



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية



UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Badis
MOSTAGANEM

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

في النشاط البدني الرياضي الترويحي

الموسم بـ:

اثر استخدام الالعاب الرياضية الترويحية في تحسين بعض الصفات الحركية

لدى مبتدئي بعض النوادي الرياضية

دراسة تجريبية أجريه على مستوى النادي الرياضي لولاية المواهب الشابة

- ولاية البيض -

لجنة المناقشة:

اعداد الطالبان:

الرئيس:

محمد بدر الدين محبوبي



المناقش

حسام الدين بن كهيبة



المشرف: /د طيوش توفيق.

الموسم الجامعي : 2020-2019/1441-1440



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية



UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Badis
MOSTAGANEM

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

في النشاط البدني الرياضي الترويحي

الموسم بـ:

اثر استخدام الالعاب الرياضية الترويحية في تحسين بعض الصفات الحركية

لدى مبتدئي بعض النوادي الرياضية

دراسة تجريبية أجريتها على مستوى النادي الرياضي لرعاية المواهب الشابة

- ولاية البيض -

لجنة المناقشة:

اعداد الطالبان:

الرئيس:

❖ محمد بدر الدين محبوبي

المناقش

❖ حسام الدين بن دهيبة

المشرف: ا/د طروش توفيق.

الموسم الجامعي : 2020-2019/1441-1440

شكر وعرفان

إن شكر النعمة خصال حميدة بل واجب على كل عاقل واع فالحمد لله
القائل في كتابه " ولئن شكرتم لأزيدنكم " حمدا كثيرا يليق بمقامه
وجلال عظمته وجميل عطائه على توقيفه لنا في إنجاز هذا العمل المتواضع
كما لا يخوتنا أن نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المشرف
الأستاذ " طروش توفيق " الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته ونصائحه القيمة لإنجاز
وأخراج هذه المذكرة في أحسن حل.

كما أتقدم بالشكر الجزيل لكل من ساهم في نصحن وإرشادنا
وتعليمنا في كل طور مر في حياتنا، بدء بالابتدائي فالإكمالي
ثم الثانوي وأخير وليس آخر الجامعي. وإلى جميع الأساتذة
في قسم التربية الرياضية والبدنية، والذين رافقونا في المشوار الدراسي.
شكر خاص إلى من ساعدنا في إنجاز هذه المذكرة.

فائق الشكر للجميع

إهداء

الحمد لله أحمدته وأطيت وأسلمه علي سيدنا محمد

وعلي آله وصحبه أجمعين.

أهدي ثمرة جهدي إلي من ترعرعت بين أحضانها وحببت إلي القناعة

والمثابرة ورددت يداهما إلي السماء لتدعوا لي

أمي الغالية علي قلبي حفظها الله وأدامها فوق رؤوسنا

-إلي الذي رعايني وعمرني بحظفه ولم يبخل علي بأي شيء

وحرس علي تعليمي لأرتقي مراتب العلي دوما

-إلي أبي العزيز " عمر " رحمه الله تعالى

*إلي من أثار درج حياتي بدعواته ولم يبخل علي بدعمه

المعنوي والمادي. أخي الحبيب: عبد الكريم.

-إلي من يطلون حياتي أخواتي.

-إلي من عشيت معهم المعنى الحقيقي للأخوة والصدقة

بكل معانيها دةةة ماستر

2020/2019

إهداء

إلى خير الأنام "محمد" □ " الأمين الذي

أنار دربنا و سعيها لطلب العلم.

أهدي هذا العمل المتواضع لكل من صبر وأعطى

جهدا و أخذ بيدي، إلى من ضحى بالنفس والنفيس

إلى من تحمل العبء من أجلي الوالدين الكريمين

أطال الله في عمرهما.

إلى إخوتي وأختي.

إلى كل الأصدقاء وكل من هو في الذاكرة

ولم تحمله جرة القلم وكل من عمر

الصدور وغيبتة السطور

ملخص الدراسة:

يؤكد العلماء أن النشاط البدني والرياضي هو ممارسة عملية تظهر نتائجها في الأداء العملي التطبيقي وتحتاج إلى تفكير مقترن بالتنفيذ وهذا ما يطلق عليه بالإنتاج الإبداعي في النشاط الرياضي، حيث يؤكد "جروس" بأن اللعب ما هو إلا إعداد الطفل للعمل الجدي للحياة.

حيث كان هدف هذه الدراسة البحث عن أثر استخدام الألعاب الرياضية الترويحية على الصفات البدنية (التوازن - التوافق - الرشاقة) لدى مبتدئين من بعض النوادي الرياضية حيث استخدم المنهج التجريبي لعينتين متجانستين من حيث العدد وكذا من حيث الخصائص المورفولوجية والنفسية والبدنية. إذ تم اختيار 3 اختبارات وتكونت عينة البحث من مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة حيث تكونت كل مجموعة من عشرة (10) مبتدئين، ومن أهم النتائج المتوصل إليها أن الدراسة ساهمت في إبراز الدور الكبير للألعاب الرياضية الترويحية في مجال التدريب بصفة عامة إذ أن أداء المبتدئين للأنشطة بوجود الألعاب الرياضية الترويحية يكون أكثر جدية وأنضج وتكون المشاركة مرتفعة بنسبة كبيرة وهذا ما لم يحققه التدريب بالطرق الأخرى، حيث أن كل الفرضيات المقترحة تحققت بعد مقارنتها بالنتائج والاستنتاجات.

Resumé :

Les scientifiques confirment que l'activité physique sportive est un exercice pratique dont les résultats se manifestent par des performances pratiques et appliquées, et qui nécessite une réflexion associée à la mise en œuvre, et cela s'appelle la production créative dans l'activité sportive, car Gross affirme que le jeu n'est rien d'autre que préparer un enfant à un travail sérieux pour la vie

Là où le but de cette étude était d'étudier l'effet de l'utilisation des sports récréatifs sur les caractéristiques physiques (équilibre, compatibilité, agilité) des débutants de certains clubs sportifs, où la méthode expérimentale a été utilisée pour deux échantillons homogènes en nombre ainsi qu'en termes de caractéristiques morphologiques, psychologiques et physiques. Trois (03) tests ont été retenus. L'échantillon de recherche était composé de deux groupes, l'un expérimental et l'autre de contrôle, où chaque groupe était composé de dix (10) débutants, et l'un des résultats les plus importants était que l'étude a contribué à mettre en évidence le grand rôle des sports récréatifs dans le domaine de l'entraînement en général, car la performance des débutants aux activités en présence de sports récréatifs est plus sérieuse et mature. Et la participation est très élevée, et c'est ce que la formation n'a pas obtenu par d'autres méthodes, car toutes les hypothèses proposées ont été réalisées après les avoir comparées aux résultats et aux conclusions.

Summary :

Scientists confirm that sports physical activity is a practical exercise whose results appear in practical, applied performance, and it needs thinking associated with implementation, and this is called creative production in sports activity, as Gross asserts that play is nothing but preparing a child for serious work for life.

Where the aim of this study was to investigate the effect of the use of recreational sports on the physical characteristics (balance, compatibility, agility) of beginners from some sports clubs, where the experimental method was used for two samples that are homogeneous in terms of number as well as in terms of morphological, psychological and physical characteristics. Three (03) tests were chosen. The research sample consisted of two groups, one experimental and the other controlling, where each group consisted of ten (10) beginners, and one of the most important findings was that the study contributed to highlighting the great role of recreational sports in the field of training in general, as the performance of beginners to activities in the presence of recreational sports is more serious and mature And the participation is very high, and this is what training did not achieve by other methods, as all the proposed hypotheses were achieved after comparing them with the results and conclusions.

قائمة المحتويات:

العنوان	رقم الصفحة
إهداء.....	أ.....
شكر و تقدير.....	ب.....
ملخص البحث باللغة العربية.....	ت.....

قائمة المحتويات

قائمة الجداول.....	ح.....
--------------------	--------

التعريف بالبحث

مقدمة.....	01.....
مشكلة البحث.....	03.....
تساؤلات البحث.....	04.....
فرضيات البحث.....	04.....
أهداف البحث.....	05.....
أهمية البحث.....	05.....
مصطلحات البحث.....	05.....
الدراسات المشابهة والمرتبطة.....	06.....

الباب الأول: الدراسة النظرية

الفصل الأول: الألعاب الرياضية

- 10.....تمهيد
- 11.....1-1 مفهوم اللعب
- 14.....2-1 نظرة الاسلام للعب للأطفال
- 16.....3-1 أهمية الألعاب التربوية
- 17.....4-1 أهمية اللعب في حياة الطفل
- 19.....5-1 فوائد اللعب
- 20.....6-1 خصائص لعب الطفل
- 21.....7-1 الأدوار التربوية في لعب الأطفال
- 22.....8-1 نظريات اللعب
- 25.....5-8-1 نظرية الطاقة الزائدة
- 25.....6-8-1 النظرية التلخيصية
- 27.....9-1 أنواع اللعب
- 28.....2-9-1 اللعب التمثيلي
- 30.....5-9-1 الألعاب الثقافية
- 30.....6-9-1 الألعاب الرياضية والترويجية
- 30.....10-1 اللعب التركيبي
- 32.....11-1 خصائص اللعب
- 34.....12-1 اللعب التركيبي وجوانب نمو الطفل

37.....13-1 خطوات إعداد الألعاب التربوية.....

39.....خلاصة.....

الفصل الثاني: الصفات الحركية

41.....تمهيد.....

42.....1-2 مفهوم الرشاقة.....

42.....1-2 2- أنواع الرشاقة.....

43.....1-2 3- مبادئ وطرق تنمية الرشاقة.....

45.....1-2 4- أهمية الرشاقة.....

46.....1-2-2 التوازن.....

46.....2-2-2 مفهوم التوازن.....

46.....2-2-3 أهمية التوازن.....

47.....2-2-4 أنواع التوازن.....

47.....2-2-5 العوامل المؤثرة في توازنه.....

47.....2-2-6 بعض التدريبات على التوازن.....

48.....1-3-2 التوافق.....

48.....2-3-2 مفهوم التوافق.....

48.....2-3-2 أنواع التوافق.....

48.....3-3-2 أهمية التوافق.....

49.....4-3-2 العوامل المؤثرة على التوافق.....

49.....5-3-2 طرق تنميو التوافق.....

49.....6-3-2 تدريبات على التوافق.

الفصل الثالث: النوادي الرياضية

51.....تمهيد

52.....1-3 مفهوم النادي

53.....2-3- الوظائف البيداغوجية.

55.....2-3 فروع النادي

57.....1-8-3 مهام المصالح الادارية.

57.....9-3 مهام النادي

58.....1-9-3 الأهداف العامة للنادي

الباب الثاني: الدراسة التطبيقية

الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

63.....1-1 منهج البحث

63.....2-1 مجتمع البحث

63.....3-1 تحديد متغيرات البحث

65.....4-1 الدراسة الاساسية.

65.....5-1 أدوات البحث

68.....6-1 الدراسة الاستطلاعية

68.....7-1 الأسس العلمية لأدوات البحث

69.....9-1 الوسائل الإحصائية.

70.....10-1 أسلوب التحليل الإحصائي.

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

73.....1-2 عرض وتحليل النتائج.

73.....1-1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى.

74.....2-1-2 عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية.

75.....3-1-2 عرض والتحليل نتائج الفرضية الثالثة.

87.....الاستنتاجات.

88.....خاتمة.

100.....المصادر والمراجع.

108.....الملاحق.

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
68	يوضح قيمة الصدق والثبات للاستبيان بالطريقة الكلية	01
72	يبين بين النتائج القبليّة البعدية للمجموعة الضابطة	02
72	يبين التجانس بين أفراد المجموعة	03
73	يوضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية لصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية	04
75	يبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين للمجموعتين لصالح اموعة التجريبي	05

التعريف بالبحث

مقدمة

لقد أصبح بوسعنا الآن أن نساهم في بناء الشخصية الناضجة المتكاملة للفرد عن طريق إعداده وتنشئته على وفق الخطط الرياضية الموضوعة في ضوء الأهداف المرحلية لكي يتمكن من أن يكتسب الخصائص الاجتماعية الأساسية اللازمة والتي تمكنه من تولى مسؤوليات الفرد الصالح وكذلك إشباع حاجاته الأساسية المتمثلة في اللعب والنشاط البدني الرياضي الترويحي وإتاحة فرص التدريب والكشف لتنمو لديه القدرة على الخلق والإبداع ومن هذا المنطلق تمثل الألعاب الرياضية الترويحية أهمية إستثنائية ومدخلا جديداً لإرتباطها بالنشء والأطفال بصفة عامة وتكون قاعدة متينة راسخة البنين وتوفير كافة المستلزمات التي تأخذ بهم نحو الأحسن ولتطوير مستواهم وكذلك تتيح لهم الفرص المناسبة لتعبير عن رغباتهم وميولهم وحجاتهم الطبيعية وتكسيبهم الألعاب الرياضية الترويحية مهارات التعامل مع الجماعة واحترام وتقدير الآخرين وتقبل القيم الاجتماعية كالتعاون والصدقة، فضلا عن المتعة التي يكتسبونها من خلال مزاولتهم.

وتمثل الألعاب حاجة هامة لصحة الفرد النفسية لتحقيق التوافق بأبعاده المختلفة وتنمية المهارات النفسية لدى هذه الفئة بالنظر إلى المتعة التي تجلبها للمراهق من خلال الفرص التي تتيحها له لإشباع مختلفة الرغبات والحاجات التي يتطلبها النمو في هذه المرحلة بصفة مقبولة اجتماعيا ونفسيا كالحاجة إلى الإنتماء، الحاجة إلى إثبات النفس، ولتحقيق حاجة الرياضي تم اقتراح مجموعة من الالعاب الحركية الترويحية في التدريب من جهة، و من جهة اخرى لتنمية القدرات البدنية والنفسية، لذا تستهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن مساهمة الالعاب الرياضية الترويحية في تنمية القدرات النفسية لطفل. (الخولي، صفحة 211)

وقد قمنا بتقسيم بحثنا على النحو التالي:

الجانب النظري: ويحتوي على ثلاثة فصول:

الفصل الأول: الالعاب الرياضية الترويحية.

الفصل الثاني: الصفات الحركية الرشاقة التوازن التوافق

الفصل الثالث: النوادي الرياضية.

الفصل الرابع: الذكاء

الجانب التطبيقي: وقسم إلى ثلاثة فصول:

الفصل الأول: الطرق المنهجية للبحث.

الفصل الثاني: عرض ومناقشة النتائج.

الفصل الثالث: مقابلة النتائج بالفرضيات.

كما خلصنا إلى وضع خاتمة عامة مع الاقتراحات والتوصيات.

1 - اشكالية البحث :

تحتل التربية البدنية مكانة متقدمة في حياة الشعوب المتحضرة، كما تلعب دورا كبيرا في الحياة اليومية للفرد حتى اصبحت تلعب دورا كبيرا في اتزان شخصية الطفل، حيث يولد الطفل مزودا بعدة غرائز وميول (الذكاء، الفطنة، النباهة) تنتقل بالوراثة وتدفعه إلى أن يسلك سلوكا معيناً يحقق غرضا خاصا، وتعتبر الحركة أشد ميول الطفل الفطرية ظهورا وأبقاها في مراحل نموه فهي التي تدفعه إلى استكشاف بيئته ومعرفة كل ما يدور حوله وباعتباره كائن نشط ومستكشف فإن الجزء الأكبر من تعلمه يأتي من خلال الحركة. ويلاحظ اللعب مثل الجري، المطاردة، السباحة، السباق، والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل، بالإضافة إلى أهميته الكبيرة في التعلم والتسلية، كما يعتبر من أهم النشاطات التي تساعد الأطفال في تفهمهم للمحيط الذي يعيشون فيه وأحد الوسائل الهامة التي يعبرون من خلالها على أنفسهم وعلى حالتهم الاجتماعية، فمن خلال موضوع بحثنا هذا تعتبر الألعاب الرياضية الترويحية العامل الفعال الذي لا يتخلى عنه الطفل وهذا راجع لأهميتها الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية، خاصة لمرحلة التعليم المتوسط التي أكد عليها علماء النفس على حالة قلق وتوتر نفسي للمراهق هذا راجع إلى النمو البيولوجي السريع، وتمثل الألعاب الرياضية الترويحية مدخلا لظاهرة اللعب حيث تعتبر جزء هام

من التدريب حيث أن مشاركة الأطفال في عملية اللعب وبصورة عامة تؤدي إلى تنمية الجانب النفسي والاجتماعي من خلال العلاقات التي تنشئ من خلال ممارسة تلك الألعاب، فاحترام الذات يبني من خلال خبرات النجاح والتعلم اللعبي الجماعي، وبذلك نرى أن ممارسة الألعاب بأنشطتها الواسعة توسع من دائرة الطفل ومعارفه وتجعله قادراً على إقامة العلاقات مع الآخرين وكيفية التعامل مع الجماعة واحترامها والعمل بقوانينها والانتماء إليها. (اسماعيل)

فقد اتفق كل من "رتشارد لورمان" و"فرايد" على أن اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للقلق الذي هو وليد الإحباط وهذا الأخير من شأنه أن يعرقل الطاقة الغريزية للنمو، فعن طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة اجتماعية مقبولة إذ يستطيع المراهق الوصول إلى حل أو على الأقل التحكم في مراعاته النفسية ويتمكن من تقسيم وتقويم إمكاناته النفسية والبدنية والعاطفية ومحاولة تطويرها باستمرار، لذا تحتاج هذه الفئة إلى رعاية كبيرة وبهذا النشاط الرياضي يتعلم الطفل بعض الألعاب لتحقيق أفضل النتائج مستقبلاً.

وأكثر ما يجلب انتباه الطفل في هذه المادة هو اللعب بأشكاله المختلفة، سواء كان جماعي أو فردي لذا لفت انتباهنا في هذا البحث إلى مدى مساهمة الألعاب الرياضية الترويحية في تحسين بعض الصفات البدنية - لدى مبتدئي بعض النوادي الرياضية.

من خلال كل ما سبق تبادر إلينا التساؤل العام التالي:

اثر استخدام الألعاب الرياضية الترويحية في تحسين بعض الصفات الحركية (الرشاقة -التوازن - التوافق) والذكاء لدى مبتدئي بعض النوادي الرياضية ؟

ومن هذا المنطلق ارتأينا ان تكون التساؤلات الجزئية موزعة على النحو التالي:

-التساؤلات الجزئية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبيلة والبعديتين للعينتين الضابطة والتجريبية في اختبار الصفات الحركية ؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبيلة والبعديتين للعينتين الضابطة والتجريبية في اختبار الذكاء ؟

2- فرضيات البحث:

2 - 1 - الفرضية العامة:

لاستخدام الالعاب الرياضية الترويحية اثر في تحسين بعض الصفات الحركية (الرشاقة - التوازن -التوافق) لدى مبتدئي بعض النوادي الرياضية.

2 - 2 - الفرضيات الفرعية:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبيلة والبعديّة للعينتين الضابطة والتجريبية في اختبار الصفات الحركية.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبيلة والبعديّة للعينتين الضابطة والتجريبية في اختبار الذكاء.

3- أهداف البحث: استهدفنا من خلال هذا البحث إلى:

- إبراز أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية المختلفة في تكوين شخصية الطفل.
- إبراز دور النشاط الترويحي في تنمية القدرات الإبداعية اللازمة والتي تفيده في المستقبل.
- لفت انتباه المربين والمشرفين على رياض الأطفال إلى إعطاء الأهمية والعناية اللازمة لهذه الفئة لتحقيق نمو متزن من جميع النواحي النفسية والاجتماعية، والعقلية، والانفعالية، والحركية، والثقافية.

5- أهمية البحث:

- أهمية العلمية: تتمثل أهمية البحث العلمية في التوجه الى المكتبة وقيام بمسح المذكرات والكتب المتعلقة بالالعاب الرياضية الترويحية.

- أهمية العملية: تتمثل أهمية البحث العملية في التوجه الى الميدان والقيام بالاختبارات ثم تطبيق البرنامج التدريبي ثم إعادة تطبيق الاختبارات من اجل معرفة مدى نجاعة البرنامج التدريبي.

6- تحديد المصطلحات:

الألعاب الرياضية الترويحية: هي تلك الألعاب التي تظهر الدور الواضح للحركات الأساسية وفي محتوى اللعب، وهي كذلك تلك الألعاب أو الرياضات التي تمارس في أوقات الفراغ والخالية من المنافسة الشديدة أو بمعنى آخر هي الرياضات التي تمارس خارج الإطار الفيدرالي والتنظيمي فالألعاب الرياضية الترويحية تمثل وسيلة من وسائل شغل وقت الفراغ ولهذه الأسباب نرى أن النشاط البدني الرياضي يحتل مكانة هامة في حياة الشعوب وخاصة المتطورة منها، وهو نشاط بدني رياضي مبني على مبدأ المتعة والمتضمن فلسفة الحياة (خولي، 1990).

الذكاء مصطلح يشمل ويتضمن القدرات العقلية المتعلقة بالقدرة على التحليل، والتخطيط، وحل المشاكل، وبناء الاستنتاجات، وسرعة التصرف، كما يشمل القدرة على التفكير المجرد، وجمع وتنسيق الأفكار، والنقاط اللغات، وسرعة التعلم، كما يتضمن أيضا حسب بعض العلماء القدرة على الإحساس وإبداء المشاعر وفهم مشاعر الآخرين

الصفات الحركية او القدرات الحركية القدرات الحركية تلعب دور كبير في انتاج الشكل النهائي للحركات الرياضية والتي تعمل بالاضافة الى الصفات البدنية الرئيسية والاساسية القوة والسرعة والمطاولة وكذلك القدرات البدنية القوة المميزة بالسرعة والقدرة الانفجارية والمطاولة والسرعة والمطاولة القوة وبذلك تتكون الوحدة المتكاملة لانتاج الحركات الرياضية.

الدراسات المرتبطة:

- 1- **دراسة مرازقة جمال دكتوراه تحت عنوان:** " أهمية استثمار أوقات الفراغ من خلال نشاط الترويح الرياضي وأثره في الوقاية من الانحراف السلوكي لدى طالب المرحلة الثانوية بالجزائر 2013م".

المنهج والعينة: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية المقصودة وهم تلاميذ المرحلة الثانوية ذكور وإناث بلغت 454 موزعين على جميع المؤسسات التربوية التي أجريت عليها الدراسة بمجموع 18 ثانوية من بعض ثانويات الجزائر.

النتائج: أن هناك فروق إيجابية ذات دلالة إحصائية لدى عينة البحث فيما يتعلق المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية وهذا لصالح الاختبار مشترك دائما.

2- **دراسة قيصر عبد القادر وذلك بعنوان:** " دور الالعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد " 9 - 12" سنة والتي اشرف عليها الأستاذ جوادي خالد دفعة 2006-2010، حيث كانت طبيعة الدراسة دراسة ميدانية لثلاثة فرق وطنية وهم كالتالي: المسيلة - برج بوعريريج - سطيف وتمثلت إشكالية الدراسة في هل لألعاب شبه الرياضية دور في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد 9 - 12 سنة؟

تساهم الالعاب شبه الرياضية في الوصول بالطفل إلى الاداء الجيد للحركة، وقد اعتمدوا على المنهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية هذا وكانت أداة البحث تقنية الاستبيان وتمثله عينة البحث وشملت 20 مدرب لكرة اليد على مستوى ثلاثة ولايات من القطر الوطني، تم توزيع الاستمارات عليهم وذلك بغية تزويد بحثهم وكان من أهداف الدراسة:

• ابراز أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات الحسية الحركية وكذلك معرفة أهمية الالعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض الجوانب الحسية الحركية للطفل، معرفة فائدة الالعاب الشبه الرياضية بالنسبة لمرحلة الطفولة من جميع النواحي (النفسية الإجتماعية البدنية الصحية الخلقية) وقد توصل هذا البحث إلى نتيجة مفادها أن : الالعاب شبه الرياضية لها دور ايجابي في تحسين السلوك الحسي للطفل بحيث تساهم في الوصول بالطفل إلى الاداء الجيد للحركة.

3- **دراسة بوزايد منير بعنوان:** " فعالية النشاط الرياضي الترويحي في الوقاية من

حالات القلق عند الطلبة الجامعين، 2006م"

المنهج والعينة: استخدم الباحث المنهج الوصفي، واختار عينة تشمل طلبة المدرسة الوطنية التحضيرية لدراسات مهندس بالروبية، تتراوح أعمارهم ما بين 17 و 21 سنة من جنس الذكور، وبذلك اشتملت العينة على 346 طالب.

النتائج: وجد الباحث أن المتوسط الحسابي لدرجات القلق عند الطلبة الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي منخفض مقارنة بالمتوسط الحسابي لدرجات المجموعة غير الممارسة، كما وجد فروق في مستوى القلق دالة إحصائياً بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي.

-الاستفادة من الدراسات السابقة والمثابرة:

اشتملت الدراسات السابقة علي أحجام مختلفة لعينات، فقد تمت الاستفادة منها في اختيار أنسب الطرق الإحصائية المناسبة لطبيعة البيانات المستخلصة من البحث والاستفادة منها في مناقشة النتائج النهائية.

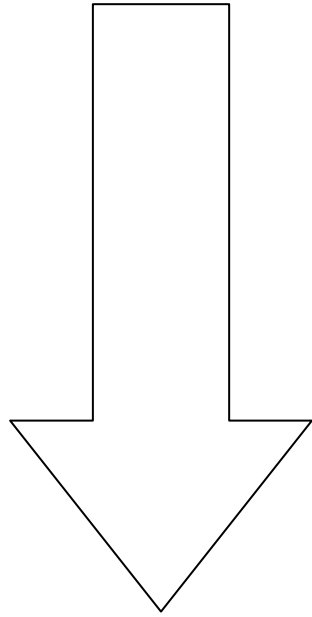
هذه الدراسات ساعدت الباحث في اختيار أدوات جمع البيانات المناسبة، كما أنها شكلت قاعدة انطلاق للبحث الحالي استشهدا بالنتائج التي توصلت إليها ومقارنة والمأمماً بالأساليب المنهجية ومحاولة معالجة بعض جوانب قصور هذه الدراسات السابقة، سعياً لتحقيق نتائج أفضل وفوائد أكثر وصولاً لتوصيات تكون نيراً للباحثين.

ولقد استفدت من خلال هذه الدراسات في معرفة جميع الصعوبات التي واجهها الباحثون، وكذلك الاستفادة منها وأخذ العبرة من الأخطاء التي وقع فيها الباحثون، وهذا ما سمح لي بالإلمام والربط بحديثيات الموضوع، وضبط متغيرات الدراسة.

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول



الألعاب
الرياضية
الترويحية

تمهيد :

العلاقة بين الطفل واللعب علاقة وثيقة جداً، فاللعب هو حب الطفل وملاذه وعالمه وحياته، وأسعد لحظات حياته تلك التي يقضيها مع لعبته، يحادثها ويحكي لها حكاية، يشكو لها، ويعرض عليها مشكلته، يضرها، يبعثرها يفكها ويعيد تركيبها، يتخيلها أشخاصاً أمامه ومعه، والأطفال يلعبون عندما لا يكون هناك شيء آخر ينشغلون به، أي عندما يكونون مرتاحين جسدياً ونفسياً، واللعب ولا شك هو أكثر من مجرد ترويح، بل هو عملية مهمة في سبيل النمو، والسؤال الذي يطرح نفسه بقوة في ساحة التربية وعلى علماء النفس والمهتمين بالطفولة في العصر الحديث: هل اللعب لدى أطفالنا. عبث أم أنه يمكن أن يكون وسيلة لخفض القلق والتوتر لدى الأبناء؟

1- مفهوم اللعب :

أحد تعريفات اللعب أنه: ذلك النشاط الحر الذي يمارس لذاته، واللعب: ميل من أقوى الميول وأكثرها قيمة في التربية الاجتماعية والرياضية والخلقية، فهو سلوك طبيعي وتلقائي صادر عن رغبة الشخص أو الجماعة. ففي الصغر يميل الطفل إلى اللعب الانفرادي وكلما تقدمت به السن زاد ميله إلى اللعب الجماعي.

و مما لا شك فيه أن التربية الحديثة تجعل من اللعب وسيلة لتنمية قدرات الطفل وتنمية الذكاء والتفكير الابتكاري منذ السنوات الأولى إذ تعمل على توفير اللعب المختلفة في دور الحضانة وللعب وظائف مهمة منها:

- اللعب يهيئ للطفل فرصة فريدة للتحرر من الواقع المليء بالالتزامات والقيود والإحباط والقواعد والأوامر والنواهي. لكي يعيش أحداثاً كان يرغب في أن تحدث ولكنها لم تحدث أو يعدل من أحداث وقعت له بشكل معين وكان يرغب في أن تحدث له بشكل آخر، إنه انطلاقة يحل بها الطفل ولو وقتياً التناقض القائم بينه وبين الكبار والمحيطين به، ليس هذا فحسب، بل إنه انطلاقة أيضاً للتحرر من قيود القوانين الطبيعية التي قد تحول بينه وبين التجريب واستخدام الوسائل دون ضرورة للربط بينها وبين الغايات أو النتائج إنه فرصة للطفل كي يتصرف بحرية دون التقيد بقوانين الواقع المادي والاجتماعي:

- اللعب كنشاط حر يكسب الطفل المهارات الحركية المتعددة ويظهر مواهبه وقدراته الكامنة فالنشاط الحر لا يحدث فقط على سبيل الترفيه وإنما هو الفرصة المثلى التي يجد فيها الطفل مجالاً لا يعوض لتحقيق أهداف النمو ذاتها واكتساب ما يعز اكتسابه في مجال الجد، وهذا الكلام ليس بمستغرب، فالأطفال وهم منشغلون في وضع الخوابير في الثقوب، أو في وضع الصناديق الكبيرة وبداخلها الصناديق الصغيرة، أو في إضاءة الضوء ثم إطفائه، أو في تشغيل المكينة الكهربائية ثم إبطالها، أو الراديو والتلفاز، يكتسبون مهارات حركية مهمة جداً، فتصبح حركتهم أكثر دقة وأكثر تحديداً، الأمر الذي يعتبر إضافة مهمة لنمو الشخصية الطفولية:

- اللعب يمكن الطفل من اكتشاف القوانين الأساسية للمادة والطبيعة.
- اللعب يهيئ الفرصة للطفل لكي يتخلص ولو مؤقتاً من الصراعات التي يعانيتها وأن يتخفف من حدة التوتر والإحباط اللذين ينوء بهما.
- اللعب يساعد على خبرة الطفل ونموه الاجتماعي، ففي سياق اللعب يكون لدى الطفل الفرصة للعب الأدوار، وفي اللعب الإيهامي يقوم الطفل بأدوار التسلط وأدوار الخضوع كدور الوالد ودور الرضيع مثلاً، وغير ذلك كدور الأسد ودور الفريسة، وهم في ذلك كله يجربون ويختبرون ويتعلمون أنواع السلوك الاجتماعي التي تلائم كل موقف.
- وتتعدد وظائف اللعب فمنها التربوية والفسولوجية والنفسية والتشخيصية والعلاجية ، ومن حيث الجانب العلاجي يرى علماء التحليل النفسي أن الطفل في لعبه يعاود ترتيب الأحداث الحياتية بالشكل الذي يراه أو على الأقل لا يضايقه وبهذا يتخلص من قلقه . (سيد ، 2002م)
- وإن المرونة التي يقبل بها غالبية الأطفال على التعامل مع أدوات اللعب لا تعني أن كل الوسائل يمكن تقديمها إلى جميع الأطفال بصرف النظر عن الظروف وإنما ينبغي مراعاة حالة الطفل من الكف أو القلق أو المخاوف كذلك مراعاة عمره الزمني ، مثال ذلك أن إناء الرمل يقبل عليه معظم الأطفال ولكن الأطفال القلقين أو المكبوتين قد يتهيبون من اللعب والنشاط ويقفون بدون عمل مراقبين لزملائهم وحتى مع محاولات التشجيع يظل البعض متهيباً ،ومثل هؤلاء الأطفال من الأفضل تحويلهم إلى نشاط آخر مثل الرسم والتلوين أو اللعب بالطوب . (عبدالفتاح ، 1991م)
- وفي هذا البحث يتم تناول اللعب كوسيلة للعلاج في خفض سمة القلق لدى المعاقين حركياً من الأطفال والذي يؤكد وجوده تلخيص (كليمك ، Klimic) للمشكلات النفسية للإعاقة في المؤتمر الدولي الثامن لرعاية المعوقين 1968م بنيويورك إلى مجموعة من المشكلات كالآتي:-
- الشعور الزائد بالنقص مما يعوق تكيفه الاجتماعي .
- الشعور الزائد بالعجز مما يولد لديه الإحساس بالضعف والاستسلام للإعاقة .
- عدم الشعور بالأمان مما يولد لديه القلق والخوف من المجهول .

- عدم الاتزان الانفعالي مما يولد لديه مخاوف وهمية مبالغ فيها.
 - سيادة مظاهر السلوك الدفاعي وأبرزها الإنكار والتعويض والإسقاط والأفعال العكسية. (سيد، 2002م)
- كما ويصنف المرشد الطبي النفسي الأمريكي الفئات الرئيسية لاضطرابات الطفولة على النحو التالي:
- 1- مشكلات متعلقة بالنمو: التخلف العقلي أو الدراسي - مشكلات النمو اللغوي - صعوبات التعلم.
 - 2- مشكلات متعلقة باضطراب السلوك: الإفراط الحركي (الحركية) - العدوان - تشتت الانتباه - التخريب - الجنوح - الكذب - الانحرافات الجنسية.
 - 3- مشكلات القلق: قلق الانفصال - القلق الاجتماعي - تحاشي أو تجنب الاحتكاك بالآخرين.
 - 4- الاضطرابات المرتبطة بسلوك الأكل والطعام: الهزال أو النحافة المرضية - النهم - السمنة - التهام المواد الضارة.
 - 5- اللوازم الحركية: نتف الشعر - مص الأصابع - قضم الأظافر.
 - 6- اضطرابات الإخراج: التبول اللاإرادي - التغوط.
 - 7- اضطرابات الكلام واللغة: التتهمة - البكم - الحبسة الصوتية.
 - 8- اضطرابات أخرى: زهان الطفولة - السلوك الإجتراري. (ابراهيم وآخرون ، 1993م)
- ويظل اعتبار اللعب وسيلة السيطرة على الأحداث المثيرة للاضطراب والقلق، تفسيراً يتفق مع السعي إلى اللذة وتجنب الألم، حيث إن التكرار يسبب انخفاض الاضطراب غير السار. (ميلر، 1987م)
- 1-2 نظرة الإسلام للعب الأطفال:

اللعب فعل يرتبط بعمل لا يجدي أو بالميل إلى السخرية بل هو نشاط ضد الجد . جاء في القرآن الكريم بقوله تعالى : " الذين اتخذوا دينهم لعبا ولهوا " (الأنعام آية 70) وفي موضع آخر : " فذرهم يخوضوا ويلعبوا " (الزخرف آية 83) . وجاء اللعب بمعنى الاستمتاع والتسلية على لسان إخوة يوسف لأبيهم ، قال تعالى : " أرسله معنا يرتع ويلعب " (يوسف آية 12) ولهذا فإن اللعب في المجتمعات العربية اختلط فهمه عند العامة إلى درجة التباين ، فعندما ننظر إليه في إطار النشاط الذي يقابل النشاط الديني لغاية التفاضل فإنه يشكل نشاطاً عبثياً ، وأما إذا فهم بأنه نشاط للصغار والكبار في إطار تقسيمي لا يفضل النشاط الديني فإنه يقبل مع التحفظ . (الحيلة ، 2005م)

والأصل في اللعب أنه مرغوب ومطلوب للطفل من وجهة نظر الإسلام وذلك لما يضيفه من سعادة على الطفل ويكسبه من خبرات ، فإخوة يوسف عليه السلام حين طلبوا من أبيهم السماح بأخذه معهم عللوا ذلك بأنه سوف يرتع ويلعب وأنهم سوف يحافظون عليه ولو لم يكن ذلك مقبولاً بل حقاً من حقوق الطفل لما سمح أبوهم لهم بمصاحبة يوسف وأخذهم له (حنورة ، عباس 1996م).

وروى البزار عن سعد بن أبي وقاص قال: دخلت على رسول الله ﷺ والحسين يلعبان على بطنه، فقلت يا رسول الله أتحبهما؟ فقال: (وما لي لا أحبهما؟ وهما ریحانتاي). وعن عائشة رضي الله عنها قالت: وجاءت السودان يلعبون بين يدي رسول الله ﷺ في يوم عيد، فدعاني رسول الله ﷺ فكننت أطلع عليهم فوق عاتقه، حتى كنت أنا التي انصرفت. رواه نسائي (سويد، 2004م).

وكان الرسول ﷺ يداعب حفيدته إمامة بنت العاص رضي الله عنها حيث كان عليه الصلاة والسلام يضعها على عاتقه فيصلي، فإذا ركع وضع، وإذا رفع رفعها. أخرجه البخاري عن أبي قتادة: عن حياة الصحابة (البخاري، 1981م).

وتطرق العلماء العرب الأولون المهتمون بالتربية كالغزالي إلى موضوع معرفة الطبيعة البشرية عند الولد . فدرى الغزالي في كتابه " إحياء علوم الدين " يهتم بموضوع اللعب الذي يحث عليه الطفل لأن له ثلاث وظائف أساسية : ترويض جسم الولد ، إدخال السرور إلى قلبه ، وإراحته

من تعب الدروس في الكتاب. وكل هذه الأفكار ينادي بها علم النفس العام والتربوي بشكل خاص. (عكيلة، هوانة، طه، 1983م)

واستهدفت دراسة (الجرواني والمشرقي، 2007م) التعرف على الواقع الفعلي للعب الأطفال في المستشفيات بمحافظة الإسكندرية بحثاً عن العوامل المعوقة أو المساهمة في أساليب وطرق استخدامه، واتجاهها نحو معالجة أوجه القصور وما قد تستدعيه ذلك من وضع تصور مقترح لرؤية مستقبلية للدعائم الأساسية التي يمكن أن يركز عليها تطبيق برامج للعب الأطفال بالمستشفيات في مصر، وقد اشتملت عينة البحث على 68 طبيب أطفال يعملون في 12 مستشفى واستخدمت الإستبانة أداة في هذه الدراسة، وبينت النتائج عدم تحقيق جميع المحاور الثلاثة للإستبانة (برامج لعب أطفال المستشفيات، البيئة الفيزيائية للعب أطفال المستشفيات، أخصائي لعب المستشفيات) ما عدا المفردة الثانية من المحور الثاني والخاص " بوجود مكان مخصص لممارسة اللعب للأطفال المستشفى خارج مبنى المستشفى " وذلك في المستشفى الجامعي فقط كما أوضح البحث أهمية استخدام أسلوب لعب المستشفيات ووضع تصور مقترح لتفعيل استخدام أسلوب لعب المستشفيات.

كما هدفت دراسة محمد الكرش عام 1986م إلى معرفة مدى فاعلية استخدام نموذج اللعب في تعلم المهارات الأساسية في الجمع والطرح لمجموعة من التلاميذ المتخلفين عقلياً وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية والذين درسوا باستخدام نموذج اللعب وذلك في تعلم المهارات الأساسية في الجمع والطرح، وأوصت الدراسة بأن التدريس للمتخلفين عقلياً يفضل أن يكون من خلال نماذج مختلفة من اللعب تتلاءم مع طبيعة كل وحدة والإكثار من الخبرة المحسوسة أكثر من الخبرة النظرية (عبدالرحمن، 2001م).

أما فيما يتعلق بحالات العجز الجسمي فيمكن الاستفادة من برامج التدخلات المتعددة باللعب، ويجب على المعالج أن يمتلك البراعة في الاختيار للألعاب والأجهزة وطرق تجهيز وإعداد الأجهزة ويرتب ويتعامل مع بعض التفاصيل الإضافية التي تتعلق بهذه الفئة والمسألة تعتمد أساساً على احتياجات تلك الفئة، ويمكن أيضاً أن تستفيد الأسرة من الإرشاد النفسي ولكن بعد أن يقدم لها قدر غير عادي من المساعدة والمعلومات، فمنهج التدخلات المتعددة الجوانب Interdisciplinary

يمكن أن يكون له قيمة في التعامل مع المشكلات المتعددة التي يأتي بها المعوقون، فالعلاج باللعب يتم تعديله ليناسب احتياجات كل الأطفال المعوقين ويجب أيضاً الاستفادة من طاقاتهم وتمييزها كوسيلة لمساعدتهم على مواجهة المشكلات التي تحدث بسبب إعاقتهم وبسبب صعوبة اعتمادهم على أنفسهم والأطفال المعوقون يستفيدون من العلاج باللعب، لأن هذا النشاط يتضمن الايجابية في تقبل العلاقة بين المعالج والعميل ويسمح للعميل بالاستقلالية ويؤكد على انعكاس المشاعر. لكل هذه العوامل يكون العلاج باللعب مناسباً للاستخدام مع حالات المعوقين وهو أكثر الوسائل فعالية واستخداماً (عبدالباقي، 2001م).

1-3 أهمية الألعاب التربوية:

يمثل التعليم في ضوء فلسفة "بياجيه" التربوية التطويرية عملية إيجاد أو تطوير بيئات تعليمية تعمل على تزويد المتعلم بخبرات تعليمية تمكنه من ممارسة عمليات معرفية (عقلية) معينة، وتسهل ظهور بنائه المعرفية وتطورها، ويعتقد "بياجيه" أن البنى المعرفية لا تنمو إلا إذا باشر المتعلم خبراته التعليمية بنفسه، وهذا يعني أن التعلم يجب أن يكون تلقائياً، بيد أن "تلقائية التعلم" أو "مباشرة المتعلم لخبراته بنفسه" تتطلب أساساً وجود بيئة تعليمية تتطوي على نشاطات تتفق مع البنى المعرفية للمتعلم موضوع الاهتمام.

من هنا تبرز أهمية الألعاب التربوية في هذا النمط وأثرها في عملية التعلم، والتعلم لا يحدث إلا إذا كان المتعلم مستعداً نفسياً لعملية التعلم وقد تساعد الألعاب التربوية على ذلك، ويتعبير آخر إن التعلم عملية تكيفية يمارسها المتعلم لتحقيق حالة من التوازن بين قدراته المعرفية ومتغيرات البيئة، ويجب أن يكون المتعلم نشطاً فعالاً وأن يكون التعلم استكشافياً أو استقرائياً وأن تكون البيئة غنية بالمتغيرات الحسية وأن يحتل اللعب والألعاب التربوية دوراً أساسياً فيها، ويظهر دور المعلم من خلال قدرته على تنظيم خبرات تعليمية، ونشاطات تعليمية تمكن المتعلم من ممارسة عمليات الاكتشاف الذاتي وتسهل تطور بنائه المعرفية. (الحيلة، 2005م)

1-4 أهمية اللعب في حياة الطفل:

وترجع أهمية اللعب للحقائق التالية:

1- اللعب هو وسيلة الطفل في إدراك العالم المحيط ووسيلة لاستكشاف ذاته وقدرته المتنامية ، وأداة دافعة للنمو تتضمن أنشطة كافة العمليات العقلية ، ووسيلة للتحرر من التمرکز حول الذات ، ووسيلة تعلم فعالة تنمي كافة المهارات الحسية والحركية والاجتماعية واللغوية والمعرفية والانفعالية وحتى القدرات الابتكارية ، وهو كذلك ساحة لتفريغ الانفعالات (السيد ، 2001م).

2- حركة الطفل أثناء اللعب مظهر من مظاهر حيويته وصحته ، وأكثر ما تبتدئ هذه الحركة في مرحلة الطفولة المبكرة التي يكون فيها اللعب طبيعة فطرية في الطفل لذا فمن قدرة الخالق أن جعل طفولة البشرية أطول الطفولات بين الكائنات الحية، وقد جعل اللعب والحركة لدى الطفل غريزة في نفسه ليساعد عضلات جسمه وأعصابه وكل جزء فيه على النمو، أي بناء جسم الطفل يكون أكثر نمواً في مرحلة الطفولة عن غيرها من مراحل عمر الإنسان، ويمكن ملاحظة نمو جسم الطفل وإدراكه معاً من حركاته أثناء اللعب التي تُظهر العلاقة بين إدراكه الحسي ونشاطه الحركي (ياسين، 2006م).

3- لعب الطفل داخل الأسرة وما يرتبط بها من إعداد وتمارين للقدرات والمهارات أو تنفيس عن الصراعات أو القلق، فهو أيضاً له دوره في تكوين حب النظام المتمثل في وضع الأشياء وضعاً معيناً في الزمن أو المكان بناءً على قواعد، وإتمام هذا النظام يصحبه شعور بالانسجام وإدراك له، وميل الطفل إلى النظام عملية تثقيفية اجتماعية تسربت بواردها من هندسة المباني والأثاث والملابس، وهذا يجعل النظام لا يبتعد عن المعنى المطلق وإنما هو نظام البيئة الاجتماعية الكبيرة التي يحيا فيها الطفل (الشربيني، صادق، 2003م).

4- يعتبر اللعب مدخلاً لدراسة الأطفال وتحليل شخصياتهم وتشخيص أسباب ما يعانون من مشكلات انفعالية تصل إلى مستوى الأمراض النفسية ويتخذ أطباء النفس من اللعب وسيلة للعلاج لكثير من الاضطرابات الانفعالية التي يعانها الأطفال لأن الطفل يكون في اللعب على سجيته فتتكشف رغباته وميوله واتجاهاته تلقائياً ويبدو سلوكه طبيعياً وبذلك يمكن تفسير ما يعاني من مشكلات (اللبايبدي وخاليلة، 1990م).

5- إن الميل الطبيعي وحده هو الذي يدفع الطفل لمزاولة اللعبة باعتبار أن اللعبة ظاهرة طبيعية ونشاط غريزي.

6- إن الطفل يجد في اللعب فرصة للحركة والنشاط والتعبير عن النفس بما يحقق له المرح والسرور والسعادة والاستمتاع.

7- انه يشبع حاجة أساسية للطفل لاكتساب الخبرة ووسيلة لاستنفاد الطاقة الزائدة.

8- ينفس عن التوتر الجسدي والانفعالي عند الطفل.

9- يدخل الخصوبة والتنوع في حياة الطفل.

10- يجذب انتباه الطفل إلى التعلم، فالتعلم باللعب يوفر للطفل جواً طليقاً يندفع فيه إلى العمل من تلقاء نفسه.

11- له تأثير مباشر في تكوين الشخصية المتزنة للطفل وتميبتها وهو الغرض الأساسي للعب المنظم، إذ يساعد اللعب المنظم بقدر وافر في تقوية الجسم وتحسين الصحة العامة، ويساهم في المساعدة على النمو العقلي والخلقي وإتاحة الفرصة للتعبير الجماعي.

12- له أثره العظيم في تنمية الشخصية الاجتماعية، فالشخصية الاجتماعية المتزنة أساس العلاقة الطيبة مع الغير، واللعب مع الجماعة يعتبر سر حياة الطفل.

13- كما أن اللعب يعمل على تقوية إرادة الطفل، إذ أن اللعب يعلم الطفل الالتزام باللعبة والتقيد بقواعدها كما يعلمه القدرة على التحمل والصبر حيث يمكن اعتبار اللعب بمثابة مدرسة حياتية يتعلم منها الطفل الانصياع والتقيد بمبادئ اللعب ونظمه وبالتالي احترام حقوق الآخرين وتقديرهم.
(آل مراد، 2004م)

1-5 فوائد اللعب:

للعب فوائد وقيم عديدة شملتها سيكولوجية اللعب وتتلخص في النقاط التالية:

- 1- القيمة الجسدية: اللعب الهادف الموجه ضروري لنمو عضلات الطفل فهو يتعلم خلاله مهارات عدة، الاكتشاف وتجميع الأشياء وتنمية الحواس بتعويدها وتدريبها على معرفة حقيقة الأشياء من خلال ملمسها أو صوتها أو لونها أو شكلها.
- 2- القيمة التربوية: إن اللعب يفسح المجال أمام الطفل كي يتعلم أشياء كثيرة من خلال أدوات اللعب المختلفة كمعرفة الطفل للأشكال المختلفة وفائدة كل منها كالمنشار للنجار والمطرقة للحديد واستخدام الكهرباء والنار في المنازل ومعلومات كثيرة لا يمكن الحصول عليها من مصادر أخرى أحياناً.
- 3- القيمة الاجتماعية: يتعلم الطفل من خلال اللعب كيف يبني علاقات اجتماعية مع الآخرين وكيف يتعامل معهم بنجاح وبذلك يكسبه معايير السلوك الاجتماعية المقبولة في إطار الجماعة.
- 4- القيمة الخلقية: يتعلم الطفل من خلال اللعب مفاهيم الصواب والخطأ، كما يتعلم بعض المبادئ والقيم الخلقية كالعدل والصدق والأمانة وضبط النفس والصبر والروح الرياضية.
- 5- القيمة الإبداعية: يستطيع الطفل أن يعبر عن طاقاته الإبداعية وذلك بأن يجرب الأفكار التي يحملها، ويحولها إلى حركات إبداعية مما يؤدي إلى الكشف المبكر عن هواياته وإمكانياته والعمل على تنميتها وصقلها.
- 6- القيمة الذاتية: يكشف الطفل الشيء الكثير عن نفسه لمعرفة قدراته ومهاراته من خلال تعامله مع زملائه ومقارنة نفسه بهم، كما أنه يتعلم التعامل مع مشاكله وكيفية مواجهتها.
- 7- القيمة العلاجية: يعرف الطفل عن طريق اللعب التوتر والخوف والكبت الذي قد يكون تولد لديه نتيجة القيود المختلفة التي تفرض عليه من بيئته، لذا نجد الأطفال الذين يعانون من القيود والأوامر من أهاليهم ينشدون الانطلاق والتحرر واللعب أكثر من غيرهم، ويجدون فيه متنفساً لتصريف ما بداخلهم من عدوان مكبوت. (سويد، 2004م)

6-1 خصائص لعب الطفل:

يمكن تلخيص خصائص اللعب في مرحلة الطفولة المبكرة كآتي:

- 1- تنمو قدرة الطفل على الحركة والقفز والتسلق.
- 2- تزداد قدرة الطفل على الاستطلاع وينشط التخيل عنده.
- 3- يفضل الطفل الألعاب التي تستخدم فيها العضلات الكبيرة.
- 4- في بداية هذه المرحلة يكون اللعب الرمزي أكثر الألعاب شيوعاً ممثلاً في اللعب بالدمى.
- 5- تنشط ألعاب البناء والتراكيب عند الطفل، فاللعب بالطين والصلصال ونحوها من الأنماط المحببة للطفل.
- 6- يميل اللعب تدريجياً في هذه المرحلة إلى الواقعية، ويقل تدريجياً اللعب التمثيلي.
- 7- تبدأ مقومات اللعب الاجتماعي الذي تحدده قوانين العلاقة بين أفراد المجموعة أثناء اللعب. (عقل، 1998م)

1-6-1 أما خصائص اللعب لمرحلة الطفولة المتأخرة:

- 1- يستمر اللعب التخيلي الذي يلعب فيه الخيال والتصوير دوراً بارزاً ولكنه يؤدي وظيفة سيكولوجية ايجابية تتصل بالتعبير والإبداع.
- 2- تظهر الألعاب الإجرائية أو الشعبية المألوفة كأعمال الحياكة والخياطة والصناعات اليدوية والحرفية والرسم والدومينو والشطرنج وهذا يساعد في تكوين التفكير المنطقي.
- 3- اللعب الهادف المخطط يوفر للأطفال فرص النمو العقلي والوجداني والجسدي المنظم فتساعده على تنمية مهارات التواصل والتعاون مع الآخرين واحترام الحقوق والواجبات وتنمي الذات وتزيد من قدرته على تفهم حاجات الآخرين واكتساب العادات الاجتماعية.
- 4- يتكون لدى الطفل اتجاهات من نوع الاعتزاز والانتماء إلى بعض الشلل والانتماء إلى أبناء جنسه.

5- يتأثر اللعب أنماطه ومستوياته في هذه المرحلة بكثير من العوامل البيئية والوراثية والجنسية والثقافية مع أن وقت اللعب في هذه المرحلة يقل نسبياً. (اللبابيدي ، خلايلة ، 1990م)

1-7 الأدوار التربوية في لعب الأطفال :

أهم الأدوار التربوية التي يقوم بها الطفل أثناء اللعب تلخصها نوال ياسين فيما يأتي:

1- اللعب وسيلة تعلم تربوية يتمكن الفرد بواسطتها من إحداث تفاعل مع عناصر البيئة وموجوداتها مما يؤدي إلى تنمية شخصيته التي تؤثر في سلوكه مع الآخرين.

2- اللعب وسيلة تعليمية يدرك الأطفال بواسطتها معاني الأشياء ومفاهيمها فيجعلهم قادرين على التكيف مع واقع الحياة.

3- اللعب أداة فعالة تساعد على معرفة الفروق الفردية لدى الأطفال للتمكن من تعليمهم حسب قدرات وإمكانيات كل منهم.

4- اللعب أداة فعالة تساعد بناء شخصية الأطفال اجتماعياً فيبتعدون عن الأنانية وحب الذات وينفتحون على حب الجماعة ويشعرون بمدى ارتباطهم بها فتقوى علاقتهم بمن حولهم ونتيجة لهذا يتعلم الأطفال قواعد السلوك والتواصل مع الآخرين والتكيف معهم فيتكون لديهم نظام أخلاقي قيمى من خلال ذلك ويكتسب الأطفال معايير السلوك الاجتماعية المقبولة .

5- ليس اللعب أداة تواصل فيما بينهم فحسب بل بغض النظر عن لغاتهم وثقافتهم وبيئاتهم بل انه أداة للتواصل والتفاهم مع الكبار أيضاً.

6- اللعب وسيلة بناءة لنمو شخصيات الأطفال وتوازنها داخلياً لأنها تلبي رغباتهم وتُشبع ميولهم إلى حب المعرفة والإطلاع، مما يساعد على فهم شخصياتهم والكشف عن قدراتهم عقلياً ونفسياً وثقافياً والعمل على تطوير هذه الشخصيات وتوازنهم الانفعالي والعاطفي وإكسابهم بعض المفاهيم والقيم التي تساعد على التكيف مع البيئة وتنمية مهاراتهم وقدراتهم.

7- اللعب وسيلة علاجية تساهم في الكشف عن الاضطرابات النفسية والعقلية والعاطفية لدى الأطفال ومساعدتهم على التخلص من المؤثرات والانفعالات لإعادة التوازن إليهم كما يساعد اللعب المربين على إيجاد طرق علاجية لحل مشاكل الأطفال واضطراباتهم حسب مدرسة التحليل النفسي عند فرويد.

8- اللعب رياضة وصحة لأجسام الأطفال فهو المساعد الأول على تطويرها ونموها وتشكيل أعضائها وإنضاجها وإكساب الأطفال المهارات الحركية المختلفة التي تساعد على تحقيق العديد من الأهداف التربوية. (ياسين، 2006م)

1-8 نظريات اللعب :

هناك عدد من النظريات في علم النفس تناولت اللعب والأنشطة المرتبطة به لدى الأطفال بالدراسة والتفسير منها:

1-8-1 النظرية المعرفية في تفسير اللعب: من علماء مدرسة علم النفس المعرفية "جان بياجيه" الذي ارتبطت نظريته عن اللعب بتعريفه للذكاء حيث يعرفه بأنه: (تنظيم الواقع على مستوى الفعل أو الفكر لا مجرد نسخه)، ولكي تتم عملية تكيف الطفل مع محيطه الطبيعي والاجتماعي والتي تتم بطريقة تدريجية، يسلم بياجيه بوجود عمليتين أساسيتين هما: الاستيعاب " التمثل " والتلاؤم . وعملية الاستيعاب أو التمثل هي التغيير من خصائص الشيء حتى تتناسب مع الصورة الموجودة في الذهن . أما التلاؤم فهو تغير المعاني الداخلية لتتماشى مع المثيرات الجديدة ، مثال ذلك عندما تعلم الأم ابنها كلمة قطة ، فإذا رأى كلباً قال عنه قطة وهذه هي عملية التمثل وعندما تعلمه أمه أن هذا كلب وليس قطة فإنه يتعلمها فتكون هذه هي المواءمة . (عاشور ، 1998م) .

ويؤكد بياجيه أهمية تحقيق التوازن والتناسق بين العمليات العقلية والظروف المحيطة بالإنسان أي التوازن بين الاستيعاب والمواءمة ولكن في حالة عدم وجود الاتزان هذا فإن بياجيه يقول إن الاستيعاب بشكله الخالص ، حيث "هكذا" لا يكون متوازناً بعد التلاؤم مع الواقع ، ليس سوى اللعب . أما المواءمة بدون توازن مع الاستيعاب فإنه يسمى محاكاة أو تقليداً وبذلك يكون اللعب والمحاكاة جزأين مهمين لنمو الذكاء . (عاشور ، 1998م).

1-8-2 نظرية التحليل النفسي في تفسير اللعب : تشير نظرية التحليل النفسي إلى مجموعة من الفرضيات ، منها فرضية "فرويد" التي تؤكد على القوى البيولوجية التي تشكل مستقبل الكائن الإنساني ومن بين هذه القوى الغريزة ، حيث يولد الطفل مزوداً بمجموعة من الدوافع الغريزية اللاشعورية التي تحرك السلوك وتوجهه . ويؤكد فرويد على أهمية اللعب وعلاقته بالنشاط الخيالي للطفل حيث يفترض أن السلوك الإنساني يقرره مدى السرور أو الألم الذي يرافقه أو يؤدي إليه، وأن الإنسان يميل إلى السعي وراء الخبرات الباعثة على السرور واللذة والمتعة وتكرارها أما الخبرات المؤلمة فيحاول المرء تجنبها والابتعاد عنها. (عاشور، 1998م)

ويمكن استخلاص مبادئ اللعب التي تؤكد عليها نظرية التحليل النفسي وهي:

- الربط بين عملية اللعب والنشاط الخيالي والإيهامي للطفل.
- يعبر الطفل عن رغباته ومشاعره من خلال اللعب.
- يخفف اللعب من التوتر النفسي للطفل ويساعده في حل مشكلاته.
- يمكن دراسة نفسية الطفل من خلال اللعب.
- يهرب الطفل من خلال عملية اللعب من عالم الواقع إلى عالم الوهم والخيال الحر.
- اللعب أداة تواصل بين الطفل والمحيطين به. (الحيلة، 2005م)

3- نظرية الإعداد للحياة في تفسير اللعب : يؤكد أنصار هذه النظرية وفلاسفتها أن فترة الطفولة الطويلة للإنسان تساعد طفله على التدرب من خلال اللعب على جميع المهارات التي تلزمه في مرحلة الرشد ، وذلك من أجل تحقيق تكيفه والمحافظة على بقاءه ، ولذلك فإن اللعب يرتبط بصراع البقاء. ويأخذ اللعب عند الإنسان أشكالاً مختلفة منها : ألعاب المقاتلة والمنافسة الجسمية والعقلية مثل ألعاب الصيد ، ومنها الألعاب المرتبطة بنشاطات ودية وألعاب التقليد والمحاكاة والدراما وأخيراً الألعاب الاجتماعية، وقد أكدت هذه النظرية على هدف اللعب ووظيفته وعلى تأثير اللعب بالبيئة ونوعية الحياة الاجتماعية والثقافية. (الحيلة، 2005م)

كما تعني هذه النظرية أن الأطفال يلعبون ليقوموا بالأدوار التي يقوم بها الكبار والتي يطلب منهم القيام بها مستقبلاً عندما يكبرون وأن الطبيعة قد زودتهم بالميل للعب للتدريب على المهام والوظائف المختلفة التي يقوم بها الكبار فالولد يلعب بالأسلحة أو الحصان أو الطائرة ليتدرب على دور المقاتل، والبنيت تلعب بعروستها وتصف شعرها وتحيك لها الملابس وتهددها لتتدرب على دور الأمومة وهكذا . وهناك اعتراض على هذه النظرية هو أن هناك كثير من الألعاب التي يقوم بها الأطفال يتقصدون فيها أدواراً مختلفة لا يمكن أن يقوموا بها في حياتهم المستقبلية إما لتعددها وذلك أن الطفل قد يقوم بدور الشرطي والمحامي والمهندس بينما هو في الواقع المستقبلي لا يمتحن إلاّ دوراً واحداً ، وإما لتضاربيها كدور الشرطي واللص أو المدرس والتلميذ ، وإما لعدم أخلاقيتها كاللص أو المنحرف ، وإما لاشتقاقها من بيئات أخرى أو شريحة اجتماعية مغايرة تكون دون شريحته في الرتبة . (حنوره ، عباس ، 1996م)

1-8-4 نظرية التنفيس والتهينة : تعود هذه النظرية إلى العالم "كار" Cart ومضمون هذه النظرية يتلخص في أن النظم الاجتماعية تقيد كثيراً من الغرائز لدى الإنسان فيحاول كبتها مما يؤدي إلى اضطراب في نفسه ويعد اللعب أحد أهم الوسائل لإخراج هذا الكبت وللتخلص من الاضطراب (عاشور ، 1998م).

كما يرى أصحاب هذه النظرية أن الطفل يلعب لينفيس عن شيء مكبوت وليخفف من صراعاته النفسية وليتغلب على مخاوفه الداخلية ، فإذا كان يخاف من العفريت قام بدور العفريت أو أحضر العفريت لخصمه ومن يكرهه ، وإذا كان يكره تناول الدواء سقاه للدمية ، وإن كان يخشى الطبيب لعب دور الطبيب وإن كان يخشى الشرطي يلعب دور الشرطي أو يحضره للانتقام من الدمية وهكذا . غير أننا لو حللنا ألعاب الأطفال لا نجدها تقع كلية في بؤرة الإسقاطات النفسية فمن الأدوار التي يقوم بها الطفل ما هو محبوب وما هو مكروه ومنها ما هو في موقع وسط بين الحب والكراهية وما دامت النظرية قد عجزت عن تفسير بعض جوانب الظاهرة " وهي بعض الألعاب هنا " فهي لا تصلح أساساً لتفسيرها . (حنوره ، عباس ، 1996م)

1-8-5 نظرية الطاقة الزائدة: تعني هذه النظرية أن الطفل لديه فائض من الطاقة وهذا الفائض يبحث عن طريقة مشروعة لتصريفه وهذه الطريقة هي اللعب وهناك اعتراضان على هذه النظرية هما:

أ- أن هناك كثير من الألعاب لا تتطلب بذل مجهود كبير كالتخطيط والرسم على الرمال أو فك وتركيب بعض الأشياء أو الألعاب اللغوية .

ب- أن الطفل قد يلعب بعد بذل مجهود مضني استنفذ طاقته أو يلعب وهو متعب ويرى في اللعب راحة له، إذن ليس لديه طاقة زائدة تبحث عن تصريف لها في اللعب.

1-8-6 النظرية التلخيصية: وتعني هذه النظرية أن الفرد من لحظة مولده إلى لحظة اكتمال نضجه يمرّ بمراحل شبيهة بالمراحل التي مرت بها البشرية منذ وُجد الإنسان على الأرض وحتى الآن. وتتعلق هذه النظرية من افتراض توريث الصفات المكتسبة والمهارات والخبرات الثقافية من الأجيال السابقة للأجيال اللاحقة ويرجع أحد أنصار هذه النظرية " ميل الأطفال للعب بالماء واستمتاعهم به إلى المرحلة السمكية في تطورهم ، أي عندما كان أسلافهم أسماكاً تسبح في البحار ويفسر إصرارهم على تسلق الأشجار والحواجز والجدران واستمتاعهم بذلك على أنه يرتبط بالمرحلة القردية كما يرجع ميل الأطفال سن 8-12 سنة إلى ممارسة أعمال الصيد والبناء -بناء البيوت والقلاع - وركوب المراكب والآليات إلى استعادة أنماط الحياة البدائية التي عاشها الأسلاف عبر التاريخ ". ونحن لا يمكن أن نقبل القول بنظرية تزعم أن الإنسان كان في يوم ما من الماضي السحيق سمكة أو قرداً، بل إن الإنسان خلق إنساناً بدءاً بآدم وحواء، ومع هذا فهناك اعتراضان على هذه النظرية هما:

أ - يرى كثير من علماء الوراثة أن المهارات والخبرات والصفات المكتسبة لا تورث وأن الخبرات والمهارات التي تعلمها جيل من الأجيال لا يمكن أن يرثها الجيل الذي يليه، وإنما فقط يمكن أن يتعلمها.

ب - إن كانت هناك بعض ألعاب الأطفال يمكن أن ترد إلى فترات من حياة البشرية كما يرى بعض علماء النفس ، كالربط بين حب الأطفال واللعب بالماء واعتماد الإنسان البدائي على البحر

كمصدر لطعامه أو الربط بين حياة الإنسان البدائي في الغابات وبين حب الأطفال لتسلق الأشجار والتأرجح على الأغصان إلا أن هناك بعض الألعاب لا يمكن الربط بينها وبين مراحل التطور البشري كاللعب بالهاتف والسيارات والقطارات والصواريخ والطائرات وركوب الدراجات واللعب بالكمبيوتر وغير ذلك.

1-8-7 نظرية الاسترخاء: يرى أصحاب هذه النظرية أن الطفل بعد إنهاكه في العمل الجاد ومواجهة الكبار يحتاج إلى راحة الأعصاب واسترخاء العضلات والتحرر من قيود الواقع، ويرون أن اللعب يحقق له كل ذلك، ولكن هناك كثيراً من الألعاب يحتاج بذل مجهود نفسي وبدني وعقلي فتقرب الفوز أو الهزيمة مجهود نفسي، والجري أو حركات أعضاء الجسد مجهود بدني، وعمل خطط الدفاع والهجوم أو الإيقاع بالخصم أو دقة التصويب أو عمل خطة تضع في الاعتبار جميع الاحتمالات التي تتوقع من المنافس مجهود عقلي ونفسي.

1-8-8 نظرية اللعب جزء من فعالية الطفل: يرى أصحاب هذه النظرية أن الطفل يلعب ليحرب معطيات النمو وما طرأ على استعداداته من تقدم، كالقدرة على التصويب والإمساك بالأشياء والمراوغة من المنافس وضبط حركة أعضائه أو إعادة التوازن فيحرك عضلات يديه أو قدميه أو عنقه بعد فترة سكون طويلة.

ويذا تكون كل نظرية مما سبق تفسر جانباً من جوانب اللعب ولا تقوى بمفردها على تفسير الظاهرة. (حنوره، عباس، 1996م)

1-9 أنواع اللعب :

1-9-1 اللعب البدني: من أكثر أنواع اللعب شيوعاً لدى الأطفال، ويمكن ملاحظة هذا النوع من اللعب يتطور من البسيط والتلقائي والفردى إلى الألعاب الأكثر تنظيماً وجماعية على النحو التالي:

- اللعب الحسي الحركي: إن بدايات نشاطات اللعب تبدأ مع الطفل في شهوره الأولى حيث يكون اللعب نشاط حر وتلقائي يقوم به الطفل ويتفوق به ويتوقف عنه متى رغب وهو نشاط فردي في معظمه، وتكون نشاطات اللعب غالبيتها استكشافية واستطلاعية يحصل فيها الطفل على البهجة

والممتعة في استنارة حواسه ومعالجة الأشياء وتناولها بأطرافه، وينزع الطفل في اللعب الاستطلاعي إلى تدمير الأشياء بجذبيها بعنف أو الإلقاء بها بعيداً. (الحيلة، 2005م) ويمكننا أن نقسم اللعب الحسي الحركي إلى:

أ- الحركات غير الهادفة التي تسبق التحكم الإرادي الكامل .

ب- الأنشطة الفجائية غير الهادفة أو ذات الأهداف غير الواضحة.

ج- الأنشطة المتكررة التي تشمل الممارسة التلقائية للحركات بدءاً من الحركات المتكررة الإجبارية إلى المشي والتسلق والحركة الهادفة التي يقوم بها أطفال سن السنتين أو الثلاثة وانتهاء بالحركات المدروسة المحسوبة التي يقوم بها الرياضيون من الكبار. (ميلر، 1987م)

- ألعاب السيطرة والتحكم : في مرحلة ما قبل المدرسة يتحول الطفل إلى الاهتمام بنشاطات أكثر تقدماً وتعقيداً تُعرف بألعاب السيطرة أو التحكم والتي تمكنه من تعلم مهارات حركية جديدة كالتوازن والتآزر الحس حركي ويسعى الطفل لاختبار مهاراته هذه بألعاب متعددة تدعى ألعاب المهارة حيث يهتم الطفل بالسير على الحواجز في الشوارع والقفز من أماكن مرتفعة والحجل على قدم واحدة والنقاط الكرات برشاقة... الخ .

- اللعب الخشن : يعد هذا النوع من اللعب أكثر شيوعاً لدى الأطفال الذكور خاصة في مرحلة الطفولة الوسطى والمتأخرة حيث يعتمد الأطفال إلى اختبار قدراتهم البدنية عن طريق ألعاب تنصف بالخشونة مثل المصارعة والاشتباك بالأيدي وقذف الكرات . وغالباً ما يرافق هذا النوع من اللعب الانفعالات الحادة كالصراخ والكيد للآخرين والإيقاع بهم . (الحيلة ، 2005م)

- اللعب الجماعي: يبدأ اللعب الجماعي في وقت مبكر والرأي الذي يتقبله الجميع بالنسبة للتتابع الزمني الذي يسير فيه نحو الارتقاء مع التقدم في السن هو أن اللعب الانفرادي يعقبه لعب المحاذاة "الموازي" ثم لعب المشاركة وأخيراً اللعب التعاوني. (ميلر، 1987م)، أي أنه ينماشى تطور اللعب الجماعي عند الطفل وفق نمو سلوكه الاجتماعي على النحو التالي:

أ- اللعب الفردي: وفيه يلعب الطفل مستقلاً وحده دون أن يلتفت للآخرين من حوله.

ب- اللعب المشاهد: وفيه يكتفي الطفل بمشاهدة ألعاب الآخرين.

ج- اللعب الموازي: نشاطات لعب متشابهة يقوم بها طفلان أو أكثر بنفس الطريقة والمكان نفسه ولكن دون حدوث أي تفاعلات اجتماعية فيما بينهم.

د- اللعب المشترك: وفيه يتفاعل الأطفال معاً في اللعب بما فيها تبادل أدوات اللعب والتحدث مع بعضهم البعض لكن يضل كل واحد منهم يقوم بلعبة واحدة.

هـ- اللعب التعاوني: وفيه يعمل الأطفال معاً ويساعدون بعضهم بعضاً لإنتاج شيء ما كما يتبادلون أدوار اللعب فيما بينهم. (الحيلة، 2005م)

1-9-2 اللعب التمثيلي أو الإيهامي: يرتبط بقدرة الطفل على التفكير الرمزي وهذا يتضح بقيام الطفلة بإرضاع دميتها أو وضعها في العربة والتجوال بها ، وفي نشاطات اللعب التمثيلي يقوم الطفل بتقمص شخصيات الكبار ويعكس نماذج الحياة الإنسانية والمادية من حوله ،ويمكن تلخيص فوائد اللعب التمثيلي على الشكل التالي:

أ- عقلية: تعلمه التفكير الأبتكاري.

ب- اجتماعية: تعلمه الدور والإعداد للحياة.

ج- نفسية: تعويضية علاجية.

ويعد اللعب الرمزي من أشكال اللعب التمثيلي حيث يستخدم الطفل الدمى كرموز تمثل وتقوم مقام الأشياء والموضوعات الأخرى. (الحيلة، 2005) كما أنه يمثل فيه رمزياً أولئك الذين يود أن يكون مثلهم سواء أكان تمثيلاً لأشخاص أو أحداث، ويتمثل هذا النوع في الألعاب التي تعتمد على الخيال الواسع ، ويرى الباحثون أن هذا اللعب سائد في بداية الطفولة المبكرة نظراً لنمو القدرة على التخيل في هذه المرحلة، وكلما تقدم الطفل في العمر واندمج في مجتمع المدرسة فإنه يبتعد عن اللعب الإيهامي، ويحقق اللعب الإيهامي وظائف كثيرة منها:

1- ينمي قدرة الطفل على تجاوز الواقع والغوص في الخيال مما يساعد على تنمية التفكير الابتكاري.

2- يُمكن الطفل من تحقيق رغباته وحاجاته بطريقة تعويضية مما يخفف القلق والتوتر عنده. (عقل ، 1998م)

1-9-3 اللعب الإنشائي أو التركيبي: في سن السادسة من العمر يبدأ الطفل باستخدام المواد بطريقة محددة وملائمة في البناء والتشييد، وينمو اللعب التركيبي مع مراحل نمو الطفل من مرحلة الطفولة المبكرة حيث يركز على بناء النماذج مثل عمل العجينة وتشكيلها واستخدام المقص واللصق والألوان وجمع الأشياء، أما في مرحلة الطفولة المتأخرة فيتطور اللعب التركيبي ليصبح نشاطاً أكثر جماعية وتنوعاً وتعقيداً ومن المظاهر المميزة لنشاط الألعاب التركيبية بناء الخيام، الألعاب المنزلية، عمل نماذج الصلصال.. الخ (الحيلة، 2005م) حيث أنه غالباً ما يكون تشكيل هذه الأشياء في بداية اللعب صعباً حيث يضع الطفل الأشياء بجوار بعضها، ولكن بعد الخامسة يأخذ بتجميع الأشياء وتركيبها في شكل أصيل ويشعر بسعادة غامرة لهذه الإنتاجية، ومن خصائصه العودة إلى الواقع وأنه ينمي مهارات التصنيف والعلاقات بين الأشياء وينمي القدرة المكانية. (عقل، 1998م)

1-9-4 الألعاب الفنية: تتمثل في النشاطات التعبيرية الفنية التي تتبع من الوجدان، والتذوق الجمالي والإحساس الفني مثل الموسيقى الرسم حيث تعدّ رسومات الأطفال بأنها:

أ - أداة تعبير عن المشاعر والأحاسيس والتطورات.

ب- وسيط للابتكار والإبداع وعمل التصميم والأشكال.

ج- أداة للتذوق والاستمتاع الجمالي.

د- أداة تشخيص للاضطراب النفسي ووسيلة للمعالجة. (الحيلة، 2005م)

1-9-5 الألعاب الثقافية: يقصد بها تلك النشاطات المثيرة لاهتمام الفرد والتي تلبي احتياجاته وحب الاستطلاع لديه والمتمثلة في الرغبة في المعرفة واكتساب المعلومات والتعرف إلى العالم

المحيط به وهذه النشاطات غالباً ما تكون نشاطات ذهنية كالمطالعة أو مشاهدة البرامج المسرحية أو التلفازية، كما وتساعد الألعاب الثقافية على اكتساب المعارف والخبرات وتنمي آفاق الطفل وقدراته الفكرية وبذلك فإنها تُعدّ وسيطاً لتربية الأطفال والحفاظ على الهوية الثقافية للمجتمع. (الحيلة ، 2005م)

1-9-6 الألعاب الرياضية والترويحية : وتتمثل في ألعاب التخفي والمطاردة والسباقات مع الآخرين وألعاب الكرة وبعض الألعاب الأخرى التي تمتاز بأنها اجتماعية وليست فردية وأن لها قواعد ونظم تحددها وتعتبر هذه الألعاب ذات أهمية كبيرة في النمو الاجتماعي فهي تنمي روح التعاون والتنافس بين الأطفال وتمكنهم من القيام بأدوار القائد أو التابع . كما أنها وسيلة لمعرفة الفرد بنفسه ، وتسود هذه الألعاب في مرحلة المدرسة الابتدائية وما بعدها. (عقل ، 1998م)

1-9-7 الألعاب الإلكترونية : وهي نمط جديد من الألعاب ظهرت حديثاً في القرن العشرين حيث تمارس هذه الألعاب بأجهزة معقدة ، وقد أشارت بحوث عديدة أن هذه الألعاب تنمي التفكير وحلّ المشكلات عند الطفل ، وتزيد من قدرته على التركيز والانتباه، ولكنها في مقابل ذلك تزيد من توتر الطفل وتقلل من فرص التفاعل الاجتماعي والاندماج مع الآخرين، وتتدرج هذه الألعاب من حيث التعقيد بما يتناسب مع مراحل النمو. (عقل، 1998م)

1-10 اللعب التركيبي:

ينمو اللعب التركيبي مع مراحل نمو الطفل المختلفة، فهو في البداية يقوم بعملية التركيب أو وضع الأشياء بجوار بعضها، وإذا ما شكلت هذه الأشياء نموذجاً مألوفاً فإنه يشعر بالسعادة والبهجة. لكن في مرحلة متقدمة يقوم باستخدام المواد بطريقة محددة ومعينة وملائمة في البناء، ويتطور اللعب التركيبي لديه ليصبح نشاطه أكثر جماعية وتنوعاً وتعقيداً، ركن البناء والتركيب يحتاج إلى مكان فسيح ومحدد بحدود لكي يشعر الطفل انه موجود في المنطقة.

ويعتبر الاهتمام بألعاب التركيب جانباً هاماً من لعب الأطفال، وكثيراً ما يكون في عمر خمسة أو ستة أعوام مستخدماً فيه عامل الصدفة في اللعب، فهو يضع الأشياء بجوار بعضها البعض بدون خطة مسبقة، وإذ مثلت نموذجاً مألوفاً لديه فإنه يبتهج لما حققه، ويلجأ أطفال

السادسة إلى استخدام المواد بطريقة محددة وملائمة في البناء والتشديد، ومع تطور النمو تنمو قدرة الطفل على التمييز بين الواقع والخيال، ثم يصبح اللعب أقل إيهامية وأكثر بنائية ويختلف الأطفال في قدرتهم على البناء والتركيب. (الهنداوي، 2003م).

يتحول لعب الأطفال في سن (8-12) سنوات إلى ألعاب مخططة وهادفة هي الألعاب التركيبية والحركية والألعاب الثقافية، ويعود هذا التحول إلى طبيعة التغيرات النمائية التي تطرأ على الأطفال (الحيلة، 2005م).

ويعد اللعب التركيبي من المظاهر المميزة لنشاط اللعب في مرحلة الطفولة المتأخرة (10-12) ويتضح ذلك في الألعاب المنزلية وتشبيد السدود. فالأطفال الكبار يضعون خطة اللعبة ومحورها ويطلقون على اللاعبين أسماء معينة ويوجهون أسئلة لكل منهم حيث يصدرن من خلال الإجابات أحكاماً على سلوك الشخصيات الأخرى ويقومونها. ونظراً لأهمية هذا النوع من الألعاب فقد اهتمت وسائل التكنولوجيا المعاصرة بإنتاج العديد من الألعاب التركيبية التي تتناسب مع مراحل نمو الطفل كبناء منزل أو مستشفى أو مدرسة أو نماذج للسيارات والقطارات من المعادن أو البلاستيك أو الخشب وغيرها. (www.kids-psychology.com/syco/sy9.htm).

ويأخذ هذا اللعب بصفة عامة شكل العمل، ويتحقق ارتباط الأطفال بلعبهم خارج المنزل، وعند البنات اللعب التركيبي يتضح في عمل الدمى من الورق وعمل ملابس لها وفي التلوين والرسم والعمل بمعجونة الصلصال، وتميل البنات إلى تشكيل مناظر أكثر هدوءاً للحياة اليومية وذلك من خلال اللعب بالمكعبات، أما الأولاد فيكون بناؤهم للمكعبات أكثر تنوعاً في طرقة، ويركزون أكثر على المناظر خارج المنزل. (الهنداوي، 2003م).

وفيما يتعلق باختيار مواد اللعب بيدي الأطفال العاديين أو ذوي المستويات الأعلى في الذكاء تفضيلاً لمواد اللعب التي تعتمد كثيراً على النشاط التركيبي البنائي بدرجة أكبر من الأطفال ضعاف العقول، كما بيدي الأطفال العاديين والأذكيا ثباتاً أكبر في طول فترة اهتمامهم بمواد اللعب التي يختارونها (اللابيدي وخاليلة، 1990م).

وتؤثر نوعية اللعب ومواده وإمكانياته المتاحة إلى حد كبير في نشاط اللعب وفي مباشرته بدوره الهام في بناء الأطفال. فإذا زدنا الطفل بألعاب معينة فإنه سوف يستخدمها وبالتالي فإن نشاط لعبه سوف يتأثر بها، فإذا كانت إمكانيات اللعب المتاحة ذات نماذج تركيبية بنائية مثل المكعبات والرمال والأجهزة التي يقوم الطفل بفتحها وتركيبها فإن اللعب بطبيعة الحال سوف يأخذ هذا الطابع التركيبي البنائي . (اللبابيدي وخاليلة ، 1990م).

ويتصف اللعب التركيبي بخاصية أساسية هي أن عالم الظواهر المحيطة بنا يعكسه الطفل في نواتج مادية، مثل تشكيل آلة من أجزاء مختلفة، وعمل مبنى أو رسوم تعبيرية، وبنطوي كثير من الألعاب التركيبية على استثارة قدرات الطفل العقلية والمعرفية، وعلى تكوين مهارات حركية لديه، كما يمكن ربط هذا النوع من اللعب بأشكال اللعب المختلفة (الهنداوي ، 2003م).

وللعبة أثر في المجال المعرفي الإدراكي للتعلم لدى الطفل، نرى أن اللعب يحتاج إلى فهم وحفظ قواعد اللعب وقوانينه البسيطة والمعقدة وتطبيقها ويحتاج إلى قدرة الأطفال على التحليل والتركيب والابتكار في نطاق اللعب وقواعده، كما يحتاج إلى قدرة الطفل على تكوين صور عقلية للأشياء والحركات وخاصة في نطاق الألعاب التي تتطلب تصور الموقف وتوقع حركات أو نقلات الخصم، كما يتمثل في ألعاب التركيب والبناء "تصور الشكل قبل بنائه" وألعاب الدومينو والشطرنج والكرة، وألعاب التمثيل وغيرها من الألعاب التعليمية والتربوية التي يمارسها الأطفال وتعتبر جماعة اللعب مجتمعاً مصغراً يتعلم الطفل من خلال التفاعل معها قواعد السلوك والأخلاق والقيم والعلاقات الاجتماعية، فيكتسب مفاهيم التعاون والمحبة والقيادة والدوام والثبات وتقبل الفشل والمسؤولية إلى غير ما هنالك من مواقف واتجاهات يعتبر اللعب خير وسط لتعلمها (بلقيس ، مرعي 1987م).

ويتم من خلال هذا النوع من اللعب تحويل وتطوير شخصية الطفل من قبل الطفل نفسه، وذلك محاولة منه ليتكيف مع الدور المطلوب منه أو الذي يقوم به، فهذا النوع من اللعب يأخذ مكانه في منتصف الطريق بين اللعب والتقليد مما له دور كبير في التطور العقلي وصياغة الأفكار

والأولويات، وهذا قد يكون انطلاقة مشابهة للتفكير المطلوب في المراحل الدراسية اللاحقة. (التركيت ، 2003م).

1- خصائص اللعب التركيبي:

ومن أبرز خصائص اللعب " التركيبي " :

1- تساعد على التفكير الإبداعي وتشجع على الابتكار من خلال عمليات التجريب التي يمارسها الأطفال على مواد الألعاب التركيبية فعن طريق اللعب بالرمل يتعلمون الكتابة والرسم، و تطوير المفاهيم وتفريغ انفعالاتهم وعن طريق المعاجين يصبغون أفكارهم بطرق رمزية ويكتسبون مهارات حركية أدائية كالإتقان والدقة والسرعة والإنجاز وتطوير عضلات أجسامهم وانضاج أجهزتهم العصبية وإكسابهم مهارات خاصة.

2- تمثل الألعاب التركيبية بصورة عامة مختبراً غنياً يساعد الأطفال على اختبار أفكارهم وتصوراتهم وخيالهم ورغباتهم التي تتلاءم مع احتياجاتهم النفسية ومتطلباتهم النمائية وقدراتهم العقلية وزيادة وعيهم لأشياء كثيرة في واقعهم البيئي.

3- وسيط تربوي فعال يساعد الأطفال على إنماء العمليات العقلية التي تتمثل في التخيل والتصوير والتفكير والإبداع والتذكر والإدارة والاحتمال والصبر وزيادة إدراكهم لمفاهيم الأشياء وطبيعة المواد وخصائصها وصفاتها وبالتالي يتمكن من استخدامها في حل مسائل حياتية. كما يتعلم الطفل من خلاله مهارات ذات علاقة لتنمية تفكيره العلمي مثل: المقارنة، التنبؤ، الملاحظة والتحليل، ومفهوم مبدأ التوازن، كذلك يميز الطفل التشابه والاختلاف بين الأشكال ويبتكرون أنماطا من البناء.

3- تساعد الأطفال على إنماء العمليات العقلية وزيادة إدراكهم لمفاهيم الأشياء وطبيعة المواد وخصائصها وصفاتها وبالتالي يتمكن من استخدامها في حل مسائل حياتية. فيتعلم الطفل مفاهيم أساسية في الرياضيات مثل التصنيف، التسلسل، الأطوال، المساحة، الإعداد والأجزاء.

4- تساعد الأطفال على النماء العقلي وتطوير القدرات الحركية وقدرة التخيل والتصور الإبداعي. ويسهم في النمو اللغوي والاجتماعي للطفل، فتزيد مقدراته اللغوية وتتطور مهارته في المحادثة والحوار. (الحيلة، 2005م).

وهذا النوع من اللعب يساعد على تنمية قدرة الطفل على التخطيط، لان هذه الألعاب تساعد الطفل على الانتقال من مرحلة البناء العشوائي إلى مرحلة التخطيط لأعمالهم، عند إشراك الطفل مع مجموعة أثناء اللعب فانه يتعلم العديد من المهارات الاجتماعية كالمشاركة، التعاون واحترام عمل الآخرين. وينمي شعور الطفل بالانجاز أثناء اللعب ينمي ثقته بنفسه ويعزز صورته الايجابية عن ذاته.

اللعب التركيبي وجوانب نمو الطفل :

1- اللعب التركيبي والنمو العقلي: تبدأ ألعاب البناء عندما ينجح الطفل مصادفة في وضع جسمين أحدهما فوق الآخر، أما البناء باستخدام الطوب أو المواد الأخرى وعمل أبنية معقدة كبيرة فهي من الأنشطة التي يمارسها الأطفال وخصوصاً الذكور مدة طويلة حتى سن العاشرة، وتتيح مواد البناء الصلبة التي تحتفظ بشكلها مجالاً لأن يبدع الطفل في تكوين أشكال جديدة معقدة وإن كانت أقل مرونة من الصلصال والرسم بالألوان ويستمر استمتاع الطفل بالرسم مدة أطول من ممارسته البناء، وقد أظهر كثير من الدراسات التي أجريت في الثلاثينيات أن هم الطفل الأول عندما يبدأ في ممارسة الرسم هو أن يظهر شكلاً واضح المعالم يسهل التعرف عليه مثل ملامح شخص أو شكل منزل أو أشجار، ويستخدم الطفل الألوان في مرحلة تالية متأخرة حقاً إن الأطفال الصغار يتعرفون على الألوان ويحبونها ولكنهم يعجزون عن تخصيص الانتباه الكافي لاستخدام الألوان عند الرسم، وكلما كبر سن الطفل وارتفع مستوى ذكائه زادت قدرته على إبراز التفاصيل والعناية بالنسب المختلفة في الرسم وزيادة تعقيد الرسم وإضفاء معنى ومفهوم عليه (ميلر، 1987 م).

ومن الألعاب المسلية والمفيدة في نفس الوقت هو استخدام الطفل للألوان المختلفة والتعرف إلى طريقة تركيبها وخلطها ودمجها لتكوين أنماط جديدة وألوان مختلفة، كما أن استخدام التلوين

يكون له فوائد عديدة يمكن حصرها في: " الابتكار - الإبداع - العمل الفردي أو الجماعي - تعليم الطفل الهدوء - تنمية خيال الطفل - التعبير عن الذات - استكشاف مواهب كامنة - تقليد الآخرين - خلط ودمج الألوان - استخدام جميع أنواع الخامات المتوافرة وتجريبها من ألوان وقصاصات وصلصال وخامات متنوعة - استخدام الطفل يديه ورجليه في التشكيل والتصميم (التركيت، 2003م).

2- اللعب التركيبي والنمو اللغوي: من الألعاب التي قد نعتبرها لغوية أو تساعد على اكتساب اللغة والتعبير عن الذات أحواض الرمل والماء والتي تكون مصحوبة بأدوات وألعاب صغيرة تشجع على المشاركة اللغوية وتعلم المفردات الجديدة، كما أن اللعب بالرمل يعتبر أساسياً في تنمية عقل الطفل لما له من فائدة في معرفة الفرق بين الجاف والرطب، وتكوين الأشكال كالبيوت والقصور والحيوانات والمجسمات المختلفة الموجودة في الطبيعة، كما أنها تسهم في تمييز الفرق بين الكبير والصغير، أما اللعب بالماء فيساعد الطفل على معرفة الأوزان والأثقال والمكاييل وحركة عجلات الماء، أيضاً يمكن أن يتعرف الطفل إلى حالات الماء الموجودة في الطبيعة وإلى المياه الصالحة للشرب والمياه الملوثة ونوعيات التلوث المختلفة من طين وألوان ونشارة الخشب أو المواد العضوية. إن بساطة ركن الرمل والماء لا تعني أن المعلومات التي يتلقاها الطفل بسيطة بل هي معقدة لدرجة أن تدخل المعلمة أو الكبار يكون مطلوباً في معظم الأحيان للتأكد من صحة المعلومات التي يتلقاها الطفل بنما هو يعتقد بأنه يلعب ويستمتع (التركيت ، 2003م).

3- اللعب التركيبي والنمو الاجتماعي: " الرسم والتلوين والتصوير الفوتوغرافي " تكمن أهمية هذه الأنشطة في السماح للطفل بتغيير أشكال الأفراد والمجسمات والحيوانات حسب مشاعره الداخلية نحوها، فيستطيع الطفل إظهار غضبه باستخدام اللون الأسود أو تلوين الشخصيات المكروهة عنده باللون الأحمر بينما يعبر عن سعادته وامتتانه لبعض الشخصيات برسمها أو تشكيلها بالألوان الزاهية. وتستخدم هذه الألعاب الاجتماعية بكثرة مع الأطفال الذين لا يحسنون استخدام المفردات اللغوية بطلاقة (التركيت ، 2003) ، وهناك مثال قديم يتمثل في أسلوب لوفنفيلد Lowenfeld المسمى بـ " صورة العالم " "World picture" وتتكون مادة هذا الاختبار من نماذج

مصغرة طبق الأصل لأناس وحيوانات وأسوار ومنازل وأشجار وجسور وما إلى ذلك، ثم يوضع ذلك في متناول الطفل مع الماء والصحاف المملوءة بثلاثة أنواع من الرمل، ويطلب منه أن يلعب بهذا كله كما يشاء ويحب، ومن الممكن أن ينشأ عن العجائن الناتجة عن ذلك " عوالم " مصغرة تشتمل على جبال ووديان ومنظر مليئة بالناس أو الحيوانات أو ربما تكون نتيجة ذلك نماذج واقعية مصغرة لمدن صغيرة ذات صفوف صغيرة من المنازل الأنيقة أو ربما تكون صور خيالية تحتوي على الحيوانات المتوحشة التي تزحم المكان برمته، أو قد لا تضم أناساً أو حيوانات على الإطلاق ويطلب من الطفل أن يشرح للمعالج هذا " العالم " الذي صنعه كأنه يشرحه لشخص يجهل الموضوع تماماً وأن يخبره بما سيحدث بعد ذلك (ميلر ، 1987م).

4- اللعب التركيبي والنمو الحسي: من الألعاب التي تنمي الجانب الحسي لدى الطفل وتكون مسلية في نفس الوقت اللعب بالماء والرمل وما به من فائدة تعود على الطفل في تطوير الناحية الحسية لديه من الإمساك بالمحسوسات واللعب بها ومعرفة الحار والبارد والأوزان والأثقال، والرسم والتلوين الذي يستطيع به الطفل تنمية حواسه حيث يتعرف بالنظر إلى أنواع الألوان وتسميتها وكيفية خلطها واستخداماتها. (التركيت، 2003م).

الطفل في عمر يتراوح ما بين اثني عشر شهراً أو خمسة عشر شهراً يستطيع أن يلاءم بين أحجام الأشياء فيثبت العصا المصمتة في عصا أخرى مجوفة ويضع المكعبات المفرغة داخل بعضها البعض مراعيًا التدرج في الحجم، وقد أشار رجروز إلى الآثار المدهشة التي قد تتجم عن خوض الطفل في بركة من الطين فما يدرك الطفل ما يحدثه من آثار على المواد المختلفة بأعماله حتى يقوم بتكرار هذه الأعمال عدة مرات إلا إذا عجزت قدراته عن التعامل مع طبيعة المادة التي يجرب فيها أعماله فركل المياه بقدمه وصب الماء في إناء آخر والقبض على حفنة من الرمال ثم فتح الأصابع لتركها تتسرب من بينها أو نقل كمية من الرمال من مكان إلى آخر كل ذلك لا يتطلب مهارات أو متطلبات كبيرة ولكنها تتسبب في إحداث تغيرات ظاهرة بشكل مستمر وفوري (ميلر، 1987م).

5- اللعب التركيبي والنمو الحركي : تعليم الطفل تآزر العضلات والتوازن والسيطرة على الجسم وتحركاته. (التركيت، 2003م).

1-11 خطوات إعداد الألعاب التربوية:

يذكر روميسوفسكي عدة خطوات لتصميم وإعداد لعبة تربوية وهذه الخطوات هي:

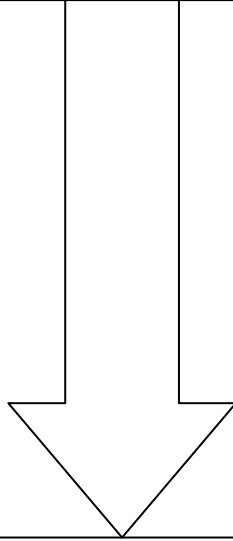
- 1- اختيار الموضوع أو المحتوى أو الأفكار الرئيسية والثانوية التي تتضمنها اللعبة.
- 2- تحديد الأهداف التعليمية بشكل يوضح ما يمكن أن يفعله الطلبة بعد دراستهم للعبة، ولم يكن يفعلونه من قبل.
- 3- تحديد الوقت اللازم لدراسة اللعبة، وتبيان إستراتيجيتها الرئيسية.
- 4- تحديد خصائص الفئة المستهدفة، وتبيان أدوار اللاعبين.
- 5- تحديد المصادر التي ستستخدم في اللعبة من أدوات وأجهزة ومواد تعليمية.
- 6- تحديد قوانين اللعبة، وتبيان كيفية تفاعل اللاعبين مع بعضهم بعضاً، حيث تصاغ أحداث اللعبة بشكل متسلسل، وتوضح الأدوار التي يجب أن يقوم بها اللاعب لتحقيق الهدف، وتبين نوع حركات اللاعب واتجاهاتها، والعوائق التي قد تصادفه في اللعب.
- 7- توضيح كيفية فوز فريق من اللاعبين على الفريق الآخر، ومتى يكون ذلك، أي هل الوصول إلى هدف محدد وإتقانه أولاً يعني الفوز؟ أو هل يعتمد ذلك على نوعية مقدار تحقيق الأهداف؟
- 8- وصف وتحديد المواد والأجهزة والإمكانات المتوفرة لتنفيذ اللعبة، ويمكن هنا تحديد الأثاث اللازم للعبة مثل لوحة اللعبة، وإمكانية توافر موادها أو شرائها أو إنتاجها وتوافر أماكن جلوس الطلبة وتحديدها بالكيفية التي تنفذ فيها اللعبة.
- 9- تجربة اللعبة على عينة من الطلبة بغرض حلّ المشكلات التي قد تطرأ أثناء تطبيقها.
- 10- إعداد اقتراحات للمناقشة بعد الانتهاء من اللعبة ويتضمن ذلك عناصر حول:

- أ- الإدراك الأولي للعبة، أو النظرة العامة عن طبيعة وأهمية اللعبة.
- ب- نموذج اللعبة (تصميم اللعبة بشكل عام).
- ج- إجراءات وخطوات تنفيذ اللعبة ومدى أثر كل خطوة في تقدم الطلبة نحو تحقيق الأهداف .
- د- نتائج اللعبة ذاتها.
- هـ- انجاز التعلم.
- و- التغذية الراجعة عن اللعبة كنظام متكامل، وذلك لتحسينها وإثارة الرغبة لإنجاز أعمال أخرى ناجحة ناتجة عن تنفيذ اللعبة. (حنورة، عباس، 1996م)

خلاصة :

من علماء مدرسة علم النفس المعرفية "جان بياجيه" الذي ارتبطت نظريته عن اللعب بتعريفه للذكاء حيث يعرفه بأنه: (تنظيم الواقع على مستوى الفعل أو الفكر لا مجرد نسخه) ، ولكي تتم عملية تكيف الطفل مع محيطه الطبيعي والاجتماعي والتي تتم بطريقة تدريجية ، يسلم بياجيه بوجود عمليتين أساسيتين هما : الاستيعاب " التمثل " والتلاؤم.

الفصل الثاني



الصفات الحركية

تمهيد:

وتسمى أيضا القدرات الحركية وهي صفات مكتسبه يكتسبها اللاعب أو المتعلم من البيئة أو تكون موجودة وتتطور حسب قابليته الجسمية والحسية والإدراكية من خلال التدريب والممارسة، أن هذه الصفات لا تعتمد بالدرجة الأساس على الحالة البدنية وإنما تعتمد على السيطرة الحركية بشكل رئيس ، وان السيطرة الحركية تأتي من خلال قدرة الجهاز العصبي المركزي والجهاز العصبي المحيطي على إرسال إشارات دقيقة إلى العضلات لغرض انجاز الواجب الحركي.

وتشمل القدرات أو الصفات الحركية على الرشاقة والتوافق والتوازن

2-1-1- الرشاقة:

2-1-1- مفهوم الرشاقة:

يُعرف ماينل الرشاقة بأنها القدرة على التوافق الجيد للحركات بكل أجزاء الجسم أو جزء معين منه كاليدين أو القدم أو الرأس. (Thil، صفحة 197)

ويُعرف كيرتن الرشاقة بأنها القدرة على رد الفعل السريع للحركات الموجهة التي تتسم بالدقة مع إمكانية الفرد لتغيير وضعه بسرعة، ولا يتطلب القوة العظمى أو القدرة. (حسنين ك.، 1978، صفحة 84)

والرشاقة استعداد جسمي وحركي لتقبل العمل الحركي المتنوع والمركب وهي إستعاب وسرعة في التعلم مع أجهزة حركية سليمة قادرة على هذا الأداء أو ذلك، فعندما نريد أن نصل إلى الإتقان والتثبيت في الأداء المهاري نجد أن الرشاقة تلعب دورا مهما وذلك للسيطرة الكاملة على الأوضاع الصعبة والرشاقة هي خبرة وممارسة حيث أنها تفقد وتضعف عند الانقطاع عن التدريب لفترة معينة. (محجوب و.، 1989، صفحة 87)

2-1-2- أنواع الرشاقة: هناك نوعان من الرشاقة:

* **أولاً: الرشاقة العامة:** وهي نتيجة تعلم حركي متنوع أي نجده في مختلف الأنشطة الرياضية. (Horosky, 1986)

وتشير أيضا إلى المقدرة على أداء واجب حركي يتسم بالتنوع والاختلاف والتعدد بدقة وانسيابية وتوقيت سليم (حمادة، 2001)

* **ثانياً: الرشاقة الخاصة:** وهي القدرة على الأداء الحركي المتنوع حسب التكنيك الخاص

لنوع النشاط الممارس وهي الأساس في إتقان المهارات الخاصة باللعبة. (Horosky، 1986، صفحة 24)، وتعكس قدرة اللاعب على الأداء الحركي في الرياضة المختارة بأسرع ما يمكن وكذلك بسهولة وقل ما يمكن من أخطاء وبدقة عالية، وترتبط بخصائص المهارات الحركية

الأساسية من خلال تكرار أداء تلك المهارات المختلفة بدقة عالية. (الجبالي، 2001، صفحة 485)

كما يعرف الباحث الرشاقة الخاصة في كرة القدم على أنها مقدرة اللاعب على تغيير أوضاع جسمه أو اتجاهه سواء على الأرض أو في الهواء بدقة وانسيابية وتوقيت سليم خلال أدائه للمتطلبات البدنية أو المهارية أو الخططية في رياضة كرة القدم.

2-1-3- مبادئ وطرق تنمية الرشاقة:

تكمن هذه الطرق والمبادئ فيما يلي: (شعلان، 1989، الصفحات 119-120)

1- لإمكان تطوير صفة الرشاقة ينبغي العمل على اكتساب اللاعب لعدد كبير من المهارات الحركية المختلفة، وتسهم الألعاب الرياضية المختلفة في تنمية وتطوير الرشاقة نظرا لما يتخللها من مختلف المواقف والظروف المتغيرة، وغير المعروفة سلفا.

2- ويقول "أربلي Arbley" أنه كلما زادت الرشاقة لدى اللاعب كلما استطاع بسرعة تحسين مستواه (بصفة عامة) ويوحي بمراعاة مبدأ التدرج من البسيط إلى المركب في التدريب على حركات الرشاقة.

3- ينصح "هارا Haare"، "ماتيفيف Matveyev" باستخدام الطرق التالية في غصون عمليات التدريب لتنمية وتطوير صفة الرشاقة:

أ- الأداء العكسي للتمرين: مثل التصويب بالقدم الأخرى وكذا المحاورة بها في كرة القدم.

ب- التغيير في سرعة وتوقيت الحركات: كأداء الحركات المركبة كتطيط الكرة والتصويب.

ج- تغيير الحدود المكانية لإجراء التمرين: مثل تقصير مساحة الملعب في كرة القدم.

د- التغيير في أسلوب أداء التمرين: كأداء مهارة ضرب الكرة بالرأس من الثبات والجري.

ه- تصعيب التمرين ببعض الحركات الإضافية: كأداء التصويب من الدرجات الأمامية والخلفية أما الدوران أو تدريبات حارس المرمى كالفقز لالتقاط الكرة من وضع الطيران.

و- أداء بعض التمرينات المركبة دون إعداد أو تمهيد سابق: مثل أداء مهارة حركية جديدة بارتباطها بمهارة سبق تعلمها.

ز- التغيير في نوع المقاومة بالنسبة لتمرينات القفز والتمرينات الزوجية: كاستخلاص الكرة من أكثر من منافس، أو القفز مع حمل كرة طيبة لضرب كرة بالرأس.

ح- خلق مواقف غير معتادة لأداء التمرين: كالتدريب على الملاعب الرملية بدلا من الخضراء وأيضا على ملاعب النجيل الصناعي والثرثان.

4- يجب عند تدريب الرشاقة مراعاة تشكيل التدريبات بالصورة القريبة من مواقف اللعب في كرة القدم حيث إن اللاعب يحتاج إلى الدقة والسيطرة في التعامل مع الكرة.

5- يجب مراعاة العوامل التي تحد من تطوير الأداء المهاري عند التدريب على تنمية الرشاقة مثل وزن اللاعب وطوله، فاللاعب الطويل يكون مركز ثقله على ارتفاع كبير ولهذا يتطلب عمليا عضليا أكبر والتحكم في أجزاء جسمه بما يتناسب مع الأداء، فعلى سبيل المثال اللاعب الطويل عند التصويب يميل بجذعه للأمام حتى لا تغلوا الكرة عن الهدف أو المرمى.

وحسب ماتفايف MATVEIV يمكن تنمية صفة الرشاقة باستخدام الأداء العكسي للتمرين مثل التصويب بالقدم الأخرى، وكذلك المحاورة بها والتغيير في السرعة وأداء الحركات المركبة كتخطيط الكرة والتصويب، وتغيير الحدود المكانية لإجراء التمرين مثل تصغير مساحة اللعب مع سرعة الأداء المهاري وتصعيب التمرين ببعض الحركات الإضافية كأداء تصويب من الدرجة الأمامية والخلفية أو الدوران حول الشواخص. (شعلان، 1989، صفحة 159)

ويمكن أن تطور صفة الرشاقة في كرة القدم بما يلي: (وآخرون س.، 1987، صفحة

(273).

* التمارين الجمناستيكية المختلفة.

* تمارين الألعاب والمسابقات.

* التمارين الثنائية.

* تمارين الدرجة من خلال الشواخص والأعلام.

* التمارين المعقدة.

* التمارين الخاصة بكرة القدم (المهارات الأساسية).

2-1-4- أهمية الرشاقة:

تلعب الرشاقة دورا بارزا في الحياة الإنسانية بصورة عامة وأكثر الاحتياجات لهذه الصفة البدنية نجدها في الأنشطة والفعاليات الرياضية وبالأخص عند أداء الفرد الرياضي للحركات الصعبة والمركبة.

فالفرد الذي يتمكن من تغيير أوضاع جسمه أو تغيير اتجاهه من جهة إلى أخرى بالسرعة القصوى والتوافق الحركي المتكامل يوضح لنا ويؤكد على أن هذا الفرد يمتلك مستوى عال من اللياقة البدنية ومن أجل نجاح الفرد أيضا في جميع المهارات الحركية، فإن الرشاقة من أكثر المكونات البدنية أهمية بالنسبة للأنشطة الرياضية التي تتطلب تغيير اتجاهات الجسم أو أوضاعه في الهواء أو على الأرض، أو الانطلاق السريع ثم التوقف المبالغت أو إدماج عدة مهارات في ايطار واحد أو الأداء الحركي الذي يتسم بالتباين في ظروف مكثفة التعقيد والتغيير ويقدر كبير من السرعة والدقة والتوافق. (حمادة، 2001، صفحة 200)

وعليه فإن للرشاقة أهمية جوهرية في الألعاب التي تعتمد على الأداء المهاري والخططي، كما أنها تلعب دورا هاما في تحديد نتائج المنافسات وخاصة التي يتطلب الإدراك الحركي فيها على التعاون والتناسق وتغيير المراكز والمواقف، ويتضح جليا دور الرشاقة في تحديد الاتجاه الصحيح للأداء

الحركي وكذلك في الحركات المركبة والتي تتطلب من اللاعب إعادة التوازن فورا في حالة فقدان توازنه كالتعثر أو الاصطدام، ويمكن تلخيص أهمية الرشاقة في أنها تسمح بتجنب الحوادث والإصابات واقتصاد في العمل الحركي، والتحكم الدقيق في المهارات الأساسية للرياض، كما تساعد على سرعة تعلم المهارات الحركية وإتقانها، وبالتالي تطوير التكنيك. (Jurgain, 1986، صفحة 230)

2-2-التوازن

2-2-1- مفهوم التوازن:

هناك العديد من الأنشطة الرياضية التي تعتمد بدرجة كبيرة علي صفة التوازن مثل رياضة الجمباز والغطس كما أن التوازن يمثل عامل هام في الرياضات التي تتميز بالاحتكاك الجسماني كالمصارعة والجودو وتعني كلمة توازن أن يستطيع الفرد الاحتفاظ بجسمه في حالة طبيعية (الاتزان) تمكنه من الاستجابة السريعة .

2-2-2- تعريف التوازن:

يعني التوازن هو القدرة علي الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء أوضاع (الوقوف علي قدم واحدة) أو عند أداء حركات (المشي علي عارضة مرتفعة) (حسنين م.، 1998)

2-2-3- أهمية التوازن:

- تعتبر عنصر هام في العديد من الأنشطة الرياضية.
- تمثل العامل الأساسي في الكثير من الرياضات كالجيمباز.
- لها تأثير واضح في رياضات الاحتكاك كالمصارعة.
- تمكن اللاعب من سرعة الاستجابة المناسبة في ضوء ظروف المنافسة.
- تسهم في تحسين وترقية مستوي أدائه.

- ترتبط بالعديد من الصفات البدنية كالقوة.

2-2-4- أنواع التوازن:

أ- التوازن الثابت:

ويعني القدرة التي تسمح بالبقاء في وضع ثابت أو قدرة علي الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة كما هو عند اتخاذ وضع الميزان. (محجوب و.، 1989)

ب- التوازن الديناميكي:

القدرة علي الاحتفاظ بالتوازن أثناء أداء حركي كما في معظم الألعاب الرياضية والمنازلات الفردية كما هو الحال عند المشي علي عارضة مرتفعة.

2-2-5- العوامل المؤثرة على التوازن:

- الوراثة.
- القوة العضلية.
- القدرات العقلية.
- الإدراك الحسي - حركي.
- مركز الثقل وقاعدة الارتكاز .

2-2-6- بعض تدريبات للتوازن:

- 1-وقوف (الثبات على قدم واحدة ومرجحة القدم الأخرى أماما وخلفا)
- 2-وقوف (عمل ميزان أمامي).

2-3-1- مفهوم التوافق:

يعتبر التوافق من القدرات البدنية المركبة والذي يرتبط بالسرعة والقوة والتحمل والمرونة وتعني كلمة التوافق من وجهة النظر الفسيولوجية مقدرة العمليات العصبية في الجهاز العصبي المركزي علي التوافق ويطلق علي اللاعب أن لديه توافق استطاع تحريك أكثر من جزء من أجزاء جسمه في اتجاهات مختلفة في وقت واحد.

2-3-2- تعريف التوافق:

يعني التوافق مقدرة الفرد علي تحريك مجموعتين عضليتين مختلفتين أو أكثر في اتجاهين مختلفين في وقت واحد (آخرون، 2002)، و قدرة الفرد علي التحكم في عضلات جسمه مجتمعة أو مفردة حسب متطلبات النشاط.

2-3-3- أنواع التوافق:

أ-**التوافق العام:** وهو قدرة الفرد على الاستجابة لمختلف المهارات الحركية بغض النظر عن خصائص الرياضة ويعتبر كضرورة لممارسة النشاط كما يمثل الأساس الأول لتنمية التوافق الخاص.

ب- التوافق الخاص: ويعني قدرة اللاعب علي الإستجابة لخصائص المهارات الحركية للنشاط الممارس، والذي يعكس مقدرة اللاعب علي الأداء بفاعلية خلال التدريب والمنافسات.

2-3-4- أهمية التوافق:

- يعتبر التوافق من القدرات البدنية والحركية.
- يساعد علي اتقان الأداء الفني والخطي.
- تساعد اللاعب علي تجنب الأخطاء المتوقعة.
- يساعده علي الأداء الصعب والسريع بدرجات مختلفة.
- يحتاج اللاعب للتوافق خاصة في الرياضات التي تطلب التحكم في الحركة.
- تظهر أهميته عندما ينتقل اللاعب بالجسم في الهواء كما في الوثب أو الأداء علي الترمبولين. (آخرون، 2002)

2-3-5- العوامل المؤثرة في التوافق:

- التفكير.
- القدرة علي إدراك الدقة والإحساس بالتنظيم .
- الخبرة الحركية.
- مستويات تنمية القدرات البدنية.

2-3-6- طرق تنمية التوافق:

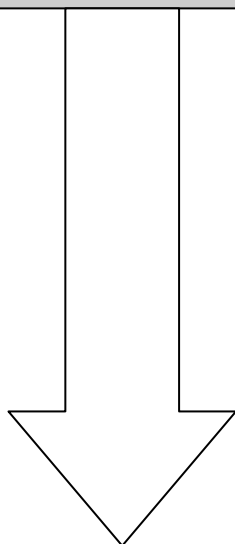
- البدء العادي من أوضاع مختلفة كأداء للتدريب.
- أداء المهارات بالطرف العكس.
- تقيد سرعة وإيقاع الأداء الحركي وتحديد مسافة أداء المهارة.
- زيادة مستوي المقاومة في أداء مراحل الحركة.

- الأداء في ظروف غير طبيعية.

2-3-7- تدريبات علي التوافق:

- وقوف (دوران الذراعين في اتجاهين مختلفين).
- وقوف (تحريك الرجلين بالتبادل مع دوران الذراعين).

الفصل الثالث



النوادي الرياضية

تمهيد:

تمارس النوادي الرياضية مهمة تربية وتكوين الشباب عن طريق تطوير برنامج رياضية وبمشاركتها في ترقية الروح الوطنية والوقاية من العنف ومحاربتة.

وتخضع النوادي الرياضية لمراقبة الرابطة والاتحادية الرياضية الوطنية المنظمة اليها، وتكون هذه النوادي متعددة الرياضات او أحادية الرياضة، نذكر منها النوادي الهاوية التي يخضع اعتمادها الى الرأي التقني المسبق للاتحادية الرياضية المعنية، والذي يمنح طبقا للتشريع المتعلق بالجمعيات"

1-3 - مفهوم النادي:

هو جمعية رياضية ثقافية، سياسية، سياحية، أين يعقد اجتماع للكلام. (la rosusse)
(Le reber) ، وهو دائرة أين يلتقي الاعضاء.

2-3 - تعريف النادي:

هو هيكل من هياكل التسيير ولإنشائه يتطلب مجموعة من الصفات تتمثل في المنشطين والمسيرين لكل نشاط رياضي، وتحديد أوقات كافية لاستعمال الأجهزة الرياضية وتنظيم المنافسات والتدريبات

3-3 - تكوين النادي: تكوين النادي يجب أن تتوفر بعض الشروط نلخصها فيما يلي:

- جعل الاسم الحقيقي للنادي فقط - إضافة لعنوان المقر.
- أن لا يكون الهدف مخالفا للقانون الأساسي، وهذا يكون بفضل أعضاء النادي الذين يتمتعون بالحقوق والواجبات.

3-4- شروط الدخول للنادي:

كون النادي الرياضي يمثل جمعية رياضية فانه يستلزم شروط خاصة للانخراط، تتمثل هذه الشروط في احترام حرية الانخراط والانسحاب، كما يستوجب احترام حرية الاستقالة بالإضافة إلى وجود أعضاء المداولات والإدارة والجمعية العامة التكوينية، وبعد تحرير القانون الأساسي يقوم الأعضاء المؤسسين بعقد اجتماع يستضيفون فيه المنخرطين. (وأخرون ب.، 2003)

3-5- الإطار الفنية والإدارية للنادي:

مهما كانت قدرة النادي الرياضي فانه لا يمكن الاستغناء عن الإشراف الفني له، ففي بداية الرياضة كانت الوظائف التقنية والفنية والإدارية مضمونة من طرف المسيرين المنتخبين لكن تعقدت الوظائف وتطور النشاط إلى توزيع الوظائف الفنية والإدارية على أشخاص عديدين ومختلفين ونذكر هذه من الوظائف:

3-6- الوظائف البيداغوجية:

هي التي تدعو إلى إشراف موافق لها، ففي العديد من النوادي لا تزال هذه الوظائف التدريبية والتعليمية والتنشيط الرياضي مضمونة تطوعيا، بينما في النوادي الأخرى هذه المهام تعود إلى موظفين الأجراء، اين لاحظ تطور المسيرين المهام الإدارية (الأمانة - المحاسبة... الخ) فقاموا بتنصيب إطارات مختصة في هذه الوظائف التي يستدعي الاحتراف، والتي لا يقدر على هذه الوظائف إلا الأندية الكبيرة، وفي معظم الأحيان يتطوع الأمين المنتخب وأمين المخزن وأعضاء المكتب لضمان هذه الوظائف.

وقد ظهرت هناك ضرورة التخلص شيئا فشيئا من القطاعات التقنية الأخرى مثل الميدان الطبي فبقدر ازدياد الممارسة تزداد الحاجة للإسعافات الطبية والاسترخاء العضلي كما يتوقف الاختيار بين المتطوعين والموظفين الأجراء على الإمكانيات المالية للنادي.

إن النوادي التي حققت تطورا هاما في مجال الاتصال الذي يتطلب هو أيضا الاختصاص في الوظائف التي تسند عامة إلى الأجراء الذين يدخلون في العلاقات مع الصحافة والبحث عن المؤمنين (micial laleclarb, 2000)، وهذه النظرة السريعة حول هذه الممارسات وتطورها تسمح لنا بقياس الأهمية المأخوذة في النوادي من طرف الإشراف الإداري.

3-7- استظهار الدور التربوي والاجتماعي والثقافي للنادي:

أ- الدور التربوي للنادي:

إن الممارسة الرياضية إذا ما استفادت من إشراف بيداغوجي فإنها بذلك تشارك في تربية الطفل والمراهق وتنمي فيه بعض المبادئ كتكوين الشخصية وتطويرها وتكوين الطبع لدى الشخص، بالإضافة إلى تطوير الوظائف التقنية الكبرى، وتكوين الحياة الاجتماعية المشتركة والتهيئة للترفيه، كما يمكن القول بأن الرياضة هي مرادف للعنف والغش وتناول المنشطات، فبالرياضة يمكن القضاء على هذه الآفات، وهنا يكمن الدور البيداغوجي للنادي، وهذه المهمة التربوية مهمة شريفة يجب على النادي أخذها بعين الاعتبار كامتداد للمدرسة والثانوية في السياق ما قبل الدراسة، وأخذ الشباب على عاتقها خارج وأثناء الدراسة.

فالنوادي الرياضية تأتي بالإشراف التقني الذي يرضى به الآباء، كما يسعى النادي أيضا إلى التكوين المتواصل عندما يسمح للشباب والكبار بتكون الحكام والمنشطين والمدربين فهو إذن تكوين إنساني متواصل (وآخرون ب.، 2003، صفحة 14)

ب - الدور الاجتماعي للنادي:

يلعب النادي دور اجتماعي هام يعود بالفائدة على مختلف الشرائح الاجتماعية، يبرز هذا الدور فيما يلي:

إعطاء نشاطات رياضية على مدة طويلة تكون خارج عن أوقات المدرسة للأطفال، أي أن النادي يستقبل عدد كبير من الأطفال والمراهقين. وهذا يساعد الأولياء على القيام بأعمالهم.

وتحتوي النوادي على مرافق رياضية ومحلات متقدمة في أغلب الأحيان،

ويكون لاستعمال هذه المرافق دور فعال في استقبال الأطفال والشباب، كما يمكن أن نجد في جنسيات من بلدان مختلفة، وبالتالي فإنه يؤدي مهمة اجتماعية شريفة، فالنادي مثل المدرسة عليه استقبال هؤلاء الشباب رغم اختلافهم في اللغة والثقافات، لأن الرياضة في هذا الصياغ تعتبر اللغة العالمية ولقد زال هذا الاختلاف العرقي والثقافي بشكل كبير والفضل يعود إلى النادي الرياضي والمدرسة بقدر أقل.

وقد سعت بعض الدول التي تشيد آلاف الملاعب المعترف بها، مفتوحة للجميع والتي تقدم لهم بتأجير تقني مفيد ومثل ذلك ما قام به الملاكم الأمريكي "الكلونديلي" بإنشاء جمعية تدعى "رياضة إدماج الشباب" مما ساعد على إنشاء جمعيات أخرى في مختلف أنحاء العالم، ولكن الإدماج الاجتماعي بفعل الرياضة يتحقق بمجهودات النوادي التي تبذلها في استغلال الشباب وخاصة منهم الذين يعانون من مشاكل.

إن طبيعة الرياضة ذاتها تعطينا القدرة على تحقيق الاندماج الاجتماعي في النوادي الرياضية وفي المناطق الحضرية أكثر، فالاندماج الاجتماعي للشباب المهمشين يتطلب تدخل كل من (المدرسة، المؤسسة، الجمعيات والسلطات المحلية) والنادي الرياضي يمثل الحجر الأساس في تحقيق ذلك. (وآخرون ب.، 2003، صفحة 15)

ج- الدور الثقافي للنادي:

تولد الرياضة الثقافية الانفعال، الجمال، الحركة، الصورة، النشاط، ومن هذا المنطلق فهي تشارك في ثراء التراث الإنساني فالرياضة ثقافة الشعوب وكل النشاطات التي ترتكز على النوادي، سواء كانت في المدن أو في القرى.

فالنادي قطب النشاطات الثقافية والاجتماعية ويعود الفضل في هذا إلى المسيرين والمتطوعين أو الأجراء بالدرجة الأولى، الذين يسهرون على مواصلة هذه النشاطات ذات الطابع الحفلي والاستعراضى الرياضي الذي يمثل الترفيه والتسلية للملايين من المتابعين والمتفرجين. فالمنافسة الرياضية والممارسة الرياضية لا يختلفان في النشاطات الثقافية، لأن الرياضة تساهم في تطوير شخصية الإنسان وتلتمس الأشخاص الذين يرغبون في تطور وتحقيق مشروع شخصي أو اجتماعي، ولهذا فإن النادي الرياضي هو الوسط الثقافي ينبغي الذي العناية به مثل النادي المسرحي كالاستعراض الرياضي مثل الأوبرا.

3-8- فروع النادي: يتكون كل فرع بنفس أعضاء المكتب التنفيذي رئيس الفرع، نائب رئيس الفرع، نائب رئيس الثاني للفرع، أمين الخزينة الفرع - الكاتب العام للفرع - الأعضاء.

- **الطاقم الفني:** يتكون من أربعة مدربين وخمسة مساعديه.

- **الطاقم الطبي:** يتكون من ممرضين.

3-8-1- مهام المصالح الإدارية:

1- المكتب التنفيذي: يسهر على التسيير والتنظيم الإداري للنادي ويتكون من:

• **رئيس النادي:** هو المسئول الأول على تسيير النادي أو الجمعية بشتى فروعها

ويتولى المهام التالية:

- يحدد صلاحية كل نائب ومهام المساعدين.

- يأمر بصرف نفقات النادي.

- يحدد مبلغ إدارة النفقات البسيطة.

- يستدعي الأجهزة ويرأس أعمالها وسبرها.

- يقترح جدول أعمال اجتماعات المكتب ودورات الجمعية العامة.
- يمارس السلطة السليمة على مستخدمي النادي.
- تمثيل النادي لدى الهيئات الرياضية المحلية والهوية الوطنية والدولية طبقا للتشريع والتنظيم الساريين المفعول.
- **نائب رئيس الأول والثاني:** في حالة غياب الرئيس يتكفل نائب الرئيس الأول والثاني بتسيير النادي:
- * أمين الخزينة أو المالي: هو المكلف بتسيير الموارد المالية للنادي والحسابات ويتولى المهام التالية:

- تحصيل الاشتراكات.
- تسيير الأموال وتسجيل جرد الأملاك العقارية والمنقولة للنادي.
- تحضير التقرير المالي.
- تسيير الأموال وتسجيل جرد الأملاك العقارية والمنقولة للنادي.
- تحضير التقرير المالي.
- تسيير الأموال ومسك حسابات النادي وفق التنظيم الساري المفعول.
- تحديد الالتزامات وحقوق الانضمام لدى الرباطات والاتحاديات.

- * **الكاتب العام:** هو المكلف بكل الإدارات العامة ويتولى المهام التالية:
- ضبط قائمة المنخرطين.
- ضبط قائمة للرياضيين والممارسين.
- ضبط قائمة كل المؤطرين.
- معالجة البريد وتشفير الأرشيف.
- ضبط سجل المداولات (تحرير محاضر المداولات وتدوينها في سجل المداولات مباشرة بعد الموافقة عليها الأعضاء).
- تكميل مهام المكتب التنفيذي ومساعدتهم.

3-9- مهام النادي:

- العمل على ترقية وتنمية اختصاص أو عدة اختصاصات رياضية (ذكر الاختصاصات) لفائدة أعضائه دون هدف مريح.
- السهر على احترام التنظيمات الرياضية المسنة من طرف الاتحادية المعنية.
- توظيف الظروف المادية الضرورية لممارسة الرياضة.
- تسير وصيانة أملاك النادي طبقا للتنظيم الساري المفعول.
- مسك الإحصائيات بهدفه وإرسال حصيلة نورية خاصة بنشاطه إلى الاتحادية والرابطة المعنيتين.
- السهر على حماية المنشآت والتجهيزات الرياضية الموضوعة تحت تصرفه.
- تنظيم نشاطات ذات طابع ثقافي وترفيهي لفائدة أعضائه.
- المشاركة في البحث واكتشاف المواهب الرياضية الشبابية.
- ضمان التدريب والتكوين الرياضي للرياضيين والممارسين
- أن يخضع للعقوبات التأديبية التي تتخذ فيحققه تطبيق للقوانين الأساسية.
- أن يكتب تأميناً يضمن مسؤولية تجاه المخاطر التي يمكن أن تهبب أعضائه وهذا التنظيم الساري المفعول.

3-10- مشروع النادي:

إن القوانين الأساسية للنادي تشكل المس الشرعي لعقد كل شخص منخرط والقانون الداخلي للنادي يدل على الشكل الخاص لعمل الجمعية بتطبيق هذه القوانين الأساسية فنجد هذه القوانين غير كافية في خلق النشاط فما هي إلا سوابق ولا يمكن الاستغناء عن هذه السوابق في العمل الذي يأتي من طرف المسيرين المؤطرين المنتخبين، فاعطائهم حق تأسيس مشروع النادي الذي يمكن تعريفه كوسيلة نظرية التي تسمح بالنشاط ويجب أن يحتوي هذا المشروع على أهداف عامة التي تدل على اتجاهات النادي وتتحصر هذه الأهداف في سياق البيئة الاجتماعية الثقافية والاقتصادية التي ينشط فيها النادي. (micha, 2006)

3-9-1- أهداف العامة للنادي:

أ- أهداف المدى القصير:

- التدريب والإتقان الرياضي إلى أعلى مستوى من الممارسة تعليم المسؤولية الشباب بالنشاطات الجموعية وتكوين الحكام الشباب.
- الاندماج الاجتماعي للشباب المنحرفين.
- تنشيط رياضة الحي.
- استقبال الجمهور الرائد في النشاطات البدنية في الفراغ للجميع.

إلى جانب الأهداف العامة ذات المدى الطويل التي تشكل سمعة النادي نجد الأهداف الخاصة والأكثر واقعية والتي يجب تحقيقها على المدى القصير أي في الموسم الرياضي وذلك بأخذ بعين الاعتبار الموارد المالية للنادي.

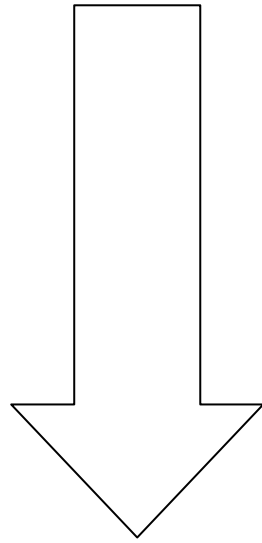
ب- أهداف المدى الطويل:

- خلق نشاطات جديدة للنادي.
- استقبال المزيد من المنخرطين الجدد.
- تنظيم التظاهرات الرياضية.
- بناء نادي قوي.
- بناء مجتمع ذو هدف رياضي.
- إنشاء العلاقة الداخلية.
- قيم حملات ضد المنشطات.
- اكتساب لقب رمزي. (وآخرون ب.,، 2003، صفحة 15)

الباب الثاني

الدراسة التطبيقية

الفصل الأول



منهجية البحث
وإجراءاته الميدانية

يعتبر اختيار المنهجية التي يتبعها الباحث في الدراسة هي التي توجهه في المراحل القادمة من بحثه، والمنهج الذي قمنا باختياره تبعاً لطبيعة مشكلة دراستنا هو المنهج التجريبي وقد عرف بأنه أقرب مناهج البحوث لحل المشاكل بالطريقة العلمية، كما يعد المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختيار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر (جفانة، 2002)، الذي يعتبر من أحد أهم المناهج العلمية المستخدمة في مجال الدراسات العلمية وبشكل خاص في مجال الرياضي، وذلك أن طبيعة المشكلة التي لدينا تستلزم التجربة كأداة لإثبات أو فحص صحة فرضياتنا وقد دعمنا دراستنا بالمعطيات التي مكنتنا من اختيار اختبار مناسب وبرنامج تدريبي الذي يخدم موضوع دراستنا، وكذلك الإحصاء المناسب بحيث تم اختيار مجموعتين واحدة تجريبية وأخرى شاهدة، وكل مجموعة تتكون من سبعة (07) لاعبين أجريت لها اختبارات قبلية وبعديّة خضعت المجموعة التجريبية لحصص تدريبية والمتمثلة في البرنامج التدريبي أما المجموعة الضابطة فقد مارست تدريباتها الاعتيادية.

1-2-2- ضبط متغيرات البحث:

من خلال بحثنا هذا هناك متغيرين إثنين أحدهما مستقل والآخر تابع.

1-2-1- المتغير المستقل:

- "الالعاب الرياضية الترويحية".

1-2-2- المتغير التابع:

- بعض الصفات الحركية (الرشاقة-التوازن-التوافق)
- الذكاء.

1-3- مجتمع وعينة البحث:

يعرف مجتمع البحث بأنه "جميع عناصر ومفردات المشكلة أو الظاهرة قيد الدراسة"، (مصطفى) أما العينة "جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله ووحدات العينة قد تكون أشخاص كما تكون أحياء أو مدن غير ذلك". (هادي)

وقد تمثل مجتمع البحث في بحثنا هذا مبتدئي النوادي الرياضية ببلدية البيض كما تمثلت عينة البحث في (35) مبتدئا من بعض النوادي الرياضية وقد قسمنا الفريق إلى مجموعتين:

المجموعة التجريبية وتشمل عشرة (15) لاعبين.

المجموعة الضابطة وتشمل عشرة (15) لاعبين.

المجموعة الاستطلاعية وتشمل 5 لاعبين

1-4-4- مجالات البحث:

1-4-4-1- المجال البشري:

عينة البحث في عشرين (35) مبتدئا من النادي الرياضي الهاوي السلام الأيكيدو والنادي الرياضي الهاوي الوداد، بحيث أختير عشرة (15) لاعبين كعينة تجريبية و15 لاعبين آخرين أختيروا كعينة ضابطة والعينة كلها من جنس واحد وهم ذكور، تتراوح أعمارهم بين 09 و 11 سنة وتم اختيار خمسة (05) لاعبين كعينة استطلاعية.

1-4-4-2- المجال المكاني:

تم عرض البرنامج التدريبي في المركب الرياضي رائد زكريا المجدوب البيض أين تم شرح مفردات البرنامج وذلك بشرحه بصورة مبسطة والتأكد من فهم الرياضي لمفرداته وتطبيق برنامجنا المقترح والاختبار القبلي والبعدي.

1-4-4-3- المجال الزمني:

لقد تمت فترة تطبيق الاختبارات على مرحلتين:

أ- **المرحلة الأولى:** فترة انجاز الدارسة الاستطلاعية وقد تمت خلال الفترة الزمنية التالية:

- 2019/07/13 الاختبار القبلي.

- 2019/07/27 الاختبار البعدي.

ب-المرحلة الثانية:

الدارسة الأساسية:

استغرقت فترة العمل من 2019/06/26 إلى 2019/09/16، بحيث أجريت الاختبار القبلي بتاريخ 2019/07/13 و الاختبار البعدي 2019/07/27

1-5- أدوات البحث:

- المراجع والمصادر.

- الطرق الإحصائية.

- عتاد البحث والمتمثل في (كارت قدم، حلقات، أقماع، صحنون بلاستيكية، صافرة، ميفاتي).

-الاختبارات والقياسات:

تحليل ومناقشة

النتائج

4.1 عينة البحث تم اختيار عينة البحث من المجتمع الأصلي بطريقة مقصودة و قد اشتمل اللاعبين المبتدئين ذات 7 سنوات.

وقد قسمت العينة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بعدد (15) طفلاً ذكور وتم إجراء عملية التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات كما هو موضح في الجدول الموالي:

الجدول رقم(01): يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لدلالة الفرق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإبتكاري و التوافق الحركي

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة "ت" الجدولية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	النسبة الاحتمالية
الدرجة الكلية لصفات الحركية	قبلي ضابطة	15	7.14	1.19	ن-1	1.76	0.89	غير دالة	0.05
	قبلي تجريبية	15	7.09	1.04					
الذكاء	قبلي ضابطة	15	55.12	0.78	ن-1	1.76.	1.05	غير دالة	
	قبلي تجريبية	15	55.36	0.81					

ويتضح من الجدول (01) أن قيمة (ت) للفروق بين المجموعتين في الدرجة الكلية لصفات الحركية

هي (0.89) وهي غير دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) أي أنه توجد فروق ذات دلالة

إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الدرجة الكلية، إذ بلغ المتوسط

الحسابي للمجموعة الضابطة (7.09) بانحراف معياري مقداره (1.19)، والمتوسط الحسابي

للمجموعة التجريبية (7.14) بانحراف معياري مقدار (1.19) وبمات المحسوبة اصغر من

ت الجدولية عند مستوى دلالة يساوي 0.005 ودرجة حرية مساوية ل 48 ويتضح من الجدول

(01) أن قيمة (ت) للفروق بين المجموعتين في الذكاء هي (0.89) وهي غير دالة إحصائياً

عند مستوى (0.05) أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة

التجريبية والضابطة ل الدرجة الكلية في اختبارات الصفات الحركية ، إذ بلغ المتوسط الحسابي

للمجموعة الضابطة (55.36) بانحراف معياري مقداره (0.81)، والمتوسط الحسابي للمجموعة

التجريبية (55.12) بانحراف معياري مقدار (0.78) وبمات المحسوبة اصغر من ت

الجدولية وهذا يشير إلى انه لا توجد فروق دالة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في

المتغيرات البحث مما يدل على تكافؤ عينة البحث.

-وقد استخدمت لاستخلاص هذه النتيجة الأدوات الآتية:

-اختبارات الصفات الحركية.

-مقياس الذكاء.

- الاختبارات المستخدمة:

1. اختبار رسم الرجل ل "جود انفهارس " .

وفيه يطلب الباحث من الطفل ان يقوم برسم صورة لرجل ويكون التقدير على أساس دقة ملاحظة الطفل لتفاصيل الرجل و ليس على مهارة الرسم.

تعليمات الاختبار

يتم توزيع قلم رصاص وورقة بيضاء على الأطفال المراد قياس نسبة ذكائهم، ويطلب الباحث منهم محاولة رسم صورة لرجل على الورقة البيضاء التي أمامهم مع عدم استعمال המחاة، ثم يتم جمع الأوراق بعد الانتهاء من الرسم ويكتب الباحث البيانات الأساسية لطفل على الورقة. ويعطى درجة علمفردة من مفردات التصحيح، ثم تحسب الدرجات الخام بجمعها ثم يتم حساب العمر العقلي من جدول معايير التصحيح الملحق رقم () ثم يتم حساب الذكاء على أساس المعادلة التالية:

نسبة الذكاء = العمر العقلي ضرب 100 مقسوم على العمر الزمني. (الحميد، 1995، صفحة

(32)

2. اختبار الصفات الحركية

اختبار الوقوف على قدم واحدة ومد الذراعين للجانب وفتل الجذع يمينا ويسارا(15)

ثانية):

2-1- الغرض من الاختبار: قياس التوازن الحركي للجسم.

2-2- الأدوات: صفارة، ساعة توقيت.

2-3- مواصفات الأداء: يقف المختبر على قدم واحدة مع مد الذراعين للجانبين وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بقتل الجذع يمينا ويسارا.

2-4- احتساب الدرجات: يتم حساب المحاولات الناجحة بقتل الجذع يمينا ويسارا (15 ثانية) وعدم حساب المحاولات الفاشلة المتمثلة بقتل الجذع للجانبين مع لمس القدم الحرة للأرض أو القتل القليل للجذع الذي يقدره المحكم.



الصورة رقم (02): تبين اختبار الوقوف على قدم وقتل الجذع يمينا ويسارا (15ثا)

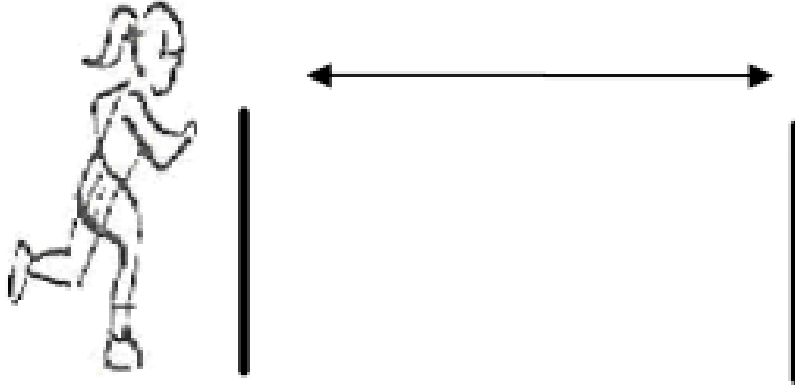
3- اختبار الجري على شكل (8):

3-1- الغرض من الاختبار: قياس التوافق

3-2- الأدوات: قائما وثب عالي المسافة بينهما (2 م)، توضع عليهما عارضة بارتفاع وسط المختبر، ساعة توقيت.

3-3- وصف الأداء: يقف المختبر على الجانب الأيمن لأحد القائمين ، وعند سماع إشارة البدء يقوم بالجري على شكل (8)، حيث يقوم المختبر بعمل دورتين

3-4- احتساب الدرجات: يتم تسجيل الزمن الذي يقطع فيه المختبر دورتين.



الشكل رقم (01): يوضح اختبار الجري على شكل (8)

4 اختبار التوافق: الوثب داخل الدوائر المرقمة :

(الغرض من الاختبار: - قياس التوافق بين الرجلين والعينين)

الأدوات: ساعة إيقاف: يرسم على الأرض ثماني دوائر على أن يكون قطر كل منها (60) سنتيمترا، ترقم الدوائر من 1 إلى 5

مواصفات الأداء : يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1)، عند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا إلى الدائرة رقم (2) ثم إلى الدائرة رقم (3) ثم إلى الدائرة رقم (4) وهكذا حتى الدائرة رقم (5) .

الشروط: البدء بالدائرة رقم (1) والانتهاء بالدائرة رقم (5) وبالترتيب - . أن يتم الأداء بأقصى سرعة ممكنة.

التسجيل: يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثماني دوائر.

5 اختبار المشي على العارضة

الغرض من الاختبار: قياس التوازن من خلال الحركة

الأدوات: عارضة توازن بعرض (10) سم وطول (4)م وسمك (3-5) سم، ارض مستوية، ساعة توقيت.

مواصفات الاختبار:

عند سماع الإشارة بالبداية يقوم المختبر بالمشي على العارضة إلى النهاية ثم الدوران والرجوع مرة أخرى إلى نقطة البداية بأقصى سرعة وبدون لمس أي جزء من الجسم الأرض خارج العارضة .
التسجيل:

يحسب الزمن المستغرق في المشي على العارض إلى اقل 10/1 ثانية عند ملامسة أي جزء من الجسم الأرض خارج العارضة تضاف ثانية للوقت المستغرق

وصف الاختبار

-2 إدراك مفاهيم مكونات الاختبار (الصفات الحركية) بشكل جيد .

-13. (الجمال، 2009، صفحة 34).

. (حطب ا.، 1991، صفحة 115).

الأسس العلمية لبناء الأداة

1 اختبار الصفات الحركية

• **الصدق:** يعد الصدق من أهم خصائص المقياس أو الاختبار الجيد، فهو الذي يكشف قدرة

المقياس أو الاختبار على قياس ما وضع لقياسه والسبب في أهمية الصدق أنه يشير إلى

التباين الحقيقي المنسوب إلى السمة المقاسة (حسانين، 2000، صفحة 85). وقد استخدم

صدق الاختبار بالطرق الآتية:

الصدق التلازمي ويعني صدق البناء بالسمات السيكولوجية التي تنعكس أو تظهر في علامات اختبار ما أو مقياس ما، والبناء هو سمة سيكولوجية أو صفة أو خاصية أو بعد وهو شيء لا يلاحظ بشكل مباشر ولكنه يستدل عليه من خلال مجموعة من السلوكيات المرتبطة به (حطب ا.، 1991، صفحة 33).

والغرض من الصدق التلازمي هو تحديد عدد السمات والصفات وطبيعتها التي تشكل أساس مجموعة من العلاقات أو علاقات اختبار ما بمكوناته (حسانين، 2000، صفحة 37). وقد قام الباحث باستخراج معاملات الارتباط بين كل نشاط فرعي ومجاله والدرجة الكلية للاختبار و

2 اختبارات الصفات الحركية

الصدق: وقد استخدم صدق الاختبار بالطريقة الآتية :

الصدق التلازمي: ويعني صدق البناء بالسمات السيكولوجية التي تنعكس أو تظهر في علامات اختبار ما أو مقياس ما، والبناء هو سمة سيكولوجية أو صفة أو خاصية أو بعد وهو شيء لا يلاحظ بشكل مباشر ولكنه يستدل عليه من خلال مجموعة من السلوكيات المرتبطة به (حطب ا.، 1991، صفحة 33).

والغرض من الصدق التلازمي هو تحديد عدد السمات والصفات وطبيعتها التي تشكل أساس مجموعة من العلاقات أو علاقات اختبار ما بمكوناته (حسانين، 2000، صفحة 37). وقد قام الباحثان باستخراج معاملات الارتباط بين كل نشاط فرعي ومجاله والدرجة الكلية للاختبار الصفات الحركية، بلغ معامل الارتباط بين كل نشاط والدرجة الكلية لكل نشاط (أي مجموع المكونات

الثلاثة) او الدرجة الكلية للاختبار (0.91) وهذا يدل على أنه ليس هناك تباين كبير في إنتماء النشاط لمجاله وفي الوقت نفسه تنتمي بوصفها قدرة إلى القدرات الرئيسية الثلاث المكونة لشفات الحركية.

وقد بلغ معامل الارتباط بين توافق العين واليد والدرجة الكلية 0.90 في حين بلغ معامل الارتباط

بين التوازن والدرجة الكلية للاختبار 0.84 وبين توافق والدرجة الكلية للاختبار 0.92

وكانت جميع الارتباطات دالة إحصائياً عند مستوى أكثر من (0.05)، وهذا يؤيد وجهات نظر

معظم المنظرين المحدثين في علم التريب الرياضي أنها اهم الشفات الحركية

الثبات: ويعرف ثبات الاختبار بأنه " الدقة في تقدير العلامة الحقيقية للفرد على السمة التي

يقيسها الاختبار أو مدى الاتساق في علاقة الفرد إذا أخذ الإختبار نفسه عدة مرات في الظروف

نفسها " (علام، 2004، صفحة 123) وقد استخدمنا الطريقة الاتية

ثبات الاستجابة للإعادة: من أكثر الطرائق استخداماً في حساب ثبات الاستجابة لاختبار رسم

الرجل ل "جود انفهارس " لذكاء هي طريقة إعادة الإختبار. Test – retest. ويطلق عليه أحياناً

ثبات الاستقرار Stabilité، وهو الثبات المحسوب بتطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه مرة أخرى بعد

فترة زمنية.(حسانين، 2000، صفحة 69) وفي البحث الحالي قمنا بحساب معامل ثبات الاستجابة

بطريقة الإعادة على عينة من النادي الرياضي في مدينة البيض مكونة من 10 أطفال ذكور وإناث

سحبت عشوائياً من عينة البحث. وقد كانت معاملات الثبات (0.90)، (0.90) (0.92)

لدرجات التوافق والتوازن والرشاقة والدرجة الكلية لمقياس الشفات الحركية على الترتيب.

3-الاسس العلمية لبناءالألعاب الرياضية الترويحية: هي مجموعة من الأنشطة والألعاب

الحركية الموجهة التي تعمل على تزويد الطفل بالخبرات والمعلومات والمفاهيم التي من شأنها تدريبه على أساليب التفكير السليم وحل المشكلات التي تعترضهم في المواقف الحياتية والتعليمية (الحماحي، 2003، صفحة 78) .

1.3 كيفية التنفيذ

تم تنفيذ الألعاب الرياضية الترويحية فرديا و زوجيا و جماعيا

- الاعتدال في تقسيم الأفرج.
- مناسبة الوقت لتنفيذ الألعاب .
- العمل على طرح الألعاب بأسلوب حل المشكلات ومواجهة المواقف .

2.3 هدفها

يتمثل في اكتشاف وضع جديد لم يكن مألوفاً للبيئة العقلية للطفل وتطوير الوضع الحالي إلى وضع

أكثر حداثة له في تنمية مهارات التفكير الابتكاري والتوافق الحركي ومن خلال الهدف الرئيس

يمكن تحديد أهداف فرعية على النحو الآتية:

أ- تنمية قدرة الأطفال العقلية والحركية على مواجهة المشكلة المعروضة عليهم والعمل على حلها.

ب- تنمية قدرة الأطفال على تكوين علاقات عقلية وحركية جديدة لدى الطفل.

ج- تنمية قدرة الأطفال على إكمال بعض المهارات الفكرية والحركية التي تظهر في أنشطتهم

الرياضية الترويحية.

3.3 أسس اختيار الألعاب الرياضية الترويحية

تم الاختيار على ضوء الأسس الآتية:

1- الإطار النظري الذي تضمنته الدراسة والذي يتناول أهمية اللعب على تنمية تفكير ابتكاري من خلال اللعب بالأنشطة الحركية الموجهة لدى أطفال الروضة .

2- طبيعة مرحلة الطفولة المبكرة باعتبارها مرحلة مهمة من مراحل النمو تبدأ فيها الخبرات العقلية في التكوين فهي مرحلة النمو المنطقي وتنظيم تفكير الطفل لتخريج جيل من المبتكرين حيث أثبتت الدراسات (ميلير 1969م) أن هذه المرحلة من أنسب المراحل لتنمية القدرة الإبتكارية.(حطب ا.، 1991، صفحة 137).

3- طبيعة طفل القسم التحضيري حيث دلت البحوث والدراسات على أن حياة الطفل في هذا المرحلة العمرية تتميز بكثرة اللعب والحركة ومن خلالهما يمكن تنمية قدرات الطفل العامة بدنياً ووجدانياً ومعرفياً وتنمية القدرة الإبتكارية خاصة(الجمال، 2009، صفحة 56)

4.3 خصائص محتوى الألعاب الرياضية الترويحية

في ضوء أهداف الألعاب الرياضية الترويحية وخصائص المرحلة العمرية للأطفال تم وضع قائمة من الألعاب والأنشطة الرياضية الترويحية مع مراعاة المبادئ الآتية:

- 1- أن تتناسب مع خصائص نمو أطفال القسم التحضيري .
- 2- أن تتفق مع ميول وحاجات وقدرات الأطفال مما يجعلها مشوقة وتجذب اهتمام الأطفال إلى الممارسة .
- 3- أن تتميز بالبساطة والإثارة والتشويق من خلال الألعاب والأنشطة المعروضة عليهم .
- 4- أن تساهم الألعاب الرياضية الترويحية بإشعار الأطفال بالاستقرار و السعادة والعمل التعاوني من خلال الأنشطة الرياضية الترويحية وكذلك إسهاماتها من الناحية التعليمية والنفسية والاجتماعية والصحية.

5- أن تتضمن مجموعة من المواقف التربوية التي تساهم في تنمية تفكير السلوك الابتكاري.
والتوافق الحركي.

ويتضمن المحتوى مجموعة من الألعاب والأنشطة الرياضية الترويحية كما هو موضح في الملحق
رقم ()

5.3 الفترة الزمنية لتنفيذ الألعاب الرياضية الترويحية:

-تم تنفيذ البرنامج لمدة 12 أسبوع حيث تم تعليم واستيعاب الأطفال للأنشطة والحصص
الترويحية بواقع مرتين أسبوعياً.

-مدة زمن النشاط (40) دقيقة لكل نشاط وتم تنفيذه من قبل الباحث

6.3 تطبيق الألعاب الرياضية الترويحية

طبقت الألعاب الرياضية الترويحية على عينة البحث التجريبية من الأطفال الذين انتظموا أثناء
التطبيق.

7.3 محتوى الألعاب الرياضية الترويحية

اللعبة (1) الجري من جانب لأخر بعيداً عن الصيادين:

-الهدف: تنشيط الحركة الكلية وإدراك المسافة.

وصف اللعبة: يقف الأطفال في صف منتشرين في جانب من الملعب ويختار طفلين (صيادين) وعند

سماع الإشارة يجري الأطفال للمس للجانب الأخر من الملعب متحاشين إمساك الصياد لهم ويستمر

تكرار ذلك مع تغير الصيادين.

-اللعبة (2) لعبة المطاردة:

-الهدف: معرفة أهمية الوقت والتعاون بين الجميع.

-وصف اللعبة: يقسم الأطفال إلى أربعة قاطرات متساوية وعند الإشارة يجري الطفل الأول من كل

قطار لكي يلمس خط.

المطاردة ثم يعود ويقف خلف القطار (خلف أصحابه) وهكذا يتكرر بالنسبة لبقية الأطفال

"يكون الجري بالتتابع بين أفراد القاطرات"

-لعبة (3) نقل الكرات

-الهدف: الإحساس والإدراك بتغير الحركة بالحمل وبدون حمل.

-المواد اللازمة: ثلاث (03) كرات، أربعة (04) مكعبات صغيرة، أربعة (04) حلقات دائرية

-وصف اللعبة: يقف الأطفال في قطارين خلف خط البداية وأمام كل قطار دائرتان المسافة بينهما من

2 إلى 3 متر يوضع في الدائرة الأولى كرتان أو مكعبان صغيران وعند إعطاء الإشارة يجري

الطفل الأول في كل قطار ليقوم بنقل الكرة من الدائرة الأولى إلى الثانية ويرجع ليقف خلف قطاره

ثم يجري الذي يليه لنقل الكرة من الدائرة الثانية إلى الأولى وهكذا حتى ينتهي جميع الأطفال في

كل قطار. ويحدد الفائز.

-اللعبة (4) سباق الحيوانات:

-الهدف: تنمية الخيال.

-وصف اللعبة: يقف الأطفال في أربع قطارات وعندما تتنادي المربية اسم أحد الحيوانات يجري أربعة الأوائل من كل قطار للوصول إلى خط النهاية مع تقليد الحيوان في الصوت والحركة، والفريق الفائز الذي يقوم بتقليد في أحسن صورة.

-اللعبة(5)صفارة وصافرتان و ثلاثة.

-الهدف: التركيز وسرعة البديهة

-وصف اللعبة: ينتشر الأطفال في الساحة وعند سماع صفارة يجلسون على أربع وعندما يسمعون صفارتين يقفون للجري والانتشار مرة ثانية وهكذا.

-اللعبة(6) كرة اللقف:

-الهدف: التعرف على أسماء أصحابه.

-وصف اللعبة: يقسم الأطفال إلى دائرتين وتقف المربية في وسطها منتصف كل دائرة تمثل قائد لهذه الدائرة ومعها كرة أو اسفنجة ثم يبدأ القائد بقذف الكرة وينادي على أي طفل في الدائرة فيجري الطفل المنادى عليه مسرعاً ليلقف الكرة قبل أن تقع على الأرض الطفل الناجح يحل محل القائد وهكذا..... والفريق الفائز الذي يلقف اكبر عدد من البالونات.

-اللعبة (7) إشارة المرور:

-الهدف: النشاط وسرعة البديهة والاستجابة

وصف اللعبة: ينتشر الأطفال في الملعب وعندما ترفع المربية العلم الأخضر يجري الأطفال بسرعة وعندما ترفع المربية العلم الأصفر يجري الأطفال ببطء وعندما ترفع المربية العلم الأحمر يقف الأطفال وهكذا....

-اللعبة (8) الأطواق:

-الهدف: التوافق العام وأداء عدة أعمال في لعبة واحدة

-وصف اللعبة: يقف الأطفال في قطارين ويوضع أمام كل قطار طوق وعند بدء إشارة المربية يجري

أو يحبل أو يقفز الطفل الأول من كل قطار لمسافة 10م ويمرر الطوق حوله من أسفل إلى أعلى ثم

يضعه على الأرض ثم يعود ليلمس زميله الذي يليه ليقوم بنفس العمل، وتغير الأشكال في كل مرة.

- ملاحظة: يراعي مستوى الطفل البدني وتحدد المسافة بين الطوق والقطار.

-اللعبة (9) جمع وتوزيع التفاح:

-الهدف: إتقان العمل وسرعة الإنجاز.

الأدوات اللازمة: تفاح بلاستيكي أو كرة التنس، كرة طائرة، كرة اليد..

-وصف اللعبة: يقسم الفصل إلى قطارين يقفان على خط البداية وأمام كل قطار وعلى بعد ثلاثة

أمتار ترسم عدة دوائر متقاربة وعلى بعد متر واحد توضع سلة وعلى الإشارة يجري الأول من كل

قطار لجمع الكرات الموضوعة في الدوائر ويضعها في السلة ثم يعود بالسلة مسرعاً لتسليمها

للاعب الثاني ثم يقوم الطفل الثاني بالجرى ومعه السلة لوضعها في مكانها ثم إعادة توزيع الكرات

في دوائرها الصغيرة.

-اللعبة (10) الوثب في الدوائر:

-الهدف: التوافق العضلي وتنمية عضلات الرجلين.

-**وصف اللعبة:** يقسم الأطفال إلى فريقين تقف كل فرقة إما خط البداية ترسم دوائر صغيرة (عدد خمسة) وعند الإشارة يجري الأول من كل مجموعة للحجل داخل الدائرة أو الوثب بالقدمين معاً حتى يصلوا خط النهاية ويكرر اللعب بين كل اللاعبين على التوالي.

-**اللعبة (11) إصابة السلة:**

-**الهدف:** تنمية التوافق البصري والحركي

-**وصف اللعبة:** يقسم القسم إلى فريقين ويقف كل فريق على محيط الدائرة ومعه كرة أو أسفنج وتوضع بداخل كل فريق سله محاطين فيها ويحاول كل لاعب من الفريق رمي الكرة لإصابة السلة من مكانه على محيط الدائرة.

-**اللعبة (12) تتابع درجة الكرة:**

-**الهدف:** التحكم في الحركة الفراغية للأطفال.

-**وصف اللعبة:** يقسم القسم إلى قطارين متساويين أمام كل قطار كرة كبيرة وعلى بعد 4 متر يرسم خط النهاية عند سماع الإشارة يدرج الطفل الأول من كل قاطرة الكرة على الأرض حتى تصل إلى خط النهاية ثم يحملها ويعود بها مسرعاً لتسليمها للاعب التالي.

-**اللعبة (13) البط يعوم ... البط يمشي:**

-**الهدف:** تنمية ليقظة وسرعة التخيل.

-**وصف اللعبة:** يقسم القسم إلى قطارين في وضع الإيقاع مع وضع اليدين على الركبتين وعندما تذكر المربية البط يعوم يمشي الأطفال مع رفع الذراعين أماماً وتحريكهما لأسفل بالتبادل مع تقليد

صوت البط، وعندما تذكر المربية البط يمشي يمشي الأطفال مع وضع اليدين على الركبتين
مقلدين البط في المشي.

-اللعبة (14) حركة + قف:

-الهدف: النشاط وسرعة البديهة والاستجابة.

-وصف اللعبة: يقف الأطفال في الملعب وعندما تذكر المربية كلمة حركة يتحرك الأطفال حسب
اختيارهم (يقفزون، يركضون، يمشون...) وعندما تذكر المعلمة قف بسرعة يقفون حسب حركاتهم
ومن يتحرك يخرج من اللعبة.

-اللعبة (15) الطيور المغماة:

-الهدف: تنمية مهارة الإنصات عند الأطفال

-وصف اللعبة: تغطي أعين الأطفال جميعاً عدا واحد منهم والذي يحمل في احد يديه جرس
يمشي وعند سماع الجرس يمشي وراءه الأطفال وعند الإمساك به يخرج من اللعبة ويحل محل
الطفل الذي امسك به

*ملاحظة: يكون الفريق من ست إلى ثمانية أطفال.

-اللعبة (16) قفص الظلال:

-الهدف: تنمية التوافق البصري الحركي.

-وصف اللعبة: يجري الأطفال ويجري وراءهم زميل يحاول أن يجتاز الحواجز المرسومة في
الأرضية يقف بقدميه داخل الشكل الذي ينادي عليه زملائه إذا نجح ذلك يأخذ مكان زميله الطفل
الفائز يدخل تحت المظلة المكونة با الأيدي ثم يحسب عدد المجموعات داخل كل مظلة.

-اللعبة (17) يمين يسار:

-الهدف: إيجاد التوازن وسرعة اليقظة.

-وصف اللعبة: تضع المربية حبلًا على الأرض أو خطأً مستقيماً وعلى الأطفال يأخذ بدوره يضم

قدميه إلى بعضهما والقفز مرة يمين ومرة يسار حتى النهاية.

-اللعبة (18) الأثر:

-الهدف: تنمية عنصر التركيز في اختيار الموقع.

-المواد اللازمة: رمل مبلل.

-وصف اللعبة: يتم اختيار طفلان يقومان بالجري متجاوران حافين القدمين على الرمال المبللة

ويضغطون بأقدامهم عليها بحيث تترك علامات على الرمل.

يقوم الطفلان بالجري مقتفين أثر الأقدام كذلك يمكن تطوير اللعب بحيث يكون الأثر للقدمين

واليدين.

-اللعبة (19) لعبة التوازن:

- الهدف: التوازن وضبط الحركة الجسم على مسار واحد.

-وصف اللعبة: ترسم المربية خطأً مستقيماً وتطلب من الأطفال المشي على المستقيم بشرط أن

تلمس كعب القدم الأولى بطرف أصابع القدم الثانية، يمكن إرشاد الطفل بصوت هادئ لأنه الطفل

يحتاج على تركيز.

-اللعبة (20) قفزة الضفدع:

-الهدف: التوافق الحركي بين الرجلين والإحساس بالتوازن.

-وصف اللعبة: يقف الأطفال داخل الكيسة ويمسكونها بأيديهم ويبدأ القفز عن إعطاء الإشارة للوصول إلى نقطة النهاية

*ملاحظة: يتم اللعب في هذه اللعبة على أرضية الملعب الرملية.

-اللعبة رقم (21) الجري بالملعقة:

-الهدف من اللعبة:التوازن والدقة في الحركة.

-وصف اللعبة:يمسك الأطفال الملاعق ويدخلها كرة صغيرة وعند سماع الإشارة يجري الأطفال إلى خط النهاية ويمكن أن تمسك الملاعقة باليد.

-اللعبة رقم (22)حركات الساعة:

-الهدف من اللعبة: الانتباه وتقدير الوقت والمسافة

وصف اللعبة: يثبت حبل على عامود ويمسك بطرفه الحر طفل ويبدأ الدوران بالحبل باتجاه عقارب الساعة ببطء ثم أسرع فأسرع وعلى الأطفال اللذين يقفون حول العمود أن يقفزوا عند وصول الحبل إلى محل وقوفهم.

-اللعبة رقم (23)مناولة البالونات:

-الهدف من اللعبة: التركيز في التسليم والاستلام.

-وصف اللعبة: تعد المربية بالونين أو أكثر حسب عدد فرق الأطفال وتكون متعددة الألوان ومنفوخة جيدا وعند إعطاء إشارة البدء يناول الطفل الأول زميلة البالون والذي يسلمها بدوره للذي يليه الثالث دون أن تقع وهكذا.

-ملاحظة: إذا وقعت ترجع إلى أول طفل لتكرر المناولة.

-اللعبة رقم (24) قيام جلوس:

-الهدف من اللعبة: الانتباه والتحكم في الحركة الفراغية للأطفال.

-وصف اللعبة : في هذي العبه يتم اختيار 2 أو 3 أطفال ليقوم بدور الصياد وباقي الأطفال يركضون في الملعب مع تحديد حدود الملعب اللي يتعدها يطلع بري العبه ثم مع الصفارة يمسك الأطفال الذين تم اختيارهم بباقي الأطفال ووضعهم في السجن الذي هو عبارة عن ملعب كرة اليد أو القدم والطفل الذي يبقي هو الفائز.

-اللعبة رقم (25) الألف قدم:

-الهدف من اللعبة: التوافق بين حركة الجميع والشعور بروح الفريق الواحد.

-وصف اللعبة: يجلس الأطفال على ركبهم وهم ممسكين بكعوب بعضهم البعض أما أول الطابور (الطفل الأول يقصد به) يسند يديه على الأرض وكأنه طفل صغير يجبو وعند إعطاء الإشارة البدء يبدأ الطابور الذي يجبو بالحركة نحو نقطة الوصول بأكبر سرعة ممكنة ولا بد أن يصلوا للنهاية وهم ممسكين ببعض فان انفصلوا عادوا إلى نقطة البداية.

*ملاحظات:

1- يقسم الفصل إلى مجموعتان بنات وأولاد.

2- يتم اللعب على أرضية ملعب رملية أو حشيش، أو قاعة جمباز.

-اللعبة رقم (26) لعبة الثعلب والدجاجة:

-الهدف من اللعبة: النشاط العام وتنمية الفكر.

وصف اللعبة: يقسم الفصل إلى عدة دوائر كل دائرة مكونه من 5-6 أطفال وتنتشر الدوائر في أرض الملعب يقف وسط كل دائرة طفل يمثل الديك داخل بيته ويقف خارج الدوائر كلها طفل يمثل الثعلب وعند الإشارة يجري الثعلب ليدخل أي دائرة بيت الدجاج فيجري الديك الموجود داخل الدائرة إلى دائرة أخرى يحاولوا الأطفال البقية تسهيل مهمة الديك وإعاقة الثعلب.

-اللعبة رقم (27) الثعلب والدجاج

-**الهدف من اللعبة:** النشاط العام وتنمية الفكر والتعاون.

-**وصف اللعبة:** يقسم القسم إلى ثلاث أو أربع قطارات تمثل الدجاج يمسك كلا منهم زميله الأمامي من الطيف يقف أمام كل قطار طفل يمثل الثعلب ويحاول الثعلب مسك آخر دجاجة في القطار ويعمل الدجاج على الدفاع عنها باستمرار.

-اللعبة رقم (28) السمك وشبكة الصياد:

-**الهدف من اللعبة:** التعاون والحركة العامة والتفكير بأساليب مبتكرة.

-**وصف اللعبة:** يقسم الأطفال إلى فريقين يمثل إحداهما السمك ويمثل الفريق الثاني شبكة الصياد يقف فريق الشبك على خط نهاية الملعب مشابكي الأيدي وينتشر فريق السمك في ساحة الملعب يبدأ اللعب بأن يتحرك فريق الشبك بتماسك الأيدي للأمام محاولاً اصطياد السمك في الوقت الذي يحاول فيه السمك الإفلات من الشبكة، مع مراعاة عدم خروج السمك خارج حدود اللعب، السمك الذي يتم اصطياده يتم خارج الملعب ويستمر اللعب حتى آخر سمكة ويتبادل الفريقان المهمة وتبدأ اللعبة من جديد.

-اللعبة رقم (29) جمع الصدف:

-الهدف من اللعبة: تنمية التوافق البصري الحركي.

-وصف اللعبة: تلقي المربية في أرض الملعب بعض القطع الصغيرة (طباشير، حصى، قواقع،

صدف) وعند الإشارة يحاول الأطفال جمع ما نشرته المربية.

-اللعبة رقم (30) تشكيل الحبل:

-الهدف من اللعبة: التعرف على الأشكال وتنمية التفكير الجماعي والتعاون.

-وصف اللعبة: تقسم المربية الأطفال إلى مجموعتين تعطى كلا منهم مجموعة من الحبال

ويشكلونها حسب المطلوب من المربية مربع أو مستطيل على حسب رغبة المعلمة وبقية الأطفال

يقوموا بدور الحكم.

-اللعبة رقم (31) لعبة الصياد والحيوانات:

-الهدف من اللعبة: تنمية الدقة والانتباه والتركيز.

-وصف اللعبة: يقف أطفال الفصل داخل دائرة كبيرة ويمثلون الحيوانات ما عدا واحد يقف خارج

الدائرة ويمثل الصياد ومعه كرة صغيرة ويبدأ اللعب بأن يصوب الكرة على أرجل الأطفال داخل

الدائرة وعند إصابة أحدهم يخرج من الدائرة ليأخذ مكان الصياد ويدخل الصياد داخل الدائرة

وهكذا....

*ملاحظة: ممكن لريح الوقت أن يكون عدة صيادين.

-اللعبة رقم (32) الرسم الهندسي:

-الهدف من اللعبة: التعرف على الأشكال الهندسية.

-الأدوات: طباشير أو حبال، أو شريط لاصق.

-وصف اللعبة: ترسم المربية أو تحدد بالحبل والشريط أشكال هندسية ويقوم الطفل بالوقوف حولها

وعند سماعهم الإيقاع يقومون بالجري حول الشكل وإذا بطأ الإيقاع يسيرون داخله وإذا توقف

الإيقاع يجلسون على حافته.

-اللعبة رقم (33) بر بحر:

-الهدف من اللعبة: التعرف على البر والبحر.

-وصف اللعبة: تضع المعلمة أدوات البحر من اسماك وما يحتويه قاع البحر والبر من نخلة

وخيمة وما إلى ذلك وتفصلهم بفاصل كشريط لاصق أو ممكن إن ترسم مراكب واسماك وأمواج

بحر والبر رسم رمال أو وضع رمال وجبال وأعشاب، يقف الأطفال في أحد الجوانب وتتادي

المربية بر أو بحر فينتقل الأطفال للمكان المذكور من قبل المعلمة ومن يخطئ يخرج من اللعبة.

-اللعبة رقم (34) ورد وشوك:

-الهدف من اللعبة: إحياء رد الفعل وتنمية اليقظة.

-وصف اللعبة: يقف الأطفال حول دائرة كبيرة وتختار المربية طفلاً يمثل البستاني ليسير حول

الدائرة مع لمس كل طفل وذكر كلمة ورد والطفل الذي يذكر البستاني كلمة شوك عند لمسه يجري

خلف البستاني محاولاً لمسه قبل وقوف البستاني في مكانه فان لمسه يكرر البستاني المحاولة وإن

لم يستطيع مسكه أصبح اللاعب الجديد بستانياً.

-اللعبة رقم (35) تفرغ الماء:

-الهدف من اللعبة: التعاون والإحساس بالعمل الجاد ونتائجه.

المواد اللازمة: دلوين، حوض أو دلو كبير، حبل، شريط لاصق، طاولة مستطيلة الشكل.

-وصف اللعبة: تلعب بأربعة أطفال ويوضع الدلوين وبهما ماء من ناحية مربوطين بحبل من في طرفه الآخر ثقل يمنع سقوطهما ويقف أمامهما طفلان وطفلتان وكلاً معه كوب لتفريغ الماء في الحوض عند إشارة البدء يقوم الطفلان بتفريغ الماء إلى الدلوين وعند ملامسة الثقليين للأرض ينتقل الطفل والطفلة إلى نقطة النهاية والفائز الذي يصل دلوه مملوء بالماء.

-اللعبة رقم (36) الكنز المغمور:

-الهدف من اللعبة: حفظ التوازن البدني والانتباه.

-المواد اللازمة: علب صغيرة، أكياس بلاستيك، حبال، علب كرتون، لعب صغيرة.

-وصف اللعبة: تقوم المربية بوضع لعبة صغيرة مغلقة في كيس نايلون ثم توضع في علبة صغيرة وتملأ بالماء أو الرمل تحدد نقطة البداية والنهاية وتوضع بعض العوائق السهلة مثل علب الكرتون حبال متعرجة يقوم الأطفال باجتياز العوائق وأخذ اللعبة والعودة بها إلى نقطة البداية إذا نجح الطفل في ذلك دون أن يسكب نقطة ماء يأخذ هديته أما إذا سكب نقطة ماء يعيد الطفل اللعبة إلى موضعها ويعيد المحاولة.

-اللعبة رقم (37) لعبة الرجل الخافية:

-الهدف من اللعبة: تنمية التفكير لتوقع.

-وصف اللعبة: يقوم الأطفال بخلع أحذيتهم ماعدا اثنين ثم ترص متجاورة يخفون الأطفال أنظارهم عن زملائهم اللذان يقومان بإخفاء تلك الأحذية وتطلب المربية من الأطفال الحفاة محاولة تخمين المخبأ والبحث عن أحذيتهم وتكرار المحاولة مع بقية الأطفال بنفس الطريقة.

*ملاحظة: تؤدي هذه اللعبة في أرضية الصف أو أرضية رملية بعد التأكد من عدم وجود أشياء حادة بها.

-اللعبة رقم (38) لعبة الزجاجات:

-الهدف من اللعبة: سرعة الحركة وتحديد الاتجاهات.

-المواد اللازمة: قارورات مياه بلاستيكية فارغة.

-وصف اللعبة: توضع القارورات بعدد الأطفال ماعدا واحد وعند إعطاء إشارة البدء يجري الأطفال

باتجاه الزجاجات ويعود كل منهم إلى مكانه بزجاجه ماعدا واحد يخرج من اللعبة ويستمر إنقاص

قارورة في كل مرة حتى آخر اثنين.

-اللعبة رقم (39) لعبة المشابك:

-الهدف من اللعبة: سرعة الحركة وانجاز العمل.

-المواد اللازمة: حبل، مشابك، كيس.

-وصف اللعبة: يقف الأطفال في وضع الاستعداد للعب بعد تقسيمهم إلى مجموعات تأخذ المعلمة

من كل مجموعة اثنين يمسكان حبلًا من طرفيه توضع عليه المشابك ويأخذ كل طفل كيس نايلون

في يده وعند بداية اللعب يحاول كل طفل أن يجمع أكبر عدد من المشابك في كيسهم

*ملاحظة: يمكن جعل الأطفال يمسكون بالمشابك في أيديهم مع الانتباه حتى لا تقع منهم.

-اللعبة رقم (40) نداء الجسم:

-الهدف من اللعبة: التعرف على أجزاء الجسم بصورة محببة وشيقة.

-المواد اللازمة: سجادة.

-وصف اللعبة: يتمدد الأطفال على السجادة ومجموعة من الأطفال عليهم أن يمدوا أذرعهم وأرجلهم دون أن يتلامسوا تعلن المربية أنها ستنادي على الأذرع والأرجل والرأس وعند النداء يرفع الأطفال الجزء المنادى ثم تضيف الأعضاء الأخرى التي ستنادي عليها مثل بطن، إذن وانف...الخ.

-اللعبة رقم (41) لعبة بيض السمك:

-الهدف من اللعبة : التوافق الحركي والبصري ومعرفة حركة الأجسام في الماء.

-المواد اللازمة: حوض به ماء، عصا بلاستيكية، كرات.

-وصف اللعبة: يقف الأطفال حول الحوض ويقومون بدفع الكرات بعصيتهم إلى نهاية الحوض

-اللعبة رقم (42) اختار حمص - فول - فاصوليا:

-الهدف من اللعبة: تقوية الملاحظة والحركة الجماعية.

-وصف اللعبة: توضع ثلاث كراسي على مسافة مناسبة من الأطفال وتوضع عليها علب الحبوب

(حمص وفول،فاصوليا)، يقف طفلان من أطفال القسم ممسكين بأيديهم على شكل كروي يمر من

تحتة الأطفال وهم يتغنون "طابور طويل طويل طويل يمر من تحت يدي " وعندما يصل آخر طفل

في الطابور يوقفه الطفلان ويسألون عما يختار وعلى أساس اختياره يذهب الطفل إلى الكرسي الذي

يحمل اختياره يقف وراءه ثم يمر الطابور وتكرر اللعبة وهكذا.

- سيوف وسيول: يقسم القسم إلى قسمين قسم منهم سيوف والثاني سيول ويقف إلفين متقابلين

بينهم مسافة ويتم تحديد لكل فوج بيت ودور المعلم هنا النداء فإذا قال سيوف يقول فريق السيول

يلحق السيوف قبل ما يدخلون بيتهم ويحاولون الامساك بهم والعكس صحيح والذي يصطاد ينضم للفريق الثاني والقاطرة التي يكون عدد التلاميذ فيها الأكثر هي الفائزة.

- **بالونات:** في هذه العبة يقسم الصف إلي فريقين ويطلع من كل فريق متطوع ونقسم عليهم البالون وعند الصافره يقوم كل فريق بنفخ البالون ولصقه، والفريق الذي الصق اكبر عدد من البالون هو الفائز .

- **لعبة الألوان:** في هذه العبة توضع ألوان على الأرض ويطلب المعلم من التلاميذ التوجه إلى لون معين والطالب المتأخر أو الذي يخطي يستبعد من العب وهكذا يحدد الفائز .

- وسائل تقويم تنفيذ الألعاب الرياضية الترويحية:

يتضمن مفهوم التقويم، عملية إصدار الحكم على قيمة الأشياء أو الأشخاص أو الموضوعات كما يتضمن أيضاً معنى التحسين أو التعديل أو التطوير الذي يعتمد على هذه الأحكام(حسانين،

2000، صفحة 36)

فقد يكون في صورة تطبيقات تربوية، طلب الباحث من الأطفال القيام بها كالتغذية الراجعة مثلا من خلال الملاحظة لسلوك الأطفال اليومي أثناء تأدية الألعاب الرياضية الترويحية بهدف التعرف على نقاط الضعف ومحاولة علاجها، وكذلك التعرف على مدى استيعاب الأطفال للخبرة المعطاة ومدى ممارسة الأطفال لها الحوار والمناقشة بين الباحث والأطفال و المعلمات.

قيام الباحث لتنمية قدراتهم الابتكارية بتطبيق الألعاب والأنشطة الرياضية الترويحية ومقارنة ذلك مع الأنشطة الموجهة لتنمية التفكير ألابتكاري والتوافق الحركي من طرف المعلمة .

- المعالجة الإحصائية:

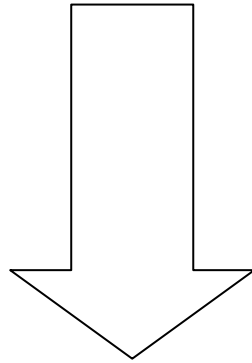
معامل ارتباط بيرسون: استخدم للتعرف على ارتباط الدرجات الفرعية والدرجات الفرعية للأنشطة

مع درجة المجال والدرجة الكلية للاختبار في التطبيق الأول والتطبيق الثاني وثبات الاختبار بطريقة الإعادة ، وكذلك لمعرفة اتجاه العلاقة (الارتباط) بين متغير التفكير الابتكاري ومتغير التوافق الحركي.

الاختبار التائي (T, TEST) لعينتين مرتبطتين لمعرفة دلالة الفروق بين مجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات العمر والذكاء ومقارنة الاختبارات القبلية والبعديّة في التفكير ألابتكاري والتوافق الحركي

المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري و الدرجة التائية..

الفصل الثاني



عرض وتحليل النتائج

تمهيد:

بغرض الوصول الى التحقق من فرضيات البحث المطروحة قد تم جمع و معالجة البيانات عاجلة احصائية وعرضها وتحليلها. وسيعرض الباحث في الصفحات الآتية نتائج البحث ومناقشتها طبقا لفروض البحث بالشكل الآتي :

2-2-1- الفرضية الأولى تنص الفرضية على فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبيلة والبعديّة لبعض الصفات الحركية.

جدول (02) : يبين الإختبارات القبيلة و البعدية للعينة الضابطة.

ت الجدولية	ت المحسوبة	الإنحراف المعياري		المتوسط الحسابي		
		البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	
1.76	7.97	0.27	0.23	6.14	6.46	اختبار الجري على شكل (8)
	2.96	0.94	1.06	8.20	7.00	الوقوف على قدم وفتل الجذع يمينا ويسارا(15ثا
	8.88	0.28	0.28	6.51	6.59	اختبار الجري على العارضة
	2.36	0.30	0.27	5.47	5.57	الفقز على الدوائر المرقمة

من خلال الجدول رقم 02 يتضح لنا أن في اختبار الجري على شكل 08 المتوسط الحسابي للعينة الضابطة القبيلة 6.46 والبعديّة 6.14 أما الانحراف المعياري القبلي 0.23 والبعدي 0.27 وبلغت قيمة ت المحسوبة 7.97 وهي اكبر من ت الجدولية.

وفي اختبار الوقوف على قدم وفنل الجذع يمينا ويسارا 15 ثا المتوسط الحسابي للعينة الضابطة القبلية 7.00 والبعدي 8.20 أما الانحراف المعياري القبلية 1.06 والبعدي 0.94 وبلغت قيمة ت المحسوبة 2.96 وهي أكبر من ت الجدولية.

واختبار الجري على العارضة المتوسط الحسابي للعينة الضابطة القبلية 6.59 والبعدي 6.51 أما الانحراف المعياري القبلية 0.28 والبعدي 0.28 وبلغت قيمة ت المحسوبة 8.88 وهي أكبر من ت الجدولية.

وفي اختبار القفز على الدوائر المرقمة المتوسط الحسابي للعينة الضابطة القبلية 5.57 والبعدي 5.47 أما الانحراف المعياري القبلية 0.27 والبعدي 0.30 وبلغت ت المحسوبة 2.36 وهي أكبر من ت الجدولية.

الجدول رقم 03: يبين نتائج الإختبارات القبلية والبعديّة للعينة الضابطة:

ت الجدولية	ت المحسوبة	الإنحراف المعياري		الوسط الحسابي		
		البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	
1.76	4.67	0.42	0.40	5.88	5.96	اختبار الجري على شكل (8)
	2.57	0.41	0.39	8.66	7.80	الوقوف على قدم وفتل الجذع يمينا ويسارا (15ثا)
	4.41	0.05	0.06	6.57	6.65	اختبار الجري على العارضة
	3.49	0.15	0.16	6.14	6.20	القفز على الدوائر المرقمة

من خلال الجدول رقم (03) يتضح لنا أن في اختبار الجري على شكل 08 المتوسط

الحسابي للعينة التجريبية القبلية 5.96 والبعدي 5.88 أما الانحراف المعياري للقبلي 0.40 والبعدي 0.42 وبلغت قيمة ت المحسوبة 4.67 وهي أكبر من ت الجدولية.

وفي اختبار الوقوف على قدم وفتل الجذع يمينا ويسارا (15ثا) المتوسط الحسابي للعينة التجريبية القبلية 7.80 والبعدي 8.66 أما الانحراف المعياري القبلي 0.39 والبعدي 0.41 وبلغت قيمة ت المحسوبة 2.57 وهي أكبر من ت الجدولية.

واختبار الجري على العارضة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية القبلية 6.65 والبعدي 6.57 أما الانحراف المعياري القبلي 0.06 والبعدي 0.05 وبلغت قيمة ت المحسوبة 4.41 وهي أكبر من ت الجدولية.

وفي اختبار الجري على الدوائر المرقمة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية القبليية 6.20 والبعديية 6.14 أما الإنحراف المعياري القبلي 0.16 والبعدي 0.15 وبلغت المحسوبة 3.49 وهي أكبر من ت الجدولية.

وبالتالي هناك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليية والبعديية لصالح الاختبارات البعديية للمجموعة التجريبية.

تحليل نتائج الفرضية الثانية:

هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينتين التجريبية والضابطة في اختبار رسم رجل

الجدول 04: يبين النتائج القبليية والبعديية للعينة الضابطة:

ت الجدولية	ت المحسوبة	الإنحراف المعياري		الوسط الحسابي		اختبار رسم الرجل
		البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	
1.76	3.40	0.41	0.58	85.60	84.20	

من خلال الجدول رقم 04 يتضح لنا أن في اختبار رسم الرجل المتوسط الحسابي للعينة الضابطة القبلي 84.20 والبعدي 85.60 أما الانحراف المعياري القبلي 0.58 والبعدي 0.41 وبلغت قيمة ت المحسوبة 3.40 وهي أكبر من ت الجدولية.

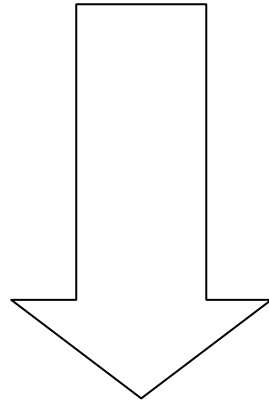
جدول رقم 05: يبين الاختبارات القبليّة والبعدية للعينة التجريبية:

ت الجدولية	ت المحسوبة	الإنحراف المعياري		الوسط الحسابي		
		البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	
1.76	5.12	0.43	0.61	86.53	84.53	اختبار رسم الرجل

من خلال الجدول رقم 05 يتضح لنا أن في اختبار رسم الرجل المتوسط الحسابي للعينة التجريبية القبلي 84.53 والبعدي 86.53 أما الانحراف المعياري القبلي 0.61 والبعدي 0.43 وبلغت قيمة ت المحسوبة 5.12 وهي أكبر من ت الجدولية.

وبالتالي الفرضية تحققت لان هناك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبيلة والبعدية لصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية.

الفصل الثالث



مقابلة النتائج بالفرضيات

من خلال الجدول رقم 05 يتضح لنا أن في اختبار الجري على شكل 08 المتوسط الحسابي للعينة الضابطة القبلية 6.46 والبعدي 6.14 أما الانحراف المعياري القبلي 0.23 والبعدي 0.27 وبلغت قيمة ت المحسوبة 7.97 وهي أكبر من ت الجدولية.

وفي اختبار الوقوف على قدم وفتل الجذع يمينا ويسارا 15ثا المتوسط الحسابي للعينة الضابطة القبلية 7.00 والبعدي 8.20 أما الانحراف المعياري القبلية 1.06 والبعدي 0.94 وبلغت قيمة ت المحسوبة 2.96 وهي أكبر من ت الجدولية.

واختبار الجري على العارضة المتوسط الحسابي للعينة الضابطة القبلية 6.59 والبعدي 6.51 أما الانحراف المعياري القبلية 0.28 والبعدي 0.28 وبلغت قيمة ت المحسوبة 8.88 وهي أكبر من ت الجدولية.

وفي اختبار القفز على الدوائر المرقمة المتوسط الحسابي للعينة الضابطة القبلية 5.57 والبعدي 5.47 أما الانحراف المعياري القبلية 0.27 والبعدي 0.30 وبلغت ت المحسوبة 2.36 وهي أكبر من ت الجدولية.

من خلال الجدول رقم (02) يتضح لنا أن في اختبار الجري على شكل 08 المتوسط الحسابي للعينة التجريبية القبلية 5.96 والبعدي 5.88 أما الانحراف المعياري للقبلية 0.40 والبعدي 0.42 وبلغت قيمة ت المحسوبة 4.67 وهي أكبر من ت الجدولية.

وفي اختبار الوقوف على قدم وفتل الجذع يمينا ويسارا (15ثا) المتوسط الحسابي للعينة التجريبية القبلية 7.80 والبعدي 8.66 أما الانحراف المعياري القبلية 0.39 والبعدي 0.41 وبلغت قيمة ت المحسوبة 2.57 وهي أكبر من ت الجدولية.

واختبار الجري على العارضة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية القبلية 6.65 والبعدي 6.57 أما الانحراف المعياري القبلية 0.06 والبعدي 0.05 وبلغت قيمة ت المحسوبة 4.41 وهي أكبر من ت الجدولية.

وفي اختبار الجري على الدوائر المرقمة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية القبلية 6.20 والبعدي 6.14 أما الانحراف المعياري القبلية 0.16 والبعدي 0.15 وبلغت ت المحسوبة 3.49 وهي أكبر من ت الجدولية.

وبالتالي هناك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبيلة والبعدي لصالح الاختبارات البعدي للمجموعة التجريبية.

كما اشار اليها السيد ان اللعب هو وسيلة الطفل في إدراك العالم المحيط ووسيلة لاستكشاف ذاته وقدرته المتنامية ، وأداة دافعة للنمو تتضمن أنشطة كافة العمليات العقلية ، ووسيلة للتحرر من التمرکز حول الذات ، ووسيلة تعلم فعالة تنمي كافة المهارات الحسية والحركية والاجتماعية واللغوية والمعرفية والانفعالية وحتى القدرات الابتكارية ، وهو كذلك ساحة لتفريغ الانفعالات (السيد، 2001م).

من خلال الجدول رقم 03 يتضح لنا أن في اختبار رسم الرجل المتوسط الحسابي للعينه الضابطة القبلي 84.20 والبعدي 85.60 أما الانحراف المعياري القبلي 0.58 والبعدي 0.41 وبلغت قيمة ت المحسوبة 3.40 وهي أكبر من ت الجدولية

من خلال الجدول رقم 04 يتضح لنا أن في اختبار رسم الرجل المتوسط الحسابي للعينه التجريبية القبلي 84.53 والبعدي 86.53 أما الانحراف المعياري القبلي 0.61 والبعدي 0.43 وبلغت قيمة ت المحسوبة 5.12 وهي أكبر من ت الجدولية.

وبالتالي الفرضية تحققت لان هناك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبيلة والبعدي لصالح الاختبارات البعدي للمجموعة التجريبية.

كما اشار اليها آل مراد ان اللعب له تأثير مباشر في تكوين الشخصية المتزنة للطفل وتنميتها وهو الغرض الأساسي للعب المنظم، إذ يساعد اللعب المنظم بقدر وافر في تقوية الجسم وتحسين الصحة العامة ، ويساهم في المساعدة على النمو العقلي والخلقي وإتاحة الفرصة للتعبير الجماعي آل مراد 2004.

الاستنتاجات:

ان النتائج التي آل إليها هذا البحث من خلال الدراسات التي عرضناها والأفكار التي جمعناها يمكننا أن نستخلص بعض النقاط الهامة:

أولاً: اللعب والترويح ضرورة حتمية للوصول الى نتائج جيدة .

ثانياً: إن الألعاب الرياضية الترويحية تساهم في تحسين بعض الصفات البدنية التوافق-التوازن-الرشاقة.

ثالثاً: الألعاب الترويحية تخلق مجال للمشاركة والابداع داخل النوادي .

خاتمة:

بدأت هذه الدراسة من إشكالية مفادها أن هناك مساهمة للألعاب الرياضية الترويحية في تحسين بعض الصفات الحركية (التوافق-التوازن-الرشاقة) لدى مبتدئ بعض النوادي الرياضية.

إن التحكم في اللعب وخاصة ذات طابع الترويحي يسمح بتطوير مهارات اللاعبين وبالخصوص الحركات وإدراك الحسي الحركي ومن هذا المنطلق أظهرت لنا هذه الدراسة ان الألعاب الحركية الترويحية تساهم في تحسين ادراك حسي الحركي و بالتالي اقتصاد في الجهد وتفادي الإصابات والسماح لرياضي باستدعاء قدرات مخفية تنميته وتوظيفها مهم لتحقيق الإنجاز المثالي.

إذن حان الوقت لتطوير النتائج الرياضية والاهتمام أكثر بهذه النوعية من الألعاب لما تلعبه من دور في تحسين ادراك حسي الحركي وبالتالي التطوير الرياضي في بلدنا والارتقاء به إلى أحسن المستويات.

بعد عرض هذه الدراسة وتحميل نتائج الاختبارات تبين لنا أن إن الألعاب الحركية الترويحية تساهم في تحسين ادراك حسي الحركي.

قائمة المراجع

المراجع باللغة العربية:

1- أبو العلا عبد الفتاح وحمد حسن العلاوي. (2000). فيسولوجية التدريب الرياضي. القاهرة.

- 2- احسان محمد الحسين. (1994). الأسس العلمية لمنهج البحث الاجتماعي. بيروت: دار طليعة.
- 3- أحمد عريبي عودة. (1998). دراسة بعض المتغيرات البيوميكانيكية ودقى التصويب بالقفز عاليا في كرة اليد. كلية التربية الرياضية.
- 4- أسامة كامل راتب. (1999). البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- 5- استاذ غريب محمد سيد احمد. (2015). مدخل الى الاحصاء. الاسكندرية: كلية الاداب.
- 6- الدليلي، محمد توفيق. (1989). كرة اليد (تعلم - تدريب - تكتيك). الكويت: ط1، مطبعة السلام.
- 7- الرفاعي حسين أحمد. (1996). مناهج البحث العلمي (تطبيقات الإدارة الاقتصادية). دار وائل للطباعة والنشر.
- 8- الزين محمود محمد. (1978-1979). سيكولوجية النمو والدافعية. دار الكتب الجامعية.
- 9- الشاطي. (1992).
- 10- الصفار وسامي. (1990). أسس التدريب بكرة اليد. بغداد: مطابع التعليم العالي.
- 11- المجيد مروان عبد. (2001). الموسوعة العلمية لكرة الطائرة. عمان: مؤسسة الوارق للنشر والتوزيع.
- 12- انتصار عويد. (2000). قياس وتقويم زمن التوقع والاستجابة الحركية للمهارات الدفاعية في كرة السلة. جامعة بغداد: كلية التربية البدنية.
- 13- بزاز علي جوكل. (2014). فسلجة التدريب في كرة اليد. الأردن: منشورات دار دجلة.
- 14- ثامر محسن . (1984). واقع التصويب عند لاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم. بغداد: مطبعة الاركان.
- 15- جلال كمال ناصر. (1999). تأثير بعض التمرينات المقترحة لتطوير سرعة الاستجابة الحركية للأداء النهاري في ملكمة. جامعة بغداد.
- 16- جمعة محمد عوض. (1996). سرعة الانفجارية الحركية والقوة لعضلات الأطراف السفلى . جامعة بغداد: كلية التربية الرياضية.
- 17- جنان سعيد الرحو. (2005). أساسيات في علم النفس. لبنان بيروت: ط1، الدار العربية للعلوم جوزيف عبود كبه. مناهج التربية. بيروت: دار منشورات عيونات.
- 18- حامد عبد السلام. علم النفس " الطفولة والمراهقة". القاهرة: عالم الكتب، ط04.
- 19- حنفي محمود مختار. (1979). الاسس العلمية في تدريب كرة القدم. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 20- خليل عبد الرحمن المعاينة ومحمد عبد السلام البواليز. (2004).
- 21- د مروان عبد الحميد. (1998). الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية البدنية. جامعة الهولندية.
- 22- د. محمد نصر الدين رضوان. (2002). الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية . جامعة الهولندية: قسم مناهج المقررات.

- 23- د. مروان عبد الحميد ابراهيم. (1992). الأسس العلمية و الطرق الاحصائية للاختبارات في التربية البدنية والرياضية . القاهرة: دار الفكر العربي.
- 24- ذوقان عبيدات، سهيلة ابو السميد. (2007). استراتيجيات التدريس في القرن الحادي والعشرين، دليل المعلم والمشرق التربوي. عمان، الأردن: دار الفكر.
- 25- رشيد زرواتي. (2002). تدريبات في منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية. الجزائر: دار هومة.
- 26- رعدة شريم. (2006-2007). سيكولوجية المراهقة. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- 27- سعد جلال. (2001). القياس النفسي المقاييس والاختبارات. مدينة نصر، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 28- سعيد جلال ومحمد علاوي. (1975). علم النفس التربوي الرياضي. القاهرة: المعارف، ط4.
- 29- سعيد نزار سعيد. (2012). أثر التمرينات لتطوير الادراك الحسي الحركي في أداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة اليد. عمان: ط1، دار عنداء للنشر والتوزيع.
- 30- شيماء أحمد كريم. (1987). تطوير سرعة رد الفعل الحركي وأثره في مستوى الأداء. جامعة بغداد: كلية التربية البدنية.
- 31- ضياء الخياط وعبد الكريم قاسم. (1988). كرة اليد. الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر.
- 32- عارف كمال، سعد محسن. (1989). المبادئ الأساسية لكرة اليد. دار الكتب للطباعة والنشر.
- 33- عبد الفتاح عنان محمود. (1995). سيكولوجية التربية البدنية والرياضية. مصر: ط1، دار الفكر العربي.
- 34- عبد الله اللامي حسين. (2002). الأسس العلمية التدريب الرياضي. جامعة القادسية: مطبعة الجامعة.
- 35- عصام الوشامي. (1994). الكرة الحديثة فتاح الوصول الى المستوى العالي. القاهرة: دار الفكر.
- 36- عصام عبد الخالق. (1999). التدريب الرياضي. الاسكندرية: منشأة المعارف.
- 37- عقيل الكاتب. (1988). التدريب والخطط الجماعية. بغداد: مطبعة الجامعة.
- 38- على سيهان صخي الكعبي. (2004). التوقع وسرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء المهاري الفاعية للاعب الحر بالكرة الطائرة. جتمعة بغداد: كلية التربية البدنية.
- 40- علي تركي، إيمان شاكر. (1996). دراسة بعض المتغيرات البيوميكانيكية لخطوة الارتقاء عاليا وعلاقتها بدقة التصويب . جامعة بغداد: مجلة التربية الرياضية، العدد 12
- 41- عمار بوحوش. (1995). مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحث. بن عكنون. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 42- فانتن محمد رشيد الجبوري. (1987). سرعة الاستجابة الحركية والقوة الانفجارية لعضلات السفلى وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية وبعض التغيرات الوظيفية لدى لاعبي الكرة الطائرة. بغداد: كلية التربية الرياضية.

- 43- فؤاد البهي السيد. (1997). الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 44- فيرن رفاك وآخرون. (1977). الممارسة التطبيقية في كرة اليد. القاهرة: دار المعارف. 58
- 45- قاسم المندلاني وحمود الشاطي. (1987). التدريب الرياضي والارقام القياسية. بغداد: مطابع الجامعة.
- 46- قاسم حسن حسين. (بدون سنة). الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية. دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- 47- قاسم حسن حسين ومنصور جميل للعنكي. (1988). اللياقة البدنية وطرق تحقيقها. بغداد: مطبعة التعليم العالي.
- 48- قطامي نايفة. (2009). تفكير وذكاء الطفل. بغداد: دار المسيرة للنشر والتوزيع
- 49- كمال درويش. (1998). الأسس الفيزيولوجية لتدريب كرة اليد. مصر: مركز الكتاب للنشر.
- 50- كمال عارف ظاهر. (1980). كرة اليد. بغداد: دار الكتب للطباعة والنشر.
- 51- كمال عارف ظاهر وسعيد حسن اسماعيل. (1989). كرة اليد. دار الكتب للطباعة والنشر.
- 52- كمال عارف، سعد محسن اسماعيل. (1986). المبادئ الأساسية لكرة اليد. دار الكتب للطباعة والنشر.
- 53- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسين. (1997). اللياقة البدنية ومكوناتها. القاهرة: دار الفكر العربي، ط2.
- 54- كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين. (1980). القياس في كرة اليد. دار الفكر العربي
- 55- مالك سليمان مخول. علم النفس " المراهقة والطفولة". دمشق: مطابع مؤسسة الوحدة.
- 56- ماهر صالح محمد. (1971). كرة اليد الحديثة. الكويت: مطبعة دار السياسة، ط1.
- 57- متعب، أحمد يوسف. (2003). تأثير منهج تدريبي باستخدام ميدان مقترح في تطوير التحمل الخاص للشباب بلعبة كرة اليد. جامعة بغداد: اطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية.
- 58- محمد أزهر وآخرون. (1988). الاصول في البحث العلمي. دار الحكمة لطباعة ونشر.
- 59- محمد حسن علاوي. (1982). اختلالات الأداء الحركي. القاهرة: ط1 دار الفكر العربي
- 60- محمد حسن علاوي. (1975). علم التدريب الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
- 61- محمد حسن علاوي وآخرون. (2003). الإعداد النفسي في كرة اليد نظريات - تطبيقات. مصر: مركز الكتاب للنشر، ط1.
- 62- محمد حسن علاوي. (2002). علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي ط1.
- 63- محمد صبحي حسانين. (1987). القياس والتقويم في التربية البدنية. بغداد: دار الفكر.

- 64- محمد صبحي حسانين. (1995). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 65- محمد صبحي حسانين عبد المنعم. (1997). الأسس العننية لكرة الطائرة. القاهرة: ط1 مركز الكنب للنشر.
- 66- محمد صبحي حسين. (1997). اللياقة البدنية ومكوناتها. القاهرة: دار الفكر العربي، ط2.
- 67- محمد عبد الهادي. (2003). تربيوات المخ البشري. عمان: دار الفكر العربي.
- 68- محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي. (1992). نظريات وطرق التربية الرياضية. ديوان المطبوعات الجامعية.
- 69- محمد محمود الأفندي. (1965). علم النفس الرياضي والأسس النفسية للتربية البدنية. القاهرة: عالم الكتب.
- 70- محمد يوسف الشيخ ياسين الصادق. (1969). فسيولوجية الرياضية والتدريب. الاسكندرية: دار نبع.
- 71- محمود عبد الرحمان حمودة. (1991). الطفولة والمراهقة المشكلات النفسية والعلاج. القاهرة: ط1.
- 72- محي الدين توفيق، يوسف القطامي وعبد الرحمن عدس. (2002)
- 73- محي الدين مختار. (1982). محاضرات علم النفس الاجتماعي. الجزائر: المطبوعات الجامعية
- 74- مصطفى غالب. (1979). سيكولوجية الطفولة والمراهقة. بيروت: مكتبة الهلال، ط1.
- 75- مفتي ابراهيم حماد. (1997). موسوعة التعليم والتدريب .
- 76- منير جرجس ابراهيم. (2004). كرة اليد للجميع. دار الفكر العربي.
- 77- موافق أحمد مسعود. (2008). التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم . عمان: دار دجلة ناشرون وموزعون.
- 78- ميخائيل خليل معوض. (1971). مشكلات المراهقين في المدن والأرياف. القاهرة: دار المعارف.
- 79- نازك كاظم الفراوي. (1996). علم النفس الرياضي. جامعة رياض.
- 80- هويشار عبد الرحمان. (2003). الاعداد النفسي الرياضي. بغداد: جامعة كوية.
- 81- وجيه محجوب واخرون. (2000). نظريات التعلم والتطور الحركي. مطبعة وزارة التربية.
- 82- وديع التكويني. (1986). الاعداد التدني للنساء. دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- 83- يحي السيد اسماعيل الحاوي. (2004). الموهبة الرياضية والابداع الحركي. القاهرة: المركز العربي للنشر.
- 84- يعرب خيون. (2002). التعلم الحركي بين مبدأ والتطبيق. بغداد: مكتبة الصخرة.
- 85- يوسف الشيخ. (1984). التعلم
- 86- الحركي. القاهرة: دار المعارف.

المراجع باللغة الفرنسية:

1- *Multiple intelligence as partner in school improve Educational leadership* (1997)

2- www.kids-psychology.com/syco/sy9.htm.

الملاحقة

الوقوف على قدم وفتل الجذع يميناً ويساراً (15 ثا)		اختبار الجري على شكل 8		اختبار الجري حول الدائرة		العينة التجريبية
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	
5,00	6,00	5,20	5,40	6,01	6,09	بوخبزة جمال

7,00	10,00	6,15	6,16	6,10	6,11	بارياح عبد الهادي
6,00	8,00	5,39	5,49	6,02	6,14	سعيدات ايمن
9,00	10,00	5,67	5,87	6,00	6,04	بامقاريس صديق
6,00	8,00	5,86	5,91	6,10	6,01	بوعامر جابر
5,00	6,00	5,49	5,43	6,19	6,37	توينخ اسلام
9,00	7,00	5,83	5,90	6,10	6,29	خديم بديع
10,00	9,00	6,04	6,15	6,16	6,26	زايد محمد النذير
9,00	10,00	6,35	6,48	6,08	6,13	رحيم دم
7,00	9,00	6,97	6,97	6,05	6,17	مولاي محمد امين

الجدول 01: يبين نتائج الاختبارات الخاصة بالعينة التجريبية

الوقوف على قدم وفتل الجدع يمينا ويسارا(15ثا)		اختبار الجري على شكل 8		اختبار الجري حول الدائرة		العينة الضابطة
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	
8	6	6,76	6,19	5,60	5,21	بلعدي ياسين

7	7	6,34	6,03	6,33	6,01	غرابي سيد احمد
9	8	6,21	5,79	6,56	5,23	بن زرقة الياس
8	6	6,57	6,09	5,90	5,50	بن شيخ أيوب
8	7	6,42	6,04	6,01	5,67	خيثري عبد الكريم
9	7	6,30	6,03	6,59	5,24	جمل زكي
10	8	7,10	6,79	6,01	5,68	بواب وليد
7	6	6,21	5,79	6,33	6,01	خلفون صلاح الدين
8	9	6,57	6,09	6,56	5,23	هبة الياس
10	7	6,42	6,04	5,90	5,50	طهراوي عبد الجليل

الجدول 02: يبين الاختبارات الخاصة بالعينة الضايطة

► Test T

تجريبية رسم الرجل

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00002	82,6000	10	3,47051	1,09747
	VAR00001	80,7000	10	3,74314	1,18369

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	VAR00002 & VAR00001	10	,896	,000

Test des échantillons appariés

		Différences appariées							
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %		t	ddl	Sig. (bilatéral)
					Inférieur	Supérieur			
Paire 1	VAR00002 - VAR00001	1,90000	1,66333	,52599	,71013	3,08987	3,612	9	,006

► Test T

ضابطة اختبار الجري
حول الدائرة

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00001	6,1790	10	,34203	,10816
	VAR00002	5,5280	10	,31112	,09838

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	VAR00001 & VAR00002	10	-,052	,887

Test des échantillons appariés

		Différences appariées							
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %		t	ddl	Sig. (bilatéral)
					Inférieur	Supérieur			
Paire 1	VAR00001 - VAR00002	,65100	,47419	,14995	,31179	,99021	4,341	9	,002

► Test T

تجانس اختبار الجري
على شكل 8

Statistiques de groupe

	VAR00002	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
VAR00001	2,00	10	5,9760	,49370	,15612
	1,00	10	6,0880	,27732	,08770

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
VAR00001	Hypothèse de variances égales	3,171	,092	-.625	18	,540	-.11200	,17907	-.48820	,26420
	Hypothèse de variances inégales			-.625	14,165	,542	-.11200	,17907	-.49564	,27164

► Test T

تجانس اختبار الجري
على شكل 8

Statistiques de groupe

	VAR00002	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
VAR00001	2,00	10	5,9760	,49370	,15612
	1,00	10	6,0880	,27732	,08770

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
VAR00001	Hypothèse de variances égales	3,171	,092	-.625	18	,540	-.11200	,17907	-.48820	,26420
	Hypothèse de variances inégales			-.625	14,165	,542	-.11200	,17907	-.49564	,27164

Test T

ضابطة رسم الرجل

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00002	81,7000	10	2,54078	,80346
	VAR00001	80,2000	10	2,48551	,78599

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	VAR00002 & VAR00001	10	,855	,002

Test des échantillons appariés

		Différences appariées							
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %		t	ddl	Sig. (bilatéral)
					Inférieur	Supérieur			
Paire 1	VAR00002 - VAR00001	1,50000	1,35401	,42817	,53140	2,46860	3,503	9	,007

Test I

التجريبية الوقوف على قدم وقتل الجذع يمينا ويسارا

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00002	8,3000	10	1,56702	,49554
	VAR00001	7,3000	10	1,82878	,57831

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	VAR00002 & VAR00001	10	,624	,054

Test des échantillons appariés

		Différences appariées							
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %		t	ddl	Sig. (bilatéral)
					Inférieur	Supérieur			
Paire 1	VAR00002 - VAR00001	1,00000	1,49071	,47140	-,06639	2,06639	2,121	9	,063

► Test T

الضابطة الوقوف على قدم وفتل الجذع يمينا ويسارا

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00001	8,4000	10	1,07497	,33993
	VAR00002	7,1000	10	,99443	,31447

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	VAR00001 & VAR00002	10	-,146	,688

Test des échantillons appariés

		Moyenne	Ecart type	Différences appariées		t	ddl	Sig. (bilatéral)	
				Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %				
					Inférieur				Supérieur
Paire 1	VAR00001 - VAR00002	1,30000	1,56702	,49554	,17902	2,42098	2,623	9	,028

► Test T

ضابطة اختبار الجري على شكل 8

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00001	6,4900	10	,27548	,08711
	VAR00002	6,0880	10	,27732	,08770

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	VAR00001 & VAR00002	10	,944	,000

Test des échantillons appariés

		Moyenne	Ecart type	Différences appariées		t	ddl	Sig. (bilatéral)	
				Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %				
					Inférieur				Supérieur
Paire 1	VAR00001 - VAR00002	,40200	,09211	,02913	,33611	,46789	13,801	9	,000

→ Test T

ضابطة اختبار الجري على شكل 8

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00001	6,4900	10	,27548	,08711
	VAR00002	6,0880	10	,27732	,08770

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	VAR00001 & VAR00002	10	,944	,000

Test des échantillons appariés

		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %		t	ddl	Sig. (bilatéral)
					Différences appariées				
					Inférieur	Supérieur			
Paire 1	VAR00001 - VAR00002	,40200	,09211	,02913	,33611	,46789	13,801	9	,000

→ Test T

التجريبية اختبار الجري على شكل 8

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00002	5,9760	10	,49370	,15612
	VAR00001	5,8950	10	,51713	,16353

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	VAR00002 & VAR00001	10	,987	,000

Test des échantillons appariés

		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %		t	ddl	Sig. (bilatéral)
					Différences appariées				
					Inférieur	Supérieur			
Paire 1	VAR00002 - VAR00001	,08100	,08465	,02677	,02045	,14155	3,026	9	,014

Test T

Statistiques de groupe

تجانس اختبار الجري
حول الدائرة

	VAR00002	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
VAR00001	2,00	10	5,5280	,31112	,09838
	1,00	10	6,1610	,11387	,03601

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
VAR00001	Hypothèse de variances égales	8,623	,009	-6,042	18	,000	-.63300	,10477	-.85311	-.41289
	Hypothèse de variances inégales			-6,042	11,369	,000	-.63300	,10477	-.86268	-.40332

Test T

Statistiques des échantillons appariés

تجانس رسم الرجل

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00002	80,7000	10	3,74314	1,18369
	VAR00001	80,2000	10	2,48551	,78599

Corrélations des échantillons appariés

	N	Corrélation	Sig.
Paire 1 VAR00002 & VAR00001	10	,640	,046

Test des échantillons appariés

		Différences appariées		Intervalle de confiance de la différence à 95 %		t	ddl	Sig. (bilatéral)	
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Inférieur	Supérieur			
Paire 1	VAR00002 - VAR00001	,50000	2,87711	,90982	-1,55816	2,55816	,550	9	,596

♦ Test T

Statistiques de groupe

تجانس اختبار الجري

حول الدائرة

	VAR00002	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
VAR00001	2,00	10	5,5280	,31112	,09838
	1,00	10	6,1610	,11387	,03601

Test des échantillons indépendants

Test de Levene sur l'égalité
des variances

Test t pour égalité des moyennes

		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
VAR00001	Hypothèse de variances égales	8,623	,009	-6,042	18	,000	-,63300	,10477	-,85311	-,41289
	Hypothèse de variances inégaies			-6,042	11,369	,000	-,63300	,10477	-,86268	-,40332

♦ Test T

Statistiques des échantillons appariés

التجريبية اختبار الجري حول الدائرة

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00002	6,1610	10	,11387	,03601
	VAR00001	6,0810	10	,06280	,01986

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	VAR00002 & VAR00001	10	,701	,004

Double-cliquez pour
activer

Test des échantillons appariés

Différences appariées

		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %		t	ddl	Sig. (bilatéral)
					Inférieur	Supérieur			
Paire 1	VAR00002 - VAR00001	,08000	,08300	,02625	-,02063	,13937	3,048	9	,014

♦ **Test T**

التجريبية اختبار الجري حول الدائرة

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	VAR00002	6,1610	10	,11387	,03601
	VAR00001	6,0810	10	,06280	,01986

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	VAR00002 & VAR00001	10	,701	,004

Double-cliquez pour activer

Test des échantillons appariés

		Différences appariées							
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %		t	ddl	Sig. (bilatéral)
					Inférieur	Supérieur			
Paire 1	VAR00002 - VAR00001	,08000	,08300	,02625	,02063	,13937	3,048	9	,014