

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم-

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية وعلم الحركة



مذكرة تخرج مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية تخصص  
التربية وعلم الحركة

النشاط الرياضي الصفي وانعكاسه على فرط الحركة الزائدة

لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (06- 08 سنوات)

دراسة ميدانية لبعض المدارس الابتدائية - ولاية سعيدة -

إشراف الأستاذ:

- أ.د/ حرشاوي يوسف

إعداد الطالبين:

- حريرة عبدو محمد إسلام

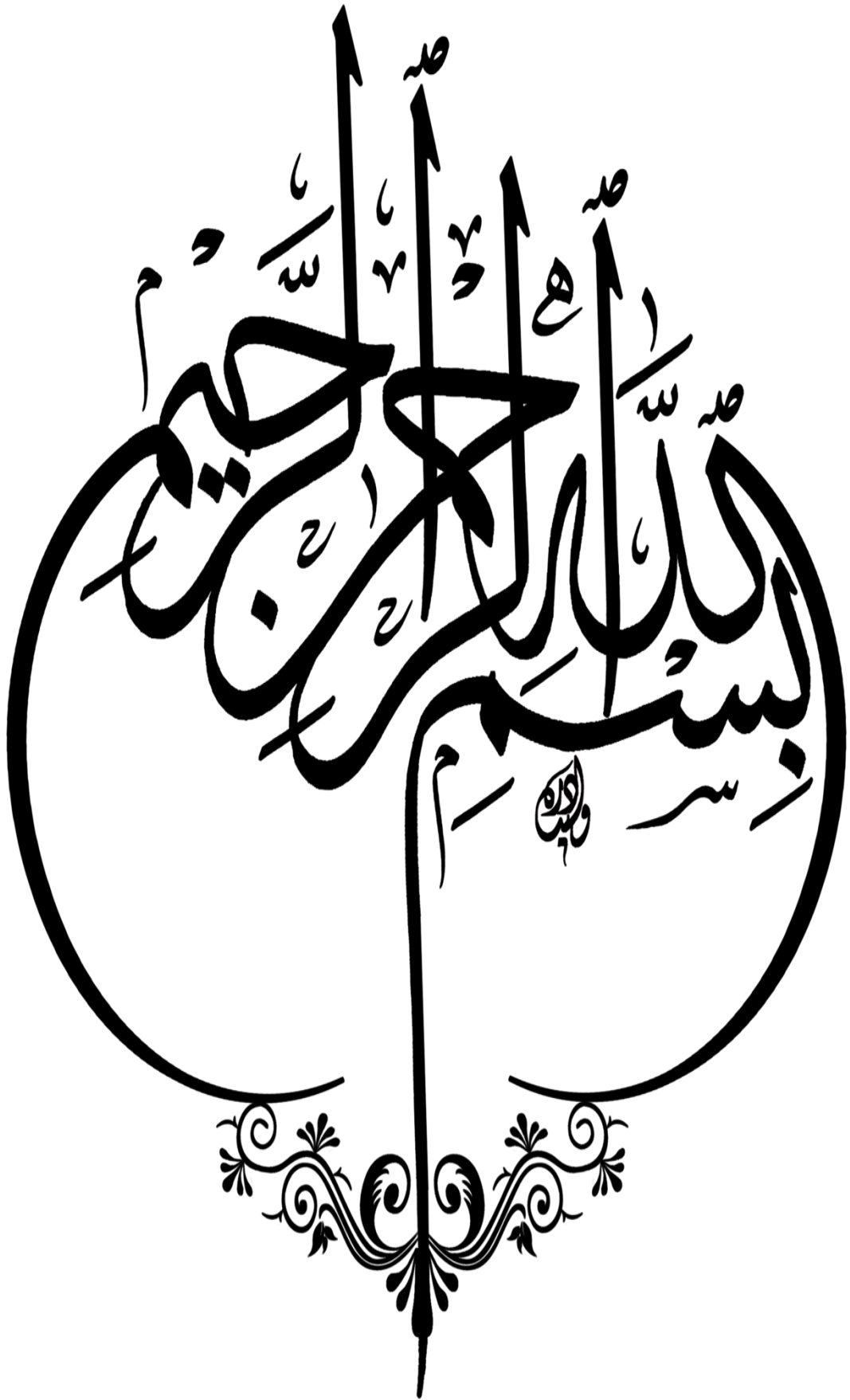
- سميلي فارس ياسين

أعضاء لجنة المناقشة

الصفة	الاسم واللقب	الرتبة	عن جامعة
رئيسا			
مقررا			
مناقشا			

السنة الجامعية: 2024/2025





شكروعرفان

أعوذ بالله من الشيطان الرجيم

بسم الله الرحمن الرحيم

فَتَبَسَّمَ ضَاحِكًا مِّن قَوْلِهَا وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ

وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَذْخُلِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ

(سورة النمل الآية 19)

تخيرلنا أن نبدأ كلامنا بشكرالله تعالى على نعمة الإسلام دين الحق والإنصاف، وعلى توفيقه لنا في إنجاز هذا البحث المتواضع، كما نتقدم بجزيل الشكروالامتنان وبأسمى

العبارات والتقدير إلى الأستاذ المشرف الدكتور

" حرشاوي يوسف "

الذي لم يبخل علينا بنصائحه وتوجيهاته متمنيا له

المزيد من النجاح والتوفيق إن شاء الله .

## إهداء

إلى من عجز الشعراء عن مدحها وجفت أقلام الفصحاء في شكرها  
إلى من وصى عليها الذي فوق سبع سماوات وجعل الجنة تحت أقدامها  
إلى من تعبت وقاست الكثير من أجلي، وعلمتني أن الحياة كفاح، ووراء كل  
تعب نجاح

أمي الغالية

إلى من لم ينسأه قلبي ولا روعي من الدعاء

إلى فخري وسندي الضائع في هذا الكون

أبي الغالي

إلى من كانوا دائما بجانبني وتقاسمت معهم مرحلة الطفولة وتجمعني معهم

كلمة حب منذ الصغر وكانوا عوننا وذراعا و افيا

أخواتي

" محمد إسلام "

## إهداء

نهدي هذا البحث المتواضع إلى من قال عنها رسول الله صلى الله عليه وسلم

" الجنة تحت أقدام الأمهات "

التي سهرت الليالي من أجل تربيتهنا وراحتنا إلى التي أضاعت

دربنا بالشموع " أمي " أطال الله في عمرها

وإلى الذي أهدى روحه وصحته وماله ولم يبخل علينا يوما

إلى الذي يسعد بسعادتنا ويحزن بحزننا، إلى ذلك المقام الراسخ

" أبي "

وإلى كل الأصدقاء والأحبة وإلى كل من أعانني

ولو بكلمة طيبة

سواء من بعيد أو من قريب

" فارس ياسين "

## قائمة المحتويات

أ.....	شكر وعرفان
ج.....	إهداء
III.....	الملخص
IIII.....	قائمة الجداول والأشكال
أ.....	الفصل التمهيدي
أ.....	1. مقدمة:
ج.....	2. مشكلة البحث:
د.....	3. فرضيات البحث:
ه.....	4. أهداف البحث:
ه.....	5. أهمية البحث:
و.....	6. المصطلحات الأساسية للبحث:
ح.....	7. الدراسات السابقة والمثابرة:
6.....	الباب الأول: الدراسة النظرية
8.....	تمهيد:
9.....	1. مفهوم التربية البدنية وأهميتها:
10.....	2. الخصائص والأهداف العامة التربية البدنية والرياضية:
13.....	3. تعريف استاذ التربية البدنية والرياضية:
14.....	4. الخصائص والصفات الواجب توفرها في استاذ التربية البدنية و الرياضية:
18.....	5. تعريف و محتوى درس التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الابتدائية:
19.....	6. أهمية واهداف حصة التربية البدنية و الرياضية:
22.....	7. تعريف وخصائص الطفولة في مرحلة المدرسة الابتدائية ومميزاتها:
23.....	8. احتياجات التلميذ في مرحلة الابتدائي:
25.....	9. مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المتوسطة:

30	10. الاضطرابات المتعلقة بمرحلة الطفولة في المدرسة:
31	خاتمة:
32	الفصل الثاني: فرط الحركة
33	تمهيد:
34	1. نبذة تاريخية عن اضطراب فرط الحركة:
35	2. تعريف اضطراب فرط الحركة:
37	3. اعراض اضطراب فرط الحركة:
41	4. أسباب فرط الحركة: ...
42	5. أنواع فرط الحركة:
44	6. النظريات المفسرة لفرط الحركة:
46	7. الآثار السلبية لاضطراب فرط الحركة:
47	8. المعايير التشخيصية لاضطراب فرط الحركة:
51	9. علاج اضطراب فرط الحركة:
53	10. كيفية التعامل مع الاطفال ذوي الإفراط الحركي:
55	خاتمة:
56	الباب الثاني: الدراسة الميدانية
57	الفصل الأول: منهجية البحث و الاجراءات الميدانية
58	تمهيد
59	1. الدراسة الاستطلاعية
60	2. الدراسة الاساسية :
60	3. متغيرات البحث:
60	4. منهج البحث:
61	6. عينة البحث:
61	7. الأدوات الاحصائية للبحث:

## قائمة المحتويات

---

63	9. الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة.....
64	خاتمة.....
65	الفصل الثاني :عرض وتحليل ومناقشة النتائج.....
66	تمهيد.....
66	1. عرض و تحليل النتائج:.....
75	2. الاستنتاجات:.....
76	3. مناقشة الفرضيات:.....
80	خلاصة البحث:.....
82	قائمة المراجع.....
87	قائمة الملاحق.....

## الملخص

تهدف هذه الدراسة إلى استقصاء أهمية النشاط الرياضي الصفّي في التخفيف من مظاهر فرط الحركة الزائدة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وبشكل خاص لدى الفئة العمرية الممتدة من 6 إلى 8 سنوات. وقد ركزت الدراسة على توظيف الأنشطة الحركية الموجهة داخل البيئة الصفية بوصفها أداة تعليمية وتربوية فعالة تسهم في تعديل السلوك الحركي والانفعالي لدى الأطفال الذين يُظهرون اضطرابات في التركيز وفرطاً في النشاط. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، مستندة إلى أدوات جمع بيانات شملت الملاحظة المنظمة واستبياناً موجهاً إلى المعلمين، بهدف تتبع التغيرات السلوكية التي طرأت على التلاميذ بعد إدراج النشاط الحركي ضمن البرنامج الصفّي اليومي.

وقد أظهرت النتائج أن لهذا النوع من الأنشطة تأثيراً إيجابياً، تمثل في تقليص حدة السلوكيات الزائدة، وتعزيز مستويات الانتباه داخل القسم، فضلاً عن تحسن واضح في التفاعل الاجتماعي وانضباط التلاميذ داخل الوسط المدرسي.

### كلمات مفتاحية :

فرط الحركة الزائدة - تلاميذ المرحلة الابتدائية - حصة التربية البدنية الرياضية - التربية البدنية المدرسية.

### Abstract :

This study aims to investigate the importance of in-class physical activity in reducing symptoms of hyperactivity among primary school students, specifically those aged between 6 and 8 years. The research focused on the use of guided motor activities within the classroom environment as an effective educational and pedagogical tool to help modify both motor and emotional behavior in children who exhibit attention disorders and excessive activity.

The study employed a descriptive analytical method, relying on data collection tools such as structured observation and a questionnaire directed at teachers, in order to track behavioral changes in students after incorporating physical activities into the daily classroom program.

The findings revealed a clear positive impact of these types of activities, which included a reduction in the intensity of hyperactive behaviors, improved attention levels within the classroom, and a notable enhancement in social interaction and student discipline within the school environment.

**Keywords:** Hyperactivity – Primary school pupils – Physical education session – School physical education

## قائمة الجداول

- جدول رقم 1: يمثل تطور مفهوم اضطراب فرط الحركة و نقص الانتباه حسب الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية.....35
- جدول 2: يبين صدق وثبات الاستبيان:.....59
- جدول رقم 3: توزيع التلاميذ على المدارس .....61
- جدول رقم 4 يبين توزيع العينة وفق متغير المستوى الدراسي.....66
- جدول رقم 5: يبين درجات فرط الحركة الزائدة لدى تلاميذ السنة الثانية ابتدائي.....67
- جدول رقم 6: يبين درجات فرط الحركة الزائدة لدى تلاميذ السنة الثالثة ابتدائي.....68
- جدول رقم 7: يبين الدراسة المقارنة لمتوسطات درجات فرط الحركة الزائدة بين تلاميذ السنة الثانية والثالثة لمادتي التربية البدنية والرياضية.....69
- جدول رقم 8: يبين الدراسة المقارنة لمتوسطات درجات فرط الحركة الزائدة بين تلاميذ السنة الثانية والثالثة لمادة اللغة العربية.....70
- جدول رقم 9: يبين التطابقات في طبيعة السلوك "فرط الحركة" حسب المستوى الثانية ابتدائي...71
- جدول رقم 10: يبين التطابقات في طبيعة السلوك "فرط الحركة" حسب المستوى الثالثة ابتدائي.72
- جدول 11: يبين تطابقات فرط الحركة لدى تلاميذ السنة الثانية كل في من مادتي اللغة العربية والتربية البدنية.....73
- جدول رقم 12: يبين تطابقات فرط الحركة لدى تلاميذ السنة الثالثة في كل من مادتي اللغة العربية والتربية البدنية.....74

## قائمة الأشكال

- الشكل رقم 1: سلم ماسلو للحاجات الإنسانية.....24
- شكل رقم 2: يوضح النسب المئوية لتوزيع العينة وفق متغير المستوى الدراسي.....66

# الفصل التمهيدي

## 1. مقدمة:

تعتبر مرحلة الطفولة من اهم المراحل العمرية التي يمر بها الانسان في حياته ، وقد اهتم الكثير من العلماء و الباحثين بهذه المرحلة اهتماما كبيرا على اعتبار ان أطفال اليوم هم شباب الغد و ثروة المجتمع بهم يرقى و يتقدم، لذلك كانت قضية اعداد الطفل اعدادا صحيحا من القضايا المهمة التي اشغلت بال الكثير من المهتمين بهذه المرحلة فعكفوا على دراسة مشكلات مرحلة الطفولة وتحليلها والتعرف على أسبابها ومن ثم تقديم العلاج الناجح لها .

ومن ابرز المشكلات السلوكية في مرحلة الطفولة مشكلة النشاط الزائد لدى الأطفال وتتفاوت نسبة انتشار النشاط الزائد من بلد لآخر ، ونسبته بين الذكور اعلى من نسبته بين الاناث ، وقد حظي اضطراب النشاط الزائد باهتمام كبير من قبل الباحثين والعلماء و المهتمين بالطفولة منذ ذلك الوقت لما له من تأثير سلبي على شخصية الطفل و مستقبله التعليمي والاجتماعي.

يعد النشاط البدني الرياضي على انه ميدان من التربية عموما وتربية البدنية خصوصا ويعد عنصر فعالا في إعداد الفرد من خلال تزويد بخبرات ومهارات حركية تؤدي إلى توجيه النمو النفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الإيجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع. (شكري، 2001، ص 236)

إلى جانب ذلك، تعد الأنشطة البدنية و الرياضية من أكثر الوسائل التربوية فعالية في تحقيق النمو البدني و تهديب النفوس وتعديل السلوك ، وكذلك صقل المواهب الرياضية ، وإعداد الشخصية السوية المتزنة التي تجمع بين العقل والروح والهدف ، و نعني بالنشاط البدني الرياضي العمل على تعميق المفهوم الأمثل للرياضة و تقوية الجسم و كفاية فعاليته عن طريق مزاوله النشاط الرياضي واكتشاف المواهب داخل المؤسسات التربوية (بن حضري، 2019، ص 56)

حيث تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية من الحصص التي يفضلها أطفال المرحلة الابتدائية خاصة وأنهم في هذه المرحلة الابتدائية كثيرا ما يفضلون اللعب على حساب التعلم والتحصيل العلمي، مع العلم أن حصة التربية البدنية في الطور الابتدائي كثيرا ما تكون بعيدة عن الحركات الرياضية والحصص المرتبطة بالرياضة فكثيرا ما تكون في أغلبها مسابقة جري أو قفز عن الحبل أو ترك الأطفال يلعبون كما يشاءون دون أن تكون مضبوطة بقواعد رياضية، فنجد الأطفال خلالها

سعيدين جدا وينتظرون هذه الحصة الأسبوعية بفارغ الصبر فهم يفضلون التحرك بدل الجلوس في مقاعد القسم.

ومن هنا تم تسليط الضوء على دور درس التربية البدنية والرياضية وانعكاساته على فرط الحركة لدى تلاميذ الطور الابتدائي ببعض ابتدائيات مدينة سعيدة، تم تقسيم الدراسة إلى قسمين: الجانب التمهيدي والنظري، الذي يتضمن ثلاثة فصول، والجانب التطبيقي، الذي يحتوي على فصلين.

## 2. مشكلة البحث:

في ظل سعي المدرسة الجزائرية إلى تجديد مناهجها من أجل بلوغ كفاءات شاملة تظهر في سلوك التلميذ وقدرته على مواجهة التحديات داخل الوسط المدرسي وخارجه، أضحت من الضروري مراجعة وتكييف مضامين البرامج التعليمية بما يتماشى مع التحولات السياسية والاجتماعية والثقافية للمجتمع. وفي هذا السياق، تبرز أهمية أستاذ التربية البدنية كفاعل رئيسي في المنظومة التربوية، إذ يُعهد إليه بتنشئة التلاميذ بدنياً ونفسياً واجتماعياً من خلال أنشطة رياضية هادفة، تتطلب منه الكفاءة في التعامل مع الفروق الفردية وتقديم نموذج يُحتذى به، رغم ما قد يواجهه من صعوبات متعددة مرتبطة بتعدد الأدوار والمهام التربوية والتعليمية الموكلة إليه.

وتعتبر التربية البدنية والرياضية مادة تعليمية أساسية ضمن البرنامج الدراسي، لما لها من أثر إيجابي في تكوين شخصية التلميذ المتكاملة، فهي تساعد على تفريغ الانفعالات وتحقيق التوازن النفسي والانفعالي، إلى جانب دورها في تشخيص بعض الاضطرابات السلوكية مثل فرط الحركة. وتتيح هذه الحصة للتلميذ فضاءً للتعبير عن ذاته وحاجاته عبر اللعب والحركة، بما يعزز نموه السليم ويمنحه شعوراً بالمتعة والراحة يصعب تحقيقه في المواد الأخرى التي تتسم غالباً بالجمود والانضباط.

إن النشاط الرياضي الصفي يسهم في اكتساب التلاميذ المهارات الحركية الضرورية، ويمنحهم دفعة قوية نحو تحقيق حياة أكثر اتزاناً ونجاحاً. كما أشار الباحث أمار داكا إلى أن الملعب يعكس بشكل كبير الحالة النفسية للطفل ويعد وسيلة فعالة لتفريغ الشحنات والضغط النفسية والانفعالات المكبوتة ما يجعل من النشاط البدني وسيلة علاجية مكملة للتنشئة السوية. (محمد حسن علاوي، 1986، ص 120)،

وتُعد مرحلة الطفولة، خاصة بين سن 6 إلى 8 سنوات، فترة حاسمة في التكوين النفسي والجسمي والعقلي للطفل، حيث أن المرور السليم بهذه المرحلة يُمكنه من تحقيق توازن داخلي وصحة شاملة. في المقابل، يشكل اضطراب فرط الحركة الزائدة (Hyperactivity) إحدى أكثر المشكلات السلوكية شيوعاً في هذه المرحلة، سواء داخل المدرسة أو في البيئة الأسرية. ويعاني الأطفال المصابون بهذا الاضطراب من صعوبة في ضبط الذات والجلوس لفترات طويلة، إذ يملكون طاقة عالية وحاجة دائمة للحركة والنشاط، وهو ما يميزهم عن الأطفال النشيطين بطبيعتهم.

ومن المهم التمييز بين النشاط الحركي العادي الذي يُعد ضروريًا لنمو الطفل، وبين النشاط المفرط الذي قد يكون مؤشرًا على اضطراب سلوكي يتطلب متابعة نفسية وتربوية خاصة. ويشير كمال إلى أن هؤلاء الأطفال غالبًا ما يشكلون مصدر تعب وإرهاق للمعلمين وأولياء الأمور، نتيجة تكرار التوجيهات دون استجابة حقيقية منهم، مما يسبب لهم الإحباط والتوتر في محاولات السيطرة على سلوكياتهم.

بالتالي، يصبح من الضروري إدماج النشاط الرياضي الصفّي ضمن مقاربة تربوية علاجية تستهدف التلاميذ المفرط الحركة، لما توفره هذه الأنشطة من إطار يسمح لهم بالتنفيس عن طاقتهم والانخراط في أنشطة منضبطة تساهم في تهذيب سلوكهم وتعزيز تفاعلهم الاجتماعي بطريقة إيجابية. (عبد الحميد، 1994، ص 177)

ومن خلال هذا التقديم النظري لبحثنا في ما يخص دور درس التربية البدنية والرياضية وانعكاساته على فرط الحركة لدى تلاميذ الطور الابتدائي ببعض ابتدائيات مدينة سعيدة أدى بنا إلى طرح التساؤل التالي:

**هل تساهم الأنشطة الرياضية الصفية في الحد من فرط الحركة الزائدة لدى التلاميذ المتدرسين في المرحلة الابتدائية (06-08 سنوات) ؟**

حيث نستنبط من التساؤل العام الاسئلة الجزئية التالية:

- ✓ هل تساهم الأنشطة الرياضية الصفية في الحد من فرط الحركة الزائدة من وجهة نظر الأساتذة؟
- ✓ هل تتباين طبيعة فرط الحركة الزائدة بين تلاميذ اقسام السنة الثانية والثالثة ابتدائي ؟
- ✓ هل تتطابق وجهات نظر اساتذة التربية البدنية والرياضية مع اساتذة اللغة العربية في تحديد طبيعة سلوك فرط الحركة الزائدة؟

### **3. فرضيات البحث:**

- ✓ تساهم الأنشطة الرياضية الصفية في الحد من فرط الحركة الزائدة لدى المتدرسين
- ✓ يوجد تباين واختلاف في مستويات درجات فرط الحركة الزائدة بين تلاميذ اقسام السنة الثانية والثالثة ابتدائي

✓ لا يوجد تطابق بين اساتذة التربية البدنية والرياضية و اللغة العربية من حيث وجهات نظرهم لتحديد طبيعة سلوك فرط الحركة الزائدة

#### 4. أهداف البحث:

- إلقاء الضوء على الأطفال الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة وفهم أسبابه وأعراضه.
- الكشف عن اضطراب فرط النشاط الحركي وتأثيره على التحصيل الدراسي.
- محاولة إثراء الحقل التعليمي بمعلومات حول هذا الموضوع نظرا لخطورة انتشاره في مجتمعنا.
- معرفة مهارات الاتصال الواجب على الأستاذ إتقانها أثناء قيامه بعمله.
- إبراز العلاقة التي تربط حصة التربية البدنية والرياضية لبناء شخصية سوية للتلاميذ وبالتالي اكساب القيم الروحية والاجتماعية والنفسية.
- معرفة دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.
- معرفة التغيرات النفسية والبيولوجية والجسمية التي تطرأ على التلاميذ بعد وأثناء ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.
- معرفة علاقة التلميذ بمادة التربية البدنية والرياضية.

#### 5. أهمية البحث:

تأتي أهمية هاته الدراسة من أهمية موضوعها وهي فئة الأطفال ذوي اضطراب فرط الحركة وما ينجر عنه من تأثير على سلوكياتهم وتحصيلهم الدراسي.

تسليط الضوء على الاهتمام بهذه الفئة من الأطفال من قبل المعلمين الذين يجدون صعوبة في التعامل معهم ومدى تأثيرهم على الأطفال المتمدرسين معهم، والاهتمام بهم أيضا من قبل أوليائهم للاهتمام بهم والتقليل من لومهم على السلوكيات الصادرة منهم، والعمل على تحسين نفسية التلاميذ من حيث التخفيف من القلق والشعور بالصحة النفسية والاجتماعية الرفع من معنوياتهم وقدراتهم من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي ، ومعرفة مدى مساهمتها في بناء أفراد متكاملين وذوي قدرة على التعامل مع الضغوطات النفسية اليومية، وهذه الدراسة تركز على فئة عمرية معينة، وأيضا من

أجل إثراء المكتبة الجامعية بمرجع جديد يدلي بمنفعة لطلبتنا، طلبة معهد التربية البدنية والرياضية مستغانم.

## 6. المصطلحات الأساسية للبحث:

### 1. تعريف التربية البدنية والرياضية: (النشاط الرياضي الصفي)

#### التعريف الاصطلاحي:

- تعتبر التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة التي تتم عن طريق النشاط الذي يستخدمه الجهاز الحركي لجسم الإنسان والذي ينتج عنو أن يكتسب الفرد بعض الاتجاهات السلوكية. (تشارلي، 1964، ص 30)
- ويعرفها ويست بوتشر الذي يرى أن التربية البدنية من عملية تربوية، تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك. (الخولي، 2001، ص 35)

#### التعريف الإجرائي:

هي العملية التي يقوم بها الفرد بنشاط بدني منظم سواء كان فرديا أو جماعيا تحت إشراف أستاذ يعمل على الحرص على أن ينشأ الفرد على أحسن ما ينشأ عليه من قوة جسم وسلامة البدن وحيوية ونشاط وهذا بهدف إعداده بصفة لائقة من الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية لتمكينه من متطلبات الحياة في مجتمعه.

### 2. تعريف النشاط البدني الرياضي

#### التعريف الاصطلاحي:

- يعرفه مات فينا بأنه نشاط ذو شكل خاص وجوهر المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها وذلك فعلا ما يميز النشاط البدني بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي وإنما من أجل النشاط في حد ذاته. (الخولي، 2001، ص 35)

### التعريف الإجرائي:

هو تلك الأنشطة أو التمارين البدنية والرياضية التي يمارسها تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي من إعداد وإشراف وتنفيذ أستاذ التعليم الابتدائي لمادة اللغة العربية وفق مدة ساعة أسبوعيا حسب توقيت البرنامج الزمني للمدرسة الابتدائية، والمفروض تقيده ببرنامج وفق المنهاج المعد من قبل وزارة التربية الوطنية.

### 3. تعريف فرط الحركة

#### التعريف الإصطلاحي:

هي حركات جسمية تفوق الحد الطبيعي المقبول، عدم القدرة على الانتباه للمهام لفترة مناسبة طويلة، الاندفاع في أداء الأعمال قبل التفكير في نتائجها، النشاط الجسدي الحركي الزائد ينتقل من نشاط لآخر، صعوبة في ترتيب أعماله، مغل لنظام عند إلقاء المعلم لدرس، صعوبة في انتظار دوره في اللعب أو في المواقف الاجتماعية، عدم القدرة على التركيز، عدم ضبط النفس والاندفاعية القبلية للتشتت إلى المتغيرات الجديدة اندفاع الطفل دون تفكير في تصرفاته زيادة كمية الحركة ونشاط الحركات العضلية الغير هادفة. (وزاني، 2017، ص 46)

#### التعريف الإجرائي:

هي الأعراض السلوكية التي تظهر لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي عينة الدراسة كمحل الدراسة بعض ابتدائيات مدينة سعيدة أثناء قيامهم بمختلف الأنشطة التعليمية التي تكون ظاهرة لديهم على شكل اندفاعية، فرط الحركة، ... والتي نحكم عليها من خلال الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ على مقياس فرط الحركة المعتمد في الدراسة.

### 4. حصة التربية البدنية والرياضية :

هي تلك العملية التي ترمي الى تكوين الفرد تكوينا متكاملًا من الناحية الحسية الحركية والاجتماعية والعاطفية والمعرفية.

## 5. المرحلة الابتدائية:

ويقصد بها مرحلة التعليم المحصورة بين مرحلة التحضيري و مرحلة المتوسط وهي التي توافق المرحلة العمرية بين 09 و 10 سنة.

## 7. الدراسات السابقة والمثابفة:

إن ما يزيد البحث مصداقية واثراء في جميع النواحي هي الدراسات المثابفة والبحوث السابقة، حيث توجهنا إلى الطرق الصحيحة كما تساعدنا في طريقة التخطيط ومناقشة النتائج، وهذا كونها استعرضت المواضيع التي تناولت المشكلة بأبعادها المختلفة. ومن هذه الدراسات التي تقل في هذا المجال نجد:

### • الدراسة الاولى:

دراسة خالد الفخراي سنة 1995: "دراسة مقارنة بين أداء الأطفال مضطربي الانتباه والنشاط الزائد (ADHD) والأطفال العاديين".

"والتي أوضحت الفرق بين أداء الأطفال مضطربي الانتباه من ناحية أخرى وكانت العينة تشمل 30 طفل مضطربي الانتباه مع النشاط الزائد و 30 طفلا عاديين وأظهرت النتائج التالية:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أداء الأطفال العاديين والأطفال مضطربي الانتباه مع النشاط الزائد ودونه
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال مضطربي الانتباه مع النشاط الزائد ودونه
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال مضطربي الانتباه دون نشاط الزائد والعاديين وأطفال مضطربي الانتباه مع النشاط الزائد لصالح مجموعة الثانية.

### • النقد

تعد هذه الدراسة من المحاولات الأولى التي تناولت اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه في البيئة العربية، حيث ركزت على الفروق السلوكية والإدراكية بين الأطفال المصابين والعاديين. ورغم أنها وفرت أرضية نظرية لفهم خصائص الطفل المصاب بفرط الحركة، إلا أنها لم تتطرق إلى الأبعاد

التربوية أو العلاجات غير الدوائية، مثل النشاط البدني. كما أن غياب التدخل التطبيقي يحد من إمكانية الاستفادة منها في معالجة الظاهرة داخل المدرسة. لذلك تبقى فائدتها في بحثك محصورة في تأطير الإطار المفاهيمي للاضطراب لا أكثر .

• الدراسة الثانية:

دراسة رياض العاسمي نايل العاسمي 2001 : " النشاط الزائد لدى الأطفال وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية والتحصيل الدراسي"

ركز هذا الباحث على دراسة النشاط الزائد عند الأطفال وعلاقته ببعض التغيرات وهي الاكتئاب التحصيل الدراسي التوافق النفسي بالبعد الاجتماعي والشخصي وقد بلغت عينة الدراسة 33 طفلا ممن يعانون من نشاط زائد بواقع 29 تلميذ و 4 تلميذات وطبقت عليهم مجموعة من المقاييس النفسية يهدف الحصول على المعلومات سواء استبيانات شخصية أو اختبارات إسقاطية وتوصلت آخر الدراسة إلى وجود فروق بين الأطفال مفرطي الحركة والعاديين في تلك التغيرات كالاكتئاب، التحصيل الدراسي، التوافق النفسي، وهذا لصالح الأطفال مفرطي النشاط بمعنى أن الأطفال ذو النشاط الزائد هم أكثر اكتئابا وتحصيل دراسي ضعيف وهم غير متوافقين اجتماعيا وشخصيا.

• النقد

تقدم هذه الدراسة مساهمة هامة في فهم تأثير فرط الحركة على الجوانب النفسية والاجتماعية والتحصيل الدراسي لدى الأطفال، وقد استعانت بمجموعة من الأدوات النفسية لقياس هذه المتغيرات. غير أن الدراسة ركزت فقط على العلاقة الوصفية بين فرط الحركة وهذه الأبعاد دون تقديم حلول أو تدخلات ممكنة، كما أغفلت تمامًا دور النشاط الرياضي كوسيلة علاجية أو تعديلية. لذلك، فإن ارتباطها بموضوعك غير مباشر، وتخدم بشكل أساسي في تأطير الآثار السلبية لفرط الحركة أكثر من تقديمها لحلول مدرسية واقعية.

• الدراسة الثالثة:

دراسة البصير 2004 : التدخل السلوكي لعلاج بعض حالات نقص الانتباه لدى عينة من أطفال المدارس الابتدائية " دراسة تجريبية" هدفت هذه الدراسة إلى اختبار فاعلية التدخل النفسي من خلال

برنامج تدريبي يضم مجموعة من التدريبات النفسية التي تقوم على مفاهيم الضبط الذاتي بهدف تحسين مستوى الانتباه لدى عينة من الأطفال مضطربي الانتباه.

تألفت عينة الدراسة من مجموعة من طلاب المدارس الابتدائية المصابين بالاضطراب والمرتدين على عيادة علاجية خاصة للعلاج, وقد تحددت بستة أطفال بواقع 5 أطفال ذكور وطفلة واحدة يتوزعون على مستويات دراسية مختلفة اثنان من الصف الأول , واثنان من الصف الثاني, اثنان من الصف الثالث, وواحد من الصف الخامس ابتدائي.

استخدمت الباحثة قائمة أعراض نقص الانتباه وفرط النشاط الحركي والبرنامج النفسي لتحسين بعض حالات نقص الانتباه, واختبار بينيه الصورة الرابعة لقياس معامل الذكاء.

أسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج المستخدم في إمكانية تحسين مستوى الانتباه لدى عينة الدراسة، وظهر ذلك من خلال تحسين مستوى الانتباه وانخفاض مستوى الاندفاعية وفرط نشاط الحركة بالإضافة إلى تحسن المستوى الدراسي لأطفال عينة الدراسة بشكل عام والذي ظهر من خلال ارتفاع نسب التحصيل الدراسي لدى هؤلاء الأطفال بعد تعرضهم للبرنامج التدريبي.

#### • النقد

تعد هذه الدراسة من البحوث التي حاولت تطبيق تدخل نفسي لتحسين تركيز الأطفال الذين يعانون من نقص الانتباه، حيث أظهرت نتائجها أثر البرنامج العلاجي في تقليص مظاهر الاندفاعية والشرد الذهني. إلا أن الدراسة اقتصرت على جانب علاجي نفسي دون التطرق إلى الوسائل الحركية أو النشاط البدني كعامل مساعد في التدخل. إضافة إلى ذلك، فإن حجم العينة المحدود يجعل نتائجها محدودة التعميم. ومع ذلك، فهي مفيدة من حيث تقديم تصور عن الأساليب العلاجية الممكنة لاضطرابات الانتباه داخل السياق المدرسي.

#### • الدراسة الرابعة:

دراسة لطيفة عريق 2019: " دور حصة التربية البدنية في ضبط النشاط الزائد لدى الأطفال المصابين باضطراب عجز الانتباه وفرط النشاط (ADHD) وتحسين تحصيلهم الدراسي"

تهدف هذه الدراسة لمحاولة التعرف عن دور حصة التربية البدنية في ضبط حركة ونشاط الأطفال الذين يعانون من اضطراب عجز الانتباه المصحوب بفرط النشاط، وفي زيادة تحصيلهم العلمي المدرسي فتم التطرق إلى كل من مفهوم صعوبات التعلم، عجز الانتباه، فرط النشاط، مفهوم التحصيل الدراسي وأهم أسبابه، وكذا ماهية اللعب وعلاقته بشخصية الطفل، وأخيرا حصة التربية البدنية والرياضية كطريقة لعلاج الأطفال الذين يعانون من ضعف الانتباه المصحوب بفرط النشاط.

وقد توصلت الدراسة إلى أن الرياضة واللعب تعد أهم البرامج السلوكية التي تساعد المعلمين والأهل على مساعدة أبنائهم الذين يعانون من اضطراب عجز الانتباه المصحوب بفرط النشاط، من أجل إفراغ الطاقة الزائدة وتوجيه سلوكهم ليكون مقبول اجتماعيا، وكذا زيادة تركيزهم وانتباههم للأمور المهمة في الحياة كالتعلم بمختلف أنواعه وزيادة تحصيلهم العلمي المدرسي عبر استغلال الألعاب الحركية والتعليمية التي تكون مناسبة لمثل هؤلاء الأطفال الذين يعانون من اضطراب عجز الانتباه المصحوب بفرط النشاط

#### • النقد:

تكتسب هذه الدراسة أهمية خاصة في سياق موضوعك، كونها تناولت العلاقة بين حصة التربية البدنية وفرط النشاط لدى الأطفال، مع محاولة ربط النشاط الرياضي بالتحصيل الدراسي والانضباط داخل القسم. وتُعد من الدراسات القليلة التي سلطت الضوء على أثر الرياضة المدرسية في تقويم السلوكيات غير المرغوبة. غير أن الدراسة تفتقر لتفصيل دقيق حول المنهج التجريبي أو الإحصائي المستخدم، مما قد يضعف قوتها العلمية. ومع ذلك، فهي تُمثل مرجعاً تطبيقياً مهماً يمكن البناء عليه عند صياغة فروض بحثك.

#### • الدراسة الخامسة:

دراسة يوسف برينوبة 2020: "دور النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة وتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي - دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين بمدينة تفرت"

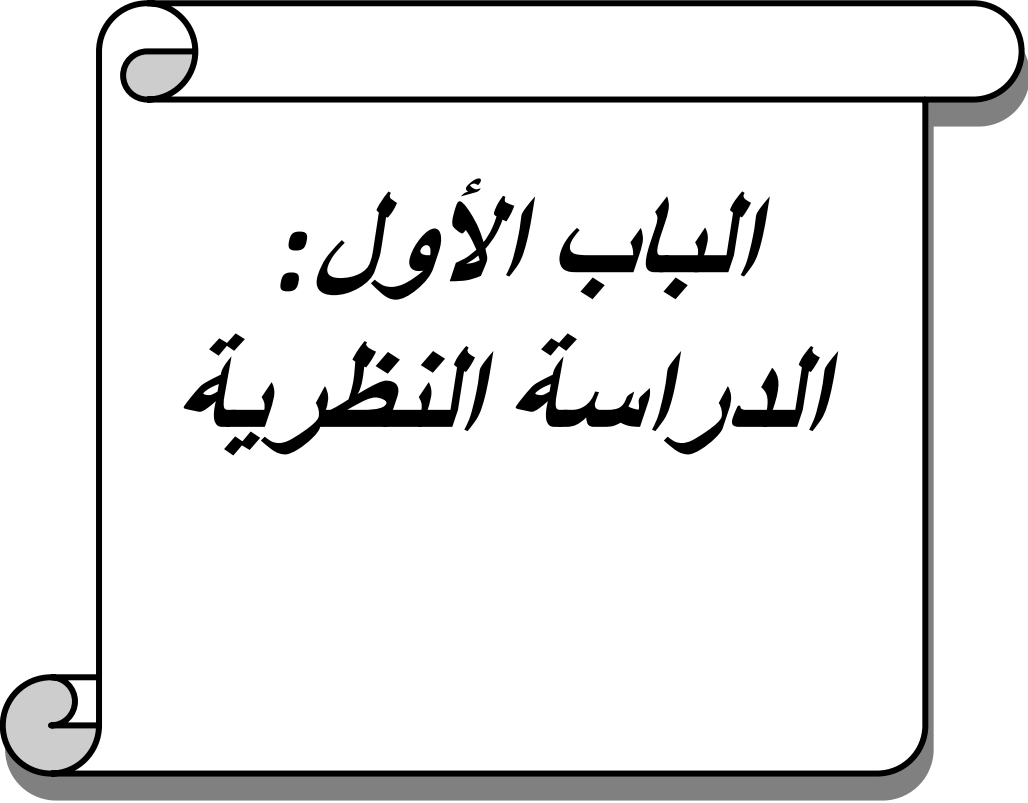
تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة دور النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي

ببعض ابتدائيات مدينة تقرت ، كما تهدف إلى محاولة الكشف عن الفرق بين الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي باختلاف متغيرات الدراسة (الاندفاعية، فرط الحركة، تشتت الانتباه، الأعراض الثانوية)

وقد تم إتباع المنهج الوصفي الذي يلائم موضوع الدراسة، والذي يعتمد على وصف الظاهرة وتصويرها كما في الواقع، وقد اعتمدت الدراسة في جمع البيانات على مقياس النشاط الحركي الزائد لـ" كونرز" تم اعتماده من طرف الطالب، والذي طبق على عينة الدراسة، باستخدام عينة عشوائية تكونت من 120 تلميذ السنة الخامسة ابتدائي من كلا الجنسين يزاولون دراستهم ببعض ابتدائيات مدينة تقرت. وذلك بعد التأكد من بعض خصائصه السيكومترية "الصدق-الثبات"، وللتحقق من ذلك تمت معالجة البيانات باستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية، حيث أسفرت الدراسة على النتائج الآتية: توجد فروق دالة إحصائية في الأبعاد الأربعة للمقياس (الاندفاعية، فرط الحركة، تشتت الانتباه، أعراض ثانوية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي ولصالح التلاميذ الممارسين).

#### • النقد

تُعد هذه الدراسة من أقوى البحوث الميدانية التي ركزت بشكل مباشر على تأثير النشاط البدني في الحد من أعراض فرط الحركة وتشتت الانتباه لدى تلاميذ الطور الابتدائي، وقد تميزت باستخدام مقياس علمي معترف به (كونرز)، إضافة إلى تحليل إحصائي دقيق. إلا أن اقتصرها على تلاميذ السنة الخامسة الابتدائية يجعل تعميم نتائجها على فئتك العمرية (6-8 سنوات) محدودًا نوعًا ما. ومع ذلك، فإن نتائجها تعزز بقوة الفرضية القائلة بأن النشاط الرياضي الصفي يلعب دورًا فعالاً في التخفيف من حدة هذا الاضطراب.



**الباب الأول:**  
**الدراسة النظرية**

الفصل الأول:

التربية البدنية

والرياضية (النشاط

الرياضي الصفّي) في

المدارس الابتدائية

## تمهيد:

تعتبر مرحلة الطفولة في حياة الإنسان ومرحلة التعليم الابتدائي من أهم مراحل التعليم من الناحية الحركية، المعرفية والوجدانية العاطفية والتي ستمكنه من النمو السوي وتجعله قادرا على الاندماج في المجتمع والمساهمة بشكل إيجابي في بنائه وذلك من خلال تفاعله وتعامله مع الآخرين وعلى هذا الأساس فالعناية بهذه المرحلة يتطلب تكاتف جهود الجميع غي مختلف اختصاصات العلوم التي تهتم بدراسة الإنسان نذكر منها علم النفس وعلم الاجتماع وغيرها من العلوم التي تهتم بكل صغيرة وكبيرة من حياته وذلك منذ نشأته ومتابعته في جميع مراحل تطوره ولعل من بين أهم المجالات التي قد يغفل عنها القائمون على شؤون المدرسة الجزائرية هي مادة التربية البدنية والرياضية وبالضبط حصة التربية البدنية والرياضية وما يجري فيها من تفاعلات إجتماعية وسلوكية ، لذا كان لزاما الاهتمام والعناية بتدريس هذه المادة نظرا لبيعتها وطبيعة نشاطاتها التي تتماشى مع مميزات وخصائص التلميذ في المرحلة الابتدائية من تعليمه.

## 1. مفهوم التربية البدنية وأهميتها:

تعد التربية البدنية والرياضية (النشاط الرياضي الصفي) الركيزة الأساسية التي تتم من خلالها تربية الفرد في كل الجوانب المختلفة، بهدف صقله وتربيته تربية صالحة ليكون بذلك فردا صالحا يخدم الوطن ، ويسعى دائما للرفي والازدهار .

### ا. مفهوم التربية البدنية

تستمد التربية البدنية والرياضية (النشاط الرياضي الصفي) مفهومها من الأغراض التي وجدت من اجلها والتي تتلاءم مع متطلبات المجتمع الحديث، حيث ترى الدكتورة عفاف عبد الكريم أن المهمة الكبرى للتربية البدنية والرياضية في مجتمعنا أن تقوم بدورها في تنمية الشخصية المتكاملة من خلال النهوض بالمستوى البدني والرياضي للناشئ .

"أما عن عبارة التربية البدنية فهي فرنسية الأصل بحيث كان يقصد بها أنداك البحث المشترك بين المدرسة والأولياء عن معايير تخص صحة جسم التلميذ وذلك يعني أن الغاية من هذه الممارسة هي البعث بالتلميذ للاستفادة من جسمه عن طريق دفعه إلى تحرير كل طاقاته الجسمية من خلال نشاطات وألعاب بدنية وذلك بهدف تحسين المردودين الكمي والكيفي للفعل الإنساني". (عزوني، 2016، ص 175)

- يعرفها فيري على: " أنها جزء من التربية العامة وإنها تشمل دوافع النشاطات الموجودة في كل شخص للتنمية من الناحية العضوية والتوافقية الانفعالية."
- يعرفها شارمن: " أنها ذلك الجزء البسيط من التربية الذي يتم عن طريق النشاط الذي يعتمد على الجهاز الحري لجسم الإنسان والذي يكسبه بعض الصفات السيكولوجية الخاص به."
- **التعريف العام للتربية البدنية والرياضية:**

هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة تهدف إلى تكوين فرد صالح من كافة الجوانب العقلية والحسية والحركية والاجتماعية ،في مختلف المراحل الابتدائية والمتوسطة والثانوية أم بمفهومها المشرقي الذي يختلف في تقسيمه لمراحل التعليم، الابتدائي والإعدادي والثانوي فهي تشمل كل

المستويات بأهدافها العامة والخاصة وتتعدى أهدافها إلى كل المراحل العمرية. (مزروع وزيدان، 2017، ص 271)

## II. أهمية التربية البدنية:

لقد اهتم الإنسان من قديم الأزل بجسمه وصحته و لياقته وشكله، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته الأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكالاً اجتماعية كاللعب، والألعاب والتمارين البدنية، والرقص، والتدريب البدني، والرياضة، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني، الصحي وحسب، وإنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها على الجوانب النفسية، الاجتماعية، والجوانب العقلية، المعرفية، والجوانب الحركية، والمهارية، والجوانب الجمالية، الفنية، وهي جوانب مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلاً شاملاً متنسقاً ومتكاملاً، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في أطر ثقافية وتربوية، عبرت عن اهتمام الإنسان وتقدير، وكانت التربية البدنية والرياضية (النشاط الرياضي الصفي) هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة، والتي اتخذت أشكالاً واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرها ومقاصدها لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفها غائياً وتاريخياً. (أمين أنور الخولي، 2005، ص 41-47)

## 2. الخصائص والأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية:

تختلف أهداف التربية البدنية والرياضية (النشاط الرياضي الصفي) في مختلف المراحل التعليمية "الابتدائية، المتوسطة، الثانوية" ويختلف الهدف التعليمي باختلاف أسلوب التدريس المعتمد في مرحلة معينة من مراحل التعليم وباختلاف أسلوب المدرس.

### I. خصائص التربية البدنية والرياضية (النشاط الرياضي الصفي):

تتميز التربية البدنية والنشاطات الرياضية الصفية بعدد من الخصائص أهمها:

- ✓ اعتمادها على الحركات الديناميكية.
- ✓ اكتساب القيم كالخصال الحميدة زيادة عن المهارات والقدرات البدنية.
- ✓ زيادة التحصيل الدراسي.

- ✓ فهم جسم الإنسان.
  - ✓ فهم دور الرياضة و الثقافة العلمية.
  - ✓ الاستهلاك الموضوعي و النافع.
  - ✓ تقدير الجمال.
  - ✓ تنمية قيمة التعاون.
  - ✓ نشر مفاهيم اللعب السليمة و الروح الرياضية.
  - ✓ تنمية المهارات الرياضية النافعة .
  - ✓ الوقاية والصحة واحترام البيئة
- II. الأهداف العامة للتربية البدنية:

التربية البدنية ركنا من أركان البرنامج التربوي العام ، وهي تهدف إلى إعداد الفرد الصالح في ضوء شريعة الإسلام التي تدعو إلى القوة بكافة جوانبها : الروحية والعقلية والبدنية ، وتنمية الفرد تنمية متكاملة من جميع النواحي الصحية والنفسية والعقلية والاجتماعية والنهوض به ليصبح عضوا فعالا في المجتمع ليصبح عضوا متكاملا نافعا في مجتمعه ، وتعتبر جزء لا يتجزأ من التربية الشاملة ، إضافة إلى أن أهدافها لا يمكن بأي حال من الأحوال عزلها عما يصبو إليه النظام التربوي الشامل من أهداف والتي تتمحور حول إعادة الفرد للحياة الاجتماعية.

عادة تسعى التربية البدنية في المدارس إلى غرس العادات الصحية والقوامية السليمة للوقاية من العادات الخاطئة، فضلا عن اكتساب التوافق الأ ولى للمهارات الحركية من خلال تنمية الثقافة الرياضية والإحساس بالجمال الحركي مع الاهتمام بالتنشئة الاجتماعية السليمة واللعب الجماعي لتنمية روح الجماعة.

تنبثق الأهداف العامة للتربية البدنية من الأهداف العامة للتربية والتي ترمي الى تهيئة التربوية الملائمة لمساعدة المتعلمين على تحقيق التنمية الكاملة والشاملة والمتكاملة لشخصياتهم ( البدنية والعقلية ، والوجدانية ) ، ومن هذا المنطلق فإن التربية البدنية ترمي إلى تحقيق الأهداف التالية:

1. غرس القيم والمبادئ في نفوس الطلاب والرقى بمفهوم المواطنة الصالحة لديهم.
  2. تحقيق الصحة العامة والسعي إلى إكساب الطلبة المعلومات والعادات الصحية السليمة.
  3. الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية لدي الطلاب من خلال تنمية عناصر اللياقة البدنية المختلفة بما يتناسب مع مراحل النمو.
  4. تنمية العلاقات الاجتماعية من خلال العمل الجماعي بالألعاب الفردية والجماعية.
  5. تنمية العلاقات الاجتماعية من خلال العمل الجماعي بالألعاب المختلفة مثل التعاون والقيادة والتبعية وتحمل المسؤولية.
  6. إكساب الثقافة والوعي الرياضي كجزء من الثقافة العامة.
  7. التمتع الكامل بالنشاط البدني والتربوي للطلاب حسب ميولهم وهواياتهم والاستفادة من أوقات الفراغ.
  8. الاهتمام بالمتفوقين رياضيا ورعايتهم وذلك من أجل إعدادهم للاشتراك في المنتخبات الوطنية.
- كما توجد أهداف أخرى للتربية البدنية، وهي:

- إمدادهم بالمهارات الجسمانية المفيدة.
- تحسين النمو الجسماني وتنمية النمو بشكل سليم.
- المحافظة على اللياقة البدنية وتنميتها
- تعليمهم المعرفة وتفهم أساسيات الحركة.
- قدرتهم على معرفة الحركات في مختلف المواقف.
- تنمية القدرة على استمرار ممارسة التمرينات الرياضية للحفاظ على اللياقة البدنية العامة.
- تعليمهم معرفة المهارات الاجتماعية.
- تحسين قدرتهم الابتكارية.
- تحسين القدرة على أداء الأشكال المختلفة للحركة.
- تنمية القدرة على التقييم الشخصي والرغبة الشخصية في التقدم

يمكن إضافة أيضا بأنه على غرار كل البرامج للمواد الدراسية المختلفة لا بد أن تكون هناك أهداف لمادة التربية البدنية لعل أهمها تحكم الطلاب في أجسامهم، كما أنها يمكن أن تساعد على الاندماج الاجتماعي وهنا تلتقي مع أحد أهم أهداف التنشئة الاجتماعية وبصفة عامة فإن أهداف هذه المادة هي تنمية قدرات كامنة لدى المتعلمين في مجالات مختلفة. (بن حضير، 2019، ص 76-77)

### 3. تعريف استاذ التربية البدنية والرياضية:

لقد حظي القرن الحادي والعشرين باهتمام واسع من قبل الفئات وخاصة التربويين لما فرضه من تحديات وفي جاء به من تغييرات في شتى مناحي الحياة ، وهو الشيء الذي دفع الكثير من الدول لمراجعة برامجها التربوية ، ومحاولة النهوض بها ، واعتبارها استثمارا استراتيجيا ، ويعتبر معلم التربية البدنية الركن الأساس من أركان العملية التعليمية في مجال التربية البدنية المدرسية وحجر الزاوية فيها ، فالمعلم الجيد حتى مع اختلاف المناهج التي لا يتناولها التطوير أو التعديل بالشكل الذي يتمشى مع طبيعة العصر ، يمكن أن يحدث أثرا مرغوب في تلاميذه ، حيث إنه يعمل على تنمية القدرات والمهارات المختلفة لدى المتعلمين عن طريق تنظيم العملية التعليمية ومعرفة حاجاتهم وطرق تفكيرهم هذا بالإضافة إلى الدور الريادي الذي يلعبه كقائد رياضي اجتماعي يسهم في تطوير المجتمع وتقديمه عن طريق تربية النشء تربية صحيحة تتسم بحب الوطن ، كما أنه يعمل على تسليح تلاميذه بطرق العمل الذاتي التي تمكنهم من متابعة واكتساب المعارف وتكوين القدرات واكتساب المهارات المختلفة وغرس القيم الخلقية والاجتماعية والجمالية في أنفسهم.

فتدريس التربية البدنية مهم لبناء الجسم وتنمية القوام والعضلات لذا فإنه يتطلب انتقاء أفضل العناصر التي تصلح لهذه المهنة واعدادها مهنيًا بما يتناسب مع طبيعة الدور التربوي لمعلم التربية البدنية.

ويرى ويليامز أن من يناط به تربية القيم الاجتماعية عليه أن يكتسبها بنفسه أولا ، وفي التراث قيل: إن فاقد الشيء لا يعطيه . ولهذا فإن دور معلم التربية البدنية جدا مهم في المدرسة ، فهو مظهر للفر د الرياضي بكل ما تحمل هذه الصفة من معان وقيم ، يفترض أنها تتجلى في تصرفاته ، أما إذا كان العكس صحيحا فتلك هي الطامة الكبرى ، فالطفل يكتسب نظامه القيمي من المدرسة كما

يكتسبه من المنزل وكذلك بتعرضه للبيئة الاجتماعية المحيطة ومن خلال المؤسسات الاجتماعية التي تتعدها وتعمل على تنشئته وتطبيعها اجتماعيا. (بن حضيري، مرجع سبق ذكره، ص 85)

#### 4. الخصائص والصفات الواجب توفرها في استاذ التربية البدنية و الرياضية:

يعتبر إعداد الأستاذ من الأسس الهامة التي تقوم عليها السياسة التعليمية، تلك السياسة التي يعنى الأستاذ بتنفيذها، وتتمثل هذه السياسة في إعداد المعلم أو التلميذ للحياة في المجتمع الذي يعيش فيه، ولا شك أن هذا الدور يكتسي أهمية بالغة مما يجعل من أستاذ التربية البدنية والرياضية ركيزة أساسية في هذه العملية، ولذلك وجب أن تتوفر فيه صفات وخصائص تتماشى مع الدور الذي يلعبه، مع التطورات الحادثة في الميدان التربوي ومنه:

##### أ. خصائص السمات الشخصية للمعلم

- مظهر خارجي متميز
- صحة ولياقة بدنية
- منتظم في حضوره
- التحكم الانفعالي
- يتسم بالمرح
- لبق الحديث واثق من نفسه
- قادر علي مواجهه الآخرين باحترام
- متعاون مع إدارة المدرسة (فاضل حسين، 2015، ص140)

##### ب. الصفات الواجب توافرها في معلم التربية البدنية.

- ✓ التعليم: ينبغي أن يحصل المعلم علي قدر من التعليم يفوق كثيرا ما يعطيه للتلاميذ
- ✓ سلامة الجسم والحواس: أن يكون خاليا من العيوب والتشوهات الجسمية والعاهات.
- ✓ صحة الجسم : يجب أن يحافظ علي صحته لان المعلم ذو الصحة المعتلة لا يستطيع القيام بمسؤولياته وتحمل المجهودات الشديدة.
- ✓ النظافة: يجب أن يكون قدوة لتلاميذه من حيث العناية بملابسه الرياضية أو ملابسه الخاصة.
- ✓ النظام: يجب عليه أن يحافظ علي نظام المدرسة والتقاليد المدرسية والأساليب التربوية.

✓ **المادة التعليمية:** يجب أن يكون ملما بجميع ما يتعلق بمهنته من مهارات تدريسية وطرق وأساليب تدريس تنظيم الأنشطة الداخلية.

✓ **الثقافة العامة:** يجب أن يكون ملما بنواحي معرفية كثيرة في مواد وأنشطة أخرى.

✚ كما ارتأى يحي ونوقي أن تنقسم الخصائص والصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية ( النشاط الرياضي الصفي) كما يلي:  
- **الصفات الشخصية:** وتتمثل في الآتي:

خلوه من العاهات وخاصة في الحواس أو الأعضاء، أن يكون كلامه واضحا خاليا من العيوب التعبيرية كالتعنتة أو التلعثم وحبسة اللسان، صحته جيدة ونشاطه واضح خال من الأمراض المزمنة كالهزال العام والربو وغيرها، حسن المظهر دون المبالغة.

- **الصفات النفسية:** وهي:

الصبر والتحمل وضبط النفس، أن يكون حازما في إدارته لنفسه ولمجموعته ولكن حزما بغير قسوة، المحبة والعطف على التلاميذ، القدوة الصالحة، قوة الشخصية.

- **الصفات العقلية:** وتتمثل في:

الذكاء ضروري للنجاح في أي مهنة، الكفاية العلمية أو التمكن العلمي شرط أساسي لنجاح الأستاذ في عمله، الخبرة والمران التدريسي الطويل، ثقافة علمية واسعة.

- **الصفات الاجتماعية:** وتتمثل في:

المرح في غير ابتذال، الود والابتسام وعدم الخط بين الجد والهزل، عدم الاستهزاء بمشاعر الآخرين واحترام خصوصياتهم، إظهار ميول قيادية وقوة الإرادة، سداد الرأي وعدم الانفعال.

- **الخصائص المهنية:**

- أن يشجع التلاميذ على ممارسة الرياضة ويهتم بأرائهم كما يشارك في التطبيق الميداني

- ينظم البطولات الرياضية المدرسية

- يوضح فائدة التمرين الجيد ويشرح المهارة بشكل جيد

- يحضر الأدوار والأجهزة قبل بدء الدرس. (يحي ونوقي، 2014، ص 55)
- المبادئ الأساسية لشخصية معلم التربية البدنية.
- ✓ احترام الذات : احترام الذات ضرورة هامة تجعل المعلم يعرف أين هو وموقعه من العملية التعليمية التربوية ، يعرف حقوقه وواجباته نحو نفسه ونحو تلاميذه في المدرسة والمجتمع.
- ✓ احترام المهنة : احترام المهنة من احترام الذات وعلي المعلم أن يكون إيمانه قوي بأنه يعمل في مهنة شريفة مقدسة وإيمانه القوي يركز علي احترامه لنفسه ولمهنته.
- ✓ احترام المتعلم : يجب أن ينظر المعلم إلى تلاميذه بأنهم أفراد لهم ميولهم واهتماماتهم ورغباتهم وطموحاتهم فاحترام المعلم لتلاميذه ضرورة حتمية لنجاح العملية التعليمية.
- ✓ العلاقات الطيبة : أن احترام المعلم لكل ما ذكرناه سابقا يتطور ومن ثم يحدث للمعلم نموا داخل إطار العلاقات الطيبة المحببة مع كل الأفراد المكونين للعملية التعليمية. (فاضل حسين، مرجع سبق ذكره، ص136-138)
- وتتحدد مهام معلم التربية البدنية وفق طبيعة المادة التي تتميز بطابعها الميداني، في ضوء ذلك فإنه لا بد وأن يقوم بهذه المهام التالية:
- (1) المشاركة في تنفيذ فعاليات برنامج الاصطفاف الصباحي مع المعلمين بإشراف مدير المدرسة.
- (2) إعداد سجل الوحدات التعليمية ويشتمل على:
  - برنامج زمني تنفيذي للوحدات التعليمية للعام الدراسي.
  - مستلزمات تنفيذ الوحدات التعليمية
  - مكونات الخبرات التعليمية لكل وحدة تعليمية وفقا لتسلسل البرنامج الزمني المعد سلفا
- (3) تنفيذ دروس الوحدات التعليمية المخصصة لكل صف دراسي وفق ما هو مخطط له في البرنامج الزمني الذي أعد لذلك.
- (4) إعداد برنامج زمني تنفيذي للنشاط الداخلي متوافق مع برنامج الوحدات التعليمية المخصصة لكل صف دراسي للعام الدراسي ومكمل له يراعى فيه:
  - تنوع وتعدد الأنشطة البدنية والرياضية والثقافية.
  - احتياجات ورغبات وميول الطلاب.
  - الفروق الفردية بين الطلاب.

- إتاحة فرص المشاركة لجميع الطلاب.
- (5) إعداد برنامج زمني تنفيذي للنشاط الخارجي متوافق مع برنامج الوحدات التعليمية للعام الدراسي والبرنامج الزمني للنشاط الداخلي ومكمل له.
- (6) الإشراف على فعاليات النشاط الداخلي بالمدرسة.
- (7) الإشراف على الفرق الرياضية بالمدرسة.
- (8) إعداد الترتيبات اللازمة لتنفيذ الأيام الرياضية.
- (9) استخدام أدوات القياس المناسبة لكل نشاط يتم تنفيذه خلال برامج التربية البدنية "دروس الوحدات التعليمية، والنشاط الداخلي، والنشاط الخارجي".
- (10) وضع تعليمات الأمن والسلامة الخاصة باستخدام الملاعب والأجهزة الرياضية.
- (11) القيام بالإسعافات الأولية اللازمة إذا دعت الحاجة.
- (12) تنظيم غرفة مناسبة للتربية البدنية ومخزن للأدوات والأجهزة المستخدمة.
- (13) تهيئة الملاعب واستثمار الساحات المتوفرة لتطبيق برامج التربية البدنية.
- (14) إعداد سجلات التربية البدنية الخاصة ببرامج التربية البدنية.
- (15) إعداد التقارير الخاصة ببرامج التربية البدنية.
- (16) الإشراف على المجالات والمطبوعات الدورية الخاصة ببرامج التربية البدنية.
- (17) المشاركة في مجلس الآباء.
- (18) التعاون مع زملائه معلمي المواد الدراسية الأخرى والهيئة الإدارية في المدرسة بفعالية.
- (19) المساهمة في تنفيذ الأساليب الإشرافية مع المشرف التربوي المختص بفعالية.
- (20) المساهمة في نشر الوعي بأهمية ممارسة النشاط البدني للصحة البدنية والنفسية من خلال مد جسور التعاون مع مؤسسات المجتمع تحقيقاً لمبدأ الشراكة.
- (21) المشاركة في الجمعيات الرسمية التي تعنى ببرامج التربية البدنية قدر الإمكان.
- (22) تحديد الصعوبات والمعوقات التي تواجه العملية التعليمية والسعي لحلها مع الجهات ذات العلاقة. (فاضل حسين، 2015، ص 125-127)

## 5. تعريف و محتوى درس التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الابتدائية:

### ا. تعريف درس التربية البدنية و الرياضية

- تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية ( النشاط الرياضي الصفي) أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل :علوم الطبيعية و الكيمياء واللغة، و لكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمد أيضا الكثير من المعارف و المعلومات التي تغطي الجوانب الصحية و النفسية والاجتماعية، بالإضافة و إلى المعلومات التي تغطي الجوانب المعرفية لتكوين جسم الإنسان، و ذلك باستخدام الأنشطة البدنية مثل التمرينات و الألعاب المختلفة :الجماعية و الفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي للأساتذة الذين أعدوا لهذا الغرض.( احمد صالح، 2001 ،ص15 )
- تعرف ( ناهد، 2004، ص62) درس التربية البدنية والرياضية ( النشاط الرياضي الصفي) باعتبار الركيز الأساسية في برنامج التربية الرياضية والدراسية وهو بمثابة أصغر جزء في هذا البرنامج والذي سعى إلى تحقيق أغراض بعيد ومسطر للتربية البدنية والرياضية، عن طريق النشاط المشترك بين المدرسين والتلميذ الذي يتخلله مجموعة من الطرق والأساليب التدريبية التي يستعملها المعلم لوسيلة لتحقيق التعلم لدى المتعلم.
- وقد صدر قانون التربية البدنية والرياضية ( النشاط الرياضي الصفي) في المدرسة الابتدائية في 1976/10/23، ووضع هذا المجال الحيوي الهام في إطار الخاص في كل المستويات من حيث المبادئ العامة للتربية البدنية والرياضية، وتكوين الإطارات، ثم تنظيم الحركة الرياضية والمجلس الوطني للتربية. (عماروش، 2023، ص167)

### اا. محتوى درس التربية البدنية والرياضية (النشاط الرياضي الصفي) في المرحلة الابتدائية:

- ان درس التربية البدنية والرياضية ( النشاط الرياضي الصفي) يتكون من ثلاث مراحل وهي:
- المرحلة التمهيديّة : كل حصة تبدأ بمرحلة تمهيدية أو تهيئة والتي تهدف إلى:
  - تهيئة جسدية : بواسطة تمارين خاصة للتسخين.
  - تهيئة فيزيولوجية : وتكون خاصة بالوظائف الكبرى لتحمل كمية الاجتهاد المبرمجة في المرحلة الرئيسية وهي تستهدف خاصة القلب ، جهاز الدوران والتنفس.
  - تهيئة نفسية : وتهدف الى جلب انتباه التلاميذ وهي تمارين بسيط تمارس على شكل ألعاب.

• المرحلة الرئيسية:

هذه المرحلة ترمي الى تحقيق الأهداف الرئيسية المبرمجة خلال الحصة ، وهي تتكون من الألعاب الممهدة، خلال هذه المرحلة ينظم اللعب بشكل يمكن لكل تلميذ من المشاركة فيه لتحقيق الأهداف المبرمجة ويجب في هذه المرحلة أن تكون التكرارات لكل نشاط حتى تضمن عملية تعلم التقنية.

• مرحلة الرجوع الى الهدوء :

هي آخر مرحلة تهدف الى ارجاع الجسم الى لحالته الأولى أي قبل ممارسة ، الألعاب ، رجوع الي الهدوء ليس توقف كلياً عن الحركة ، انما التخفيض المتدرج للجهد حتى زوال التعب نهائياً والرجوع الى الهدوء يرمي إلى:

- رجوع دقات القلب الى الحالة الطبيعية.
- تهدئة التنفس وارجاعه الى العادية.
- تهدئة التلاميذ نفسياً بعد تهييجهم اثناء اللعب.
- خلال هذه المرحلة تنجز التمارين اعتماداً على المشي و تمارين التنفس ، كما يطلب من التلاميذ في هذه المرحلة الغسل....." (سلامني، 2012، ص 112)

6. أهمية واهداف حصة التربية البدنية و الرياضية:

ا. أهمية حصة التربية البدنية:

تعتبر حصة التربية البدنية عملية توجيه للنمو البدني باستخدام التمرينات البدنية وهو أحد أوجه الممارسات التي تحقق النمو الشامل والمتزن للتلاميذ على مستوى المدرسة . إذ أن حصة التربية البدنية تحقق الأغراض التي رسمتها السياسة التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على جميع المستويات والمساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية ووضع القواعد الصحيحة لكيفية ممارستها داخل وخارج المدرسة ، والمساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل : القوة ، السرعة التحمل ، المرونة... الخ

إكساب المعارف والمعلومات والحقائق على أسس الحركة البدنية وأصولها كالأسس البيولوجية الفيزيولوجية، التحكم في القوام أثناء السكون والحركة ، تدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك اللائق ، التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية ، تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة البدنية المدرسية.(بن حضير، مرجع سبق ذكره، ص 85)

إن درس التربية البدنية والرياضية ( النشاط الرياضي الصفي ) لا يعمل فقط على التنمية البدنية كما يعتقد البعض ، بل يحقق أيضا التنمية العقلية حيث يمد التلاميذ بالكثير من المعارف التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية توجيه للنمو البدني باستخدام التمرينات البدنية ، وهو أيضا أحد أوجه الممارسات الذي يحقق النمو والتميز للتلاميذ على مستوى المدرسة ، كما يحقق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحلهم وقدراتهم الحركية ، يعطي الفرصة للاشتراك في أوجه النشاط الرياضي التنافسي داخل المدرسة وخارجها ، وبهذا الشكل درس التربية البدنية والرياضية ( النشاط الرياضي الصفي ) يحقق الأغراض التي رسمتها السياسة التعليمية في مجال النمو البدني للتلاميذ على كل المستويات.

أما الوجبات الرئيسية التي حددت فهي كما:

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلاميذ.
- المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية ووضع القواعد الصحيحة لكيفية ممارستها داخل وخارج المدرسة : المشي ، الجري ، القفز..... الخ.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل : القدرة ن السرعة ، التحمل ، المرونة والرشاقة.
- اكتساب المعارف والمعلومات والحقائق عن أسس الحركة البدنية وأصولها
- تدعيم الصفات المعنوية والسمات الادارية والسلوك اللائق.
- التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية.
- تنمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي. ( عفونة وجلاد، 2021، ص

(480)

## II. أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الابتدائية:

يجب أن نعلم بأن لكل مرحلة دراسية أهدافها التي تعمل على تحقيقها من خلال البرامج التنفيذية لمناهج التربية البدنية وطرق تدريسها ، توجيه العملية التعليمية والتربوية لإكساب الطلاب الخبرات داخل المدرسة، الاهتمام بالإعداد الخاص ، صقل المهارات الحركية للأنشطة من خلال المنافسات داخل وخارج المدرسة ، تشجيع هوياتهم الرياضية تنمية القدرات المعرفية والوجدانية. (بن حضير، مرجع سبق ذكره، ص 84)

- 1) تعزيز تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني.
- 2) المحافظة على سلامة القوام.
- 3) استثمار أوقات الفراغ.
- 4) تنمية العادات الصحية السليمة.
- 5) التدريب على القيادة والتبعية.
- 6) تنمية الجوانب النفسية والاجتماعية الإيجابية وتعزيزها
- 7) تنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والمحافظة عليها.
- 8) تنمية المفاهيم المعرفية المرتبطة بممارسة النشاط البدني والآثار المترتبة عليه. (فاضل

### حسين، مرجع سبق ذكره، ص 124)

- 9) غرس العادات الصحية والقوانين السليمة.
- 10) تنمية الصفات البدنية ( القوة، السرعة، التحمل، المرونة، الرشاقة )
- 11) تنمية المهارات الحركية الطبيعية ( المشي، الجري، الوثب، الحجل، التعلق )
- 12) اكتساب التوافق الأولى للمهارات الحركية المكتسبة للأنشطة الرياضية المعروفة.
- 13) إكساب التلاميذ المعارف الرياضية.
- 14) الاهتمام بالجانب الترويحي واستثمار وقت الفراغ.
- 15) رعاية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. (مزروع وزيدان، مرجع سبق ذكره،

ص276)

## 7. تعريف وخصائص الطفولة في مرحلة المدرسة الابتدائية ومميزاتها:

تمثل هذه المرحلة مرحلة الطفل التي يدخل فيها الى المدرسة الابتدائية بحيث يتراوح عمره ، ما بين سن السادسة من عمره و يبقى فيها حتى سن الثانية عشر بحيث تختلف شخصية الطفل فيها من طفل لآخر حسب نموه الجسمي ، الحسي ، الحركي ، العقلي ، الانفعالي ، و الاجتماعي .ويختلف تفسير هذه المرحلة حسب كل مدرسة تشمل هذه المرحلة مرحلتين : مرحلة الطفولة المتوسطة 6-9 سنوات، ومرحلة الطفولة المتأخرة بين 9-12 سنة.

### ● مميزات النمو في مرحلة الطفولة المتوسطة: تتميز هذه المرحلة بمميزات بدنية، عقلية،

نفسية وهي :

- نمو الحركات بإيقاع سريع.
- كثرة الحركات الهادفة إلى المرح والسرور .
- القدرة على أداء الحركات بصورتها المبسطة...
- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.
- وجود فروق فردية كثيرة بين التلاميذ.
- الحركات لا تكون ثابتة وغير آلية وذلك لوجود الكثير من الحركات الزائدة بالإضافة إلى الحركات الأساسية.
- الاختلاف في مستوى درجة القوة بين الذكور والإناث.
- الاختلاف في الجنسين لا يكون واضحاً في المرحلة الدراسية الأولى والاختلاف بينهم قليل وفي نهاية هذه المرحلة يبدأ الاختلاف بين البنين والبنات.(سلامي، 2012، ص 74)

### ● خصائص مرحلة الطفولة المتوسطة:

- اتساع الافاق العقلية المعرفية وتعلم المهارات الاكاديمية في القراءة و الكتابة و الحساب
- تعلم المهارات الحسية اللازمة للألعاب والوان النشاط العادية
- اطراد وضوح فردية الطفل واكتساب اتجاه سليم نحو الذات
- اتساع البيئة الاجتماعية ،الخروج الفعلي الى المدرسة و المجتمع، الانضمام لجماعات جديدة واطراد عملية التنشئة الاجتماعية

- توحد الطفل مع دوره الجنسي
- زيادة الاستقلال عن الوالدين
- يهتم بالنشاط في ذاته بصرف النظر في نتائجه، هو ممثلي بالنشاط ولكن يتعب بالسرعة
- تزداد القدرة و الثقة في هذه المرحلة نظرا لنمو الامكانيات الجسمية و العضلية الدقيقة
- يبدا في الاهتمام برأي الاصدقاء فيه اي ان ارضاء الاصدقاء عنه اهم من ارضاء الاءاء و الكبار. (عصام نور، 2006، ص97)

## 8. احتياجات التلميذ في مرحلة الابتدائي:

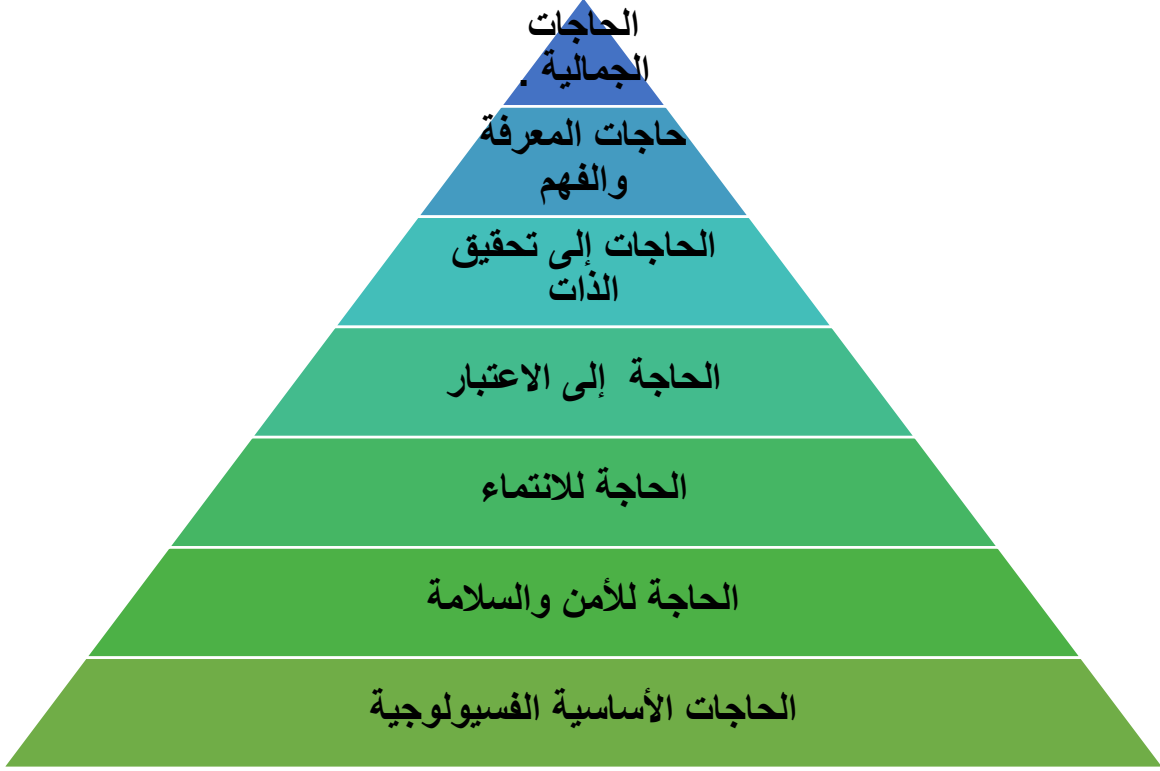
الحاجة افتقار إلى شيء ما، إذا وجد حقا الإشباع والرضا والارتياح للكائن الحي.

والحاجة شيء ضروري إما لاستقرار الحياة نفسها (حاجة فسيولوجية ) أو للحياة بأسلوب أفضل (حاجة نفسية) ، فالحاجة إلى الأكسجين ضرورية للحياة نفسها، وبدون الأكسجين يموت الفرد في الحال، أما الحاجة إلى الحب والمحبة فهي ضرورية للحياة، وبأسلوب أفضل وبدون إشباعها يصبح الفرد سيء التوافق، والحاجات توجه سلوك الكائن سعيا لإشباعها.

وتتوقف كثير من خصائص الشخصية وتتبع من حاجات الفرد ومد إشباع هذه الحاجات.

ولا شك أن فهم حاجات الطفل وإشباعها يضيف إلى قدرتنا على مساعدته للوصول إلى أفضل مستوى للنمو النفسي، والتوافق النفسي، والصحة النفسية.

الشكل رقم 1: سلم ماسلو للحاجات الإنسانية



أولاً: الحاجات الأولية اللازمة للبقاء (المستوى الأول):

1. الحاجات الفيزيولوجية: مثل الدفء، طعام، راحة، حركة، وكل ما هو ضروري للبقاء.
2. الحاجات الأمنية: تتمثل في تجنب المخاطر والخوف من الأشياء غير المألوفة وفي الانعزال.
3. الحاجات إلى الانتماء: تتمثل في الرغبة في الانتماء العاطفي وإقامة العلاقات العاطفية والرغبة في إيجاد مكانة بين الآخرين.

ثانياً: الحاجات الثانوية (المستوى الأعلى):

1. الحاجة إلى الاعتبار: تتمثل في الحاجة إلى تقدير الذات والحب.
2. الحاجة إلى تحقيق الذات: تتمثل في رغبة المرء في أن يكون ما يريد هو نفسه لا ما يريده له الآخرون فيحقق آماله ومطامحه بما يتناسب مع شخصيته.

3. الحاجة إلى المعرفة والفهم: تتمثلان في الحب والاستطلاع، وحب المغامرة والارتياح والاستكشاف.

4. الحاجات الجمالية: تأتي في قمة الحاجات الأساسية للفرد.

- ومع نمو الفرد تتدرج الحاجات النفسية صعوداً، فالحاجات الفسيولوجية هامة في مرحلة الحضانة والحاجة إلى الأمن تعتبر حاجة أساسية في الطفولة المبكرة والحاجة إلى الحق تعتبر حاجة جوهرية في الطفولة المتأخرة ويستمر التدرج حتى يصل إلى الحاجة إلى تحقيق الذات وهي من حاجات الرشد. (حامد عبد السلام زهران، دس، ص 294-295)

## 9. مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المتوسطة:

تعتبر هذه المرحلة امتداد لما قبلها، فيلاحظ فيها تغيرات في تصرفات الأطفال لذا يجب علينا وضع الأسس العلمية للبرامج المميزة لهذه المرحلة لكي يشبع الطفل حاجياته، كما يظهر تغيير مفاجئاً من الناحية الجسمانية حيث يلاحظ الزيادة في الطول وتنمو العضلات الكبيرة مثل عضلات الرجلين واليدين ويميل الجسم إلى النحافة بسبب الطول وتصبح العضلات أشد قوة من المرحلة السابقة، كما يقوم الطفل في هذه المرحلة بالتقليد سواء في الألعاب أو غيرها كما يكتسب المهارات التي تنمي ثقته بنفسه فيقلل من رغبته في الاعتماد على الكبار، ويبدأ في الميل إلى اللعب الجماعي والزعامة.

### • مظاهر النمو للطفولة المتوسطة:

#### 1. النمو الجسمي:

"يزداد نمو الطفل بما يتراوح بين 10 سم إلى 11 سم، وفي الوزن من 16 كلغم إلى 12 كلغم كحجم سنوي، وفي الواقع نجد أن نمو الطفل في الطول والوزن يظهر بصورة واضحة كل 10 أشهر . وفي حوالي بداية الشهر السادس من العام السابع يمكن ملاحظة بعض التغيرات في تناسب جسم الطفل إذ نجد تغيراً واضحاً في النسبة ما بين الجذع وباقي الأعضاء فنلاحظ الزيادة الكبيرة في نمو العضلات الكبيرة كالذراعين والرجلين، ويأخذ الصدر في الإتساع والإستدارة، ويميل الجسم للنحافة نظراً لاختفاء الوسائل الدهنية التي كانت تكسو جسم الطفل في المرحلة السابقة ونجد العضلات قد أصبحت أشد قوة وأصبحت تبدي نتوءات الجسم، الأمر الذي يمكننا من التحديد الواضح لحصر الطفل، كما أن الشكل الخارجي للعمود الفقري يزداد وضوحاً ... يسهم هذا التغيير في العمل على

تطوير بعض القدرات الحركية إذ أن التحسن يتضح في نسبة العلاقات بين الجزء العلوي والسفلي لجسم الطفل كذلك تحسن العلاقة بين قوة العضلات وثقل الجسم بالإضافة إلى النقص الواضح في الأنسجة الدهنية التي كانت تحتل مكانها تحت الجلد مما يساهم بقدر وافر في خلق أحسن الضمانات لنمو وتطور المهارات الحركية المتعددة، ونجد التغيير الأول لشكل الجسم يحدث مبكرا للبنات بما يقرب حوالي النصف عام عند البنين وفي هذه المرحلة يكون حجم الرئتين صغيرا نسبيا في حين ينمو القلب بسرعة ، ومن السهل إصابته ببعض الأضرار مما يتطلب وقايته من الإجهاد وخاصة بالنسبة للأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من التحمل وبذا الجهد ، ويكون جسم الطفل عرضة لظهور بعض التشوهات القوامية كنتيجة لتعود بعض أوضاع الجلوس الخاطئة أو لحمل حقيبة المدرسة بطريقة معينة لفترات طويلة..."

## 2. النمو الحركي:

يتميز النمو الحركي في هذه المرحلة ببعض التغيرات الجوهرية، ويلخص " مانييل" الخصائص العامة للنمو الحركي في هذه المرحلة، فيظهر النمو التدريجي بالنسبة للأداء الهادف لمختلف النواحي الحركية، فيظهر تحسن واضح بالنسبة لأداء الحركات وخاصة من الناحية الكيفية ويتمثل نشاط الطفل من قيامه بالرد على كل مثير خارجي بأداء بعض الاستجابات الحركية المختلفة المتعددة كما نجده سريع التحول لا يستقر على حال أو وضع ولا يلبث مدة طويلة في أداء عمل معين وممارسة نشاط واحد.

ويمكن توضيح ذلك من الناحية الفيزيولوجية بأن المثيرات البيئية المختلفة تحدث دائما أنواعا جديدة من الإستثارات في قشرة المخ التي تحرض وتلح على القيام بالاستجابة الحركية، ويساعد في ذلك العمليات العصبية التي تسهم في العمل على ( الكف الحركي ) أي التي تقوم بإعطاء الأوامر لبعض العضلات بالكف عن العمل أو الاستجابة.

ويمكن ملاحظة بعض الاختلافات بين الذكور والإناث حيث تفضل البنات بعض الحركات المعينة مما يؤدي إلى اختلاف مستويات الأداء كما هو الحال في مهارة الرمي التي تتوقف على الصبيان، وكثيرا ما نلاحظ ممارسة البنات واشتراكهم في أنواع الأنشطة الرياضية مع مجموعة من الصبيان فنجدهم يقومون بالتسلق والقيام بركل الكرة وغير ذلك.

وفي نهاية هذه المرحلة يكون الطفل قد قام بإتقان وتثبيت الكثير من المهارات الحركية الأساسية كالمشي والجري والقفز والوثب والرمي، وكذلك بتطوير حركاته بنمو مهاراته الحركية.

"في غضون السنوات الأولى لمرحلة الدراسة يصل النمو بالنسبة لنشاط العمليات العصبية العليا والجهاز العصبي إلى مرحلة متوسطة هامة، ونجد أن حجم المخ يأخذ في الإزدياد، كما أن طبقات وخلايا قشرة المخ تكاد تشبه في تكوينها إلى حد كبير التركيب البالغين، كما تزداد العمليات العصبية.

ويلاحظ عملية الكف لا تستطيع إيقاف الاستثارة الحادة مع خلايا الحركية... في قشرة المخ، كما نجد عدم القدرة على التركيز في إشاعات الاستثمارات المختلفة في مراكز حركية محددة والذي يعزى إليه أسباب النشاط الزائد الذي يقوم به الطفل وما يرتبط بذلك من حركات إضافية جانبية زائدة عن هذه الحركات المطلوبة"

### 3. النمو النفسي:

في هذا السن تستلزم الحاجات النفسية للطفل إشباع الكثير من ميول المنافسة والانطلاق من اللعب الحر ويغلب عليه الاستقلال بالذات من ناحية والرغبة من ناحية أخرى، وفي أثناء محاولته لإشباع هذه الحاجات نحاول أن تحقق أهداف موضوعية تستلزم الكثير من النشاط تدفعه إلى التكيف والتحمل في الألعاب العنيفة. ولقد اهتم علماء النفس وتناولوا اللعب بالتحليل لمعرفة أثاره على الصحة النفسية وانتقوا بأسلوب أو بأخر على أن اللعب جوهره أسلوب الطفل في تنمية الذات واتزانها، وأسلوب لتدعيم الصحة النفسية.

وتحقق التربية الرياضية نفس اللذة والارتياح الذين يحققها اللعب فالطفل حين يمارسها يلعب وحين يتوفر فيها التلقائية يحقق ذاته، وحين ينطلق يجري ويقفز ويتحرك مستغلا الأدوات الرياضية وما توجيه إليه من حركات، إنما يعبر فقط عن ذاته وتسير الذات على الميدان كله وتخضع لأي صراع نفسي وهي تحرر في كل ما هو مكبوت حين يغمرها السرور والفرح والحماس عند النجاح في السيطرة على حركاته وعلى الأدوات "

#### 4. النمو الاجتماعي:

ويقصد به اكتساب الطفل لأنواع السلوك التي تساعده على التفاعل مع الجماع والنمو الاجتماعي كأني نمو آخر يتبع نسقا معيناً يكاد يمر به جميع الأطفال مع أخذ الفروق الفردية بعين الاعتبار، حين يلاحظ أن الأذكيا يسبقون غيرهم في النمو الاجتماعي.

"فإنه في هذه المرحلة يبدأ الطفل في الاندماج في المجموعة ويتعاون من أجل مصلحة الفريق الذي يعمل فيه كم أنه أصبح قادراً على اتخاذ مواقف تجاه الجماعة الاجتماعية واكتساب السلوك الاجتماعي نظراً لاكتسابه اللغة فيزداد فهمه لرغبات الآخرين وأوارهم بالنسبة لدوره فيبدأ في تصحيح فكرته عن نفسه وتساعد اللغة على التحرر من مركزية الذات ويبدأ إحساسه بآراء الغير فنقل أنانيته ويقل بالتالي لعبه الانفرادي ... ويسعى إلى اللعب مع الأصدقاء ويتأرجح هذا السن بين محاولة الاستقلال عن المنزل والرغبة في طاعة الوالدين والاعتماد عليهما، فيسعى الآن أن يكون له الرأي الأعلى في اختيار أصدقائه وفي الطريقة التي يقضي بها وقت فراغه ونواحي النشاط الذي يندرج فيها لعبه، ويلجأ مع أصدقائه على اللعب العنيف، إذ تسمح له الفرصة للاختلاط بالغير لاختبار فكرته عن نفسه فحاول أن يقيس قوته بالنسبة للآخرين، وقد تدعوه الحاجة إلى تأكيد ذاته بالمفاخرة والمباهاة والكذب والغش في اللعب"...

ويبدأ استعداده للانندماج في ألعاب الأطفال المنظمة والتي فيها منافسة إلا أنه ينسحب من اللعب عندما يشعر بالتعب، كما أنه لا يحب الخسارة ولا يتمتع بالروح الرياضية ويحاول إلقاء اللوم على غيره والإحساس بالكراهية اتجاه من يفوز عليه.

وتؤدي مقارنة نفسه بالغير للتنافس إلى وجود الغيرة بينهم ويؤدي إلى السلوك العدواني أثناء اللعب والانفعالات كالخوف والخجل والغيرة المرتبطة بحب الامتلاك.

"كما تنشط النزعة الاستقلالية، ويظهر الميل لتحمل بعض المسؤوليات وتقل الرغبة في الاعتماد على الكبار لهذا فهو يحتاج إلى اكتساب المهارات التي تمي الثقة بالنفس، وهو يسهل الانقياد ويقبل السلطة ويبيدي إظهار الاتجاهات الاجتماعية كالزعامة أو التبعية أو الميل إلى المساعدة أو الميل إلى التحكم..."

وفي هذا السن يكون أصدقائه من نفس الجنس، حيث تبدأ الفروق بين الجنسين في الظهور وتبدوا أكثر وضوحاً منهما في طريقة اللعب وتكون لدى الطفل في هذا السن تلقائية في التمثيل والاستعداد لأخذ أدوار التمثيليات القصيرة في الفصل المدرسي والتكيف مع البيئة المدرسية، وتتفوق البنات في النشاط الرياضي أكثر من البنين لأن الفتاة تكون أكثر في البنية الجسدية...."

#### 5. النمو المعرفي:

يتطور النمو العقلي أو الذهني بدرجة كبيرة إذ يتمكن الطفل من تعلم القراءة والكتابة والحساب، كما تزداد قدرته على الابتكار والتخيل والتقليد والمحاكاة والتمثيل بدرجة كبيرة، وتكون قدرته على الحفظ ضعيفة إلا عن التكرار والتقليد ويمكنه تحليل بعض الأمور ولكن لا يستطيع الحكم على الأشياء كما يتم الاستطلاع والابتكار للتعرف على بيئته وعلى سر وجود العالم والخالق.

ويرى بياجيه " :التفكير العقلي ينمو من خلال عملية التغيير الكيفي المستمر بين الفرد والبيئة ويستطيع الطفل أن يفكر تفكيراً منطقياً بسيطاً لا يرقى إلى التفكير المنطقي المجرد. (سلامني، مرجع سبق ذكره، ص 75-78)

#### 6. النمو الجنسي:

يلاحظ ان الاهتمام قليل في هذه المرحلة بشؤون الجنس ،فالأطفال في هذه المرحلة و التي تليها يكونون اكثر انشغالا بأشياء اخرى يهتمون بها مثل: النشاط الاجتماعي و التربوي فترة توقف في تطور الجنس بحيث تبدأ بعملية واسعة و حادة Freud تعتبر هذه الفترة حسب من الكبت و كما يتضح فان الخيالات الجنسية والعوانية تكمن الان الى حد كبير و يتم الاحتفاظ بها بشدة في اعماق اللاوعي و خلال هذه المرحلة التي يقوم فيها الطفل بإخماد الحوافز الجنسية يكرس وقته و طاقته للتعلم و الأنشطة البدنية و الاجتماعية ويتحول مصدر اللذة من الذات للأفراد الآخرين عندما يصبح الطفل منهما في تكوين الصداقات مع الآخرين.

#### 7. النمو الفسيولوجي:

يتزايد ضغط الدم و يتناقض معدل النبض، و يزداد طول و سمك الالياف العصبية و عدد الوصلات بينها ولكن سرعة نموها تتناقض عن ذي قبل ،ويقل عدد ساعات النوم بالتدريج، ويكون

متوسط فترة النوم على مدار السنة في سن السابعة حوالي 22 ساعة. (رافت محمد ، 2010، ص 85-86)

### 10. الاضطرابات المتعلقة بمرحلة الطفولة في المدرسة:

يعاني العديد من الاطفال من اضطرابات متعددة في هذه المرحلة منها:

- اضطرابات سلوكية
- اضطرابات نفس جسمية
- اضطرابات التعلم
- اضطرابات النمو
- فمن بين الاضطرابات النفس جسمية : الربو ، الصرع ، بعض الامراض الجلدية ، بعض امراض ( رافت محمد، مرجع سبق ذكره، ص 101)

## خاتمة:

تعد التربية البدنية والرياضية (النشاط الرياضي الصفي) جزءاً أساسياً من العملية التعليمية في المدارس الابتدائية، حيث تسهم في تعزيز النمو البدني وتنمية المهارات الحركية للأطفال، كما تعمل على تحسين الصحة النفسية من خلال تقليل التوتر وزيادة الثقة بالنفس. إلى جانب ذلك، تعزز هذه الأنشطة القيم الاجتماعية مثل التعاون والعمل الجماعي واحترام القواعد، مما يساعد في بناء شخصيات متوازنة. وتشير الدراسات إلى أن ممارسة النشاط البدني بانتظام تساهم في تحسين الأداء الأكاديمي من خلال تعزيز القدرات العقلية والتركيز. ومع ذلك، تواجه التربية البدنية بعض التحديات، مثل نقص الموارد أو ضعف الوعي بأهميتها، وهو ما يمكن التغلب عليه بالابتكار والتوعية بأثرها الإيجابي. وبذلك، تشكل التربية البدنية والرياضية (النشاط الرياضي الصفي) أداة فعالة في تحقيق تنمية شاملة للأطفال وإعدادهم لحياة صحية ومنتجة.

## الفصل الثاني: فرط الحركة

## تمهيد:

تتنوع الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال، وهي تمثل أشكالاً مختلفة من السلوك الانفعالي غير الطبيعي الذي يتطلب نوعاً خاصاً من التربية. يعرف الاضطراب السلوكي بأنه سلوك انفعالي مزمن يتعارض مع توقعات المجتمع وثقافته ومعاييره. ومن بين أبرز هذه الاضطرابات، اضطراب فرط الحركة المصحوب بنقص الانتباه، وهو حالة مزمنة تؤثر على ملايين الأطفال وتستمر معهم حتى مرحلة البلوغ. يهدف هذا الفصل إلى دراسة هذا الاضطراب بشكل مفصل من خلال استعراض تطوره التاريخي، وتعريفه، وتصنيفاته، بالإضافة إلى تسليط الضوء على أعراضه وأسبابه وطرق تشخيصه. كما يتناول وأساليب العلاج والوقاية المناسبة، مما يساهم في فهم أعمق لهذا الاضطراب وتوفير التدخل المناسب للأطفال المصابين به.

## 1. نبذة تاريخية عن اضطراب فرط الحركة:

نال مفهوم اضطراب فرط النشاط اهتمام عدد من الباحثين في مجال التربية وعلم النفس وطب الأطفال.

فقد تمت الإشارة إلى الاضطراب لأول مرة من قبل الدكتور هنريك هوفمان عام 1845، وهو طبيب كتب العديد من الكتب في الطب والطب النفسي والذي اهتم بإيضاح خصائص الأفراد الذين يعانون من اضطراب تشتت الانتباه و فرط الحركة المتمثل في تشتت الانتباه وفرط النشاط، والاندفاعية. وفي عام ( 1902 ) قام (جورج ستيل) بنشر سلسلة من المحاضرات للكلية الملكية للأطباء في إنجلترا والتي وصف فيها مجموعة من الأفراد الاندفاعيين الذين يعانون من مشكلات سلوكية نتيجة اضطرابات في المخ، أو إلى عوامل وراثية، أو إلى عوامل بيئية أو طبية أخرى. ولقد لاحظ هذا الاضطراب بين الذكور أكثر من الإناث وأوصى بعلاج هذه الحالات وإبقاءهم داخل المصحات لحين استكمال علاجهم.

تنامي الاهتمام الطبي في السلوكيات المتصلة بفرط الحركة و عجز الانتباه فقد لوحظ وجود مجموعة من الاضطرابات التي تؤثر على الدماغ مثل الأورام و الأمراض المعدية و الإصابات المختلفة و التي تؤدي بدورها إلى حدوث مشكلات في السلوك و التعلم ، صرح ترذغولد 1908 بأنه في حالات الإصابة الدماغية البسيطة خلال الولادة فإن الأعراض الأولية تتلاشى بسرعة وتعاود الظهور عندما يبدأ الطفل تعليمه المدرسي دالة على وجود عجز ما ، و على الرغم من التجاهل الكبير لما جاء به ترذغولد في الأربعين سنة التالية ، تواصل تنامي الاهتمام في تأثير الإصابة الدماغية على السلوك ، فقد أصيب عدد كبير من الأطفال بعدوى الالتهاب الدماغى أو التهاب السحايا بين عامي 1917 و1918، مما لفت الانتباه الى مشكلات السلوك التي أظهرها عدد كبير من الأطفال بالتهيج والاندفاعية و فرط الحركة ، و عدم الاستقرار الوجداني ، و السلوكيات العدوانية

ستراوس يدرس الافراد أعاد ستراوس الاهتمام خلال الأربعينيات بنظرة " ترذغولد" نوي الإصابات الدماغية و خرج بفرضية أن كل الأفراد الذين يظهرون المشكلات السلوكية والتعليمية لابد أنه قد لحقت بهم إصابات دماغية " تلف دماغي بسيط " ، و في الستينات تغير مصطلح " تلف دماغي بسيط " إلى " خلل دماغي بسيط " إذ يعرف على أنه اضطراب متغير أو غير متجانس في خصائصه كان يشمل الأطفال ذوي الصعوبات التعليمية و كذلك الأطفال المصابين بعجز الانتباه و

فرط الحركة و الاندفاعية ففي كتاب الدليل التشخيصي و الإحصائي للاضطرابات العقلية اعتبر عجز الانتباه و الاندفاعية عرضين رئيسيين أما الأطفال الذين يظهر عليهم هذين العرضين فكانوا يشخصون على أنهم مصابون باضطراب عجز الانتباه ، والأطفال الذين يظهر عليهم هذين العرضين إضافة إلى فرط الحركة من هذا تم الحديث عن اضطراب وحيد في الطبعة الجديدة من الدليل التشخيصي و الإحصائي و هو اضطراب عجز الانتباه و فرط الحركة لذا يتسم بقلة الانتباه والحركة الزائدة و الاندفاعية. ( هدى محمود ناشف، 2003، ص44)

جدول رقم 1: يمثل تطور مفهوم اضطراب فرط الحركة و نقص الانتباه حسب الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية

1994 DSM IV	1987 DSM III TR	1980 DSM III
<p>1. نشاط زائد/قصور الإنتباه مصحوب بتشتت وتعرفه 6 أعراض في ADHD الإنتباه تشتت الإنتباه من قائمة بها 9 أعراض.</p> <p>2. نشاط زائد و قصور الإنتباه مصحوب بالاندفاعية ونشاط حركي زائد ADHD وتعرفه 6 أعراض تدل على النشاط الزائد و 3 أعراض تدل على الإندفاعية.</p> <p>3. نمط مشترك ADHD وتعرفه الأعراض التي ذكرت في رقم 1 و 2 أعلاه.</p>	<p>- اضطراب النشاط الزائد وقصور الإنتباه و يحتوي ADHD على 8 أعراض في قائمة بها 14 عرض يدل على قصور الإنتباه، الإندفاعية، النشاط الزائد.</p>	<p>1. اضطراب قصور بدون ADD الإنتباه نشاط زائد وهو يحتوي على 3 أعراض للإندفاعية.</p> <p>2. قصور الإنتباه واضطراب النشاط ويحتوي AD الزائد على عرضين للنشاط الزائد.</p>

(المصدر: مشيرة عبد الحميد، 2005 ، ص 16)

## 2. تعريف اضطراب فرط الحركة:

نجد عدة تعاريف من بينها:

- **التعريف الطبي:** تعرفه مجموعة متخصصة من الأطباء في قصور الإنتباه و الإضطرابات العقلية على أنه "اضطراب عصبي حيوي يؤدي إلى عملية قصور حاد يؤثر على الأطفال بنسبة 3 إلى 5 % من تلاميذ المدارس".
- **يذكر شاهين ( 1985 ):** " أن فرط النشاط يمكن تحديده من خلال الأعراض التالية:

- زيادة في الحركات غير المنتظمة و التي يصعب تنظيمها في فترة المراهقة.
- الإندفاعية مزاج- منقلب بصورة واضحة - مقاومة التدريب.
- ضعف في العلاقات الاجتماعية.
- تأخر في نمو المهارات.
- صعوبة في القراءة و الكتابة" (منصوري، 2008، ص 118)
- تعرفه **علا عبد الباقي إبراهيم** بأنه "نشاط عضوي مفرط و أسلوب حركي قهري يبدو في شكل سلسلة من الحركات الجسمية المتتالية ، و تحول سريع للإنتباه، و ضعف القدرة على التركيز على موضوع معين و الإندفاعية التي تؤدي إلى الحماسة الاجتماعية" (علا عبد الباقي، 2007، ص 19)
- يعرفه **بطرس حافظ بطرس** : "هو إفراط الطفل في الحركة و ضعف التركيز، و ممارسة حركات عشوائية كثيرة و إزعاج من حوله" (بطرس، 2008، ص 23)
- تعريف **محمد النوري القمش و خليل عبد الرحمان المعايطه** : "النشاط الزائد هو حركة جسمية مفرطة، بحيث لا يستطيع الطفل التحكم في حركة الجسم، كما يرتبط النشاط الزائد مع تشتت الإنتباه ارتباطا وثيقا، فوجود أحدهما معناه وجود الآخر ، و يعتبر النشاط الزائد هو السبب في تشتت الإنتباه" ( النوري، 2007، ص 29)
- حسب " هبة عبد ربه":
  - اضطراب أفقي يشمل مجموعة من الاضطرابات الراسية منبعها النفس وتتمركز في العقل الذي يصدر إشاراتة الموجهة بالاضطراب لبقية أجزاء الجسم المختلفة.
  - وهو خلل سلوكي نتيجة لعوامل مكتسبة (نفس عقلية ) أو وراثية تفقد الفرد القدرة على التحكم في الأداء الناتج عنه ( عبد ربه، 2014 ، ص 15 )
- وفقا للدليل التشخيصي الإحصائي للاضطرابات العقلية **DSM IV** : "أنه نمط دائم لعجز أو قصور أو صعوبة في الإنتباه و/أو فرط النشاط ، الإندفاعية ، يوجد لدى بعض الأطفال يكون أكثر تكرارا، و تواترا وحدة، عما يلاحظ لدى الأفراد العاديين من أقرانهم في نفس مستوى النمو " (الزيات، 2006، ص3)

### 3. اعراض اضطراب فرط الحركة:

#### 1. الأعراض الرئيسية الظاهرة على الطفل ذو النشاط الحركي الزائد:

- الاندفاع :يكون هذا الطفل مندفعاً دون هدف محدد، ويقاطع في الكلام ولا يبدو مستمعاً عندما تتحدث إليه ويتكلم بشكل مفرط.
- زيادة الحركة :لا يستطيع أن يبقى ساكناً في مكانه.
- قلة الانتباه :يتصف هؤلاء الأطفال بقصر المدة الزمنية لدرجة انتباههم.
- عدم الانتهاء من المهمة التي بين يديه.
- الشرود الذهني و ضعف التركيز .
- كثرة التملل و التذمر و النسيان.
- لا ينتظر دوره في أي نشاط، و يتميز بسرعة التحول من نشاط لآخر.
- صعوبة التكيف مع الجو الجديد.
- عدواني في حركاته و متغير المزاج.
- تأخر النمو اللغوي.
- عدم القدرة على التعبير عن رأيه الشخصي بوضوح . ( الجعافرة، 2008، ص 62)

#### 2. الأعراض الجسمية:

يعاني الأطفال ذوي النشاط الزائد من فرط الحركة وهو الأكثر وضوحاً في هذا الاضطراب ويعرف على أنه نشاط جسدي وحركي حاد ومستمر وطويل المدى، بحيث لا يستطيع التحكم بحركات جسمه بل يقضي أغلب أوقاته في الحركة المستمرة، كما أن لديهم صعوبة تتعلق بالانخراط في الأنشطة الهادئة ويمتد النشاط الزائد ويظهر في مواقف كثيرة سواء في المدرسة أو في المنزل أو في الأماكن العامة وحتى أثناء النوم .

#### 3. الأعراض الاجتماعية:

الأطفال ذوي النشاط الزائد لا يستطيعون التعامل مع الآخرين ولا يطيعون الأوامر، ويصعب عليهم إقامة علاقات طيبة مع إخوانهم وزملائهم، ويمارسون سلوكيات غير مقبولة اجتماعياً مثل :

العدوان، الصراخ، الهياج والشجار وقد ينسحبون من الجماعة وينبذون من الآخرين، وغير قادرين على التفاعل الاجتماعي الايجابي ويتصف معظمهم بسوء التكيف وضعف في التطبيع الاجتماعي.

#### 4. الأعراض الانفعالية:

يعاني الطفل ذي النشاط الزائد من ضعف القدرة على التركيز والقابلية العالية لتشتت الانتباه وضعف المثابرة على أداء النشاط، هذا لا يعني أنه لا ينتبه على الإطلاق، فالحقيقة أنه يحاول الانتباه ولكن هناك مؤثرات تؤدي إلى تشتت انتباهه وتشغله عن التركيز فيكون من الصعب الانتباه إلى التعليمات المطلوب سماعها كما يبدو أيضا ، وفهمها من أجل العمل المطلوب فيكون الفشل في الأداء متهورا يصعب عليه ضبط نفسه أو السيطرة على انفعالاته ويظهر عليه الغضب ولا يستطيع ضبط انفعالاته تجاه المثيرات الخارجية، كما يتسم بسرعة الهياج خاصة إذا تعرض لمواقف محبطة ويسهل استثارته.

#### 5. الأعراض التعليمية:

إن الأطفال ذوو النشاط الزائد يعانون من صعوبات في التعلم ولديهم كثير من المشكلات التعليمية، فهم لا يستطيعون إكمال الواجبات المدرسية ولا يركزون في حجرة الدراسة ولا ينتبهون لشرح المعلم، ومعظم هؤلاء الأطفال لديهم نقص في المهارات المعرفية بسبب شرود الذهن و نقص التركيز، كما أنهم يجدون صعوبة في التعامل مع الرموز والاختصارات واستيعاب معاني المفاهيم. (خولة يحي، 2000، ص 56)

• حسب "الزراع" تختلف أعراض اضطراب فرط الحركة و نقص الانتباه حسب عمر الطفل الذي يعاني من هذا الاضطراب، وبالتالي فهو يختلف حسب المراحل العمرية التي يمر بها الطفل في طفولته، و يمكن تقسيمها كما يلي:

#### 1. حسب المراحل النمائية الأولى:

✓ **مرحلة الوليد:** و تكمن الأعراض في هذه المرحلة في ضعف الوزن الجسمي و تباينه بالنسبة لطوله، حيث يكون وزنه حوالي 2.25 كغ والعادي 3.2 كغ، أما طوله 30 إلى 45 سم والعادي 50 سم.

✓ **مرحلة المهد:** و تشمل الأعراض ما يلي :

- الأزمات في الإصابة بالأمراض .
- ضعف الجهاز المناعي .
- كثرة المغص المعوي نتيجة قصور في قدرة الأمعاء على امتصاص سكر اللبن .
- أهم الاضطرابات الواردة في هذه المرحلة :نزلات البرد، الالتهابات الشعبية، التهابات الأذن، الاحتقان.

## 2. مرحلة الطفولة المبكرة :تتمثل أعراض هذه المرحلة في:

- تأخر بروز الأسنان اللبنية و استعاضتها بالأسنان المستديمة عامين تقريبا، و هو المؤشر الفعلي لاضطراب الانتباه في هذه المرحلة.
- الطفل العادي يبرزها بين الشهر السادس إلى الثامن و تتساقط و تظهر الأسنان المستديمة بين السنة الخامسة و السادسة.

## 3. أعراض فرط الحركة و نقص الانتباه في مرحلتى الطفولة المتوسطة و المتأخرة (المدرسة)

يعرض كل من كوفمان، باركلي، و جوردان وأحمد و بدر، و الحامد، عددا من الخصائص والسمات المميزة للأطفال المصابين بهذا الاضطراب في مرحلة المدرسة و هي كالتالي:

- ضعف الانتباه و الإنصات و التركيز :حيث يكون الضعف في القدرة على الانتباه بشكل عام، و قصور في القدرة على التركيز بشكل خاص نحو مثير معين لفترة معينة، حيث ينتقل تشتت الانتباه بسرعة بين المنبهات المختلفة، إضافة إلى قصور في الإنصات إلى الدروس و التعليمات الموجهة إليه) .نايف بن عابد الزراع، 2009 ، ص ( 29
- سهولة تشتت الانتباه :حيث تكون صعوبة في تركيز الانتباه على مثير معين و تشتته نحو مثيرات أخرى في البيئة، إضافة إلى تحويل المتغيرات البيئية) .نايف بن عابد الزراع، 2009 ، ص ( 29
- النشاط الزائد ( الحركة الزائدة :) و تكون حركة الطفل مبالغ فيها و غير محددة الأهداف إضافة إلى كثرة التملل في جلسته، حيث يقوم الطفل بسلوكات غير مرغوبة اجتماعيا مما يؤدي إلى قصور في تكوين صداقات و علاقات مع الآخرين.

- الاندفاعية :حيث يقاطع الطفل الآخرين بكثرة، و يجيب عن الأسئلة الموجهة له أو عندما يخاطبه أحد دون تفكير، إضافة إلى عدم قدرته على انتظار دوره و انتقاله من نشاط لآخر، و يكون لا مباليا بعواقب الأمور و نواتجها السلبية، حيث يكون هنالك نوع من الفوضى السلوكية نتيجة خروجه من قواعد النظام.
- ضعف القدرة على التفكير :حيث يعاني الطفل من قصور في التفكير، و يكتسب المعلومات بطريقة غير منظمة و غير مركزة و غير مترابطة و غير واضحة، و بالتالي يقع في الأخطاء المتكررة نتيجة للتعلم الخاطئ فلا ينقل التعلم بشكل صحيح.
- تأخر الاستجابة :حيث يكون هنالك بطء في المعالجة العقلية، و صعوبة استدعاء المعلومات ومن ثم التفكير.
- قصور في القدرة على إنهاء المهام الموكلة إليه :و ذلك بسبب قصور القدرة على الانتباه والتركيز وضعف التفكير و تأخر الاستجابة، حيث تؤثر المنبهات الدخيلة على القدرة الإنتباهية سلبا.
- التردد :حيث يكون الطفل غير قادر على اتخاذ القرار حتى و لو كان بسيطا بسبب شكه في صحة أو خطأ قراراته، مما يؤدي إلى تأخر الاستجابة و بالتالي قطع المهمة الموكلة إليه.
- اضطرابات انفعالية :و يتسم الطفل هنا بعدم نضج أفعاله مقارنة بعمره الزمني و العقلي، يغلب عليه التهور و سرعة الغضب إلى لوم الآخرين و تذبذب المزاج و تقلبه و صعوبة التأقلم مع الظروف الجديدة و صعوبة إظهار مشاعره الداخلية.
- أحلام اليقظة :و يتمثل ذلك في الحملقة بشكل مستمر إلى السماء أو البيئة المحيطة كأنهم يعيشون في عالم آخر.
- اضطراب الكلام :حيث يكون هنالك قصور في اللغة التعبيرية، أي عدم ربط الحديث أو تكوين جملة ناقصة، و يعاني الطفل كذلك من اضطرابات في النطق و اللغة.
- الأداء الأكاديمي المنخفض :حيث يعاني الطفل من تدني في التحصيل و يواجه صعوبات تعليمية، كما أنه يفتقر لمهارات حل المشكلات و عدم قدرته على إنهاء الواجبات المدرسية، كما يمكن تأخره دراسيا لمدة عامين دراسيين أو طرده في الحالات الشديدة. ( الزراع،

#### 4. أسباب فرط الحركة:

اهتمت البحوث النفسية والتربوية والطبية بدراسة طبيعة وأسباب النشاط الزائد وتم تقديم تفسيرات متعددة لهذا الاضطراب فقد أرجعه البعض إلى الأسباب الوراثية واعتبره البعض نتيجة للأسباب الفسيولوجية وفسره البعض الآخر في ضوء الأسباب البيئية وسيوضح ذلك خلال العرض التالي:

##### أ. أسباب عضوية بيولوجي: وتتضمن :

الوراثة والعمليات الكيميائية الحيوية أو تلف المخ واضطراب وظيفته، كما تشير معظم الدراسات والابحاث ان اضطرابات فرط الحركة لدى الاطفال تعود الى أسباب عضوية اهمها تلف المخ فقد يكون تلف المخ او احد اجزائه احد اهم العوامل والاسباب لفرط الحركة وهذا ما قاله بروكلي وآخرون بالاستناد الى تقنيات التصوير بالأشعة.

##### ب. أسباب في النمو

ان فترة الحمل لمجنين تعتبر من الفترات الحساسة في حياته فيها تنمو اعضاء جسمه الرئيسية واجهزته المختلفة واهمها الدماغ بما يحتوي من خلايا حساسة للمؤثرات الخارجية، لذا يعتقد بعض الباحثين ان الأم التي يمكن ان تتعرض للعديد من الفيروسات في هذه المرحلة من المعقول جدا ان يترك ذلك اثرا سلبيا على نمو الخلايا الدماغية للمجنين. (فهد محمد، 2023، ص 319)

##### ت. أسباب وراثية :

لقد تبين أن الآباء الذين يعانون من قلة الانتباه والتهور، والذين يعانون أيضا من - اضطراب المزاج ويدمنون الكحول أو الذين لديهم شخصية عدوانية قد أنجبوا أطفالا يعانون من قلة الانتباه وكثرة الحركة، ويبدو أنه لا يوجد كروموسوم معين ومحدد يفسر هذا الاضطراب، إنما هناك عدة كروموسومات أو جينات مضطربة .

ث. أسباب بيئية اجتماعية :

يبدأ تأثير العوامل البيئية منذ لحظة الإخصاب، ويمتد إلى ما بعد الولادة، وترى- النظرية البيئية أن أي خلل خلال مسيرة حياة الفرد من شأنه أن يؤدي إلى ظهور بعض الاضطرابات ومنها اضطراب عجز الانتباه المصحوب بفرط الحركة، خصوصا مرحلة الحمل والولادة، وأثناء التنشئة الأ سرية فالأمراض التي تتعرض لها الأم، وسوء التغذية، والصدمات، والأحداث التي تظهر أثناء تطور الجهاز العصبي تشكل عوامل خطر للإصابة بالاضطراب. (ممادي، 2015، ص 170)

ج. أسباب سلوكية ونفسية :

أظهرت الدراسات الحديثة أهمية دور الأسرة في تنشئة أبنائها، وأكدت حاجة- الأطفال إلى المعاملة الوالدية السليمة، التي تتسم بالقبول والدفء العاطفي والحنان، وقد أكدت عدة دراسات أن إصابة الأطفال باضطراب عجز الانتباه المصحوب بفرط النشاط كثيرا ما تتسبب فيه المعاملة الوالدية السيئة القائمة على العقاب البدني، والنبذ والعنف، وكثرة الأوامر والتعليمات، إلا أن بعض الباحثين يبررون تصرفات الوالدين ومعاملتهم القاسية للأطفال المضطربين بأنها نتيجة لسلوك هؤلاء الأطفال الاندفاعي المتسم بكثرة الحركة، وغياب النظام، وترى النظرية السلوكية أن الأطفال المضطربين قد تعلموا هذا السلوك نتيجة تعزيزه أو إهماله والسكوت عليه في مرحلة ما من مراحل نموه (عريق، 2020، ص 217)

5. أنواع فرط الحركة:

تعرف الاندفاعية او النشاط الزائد بانه حركات جسمية تزيد عن الحد الطبيعي فهو يمثل سلوك اندفاعي مفرط وغير مناسب وملائم لعمر الطفل مما يجعل له اثرا سلبيا على سلوكياته وتحصيله العلمي وتزداد ظاهرة الاندفاعية او النشاط الزائد عند الذكور اكثر من الاناث. (فهد محمد، مرجع سبق ذكره، ص 318)

وتتمثل أنماط اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه فيما يلي:

1. أعراض النمط ( 1 ) لإضطراب قصور الإنتباه / النشاط الزائد المصحوب بتشتت الإنتباه :

و تظهر أعراضه التالية و بصفة مستمرة:

- ✓ الفشل الشديد في الإنتباه للتفاصيل.
- ✓ صعوبة الإستماع عندما يتحدث إليه أحد.
- ✓ صعوبة المتابعة من خلال التعليمات.
- ✓ ضعف تنظيم المهام و الأنشطة.
- ✓ تجنب الجهود المدعمة و تجنب المهام التي تتطلب مجهود عضلي و عقلي.
- ✓ سهولة السرحان في الأنشطة.
- ✓ النسيان) فقد الأشياء الضرورية للمهام و الأنشطة اليومية مثل :اللعب.
- ✓ سهولة الإنجذاب إلى مثيرات خارجية بعيدا عن المهام التي يقوم بها أي يسهل تشتت الفكر من خلال مثير خارجي.
- ✓ فترة الإنتباه قصيرة.

ملاحظة : حسب معيار DSM IV يجب أن يظهر على الأقل 6 أعراض من الأعراض 9 التسعة و يتكرر على الأقل 6 أشهر قبل بدء العلاج .

2. أعراض النمط ( 2 ) لإضطراب قصور الإنتباه /فرط الحركة المصحوب بالإندفاعية /فرط

الحركة:

و يتميز بـ:

- ✓ القلق ، التملل (هتزاز الأرجل أو يرتبك في الجلوس ، يخجل أو توتر عصبي)
- ✓ حركة مفرطة و عدم الراحة و يترك مكانه عندما يجلس فترة من الزمن.
- ✓ ثثرة في الحديث ( الحديث بتلقائية) و يصدرن أصواتا محدثين ضوضاء.
- ✓ التصرف بدون تفكير و مقاطعة الآخرين و يجري و يتسلق في أوقات غير مناسبة.
- ✓ كثرة حركات الرأس و العينين ( يتحرك و كأنه سائق سيارة و بنشاط مندفع)

- ✓ يتسرع في المواقف التي تتسم بعدم الوضوح.
- ✓ غالبا ما يجد صعوبة في بداية المهام أو اللعب أو أنشطة وقت الفراغ.
- ✓ التسرع في إجابة الأسئلة قبل إتمامها (يؤدون السلوك بدون تفكير فيه)

و طبقا لمعايير DSM IV يجب أن يخضع الأطفال الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة و تشتت الإنتباه لـ 6 أعراض من أصل 9 أعراض و يتكرر لمدة 6 أشهر على الأقل و يكونوا أكثر توترا من الأطفال العاديين.

### 3. أعراض النمط المشترك بين النمط (1) و (2)

هو نمط يجمع بين تشتت الإنتباه و فرط الحركة و الإندفاعية يجب أن يظهر على الأقل 6 أعراض من النمط (1) و 6 أعراض من النمط (2) و تظهر هذه الأعراض قبل سن 7 سنوات، و يتكرر على الأقل لمدة 6 أشهر قبل بدء العلاج . (مشيرة، 2005، ص 20-22).

### 6. النظريات المفسرة لفرط الحركة:

تمثل الإطار النظري للدراسة في مختلف النظريات التي تناولت موضوع إضطراب الفرط الحركي المصحوب بتشتت في انتباه و هي كالتالي:

#### 1. النظرية الاجتماعية:

إن الطفل يكتسب سلوكياته من خلال التعلم الاجتماعي من المحيطين به في إطار مجاله التفاعلي بدء من المحيط الأسرى أولا ( الوالدين - الأخوة - الأقارب - الجيران) ثم من المحيط المدرسي ( الزملاء في المدرسة - المعلمين - إدارة المدرسة) ، ولذا يعتمد على التقليد والمحاكاة للسلوكيات التي يشاهدها ، وأيضا الضغوط التي يتعرض لها في هذا المجال المعاش والتفاعلي بالنسبة له.

وتوسع ألبارت باندورا في نظريته التي تشمل التعلم السلوكي و الإدراكي التي تجمع بين العوامل البيئية و النفسية .يتطلب تعلم و تقليد سلوك معين لثلاثة أمور :التذكر (تذكر ما يلاحظه الشخص) الإنتاج ( القدرة على القيام بسلوك معين) و الدفاع (السبب الكافي الذي يرغبك في تبني سلوك معين)

## 2. النظرية البيولوجية:

تشير هذه النظرية إلى أن الأشخاص الذين يعانون من اضطراب النشاط الزائد وتشتت الانتباه يكون لديهم معدل منخفض لنشاط أجزاء معينة من المخ، والتي تكون مسؤولة عن التحكم الحركي والانتباه، حيث تفترض هذه النظرية وجود عيوب في أيضا الدوبامين والنورإبيفرين.

إن الخلل البيولوجي لدى الطفل يقود اتجاهاته السلوكية بل ويمليها عليه فيتجه الطفل تلقائيا نحو الآتيان بسلوكيات غير مرغوبة كمرجع للتغيرات الكيميائية الحادثة في المخ وقد تؤدي لإحداث زيادة في النشاط الكهربائي للمخ ومن ثم تنطلق سلوكيات ذلك الطفل لا إراديا. (محمد رمضان، 2022، ص 188)

## 3. نظرية التحليل النفسي:

إن التحليل النفسي يرجع نشأة سلوك الطفل علي الوالدين الذين قد يوجهان سلوكه إلى شيء بناء وطاقة موجهه بإيجابية ، ومن ثم تحويل كثير من مشاعر الإحباط التي تعترضه إلى تنفيس وتفرغ في شيء إيجابي إذ أن أألانا قد تكون لدية قاصرة ويتسم ذلك بتلقيه أسلوب خاطئ في التربية أو خبرة مؤلمة ولذا فهناك أهميه للجهاز النفسي وتوازنه لدي الطفل.للنظرية جانبيين :جانب تطوري، وجانب ديناميكي.تنظر هذه المدرسة إلى أن عدم ملائمة السلوك عائد للصراع بين مكونات الشخصية (الهو، الأنا، الأنا الأعلى). و أسباب الاضطراب تعود إلى:

- خبرات الأطفال في الفترات المبكرة من الحياة.
- نتيجة ألم، أو صدمة، أو علاقة سيئة مع الوالدين، أو عوامل تكوينية.
- نتيجة عدم التوازن بين نزاعات الطفل ونظام الضبط لديه. (قمرأوي، وزاني، 2017، ص

(66-65)

## 4. النظرية السلوكية:

يعتمد هذا الاتجاه على نتائج البحوث والدراسات التي توصل إليها علماء نفس التعلم المحدثين، ولكن المبادئ الأساسية لهذا الاتجاه ليست جديدة، فأصحاب هذا الاتجاه يعتبرون أن معظم السلوك هو نتيجة لتعلم سابق، ولهذا فإنهم مهتمون بمعرفة كيف ولماذا يحدث التعلم.

وتشير النظرية السلوكية إلى أن السلوك السوي وغير السوي متعلم، و السلوكيات متعلمة، وعندما تحدث العلاقة الوظيفية بين المثير والاستجابة يحدث التعلم، وبالتالي فاضطراب السلوك ناتج عن ظروف البيئة كمرجع للخبرات السيئة، والتي ينتج عنها حالة من الإثارة الإنفعالية، وتتضح أن الطفل يتعلم الكثير من الاستجابات عن طريق الملاحظة والنموذج المحتذى به، والذي يختلط به الطفل أو تلك النماذج التي تتلقى التعزيز والإثابة وأنواع السلوك المرغوب وغير المرغوب، ولذا فإن السلوك محكوم بنتائجه. (محمد رمضان، مرجع سبق ذكره، ص 189)

## 7. الآثار السلبية لاضطراب فرط الحركة:

يؤثر النشاط الزائد على عدة نواحي النمو لدى الأطفال مما يحول دون نموهم بصورة سليمة بحيث يؤثر على النمو الجسمي ، الحركي ، الاجتماعي و الانفعالي بالإضافة إلى تأثيره السلبي على المهارات المعرفية والتعليمية لدى تلاميذ المدارس الابتدائية.

### 1. الآثار السلبية على النمو الجسمي:

- تؤدي الحركة المفرطة إلى إعياء الطفل و تدهور في المستوى العام لصحته بحيث يصبح عرضة للإصابة بالأمراض مثل: اضطراب الدورة الدموية و نبضات القلب و هذا بسبب تحركاتهم المستمرة و عدم السكون.
- انخفاض كفاءة حاستي السمع و البصر.
- تعرض للحوادث المؤلمة مثل :انكسار أيديهم و أرجلهم.
- قد يؤدي اندفاعهم و تسرعهم إلى تناولهم لبعض المواد السامة أو الأدوية غير المخصصة للأدوية فيتعرضون للتسمم.
- انخفاض مستوى اللياقة البدنية و اضطرابات في المهارات الحركية و نقص الكفاءة في الألعاب الرياضية التي تحتاج إلى تناسق حركي و أسلوب نظامي في أدائها ، حيث تشير نتائج الدراسات إلى أن الأطفال ذوي فرط الحركة و تشتت الانتباه برغم حركاتهم المفرطة إلا أنهم لا يقبلون على الألعاب التي تحتاج إلى قدر من النظام و التركيز.

### 2. الآثار السلبية على النمو الاجتماعي:

- فشل الأطفال في إقامة علاقات طيبة مع الآخرين.
- يعانون من سوء التوافق نقص المهارات الاجتماعية.

- عدم انتظار دورهم بسبب اندفاعيتهم وتسرعهم فتسوء العلاقات فيما بينهم.

### 3. الآثار السلبية على النمو الانفعالي:

- الإكتئاب
- الإحباط
- انخفاض تقدير الذات ومفهوم الذات
- وهذا نظرا لنبذ الآخرين و نفورهم بسبب ممارستهم السلوكية، و نظرا إلى عدم قدرته على السيطرة على تصرفاته غير الطبيعية و المعاناة و الضغوط النفسية التي يواجهها ، و علاقاته السيئة ما تؤدي إلى تغير مزاجه و اضطرابه بالإكتئاب و القلق و غيرها من الاضطرابات النفسية.

### 4. الآثار السلبية على المهارات التعليمية:

- صعوبات في تحصيل المهارات المعرفية.
- انخفاض في مستوى التحصيل الدراسي
- نقص الدافعية و الإبتعاد عن المهام التي تحتاج إلى تفكير.
- نقص في المعلومات الأساسية اللازمة لتوظيف الخبرة وضعف في مهارة انتقال اثر التعلم.

(علا عبد الباقي، مرجع سبق ذكره، ص 35-46)

## 8. المعايير التشخيصية لاضطراب فرط الحركة:

الملامح الجوهرية هي اضطراب الانتباه وفرط النشاط وكلاهما ضروري في عملية التشخيص، ويجب أن تكون واضحة في أكثر من حالة (مثل المنزل، الصف المدرسي، العيادة). ويظهر اختلال الانتباه في شكل توقف مبكر عن المهام الجارية وترك الأنشطة دون استكمالها. وينتقل الأطفال كثيرا من نشاط إلى آخر، ويبدون وكأنهم فقدوا اهتمامهم بمهمة ما لان مهمة أخرى قد جذبتهم) بالرغم أن الدراسات المختبرية لا توضح في العادة درجة غير عادية من التشتت الحسي أو الإدراكي).

ويجب تشخيص هذه النقائص من عدم المثابرة وعدم الانتباه فقط إذا كانت تتجاوز المنتظر من الطفل في حدود عمره وحاصل ذكاءه QI ، والنشاط المفرط يعني ضجرا مفرطا خاصة في المواقف التي تستدعي هدوء نسبيا .وقد يصل؛ تبعا للموقف إلى حد الركض أو القفز حول المكان أو

الوقوف عندما يستدعي الأمر أن يظل الطفل جالسا، أو الكلام والضجيج المفرط أو التملل والتلوي عندما يكون في مكانه ومقياس الحكم هو أن يكون النشاط عالي الإفراط في إطار ما هو منتظر في ذلك الموقف بالقياس إلى آخرين في نفس العمر وبنفس حاصل الذكاء QI ، وتتضح هذه السمة السلوكية بشكل خاص في المواقف المنظمة والمخططة التي تستدعي درجة عالية من التحكم الذاتي في السلوك.

### • فرط النشاط والاندفاعية:

إذا استمرت ستة ( أو أكثر ) من الأعراض التالية لمدة لا تقل عن 6 أشهر إلى درجة لا تتفق مع المستوى النمائي؛ تؤثر سلبا بشكل مباشر على الأنشطة الاجتماعية والأكاديمية/ المهنية :

- ملاحظة :الأعراض ليست مجرد مظهر من مظاهر السلوك المعارضة التحدي أو العداء، أو الفشل في فهم المهام أو التعليمات، للمراهقين الأكبر سنا والكبار ( بعمر 17 سنة وما فوق)، هناك حاجة إلى خمسة أعراض على الأقل.

1. في كثير من الأحيان يتمل باليدين أو القدمين أو يتلوى في مقعده.
2. غالبا ما يترك مقعده في المواقف التي تتطلب ان يبقى جالسا (على سبيل المثال، يترك مكانه في الفصول الدراسية، أو في المكتب أو في مكان عمل آخر، أو في مكان آخر في الحالات التي تتطلب البقاء في مكانه.
3. غالبا ما يدور حول أو يتسلق في الحالات التي يكون فيها ذلك غير لائق، ملاحظة :في المراهقين أو البالغين، قد يقتصر على الشعور بعدم الارتياح.
4. في كثير من الأحيان غير قادر على اللعب أو الانخراط في الأنشطة الترفيهية بهدوء.
5. في كثير من الأحيان " أثناء التنقل"، متحفز كما لو كان " مدفوعا بمحرك" (على سبيل المثال، غير قادر على أن يكون مرتاح لفترة طويلة، كما هو الحال في المطاعم والاجتماعات؛ مثل الآخرين كما لا يهدأ أو من الصعب عليه مواكبة الآخرين.
6. في كثير من الأحيان يخوض في المحادثات بشكل مفرط.
7. غالبا ما يندفع في الإجابة قبل اكتمال السؤال (على سبيل المثال، يكمل جمل الناس؛ لا يمكن أن ينتظر دوره في محادثة.
8. غالبا ما يواجه صعوبة في انتظار دوره (على سبيل المثال، أثناء الانتظار في صف طابور.

9. في كثير من الأحيان يقاطع الآخريين أو ينخرط في شؤونهم ( على سبيل المثال، بأعقاب المحادثات، والألعاب، أو أنشطة؛ قد يبدأ في استخدام أعراض أشخاص آخريين دون طلب أو الحصول على إذن . للمراهقين والبالغين، قد يتدخل أو يستولي على ما يفعله الآخريين.
10. بعض من أعراض عدم الانتباه أو فرط النشاط الاندفاع كانت موجودة- قبل العمر 12 سنة.
11. توجد بعض أعراض عدم الانتباه أو فرط النشاط الاندفاع في وضعين- أو أكثر ( على سبيل المثال، في المنزل أو المدرسة أو العمل؛ مع الأصدقاء أو الأقارب؛ في أنشطة أخرى) .
12. هناك أدلة واضحة على أن الأعراض تتداخل مع الأداء الأكاديمي، أو المهني او الاجتماعي أو تقلل من نوعيته.
13. لا تحدث الأعراض حصرا أثناء سير اضطراب انفصام الشخصية أو أي اضطراب ذهني آخر، ولا تفسر أفضل باضطراب عقلي آخر ( على سبيل المثال، اضطراب المزاج، اضطراب القلق، والاضطراب التفككي، واضطراب الشخصية، والتسمم بالمواد أو الانسحاب).

حدد ما إذا:

- ✓ (F90.2) **314.01 النمط المشترك** : إذا كان المعيار (1) تشتت الانتباه) والمعيار (2) (فرط النشاط الاندفاع) يتم الوفاء بهما كليهما لمدة 6 - أشهر الماضية.
- ✓ (F90.0) **314.00 نمط تشتت الانتباه في الغالب** : إذا كان المعيار (1) عدم الانتباه (ولكن المعيار (2) فرط النشاط الاندفاع ) لم يتم الوفاء به على مدى الأشهر الستة- الماضية.
- ✓ (F90.1) **314.01 نمط فرط النشاط / الاندفاع في الغالب** : إذا كان المعيار (2) فرط النشاط-الاندفاعية)، ولم يتم الوفاء بالمعيار (1) تشتت الانتباه) خلال الستة أشهر الماضية.

حدد ما يلي:

- **في هدأة جزئية** : عندما يتم الوفاء بالمعايير الكاملة سابقا، وحاليا عدد أقل من المعايير الكاملة قد تم الوفاء بها لمدة 6 أشهر الماضية، والأعراض لا تزال تؤدي إلى انخفاض في الوظيفة الاجتماعية، الأكاديمية، أو المهنية.

• تحديد الشدة الحالية:

- **خفيف**: عدد قليل، إن وجد، أعراض تزيد عن تلك المطلوبة لإجراء التشخيص الحاضر، ولا تؤدي إلى أكثر من ضعف طفيف في الاجتماعية أو المهنية.
- **متوسط**: الأعراض أو ضعف الوظيفة الاجتماعية والأكاديمية والمهنية يتراوح بين الخفيف والشديد.
- **شديد**: العديد من الأعراض الزائدة عن تلك المطلوبة للتشخيص، أو عدد من الأعراض شديدة بشكل خاص، أو الأعراض الموجودة تؤدي إلى ضعف ملحوظ في الاداء الاجتماعي أو الأكاديمي أو المهني .

✓ (F90.8) 314.01 اضطراب تشتت الانتباه / فرط النشاط المحدد الآخر

تتنطبق هذه الفئة على الحالات التي تكون فيها الأعراض المميزة لاضطراب الانتباه مع فرط النشاط الذي يسبب ضائقة كبيرة سريريا أو ضعف في الوظيفة الاجتماعية، والمهنية أو غيرها من مجالات العمل الهامة السائدة ولكن لا تلبى معايير كاملة للاضطراب تشتت الانتباه مع فرط النشاط أو أي من فئات التشخيص لاضطرابات النمو العصبي.

يتم استخدام تشخيص اضطراب تشتت الانتباه / فرط النشاط المحدد الآخر في الحالات التي يختار الطبيب إيصال سبب محدد في أن العرض لا يفي بمعايير اضطراب تشتت الانتباه / فرط النشاط أو أي اضطراب عصبي معين. هذا عن طريق التسجيل " اضطراب تشتت الانتباه / فرط النشاط المحدد الآخر " تليها الاسباب المحددة (على سبيل المثال، " مع عدم كفاية أعراض تشتت الانتباه) "

✓ (F90.9) 314.01 عجز الانتباه / اضطراب فرط النشاط غير محدد:

تتنطبق هذه الفئة على الحالات التي تكون فيها الأعراض المميزة لاضطراب تشتت الانتباه / فرط النشاط الذي يسبب ضائقة كبيرة سريريا (كلينيكيًا) أو ضعف في الاجتماعية، المهنية، أو غيرها من مجالات هامة من وظائف تسود ولكن لا تلبى المعايير الكاملة للاضطراب تشتت الانتباه / فرط النشاط أو أي من فئات التشخيص لاضطرابات النمو العصبي. يتم استخدام فئة اضطراب تشتت

الانتباه / فرط النشاط غير المحدد في الحالات التي يختار الطبيب عدم تحديد السبب في أنه لم يتم استيفاء معايير اضطراب تشتت الانتباه/ فرط النشاط أو لاضطراب معين من اضطرابات النمو العصبي الأخرى، ويتضمن الحالات التي لا توجد فيها معلومات كافية لإجراء تشخيص أكثر تحديدا. (تواتي، بوقصة، 2019، ص 605-610)

## 9. علاج اضطراب فرط الحركة:

لا يمكن علاج هذا الاضطراب والشفاء منه تماما، ولكن يمكن أن يساعد العلاج على التحكم في الأعراض وتحسين أداء الطفل في الحياة اليومية وفي المنزل والمدرسة، كما يجب أن يضع الاختصاصي خطة علاجية ويتطلب تنفيذ خطة العلاج التواصل الجيد والعمل الجماعي بين الأطباء وأولياء الأمور والمعلمين في المدارس، كما تتضمن الخطة معايير لاضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة (منظمة الصحة العالمية - المكتب الإقليمي للشرق الأوسط، 2020 ، ص 03 )

### 1. العلاج النفسي (السلوكي):

وهو علاج يعني بتعديل السلوك واستخدام طرف مبتكر لتعزيز التصرفات الجيدة لدى الطفل ونبذ الخاطئة، ويشترك في تعليمه كل من الأهل والمدرسة والطبيب، كأيجاد أساليب لتحسين الأداء الدراسي، أو التدريب على التفاعل مع البيئة الاجتماعية وتعلم آدابها وقوانينها ومن أهم أساليب العلاج السلوكي في الحد من مشكلة النشاط الزائد ونقص الانتباه ما يأتي:

#### 1. التنظيم الذاتي:

وشمل الملاحظة الذاتية، والمتابعة الذاتية، التعزيز الذاتي، حيث يتعلم الطفل أن يقوم بضبط نفسه في ظروف معينة، ثم يعمم هذا الضبط على المواقف المشابهة، فيتنبه لنفسه ولتصرفاته، ويكافأ عندما ويعني يتصرف بطريقة تحسن من أدائه، يتم ذلك دون تدخل علاجي خارجي.

#### 2. التعزيز الرمزي:

استخدام رموز مادية معينة، كالنجوم على لوحة النشاطات ليستبدالها لاحقا بأشياء يرغب فيها، فمثلا كل عشر نجوم يستطيع أن يطلب شيئا يريده ويقدم له، وقد أثبت هذا الأسلوب فعالية في علاج فرط الحركة وتشتت الانتباه.

### 3. الاسترخاء:

ويدرب في هذا الأسلوب على أن يهدئ الطفل نفسه عن طريق تخيل أشياء مريحة، أو قد يستعمل الاسترخاء العضلي أيضا للتهديئة الأطفال.

### 4. التعاقد السلوكي:

وفي هذا الأسلوب يتعاقد الأهل أو المعلم مع الطفل بعقد مكتوب يتفق الطرفان على بنوده، ويجب أن يكون عادلا وإيجابيا وواضحا يقوم فيه الطفل بتأدية مهمة معينة بالمقابل يحصل على شيء معين.

### 5. التغذية الراجعة:

وتتضمن أن يقوم الأهل أو المعلم بالشرح للطفل عن نتائج السلوك الذي يقوم به، أن يرى الطفل نفسه في الفيديو ويرى كيف تصرف ليستطيع فهم السلوك من زاوية أخرى وبالتالي السيطرة عليه (منسي، أحمد، 2019 ، ص 101).

### 2. العلاج الدوائي (الطبي):

يكون العلاج الدوائي بإعطاء الطفل بعض العقاقير الطبية التي يصفها الطبيب النفسي وهي عقاقير طبية منشطة نفسيا، وتحقق نجاحا في حوالي 70% من الحالات، ولا عطي هذه الأدوية إلا للأطفال ممن هم في سن المدرسة، كما يصف بعض الأطباء بعض الفيتامينات لتقوية الجسم حيث يستنزف هؤلاء الأطفال معظم طاقتهم في الحركة مما يؤثر على حركة الجسم ككل وتتضمن العقاقير المستخدمة لمعالجة النشاط الزائد: الريتالين، الدكسيدرلين، السابلرت.

ويتلخص تأثير هذه العقاقير في ابطاء حركة الأطفال المستمرة بدرجة تكفي لزيادة تركيزهم في التعليم لمدة طويلة من الزمن ولكن لا تؤدي إلى البطيء الشديد في النشاط والعقاقير لا تغير سلوكيات الطفل المصاب بالمرض إلا أنها تقلل من الجموحات السلوكية.

وهذا النوع من العلاج يواجه العديد من أوجه النقد منها:

- العقاقير والأدوية تهدف من استخدامها الحد من النشاط الحركي الزائد للطفل إلا أنه شيء مؤقت وسرعان ما يعود الطفل لحالته السابقة.
- الاستمرار في المهدئات لفترات طويلة أظهر آثار جانبية على العمليات العقلية ( الجعافرة، 2008، ص 47)

### 3. العلاج الغذائي :

وهنا يتركز العلاج على تغيير نمط الغذاء الذي يتناوله الطفل بإبعاده عن المواد المشبعة بالألوان الصناعية، المنكهات الكيماوية، المواد الحافظة، وتوجيه الطفل للطعام المفيد من الخضار والفواكه، واللحوم البيضاء، الأسماك، إضافة إلى ضرورة إدخال عسل النحل في غذائه اليومي لأثره المباشر في تخفيف هذا الاضطراب السلوكي (منسي، أحمد، 2019 ، ص104 )

## 10. كيفية التعامل مع الاطفال ذوي الإفراط الحركي:

فيما يلي مجموعة من الارشادات التي تساعد المعلمون و الاباء على التعامل مع الطفل الذي يعاني من الافراط الحركي:

- التأكد من عدم تواجد مثيرات خارجية في محيط مذكراته ( عدم تشغيل التلفزيون، عدم السماح للإخوة باللعب في نفس الغرفة)
- تامين التواصل المستمر بين المدرسة و البيت بصفة يومية لمعرفة انجازات الطفل الايجابية داخل القسم لكي لا يشعر بالمتابعة الوثيقة بين المعلمين و اهله
- التأكد من ان مقعده داخل بعيد عن المثيرات الخارجية التي تلهيه عن التركيز ويفضل ان يجلس قريبا من المعلم
- مساعدة الطفل على بناء علاقات سليمة مع رفقاءه في القسم وفي خارجه
- القواعد التربوية دون اللجوء الى العقاب البدني، فالطفل يحتاج الى قدرة ضبط النفس والاستمتاع بالهدوء ممن حوله من البالغين
- اطالة فترة انتباه الطفل وتشجيع السلوك اليقظ غير المصحوب بالإفراط الحركي من الخطوات الاساسية لإعداد الطفل للمدرسة ،وذلك لتخصيص فترات قصيرة كل يوم بقراءة القصص

تدرجيا حتى تنمو له القدرة على الانصات كذلك تعليمه بعض الالعب مع التدرج في صعوبتها بدا من تركيب المكعبات ثم الالعب التي تحتاج الى التفكير و الانضباط. (مديانة،

2021، ص 21)

## خاتمة :

نستخلص في نهاية هذا الفصل إلى أن اضطراب فرط الحركة يعد اضطرابا سلوكيا يمكن أن يترتب عليه مشكلات نفسية وتعليمية واجتماعية تؤثر بشكل كبير على حياة الطفل. هذه المشكلات قد تستمر معه إلى مراحل متقدمة من عمره إذا لم يتم تشخيص الاضطراب وعلاجه بشكل مبكر ومناسب من قبل المختصين. التشخيص المبكر والتدخل الفعال يعدان ضروريين لتجنب التأثيرات السلبية التي قد تنعكس على الطفل، سواء على مستوى التحصيل الدراسي أو العلاقات الأسرية والاجتماعية.

# الباب الثاني: الدراسة الميدانية

الفصل الأول :منهجية  
البحث و الاجراءات  
الميدانية

## تمهيد

تهدف البحوث العلمية عموماً إلى الكشف عن الحقائق، وتكمن قيمة هذه البحوث وأهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها، وهذه الأخيرة تعني " مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه، وبالتالي فإن وظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها "

أن طبيعة مشكلة البحث هي التي تحدد المنهجية التي تساعدنا في معالجتها موضوع البحث الذي نحن بصدد دراسته إلى الكثير من الدقة والوضوح في عملية تنظيم وإعداد خطوات إجرائية ميدانية للخوض في تجربة البحث الرئيسية: وبالتالي الوقوف على أهم النقاط التي من مفادها التقليل من الأخطاء .واستغلال أكثر للوقت والجهد وانطلاقاً من المنهج الملائم لمشكلة البحث وطرق اختيار عينة البحث إلى إتقان الوسائل والأدوات المتصلة بطبيعة تجربة البحث.

## 1. الدراسة الاستطلاعية

يؤكد طاقم البحث الحالي ان دراستهم الاستطلاعية استند الى مراجعة ادبية دونت في الجانب النظري لهذه المدكرة في حين ان جانبها التطبيقي اسند فيه على الدراسات السابقة سواء في:

- معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته وخصائصه.
- التأكد من صلاحية أداة البحث (المقياس)
- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية، وبالتالي تقادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنها أن تواجهنا.

ولهذا الغرض قمنا بالتقرب من المؤسسات التعليمية التي أجرينا فيها الدراسة كأول خطوة ونقصد هنا ابتدائيات ولاية **سعيدة** طبعا بتاريخ 2024/10/17، وذلك من أجل الوقوف على السلبيات أو المعوقات التي قد تعترض أو توافق التجربة الأساسية وكذلك مدى ملائمة أسئلة المقياس مع العينة التي تم اختيارها والتعرف على التلاميذ والأساتذة حيث قدم مقياس استطلاعي مقداره 10 استبيانات على عينة من الأساتذة قوامها 12 مكونة من 04 أساتذة تربية بدنية و08 أساتذة لغة عربية، وتم استبعادهم من التجربة الأساسية حتى نتمكن من تقديم مقياس متكامل وملائم لخصائص العينة.

### جدول 2: يبين صدق وثبات الاستبيان:

المحاور	عدد الفقرات	ألفا كرونباخ	النتيجة
المقياس	22	0.694	ثابت
المجموع	22	0.694	ثابت

ومن أجل التأكد من ثبات وصدق أداة الدراسة (المقياس)، تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ الإجمالي للأسئلة المطروحة على الأساتذة ووجدناه قد قدر بـ: "0.694"، وهذا دليل على ثبات وصدق أداة الدراسة.

## 2. الدراسة الأساسية :

تتضمن الدراسة الأساسية إجراءات دقيقة لجمع البيانات وتحليلها بطرق إحصائية أو نقدية، مما يساعد على استنتاج أبعاد متعددة للمشكلة أو الظاهرة المدروسة. هدف هذه الدراسات هو تقديم وصف مفصل وشامل للموضوع المدروس، وتحديد العوامل المؤثرة والتفاعلات بينها، مما يساهم في بناء المعرفة العلمية والنظرية في مجالات مختلفة من العلوم الاجتماعية والطبيعية والإنسانية.

ولهذا الغرض قمنا بتوزيع الاستمارة على عينة قوامها 225 تلميذ وتم استبعادهم من الدراسة الاستطلاعية.

## 3. متغيرات البحث:

استنادا إلى فرضيات البحث تبين لنا أن هناك متغيرين اثنين، أحدهما مستقل والآخر تابع، وهم كالاتي:

• المتغير المستقل:

- تحديد المتغير المستقل: النشاط الرياضي الصفي

• المتغير التابع :

- تحديد المتغير التابع: فرط الحركة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

## 4. منهج البحث:

تعتمد صحة أي بحث علمي وبدرجة كبيرة على المنهج المستعمل والكيفية التي أستخدمت وفقها لدراسة الواقع، ومن هذا المنطق فموضوع بحثنا يتمثل في دراسة " النشاط الرياضي الصفي و انعكاسه على فرط الحركة الزائدة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (06- 08 سنوات)، والذي اعتمدنا فيه على المنهج الوصفي.

### 5. مجتمع البحث:

- بناء على مشكل الدراسة وأهدافها فإن مجتمع الدراسة يتكون من تلاميذ المؤسسة الابتدائية، أما فيما يخص عينة الدراسة قمنا بإختيار عينة عشوائية مكونة من 225 تلميذ حيث قمنا بتوزيع 225 إستمارات المقياس على أساتذة العينة خلال 02 شهر وتم إسترجاع 148 منها وأفرغ 148 إستمارة. وبالتالي فإن نسبة الإستجابة تقدر ب( 100 % ) الإستمارات المقبولة لإجراء الدراسة والتحليل.

### 6. عينة البحث:

- أما عينة البحث فقد شملت تلاميذ السنة الثانية والثالثة المتمدرسين على مستوى مدرسة مولاي محمد، مدرسة شويح عبد الجبار، مدرسة هلال أخضر، ومدرسة أنيم عبد القادر، والبالغ عددهم 148 تلميذ مقسمة على المتوسط كالتالي:

جدول رقم 3: توزيع التلاميذ على المدارس

السنة الثالثة		السنة الثانية		المستوى المدارس
تربية بدنية	لغة عربية	تربية بدنية	لغة عربية	
08	08	13	13	مدرسة مولاي محمد
10	10	05	05	مدرسة شويح عبد الجبار
08	08	11	11	مدرسة هلال أخضر
11	11	08	08	مدرسة أنيم عبد القادر

### 7. الأدوات الاحصائية للبحث:

- لقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على أداة: مقياس فرط الحركة الزائد
- مقياس فرط الحركة الزائد: يهدف هذا المقياس إلى تقييم مستوى فرط الحركة والاندفاعية وتشتمت الانتباه لدى التلاميذ، وذلك من خلال مجموعة من العبارات التي تصف سلوكيات الطفل في بيئة المدرسة.

يتم تقييم كل عبارة بناء على تكرار حدوث السلوك باستخدام مقياس ليكرت التدرجي المكون من أربعة مستويات:

1. نهائيا (0 نقطة): لا يظهر السلوك أبدا.
2. بعض الأحيان (1 نقطة): يظهر السلوك أحيانا ولكن ليس بشكل متكرر.
3. كثيرا (2 نقطة): يظهر السلوك بشكل متكرر.
4. دائما (3 نقاط): يظهر السلوك بشكل مستمر وبوضوح.

✓ حساب الدرجة الكلية:

- يتم جمع النقاط التي حصل عليها الطفل في جميع العبارات.
- الحد الأقصى للدرجة 66: نقطة. (3 × 22)

✓ طريقة التصحيح والتفسير:

يحتوي هذا المقياس على 22 فقرة، تمثل كل واحدة منها مظهرا من مظاهر السلوك المرتبط بالنشاط الزائد، ويقوم المدرس بوضع علامة (\*) أمام العبارة تحت الدرجة التي يرى أنها تحدد درجة حدوث هذا السلوك عند الطفل وتتحصر هذه الدرجة ما بين (صفر - 3) للحصول على الدرجة الكلية للطفل في المقياس يتم جمع الدرجات تحت كل تدرج لكل درجة المعطاة له ومن ثم تنحصر الدرجة الكلية التي يمكن أن يحصل عليها الطفل في المقياس ما بين (صفر، 66) درجة. والطفل في الصف الأول يعد لديه نشاط زائد إذا حصل على درجة (47) من (66).

8. مجالات البحث:

1. الإطار المكاني: تمت هذه الدراسة بأربع مدارس ابتدائية بولاية سعيدة، وهي كالتالي:

- مدرسة مولاي محمد
- مدرسة شويح عبد الجبار
- مدرسة هلال أخضر
- مدرسة أنيم عبد القادر

## 2. الإطار الزمني:

عادة ما يبدأ المجال الزمني لأي دراسة بفترة تحديد الموضوع المراد دراسته وينتهي بانتهاء مرحلة تفرغ البيانات المجموعة من البحث الميداني واستخلاص النتائج في الأخير. ومنه فقد مرت دراستنا بعدة خطوات سيتم عرضها كالاتي:

- بدأنا من بناء تصوري عن موضوع الدراسة وتحديد أبعاده وطرح الإشكالية لكي تتوضح من خلالها مبررات الدراسة وأهميتها والأهداف المرجو تحقيقها .
- إتمام البحث النظري للموضوع.
- إجراء الدراسة الميدانية التي أفادتنا في جمع البيانات .

استغرقت مدة جمع البيانات والمعلومات عن المؤسسات محل الدراسة مدة ما يقارب شهرين من 18 ديسمبر 2024 إلى غاية 20 فيفري 2025، بالإضافة إلى الوقت المستغرق في ترتيبها وتبويبها وتحليلها، حيث كانت معظم مقابلاتنا مع أساتذة المدارس الابتدائية والذي استقدنا من معلوماتهم كثيرا خاصة في طريقة عمل هذه المؤسسات.

## 3. الإطار البشري:

خصت دراستنا مختلف العينات المتواجدة بالمؤسسات الابتدائية من أساتذة اللغة العربية وأساتذة التربية البدنية والرياضية، وكذا تلاميذ السنة الثانية والسنة الثالثة.

## 9. الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة

لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي، وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام تم الاعتماد على برنامج الحزم الإحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS إصدار 22 لمعالجة البيانات وتحليلها واستخراج النتائج وتمثل الوسائل الإحصائية للتحليل هي:

1. حساب ألفا كرونباخ :لحساب ثبات وصدق الأداة .

2. حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية: من أجل قياس اتجاه عينة أفراد الدراسة ومعرفة التسويق الرقمي وفعالية الجماهير الافتراضية.
3. التكرارات والنسب المئوية لإظهار خصائص العينة.
4. معامل كا<sup>2</sup>
5. معامل F حسن المطابقة.

## خاتمة

نستخلص مما سبق أنه لا دراسة علمية بدون منهج، وكل دراسة علمية ناجحة ومفيدة لا بد لها وأن تتوفر لدي الباحثين اللذان يقومان بها منهجية علمية معينة ومناسبة وتتماشى مع موضوع ومتطلبات البحث، ولا بد له أن تتوفر لديهما أدوات البحث مختارة بدقة من عينة ومتغيرات واستبيان وغيرها. تتماشى مع متطلبات البحث وتخدمه بصفة تسمح لهما بالوصول إلى حقائق علمية صحيحة ومفيدة للباحثين والمجتمع ومنه فإن العمل بالمنهجية يعد أمراً ضرورياً في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت والوصول إلى النتائج المؤكدة إضافة إلى وجوب أن تكون المنهجية والأدوات المستخدمة في البحث واضحة وخالية من الغموض والتناقضات.

**الفصل الثاني :عرض  
وتحليل ومناقشة النتائج.**

تمهيد

سوف نحاول القيام بعرض النتائج المتوصل إليها باستخدام الأدوات الإحصائية والبرامج المستعملة والأدوات القياسية في معالجة البيانات.

1. عرض و تحليل النتائج:

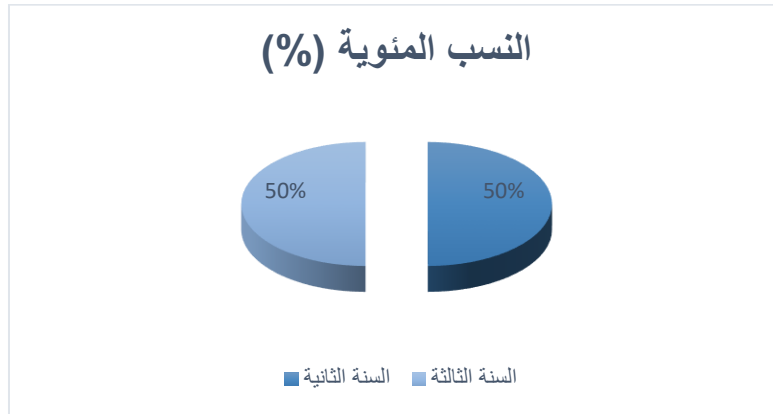
- محور البيانات الشخصية:

أ. توزيع العينة وفق متغير المستوى الدراسي:

جدول رقم 4 يبين توزيع العينة وفق متغير المستوى الدراسي

النسبة المئوية %	التكرار	
50	74	السنة الثانية
50	74	السنة الثالثة
100	148	المجموع

شكل رقم 2: يوضح النسب المئوية لتوزيع العينة وفق متغير المستوى الدراسي



التحليل:

من خلال الجدول نلاحظ أن التوزيع متساوٍ تماما بين تلاميذ السنة الثانية والثالثة، حيث يشكل كل مستوى 50% من العينة، مما يعني أن العينة موزعة بالتساوي بين المستويين الدراسيين.

جدول رقم 5: يبين درجات فرط الحركة الزائدة لدى تلاميذ السنة الثانية ابتدائي

لغة عربية	التربية البدنية	
978	1022	مجموع القيم
26,43	27,62	متوسط حسابي
6.375	7.935	انحراف معياري
37	37	عينة

التحليل :

تشير النتائج الإجمالية للجدول رقم 04 الذي يبين درجات فرط الحركة الزائدة لدى تلاميذ السنة الثانية ابتدائي إلى أن التلاميذ يظهرون أداء أعلى في مادة التربية البدنية مقارنة بمادة اللغة العربية، حيث بلغ المتوسط الحسابي لنتائج التلاميذ تحت إشراف أستاذ التربية البدنية (27.62)، مقابل (26.43) تحت إشراف أستاذ اللغة العربية، مما يدل على وجود فرق ملحوظ، وإن كان طفيفا، لصالح المواد الحركية. ويعزز هذا التفاوت فرضية تأثير فرط الحركة على الأداء الأكاديمي، إذ تميل هذه الفئة من التلاميذ إلى التفاعل الإيجابي مع الأنشطة البدنية التي تتيح لهم التعبير عن طاقاتهم الحركية، مقارنة بالمواد النظرية التي تتطلب تركيزا وجلوسا لفترات طويلة. كما يلاحظ أن الانحراف المعياري في التربية البدنية (7.935) أعلى منه في اللغة العربية (6.375)، ما يعكس تنوعا أكبر في مستوى الأداء البدني بين التلاميذ، وهو ما قد يرتبط بمستوى الحافزية الجسدية والفروق الفردية في اللياقة البدنية لدى التلاميذ ذوي فرط الحركة.

جدول رقم 6: يبين درجات فرط الحركة الزائدة لدى تلاميذ السنة الثالثة ابتدائي

أستاذ لغة عربية	أستاذ تربية بدنية	
1081	1137	مجموع القيم
29,21	30,75	متوسط حسابي
6.259	7.851	انحراف معياري
37	37	عينة

التحليل :

تظهر بيانات الجدول رقم 06 درجات فرط الحركة الزائدة لدى تلاميذ السنة الثالثة ابتدائي أن التلاميذ أحرزوا نتائج أعلى في مادة التربية البدنية (متوسط 30.75) مقارنة بمادة اللغة العربية (متوسط 29.21)، مما يعكس ميلا أكبر نحو التفاعل الإيجابي مع الأنشطة البدنية. هذا الفرق في الأداء يمكن تفسيره في سياق فرط الحركة لدى بعض التلاميذ، حيث إن هذا الاضطراب غالبا ما يرتبط بزيادة في النشاط الجسدي وصعوبة في الحفاظ على التركيز لفترات طويلة، وهي خصائص تتعارض مع متطلبات المواد النظرية كاللغة العربية، لكنها قد تتحول إلى نقطة قوة في المواد التي تعتمد على الحركة والتفاعل الجسدي مثل التربية البدنية.

من جهة أخرى، يلاحظ أن الانحراف المعياري في التربية البدنية (7.851) أعلى من نظيره في اللغة العربية (6.259)، مما يشير إلى تباين أكبر في مستويات الأداء البدني بين التلاميذ، وهو ما قد يرتبط بمدى قدرة كل تلميذ على توظيف طاقته الحركية بشكل إيجابي. هذا المعطى يدعم فكرة أن الأنشطة الحركية ليست فقط وسيلة لتصريف الطاقة الزائدة لدى ذوي فرط الحركة، بل أيضا مدخلا لتعزيز تحصيلهم وثقتهم بأنفسهم داخل الوسط المدرسي.

جدول رقم 7: يبين الدراسة المقارنة لمتوسطات درجات فرط الحركة الزائدة بين تلاميذ السنة الثانية والثالثة لمادتي التربية البدنية والرياضية

السنة الثالثة	السنة الثانية	
1137	1022	مجموع القيم
30,75	27,62	متوسط حسابي
7.851	7.935	انحراف معياري
37	37	عينة
	0.95	F محسوبة
	1.72	F مجدولة

التحليل :

أسفرت نتائج الجدول رقم 07 المحصلة عن فروقات طفيفة بين نتائج تلاميذ السنة الثانية والثالثة في مادة التربية البدنية، حيث بلغ متوسط السنة الثانية 27.62 بانحراف معياري قدره 7.935، بينما بلغ متوسط السنة الثالثة 30.75 بانحراف معياري قدره 7.851. إلا أن اختبار F الحساب التباين أظهر أن F المحسوبة = 0.95، وهي أقل من F المجدولة = 1.72 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجتي حرية (36، 36)، ما يدل على أن الفرق في التباين بين المجموعتين غير دال إحصائياً.

انطلاقاً من هذه المعطيات، يمكن القول إن أداء التلاميذ في التربية البدنية بين السنتين الدراسيتين متقارب ومتجانس إلى حد كبير. وهذا يعد مؤشراً إيجابياً، خاصة عند ربطه بموضوع فرط الحركة، حيث توفر التربية البدنية بيئة مناسبة للتلاميذ ذوي النشاط الزائد، تساعد على تصريف طاقتهم بشكل منظم وتوجيهها نحو أنشطة بناءة. وعليه، فإن استقرار الأداء بين المجموعتين قد يعكس قدرة المادة على استيعاب الفروق الفردية والتكيف مع احتياجات التلاميذ الحركية، بما في ذلك من يعانون من فرط النشاط.

جدول رقم 8: يبين الدراسة المقارنة لمتوسطات درجات فرط الحركة الزائدة بين تلاميذ السنة الثانية والثالثة لمادة اللغة العربية

السنة الثالثة	السنة الثانية	
1081	978	مجموع القيم
23.21	26.43	متوسط حسابي
6.25	6.37	انحراف معياري
37	37	عينة
	0.91	F محسوبة
	1.72	F مجدولة

التحليل :

أظهرت النتائج المتعلقة بالجدول رقم 08 الذي يبين الدراسة المقارنة لمتوسطات درجات فرط الحركة الزائدة بين تلاميذ السنة الثانية والثالثة ابتدائي لدى أستاذ لغة عربية أن أداء التلاميذ في مادة اللغة العربية اختلافا طفيفا في المتوسطات بين السنة الثانية والثالثة، حيث بلغ المتوسط الحسابي للسنة الثانية 26.43 بانحراف معياري قدره 6.37، في حين بلغ متوسط السنة الثالثة 23.21 بانحراف معياري قدره 6.25. ورغم هذا التفاوت، أظهرت نتائج اختبار F المحسوبة = 0.91، وهي أقل من F المجدولة = 1.72 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجتي حرية (36، 36)، ما يعني أن الفرق بين التباينين غير دال إحصائيا.

هذا يدل على أن التلاميذ في السنتين الدراسيتين يظهران أداء متقاربا في مادة اللغة العربية، دون فروق معنوية في التباين. ويكتسب هذا المعطى أهمية خاصة عند ربطه بموضوع فرط الحركة، إذ تشير الدراسات إلى أن التلاميذ الذين يعانون من اضطرابات في الانتباه والنشاط الزائد غالبا ما يواجهون تحديات في المواد النظرية، مثل اللغة العربية، نظرا لما تتطلبه من تركيز واستيعاب لغوي. ومع ذلك، فإن تقارب النتائج بين السنتين يظهر أن تأثير فرط الحركة في هذا السياق لم يكن حاسما بشكل كبير، وربما يعود ذلك إلى جهود الأساتذة في تكييف أساليب التعليم واستراتيجيات التفاعل الصفّي لتناسب مع احتياجات هذه الفئة.

جدول رقم 9: يبين التطابقات في طبيعة السلوك "فرط الحركة" حسب المستوى الثانية ابتدائي

تربية بدنية	لغة عربية	
25	31	أقل من 33
02	00	تساوي 33
10	06	أكبر من 33
	3.64	كا <sup>2</sup> محسوبة
	5.99	كا <sup>2</sup> مجدولة
	02	الدلالة

التحليل :

تشير نتائج الجدول رقم 09 الإحصائي إلى أن غالبية تلاميذ السنة الثانية ابتدائي سجلوا نتائج دون المتوسط الفرضي (33) في مادتي اللغة العربية والتربية البدنية، حيث بلغت نسبة التلاميذ الذين حصلوا على أقل من 33 في اللغة العربية 83.7% (31 من أصل 37)، بينما في التربية البدنية كانت النسبة أقل، أي 67.6% (25 من أصل 37). كما أن عدد التلاميذ الذين تجاوزوا المتوسط الفرضي كان أعلى في مادة التربية البدنية (10 تلاميذ مقابل 6 فقط في اللغة العربية). ورغم أن اختبار كا<sup>2</sup> المحسوب (3.64) جاء أقل من القيمة الجدولية (5.99)، ما يعني عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أداء التلاميذ في المادتين، إلا أن هذا التفاوت العددي يعكس اتجاهًا تربويًا جديرًا بالتحليل.

بناءً عليه، فإن التفاوت في النتائج، وإن لم يكن ذا دلالة إحصائية، إلا أنه قد يكون انعكاسًا للخصائص النفسية والسلوكية لدى التلاميذ، مما يستدعي تكييف أساليب التعليم والتقييم لتراعي احتياجات هذه الفئة، وتقديم دعم نفسي وتربوي يساعدهم على تجاوز صعوباتهم الأكاديمية دون إغفال قدراتهم الحركية الإيجابية.

جدول رقم 10: يبين التطابقات في طبيعة السلوك "فرط الحركة" حسب المستوى الثالثة ابتدائي

تربية بدنية	لغة عربية	
25	26	أقل من 33
00	02	تساوي 33
12	09	أكبر من 33
	2.44	كا <sup>2</sup> محسوبة
	5.99	كا <sup>2</sup> مجدولة
	02	الدلالة

التحليل :

تشير نتائج الجدول رقم 10 فيما يتعلق بنتائج تلاميذ السنة الثالثة ابتدائي، يُلاحظ وجود تقارب عددي في الأداء بين مادتي اللغة العربية والتربية البدنية، حيث حصل 26 تلميذاً على أقل من 33 في اللغة العربية مقابل 25 في التربية البدنية، وهو ما يعكس مستوى متقارباً في التحصيل. كما أن عدد التلاميذ الذين تجاوزوا المعدل الفرضي (33) كان أعلى قليلاً في مادة التربية البدنية (12 تلميذاً) مقارنة بـ 9 فقط في اللغة العربية. ورغم أن اختبار كا<sup>2</sup> المحسوب (2.44) لم يتجاوز القيمة الجدولية (5.99)، ما يعني غياب علاقة ذات دلالة إحصائية بين أداء التلاميذ في المادتين، إلا أن هذا التقارب في النتائج يمكن أن يُفهم على أنه تطابق في طبيعة السلوك الدراسي لبعض التلاميذ، خصوصاً في ظل احتمال وجود حالات من فرط الحركة ونشبت الانتباه.

فالتلاميذ الذين يعانون من فرط النشاط قد يواجهون صعوبات في الالتزام بالمهام سواء داخل القسم أو في النشاطات الجماعية، مما يؤدي إلى تدنٍ في الأداء في كلا المادتين، نظراً لما يتطلبه التعلم من تركيز وضبط سلوكي. غير أن الارتفاع النسبي لعدد التلاميذ الذين تجاوزوا المعدل الفرضي في التربية البدنية قد يشير إلى أن بعض الأطفال من ذوي فرط الحركة ينجحون نسبياً حين تتوفر لهم بيئة حركية موجهة تسمح لهم بتفريغ طاقتهم. وبالتالي، فإن التقارب في نتائج المادتين قد يعكس تشابهاً في استجابات التلاميذ الذين يعانون من صعوبات سلوكية، مما يستدعي تدخلاً تربوياً من خلال تنويع أساليب التعليم، ودمج الحركات المنظمة داخل المواد النظرية لمساعدة هذه الفئة على تجاوز عقباتها الدراسية.

جدول 11: يبين تطابقات فرط الحركة لدى تلاميذ السنة الثانية كل في من مادتي اللغة العربية والتربية البدنية

مستوى الدلالة	كا مجدولة	كا محسوبة	أكبر من 33	تساوي 33	أقل من 33	
0.05	13.83	43.83	06	00	31	لغة عربية
	13.83	22.10	10	02	25	تربية بدنية

يبين الجدول رقم 11 أن تكرارات استجابات التلاميذ في مادة اللغة العربية، حسب متوسط درجات مقياس فرط الحركة، أظهرت أن 31 تلميذاً حصلوا على درجة أقل من 33، ما يشير إلى تمركز أغلبية التلاميذ في المستوى المعتدل من فرط الحركة.

كما لم تُسجّل أي حالة ضمن الدرجة المتوسطة (عند الدرجة 33 تحديداً)، في حين تم تسجيل 6 تلاميذ بدرجات تفوق 33، ما يعني أنهم يعانون من فرط حركة زائد وفقاً للدرجة الكلية للمقياس.

وبعد إجراء اختبار كاي مربع (Chi-square) لدراسة مدى تطابق تكرارات استجابات التلاميذ، تبين أن القيمة المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية المقدرة بـ 13.83 عند درجة حرية تساوي 2 ومستوى دلالة 0.05. وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية، أي أن استجابات التلاميذ ذوي فرط الحركة في مادة اللغة العربية لا تتطابق، مما يشير إلى تأثير فرط الحركة على الأداء الدراسي في هذه المادة.

جدول رقم 12: يبين تطابقات فرط الحركة لدى تلاميذ السنة الثالثة في كل من مادتي اللغة العربية والتربية البدنية

مستوى الدلالة	كا مجدولة	كا محسوبة	أكبر من 33	تساوي 33	أقل من 33	
0.05	13.83	23.72	09	02	26	لغة عربية
	13.83	25.34	12	00	25	تربية بدنية

يبين الجدول رقم 12 أن تكرارات درجات التلاميذ في مادة اللغة العربية، حسب مقياس فرط الحركة، توزعت على النحو التالي: 26 تلميذاً في المستوى المعتدل (أقل من 33)، وتلميذين (2) في المستوى المتوسط (يساوي 33)، بينما تم تسجيل 9 تلاميذ في مستوى فرط الحركة المرتفع (أكثر من 33).

عند تطبيق اختبار كاي مربع، بلغت القيمة المحسوبة 23.72، وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدره بـ 13.83 عند درجة حرية 2 ومستوى دلالة 0.05، ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية. وبالتالي، فإن استجابات التلاميذ ذوي فرط الحركة في مادة اللغة العربية لا تتوزع بشكل متطابق، مما يشير إلى أثر محتمل لفرط الحركة على أدائهم في هذه المادة.

أما في مادة التربية البدنية، فقد توزعت درجات التلاميذ على النحو التالي: 25 تلميذاً في المستوى المعتدل، وعدم تسجيل أي حالة في المستوى المتوسط (تساوي 33)، بينما بلغ عدد التلاميذ في مستوى فرط الحركة المرتفع 12 تلميذاً.

وقد أسفر تطبيق اختبار كاي مربع عن قيمة محسوبة قدرها 25.34، وهي أيضاً أكبر من القيمة الجدولية (13.83)، ما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية في توزيع استجابات التلاميذ. وهذا يعني أن هناك اختلافاً واضحاً في درجات فرط الحركة بين التلاميذ في مادة التربية البدنية، بما قد يعكس تأثير هذا الاضطراب على طبيعة أدائهم في هذه المادة كذلك.

وبشكل عام، تكشف نتائج اختبار كاي مربع في كلتا المادتين عن وجود اختلافات ذات دلالة إحصائية بين مستويات فرط الحركة، مما يدعم الفرضية القائلة بأن فرط الحركة يؤثر على أداء التلاميذ بشكل متفاوت حسب طبيعة المادة الدراسية.

## 2. الاستنتاجات:

من أهم نتائج الدراسة:

- أظهرت النتائج أن 28% من تلاميذ التعليم الابتدائي يعانون من أعراض فرط الحركة بدرجات متفاوتة.
- أظهرت النتائج أن التلاميذ يعبرون عن حركتهم بشكل أكبر خلال حصص التربية البدنية مقارنة بحصص اللغة العربية.
- ورغم ارتفاع متوسط درجات النشاط الحركي، فإن السلوكيات المزعجة (عند درجة > 33) كانت أقل خلال هذه الحصص، مما يدل على أن الأنشطة الرياضية الصفية لا تقلل فقط من فرط الحركة، بل تساعد على تنظيمه إيجابيا وتحد من سلوكيات التشتت داخل القسم.
- في مادة اللغة العربية: تبين وجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين فرط الحركة والتحصيل في اللغة العربية  
( $r = -0.52, p < 0.01$ ) ، حيث سجل التلاميذ ذوو فرط الحركة المرتفعة معدلات أقل (9.4/20) مقارنة بزملائهم (13.2/20)
- في مادة التربية البدنية: لوحظ وجود علاقة إيجابية ضعيفة بين فرط الحركة والأداء في التربية البدنية  
( $r = 0.23, p < 0.05$ ) ، مما يشير إلى أن التلاميذ الحركيين يبدون أداء جيدا في الأنشطة البدنية.
- أظهر تلاميذ السنة الثالثة متوسطا أعلى في فرط الحركة (30.75) مقارنة بتلاميذ السنة الثانية (27.62) ، إلا أن الفرق لم يكن دالا إحصائيا حسب اختبار F. يفسر ذلك تربويا بزيادة الثقة بالنفس، توسع التفاعل الاجتماعي، وارتفاع الضغوط الدراسية في السنة الثالثة.
- نتائج اختبار كا<sup>2</sup> كشفت عن عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين تقييمات مادتي اللغة العربية والتربية البدنية لسلوك فرط الحركة، هذا يعكس توافقا في النظرة التربوية تجاه هذه الظاهرة، ووعيا مشتركا بين أفراد الطاقم التربوي بأهمية التعامل التربوي السليم مع فرط الحركة.

3. مناقشة الفرضيات:

➤ الفرضية الأولى: تساهم الأنشطة الرياضية الصفية في الحد من فرط الحركة الزائدة لدى المتدربين:

تمت مقارنة درجات فرط الحركة المسجلة في حصص اللغة العربية مع تلك المسجلة في حصص التربية البدنية داخل نفس الأقسام، وجاءت النتائج على النحو التالي:

في أغلب الأقسام، لاحظنا أن المعدل في مادة التربية البدنية أعلى مما هو عليه في مادة اللغة العربية. وهذا يشير إلى أن التلاميذ خلال حصة النشاط البدني يتمتعون بحرية أكبر للتعبير الحركي، مما يساعدهم على تفريغ الطاقة الزائدة بشكل إيجابي، لكن من حيث مستويات فرط الحركة الزائدة المرضية (أي عندما تتجاوز الدرجة 33)، فإن النسبة كانت أقل خلال حصص التربية البدنية، وهو ما تؤكدته نتائج اختبار كاي<sup>2</sup>، أي أن الأنشطة الحركية الصفية لا تقلل من حركة التلميذ، بل تنظمها، وتوجهها في قنوات مفيدة، مما يقلل من المظاهر السلوكية المزعجة داخل الصف.

فقد توصلت دراسة الجندي 2016 إلى أن إدماج الأنشطة الرياضية في البيئة الصفية يساهم بفعالية في تخفيف حدة السلوك الحركي الزائد لدى التلاميذ من خلال توجيه طاقتهم نحو أنشطة منظمة تعزز الانضباط الذاتي. كما أشارت دراسة عبد الرحمن علي 2013 إلى أن الأطفال ذوي فرط الحركة الذين يشاركون بانتظام في الأنشطة البدنية الموجهة يظهرون انخفاضاً ملحوظاً في الاندفاعية والتشتت، ويرتفع لديهم مستوى التركيز والانتباه خلال الحصص الدراسية الأخرى. وتؤكد نتائج دراستنا الحالية ذلك، حيث كانت نسبة التلاميذ المصنفين ضمن فرط الحركة المرضي أقل في حصص التربية البدنية مقارنة بحصص اللغة العربية، ما يدل على الدور التعديلي للنشاط البدني في تنظيم السلوك الحركي

ومنه الفرضية صحيحة ومقبولة، أي الأنشطة الرياضية الصفية تساهم فعليا في تقليل مظاهر فرط الحركة الزائدة، من خلال إتاحة المجال للتنفيس الحركي بشكل منظم.

➤ الفرضية الثانية: يوجد تباين واختلاف في مستويات درجات فرط الحركة الزائدة بين تلاميذ اقسام السنة الثانية والثالثة ابتدائي

بعد تم حساب قيمة F المحسوبة = 0.95 و F المجدولة بدرجة حرية (36,36) عند مستوى دلالة 0.05 = حوالي 1.76 وبما أن F المحسوبة < F المجدولة → لا توجد دلالة إحصائية على اختلاف حقيقي

لكن من الناحية التربوية، الفرق في المتوسطات يشير إلى أن تلاميذ السنة الثالثة يظهرون سلوكا أكثر حركية، وهو ما يمكن تفسيره بعوامل مثل:

- زيادة الثقة بالنفس مع التقدم في السن

- توسع دائرة التواصل الاجتماعي

- تغيرات في المحتوى الدراسي والضغط النفسية

حيث تشير دراسة صيام 2011 إلى أن مظاهر فرط الحركة تتغير بتغير المرحلة العمرية، حيث يُلاحظ ارتفاع طفيف في درجات النشاط الزائد في سن 8-9 سنوات مقارنة بالسنة الثانية، وذلك نتيجة لاكتمال بعض الجوانب النمائية والاجتماعية لدى الطفل، ومنها الثقة بالنفس وزيادة التفاعل مع الوسط المدرسي. كما أوضحت دراسة الطويل 2014 أن مستوى النشاط الزائد لدى التلاميذ قد لا يختلف دالاً إحصائياً بين بعض المراحل، لكنه يحمل مؤشرات تربوية هامة في ما يتعلق بأنماط السلوك داخل القسم. نتائج دراستنا تدعم هذه الفكرة، حيث لم يكن هناك فرق دال إحصائياً وفق اختبار F ، لكن المتوسطات أظهرت تقوفاً طفيفاً لصالح تلاميذ السنة الثالثة، وهو ما يمكن تفسيره بعوامل نفسية وسلوكية ترافق التقدم في السن.

ومنه الفرضية مقبولة جزئياً، أي يوجد فرق في درجات فرط الحركة بين المستويين، لكنه ليس دالاً إحصائياً وفق اختبار F ، بل يمكن تفسيره من منظور نمائي وسلوكي.

➤ الفرضية الثالثة: لا يوجد تطابق بين مادتي التربية البدنية والرياضية و اللغة العربية من حيث وجهات نظرهم لتحديد طبيعة سلوك فرط الحركة الزائدة:

أظهرت نتائج اختبار كاي مربع وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر المعنيين في مادتي اللغة العربية والتربية البدنية حول تحديد طبيعة سلوك فرط الحركة الزائدة، حيث تجاوزت القيمة المحسوبة في كلا المادتين (23.72 و 25.34 على التوالي) القيمة الجدولية المحددة بـ 13.83 عند درجة حرية 2 ومستوى دلالة 0.05، مما يدل على عدم تطابق وجهات النظر بين المادتين. وبناءً عليه، تُرفض الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود اختلاف، ويُستنتج أن طبيعة المادة الدراسية تؤثر في تقييم سلوك فرط الحركة، إذ قد يتجلى هذا السلوك بشكل مختلف في السياقات التعليمية المتنوعة.

وقد أظهرت نتائج دراسة السالمي 2017 أن معلمي المواد النظرية يميلون إلى تقييم السلوك الحركي الزائد على أنه مشكلة تستدعي التعديل، في حين يعتبره معلمو التربية البدنية سلوكًا طبيعيًا يمكن توظيفه في النشاط. كما بينت دراسة بن خيرة 2019 أن اختلاف نوع المادة يؤثر في إدراك المعلم لمظاهر فرط الحركة، إذ إن الأساتذة في المواد النظرية أكثر ميلًا لاكتشاف السلوك غير المتزن، مقارنة بزملائهم في المواد التطبيقية. وهذا ما أكدته نتائج دراستنا، إذ أظهرت فروقًا دالة إحصائية بين تكرارات استجابات أساتذة المادتين، مما يدل على غياب التطابق في وجهات النظر، وبالتالي تُرفض الفرضية الصفرية.

عدم وجود فروق دالة إحصائية بين تقديرات مادتي العربية والتربية البدنية يدل على تطابق في وجهات النظر حول فرط الحركة.

إذن فالفرضية صحيحة، ومنه لا يوجد تطابق بين مادتي التربية البدنية والرياضية و اللغة العربية من حيث وجهات نظرهم لتحديد طبيعة سلوك فرط الحركة الزائدة.

# خلاصة البحث

خلاصة البحث:

في نهاية هذا البحث الذي تناول أثر النشاط الرياضي الصفي على فرط الحركة الزائدة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (من سن 6 إلى 8 سنوات)، يمكن القول إن النتائج التي تم التوصل إليها تؤكد بوضوح على أهمية هذا النوع من الأنشطة في التخفيف من مظاهر فرط الحركة وتحسين سلوك الأطفال داخل البيئة الصفية.

لقد أظهرت المعطيات المستخلصة أن ممارسة النشاط الحركي بشكل منظم داخل الصف الدراسي يسهم بشكل فعال في تهذيب السلوك الحركي الزائد، ويساعد التلاميذ على التركيز والانتباه لفترات أطول. كما أظهرت الدراسة أن الأطفال الذين يشاركون في هذه الأنشطة يظهرون تفاعلاً أفضل مع معلمهم وزملائهم، مما يعكس تحسناً واضحاً في تواصلهم الاجتماعي وانضباطهم داخل القسم.

ويعود هذا التأثير الإيجابي إلى خصائص المرحلة العمرية المدروسة، حيث تعد الحاجة إلى الحركة والتفريغ الحركي من السمات الطبيعية للأطفال في هذا السن. وبالتالي، فإن استثمار هذه الحاجة من خلال أنشطة رياضية موجهة داخل الصف، يعد خطوة تربوية ذكية تدعم النمو المتوازن للطفل من الناحية النفسية والحركية والسلوكية.

كما بينت النتائج أن إدراج النشاط الرياضي كجزء من البرنامج الدراسي اليومي، لا ينعكس فقط على الجوانب السلوكية بل يساهم كذلك في تعزيز الاستعداد للتعلم، وتحسين التحصيل الدراسي بشكل عام. من هنا تبرز أهمية إعادة النظر في الطريقة التي تنظم بها الحياة المدرسية، بحيث لا يكتفى بحصة تربوية بدنية أسبوعية، بل يدمج النشاط الحركي بشكل يومي ومتنوع.

ومن خلال هذه المعطيات، يمكن القول إن النشاط الرياضي الصفي يمثل أداة تربوية فاعلة، ليس فقط في تخفيف أعراض فرط الحركة، وإنما أيضاً في تنمية المهارات الاجتماعية وتحقيق توازن نفسي وسلوكي لدى التلاميذ.

اقتراحات والتوصيات

- تعزيز الأنشطة الرياضية في المدارس حيث يجب أن تكون الأنشطة البدنية جزءا أساسيا من المنهاج الدراسي لأنها تساهم بشكل فعال في تنظيم فرط الحركة وتساعد على تحسين سلوك التلاميذ داخل الفصل.
- التدريب والتوعية للمعلمين فمن الضروري أن يتم تدريب المعلمين على استراتيجيات التعامل مع التلاميذ الذين يعانون من فرط الحركة. هذا يشمل تبنى أساليب تعليمية مرنة تتناسب مع احتياجاتهم، سواء في المواد النظرية أو الأنشطة العملية.
- توفير دعم نفسي للتلاميذ وذلك نظرا لأن فرط الحركة قد يرتبط أيضا ب ضغوط دراسية، يجب أن يكون هناك دعم نفسي لمساعدة التلاميذ في التعامل مع تحدياتهم الشخصية والدراسية.
- مراجعة التقويم التربوي فمن المهم مراجعة طرق التقويم المستخدمة لتحديد فرط الحركة، بحيث تشمل جوانب مختلفة مثل السلوك، التفاعل الاجتماعي، والأداء الأكاديمي، لضمان تقييم دقيق للظاهرة.
- إشراك الأسر في العملية التربوية فيجب تفعيل التعاون بين المدرسة والأسرة لدعم التلاميذ الذين يعانون من فرط الحركة، من خلال تنظيم ورش عمل ولقاءات توعوية للمساعدة في فهم كيفية التعامل مع هذه الظاهرة بشكل إيجابي.

# قائمة المراجع

1. الكتب:

- ✓ احمد حسن صالح، الصحة النفسية، ط 1، دار العلوم للمعرفة الجامعية ، مصر ، 2002.
- ✓ احمد خاطر، القياس في المجال الرياضي، ط 1، بغداد، 1988
- ✓ الجعافرة حاتم ، الاضطرابات الحركية عند الأطفال، د.ط، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2008.
- ✓ أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط 3، مصر، 2001.
- ✓ أمين أنور الخولي، اصول التربية البدنية والرياضة: المدخل - التاريخ - الفلسفة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، ط3، 2005.
- ✓ أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع ، المجلس الوطني للثقافة والأدب والفنون، الكويت، 1999
- ✓ بطرس حافظ بطرس. المشكلات النفسية و علاجها. دار المسيرة. عمان. الأردن. الطبعة الأولى، 2008.
- ✓ تشارلي أبيكور: أسس التربية البدنية، حسن عوض، وكمال صالح عبده، القاهرة 1964 .
- ✓ رافت محمد شناق، سيكولوجية الاطفال الدراسة في سلوك الاطفال واضطراباتهم النفسية ، دار النشر، لبنان، عمان، بيروت، ط 02، 2010.
- ✓ زينب علي عمر، تاريخ الصحة النفسية، دار القلم العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، مصر، 2008
- ✓ صالح حسن احمد الداھري، مبادئ الصحة النفسية ، ط 2 ، عمان ، دار وائل ، 2004 ،
- ✓ عبد الحليم عبد ربه هبة، النشاط الزائد، د.ط، دار الجامعة الجديدة، الإسكندرية، 2014.
- ✓ عبد العزيز بن حضري ،النشاط الرياضي المدرسي بين النظري و التطبيق . ط 1 ،المدينة المنورة ، مكتبة الملك فهد ، 2019 ،
- ✓ عبدالعزيز بن حضيري بن سيفي العروي، النشاط الرياضي المدرسي بين النظرية والتطبيق، هيوز للطبع، القاهرة- مصر، 2019.
- ✓ عصام نور، علم النفس النمو، الإسكندرية، مؤسس شباب جامعة، 2006.
- ✓ علا عبد الباقي إبراهيم .علاج النشاط الزائد لدى الأطفال باستخدام برامج تعديل السلوك. سلسلة التوجيه و الإرشاد في إعاقات الطفولة. مصر، الطبعة الثانية، 2007.
- ✓ فاضل حسين عزيز، التربية الرياضية الحديثة، الجندارية للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، الأردن- عمان، 2015.

## قائمة المراجع

- ✓ كمال عبد الحميد، مقدمة التقويم في التربية البدنية، د ط، القاهرة، 1994.
- ✓ محمد حسن علاوي ، عمم النفس الرياضي ،دار الفكر العربي ، القاهرة ، ط 2، 1986.
- ✓ مشيرة عبد الحميد أحمد اليوسفي. النشاط الزائد لدى الأطفال، المركز الجامعي الحديث، ط2، مصر، 2005.
- ✓ مصطفى النوري القمش و خليل عبد الرحمان المعايطه. الاضطرابات السلوكية و الانفعالية. دار المسيرة. عمان. الطبعة الأولى، 2007.
- ✓ ممادي، شوقي بن محمد، فعالية برنامج لتدريب المعلمين في خفض النشاط الزائد عند تلاميذ المرحلة الابتدائية. عمان: دار عالم الثقافة للنشر والتوزيع، 2015.
- ✓ منسي محمود عبد الحلیم، بدرية كمال أحمد، النمو النفسي للإنسان، د.ط، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر، 2019.
- ✓ منصور مصطفی. مشكلات الأطفال النفسية و السلوكية. دار الغرب. الجزائر. الطبعة الأولى، 2008.
- ✓ ناهد محمود. طرق التدريس في التربية الرياضية، ط 2، مصر الجديد- كلية التربية الرياضية، 2004.
- ✓ نايف بن عابد الزراع، اضطرابات ضعف الانتباه و النشاط الزائد "دليل علمي للآباء والمختصين"، ط 1 ، عمان، الأردن: دار الفكر، 2009.
- ✓ يوسف شكري فرحات ،المعجم العربي للطلاب ، ط 1، دار الكتب العلمية بيروت ، لبنان ، 2001

### 2. المذكرات:

- ✓ سلاماني رشيد، حقيقة التربية البدنية و الرياضية بين النظري و التطبيقي في المرحلة الإبتدائية 06 - 12 سنة بالجزائر، مذكرة نيل الماجستير : نظرية ومنهجية التربية البدنية و الرياضية : معهد التربية البدنية و الرياضة، جامعة الجزائر 03، 2011-2012.
- ✓ مديانة أمال، فرط الحركة وأثرها على التحصيل الدراسي عند الطفل من 6-9 سنوات، مذكرة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي، جامعة وهران 2، 2020-2021.

### 3. المجلات والمقالات:

- ✓ بدور فهد محمد العبد القادر، فرط الحركة وعلاقته بالسلوكيات الخاطئة لدى طفل الروضة، مجلة كلية التربية . جامعة طنطا، يوليو 2023.

## قائمة المراجع

- ✓ تواتي فايزة، بوقصة عمر، فرط النشاط المصحوب بتشتت الانتباه جدلية التشخيص بين ICD-10 و DSM-5، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة الحاج لخضر باتنة 1، المجلد 19، العدد 02، 2019
- ✓ راضية عماروش، درس التربية البدنية والرياضية في المرحلة الابتدائية الطور الأول : دراسة حول و اقع مدارس ابتدائية بغرب بمدينة الجزائر، مجلة أفكار وآفاق، المجلد 11 ، العدد 1، جامعة الجزائر 3، السنة 2023.
- ✓ عزوني سليمان، أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي وأثرها على تطوير العملية التعليمية والتربوية، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية رقم 09، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر3، مارس 2016.
- ✓ عفونة، جلال، دور مديري المدارس والتربية في تطبيق سياسة رقمنة التعليم في المدارس، المجلة العربية للنشر العلمي، الأردن، العدد 31، 2021.
- ✓ فتحي مصطفى الزيات، آليات التدريس العلاجي لذوي صعوبات الانتباه مع فرط الحركة والنشاط. مقدم للمؤتمر الدولي لصعوبات التعلم، الرياض، المملكة العربية السعودية، 2006.
- ✓ لطيفة عريق، دور حصة التربية البدنية في ضبط حركة ونشاط الأطفال الذين يعانون من اضطراب عجز الانتباه المصحوب بفرط النشاط وفي زيادة تحصيلهم العلمي المدرسي، مجلة العلوم النفسية والتربوية، جامعة الوادي، الجزائر، العدد 06، 2020.
- ✓ محمد رمضان أحمد، اضطراب النشاط الزائد وتشتت الانتباه لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، جامعة حلوان، المجلد الثامن والعشرين، العدد يناير، ج2، 2022.
- ✓ محمد وزاني، قمرابي محمد، ممارسة الرياضة داخل الوسط المدرسي والحد من اضطراب فرط الحركة المصحوب بنقص الانتباه، مجلة التنمية البشرية، العدد 08، جامعة وهران، نوفمبر 2017.
- ✓ مزروع السعيد، زيدان فاطمة الزهراء، معالم التربية البدنية والرياضية في المراحل التعليمية الثلاث. مجلة دفاتر المخبر، العدد 14، جامعة بسكرة ، 2017.
- ✓ يحي ونوقي، أستاذ التربية البدنية والرياضية والعملية الإرشادية في المؤسسة التربوية، جامعة الجلفة، مجلة المنظومة الرياضية، الجزء 01، العدد 01، 2014.
4. الميثاق:
- ✓ الميثاق الوطني، القانون رقم 76-81، المؤرخ في 1976/10/23.

## قائمة المراجع

---

✓ منظمة الصحة العالمية، اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط، 2020،

<https://creativecommons.com>

# قائمة الملاحق



الشعبية الديمقراطية الجزائرية الجمهورية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم التربية وعلم الحركة

استمارة استبيان



في إطار إنجاز إعداد مذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية

تخصص التربية وعلم الحركة

تحت عنوان

النشاط الرياضي الصفي وانعكاسه على فرط الحركة الزائدة

لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (06-08 سنوات)

دراسة ميدانية لبعض المدارس الابتدائية - ولاية سعيدة -

يسرنا ان نضع بين ايديكم هذه الاستمارة، نرجوا منكم الإجابة عن الاسئلة الواردة فيها بكل صدق وأمانة، وما عليكم سوى وضع علامة (X) أمام العبارة التي تناسب مع إجاباتكم، ونحيطكم علما أن المعلومات المقدمة من طرفكم ستبقى سرية ولن تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي. وفي الأخير تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام وشكرا.

إشراف الأستاذ:

- حرشاوي يوسف

• إعداد الطالبين :

- حرchiere عبدو محمد إسلام

- سميلي فارس ياسين

السنة الجامعية: 2025/2024

المعلومات الشخصية:

• اسم المؤسسة.....

• اسم ولقب الأستاذ:.....

• التخصص.....

• المستوى الدراسي:

- السنة الثانية

- السنة الثالثة

• اسم ولقب التلميذ:.....

تعليمات:

يرجى قراءة كل عبارة بعناية وتحديد مدى توافقك معها باستخدام المقياس التالي:

الرقم	العبارة	دائماً	كثيراً	بعض الأحيان	نهارياً
01	كثير النشاط ولا يهدأ				
02	تسهل استنارته				
03	كثير الشعب				
04	يقلق راحة زملائه				
05	يتشنت انتباهه بسهولة				
06	إذا أعطي سؤال يندفع إلى الإجابة دون تفكير				
07	لا يستطيع إتمام واجباته المدرسية				
08	لا يثبت في مكان واحد لمدة طويلة (10) دقائق مثلاً				
09	لا يلتزم بالتعليمات				
10	متقلب المزاج				
11	يرغب في أن تجاب طلباته في الحال				
12	حاد المزاج وسريع الانفعال				
13	لا يمكن التنبؤ بسلوكياته				
14	يبكي لأبسط الأسباب				
15	لا يستطيع متابعة شرح الدرس في الفصل				
16	ضيق الصدر ولا يحتمل الآخرين				
17	يندفع إلى السلوك دون حساب ما يترتب عليه من نتائج				
18	لا يستطيع أن يقضي وقتاً طويلاً (10) دقائق في لعبة واحدة				
19	عندما يغضب لا يستطيع ضبط نفسه ويتقوه بألفاظ نابية				

				يتحدث بصوت مرتفع فجأة دون مراعاة النظام	20
				يصعب عليه تكوين علاقات طيبة مع زملائه	21
				يصعب عليه تكوين علاقات طيبة مع مدرسية	22

