



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم  
معهد التربية البدنية والرياضية



قسم التدريب الرياضي

مذكرة التخرج لنيل شهادة الليسانس

تخصص تدريب رياضي

تحت عنوان :

تأثير الألعاب المصغرة على تنمية الجانب الحسي الحركي للاعبين كرة  
القدم - 9-12 سنة-

دراسة تجريبية أجريت على أندية ولاية النعامة

تحت إشراف :

د. مساليتي لخضر

من إعداد :

✓ قدور سليم

✓ عيادي يوسف

✓ قصوري خليفة

السنة الجامعية : 2015/2014

## الإهداء

قال عز وجل:

﴿واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا﴾

على ذكر آيات المولى العزيز الحكيم

اهدي ثمرة جهدي إلى التي يرتاح إليها البال وتهدأ بها العواطف.

إلى التي اسعد بسعادتها وأهنأ بهنائها.... إلى التي منحني الأمل والتفاؤل.

إلى منبع العطف والحنان، أمي، أمي... ثم أمي.

إلى من كان دوما ورائي ولم ييخل علي بشيء أبي العزيز الذي مهما عملت لن أرد له خيره  
مدى الحياة.

إلى إخوتي وأخواتي و إلى كل من له صلة قرابة بعائلة عيادي

إلى جميع الأصدقاء الذين عشت معهم أحلى وأمر أيام الجامعة: حبيب ،

نعيمي، محمد، عبد الهادي ، هشام، يوسف، عبد الصمد ، فتحي، عبد الحفيظ ، عبد  
الرحمن امين، عبد الله، امين ، عبد الوحيد، الياس، صلاح، ابوبكر، سيد احمد ، زكرياء.

إلى كل طلبة وأساتذة قسم تدريب الرياضي.

إلى كل الأصدقاء والأحبة الذين لم اذكر أسمائهم.

إلى كل من ساهم من قريب أو من بعيد في مد يد العون

إلى كل سكان المدينة الجميلة "المشربة"

# يوسف

## الإهداء

إلى من قال فيهما عز من قائل:

﴿واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا﴾

على ذكر آيات المولى العزيز الحكيم

اهدي ثمرة جهدي إلى التي يرتاح إليها البال وتهدأ بها العواطف.

إلى التي اسعد بسعادتها وأهنأ بهنائها... إلى التي منحني الأمل والتفاؤل.

إلى منبع العطف والحنان، أمي، أمي... ثم أمي.

إلى من كان دوما ورائي ولم يبخل علي بشيء أبي العزيز الذي مهما عملت لن أرد له خيره  
مدى الحياة.

إلى إخوتي وأخواتي و إلى كل من له صلة قرابة بعائلة قدور

إلى جميع الأصدقاء الذين عشت معهم أحلى وأمر أيام الجامعة:

إلى كل طلبة وأساتذة قسم تدريب الرياضي.

إلى كل الأصدقاء والأحبة الذين لم اذكر أسمائهم.

إلى كل من ساهم من قريب أو من بعيد في مد يد العون

إلى كل سكان المدينة الجميلة "اليبوس"

سليم

## الإهداء

إلى من قال فيهما عز من قائل:

﴿واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا﴾

على ذكر آيات المولى العزيز الحكيم

اهدي ثمرة جهدي إلى التي يرتاح إليها البال وتهدأ بها العواطف.

إلى التي اسعد بسعادتها وأهنأ بهنائها.... إلى التي منحنتني الأمل والتفاؤل.

إلى منبع العطف والحنان، أمي، أمي... ثم أمي.

إلى من كان دوما ورائي ولم يبخل علي بشيء أبي العزيز الذي مهما عملت لن أرد له خير

مدى الحياة.

إلى إخوتي وأخواتي و إلى كل من له صلة قرابة بعائلة قصوري

إلى جميع الأصدقاء الذين عشت معهم أحلى وأمر أيام الجامعة:

إلى كل طلبة وأساتذة قسم تدريب الرياضي.

إلى كل الأصدقاء والأحبة الذين لم اذكر أسمائهم.

إلى كل من ساهم من قريب أو من بعيد في مد يد العون

إلى كل سكان المدينة الجميلة "اليبوس"

خليفة  
خليفة

## شكر و تقدير

بعد شكرنا لله على فضله و مّنه  
علينا أن هدانا وأمرنا تعالى  
بالعزم

والقوة والإرادة والصبر لإنجاز هذا  
العمل المتواضع والصلاة والسلام  
على من بعث رحمة للعالمين وهداية  
للضالين،

نتوجه بخالص الشكر إلى من كان  
سنداً لنا في مشوارنا الدراسي  
إلى الأستاذ \* مصاليتي \* الذي  
تابع عملنا هذا، ولم يبخل علينا  
بنصائحه، القيمة والمفيدة، ولم  
يبخل علينا بوقته الثمين،  
إلى كل من أمدّ لنا يد المساعدة  
من قريب أو من بعيد.

ألف تحية وشكر

سليم، يوسف، خليفة



## قائمة المحتويات

| العنوان         | الصفحة |
|-----------------|--------|
| اهداء.....      | أ..... |
| شكر وتقدير..... | د..... |
| قائمة           |        |
| الجداول.....    | ه..... |
| الأشكال.....    | و..... |

### الباب الأول: الدراسة النظرية.

#### التعريف بالبحث

|                                   |        |
|-----------------------------------|--------|
| 1- مقدمة.....                     | 2..... |
| 2- مشكلة البحث.....               | 3..... |
| 3- الفرضيات.....                  | 4..... |
| 4- أهمية وماهية البحث.....        | 5..... |
| 5-أهداف الدراسة.....              | 6..... |
| 6-تحديد المفاهيم و المصطلحات..... | 7..... |
| 7- الدراسات السابقة.....          | 8..... |

### الفصل الأول: الألعاب الصغيرة.

|                                       |         |
|---------------------------------------|---------|
| 1. اللعب.....                         | 11..... |
| 1.1. تعريف اللعب.....                 | 11..... |
| 2.1 وظائف اللعب.....                  | 12..... |
| 3.1. العوامل المؤثرة في اللعب.....    | 12..... |
| 2 الألعاب الصغيرة.....                | 13..... |
| 1.2. تعريف الألعاب الصغيرة.....       | 13..... |
| 3.2 أهداف الألعاب الصغيرة.....        | 13..... |
| 4.2 خصائص الألعاب الصغيرة.....        | 14..... |
| 5.2 مبادئ اختيار الألعاب الصغيرة..... | 14..... |
| 6.2 تنظيم تعليم الألعاب الصغيرة.....  | 15..... |

## الفصل الثاني: الحسي الحركي

- 1- الإحساس الحركي: الحاسة الحركية.....18
- 2- الحسي الحركي (النفس الحركي).....18
- 3- الجهاز العصبي.....19
- 3-2- تكوين الجهاز العصبي.....19
- 3-2-1- الجهاز العصبي المركزي.....19
- 3-2-2- الجهاز العصبي الطرفي.....20
- 3-2-3- وظيفة الجهاز العصبي المركزي.....21
- 3-2-4- الجهاز العصبي الذاتي المستقل.....22
- 4- أجهزة الإحساس بالجسم.....22
- 4-1- مراكز المستقبلات الخارجية:.....22
- 4-2- مراكز المستقبلات الداخلية.....22
- 5- القدرات الحسية.....23
- 6- العمليات الأساسية أثناء أداء الأنشطة الحسية الحركية.....25
- 6-1- حدوث المثير.....25
- 6-2- الاستقبال الحسي.....25
- 6-3- الإدراك الحسي.....25
- 6-4- حدوث العمليات الداخلية المركزية.....26
- 6-5- حدوث الحركات العضلية.....26

## الفصل الثالث: خصائص ومميزات الفئة العمرية.

|  |    |
|--|----|
| 1- خصائص وسمات النمو في مرحلة الطفولة                        |    |
| المتأخرة.....  | 29 |
| 1-1- النمو الجسمي.....                                       | 29 |
| 1-2- الفروق الفردية .....                                    | 29 |
| 1-2- النمو العقلي  |    |
| المعرفي.....   | 29 |
| 1-3- النمو الحسي .....                                       | 31 |
| 1-4- النمو الحركي.....                                       | 31 |
| 1-4-1- العوامل المؤثرة فيه .....                             | 31 |
| 1-5- النمو الاجتماعي.....                                    | 31 |
| 1-6- النمو الانفعالي .....                                   | 31 |
| 2- الفروق الفردية بين الأطفال في السن ( من 9 - 12 سنة )..... | 32 |
| 1-2- الفروق الجسمية.....                                     | 33 |
| 2-2- الفروق الميزاجية.....                                   | 33 |
| 3-2- الفروق العقلية .....                                    | 34 |
| 4-2- الفروق الاجتماعية.....                                  | 34 |
| 3- مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين (9 - 12 سنة).....   | 34 |
| 4- حاجات الأطفال النفسية.....                                | 35 |

## الباب الثاني: الدراسة الميدانية.

### الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية.

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 1- المنهج المستخدم..... | 39 |
| 2- مجتمع البحث .....    | 39 |
| 1-2- عينة البحث.....    | 40 |

3- الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث.....40

4- مجالات

البحث.....40

1-4 المجال

البشري.....40

2-4 المجال المكاني

.....40

3-4 المجال الزمني .....41

5- أدوات البحث .....41

6- الشروط العلمية للأداة.....44

7- الوسائل الإحصائية.....44

8- صعوبات البحث.....45

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

1- عرض وتحليل نتائج المجموعة الضابطة والتجريبية.....47

2- الاستنتاجات.....53

3- مناقشة الفرضيات .....54

4- الخلاصة العامة.....55

الاقتراحات و التوصيات

مصادر ومراجع

ملاحق

## ملخص الدراسة

قائمة الجداول

| الصفحة | العنوان   | الجدول |
|--------|---|--------|
| 47     | نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الاحساس بالكرة      | 01     |
| 48     | يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الجري بالكرة   | 02     |
| 49     | يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار السرعة الحركية | 03     |
| 50     | يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الاحساس بالكرة | 04     |
| 51     | يبين نتائج البعدي لاختبار الجري بالكرة                    | 05     |
| 52     | يبين نتائج البعدي لاختبار السرعة الحركية                  | 06     |



قائمة الأشكال

| الصفحة | العنوان   | الشكل |
|--------|---|-------|
| 41     | يوضح اختبار الجري بالكرة                                  | 01    |
| 42     | يوضح اختبار الاحساس بالكرة                                | 02    |
| 43     | يوضح اختبار السرعة الحركية                                | 03    |
| 47     | يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الاحساس بالكرة | 04    |
| 48     | يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الجري بالكرة   | 05    |
| 49     | يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار السرعة الحركية | 06    |
| 50     | يبين نتائج الاختبار البعدي لاختبار الاحساس بالكرة         | 07    |
| 51     | يبين نتائج ا البعدي لاختبار الجري بالكرة                  | 08    |
| 52     | يبين نتائج البعدي لاختبار السرعة الحركية                  | 09    |

## 1- مقدمة:

يشهد العالم في السنوات الأخيرة تقدماً ملحوظاً في تطور المعرفة والعلوم المرتبطة بالإنسان، مما كان له عظيم الأثر من دفع الكثير من المجتمعات إلى إدخال التغيرات الجذرية والملموسة على سياساتها واقتصاديتها وبرامجها من أجل مسايرة هذا التقدم الحضاري والتكنولوجي.

ويعتبر المجال الرياضي من بين هذه المجالات التي مسها هذا التقدم ومن لم يكن أهمها على الإطلاق فقد أصبحت الرياضة معياراً يقاس به مدى تقدم الدول في المجال التكنولوجي والاقتصادي والمالي ولألعاب الأولمبية الأخيرة إلا دليل على ذلك من خلال سيطرة القوى الكبرى على المراكز الأولى.

وتمتاز الألعاب المصغرة بأنها عنصر من عناصر المنافسة، و الألعاب التي تخلو من المنافسة يكون التقدم بها ابطء من مثيلاتها و غالباً ما تكون مملة و غير مشوقة . (رزق، 1994)

يعد التدريب على أنه تحضير الفرد للعمل المثمر والاحتفاظ به على مستوى الخدمة المطلوبة، ونوع من التوجيه صادر من إنسان وموجه إلى إنسان آخر وكذلك من الحيل والأساليب للسيطرة على الآخرين في موقف اجتماعي معين، إلا أن البحوث والدراسات الحديثة أكدت على أنه عملية لا تتنافى مع الديمقراطية فهو ليس نظاماً جامداً يتركز حول رئيس وينتظم الرؤوسين في نمط معين يحدده لهم، لكنه نوع من التنظيم ينبع من تعاون مجموعة من الأفراد ومشاركتهم في تحديد الأهداف وهذا من خلال تطور الكثير من المجالات منها المجال التربوي الذي يبعث الفرد للحبات علمياً وعملياً واجتماعياً وخلقياً، ليتحملوا مسؤولياتهم نحو أنفسهم والذي يهدف إلى تربية النشء تربية صحيحة ومتكاملة بغرض تكوين أجيال صالحين يدافعون ويخدمون أوطانهم.

ونجد الكثير من المدربين يستخدمون الكثير من الطرق التي تتناسب مع الخصائص الاجتماعية والنفسية والفيزيولوجية، ومن بين هذه الطرق " الألعاب المصغرة " التي لها علاقة بتحقيق جملة من الأهداف خلال الحصص التدريبية، والتي تغطي نقص الوسائل في بعض النوادي، ولكون اللعب ليس مرتبطا بمرحلة سنية معينة ونجد ممارستها من حيث استعداد اللاعبين وجعلها تبدو سهلة أو صعبة، وهذا حسب نظرة وتخطيط المدرب لاختيار اللعبة المناسبة للوصول إلى هدف ما، كذلك تعمل على تحسين مستوى الرياضي، وللوصول إلى تحقيق هدف الحصص التدريبية يستلزم المرور على المجال الحسي الحركي.

وفي بحثنا هذا سنتطرق لمعرفة دور الألعاب المصغرة في تنمية الجانب الحسي الحركي في حصص تدريبية لكرة القدم (صنف أصاغر).

تناولنا في هذه الدراسة جانبين جانبيين نظري وجانب تطبيقي، فأما الجانب النظري يحتوي على أربعة فصول: الفصل الأول يتضمن الإطار العام للدراسة أم الفصل الثاني فقد تطرقنا إلى الألعاب المصغرة والفصل الثالث فيتضمن الجانب الحسي الحركي، أما الفصل الرابع تطرقنا إلى المرحلة السنية (09\_12)

بينما الجانب التطبيقي ينقسم إلى قسمين القسم الأول يحتوي على الفصل الخامس: منهجية البحث وإجراءاتها معتمدين على المنهج التجريبي لكونه المنهج الذي يلائم الدراسة ، واشتملت العينة على 40 لاعبا في كرة القدم من ولاية النعامة (شباب المشرية) ، و إعتمدنا على طريقة "ت" ستودنت أما الفصل السادس فيحتوي على عرض وتحليل ومناقشة النتائج، ثم التوصيات والاقتراحات وأخيرا الخاتمة

## 2- مشكلة البحث:

لقد عرفت كرة القدم تطورا مذهلا خلال العشرية الأخيرة في عراقه اللعب و النجومية لم تعد كافية لتحقيق أعلى المستويات وذلك للتطور المذهل في كرة القدم الحديثة لظهور طرق جديدة في اللعب، حيث دخل في العالم مرحلة متقدمة في الحدائة من نواحي متعددة ومنها التطور البدني والتكتيكي والفني من اجل تحقيق أسمى شكل لكرة القدم الذي يهدف إلى البلوغ أعلى الدرجات في الأداء المهاري بأقل جهد، وهذا ما يسعى أخصائيو كرة القدم الحديثة من خلال البرامج التدريبية التي تعتمد على المنهجية العلمية والتي تستوجب مشاركة جميع اللاعبين في كل العمليات بشقيها الهجوم والدفاعي والتوافق بينهما .

ويعتبر علم التدريب الرياضي من العلوم التطبيقية التي تعتمد على العلم ومستحدثاته، والذي يهدف إلى إمداد المدرب الرياضي بالمعلومات والمعارف والتطبيقات التي تساعد على تحقيق أفضل النتائج مع لاعبيه من خلال استخدامه لأفضل الطرق والأساليب والوسائل المتاحة بشكل علمي ويكون للمدرب الدور الكبير في تنشيط الحصاة و ذلك باستعمال " الألعاب المصغرة" التي تكتسب أهمية كبيرة في مجال التدريب. والتي تعتبر كوسيلة أو كمجموعة من الحركات والفعاليات المرحة والترفيهية، ولأنها مستوحاة من تقاليد وعادات الشعوب ويمكن اعتبارها قاعدة للألعاب.

وللألعاب المصغرة مجالات مختلفة مساعدة للمدرب والمتدرب فهي من جهة تساعد المتدرب على التعلم حسب قدراته، ومن جهة أخرى فهي تساعد المدرب على تنفيذ الحصاة التدريبية بطريقة فعالة وممتعة في نفس الوقت بغرض تحقيق وتنمية الأهداف المرجوة من خلال الحصص التدريبية، ومن بين هذه المجالات التي يمكن للمدرب تحقيقها عند ممارسة الألعاب المصغرة (المجال الحسي الحركي)، ويعد من أهم المجالات لأن الموضوع يتعلق بالمرحلة السنية صنف الاصاغر.

ونظرا لأهمية الجانب الحسي الحركي فقد طرحنا الإشكالية التالي:

- هل للألعاب المصغرة تأثير في تنمية الجانب الحسي الحركي؟

ومن خلال الإشكالية استخلصنا الأسئلة الفرعية وهي كالتالي:

- ما الاثر الذي تلعبه الألعاب الألعاب المصغرة في تحسين السلوك الحسي لدى الاصاغر؟

- ما مدى مساهمة الألعاب المصغرة في تحسين الأداء الحركي الجيد لدى الاصاغر؟

3- الفرضيات:

الفرضية العامة :

للألعاب المصغرة تأثير ايجابي في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى لاعبي كرة القدم.

الفرضيات الجزئية:

1- للألعاب المصغرة تأثير ايجابي في تحسين السلوك الحسي لدى الأصغر لكرة القدم.

2- تساهم الألعاب المصغرة في تحسين الأداء الحركي لدى الأصغر لكرة القدم.

4- أهمية وماهية البحث:

- إبراز أهمية التدريب الرياضي خاصة في مجال الحسي الحركي .

- إبراز أهمية الألعاب المصغرة في الحصة التدريبية.

- إبراز أهمية الألعاب المصغرة في تنمية أهداف الحصة التدريبية.

- إبراز فاعلية الألعاب المصغرة في تغطية النقص الكبير للوسائل.

5-أهداف الدراسة:

- إبراز وظيفة الألعاب المصغرة لدى الناشئين(09-12) ودرها في تنمية المجال الحسي الحركي.

- معرفة الألعاب المصغرة في تنشيط الحصة التدريبية أي زيادة من دافعية اللاعبين ومحاولة جعلها

مدخل للحصة.

- معرفة مدى تأثير الألعاب المصغرة على تغطية النقص الكبير للوسائل والإمكانات لما يكون

هدفنا العام من هذه الدراسة هو النهوض بالنشاطات المصغرة وما يمكن أن تلعبه من دور كبير

خلال الحصص التدريبية لكرة القدم.

- إبراز دور الألعاب المصغرة في تنمية روح التعاون داخل المجموعة.

- معرفة دور الذي تلعبه الألعاب المصغرة في تنمية المسؤولية لدى اللاعبين.

## 6-تحديد المفاهيم و المصطلحات:

6-1-الألعاب المصغرة: هي تلك اللعبة التي يجبها الأطفال والتي تجري في مساحات ضيقة وبعدهد معين

من اللاعبين. (خطاب، 1990)

## 6-2- الحسي الحركي :

هو الشعور الذي يعطينا إدراك الجسم في الفراغ ، نحن نستطيع القيام بالحركات دون استعمال حواسنا

الخمس(الشم ، الذوق ، اللمس ، النظر ، السمع ) ومع ذلك تعود أحيانا إلى ما يعرف بالإحساس

العضلي و بهذه الحاسة ندرك مستوى ودرجة الانقباض العضلي المطلوب لأداء أي حركة وهو يمر خلال

التعلم بثلاث مراحل متطورة (( الخام ، الدقيق ، الثبات )) ويعني تطور استيعاب الذاكرة الحركية لشكل

الحركة والمتطلبات اللازمة لأداء الحركة بحيث يكون هناك هناك توافق عضلي عصبي متزن لنجاح الحركة

من خلال تنظيم الانقباضات العضلية ودرجة الانقباض وقوة الانقباض (المجيد، 2002)

## 6-3- مرحلة الطفولة : " 9 - 12 " :

تعرف أيضا باسم الطفولة المتأخرة كما يطلق عليها كذلك اسم مرحلة قبل المراهقة وهي تبدأ من سن تسعة

سنوات وتنتهي بالتقريب عند سن الثانية عشر من العمر.

وقد تعتبر هذه المرحلة مرحلة تمهيد للبلوغ والدخول في سن المراهقة لذلك تتميز ببطء في معدل وفي نسبة

النمو في عدة جوانبه غير أن الطفل مع ذلك يكتسب فيها المهارات والخبرات الضرورية واللازمة لتوافقه

ولتكيف مع شؤون الحياة الاجتماعية.(محمد إبراهيم شحاتة ، محمد جابر بريقع ، 1995، صفحة 136)

تبدأ هذه المرحلة عند الطفل بتميزه للأشياء على أساس عقلي بحيث يستطيع الربط بين الأشياء ذات التكوين المتشابه كما أنها فترة تنضج فيها قدراته اللغوية ومهاراته البدنية بحيث يقل ميله للخيال الجامح ويظهر في هذه المرحلة اعتماده على نفسه فيسعى إلى ما يقوي هذا الجانب لديه بالإضافة إلى حبه لتقليد الكبار في آدابهم كما تتميز بحب الاستطلاع والمعرفة لدى الطفل والتي تكون في أوجها .

#### 7- الدراسات السابقة:

1-دراسة سيريدي جمال وبرودو هشام سنة2006-2007 تحت عنوان:دراسة تأثير ألعاب المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين(11-13)سنة. جامعة المسيلة  
مشكلة الدراسة:ما مدى تأثير ألعاب المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين(11-13)سنة؟

فرضية الدراسة: كرة القدم تساهم بشكل فعال في تعلم المهارات الأساسية لكرة القدم.  
هدف الدراسة:محاولة إبراز أهمية كرة القدم المصغرة كطريقة حديثة لتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم للناشئين.

نتائج الدراسة:تساهم كرة القدم المصغرة بشكل فعال في تعلم المهارات الأساسية لكرة القدم  
النقد والتعليق على الدراسة السابقة:

من خلال الدراسة السابقة يتضح لنا الطالبان تناولوا تأثير ألعاب المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين(11-13)سنة. أما دراستنا فكانت حول تنمية الجانب الحسي الحركي وهذا لم ياتي به الطالبان ونضرا لأهمية هذه الدراسة جعلنا نتناول هذا البحث.

2-دراسة عبد الله رمضان و مختار الصديق تحت عنوان "أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية (القوة، الرشاقة، المرونة) لدى تلاميذ الطور الثاني خلال درس التربية البدنية والرياضية سنة 2007-2008 جامعة وهران

مشكلة الدراسة: هل للبرنامج المقترح للألعاب الصغيرة اثر ايجابي في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية (القوة، الرشاقة ، المرونة ) لدى العينة التجريبية خلال درس التربية البدنية والرياضية .

فرضية الدراسة: للبرنامج المقترح اثر ايجابي في تنمية عناصر الصفات البدنية المستهدفة لدى العينة التجريبية.

هدف الدراسة: نهدف إلى انجاز التربية البدنية والرياضية باستعمال الألعاب الصغيرة لما لها من أهمية خاصة في تنمية الصفات البدنية بدفع التلميذ إلى بذل مجهودات إضافية.

التعليق و النقد على الدراسة :

من خلال الدراسة السابقة يتضح لنا أن الطالبان تناولوا برنامج مقترح للألعاب الصغيرة في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية (القوة، الرشاقة ، المرونة ) لدى العينة التجريبية خلال درس التربية البدنية والرياضية . أما دراستنا فكانت حول تنمية الجانب الحسي الحركي داخل الفريق وهذا لم ياتي به الطالبان ونضرا لأهمية هذه الدراسة جعلنا نتناول هذا البحث.

## 1. اللعب:

## 1.1. تعريف اللعب:

هناك تعريفات مختلفة للعب وأخرى معقدة يمكن إيجاز بعضها فيما يلي:

حسب عماد الدين إسماعيل "هو الوسيلة التي تسمح باكتشاف الأشياء والعلاقات الموجودة بينها" (عماد الدين إسماعيل، 1986، صفحة 09)

أما حسن علاوة فيعرفه "بأنه النشاط السائد في حياة الطفل ما قبل المدرسة كما يساهم بقدر كبير في المساعدة على النمو العقلي والخلقي والبدني والجمالي والاجتماعي، والمتتبع لنمو الأطفال يلاحظ تطور اللعب عندهم واختلافه باختلاف مراحل النمو" (محمد حسن علاوة، 1983، صفحة 09)

أما التعريفان اللذان يدلان على مدى تعقيد مفهوم اللعب يتمثلان في "ريدنر Reider" حيث يقول نستطيع أن نرى أحد الأطفال يقول لنا انه يلعب لان هذا يسره و يفرحه، لكن لا نستطيع الادعاء أن هذا يشرح ظاهرة اللعب . ( B. R. ALbermons, 1981، صفحة 43)

أما "اوليفركاميل" يقول مما لاشك فيه انه لا احد يستطيع أن ينكر دور اللعب بالنسبة للطفل، فهو يحتاج إليه مثل حاجته إلى الهواء الذي يتنفسه كما انه يساعده على اكتشاف المحيط الذي يعيش فيه وبالتالي يؤهله إلى الاندماج والتكيف، أما رغبة الطفل في اللعب فإذا لم يتم تحقيقها في الطفولة:

- يدخل الخسوبة والتنوع في حياة الطفل .
- يعلم الطفل أشياء جديدة عن نفسه وعن العالم المحيط به.
- يمكن الكبار من مساعدة الطفل على حل مشكلاته الشخصية، إذ يوجههم إلى مفاتيح هامة لمسلكهم.
- يتيح للطفل الفرصة ليعبر عن حاجاته التي لا يستطيع التعبير عنها في حياته الواقعية.
- يعطي الطفل مجالاً لتمارين عضلاته كما في ألعاب الحركة، والمجهود الجسمي.
- يجذب انتباه الطفل ويشوقه إلى التعليم ، فالتعليم باللعب يوفر للطفل جواً طليقاً يندفع فيه إلى العمل من تلقاء نفسه .
- يعطي للطفل الفرصة لاستخدام حواسه وعقله وزيادة قدرته على الفهم .
- اللعب الجماعي تقويم للخلق ، إذ تخضع فيه عوامل مهمة كالمشاركة الوجدانية والتضامن مع الزملاء.

- اللعب يوفر فرصة التعبير، وهي حاجة أساسية عند الإنسان، فلا بد في الحياة من التعبير لكي لا تصبح الحياة مملة. (عدنان عرفان مصلح، 1995، صفحة 4)

## 2.1. وظائف اللعب :

إن وظيفة اللعب الأساسية وهدفها الأصلي هو توفير للصغار الميل إلى الألعاب، وإعدادهم للحياة المستقبلية من الناحية الجسمية والنفسية والاجتماعية والخلقية كما أن هناك وظائف ثانوية للعب والتي هي عبارة عن فوائد تكميلية والتي تشمل أمور أخرى نذكر منها ما يلي:

- اللعب يعد الإنسان من الملل والضجر والقلق وما إلى ذلك من الإحساسات الأليمة.
- اللعب يهدئ الغرائز الفردية ويقلل من حدتها.
- اللعب يجعل الفرد يندمج في الجماعة ويخضع للقانون.
- اللعب يصون العادات والتقاليد الاجتماعية ويحييها. (علي عبد الواحد واقفي، الصفحات 119-120)

ومن خلال طرح هذه الآراء عن اللعب نستطيع القول بان اللعب هو ذلك النشاط الذي يخرج الطفل من وجدانيته إلى العالم الخارجي، حيث يستطيع الطفل أن يخرج ما يجول في خاطره إلى أن يصل إلى مرحلة الإبداع ، فاللعب ضروري لكل شخص ولكل طفل وذلك لكونه أداة للنمو الجسمي والعقلي ، الاجتماعي والنفسي.

## 3.1. العوامل المؤثرة في اللعب :

يوجد اختلاف كبير بين الأطفال أثناء اللعب بالرغم من تشابه رغباتهم في السنوات المتقاربة ويرجع هذا الاختلاف إلى احد العوامل التالية :

- أ. **الصحة:** من الأكيد أن الأطفال الأصحاء يلعبون أكثر من الأطفال المرضى، وان الصحة تعطي طاقة للطفل ونشاطا وقوة وحرارة يستطيع استغلالها في اللعب، فكل الدراسات تجمع على أن الأطفال الضعفاء المرهقين لا يشتركون في اللعب ولا يتمتعون بأدوات اللعب على عكس التلاميذ الأصحاء.
- ب. **الذكاء:** إن الأطفال النبهاء يظهرون نشاطا أكثر ويلعبون بنسبة أكبر من الخاملين، كما أن لعبهم يظهر فيه نوع من التجديد، الطفل الذكي يتقدم من اللعب الحسي إلى اللعب الخيالي، وتظهر هذه الفروق مع مرور الزمن.

ج . البيئة: تلعب البيئة دورا هاما في عملية اللعب وتؤثر بذلك تأثير مباشر على الطفل ، فنجد أن الطفل الذي يتوفر لديه المساحات الشاسعة يلعب أكثر من الذي لا يتوفر لديه هذا العامل . (نوار رشيد رويح، كمال عثمان عبد القادر، جوان 1992، الصفحات 12-13)

## 2. الألعاب الصغيرة :

### 1.1. تعريف الألعاب الصغيرة:

هناك عدة تعريفات للألعاب الصغيرة من أهمها:

"هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم بأدوات أو بأجهزة أو بدونها مجموعة متعددة من ألعاب الجري وألعاب الكرات أو التي تمارس باستخدام الأدوات الصغيرة وألعاب الرشاقة وما إلى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع المرح والسرور والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها ، وتكرارها عقب بعض الاضاحات البسيطة" (عطيات محمد خطاب، 1990، صفحة 63)

وسيلة تربية فعالة في إثارة دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف كما أنها تشبع حاجات الفرد إلى الشعور بالاعتبار و التقدير من الآخرين . " (وديع فرج الين، مرجع سبق ذكره، الصفحات 293-294)

"هي تلك التمارين المحببة إلى نفوس اللاعبين والتي تجري على مساحات ضيقة وبعد معين من اللاعبين قد يكون هذا المعدل متساويا أو متفاوتا حسب الأهداف التي يسطرها المرابي.

من خلال هذه التعاريف الموجزة المدرجة يمكننا القول بان الألعاب الصغيرة هي عبارة عن ألعاب غير محددة القوانين والشروط ، فهي مجالات مختلفة تساعد كل فرد سواء كان طفلا صغيرا أو راشدا على التعلم حسب قدراته الخاصة وإمكانياته وفقا لميوله ورغباته الذاتية من اجل الاكتساب والترويح والمتعة والسرور . "

(حنفي محمود مختار، الصفحات 135-136)

وهي تلك التمارين المحببة إلى نفوس اللاعبين والتي تجري على مساحات ضيقة وبعد معين من اللاعبين

### 3. أهداف الألعاب الصغيرة:

لطريقة الألعاب الصغيرة أهمية كبيرة في بلوغ أهداف مجتمعه لتطوير الصفات البدنية وفي نفس الوقت تطوير المهارات الفنية للطفل من اجل تكوين ذاكرة حركية للطفل في المستقبل ومن بين تلك الأهداف :

- تطوير وتحسين الاداء الحسي .
- تحسين الأداء الحركي .

- تطوير الصفات الإرادية لدى الأطفال مثل العزيمة، المثابرة، الثقة في النفس... الخ
  - إدخال عامل المرح والسرور إلى نفوس الأطفال .
  - اكتساب الأطفال الصفات الخلقية الحميدة مثل: الإحساس بقيمة العمل الجماعي، التعاون، الطاعة وتحمل المسؤولية.... الخ.
- وتعتبر الألعاب الصغيرة من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية ، فالوضعيات والتراكيبات الحالية موجودة بصفة جلية في مختلف أشكالها وذلك حسب خصائص الأهداف المسطرة لذا فالأغلبية من المربين يحضرون لابعيهم في مربعات صغيرة ومساحات صغيرة. (Bottym، 1981، صفحة 28)

#### 4.2. خصائص الألعاب الصغيرة:

- لا يشترط ممارستها طبقا لقواعد وقوانين دولية معترف بها اذ لا يرتبط فيها زمن اللعب وعدد اللاعبين أو مساحة وحجم ومكان اللعب أو مواصفات الأدوات المستخدمة بأية اشتراطات أو قواعد دولية
- سهولة تغيير قواعد وقوانين اللعبة بما يتناسب مع الظروف والمناسبات أو بما يتلاءم ومحاولة تحقيق بعض الأهداف الترويجية المعينة ، وفي كثير من الأحيان يمكن قيام اللاعبين بتحديد أو اختيار القوانين التي يرغبون في تطبيقها أثناء اللعب.
- عدم وجود مهارات حركية أو خطط ثابتة لكل لعبة

#### 5.2. مبادئ اختيار الألعاب الصغيرة:

يمكن حصر هذه المبادئ في النقاط التالية :

- فهم الغرض من اللعبة ومراعاة الظروف التالية: السن، الجنس، النمو.
- أن يكون هناك توافق بين غرض المدرب من اللعبة ورغبة اللاعبين فيها وتحمي الغرض لاكتشاف قابليتهم البدنية والحركية.
- مراعاة قانون التدرج التدريبي للواجبات الحركية المتعلمة حيث تنتقل بالمتعلم تدريجيا من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد، و بصفة عامة نبدأ بالألعاب البسيطة لنصل إلى الألعاب المعقدة.
- مراعاة أن تكون الألعاب متنوعة ومشوقة واقتصادية وبما يتفق مع احتياجات الموقف التدريبي.

- عدم الانتقال من لعبة إلى أخرى إلا بعد تأكد المدرب من أن جل اللاعبين قد أنجزوها واستوعبوا قوانينها بشكل جيد.
- إعادة عرض اللعبة إذا كان الموقف التدريبي يتطلب ذلك مع مراعاة ألا تكون الإعادة مجرد التكرار فقط.
- العمل على تحقيق الراحة النفسية للتلاميذ وذلك بشرح اللعبة بالتفصيل قبل بدايتها. (قاسم المندلاوي وآخرون، 1990، الصفحات 172-173)
- مراعاة المشاركة لجميع التلاميذ.

## 6.2 . تنظيم تعليم الألعاب الصغيرة:

- إن أهمية التطور في تعليم المهارات يكون مبني على علاقة بالأنشطة الحركية الأخرى وتحمل هنا معنى التكرار، ويعتبر بناء الأساس المتين ضرورة للنجاح في ألعاب الفرق ولتأكيد التقدم المهاري في ألعاب الفرق فإن التعليم في الفصل عادة ينظم عند استخدام طريقة التدريس المباشرة بهذا التوالي:
- تعليم ممارسة المهارات الأقل صعوبة أولاً.
  - أداء الألعاب الصغيرة التي تعمل على ممارسة المهارات في مواقف اللعب .
  - إعادة ممارسة النشاط والمهارات.
  - أداء اللعبة الأساسية في الفريق .
  - تمارينات على المهارات أو الصفات البدنية.
- ويبدأ تقديم مهارات الألعاب الجماعية غالباً من الصف الرابع أي سن التاسع، ولكن لا يمكن أداء اللعبة عادة قبل الصف الخامس أي السن العاشر ولو أن ميول وحاجات واستعدادات أطفال مجموعة معينة سوف تحدد متى تدرس لها، ويكون تقدم المجموعة في أداء المهارات محددًا.
- بكمية الوقت المخصص للتدريس لهذه المراحل المتتالية السابقة ، وتبعاً لذلك فإن مستوى الصف الدراسي الذي يمكن تعليم هذه المراحل مختلف من مدرسة لأخرى. (قاسم المندلاوي وآخرون، 1990، صفحة

## تمهيد:

ولقد تطرقنا في المبحث الثاني إلى الجانب الحسي الحركي للطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة "9-12" حيث سوف نذكر في هذا المبحث: تعريف كل من الإحساس الحركي والجانب الحسي الحركي، مع ذكر الأجهزة المتدخلة في عملية الإحساس كالجهاز العصبي بأجزائه وغيره من أجهزة الإحساس بالجسم، كما نعرض أهم القدرات الحسية، والعمليات الأساسية أثناء أداء الأنشطة الحسية الحركية.

**1- الإحساس الحركي: الحاسة الحركية:**

لقد توصل العالم " Pawlow " إلى إثبات وجود حاسة داخلية هامة، وهي التي تقوم بتحليل الأفعال الحركية إلى أجزاء والتي عن طريقها يتم الشكل النهائي للحركة المتعلمة، وقد أطلقوا على هذه الحاسة الجديدة بالحاسة الحركية.

ويقولون أن هذه الحاسة تختلف عن الحواس الأخرى، فهي تخبرنا عن وضع وشكل الأعضاء المختلفة المشتركة في الحركة بوضوح ودقة كبيرة بالإضافة إلى عمليات الشد التي تحدث بالعضلات عند أداء حركة ما.

وعن طريق الحاسة الحركية أصبح بإمكاننا القيام بتجربة الحركة والشعور الداخلي بها، وهذا الشعور الداخلي الذي يمكننا دائما من تصحيح حركتنا بصورة دقيقة، ويجب أن نعلم أن الحاسة الحركية تتطور مع الفرد الرياضي جنباً إلى جنب مع نموه العادي، وهي كبقية الحواس تختلف في نموها من فرد إلى آخر فمثلاً (لاعبو الأكروبات) لديهم قابلية كبيرة جداً للإحساس الحركي وبصورة عامة فإن الإحساس الحركي يلعب دوراً هاماً ورئيسياً في سرعة تعلم الحركات الرياضية الجديدة، وخاصة إذا تميز الإحساس بالدقة ذلك أن الإحساس الحركي يعد الحجر الرئيسي للبناء الحركي العام بالإضافة إلى الحواس الأخرى والتي يطلق عليها "Kestommikow" جامعات الحركات الملتقطة. (ابراهيم، مروان عبد المجيد، 2002)

يتضمن الإحساس الحركي: الإحساس العضلي الذاتي، النغم العضلي)، والإحساس من خلال استشارة المستقبلات الحسية للأوتار (الشد العضلي، أو إخراج القوة)، والإحساس من خلال استشارة المستقبلات الحسية لسطح المفاصل (موضع أجزاء الجسم بالنسبة لبعضها البعض والتغير المكاني للجسم 2 فرج)

**2- الحسي الحركي (النفس الحركي):**

حدد Singer 1980 أنشطة مجال النفس الحركي بأنها تلك الأنشطة التي تتضمن بشكل أولي والقيام بحركات موجهة توجيهها محددًا بحيث تعتمد بشكل أو بآخر على الاستجابة البدنية، أي أنه المجال الذي يهتم بحركات الجسم وكيفية تطويرها والتحكم فيها، ويتضمن هذا المجال فئات أو أنواع من السلوك ترتبط مع بعضها بعلاقات ارتباط متبادلة تجعلها غير مستقلة استقلالاً تاماً.

وتشير أنواع هذا المجال المهاري الحركي إلى المهارات اليدوية والمهارات الكبيرة والقدرة على تناول الأدوات والأجهزة واستخدامها والقدرة على القيام بأنماط حركية تتطلب التوافق الحركي والنفسي والعصبي، والحقيقة أن العقل والجسم لا يمكن الفصل بينهما في نشاط الإنسان، ويؤكد Bell 1970 هذه الحقيقة، فبين أن الأعمال النفس حركية تتضمن استخدام كل من الجهاز المركزي العصبي. المخ والنخاع الشوكي. والجهاز العصبي الخارجي المتعلق بسطح الجسم والعضلات (رضوان، محمد حسن علاوي محمد نصر الدين)

### 3- الجهاز العصبي:

#### 3-1- تعريفه:

هو الجهاز الذي يتحكم في جميع أجهزة جسم الإنسان وحركاته وسكناته لضبط وتنظيم جميع العمليات الحيوية حتى تسير بدقة وانتظام، سواء كانت هذه العمليات والحركات إرادية أو غير إرادية، فإنها كلها ترجع في تنظيمها وتكييفها إلى الجهاز العصبي في الإنسان، ووحدة تركيب الجهاز العصبي هي الخلية العصبية وتتكون من جسم وهو بيضاوي الشكل به نواة كبيرة وسط البروتولازم، ويتفرع من جسم الخلية فروع كثيرة تختلف في عددها حسب الوحدة العصبية التي تدخل فيها الخلية فهي تستقبل وتنقل الإحساسات العصبية إلى الخلية (بهاء الدين سلامة، د.ت، صفحة 77).

ومن خواص البروتولازم الحي الاستقبال والتوصيل لمختلف الإحساسات حتى يستطيع الإنسان الاستجابة للتغيرات الخارجية ويوجد لكل خلية فرع واحد هو أكبر هذه الفروع يسمى القطب المحوري وتمثل وظيفته فيما يلي:

- يقوم بنقل الإحساسات في سطح الجسم إلى المخ وتسمى الأعصاب الحسية.
- يقوم بنقل التنبهات في المراكز الرئيسية بالمخ والنخاع الشوكي إلى العضلات وتسمى بالأعصاب الحركية. (بهاء الدين سلامة، د.ت، صفحة 77)

### 3-2- تكوين الجهاز العصبي:

نظرا لاختلاف وظائف الجهاز العصبي وتنوعها يمكن تقسيم الجهاز العصبي إلى :

- ✓ الجهاز العصبي المركزي.
- ✓ الجهاز العصبي الطرفي.
- ✓ الجهاز العصبي الذاتي.

### 3-2-1- الجهاز العصبي المركزي:

يتكون الجهاز العصبي من المخ الذي يملأ تجويف الجمجمة والنخاع الشوكي الموجود داخل العمود الفقري، ويعتبر الجهاز العصبي المركزي مركز إصدار الأوامر لكافة أجزاء الجسم.

\***المخ:** ويقوم بمجموعة من الوظائف الحيوية الهامة وتشمل:

- ✓ تنظيم معظم أنشطة الجسم لكي تنتظم وتتكامل حيث يستقبل المعلومات المختلفة من خلال الخلايا الحسية ويستجيب لها بإرسال إشارات عصبية آمرة إلى مختلف أعضاء الجسم.
- ✓ يقوم المخ بوظيفة الشعور بالوقت والمكان والأشخاص والأشياء.
- ✓ يعتبر المخ مركز الحركات الإرادية التي يقوم بها الإنسان بصفة عامة.
- ✓ المخ هو المسؤول عن الانفعالات والذكاء والتفكير والإدراك والتصوير.

وبذلك يمكن القول بأن المخ هو الجهاز المسؤول على جميع عمليات التعليم الحركي لمهارات وخطط

اللعب. (أبوالعلاء أحمد عبد الفتاح، إبراهيم شعلان، 1994، الصفحات 130-131)

ولكي يستطيع المخ أن يقوم بعملياته فإننا يجب أن نوضح الصورة التي تنقلها الإشارة الحسية إلى المخ لكي يتذكرها ويتعلمها الإنسان، وهذا يتطلب المقدمة خلال التعليم الحركي للمهارات أو الخطط، الشيء

الذي نريد أن نعلمه بحيث نستخدم أعضاء الحس المختلفة حتى تصل المخ صورة واضحة متكاملة في أكثر من مصدر حسي ولذلك يقوم المدرس بالشرح للمهارة فتنقل من الأذن إلى المخ بشرح المهارة المطلوبة، حيث يبدأ بدوره في إدراك المهارة وتصورها كما يساعد تقديم النموذج في توضيح الرؤية لشكل الأداء، وبذلك تستخدم حاسة النظر في نقل المعلومات عن المهارة ومع تجربة أداء اللاعب نفسه للمهارة، تقوم المستقبلات الحسية بالعضلات والأوتار والمفاصل بنقل المعلومات إلى المخ، وهكذا فان التعلم الحركي يتحقق بصورة أفضل إذا ما تم توصيل المعلومات إلى المخ بأكثر من وسيلة حسية واحدة.

### النخاع الشوكي:

ويقوم بوظيفة توصيل الإشارات العصبية من وإلى المخ بالإضافة إلى قيامه بالعمل مستقلا في حالة الفعل الانعكاسي، وبذلك فالنخاع الشوكي هو المسؤول عن ردود الأفعال المختلفة خلال مواقف اللعب.

### 3-2-2- الجهاز العصبي الطرفي:

ويتكون من الأعصاب والصفائر التي تربط بين الأعصاب المصدرة والموردة والجهاز العصبي المركزي، ولذلك تقسم أعصابه إلى نوعين أحدهما الأعصاب المخية وهي الأعصاب القادمة من المخ والأعصاب الشوكية وهي الأعصاب التي تخرج من النخاع الشوكي وجميع هذه الأعصاب تخرج في شكل أزواج تشمل الأعصاب الحسية والأعصاب الحركية (أبوالعلاء أحمد عبد الفتاح، إبراهيم شعلان، 1994، الصفحات 131 - 132 - 133)

### 3-2-3- وظيفة الجهاز العصبي المركزي:

ترتبط جميع أعضاء الحس بنهايات سطحية لألياف عصبية مصدرة أو خلايا عصبية، وتعتبر الخلايا العصبية في الجهاز العصبي الفرعي إلى الجهاز العصبي المركزي، أما أعضاء الاستجابة فترتبط بألياف عصبية للاستجابة تمر بدورها في الجهاز العصبي إلى العضلات والغدد، وعند استثارة الخلية العصبية بصورة كافية

لإثارة الليفة العضلية، فتقوم الليفة العضلية بأقصى استجابة ممكنة ، وتتخذ الرسائل والمعلومات القادمة من البيئة خط السير التالي:

- تمر المعلومات في الخلايا العصبية المستقبلية إلى الخلايا العصبية المستجيبة بواسطة الجهاز العصبي المركزي.
  - تنقل رسائل من الجهاز العصبي المركزي إلى العضلات الهيكلية المخططة عن طريق الجهاز العصبي الفرعي الطرفي، والذي يتكون من مجموعة ألياف عصبية حسية صاعدة تمتد من أعضاء الحس إلى الجهاز العصبي المركزي، ومجموعة ألياف عصبية حركية هابطة في الاتجاه العكسي إلى العضلات والغدد أما الرسائل والمعلومات المنقولة إلى العضلات المسيطرة على الأعضاء الداخلية فتنتقل بواسطة الجهاز العصبي المستقبل.
- (محمود عبد الفتاح عنان، 1995، صفحة 496)

**3-2-4- الجهاز العصبي الذاتي المستقل:**

يتكون من خلايا في المخ المتوسط والمؤخري والنخاع الشوكي وهذه الخلايا تتكون منها الألياف وهو الجهاز الذي يسيطر وينظم نشاط الأحشاء الداخلية دون خضوعه لسيطرة الإنسان وإرادته، فأليافه العصبية تغذي الأحشاء الداخلية المختلفة والغدد وجدران الأوعية الدموية والعضلات اللاإرادية كلها وكذلك عضلة القلب.

وتخرج ألياف الجهاز العصبي الذاتي من مجموعة خلايا في المخ المتوسط والمخ المؤخري والنخاع الشوكي ولا تذهب مباشرة إلى الجزء الذي تغذيه ولكن توجد عقدة عصبية في طريقها قبل أن تصل إلى العضلة اللاإرادية. (بهاء الدين سلامة، صفحة 82)

**4- أجهزة الإحساس بالجسم:**

يشتمل جسم الإنسان على مراكز المستقبلات التالية:

**4-1- مراكز المستقبلات الخارجية:**

وهذه توجد في طبقات الجلد السطحية والغائرة وتستجيب للتغيرات الخارجية في البيئة مثل: الأحاسيس الجلدية كالآلام والحرارة والبرودة.

**4-2- مراكز المستقبلات الداخلية:**

وهي التي تتعلق بوضع الجسم وحركته وتوجد تلك المستقبلات في أماكن عميقة بأنسجة الجسم وهي مسؤولة عن إدراك حركة ووضع أعضاء الجسم وتقدير شكل الأداء ووزن الأشياء وغير ذلك.

وهذه المستقبلات الداخلية تستعمل على أعضاء حسية توجد في:

✓ أوتار العضلات وتسمى أجهزة جولجي.

✓ الألياف العضلية .

✓ الطبقات العميقة من الجلد والأنسجة الرابطة.

✓ أربطة المفاصل.

✓ الأنسجة الضامة داخل وحول العضلات. (بهاء الدين سلامة، د.ت، صفحة 92)

### 5- القدرات الحسية:

القدرات الحسية لأي فرد مرتبطة بأعضائه الحسية وتلعب المثيرات دورا هاما في تعلم المهارات المختلفة حيث يجب أن تؤدي تلك المثيرات إلى زيادة نشاط الأعضاء الحسية لاكتشاف تلك المثيرات. والمثير هو التغير في كمية الطاقة المؤثرة في العضو الحسي، ولدراسة ذلك يلزمنا التعرف على اكتشاف المثيرات، مقارنتها، التعرف، الكر، الإدراك، التصور.

#### ➤ الاكتشاف:

القدرة على اكتشاف المثير تعني تحديد درجة التركيز الطبيعية، التي على أساسها يقرر الفرد شعوره بالمثير أو عدم شعوره به، وهذا الحد يعتبر عتبة إثارة ثابتة وهناك علاقة بين اكتشاف المثير ودرجة تركيزه الطبيعية، وهذه العلاقة تتغير تبعا لنوع المثير وأيضا لمستوى دافعية الفرد ونوع التعليمات التي يتلقاها وعوامل أخرى متعددة، وطبقا لنظرية اكتشاف المثير فإن كل تغير في الطاقة الطبيعية للعضو الحي يترتب عليه إحداث بعض التغير في الجسم .

#### ➤ المقارنة:

تحت ظروف رؤية جيدة يستطيع الشخص العادي مقارنة وإيجاد فروق بسيطة في إضاءة تصل 2% بين مجالي ضوء متجاورين، كذلك تستطيع الأذان اكتشاف ومقارنة تغير في تردد مشيرات متغيرة في الشدة وهذا التغير يكون في الغالب نسبيا بمعنى أن الشخص قادر على اكتشاف نسبة ثابتة من المتغيرات في مستوى المثير . (بهاء الدين سلامة، صفحة 93)

## ➤ التعرف:

هو مقدرة الإنسان على التعرف على شيء معين معروف لديه، فمثلا: يسمى اللون الأحمر أحمر والأخضر أخضر، وهذا النوع من التعرف هو ما يطلق عليه الحكم المطلق، والأحكام المطلقة تتم وسط مجموعة من الأحداث، وهي تختلف عن الأحكام المقارنة، ومن نتائج الأبحاث التي أجريت حول هذا الموضوع أن:

- ✓ الإنسان في مقدوره التعرف على المثيرات ذات البعد الواحد.
- ✓ الإنسان يستطيع أن يتعرف على: من 5 إلى 10 مثيرات دون أخطاء.
- ✓ هذه القدرات تتغير قليلا بالتدريب.
- ✓ هناك بعض الأفراد يملكون قدرات أكبر من العاديين في التعرف على الأشياء.

## ➤ التذكر:

التذكر يعني إظهار الدلالات المختلفة على التأثير بشيء في الماضي، وقد يكون هذا التذكر تاما أو ناقصا، وتختلف نسبة التذكر في الفرد نفسه طبقا لعوامل كثيرة منها: مدى تأثره بهذا الموضوع ودوافعه وغيرها.

## ➤ الإحساس:

وهو عملية عصبية نفسية لانعكاس العوامل الخارجية والداخلية التي تؤثر في الإنسان تأثيرا مباشرا في حواسه، ونحن نحس بما يدور حولنا ونستخدم طرقا للتعرف على الأشياء، فقد نستخدم العين والأذن والأنف والجلد لنقل إحساسات البصر والسمع والشم واللمس، وقد يحس الإنسان بأشياء تأتي من داخل جسمه سواء من الأجهزة الداخلية أو العضلات الإرادية أو الجهاز المفصلي.

## ➤ الإدراك:

هو تفسير الإحساسات ثم تحديد الشيء وتفسيره، والإدراك هو عملية التأثير على الأعضاء الحسية بمؤثرات معينة، ويقوم الفرد بإعطاء تفسير لها والتعرف عليها، ويتوقف تفسير الفرد لهذه المؤثرات

على نوع المؤثرات نفسها، وعلى الفرد نفسه تبعا لاتجاهات وخبرات وقيم وذكريات الفرد ودوافعه وغيرها، ومن العوامل التي تؤثر على الفرد في إدراك الأشياء المختلفة.

### ➤ التصور:

هو انعكاس الأشياء التي سبق للفرد إدراكها والتي أثرت عليه، وعادة يكون التصور أقل في درجة الوضوح عن الإدراك، كما أن التصور يتميز بعدم الثبات، والتغير من وقت لآخر، ويلعب التصور دورا في حياة الفرد إذ بدونه يصبح الفرد مرتبطا فقط بالأشياء المدركة، كما تختلف أنواع هذا التصور، حيث يمكن أن يكون التصور بصريا أو سمعيا أو حركيا، ونحن في مجال التربية الرياضية وعند تعلم وأداء المهارات الحركية المختلفة نلاحظ زيادة في نشاط الأعضاء كلها سواء الأعضاء الحسية أو الأعضاء الحركية، كما أن تعلم أي مهارة رياضية جديدة يمر في سلسلة من الإحساسات التي سبق ذكرها. وهي الاكتشاف والمقارنة والتعرف والتذكر والإحساس والإدراك والتصور. (بهاء الدين سلامة، د.ت، الصفحات 94-95)

### 6- العمليات الأساسية أثناء أداء الأنشطة الحسية الحركية:

#### 6-1- حدوث المثير:

الدليل المسبب للحركة وهذا المثير قد يكون مثيرا خارجيا مثل الصوت الصادر عن طلقة البدء أثناء مسابقات العدو، وقد يكون مثيرا داخليا مثل المثيرات الناشئة عن الإحساس بأوضاع الجسم في الوقوف أو عند رفع ثقل عن الأرض. (محمد حسن علاوي. محمد نصر الدين رضوان، صفحة 28)

#### 6-2- الاستقبال الحسي:

حيث تعمل أعضاء الحس والمستقبلات على استقبال المثيرات سواء الداخلية أو الخارجية ويتم نقل المعلومات القادمة من البيئة الخارجية عن طريق الأعصاب الحسية، ومن المهم التأكد على أن أعضاء الحس المستقبلية لتلك المثيرات المتباينة بالتأكيد تشكل بداية ردود أفعال للاستجابات النوعية، حيث أن كل مستقبل يتخصص في نوع واحد من المثيرات. (محمود عبد الفتاح عنان، صفحة 495)

**6-3- الإدراك الحسي:**

يحدث الإدراك الحسي نتيجة لاستثارة أعضاء الحس المختلفة ولكنه يتأثر أيضا بعوامل أخرى في الفرد، وتتكون تلك العوامل نتيجة مرور الفرد بخبرات معينة طوال حياته، فعملية الإدراك عملية عقلية وانفعالية وحسية معقدة، حيث يدخل فيها الشعور والتخيل والتذكر، كما أنها تتأثر بعادات الفرد ودوافعه واتجاهاته وخبراته، فهي العملية التي بواسطتها يصبح الفرد عالما بالموضوعات الخارجية بما فيها من علاقات أو بما تمتاز به من صفات، فالإدراك إذا عبارة عن الإحساس مضاف إليه معاني المحسوسات. (سامي عبد القوي علي، صفحة 152)

**6-4- حدوث العمليات الداخلية المركزية:**

وهي عمليات تتضمن التنظيم والتنسيق بين العديد من المثيرات ووضعها في هيئة استجابات حركية تتناسب مع المثيرات.

**6-5- حدوث الحركات العضلية:**

مما يؤدي إلى إنتاج نمط حركي خاص مثل: مرجحة الجسم والذراع لضرب الكرة أو البدء في العدو... إلى غير ذلك من أشكال الأداء الحركي أو البدني. وتكون الخطوة الأخيرة في هذه العملية التغذية الرجعية وتتم بالحصول على معلومات عند كل مرحلة من المراحل السابقة وتفيد هذه المعلومات في تعديل مكونات الأداء المختلفة لتجعلها أكثر فعالية.

## تمهيد:

إن الكائن البشري يمر بمراحل مختلفة تتميز بخصائص جسمية وسيكولوجية وفيزيولوجية وعقلية مختلفة، فالإنسان ينتقل من الطفولة إلى الشباب إلى الكهولة إلى الشيخوخة، وكل هذه المراحل لها مميزات خاصة بها، وبما أننا ندرس مرحلة معينة من المراحل التي يمر بها الإنسان التي تناسب عينة موضوعنا ألا وهي مرحلة الطفولة المتأخرة "9 - 12" فلهذا سوف نتطرق إلى دراسة الخصائص والسمات التي يمر بها الكائن البشري في هذه السن بالإضافة إلى مميزات مرحلة الطفولة وحاجات الطفل النفسية وبعض المشكلات التي يتعرض لها الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة، كما سوف نعرض في هذا المبحث الأسباب التي أدت بالطفل إلى الانطواء والعزلة عن بقية الأطفال الآخرين.

**1- خصائص وسمات النمو في مرحلة الطفولة المتأخرة:****1-1- النمو الجسمي:**

يسير النمو الجسمي في هذه المرحلة بطريقة بطيئة ومنتظمة بالمقارنة مع مراحل النمو الأخرى، ولا تحدث تغيرات مفاجئة إلى أن يصل الطفل إلى سن البلوغ، وتنمو العضلات الكبيرة وتزداد المهارات الحركية المتصلة بها اتزاناً واثقاناً مما يساعد الطفل على ممارسة أعماله والألعاب التي تحتاج إلى العضلات الكبيرة والكثير من التآزر العضلي والعصبي

كما تلعب البيئة وثقافة المجتمع دوراً كبيراً في تفصيل ألعاب حركية معينة لنوع آخر، مما يكون له أثر في تنمية مهاراته الحركية. (د. محمد عبد الرزاق شفق ، 1985 ، صفحة 43)

وهناك مجموعة من الأمور يجب على المربي أن يوليها عنايته واهتمامه ليقوم بدوره في توجيه النمو الجسمي ورعايته وتهيئة الضر وف الموالية لاكتساب المهارات الحركية المناسبة لهذه المرحلة. وللمربي دور في تقديم المعارف والمعلومات فيما يتعلق بمفهوم الوجبة الغذائية المتكاملة والمتوازنة، وفي تنمية الاتجاهات والعادات المتصلة بالتغذية وبالنظافة الشخصية وصحة البيئة.

فأطفال هذه المرحلة يميلون إلى تنازل كميات كبيرة من الأغذية بعضها مناسب وبعضها الآخر لا يحتوي على عناصر غذائية ذات قيمة لنمو الجسم. (د. محمد عبد الرزاق شفق ، 1985 ، صفحة 43)

**1-2- الفروق الفردية :**

تبدو الفروق الفردية واضحة، فجميع الأطفال لا ينمون بنفس الطريقة أو بنفس المعدلات، فبعضهم ينمو بدرجة أكبر نسبياً في الطول والبعض الآخر في الوزن مما يؤدي إلى تنوع الأنماط الجسمية العامة مثل (طويل، نحيف) أو (قصير، طويل). (د. حامد عبد السلام زهران، صفحة 265)

**1-2- النمو العقلي المعرفي:**

يطلق جان بياجيه على تفكير الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة مصطلح التفكير الإجرائي ، بمعنى أن التفكير المنطقي للطفل في هذه المرحلة مبني على العمليات العقلية ويصل هذا الطفل إلى مرحلة ما قبل العمليات وتمتد من السنة الثانية إلى السنة السابعة وتفكير في مرحلة العمليات العيانية ( 7 - 12 ) تفكير منطقي ولكنه تصور مرتبط بتصور الأشياء أو الأشياء نفسها.

إن هذا النوع الأخير من التفكير يصل إلى الطفل في المرحلة الرابعة والأخيرة من مرحلة النمو العقلي، ويخص بياجيه العمليات العقلية التي يستطيع طفل هذه المرحلة القيام بها بفضل ما حققته من نمو المعرفية في المرحلة السابقة بالعمليات التالية:

✓ القدرة على العودة إلى نقطة البداية في عملية التفكير .

مثال : إذا كان :  $4 = 2 + 2$

اذن :  $2 = 2 - 4$

مثال آخر:  $6 = 2 \times 3$

القدرة على تنظيم أو تصنيف الأشياء في فئات مثل: 10-20-30-40 وهكذا كلها وحدات عشرية. ولخص " روبرت فيجرست " مطالب النمو:

✓ اكتساب المهارات الأساسية في القراءة والكتابة والحساب.

✓ تعلم الدور الاجتماعي الملائم للطفل.

✓ تنمية المفاهيم الأساسية للحياة اليومية.

✓ تنمية القيم والمعايير الأخلاقية .

✓ اكتساب الاستقلال الذاتي. (د. محمد عبد الرزاق شفق ، صفحة 49)

يستمر في هذه المرحلة نمو الذكاء وينتقل فيها الطفل إلى التفكير المجرد ، حيث يستخدم المفاهيم والمدرجات، أي يصبح تفكيره واقعيًا ويتحكم في العمليات العقلية دون المنطقية والمنطقية مع إدراك الأشياء بوصفها والقدرة على تقدير الأقيسة والكميات، ثم مع سن 12 سنة ينمو لديه التفكير الاستدلالي، أي

تظهر لديه أشكالا فكرية أكثر استنتاجا واستقراء وتطورا ، أي ظهور التفكير التركيبي الذي يؤدي به إلى استخدام المناهج لاكتشاف الواقع ثم بعد ذلك تنمو لديه بالتدرج القدرة على الابتكار. (د. عبد الرحمان الوافي، د.زيان سعيد ، 2004، صفحة 30)

### 1-3- النمو الحسي :

يكاد نمو الحواس يكتمل في هذه المرحلة، حيث يتطور الإدراك الحسي وخاصة إدراك الزمن، إذ يتحسن في هذه المرحلة إدراك المدلولات الزمنية والتتابع الزمني للأحداث التاريخية، ويلاحظ أن إدراك الزمن والشعور بمدى فتراته يختلف في الطفولة بصفة عامة عن المراهقة وعن الرشد والشيخوخة، فشعور الطفل بالعام الدراسي يستغرق مدى أطول من شعور طالب الجامعة، ويشعر الراشد والشيخ أن الزمن يولي مسرعا، وفي هذه المرحلة أيضا يميز الطفل بدقة أكثر بين الأوزان المختلفة. وتزداد دقة السمع وميز الطفل الأنغام الموسيقية بدقة ويتطور ذلك من اللحن البسيط إلى المعقد ويزول طول البصر ويستطيع الطفل ممارسة الأشياء القريبة من بصره (قراءة أو عمل يدوي) بدقة أكثر واحدة أطول من ذي قبل وتتحسن الحاسة العضلية بإطراء حتى سن 12 ، وهذا عامل مهم من عوامل المهارة اليدوية. (حامد عبد السلام زهران ، صفحة 269)

### 1-4- النمو الحركي:

يترد النمو الحركي، ويلاحظ أن الطفل في هذه المرحلة لا يكل ولكنه يمل هذه المرحلة تعتبر مرحلة النشاط الحركي الواضح وتشاهد فيها زيادة واضحة في القوة والطاقة، فالطفل لا يستطيع أن يضل ساكنا بلا حركة مستمرة وتكون الحركة أسرع وأكثر قوة ويستطيع الطفل التحكم فيها بدرجة أفضل ويلاحظ اللعب مثل الجري والمطاردة وركوب الدراجة ذات العجلتين والعلوم والسباق والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل والتي تحتاج إلى مهارة وشجاعة أكثر من ذي قبل، وأثناء النشاط الحركي المستمر للطفل قد يتعرض لبعض الجروح الطفيفة.

ويميل الطفل إلى كل ما هو عملي فيبدو وكأن الأطفال عمال صغار ممتلؤون نشاطا وحيوية ومثابرة ويميل الطفل إلى العمل ويود أن يشعر أنه يصنع شيئا لنفسه.

### 1-4-1- العوامل المؤثرة فيه :

تؤثر البيئة الثقافية والجغرافية التي يعيش فيها الطفل في نشاطه الحركي، فرغم أن النشاط الحركي للطفل في جميع أنحاء العالم متشابه بالمعنى العام فهم جميعا يجرون ويقفزون ويتسلقون ويلعبون، إلا أن الاختلافات الثقافية والجغرافية تبرز بعض الاختلافات في هذا النشاط من ثقافة إلى أخرى ويظهر هذا بصفة خاصة في أنواع الألعاب والمباريات.

ويؤثر المستوى الاجتماعي والاقتصادي ونوع المهنة في الأسرة في نوع النشاط الحركي للأطفال، فاللعبه التي يهتم بها طفل الأسرة الفقيرة تختلف كما وكيفا عن اللعبة التي تيسر لطفل الأسرة الغنية وطفل الأسرة التي بها اهتمامات موسيقية يختلف نشاطه الحركي عن نشاط طفل الأسرة ذات الاهتمامات الميكانيكية وهكذا. ( حامد عبد السلام زهران ، الصفحات 267-268)

### 1-5- النمو الاجتماعي:

يقدم لنا "اريك اريكسون" في كتابه (Childhoodjoretey) نظرة جديدة التي كانت سائدة في عصره فبدلا من اتخاذ النمو الجنسي محورا لوصف وتقسيم النمو إلى مراحل كما فعل "فرويد" قام اريكسون بتتبع نمو الطفل بالمهام الاجتماعية أي من خلال تفاعل الشخصية بالمجتمع.

ويقسم اريكسون النمو إلى ثمانية مراحل في خمس منها في الطفولة وثلاثة أخرى في سن البلوغ.

والمراحل الخمسة هي:

- ✓ مرحلة الشعور بالثقة والأمان مقابل عدم الثقة ( من الميلاد ).
- ✓ مرحلة الشعور بالاستقلال مقابل الشك والحجل ( من الثلاثة من العمر ).
- ✓ مرحلة الشعور بالثقة والتغلب عن الشعور بالذنب ( من الخامسة من العمر ).
- ✓ مرحلة الجهد والاجتهاد ومقاومة الشعور بالنقص ( من الثامنة من العمر ).

✓ مرحلة الشعور بالكيان والهوية والتغلب على الشعور ( من الثانية عر من العمر ) (د. محمد

مصطفى زيدان، 1975، صفحة 61)

✓ يزداد تأثير جماعة الرفاق ويون التفاعل الاجتماعي مع الأقران على أشده يشوبه التعاون والتنافس والولاء والتماسك ويستغرق العمل الجماعي والشايط الاجتماعي معظم وقت الطفل، ويفتخر الطفل بعضويته في جماعة الرفاق ، ويسود اللعب الجماعي والمباريات.

✓ ولكي يحصل الطفل على رضا الجماعة وقبولها له نجده يساير معاييرها ويطيع قائدها ويرافق زيادة تأثير جماعة الرفاق تناقص تأثير الوالدين بالتدرج. ( حامد عبد السلام زهران ، صفحة 276)

### 1-6- النمو الانفعالي :

تعتبر هذه المرحلة مرحلة هضم وتمثل الخبرات الانفعالية السابقة ومن مظاهره أن الطفل يحاول التخلص من الطفولة والشعور بأنه قد كبر، وهذه تعتبر مرحلة الاستقرار والثبات الانفعالي Emotional stability. ولذلك يطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة اسم "مرحلة الطفولة الهادئة".

ويلاحظ ضبط الانفعالات ومحاولة السيطرة على النفس وعدم إفلات الانفعالات، فمثلا إذا غضب الطفل فانه لن يتعدى على مثير الغضب ماديا، بل يكون عدوانه لفظيا أو في شكل مقاطعة. ويتضح الميل للمرح، ويفهم الطفل النكتة ويترب لها، وتنمو الاتجاهات الوجدانية. ويكون التعبير عن الغضب بالمقاومة السلبية مع التمتمة ببعض الألفاظ وظهور تعبيرات الوجه، ويون التعبير عن الغيرة بالوشاية والإيقاع بالشخص الذي يغار منه ويحاط الطفل ببعض مصادر القلق والصراع ويستغرق في أحلام اليقظة وتقل مخاوف الأطفال وان كان الطفل يخاف الظلام والصوص. وقد يؤدي الشعور والخوف بتهديد الأمن والشعور بنقص الكفاية إلى القلق الذي يؤثر بدوره تأثيرا سيئا على النمو الفيزيولوجي والعقلي والنمو الاجتماعي للطفل. (حامد عبد السلام زهران ،

صفحة 275)

**2- الفروق الفردية بين الأطفال في السن ( من 9 - 12 سنة ):**

تتميز مرحلة الطفولة المتأخرة بخصائص عامة تتشابه فيها كثير من الأطفال إلى جانب هذه الخصائص العامة نجد فروق فردية شاسعة بين أطفال هذه المرحلة وهي كما يلي:

**1-2- الفروق الجسمية:**

فمنهم صحيح البدن سليم البنية ومنهم البنية سقيم المظهر ومنهم الطويل والقصير ومنهم السمين والنحيف، وهذه الفروق يجب أن يراعيها المربي في العملية التدريبية.

**2-2- الفروق الميزاجية:**

فهناك اللاعب الهادئ والوديع وهناك اللاعب سريع الانفعال وهناك المنطوي على نفسه وهكذا ولكل من هؤلاء الطريقة التي تناسبه في التدريب.

**3-2- الفروق العقلية :**

فهناك اللاعب الذكي ومتوسط الذكاء واللاعب الغبي وعلينا أن نسير مع الكل وفق سرعته وبما يناسبه من طرق التدريب.

**4-2- الفروق الاجتماعية:**

فكل لاعب وبيئته الاجتماعية التي يعيش فيها مما لها في درجة ثقافة الوالدين ووسائل معيشتها والعلاقة بالأهل والحوار وغير ذلك، مما له تأثير على تفكير اللاعب وثقافته وأنماطه السلوكية. (البسيوني، 1992 ، صفحة 36)

**3- مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين (9 - 12 سنة):**

إن أهم مميزات وخصائص هذه المرحلة سواء كانت بدنية أو عقلية أو نفسية فإن هذا الأمر يجعل من الضروري أن يشمل برنامج التدريب لهذه المرحلة على مميزات ومن أهمها:

✓ سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.

✓ كثرة الحركة.

✓ انخفاض التركيز وقلة التوافق.

✓ صعوبة تعليم نواحي فنية دون سن السابعة.

✓ ليس هناك هدف معين للنشاط.

✓ نمو الحركات بإيقاع سريع .

✓ القدرة على أداء الحركات ولكن بصورتها المبسطة .

يعتبر "ماتينييف" أن الطفل يستطيع في نهاية المرحلة تثبيت كثير من المهارات الحرة الأساسية كالمشي والوثب والقفز ويزيد النشاط الحركي باستخدام العضلات الكبيرة في الظهر والرجلين أكبر من العضلات الدقيقة في اليدين والأصابع.

وفي نهاية هذه المرحلة يميل الطفل إلى تعلم المهارات الحرة ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي نسبيا بين اليدين والعينين وكذلك الإحساس بالاتزان. (ليلي يوسف، 1962 ، الصفحات 23-24)

#### 4- حاجات الأطفال النفسية:

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

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

وتتوقف كثير من خصائص الشخصية على وتنبع من حاجات الفرد ومدى 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.

وأهم الحاجات الفيزيولوجية للطفل الحاجة إلى الهواء، الغذاء، الماء، درجة الحرارة المناسبة، الوقاية من الجروح والأمراض والسموم، والتوازن بين الراحة والنشاط.

#### خلاصة:

بعد التطرق لأهم الخصائص لهذه المرحلة العمرية، يمكننا القول أن التغيرات الفيزيولوجية، وكذا المرفولوجية التي تطرأ على مختلف أجهزة الطفل لها تأثير مباشر على نفسيته والتي تنعكس بصورة واضحة في سلوكه.

فالطفل يتميز بقدرته على تعلم الحركات الجديدة بسرعة، كما نجد هناك فروق وحاجات يمر بها الطفل في مراحل نموه يعتبر (ما تيفيف) أن الطفل يستطيع في نهاية هذه المرحلة تثبيت كثير من المهارات الحركية الأساسية كالمشي والوثب والقفز ويزيد النشاط الحركي باستخدام العضلات الدقيقة في اليدين والأصابع.

وفي نهاية هذه المرحلة يميل الطفل لتعلم المهارات الحركية ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي نسبيا بين اليدين والعينين وكذلك الإحساس بالاتزان فيمكن القيام بالأداء الحركي بواسطة الموسيقى البسيطة والجلوس في مكان واحد لمدة تصل إلى أكثر من نصف ساعة.

## تمهيد:

إن كل طالب من خلال بحثه يسعى إلى التحقق من صحة الفرضيات التي وضعها، ويتم ذلك بإخضاعها إلى التحريب العلمي باستخدام مجموعة من المواد العلمية، وذلك بإتباع منهج يتلاءم وطبيعة الدراسة، وكذا القيام بدراسة ميدانية عن طريق تطبيق الإختبارات على العينة الاستطلاعية والعينة الأصلية ويشتمل الجانب التطبيقي لبحثنا هذا على فصلين ، الفصل الأول ويمثل الطرق المنهجية للبحث والتي تشمل على المجال المكاني والزماني وكذا الشروط العلمية للأداة وهي الصدق والثبات والموضوعية مع ضبط متغيرات الدراسة كما اشتمل على عينة البحث وكيفية اختيارها والمنهج المستخدم وأدوات الدراسة وكذلك إجراءات التطبيق الميداني وحدود الدراسة.

أما الفصل الثاني فيحتوي على عرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء الفرضيات .

**1- المنهج المستخدم:**

تختلف المناهج المتبعة تبعاً لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه في مجال البحث العلمي، ويعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها، فالمنهج " هو عبارة عن مجموعة من العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه ، (زرزواتي، 2002) وفي بحثنا هذا حتمت علينا مشكلة البحث إتباع المنهج التجريبي وهذا للتأكد من صحة فرضياتنا ، ويعتبر هذا المنهج من أفضل وأدق المناهج في التدريب الرياضي نظراً لأنه أقرب إلى الموضوعية ويستطيع فيه الباحث السيطرة على العوامل المختلفة التي تؤثر على الظاهرة مدروسة.

**2- مجتمع البحث:**

من الناحية الاصطلاحية هو " تلك المجموعة الأصلية التي تؤخذ من العينة وقد تكون هذه المجموعة مدارس فرق ، تلاميذ ، سكان ، أو أي وحدات أخرى " .  
ويطبق المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على انه كل الأشياء التي تمتلك الخصائص أو سمات قابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي ، ولذا فقد اعتمدنا في بحثنا وارتأينا أن يكون مجتمع البحث خاص بفريق المشرية.

**2-1- عينة البحث:**

العينة هي " مجتمع الدراسة الذي نجمع منه البيانات الميدانية ، وتعتبر جزء من الكل بمعنى انه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة فهي جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله ، ووحدات العينة قد تكون أشخاصا كما تكون أحياء أو شوارع أو مدن أو غير ذلك " وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية تكون هي " أشخاص " والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر المجتمع بحث معين ، وفي بحثنا شملت جزءا من مجتمع دراسة في كرة القدم صنف أصاغر وقد تم اختيار العينة العشوائية لتعميم النتائج ، واشتملت على 40 لاعبا في كرة القدم من ولاية النعامة . (شباب المشرية)

**3- الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:**

يعتبر ضبط المتغيرات عنصرا أساسيا في أي دراسة ميدانية، وقد جاء ضبط متغيرات الموضوع الذي نحن بصدد دراسته كما يلي:

أ- المتغير المستقل: ويتمثل في الألعاب المصغرة .

ب- المتغير التابع: ويتمثل في الحسي والحركي.

**4- مجالات البحث:****4-1 المجال البشري:**

تتكون عينة البحث من 40 لاعب ، تم اختبارهم بصفة عشوائية من فرق ولاية النعامة ، بحيث 20 لاعب من اتحاد المشرية اختيرو كعينة ضابطة و 20 لاعب الأخرى من شباب المشرية اختيرو كعينة تجريبية ، والعينة كلها من جنس واحد وهم ذكور ، تتراوح أعمارهم من 09 إلى سنة 12 .

**4-2 المجال المكاني :**

لقد قمنا بتطبيق برنامجنا المقترح وجل الاختبارات القبلية

والبعدية بملعب شباب المشرية.

**4-3 المجال الزمني :**

استغرقت فترة العمل من 2015/03/18 الى غاية 2015/04/20 بحيث أجريت الاختبارات القبليّة بتاريخ 18/03/2015 ودامت مدتها 45 د لكل عينة ، بعدها قمنا بتطبيق البرنامج المقترح على العينة التجريبية إلى غاية 2015/04/20 وبحجم ساعي قدره ساعتين في الأسبوع و بشكل متفرق ، أي ساعة كل يوم سبت و أرياء ، في الفترة المسائية. ثم أجرينا الاختبارات البعدية بتاريخ 2015/04/20 ودامت مدتها هي الأخرى 45 د و لكل عينة كذلك.

#### 5- أدوات البحث :

- . المراجع والمصادر.
- . الاختبارات والقياسات .
- . الطرق الإحصائية.
- . عتاد البحث والممثل في(كرات قدم ، شواخص ، حواجز ، ميقاتي ، صفارة).

#### - الإختبارات :

#### أ - إختبار الجري بالكرة :

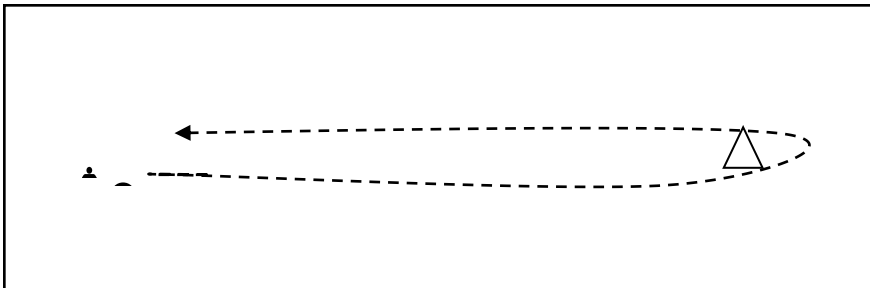
**هدف الإختبار:** يهدف هذا الاختبار إلى قياس القدرة على التحكم في الكرة مع الجري لدى لاعبي كرة القدم الأصغر .

**الأدوات المستعملة :** كرات ، أقماع ، ميقاتي .

#### طريقة أداء الاختبار :

يقف اللاعب والكرة معه على بعد 10-15 متر من قمع بلاستيكي ، يجري اللاعب بالكرة في اتجاه القمع ويدور حوله ويعود في اتجاه نقطة البداية ، وذلك باستخدام كلتا القدمين ، مع احتساب الوقت المستغرق<sup>1</sup>

( حسن السيد أبو عبده ، 2002 )



شكل 01 : يوضح اختبار الجري بالكرة

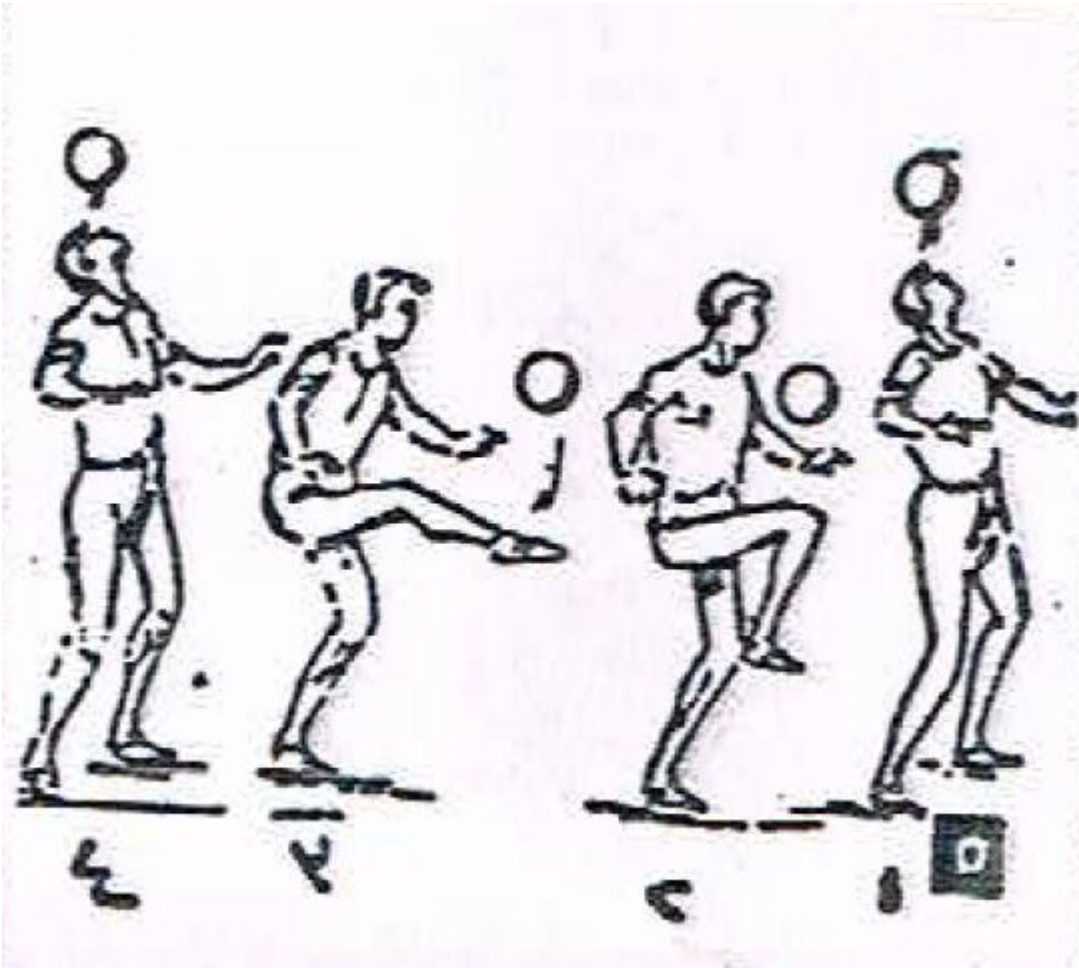
ب-إختبار الإحساس بالكرة:

-هدف الاختبار : يقيس مقدرة اللاعب على السيطرة على الكرة والتحكم فيها.

-الأدوات: ملعب كرة القدم ، كرة قدم، ساعة الإيقاف ، صفارة.

طريقة الاختبار :

مع إشارة المدرب يقوم اللاعب برفع الكرة على الرأس لتنطيطها مرتين ، ثم يسقطها على فخذه لينططها على كل فخذ مرة ، ثم يقوم بتنطيطها بكل قدم مرة ثم يرفعها على الرأس لتنطيطها مرتين وذلك بزمن 30 ثانية . (د/ حنفي محمود مختار )



لشكل 02: يوضح اختبار الاحساس بالكرة

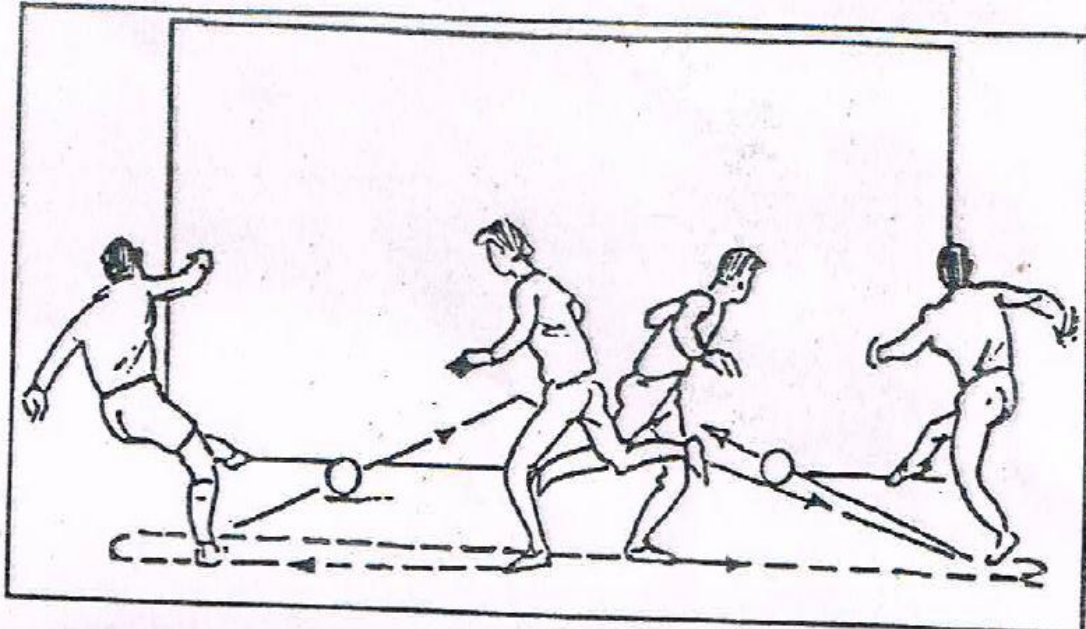
إختبار السرعة الحركية:

-هدف الاختبار: يقيس سرعة اللاعب على ركل الكرة.

-الأدوات: حائط التدريب ، كرة القدم ، خط على بعد 5 أمتار من الحائط ، صفارة.

طريق تنفيذ الإختبار : يقف اللاعب أمام أول حائط التدريب -يركل اللاعب الكرة الأرضية عند سماعه صفارة المدرب ، إلى اتجاه منتصف الحائط ثم يجري ليلعب الكرة المرتدة من الحائط (1-5) مرة أخرى لترتد لنقطة البداية وهكذا مع ملاحظة :

- 1- يجب أن يجري اللاعب و يركل الكرة من خارج خط 5م
  - 2- توجه الكرة إلى منتصف الحائط
  - 3- تلعب الكرة بوجه القدم الأمامي أو بباطن القدم
  - 4- يمكن أن يؤدي الاختبار مع ركل الكرة عاليا ثم ركلها بعد ارتدادها من الأرض.
- يعطي اللاعب نصف دقيقة فقط . (د/ حنفي محمود مختار )



الشكل 03: يوضح اختبار السرعة الحركية

## 6- الشروط العلمية للأداة:

أ- **الصدق**: تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقاييس والاختبارات وهو يتعلق أساسا بنتائج الاختبار (محمد حسن علاوي محمد نصر الدين غضبن ، 1996). كما يشير "تايلر": أن الصدق يعتبر أهم اعتبار يجب توافره في الاختبار ( محمد صبحي)، يحدد "كيورتن" الصدق باعتباره تقدير للارتباط بين الدرجات الخام للاختبار والحقيقة الثابتة ثباتا تاما (مروان عبد المجيد إبراهيم، 1999).

ب- **الثبات**: إذا أجري اختبار ما على مجموعة من الأفراد ورصدت درجات كل فرد في هذا الاختبار ثم أعيد إجراء هذا الاختبار على نفس هذه المجموعة ، ورصدت أيضا درجات كل فرد ودلت النتائج على أن الدرجات التي حصل عليها الطالب في المرة الأولى لتطبيق الاختبار هي نفس الدرجات التي حصل عليها هؤلاء الطلبة في المرة الثانية، استنتجنا من ذلك أن نتائج الاختبار ثابتة تماما لأن نتائج القياس لم تتغير في المرة الثانية بل ظلت كما كانت قائمة في المرة الثانية (مروان عبد المجيد إبراهيم، 1999).

ج- **الموضوعية**: من العوامل المهمة التي يجب أن تتوفر في الاختبار الجيد شرط الموضوعية والذي يعني التحرر من التحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كأرائه وأهوائه الذاتية وميوله الشخصي وحتى تحيزه أو تعصبه، فالموضوعية تعني أن تصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا لا كما نريدها أن تكون (مروان عبد المجيد إبراهيم، 1999).

## 7- الوسائل الإحصائية:

### أ- المتوسط الحسابي:

وهو الطريقة الأكثر استعمالا ، حيث يعتبر الحاصل لقسمة مجموعة المفردات أو القيم في المجموعة التي أجري عليها القياس، س1، س2، س3، س4.....س ن. على عدد القيم (N) وصيغة المتوسط الحسابي تكتب على الشكل التالي:

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

حيث:  $\bar{X}$  : المتوسط الحسابي  $\sum X$  س

$N$  س : هي مجموع القيم

ن : عدد القيم . (1) - عبد القادر حلومي ، ، 1992)

### ب- الانحراف المعياري:

هو أهم مقاييس التشتت لأنه ادقها ، حيث يدخل استعماله في كثير من قضايا التحليل الإحصائي ويرمز له بالرمز (ع)، فإذا كان الانحراف المعياري قليل فإن ذلك يدل على أن القيم متقاربة والعكس صحيح ويكتب على الصيغة التالية:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum (s - \bar{s})^2}{n-1}}$$

حيث ع: الانحراف المعياري.

س: المتوسط الحسابي.

س: قيمة عددية ( نتيجة الاختبار .

ن: عدد العينة. (عبد القادر حلومي ، ، 1992)

### ج- اختبار توزيع ستودنت:

يستخدم قياس ستودنت للدلالة الإحصائية ، وكذا قياس مدى دلالة الفرق بين متوسطي

المجموعتين ومن أجل ذلك يستعمل القانون التالي:

$$T = \frac{|s_1 - s_2|}{\sqrt{\frac{(e_1)^2 + (e_2)^2}{n-1}}}$$

حيث T : معيار ستودنت .

س1: المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى .

س2: المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية.

ن: عدد أفراد العينة.

ع1: الانحراف المعياري للمجموعة الأولى.

ع2: الانحراف المعياري للمجموعة الثانية. (نزار مجيد الطالب ،محمد السمراي ، 1980)

### 8- صعوبات البحث:

. صعوبة في التحصيل على العتاد الرياضي .

. عدم تناسب استعمال الزمن الخاص باللاعبين واستعمال الزمن الخاص بالطلبة الباحثين.

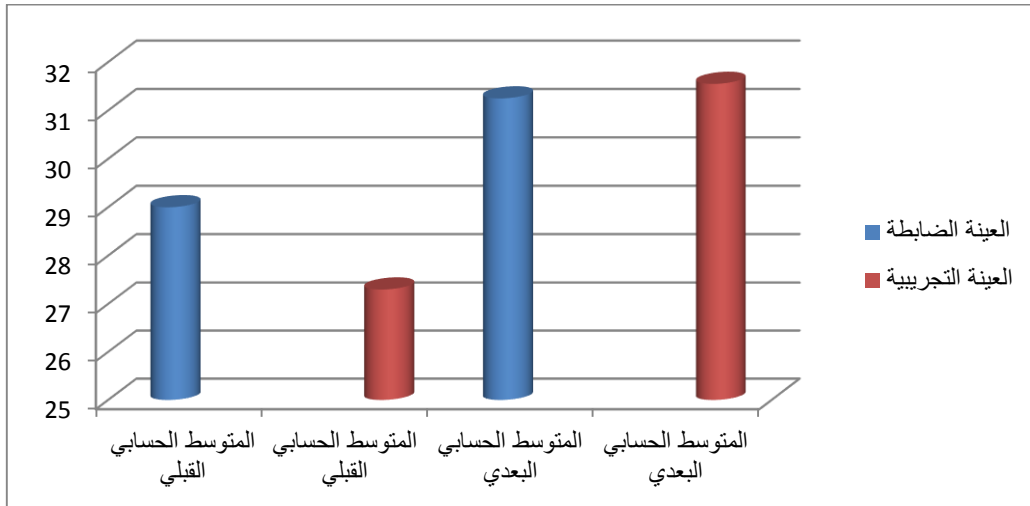
1- عرض وتحليل نتائج المجموعة الضابطة والتجريبية :

- جدول رقم (01): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الاحساس بالكرة:

| ملاحظة | ت<br>جدولية | ت<br>محسوبة | بعدي |       | قبلي |       | حجم<br>العينة |         |
|--------|-------------|-------------|------|-------|------|-------|---------------|---------|
|        |             |             | ع    | س     | ع    | س     |               |         |
| دال    | 2.09        | 7.00        | 3.36 | 31.55 | 2.75 | 27.30 | 20            | تجريبية |
| دال    | 2.09        | 3.29        | 1.41 | 31.25 | 2.71 | 29    | 20            | ضابطة   |

من خلال الجدول رقم " 1 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي في القبلي (27.30) و ع (2.75) اما البعدي حققت (س31.55، ع3.36) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (29، ع 2.71) وفي البعدي (س31.25، ع1.41) وبلغت قيمة ت المحسوبة في العينة التجريبية 7 والتي كانت أكبر من قيمة ت الجدولية 2.09 وبلغت قيمة ت المحسوبة في العينة الضابطة 3.29 والتي كانت أكبر من ت الجدولية وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 19 مما يبين وجود فرق دال إحصائياً أي معنوي بين العينتين في إختبار الاحساس بالكرة.

شكل رقم (04): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الاحساس بالكرة.

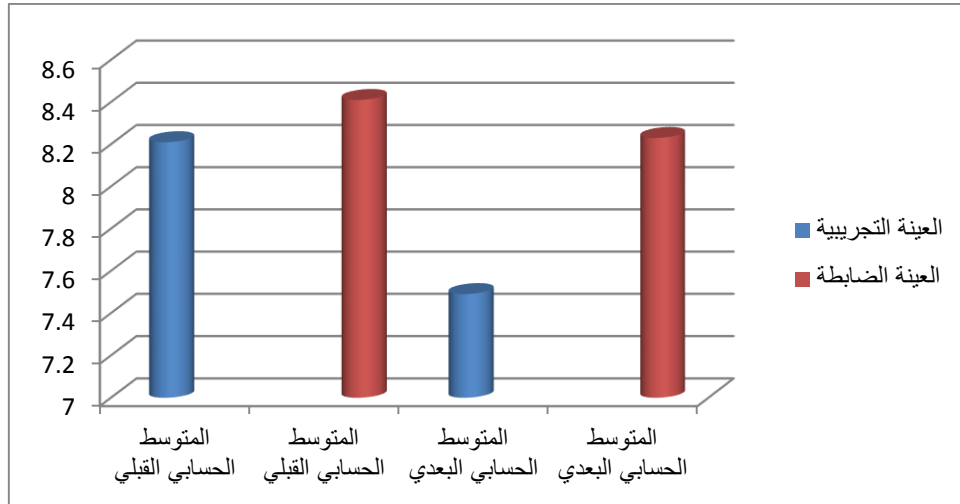


- جدول رقم (02): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الجري بالكرة:

| ملاحظة  | ت جدولية | ت محسوبة | بعدي |      | قبلي |      | حجم العينة |         |
|---------|----------|----------|------|------|------|------|------------|---------|
|         |          |          | ع    | س    | ع    | س    |            |         |
| دال     | 2.09     | 5.42     | 0.99 | 7.49 | 1.05 | 8.21 | 20         | تجريبية |
| غير دال | 2.09     | 1.01     | 0.63 | 8.23 | 0.88 | 8.41 | 20         | ضابطة   |

من خلال الجدول رقم " 2 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي في القبلي (8.21 و 1.05)ع اما البعدي حققت (س 7.49،ع 0.99) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (8.41، ع 0.88) وفي البعدي (س 8.23،ع 0.63) وبلغت قيمة ت المحسوبة في العينة التجريبية 5.42 والتي كانت أكبر من قيمة ت الجدولية 2.09 مما يبين وجود فرق دال احصائيا اي معنوي في العينة التجريبية. وبلغت قيمة ت المحسوبة في العينة الضابطة 1.01 والتي كانت أصغر من ت الجدولية وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 19 مما يبين عدم وجود فرق دال إحصائيا .

شكل رقم (05): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الجري بالكرة

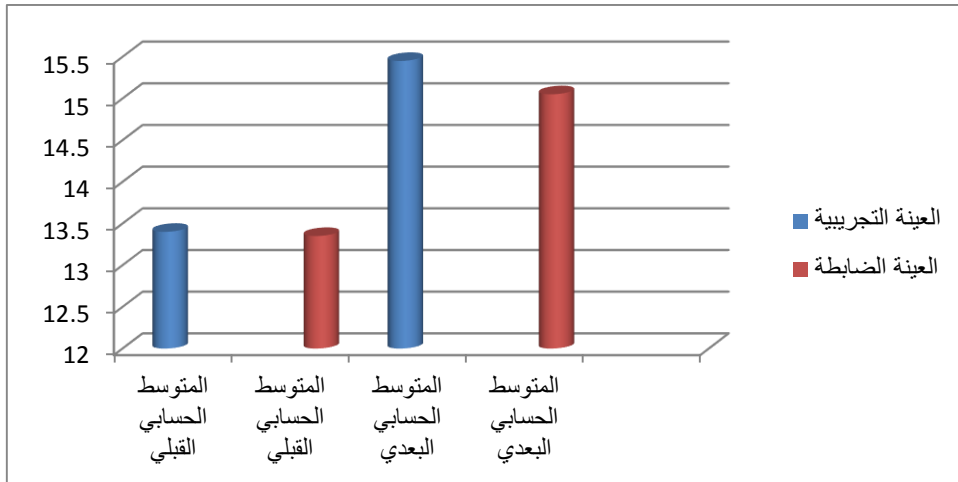


- جدول رقم (03): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار السرعة الحركية:

| ملاحظة | ت<br>جدولية | ت<br>محسوبة | بعدي |       | قبلي |       | حجم<br>العينة |         |
|--------|-------------|-------------|------|-------|------|-------|---------------|---------|
|        |             |             | ع    | س     | ع    | س     |               |         |
| دال    | 2.09        | 7.69        | 1.23 | 15.45 | 0.99 | 13.40 | 20            | تجريبية |
| دال    | 2.09        | 6.65        | 1.57 | 15.05 | 1.66 | 13.35 | 20            | ضابطة   |

من خلال الجدول رقم " 03 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي في القبلي (13.40) و ع (0.99) اما البعدي حققت (س 15.45، ع 1.23) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (13.35، ع 1.66) وفي البعدي (س 15.05، ع 1.57) وبلغت قيمة ت المحسوبة في العينة التجريبية 7.69 والتي كانت أكبر من قيمة ت الجدولية 2.09 وبلغت قيمة ت المحسوبة في العينة الضابطة 6.65 والتي كانت أكبر من ت الجدولية وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 19 مما يبين وجود فرق دال إحصائيا أي معنوي بين العينتين في إختبارالسرعة الحركية.

شكل رقم (06): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبار السرعة الحركية

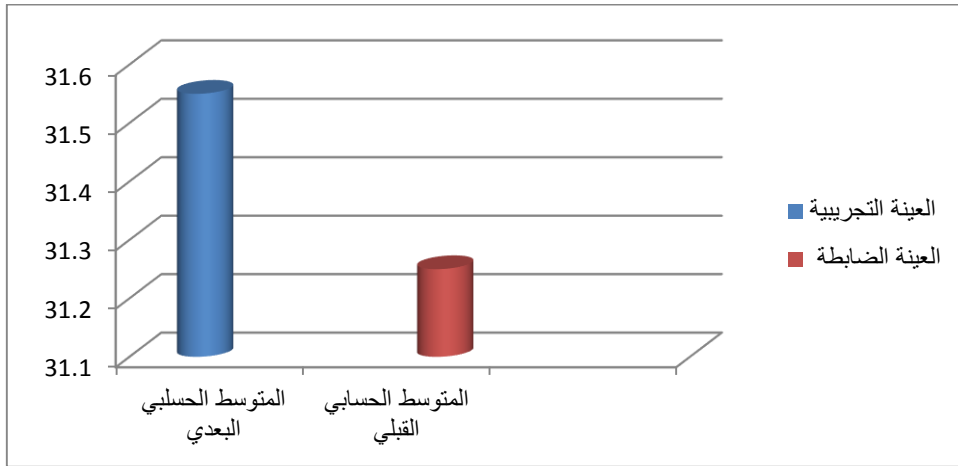


- جدول رقم (04): يبين نتائج الاختبار البعدي لاختبار الاحساس بالكرة:

| ملاحظة | ت الجدولية | ت المحسوبة | بعدي |       | حجم العينة |         |
|--------|------------|------------|------|-------|------------|---------|
|        |            |            | ع    | س     |            |         |
| دال    | 2.04       | 2.09       | 3.36 | 31.55 | 20         | تجريبية |
|        |            |            | 1.41 | 31.25 | 20         | ضابطة   |

من خلال الجدول رقم "04" يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي (س) 31.55 و ع 3.36 وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (س) 31.25، ع 1.41 وبلغت قيمة ت المحسوبة في العينتين 2.09 أكبر من قيمة 'ت' الجدولية 2.04 مما يبين وجود فرق دال احصائيا اي معنوي في العينة التجريبية و الضابطة.

شكل رقم (07): يبين نتائج الاختبار البعدي لاختبار الاحساس بالكرة

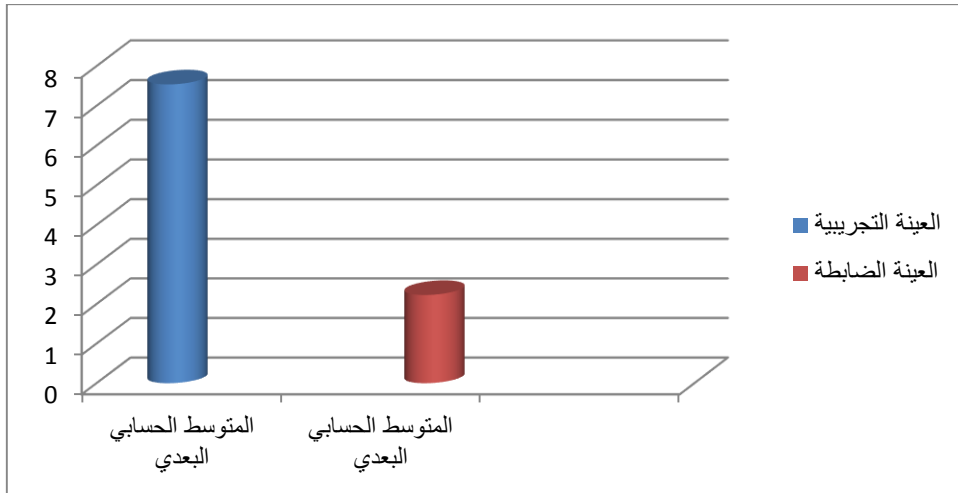


-جدول رقم (05): يبين نتائج ا البعدي لاختبارالجري بالكرة:

| ملاحظة | ت الجدولية | ت المحسوبة | بعدي |      | حجم العينة |         |
|--------|------------|------------|------|------|------------|---------|
|        |            |            | ع    | س    |            |         |
| دال    | 2.04       | 2.70       | 0.89 | 7.54 | 20         | تجريبية |
|        |            |            | 0.55 | 2.23 | 20         | ضابطة   |

من خلال الجدول رقم " 05 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي (س) 7.54 و ع (0.89) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (س) 2.23، ع (0.55) وبلغت قيمة ت المحسوبة في العينتين 2.70 والتي كانت أكبر من قيمة 'ت' الجدولية 2.04 مما يبين وجود فرق دال احصائيا اي معنوي في العينة التجريبية و الضابطة.

شكل رقم (08): يبين نتائج ا البعدي لاختبارالجري بالكرة

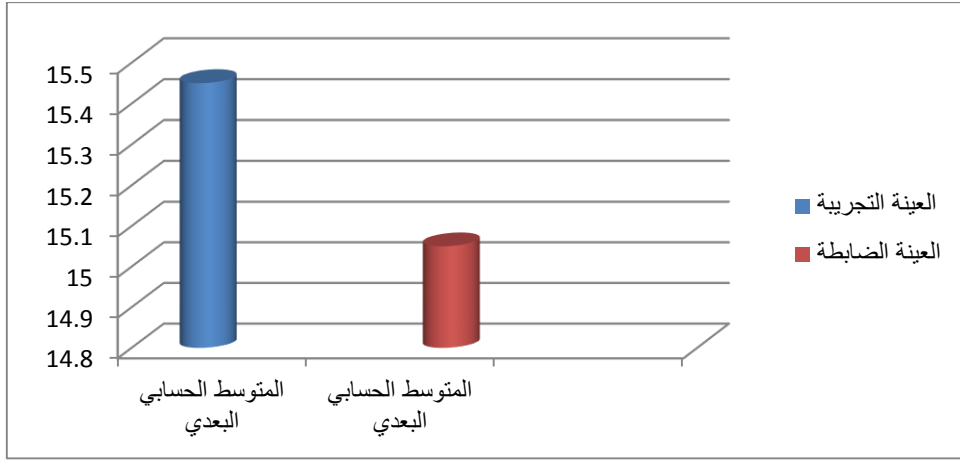


-الجدول (06) يبين نتائج البعدي لاختبار السرعة الحركية:

| ملاحظة | ت الجدولية | ت المحسوبة | بعدي |       | حجم العينة |         |
|--------|------------|------------|------|-------|------------|---------|
|        |            |            | ع    | س     |            |         |
| دال    | 2.04       | 3.12       | 1.23 | 15.45 | 20         | تجريبية |
|        |            |            | 1.57 | 15.05 | 20         | ضابطة   |

من خلال الجدول رقم "06" يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي (س) 15.45 و ع 1.23 وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (س) 15.05، ع 1.57 وبلغت قيمة ت المحسوبة في العينتين 3.12 والتي كانت أكبر من قيمة 'ت' الجدولية 2.04 مما يبين وجود فرق دال احصائيا اي معنوي في العينة التجريبية و الضابطة.

شكل رقم(09) يبين نتائج البعدي لاختبار السرعة الحركية



2- الاستنتاجات:

- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي لعيني البحث لاختبار الاحساس بالكرة وهذا يعني وجود تحسن في مستوى مهارة الاحساس بالكرة .
- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي لعيني البحث لاختبار الجري بالكرة وهذا يعني وجود تحسن في مستوى مهارة الجري بالكرة.
- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي لعيني البحث لاختبار السرعة الحركية وهذا يعني وجود تحسن في مستوى مهارة السرعة الحركية.
- تقارب بين العينتين الضابطة و التجريبية في الجانب الحسي والحركي أثناء اجراء الاختبارات القبليه.
- تحسن في مستوى الأداء الحركي والحسي للعينه التجريبية في الاختبارات البعدية بالنسبة للاختبارات البعدية.
- حققت العينه التجريبية تقدما في الجانب الحسي الحركي خلال الاختبارات البعدية منه للعينه الضابطة.

3- مناقشة الفرضيات :

➤ مناقشة الفرضية الأولى:

1-للألعاب المصغرة تأثير ايجابي في تحسين السلوك الحسي لدى الاصاغر لكرة القدم.

على ضوء النتائج المتحصل عليها من الجداول (01، و04) بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبارات القبليّة و البعدية (الاحساس بالكرة) انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة و البعدية لعينيّتي البحث لصالح الاختبار البعدي وبالتالي الفرضية الأولى تحققت.

كما أن هذه النتيجة توصل إليها الباحث " سريدي جمال " حيث توصلت هذه الدراسة إلى أهمية ألعاب المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم تعتبر طريقة حديثة وناجحة، حيث تساهم بشكل فعال في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم .

➤ مناقشة الفرضية الثانية:

1-تساهم الألعاب المصغرة في تحسين الأداء الحركي لدى الناشئين لكرة القدم

يمكن القول من خلال النتائج المتحصل عليها من الجداول (02،03،05،06) بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبارات البعدية (الجري بالكرة ، السرعة الحركية ) انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية لعينيّتي البحث لصالح الاختبار البعدي وبالتالي الفرضية الثانية تحققت. كما أن هذه النتيجة توصل إليها الباحثان " عبد الله رمضان و مختار الصديق " حيث توصلت هذه الدراسة إلى أهمية للألعاب الصغيرة في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية (القوة، الرشاقة، المرونة) لدى تلاميذ الطور الثاني خلال درس التربية البدنية والرياضية .

ألعاب المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم تعتبر طريقة حديثة وناجحة، حيث تساهم بشكل فعال في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم .

➤ مناقشة الفرضية العامة:

للألعاب المصغرة تأثير ايجابي رفي تنمية الجانب الحسي الحركي لدى الناشئين.

لقد تأكد الطلبة من خلال الفرضية الاولى و الثانية قد تحققت وهذا يعني ان للالعاب المصغرة لها تأثير في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى أصغر كرة القدم وعليه يرى الطلاب الباحثون ان الفرضية العامة للبحث التي مفادها ان للالعاب المصغرة تأثير في تنمية الجانب الحسي و الحركي قد تحققت.

#### 4-الاقتراحات و التوصيات:

إن هذه الدراسة ماهي إلا محاولة بسيطة محصورة في الإمكانيات المتوفرة ورغم ذلك نود أن نعطي نقطة بداية لبحوث أخرى في هذا المجال ، لذا كان من الضروري إلى طرح مجموعة من الاقتراحات حتى يتسنى لمدربي كرة القدم اكتساب التأهيل اللازم من اجل التأطير واستعمال طريقة كرة القدم المصغرة لدى الناشئين لما لها من أهمية في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم ، ومن أراء الإختصاصيين فيما يتعلق بالطرق العلمية لإعداد الفئات الصغرى ومن أجل الوصول بهذه الفئات إلى المستوى العالي قمنا باقتراح الخطوات التالية :

- إدراج طريقة كرة القدم المصغرة كطريقة جد هامة لإنجاز الحصة التدريبية .

1) نوصي بالاعتماد على استخدام طريقة الألعاب المصغرة الملائمة لخصوصيات اللاعب البدنية وخاصة في هذه المرحلة العمرية ( 12.09 سنة) .

2) نوصي باستثمار طاقات اللاعبين من خلال طريقة الألعاب المصغرة.

3) نوصي بالتنظيم المحكم والجيد للألعاب المصغرة حتى تلبى رغبات اللاعبين وتحقق الهدف من الحصة التدريبية.

6) نوصي بخلق جو تحفيزي للعمل وذلك من خلال الألعاب المصغرة.

هذه بصفة عامة ووجيزة بعض الإرشادات التي ارتئينا أن نقدمها وذلك قصد لفت انتباه المدرسين إلى طريقة الالعاب المصغرة وأهميتها في مجال التدريب الحديث .

## خاتمة :

إن كرة القدم المصغرة كطريقة من أهم الطرق الحديثة المنتهجة نظرا للدور الكبير الذي تلعبه في بلوغ أهداف مجتمعة لتطوير وتنمية قدرات ومهارات اللاعب الناشئ وهذه الطريقة تتلاءم مع المرحلة من ( 09 - 12 ) سنة ، والتي تعتبر خصبة وملائمة لصقل المهارات ، لأن اللاعب في هذه المرحلة يمتاز بالنشاط والحيوية والميول إلى اللعب ، لذلك فإنها تستهوي اللاعبين وتتيح لهم الفرصة لتطوير وتنمية قدراتهم الحسية و الحركية ، هذا ما جعلنا نؤكد على استعمال هذه الطريقة الحديثة خاصة مع المبتدئين الذين يعتبرون لاعبو الدرجة الممتازة وعماد الفريق الرياضي في المستقبل ، لذلك فإن العناية بتنشئتهم تنشئة سليمة يعني الاطمئنان على مستقبل كرة القدم . وعلى ضوء النتائج المحصل عليها توصلنا إلى ضرورة إعطاء هذه الطريقة المكانة والأهمية التي تستحقها أثناء عملية تدريب وتكوين الناشئين ، وضرورة اعتماد برامج ومناهج علمية حديثة تتماشى مع متطلبات وأساليب التدريب الرياضي الحديث .

وفي الأخير نستطيع القول بأن هذه النتائج لا بد أن تكون مرجعا ومنطلقا لدراسات أخرى في هذا المجال ، ومنارا للمختصين في مجال التدريب الرياضي في الجزائر للسير على الطريق الصحيح بداية من إيجاد البرامج الناجعة وتوفير الظروف لنجاح هذا الفرد وتوجيهه نحو التأهيل الصحيح .

## المراجع العربية:

1. محمد صبحي. *القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية*. القاهرة ، مصر :، دار الفكر العربي.
2. حسن السيد أبو عبده . (2002). *الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم ، مكتبة الإشعاع الفنية*. الاسكندرية ، مصر.
3. د /حسن السيد أبو عبده، .(2002). *الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم ، مكتبة الإشعاع الفنية*. الاسكندرية ، مصر.
4. د /حسن السيد أبو عبده .(2002). *الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم ، مكتبة الإشعاع الفنية*. الاسكندرية ، مصر.
5. د /حنفي محمود مختار . *الإختبارات و القياسات للاعبين كرة القدم* . دار الفكر العربي .
6. عبد القادر حليمي .(1992). *مدخل الإحصاء* . الجزائر :ديوان المطبوعات الجامعية.
7. محمد حسن علاوي محمد نصر الدين غضبن . (1996). *القياس في التربية الرياضية وعلم القياس الرياضي*. القاهرة ، مصر: دار الفكر العربي.
8. مروان عبد المجيد إبراهيم. (1999). *الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية*. عمان ، الأردن.
9. نزار مجيد الطالب ،محمد السمرائي .(1980). *مبادئ الإختبارات البدنية و الرياضية* . بغداد العراق :دار الكتاب لطباعة و النشر .
10. حنفي محمود مختار *كرة القدم للناشئين* . دار الفكر العربي.
11. عدنان عرفان مصلح .(1995). *التربية في رياض الطفل* . دار الفكر للنشر والتوزيع.
12. حنفي محمود مختار: *الاختبارات والقياسات للاعبين كرة القدم*، دار الفكر العربي ، مدينة نصر مصر 1997
13. حنفي محمود مختار : *التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم* ، دار الفكر العربي ، ط1، القاهرة مصر 1990.
14. عطيات محمد خطاب .(1990). *أوقات الفراغ والترويح* .(Vol. الطبعة الأولى).
15. علي عبد الواحد واقي . *عوامل التربية ، بحوث في علم الاجتماع التربوي والأخلاقي* . دار النهضة للطبع والنشر.
16. عماد الدين إسماعيل .(1986). *الأطفال ميراث المجتمع* . الكويت: سلسلة ثقافية دار العلم.
17. قاسم المندلوي وآخرون .(1990). *دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية* . دار الفكر العربي.
18. محمد حسن علاوة .(1983). *علم النفس الرياضي* .(éd. ط .5) القاهرة مصر :دار المعارف.
19. حسن السيد أبو عبده: *الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم* ، مكتبة الإشعاع الفنية الإسكندرية مصر 2002.
20. حسن عبد الجواد : *كرة القدم* ، بيروت ، لبنان ، ط 6 ، 1984.
21. لميريلا كيران: *التربية الاجتماعية*، دار الفكر العربي، القاهرة ، مصر ،1993.
22. موفق مجيد المولى : *الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم* ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ط1 عمان ، الأردن ، 2000 .

- 23.مد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف ، القاهرة، مصر، 1987جامعة الجزائر :مؤسسة التربية البدنية والرياضية دالي إبراهيم.
- 24.وديع فرج الين). مرجع سبق ذكره .(خبرات في الألعاب للصغار و الكبار .
- 25.ابراهيم ,مروان عبد المجيد .(2002). *النمو البدني والتعلم الحركي*. عمان :الدار العلمية للنشر ودار الثقافة.
- 26.أبوالعلاء أحمد عبد الفتاح، إبراهيم شعلان .(1994) *فيزيولوجيا التدريب في كرة القدم*. دار الفكر العربي .
- 27.بهاء الدين سلامة. (د.ت). *بيولوجيا الرياضة والأداء الحركي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 28.رضوان ,محمد حسن علاوي محمد نصر الدين .*المرجع السابق* .
- 29.سامي عبد القوي علي. *علم النفس الفسيولوجي، دراسة في تفسير السلوك الإنساني*.
- 30.محمد حسن علاوي. محمد نصر الدين رضوان. *المرجع السابق*.
- 31.محمود عبد الفتاح عنان .(1995) *بسيكولوجية التربية البدنية والرياضية، النظرية والتطبيق والتجريب* . القاهرة :دار الفر العربي.
32. حنفي محمود مختار، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، 1974.
- 33.حنفي محمود مختار، كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، 1974
- 34.البسيوني د. خ .(1992) *نظريات وطرق التربية البدنية*. الجزائر :د. م. ج.
- 35.د. عبد الرحمان الوافي، دزيان سعيد .(2004). *النمو من الطفولة إلى المراهقة*. الخنساء للنشر والتوزيع .
- 36.د. محمد عبد الرزاق شفق .(1985). *إدارة الصف المدرسي*. القاهرة: دار الفكر العربي .
- 37.د. محمد مصطفى زيدان .(1975). *دراسة سيكولوجية الطفل*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 38.ليلي يوسف .(1962) *سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية*. القاهرة :مكتبة الاجلو مصرية.

المراجع الاجنبية:

1. B .R .ALbermons. (1981). *manuel de psychologie de sport*. vigo t.
2. Bottym, E. (1981). *entraînement a l' européenne*. paris: édition vigot.

المرحلة: التحضيرية

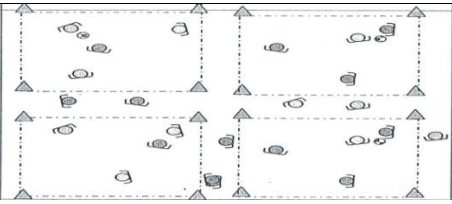
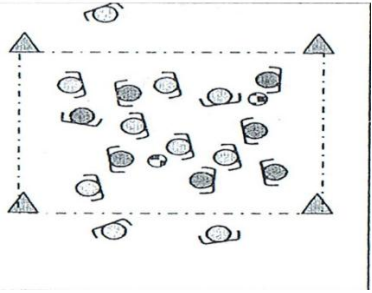
مذكرة رقم: 05 عدد الافراد : 20

الهدف: الهجوم و الدفاع

المكان: ملعب الفريق

الوسائل: صافرة + ميقاتييه ، أقماع ،كرات قدم

التوقيت: 14:00\_15:30

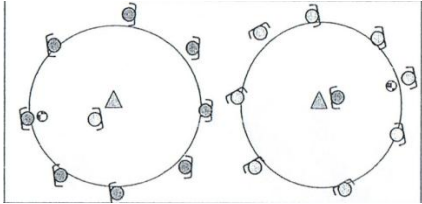
| المراحل           | الأهداف   | التشكيلات   | المدة | الشدة | الحجم |
|-------------------|---|---|-------|-------|-------|
| المرحلة التمهيدية | تهيئة اللاعب نفسيا وبدنيا للدخول للتدريب<br>التركيز على إحماء كلالعضلات وخاصة المقبله على العمل   |   | -15   | %50   | -15   |
| المرحلة الرئيسية  | 1- للعب 1*3 في مساحة 10*10م يقف مدافعان كاحتياط خارج المربع يحاول المهاجمون الاحتفاظ بالكرة اطول وقت ممكن تحت ضغط المدافع يفقد المهاجمون الكرة اذا خرجت الكرة خارج المربع او قطعها المدافع ، و عندها يبدل مكانه مع احد زملائه .بعد اشارة المدرب يتبادل المدافعون الادوار مع المهاجمون .<br>2- داخل مساحة 20*20م فريقين بلونين مختلفين لكل فريق كرة يحاول اعضاء كل فريق القيام باكبر عدد ممكن من التمريرات في وقت محدد في نفس الوقت محاولة قطع تمريرات الفريق الاخر و عرفلته . | <br> | -20   | 70%   | -40   |
| المرحلة الختامية  | العودة بالأجهزة الوظيفة إلى الحالة الطبيعية   |   | -05   |       | -05   |

المرحلة: التحضيرية

مذكرة رقم: 02 عددا لافراد : 20

الهدف: التمرير والاستقبال

التوقيت: 15: 30\_14:00

| المرحل               | الأهداف   | التشكيلات   | المدة      | الشدة      | الحجم |
|----------------------|---|---|------------|------------|-------|
| المرحلة<br>التمهيدية | <p>التحية والمنادات -<br/>الإصطفاف، شرح الأهداف<br/>-إجماء عام<br/>-إجماء خاص (تسخين العضلات المسؤولة<br/>عن العمل)</p>   |   | 15د        | 50%        | 15د   |
| المرحلة<br>الرئيسية  | <p>1- مقابلات داخل مساحات<br/>مختلفة باعداد مختلفة 2 ضد 1-<br/>3 ضد 2- 4 ضد 3 تحاول كل<br/>مجموعة القيام بخمسة تمريرات ثم<br/>تمرير الكرة الى زملاء في<br/>المنطقة الاخرى وفي نفس الوقت<br/>استقبال الكرة منهم</p> <p>2- على محيط دائرة قطرها<br/>15م ينتشر اللاعبون في محاولة<br/>منهم تمرير الكرة بينهم الابداع<br/>فرصة لضرب الشاخص الموجود<br/>في مركز الدائرة و المحمي من<br/>طرف الحارس الفريق الفائز هو<br/>الذي يصيب الشاخص اكبر عدد<br/>ممكن من المرات</p> | <br> | 20د<br>20د | 70%<br>90% | 40د   |
| المرحلة<br>الختامية  | <p>- الإنصراف بحدوء- جري<br/>خفيف حول نصف الملعب<br/>- جماعلتاد</p>   |   | 5د         |            |       |

المكان: ملعب الفريق

الوسائل: صافرة + ميقاتيه، أقماع، كرات



المرحلة: التحضيرية

مذكرة رقم: 03 عدد الافراد : 20

الهدف: تطوير مهارة التمرير والاستقبال

التوقيت: 14:00\_ 15: 30

الوسائل: صافرة + ميقاتيه ، أقماع ،كرات

المكان: ملعب الفريق

| المرحل               | الأهداف   | التشكيلات  | المدة | الشدة | الحجم |
|----------------------|---|--|-------|-------|-------|
| المرحلة<br>التمهيدية | التحية والمنادات<br>الاصطفاف، شرحالأهداف.<br><br>إحماء عام<br>إحماء خاص (تسخين العضلات<br>المسؤولة عن العمل)  |  | 15د   | 50%   | 15د   |
| المرحلة<br>الرئيسية  | 1-4 ضد4 مع مساعدين لكل فريق<br>في الهجوم للارتكاز اللعب داخل<br>منطقة 15*20 مقسمة الى نصفين و<br>محددة الزوايا ل لاعب الارتكاز في<br>كل زاوية لتبادل التمرير فقط يسمح<br>بالجري بالكرة في منطقة المنافس<br>فقط اما في الدفاع فيسمح بلمستيين<br><br>2- 7 ضد7 في نصف الملعب مع<br>رسم خطيين على طولي الملعب<br>بالتوازي مع خط التماس يبقى<br>لاعبان الجوكر في المنطقة الجانبية<br>مساند لكل فريق ، يقوم الفريقان<br>بالتباري لتسجيل الاهداف حيث كل<br>هدف يسجل بعد 5 تمريرات يحصل<br>الفريق على 3 نقاط ، و كل هدف<br>يسجل بعد اقل من 5 تمريرات<br>يحتسب نقطة تحتسب 3 نقاط عند<br>التسجيل من خارج المنتصف الفريق<br>الفائز الذي يحصل على اكبر عدد<br>من النقاط | <br> | 20د   | 70%   | 40د   |
| المرحلة<br>الختامية  | - الإنصراف بهدوء- جري خفيف<br>حول نصف الملعب<br><br>- جماع العناد   |  | 05د   |       | 05د   |

عدد الافراد : 20

رقم الحصة: 02

المرحلة: التحضيرية

التوقيت: 15:30\_14:00

الهدف: التحكم بالكرة

المكان ملعب الفريق

الوسائل: صافرة + ميقاتيه ، أقماع

| المرحل                                      | الأهداف   | التشكيلات   | المدة      | الشدة      | الحجم |
|---|---|---|------------|------------|-------|
| المرحلة التمهيدية<br>إحماء عام<br>إحماء خاص | الإصطفاف، شرح الأهداف<br>إحماء عام<br>إحماء خاص (تسخين العضلات<br>المسؤولة عن العمل)  |   | 15د        | 50%        | 15د   |
| المرحلة الرئيسية                            | 1- في ربع ملعب كرة القدم<br>اللعب 6 ضد 6 مع تقسيم منطقة<br>اللعب الى نصفين لكل فريق اللعب<br>بلمسة واحدة في منطقته و بلمستين<br>في منطقة المنافس يسجل الهدف<br>بعد تحقيق خمسة تمريرات<br>بالحصول على ثلاثة نقاط و<br>الحصول على نقطة واحد بعد اقل<br>من خمس تمريرات<br>2- 2 ضد 1+2 للمساندة لكل فريق<br>مرميين للتسجيل و اخرين للدفاع<br>يسمح للاعب المساند بلمس الكرة<br>فقط التسجيل يكون بالجري بالكرة<br>و الدخول في المرمى بين الاعمدة<br>الاستنجاد بالمساند في الحالات<br>الصعبة فقط |  | 20د<br>20د | 70%<br>90% | 40د   |
| المرحلة الختامية                            | جري خفيف حول نصف الملعب<br>- جمع العتاد<br>- الانصراف بهدوء   |   | 05د        |            | 05د   |

المرحلة: التحضيرية

رقم الحصة: 05

عدد الافراد : 20

الهدف:

التوقيت: 15: 30\_14:00

الوسائل: صافرة + ميقاتيه ، أقماع ،كرات القدم

المكان: ملعب الفريق

| المرحل                                      | الأهداف  | التشكيلات  | المدة | الشدة | الحجم |
|---|--|--|-------|-------|-------|
| المرحلة التمهيدية<br>إحماء عام<br>إحماء خاص | الإصطفاف، شرح الأهداف<br>إحماء عام<br>إحماء خاص (تسخين العضلات<br>المسؤولة عن العمل)   |  | -15   | %50   | -15   |
| المرحلة الرئيسية                            | 1- 5*5 داخل ملعب<br>في 40*20 مقسم الى ثلاثة مناطق<br>في منتصف اللعب الحر مع<br>تسجيل الهدف بالتصويب على<br>المرمى بحيث التسجيل من<br>المنطقة 3 ب3 نقاط و من المنطقة<br>2 ب2 و من المنطقة 1 ب1 نقطة<br>2- 6*6 داخل مساحة<br>40*20م اللعب بكرتين في وقت<br>واحد، فاذا كان الفريق مهاجما<br>بكرة فعليه مراقبة الفريق الاخر<br>إذا كانت لديه الكرة و بذلك يكون<br>الفريق مدافعا و مهاجما في نفس<br>الوقت ، او يكون مهاجما بكرتين<br>و الفريق اثنائي مدافعا على مرماه<br>من كرتين |  | -20   | %70   | -40   |
| المرحلة الختامية                            | جري خفيف حول نصف الملعب<br>- جمع العتاد<br>- الانصراف بهدوء  |  | -05   |       | -05   |

## ملخص الدراسة

**عنوان الدراسة:** تأثير الألعاب المصغرة في تنمية الجانب الحسي الحركي للاعبي كرة القدم  
تهدف الدراسة إلى إبراز وظيفة الألعاب المصغرة لدى الناشئين (09-12) ودرها في تنمية المجال الحسي الحركي ومعرفة مدى تأثير الألعاب المصغرة على تغطية النقص الكبير للوسائل والإمكانيات وما يمكن أن تلعبه من دور كبير خلال الحصص التدريبية لكرة القدم، الفرض من الدراسة للألعاب المصغرة تأثير ايجابي في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى لاعبي كرة القدم .  
العينة شباب المشرية وكيفية اختيارها عشوائيا الأداة اختبار الجري بالكرة ، اختبار السرعة الحركية و اختبار الاحساس بالكرة وتوصلنا الى أهم استنتاج وهو تحسن في مستوى الأداء الحركي والحسي للعينة التجريبية في الاختبارات البعدية بالنسبة للاختبارات البعدية وتوصلنا إلى أهم إقتراح و هو الإعتماد على استخدام طريقة الألعاب المصغرة الملائمة لخصائص اللاعبين البدنية وخاصة في هذه المرحلة العمرية ( 09-12 سنة) .

Titre de l'étude: L'effet de mini-jeux dans le côté sensoriel moteur du développement des joueurs de football

L'étude vise à mettre en évidence les fonctions des mini-jeux à la junior (09-12) et Derha dans le développement du moteur de la zone sensorielle et la connaissance de l'impact de la mini-jeux sur les grands Ngtihanaks les moyens et les possibilités et peut jouer un rôle important au cours des sessions de formation pour le football, l'hypothèse de l'étude des jeux mini-effet positif dans le côté sensoriel de développement moteur avec les joueurs de football. Jeunes « chababMécheria » et comment hasard outil sélectionné essai courir avec le ballon, le moteur de test de vitesse et de tester un sens la balle et atteint une conclusion importante une amélioration dans le niveau de performance motrice et sensorielle de l'échantillon expérimental dans les tests de soumettre aux tests Badahotouselna à la proposition la plus importante et est à compter sur l'utilisation de la méthode des mini-jeux appropriés aux spécificités lecteur physique, surtout à cet âge (09-12-années).