وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
الجامعة المستنصـــــــــــــــرية
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

النظريات الحديثة في التربية الحركية وتطبيقاتها في التعلم والأداء الرياضي

محاضرة معدة من قبل
أ.م.د الهام علي حسون

مادة التربية الحركي للدراسات العليا الماجستير
للعام الدراسي (2026 – 2027)

(النظريات التي فسّرت كيفية اكتساب الطفل للحركة وتطورها)

المحور الأول: التطور التاريخي والنسق الفلسفي للتربية الحركية

أحد أهم المدخلات الحديثة والمنظومات المنهجية التي (Movement Education) تُمثل التربية الحركية أحدثت تحولاً جذرياً في مفهوم التربية البدنية؛ حيث انتقلت بالنشاط البدني من مجرد أسلوب آلي ينحصر في التدريب الميكانيكي وتكرار الحركات الرياضية الصارمة إلى مجال معرفي وإنساني متكامل يرتبط بالنمو التي تنظر للطفل (Holism) "الشامل للإنسان. وتستند التربية الحركية في فلسفتها الحديثة إلى فلسفة "الكليّة أو الفرد باعتباره وحدة نسيجية غير قابلة للتجزئة تتفاعل فيها أبعاد النمو العقلية، والنفسية، والاجتماعية، والحركية بشكل متزامن.

إن التربية الحركية ليست مجرد تدريب للجسد على أداء ألعاب معينة، بل هي عملية تربوية تستخدم "الحركة" كوسيط أساسي لبناء الشخصية وتطوير وعي الإنسان بنفسه وبالمحيط البيئي والفراغي الممتد حوله.

وقد شهدت العقود الأخيرة تحولاً في الأوساط الأكاديمية نحو تعميق البحث في النظريات المفسرة للسلوك الحركي للأطفال، خاصة في مرحلة طفولة الروضة والمرحلة الابتدائية، نظراً لأن هذه الفترات النمائية تشهد وضع البنية التحتية للجهاز العصبي والقدرات الإدراكية-الحركية.

وتفترض الفلسفة الحركية الحديثة أن الحركة بالنسبة للطفل هي بمثابة لغة التعبير الأولى، والتفكير العملي الإجرائي الذي يستكشف من خلاله الطبيعة والقوانين الميكانيكية للبيئة. ومن ثمّ، فإن تنظيم السلوك الحركي (Neuroplasticity) وتوفير البيئة الحركية الغنية بالمثيرات يُعتبر مدخلاً رئيسياً لتحفيز اللدونة العصبية وتطوير الاتصالات الشبكية بين خلايا الدماغ، مما ينعكس مستقبلاً على التحصيل الأكاديمي، والذكاء الوجداني، والجاهزية البدنية العامة.

1- Laban's Movement Theory) نظرية رودولف لابان في الحركة)[1]

هذه هي الأهم والأكثر ارتباطًا مباشرة بمفهوم التربية الحركية

اسس Rudolf Laban (1878-1958)

إطارًا لتحليل الحركة وتدريسها، وأصبح عمله أساسًا مهمًا في التربية الحركية والتربية البدنية.

يقوم الإطار التربوي المستند إلى لابان على أربعة مفاهيم رئيسية

الجسم Body : ماذا يفعل الجسم؟

المكان Spaceأين يتحرك الجسم؟

الجهد Effortكيف ينفذ الجسم الحركة؟

العلاقات Relationships مع من أو مع ماذا يتحرك الجسم؟

وهذه المفاهيم الأربعة أصبحت من الأسس المعروفة للتربية الحركية في التربية البدنية، خصوصًا منذ تطوير برامج التربية الحركية في الستينيات

مثال رياضي: كرة السلة

بدل أن تقول للطفل فقط: "تعلم المناولة"، يمكن أن تسأله

الجسم: أي جزء من جسمك يتحكم بالكرة؟

المكان: هل تستطيع المناولة وأنت تتحرك للأمام؟ للخلف؟ جانبياً؟

الجهد: ماذا يحدث إذا حاورت الكرة بقوة أو بخفة؟

العلاقة: هل تستطيع المناولة مع وجود زميل أو منافس؟

إذن الطفل لا يتعلم حركة واحدة فقط، بل يفهم مفاهيم الحركة ويطبقها في مواقف مختلفة

[1]-**Bales, M. (2006).** Body, effort, and space: A framework for use in teaching. *Journal of Dance Education, 6*(3), 72–77.

2- Margaret H'Doubler اتجاه مارغريت هو دوبلر[1]

تعد Margaret H'Doubler

من الأسماء الأساسية في تاريخ التربية الحركية الأمريكية، وتُعد من الرواد الذين ساهموا في تطوير مفهوم التربية من خلال الحركة، إلى جانب

Liselott Diemو Laban

يركز اتجاهها على:

1.اكتشاف الحركة

2.الخبرة الحركية المباشرة

3 .الإبداع

4.التعبير من خلال الحركة

5 .اكتشاف الفرد لإمكاناته الجسمية

6.التعلم من خلال الممارسة والخبرة وليس الحفظ الآلي للحركات

مثال رياضي: الجمناستك

بدل إعطاء الطفل سلسلة ثابتة

وقوف ← دحرجة ← قفز

يمكن إعطاؤه مشكلة حركية

"كيف تستطيع الانتقال من هذه النقطة إلى تلك النقطة بثلاث حركات مختلفة؟"

قد يختار

الدحرجة، القفز، الدوران.

هنا يصبح الطفل **مستكشفًا للحركة** وليس مجرد منفذ لتعليمات المعلم

[1] - **Mawson, L. M. (1975).** The origin and development of movement education. *Canadian Journal of History of Sport and Physical Education, 6*(1), 1–11. https://doi.org/10.1123/cjhspe.6.1.1.

3- اتجاه ليسلوت ديم[1] Liselott Diem

كانت **ليسلوت ديم** من أبرز الشخصيات الأوروبية التي ساهمت في تطوير التربية الحركية، وخاصة في ألمانيا، وكانت من الأسماء الثلاثة الرئيسية المرتبطة تاريخيًا بتطور حركة التربية الحركية الحديثة إلى جانب H'Doublerو Laban

يركز هذا الاتجاه على إعطاء الطفل **خبرات حركية متنوعة** تساعده على اكتشاف قدراته والتفاعل مع البيئة

مثال رياضي

يعطي المعلم الأطفال (اطواق، كرات، حبال، صناديق منخفضة، اقماعا)

ثم يصمم مسارًا حركيًا ويطلب منهم اكتشاف طرق مختلفة للمرور خلاله

الهدف ليس "إتقان رياضة محددة" فقط، وإنما **توسيع الخبرة الحركية للطفل.**

4- نظرية براون وكاسيدي في التربية البدنية[2] Brown & Cassidy

يهدف **الجانب النظري للتربية الحركية وليس فقط تحليل الحركة**

طرح **Brown & Cassidy**في كتابهما

Theory in Physical Education: A Guide to Program Change

تصورًا جعل **الحركة الإنسانية Human Movement**

محورًا أساسيًا لمناهج التربية البدنية

وتشير دراسة تاريخية متخصصة إلى أن براون وكاسيدي تأثرا بفكرة

Bruner

حول بنية المادة الدراسية، وأنهما سعيا إلى جعل الحركة الإنسانية محتوى مركزيًا للتربية البدنية، مع التركيز على فهم المعرفة المرتبطة بالحركة وليس مجرد أداء المهارات.

---

[1] **Mawson, L. M. (1975).** The origin and development of movement education. *Canadian Journal of History of Sport and Physical Education, 6*(1), 1–11. https://doi.org/10.1123/cjhspe.6.1.1.

[2] **- Penny, W. (1992).** *John Dewey, Rudolf Laban and the development of American movement education* [Master's thesis, McGill University]. National Library of Canada.

مثال رياضي

بدل تدريس كرة القدم باعتبارها مجموعة مهارات منفصلة

تمرير + مراوغة + تسديد

يمكن النظر إلى

الحركة + المكان + الزمن + القوة + العلاقات مع الآخرين

كمفاهيم عامة تظهر في كرة القدم وكرة السلة واليد وغيرها

أي أن الطفل يتعلم **مبادئ الحركة** التي يمكن نقلها إلى أكثر من نشاط رياضي

5- الاتجاه القائم على حل المشكلات والاكتشاف[1]

هذا ليس "نظرية منفصلة" بالمعنى التاريخي نفسه لنظرية

Laban

لكنه **من أهم الأساليب التي تميز التربية الحركية**

المصادر التربوية المتخصصة تصف التربية الحركية بأنها تعتمد على

1. حل المشكلات
2. الاكتشاف الموجه
3. الاستكشاف
4. إعطاء الطفل فرصًا لاتخاذ القرار
5. الانتقال من التعليم الموجه من المعلم إلى مشاركة أكبر من المتعلم

مثال

يقول المعلم

"كيف تستطيع عبور الحبل الموجود أمامك دون لمسه؟"

لا يعطي الطفل الحل مباشرة

[1] - **Bratt, S. J. (1982).** *Movement education: An individualized approach to physical education*. ERIC.

يمكن للطفل أن

يقفز فوقه، يمر من جانبه، يزحف تحته إذا كان الحبل مرتفعًا، يغير طريقة الحركة

هنا المشكلة الحركية هي التي تقود التعلم

النظرية/الاتجاه	صاحبها	أهم فكرة	مثال رياضي
نظرية الحركة عند لابان	Rudolf Laban	الجسم، المكان، الجهد، العلاقات	**المحاورة في كرة السلة**
اتجاه H'Doubler	Margaret H'Doubler	الاستكشاف والإبداع والتعبير الحركي	**ابتكار حركات بالجمباز**
اتجاه Diem	Liselott Diem	الخبرات الحركية المتنوعة واكتشاف القدرات	**المسارات الحركية**
نظرية الحركة الإنسانية	Brown & Cassidy	جعل الحركة الإنسانية محور التربية البدنية	**مفاهيم الحركة المشتركة بين الألعاب**
المدخل الاستكشافي	مرتبط بتطور التربية الحركية الحديثة	حل المشكلات والاكتشاف الموجه	**إيجاد طرق مختلفة للقفز**
المدخل المفاهيمي للحركة	تطور من إطار Laban	فهم الحركة عبر مفاهيم عامة	**الجسم–المكان–الجهد–العلاقة**

وهنالك نظريات أخرى تدعم التربية الحركية منها:

1- (Maturational Theory) النظرية النضيجة[1]

ترتبط خصوصًا بأعمال Arnold Gesell

وترى أن التطور الحركي يرتبط بدرجة كبيرة بالنضج البيولوجي والجهاز العصبي، وأن الطفل يمر بتتابع نمائي يمكن التنبؤ به نسبيًا.

[1] **-Whitfield, K. E., & Cherny, S. S. (1994). Motor development. In *Nature and Nurture During Middle Childhood*.**

مثال تربوي

ظهور الجلوس، ثم الوقوف، ثم المشي يرتبط بدرجة كبيرة بنضج الجهاز العصبي والعضلي. لذلك لا ينبغي أن نتوقع من طفل صغير أداء مهارة معقدة قبل أن تتوفر لديه الأسس النمائية المناسبة.

أهميتها في التربية الحركية

تساعد المعلم على مراعاة **العمر والنضج والاستعداد الحركي** عند اختيار الأنشطة.

2- النظرية المعرفية لبياجيه (Piaget's Cognitive Development Theory)

يرى Jean Piaget

أن الطفل يبني معرفته من خلال التفاعل مع البيئة، وأن النشاط الحركي له دور مهم في المراحل الأولى من النمو، خصوصًا في **المرحلة الحسية الحركية**

مثال

عندما يحاول الطفل الوصول إلى كرة، الإمساك بها، دفعها أو رميها، فإنه لا يتعلم الحركة فقط، وإنما يكتشف خصائص الأشياء والمسافة والاتجاه والسبب والنتيجة

في التربية الحركية

يمكن للمعلم استخدام أنشطة تجعل الطفل **يكتشف الحركة بنفسه** بدل الاقتصار على تقليد حركة المعلم.

3- النظرية الاجتماعية الثقافية[1] (Vygotsky)

تركز نظرية Lev Vygotsky

على دور التفاعل الاجتماعي واللغة والتوجيه من الآخرين في التعلم

مثال

طفل يحاول القفز فوق حاجز، فيساعده المعلم بتوجيه بسيط أو نموذج عملي، ثم يقلل المساعدة تدريجيًا حتى يستطيع أداء الحركة بمفرده وهذا يرتبط بمفهوم منطقة النمو القريب.

[1] **-Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.**

في التربية الحركية

تظهر أهمية: المعلم، الاقران، العمل الجماعي، التقليد والنمذجة، المساعدة التدريجية.

4- النظرية البيئية/النهج البيئي الديناميكي[1]

(Ecological / Ecological Dynamics Approach)

تركز على العلاقة بين **الفرد والبيئة والمعلومات المتاحة له أثناء الحركة**، وعلى قدرة المتعلم على اكتشاف فرص الحركة المناسبة والتكيف معها

مثال في كرة القدم

بدل أن يطلب المعلم من الطفل تكرار تمريرة ثابتة عشرين مرة، يمكن أن يضعه في موقف لعب

تسلم الكرة ← لاحظ مكان المدافع ← اختر اتجاه الحركة ← مرر أو تحرك بالكرة

هنا يتعلم الطفل **التكيف واتخاذ القرار الحركي** وليس مجرد تكرار شكل ثابت للحركة

والأدبيات الحديثة تصف النهج البيئي الديناميكي بأنه إطار يجمع بين مبادئ التعلم الحركي والبيئة وعلم النفس والأنظمة العصبية لفهم اكتساب المهارات.

5- (Schema Theory) نظرية المخطط الحركي[2]

ترتبط بأعمال Richard Schmidt

وتفترض أن المتعلم لا يخزن كل حركة منفردة بصورة جامدة، وإنما يطور قواعد أو مخططات عامة تسمح له بتعديل الحركة وفق الموقف

مثال

الطفل يتعلم مبدأ الرمي، ثم يستطيع استخدامه

لرمي كرة كبيرة أو لرمي كرة صغيرة من مسافات مختلفة طويلة او قصيرة نحو اهداف مختلفة مرتفعة او منخفضة

---

[1] - **Araújo, D., Davids, K., & Hristovski, R. (2006).** The ecological dynamics of decision making in sport. *Psychology of Sport and Exercise, 7*(6), 653–676. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.07.002.

[2] - **Schmidt, R. A. (1975). A schema theory of discrete motor skill learning. *Psychological Review, 82*(4), 225–260. https://doi.org/10.1037/h0076770.**

أي أنه لا يتعلم "رمية واحدة"، وإنما يطور **نمطًا عامًا يمكن تعديله حسب الموقف.**

كيف ترتبط هذه النظريات بالتربية الحركية؟

النظرية	السؤال الذي تجيب عنه	مثال في التربية الحركية
النضجية	كيف يؤثر النضج في ظهور الحركة؟	**متى يصبح الطفل مستعدًا لمهارة معينة؟**
بياجيه	كيف ترتبط الحركة بالتطور المعرفي؟	**اكتشاف الطفل للمكان والأشياء من خلال الحركة**
فيغوتسكي	كيف يؤثر الآخرون في تعلم الحركة؟	**مساعدة المعلم واللعب مع الأقران**
البيئية الديناميكية	كيف يتكيف الفرد مع البيئة والموقف؟	**اتخاذ قرار أثناء اللعب**
المخطط الحركي	كيف يستطيع الفرد تعديل المهارة لمواقف مختلفة؟	**استخدام مهارة الرمي في ظروف مختلفة**

الأسئلة النقاشية التي تخص المحاضرة

السؤال الأول

كيف يمكن تفسير الانتقال في التربية الحركية من تعليم الطفل "أداء الحركة الصحيحة" إلى تمكينه من "فهم الحركة واكتشافها وإنتاج حلول حركية متعددة"؟

ناقش ذلك في ضوء أفكار لابان، مارغريت دوبلر، ليسلوت ديم، ومدخل حل المشكلات والاكتشاف، مع توضيح دور المعلم والمتعلم في كل اتجاه

السؤال الثاني

إذا تعلم طفل مهارة حركية جديدة، فكيف يمكن تفسير هذا التعلم من وجهات نظر النظرية النضجية، وبياجيه، وفيغوتسكي، والنظرية البيئية الديناميكية، ونظرية المخطط الحركي؟

قارن بين هذه التفسيرات، وبيّن أيها يفسر بصورة أفضل قدرة الطفل على تكييف الحركة مع الموقف المتغير، ولماذا؟

السؤال الثالث

هل يمكن بناء برنامج للتربية الحركية يجمع بين: النضج والاستعداد، والتفاعل مع البيئة، والتعلم الاجتماعي، والاستكشاف وحل المشكلات، وتكوين المخططات الحركية؟

صمّم تصورًا تربويًا مختصرًا يوضح كيف يمكن للمعلم توظيف هذه المداخل مجتمعة في موقف حركي واحد، مع بيان الفائدة المتوقعة للمتعلم.

المصادر

1-Bales, M. (2006). Body, effort, and space: A framework for use in teaching. *Journal of Dance Education, 6*(3), 72–77.

2 - Mawson, L. M. (1975). The origin and development of movement education. *Canadian Journal of History of Sport and Physical Education, 6*(1), 1–11.

3 -https://doi.org/10.1123/cjhspe.6.1.1.

4- Penny, W. (1992). *John Dewey, Rudolf Laban and the development of American movement education* [master's thesis, McGill University]. National Library of Canada.

5- Bratt, S. J. (1982). *Movement education: An individualized approach to physical education*. ERIC.

6- Whitfield, K. E., & Cherny, S. S. (1994). Motor development. In Nature and Nurture During Middle *Childhood*.

7 -Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

8- Araújo, D., Davids, K., & Hristovski, R. (2006). The ecological dynamics of decision making in sport. *Psychology of Sport and Exercise, 7*(6), 653–676. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.07.002.

9 - Schmidt, R. A. (1975). A schema theory of discrete motor skill learning. *Psychological Review, 82*(4), 225–260. https://doi.org/10.1037/h0076770.