

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة الجيلاي بونعامة - خميس مليانة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص:

النشاط البدني الرياضي التربوي.

أثر برنامج تعليمي مبني على اللعب في تحسين بعض المهارات الحركية
الأساسية وتركيز الانتباه لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي.

دراسة ميدانية (المدرسة الابتدائية ابن رشد - واد رهيو - ولاية غليزان)

تحت إشراف الدكتور:

✓ بودبزة مصطفى.

من إعداد الطالبين:

✓ بن أحمد حكيم

✓ مزارى بوزيان

السنة الجامعية: 2021 - 2022

يقول عماد الدين الأصفهاني* :

﴿ إِنِّي رَأَيْتُ أَنَّهُ لَا يَكْتُوبُ أَحَدٌ كِتَابًا
فِي يَوْمِهِ إِلَّا قَالَ فِي غَدِهِ، لَوْ غَيَّرَ هَذَا
لَكَانَ أَحْسَنَ، وَلَوْ زِيدَ هَذَا لَكَانَ
يُسْتَحْسَنُ، وَلَوْ قُدِّمَ هَذَا لَكَانَ أَفْضَلَ،
وَلَوْ تُرِكَ هَذَا لَكَانَ أَجْمَلَ، وَهَذَا مِنْ
أَعْظَمِ الْعِبَرِ، وَهُوَ دَلِيلٌ عَلَى إِسْتِيْلَاءِ
النُّقْصِ عَلَى جُمْلَةِ الْبَشَرِ ﴾.

* عماد الدين الأصفهاني: ولد في أصفهان عام 1125م ثم انتقل منها إلى بغداد فشغل

ناظر البصرة و بعدها ناظر واسط إلى ان أصبح نائب الوزير ابن هبيرة. رافق صلاح الدين الأيوبي في حياته و معاركه. و بعد وفاة صلاح الدين عام 1193م أقام في منزله وأقبل على التصنيف حتى وفاته عام 1201م.

الشكر و التقدير

قال الله تعالى: ((وَاللَّهُ أَخْرَجَكُم مِّنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ)) الآية 78 من سورة النحل.

الحمد لله الذي علم الانسان ما لم يعلم والشكر لله على نعمته وعونه على إتمام هذه الرسالة. وما يزال الرجل عالما ما طلب العلم فإن ظن أنه قد علم فقد جهل.

نتقدم بجزيل الشكر والتقدير والاحترام للسيد المشرف الدكتور " بوروبزة مصطفى " لما أبداه من توجيهات قيمة ومعلومات نيرة ومتابعة مستمرة لإخراج هذه المذكرة بشكلها النهائي.

كما نتقدم بخالص الشكر والعرفان إلى كل من قدّم لنا يد العون والمساعدة ونخص بالذكر مدير مدرسة ابن رشد الابتدائية "مكي الحاج" دكاترة وأساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة "جامعة الجليلي بونعامه خميس مليانة".

اهداء

اهداء

إلى روح والدك الطاهرة.

إلى والدتك الكريمة حبا و عرفانا.

إلى كل أفراد العائلة صغيرا وكبيرا.

إلى زوجتي الكريمة وأبنائي و قررة عيني.

إلى كل الدكاترة والأساتذة تقديرا واحتراما.

إلى كل الأصدقاء و من يسعد في طلب العلم.

إلى كل هؤلاء نهدى هذه الرسالة.

ب-ح

اهداء

اهداء

إلى من كانا سبباً في وجودي أبوايا رحمهما الله.

إلى من ربّني حتى اشتدّ ساعدي أُمي (زوجة أبي)

بارك الله في عمرها وكل عائلة مزارى.

إلى رفيقة دربي زوجتي الغالية أطال الله عمرها.

إلى نور قلبي وعيني بسمة ومُحَمَّد آدم.

إلى كل الدكاترة والأساتذة تقديراً واحتراماً.

إلى كل روح سقطت دفاعاً عن الأقصى وفلسطين وكل ضمير حي

دافع ولا يزال يدافع عنها إلى روح "شرين أبو عاقلة"

إلى كل غيور على الجزائر الحبيبة ويعمل لأجل نهضتها

إلى كل زملائي بالمجلس الشعبي الوطني.

إلى كل هؤلاء نُهدي هذه الرسالة.

م-ب

قائمة المحتويات

أ	- الشكر والتقدير.
ب	- إهداء
د	- قائمة المحتويات
ر	- قائمة الجداول.
ح	- قائمة الصور والأشكال البيانية.
ط	- ملخص البحث

مدخل عام للدراسة: التعريف بالبحث

01	1- مقدمة
03	2- مشكلة البحث
05	2- أهداف البحث
06	3- فروض البحث
06	4- أهمية البحث
07	5- المفاهيم الأساسية لمصطلحات البحث
09	6- الدراسات السابقة

الجانب النظري: الخلفية النظرية

الفصل الأول: اللعب و أهميته في مرحلة الطفولة

20	تمهيد
21	1.1- اللعب
21	1.1-1- تعريف اللعب
22	2.1-1- مراحل اللعب عند الأطفال
23	3.1-1- فوائد اللعب
24	4.1-1- أنواع اللعب
25	5.1-1- العوامل المؤثرة في اللعب
27	6.1-1- أبعاد اللعب
30	7.1-1- النظريات المفسرة للعب
34	8.1-1- الأهمية التربوية للعب عند الطفل

34 9-1-1. التربية الحركية لأطفال الابتدائي
35 2-1. مرحلة الطفولة المتوسطة
35 1-2-1. تعريف مرحلة الطفولة المتوسطة
36 2-2-1. خصائص مرحلة الطفولة المتوسطة
37 3-2-1. مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المتوسطة
41 خلاصة

الفصل الثاني: المهارات الحركية الأساسية والانتباه

43 تمهيد
43 1-2. التعلّم الحركي
43 1-1-2. تعريف التعلّم الحركي
43 2-1-2. مبادئ التعلّم الحركي
45 3-1-2. أهمية الحواس في التعلّم الحركي
45 4-1-2. الجهاز العصبي والتعلم الحركي
46 5-1-2. أنواع الحركات
47 2-2. المهارات الحركية الأساسية
47 1-2-2. تعريف المهارات الحركية الأساسية
48 2-2-2. تصنيف المهارات الحركية الأساسية
50 3-2-2. نماذج من المهارات الحركية الأساسية
54 3-2. تركيز الانتباه
54 1-3-2. تعريف الانتباه
55 2-3-2. أنواع الانتباه
55 3-3-2. العلاقة بين الإدراك والانتباه
56 4-3-2. مظاهر الانتباه
58 5-3-2. تعريف تركيز الانتباه
58 6-3-2. تركيز الانتباه في المجال الرياضي
60 خلاصة

الجانب التّطبيقي: الدراسة الميدانية

الفصل الثالث: منهجية البحث والاجراءات الميدانية

63	تمهيد
63	1-3. الدراسة الاستطلاعية
64	2-3. منهج البحث
64	3-3. عينة البحث
65	4-3. متغيرات البحث
66	5-3. الأجهزة والأدوات المستعملة بالبحث
71	6-3. البرنامج التعليمي
73	7-3. الأساليب الاحصائية في معالجة البيانات
74	خلاصة

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

76	تمهيد
77	1-4. عرض وتحليل نتائج البحث
77	1-1-4. عرض وتحليل نتائج اختبارات "المهارات الحركية الأساسية"
82	2-1-4. عرض وتحليل نتائج اختبار "تركيز الانتباه"
84	3-1-4. عرض وتحليل نتائج تأثير البرنامج على المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه ...
85	4-3. الاستنتاجات
85	4-4. مناقشة الفرضيات
85	1-4-4. مناقشة الفرضية الأولى
87	2-4-4. مناقشة الفرضية الثانية
88	3-4-4. مناقشة الفرضية الثالثة
89	5-6. الفرضيات المستقبلية
90	الخاتمة
92	قائمة المصادر والمراجع
	قائمة الملاحق

قائمة الجداول والأعمال البيانية

أولاً: قائمة الجداول:

الرقم	العنوان	ص
01	- يمثل مراحل اللعب عند الأطفال.	22
02	- يوضح اختبار شبكة تركيز الانتباه تصميم: دورثي هاريس (D.Harris) تعريب: محمد حسن علاوي.	70
03	- يوضح البرنامج التعليمي المبني على اللعب.	72
04	- يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبارات: " مهارة التوازن المتحرك ".	77
05	- يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبار " الجري المتعرج ".	79
06	- نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبار " الوثب العريض من الثبات ".	80
07	- يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبار " تركيز الانتباه ".	82
08	- يوضح حجم تأثير البرنامج على متغيرات قيد البحث.	84

ثانيا: قائمة الأشكال البيانية

الرقم	العنوان	ص
01	- يوضح العلاقة بين الانتباه والإدراك.	56
02	- يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية القبلية والبعدي لاختبارات: " مهارة التوازن المتحرك ".	78
03	- يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية القبلية والبعدي لعينة البحث في اختبار: "الجري المتعرج"	80
04	- يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية القبلية والبعدي لعينة البحث لاختبار: "الوثب العريض من الثبات".	81
05	- يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية القبلية والبعدي لعينة البحث لاختبار: " تركيز الانتباه ".	83

ثانيا: قائمة الصور

الرقم	العنوان	ص
01	- توضح اختبار المشي على اللوحة أماما.	67
02	- توضح اختبار المشي على اللوحة خلفا.	67
03	- توضح اختبار المشي على اللوحة جانبا.	68
04	- توضح اختبار الجري المتعرج.	68
05	- توضح اختبار الوثب العريض من الثبات.	69
06	- توضح اختبار شبكة تركيز الانتباه.	69
07	- توضح اختبار شبكة تركيز الانتباه.	70

ملخص البحث

هدف بحثنا هذا إلى اقتراح برنامج تعليمي مبني على اللعب يسعى إلى تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي. مستندا إلى أسس علمية وبعض النظريات التربوية المهمة بتربية الطفل وكذلك مراعاة الفروق الفردية بينهم، لذلك أجرينا دراسة مسحية للدراسات السابقة والمشاهدة لموضوعنا وكذلك نظريات التعلم والتعلم الحركي، وبعض الأفكار والآراء التربوية لعلماء مهتمين بتربية الطفل، وأخذنا بعين الاعتبار منهاج التربية البدنية والرياضية لمرحلة التعليم الابتدائي، وخلصنا لوضع برنامج تعليمي مكون من (10) وحدات تعليمية، عرضناها على الأساتذة المحكمين بعدها قمنا بتطبيق البرنامج خلال الفصل الثاني على عينة البحث المكونة من 20 تلميذ (عينة تجريبية)، لكن وللأسف الشديد لم يتم تطبيق جميع وحدات البرنامج بسبب جائحة كورونا كوفيد 19 حيث تحلل البرنامج بعض العطل الاستثنائية.

استخدمنا المنهج التجريبي في دراستنا ذو تصميم المجموعة الواحدة نظرا للحالة الوبائية وانعدام برنامج موازي للعينة الضابطة نظرا لتقليص توقيت الدراسة (نظام التدريس بالأفواج) والاستغناء عن حصة التربية البدنية والرياضية بالرغم من أن الوزارة أبقّت على توقيتها، واستعملنا اختبارات لقياس المهارات الحركية الأساسية تمثلت في (مهارة التوازن المتحرك "اختبار المشي على اللوحة"، مهارة الجري "اختبار الجري المتعرج"، مهارة الوثب "اختبار الوثب العريض من الثبات") واختبار شبكة تركيز الانتباه، وبعد معالجة البيانات بالاستعانة بنظام حزمة الإحصاء للعلوم الاجتماعية (spss.22) توصلنا إلى أهم نتيجة:

البرنامج التعليمي المقترح المبني على اللعب يؤثر إيجابيا في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي.

الكلمات المفتاحية:

المهارات الحركية الأساسية، تركيز الانتباه، اللعب، البرنامج التعليمي.

RESEARCH SUMMARY

The aim of our research is to propose a play-based educational program that seeks to improve some basic motor skills and focus attention among second-year primary students. Based on the foundations of those scientific and some educational theories interested in raising the child, as well as taking into account the individual differences between them, we conducted a survey study of previous and similar studies on our topic, as well as theories of learning and kinesthetic learning, and some educational ideas and opinions for scholars interested in raising the child, and we took into account the curriculum of physical and sports education for the primary stage, We concluded to develop an educational program consisting of (10) educational units, which we presented to the arbitrators, after which we applied the program during the second semester to the research sample consisting of 20 students (experimental sample), but unfortunately not all units of the program were applied due to the outbreak of Corona Covid 19, where The program included some special holidays.

We used the experimental method in our study with a one-group design due to the epidemiological situation and the lack of a parallel program for the control sample due to the reduction of the study timing (the teaching system in cohorts) and the dispensation of the physical and sports education class, although the Ministry kept its timing, and we used tests to measure basic motor skills represented in (Skill Moving balance "walking test on the board", running skill "zigzag running test", jumping skill "broad jump test of stability") and attention focus network test, and after processing the data using the statistical package system for social sciences (22.spss) we reached the most important result :

The proposed educational program based on play positively affects the improvement of some basic motor skills and focus of attention among second-year primary students.

key words:

Basic motor skills, focus, play, educational program.

مدخل عام للدراسة

التعريف بالبحث

يحتوي هذا الفصل على:

- 1- مقدمة.
- 2- مشكلة البحث.
 - التساؤل العام.
 - التساؤلات الفرعية.
- 3- أهداف البحث.
- 4- الفرضيات.
 - الفرضية العامة.
 - الفرضيات الجزئية.
- 5- أهمية البحث.
- 6- المفاهيم الأساسية لمصطلحات البحث.
- 7- الدراسات السابقة.
 - 1-7. عرض الدراسات.
 - 2-7. التعليق على الدراسات.
 - 3-7. نقد الدراسات.

1- مقدمة:

تعتبر مقولة "العقل السليم في الجسم السليم" هي المقولة التي تهدينا إلى خير وسيلة وخير طريقة لوقاية النشء والشباب، فهذه المقولة تؤكد على أهمية اللعب في حياة الفرد سواء أكان صغيراً أو راشداً أو رجلاً وكذا أهميته في مرحلة الطفولة بصفة خاصة، فممارسة الأطفال للعب هو استهلاك طاقات الطفل وتوجيهها إلى البناء لا الهدم، فلو أتاحت لتلك الطاقات منافذ اللعب لانطلقت تبني لنا الأبطال، ولصار هؤلاء الأبطال قدوة للنشء، فاللعب فيه إعلان لوسائل إشباع الدوافع النفسية، ففيه تخرج الرغبات اللاشعورية في نشاطات مقبولة اجتماعياً، والتي يمكن أن تفجر طاقات الإبداع.

وتعتبر السنوات الأولى من حياة الطفل من أهم مراحل حياته، نظراً لأن الطفل يعتبر عجينة سهلة يمكن تشكيلها وذلك لإرساء بناء شخصيته، لذا فترية الطفل في مرحلة الطفولة المبكرة والوسطى وخاصة أثناء وجوده في المدرسة الابتدائية، أصبحت جزءاً من تنظيم بنية التربية في بعض دول العالم، وأصبحت أيضاً تمثل جزءاً من برنامج التعليم المستمر مدى الحياة والذي يكتسب من خلاله الطفل كثير من المهارات. (المغازي إبراهيم مُجَّد، 2015، صفحة 101).

ويؤكد (ماينل) على أن هذه المرحلة هي أحسن مرحلة للتعلم الحركي، وبصورة خاصة قابلية التصرف الحركي للأطفال، وتعتبر أغنى مرحلة لاستيعاب الواجب الحركي والتي تتطور فيها المهارات الحركية وبناء المستويات وتكون فيها قابلية التعلم الحركي سريعة جداً، وأن قابلية الطفل تصل إلى أعلى مستوى في الصفات الحركية وتتطور الصفات الجسمية لخدمة الصفات الحركية. (يوسف لازم كماش، نايف زهدي الشاويش، 2011، صفحة 392).

وتمثل المرحلة الابتدائية في جميع دول العالم قاعدة وبداية سلم التعليم، وكلما كانت القاعدة قوية وراسخة كلما كان البناء قويا. وتكمن أهميتها في أنها البداية الحقيقية لعملية التنمية الشاملة لمدارك الطفل حيث تعد المدارس الابتدائية ميداناً خصباً لتعليم أنماط مختلفة من

الأنشطة الحركية، ففي هذه المرحلة تنمو قدرات الطفل ومهاراته الحركية الأساسية كما تنضج ميوله وتكون قابلة للتأثير والتوجيه والتشكيل. (غنية محمود، فاتن قريشي، 2019، صفحة 1).

وتشير المنظمة العالمية للصحة "W.H.O" أن اللعب ضرورة أساسية في حياة الطفل لتحقيق النمو والتكامل في شخصيته. حيث لا تقتصر على تزويده بالصحة الجيدة، بل وتدعمه أيضا بالحب والأخوة اللذين يحتاج إليهما في نموه كما تخلق من حوله جوا يساعده على التكيف مع نفسه ومع بيئته الخارجية. كما استغل علماء النفس والطب العقلي طريقة اللعب في كل من التشخيص والعلاج، ففي التشخيص يستغل اللعب للملاحظة وتقويم السلوك والكشف عن المشاكل، إذ يسجل للطفل ما يقوم به أثناء لعبه، ويقوم الأخصائي بتحليله. فيزيل اللعب التوتر الذي يعانیه الطفل، حيث يتمكن من خلال التعبير عن صراعه الانفعالي بلغته الطبيعية، ولهذا فللعب وظيفة وقائية علاجية. (خيرية إبراهيم السكري، 2005، صفحة 13)

وبالرجوع إلى تحليل الدراسات السابقة ومنها: دراسة (بودبزة مصطفى)، ودراسة (طبي حسين، آيت لونيس مراد) والتي توصلت إلى إيجاد تأثير إيجابي للبرامج على المتغيرات البحث. جاءت هذه الدراسة لتوضح العلاقة التي تربط بين كل هذه المتغيرات، ففي الباب الأول: التعريف بالبحث والدراسة النظرية والتي تضمنت فصلين تطرقنا في الفصل الأول إلى اللعب وأهميته في مرحلة الطفولة، أما في الفصل الثاني فتحدثنا عن المهارات الحركية الأساسية والانتباه. وحمل الباب الثاني الدراسة التجريبية ونتائج البحث، وذلك بعد تطبيق البرنامج التعليمي على تلاميذ الصف الثالث والرابع ابتدائي من مدرسة "إبن رشد الابتدائية، وادي رهيو، غليزان". وهذا لمدة شهرين (من: 2022/02/13 الى: 2022/04/25) بمعدل حصة واحدة أسبوعيا، بحيث توصلنا في الأخير واستنادا على ما تم من إجراءات ومعالجات إحصائية وتفسيرا للنتائج وفي نطاق مجتمع البحث إلى أن البرنامج التعليمي المقترح المبني على اللعب قد ساعد على تعزيز وتحسين بعض المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي.

2- مشكلة البحث:

تعد مرحلة التعليم الابتدائي حجر الزاوية في البناء التعليمي والتي تركز عليها الدول وذلك لكونها من أنسب المراحل السنية لتنمية مهارات الطفل الحركية وتطويرها التي تستند إليها المراحل التعليمية اللاحقة، وقد عدّ الكثير من العلماء هذه المرحلة كأحسن مراحل التعليم نظرا إلى وجود مجموعة من الخصائص البيولوجية والنفسية والحركية التي تميز الطفل في هذه المرحلة، كما يعد الاهتمام بالطفولة من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمعات وتطورها فهذا الاهتمام هو في الواقع اهتمام بمستقبل الأمة بإعداد الأطفال ورعايتهم في الجوانب كافة هو إعداد لمواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها مقتضيات التطور والتغير السريع الذي نعيشه اليوم. (ناهد عبد زيد الدليمي، 2010، صفحة 115)

ولقد تحدث العديد من العلماء على أهمية مرحلة التعليم الابتدائي وتنمية المهارات الحركية في هذه الفترة حيث تعد الأفكار والنظريات التربوية التي جاء بها (رودولف لابان) و(أفلاطون) و(بياجيه) خير دليل على أهميتها وعلاقتها بالأداء الحركي للإنسان ودورها في تنمية المستوى الحركي والوجداني والمعرفي للطفل. ويتجسد ذلك باعتبار التربية الرياضية والحركية نوع من أنواع التربية العامة والتي تسعى إلى تحقيق النمو المتكامل والمتزن (اجتماعيا، وعقليا، ونفسيا، وبدنيا) وذلك من خلال النشاط الحركي الذي تتطور فيه القدرات البدنية والحركية بشكل خاص، وعليه يتطلب من المتخصصين والباحثين الاهتمام بالأطفال والعمل على إعداد مناهج تعليمية تساعد على إكسابهم تلك القدرات. (طبيي حسين، آيت لونيس مراد، 2018، صفحة 115)

ورغم أهمية تطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال ومن سن مبكرة وبوسائل وطرق تتناسب وإمكانيات الطفل المختلفة، إلا أنه ومن خلال اطلاعنا على عدد من الدراسات والبحوث في هذه المرحلة وكذا زيارتنا الميدانية للمدارس وجدنا أن درس التربية الرياضية شبه منعدم فيها، حتى أنه في السنتين الأخيرتين وبسبب جائحة "كورونا" تم حذفها من التقويم

الفصلي في حين كان الأولى استثمار هذه الحصة لتنمية الكفاءات العرضية التي جاءت في باقي المواد كعملية التنفس وحساب نبض القلب في مادة التربية العلمية، الأشكال والأرقام والاتجاهات في مادة الرياضيات. (أنظر الملحق رقم 01).

وإن درست فإنها مازالت تمارس بطرق تقليدية قديمة رغم فائدتها المحدودة بتمارين مقيدة ذات تشكيلات محددة، كالهرولة حول الملعب ثم المشي وبعض القفزات ثم مجموعة من التمارين البدنية من الوقوف في أغلب الأحيان، مما يولد الملل والضجر عند الطفل وأحيانا الهروب من الدرس دون أدنى استثمار لطاقاته الحركية الهائلة مولدين الإحباط لرغباته وميوله بكل جوانبه المختلفة، مبتعدين بذلك عن أهداف درس التربية الرياضية المدرسية في بناء النشء وتطويره، والتي علينا كتربويين وباحثين دراستها بما يتفق ومتطلبات المرحلة من كافة الجوانب والاهتمام ببرامج الرياضة للطفل وبخاصة المدرسية منها بما يتناسب مع قدراتهم الحركية والعقلية والنفسية، مع التشجيع المستمر لهم في إطار برنامج علمي مدروس وموجه لتعليم وتطوير قدراتهم في مختلف الأنشطة الرياضية وبطرق تدريس حديثة تتخللها بعض الألعاب التنافسية المشوقة والمتنوعة للطفل تتناسب مع ميوله ورغباته من جهة وتبعد عنه الملل والتعب من جهة أخرى.

ويعتبر اللعب المجال الأوفر في هذه المرحلة من التعليم، حيث يشكل الركيزة الأساسية لاكتشاف الطفل نفسه ومحيطه والتكيف معهما، والوسيلة المثلى لتطوير القدرات الإدراكية الحركية. (عمر سليمان الروبي، 1995، صفحة 24).

كما يهتم بتنمية العمليات العقلية كالانتباه، مما سينعكس ايجابيا على تحصيلهم الدراسي، حيث يشير "سليمان بن محمد" أنه قد كان العلماء في القديم يعتقدون أن الأنشطة البدنية منفصلة تماما عن الأنشطة العقلية، ولكن بعد التجارب الكثيرة، والبحوث العلمية توصلوا إلى أن الأمر مختلف، حيث أن عمل العقل وقوته وعبقريته مرتبطا ارتباطا وثيقا وعميقا بحالة البدن الإيجابية أو السلبية. (موسلمال سليمان بن محمد، 2010، صفحة 17)

ونظرا لأهمية المهارات الحركية الأساسية في حياة الطفل والتي تساعد للتعبير عن ذاته وتكيفها مع الواقع الذي يعيش فيه، وهذا ما جاءت به مناهج التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي، إلا أنه عدم تمكن معلمي المرحلة الابتدائية من تعليمية هذه المادة دفعنا لإعداد برنامج تعليمي يكون دليلا مساعدا لهم في هذه المرحلة، ومنه نطرح التساؤلات التالية:

التساؤل العام:

هل يؤثر البرنامج التعليمي المقترح المبني على اللعب في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي؟

التساؤلات الفرعية:

- 1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي في قياس المهارات الحركية الأساسية قيد البحث؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي في قياس تركيز الانتباه؟
- 3- هل هناك أثر للبرنامج المقترح على المهارات الحركية الأساسية قيد البحث وتركيز الانتباه؟

3- أهداف البحث:

- يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي المبني على اللعب لتحسين بعض المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي من خلال:
- 1- تصميم برنامج تعليمي مبني على اللعب لتحسين بعض المهارات الحركية الأساسية.
 - 2- التعرف على تأثير البرنامج على متغيرات الدراسة (المهارات الحركية الأساسية - تركيز الانتباه).
 - 3- إعطاء فرصة تعليمية لتلاميذ عينة البحث لممارسة النشاط البدني الرياضي وإبراز أهميته للمعلمين.

4- الفرضيات:

من خلال التساؤلات السابقة الذكر في الإشكالية قمنا بوضع الفرضيات التالية:

الفرضية العامة:

يؤثر البرنامج التعليمي المقترح المبني على اللعب في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي.

الفرضيات الجزئية:

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي في قياس المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي في قياس تركيز الانتباه.
- 3- هناك أثر للبرنامج المقترح على المهارات الحركية الأساسية قيد البحث وتركيز الانتباه.

5- أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في شقين: العلمية والعملية، فمن الجانب العلمي هي اجتهاد من الطالبين في تزويد حقل المعرفة وخاصة لفئة المعلمين ببرنامج تعليمي يبرز أهمية التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي، وعملي بالرجوع إليه واعتماده كمرجع في تعليمية المادة في هذا الطور.

6- المفاهيم الأساسية لمصطلحات البحث:

يذكر الطاهر سعد الله "أن من أخطر الصعوبات التي تواجه الباحثين في ميدان العلوم الإنسانية هي عموميات لغتها"، وعليه يعرف الطالبين المصطلحات التالية:

❖ البرنامج التعليمي:

التعريف الاصطلاحي: وقد عرفه دينو (1980) بأنه "البرنامج البيداغوجي الإجرائي الذي يتضمن قائمة النشاطات والمهارات والكفاءات والمواقف التي سيعبر عنها التلاميذ في شكل سلوكيات في نهاية العملية التعليمية. (وزارة التربية الوطنية، 2008)

التعريف الاجرائي: مجموعة الوحدات التعليمية المعدة والمقترحة من طرف الطالبين.

❖ اللعب:

التعريف الاصطلاحي: يعرف اللعب بأنه عبارة عن عملية تعلم أو تمثيل تحول المعلومات لتلائم حاجات الفرد، وهو عبارة عن نشاط جسدي يهدف للاستمتاع واللذة والترفيه عن النفس. وعرفه حسن علاوي "بأنه النشاط السائد في حياة الطفل ما قبل المدرسة كما يساهم بقدر كبير في المساعدة على النمو العقلي والخلقي والبدني والجمالي والاجتماعي، والمتبع لنمو الأطفال يلاحظ تطور اللعب عندهم واختلافه باختلاف مراحل النمو".

التعريف الاجرائي: مجموعة من الألعاب تم اختيارها وترشيحها من طرف مجموعة من الخبراء قصد توظيفها بالبرنامج التعليمي.

❖ المهارات الحركية الأساسية:

التعريف الاصطلاحي: عرفت ماجدة علي (1999) بأنها "أشكال ومشتقات الحركات الطبيعية والتي يمكن التدريب عليها واكتسابها في عديد من الواجبات الحركية التي تشكل تحدياً لقدرات الطفل من أجل اكتساب حصيلة جيدة من مفردات المهارات الحركية".

التعريف الاجرائي: ونقصد بها مهارات (الجري، الوثب، الاتزان المتحرك).

• الجري:

التعريف الاصطلاحي: هو عملية مستمرة ومنتظمة من حركة الأقدام على الأرض اندفاعياً تسمح للإنسان بالتنقل سريعاً.

التعريف الاجرائي: تمّ استخدام اختبار الجري المتعرج (اختبار "روبرت جونسون").

• الوثب:

التعريف الاصطلاحي: هو حركة انفجارية تتمثل في دفع كتلة الجسم بأكمله في الهواء، ويأخذ أنماطاً مختلفة وفقاً لاتجاه الحركة فيه. (الوثب الأفقي والعمودي والوثب من ارتفاع).

التعريف الاجرائي: تمّ استخدام اختبار الوثب العريض من الثبات.

• الاتزان المتحرك:

التعريف الاصطلاحي: المشي على عارضة التوازن هو أحد أشكال الاتزان المتحرك (Dynamic Balance) وهو القدرة على المحافظة على اتزان الجسم أثناء تحركه من نقطة إلى أخرى.

التعريف الاجرائي: تمّ استخدام اختبار المشي لبوردو.

❖ تركيز الانتباه:

التعريف الاصطلاحي: ضعف أو قصور في القدرة على تركيز الانتباه، فهو تهيؤ ذهني أو هو توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين لملاحظة أدائه أو التفكير به. (الظاهر، 2012، صفحة

(103)

التعريف الاجرائي: هو اختبار مقنن للدكتور حسن علاوي لقياس تركيز الانتباه عند الأطفال.

7- الدراسات السابقة:

7-1. عرض الدراسات:

7-1-1. دراسة نوال إبراهيم شلتوت، عزة عبد الحليم (1988):

برنامج ألعاب الصغيرة لتطوير دقة الاداء وأثره على بعض المهارات الحركية في درس التربية الرياضية لتلاميذ المدرسة الابتدائية.

هدف البحث:

1- وضع برنامج ألعاب صغيرة مقترحة لتطوير الدقة.

2- دراسة أثر برنامج الألعاب الصغيرة المقترحة لتطوير الدقة على أداء بعض المهارات في درس التربية الرياضية لتلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية.

منهج البحث:

المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية.

عينة البحث:

تم اختيارهم بالطريقة العمدية من مدرسة رشدي الابتدائية المشتركة من الصف الخامس وقد بلغ عددهم 100 تلميذة.

نتائج البحث:

1- وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات المقاسة.

2- وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات.

7-1-2. دراسة طيبي حسين، أيت لونيس مراد (2018):

تأثير برنامج تربية حركية على تنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لدى تلاميذ الصف الرابع ابتدائي (09-10 سنة).

هدف البحث:

دراسة تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية.

منهج البحث:

استخدم الباحثين المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة بتصميم مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية.

عينة البحث:

أجريت الدراسة على 26 طفلاً تم اختيارهم بطريقة العمدية، حيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة متشكلة كلاهما من 13 طفلاً.

أداة البحث: اختبارات المهارات الحركية الأساسية (إختبار الحجل لمسافة "20م"، إختبار رمي كرة لأبعد مسافة) واختبارات القدرات الحركية (إختبار الجري المكوكي، إختبار التوازن الديناميكي)

الوسائل الإحصائية:

تضمن التحليل الإحصائي للبيانات، الإحصاء الوصفي (المتوسط الحسابي والانحراف المعياري)، الإحصاء التحليلي (إختبار T للعينات الغير مستقلة وإختبار T للعينات المستقلة).

نتائج البحث:

1- البرنامج التعليمي المقترح له تأثير إيجابي في تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية.

3-1-7. دراسة بودبزة مصطفى (2017 - 2018):

إعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة وأثره في تحسين القدرات الادراكية الحركية والانتباه لذوي صعوبات التعلم وعلاقته بالتحصيل الدراسي.

هدف الدراسة:

إعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة لتحسين القدرات الادراكية الحركية وتركيز الإلتباه لذوي صعوبات التعلم.

منهج البحث:

لقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج التجريبي.

عينة البحث:

بلغ أفراد عينة البحث (20 تلميذ) للسنة الدراسية 2016/2017 من أقسام السنة الثالثة ابتدائي، تم توزيعهم إلى مجموعتين واحدة ضابطة وأخرى تجريبية.

أداة البحث:

- 1- الإختبارات المستعملة لتقويم القدرات الادراكية-الحركية (مقياس بوردو).
- 2- اختبارتركيز الانتباه (قدمته دورثي هاريس 1984 ترجمة مُجدّ حسن علاوي).
- 3- مقياس صعوبات التعلم الأكاديمية والنّمائية للزيّات.
- 4- المقابلات الشخصية: دكاترة مختصين، الأخصائيون النفسانيون، مدرّاء ومعلّمي الإبتدائي.

الوسائل الإحصائية :

- 1- معامل الالتواء.
- 2- معامل التفرطح.
- 3- قيمة "ز" المحسوبة.
- 4- قيمة الدلالة.

نتائج البحث:

أثبت الباحث فعالية الألعاب التعليمية في تنمية بعض القدرات الحركية للأطفال ذوي صعوبات التعلم، بحيث كان له الأثر الإيجابي في تحسين القدرات الإدراكية الحركية وتركيز الانتباه والذي يرتبط إيجاباً مع التحصيل الدراسي، وأكد على ضرورة دراسة علاقة اللعب والألعاب التعليمية بالقدرات الإدراكية الحركية والانتباه والتحصيل الجيد.

4-1-7. دراسة فؤاد بن فاضل (2018/2017):

برنامج تربية حركية مقترح وأثره على تحقيق بعض الأهداف التربوية لدى أطفال التحضيري (5-6) سنوات.

هدف البحث:

اقترح برنامج في التربية الحركية يسعى إلى تحقيق بعض الأهداف التربوية للأطفال التعليم التحضيري مستندا إلى أسس علمية وبعض النظريات التربوية المهمة بتربية طفل ما قبل المدرسة ومراعيًا للفروق الفردية.

منهج البحث:

لقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة.

عينة البحث:

أجريت الدراسة على مجاميع البحث الثلاث المكونة من (45) طفلاً وطفلة تم اختيارهم بطريقة قصدية، وبغية التحصل على التكافؤ بين عينات البحث الثلاث اتبع طريقة اختيار الأزواج المتناظرة، وباستخدام المنهج التجريبي ذو القياس القبلي للعينة التجريبية والضابطة الأولى، والقياس البعدي للعينات الثلاث بعد تطبيق البرنامج المقترح على كل من العينة التجريبية والعينة الضابطة الثانية.

أداة البحث:

اختبارات المهارات الحركية الأساسية ومقياس (هايود) لتقييم مخرجات المجال الحس حركي، ومقياس التفاعل الاجتماعي الذي صممه (نبراس محمد آل مراد) لتقييم مخرجات المجال العاطفي الاجتماعي، بالإضافة إلى اختبار ذكاء الأطفال الذي صمّمته (إجلال محمد سري) لتقييم مخرجات المجال المعرفي العقلي.

الوسائل الإحصائية:

تضمن التحليل بالاستعانة ببرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية.

نتائج البحث:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مخرجات برنامج التربية الحركية المقترح تعزي لمتغير الجنس.
- للبرنامج المقترح اثر ايجابي وفعال في تحقيق بعض الأهداف التربوية الخاصة بالمجال الحس حركي ممثلة في (مهارة الجري، مهارة الوثب الطويل، مهارة الاتزان الثابت، بالإضافة إلى القدرات الإدراكية الحس حركية)، بينما كان أثره محدود وليس له دلالة إحصائية في تنمية كل من (مهارتي الرمي واللقف، بالإضافة إلى مهارة الاتزان المتحرك).
- للبرنامج المقترح اثر ايجابي وفعال في تحقيق الأهداف التربوية الخاصة بالمجال العاطفي الاجتماعي.
- للبرنامج المقترح اثر محدود ليس له دلالة إحصائية في تنمية مخرجات المجال المعرفي العقلي.

5-1-7. دراسة لعربي زكرياء (2017-2018):

- أثر برنامج تعليمي المقترح بالألعاب الشبه رياضية على تنمية بعض الحركات الانتقالية (المشي - الجري - الوثب)

هدف البحث:

تحديد طبيعة العلاقة بين الألعاب الشبه رياضية و تنمية المهارات الحركية الانتقالية المشي - الجري - الوثب.

منهج البحث:

لقد استخدم الباحث في دراسته المنهج التجريبي.

عينة البحث:

اشتملت عينة البحث للمنهج التجريبي 40 تلميذ من الطور الابتدائي من ابتدائية شكاوي شعبان مقسمين على مجموعتين الضابطة و التجريبية تم اختيارهم بطريقة عمدية.

الوسائل الإحصائية:

الوسط الحسابي الانحراف المعياري - بيرسون اختبار t.test

نتائج البحث:

إن للألعاب الحركية الصغيرة المستعملة هي ألعاب خاصة تقوم بتعزيز المهارات الحركية الأساسية الانتقالية في كل من مجالات الانتقال الحركية.

6-1-7. دراسة عربي نور الهدى (2020/2019):

إعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة لتحسين بعض القدرات العقلية (الانتباه والإدراك الحسي) لدى الأطفال ذوي فرط النشاط الحركي.

هدف البحث:

هدفت إلى التعرف على أهمية البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب المصغرة بغرض تحسين بعض القدرات العقلية (الانتباه والإدراك الحسي) لدى التلاميذ الذين يعانون من النشاط الزائد في الطور الابتدائي.

منهج البحث:

لقد استخدمت الباحثة في دراسته المنهج التجريبي.

عينة البحث:

شملت عينة الدراسة على 16 تلميذ كعينة تجريبية واحدة مشخصين على أنهم يعانون من اضطراب فرط النشاط الحركي المصحوب بتشتت الإنتباه ونقص الإدراك الحسي.

أداة البحث:

الاختبارات المستعملة لتقويم "الانتباه" و"الادراك الحسي"، مقياس اختبار الاطفال ذوي فرط النشاط الحركي، مقابلات والاستبيان.

الوسائل الإحصائية:

تضمن التحليل الإحصائي للبيانات ، الإحصاء الوصفي (المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري)، الإحصاء التحليلي (اختبار T)

نتائج البحث:

وتوصلت الباحثة من خلال هذه الدراسة إلى أنّ البرنامج التعليمي المستخدم أثبتت فعاليته في خفض مستوى اضطراب فرط النشاط الحركي وساهم في رفع قدرة الانتباه والإدراك الحسي لدى تلاميذ العينة، كما ساهم في تحسين تحصيلهم الدراسي.

7-1-7. دراسة عبد القادر بوخالفة (2021):

اقترح برنامج بالألعاب المصغرة وأثره في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية (الجرى، الرمي، الوثب) للطفل (6-7) سنوات

هدف البحث:

اقترح برنامج بالألعاب المصغرة وأثره في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية للتلميذ في المرحلة الابتدائية (6-7) سنوات، وتكمن الفائدة من وراء ذلك في التوصل إلى إيجاد برنامج ينمي قدرات الطفل في اكتساب أهم المهارات والحركات الأساسية

منهج البحث:

لقد استخدم الباحث في دراسته المنهج التجريبي.

عينة البحث:

شملت عينة الدراسة 31 تلميذا اختبرت بطريقة قصدية.

أداة البحث:

اختبار "روبرت جونسون" التحصيل المهارات الحركية"

الوسائل الإحصائية:

تضمن التحليل الإحصائي للبيانات، الإحصاء الوصفي (المتوسط الحسابي والانحراف المعياري)، الإحصاء التحليلي (اختبار T)

نتائج البحث:

وتوصل الباحث من خلال هذه الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في تحسين مهارتي الجري والوثب، وكذا وجود تحسن طفيف غير دال إحصائيا في مهارة الرمي.

2-7. التعليق على الدراسات:

تعتبر الدراسات السابقة والمشاهدة من الأهمية بمكان كونها تزود الباحث بأهم النتائج المتوصل إليها حول موضوع الدراسة، بغية اعتمادها للانطلاق في دراسات جديدة، بالإضافة إلى إعطاء الباحث نظرة عن الأسلوب الأنسب لإجراء الدراسة وكذلك إعطاءه فكرة أوضح عن خطوات إجراء الدراسة للوصول إلى الأهداف المرجوة منها، كما أنها تزود الباحث بأدوات إجراء الدراسة من اختبارات ومقاييس، وتفيده في اختيار أدوات المعالجة الإحصائية الأنسب لموضوع الدراسة، وعليه أجرينا دراسة فاحصة لمختلف الدراسات السابقة التي اهتمت بتناول موضوع اللعب وأثره على المهارات الحركية الأساسية والانتباه. وقد شكّلت اطارا نظريا، حيث بينت الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع البحث أو أحد متغيراته أهمية اللعب للأطفال وخاصة في مرحلة التعليم الابتدائي، كما تطرقت لتأثيرها على المهارات الحركية الأساسية والانتباه، حيث خلصت معظم الدراسات في هذا المجال إلى تحديد الآثار الإيجابية للبرامج التعليمية الرياضية في تطوير المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه.

3-7. نقد الدراسات:

إنّ جلّ هذه الدراسات لها من الأهمية بمكان، لكنّ الشّيء الملاحظ فيها أنّها لم تخلص بشيء ملموس موجه للمعنيين بهذه الفئة، وما ميز دراستنا هذه أنّها حملت في طياتها دليلا تعليميا إلكترونيا يعد مرجعا لمعلم المرحلة الابتدائية لتعليمية المادة، كما يبرز أهمية التربية البدنية والرياضية في هذا الطور وكيفية تطبيقها، وإعطاء فرصة تعليمية لتلاميذ عينة البحث لممارسة النشاط البدني الرياضي الذي حرموا منه جراء الحالة الوبائية التي اجتاحت العالم بأسره ومنه رأينا ضرورة اجراء هذه الدراسة لتحسين بعض المهارات الحركية الأساسية عند هذه الفئة لما لها من علاقة وطيدة لبناء النشء، وهذا ما أكدته البحوث السابقة والدراسات المشاهدة.



الفصل الأول:

اللعب و أهميته في مرحلة الطفولة

يحتوي هذا الفصل على:

تمهيد.

1-1. اللعب.

1-1-1. تعريف اللعب.

2-1-1. مراحل اللعب عند الأطفال.

3-1-1. فوائد اللعب.

4-1-1. أنواع اللعب.

5-1-1. العوامل المؤثرة في اللعب.

6-1-1. أبعاد اللعب.

7-1-1. النظريات المفسرة للعب.

8-1-1. الأهمية التربوية للعب عند الطفل.

9-1-1. التربية الحركية لأطفال الابتدائي.

2-1. مرحلة الطفولة المتوسطة (6-9) سنوات.

1-2-1. تعريف مرحلة الطفولة المتوسطة.

2-2-1. خصائص مرحلة الطفولة المتوسطة.

3-2-1. مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المتوسطة.

خلاصة.

تمهيد:

يعدّ اللّعب وسيلة طبيعية في تفهم مشاكل الحياة التي تحيط بالطفل والتي تفرض نفسها عليه، في كل لحظة وآونة فعن طريق اللّعب يكتشف البيئة التي يعيش فيها ويوسع من معلوماته ويزيد من مهاراته ويعبر عن أفكاره ووجدانه. (عطية محمود، 1949، صفحة 154)

فاللّعب من الأنماط السلوكية الشائعة في الطفولة والمراهقة المبكرة، وهو نشاط محبّب بالنسبة للأطفال والتلاميذ، ومن خلاله يظهر التلاميذ ابتكاراتهم، ويطلقون فيه خيالهم واهتماماتهم الشخصية. وقد ظهر حديثاً ميل لتقييم دور اللّعب وتشجيعه، باعتباره خبرة تعليمية ذات دلالة بما له من دور في النمو المعرفي والنمو السوي. (فيصل عباس، 1997، صفحة 114)

1-1. اللّعب:

1-1-1. تعريف اللّعب:

إنّ موضوع اللّعب موضوع شامل فقد عرّفه الكثير من المفكرين والعلماء من عدّة جوانب، ويعود ذلك لأهميته الكبيرة ودوره الهام في تنشئة الفرد، فمن الناحية النفسية والاجتماعية اعتبره (سيميل Simmel) أنّه وظيفة إعداد الأطفال لأدوار الكبار، ومن المنظور الاجتماعي تناوله (هوزينجا Huizinga) وعرّفه بأنّه من ألوان النشاط الحر الذي يؤدي بالوعي خارج الحياة العادية باعتباره نشاطاً يأخذ في أدائه عدم الجدية، ويشير كل من (دوتري ولويس Daughtrey & Lewis) إلى أنّ اللّعب أصبح مرادفاً شائعاً للحركة، وهو أحد الدوافع الأربعة الأساسية التي تقود الإنسان، هي الجنس، الذات، التجمع واللّعب، كما أنّه يعتبر وسيلة لاستعادة نشاط الجسم وحيويته بعد ساعات العمل المجهدة. (عربي نو الهدى، 2020، صفحة 48).

يعرفه "حامد زهران" بأنه سلوك يقوم به الفرد بدون غاية عملية مسبقة ويعد أحد الأساليب التي يعبر بها الطفل عن نفسه. ويوضح العالم (جوتس موتس) " أن اللّعب وسيلة لاستعادة نشاط الجسم وحيويته بعد ساعات العمل المجهدة ". (الين وديع فرج، 1994، صفحة 25) كما يعرفه حسن علاوى 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 اللّعب عندهم واختلافه باختلاف مراحل النمو". (مُحمّد حسن علاوى، 1983، صفحة 09).

ويتصف اللّعب بعدة سمات تم إجمالها من قبل مُحمّد الحيلة في ما يلي:

- ✓ اللّعب نشاط لا إجباري وغير ملزم، وقد يكون موجه من قبل الكبار.
- ✓ المتعة والسرور جزء رئيسي في اللّعب.
- ✓ يمكن من خلال اللّعب استغلال الطاقة الذهنية والحركية للطفل في آن واحد.

- ✓ يرتبط اللعب بالدوافع الداخلية الذاتية للطفل.
- ✓ اللعب مطلب أساسي لنمو الطفل وتلبية حاجاته.
- ✓ اللعب عملية تمثيل وحتى يكون اللعب فعالا لا بد للطفل من تمثيله.
- ✓ اللعب مطلب أساسي لإثارة تفكير الأطفال (مُجَّد محمود حلية، 2007، صفحة 13).

2-1-1. مراحل اللعب عند الأطفال:

لقد حدد علماء النفس مراحل اللعب من سن العام الواحد حتى العام الثاني عشر وهو

موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (01) يمثل مراحل اللعب عند الأطفال

العمر	صفة المرحلة	المستوى	مراحل اللعب	نمط اللعب
5-1 سنوات	التركيز على الذات	اللعب الفردي اللعب المتبادل	التعرف على الأشياء التقليد	التعرف على الأشياء حل المشكلات
8-5 سنوات	التعاون	اللعب مع الزميل اللعب مع المجموعات	التقليد التوقع التحليل التركيب	الاكتشاف حل المشكلات
12-8 سنوات	المنافسة	اللعب في مجموعات و فرق	الاختبارات التحليل التركيب التقويم	حل المشكلات الاكتشاف الإبداع

3-1-1. فوائد اللعب:

- ✓ للعب فوائد كبيرة للأطفال والكبار على حد سواء ويمكن إجمال هذه الفوائد فيما يلي:
 - ✓ ينفس على التوتر الجسمي والانفعالي عند اللاعب.
 - ✓ يدخل الخصوبة 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 لمسلكتهم.
 - ✓ يتيح للطفل الفرصة ليعبر عن حاجاته التي لا يستطيع التعبير عنها في حياته الواقعية.
 - ✓ يعطي الطفل مجالاً لتمرين 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 04).
 - ✓ الألعاب غير الحقيقية تنمي الخيال وتطور الفكر وتهيئ الطفل لعالم الكبار.
- كما أن الألعاب التي تحتاج إلى مجهود عضلي وبدني تنمي التوافق الحركي عند الطفل، مثل الجري والتسلق والركل والتوازن وغيرها.. وهو الأمر الذي جعل جمعية القلب الأميركية American Heart Association تصدر توصيات بضرورة أن يمارس الأطفال فوق عمر عامين نشاطاً بدنياً معتدلاً وممتعاً لمدة لا تقل عن ساعة يومياً، للوقاية من أمراض القلب عند

البلوغ، خاصة في المدن الكبيرة، حيث الحياة السريعة التي يخضع فيها الأطفال لقيود ممثلة في جدول مزدحم طوال اليوم. وقد ثبت أن الأطفال والمراهقين الذين يتمتعون بنشاط بدني في الأغلب يصبحون بالغين موفوري النشاط أيضا.

بالإضافة إلى ذلك، يحمل اللعب العديد من الفوائد النفسية للطفل، بل ويمكن أن يساهم في تحسن بعض حالات الأمراض المتعلقة باضطراب السلوك أو الأطفال الذين يعانون من مشكلات نفسية (منتديات ستارتايمز، 2009).

4-1-1. أنواع اللعب:

1-4-1-1. اللعب العفوي:

يعتبر أساس النشاط النفسي والحركي للطفل، وهو عبارة عن الوسيلة الأولى للتعبير عن طريق إشارات حركات تظهر مجانية. الأطفال الصغار يتوجهون إلى العمل جد هام في تعلم وتحكم في الحقائق بعد ذلك اللعب يتوجه نحو تعلم الحياة الاجتماعية بتصور أدوار الكبار.

2-4-1-1. اللعب التربوي:

المدرسة الفعالة النشيطة فهت بأنه يمكن أن يقوم اللعب بدور تربوي وذلك خاصة عندما يكون الطفل في ريعان نموه، بحيث يثير الانتباه وينمي روح الملاحظة والتعاون وبعد ذلك يمكن من تهيئة النزعة للحياة الاجتماعية (مفتي إبراهيم حمادي، 2000، صفحة 26، 25).

3-4-1-1. اللعب العلاجي:

يستعمل في العلاج النفسي عند الأطفال الذين هم تحت التشخيص، الطفل لا يستطيع التعبير عن كل مشاكله أي ما يختلج في صدره عن طريق الكلام، ولكن تحملها يظهر بوضوح في النشاطات اللهوية كاللعب (مفتي إبراهيم حمادي، 2000، صفحة 26).

5-1-1. العوامل المؤثرة في اللعب:**1-5-1-1. الصحة والنمو الحركي:**

الأطفال الأصحاء يبذلون جهدا ونشاطا أكثر من الأطفال معتلي الصحة، فالأطفال الذين يعانون من سوء في التغذية والرعاية الصحية، يكونون أقل لعبا وأقل اهتماما وعناية بالألعاب والدمى. (عبد الحميد العناني، 1990، صفحة 34).

أما بالنسبة للنمو الحركي، فيلعب دورا في تحديد مدى نشاط اللعب لدى الطفل، فالطفل الذي لا يستطيع قذف والتقاط الكرة من الطبيعي أن لا يشارك أقرانه في العديد من الألعاب التي تعتمد على التناسق الحركي، كألعاب التقطيع والتكيب والرسم والعزف، وبشكل عام فإن الصحة تؤثر سلبا أو إيجابيا على اللعب. (عبد الفناح الهنداوي، 2000، صفحة 65).

2-5-1-1. الذكاء:

يرتبط لعب الأطفال منذ ولادته بمستوى الذكاء لديه، كما يدل لعبه على التفوق والإبداع، وتبدو الفروق الفردية بين الأطفال واضحة في نشاط لعبهم منذ العام الثاني، فسرعان ما ينتقل الأطفال الأكثر ذكاء من اللعب الحسي، إلى اللعب الذي يبرز فيه عنصر الخيال، والمحاكاة واضفاء ولا يتضح هذا التطور في لعب الأطفال الأقل ذكاء، أما بالنسبة للاختيار مواد اللعب وانتقائها فإن الأطفال العاديين أو ذوي المستويات الأعلى في الذكاء يظهرون تفضيلا لمواد اللعب التي تعتمد إلى حد كبير على النشاط التركيبي. (نبيل عبد الهادي، 2004، صفحة 102).

3-5-1-1. الجنس (الفروق بين لعب البنين ولعب البنات):

جنس الأطفال يلعب دورا كبيرا في نشاط لعبة وبصفة عامة تفضل البنات اللعب بالدمى وألعاب متعلقة بالمواد المنزلية، بينما يفضل الأولاد ألعاب القطارات والسيارات. ويلعب الأولاد يعنف أكثر من البنات ويفضلون ألعاب مثل: كرة القدم، بينما تحب البنات ألعابا مثل: ألعاب

القص وألعاب الفك والتركيب، كما تفضل ألعاب التمثيل التي تعتمد على المهارة اللغوية، بينما يفضل الأولاد الألعاب الحركية التي تعتمد على الرياضة والحركات الصامتة. (مُجَّد عبد الرحيم، عدنان عارف مصلح، 2001، صفحة 96).

4-5-1-1. المستوى البيئي:

تؤثر البيئة الاقتصادية والاجتماعية في اللعب، فالأطفال في البيئات الفقيرة يلعبون أقل من الأطفال في البيئات الغنية، وذلك لأن الألعاب في البيئة الفقيرة يكون أقل، بالإضافة إلى أن الوقت الذي يقضونه يكون أقل مما يقضيه في الأطفال في بيئات الغنية، وهذا لعدم توفر أماكن اللعب من ناحية وانشغالهم في نواحي الحياة من ناحية أخرى، كما يتأثر الأطفال بعامل المكان، فإما أن يلعب الأطفال في الشوارع أو في الساحات، وبذلك تؤثر البيئة التي ينتمون إليها على الكيفية التي سيلعبون بها وعلى نوعية الألعاب التي يمارسونها. (مُجَّد أحمد خطاب، أحمد عبد الكريم حمزة، 2008، صفحة 66).

كما تؤثر الظروف البيئية في نوعية اللعب، فعلى سبيل المثال في الشتاء في المناطق المعتدلة يخرج الأطفال للعب في الحدائق والمنتزهات بينما يتمتعون في المناطق الباردة بالترحلق على الجليد واللعب بالثلج، وفي المناطق معتدلة الحرارة يمارسون اللعب في المناطق المغلقة، أما المناطق الريفية والصحراوية يقل نشاط اللعب بسبب الانعزال الجغرافي وقلة أدوات اللعب. (مُجَّد أحمد الصوالحة، 2007، صفحة 38).

5-5-1-1. المستوى الاجتماعي و الاقتصادي:

يؤثر في لعب الأطفال الذين ينتمون إلى مستويات الاجتماعية والاقتصادية المرتفعة حيث يفضلون أنشطة تكلف بعض المال كالتنس والسباحة... الخ. بينما يشترك الأطفال في المستويات الأقل من أنشطة ضئيلة التكاليف كألعاب الإستغماية كما أن الوقت المخصص للعب يتأثر بالطبقة الاجتماعية، فالوقت المتاح أمام الأطفال من الأسر الفقيرة يكون أقل من

الأطفال ذوي المستوى الأعلى، وذلك بسبب ضرورة مشاركتهم أسرهم في بعض أعبائها الاقتصادية اليومية. (نبيل عبد الهادي، 2004، صفحة 96).

6-5-1-1. مواد اللعب:

تعد هذه النقطة من النقاط المهمة التي تؤثر مواد اللعب في نشاطه، فالألعاب التركيبية البنائية والمكتبات والرمال والأجهزة التي يقوم الطفل بفكها وتركيبها تكون موجهة للجانب العقلي من شخصية الطفل، والألعاب الممثلة بأشكال الحيوانات والسيارات تسمح للطفل أن يكون لنفسه عالماً خاصاً في لعبه التخيلي. (مجري أحمد مُحمَّد عبد الله، 2002، صفحة 103).

6-1-1. أبعاد اللعب:

1-6-1-1. البعد العقلي أو المعرفي:

ليس التعليم مجرد حشو العقل الطفل بالمعلومات للحفظ والاسترجاع ولكي يفهم الطفل ما يقدم له من معلومات جديدة فلا بد أن يستخدمها وهو يفعل ذلك بطريقة رمزية أثناء اللعب، والواقع أن الأدوات والإرشادات المستخدمة في اللعب ماهي إلا رموز يحاول الطفل بها فهم الأشياء والتجارب التي يمر بها في عالم الحقيقة، وتشير الرموز التي تستخدمها في اللعب إلى مدى نمو قدراته على التعبير. عن طريق اللعب يستطيع الطفل أن يفكر ويبدع فبواسطته تتكون المعرفة وتنمو لدى الطفل، فاللعب له دور فعال في النمو العقلي والمعرفي للطفل، كالتفكير والإبداع واكتساب اللغات،... الخ. وتزيد قدرته على الفهم والاستكشاف، فالطفل من خلال نشاطات اللعب يتعرف على الألوان والأشكال والألعاب التي يقوم بها الطفل تساهم في نمو قواه العقلية والمعرفية وتحفزه على العمل، وتزيد في حصيلته اللغوية والتركيز وتنمية روح الابتكار، عند الأطفال والصور والإدراك. (سلوى مُحمَّد عبد الباقي، 2005، صفحة 30).

1-1-6-2. البعد الاجتماعي و الوجداني:

تكمن أهمية اللعب في البعد الاجتماعي وذلك من خلال تدريب أو تعلم الطفل على انتقاله من الفردية إلى الجماعية، فلعب الطفل مع الجماعة أو اندماجه في المجتمع يؤدي به إلى التعرف على مختلف المهارات، ذلك من خلال الأخذ والعطاء، كما أنه يجعله اجتماعيا غير متمركز حول ذاته أو نفسه، بمعنى ليس فرديا، كما يساعده في حل المشكلات الاجتماعية، واكتساب عادات وتقاليد المجتمع وتكون له مكانة أو دور إيجابي في المجتمع، كما أنه يؤدي إلى تقليل قدرات الجماعة، ومبادئ وقيم المجتمع، واكتساب مفاهيم اجتماعية كالتعاون والتآزر والتضامن والترابط. (فوار فتح الله الراميني، 2006، صفحة 68).

1-1-6-3. البعد النفسي (الذاتي):

يرضي دوافع الطفل واحتياجاته النفسية كالحرية والنظام والأمن والحل والتركيب، ويتيح الفرصة للطفل للتعبير عن احتياجاته وميوله ورغباته التي يعبر عنها كما أنه يعطي للطفل فرصة العيش في اللعب ويواكب خبراته وتوفر للطفل وسائل التعبير عن ذاته وانفعالاته وتبسط له طرق الاختيار الصحيحة والمناسبة للألعاب والنشاطات. (زيد الهويدي، 2002، صفحة 45).

تكمن أهمية اللعب في البعد النفسي في اكتشاف الطفل نفسه، والتعرف على قدراته الشخصية والذاتية ومهاراته المختلفة، كما يسمح له بالتعبير عن دوافعه ورغباته وميوله، والتعبير عن خوفه وقلقه.

1-1-6-4. البعد الانفعالي:

يؤثر اللعب على النمو الانفعالي لدى الطفل، فالطفل يتعرض في أثناء تفاعله مع البيئة إلى عوامل مختلفة من الكبت والإحباط، قد يتعرض الطفل إلى العقاب من المعلم أو قد يتعرض إلى معاملة خاطئة من الكبار، كما قد يؤدي بعض الأحداث الأسرية إلى إحباط وتوترات وخبرات سلبية تعرض الطفل للقلق والاضطراب في مثل هذه الحالة يشعر الطفل بالتوتر وعدم التوازن،

فالطفل يستخدم اللعب كمنفذ للتوتر والقلق وتفريغ رغباته المكبوتة ونزعاته العدوانية و توتراته واتجاهاته السلبية وعن طريق اللعب يستطيع تفريغ كل تلك الانفعالات السلبية في اللعبة أو الدمية. (زيد الهويدي، 2002، صفحة 48).

تكمن أهمية اللعب في البعد الانفعالي وذلك في إخراج المكبوتات السلبية والتوترات والقلق والخوف، والغضب التي يتعرض لها الطفل من طرف بيئة الاجتماعية، فمثلا الطفل يتعرض للضرب والشتم أو العقاب من قبل الوالدين أو المعلم، فمن خلال هذا يشعر الطفل هنا بالاضطراب والإحباط والمخاوف فيلجأ الطفل هنا إلى اللعب سواء كان إبهامي أو تمثيلي كالقصص التي يشاهدها الطفل من خلال التلفزيون والسينما، حيث يشعر الطفل بالسعادة والفرح وهذا كله من أجل تفريغ تلك الانفعالات والتوترات والاتجاهات السلبية التي تعرض لها الطفل وتحسين أحوالهم النفسية من خلال شعورهم بالمتعة والسرور.

1-1-6-5. البعد الأخلاقي:

يسهم اللعب في تكوين النظام الأخلاقي المعنوي لشخصية الطفل، فمن خلال اللعب يتعلم الطفل من الكبار معايير السلوك كالصدق والعدل والأمانة وضبط النفس والصبر كما أن القدرة على الإحساس بشعور الآخرين تنمو وتطوري من خلال العلاقات الاجتماعية التي يتعرض لها الطفل في السنوات الأولى في حياته، وإذا كان الطفل يتعلم في اللعب أن يميز بين الواقع والخيال فإن الطفل من خلال اللعب وفي سنوات الطفولة الأولى يظهر الإحساس بذاته كفرد مميز فيبدأ في تكوين صورة عن هذه الذات وإدراكها على نحو مميز عن ذوات الآخرين. (طارق عبد الحميد البدرى، 2008، صفحة 104).

تكمن أهمية اللعب في البعد الأخلاقي في اكتساب مبادئ وقيم أخلاقية ونمات متطورة تساعد على بناء النظام الاجتماعي داخل المجتمع أو خارجه، فالطفل من خلال اللعب يكتسب الصفات الإيجابية والأخلاقية الحميدة.

7-1-1. النظريات المفسرة للعب:

بما أن اللعب أحد الروافد التي يكتسب بها الطفل المعرفة وعن طريقه يتفاعل مع ذاته وبيئته لذلك تم تناوله من قبل الباحثين، وأولي الاهتمام الكبير لما له من منافع في إعداد الطفل نحو المستقبل وعلاج للاضطرابات النفسية والانفعالية المختلفة، وعليه يجب أن نتطرق الى أهم النظريات المفسرة لذلك:

1-7-1-1. نظرية الطاقة الزائدة:

نادى بها الفيلسوف الإنجليزي (هربرت ستر 1820-1902) والشاعر الألماني (شيلز 1759-1805). تفترض هذه النظرية أن اللعب هو تعريف للطاقة الزائدة التي لا تنفذها أغراض الحياة، ونشاطات العمل عند الكائنات الحية، ونتيجة لهذه الطاقة الزائدة بتوجه الكائن الحي، الإنسان أو الحيوان، ليعرفها في نشاط يعود عليه بالمتعة. (أحمد بلقيس، ومرعي، 1982، صفحة 24).

ويرى (هربرت سبنسر) أن اللعب هو أصل الفنون، وهو من أقدم أنواع الثقافة، وأن الحضارة مستمدة من اللعب، فمختلف الأنشطة الابتكارية كالفن والكشف العلمي تمت بالصلة وثيقة باللعب، ووفقا لهذه النظرية فإن المشاعر الجمالية العليا ونمو الملكات الفنية ينشأ نتيجة اللعب، وهذا كشف هام من الناحية التربوية. (إيمان عباس الخفاف، 2009، صفحة 81).

حيث أنه في هذه النظرية ينظر إلى اللعب على أنه تنفيذ غير هادف للطاقة الزائدة عند الإنسان، وهذه الحقيقة لا تقصر نظرية الجهة الزائدة بشكل كلي، ولو كان اللعب مجرد تخلص من الجهد الزائد لجاءت الحركات في اللعب عشوائية عند جميع الحيوانات، وما اختلفت من حيوان لآخر، فالملاحظ أن اللعب يأخذ أشكالا خاصة عند كل نوع من أنواع الحيوانات. (مُحَمَّد سليمان فياض الخزاعلة ، 2014، صفحة 32).

2-7-1-1. نظرية تلخيصية:

ترى هذه النظرية أن اللعب تلخيص الماضي، وأن الإنسان وهو يمارس اللعب منذ ولادته وحتى مرحلة نضجه، يميل بمرور للأدوار التطورية نفسها التي مر بها تطور الحضارة الإنسانية منذ ظهور الإنسان وإلى الوقت. (صالح أحمد الخطيب، 2009، صفحة 196).

وأن ما يقوم به من حركات وألعاب ونشاطات في أثناء لعبه، ما هو إلا تكرار وتمثيل للغرائز الحيوية التي مر بها عبر مراحل التطور التاريخي للإنسانية، إذ يمر بها مروراً تلخيصياً، فابتهاج الأطفال باللعب بالماء يمكن أن يكون مرتبطاً بفرح أسلافهم بصيد الأسماك، إذ يرى (هت Hut-1966) أن ميل الأطفال بين سن (8-12) سنة إلى ممارسة ألعاب الصيد وبناء البيوت والحصون، وركوب الآلات والمراكب، ما هو إلا استعادة الأنماط الحياة البدائية التي عاشها الأسلاف عبر مراحل التاريخ. (نبيل عبد الهادي، 2004، صفحة 52).

3-7-1-1. نظرية الاعداد للحياة المستقبلية:

وضع هذه النظرية (كارل جروس) وتلخص في أن اللعب للكائن الحي عبارة عن وظيفة بيولوجية حيوية هامة لتدريب الأعضاء، فيستطيع الطفل أن يسيطر عليها ويستعملها استعمالاً هادفاً في المستقبل. (إيمان عباس الخفاف، 2009، صفحة 82).

فاللعب إعداد الكائن الحي كي يقوم في المستقبل بالأعمال الجادة والمفيدة، والنماذج متعددة في الحيوانات، حيث نرى صغار الحيوانات تتناطح بعضها بعض كالتدريب بالقيام بالتناطح الحقيقي في المستقبل للدفاع عن النفس. ويستند أصحاب هذه النظرية إلى الكثير من الأمثلة: إن الطفل حيث يلعب بالأسلحة فهو يستعد للقيام بدور المقاتل وكذلك عندما يلعب بالسيارة أو القطار أو الطائرة.

الطفلة باللعبة تمثل العروس أو تقوم ببناء بيت صغير، وتهتم بتربيته ونظافته فهي تتعلم دورها كالأُم و ربة البيت. (مُجَّد محمود الحيلة، 2002، صفحة 75).

4-7-1-1. نظرية الاسترخاء أو الترويح:

إن أصحاب هذه النظرية التي يتزعمها (لازاوس) يرون أن وظيفة اللعب الأساسية تكمن في راحة العضلات والأعصاب من عناء العمل، إن اللاعب يستخدمها في عمله، واللعب يتيح فرصة الراحة للعضلات المرهقة، والأعصاب المشدودة من ضغوطات العمل وبذلك يحقق الاستحمام والراحة، وبالتالي فاللعب يحدد النشاط والحيوية في الشخص للإقبال على العمل بجد واجتهاد. (مُجَّد سليمان فياض الخزاعلة ، 2014، صفحة 17).

5-7-1-1. نظرية النمو الجسمي:

يرى (كار) أن اللعب من أهم العوامل التي تساعد على نمو أعضاء الجسم الظاهرة والباطنة، وفي أولها المخ والجهاز العصبي، وذلك لكي تتمكن هذه الأعضاء من أداء وظائفها على أكمل وجه حينما يولد الغشاء الذهني الذي يفصلها عن بعضها البعض، إذ لا يستطيع المخ أن يقوم بوظائفه مادامت أليافه العصبية مجردة من الغشاء الذهني، وأن اللعب هو من أهم العوامل التي تنشط إثارة المراكز المخية لتكوين مادة الأغشية الذهنية التي تحتاجها الألياف العصبية في المخ وبهذا يقوم المخ بوظائفه. (سهير مُجَّد سلامة شاس، 2001، صفحة 93).

اللعب له أهمية في مساعدة النمو العضوي لدى الطفل خاصة المخ والجهاز العصبي، فالطفل الصغير محه يكون غير مكتمل عبارة عن صفحة بيضاء وغير مستعد للعمل لأن أليافه العصبية لا يكون فيها الغشاء الذهني، كما أن اللعب مهم في إشباع رغبات وميول الطفل. (ليلي عبد العزيز زهران، عصام صابر، 2005، صفحة 94).

6-7-1-1. النظرية المعرفية:

اللعب في نظر (جان بياجيه) هو التفكير عنده، فهناك مراحل تفكير أو نمو عقلي، ولكل مرحلة تفكير أنماط لعب خاصة بها، ويشكل نمط اللعب في كل مرحلة أساس التطور المعرفي ووسيلة التعلم والتفاعل مع البيئة، ويطلق (بياجيه) على مرحلة التفكير ما قبل العمليات من

(2-7) سنوات اسم اللعبي الإيهامي، وفيها يظهر الأطفال قدراتهم الإبداعية ووعيهم الاجتماعي بوسائل عدة، وفي هذه المرحلة تزداد حصيلة الطفل اللغوية مما يساعده على تحسين قدراته على الترميز في لعبه وتمثيل الأحداث والخبرات التي تزخر بها بيئته، ومن وظائف اللعبي الرمزي عند (بياجيه) العمل على تنمية التفكير، فاللعبي الرمزي له نفس وظيفة لعب الممارسة في المرحلة الحسية الحركية، فهو تمثل خالص ونتيجة لهذا فإنه يكرر وينظم التفكير في شكل صور ورموز تمثل السيطرة عليها من قبل. (مُجد أحمد خطاب، أحمد عبد الكريم حمزة، 2008، صفحة 18) ويرى (برونز) أن إدراك الطفل يتطور من خلال إدراك الأشياء المتشابهة والمختلفة، ويقوم بعمليات تصنيف وتبويب متسلسل ثم يجمع الأشياء المتشابهة في مجموعات ويوجد العلاقات بينهما الاستقراء المفهوم العام، وعليه فإن (برونز) قد أكد على أهمية ألعاب التصنيف والمطابقة وقدرتها على المساهمة في نمو الطفل المعرفي. (حنان العناني، 2004، صفحة 104).

1-7-7-1. نظرية التحليل النفسي:

نظر أصحاب نظرية التحليل النفسي إلى اللعبي كأداة للتنفيس أو التطهير، فاللعبي يسمح للأطفال بالتعبير عن الانفعالات السلبية التي يختبرونها في المواقف الحياتية اليومية التي يتعرضون لها ولا يستطيعون السيطرة عليها، وتتضمن الخبرات الدرامية والصراعات. فالطفل يميل إلى إشباع الخبرات الباعثة على السرور والمتعة وتجنب إشباع الخبرات التي تؤدي إلى الألم والإحباط. (مها حسني الشحروري، 2008، صفحة 33).

فاللعبي يوفر للطفل محيطاً آمناً للتعبير عن هذه الانفعالات وكسب الشعور بالسيطرة، ويسهم في تخفيف التوتر والانفعالات المكبوتة الناجمة عن العجز في تحقيق الرغبات على أرض الواقع. فإن الطفل يميل إلى خلق عالم من الوهم والخيال يمارس فيه خبراته الباعثة على السرور والمتعة واللذة دون الخوف من تدخل الآخرين للإفساد تمتعه وسروره. (مُجد محمود الحيلة، 2002، صفحة 75).

8-1-1. الأهمية التربوية للعب عند الطفل:

إن الكثير من العلماء وضعوا اللعب كمنهاج للطفولة المبكرة لما له من أهمية ودور كبير في تكوين شخصية الطفل مستقبلاً، فيقول (شاتو) عن أهمية اللعب بالنسبة للطفل لا يمكن تصور طفولة بدون ضحك ولعب، فإذا فرضنا أن أطفالنا في المدارس والمعاهد عليهم السكوت وانقطع عنهم الصراخ والضحك والكلام، أصبحنا فاقدين لعالم الطفولة ولعالم الشباب. فانطلاقاً من رأي (شاتو) حول أهمية اللعب بالنسبة للطفل هناك أيضاً من العلماء من أيدهم وحاولوا إبراز هذه الأهمية، فالموسوعة التربوية تؤكد أن الألعاب التربوية تساهم في اكتساب المعارف وتطوير القدرات العقلية وبين (داك رالي) أن اللعب ليس سوى وسيلة من الوسائل التربوية كما نبه إلى أن الألعاب التربوية وسيلة تعليمية وزمنها محدد تخص الطفولة وإذا استغل بجدية المرحلة الحاسمة تأتي نتائج ذات ألعاب مستقبلية لا يمكن تعويضها.

9-1-1. التربية الحركية لأطفال الابتدائي:

تعتبر التربية الحركية إحدى البرامج الحديثة التي تعتمد على الإمكانيات الأساسية الفطرية للطفل، وهي من أنسب الأساليب للتعامل مع الطفل في مرحله التعليم الأساسي، وتؤدي بالشكل الرئيسي إلى تنمية ذكاء الطفل وتساعد على التفكير العلمي المنظم وسرعة البديهة والقدرة على الابتكار، فهي تجدد نشاط الطفل وتنمي عضلاته الكبيرة والصغيرة، وذلك تحت إشراف المعلم وتوفير الإمكانيات والأدوات بما يتناسب مع قدرته واحتياجاته في هذه المرحلة من تعلم الحركة والنمو الانفعالي-المعرفي- الحركي وبذلك تعد من أفضل الأساليب التعليمية التي تستهدف تعليم الأطفال وتدريبهم في هذه المرحلة. (مزيو جمال، بزوي سليم، 2020، الصفحات 121-122).

توجد علاقة إيجابية بين ممارسة النشاط الحركي والتحصيل الدراسي، وأن ممارسة الأنشطة البدنية المنتظمة تساهم بشكل إيجابي في تطوير القدرات العقلية والتحصيل الدراسي. حيث قال

الدكتور أسامه اللالا: أن النشاط الحركي منذ مرحلة الصغر يساعد كثيرا في تطوير الجهاز العصبي لدى الأطفال، فالطفل يولد ولديه ما يقارب 100 مليار خلية عصبية، بدون أي زيادة تلك الخلايا مع تقدم في العمر، لكن ما يحدث هو أن النشاط البدني والحركي يزيد عدد المشابك العصبية وهي نقاط التوصيل فيما بين تلك الخلايا العصبية مما يسهم في تطوير وسيلة التواصل ونقل الإشارات والمعلومات فيما بين الخلايا العصبية وبالتالي حدوث تطوير الجهاز العصبي للطفل بمعنى أن الجسم يعلم العقل. (بودبزة مصطفى، 2018، صفحة 7).

2-1. مرحلة الطفولة المتوسطة (6-9) سنوات :

يطلق مصطلح الطفولة المتوسطة على الأطفال الذين تقع أعمارهم بين العامين السادس والتاسع، وهو السن الذي يقبل فيه الأطفال إلى المدرسة ليتدووا تعليمهم الابتدائي في الصفوف الثلاثة الأولى، فتتوسع مداركهم باتساع دوائرهم وبيئاتهم؛ إذ تكبر علاقات الطفل وتتسع دائرته الاجتماعية، ويكتسب العديد من المهارات والصفات والخصائص الجديدة، فتؤثر المرحلة باختلافاتها وتجديدها في نمو الطفل وتركيبته، ويزداد اعتماده على نفسه، لتتعاظم استقلالته وانفصاله الذاتي عن الاتكالية على الوالدين، وتبرز هويته الذاتية وتتوضح فرديته، ويظهر في هذه المرحلة توحد مع دوره الجنسي وانتمائه الطبيعي له. (حامد زهران، 1986، الصفحات 206-232).

1-2-1. تعريف مرحلة الطفولة المتوسطة:

يعرفها الباحث عبد الفتاح دويدار: " نجد الطفولة المتوسطة تبدأ من 6 إلى 9 سنوات، فيها ينتقل الطفل من البيت إلى المدرسة، فتتوسع دائرة بيئته الاجتماعية وتتنوع تبعاً لذلك علاقاته، وتتحدد ويكتسب الطفل معايير وقيم واتجاهات جديدة، والطفل في هذه المرحلة يكون مستعداً لأن يكون أكثر اعتماداً على نفسه وأكثر تحملاً للمسؤولية وأكثر ضبطاً لانفعالاته وهي

أنسب مرحلة للتنشئة أكثر الاجتماعية وغرس القيم التربوية والتطبيع الاجتماعي. (دويدار عبد الفتاح، 1996، صفحة 218).

يقول الباحث توما جورج خوري أن: "هذه المرحلة تعرف بالاستقلالية النسبية عن الأم أو المريية بالنسبة للطفل، في أكثر من مجال وناحية بالإضافة إلى نشاط وحيوية ملحوظة تتمثل في اللعب، القفز والجري. (توما جورج خوري، 2000، صفحة 57).

2-2-1. خصائص مرحلة الطفولة المتوسطة:

- ✓ اتساع الآفاق العقلية المعرفية وتعلم المهارات الأكاديمية في القراءة والكتابة والحساب.
- ✓ تعلم المهارات الجسمية اللازمة للألعاب وألوان النشاط العادية.
- ✓ اطراد وضوح فردية الطفل واكتساب اتجاه سليم نحو الذات.
- ✓ اتساع البيئة الاجتماعية، الخروج الفعلي إلى المدرسة والمجتمع، 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 ممتلئ بالنشاط ولكنه يتعب بالسرعة.

- ✓ تزداد القدرة والثقة في هذه المرحلة نظرا لنمو الإمكانيات الجسمية والعضلية الدقيقة.
- ✓ يبدأ في الاهتمام برأي الأصدقاء فيه أي أن إرضاء الأصدقاء عنه أهم من إرضاء الآباء والكبار. (بشناق رأفت مُجَّد، 2010، صفحة 85).

3-2-1. مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المتوسطة:

هنالك عدة مظاهر لنمو الطفل في هذه المرحلة والتي ذكرها الباحثين وذلك في عدة جوانب وهي كالتالي:

1-3-2-1. النمو الجسمي:

تعتبر هذه المرحلة العمرية مرحلة نمو بطيء من الناحية الجسمية، ويقابله النمو السريع للذات، في هذه المرحلة تتغير الملامح العامة التي كانت تميز شكل الجسم في مرحلة الطفولة المبكرة، وتبدأ الفروق الجسمية بين الجنسين في الظهور، يصل حجم الرأس إلى حجم رأس الراشد و يتغير الشعر الناعم إلى أكثر خشونة. أما عن الطول فنجد في منتصف هذه المرحلة العمرية أي سن 8 سنوات يزيد طول الأطراف حوالي 50%، بينما طول الجسم نفسه يزيد بحوالي 25% فقط، و يزداد الطول بنسبة 5% في السنة، بينما يزداد الوزن 10% في السنة، يكون الذكور أطول قليلا من الإناث، بينما ينزع الجنسان إلى التساوي في الوزن في نهاية هذه المرحلة، وتتساقط الأسنان اللبنية و تظهر الأسنان الدائمة. يبلغ طول الطفل في سن 6 سنوات و نصف 117.5 سم و وزنه 20.8 كغ، أما في سن 9 سنوات يصل إلى 130.0 سم ووزنه يبلغ 26.3 كغ. (بشناق رأفت مُجَدِّ، 2010، الصفحات 85-86).

2-3-2-1. النمو الحركي:

في هذه المرحلة تنمو عضلات الطفل الكبيرة بشكل ملحوظ، ويمارس الأطفال تبعا لذلك نشاطات حركية زائدة مثل: لعب الكرة، الجري، التسلق، الرقص، نط الحبل والتوازن والعموم في نهاية هذه المرحلة، ويستمر نشاط الطفل حتى يتعب، وتتميز حركات الذكور بأنها شاقة، عنيفة (تسلق، جري) وتكون حركات الإناث أقل كما وكيفا. وفي بداية هذه المرحلة يستطيع الطفل السيطرة على عضلاته الكبيرة سيطرة تامة ويقدر على التحكم فيها، في حين أن سيطرته على عضلاته الدقيقة بشكل تام لا تحصل إلا في سن الثامنة. مع تقدم الطفل في هذه المرحلة

تتهذب الحركة وتحتفي الحركات الزائدة غير المطلوبة، ويزيد التأزر الحركي بين العينين واليدين، ويقل التعب، وتزداد السرعة والدقة. ويجب الطفل العمل اليدوي، وامتلاك ما تقع عليه يده، كما يستخدم طين الصلصال في تشكيل أشكال أكثر دقة من تلك التي كان يشكلها في المرحلة السابقة، إلا أنها لا تزال غير دقيقة بصفة عامة.

يزداد نمو التأزر بين العضلات الدقيقة، التأزر بين العين واليد وتزداد مهارة الطفل في التعامل مع الأشياء والمواد ، وتزداد أهمية مهاراته الجسمية في التأثير على مكانته بين أقرانه، وعلى تكوين مفهوم إيجابي للذات، ويتقن الطفل تدريجياً المهارات الجسمية الضرورية للألعاب الرياضية المناسبة مفهوم المرحلة، و يتضح ذلك من خلال العمل اليدوي الذي يقوم به الطفل والألعاب الفردية و الجماعية الحركية والرياضية المختلفة التي تتضح فيها المهارات الحركية. (عجاج سيد أحمد، 2008، صفحة 56).

3-3-2-1. النمو الحسي:

غالبية الاطفال يولدون و لديهم حالة من طول بصر حوالي 80 % من الأطفال، بينما يكون 3% فقط لديهم قصر النظر، ويزداد التوافق البصري اليدوي، في حين يستمر السمع في طريقه إلى النضج، إلا أنه ما زال غير ناضج تماماً، وتكون حاسة اللمس قوية وأقوى منها عند الراشد، وتدل بعض البحوث حول الحاسة الكيميائية (الذوق والشم) أن التمييز الشمي للطفل في سن السابعة لا يختلف كثيراً عن تمييز الراشد. وينمو الإدراك الحسي عن المرحلة السابقة، فبالنسبة لإدراك الزمن، يلاحظ أن الطفل في سن السابعة يدرك فصول السنة. وفي سن الثامنة يعطي تاريخ اليوم، بينما يعرف اسم اليوم والشهر في سن التاسعة، ويتوقف إدراك الوزن على مدى سيطرة الطفل على أعضائه، وعلى خبرته بطبيعة المواد التي تتكون منها الأجسام، وتزداد قدرته على إدراك الإعداد فيتعلم العمليات الحسابية الأساسية.

ولرعاية النمو الجسمي يجب الاعتماد في التدريس على حواس الطفل وتشجيع الملاحظة والنشاط واستعمال الوسائل السمعية والبصرية في المدرسة على أوسع نطاق بالإضافة إلى توسيع نطاق الإدراك عن طريق الرحلات إلى المعارض و المتاحف وغيرها. (بشناق رأفت مُجَّد، 2010، صفحة 87).

4-3-2-1. النمو العقلي:

يستمر النمو العقلي بصفة عامة في نموه السريع، ومن ناحية التحصيل يتعلم الطفل المهارات الأساسية في القراءة، الكتاب، والحساب ويهتم الطفل بمواد الدراسة ويجب الكتب و القصص. (بشناق رأفت مُجَّد، 2010، صفحة 87).

في هذه المرحلة تبدأ العمليات المنطقية الرياضية ولكن هذه العمليات تبقى محصورة في نشاطات الطفل على الوسائل الحسية ويكتشف الطفل خصائص الأشياء معتمدا على الحس. (سليم مريم، 2002، صفحة 200).

بالإضافة إلى أن الطفل يسجل تطور كبير في تكيف التفكير الاجتماعي وفي إدراك المواضيع الواقعية برغم من أن الطفل ما زال يحتاج إلى الحدس المباشر للفعل الذاتي، إلا أنه أصبح قادرا على الموضوعية وهذا ما يؤثر على كافة المستويات المعرفية العاطفية والذهنية. تنمو في هذه المرحلة قدرة الطفل على إدراك العلاقات بين الأشياء و ينمو لديه مفاهيم مثل: مفهوم الاحتفاظ (سامي مُجَّد ملحم، 2002، صفحة 133).

بحيث التجارب الكلاسيكية لـ Piaget حول عملية الاحتفاظ بالكميات هي الأساس في إنتقال تفكير الطفل من التفكير قبل المنطقي - قبل العملي إلى التفكير العملي الواقعي. يكتسب الطفل في هذه المرحلة عمليات التفكير المنطقي التي يمكن أن يستخدمها في حل المشكلات الملموسة، وعندما يواجه الطفل تباينا بين التفكير والإدراك كما هو الحال في مشكلات الاحتفاظ فإن الطفل في هذه المرحلة يلجأ إلى القرارات المنطقية بدلا من الإدراكية

التي يستخدمها في مرحلة ما قبل العمليات المادية، وتكون العمليات في هذه المرحلة مادية و ملموسة و ليست عمليات مجردة أو شكلية، وطفل هذه المرحلة ما زال غير قادر على التعامل مع المواد المجردة كالفرضيات و المسائل أو القضايا اللفظية. والأطفال في هذه المرحلة ليسوا أكثر ذكاء من أطفال المرحلة السابقة، ولكنهم ببساطة اكتسبوا قدرات معينة لا يمكن بدونها حل المشكلات بطريقة صحيحة. يذكر أبو جادو (2003) أن من خصائص الأطفال في هذه المرحلة الانتقال من اللغة المتمركزة حول الذات إلى اللغة ذات الطابع الاجتماعي وتطور مفهوم الاحتفاظ والمقلوبية و التصنيف وتكوين المفاهيم، وفشل التفكير في الاحتمالات المستقبلية دون خبرة مباشرة بالموضوعات الملموسة. (صالح مُجَّد أبو جادو، 2011، صفحة 162).

1-2-3-5. النمو الانفعالي:

تهدب الانفعالات في هذه المرحلة نسبيا عن ذي قبل، تمهيدا لمرحلة الهدوء الانفعالي، يلاحظ النمو في سرعة الانتقال من حالة انفعالية إلى أخرى نحو الثبات والاستقرار الانفعالي، إلا أن الطفل لا يصل في هذه المرحلة إلى النضج الانفعالي فهو قابل للاستثارة الانفعالية وتكون لديه بقية من الغيرة والعناد والتحدي.

يتعلم الأطفال كيف يشبعون حاجاتهم بطريقة بناءة، أكثر من محاولة إشباعها عن طريق نوبات الغضب كما كان في المرحلة السابقة.

ييدي الطفل الحب و يحاول الحصول عليه بكافة السبل، ويجب المرح، وتحسن علاقته الاجتماعية والانفعالية مع الآخرين، و يقاوم بينما يميل إلى نقد الآخرين، ويشعر بالمسؤولية ويستطيع تقييم سلوكه الشخصي.

تتغير مخاوف الأطفال في هذه المرحلة من الأصوات والأشياء الغريبة والحيوانات والظلام ليحل محلها الخوف من المدرسة والعلاقات الاجتماعية و عدم الأمن اجتماعيا. (كريماني بديري، 2010، صفحة 152).

خلاصة:

لقد حاولنا في هذا الفصل التعرض بشيء من الإيجاز لموضوع اللعب وتعريفاته وما مدى أهميته عند الأطفال عامة وكيف يساعد اللعب في عملية النمو المعرفي والحركي كما تطرقنا إلى أبعاده، العوامل المؤثرة فيه ولأهم النظريات المفسرة له، كما عرجنا على أهمية الألعاب وأسس ومبادئ اختيارها، وهذا ما لاحظناه ولمسناه خلال تجربتنا القصيرة مع هذه العينة وتجلى ذلك في الاستجابة الواسعة للأطفال مع البرنامج وتفاعلها الإيجابي معه، حيث لاحظنا فرحة كبيرة للأطفال أثناء لعبهم وهذا ما أكدته البحوث العلمية والدراسات المشابهة السالفة الذكر، وسوف نخصص الفصل التالي للمهارات الحركية الأساسية والانتباه وما مدى أهميتهما وعلاقتهما بعملية التعلم.

الفصل الثاني:

المهارات الحركية الأساسية والانتباه

يحتوي هذا الفصل على:

تمهيد.

1-2. التعلّم الحركي.

1-1-2. تعريف التعلّم الحركي.

2-1-2. مبادئ التعلّم الحركي.

3-1-2. أهمية الحواس في التعلّم الحركي.

4-1-2. الجهاز العصبي والتعلم الحركي.

5-1-2. أنواع الحركات.

2-2. المهارات الحركية الأساسية.

1-2-2. تعريف المهارات الحركية الأساسية.

2-2-2. تصنيف المهارات الحركية الأساسية.

3-2-2. نماذج من المهارات الحركية الأساسية.

3-2. تركيز الانتباه.

1-3-2. تعريف الانتباه.

2-3-2. أنواع الانتباه.

3-3-2. العلاقة بين الإدراك والانتباه.

4-3-2. مظاهر الانتباه.

5-3-2. تعريف تركيز الانتباه.

6-3-2. تركيز الانتباه في المجال الرياضي.

خلاصة.

تمهيد:

تعتبر المهارات الحركية الأساسية الأساس لتطور النمو الحركي لمرحلة الطفولة المبكرة، وينظر إليها على أنها المفردات الأولية في حركة الطفل وهي مهارات تستخدم للوصول إلى هدف محدد ان المهارات الحركية الأساسية هي الأصل في حركة الطفل وذلك من خلال نمو الإمكانيات الحركية الفطرية حيث هذا الأخير يستخدم الحركة الأساسية كطريقه في التعبير والإثبات نفسه بين أقرانه في مجتمع وتتضمن نشاطات مثل المشي الرمي القفز الوثب الحجل التوازن الجري وهي عدة أنواع منها الحركات الانتقالية والتي تعني تحريك جسم الطفل في الفراغ من مكان إلى آخر.

1-2. التعلّم الحركي:**1-1-2. تعريف التعلّم الحركي:**

عرّف "مروان عبد المجيد ابراهيم" التعلّم الحركي بأنه "تغيير في الأداء يرتبط بالممارسة الإيجابية، وهو اكتساب المعرفة عن طريق أداء مهارات جديدة".

كما عرّفه "هيرمان ريدير" بأنه عملية تحسين التوافق الحركي بواسطة عوامل داخلية وخارجية، تهدف إلى اكتساب مهارات حركية و قدرات بدنية، والقعدة على التصرف الحركي في المواقف المختلفة. (يوسف لازم كماش، نايف زهدي الشاويش، 2011، صفحة 78).

وعرّفه كورت ماينل: " بأنه اكتساب وتحسين وتثبيت واستعمال المهارات الحركية أو هو تطوّر وتطبّع وتكامل التصرفات والأشكال الحركية". (محبوب وجيه، 2000، صفحة 53).

2-1-2. مبادئ التعلّم الحركي:

إنّ سرعة الفهم والاستيعاب تؤثر على التعلّم فسريعي الفهم والاستيعاب يتعلّمون الحركة أسرع ويستوعبون أكثر من غيرهم الذين لا يستطيعون الاستيعاب، وهو يكون على الشكل التالي:

أ- الوضوح: الوضوح الحركي يسهّل عمليّة إدراك المسائل الجوهرية المتعلقة بالحركة من النّاحية النّظرية والعلمية.

ب- السّهولة: إنّ التدرّج بالمبتدئ بحركات سهلة والانتقال بها إلى الصّعبة سوف يؤدّي إلى أثر طيب في التعلّم.

ج- التدرّج: هي زيادة في عدد المهارات والحركات التي تعلّمها الرياضي أو استوعبها، والتدرّج بصعوبة الحركة نفسها، حين إعادتها وزيادة صعوبتها عن طريق الحمل حتّى يستطيع تأدية الحركة الاعتيادية بصورة سهلة.

د- التّشويق والإثارة: من المميّزات المهمّة التي يجب أن ينبّه إليها المرّبون هي مبدأ التّشويق والإثارة لأنّ أي عمل يقوم به الإنسان لا يمكن أن يُتقن إذا لم تكن هناك إثارة ورغبة في العمل.

هـ- الإتيقان والثّبات والتّجارب السّابقة: الإتيقان صفة من صفات الثّبات لدى الرياضي والمدرب والمعلّم الذي يعرف صفة الحركات والمهارات ودرجاتها كما أنّ إتيقان المهارة وثبتيها بشكل آلي مرتبط بالتدريب والتعلّم الجيّد.

و- الممارسة: لا يمكن أن يتعلّم الفرد المهارة إلّا من خلال ممارستها والتدريب عليها لفترة.

ز- النّضج: النّضج في علم الحركة معناه السن المناسب لاختيار اللّعبة فمثلا سن النّضج للجمباز هو (4-5 سنوات).

ح- النمط الجسمي: هناك أنماط عديدة يتّصف بها الفرد، يمكن أن توزّع عليها مختلف الأنشطة الرّياضية وأهم ما يميّز الحركات الرّياضية، ونجاح هذه الحركات هو اختيار النمط الذي يصلح لهذه اللّعبة أو تلك.

ط- المزاج وأنماطه: هو مجموعة من الصّفات التي تميّز الانفعالات للأفراد، والمزاج من ناحية علم الحركة هو الدّرجة التي يتأثر بها الفرد في الموقف الحركي ونوع الاستجابة الحركية وما هو رد الفعل الحركي على هذا الموقف. (بودبزة مصطفى، 2014، صفحة 28).

3-1-2. أهمية الحواس في التعلّم الحركي:

التعلم الحركي مرتبط بالبيئة الخارجية وأن دوافع هذه البيئة تصبح مؤثرة عن طريق قدرة وقابلية الحواس وعن طريق قابلية الحواس ودقتها يتعلق رد الفعل الحركي بدرجة كبيرة وخاصة حاسة البصر والتي لها دور قياسي في تطور حركات الانسان... " (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2002، الصفحات 80-81).

4-1-2. الجهاز العصبي والتعلم الحركي:

نتيجة لعملية التعلم الحركي والانتظام في التدريب (تكرارات الاداء) تظهر بعض التغييرات الوظيفية تعبر عن تكيف الجهاز العصبي إذ يظهر عند ذلك تأثير ايجابي ينعكس على تحسين عمليات الاستشارة والكف للقشرة الدماغية المخية، وهذا ينعكس على العمليات العصبية بقوتها ومرونتها. إن المراحل التي تمر بها عملية تعلم المهارة الحركية كما يراها بعض العلماء هي ثلاث مراحل اساسية ترتبط فيما بينها وتؤثر واحدة في الأخرى وتتأثر بها وهي:

أ. مرحلة اكتساب التوافق الاولي للمهارة الحركية.

ب. مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية (الكف).

ج. مرحلة إتقان وتثبيت المهارة الحركية (الاستشارة، و الكف).

ففي المرحلة (أ) الأداء الحركي صعب لاشتراك عضلات غير مطلوب اشتراكها مما يجعل الأداء الحركي متوتراً وبذلك يحتاج إلى طاقة إضافية. أما في المرحلة (ب) يتم التخلص من التوتر العضلي الزائد والحركات الجانبية ويأخذ الأداء المهاري الحركي في التحسن تدريجياً وتصحيح الأخطاء من خلال عمليات التدريب المنظم. وفي المرحلة (ج) الأخيرة يتم التوازن بين الاستشارة والكف، وعن طريق التدريب على أداء المهارة الحركية تحت مختلف الظروف يمكن إتقان أداء الفرد الرياضي للمهارة الحركية مع الاقتصاد بالجهد والتناسق بين حركات الجسم ونشاط الأعضاء الداخلية وبذلك يقل احساس اللاعب بسرعة التعب.

5-1-2. أنواع الحركات :

الحركة تتطور مع تطور الإنسان، فالحركات الأولية التي يؤديها الطفل مثل الجلوس والزحف والوقوف والمشي هي حركات أساسية يؤديها الطفل ثم تتطور مع تطور نضج الطفل، و نفس الحركة على أساس النفس حركي إلى ستة مستويات وهي:

1-5-1-2. الحركات الانعكاسية:

تعتبر الحركات الانعكاسية حركات لا إرادية من حيث طبيعتها، وتبدأ بالظهور منذ ولادة الجنين وتنمو مع نضج الطفل، ومن أشكالها (منعكس مورو ومنعكس انتصاب القامة ومنعكس القبض ومنعكس الشد بالذراعين للأعلى).

2-5-1-2. الحركات الأساسية:

تعد هذه الحركات فطرية حيث تمثل الأساس للحركات المهارية الأساسية الخاصة بكل لعبة، ومن أمثلة هذا النوع الحركات الانتقالية (المشي والقفز والحجل...) والحركات غير الانتقالية (تحريك الأطراف والجذع والرأس) وحركات المعالجة والتناول (يتم فيها التعامل مع أجسام أخرى كالكرة المضرب.....الخ).

3-5-1-2. القدرات الحركية:

تمثل كافة الوسائل الإدراكية لدى المتعلم والتي بموجبها يتم استقبال المثير في الوحدات الحركية ومن ثم نقلها إلى المراكز العقلية في الدماغ، ومن أشكال أجهزتها في الدماغ هي الأجهزة الخاصة بالتمييز الحركي والتمييز البصري والسمعي

4-5-1-2. القدرات البدنية:

وهي القدرات التي تعبر عن النمو البدني الذي يحدث لمكونات اللياقة البدنية عند نمو الأجهزة الحيوية في الجسم والتي يختلف استخدامها في الأداء المهاري للحركات ومن أمثلتها القوة والمطاولة والسرعة.

2-1-5-5. الحركات المهارية:

وهي الحركات التي يتم استخدامها لتنفيذ المهارات البسيطة والمركبة والمعقدة مثل الجمباز.

2-1-5-6. لغة الاتصال الحركي:

يضم هذا النمو الحركي أشكالاً متعددة للحركات الاتصالية والتي تبدأ بالحركات التعبيرية والقوامية وتستمر إلى حركات الرقص الحديث والباليه و تشمل على (الحركات التعبيرية). (وسام صلاح عبد الحسين، سامر يوسف متعب، 2013، الصفحات 09-10).

2-2. المهارات الحركية الأساسية:**2-2-1. تعريف المهارات الحركية الأساسية:**

هي عبارة عن التغيرات التي تحدث في وضع الجسم بصورة واضحة تسمح بتصنيفها، ونادراً ما يكون لتنفيذها هدف مباشر أو التركيز على غرض معين فالاهتمام يكون بالحركة ككل في الفراغ وليس على التوقيت أو الايقاع أو أي نقاط فنية صغيرة. ويمكن وصف الحركات الأساسية بأنها سلسلة متصلة تدرج ضم الأنواع العامة للقدرات الحركية الضرورية لتنفيذ المهام بدءاً من المهام اليومية البسيطة و حتى أعلى التخصصات الرياضية.

ويضيف (علاوي رضوان 1987) أن مصطلح المهارات الحركية الأساسية يشير إلى "بعض مظاهر الإنجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو، والمشي، والجري، والدحرجة، والوثب، والرمي والتسلق، والتعلق، ولأن هذه الأنماط الحركية تظهر عند الإنسان في شكل أولي لذا يطلق عليها اسم المهارات الحركية الأساسية Fundamental Skills أو الرئيسية Basic Skills. بينما عرفتها (ماجدة علي 1999) المهارات الحركية الأساسية بأنها "اشكال ومشتقات الحركة الطبيعية والتي يمكن التدريب عليها واكتسابها في العديد من الواجبات الحركية التي تشكل تحدياً لقدرات الطفل من أجل اكتساب حصيلة جيدة من مفردات المهارات الحركية". (هالة الجرواني، هشام الصاوي، 2009، صفحة 114).

2-2-2. تصنيف المهارات الحركية الأساسية:

تنقسم المهارات الحركية الأساسية إلى مهارات انتقالية، ومهارات غير انتقالية، ومهارات التحكم، ومهارات الثبات واتزان الجسم، ومهارات الكرة ومهارات الاستقبال ومهارات ثقل ووزن الجسم.

1-2-2-2. المهارات الانتقالية:

هي تلك المهارات التي تؤدي إلى تحريك الجسم في الفضاء المحيط به بفاعلية وكفاءة عن طريق تعديل موقعه بالنسبة لنقطة محددة على سطح الأرض ويجب أن يكون الطفل خلال أدائه لهذه المهارات قادراً على:

- استخدام أي عدد من أشكال الحركة للوصول إلى هدفه.
 - التعديل من شكل إلى آخر من أشكال الحركة وفقاً لما يتطلبه الموقف.
- وتشمل المهارات الانتقالية مهارات مثل المشي والجري، والوثب (Jump) للأمام وبعلي، والحجل (Hopping) والخطوة بقدم والوثب على القدم الأخرى للأمام (Gallop) والخطوة بقدم والوثب على القدم الأخرى للجانب (Sliding) والخطوة بقدم والوثب عليها للأمام (Skipping).

2-2-2-2. المهارات غير الانتقالية:

هي المهارات التي تؤدي إلى اتخاذ الجسم لأوضاع معينة دون تحريك قاعدة ارتكازه. وتشمل مهارات مثل الثني والإطالة (Stretching) واللف "حول محور الجسم الرأسي" والدوران "حول محور الجسم الأفقي" والدفع والسحب والرفع والمرجحة.

3-2-2-2. مهارات التحكم:

هي المهارات التي تتضمن تعامل الطفل مع الأشياء والتي تشمل إعطاء القوه لهذه الأشياء أو استقبال قوة منها والأساس في مهارات التحكم هي أنها تجمع بين حركتين أو أكثر وتمكن

مهارات التحكم الطفل من استكشاف حركة الأشياء في الفضاء وتتضمن هذه المهارات عمل تقديرات لكتلة الشيء المتحرك والمسافة التي يتحركها وسرعته واتجاه مساره، ويتعرف الأطفال من خلال هذه الخبرات على طبيعة وتأثير حركة الأشياء.

وتشمل مهارات التحكم مثل الرمي اللقف والضرب والركل والامتصاص، وتتضمن مهارات الرمي أنشطة تؤدي إلى تحريك الأداة بعيدا عن الجسم وتتضمن مهارات الامتصاص كل من مهارات اللقف واستقبال الكرة بالقدم وتستخدم مهارات التحكم مقترنة مع أشكال أخرى من الحركة فمهارات الرمي مثلا تتكون من الاقتراب واللف والمرجحة والمد، وتتكون مهارات الامتصاص من الانثناء والحركة للخلف.

4-2-2-2. مهارات ثبات واتزان الجسم:

يمثل هذا التصنيف للمهارات الحركية الأساسية التصنيف السابق مع استبدال المهارات غير الانتقالية بمهارات ثبات الجسم واتزانه، وهي المهارات التي يبقى فيها الجسم في مكانه ولكن يتحرك حول محور الرأسي أو الأفقي وتتضمن كذلك مهارات الاتزان المتحرك والتي يكون التركيز فيها على تحقيق الاتزان أو المحافظة عليه ضد قوى الجاذبية. وتشمل مهارات الثبات والاتزان مهارات مثل الثني والمد والإطالة واللف والدوران والحمل والرفع والدفع والسحب كذلك تتضمن مهارات الثبات والاتزان محاوله المحافظة على الاتزان الجسم في أوضاع متغيره مثل وضع الجسم المقلوب عند الوقوف على الرأس، وضعه المتغير في الهواء عند عمل الشقلبات. وترتكز مهارات الثبات والاتزان على اتزان الجسم في حالة الثبات والحركة. وترتبط المهارات الحركية الأساسية ببعضها البعض، فالمهارات الانتقالية يمكن أداؤها منفردة او مشتركة مع مهارات التحكم والثبات والاتزان. كذلك يمكن تطوير الأداء فيها مثل مهارة المشي على الارض مع تنطيط الكرة، ثم المشي على عارضة توازن مع تنطيط الكرة أيضا. ويعد تطوير المهارات الانتقالية متطلبا أساسيا لكل الأطفال لأنها تمكنهم من استكشاف العالم حولهم.

2-2-2-5. مهارات الكرة ومهارات الاستقبال ومهارات نقل وزن الجسم:

يشارك هذا التصنيف مع التصنيفين السابقين في مهارات الانتقالية لكنه يتضمن إضافة إلى ذلك المهارات الكرة والمهارات الاستقبال ومهارات نقل وزن الجسم، وتتضمن مهارات الكرة مهارات مثل رمي الكرة من فوق الكتف، وركل الكرة على الأرض وفي الهواء وضرب الكرة بالمضرب على جانبي الجسم، ومن فوق الكتف وتتضمن مهارات الاستقبال مهارات مثل اللقف. وتتضمن مهارات نقل الوزن الجسم مهارات مثل الوقوف من الرقود والدرجة للأمام. وبصفه عامه يمكن ملاحظة أنه لا يوجد اختلاف كبير بين نوعية المهارات الحركية الأساسية التي تتضمنها التصنيفات الأربعة فكل منها يشمل مهارات المشي والجري والوثب والرمي والركل. ولكن يظهر الاختلاف في توزيع المهارات على مجموعات مميزة، بعضها مكرر في تصنيفات الأربعة مثل المهارات الانتقالية، والباقي متداخل مع بعضه بعضا مع اختلاف الأسماء التي تميزه في كل تصنيف. (خيرية إبراهيم السكري، 2005، الصفحات 35-39).

2-2-3. نماذج من المهارات الحركية الأساسية:

2-2-3-1. المشي Walking:

يبدأ ظهور المشي في بداية العام الثاني للطفل إلا أنه تتويج لحركات أخرى تسبقها كالزحف والحبو والاستناد، في حركة المشي تتحرك القدم بطريقة تبادلية خلال الأداء الخطوة، وعودات المشي غير الصحيحة التي تتشكل في الطفولة تنمو مع الطفل ويستمر تأثيرها حتى المراهقة، وفي مراحل الطفولة المبكرة يجب تخصيص أوقات لتعليم المشي، حيث يفهم الطفل طريقة المشي السليمة والنواحي الديناميكية المؤثرة في القوام، وذلك باتباع النواحي الفنية والنقاط التعليمية الآتية:

- يجب أن تشير أصابع القدم للأمام.

- الالتزام بالتتابع السليم في المشي.

- يجب وضع الكعب على الأرض أولاً.
- القدمان يجب أن يرتفعا عن الأرض مع كل خطوة.
- يجب مرجحة الذراعين بالتبادل مع القدم المقابلة.
- مرجحة الذراعين تكون بسهولة واسترخاء.
- يجب رفع الصدر لأعلى حتى تنتصب القامة دون تصلب.
- عدم المبالغة في سرعة أو بطء المشي.

2-3-2-2. الجري Running:

تحدث أول محاولة للجري عندما يبلغ عمره حوالي الستين والنصف، حيث تحدث مرحلة طيران قصيرة، وأثناء حركة الجري لا تلمس القدمان الأرض معا في وقت واحد، كما أن الجري يتميز عن المشي بأنه في الجري فترة قصيرة تكون القدمان مرتفعين عن الأرض. ويجب أن يؤدي الجري بحيث يكون هناك ضغط خفيف على النتوء المستدير عند قاعدة الإبهام، كما يجب أن يكون هناك قدر ملائم من السيطرة على أداء الجري بطريقة سليمة. ويجب أن يؤدي الجري مع وجود ميل خفيف في الجسم للأمام، والركبتان تنثنيان وترتفعان لأعلى، والذراعان يتمرجحان للخلف بقوة من الكتفين، مع ثني المرفقين، ويمكن للمدرس أن يتبع النقاط التعليمية الآتية:

- دفع القدمين خلفا يعطي مزيدا من الاندفاع للأمام.
- زاوية ميل الجسم من 10 - 20 وكلما زادت سرعة الجري وجب زيادة الميل.
- كلما زادت سرعة الجري زاد تحميل وزن الجسم على النتوء الداخلي للإبهام القدم.
- يجب تحريك الذراعين والرجلين في خط مباشر للأمام وليس للجانب.
- الجزء العلوي من الجسم مسترخ والتنفس طبيعي.

3-3-2-2. الوثب Jumping:

يؤدي الوثب بعد الجري، وفيه يترك الطفل الأرض بقدم واحدة ويجرك الذراعين للأمام ثم يهبط بعد فترة الطيران على القدمين معا، والنقاط التعليمية الآتية مهمة بالنسبة للأداء:

- يجب الجري بسرعة مناسبة قبل الارتقاء وخاصة إذا أردنا تحقيق مسافة.
- يجب أن يثب الطفل عاليا ما أمكنه مستعينا بمرجحة الذراعين.
- يجب أن يكون هناك ميل للخلف عند أخذ الارتقاء.
- يجب أن يكون هناك ميل للأمام عند الهبوط.

4-3-2-2. النط Hopping:

الوثب كحركة أساسية يعني الطيران والبعد عن الأرض بالقدمين معا ثم الهبوط على القدمين معا، والذراعان تساعدان في الوثب بالمرجحة الأعلى، وحركة الجسم لأعلى تحدث نتيجة قوة دفع القدمين للأرض. والطفل الذي يؤدي الوثب يهبط بخفة على الجزء الداخلي أسفل إبهام القدم مع حدوث ثني بسيط في الركبتين، والنقاط التعليمية التالية مهمة في الأداء:

- يجب ثني الركبتين والكعبين قبل عملية الدفع والارتفاع؛ وذلك لتحقيق أكبر قوة ممكنة من امتداد العضلات.

- يجب أن يتم الهبوط على أصابع القدمين مع ثني الركبتين لامتصاص صدمة الهبوط.

- مرجحة الذراعين أماما وعاليا بإيقاع مناسب، مع الارتقاء لإضافة تزايد السرعة المؤدي للوثب مما يزيد من مسافة الوثب.

- يجب ميل الجسم للأمام .

- يغادر الطفل الأرض بالقدمين معا دون تحريك الرجلين في الاتجاه العكسي للخلف.

(أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب، 2007، الصفحات 207-212).

5-3-2-2. الاتزان المتحرك

المشي على عارضة التوازن هو أحد أشكال الاتزان المتحرك Dynamic Balance وهو القدرة على المحافظة على اتزان الجسم أثناء تحركه من نقطة إلى أخرى. وهو الأسلوب الأكثر استخداما لقياس القدرة على الاتزان المتحرك. ويؤدي العينان مفتوحتان خاصة في الأطفال الصغار، فالعينان تمكنان الطفل من التركيز على نقطة معينة كمرجع له يساعده في حفظ توازنه.

وتؤدي حاستا اللمس والإحساس بالحركة دورا مهما في التوازن عند المشي على عارضة التوازن، وهما يتطوران مع التقدم في العمر وبالتالي فتكون ساهمتهما في توازن الأشخاص البالغين أكبر من مساهمتهما في توازن الأطفال. ويصل الطفل إلى أداء هذه المهارة بنجاح عند حوالي عمر خمس سنوات، وتتطور بعد ذلك تدريجيا مع التقدم في العمر. (خيرية إبراهيم السكري، 2005، صفحة 47).

3-2. تركيز الانتباه:

1-3-2. تعريف الانتباه:

يلعب الانتباه دوراً هاماً في أداء المهارات الرياضية المختلفة، ويعرف بأنه تركيز العقل على واحد من الموضوعات الممكنة أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين الأفكار، وهو عملية نفسية يتم فيها تركيز اهتمام اللاعب على تنبيه حسي خاص كونه عملية عقلية تعزز لنا ما نرغب أن نركز عليه من منبهات ومثيرات تطرد أو تصرف ما لا يهمنا منها. (عكلة سليمان علي الحوري، 2012).

كما يعرف محمد عثمان نجاتي (1980) الانتباه على أنه نوع من التهيؤ الذهني للإدراك الحسي حيث يشير التهيؤ إلى الوجهة الذهنية التي تمثل استعداد خاص لدى الفرد لتوجيه الانتباه نحو الشيء المراد إدراكه.

ويرى كيرك وكالفنت (Kirk & Chalfant, 1984) أن الانتباه هو عملية انتقائية للتقاط المثيرات ذات العلاقة الوثيقة بالمهمة وجعلها في مركز الوعي الشعوري. (سعدت، 2016، صفحة 12).

ويرى بعض العلماء أن الانتباه هو الجهد العضلي لا غير، لأن الانتباه الحسي لا يبلغ غايته إلا بعضلات الحس التابعة للإرادة، ولأن الانتباه العقلي يكون مصحوب بحركات عضلية، كالتبدلات التي نشاهدها في التنفس، ودوران الدم، وأوضاع الجسد وغيرها.

ونرى أن الانتباه مهم في عملية التحصيل الدراسي فهو يسبق باقي العمليات العقلية العليا كالإدراك والتذكر والاستيعاب وهو ما ركزنا عليه في البرنامج التعليمي من خلال الألعاب والتي تساعد في تنمية هذه العملية العقلية ومثال ذلك: لعبة الألوان في تنمية سرعة رد الفعل في سباق السرعة.

2-3-2. أنواع الانتباه:

قسّم أحمد راجح الانتباه حسب المؤثرات إلى ثلاثة أقسام:

1-2-3-2. الانتباه القسري:

هو اتجاه الإحساس نحو موضوع معين دون تدخل الشخص في ذلك، وفيه يتخذ الفرد موقفاً سلبياً من الانتباه إذ تصل إليه المؤثرات من البيئة مسترعية انتباهه دون إرادة الشخص مثل الانتباه إلى الأصوات العالية كإطلاقه مسدس مثلاً.

2-2-3-2. الانتباه التلقائي:

وهو الانتباه إلى شيء ما بدافع فطري غريزي، وهو انتباه لا يبذل الفرد في سبيله جهداً، بل يمضي سهلاً طبيعياً، وفي الوقت نفسه لا تحتفي الإرادة منه كلياً، ولا يبذل لقاء ذلك جهداً ولا صراعاً مع رغباته.

3-2-3-2. الانتباه الإرادي:

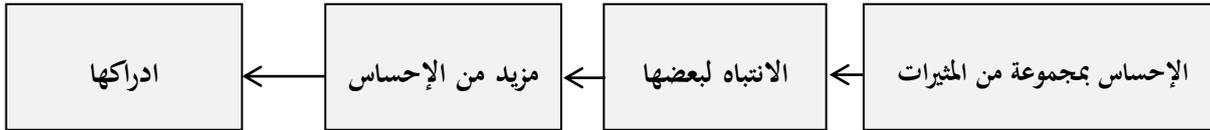
وهو الانتباه الذي يقتضي من المنتبه بذل جهد قد يكون كبيراً كانتباهه إلى محاضرة أو إلى حديث يدعو إلى الضجر. في هذه الحالة يشعر الفرد بما يبذله من جهد في حمل نفسه على الانتباه. وهذا النوع من الانتباه لا يقدر عليه الأطفال في العادة، لذا يجب أن تكون الدروس التي تقدّم إليهم قصيرة شائقة أو ممزوجة بروح اللعب. (ابراهيم، 2010، صفحة 173).

3-3-2. العلاقة بين الإدراك والانتباه:

الإدراك والانتباه عمليتان متلازمتان في العادة فإن كان الانتباه هو تركيز الشعور في شيء، فإن الإدراك هو معرفة هذا الشيء، و بذلك فإن الانتباه يهيئ الفرد للإدراك، وهناك فرق هام بين الانتباه والإدراك فإذا ما جمع مجموعة من الناس إلى موقف واحد كمشاهدة مباراة أو مسلسل أو سماع خطيب، فإن إدراك كل واحد منهم سوف يختلف عن الآخر اختلافاً كبيراً،

وذلك يرجع لاختلاف ثقافتهم وخبرتهم السابقة، ووجهات نظرهم وذكائهم ودوافعهم. (فؤاد أبو حطب، 1996، الصفحات 205-207).

ومما سبق يتضح لنا مدى العلاقة بين الانتباه والإدراك بصورة واضحة، حيث يتضح أن عملية الانتباه سابقة على عملية الإدراك، حيث إن الشخص قد يحس بمجموعة من المثيرات فينتقي بعضها ويركز عليها يكون ذلك انتباهاً، ويؤدي ذلك إلى مزيد من الإحساس بتلك المثيرات التي يتم التركيز عليها، مما ساعد على استيعابها وفهمها بصورة أفضل، فيكون ذلك إدراكاً، وبالتالي يعتمد الإدراك اعتماداً كبيراً على الانتباه فهما وجهان لعملة واحدة، فعندما تحدث أي اضطرابات أو مقومات لأحدهما تؤثر على الآخر، والمخطط التالي يوضح ذلك. (ابراهيم، 2010، صفحة 196).



شكل رقم (01) يوضح العلاقة بين الانتباه والإدراك.

4-3-2. مظاهر الانتباه: (عبد الستار جبار الصمد، 2000، الصفحات 66-67).

1-4-3-2. حجم الانتباه Amount:

يقصد بحجم الانتباه عدد المعلومات أو المثيرات التي يمكن للاعب الانتباه إليها من بين المعلومات أو المثيرات المدركة في لحظة معينة من الزمن. فعلى سبيل المثال قد يكون حجم الانتباه بالنسبة للاعب في كرة القدم في موقف معين يتضمن كل من الكرة وبعض اللاعبين المنافسين وبعض اللاعبين زملاءه والحكم مثلاً، في حين يكون حجم الانتباه بالنسبة للاعب في موقف آخر يتضمن اللاعب المنافس فقط كما هو الحال بالنسبة لركلة الجزاء في كرة القدم.

2-4-3-2. شدة الانتباه Inxensity:

يقصد بشدة الانتباه درجة القوة أو الصعوبة التي يبذلها اللاعب تجاه مثير أو مثيرات معينة وبالتالي كلما زادت شدة الانتباه نحو مثيرات معينة كلما تطلب الأمر بذل المزيد من الطاقة العصبية أو العقلية في عملية الانتباه.

3-4-3-2. انتقاء الانتباه Selection:

يقصد بانتقاء الانتباه القدرة على اختيار المثير الهام الذي ينبغي التركيز عليه وإغفال المثيرات الأخرى غير الهامة.

4-4-3-2. ثبات الانتباه Stability:

يقصد بثبات الانتباه قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبياً.

5-4-3-2. توزيع الانتباه Distribution:

يقصد بتوزيع الانتباه قدرة اللاعب على توجيه انتباهه نحو أكثر من مثير في وقت واحد، أو توجيه انتباهه نحو استيعاب وفهم أكثر من معلومة من مصادر مختلفة وقت واحد.

6-4-3-2. تحويل الانتباه Shifting:

يقصد به هو قدرة اللاعب على سرعة وتوجيه انتباهه من مثير معين إلى مثير آخر.

7-4-3-2. تشتت الانتباه Distraction:

تشتت الانتباه هو عدم قدرة اللاعب على الاحتفاظ بانتباهه على مثير أو مثيرات معينة لفترة طويلة نسبياً (أي ثبات الانتباه) وانتقال الانتباه بين مثيرات متعددة في نفس الوقت.

8-4-3-2. تركيز الانتباه Concentration:

يستخدم مصطلح التركيز والانتباه بصورة مترادفة في المجال الرياضي، ولكن عند معرفة معنى الانتباه يكون الأمر سهلاً للتفريق بين المصطلحين، إذ إن هنالك فرقاً بينهما من حيث الدرجة

وليس النوع فالانتباه أهم من التركيز والأخير نوع من تضيق الانتباه وتثبيته على مثير معين فالتركيز يعكس مقدرة الفرد على توجيه الانتباه وشدته. (أسامة كامل راتب، 1997، صفحة 361).

2-3-5. تعريف تركيز الانتباه:

ويمكن تعريف التركيز بأنه "القدرة على عزل كل المثيرات وتوجيه الانتباه إلى مثير واحد فقط". (يعرب خيون، 2002، صفحة 48).

أن تركيز الانتباه هو "اصطلاح يشار به إلى تراكم الطاقة العقلية وتوجيهها المركز صوب فكرة معينة أو إحدى محتويات الذاكرة الحركية، أو الى موضوع معين بحيث تنصب الطاقة العقلية أو تتجه صوبه". (سعد رزوقي، 1977، صفحة 74).

كما يعرف تركيز الانتباه بأنه الاستعداد الإدراكي العام الذي يقوم بتوجيه شعور الرياضي نحو موقف معين ككل أو جزء، فإذا كان الموقف معروف للرياضي يكون الانتباه، أما إذا كان الموقف جديد كلياً فيزداد الانتباه ويتم التركيز على هذا الموقف الجديد. (معيوف ذنون حنتوش، 1987، صفحة 62).

2-3-6. تركيز الانتباه في المجال الرياضي:

تلعب معظم مظاهر الانتباه في المجال الرياضي دوراً فعالاً في إتقان المهارات الحركية وتعبئة القوى النفسية، ويعد تركيز الانتباه من بين المظاهر الهامة في الانتباه والذي ثبت تأثيره على مستوى الأداء في النشاط الرياضي.

أن تطور الحركات المختلفة مقترن بقابلية الفرد على تركيز الانتباه، فهو يؤثر على دقة ووضوح وإتقان النواحي الفنية لإجراء المهارة الحركية، وبعد أساساً مهماً لنجاح المهارات الحركية وبخاصة في أنواع الأنشطة التي تعتمد بصورة كبيرة على حالات البداية. وهذا ما أكده (خالد عبد المجيد، 1989) إذ يشير إلى أن (ارتفاع درجة الإتقان للمهارات الرياضية لا يرتبط بمؤهلات

التدريب فقط بل يرتبط أيضا بقدرة الفرد على تركيز الانتباه والقدرة على الإسهام الواعي للفرد في التحكم في مهاراته الحركية). (خالد عبد المجيد عبد الحميد، 1989، صفحة 34).

وتعد عملية تركيز الانتباه من العمليات النفسية التي تتم بواسطة القوة المناسبة للمؤثرات المرتبطة بنوع واحد من النشاط على أجزاء معينة من لحاء المخ وفي الوقت نفسه يتم عدم التأثير في باقي أجزاء اللحاء حتى لا تقوم هذه الأجزاء بالتشويش على الجزء الخاص بالتركيز مما يؤدي إلى تشتت الانتباه. (عبد الحميد احمد، 1978، صفحة 292).

أن لتركيز الانتباه دوراً مهماً في عملية التدريب الرياضي، إذ يمكن استخدامه في عملية التعلم الحركي خلال مراحل البناء الرياضي، كما يمكن استخدامه في عملية الإعداد النفسي للمنافسة، إذ يشير (هاشم سليمان، 1988) " إلى تأكيد علماء النفس الرياضي على أهمية تركيز الانتباه بوصفه قمة الاستعداد التعبوي في التدريب والمنافسات ونظراً لذلك يجب مراعاة تعويد الرياضي على تركيز انتباهه في غضون عملية التدريب حتى يكون العمل على تنمية وتطوير القدرة على تحمل تركيز الانتباه في غضون المنافسات".

ويذكر (عبد الستار الضمد، 2000) أن "خاصية الانتباه دائمة التغير لأنها مرتبطة بالمواقف المتغيرة والعوامل الداخلة فيها، فتارة يتميز بالشدة وتارة أخرى بالتشتت، وفي أحيان كثيرة يتم تحويل الانتباه وتشتيت الانتباه على الأهداف المختلفة في كافة الاتجاهات والذي يمكن إن يؤدي إلى أخطاء فنية وتكتيكية سهلة للغاية".

إن ما تقدم يؤكد بما لا يقبل الشك أن فكرة اعتماد الأداء الرياضي على الجانب البدني فحسب اصبح غير مألوف في نظر الباحثين والمدربين وقد تبني العديد منهم التأكيد على الجانب الذهني في التدريب الرياضي والاستعداد للمسابقات وقد "أثبتت الاختبارات بأن الأداء العالي للرياضيين يتم عن طريق المؤهلات الذهنية ومنها القوى النفسية المتحركة والتوافق النفسي وتركيز الانتباه والمثابرة والاستقرار العالي وخلق الأفكار. (عكلة سليمان علي الحوري، 2012).

خلاصة:

لقد حاولنا في هذا الفصل التعرض بشيء من الإيجاز إلى بعض المفاهيم الأساسية كالتعريف بالتعلم الحركي وأهمية الحواس في عملية التعلم، أنواع الحركات وركزنا على المهارات الحركية الأساسية وتصنيفاتها، ثم تطرقنا للانتباه وخاصة تركيز الانتباه في المجال الرياضي.



الفصل الثالث:

منهج البحث وإجراءاته المبرانية

يحتوي هذا الفصل على:

تمهيد.

1-3. الدراسة الاستطلاعية.

2-3. منهج البحث.

3-3. عينة البحث.

4-3. متغيرات البحث.

5-3. الأجهزة والأدوات المستعملة بالبحث.

1-5-3. اختبارات المهارات الحركية الأساسية.

2-5-3. تحديد اختبار شبكة تركيز الانتباه.

6-3. البرنامج التعليمي.

7-3. الأساليب الإحصائية في معالجة البيانات.

الخلاصة.

تمهيد:

يحتاج البحث العلمي إلى استراتيجية علمية واضحة المعالم، وقابلة للتطبيق، و المنهج في البحث العلمي يختلف باختلاف المواضيع. لذلك توجد أنواع عديدة من المناهج العلمية، حيث أن طبيعة البحث و نوع المشكلة هي التي تحدد المنهج المتبع فيه. (عبدالله محمد زلطة، 2001، صفحة 27)

3-1. الدراسة الاستطلاعية:

لضمان السير الحسن لأي بحث ميداني يتطلب من الباحث القيام بدراسة استطلاعية، فهي عبارة عن تدريب عملي له للوقوف بنفسه على الإيجابيات والسلبات التي تقابله في أثناء إجراء الاختبارات لإمكانية تفاديها مستقبلاً. (خضير، 2012، صفحة 235)

أي السعي لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراء البحث الميداني والتأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة والصعوبات التي قد تعترضنا، ولهذا قمنا بزيارة مؤسسة عينة الدراسة حيث تم ذلك بعد سحب رخصة تسهيل المهمة من إدارة المعهد والتأشير عليها بالموافقة من مديرية التربية لولاية غليزان. (أنظر الملحق 03).

وأجرينا تجربة استطلاعية في مدرسة "ابن رشد الابتدائية وادي رهيو" بتاريخ 2022/02/15 وذلك من أجل تفادي العقبات التي من الممكن أن تواجهنا في أثناء القيام بتجربة البحث. وتمثلت العينة الاستطلاعية من 12 تلميذ متمدرسين في أقسام السنة الثالثة والرابعة، وتم إجراء الاختبارات على هذه العينة وذلك للتعرف على كيفية أداء الاختبارات والمهام المحددة لفريق العمل المساعد، فضلا على التأكد من صلاحية الأجهزة والفترة الزمنية المحددة لإجراء كل

اختبار، وقمنا أيضا بتطبيق وحدة تعليمية تجريبية للتعرف على مدى ملائمة الألعاب المقترحة مع العينة والتوقيت المناسب. وبناءً على ذلك ضبطنا كل المتغيرات من أجل الوصول إلى تجربة صادقة ومضبوطة من جميع نواحيها، وهذا للوصول إلى نتائج يمكن الوثوق بها والاعتماد عليها. واقترحنا برنامج تعليمي مبني على اللعب اعتمد فيه على تنمية المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه للعينة التجريبية.

2-3. منهج البحث:

استخدمنا المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث. إذ أنّ التجريب يبحث عن السبب وكيفية حدوثه ويكشف العلاقات السببية بين الظواهر، فهو تغيّر متعمّد من الباحث لعناصر معينة وذلك لمعرفة التغيرات الآنية والمزمنة التي تحدث ومحاوله شرحها وتفسيرها ضمن منطق علمي سليم (مُجد أحمد الصوالحة، 2007، صفحة 327).

وقماشيا مع ذلك استخدمنا التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة (التجريبية)، حيث قمنا بإجراء الاختبار القبلي ثم أدخلنا المتغير التجريبي ومن ثم أجرينا الاختبار البعدي وحساب الفروق بين الاختبارين لإيجاد تأثير المتغير التجريبي.

3-3. عينة البحث:

قمنا باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وكان اختيارها اختيارا حرا على أساس أنها تحقق أغراض الدراسة التي نقوم بها. تكونت من تلاميذ الصف الثالث والرابع ابتدائي من مدرسة "ابن رشد الابتدائية، وادي رهيو، غليزان" والمسجلين للعام الدراسي 2021 - 2022 وبلغ عددهم (56) تلميذ، نظرا للإجراءات الوقائية من مرض كورونا والتدريس بنظام الأفواج أصبح عددهم (29) تلميذ اخترنا (20) منهم (المجموعة التجريبية) بعد اقضاء التلاميذ المرضى والذين لم تتحقق فيهم شروط البحث.

4-3. متغيرات البحث:

إن من خصائص العمل التجريبي أن يقوم الطالب متعمدا بمعالجة عوامل معينة تحت شروط مضبوطة ضبطا دقيقا لكي يتحقق من كيفية حدوث حالة أو حادث ويحدد أسباب حدوثه. ويحمل المتغيرات المرتبطة بالبحث وهي ثلاثة:

1-4-3. المتغير المستقل: يعرف بالمتغير التجريبي فالمتغير المستقل يؤثر على المتغير التابع. وهو الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة والبحث قد يؤدي إلى معرفة أثره على متغير آخر وتمثل في "البرنامج التعليمي المقترح".

2-4-3. المتغيرات التابعة: المتغيرات التي يراد معرفة تأثير المتغيرات المستقلة عليها، حيث يشار للمتغير التابع بأنه المتغير الذي يتغير نتيجة تأثير المتغير المستقل "بعض المهارات الحركية الأساسية" و"تركيز الانتباه".

3-4-3. المتغيرات المشوشة: وتعرف كذلك بالمتغيرات الدخيلة فهي عديدة ويصعب على الباحث التحكم فيها كما ينبغي وخاصة في مجال العلوم الانسانية باعتبار أن السلوك الانساني يختلف من شخص لآخر ومن وقت لآخر، لذا علينا أن نضبطها ومن بينها:

أ- عوامل ترجع إلى خاصية معينة للمفحوصين (السن، الجنس، الحالة الجسمية، إبعاد الرياضيين).

ب- عوامل ترجع إلى الاجراءات التجريبية (تجانس وتكافؤ العينة، مدة العمل 60 د حصة في كل أسبوع، مراعاة توقيت القياسات والاختبارات، توفر مبدأ الوضوح والفهم للجميع في كيفية الأداء، التأكد أن فريق العمل يتولى مهامه بصفة ثابتة).

3-5. الأجهزة والأدوات المستعملة بالبحث:

استعملنا من أجل إنجاز هذا البحث مجموعة من الوسائل البحثية والأجهزة والأدوات لتحقيق أهداف هذا البحث والوصول إلى أفضل النتائج وتمثلت هذه الأدوات في: المصادر والمراجع العربية والأجنبية، وهذا من أجل إثراء الجانب النظري حول موضوع البحث كما تم الاستعانة بالدراسات السابقة والمرتبطة بتطوير المهارات الحركية الأساسية من خلال برامج التربية الحركية (أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب) والتي تضم مختلف الألعاب الرياضية. أما الجانب التطبيقي: استعملنا أدوات وأجهزة لقياس مختلف اختبارات المهارات الحركية الأساسية ومقياس تركيز الانتباه. (علاوي م.، 1998، الصفحات 530-531).

وتمثلت في:

3-5-1. اختبارات المهارات الحركية الأساسية:

لقياس تطور المهارات الحركية الأساسية المحددة قيد البحث، اعتمدنا بعد الاطلاع على المصادر والدراسات والبحوث ذات العلاقة على اختبارات مقننة ومستعملة من قبل باحثين سابقين وعلى مواصفات العينة نفسها وفي بيئتنا وتمثلت في:

أولاً - اختبار المشي على اللوحة: (لقياس مهارة التوازن المتحرك)

الغرض: قياس التوافقات القوام، والجانبية، والسيطرة الجانبية.

الأدوات: لوح خشبي يتراوح طوله من (3-5)م وعرضه 10سم يستند على قاعدتين ولا يجب أن يقل ارتفاع اللوح على الأرض عن 15سم (عمر سليمان الروبي، 1995، صفحة 75)

الأداء:

أ- المشي أماماً لنهاية اللوح ويستخدم الطفل ذراعيه في التوازن وبدون لمس أي شيء.

ب- المشي خلفاً حتى الطرف الآخر من اللوح بنفس الطريقة.

ج- المشي جانباً إلى الطرف الآخر من اللوح و العودة.

حساب الدرجات:

تعطى الدرجة لكل بند من البنود الثلاثة على حدة طبقا لما يلي:

أ- البند المشي أماما:

- يمشي بسهولة ويحتفظ بديناميكية توازن الجسم أثناء الأداء.....(الدرجة4)

- لديه صعوبة طارئة ولكنه يستطيع استعادة التوازن كل

الوقت.....(الدرجة3)

- وقع أكثر من مرة أو توقف كثيرا أو لديه صعوبة في

استعادة التوازن.....(الدرجة2)

- لم يتمكن من الأداء أو أن أكثر من ربع أدائه فاقد

للتوازن.....(الدرجة1)



الصورة رقم: 01

ب- المشي خلفا:

- مشى بسهولة واحتفظ بالتوازن دون أن ينظر خلفه أثناء الأداء..... (الدرجة4)

- لديه صعوبة عارضة، ولكنه يستطيع استرجاع التوازن

كل وقت..... (الدرجة3)

- وقع من فوق اللوحة أكثر من مرتين وإذا توقف كثيرا

وإذا لم يستطيع الأداء دون أن ينظر خلفه.... (الدرجة2)

- لم يستطيع الأداء أو أن نصف أدائه لا يتسم بالتوازن

..... (الدرجة1)



الصورة رقم: 02

ج- المشي جانبا:

- يستطيع المشي بسهولة في كلا الجانبين (الدرجة4)



الصورة رقم: 03

- لديه صعوبة عارضة ولكن يستطيع استرجاع التوازن

كل وقت (الدرجة3)

- لم يقع أكثر من مرتين في الاتجاه الواحد، أو إذا توقف

كثيرا أو أن لديه صعوبة في استرجاع التوازن ... (الدرجة2)

- لم يستطيع الأداء أو أن أدائه يتسم بعدم التوازن إلى

درجة ملحوظة (الدرجة1)

ثانيا - اختبار الجري المتعرج : zigzag test:

يتطلب هذا الاختبار توافر عدد 4 كراسي، وساعة إيقاف مع رسم خط بداية وخط نهاية

على الأرض، بحيث توضع الكراسي بين خطي البداية والنهاية، المسافة بين كل كرسي وآخر

حوالي 2 متر وكذلك المسافة بين خط البداية وأول كرسي وأيضا المسافة بين خط النهاية وآخر

كرسي حوالي 2 متر.

طريقة أداء الاختبار:



الصورة رقم: 04

تتطلب أن يقف التلميذ خلف خط البداية، يجري عند

سماع إشارة البدء بين الكراسي مبتدئا من جهة اليمين أو

الشمال حتى خط النهاية ثم العودة إلى خط البداية، ويسجل

له زمن الأداء.

يعطى للطفل ثلاث محاولات وتسجل أحسن محاولة.

ثالثاً - اختبار الوثب العريض من الثبات:

-مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدتان قليلاً والذراعان عالياً وتمرجح الذراعان أماماً أسفل خلفاً مع ثني الركبتين نصفاً وميل الجذع أماماً حتى يصل إلى ما يشبه وضع البدء في السباحة ومن هذا الوضع تمرجح الذراعان أماماً بقوة مع مد الرجلين على امتداد الجذع ودفع الأرض بالقدمين بقوة في محاولة الوثب أماماً أبعد مسافة ممكنة.
-تعليمات الاختبار:

• تقاس مسافة الوثب من خط البداية (الحافة الداخلية) حتى آخر أثر تركه اللاعب القريب



من خط البداية أو عند نقطة ملامسة الكعبين للأرض.

• في حالة ما إذا أختل توازن المختبر ولمس الأرض بجزء

آخر من جسمه تعتبر المحاولة لاغية ويجب إعادتها.

• يجب أن تكون القدمان ملامستين للأرض حتى لحظة

الارتقاء.

للمختبر محاولتين يسجل له أفضلهما.

الصورة رقم: 05

3-5-2. تحديد اختبار شبكة تركيز الانتباه: Grid Concentration Test:

اختبار شبكة التركيز يستخدم لقياس قدرة اللاعب على تركيز انتباهه وخاصة قبل الاشتراك



مباشرة في المنافسة الرياضية. قدمته دورثي هاريس (1984)

وقام بتعريبه محمد حسن علاوي . فاختبار شبكة التركيز يمكن

أن يساعد في حسن اختيار التلاميذ الذي يستطيعون تركيز

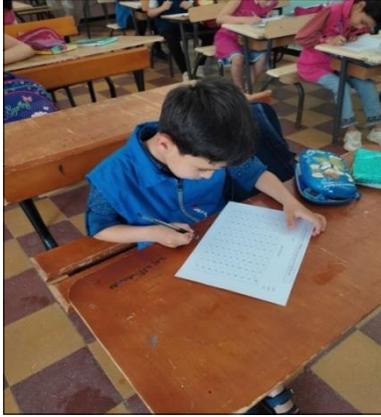
انتباههم بدرجة أفضل. ومدة الاختبار دقيقة واحدة ويطلب

من اللاعب أن يضع شرطة (/) على أكبر عدد ممكن من

الأرقام التي تلي الرقم المعين الذي يحدده المدرب الرياضي أو

الصورة رقم: 06

الأخصائي النفسي الرياضي ويفضل أن يكون الرقم المحدد أقل من الرقم 65 مع مراعاة أن تتابع الأرقام بطريقة متتالية. فمثلا عند تحديد رقم البدء بالرقم 31 فينبغي على اللاعب أن يقوم بوضع شرطة (/) على الرقم 32 ثم الرقم 33 ثم الرقم 34 وهكذا وعدم محاولة وضع شرطة (/) على الرقم 33 أولا ثم الرقم 32 ثانية. ومما لاشك فيه أن اللاعب الذي يسجل عددا أكبر من الأرقام مقارنةً بزملائه يكون لديه تركيز أفضل. ويمكن استخدام هذا الاختبار عدة مرات مع تغيير الرقم الابتدائي المحدد في كل مرة تالية. كما يمكن تغيير أرقام شبكة التركيز وعمل نسخ



متعددة منها مع تغير مكان أرقامها حتى لا يتعود اللاعبون على حفظ ومكان الأرقام وتذكرها. ويُراعى أن تكون جميعها مكونة من عددين مثل (01)، (02)، كما يمكن إجراء الاختبار في العديد من المواقف التجريبية مثل الأداء أمام الزملاء أو بإضافة بعض المتغيرات المشتتة للانتباه. (علاوي

الصورة رقم: 07

م.، 1998، الصفحات 530-531)

جدول رقم (02):

يوضّح اختبار شبكة تركيز الانتباه تصميم: دورثي هاريس (D.Harris) تعريب: مُجد حسن علاوي

84	27	51	78	59	52	13	85	61	55
28	60	92	04	97	90	31	57	29	33
32	96	65	39	80	77	49	86	18	70
76	87	71	95	98	81	01	46	88	00
48	82	89	47	35	17	10	42	62	34
44	67	93	11	07	43	72	94	69	56
53	79	05	22	54	74	58	14	91	02
06	68	99	75	26	15	41	66	20	40
50	09	64	08	38	30	36	45	83	24
03	73	21	23	16	37	25	19	12	63

3-6. البرنامج التعليمي:

مبادئ تصميم البرنامج: توجد مبادئ مهمه يجب أن يراعيها مصمم البرنامج أثناء عملية التصميم وهذه المبادئ هي:

- 1- ملائمة البرنامج للمجتمع الذي صمم من أجله.
 - 2- التنوع.
 - 3- أن يراعي نوعية وعدد المشتركين.
 - 4- مراعاة الأهداف العامة المطلوب تحقيقها.
 - 5- يخدم نوع الخبرات المطلوبة وينميها.
 - 6- أن يتماشى مع الإمكانيات المتيسرة.
 - 7- مراعاة الوقت المتيسر.
 - 8- وضوح التعليمات التي يمكن من خلالها العمل. (شرف، عبد الحميد، 2002، صفحة 55)
- عند بنائنا للبرنامج التعليمي المقترح للتلاميذ، وبالرجوع للمراجع العلمية والدراسات السابقة التي اهتمت وتناولت وضع البرامج التعليمية باستعمال اللعب راعينا الأسس التالية:
- الأهداف الإجرائية المصاغة تتناسب مع حاجات الأطفال في هذا السن.
 - الألعاب والأنشطة الرياضية المختارة تتناسب مع مستوى الأطفال.
 - اختيار مهارات حركية بسيطة لتنمية مهارات الحركات الأساسية.
 - مراعاة عوامل الأمن والسلامة من خلال اختيار الأنشطة الرياضية التي تستخدم الأدوات الثابتة والأدوات المصنوعة من مواد غير صلبة.
 - استعمال المنبهات السمعية البصرية أثناء تعليم مهارات الحركات الأساسية.
 - مراعاة خصائص البيئة المحيطة بالطفل، ومميزات المجتمع الذي ينتمي إليه.
 - مراعاة الأسس النفسية والفيزيولوجية لهذه المرحلة.

- استخدام وسائل بيداغوجية مختلفة في الشكل والحجم ومتنوعة في اللون.
 - مراعاة تنمية الجوانب الأخلاقية والقيم المثلى مثل: النظام والنظافة، والتعاون والصدق، وإتاحة الفرصة لهم للتعبير عن الذات. (أهداف وجدانية)
 - استشارة اهتمام الأطفال لممارسة النشاط الرياضي.
- جدول رقم (03): يوضح البرنامج التعليمي المبني على اللعب

رقم	التاريخ	طبيعة الحصة	أهداف المجال الحسي - حركي	أهداف المجال الاجتماعي العاطفي	أهداف المجال المعرفي
01	الأحد: 2022/02/13	القياسات	إجراء القياسات الأنتروبومترية وتوطيد العلاقة مع الأطفال	-تعلم الأطفال القدرة على (التعاون، التنظيم، الاستعداد، النظافة المشاركة في اللعب)	- يتعرف الأطفال على الفروقات الجسمية: الطول، الوزن. - الفروق والتباين في مستوى شدة الانتباه. - التعرف على الميدان وطبيعة البرنامج.
02	الثلاثاء: 2022/02/15	الاستطلاعية 01	إجراء الاختبارات لحساب (معامل الصدق والثبات) على عينة خارج عينة البحث		
03	الخميس: 2022/02/17	الاستطلاعية 02	تطبيق وحدة تعليمية نموذجية		
04	الأحد: 2022/02/20	الاختبارات القبليّة	القيام بالاختبارات القبليّة		
05	الاثنين: 2022/02/21	تحضير بدني عام (01)	أن يحسن التلميذ من مرونة العضلات والمفاصل.	- يحس بحرية الحركة في الفراغ - يتعلم الاتصال بالآخرين	- يتعرف على مختلف أعضاء جسمه.
06	الاثنين: 2022/02/28	تعليمية 02	أن يتعلم التلميذ الاحساس بالحركة و رد الفعل بواسطة الجري.	- يتمكن من التواصل بالأستاذ وزملائه. - يتعود على التنظيم في الفوج.	- السيطرة على التصرفات العشوائية والانفعالات.
07	الاثنين: 2022/03/07	تعليمية 03	أن يتعلم التلميذ الجري بسرعة وفي اتجاهات مختلفة.	- تحدي المواجهة الفردية والجماعية والرغبة في الفوز.	- فهم عبارات تحتاج إلى اتخاذ قرار مثل: قف، امشي، تحرك

08	الاثنين: 2022/03/14	تعليمية 04	أن يحسن التلميذ سرعة رد الفعل عن طريق الجري والوثب	-سلوكات تواصلية مساعدة على بناء علاقات إيجابية مع الآخرين.	-يعرف أنواع المنبهات السمعية والبصرية. -يكتسب خبرات فكرية وحركية وخلقية.
09	الاثنين: 2022/03/21	تعليمية 05	أن يحسن التلميذ مهارة الوثب.	-أن يبرز كل قدراته. -يعتاد على إنهاء العمل بأكمله.	-يتعلم مختلف التعليمات -يتعلم القيام بالحركات المتتالية.
10	الاثنين: 2022/03/28	تعليمية 06	أن يحسن التلميذ من حركات التعامل مع الأداة، كالرمي واللقف	-يتنافس مع الزملاء. -يشجع الفائز. - يتحكم في انفعالاته.	-يتعرف على الأدوات المستعملة. - يفرق بين الكرات وحجمها ولونها.
11	الاثنين: 2022/04/11	تعليمية 07	أن ينمي التلميذ قدرته على التوازن بأداء سلسلة من الحركات الرياضية.	-يكتسب تدريجياً الثقة في النفس. - يتعود على إنجاز العمل حتى نهايته.	-يتعرف على كيفية استعمال الوسائل. - يتعلم تطبيق قواعد الأمن والسلامة.
12	الاثنين: 2022/04/18	تعليمية 08	أن يحسن التلميذ من مهارات الحركات الانتقالية: كالجري، والوثب، والرمي.	- يتقبل النتيجة. - التعود على التعاون مع الزملاء.	- القيام بأدوار فردياً وجماعياً. -يتعود على المصطلحات.
13	الاثنين: 2022/04/25	الاختبارات البعدية	القيام بالاختبارات البعدية للعينات التجريبية.	- يتحمل المسؤولية - يتنافس مع الزملاء	- يطبق قواعد الأمن والسلامة.

7-3. الأساليب الإحصائية في معالجة البيانات:

استخدامنا كلا من الإحصاء الوصفي والاستدلالي، فالنسبة للإحصاء الوصفي استعملنا المتوسطات والانحراف المعياري. أما بالنسبة للإحصاء الاستدلالي وللتأكد من صحة الفرضيات استخدمنا اختبار (ت) (T-test) لدراسة الفروق للمجموعة الواحدة (التجريبية) في الاختبارين القبلي والبعدية، و(إيتا تربيع) لمعرفة حجم الأثر، التي نحصل عليهم من خلال نظام حزمة الإحصاء للعلوم الاجتماعية (spss.22)

الخلاصة:

إن نجاح أي بحث مهما بلغت درجته العلمية مرتبط بشكل أساسي بإجراءاته الميدانية. لأن جوهر الدراسة مكنون في كيفية ضبط حدودها. وعليه قمنا من خلال هذا البحث بوضع خطة محددة المعالم والغايات في هذا الاتجاه، وذلك بتحديد النقاط التي يمكن أن تساعدنا في ضبط حدود البحث. وهذا بتحديد المنهج الملائم لطبيعته بحيث يخدم مشكلته الرئيسية، كما تم تحديد عينة البحث، واختيار الأدوات اللازمة لذلك وتحديد طرق القياس المستخدمة، وضبط المتغيرات التي من شأنها إعاقة السير الحسن للدراسة الأساسية، كما تم اختيار الطرق والوسائل الإحصائية الملائمة التي ساعدتنا في عملية عرض وتحليل النتائج وهذا طبعا بمساعدة ذكاترة و باحثين مختصين في الإحصاء والبحث العلمي.

الفصل الرابع:

عرض و تحليل و مناقشة النتائج

يحتوي هذا الفصل على:

تمهيد.

1-4. عرض وتحليل نتائج البحث.

1-1-4. عرض وتحليل نتائج اختبارات "المهارات الحركية الأساسية".

2-1-4. عرض وتحليل نتائج اختبار "تركيز الانتباه".

3-1-4. عرض وتحليل نتائج تأثير البرنامج على المهارات الحركية

الأساسية وتركيز الانتباه.

4-3. الاستنتاجات.

4-4. مناقشة الفرضيات.

1-4-4. مناقشة الفرضية الأولى.

2-4-4. مناقشة الفرضية الثانية.

3-4-4. مناقشة الفرضية الثالثة.

5-4. الفرضيات المستقبلية.

الخلاصة.

تمهيد:

تتطلب منهجية البحث، عرض وتحليل النتائج ومناقشتها حيث يتمثل ذلك الركن الأساسي في عملية اختبار فروض البحث والبرهنة عليها ويشير (وود) بخصوص التجربة أنها محاولة البرهنة على فرضية تتميز بوجود عاملين تربطهما علاقة نسبية.

لذلك فإن الاكتفاء بعرض البيانات بدون تفسيرها والاعتماد على المناقشة والتفسير السطحي يفقد البحث قيمته، ويقلل من قدره ويجعل منه عملا عاديا أكثر من كونه عملا علميا يتميز بالقدرة الابتكارية النافذة، وعلى هذا الأساس ذهبنا إلى تحليل النتائج وإعطاء حوصلة لكل النتائج المتوصل، إليها بالإضافة إلى أن عرض هذه النتائج يكون في جداول واضحة ثم تحليلها تحليلا موضوعيا يعتمد على المنطق والخيال العلمي، كما أنه تم تمثيل هذه النتائج في شكل أعمدة بيانية.

1-4. عرض وتحليل نتائج البحث:

1-1-4. عرض وتحليل نتائج اختبارات "المهارات الحركية الأساسية":

أولاً - عرض وتحليل نتائج اختبارات "مهارة التوازن المتحرك":

جدول رقم (04):

يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبارات: "مهارة التوازن المتحرك"

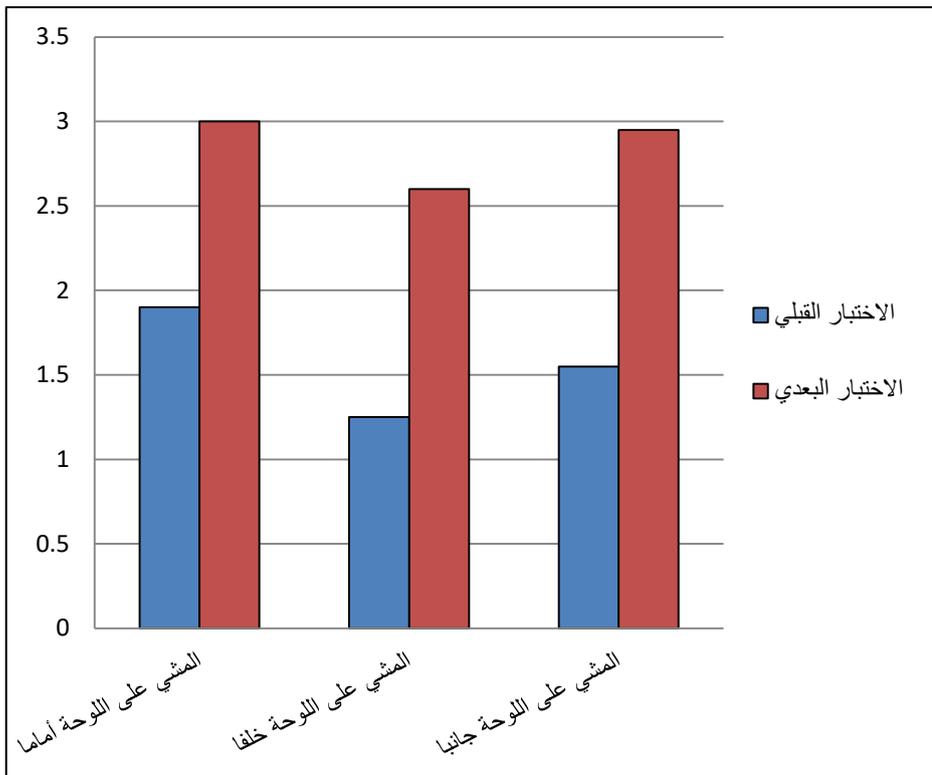
مستوى الدلالة	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		د. الاحصائية الاختبارات
			±ع	س	±ع	س	
دال احصائيا	02.09	08.90	00.53	03.00	00.62	01.90	المشي على اللوحة أماما
دال احصائيا		12.33	00.46	02.60	00.19	01.25	المشي على اللوحة خلفا
دال احصائيا		10.46	00.47	02.95	00.26	01.55	المشي على اللوحة جانبا

درجة الحرية (ن-1): 19

مستوى الدلالة: 0,05

يبين الجدول رقم (04) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للعينة التجريبية في مهارة "التوازن المتحرك" حيث قدر المتوسط الحسابي القبلي لاختبار "المشي على اللوحة أماما" (01.90) نقطة والانحراف المعياري (0.62)، أما الاختبار البعدي وصل المتوسط الحسابي (03.00) نقطة والانحراف المعياري (0.53)، وقدرت (ت) المحسوبة (08.90) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (02.09) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (19) وهذا يدل على الفروق المعنوية بين المتوسطات وعلى وجود دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي في اختبار "المشي على اللوحة أماما". وفيما يخص اختبار "المشي على اللوحة خلفا" فقد قدر المتوسط

الحسابي القبلي له (01.25) نقطة والانحراف المعياري (0.19)، أما الاختبار البعدي وصل المتوسط الحسابي (02.60) نقطة والانحراف المعياري (0.46) وقدرت (ت) المحسوبة (12.33) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (02.09) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (19) وهذا يدل على الفروق المعنوية بين المتوسطات وعلى وجود دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي. وأخيرا اختبار "المشي على اللوحة جانبا" قدر المتوسط الحسابي القبلي له (01.55) نقطة والانحراف المعياري (0.26)، وفي الاختبار البعدي وصل المتوسط الحسابي (02.95) نقطة والانحراف المعياري (00.47) وقدرت (ت) المحسوبة (10.46) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (02.09) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (19) وهذا يدل على الفروق المعنوية بين المتوسطات وعلى وجود دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي. والشكل البياني الآتي يوضح ذلك:



الشكل البياني رقم (02):

يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية القبلية والبعدي لاختبارات: " مهارة التوازن المتحرك "

يظهر لنا من خلال الشكل البياني رقم (02) أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات اختبارات المشي على اللوحة بحيث أن الاختبارات البعدية حققت أكبر متوسطات حسابية، مما يدل على أن الوحدات التعليمية المقترحة اشتملت على ألعاب قد حسنت مهارة التوازن المتحرّك لطفل هذه المرحلة.

ثانيا - عرض وتحليل نتائج اختبار "مهارة الجري":

جدول رقم (05):

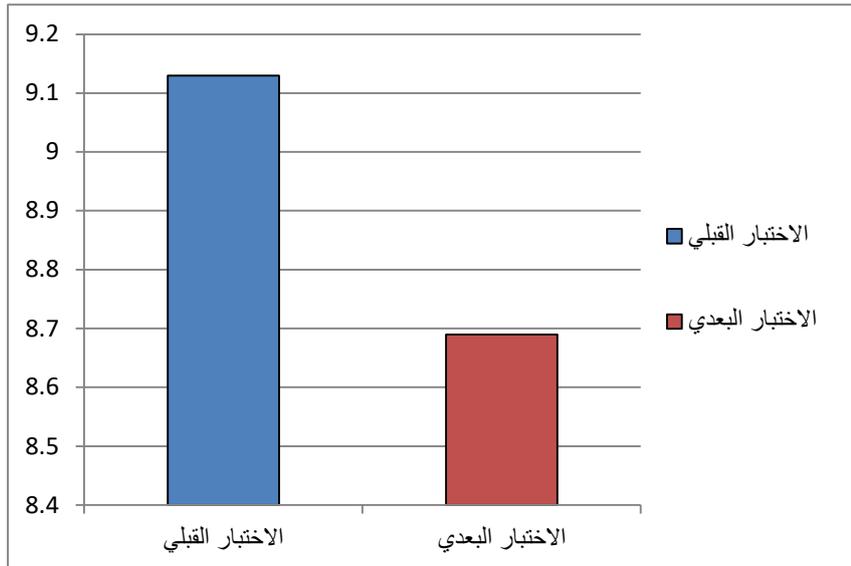
يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدى لعينة البحث في اختبار " الجري المتعرج "

مستوى الدلالة	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	الانحراف المعياري	متوسط الحسابي	د. الاحصائية الاختبارات
دال	02.09	04.68	00.47	09.13	الاختبار القبلي
احصائيا			00.26	08.69	الاختبار البعدى

درجة الحرية (ن-1): 19

مستوى الدلالة: 0,05

يبين الجدول رقم(05) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للعينة التجريبية في مهارة "الجري"، حيث قدر المتوسط الحسابي القبلي لاختبار "الجري المتعرج" (09.13) ثانية والانحراف المعياري (0.47)، أما الاختبار البعدى وصل المتوسط الحسابي (08.69) ثانية والانحراف المعياري (0.26)، وقدرت (ت) المحسوبة (04.68) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (02.09) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (19) وهذا يدل على الفروق المعنوية بين المتوسطات وعلى وجود دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدى.



الشكل البياني رقم (03):

يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبار: "الجري المتعرج"

يتضح من الشكل البياني أعلاه أن المتوسط الحسابي البعدي للعينة التجريبية تحسن أكثر مقارنة مع المتوسط الحسابي القبلي في اختبار الجري المتعرج ، وذلك راجع إلى احتواء الوحدات التعليمية على حركات حسنت من مهارة الجري.

ثالثاً - عرض وتحليل نتائج اختبار "مهارة الوثب":

جدول رقم (06):

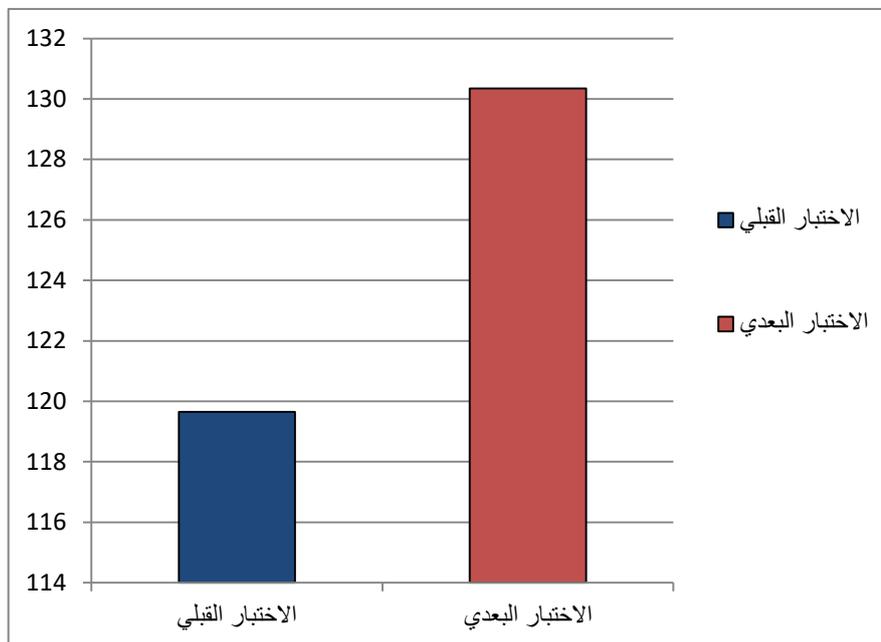
نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبار "الوثب العريض من الثبات"

مستوى الدلالة	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	الانحراف المعياري	متوسط الحسابي	د. الاحصائية الاختبارات
دال احصائيا	02.09	06.53	175.18	119.65	الاختبار القبلي
			206.55	130.35	الاختبار البعدي

درجة الحرية (ن-1): 19

مستوى الدلالة: 0,05

يبين الجدول رقم (06) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للعينة التجريبية في مهارة "الوثب" حيث قدر المتوسط الحسابي القبلي لاختبار "الوثب العريض من الثبات" (119.65) متر والانحراف المعياري (175.18)، أما الاختبار البعدي وصل المتوسط الحسابي (130.35) متر والانحراف المعياري (206.55)، وقدرت (ت) المحسوبة (06.53) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (02.09) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (19) وهذا يدل على الفروق المعنوية بين المتوسطات وعلى وجود دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي.



الشكل البياني رقم (04):

يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية القبلية والبعديّة لعينة البحث لاختبار: "الوثب العريض من الثبات"

يتضح من الشكل البياني أعلاه أن المتوسط الحسابي البعدي للعينة التجريبية تحسن أكثر مقارنة مع المتوسط الحسابي القبلي في اختبار الوثب العريض من الثبات، أين نلاحظ أن المجموعة التجريبية استطاعت تحقيق تطور جيد وأكبر متوسط حسابي، وذلك راجع إلى احتواء الوحدات التعليمية على حركات حسنة من مهارة الوثب.

2-1-4. عرض وتحليل نتائج اختبار "تركيز الانتباه":

جدول رقم (07):

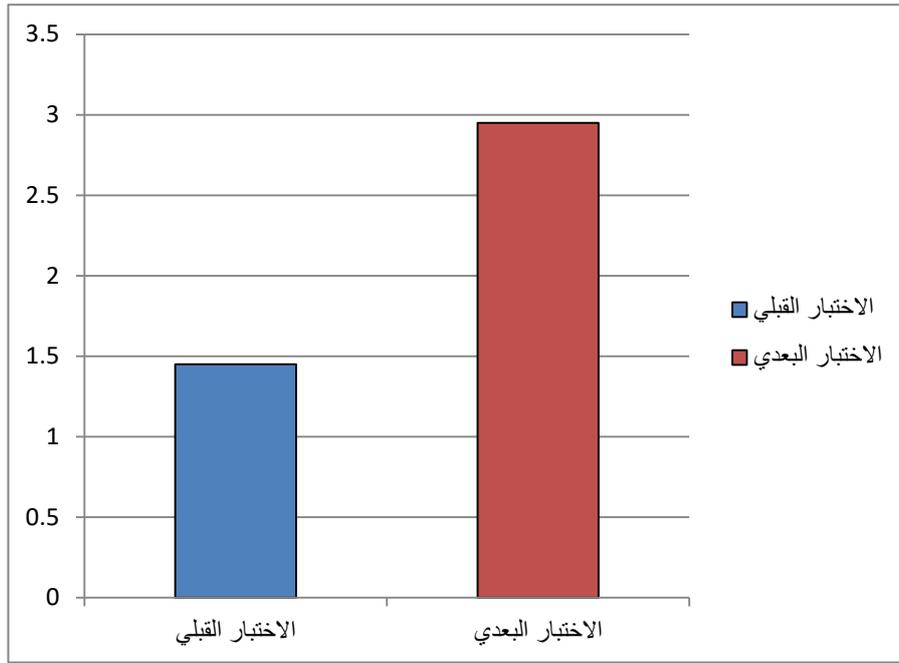
يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبار "تركيز الانتباه"

مستوى الدلالة	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	الانحراف المعياري	متوسط الحسابي	د. الاحصائية الاختبارات
دال احصائيا	02.09	03.62	02.57	01.45	الاختبار القبلي
			02.57	02.95	الاختبار البعدي

درجة الحرية (ن-1): 19

مستوى الدلالة: 0,05

يبين الجدول رقم (07) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للعينة التجريبية في اختبار "تركيز الانتباه" حيث قدر المتوسط الحسابي القبلي لهذا الاختبار بـ (01.45) والانحراف المعياري (02.57)، أما الاختبار البعدي وصل المتوسط الحسابي (02.95) والانحراف المعياري (02.57)، وقدرت (ت) المحسوبة (03.62) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (02.09) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (19) وهذا يدل على الفروق المعنوية بين المتوسطات وعلى وجود دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي.



الشكل البياني رقم (05):

يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية القبليّة والبعديّة لعينة البحث لاختبار: "تركيز الانتباه"

يتضح من الشكل البياني أعلاه أن المتوسط الحسابي البعدي للعينة التجريبية تحسن أكثر مقارنة مع المتوسط الحسابي القبلي في اختبار "تركيز الانتباه"، أين نلاحظ أن المجموعة التجريبية استطاعت تحقيق تطور جيد، وذلك راجع إلى احتواء الوحدات التعليمية على ألعاب ومواقف تتطلب التركيز.

3-1-4. عرض وتحليل نتائج تأثير البرنامج على المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه:

جدول رقم (08):

يوضح حجم تأثير البرنامج على متغيرات قيد البحث

المتغير	اختبارات	حجم الأثر η^2	تفسير القيم	
			القيمة	التقييم
الاتزان المتحرك	المشي على اللوحة أماما	0.807	0.01	بسيط
	المشي على اللوحة خلفا	0.889		
الجري	المشي على اللوحة جانبا	0.852	0.06	متوسط
	جري متعرج	0.535		
الوثب	الوثب للأمام من الثبات	0.692	0.14	كبير
	شبكة تركيز الانتباه	0.408		

من خلال الجدول رقم (08) الذي يبين حجم تأثير البرنامج على المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه، فقد تبين أن قيمة "إبطا تربيع" (η^2) للمجموعة التجريبية في "مهارة الاتزان المتحرك" والمتمثلة في اختبار المشي على اللوحة أماما (0.807)، اختبار المشي على اللوحة خلفا (0.889)، اختبار المشي على اللوحة جانبا (0.852)، أما قيمة "إبطا تربيع" (η^2) في "مهارة الجري" لنتائج اختبار الجري المتعرج (0.535)، وكانت قيمتها في "مهارة الوثب" لنتائج اختبار الوثب للأمام من الثبات (0.692)، في حين كانت قيمتها في "تركيز الانتباه" (0.408)، وبالرجوع للقيم التفسيرية نجد أن جميع النتائج أكبر (0.14) مما يدل على حجم تأثير كبير للبرنامج المقترح.

4-3. الاستنتاجات:

من خلال المعالجات الإحصائية وتفسيرها للنتائج ومناقشتها وفي نطاق مجتمع البحث أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- ظهور فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للعينة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.
- ظهور فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للعينة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي في تحسين تركيز الانتباه.
- للبرنامج التعليمي المقترح أثر كبير على متغيرات الدراسة (بعض المهارات الحركية الأساسية وتركيز الانتباه).

4-4. مناقشة الفرضيات:

على ضوء الاستنتاجات المتحصل عليها من خلال عرض ومناقشة النتائج، تم مقارنتها بفرضيات البحث وكانت كالاتي:

4-4-1. مناقشة الفرضية الأولى:

والتى تنص: توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي في قياس المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.

تبين لنا من خلال النتائج الإحصائية المتحصل عليها من الجداول رقم (04-05-06) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي ولصالح هذا الأخير.

ونعزو هذا التحسن في النتائج إلى البرنامج التعليمي المقترح والذي اعتمدنا فيه على ألعاب مشوّقة وهادفة لخدمة هدف الحصة، كما ركّزنا على الألعاب الجماعية حيث يرى الباحثون أن الأطفال في هذه المرحلة يميلون للعب الجماعي، فالبنين يميلون إلى اللعب الذي يتطلب

الشجاعة واستخدام القوة العضلية، فيما تميل البنات إلى اللعب في الحركات الايقاعية كالحجل والرقص. (يوسف لازم كماش، 2011، صفحة 397).

كما تتفق دراستنا مع كل من دراسة عبد القادر بوخالفة، ودراسة لعربي زكرياء، حيث خلصت إلى أن البرامج التعليمية المبنية على اللعب تؤثر ايجابا على المهارات الحركية الأساسية. ويشير يوسف كماش في كتابه التعلم الحركي أن هذه المرحلة هي أحسن مرحلة للتعلم الحركي والتوجيه الحركي وضبط الحركات مع الاقتصاد بالطاقة، مع تحسن ملحوظ في البناء الحركي والانسيابية والايقاع الحركي.

ومن خلال اشرافنا على انجاز هذه الحصص التطبيقية لمسنا استجابة واسعة للأطفال وتناغمهم بشكل واضح وبهيج مع الألعاب المطبقة لاسيما الألعاب التنافسية. (الأطفال بالمدرسة لم يمارسوا حصة التربية البدنية خلال تدرسههم).

وهنا وجب علينا الاشارة إلى أهمية برامج تعلم هذه المهارات الحركية الأساسية وعلاقتها بالنمو المتوازن للطفل، حيث يرى (جالهيو Gallhue, 1996) أن الحركة إحدى الدوافع الأساسية لنمو الطفل، فعن طريقها يبدأ الطفل التعرف على البيئة المحيطة به، وينظر التربويون للتربية الحركية على أنها نظرية جديدة واتجاه جديد في التربية، مثلها مثل التعلم عن طريق الخبرة والنشاط، كما أن ظهور التربية الحركية كان لإخراج التعليم المدرسي من الأسلوب الروتيني التقليدي في مناهج وطرق التعليم والتعلم إلى صيغ أكثر إيجابية وفاعلية في تكوين الفرد، وتنمية مواهبه وطاقاته إلى أقصى ما تؤهله إمكاناته وقدراته ومواهبه. (انشرح إبراهيم المشرفي، 2009، الصفحات 41-42)

وكتطبيق تربوي لهذه النظرية ادجنا هدف تعليمي لمادة التربية العلمية (التنفس ومعرفة تغيرات نبض القلب، الملحق رقم 01) في حصة التربية البدنية والرياضية، وذلك من خلال

مواقف تعليمية زواجنا فيها بين الألعاب ذات الرتم: خفيف، متوسط، وعالي الشدة، وقد أدرك الأطفال هذا الهدف في وقت قصير وبطريقة بهيجة.

و منه يمكننا تأكيد صحة الفرضية الأولى.

2-4-4. مناقشة الفرضية الثانية:

والتي تنص: توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي في قياس تركيز الانتباه.

تبين لنا من خلال النتائج الإحصائية المتحصل عليها من الجدول رقم (07) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار تركيز الانتباه. ونعزو التقدم الحاصل فيه إلى تأثير البرنامج التعليمي المقترح إيجاباً على عينة البحث، وتتفق نتائج البحث الحالي مع دراسة بودبزة مصطفى (2018)، ودراسة لعربي نور الهدى (2020) حيث أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فيما يخص تأثير البرامج المبنية على اللعب في تحسين تركيز الانتباه، وكما يشير الدكتور (عدنان) إلى أنّ اللّعب يجذب انتباه الطفل ويشوّقه إلى التّعليم، فالتّعليم باللّعب يوفر جواً طليقاً يندفع فيه إلى العمل من تلقاء نفسه، كما يعطي للطفل الفرصة لاستخدام حواسه وعقله وزيادة قدرته على الفهم. (عدنان عرفان مصلح ، 1995 ، صفحة 4).

وهذا ما عمدنا إليه في بناء البرنامج التعليمي، حيث ركزنا على مجموعة من الألعاب التي تجذب انتباه الطفل للعبة بعيداً عن المؤثرات الخارجية (رمي الحلقات في الاقمام، رميات كرة السلة، تعمد استخدام الألوان مختلفة) في جو تنافسي ومرح. وهذا ما ساهم في زيادة تركيز انتباه الأطفال.

ومنه يمكننا تأكيد صحة الفرضية الثانية.

3-4-4. مناقشة الفرضية الثالثة:

والتي تنص: هناك أثر للبرنامج المقترح على المهارات الحركية الأساسية قيد البحث وتركيز الانتباه.

تبين لنا من خلال النتائج الإحصائية المتحصل عليها من الجدول رقم (08) وجود أثر كبير للبرنامج المقترح على المهارات الحركية الأساسية قيد البحث وتركيز الانتباه عند المجموعة التجريبية. ونعزو التقدم الحاصل على عينة البحث إلى أنّها لم تمارس حصص تعليمية في التربية البدنية والرياضية من قبل نظرا للحالة الوبائية التي بدأت ودخولهم لمقاعد الدراسة ناهيك على الحجة القديمة الحديثة المتمثلة في عدم الاختصاص تارة وعدم توفر الأجهزة والأدوات تارة أخرى، بالرغم من أنّها مادة كبقية المواد كما يؤكّد عليه المنهاج.

وتتفق نتيجة الدراسة هذه مع بعض الدراسات السابقة كدراسة لعربي زكرياء ودراسة نوال إبراهيم شلتوت اللّتين أكّدتا على تأثير البرامج بالألعاب المهارات الحركية الأساسية لما تحتويه من أهداف حسي/حركي، وجداني، معرفي. وهذا ما جاء به (ماينل) حيث يؤكّد على أنّ هذه المرحلة هي أحسن مرحلة للتعليم الحركي، وبصورة خاصة قابلية التصرف الحركي للأطفال، وتعتبر أغنى مرحلة لاستيعاب الواجب الحركي والتي تتطور فيها المهارات الحركية وبناء المستويات، وتكون فيها قابلية التعلم الحركي سريعة جدا، وأن قابلية الطفل تصل إلى أعلى مستوى في الصفات الحركية وتتطور الصفات الجسمية لخدمة الصفات الحركية. (يوسف لازم كماش، نايف زهدي الشاويش، 2011، صفحة 392).

وكذلك أكد الطالبين على التكرارات في الأداء نظرا لأهميتها في هذه المرحلة العمرية، والاستمرار في تطبيق الوحدات مع التنوع في المواقف التعليمية، مما ساعد في تحقيق أهداف البرنامج التعليمي.

ومنه يمكننا تأكيد صحة الفرضية الثالثة.

5-4. الفرضيات المستقبلية:

- في ضوء البحث الذي قمنا به وما أسفرت عنه النتائج تم وضع بعض الفرضيات المستقبلية التي نأمل الاستفادة منها قدر الإمكان بغرض الاهتمام الجيد بهذه الفئة وهي كالتالي:
- إعداد برنامج تعليمي لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية لتلاميذ الطور الابتدائي.
 - القيام بدراسات تبين مدى مساهمة درس التربية البدنية والرياضية في المرحلة الابتدائية على تحقيق الكفاءات المسطرة في المرحلة التعليم المتوسط والثانوي.
 - دور وفعالية حصص التربية البدنية والرياضية بالمدارس الابتدائية من خلال تخصيص أساتذة للتربية البدنية والرياضية لتدريس هذه المادة.
 - اعداد برامج تعليمية الكترونية لفيدويوهات تعليمية في التربية البدنية والرياضية لمرحلة التعليم الابتدائي.
 - دراسات حول المنشآت الرياضية القاعدية الضرورية في المدارس الابتدائية، الوسائل والأجهزة الرياضية اللازمة.

الخاتمة:

في ضوء أهداف البحث، والظروف التي أجريت فيها التجربة، والعينة التي طبقت عليها، وبناء على النتائج المتوصل اليها، توصلنا إلى أن البرنامج التعليمي المقترح له تأثير إيجابي في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية قيد البحث وتركيز الانتباه. كما لاحظنا ما مدى تفاعل هذه الفئة وحيويتها مع الألعاب والنشاطات المقدمة.



المصادر و المراجع

القرآن الكريم.

أ- المصادر باللغة العربية:

1. المغازي إبراهيم محمد. (2015). في سيكولوجية الإبداع (الإصدار الطبعة 1). القاهرة: عالم الكتب.
2. الين وديع فرج. (1994). خبرات في الألعاب للصغار والكبار. الاسكندرية: منشأ المعارف.
3. انشراح إبراهيم المشرفي. (2009). التربية الحركية لطفل الروضة. مكة: المكتبة الشاملة.
4. إيمان عباس الخفاف. (2009). العاب إستراتيجيات تعليم حسيئة. عمان: دراسة المناهج للنشر و التوزيع.
5. أحمد بلقيس، ومرعي. (1982). ، سيكولوجية اللعب. عمان: دار الفرقان.
6. أسامة كامل راتب. (1990). النمو الحركي. مصر: دار الفكر العربي.
7. أسامة كامل راتب. (1997). علم نفس الرياضة المفاهيم-التطبيقات (الإصدار الطبعة 2). القاهرة: دار الفكر العربي.
8. أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب. (2007). نظريات و برامج التربية الحركية للأطفال (الإصدار الطبعة الأولى). القاهرة: دار الفكر العربي.
9. بشناق رأفت محمد. (2010). سيكولوجية الأطفال (دراسة في سلوك الاطفال واضطراباتهم النفسية) (الإصدار الطبعة 02). لبنان-بيروت: دار النفائس.
10. توما جورج خوري. (2000). سيكولوجية النمو عند الطفل و المراهق (الإصدار الطبعة الأولى). بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسات.
11. حامد زهران. (1986). علم نفس النمو-الطفولة والمراهقة. مصر: دار المعارف.
12. حنان العناني. (2004). اللعب عند الأطفال (الإصدار الطبعة الثانية). دار الفكر.

13. خيرية إبراهيم السكري، وسيلة محمد مهران، فاطمة فوزي عبد الرحمان. (بدون سنة). المهارات الأساسية في التربية البدنية لرياض الأطفال الأسوياء و ذوي الاحتياجات الخاصة. الاسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر.
14. دويدار عبد الفتاح. (1996). سيكولوجية النمو والارتقاء (الإصدار الطبعة 01). الأزرايطة: دار المعرفة الجامعية.
15. زيد الهويدي. (2002). الألعاب التربوية إستراتيجية التنمية التفكير (الإصدار الطبعة الأولى). الإمارات: دار الكتاب الجامعي.
16. سامي محمد ملحم. (2002). مشكلات طفل الروضة الأسس النظرية والتشخيصية والعلاجية (الإصدار الطبعة 01). عمان -الأردن: دار الفكر.
17. سعد رزوقي. (1977). موسوعة علم النفس (الإصدار الطبعة 1). بيروت: الموسوعة العربية للدراسات والنشر.
18. سلوى محمد عبد الباقي. (2005). اللعب بين النظري والتطبيقي. القاهرة: مركز الاسكندرية للكتاب.
19. سليم مريم. (2002). علم تكوين المعرفة -استمولوجيا بياجيه- (الإصدار الطبعة 01). بيروت-لبنان: دار النهضة العربية.
20. سليمان عبد الواحد يوسف ابراهيم. (2010). المرجع في صعوبات التعلم النمائية والأكاديمية والاجتماعية والانفعالية. مصر: مكتبة الأنجلو المصرية.
21. سهير محمد سلامة شاس. (2001). اللعب وتنمية اللغة لدى الأطفال ذوي الإعاقة العقلية (الإصدار الطبعة الأولى). القاهرة: دار القاهرة للكتاب.
22. شرف، عبد الحميد. (2002). البرامج في التربية الرياضية بين النظري والتطبيقي للأسوياء والمعاقين (الإصدار الطبعة الثانية). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
23. صالح أحمد الخطيب. (2009). الإرشاد النفسي في المدرسة (الإصدار الطبعة الثانية). الإمارات العربية المتحدة: دار الكتاب الجامعي.

24. صالح محمد أبو جادو. (2011). علم النفس النمو التطوري (الطفولة والمراهقة) (الإصدار الطبعة 02). عمان - الأردن: دار المسيرة.
25. طارق عبد الحميد البدرى. (2008). الاتجاهات الحديثة لإدارة المدرسية في تنمية القيادة التدريسية (الإصدار الطبعة الأولى). الأردن: دار الثقافة.
26. عبد الحميد احمد. (1978). التنس الارضي (الإصدار الطبعة 3). القاهرة: دار الفكر العربي.
27. عبد الحميد العناني. (1990). اللعب عند الأطفال، الأسس النظرية و التطبيقية (الإصدار الطبعة الأولى). عمان: دار الفكر.
28. عبد الستار جبار الصمد. (2000). فسولوجيا العمليات العقلية في الرياضة (الإصدار الطبعة 1). عمان: دار الفكر العربي.
29. عبد الفناح الهنداوي. (2000). سيكولوجية اللعب (الإصدار الطبعة الأولى). بيروت: دار الفكر العربي.
30. عبدالله محمد زلطة. (2001). حلقة البحث في الجامعات والمعاهد العلي. القاهرة: دار الفكر العربي.
31. عجاج سيد أحمد. (2008). علم النفس النمو. جامعة البر في الاحصاء، مركز التنمية الاسرية، دبلوم الارشاد الاسري.
32. عدنان عرفان مصلح . (1995). التربية في رياض الأطفال. القاهرة: دار الفكر للنشر والتوزيع.
33. عمر سليمان الروبي. (1995). القدرات الادراكية الحركية للطفل. القاهرة: دار الفكر العربي.
34. فاروق الروسان. (2003). مقدمة في الإعاقة العقلية (الإصدار الطبعة الثانية). دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
35. فوار فتح الله الراميني. (2006). سيكولوجية الطفل وتعلمه باللعب في المرحلة الأساسية (الإصدار الطبعة الأولى). الإمارات: دار الكتاب الجامعي.
36. فيصل عباس. (1997). علم النفس الطفل. بيروت: دار الفكر العربي.

37. قحطان أحمد الظاهر. (2012). صعوبات التعلم. الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.
38. كريمان بدير. (2010). الأسس النفسية لنمو الطفل (الإصدار الطبعة 02). عمان - الأردن: دار المسيرة.
39. ليلي عبد العزيز زهران، عصام صابر. (2005). اللعب التربوي (الإصدار الطبعة الأولى). القاهرة: دار زهران للنشر و التوزيع.
40. مجري أحمد محمد عبد الله. (2002). علم النفس التربوي بين النظري والتطبيق. الإسكندرية: دار المعارف الجامعية.
41. محجوب وجيه. (2000). نظريات التعلم والتطور الحركي (الإصدار ص 53). بغداد: مطبعة وزارة التربية.
42. محمد أحمد خطاب، أحمد عبد الكريم حمزة. (2008). سيكولوجية العلاج باللعب مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (الإصدار الطبعة الأولى). عمان: دار الثقافة.
43. محمد حسن علاوى. (1983). علم النفس الرياضي، ط5. القاهرة: دار المعارف.
44. محمد حسن علاوي. (1998). موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
45. محمد سليمان فياض الخزاعلة . (2014). اللعب عند الأطفال وتطبيقاته التربوية. دار صفاء للطباعة والنشر والتوزيع.
46. محمد عبد الرحيم، عدنان عارف مصلح. (2001). مدخل في رياضة الأطفال (الإصدار الطبعة الثانية). عمان: دار الفكر للنشر.
47. محمد عبد المومن. (1986). سيكولوجية غير العاديين وتربيتهم (الإصدار الطبعة الأولى). مصر: دار الفكر الجامعي.
48. محمد محمود الحيلة. (2002). الألعاب التربوية وتقنيات إنتاجها (الإصدار الطبعة الأولى). عمان: دار السيرة للنشر والوزيع.
49. محمد محمود حلية. (2007). الألعاب من أجل التفكير والتعلم. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

50. محمد أحمد الصوالحة. (2007). علم النفس اللعب. عمان: ار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة،.
51. محمود فتوح محمد سعادات. (2016). اضطراب نقص الانتباه المصحوب بفرط النشاط - صعوبات التعلم النمائية-. السعودية.
52. مروان عبد المجيد إبراهيم. (2002). النمو البدني والتعلم الحركي (الإصدار الطبعة الأولى). الأردن: دار الثقافة.
53. مصطفى منصورى. (2012). التأخر الدراسي أسبابه، أثاره، و طرق علاجه. (الإصدار الطبعة 1). وهران: دار الغرب للنشر والتوزيع.
54. معيوف ذنون حنتوش. (1987). علم النفس الرياضي. العراق: وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.
55. مفتي إبراهيم حمادي. (2000). طرق تدريس ألعاب الكرات. دار الفكر العربي ط1.
56. منصورى مصطفى. (2012). التأخر الدراسي أسبابه، أثاره، و طرق علاجه. (الإصدار الطبعة 1). وهران: دار الغرب للنشر والتوزيع.
57. مها حسني الشحروري. (2008). الألعاب الإلكترونية في عصر العولمة (الإصدار الطبعة الأولى). عمان: دار المسيرة.
58. موسلمال سليمان بن محمد. (2010). بناء المنح القوي. غرداية: مدرسة الفتح القرآنية - كاف حمودة.
59. نايف زهدي الشاويش. يوسف لازم كماش. (2011). التعلم الحركي والنمو الانساني. عمان الاردن: دار زهران للنشر و التوزيع.
60. نبيل عبد الهادي. (2004). سيكولوجية اللعب وأثرها في تعلم الأطفال (الإصدار الطبعة الأولى). عمان: دار وائل للنشر.
61. هالة الجرواني، هشام الصاوي. (2009). محاضرات و تطبيقات للمهارات الأساسية في التربية البدنية. الاسكندرية: ماهي للنشر و التوزيع.

62. وسام صلاح عبد الحسين، سامر يوسف متعب. (2013). التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية. لبنان: دار الكتب العلمية.

63. وسيلة محمد مهران ، فاطمة فوزي عبد الرحمن خيرية إبراهيم السكري. (2005). المهارات الأساسية في التربية البدنية لرياض الأطفال الأسوياء وذوي الإحتياجات الخاصة. دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر.

64. يعرب خيون. (2002). التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. بغداد: مكتب الصخرة للطباعة .

65. يوسف لازم كماش، نايف زهدي الشاويش. (2011). التعلم الحركي والنمو الانساني. عمان الاردن: دار زهران للنشر و التوزيع،

ب- الأطروحات والرسائل العلمية:

66. بودبزة مصطفى. (2014). أثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة في تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية لذوي بطئ التعلم.

67. بودبزة مصطفى. (2018). إعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة وأثره في تحسين القدرات الإدراكية الحركية والانتباه لذوي صعوبات التعلم وعلاقته بالتحصيل الدراسي. الجزائر.

68. بوسكرة، أحمد. (2009). النشاط البدني الرياضي المكيف لدى الأطفال المتخلفين عقليا في المراكز الطبية البيداغوجية. الجزائر.

69. حسن هادي شروم الزياي. (2009). أثر منهج تعليمي لتنمية بعض المهارات والقدرات الحركية و مظاهر الانتباه لأطفال بطيء التعلم وعلاقته بالتحصيل الدراسي. العراق.

70. خالد عبد المجيد عبد الحميد. (1989). تركيز الانتباه قبيل أداء الإرسال بالكرة الطائرة-رسالة ماجستير. العراق.

71. طيبي حسين، أيت لونيس مراد. (2018). تأثير برنامج تربية حركية على تنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لدى تلاميذ الصف الرابع ابتدائي (09-10 سنوات).

72. عريبي نو الهدى. (2020). إعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة لتحسين بعض القدرات العقلية(الانتباه والإدراك الحسي) لدى الأطفال ذوي فرط النشاط الحركي. الجزائر.

73. غنية محمود، فاتن قريشي. (2019). أثر برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة في تحسين بعض المهارات الحركية الانتقالية لدى تلاميذ التحضري.

74. محمد عبد الرحمن محمد، حيدر مهدي سلمان، كريم خضير. (2012). علاقة الإدراك الحس- الحركي بدقة أداء بعض الحركات الهجومية بسلاح الشيش لطلاب كلية التربية الرياضية. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، 235.

75. ناهده عبد زيد الدليمي. (2010). تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنوات.

ج- المجالات والدوريات العلمية:

76. مزيو جمال، بزويو سليم. (01 03، 2020). التربية الحركية وبرامجها في مرحلة الابتدائية. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية (8).

د- مواقع من الشبكة المعلوماتية :

77. محمد سلامة الغنيمي. (15 11، 2013). محمد سلامة الغنيمي . تاريخ الاسترداد 03 24، 2022، من الالوكة: <https://www.alukah.net/social/0/62633/>

78. منتديات ستارتايمز. (19 ديسمبر، 2009). تاريخ الاسترداد 31 ديسمبر، 2013، من منتديات ستارتايمز: <http://www.startimes.com/f.aspx?t=33319346>

79. موسى حسن عسيري. (20 أكتوبر، 2010). مكتبة التربية البدنية والرياضية. تاريخ الاسترداد 31 ماي، 2014، من: <http://www.bdnia.com/?cat=426>
<http://www.bdnia.com/?cat=426>

80. وزارة التربية الوطنية. (25 مارس، 2008). تاريخ الاسترداد 16 janvier، 2012، من infp: http://www.infpe.edu.dz/cours/Enseignants/secondaire/Psychopedagogie/bina%20elmanahidj/_private/A2.htm



الملحق رقم : 01

النشاط 2

الرابط بين دقات القلب و النبضات عند القيام بنشاط رياضي

الخطوات:

1- نبيّن الوفاق من 1 إلى 4 وضعية مختلفة لطفل

السؤال:

ماهي هذه الوضعية ؟

حدد الوضعية التي يكون فيها القلب فيها أكثر ؟

الأهم:

عند قيامي بمجهود عضلي تزداد دقات قلبي و يتسارع النبض .

لن نشاط القلب يتغير وفق الجهد المبذول .

elbassair.net

أوظف مكتسباتي:

تمثل 'الوفاق' من 1 إلى 5 وضعية مختلفة لشخص بالغ

1- استرخاء
2- جلوس
3- مشي
4- عدو
5- جري

ثم قياس عدد دقات قلبه في كل وضعية وكانت النتائج كمايلي :

60 دقة في الدقيقة	150 دقة في الدقيقة
70 دقة في الدقيقة	180 دقة في الدقيقة
90 دقة في الدقيقة	

اربط بين كل وضعية في الوفاق من 1 إلى 5 و عدد دقات القلب الموافقة

السؤال:

ج: 90 دقة في الدقيقة

ماذا نستنتج ؟

elbassair.net

الوحدة 2

القلب و النبضة الدموية

القلب عضو عضلي يمتدخ الدم الى الحياء الجسم عبر الأوعية الدموية.

القلب طبيبت يُفحص طفلاً

صورة بالأشعة

السؤال:

1- صورة لطفل بكل مجهودا رياضيا

كيف أعرف أن القلب يتنفس؟

ماهي الأماكن المختلفة من جسمي التي يمكنني أن أحس فيها نبضات القلب؟

إن دقات القلب والنبض مافز إلا مظهر خارجي لنشاط القلب فما هو تأثير طبيعة النشاط الذي لممارسة في تغير مظهر نشاط القلب؟

elbassair.net

النشاط 1

جس نبضات القلب

السؤال:

1- اناك من أن القلب يتنفس فعلا

ماذا نسمع عندما نضع أذنك على صدر زميلك؟

أحسب عدد دقات القلب خلال دقيقة واحدة .

ثانياً جس نبضات القلب في أماكن مختلفة من الجسم .

أحسب عدد دقات القلب خلال دقيقة واحدة في الأماكن المشار إليها في الوفاقين 2 و 3 .

الأهم:

يمكن أن أحسب عدد دقات القلب و عدد النبضات في مدة زمنية معينة .

elbassair.net

التاريخ: 2022/02/21.

الزمن: 60 د.



الوحدة التعليمية: الأولى



الطالبين: بن أحمد حكيم – مزارى بوزيان.

الوسائل: صفارة- ميفاتي- كرات- صديرات.

الهدف الخاص: تحضير بدني عام.					
معايير النجاح	التشكيلات و التنقلات	المدة	ظروف الإنجاز	الأهداف الإجرائية الثانوية	حالات و فترات التعلم
<ul style="list-style-type: none">التأكيد على الهدوء و التنظيم أثناء الجري.القيام بالتسخين الجيد.		'05 '10	<p>م 1)- الاصطفاف – المناداة – مراقبة البدلة – التحية الرياضية.</p> <p>الجري لمدة 3 إلى 5 دقائق (لتسريع الدورة الدموية)</p> <p>تمديدات ديناميكية (les étirements) لزيادة مرونة العضلات</p> <p>إبقاء الذراعين ممدودتين فوق مستوى الكتفين. تدوير الذراعين للأمام 15 مرة ثم للخلف. تسخين الأطراف السفلية.</p>	<ul style="list-style-type: none">تحضير بيسيولوجيتحضير بدني:*- عام.*- خاص	المرحلة التحضيرية
<ul style="list-style-type: none">التنفس الجيد بالأنف.الدوران حول الشاخص.عدم القيام حتى نهاية الدرجة.		'40	<p>م 2)- يقسم الفصل إلى أربع قاطرات يقفون على خط البداية ، وأمام كل قاطرة سلة من الكرات ، وفي المنتصف مقعد سويدي بعد الصافرة يجري الأول من كل قاطرة لأخذ الكرة من السلة والجري فوق المقعد السويدي مع الاتزان ونقلها إلى السلة الأخرى الموجودة على خط النهاية ثم العودة وهكذا حتى نقل جميع الكرات والقاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة.</p> <p>م 3)- لعبة درجة الكرة باليد عبر سلسلة من الشواخص لمسافة عشرة أمتار</p>	<ul style="list-style-type: none">تحسين كفاءة الجهاز الدوري التنفسي.تقوية العضلات.	المرحلة الرئيسية
<ul style="list-style-type: none">التأكيد على الاسترخاء الجيد و التنفس العميق.		'05	<p>م 1)- بعد جري خفيف حول الملعب نقوم بتمارين تمطيه و تمديدات لاسترخاء العضلات فرديا ثم مع الزميل.</p> <p>- الاصطفاف – حوصلة نهائية – التحية الرياضية – الانصراف.</p>	<ul style="list-style-type: none">الرجوع بأجهزة الجسم إلى الحالة العادية	المرحلة الختامية

التاريخ: 2022/03/21.

الزمن: 60 د.



الوحدة التعليمية: الخامسة



الطالبين: بن أحمد حكيم – مزارى بوزيان.

الوسائل: صفارة- ميفاتي- كرات- صديرات.

الهدف الخاص: أن يحسن التلميذ مهارة الوثب.

معايير النجاح	التشكيلات و التنقلات	المدة	ظروف الإنجاز	الأهداف الإجرائية الثانوية	حالات و فترات التعلم
<ul style="list-style-type: none">التنظيم والإضباطالتسخين الجيدللأطراف.		'05 '10	الإصطاف – المناداة – مراقبة البدلة – التحية الرياضية. م ت 1- جري خفيف حول الملعب مع القيام بالحركات (تدوير الذراعين ثم الحوض، رفع الركبتين للصدر، العقبين للخلف ثم للخارج. تمارين الإحماء من الثبات مع التمديدات.	<ul style="list-style-type: none">تحضير بيسيولوجيتحضير بدني:* - عام.* - خاص	المرحلة التحضيرية
<ul style="list-style-type: none">القفز بكلتا القدمين.القفز لأبعد مدى.الوصول قبل المنافس إلى خط النهاية.		'40	م ت 2- قفزة الضفدع تتنافس أربع مجموعات في القفز بكلتا الرجلين حيث يقفز العنصر الأول قفزة من خط البداية ويضع علامة في نقطة سقوطه. ويأتي الثاني ليقفز من تلك النقطة و يضع هو الآخر علامة في نقطة سقوطه وهكذا حتى ينتهي جميع عناصر المجموعة، و الفائز من يقطع أطول مسافة. م ت 3- نقل الطوق تشكل أربع مجموعات و يتنافس أول 4 عناصر من كل مجموعة فيما بينهم على نقل الأطواق حيث يقفز التلميذ من الطوق 1 إلى 2 ثم يحمل الطوق 1 ويضعه أمامه و يقفز إليه مرة أخرى. وتكرر العملية وصولا إلى خط النهاية.	تحسين مهارة القفز	المرحلة الرئيسية
<ul style="list-style-type: none">العودة إلى حالة الطبيعية.		'05	م ت 4- بعد جري خفيف حول الملعب نقوم بتمارين تمطيه و تمديدات لاسترخاء العضلات فرديا ثم مع الزميل. - الإصطاف – حوصلة نهائية – التحية الرياضية – الانصراف.	أن يستعيد المتعلم حالته الطبيعية الهادئة	المرحلة الختامية

