

دراسة توصي بتعليم الأطفال السباحة لتحسين تعلمهم



وكالات - الإمارات 71
تاريخ الخبر: 2021-08-07

ليس من الضروري أن تستهدف الأسرة من ممارسة ابنائها للرياضة مشاركتهم في مسابقات كبرى، إذ أن ممارسة التمارين الرياضية يمكنها أن تساعد الأطفال بشكل غير متوقع في أمور أخرى.

ففي دراسة تعد الأولى التي تربط بين النشاط الجسدي للأطفال وقدرتهم على التعلم، توصل باحثون بجامعة ديلاوير الأمريكية إلى أن ممارسة السباحة يمكنها أن تحسن من أداء الأطفال في التعلم واكتساب المزيد من الكلمات، وفقاً لموقع شبكات التكنولوجيا العلمي.

وطلب الباحثون خلال الدراسة، المنشورة بمجلة لغة الخطاب وأبحاث السمع المتخصصة، من أطفال يتراوح عمرهم ما بين 6 و12 عاماً تعلم كلمات جديدة ثم الاشتراك في تمرين سباحة أو تمرين لياقة بدنية أو تمرين للتلوين.

وبإجراء اختبار للكلمات الجديدة بعد الانتهاء من التمارين، وجد الباحثون أن معدل نجاح

الأطفال في تعلم الكلمات يزيد زاد بنسبة 13 في المائة لدى الأطفال الذين اختاروا تمرين السباحة.

وترى الباحثة المشرفة على الدراسة، مادي برويت، أن ما توصلت له الدراسة من نتائج يعد أمراً غير مفاجئ. وتشرح برويت، التي اعتادت على السباحة أثناء دراستها الجامعية، أن النشاط العضلي يعتبر من العوامل المؤدية لزيادة معدلات التغذية العصبية في الدماغ، ما يصنع "المعجزات"، على حد تعبيرها.

وتوضح الباحثة أن سبب تميز السباحة عن تمارين اللياقة البدنية الأخرى في الدراسة يعود لحجم الطاقة الذي يتطلبه كل تمرين من المخ. فبينما يقوم الأطفال بالسباحة بشكل شبه طبيعي دون تفكير أو توجيه، تحتاج تمارين اللياقة البدنية الأخرى للتوجيه، حيث يتطلب الأمر تعلم الأطفال للحركات، وهو ما يحتاج إلى بذل مجهود ذهني.

وأجرت برويت الدراسة كجزء من مشروع نيلها شهادة الماجستير، وتعمل حالياً كأخصائية في لغة التخاطب، حيث تسعى لتطبيق ما توصلت له من نتائج على أرض الواقع مع أطفال المدارس. وتقول برويت: "جلساتي نادراً ما تكون على طاولة. أصطحب الأطفال لمنطقة اللعب أو أسير معهم في جولة حول المدرسة".

وتركز غالبية الأبحاث على الرياضة باعتبار ممارستها نمطاً صحياً للحياة، وليس كوسيلة يمكن أن تساعد الأطفال على التعلم أو اكتساب اللغة. ويسعى باحثون لإجراء المزيد من الدراسات في هذا المجال، والعمل على تطبيق النتائج بشكل عملي في علاج مشاكل التعلم.



UAE71NEWS