

التعلم القائم على اللعب: طرق مُثبتة لتعزيز نمو دماغ الطفل وتطور ادراكه وشحذ ذكائه



مركز هارفارد لتنمية الطفل يطرح أفكارًا حول أهمية شحذ عقول الأطفال من خلال اللعب، ويقترح أنواع من الألعاب لكل مرحلة عمرية

مقدمة د. إبراهيم عبد الكريم الحسين،

مقدمة د. إبراهيم عبد الكريم الحسين، دكتوراه في تربية الطفولة المبكرة، مدير إدارة التميز التربوي، مركز اليونسكو الإقليمي للجودة والتميز في التعليم

من جديد أذكر هنا المقوله التي أرددتها دائمًا: لو أردت اختصار جميع نظريات رعاية وتعليم الطفولة المبكرة لاختصرتها في جملة واحدة: "اللعب هو حياة الطفل وجودة تعلمه"، هذه الحكمة التي تخزل عقدًا من الأبحاث التربوية والنفسية وخبرتي الشخصية باعتباري أستاذًا جامعيًا وخبريرًا في جودة تربية الطفولة المبكرة.

تشكل النقطة التي ينطلق منها الأستاذ عدنان الحاجي في ترجمته لهذا المقال بعنوان: "التعلم القائم على اللعب: طرق مثبتة لتعزيز نمو دماغ الطفل وشحذ ذكائه". في هذا المقال المترجم، لا يقدم المؤلف اللعب مجرد وسيلة للترفيه أو ملء وقت الفراغ، بل يرتفق به إلى مستوى استراتيجية تعليمية عصبية فائقة الفعالية، حيث يستعرض، بأسلوب علمي واضح وشائق، الكيفية التي تشكلها تجارب اللعب المختلفة - من التخييل والبناء إلى الألعاب الحسية والاجتماعية - البنية العصبية للدماغ الصغير، فهو يرصد كيفية تنمية هذه الممارسات للمهارات الإدراكية المعقدة، وتعزيز المرونة العصبية، وبناء أساس الذكاء العاطفي والاجتماعي، إلى جانب شحذ القدرات الفكرية من حل المشكلات والإبداع والتفكير الناقد.

من خلال هذا العمل الذي ينقله الأستاذ الحاجي إلى اللغة العربية فهو يدعونا إلى تغيير النظرة التقليدية للتعلم، واعتماد اللعب الموجه والهادف ليس باعتباره خيارًا ثانويًا، بل باعتباره طريقًا رئيسًا ومثبتًا من الناحية العلمية لبناء عقل الطفل، وإطلاق قدراته وإمكاناته الكامنة، وتمهيد الطريق لمستقبل أكثر إبداعًا وتكيفًا.

التقرير المترجم

اللعب جانب مهم وأساسي في حياة أي طفل. لكن الألعاب واللعب أكثر بكثير من مجرد اشغال وقت الطفل، بل لهما دور محوري في كامل نموهم البدني والذهني. من خلال التفاعلات المرحة مع الأمهات والآباء، يبدأ الأطفال بتطوير مهارات الوظائف التنفيذية الأساسية، مثل الانتباه والذاكرة وضبط النفس. مع تقدم الأطفال في السن، تزداد أهمية اللعب غير المنظم [اللعب كما يحلو للطفل والذي لا يلتزم بقواعد أو قوانين معينة] وإشغال وقت الفراغ، خاصةً مع بدء

الالتزامات الأخرى، مثل عمل الواجبات المنزلية وممارسة الأنشطة الرياضية وأنشطة النادي الأخرى في ملء جداولهم اليومية. إيجاد فرص للعب في كل مرحلة عمرية يساعد الأطفال على استكشاف الحياة ومكانتهم فيها وتنمية استقلاليتهم وثقتهم بالنفس واتخاذ القرارات الصائبة ومواجهة التحديات وتعلم القواعد الاجتماعية، وتطوير المهارات الالزمة للنمو والنجاح التي يحتاجونها في مرحلة الرشد. وهذا يحتم على أولياء الأمور تشجيع أطفالهم على ممارسة اللعب الهداف والمثير، الذي يُحقق هدفًا إيجابيًّا أو يُفيد نمو الطفل ويُساعد على تحسين التنسيق الحركي وقدراته الحركية، كما يساعد على ضبط النفس وتطوير مهارات التفكير والإبداع والخيال وحل المشكلات، ويعمله أساليب التواصل مع الآخرين والتعامل معهم. ومن أمثلة اللعب المثير، استخدام المكعبات لبناء أشكال هندسية، أو ممارسة ألعاب رياضية مع الأقران، أو الرسم، ذلك لأن الأطفال يتعلمون أثناء اللعب.

مؤخرًا، شارك مركز تنمية الطفل (CDC) عدة استراتيجيات لمساعدة أولياء الأمور على دعم نمو دماغ الأطفال (الوطائف الادراكية من التعلم والذاكرة وضبط النفس والصمود النفسي والقدرة على التعلم) من خلال اللعب (1). مجموعة الألعاب هذه طُورت بدعم من مؤسسة ليغو (2)، وهي تُقدّم أفكارًا للألعاب وأنشطة قائمة على اللعب مُصمّمة خصيصًا لمختلف الفئات العمرية، بدءًًا من الأطفال بعمر ستة أشهر وحتى المراهقين (13 و17 سنة).

في كل مرحلة عمرية، هناك فرص خاصة لأولياء الأمور لتوجيه الأطفال نحو أنواع الألعاب التي تساعدهم على النمو بدنيًّا، وذهنيًّا، واجتماعيًّا، وعاطفيًّا. دعم الأطفال وتحفيزهم على المشاركة في أنواع مختلفة من اللعب الذي يناسب سنهن ومراحل نموهم. هذا لا يعني مجرد السماح للأطفال باللعب أيةً كان نوع اللعب بشكل عشوائي، بل مساعدتهم على استكشاف أشكال مختلفة من اللعب، مثل، الألعاب البدنية والإبداعية (الرسم، والبناء بالمكعبات والألعاب التخيلية) والألعاب الاجتماعية والتعاونية مع الأصدقاء وحل الألغاز وتقديم الأدوار.

مُهم دليل "بناء الدماغ من خلال اللعب" ليكون موردًا قيًّمًا لأولياء الأمور الذين يرغبون في تعزيز تعلم أطفالهم من خلال اللعب.

فيما يلي أبرز ما يميز كل فئة عمرية، كما هو موضح في موارد مركز تنمية الطفل (CDC):

ألعاب الأطفال الرضع في سن ستة أشهر (3)

الألعاب البسيطة مثل "البيكابو أو الغُميضة (4)!" ونشيدة "أخبر لي كعكة ياخبار (5)" تُساعد الأطفال على ممارسة مهارات أساسية مثل ضبط النفس والمهارات الحركية. كما تُعدّ ألعاب الإخفاء - مثل وضع شيء ما تحت قطعة قماش أو في صندوق والطلب من الطفل العثور عليه - من أشكال اللعب القيمة. يُشدد الدليل الإرشادي لـ مركز

تنمية الطفل على أهمية أن يلبي الوالدان رغبات الطفل، وذلك باختيار الألعاب التي يُبدي اهتماماً بها والسماع له بتحديد مدة اللعب التي يرغب فيها ومتى يرغب في الانتقال إلى شيء آخر.

ألعاب الأطفال في سن التسعة أشهر (6)

يساعد اللعب الطفل في سن التسعة أشهر على تطوير بنية الدماغ، غالباً ما يكون تقليد أبويه أساسياً في الألعاب التي يوصي بها مركز تنمية الطفل. في لعبة "ال طفل يرى، الطفل يفعل!"، يقوم أحد الوالدين بإيماءات بسيطة للطفل ويدعوه لتقليد أفعاله، بينما في لعبة "أين الشيء الفلاني؟"، يقوم أحد الوالدين بإخفاء شيء يُصدر صوتاً ويطلب من الطفل البحث عنه. تُعلم الألعاب التي تتضمن التقليد والإخفاء الأطفال تركيز الانتباه، وتوظيف الذاكرة العاملة (معالجة المعلومات وحفظها لمدة قصيرة)، وممارسة مهارة ضبط النفس البسيطة.

ألعاب الأطفال الدارجين في سن 12 شهرً (7)

يقترح مركز تنمية الطفل بتحويل الرغبة الطبيعية للأطفال الدارجين لوضع الأشياء في حاوية ثم إخراجها منها إلى لعبة مفيدة ونافعة. تعرف بلعبة "الماء والتفریغ". ينبغي على أولياء الأمور تزويد الأطفال الدارجين بأنواع مختلفة من الحاويات - جفان الخلط، والصناديق، والسلال - وأشياء آمنة، مثل الألعاب والجوارب (والتي تستخدم عادة لحشوها بأشياء أو إلباسها في أطراف دمية من الدمى)، لملء هذه الحاويات. على أولياء الأمور تشجيع الطفل على جانب "الماء" من اللعبة فقط حتى يترك للطفل فرصة بعد تفريغها أن يعيد تلك الألعاب إلى مكانها المعين، وبذلك ينطوي المكان منها ويساعده في الوقت نفسه ذلك على تطوير قدراته الحركية من خلال استخدام يديه وأصابعه والتنسيق بين حركاتها بشكل أفضل (المهارات الحركية)، كما تساعده على تعلم التعليمات البسيطة في كيف ينظم الأشياء بعد بعثرتها. بعبارة أخرى، يشجع أولياء الأمور أطفالهم على ممارسة الألعاب التي يحبونها، وفي الوقت نفسه يتعلمون منها ما ذكر أعلاه.

ألعاب الأطفال في سن 18 شهرً (8)

يبدأ الأطفال في هذا السن بتعلم طريقة مطابقة الأشياء وتصنيفها حسب اللون والشكل. بإمكان أولياء أمورهم اقتراح لعبة مطابقة أشكال الأشياء و/أو مطابقة ألوانها، وذلك باستخدام الورق الملون، أو مجموعات مطابقة الشكل واللون أو النوع من الألعاب الأخرى.

ألعاب الذاكرة، مثل لعبة الإخفاء أو لعبة أين الشيء الفلاني، أو لعبة أناشيد (مثل، نشيد "عجلات الحافلة")

وتكرارها تساعد الدماغ على التعلم والذكر والتركيز وتمييز الأنماط (بحسب الأشكال والألوان) وتقليد الحركات.

مقطع فيديو لـ نشيد عجلات الحافلة:

<https://youtu.be/8HJ8hhhPS-s?si=yFw3I8tr-S0lst5n>

ألعاب الأطفال الصغار بسن سنتين إلى ثلاث سنوات (9)

يتعلم الأطفال في المرحلة العمرية بين سنتين وثلاث سنوات أشياء كثيرة من خلال الحركة والتقليد. الأناشيد التي تنطوي على حركات، مثل "أنا إبريق شاي صغير"، تساعدهم على تحسين نشاطهم البدني وتنمية مهارات الذاكرة وتذكر بما يجب فعله في الخطوة أو الخطوات التالية. كما تعلمهم هذه الأناشيد كيف يبدأون ويتوقفون ويسيرون بسرعة أو ببطء، مما يساعدهم على التحكم في أنفسهم وضبط انفعالاتهم.

مقطع فيديو لـ "أنا إبريق شاي":

<https://youtu.be/xUWo8GE3Rm4?si=2s5JkGhZzqFFMXku>

تُتيح ألعاب التقليد والمحاكاة مثل "اتبع القائد" [اصطفاف الأطفال حول طفل يعتبرونه قائداً عليهم اتباع حركاته] لأولياء الأمور إمكانية جعل الأطفال يمارسونها بأنفسهم، وهي تُعد "اختباراً رائعاً لذاكرة العاملة ومدى انتباهم وضبطهم للنفس. الدليل الإرشادي أيضًا يحث أولياء الأمور على ترك الأطفال يتحكمون في اللعب بأنفسهم وضبط وثيرته قدر الإمكان، مكتفين فقط بإشارات أو تلميحات من أطفالهم لمعرفة متى يرغبون في البدء أو التوقف، أو الانتقال إلى نشاط آخر.

أنشطة الأطفال، مثل "الحركة والتوقف (على صوت أو إشارة)" ولعبة "سايمون يقول" [لعبة بين أطفال يقوم أحد اللاعبين بدور سايمون ويصدر الأوامر لبقية اللاعبين وعليهم إطاعة أمره بمجرد أن يشير بهذه العبارة "سايمون يقول" (11)] و"أنا أجسس" [لعبة تخمين يختار فيها أحد اللاعبين شيئاً في مرمى البصر ويقول للآخرين أنا أرى شيئاً الصغيرة، شيئاً الحرف الأول منه كذا. في محاولة لجعل اللاعبين يخمنون ما هي ذلك الشيء (12)]، تُعد أنشطةً كلاسيكيةً لسبب وجيه: فهي ألعاب بسيطة يُمكن للأطفال في هذا المرحلة العمرية تعلمها بسرعة لتساعدهم على الاستمرار في تطوير وظائفهم التنفيذية، وتنظيم أنفسهم وضبطها، وعلى تحسين مهاراتهم البدنية على الورقة التي يرغبون فيها. باستمرار تطور ونمو الأطفال، تُفيد إرشادات المركز بأن عليهم ممارسة الاستقلالية من خلال إدارة ألعابهم الخاصة مع الأصدقاء والأقران، لا يحتاج أولياء الأمور إلى التدخل إلا من حين لآخر للمساعدة أو لحل الخلافات.

مقطع فيديو للعبة الحركة والتوقف على صوت أو إشارة:

<https://youtu.be/xUWo8GE3Rm4?si=2s5JkGhZzqFFMXku>

يتطور لعب الأطفال بطرق معقدة وملينة بالتحديات والصعوبات، وتصبح أكثر تشويقاً وتحدياً مع تقدمهم في السن. ألعاب، مثل الكلمات المتقطعة، والسودوكو، والبحث عن الكلمات، والمتاهات هي ألغاز ذهنية ممتعة تُحفز و تستفز التفكير لدى الأطفال في هذه المرحلة العمرية. ألعاب استراتيجية مثل "غو (Go)" [لعبة لوحية بين لاعبين يتباران وضع أحجار من لونين على لوح مكون من مربعات (14)] و"لعبة حرب السفن (15)" ولعبة "كلودو (16)" تساعد الأطفال على بناء مهارات الذاكرة أثناء تفكيرهم في تحركاتهم التالية، وتطوير مرونتهم الذهنية في مواجهة الخصوم. كما تُعزز ألعاب الفانتازيا مثل "ماين كرافت (17)" و"سجون وتنانين (18)" هذه المهارات، مما يُطلق العنوان لخيالهم.

ينبغي لأولياء الأمور تشجيع أطفالهم على التركيز على الاستمتاع وتعلم أشياء جديدة، لا التركيز على الفوز والخسارة، كما ينبغي لهم أيضاً ملاحظة ما يُجيده كل طفل وما يستمتع به مع ظهور اهتماماته ومواهبه واكتشافه لها، والتي تتطور بمارسها وتجاربها أشياء جديدة مع تقدمهم في السن.

مع نمو المراهقين، غالباً ما تصبح حياً لهم أكثر انشغالاً، فالمدرسة والأصدقاء والهوايات والمسؤوليات تتراكم عليهم. ورغم سنهما، يبقى اللعب بالغ الأهمية بالنسبة لهم، ويساعدهم في بناء الوظائف التنفيذية (ذاكرة وتعلم وانتباه وتركيز وإدراك واتخاذ قرارات صائبة، وهدوء، وتفكير من)، وضبط نفس، وتكيف وتحكم في السلوك الاندفاعي. ومن الأنشطة المقترحة المشاركة في ممارسة مباريات رياضية منظمة - والتي تحقق عدداً من التطورات والتغيرات الإيجابية والشعور بالانتماء إلى المجتمع.

كما يُعدّ وقت اللعب غير المنظم [مجرد التسلية دون قواعد وقوانين وقضاء وقت الفراغ مهملة لتجنب التوتر أو الإرهاق في هذه السن] والراحة ضروريان لتحقيق التوازن الصحي. حتى ممارسة القليل من ألعاب الفيديو لها فوائدها وفقاً لدراسة (20)، حيث تساعد الألعاب المراهقين على التركيز، وتنظيم الاستجابة للمواقف والحالات المتغيرة، وضبط وتيرة رد فعلهم وضبط اندفاعاتهم خلال هذه اللحظات المشوقة والمثيرة.