

طرائق التدريس

الالعباب الصغیره

اعداد

أ.د نجلاء عباس الزهیري

مفهوم اللعب

ان تحديد مفهوم اللعب ليس كما يتصوره البعض بالأمر السهل حيث انه خضع الى اداء ومفاهيم متعددة حسب ما يفسره العلماء والفلاسفة والتربويون وبالرغم من اتفاهم على اهمية اللعب واسهاماته في تكوين شخصية الفرد فقد عرفه كل من "مجيد و بيلفكسي" عن "نبراس يونس محمد" (بانه ظاهرة اجتماعية نشأت تاريخيا ونوع مستقل من انواع النشاط ونوع مستقل من انواع النشاط للطفل كما انه وسيله لمعرفة الذات واللهو ووسيله للتربية البدنية والاجتماعية العامة ووسيلة للرياضة وعنصر لثقافة الشعوب)

اما "زكية ابراهيم و مصطفى السائح" فقد عرفوا اللعب بانه: (ظاهرة طبيعية وفطرية لها ابعادها النفسية والاجتماعية المهمة) كما عرفه "وطني كامبين" (بانه نشاط يمارسه الطفل دون أي ضغوط عليّة من البيئة المحيطة به والمتمثلة في بيئته العائلية والاجتماعية والبيئة الطبيعية اما وحية محجوب "فقد عرف الالعب هي جمع كلمة لعب (مفتاح كنز المعرفة ونموه الاجتماعي والعقلي والخلقي والبدني والانفعالي وتوجيه الاداء الحركي للطفل

ومن خلال ما تقدم يمكن ان نعطي تعريفا للعب باعتباره (نشاط ر يتيح للفرد التعبير عن ذاته واحساسه محاولا اكتشاف ما حولة من خفايا واسرار الطبيعة والتزود بالمعرفة خدمة لنموه الجسمي والعقلي)

خصائص ومميزات اللعب

- كون اللعب مستقل يجري في حدود زمان ومكان محددين.
- لا يمكن التنبؤ بخط مسيره وتقدمة او نتائجه وترك حرية ومدى ممارسة الحيلة والدهاء فيه لمهارات اللاعبين وخبرات
- عدم خضوعه لقوانين وقواعد معينه
- اللعب ايهامي او خيالي أي ان اللاعب يدرك تماما ان الامر لا يعد كونه بديلا للواقع

اذا نستنتج مما تقدم الى ان اللعب

1. حاجة هامه لدى الفرد بها طابع نفسي واجتماعي تعبر عن ميل فطري

للبحث عن نشاط ترفيهي يمارسه لاسيما في وقت الفراغ.

2. ان اللعب خبرة مفيدة يكتسب فيها الفرد الكثير من المعرفة والمعلومات من حوله.

3. تساعد في معالجة الكثير من حالات الاحباط والصراعات والتوتر والقلق يعني يمكن استخدام اللعب كعلاج للكثير من الحالات المرضية.

4. يعد وسيلة للتواصل الاجتماعي بين الافراد.

5. خلق حاجة من الانسجام بين الفرد والبيئة المحيطة به .

6. اللعب يشمل كل من الصغار والبالغين والكبار فهو لا يخص شريحة محددة

7. التكيف مع البيئة التي يعيش فيها.

8. اللعب يعد سلوك حر غير مقيد.

9. يعد وسيلة للتخلص من بعض السمات السلبية مثل الانطواء والانعزال.



فوائد اللعب وأهميته:-

يعد اللعب من الأنشطة والحركات الهامة لحياة الطفل فهو الوسيلة التي تعلم الفرد من المحيط الخارجي الذي يحيط به وتزوده بالخبرات المعرفية والنمو الاجتماعي والخلقي والنفسي يتمكن من خلاله اكتساب واتقان المفاهيم وقد اثبتت الدراسات والبحوث بوجود علاقة بين اللعب والذكاء حيث عن طريق اللعب يمكن اكتشاف قدرات وامكانيات ومواهب الفرد وينصح الاطباء بتشجيع اولادهم على ممارسة الالعاب من اجل تحسين نموهم جسديا واجتماعيا وعاطفيا اذ افادت الاكاديمية الامريكية لأطباء الاطفال بحاجتهم الى اللعب كما يحلو لهم من اجل نموهم.

نلخص اهمية اللعب بما يلي :-

- 1-يعد اللعب نشاط طبيعي و غريزي يولد بولادة الفرد ويتطور مع مراحل عمر الانسان
- 2- يضيف على الفرد المرح والسرور والبهجة
- 3- من خلال اللعب يكتسب الفرد القيم والعادات الايجابية اضافة الى كسبة بالخبرات والمعلومات عن البيئة المحيطة بالفرد.
- 4-عن طريق اللعب يمكن استنزاف الطاقة الزائدة خاصة بالنسبة لصغار السن وللاطفال الذين يتميزون بالحركة المفرطة .

5- يعد اللعب عامل ايجابي يعود على الفرد مما يجعله يتمتع بششاط وحركة دائمه .

يمكن تحديد فوائد اللعب بعدة محاور

اولا / الجانب النفسي

- -التخفيف من الاكتئاب والتوتر والضغط النفسية التي يتعرض لها الفرد.
- -يعمل على زيادة ثقة الفرد بنفسه.
- -اشباع ميولة ورغباته الغريزية.
- -اشباع طاقاته الحركية الزائدة

ثانيا /الجانب الاجتماعي

- تنمية روح العمل مع الجماعة واحترام العمل الجماعي
- تنمية الصفات القيادية لدى الفرد وتحمل المسؤولية
- تنمية القيم والمثل والاخلاق الحميدة مثل حب الزميل , العمل معه برغبة حب الزمالة, التعاون ,الصدق , الثقة بالنفس

ثالثا/الجوانب الجسميه

- الشعور بالراحة والاسترخاء .
- تنمية الصحة العامة واللياقة البدنية .
- الوقاية من الامراض .
- تنمية التوافق العضلي العصبي .
- تقوية العضلات .

رابعا/الجانب العلاجي

- يعد اللعب افضل مجال لتصرف حالات الشد والتوتر حيث ان الاطفال الذين يعيشون في بيوت تعج بالقيود والوامر يلعبون اكثر من غيرهم , فاللعب يمكن ان يستخدم كعلاج للاضطرابات الانفعالية لدى الاطفال نرى ان " فرويد " استخدم اللعب لأول مرة كحالة لعلاج طفل كان يعاني من بعض المخوف عن طريق والده وكان يسجل سلوك الطفل التلقائي , كلامه , احلامه , كذلك لعبه

خامسا / الجانب المعرفي

- اذ يدعم اللعب النمو المعرفي(هذا ما سنلاحظه في نماذج الالعب الصغيرة في الفصول القادمة) ويحفز النشاط العقلي في المراحل الاولى من نمو الاطفال فيزود الطفل غزارة من المعلومات عن العالم والوزن والشكل والمكان والحجم

سادسا/الجانب الاخلاقي

- اذ يتعلم الطفل من خلال اللعب مفاهيم الخطأ والصواب مما يساعده في تكوين نظام اخلاقي فيتعلم مبادئ ومعايير السلوك الاخلاقي مكون قاعدة اساسية ينشئ عليها كالصدق , الامانة , التعاون , ضبط النفس , التضحية, والايثار...الخ

سابعا/الجانب التربوي

- اذ يؤكد فضل سلامه على ان اللعب ينمي:
- القدرات العقلية واللغوية والمعرفية.
- تعديل السلوكيات السلبية .
- تطوير المهارات الابداعية والابتكار •

ثامنا/الجانب البدني

- انماء الجسم نموا متزنا وطبيعي وخاصة بمراحل النمو الاولى.
- تنمية التوافق العضلي العصبي.
- يزيد اللعب من نشاط الفرد وانماء قدراتهم الجسمية من خلال تطوير عضلات الجسم والجهاز العضلي العصبي والعمود الفقري.
- اكساب الجسم المرونة والرشاقة والدقة في التوازن والتنسيق والتااز الحركي.
- القدرة على التحكم والانضباط الحركي في الاداء والانجاز.

الالعاب الصغيرة مفهومها, تعريفها

-عرفها كل من "زكية ابراهيم ومصطفى السائح" بانها عبارة عن العاب بسيطة التنظيم لا تحتاج الى تعقيدات مهارية كبيرة اذ يمكن للقائم على تنفيذها تحديد بعض القوانين الخاصة بها وفقا للهدف المراد تحقيقه ولسن المتعلم وجنسه في صورته مشوقه تمتعه وتسليه

بينما عرفها "ناهدة عبد" بانها الأنشطة المسلية المفيدة بدنيا وعقليا و نفسيا واجتماعيا

بينما يعرفها الباحثون بانها " عبارته عن انشطته بسيطة تبعث في مظهرها الخارجي على المتعة والسرور وفي وجهها الاخر تنمي عناصر القوة والسرعة والمطاردة والعناصر الاخرى

وتهتم الالعاب الصغيرة بتطوير الفرد خلال مراحل نموه وتمهد له جميع الفرص المناسبة لتنمية استعداداته وامكانياته وقدرته .وكذلك اشباع حاجاته الاساسية بدنية وعقلية ونفسية فضلا عن تكوين شخصيته الناضجة المتكاملة لكي يكون عنصرا ايجابيا فعالا في مجتمعه

كما ان الاتجاهات الحديثة وجهت الانظار الى اهمية الالعاب الصغيرة في تنمية الصفات البدنية المختلفة حسب هدف اللعبة كما اصبحت وسيلة فعالة لتعلم مختلف مهارات الالعاب المنظمة الفردية و الفرقية البسيطة مما حدى التربويون والمدرسيون المعلمين الى عاملاستخدامها كوسيلة في التعلم

كما اصبحت الالعب الصغيرة مخرجا اخر يساعد في بناء الجسم بدنيا ومهاريا اضافة الى احتوائها على عامل المنافسة والذي يؤدي الى اتقان الاداء المهاري والارتقاء بالمستوى البدني والالعب التي تخلو من عامل المنافسة يكون تأثيرها غير فعال على اجزاء الجسم فقد اكد كل من "زكية ابراهيم ومصطفى

السائح"2007 بان الالعب التي تخلو من عنصر المنافسة يكون التقدم فيها بطئ على عكس الالعب التي تمارس في شكل منافسات واللاعب الذي يتدرب بدون منافسة يشعر بالملل بعكس ما اذا ادى التدريب في شكل مسابقة او لعبة صغيرة

وعلى مدرس التربية الرياضية ان يتقف طلابه بأهمية الالعب الصغيرة وفوائدها ومردوداتها الايجابية في اعداد النشيء اعدادا صحيحا من خلال ما تحمله من مبادئ الصدق والامانة واحترام الزميل والجماعة واحترام قوانين اللعبة والمدرس الناجح هو الذي يعرف كيف يستثمر اوقات او فترة اداء الالعب الصغيرة لينمي في طلبته قيم المثل والاخلاق والمشاركة الايجابية والتكيف الاجتماعي فمن خلال ما تقدم وجب على المدرس عند اختيار الالعب الصغيرة

خصائص الالعب الصغيرة

- 1-على حركات انتقالية وغير انتقالية فهذا بالتالي يساعد في تنمية وتطور مهارات الجري - القفز - اللقف - التسلق - والى غير ذلك من الحركات. تحتوي
- 2-تعد البناء الاساسي في تحسين عناصر اللياقة البدنية حسب نوع الهدف المراد من اللعبة كالسرعة والقوة والمطاولة والتحمل والتوازن والتوافق العضلي العصبي ...الخ

اهداف الالعاب الصغيره

التربويه

تعليميه

ترويحيه

اجتماعيه

نفسيه
حركيه

انواع الالعب الصغیره

العب تمثلیة غنائیة

وهی تلك الالعب التي غالباً ما یصاحبها الايقاع والموسیقی

العب اللياقة البدنیة

وتشمل تلك الالعب على بعض عناصر اللياقة البدنیة لتنميتها مثل (القوة, السرعة, المرونة, الرشاقة, التوافق) وغالباً ما تكون على شكل تمرينات

العب الخلاء

هی تلك الالعب التي یمارسها الاطفال في لخلاء مثل (العب المطاردة)

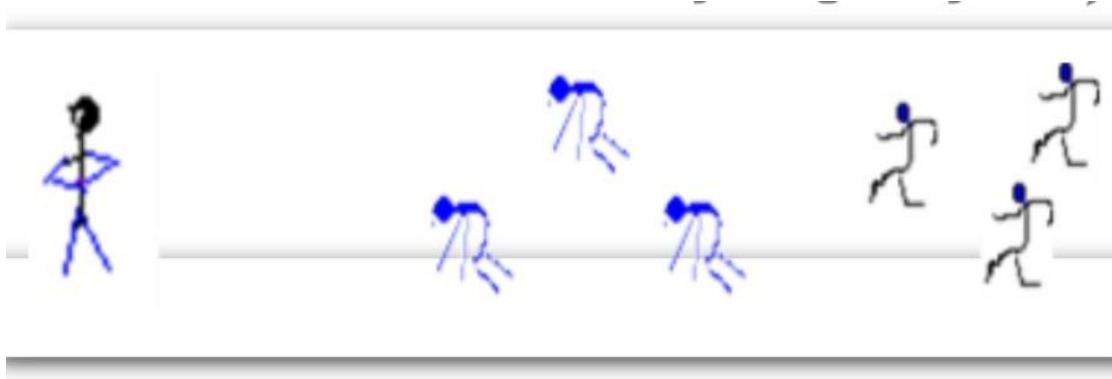
العب المائية

وهي العب تمارس في الماء مثل (المطاردة في الماء والتبعات)

العب الحواس

- هي العب تحتوي على حركات لتدريب الحواس المختلفة

نماذج الالعب الصغيرة



النموذج الاول

الاسم: فوق وتحت

الغرض: تنمية التركيز والانتباه والرشاقة

الاداء: يجري التلاميذ في انتشار حر بعد الصافرة يشير المعلم بيده للأعلى او للأسفل فيقوم التلاميذ بالجلوس على الاربع اذا اشار للأعلى او الوقوف على الامشاط مع رفع الذراعين عاليا اذا اشار للأسفل
000 وهكذا

النموذج الثاني



الاسم: لعبة نقل البيض داخل السلة

الغرض: تنمية روح التعاون والسرعة

الادوات: كرات , سلة

الاداء: يقسم الطلاب الى فريقين يقوم الطالب الاول بدحرجة الكرة الى زميلة ليقوم الاخر بنقلها الى السلة وهكذا والفريق الذي يستطيع ادخال جميع الكرات بوقت اقل هو الفائز

استخدامات الالعب الصغيرة في درس التربية الرياضية

يعد درس التربية الرياضية الوحدة الصغيرة في المنهاج الدراسي للتربية الرياضية الذي يحتوي على الانشطة والمهارات الحركية التي تساعد في تحسين اداء الطالب ويهدف الى اكتساب المهارات الاساسية وزيادة القدرة البدنية اضافة الى اكتساب الاداء السلوكي الحسن الذي ينسجم مع القيم والاعراف الاجتماعية والدينية. والمنهاج العام الشامل يحتوي على عناوين ومفردات عامة يستوجب ترجمتها وتحويلها الى خطة شهرية ويومية من اجل سهولة تنفيذها وتحقيقها

- يسميها "عباس احمد"1990" بالوصول الى وحدة التدريس او وحدة اكتساب المهارات الحركية وما يصابها من تعليم مباشر وهذه الوحدة هي الدرس اليومي للتربية الرياضية.

فالتربية الرياضية من الدروس الحيوية في المدارس بمختلف مراحلها وأهميته في تنمية اللياقة البدنية للطلاب وبناء الشخصية السليمة من أجل أن يكون قادر على العطاء والبناء وأن الطلبة الذين يمتلكون المهارات والمستوى العالي لهم القدرة على الاندماج بالمجتمع بشكل جيد ويكونوا أكثر قدرة على العمل ضمن الجماعة.

أن درس التربية الرياضية هو حجر الزاوية في كل مناهج التربية الرياضية حيث من خلاله يمكن تحقيق مفردات المنهاج العام وهذا لا يتحقق من غير أن يكون هناك خطة مدروسة ومهياً ومعدة أعداد مسبق وعدم الدخول في حالة من التخبط والعشوائية حيث يقع على المدرس العبء الأكبر في أعداد وإخراج درسه وأن يراعي حاجات وميول ورغبات الطلبة.

أن أقسام خطة درس التربية الرياضية الثلاث القسم الإعدادي الذي يمثل الأحماء العام والتمارين البدنية والقسم الرئيسي شقية الجانب التعليمي والتطبيقي والقسم الختامي الذي يمثل تصعيد الجهد أو التهيئة كل ذلك يتطلب من مدرسة التربية الرياضية إلى حسن أعداده وتنظيمه للدرس عند استخدام درس الألعاب الصغيرة ومن التأهيل العلمي والأكاديمي مردودة إيجابي في نتجه وتطوير القابلية البدنية والحركية وتطوير الصفات البدنية أو صفة معينة حسب نوع الهدف والمطلوب فيمكن استخدام الألعاب الصغيرة في القسم الإعدادي من الخطة كنوع من أنواع أحماء أجهزة الجسم

ويستخدم للألعاب الصغيرة بشكل فردي او زوجي مع الزميل او مع الفريق وهي ايضا تؤدي نفس الهدف من التمرين البدني وتستخدم هنا الالعاب الصغيرة لتطوير الطلبة (بدنيا واجتماعيا وحركيا وفكريا ونفسيا) كما تؤدي مفعولا ايجابيا وفعالا عند استخدامها في تطوير بعض الصفات البدنية بعد تغير وزن الاداة او زيارة ارتفاعها او اطالة او تقصير المسافة او تقليل عدد اللاعبين او زيادتهم او تقليل فترة الراحة ومثل هذه الالعاب (مناولة واستلام الكرة الطبية للزميل لتطور القوة او الجري السريع لمسافة (20-50م) لتطوير السرعة او تطوير الرشاقة بالجري المتعرج بين الشواخص او عوارض محددة الى غير ذلك اما العاب القسم الرئيسي من الخطة فتعطي الالعاب الصغيرة لخدمة مهارات الالعاب الكبيرة مثل لعبة كرة السلة او القدم او مهارات كرة الطائرة او اليد او أي العاب تمهيدية للألعاب الكبيرة اما القسم الختامي فاما تكون العاب هادئة لا

استخدام الالعاب الصغيرة في مجال التدريب

اما اذا استخدمت الالعاب الصغيرة في مجال التدريب فهو لا محال لغرض اعداد الجسم اعداد بدنيا شاملا متزنا يخدم غرض او هدف التدريب وقد اكد كل من "ريسان خريبط وسركيه الكسندر" 2000 الى استخدام الالعاب الصغيرة في مجال التدريب

اولا: في المقدمة وتمارين التهيئة والاحماء حيث يشترك فيها اللاعبين في عمل واحد ووقت واحد:

كذلك استخدام الالعاب الصغيرة على شكل صور العاب وسباقات ومنافسات تعتبر اكثر تشويقا واحسن اسلوب واجمل وسيلة وابعد اثر من ادائها في اشكال وقوالب روتينية جاهزة كما تعطى الالعاب الصغيرة في فترة الاعداد من اجل رفع المستوى العام للأجهزة الوظيفية للرياضي وتنمية الصفات البدنية اضافة الى العاب تساعد على تنمية القوة والسرعة والمهارة والصفات الاخرى كما وتستخدم الالعاب الصغيرة للتقليل من حدة التوتر والانفعال العصبي الشديد والعمل على تعزيز الصفات المعنوية والادارية التي قد يتعرض لها الرياضي خلال

الالعاب الصغيرة تعتبر مثل الراحة الايجابية للرياضي خاصة
في فترة التدريب الانتقالية عند انتهاء عملية استعادة القوة بعد
المباريات الشديدة او يجب ان يحافظ في الوقت نفسه على
اللياقة البدنية للرياضيين