

نیازمندی‌های رشد بدنی در کودکان خردسال

ربکا دانکامب

مترجمان:

دکتر مریم کاویانی

هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی

دکتر بهروز عبدلی

هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی

سودا احمدپور بیک‌کندی

مهری فولادی

فهرست

فصل اول

۲۲ منشأ و تکامل تربیت بدنی و رشد جسمانی در اوایل کودکی ۰-۸ سال

فصل دوم

۴۳ سواد بدنی در اوایل کودکی

فصل سوم

۶۴ ماهیت پیچیده رشد مهارت‌های حرکتی در اوایل کودکی

فصل چهارم

۸۶ فعالیت‌های بدنی در سال‌های ابتدایی زندگی

فصل پنجم

۱۱۱ فنلاند رویکرد جهانی در رشد جسمانی

فصل ششم

۱۳۲ رشد طبیعی بدن در سال اول

فصل هفتم

۱۵۵ رویکردهای کاربردی برای رفع نیازهای رشد جسمانی نوزادان و کودکان نوپا

فصل هشتم

۱۷۹ رشد جسمانی در سال‌های ابتدایی مراحل بنیادین

فصل نهم

۱۹۹ رشد جسمانی و تربیت بدنی برای کودکان ۵-۷ ساله

فصل دهم

۲۱۸ رمز گشایی پتانسیل جسمانی اصلاح یک اتفاق اشتباه

فصل یازدهم

۲۴۰ سازگاری ورزشی برای کودکان خردسال

فصل دوازدهم

۲۶۳ سازگاری با محیط در سال‌های ابتدایی

فصل سیزدهم

۲۸۷ رشد جسمانی از طریق بازی در فضای باز مثالی از مدرسه جنگل

فصل چهاردهم

۳۰۸ تقویت رشد جسمانی با بازی

فصل پانزدهم

۳۳۵ برنامه‌ها و رویکردهای رشد جسمانی محتوا و تأثیر

نیازهای رشد جسمانی در کودکان خردسال

با توجه به نگرانی‌های روزافزون در مورد کاهش سطح آمادگی و فعالیت بدنی کودکان سنین مدرسه، این کتاب اهمیت تجربه حرکتی باکیفیت در سال‌های نخست را بیان می‌کند و ارتباط بین فرصت‌های ضعیف رشد جسمانی اولیه و مشکلات بعدی در کلاس‌های درس را بررسی می‌کند. این کتاب به‌طور مختصر نیازهای رشد جسمانی نوزادان، کودکان نوپا و خردسالان تا سن هشت سالگی را مطرح می‌کند و روش‌های کاربرد عملی که از طریق آن‌ها به تأمین نیازها می‌پردازد را ارائه می‌دهد. در ادامه، به بررسی مفاهیم و اصطلاحات کلیدی، همچون سواد بدنی، مهارت‌های پایه و بنیادی حرکتی، ورزش، فعالیت بدنی و تربیت بدنی در رابطه با نیازهای رشد جسمانی کودکان خردسال و مداخلات متناسب با سن می‌پردازد و توصیه‌هایی برای جلوگیری از بروز مشکلات حرکتی ارائه می‌شود، با این حال مشخص است که همه کودکان از یک سیر رشد جسمانی طبیعی پیروی نمی‌کنند، در چنین مواردی توصیه‌هایی برای «برگرداندن دوباره کودکان به مسیر رشد جسمانی» مطرح می‌شود.

مطالعه «نیازهای رشد جسمانی کودکان خردسال» برای همه کسانی که با کودکان خردسال کار می‌کنند یا از آن‌ها مراقبت می‌کنند مهم است، از جمله: مربیان سال‌های ابتدایی، معلمان دبستان، دانشجویان مرتبط با این رشته و والدین.

ربکا دانکامب یک درمانگر رشد عصبی است که به افراد و مدارس کمک می‌کند. تحقیقات اخیر او بر رشد جسمانی در سال‌های ابتدایی زندگی متمرکز بوده است. او به‌طور هم‌زمان، برنامه «حرکت برای یادگیری» را توسعه داد، که یک برنامه روزانه از تمرینات رشدی هدفمند برای نوزادان در سال اول زندگی است.

تقدیم:

این کتاب را به پدرم، گراهام ولز تقدیم می‌کنم. سپاسگزارم که به من اعتماد به نفس دادید تا چالش‌ها را بپذیرم و تا ابد به همین شکل هستم حتی اگر اشتباه باشد! دلمان برایتان تنگ شده است.

نویسندگان

سو آلینگهام یک معلم باتجربه و مشاور مقامات محلی است. او یک مشاور مستقل، نویسنده و مشاور سردبیر انتشارات Early Years Educator است. سو درحالی که به عنوان مشاور مقامات محلی در اوایل سال مشغول به کار بود، یک فرایند اعتبار بخشی «ساختار سلامت» را برای منطقه نوشت. وی همچنین عضوی فعال در انجمن بین المللی سواد بدنی است. کارول آرچر یک متخصص بازی حرکت/مشاور در انگلستان و خارج از کشور است. وی از کارمندان مراکز کودکان و مهدکودک های دولتی و خصوصی در اجرای بازی حرکتی در محیط آنها حمایت کرده و آموزش های مرکزی و آموزش های ضمن خدمت را به کارکنان شاغل در مرکز آموزش و مراقبت در دوران کودکی (ECEC) و آموزش ابتدایی اولیه ارائه می دهد.

جانین کوتز یک مدرس روش تحقیق کیفی در دانشکده علوم ورزش، علوم بهداشتی در دانشگاه لاسبورگ انگلستان است. تحقیقات وی بر روی کودکان به ویژه کودکان با نیازهای ویژه آموزشی و معلولیت و تجربیات آنها از فعالیت بدنی و ورزش متمرکز است. جانین همچنین یکی از اعضای انجمن روان شناسی انگلیس است.

سو گاسکویین یک متفکر و نویسنده برجسته در زمینه تعامل حسی، بازی های درمانی و مواد و محیط های مناسب برای کودکان در تمامی سنین است. او در انگلستان در سطح بین الملل کار می کند. سو یک شرکت کننده فعال در سیاست های دوران کودکی و سخنران منظم در انجمن تحقیقات

آموزش کودکان در اوایل دوران کودکی اروپا (ESEERA) و سایر رویدادهای ملی و بین‌المللی است. او بنیان‌گذار و مدیر خلاق شرکت تجهیزات حسی play to z ltd برنده جوایز چندگانه است. یک متخصص خلاق هنری و بازی‌درمانی با کودکانی با مشکلات عاطفی و رفتاری است که در بازی‌های بدون قاعده، پردازش حسی، اوتیسم وابستگی حسی تخصص دارد و به‌ویژه استفاده از رسانه‌های خلاق برای کشف و بیان احساسات، ایجاد انعطاف‌پذیری و تغییر رفتار طرفداری می‌کند.

سالی گودارد بلیث عضو اتحاد بین‌المللی برای کودکی و کمپین سابق «open eye» و حامی کودکان نوپا kindy gymbaroo است. وی در مورد نقش بازتاب‌های نوزادی در رشد و مشکلات یادگیری بعدی در سراسر اروپا از جمله در یک گروه کاری در زمینه رفاه کودک در مجلس اروپا در بروکسل و در مناطق مختلف ایالت متحده سخنرانی کرده است. وی همچنین یکی از اعضای هیئت‌رئیس آموزش آگاهی از دیسپاراکسی است. **جرالد گریگز** رئیس دانشگاه در پردیس دانشگاهی تجارت فوتبال (UCFB) منچستر، انگلستان است. علاقه‌مندی‌های آموزشی و پژوهشی وی مربوط به تربیت‌بدنی ابتدایی و جنبه‌های فرهنگی اجتماعی ورزشی است. جرالد هم عضو انجمن سلطنتی برای تشویق هنرها، تولیدکنندگان و تجارت و هم عضو آکادمی آموزش عالی است.

مایک جس مدرس ارشد و معاون موسسه ورزش، تربیت‌بدنی و علوم سلامت در دانشگاه ادینبورگ انگلستان است. وی مدیر گروه تربیت‌بدنی رشدی (DPEG) است. وی عضو افتخاری انجمن تربیت‌بدنی و عضو هیئت مشاوره بین‌المللی برای پروژه نوسازی آموزش عمومی (RGEP) با بودجه بانک جهانی در ویتنام است که بر روی پروژه اصلاح معلمان پیش

از خدمت با بودجه یونسکو در میانمار کار می‌کند.

لالا منرز سابقه طولانی و متنوعی در ترویج اهمیت فعالیت بدنی و رشد حرکتی در سال‌های ابتدایی به‌عنوان مربی، معلم، مشاور و سخنران هر دو در انگلستان و خارج از کشور دارد. او مجموعه‌ای از دوره‌های معتبر را برای گفتاردرمانگرها/زبان، دانشجویان و پزشکان EY، متخصصان سلامت و مربیان ورزش و شنا طراحی و ارائه کرده است. او یکی از اعضا فعال کمیته «همه‌جانبه و سلامت کودک» گروه پارلمانی (APPG) است و به‌طور مستمر در انتشارات اوایل سال همکاری می‌کند.

دورثی مارلین مسئول دوره مدرک درجه سه مراقبت از نوزاد و کودک (EYE) است. وی در ابتدا به‌عنوان معلم سال‌های ابتدایی استینر و یک مشاور روانکاو کودک و اخیراً در موسسه پیکلر در بوداپست آموزش دیده است. او گروه‌های پیشگام حمایت از والدین و نوزاد را اداره می‌کند و یکی از اعضای انجمن پیکلر انگلستان و رئیس آن است. او مشاوره و کارگاه‌های آزادانه برای جریان اصلی و اشتاینر/والدورف را در سه محیط مراقبت، دوره‌های آموزشی و مدارس ارائه می‌دهد.

کارولین میسون مدرس مدیریت ورزش در دانشکده علوم ورزش و سلامت دانشگاه لاسبورگ انگلستان است. تحقیقات وی مربوط به درک بهتر نقش ورزش و فعالیت‌های بدنی در بهبود زندگی کودکان و جوانان و ارتقا عدالت اجتماعی است. رویکرد تحقیقاتی او مشارکتی و کودک محور است و از چارچوب‌های حقوق کودک شکل می‌گیرد.

پاتریشیا مود عضو ارشد کالج هومرتون در دانشگاه کمبریج است. او سابقه طولانی در ترویج رشد حرکتی در سال‌های ابتدایی دارد و به‌عنوان معلم تربیت‌بدنی، معلم مشاور و مربی و همچنین به‌عنوان مربی ورزشی

و از طریق تحقیق، انتشارات و مشاوره در انگلستان و خارج از کشور کار کرده است.

کتی پروین به عنوان یک پرستار عمومی ثبت نام شده و به عنوان یک پرستار ارتوپدی آموزش دیده است و گواهی معلمان و بزرگسالان را گرفته است. وی مدیر آموزش دیس پراکسی و مدرس دانشگاه مدعو برای دوره های دیس پراکسی است و هر ساله سمینارهای کنفرانس و سخنرانی های اصلی را در سطح ملی و اروپا ارائه داده است.

کیم پات مدیر و بنیان گذار موسیقی و جنبش کیمبل است. وی در ۱۵ سال گذشته با والدین، معلمان و کودکان کار کرده و کلاس های حرکت به سمت موسیقی را از طریق بازی حسی تسهیل کرده است. کیم پس از تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد در مرکز تحقیقات در کودکی، تئوری را با عمل پیوند داد و شرکت آموزش و موسیقی فانکی فیت موزیک وی متولد شد.

پت پریدی مدیر ارشد دانشگاهی در زمینه آموزش اولیه کودک، مدیر اجرایی پذیرش مدرسه شبانه روزی از ۳ ماهگی تا ۱۸ سالگی، سرگروه معلم یکی از اولین مدارس بیکن در انگلستان و بازرس اصلی isi (بازرسی مدارس مستقل یا غیردولتی) بوده است. پت در طیف گسترده ای از پروژه ها، از جمله: رهبری مدرسه و تأثیر تأخیر رشد عصبی در یادگیری کودکان خردسال پیشگام بوده است. پت به عنوان مشاور پژوهشی افتخاری تامبا (انجمن دوقلوها و چندقلوها)، تحقیقات گسترده ای را در زمینه تأمین نیازهای آموزشی کودکان چندقلو، از جمله پروژه حرکتی برای چندقلوها انجام داده است.

ویکی راندل عضو ارشد تبادل دانش در دانشگاه وینچستر انگلستان و

هماهنگ کننده موضوع تربیت بدنی است. وی به عنوان یک معلم سابق، در دوره های ابتدایی و متوسطه در تربیت بدنی تدریس کرده و از طریق پیشرفت حرفه ای و مشاوره به حمایت از معلمان ادامه می دهد. علایق تحقیقاتی وی مربوط به توسعه دانش معلم، تدوین برنامه درسی برای آموزش معلم و سیاست اولیه تربیت بدنی است. او عضو گروه مشاوره موضوعی کارشناس تربیت بدنی و گروه پارلمانی همه احزاب برای کودکی مناسب و سالم بوده است که نماینده آموزش ابتدایی معلمان تربیت بدنی در سطح ملی است.

آرجا سکسلحتی محقق ارشد در دانشگاه جیواسکلا در دانشکده علوم ورزشی و تندرستی است. علایق اصلی تحقیق او بر رشد حرکتی، فعالیت بدنی، بهزیستی و سلامتی کودکان در اوایل کودکی متمرکز است. او در مطالعات مداخله ای مختلف شرکت کرده است و تلاش می کند تا آموزش کودک محور بیشتری را برای اوایل دوران کودکی ایجاد کند. او همچنین در دانشگاه جیواسکلا تدریس می کند. او در تدوین برنامه درسی تربیت بدنی فنلاند مشارکت داشته و در گروه علاقه ویژه انجمن بین المللی اکولس فوق العاده دبیرستان (AIESEP) برای آموزش اولیه نقش اصلی را دارد.

ریچل ساندفورد مدرس ارشد جوانان ورزش در دانشکده علوم ورزشی و تندرستی در دانشگاه لاسبورگ انگلستان است. تحقیقات وی به طور گسترده موضوعات مربوط به نگرش جوانان نسبت به تجربیات و پیشرفت در ورزش و فعالیت بدنی را شامل می شود.

روت اسمیت یک متخصص EYFS، مدیر مدرسه جنگل، مشاور و معاون رئیس در دبستان وودلند گرینچ در لستر انگلستان است. او ۱۴ سال سابقه تدریس در مدارس ابتدایی دارد و اخیراً یک پیش دبستانی را در وولند گرینچ تأسیس کرده است. او یک لیدر متخصص مشاور در زمینه

پیشرفت مدرسه است. وی همچنین آموزش‌های سفارشی را برای ساختار اولیه در طیف وسیعی از موضوعات، از جمله رشد جسمانی ارائه می‌دهد. او یک مربی در برنامه آموزش ابتدایی معلم (لتسترشایر) با محوریت مدرسه-معلم (SCITT) است، دانش آموزان را راهنمایی می‌کند و بهترین عملکرد را در سال‌های ابتدایی تدریس می‌کند.

جولی استریپتور مدرس تربیت‌بدنی و علوم ورزشی در دانشگاه لاگورو انگلیس است. وی به‌عنوان یک معلم سابق تربیت بدنی، در سال‌های ابتدایی و در طول مراحل تحصیل در مورد مسائل مربوط به برابری و هویت، تجسم و تحصیلات تدریس می‌کند و می‌نویسد.

مارگارت وایتهد استاد مدعو در دانشگاه بدفوردشایر انگلستان و استادیار در دانشگاه کانبرا، استرالیا است. وی از سمت دانشگاه مونتفور بدفورد انگلستان، از سمت رئیس (دانشیار) دانشکده تربیت‌بدنی، ورزش و اوقات فراغت بازنشسته شد. وی در حال حاضر رئیس انجمن بین‌المللی سوادبدنی است. وی عضو انجمن لابان، انجمن تربیت‌بدنی، انجمن فلسفه ورزش انگلیس و انجمن بین‌المللی سوادبدنی است.

تقدیر و تشکر

برای فرزندانم- جاشوا، یعقوب و توبی- یقین دارم بدون آنها هیچ وقت این سفر را آغاز نمی کردم. ممنونم که به مادرتان اعتماد کافی دارید و اجازه می دهید تا به شما کمک کند و در طی چند سال گذشته نمونه پژوهشی مشتاق پژوهش های من بودید. من همه شمارا دوست دارم و در آینده هر کسی شوید به شما افتخار می کنم.

به اندی- شوهرم- که این ماجراجویی را تحمل کرده است، امیدوارم که اکنون متوجه شوید که من چه کاری را انجام داده ام در روزهای که وقتی به خانه می آمدید انگار در کل روز هیچ کاری نکرده بودم! بابت وضعیت خانه در آن روزها معذرت می خواهم.

به مادر، برادر و خواهرم کریستین، دومنیک و هانا- و به بهترین دوستم- جولی. ما هرگز نباید ارزش خانواده و دوستان حامی و شوخ طبع را دست کم بگیریم من بسیار خوش شانس بوده ام.

و سرانجام از همه کسانی که در نوشتن این کتاب به من کمک کرده اند: همه نویسندگانی که درخواست ها و تقاضاهای من را برآورده کرده اند؛ از تونی داناون برای بازخورد در مورد فصل ۸ و الین کاولی برای ارائه برخی داده ها و اطلاعات ارزشمند برای فصل ۸ به من ممنونم.

معرفی

به عنوان شخصی که از نزدیک و به طور جدی هرگز با کودکان «مشغول» نبودم، وقتی در سن ۲۱ سالگی کشف شگفت‌انگیزی کردم که می‌خواهم در برخی حوزه‌ها با آن‌ها کار کنم، کاملاً متعجب شدم. به تازگی مدرکم را در رشته روان‌شناسی و جامعه‌شناسی به پایان رسانده بودم و بدون این که واقعا به این موضوع فکر کنم برخی از واحدهای مرتبط به آموزش را انتخاب کردم؛ بنابراین من به شکلی دانشگاه را ترک کردم که قطعاً هیچ ایده‌ای از آنچه در بزرگسالی می‌خواستم انجام دهم، نداشتم. از آن پس شروع به جستجو شغل‌هایی کردم که شامل کار با کودک یا حرفه‌هایی بود که بیانگر آنچه در روانشناسی و جامعه‌شناسی آموخته بودم. من یک برنامه طراحی کردم. تبدیل شدن به یک روانشناس آموزشی در آن زمان برای من به این معنی بود که من ابتدا باید معلم شوم و سپس حداقل دو سال تدریس کنم با این امتیاز می‌توانستم برای تحصیل و تبدیل شدن به روانشناس آموزشی اقدام کنم. پس من راهی این سفر شدم، PGCE خود را در تحصیلات ابتدایی به پایان رساندم، به عنوان دستیار معلم برای یک‌ترم تدریس کردم و سپس اولین شغل مناسب تدریس خود را به عنوان معلم تربیت‌بدنی سال چهارم به مدت پنج ترم ادامه دادم (دو ترم در سال چهارم و یک سال تحصیلی کامل در سال سوم)! این چیزی نبود که من دوست نداشتم باشم - حتی بچه‌ها هم نبودند! در حقیقت بهترین نکته در مورد این کار کمک به آن‌ها برای یادگیری و تجربه شادی‌های مرتبط با این موضوع بود اما از شرایطی که انتظار می‌رفت در آن‌ها کار کنم لذت نمی‌بردم: پر کردن فرم‌ها، کار با والدین، شرکت در جلسات کارکنان (غالباً ساعت‌ها در مورد مواردی که قبلاً در مورد آن‌ها تصمیم‌گیری شده بود بحث و گفتگو می‌کردیم)، گوش

دادن و همدردی با سایر کارکنان که همه آنها احساسی مشابه داشتند و مشاهده تلاش هر روز کودکان با دانستن اینکه من یا «ساختار» کار بسیار کمی می‌تواند برای کمک به آنها انجام دهد. در رابطه با این نکته آخر دو کودک به ذهنم خطور می‌کنند. دو کودکی که هنوز هم احساس گناه زیادی نسبت به آنها دارم، زیرا قادر نبودم به آنها کمک کنم. با دانستن آنچه امروز انجام می‌دهم مطمئن هستم که یکی از آنها مبتلا به دیسلکسیا بود و دیگری علائم شدیدی در ارتباط با اختلال هماهنگی رشدی (DCD) داشت. در هر دو از لحاظ دانش نظری تلاش خود را کردم اما به لحاظ عملی من نمی‌توانستم به آنها کمک کنم (علیرغم داشتن مدرک روانشناسی و تمایل به تبدیل شدن به یک روانشناس آموزشی). من توانستم از همه خان‌ها عبور کردم تا ارزیابی شوم و با کمکی که از دیگران گرفتم؛ اما اگرچه یک روانشناس آموزشی از آنها بازدید کرده و آنها را ارزیابی کرده بود اما مطلقاً تغییری ایجاد نشد و در این مرحله بود که فهمیدم روانشناسی تربیتی (در آن زمان در قالب خود و امروز هم باقی‌مانده است) برای من شغل نمی‌شد. من می‌خواستم به کودکان کمک کنم نه اینکه فقط آنها را ارزیابی و نظارت کنم؛ این تجربه در دو شغل - یعنی آموزش و روانشناسی تربیتی - را خاتمه داد.

با این حال، تقریباً ۱۸ سال بعد، امروز اینجا هستم و کتابی در مورد نیازهای رشد جسمانی کودکان خردسال می‌نویسم که پیوندهای زیادی با آموزش و مشکلات یادگیری دارد. دوست دارم فکر کنم آنچه در این میان اتفاق افتاده است «سنگ بنا» بازگشت به شغلی است که سال‌ها پیش انتخاب کردم و اکنون در موقعیتی هستم که می‌توانم کارهای بیشتری نسبت به ارزیابی و نظارت داشته باشم - من می‌توانم تغییراتی را که حقیقتاً

تغییر ایجاد می‌کنند را توصیه و اجرا کنم. احتمالا سه تجربه یا رویداد اصلی وجود دارد که به من کمک کرده است تا به این مرحله بازگردم: تحقیقاتی که در حین کار در دانشگاه لاگورو انجام داده‌ام. مشکلاتی که فرزندان خودم از نظر مهارت‌های حرکتی ریز و درشت خود با آن‌ها روبرو بوده‌اند (و مشکلاتی که این امر در مدرسه برای آن‌ها ایجاد کرده است)؛ و تقریباً شش سال پیش با پت پریدی یک ملاقات اتفاقی داشتم.

در رابطه با اولین نکته یا «سنگ بنا» من در دانشگاهی در یک موقعیت کاملاً منحصربه‌فرد قرار داشتم که ترجیح دادم پژوهش کنم تا اینکه مسیر معمولی تدریس را دنبال کنم. من به عنوان یک همکار تحقیقاتی در انستیتوی ورزش جوانان استخدام شدم جایی که در آنجا کار می‌کردم و پروژه‌های تحقیقاتی متعددی راجع به تربیت بدنی، ورزش و فعالیت بدنی را اداره می‌کردم. اکثر این موارد یا به روش‌هایی که می‌توان از ورزش و تربیت بدنی برای رشد جوانان استفاده کرد (از نظر رفتار، مهارت‌های اجتماعی و نتایج تحصیلی) یا روش‌هایی که فعالیت‌های بدنی می‌تواند برای جوانان ارائه یا ارتقا یابد، مربوط بود. مردم، معلمان، والدین و جوانان که به‌طور مکرر در این پروژه‌های تحقیقاتی شرکت می‌کردند، به من گفتند که ورزش و تربیت بدنی چگونه زندگی آنان را بهبود بخشیده است، اما همچنان ایجاد انگیزه برای انجام فعالیت بدنی نیز دشوار است؛ بنابراین از یک طرف در میدان عمل و توسط افراد به من گفته می‌شد که انجام ورزش، تربیت بدنی و فعالیت بدنی مفید است و از طرف دیگر پروتکل‌های متعدد پژوهشی نشان می‌داد که ورزش و فعالیت بدنی مفید است. این به من پیشنهادی در رابطه با تربیت بدنی، ورزش و فعالیت بدنی مرتبط با کودکان خردسال داد، علاوه بر این تجربه تحقیقاتی گسترده‌ای را داد که بعدها در حرفه من

بسیار مفید بود.

دومین «سنگ بنا» در سال ۲۰۰۶ متولد شد و برادران دوقلوی او در سال ۲۰۰۹ متولد شدند. من برخی از تجربیات خودمان را در فصل بعدی شرح می‌دهم، بنابراین آن‌ها را در اینجا با جزئیات زیاد تکرار نمی‌کنم. ما یک خانواده بسیار فعال بوده و هستیم و اعضای خانواده هر دو طرف از موفقیت ورزشی در سطح منفی برخوردار بوده‌اند. من اعتقاد داشتم هنگامی که فرزندانم کوچک بودند من همه کارها را به درستی انجام می‌دادم (در حد امکان درست) و فرزندانم در طول مسیر رشد جسمانی خود پیشرفت خوبی داشتند. همه آن‌ها تقریباً در همان زمان مناسب، مراحل پیشرفت فیزیکی خود را نشان داده اند، مهدکودک هرگونه مشکل احتمالی بچه‌ها را به ما گوشزد می‌کرد و مطمئناً من نگرانی‌های کمی در مورد هریک از آن‌ها قبل از شروع مدرسه داشتم. باین حال بین بچه‌ها و در مهارت‌های حرکتی ریز (که در دست خط آن‌ها منعکس شده است)، تعادل، هماهنگی و آگاهی از محیط ممکن است مشکلاتی وجود داشته باشد. دو نفر از بچه‌ها بازتاب‌های ابتدایی را به شدت حفظ کرده بودند و در دیگری اثرات کمی از آنها مانده بود. بچه بزرگ‌تر من از همان ابتدا در مدرسه با سختی روبرو بود و تقریباً هرروز با ما در ارتباط بودند. هر شب پدر و مادر او به ما می‌گفتند که آن‌ها نمی‌دانند که چه کاری با او کنند. این باعث شد که من شروع کنم به بررسی آنچه اتفاق می‌افتد- او در یادگیری خواندن هیچ مشکلی نداشت، ریاضیات او از نظر همسالانش بالاتر از حد متوسط بود اما رفتار و مهارت‌های بدنی او کاملاً کمتر از انتظار ما بود. تقریباً در همین زمان بود که من به سخنان سالی گودارد بلیث از انستیتوی روانشناسی فیزیولوژی عصبی (INPP) که در یک کنفرانس ارائه می‌داد، گوش کردم و

فهمیدم علائمی که وی توصیف می‌کند با آنچه در خانه می‌بینیم و معلمین در مدرسه گزارش می‌دهند بسیار متناسب است. به‌طور کاملاً تصادفی چند ماه بعد در یک جلسه انجمن دوقلوها و چند زایمان (TAMBA) در کنار دکتر پت پریدی نشسته بودم که هر دو مشاور افتخاری بودیم. پت با سالی در INPP آموزش دیده بود.

در این زمان پت برای ما کاملاً غریبه بود، با این حال او تنها کسی بود که می‌توانست کمک کند بنابراین؛ توصیف او به‌عنوان «سنگ بنای سوم» شاید کمی نامناسب باشد و هم مهربانی او را دست‌کم بگیرد و هم عظمت کاری که او برای ما انجام داد. نیازی به گفتن نیست اگر او نبود من الان اینجا نبودم و هرگز به‌خوبی در یک‌رشته ورزشی فعالیت نمی‌کردم. عملکرد پت در مدرسه متوسطه جدید خود بسیار فراتر از انتظارات بود. پت نه تنها به من کمک کرد بلکه مرا هم به همکاری در پروژه تحقیقاتی «جنبش یادگیری» دعوت کرد که تقریباً سه سال روی آن کار کردیم، مهارت‌های بدنی کودکان را در ابتدا و انتهای پذیرش ارزیابی کرد و بررسی کرد که آیا جنبش برای برنامه یادگیری بر روی کودکان درگیر تأثیر داشت. در سال ۲۰۱۶ پت من را متقاعد کرد که برای دوره INPP که در سال ۲۰۱۷ به اتمام رساندم، برای درمان کودکانی که دارای بازتاب‌های باقی‌مانده و علائم مرتبط با آن هستند و به‌طور معمول با نارساخوانی، DCD/دیس‌پراکسی، اختلال نقص توجه، اسپرگر و اختلال پردازش حسی مرتبط هستند، اقدام کنم؛ بنابراین؛ علاقه من به سال‌های ابتدایی برانگیخته شد و علاقه من به روانشناسی تربیتی دوباره تجدید شد.

اندکی پس از انتشار مطبوعاتی از تحقیقات جنبش یادگیری که برای شناسایی تعداد نگران‌کننده‌ای از کودکانی که اکنون پذیرش خود را با رشد

و نمو جسمانی پایین شروع می‌کنند، برای نوشتن این کتاب به من مراجعه شد. در ابتدا از من خواسته شد که در سال‌های ابتدایی روی تربیت بدنی تمرکز کنم اما به سرعت مشخص شد که این اصطلاح مناسبی نیست و بنابراین تمرکز به رشد فیزیکی و طیف سنی بیشتری از کودکان منتقل شد (۰-۸ سال). با استفاده از تجربیاتی که قبلاً بیان شد امیدوارم که این کتاب: (۱) خواننده را از اهمیت رشد جسمانی در سال‌های ابتدایی آگاه کند (۲) ارتباط بین رشد جسمانی ضعیف و مشکلات یادگیری/رفتاری در کلاس را برجسته کند. (۳) برخی از موانع فراهم آوردن فرصت‌های مناسب رشد جسمانی برای کودکان خردسال را مشخص کند (۴) راه‌های چگونگی غلبه والدین و متخصصان بر این موانع را شناسایی کند. پیام زمینه‌ای این است که رشد جسمانی «ثابت» نیست درحالی‌که بهتر است از ابتدا کارها را درست انجام دهیم (همان‌طور که در فصل ۶ شرح داده شده است)، اما می‌توان از کمک‌های بعدی و مداخلات بعدی برای کمک به بچه‌ها در مسیر درست استفاده کرد.

این کتاب در سه بخش تنظیم شده است: بخش اول ریشه و تحول رشد جسمانی را به عنوان یک اصطلاح در اوایل کودکی دنبال می‌کند، مفاهیم کلیدی مانند سواد بدنی، مهارت‌های حرکتی پایه و فعالیت بدنی را بررسی می‌کند، تفاوت‌های ارائه شده در فنلاند را شرح می‌دهد (وقتی با انگلستان مقایسه می‌شود)؛ بخش دوم نیازهای رشد جسمانی و روش‌هایی را که می‌توان آن‌ها را برای نوزادان، کودکان نوپا، کودکان EYFS، کودکان در KS۱ و کودکانی که پس از شروع مدرسه دچار مشکلات جسمانی یا یادگیری هستند فراهم می‌کند برجسته می‌کند. بخش آخر به روش‌هایی می‌پردازد که ورزش، محیط فیزیکی و بازی (چه در محیط داخلی و چه در فضای