الانشطة الحركية
في رياض الأطفال

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الجمهورية العربية السورية
منشورات جامعة دمشق
مركز التعليم المفتوح
ـ قسم رياض الأطفال ـ

الأنشطة الحركية
في رياض الأطفال

الدكتورة
سلوى مرتضى
أستاذة مساعدة في قسم تربية الأطفال

الدكتور
مروان عرفات
مدرس في قسم تربية الأطفال

جامعة دمشق

١٤٣٧ - ١٤٣٨هـ
٢٠١٦ - ٢٠١٧م

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفهرس

الأنشطة الحركية في رياض الأطفال

الباب الأول

النظري

الفصل الأول : مفهوم التربية الحركية . [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

الفصل الثاني : النمو البدني والحركي [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

النمو العقلي . ٣١

النمو الانفعالي . ٣٢

النمو الاجتماعي . ٣٣

دور البيئة الرياضية . ٣٣

النمو الجسماني . ٣٥

الهيكل العظمي . ٣٧

العضلات . ٣٩

سن الطفولة . ٤١

السنة الأولى . ٤٥

السنة الثانية .

السنة الثالثة .

السنة الرابعة .

السنة الخامسة .

السنة السادسة .

السنة السابعة إلى التاسعة .

السنة العاشرة إلى الثانية عشر .

السنة الثالثة عشر إلى الخامسة عشر .

الأطفال الأقوياء . ٤٧

الفصل الثالث : تعريف التمرينات واصطلاحاتها . ٤٩

التمرينات .

اصطلاحات التمرينات . ٥١

الأوضاع الأساسية .

وضع الوقوف . ٥٢
وضع الجلوس .
وضع الوقوف ٥٣
الأوضاع المشتقة
الفصل الرابع : اللعب . ٦١
مفهوم اللعب ٦٣
محددات اللعب .
مراحل اللعب ٦٥
عمليات اللعب . ٦٧
مراحل لعب الأطفال . ٦٨
لعب الأطفال
اللعب في رياض الأطفال . ٧١
مقدمة عامة . ٧٣
تعريف اللعب .
تطور اللعب عند الأطفال في مرحلة رياض الأطفال .
العوامل المؤثرة في لعب الأطفال . ٨٧
العامل الجنسي ٨٨
العامل العقلي .
العامل الجنسي
العامل البيئي
العامل الاجتماعي والثقافي

أثر اللعب في نمو الأطفال ما بين ٣ - ٦ سنوات . ٩١
النمو الجسدي .
النمو العقلي .
النمو النفسي .
النمو الاجتماعي .
النمو الانفعالي والعاطفي .
العلاقة بين الروضة واللعب .

الفصل الخامس : هدف التربية الرياضية من قبل المدرسة . ٩٩
- مرحلة الرضيع من الولادة وحتى الشهر الثالث . ١٠٢
- مرحلة الرضيع من الشهر الرابع وحتى السنة الأولى .
- مرحلة الطفولة الأولى من ٢ - ٣ سنوات . ١٠٣
- مرحلة الطفولة الثانية من ٣ - ٦ سنوات .
- أهمية رياض الأطفال لمعرفة الحياة وخالقها . ١٠٥
- الكفايات المهنية المطلوبة للمختصين في رياض الأطفال .
- دور اللعب في نمو العقل .
- أهداف التربية البدنية والرياضية في رياض الأطفال .

الفصل السادس . -- التربية الرياضية في رياض الأطفال . ١١١
لماذا يمارس الطفل الرياضة . ١١٣

[illegible]
[illegible] ١١٤
[illegible] ١١٥
[illegible] ١١٦
[illegible] ١٢١
- المناهج والمواد الدراسية للمرحلة . ١٢٣
[illegible]

الباب الثاني

العملي

الفصل السابع : ألعاب الحضانة . ١٢٣
[illegible] ١٢٥
[illegible] ١٢٧
[illegible] ١٢٩
الفصل الثامن : تعلم المهارات الحركية الأساسية . ١٤٣
[illegible] ١٤٥
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

Damascus University

الحركات غير الانتقالية . ١٤٩
السقوط .
الرفع .
الدفع .
الشد .
التسلق والنزول .
حركات المعالجة والتناول . ١٥٢
دحرجة الكرة .
رمي الكرة باليدين من الأسفل .
مسك الكرة بالذراعين .
الوثب بالحبال .
ميزات مرحلة الطفولة المبكرة .
خصائص مرحلة الطفولة المبكرة . ١٥٥
الفصل التاسع : الطلاقة الحركية . ١٥٧
عوامل الأمان والسلامة . ١٥٩
حركات الإيماء . ١٦٠
نماذج من حركات الطلاقة الحركية لمرحلة الحضانة . ١٦١
تقليد الحيوانات .
الشقلبة والتوازن .
حركات البراعة الفردية .
البراعة مع الزميل .

الفصل العاشر : نماذج وتمرينات لأطفال رياض الأطفال .

الفصل الحادي عشر : ألعاب أطفال رياض الأطفال .

ألعاب الحيوانات . ٢٣٥
ألعاب المقص و الطبيعة . ٢٣٨
ألعاب الأدوات . ٢٤٢
ألعاب أجزاء الجسم . ٢٤٣
ألعاب القصص الحركية . ٢٤٦
الفصل الثاني عشر: المهارات والمفاهيم الحركية لألعاب الكرات . ٢٥٥
أقسام مفاهيم الحركة . ٢٥٧
المهارات والمفاهيم الحركية . ٢٥٨
تعريفات ومفاهيم أساسية . ٢٥٨
طرق تدريس ألعاب الكرات . ٢٥٩
رمي ومسك الكرة . ٢٦٠
مبادئ نمو الرمي والمسك .
مفهوم الرمي وأشكاله . ٢٦١
أساسيات تعليم المسك للطفل . ٢٦٢
طرق تعليم العاب الكرات . ٢٦٢
طريقة الاستكشاف . ٢٦٢
طريقة حل المشكلات . ٢٦٤
طريقة الاكتشاف الموجه . ٢٦٤
طريقة الأمر التقليدية . ٢٦٥
أهمية توفر الأدوات في تدريس ألعاب الكرات . ٢٦٦
المراجع العربية والأجنبية ٢٦٨

مقدمة

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Damascus University

الباب الأول

النظري

الفصل الأول

مفهوم التربية الحركية .

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الباب الأول

الفصل الأول:

مفهوم التربية الحركية

[illegible]

[illegible] (Laban) [illegible]

[illegible]

[illegible] (Daughtrey & Woods) [illegible]

[illegible] (Good Frey & Kephart) [illegible]

[illegible]

Damascus University

[illegible]

[illegible]

[illegible] (Khriplova) [illegible]

[illegible] (Margaret Ann) [illegible]

[illegible]

Damascus University

– قيم وأغراض التربية الحركية:

تعتقد [illegible] (Elisabeth Ludwing) [illegible] قيم [illegible] على برامج التربية الحركية تتلخص في:

١- [illegible]

٢- [illegible]

٣- [illegible]

٤- [illegible]

[illegible] (Lawther) [illegible] من قيم التربية الحركية هي:

١- [illegible]

٢- [illegible]

٣- [illegible]

٤- [illegible]

٥- [illegible]

Damascus University

[illegible]

[illegible]

- المناهج وبرامج التربية التركية

[illegible]

Damascus University

٢- تعلم المهارات الحركية.

٣- الكفاءة الإدراكية الحركية.

٤- ميكانيكية الجسم والقوام.

٥- الطاقة الحركية.

- التربية الحركية والمعرفة:

أكدت العلوم الحديثة أن الحركة تنمي ملاحظات الطفل ومفاهيمه وقدرته الإبداعية وإدراك الأبعاد والاتجاهات كالإحساس بالتوازن والمكان والزمان والتعود على السلوك المنطقي وحل المشكلات وإصدار الأحكام التقويمية.

فتغير وضع الرضيع من مستوى الرقود (الأفقي) إلى الجلوس (الرأسي) يتيح له معرفة جديدة. كما أن وصول الطفل إلى مرحلة الوقوف تتيح له فرصة اكتشاف العالم من حوله والتعرف على الأشياء.

ولقد أظهرت دراسات كوبتسوفتا (Koltsopha) أن نمو القدرة على الكلام عند الأطفال يرتبط بشكل وثيق بالحركات وبصفة خاصة تمرينات معين للأصابع بالإضافة إلى أن النشاط الحركي المنظم خلال عملية الكلام نفسها لها تأثير طيب على النمو الفعلي للطفل مما يساعده على عمليات التفكير والانتباه والتذكر[1].

كما أوضح ألان (Alan) أن هناك علاقة إيجابية بين المهارة الحركية والتحصيل الأكاديمي مثل الرياضيات والرسم والخط والقراءة واللغة.

وكانت نظرية بياجيه (Piaget) هي الأهم في هذا المجال حيث تؤكد أن السلوك الحركي أساس كل تنمية فكرية بما في ذلك التفكير ذاته. كما أوضحت أن

---

[1] [illegible]

- علاقة التربية الرياضية بالتربية الحركية:

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الثاني

النمو البدني والحركي .

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الثاني:

النمو البدني والحركي

- الخصائص البدنية والحركية لسن الطفولة المبكرة:

[illegible]

- الأول: [illegible]
- والثاني: [illegible]

[illegible]

- النمو البدني:

أ- في المرحلة الأولى:

١- نمو الطول: [illegible]

٢- نمو الوزن: [illegible]

٣- النمو الحركي:

جدول تطور النشاط الحركي منذ الولادة حتى سن السادسة

العمر	النشاط الحركي

٩ أشهر	يجلس وحده ويقف بمساعدة الآخرين.
السنة الأولى	يقف مستنداً على الأثاث. ويمشي بمعاونة الآخرين.
١٥ شهراً	يصعد الدرجات والأثاث غير المرتفع ويقف ويمشي وحده.
١٨ شهراً	يتحسن تسلقه للدرجات والأثاث ويستعمل الملعقة بشكل معقول.
السنة الثانية	يدور حول قطع الأثاث. ويركض باتزان. ويعبث بالورق ويطويه.
السنة الثالثة	يرتدي ملابسه بنفسه. ويلبس حذاءه دون تمييز بين اليمين والشمال. ويركض أكثر مما يمشي. ويكون ركضه كركض الدببة.
السنة الرابعة	يتحسن المشي ويصبح متناظراً بين حركة اليدين والقدمين.
السنة الخامسة	يأكل ويتحمم وحده. ويبدأ اللعب مع أقرانه.
السنة السادسة	يجلس ساكناً في المدرسة. وتبدأ مرحلة تبديل الأسنان الحليبية.

- خصائص النمو البدني والحركي لمرحلة الطفولة (ما قبل المدرسة):

تمتاز مرحلة النمو البدني والحركي لمرحلة الطفولة (ما قبل المدرسة) ٣ – ٦ سنوات بخصائص نوعية

- **النمو البدني:** يحدث في بداية **السنة الثالثة** من عمر الطفل توازن نفسي – اجتماعي في حياة الطفل نتيجة استحسان الكبار لنمو الطفل البدني ومديحهم له.

وفي **الرابعة** من العمر يزداد نشاط الطفل لأن هذه الفترة متميزة بالنمو وبداية الشعور بالشخصية والقوة.

- الخامسة [illegible]

- السادسة [illegible]

تطور القياسات الجسمية للطفل في مرحلة الطفولة المبكرة

[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المبكرة

- النمو البدني والحركي

- [illegible]

[illegible]

- النمو العقلي

[illegible]

– النمو الانفعالي:

Damascus University

[illegible]

- النمو الاجتماعي:

[illegible]

- دور البيئة الرياضية:

[illegible]

Damascus University

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Damascus University

البناء الجسماني

١- الهيكل العظمي :

أ- التدعيم (السند):

ب- الحماية

ج- الحركة

Damascus University

Damascus University

٢ — العضلات

Damascus University

Damascus University

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

الأرقام المتوسطة لطول ووزن الطفل في سن اللعب وسن المدرسة

السن	الطول بالسنتمتر	الوزن بالكيلوغرام
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]

[illegible]

[illegible]

السنة الأولى:

[illegible]

السنة الثانية:

[illegible]

السنة الثالثة:

[illegible]

السنة الرابعة:

[illegible]

السنة الخامسة:

[illegible]

السنة السادسة:

[illegible]

السنة السابعة إلى التاسعة:

[illegible]

السنة التاسعة إلى الثانية عشرة:

[illegible]

ومن سن (١٣ - ١٥) [illegible]

الأطفال الأقوياء :

[illegible]

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الثالث

تعريف التمرينات واصطلاحاتها .

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الثالث:

تعريف التمرينات واصطلاحاتها

تعريف التمرينات:

[illegible]

اصطلاحات التمرينات:

[illegible]

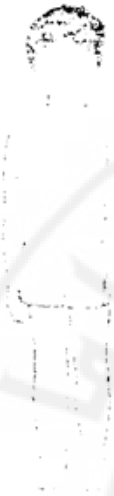
- الأوضاع الأساسية:

[illegible]

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

Damascus University

١- وضع الوقوف:



٢- وضع الجلوس:

Damascus University

٣- وضع الرقود:

[illegible]

٤- وضع الجثو:

[illegible]

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

- الأوضاع المشتقة:

[illegible]

* الأوضاع المشتقة من الوقوف:

أ- بتحريك الذراعين:

(وقوف -- الذراعان جانباً):

- [illegible]
- [illegible]

(وقوف -- الذراعان أمامًا)

- [illegible]

(وقوف -- الذراعان عالياً)

- [illegible]
- [illegible]

(وقوف -- الذراعان مائلا عالياً)

- [illegible]

(وقوف -- الذراعان خلفاً)

- [illegible]
- [illegible]

(وقوف -- انثناء)

- [illegible]

Damascus University

(وقوف – انثناء عرضاً)

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

(وقوف – لمس الرقبة)

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

ب– بتحريك الجذع:

(وقوف – انحناء)

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

(وقوف – التقوس)

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

(وقوف – الثني جانباً)

- [illegible]
- [illegible]

ج- بتحريك الرجلين:

الوقوف على قدم واحدة - (نصف الوقوف)

- كما في وضع الوقوف إلا أن الجسم يرتكز على قدم واحدة (قدم الارتكاز) وترتفع الرجل الثانية (الرجل الحرة) أماما أو خلفاً أو جانبا وهي ممتدة أو مثنية.

(الوقوف على المشطين)

- كما في وضع الوقوف إلا ان الجسم يرتكز على المشطين مع تلاصق الكعبين.

(وقوف فتحاً)

- كما في وضع الوقوف ولكن مع تباعد القدمين مسافة مناسبة.
- يكون مركز ثقل الجسم موزعا على القدمين بالتساوي.

(الوقوف أماماً)

- كما في وضع الوقوف إلا أن إحدى القدمين تكون أمام الأخرى.
- زاوية اتجاه القدمين كما في وضع الوقوف.
- يكون ثقل الجسم موزعا على القدمين.

(الإقعاء)

- تنثني الركبتان كاملاً ويستند الجسم على المشطين.
- توضع اليدان على الأرض مع مواجهة الكفين.

(الطعن أماماً)

- تتحرك إحدى القدمين من الوقوف مسافة مناسبة (حوالي ٧٥ سم) للأمام.

- [illegible]

(الطعن جانباً)

- [illegible]

* الأوضاع المشتقة من الجلوس:

أ- بتحريك الذراعين:

- [illegible]

ب- بتحريك الجذع:

- [illegible]

ج- بتحريك الرجلين:

(الجلوس الطويل)

- [illegible]

- [illegible]

(الجلوس الطويل فتحاً)

- [illegible]

(جلوس القرفصاء)

- كما في الجلوس غير أن الركبتين تنثنيان مع تلاصق الساقين والكعبين.
- تكون القدمان بكاملهما على الأرض.
- تكون اليدان على الركبتين أو على جانبي الجسم.

(جلوس التوازن)

- كما في وضع (جلوس طويل) ولكن مع رفع الجذع عن الأرض.
- يرتكز الجسم على المقعدة وتلامس الأصابع الأرض.

* الأوضاع المشتقة من الرقود:

أ- بتحريك الذراعين:

- هي نفس الأوضاع المشتقة من الوقوف بتحريك الذراعين ولكن من وضع الرقود مثل : (رفع الذراعين جانبا)

ب- بتحريك الرجلين :

(رقود القرفصاء)

- كما في وضع الرقود ولكن مع ثني الركبتين.
- باطن القدمين على الأرض.

* الأوضاع المشتقة من الجثو:

أ- بتحريك الذراعين:

- [illegible]

ب- بتحريك الجذع:

- [illegible]

ج- بتحريك الرجلين:

(جلوس الجثو)

- [illegible]

(نصف الجثو)

- [illegible]

(نصف الجثو سند القدم أماماً)

- [illegible]

* الأوضاع الأخرى:

[illegible]

(الجثو الأفقي)

- وفيه يرتكز الجسم على الركبتين واليدين
- تكون الذراعان مفرودتين
- يكون الفخذان مع الساقين زاوية قائمة

(الوقوف على أربع)

- وفيه يرتكز الجسم على اليدين والقدمين.
- تكون الركبتان ممتدتين.

(الانبطاح)

- الانبطاح على الوجه بطول الجسم.
- الذراعان ممتدتان بعرض الجسم.
- الكفان بعضهما فوق بعض على الأرض.
- ترتكز الجبهة على ظهر الكف العليا.

(الانبطاح المائل)

- كما في الوضع السابق غير أن الجسم يستند على اليدين والمشطين.
- تكون الذراعان مفرودتين.

الفصل الرابع

اللعب .

[illegible]

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الرابع:

اللعب -- تعريفه ومحدداته -- مراحله -- عملياته

-- مفهوم اللعب ومحدداته:

[illegible]

-- إمكانية اتخاذ القرار:

[illegible]

خلال اختبارات محددة، ثم تزداد تدريجياً حتى يصبح الطفل مسيطراً تماماً على بيئة اللعبة.

٢- الواقعية الضمنية:

يعني مفهوم الواقعية أنه من الضروري استبعاد العديد من وقائع الحياة في لعب الأطفال، وأن يحل مكانها وقائع مرحة وحياتية وذلك يعني أنه خلال قيادة الألعاب الأطفال يجب العمل على الإيقاف المؤقت لوقائع الحياة، كما أنه من الضروري تصميم الألعاب طبقاً لرغبات الأطفال أنفسهم لتأكيد خاصية (الواقعية الضمنية) خاصة تلك التي يكون لها قواعد وإجراءات ومحتوى نشاط.

٣- الواقعية الذاتية:

يجب أن يكون الطفل مدفوعاً ذاتياً للعب، أي أن دوافع اللعب لدى الأطفال يجب أن تكون نابعة من أنفسهم، وبالرغم من أن قوى الدوافع قد تكون نابعة من مؤثرات مختلفة، إلا أن ناحية الفرصة للطفل للمشاركة في اللعب من خلال دوافعه الشخصية أفضل دائماً من ضغط المدرسين والوالدين والأقران أو أي مؤثرات أو عوامل اجتماعية أخرى.

إن الألعاب التي يختارها المدرس غالباً ما تدفع الأطفال لمزاولتها لكن هؤلاء الأطفال الذين تصبح اللعبة بالنسبة لهم صعبة جداً وسهلة جداً غالباً ما تتفاوت لديهم الدافع للمشاركة فيها بجدية، لذا فمن الواجب علينا تشجيع الأطفال على ممارسة ألعاب من تصميمهم الخاص، وهو ما يحقق خاصية الدافعية الذاتية للعب طبقاً لمستوى قدرات الأطفال ودرجة أقبالهم عليها.

ويعرف البعض اللعب من خلال السلوك الظاهري لتصادر على الأفراد الممارسين له، في حين أن أحداثاً أخرى عرفته من خلال دوافعه، فاللعب في هذا الشأن مدفوع بالمنشورات نموذجية، وكلما زادت درجات التحدي والتعقيد بدرجات مقبولة

[illegible]

- مراحل اللعب:

[illegible]

١- مرحلة ما قبل اللعب:

[illegible]

Damascus University

٢- مرحلة الاستكشاف الخاص:

[illegible]

٣- مرحلة تكيف الاستجابات:

[illegible]

Damascus University

٤- مرحلة الكف التفاعلي:

[illegible]

- عمليات اللعب:

[illegible]

[illegible]

[illegible]

-- مراحل لعب الطفل:

[illegible]

١- [illegible] (مرحلة [illegible])

٢- [illegible]

٣- [illegible]

١- مرحلة اللعب الفردي:

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

كي تتطور مهاراتهم الحركية وتصبح [illegible] الأخير في [illegible] أفضل.

[illegible]

٢- مرحلة اللعب التعاوني:

[illegible]

(فريق [illegible]) أن [illegible] الأكثر من [illegible] الفصل [illegible] الفصل.

[illegible]

التعاوني بين [illegible] هو أساس [illegible]

٣- مرحلة اللعب التنافسي:

Damascus University

اللعب في رياض الأطفال

مقدمة عامة :

Damascus University

Damascus University

[illegible] من [illegible] ومصطلح اللعب على أنه :

(استغلال طاقة الجسم الحركية في جانب [illegible] ولا يتم اللعب دون طاقة ذهنية أو جسمية)

[illegible] فنرى :

([illegible])

[illegible] في قاموس التربية [illegible] :

([illegible] الكبار [illegible] في [illegible] وأبعادها المختلفة العقلية والجسمية والوجدانية .

[illegible] اللعب على أنه :

(أنفاس الحياة بالنسبة للطفل [illegible] وليس مجرد طريقة [illegible] الوقت وشغل الوقت فاللعب للطفل هو كالتربية والاستكشاف والتعبير الذاتي والترويح والعمل للكبار)

---

(1) ([illegible] صفحة).

(2) ([illegible] صفحة ٦٢)

"ويعرف بياجه اللعب على أنه :

(عملية تمثل تعمل على تحويل المعلومات الواردة لتلائم حاجات الفرد ، فاللعب والتقليد والمحاكاة جزء لا يتجزأ من عملية النماء العقلي والذكاء)[1]

(ومن هنا يقترن مفهوم اللعب بفكرة الطفولة فكل الأطفال يلعبون ويحبون اللعب لكن معظم الناس يلفظ ويربي اللعب على أنه أمر لا فائدة منه غير التسلية وتمضية الوقت)[2]

ومن هنا يمكن أن نؤكد أن اللعب ليس للتسلية فقط بل أن له فائدة وضرورة تربوية ، فهو كما يقول روسو .

(أسلوب الطبيعة في التربية ووسيلتها لإعداد الكائن الحي للعمل الجدي في المستقبل)[3]

ومن مجمل هذه التعاريف نلاحظ ما يلي :

١ـ معظم الباحثين تجلى رأيهم بأن اللعب هو مجرد حالة يقوم بها الطفل ويتمثلها في معظم سني حياته ، لا سيما المبكرة منها بهدف التسلية والمتعة فقط وجلب السرور لنفسه .

وبما أن الباحثين توجهوا إلى اعتبار اللعب للتسلية فقد أهملوا جانبا هاما جدا وهو أن اللعب وفق العمليات التي يمارسها الطفل هو نشاط عقلي وانفعالي ونفسي يؤثر في الطفل بكل جوانبه ، من ناحية النمو الجسدي واللغوي والاجتماعي والعقلي

---

[1] (محرر ، ٢٠٠١ ، صفحة ٢٢٣ ، ٢٢٤)

[2] (عثمان ، ١٩٧٩ ، صفحة ١٥٩)

[3] (محرر ، ٢٠٠١ ، صفحة ٢٢٤)

*ومن هنا يمكن الوصول إلى تعريف للعب يعتمد على السمات الواردة في معظم التعاريف السابقة :

" اللعب هو نشاط يمارسه الفرد وحده أو مع أقرانه " ولاسيما الأطفال " يقترن بالنمو في مختلف جوانبه (الانفعالي ـ الحسي الحركي ـ الاجتماعي ـ العقلي) يرتبط بدوافع وكوامن داخلية لدى كل فرد ولكن نتيجته الظاهرية هي الاستمتاع "

نظريات اللعب : يلعب اللعب دوراً هاماً في التطور النفسي للأفراد وقد لفت موضوع اللعب أنظار الباحثين في مختلف العصور فحاولوا التوصل إلى فوائده وأغراضه ووضعوا نظريات حول تفسيره ومن هذه النظريات :

١ـ **النظرية التلخيصية** التي نادى بها الكاتب الانكليزي (هـ ـ ي) وكذلك (وثور نديك) حيث ترى هذه النظرية أن الإنسان عندما يلعب يعبر عن غرائزه التي يشترك فيها مع من سبقوه في سلم التطور وبهذا يبدو وكأنه يلخص نشاط الماضي

٢ـ **النظرية الإعدادية** التي تربط اللعب بصراع البقاء ونادى بها (كارل جروس) و(داروين) فاللعب حسب هذه النظرية هو ممارسات هادفة حتى لو بدت أحياناً أن لا هدف لها ويرتبط هدف اللعب بالتعلم فهو أسلوب الطبيعة للتعلم واختلاف الهدف في الحياة جعل اللعب مختلفاً حسب نوع الكائنات التي تمارسه فلعب الإنسان يختلف عن لعب الحيوان .

٣ـ **نظرية الطاقة الزائدة** نادى بها الفيلسوف الإنكليزي (هربرت سبنسر) وتقول ان معظم طاقة الكائن الحي تصرف باتجاه حفظ البقاء وذلك بإيجاد الغذاء والدفاع عن النفس واللعب نشأ في الكائنات الأرقى لأنها بما تمتلكه من مهارات

[illegible]

٢ـ النظرية التنفيسية [illegible]

٣ـ نظرية الاستجمام [illegible]

[illegible] نظريته على ثلاثة افتراضات وهي :

[illegible]

---

(٢) [illegible]

[illegible]

[illegible]

ثانياً: [illegible] الأطفال في [illegible] رياض الأطفال:

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

---

[1] (الشربيني، ٢٠٠٣، ص١٩٠)

٣ سنوات	التخيل والتمثيل يبدأ في اللعب ـ الاهتمام بالجمع بين الألعاب مثل القوالب والسيارات ـ الاهتمام المتزايد في اللعب مع الأطفال الآخرين ـ فمن الممكن اللعب مع مجموعة من اثنين أو ثلاثة ويعتبر نشاطاً تعويضياً
٤ سنوات	ازدياد في الاستخدام البناء بالأدوات والتعامل والتمثيل مع الألعاب ـ لديه أفكار معقدة ولكنه غير قادر على تطبيقها ـ التطبيق ـ يفضل اللعب في مجموعات من اثنين أو ثلاثة . يقترح الأدوار ولكنه يحب الهيمنة أو السيطرة ـ يضع الألعاب بمفرده . ويحب أن يتدى ملابسه .
٥ ـ ٦ سنوات	مغرم بالقص واللصق ـ يحب العمل في مشروع محدد ـ يقوم بتنفيذه من يوم إلى آخر ـ يحب اللعب في مجموعات تتراوح من ٢ ـ ٥ ـ تقوى الصداقات ـ يحب النشاط التنافسي . يزداد لديه نشاط القفز والتسلق والتدحرج ... الخ

ويمكن توضيح تطور اللعب الاجتماعي مع العمر :

العمر	نوع اللعب الاجتماعي	نوع اللعب الاجتماعي
٣ سنوات	اللعب المتوازي على المدى الطويل	ما هو ملكي فهو ملكي وما هو ملكك فهو ملكك
٤ سنوات	يبدأ باللعب الجماعي المترابط ٥٠ ـ ٦٠ %	ما هو ملكي فهو ملكي ولكن نستطيع اللعب به بعض الأحيان .
٥ ـ ٦ سنوات	اللعب الجماعي التعاوني ٧٥ ـ ٨٠ %	ما هو ملكي فهو ملكي نستطيع أن نأخذه في أي وقت فأنا لا أريده .

[illegible]

[illegible]

[illegible]

٣ــ الطابع الإبداعي للعب : حيث يرتبط اللعب الحقيقي بالمبادرة والخيال مما ينشط تفكير الطفل وخياله وبذلك يعد أداة تعلم واستكشاف ففي بعض الألعاب يظهر الإبداع (ببناء الموضوع المضمون ، اختيار الوسائل التعبيرية لعب الأدوار ، شد الحبل)[1]

٤ــ الزخم الانفعالي للعب : يشير العديد من الباحثين أن للعب الطفلي أصالة وغنى وقوة في المشاعر .

ففي الألعاب الأدوارية ــ الابتكارية ــ تظهر مشاعر الدفء والعناية والمسؤولية (الطبيب، الأم)

وفي الألعاب الجماعية تبدو مشاعر الصداقة والتعاون ...

والألعاب الحركية تشعر الطفل بالفرح لتتابع الحركة والخفة والشجاعة .

أما الألعاب التركيبية والتعليمية فتعد مصدراً للسعادة الناتج عن بلوغ الهدف واجتياز المصاعب .

الألعاب التمثيلية بمستوياتها المختلفة المتوافقة مع نمو الطفل تثير الانفعالات الجمالية للدمى وحركاتها والحديث معها[2] .

---

[1] (منصور ، ط٤ ، ١٩٩٥ ، ص١٣٥).

[2] (وزارة التربية ، ط٥ ، ١٩٨٤ ، ص٢٥).

ونستنتج مما سبق أهم سمات اللعب :

[illegible]

Damascus University

Damascus University

ألعاب الذكور: [illegible]

ألعاب الإناث : [illegible]

بذلك يتميز لعب الأطفال بما يلي :

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

رابعاً: العوامل المؤثرة في لعب الأطفال

Damascus University

أ ـــ العامل الجسدي :

ب ـــ العامل العقلي :

Damascus University

ج ـــ عامل الجنس:

١ـــ يلعب جنس الطفل دوراً كبيراً في نشاط لعبه وتظهر هذه الفروق بين الجنسين منذ سن مبكرة طالما أن الأطفال يعيشون في بيئات وأوساط ثقافية متباينة تختلف فيها الألعاب وتسمى باختلاف الجنسين.

٢ـــ كما تلعب الاتجاهات الوالدية وانتقاء أدوات اللعب ووجود أمثلة من زملائهم في اللعب ووجود أطفال أكبر سناً دوراً خاصاً في تدعيم المؤثرات الثقافية بين الجنسين.

٣ـــ تفضل البنات اللعب بالدمى والألعاب المتعلقة بالمواد المالية والخبز بينما يفضل الصبيان القطارات والدبابات والطائرات والمسدسات.

٤ـــ كما أن الاختلاف في اختيار الألعاب عند الجنسين يتوقف على مقدار النشاط في مرحلة قبل البلوغ واحتمال تشكله وتضاعفه أقرب من احتمال تكونه عن طريق التربية الاجتماعية.

د ـــ العامل البيئي :

١ـــ يتأثر الأطفال في لعبهم بعامل المكان ففي السنوات الأولى يلعبون مع الأطفال الذين تجاوروهم في المسكن وبعد فترة يلعبون في الشارع أو الساحات وبذلك يكون البيئة التي يعيشون فيها تأثير واضح في الطريقة التي يلعبون بها وفي نوعية الألعاب أيضاً.

٢ـــ وقد دلت الدراسات على أن الأطفال الفقراء يلعبون أقل من الأطفال الأغنياء وذلك يرجع إلى أن البيئات الفقيرة فيها لعب ووقت ومكان أقل

٣- البيئة أثر واضح في نوعية اللعب فطبيعة المناخ وتوزعه على فصول السنة تؤثر في نشاط اللعب عند الأطفال.

٤- كما تختلف اهتمامات الأطفال في المناطق الساحلية عن اهتمامات الأطفال في المناطق الداخلية أو الصحراوية.

هـ- العامل الاجتماعي والثقافي[1]:

يتأثر لعب الأطفال بثقافة المجتمع وما يسوده من عادات وقيم وتقاليد، وتتوارث أجيال الأطفال عن الأجيال السابقة بعض الألعاب التي تشيع في المجتمع (لعبة الاختبار، عسكر وحرامية).

يؤثر المستوى الاجتماعي والاقتصادي في أنشطة اللعب من الناحية الكمية والكيفية على حد سواء، فالأطفال الذين ينتمون إلى مستويات اجتماعية اقتصادية أعلى هم أكثر تفضيلاً لأنشطة اللعب التي تتكلف بعض المال كالتنس مثلاً، بينما يشترك الأطفال من المستويات الأقل في أنشطة طفيفة التكاليف كشد الحبل.

كما أن الوقت المتاح للعب أمام الأطفال من الأسر الفقيرة أقل من الأطفال ذوي المستويات الأعلى، وذلك بسبب ضرورة مشاركتهم الأسرة في بعض أعمالها وأعبائها الاقتصادية.

---

(1) (الشفاء، ١٩٩٩، ص ٣١)

(٢) (سليمان، منشورات جامعة دمشق).

خامساً : أثر اللعب في نمو الطفل ما بين سن (٣ ـ ٦) :

١ـ النمو الجسمي :

٢ـ النمو العقلي:

Damascus University

Damascus University

٣ــ النمو النفسي :

Damascus University

Damascus University

٤ ـ النمو الاجتماعي

٥ـ النمو الانفعالي والعاطفي :

Damascus University

العلاقة بين الرياضة واللعب :

Damascus University

الاتجاه الثاني : [illegible]

١ـ الاتجاه الأول[1] :

[illegible]

٢ـ الاتجاه الثاني[2] :

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Damascus University

اللعب – دور الأسرة – دور المشرف

اللعب عند الأطفال :

[illegible]

أساس اللعب ودوره في النمو :

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

الحاجات الاجتماعية :

يكتسب الطفل من خلال ألعابه صفات اجتماعية عديدة أهمها : المقـــدرة القياديـــة والعدل والتعاون والنقد وتقبله بروح سمحة طيبة ، والتعامل النـــاجح مـــع الآخريـــن والشعور بأهميته والثقة بالنفس والاطمئنان من خلال نجاحه والقدرة علـــى حســـم المشاكل والبت السريع بها .

الحاجات الانفعالية :

تكمن في الإنسان دوافع لاشعورية تسعى جاهدة لتعبر عن نفسها وهي مصدر الطاقـــة والنشاط لديه طوال حياته من أبرزها :

١ -- النزعة الى الاتقان والتفوق وهي مصدر سرور وارتياح .

٢ – النزعة الى التحرر بعد ان كبتها المجتمع بقواعده وقوانيه بحيث ننطلق بلا الـــتزام بعمل ما او زمن محدد .

٣ -- النزعة للتهور والعدوان التي تفصح عن ذاتها بصور واشكال كثـــيرة كـــالعدوان والتخريب والقتال .

٤ – النزعة الى التعويض فيقوم المرء بسببها بمحاولة سد نقص او التعويض عما يفتقـــد ،وتختلف طريقة لعب الاطفال تبعاً لدرجة نموهم ولظروف البيئة .

ولذلك يحسن بنا ان نتتبع مظاهر اللعب عند الطفل مقتصرين على المرحلة التي نبدأ من ولادته حتى السادسة من عمره وهي المرحلة التي تعنينا بالدرجة الأولى في هـــذا المجال .

من الشهر الثالث إلى الشهر السادس :

يصدر الطفل صيحات الفرح استجابة للعب الراشدين ، كما انه يبدأ بالبحث عن اللعبة الضائعة مع الإشارة إلى أهمية الفم في هذه المرحلة كأداة للمعرفة

من الشهر السادس إلى الشهر التاسع :

يتسلى بإلقاء الأشياء ... وبدأ بمشاركته في ألعاب تلاحقه بصلة مع الآخرين .

من التاسعة إلى شهر ١٢ :

يشارك بشدة في الألعاب التي يمارسها ... بالوقت الذي يبدي اهتماماً كبيراً بالكشف عن العالم ويمس كل شيء حاملاً كل ما يقع تحت يديه إلى فمه ..

من الشهر ١٢ إلى الشهر ١٨ :

يستخدم مكعبين إلى ثلاثة .

يملأ إناءاً ما بأشياء صغيرة .. كالحصى أو المكعبات صغيرة .

يعبر عن حاجته (بمظاهر الغضب أو البكاء) ويقوم بردود الفعل الدالة على العداء في العالم مع إخوته وأخواته الأكبر منه .

من الشهر ١٨ إلى الشهر ٢٤ :

يستخدم ٣ مكعبات .

يقلد خطاً على الورق أو على الرمل .

يبدي اهتماماً متزايداً بالأطفال الآخرين ويسعى إلى اللعب معهم ولكن بطريقة شخصية كأن يحتكر اللعب مثلاً ..

من السنة الثانية إلى السنة الثالثة :

(هي السن التي تحدد تماماً بداية الروح الاجتماعية)

يتعلم القفز .. والتسلق .. ويصبح قادراً على القفز على رجل واحدة .

يقلد صورة دائرة على الورق أو على الرمل .

يبدأ باللعب فعلاً مع الأطفال الآخرين ويدرك أن هناك آخرين خارج إطار دائرة أسرته .

من السنة الثالثة إلى السنة الرابعة :

(مرحلة طرح الكثير من الأسئلة حول ولادة الطفل) .

[illegible]

من السنة الرابعة إلى السنة الخامسة :

[illegible]

من الخامسة إلى السادسة :

[illegible]

فوائد اللعب وأهميته :

[illegible]

ويسهم اللعب أيضاً في النمو الاجتماعي [illegible] جماعية [illegible]
والشخصية في [illegible] ويدرب الطفل على [illegible] الجماعة وما [illegible]
من أنظمة وقواعد [illegible] اجتماعية .

٢- يساعد اللعب الطفل على [illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

٣- يساعد اللعب الطفل على [illegible]
[illegible] .

٤- يساعد اللعب الطفل على [illegible]
[illegible] .

٥- يساعد اللعب الطفل على [illegible]
[illegible] .

٦- يساعد اللعب الطفل على [illegible] .

٧- يساعد اللعب الطفل على [illegible]
[illegible]
[illegible] .

٨- يساعد اللعب الطفل على [illegible]
[illegible] .

٩- يساعد اللعب [illegible]
[illegible] .

Damascus University

[illegible]

[illegible]

دور المشرف في المدرسة

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Damascus University

[illegible]

[illegible]

١ [illegible]

٢ [illegible]

٣ [illegible]

[illegible]

[illegible]

٣ [illegible]

٤ [illegible]

٥ [illegible]

٦ [illegible]

[illegible]

دور المشرف في مجال تنظيم اللعب :

[illegible]

Damascus University

دور المشرف في توفير الشروط المناسبة :

[illegible]

أ – نصائح للاعبين :

[illegible]

Damascus University

ب - التسامح للمشرف حول اللعب :

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الخامس

أهداف التربية البدنية والرياضية قبل المدرسة .

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الخامس:

أهداف التربية البدنية والرياضية قبل المدرسة

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

١- مرحلة دار الحضانة، من سنة إلى ثلاث سنوات. وتقسم إلى مرحلتين:

- مرحلة الرضاعة:

أ- مرحلة الرضيع من الولادة حتى نهاية الشهر الثالث:

ب- مرحلة الرضيع من الشهر الرابع حتى نهاية السنة الأولى:

ج- مرحلة الطفولة الأولى من بداية السنة الثانية حتى نهاية السنة الثالثة:

٢- مرحلة الطفولة الثانية أو رياض الأطفال:

- أنشطة تعليمية

٢- **أنشطة تعبيرية:** [illegible]

٣- **أنشطة رتيبة يومية:** [illegible]

٤- **أنشطة تربوية رياضية متنوعة:** [illegible]

١- **الزيادة السريعة لكمية الإنجاز:** [illegible]

٢- **تحسن الواضح للنوعية الحركية:** [illegible]

٣- **زيادة الأنواع والأشكال التي اكتسبها سابقاً:** [illegible]

[illegible]

أ- أهمية رياض الأطفال لمعرفة الحياة وخالقها:

[illegible]

ب- الكفايات المهنية المطلوبة للمختصين في رياض الأطفال:

[illegible]

Damascus University

[illegible]

ج- دور اللّعب في نمو الطفل:

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

- أهداف التربية البدنية والرياضية في رياض الأطفال:

[illegible]

[illegible]

١- [illegible]

٢- الملاعب والصالات المناسبة لهم والأدوات والتجهيزات المساعدة.

٣- إعداد وتأهيل المدربين والمشرفين والاختصاصيين في رياض الأطفال (ذكور وإناث).

٤- تأمين النواحي الصحية في الصالات من حرارة وإنارة وهوية ومكان مناسب حسب العدد والمستوى.

٥- الإنشاء بعوامل الأمن والسلامة وضرورة مناسبة للتمارين والألعاب لعمر الأطفال ٤ - ٦ سنوات.

٦- ضمان النمو المتزن من خلال الأنشطة والألعاب الصغيرة المستخدمة والتي تؤثر في سلوك الطفل وعلاقاته مع الآخرين.

٧- تحسين وظائف أعضاء الجسم المختلفة وعملها من خلال الأنشطة المتنوعة والتي تهدف إلى تقويم الأجسام وبنائها من جميع النواحي.

٨- غرس حب الرياضة ومنها ستها مستقبلاً، وسلامة القوام، وتوفير العضلي العصبي وصحة وظائف الأعضاء في الجسم.

٩- تحسين الأنشطة والحركات التي تعلمها الطفل سابقاً مثل:

- تحسين حركات المشي والجري والقفز والتسلق والتوازن بين حركتين أو أكثر والرمي والاستلام لكرات مختلفة وغيرها.
- توجيه الأنشطة في رياض الأطفال حسب تخصصاتهم وحاجاتهم واهتماماتهم ورغباتهم وتلبية دوافعهم الحركية في نتائج مختلفة كالتسجيل والإيثار والمغامرة والإخراج الفردي والتفكير والتعبير الإيقاعي وغيرها.

- لا بد من معرفة مراحل التعلم للأطفال حيث يؤدي كل منهم حركات تقليد حركة الكبار وحسب أداء المشرف وحسب قدرته وإمكاناته البدنية

وأحياناً لا بد من تقديم المساعدة لبعضهم ثم تكرار الحركة حتى تصبح جيدة الأداء ويشعر بالنجاح، وما يساعد ويحقق عامل الفرح والسرور في النشاط الرياضي والألعاب الصغيرة المسلية الانتباه لما يلي:

- سماع القصص والحكايات عبر الدروس والقصص الحركية وتنمية خيال الأطفال ومعرفة الأشياء المادية كالخشب والحديد والماء والأجسام الأخرى المتوفرة.
- الرحلات والنزهات ورياضة الترويح والتجوال.
- تقليد الحيوانات في المشي والصوت وكذلك حركة النباتات وتقليد الإنسان في مهن وأعمال مختلفة.
- مخاطبتهم بلغة سهلة ومفهومة حسب مستواهم.
- تؤدى الحركات دون أدوات ، ثم مع أدوات ثم مع أجهزة متنوعة وحواجز ودوافع مختلفة (سلالم، أشجار، جسور وغيرها).
- ألعاب فك وتركيب لأشكال مخالفة من مكعبات أو قطع لصور مختلفة.
- يمكن استخدام الموسيقى من أجل الإيقاع.
- أدوات وأجهزة صنعية من بواري وأنابيب مختلفة القياسات والأطوال.
- قصص حركية مع أدوات (كرات متنوعة – كرات طبية – حلقات – صولجانات – مكعبات – أكياس حب – عصي – حبال – أطواق – شرائط ملونة – بالونات ... وغيرها كثير).
- اختيار حركات سهلة ثم أصعب فأصعب حسب المرحلة السنية (٤–٥–٦ سنوات).

- اختيار أوضاع مناسبة أصلية ومشتقة للحركات والتمارين
- اللعب الزوجي أو الزمري أو الجماعي (بعد الفردي)
- تغيير التشكيلات من الحركة إلى الأوضاع أو الصفوف أو أشكال هندسية مرسومة أو محددة بالأدوات.

إن استخدام الأدوات والأجهزة لشد الطفل للعب والأفضل أن يتم اختيار تمارين وحركات تتميز بالبساطة والسهولة وبحالة الحركة وأهميتها وأن يكون أداء الأطفال عقوبة تقليدية غير مقيدة (نشاط حر).

ويجب عدم إهمال عوامل الأمن والسلامة بين الأطفال عند استخدام الأجهزة والأدوات أو وقوعهم على الأرض.

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل السادس

التربية الرياضية في رياض الأطفال .

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل السادس:

التربية الرياضية في رياض الأطفال

- لماذا يمارس الطفل الرياضة ؟

[illegible]

١- الهدف القريب:

[illegible]

[illegible]

٢- الهدف البعيد:

[illegible]

- التربية الرياضية ما قبل مرحلة التعليم الابتدائي:

[illegible]

مكتشفا ومجربا كل شيء يستطيع لمسه وحسه مقربا إياه من جلده وعينيه وأذنه وأنفه مستعملا فمه كوسيلة نافعة للاكتشاف.

بعد مرحلة الزحف والجلوس يحاول الطفل أن يقف وبذلك يتمكن من الوصول إلى ارتفاع أعلى من قبل الاستكشاف.

(ملاحظة: بعض الأطفال لا يمرون بمرحلة الزحف بل الوقوف المبكر والبعض يزحف على مقعدته ولا يجلو على أربع).

- المرحلة الثانية هي تعلم المشي الذي يعطيه مؤقتا الحرية المطلقة في التنقل. ويأتي بعد ذلك فترة يجرب الطفل خلالها مجموعة من المهارات يصعب وضعها في نظام ثابت متتابع. إذ يجرب الطفل نشاطات متداخلة كالسير، والاحتواء، والخطو من فوق أشياء، والحمل، والرفع، والدفع، والسحب، والقفز، والوثب، والتدحرج، والتشقلب، والرمي، والمسك (لقف)، والتسلق وسواها.

٢- صفات الأطفال من سن ٣ – ٦ سنوات (مرحلة رياض الأطفال):

يمتلك الطفل عند دخوله رياض الأطفال كل الأنواع الأساسية للمهارات الحركية حيث يستطيع المشي والوثب والرمي واللقف والتسلق. وفي هذه المرحلة:

- تصبح مهارة المشي سهلة السيولة لا تحتاج من الطفل إلى تركيز الانتباه لذا يتمكن الطفل من استخدام طرفيه العلويين بشكل جيد في عمل آخر أثناء المشي فتراه مشغولا بحمل بعض الأدوات من مكان لآخر.
- ويقوم الطفل بالجري بدرجة توافقية معقولة مع حسن القيام بحركات الذراعين أثناء الجري.
- ويتمكن الطفل من الوثب من وضع الوقوف على الأرض إلى بعض الأجهزة القليلة الارتفاع عن الأرض وعن بعض الموانع المنخفضة.

- ويتمكن بعد السنة الرابعة من الربط بين مهارتي الجري والوثب ويظهر التناسق واضحاً بين عمليتي الاقتراب بالجري وعملية الوثب وهو يستطيع حسن إستخدام السرعة المكتسبة من الجري في الوثب كما يستطيع بعد ذلك تخطي ارتفاع (٢٠ سم).

في نهاية هذه المرحلة يمكن وبالتمرين أن يمتلك الأطفال قدرات توافقية جديدة لمهارات مركبة تعتمد على الجري والوثب.

- ويتمكن الطفل في هذه المرحلة من الرمي على هدف بعيد يوازي ٢م شريطة أن يكون الهدف موازيا لارتفاع رأس الطفل.

وفي نهاية المرحلة يصل الطفل بالتدريب إلى إتقان دقة الرمي على هدف يبعد (٥م).

- أما في مهارة التسلق فيتمكن الأطفال من التسلق إلى أعلى وإلى أسفل ومن إتقان تسلق بعض الموانع التي تزيد عن ارتفاع صدر الطفل، ويرمي الذكور لمسافة أبعد وبدقة أكثر من البنات ، كما يتقنون التسلق واجتياز الموانع بسرعة ومهارة أكبر.

أما البنات فيتفوقن على الذكور في مهارة الوثب على الحبل.

- واجبات المربية:

آ - إن حركة الطفل في أول المرحلة تتسم بالبدائية (حركة عشوائية غير مهذبة) بسبب عدم وضوح الإحساس الحركي للطفل مما يتسبب في عدم توازن بين التنبيه والكف للسيالات العصبية وبالتالي إشراك عدد أكبر من اللازم من العضلات مما يقود إلى الإفراط في بذل الجهد واتسام الحركة بالفجائية والسرعة وكبر الحجم وعد الاقتصاد. لذا يجب أن تكتفي المربية من الطفل بأداء الحركة دون تأكيد على صقلها وتحسينها في هذه المرحلة.

ب- [illegible]

ج- [illegible]

د- [illegible]

هـ- [illegible]

و- [illegible]

Damascus University

[illegible]

[illegible]

– ملاحظات حول دروس هذه الرياضة:

[illegible]

Damascus University

- المنهاج والمواد المناسبة لهذه المرحلة:

تعمل التربية الرياضية في هذه المرحلة على نمو الطفل بشكل طبيعي وبصورة منتظمة، لذا يجب أن يشمل المنهاج على معظم الحركات الأساسية التي سبق ذكرها (مشي، جري، وثب، رمي، تسلق، ... الخ) باستخدام:

١- طريقة تدريب الأطفال على الحرجة باستعمال أي نوع من المصادر الطبيعية (السلالم، أشجار، أسوار) أو الصنعية (هياكل خشبية أو معدنية) يستعمل المربون في ذلك:

أ - طريقة المربي (هبر): التي تسلك مسلكاً طبيعياً حيث يعد في رياض الأطفال ملعباً مليئاً بالحفر والأخاديد والحواجز والمدرجات وقطع جذوع أشجار بارتفاع صدر الطفل تثبت منتصبة على الأرض وجذوع أشجار تثبت مستلقية على الأرض وسياج مشابه لسياج البستان مؤلف من عدة عوارض خشبية أو أخشاب مغطاة بحصائر وقطعة جدار كلها بارتفاع صدر الأطفال ويطلق الأطفال فيها حيث يتوخى الوصول إلى الحركة الحرة عن طريق التغلب على هذه العوارض الطبيعية وتخطيها. وقد يصعب تأمين ذلك كله.

ب - الطريقة الثانية: والتي تأخذ من مدارس مختلفة وتعتمد على استخدام هياكل وأجهزة وأدوات صنعية تصنع من الخشب والبواري المعدنية ويتنقل عليها الأطفال بشكل حر أو موجه من قبل المربي.

٢- أساليب التعليم عن طريق اكتشاف الحركة وتقليد الحيوانات والنباتات والأشجار والتمرينات التمثيلية والقصة الحركية والحركات التوقيتية والألعاب والمسابقات والمطاردة.

٣- [illegible]

- ملاحظات حول المنهاج:

١- [illegible]

٢- [illegible]

Damascus University

– خصائص برنامج هذه المرحلة:

يجب أن يمتاز البرنامج:

١ – **بالبساطة والسهولة:** تختار تمرينات وحركات من النوع الطبيعي الذي لا يتقيد بوضع فني ولا يحدد بشكل قطعي شكل الحركة وطريقها.

٢– **بالنشاط بوجه عام :** مع حرية الحركة والطرق غير الشكلية وذلك باختيار التمرينات التحميمية والتمثيلية والتقليدية والألعاب الحركية التي تتطلب مجهوداً جسمياً وعقلياً متناسباً مع قدرات وإمكانيات الطفل في هذه المرحلة وتدربهم إضافة إلى النمو البدني على الملاحظة وسرعة التلبية والحركة والجرأة في النظام.

٣– **أن تكون الألعاب من النوع الشامل :** البسيط الخالي من قيود أوضاع اللاعبين والتي لا يتطلب اللعب فيها مهارة تقنية عالية. وتحبذ تلك الألعاب التي يغلب عليها النوع الفردي الترفيهي.

٤– **مصاحبة الإيقاع (تصفيق – دبدبة):** للتمرينات ما أمكن لأنه ينمي حس الإيقاع ويبعث على المرح والسرور.

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الباب الثاني

العملي

الفصل السابع

ألعاب الحضانة

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

البـــاب الثـــاني

الفصل السابع:

ألعاب الحضانة

١- ألعاب الطفل لسن ١-٢ سنة

- [illegible]

- [illegible]

- [illegible]

Damascus University

Damascus University

٢- ألعاب الطفل من ٣ - ٤ سنة

Damascus University

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

١. [illegible]

٢. [illegible]

٣. [illegible]

٤. [illegible]

- [illegible]

٣- العاب الطفل من ٥ - ٦ سنة:

Damascus University

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

الألعاب الخارجية لأطفال الحضانة

Damascus University

يسر الأطفال ويرغبون دائماً في اللعب بفناء أو ملعب سواء كان في المدرسة أو النادي أو الحديقة وهم يحتاجون في لعبهم إلى أدوات يمكن أن تصنع محلياً، ومن أمثلتها الألواح الخشبية المختلفة الأبعاد طولاً وعرضاً ويستخدمونها في التسلق والبناء.

والمكعبات الخشبية الكبيرة التي تصنع على هيئة صناديق مجوفة يدفعونها ويتسلقونها ويستخدمونها مجاناً حاجياتهم أو لأي غرض يتخيلونه في ألعابهم.

ويسر الأطفال أن يكون لهم بيت للألعاب ويكفي إعطاؤهم أي صندوق كبير الحجم بعد فتح مدخل في جوانبه ليحقق لهم هذا الغرض، على أن يكون خفيفاً حيث يسهل عليهم أن يحركوه ويغيروا من وضعه، فإن رغبات الطفل متقلبة متغيرة، وهم يحبون أن يصنعوا بأنفسهم بيت الألعاب، ثم إن الصندوق الذي يتخذونه اليوم بيتاً للألعاب قد يتخذونه في الغد قارباً لهم.

ومن الأشياء المسلحة للأطفال أن يكون بالملعب حوض ماء صغير يخوضون فيه ويعومون به قرارهم الصغيرة أو حلوا لهم في الصيف خاصة أن يستخدموا الشاشات بدائي، وإذا كان الفناء متسعاً حيث يسمح بإعطاء الأطفال قطعة أرض يقيمون عليها حديقتهم الخاصة كان ذلك للأطفال أعظم متعة على أن يزود في هذه الحالة بالأدوات الزراعية المطلوبة.

وهناك عدة أدوات للنشاط الحركي، الذي يفسح للطفل فرص للقيام بتجارب وتدريب أجزاء خمسة كالمساحات ذات الثلاث عجلات وعربة الكراب وعربة اليد المصنوعة من الحديد.

وهناك أجهزة بسيطة يمكن إقامتها في الملاعب الصغيرة كصندوق الرمل والأرجوحة الأرضية وصناديق الطاولة والأرجوحة الهوائية والعقبة الثابتة، ويمكن أن تكون عجلات صغيرة كصندوق صغير تصنع عربة بسيطة.

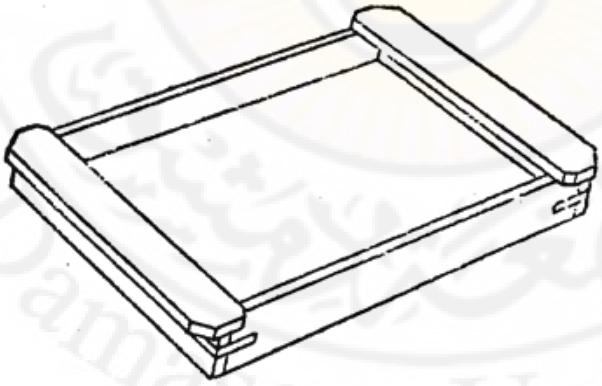
ويمكن أن نكتفي مبدئياً بصندوق الرمل وصندوق الطوب وألواح اللعب فإن هذه تؤلف مجموعة طبية، ثم تضاف إليها بقية القطع فيما بعد.

ويستحسن في تصميم أدوات اللعب في الفناء أن نراعي صلاحياتها لسد حاجات الأطفال حين يكبرون إلى جانب مناسبتها لهم في الوقت الحاضر، وليس ذلك بالأمر الصعب، فإذا كانت الأراجيح الهوائية والحلقات وقضبان التسلق مثبتة في هياكل كبيرة أمكن تقصير الحبال أو إطالتها لتلائم مجموعات الأطفال المختلفة من مختلف الأعمار. كما يراعى أن تكون هذه الأدوات متينة البناء قوية التحمل، فإن الأجهزة القابلة للكسر خطيرة فوق أنها مع طول الوقت باهظة التكاليف لكثرة ما تتطلبه بين الحين والحين من نفقات الإصلاح والصيانة وتجديد بعض الأجزاء.

وسنعرض فيما يلي تصميمات هذه الأدوات وهي قابلة للتعديل بحسب الظروف...

١- صندوق الرمل:

يصنع من الخشب المصقول من جميع نواحيه، طوله ١٨٠ سم، وعرضه ١٢٠ سم له رفان عبارة عن قطعتان من الخشب سمك ٥ سم وعرض ٣٠ سم وطول ١٣٠ سم.



يملأ الصندوق بالرمل إلى ارتفاع ٢٠ سم وهذا يعادل تقريبا ١٦ قدما مكعبا من الرمل. ويلاحظ أن وجود قاع خشبي للصندوق تحت الرمل سيمنع الأطفال من الاستمرار في الحفر، حتى لا يصلوا إلى التراب فيخلطوه بالرمل. ولا بد لصندوق الرمل من غطاء لحفظ الرمل من التلوث في حالة عدم استعمالهن ويمكن صنعه من قماش قلع المركب أو ألواح من الورق المقوى أو الخشب الرقيق.

ويشعر الطفل بسعادة بالغة حين يلعب في صندوق الرمل تحت أشعة الشمس الرقيقة، إذا كان يجد حوله كفايته من أدوات اللعب البسيطة كالملاعق والعلب والصفيح إلى جانب عربة صغيرة. ويميل الأطفال الصغار إلى أن يبلوا الرمل في ألعابهم المختلفة حين يصنعون فطائرهم، وإن كانوا كبارا يبلون الرمل ليبنوا منه الجبال ويشقوا الأنفاق. وإذا خفنا على الأطفال من الجلوس على الرمل الرطب، أعطيت لهم كراسي صغيرة لا مساند لها، أو صناديق من الخشب يستطيعون الجلوس عليها، ويمكنهم لخفتها أن ينقلوها من مكان لآخر. وفي وسعهم أن يستخدموا حافتي الصندوق "الرفين" كمنضدة للعب، أو مقعد للجلوس عليه، فضلا عن فائدتهما في حجز الرمل وإبقائه داخل الصندوق.

وصندوق الرمل الموضح بالرسم يتسع لطفلين أو ثلاثة يلعبون فيه. ويجب أن يسمح موقعه باستقبال أشعة الشمس خلال ساعات النهار على أن يمد الظل عليه كذلك. فالشمس تساعد على حفظ ما فيه من الرمل نظيفا، والظل يزيد من المتعة في استخدامه كمكان للعب. ويكفي لتوفير هذا الظل أن يقام الصندوق على مقربة من شجرة كبيرة، أو تنشر فوقه قطعة من قماش قلع المركب، أو تنصب عنده مظلة من مظلات الشاطئ.

٢- لوحة اللعب:

[illegible]

وللوحة اللعب ملحقات هي:

[illegible]

Damascus University

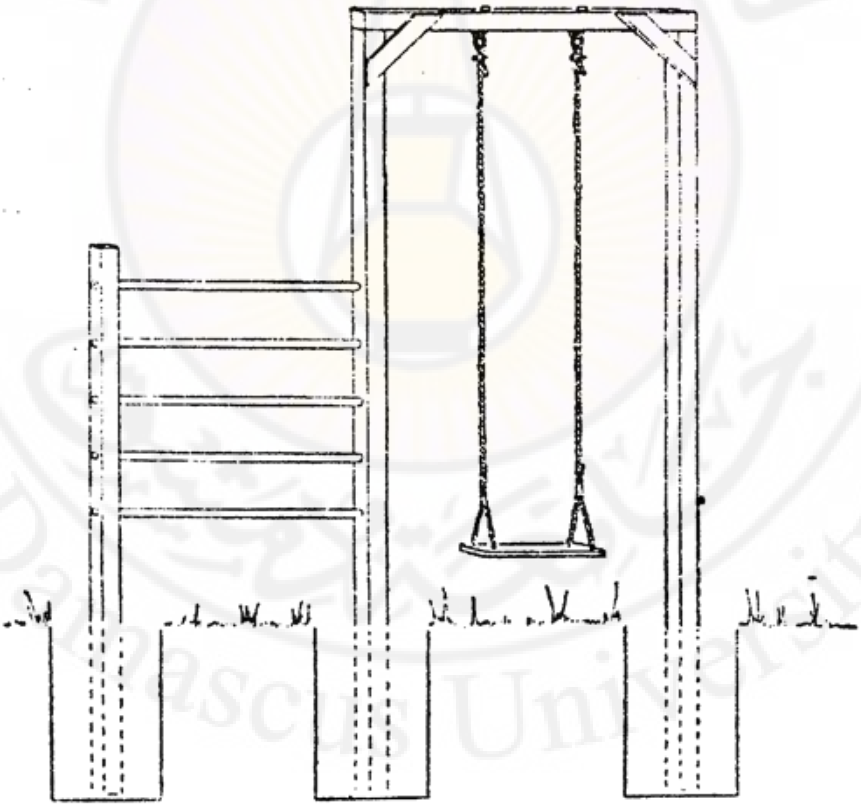
- وتستخدم اللوحة وملحقاتها على النحو الآتي:

(آ)- أرجوحة أرضية: بأن توضع لوحة اللعب فوق الحامل الخشبي.

(ب)- لوحة المشي: بأن تمد اللوحة فوق صندوقين حيث يتدرب الصغار فوقها على التوازن.

(ج)- لوحة الانزلاق: بأن تسند اللوحة من إحدى طرفيها فوق الحامل الخشبي حيث يستعمل للانزلاق عليها.

٣- الأرجوحة الهوائية وقضبان التسلق:



أ- المواصفات:

١- القوائم: [illegible]

٢- الأرجوحة: [illegible]

ب- الاستعمال:

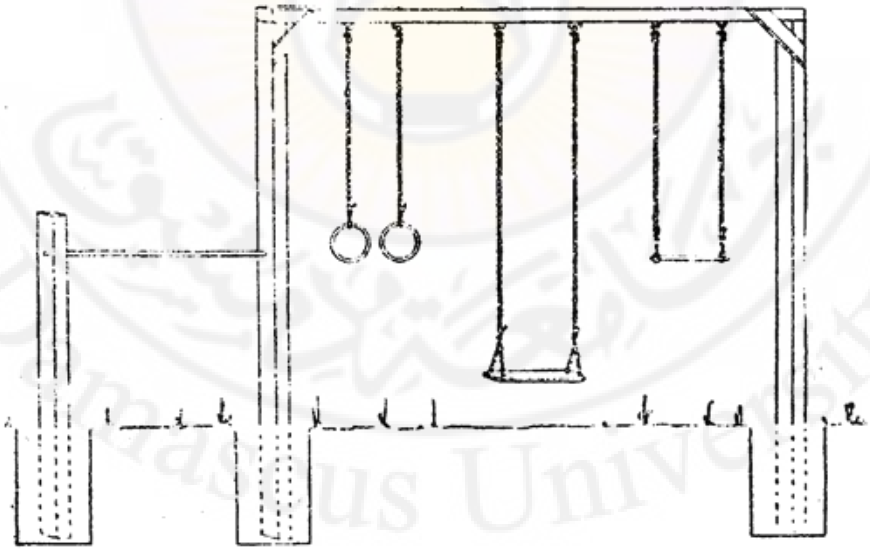
١- الأرجوحة الهوائية: [illegible]

وإذا كان الطفل صغيراً، أمكن اتخاذ الحلقتين من الخراطيم المطاط أو من إطاري دراجة فتمرران في الحبل وتربطان ربطاً وثيقاً، وإذا كان الطفل أكبر جسماً أو أنشط كان الحلقات المعدنية أنسب له.

وهناك الأرجوحة التي تصنع من عجلة السيارة، وهي محبوبة شائعة ويتفنن الأطفال في استعمالها. ولتركيبها يؤتى بالإطار الخارجي لعجلة السيارة بعد نزع الصمام والأنبوبة الداخلية منها، ثم تربط رباطاً وثيقاً في حبل ذي شعبة واحدة.

٢- قضبان التسلق: ويستمتع الطفل بالقضبان في التسلق والتعلق والطلوع والنزول، كما يستطيع أن يضع أحد طرفي لوحة اللعب فوق أحد القضبان السفلى، ويسند الطرف الآخر على الأرض فوق صندوق، فيمشي بذلك على اللوحة أو يستخدمها للقفز.

٤- الأرجوحة الهوائية والحلقات والعقلة المتحركة والثابتة:



أ- المواصفات:

١- قائمة الأرجوحة الهوائية - عبارة عن قطعتين من الخشب سماكة ١٠سم وعرض ١٥سم، وطول ٤.٥ متر.

٢- الأرضية الأفقية للأرجوحة - عبارة عن قطعة من الخشب سماكة ١٠سم وعرض ١٥سم، وطول ٤.٥متر.

٣- قائمة العقلة الثابتة - عبارة عن قطعة من الخشب سماكة ١٠سم، عرض ١٥سم وطول ٣٠٠م.

٤- أربطة التقوية - عبارة عن أربع قطع من الخشب سماكة ٥سم وعرض ١٠سم، وطول ٣٢٠سم، ويستغنى عنها إذا وضعت القوائم على عمق ١٠٠سم في المسبح.

٥- يمكن صنع هذا الهيكل كله من أنابيب قطر ٧سم بنفس الأطوال المطلوبة في الخشب.

٦- الحبل - من القنب الذي لا يتأثر بالماء "حبل مانيلا" قطر ٢سم، أما الطول فيتوقف على ارتفاع قامة الطفل.

٧- مقعد الأرجوحة الهوائية - قطعة من الخشب سمكها ٣سم وعرضها ٢٠سم وطولها ٦٠سم.

٨- الحلقتان - من الصلب المكسو بطبقة معدنية أو من الأسيوم سماكة ٢.٥سم وقطر ٢٠سم.

٩- العقلة المتحركة - قطعة من الخشب قطرها ٣سم وطولها ٦٠سم.

١٠- العقلة الثابتة: قطعة من البوبة قطرها ٢.٥سم وطولها ٢٠٠سم.

ملاحظة : من الضروري بصفة خاصة أن يكون الجهاز الذي يحمل كلا من الأرجوحة الهوائية والحلقتين والعقلتين الثابتة والمتحركة وقضبان التسلق غاية في القوة، ويجب فحص الهيكل بين آونة وأخرى.

ب- الاستعمال:

[illegible]

٥- السلم الأفقي:

[illegible]

Damascus University

وإذا وضعت لوحة اللعب فوق الدرجات السفلى لكلا السلمين العموديين، أمكن للطفل استخدامها للمشي فوقها أو للوثب منها على الأرض. وإذا وضع مائلا على إحدى الدرجات العالية لأحد السلمين العموديين أمكن للطفل استعمالها في الانزلاق عليها.

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الثامن

تعليم المهارات الحركية الأساسية .

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الثامن:

تعليم المهارات الحركية الأساسية

[illegible]

١- [illegible]

٢- [illegible]

٣- [illegible]

أولا : الحركات الانتقالية:

١- المشي :

[illegible]

- تعويد الفتيات على رفع الركبة.

- **تعليم المشي:**

- المشي بالجهات مختلفة مع تغير الاتجاه وفقا للإشارة مع الصافرة.
- المشي المتصلب (مع عدم ثني الركبتين) وبالحجة البدنية.
- المشي على العقبين، أو على رؤوس الأصابع، أو على الجانب الخارجي للقدم.
- المشي مع حفظ الجسم بشيء خارج ثم العودة للانتصاب.
- المشي مع الحلقة المنشط للأمام وبالتبادل.
- المشي للأمام والخلف.
- المشي مع تضييق الخطوة وتوسيعها.
- المشي على أرضيات مختلفة (رمل، حجر، خشب ...).
- المشي المتعرج بين الرماح.
- المشية العسكرية.

٢- الجري:

أول محاولات الجري (غير المنتظم) للطفل تأتي في العمر الحوالي السنتين والنصف، ويكون الجري هنا غير مستقر، ولا تتميز القدمان الأرض معا بوقت واحد، وكي يكون الجري سليما يجب أن يكون هناك ضغط على القوة المستمدة عند قاعدة الإبهام، مع السيطرة على الجري ووجود قبل الحفيف للخروج للأمام مع ما يحتاج للتوازن، ويكون الجزء العلوي المجسم في كل حالات مستراحيا والتنفس طبيعيا.

- **تعليم الجري:**

- الجري في منطقة محددة مع تغير الاتجاهات.
- الجري والتوقف تبعا للإشارة والصافرة.
- تحديد هدية للجري يبلغها الطفل ويعود منها.

٣- القفز (النط) :

- تعليم القفز:

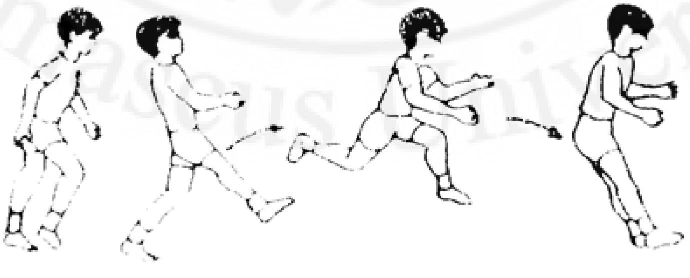
[illegible]

٤- الوثب :

[illegible]

■ تعليم الوثب:

[illegible]



ثانياً: حركات غير انتقالية:

١- السقوط :

للسقوط نوعان :

- **السقوط الأمامي:** ويكون السقوط هنا على الكتفين [illegible] على عدم [illegible] الوجه بالأرض.
- **السقوط الخلفي:** ويكون إما من الجلوس ثم [illegible] أو من امتداد الجسم أو بواسطة السقوط على فخذ وراكبة (مثل الجودو)

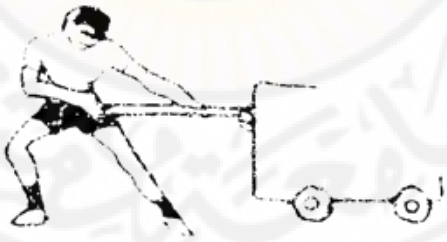
٢- الرفع :

هو حمل أو رفع لأشياء مختلفة ويجب مراعاة الأمور التالية في تعليمه:

- الاحتفاظ بالقدمين مسطحتين على الأرض باتساع الكتفين.
- أن يكون الظهر مستقيماً مع ثني الركبتين عند الحاجة للوصول إلى الشيء المراد رفعه.
- عدم لف الجسم أثناء الرفع لأشياء ثقيلة.
- لصق الأشياء المرفوعة بالجسم.

٣- الدفع :

٤- الشد :



٥- التسلق والنزول :

٦- الصعود والنزول:

Damascus University

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

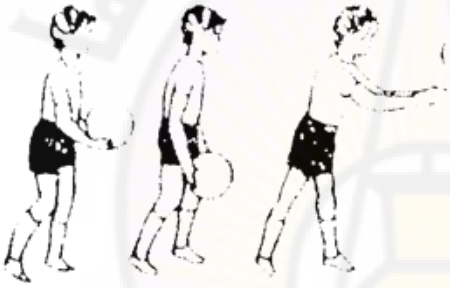
ثالثاً: المعالجة والتناول:

[illegible]

١- دحرجة الكرة :

[illegible]

٢- رمي الكرة باليدين من الأسفل



٣- مسك الكرة بالذراعين :

Damascus University

٤- الوثب بالحبل (فردي أو مجموعة)

- ميزات مرحلة الطفولة المبكرة:

١-

٢-

٣-

٤-

٥-

حديث عن مرحلة الطفولة المبكرة

Damascus University

٤- [illegible]

٥- [illegible]

٦- [illegible]

٧- [illegible]

٨- [illegible]

٩- [illegible]

الفصل التاسع

الطلاقة الحركية .

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل التاسع:

الطلاقة الحركية

مراحل الأمان والسلامة:

Damascus University

٦- الاهتمام بالإتقان قبل سرعة الأداء.

- العوامل المساعدة لتدريس البرنامج:

١- [illegible]

٢- [illegible]

٣- [illegible]

٤- [illegible]

٥- [illegible]

٦- [illegible]

٧- [illegible]

٨- [illegible]

٩- [illegible]

١٠- [illegible]

- حركات الإيماء:

[illegible]

١- [illegible]

- نماذج من حركـــات الطلاقـــة الحركية لمرحلة الحضانة:

أولا – تقليد الحيوانات

١ – تقليد التمساح:

٢ – مشية الكلب:

ثانياً – الشقلبة والتوازن:

١ – الدحرجة الأفقية:

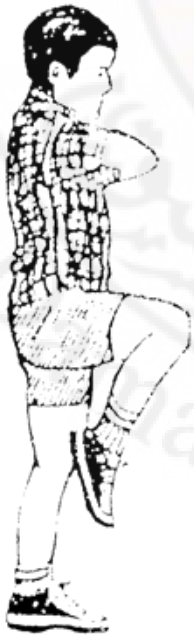
٢ – الدحرجة الأدامية:

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

٣ – الدحرجة الخلفية

ثالثاً – حركات الاتزان:

١ – لمس الرأس:



٢ – اتزان الجسم والرأس:

٣- التوازن المنتصب:

رابعاً – حركات البراعة الفردية:

١- الوثب والدوران:

Damascus University

٢- التصفيق بالكعبين:

خامساً -- البراعة مع الرميل:

١- تنطيط الكرة:

٢- تشبيك اليدين:

Damascus University

الفصل العاشر

نماذج وتمرينات لأطفال رياض الأطفال

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل العاشر:

نماذج وتمرينات الأطفال في رياض الأطفال

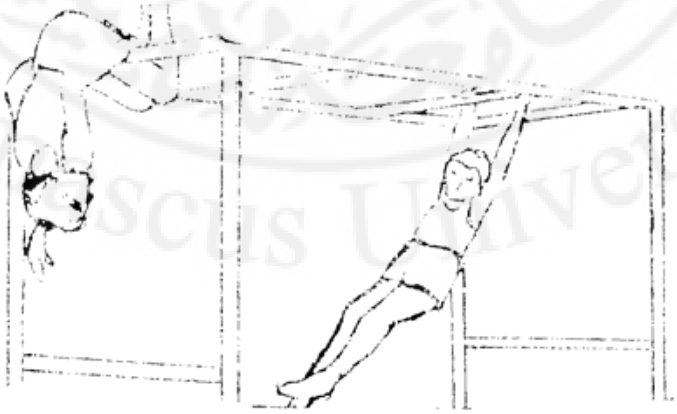
١- الحركات الرياضية على هياكل وأجهزة صنعية.

أ- صندوق قديم وطاولة منخفضة يصل بينهما لوح متحرك ويتصل الطاولة لوح آخر مستقر.

[illegible]

ب- الثابت (العلقة) الثلاثي ذي الارتفاعات المدرجة.

[illegible]

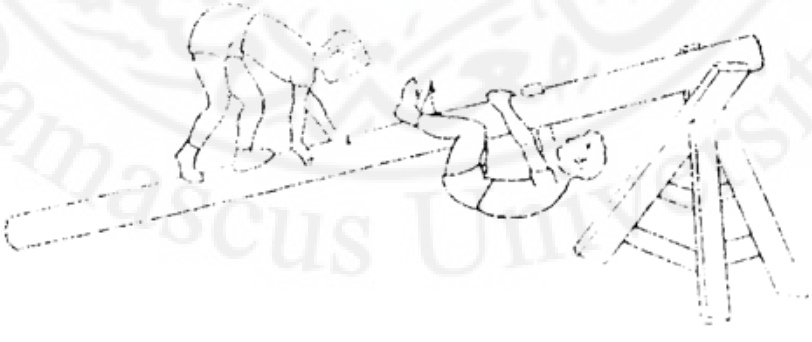


جـ- متوازي المستطيلات ذي القطع المعترضة.

[illegible]

د- السلم الأفقي ولوح الانزلاق.

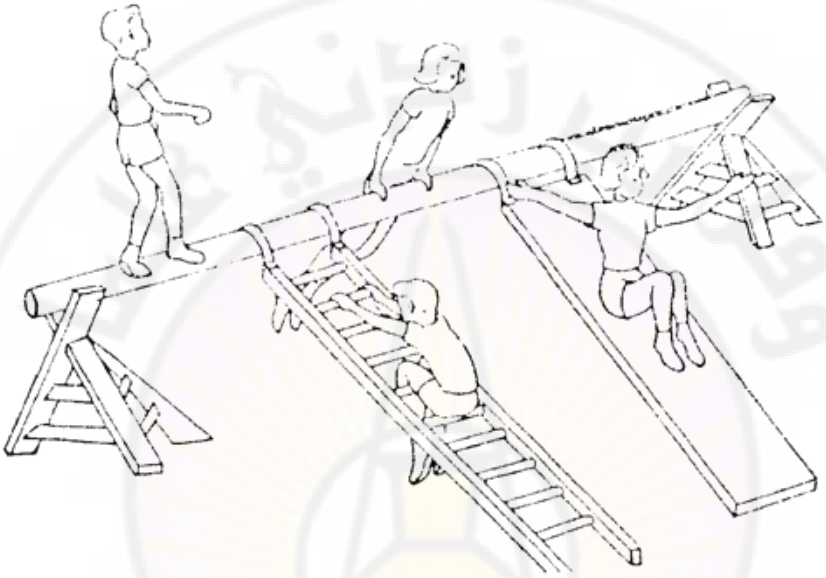
[illegible]



Damascus University

هـ- عارضة التوازن مختلفة الارتفاع.

يمكن هذا الجهاز الأطفال من تسلق وتمشي [illegible] بأشكال مختلفة



و- عارضة التوازن مع السلم ولوحة الانزلاق.

يمكن هذا الجهاز الأطفال من تسلق [illegible] بأشكال مختلفة

ز- أرجوحة التوازن الأفقية.

* يمكن هذا جهاز الأطفال من تقدير التوازن وكذا الدفع عليه [illegible] يمكن الأطفال الأكثر سنا من تقدير [illegible] بالنسبة لبعضهم من بعض.

ح- أرجوحات الحبال وعربة يد خشبية للجر والدفع والدراجات ذات الثلاثة عجلات والزحاطات بعجلتين .. الخ.

ط- لعبة الأوتاد البلاستيكية : وهي عبارة عن عدة أوتاد [illegible] حلقات بلاستيكية وطريقة اللعب فيها أن يحاول الأطفال إدخال الحلقات بالأوتاد [illegible] الحلقات من مسافات مختلفة.

ي- لعبة الصولجانات البلاستيكية

(أو قنال الماء بقين الفارغة) وهي عبارة عن عدة صولجانات بلاستيكية (أو قنال ماء بلاستيكية فارغة) ومجموعة من كرات التنس القديمة وطريقة اللعب فيها أن

[illegible]

الصوت [illegible]

- ملاحظات حول إعداد الملعب:

[illegible]

- تحريات بالكرات:

[illegible]

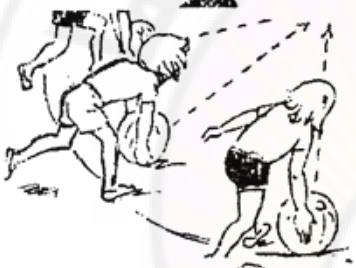
Damascus University

٣- يضع الطفل الكرة على الأرض. يجري ليخطو من فوقها ، يكرر التمرين ٦ مرات.

* يطور هذا التمرين إلى الجري والوثب من فوق الكرة.

٤- (وقوف) رمي الكرة عالياً بكلتا اليدين ثم مسكها ثانية عند هبوطها. يكرر التمرين ١٠-١٢ مرة حسب مستوى الأطفال.

٥- دحرجة الكرة: بيد واحدة وباليدين في اتجاه هدف معين (تستعمل أولاً الكرات الكبيرة ذات حجم بقطر ٢٠سم ثم الكرات الصغيرة). يكرر التمرين ٢ — ٤ مرات.

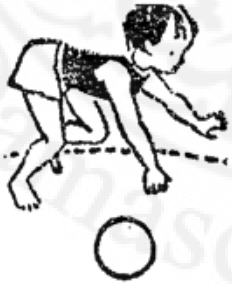


٦- ترمي المربية الكرة إلى الأطفال واحداً بعد الآخر ليقوموا بمسكها وإعادتها رمياً.

* يطور التمرين إلى أن يرمي الأطفال إلى بعضهم بعضاً. يكرر التمرين ٤ — ٦ مرات.

٧-وضع الكرة على الأرض. مشي الطفل على اليدين والرجلين حولها على شكل دائرة عند إعطاء المربية المشرفة إشارة متفق عليها يجلس الطفل ويصفق.

* يطور التمرين إلى الجلوس والتصفيق



جانب وخلف الجسم لسنده. رفع الساقين إلى تدحرج الكرة باتجاه البطن العودة ووضع الكرة ثانية على القدمين. يكرر التمرين ٤ - ٦ مرات.

١٣- (جلوس طويل - مسك الكرة بالقدمين) سحبها باتجاه الجسم لتنثني الركبتين ثم إعادتها. يكرر التمرين ٤ - ٦ مرات.

١٤- (جلوس طويل - وضع الكرة على القدمين) مع سند اليدين على الأرض إلى جانب وخلف الجسم محاولة رمي الكرة عليها بالقدمين ومحاولة مسكها باليدين.

١٥- (وقوف) ضرب الكرة على الأرض بكلتا اليدين ومحاولة ضربها بيد واحدة عند ارتدادها عاليا. يعد الطفل كم مرة يستطيع ضرب الكرة بيده.

١٦- (جلوس طويل فتحا) ضرب الكرة في الأرض باليدين ومحاولة مسكها بعد ارتدادها عن الأرض. يكرر التمرين ١٠ - ١٢ مرة.

Damascus University

Damascus University

[illegible]

Damascus University

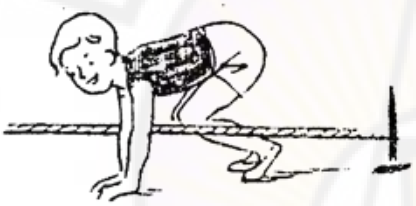
Damascus University

Damascus University

٩- مسك الحبل من طرفيه. يحاول الطفل وضع أحد قدميه أمام وخلف الحبل بالتناوب. يكرر التمرين بالقدم الأخرى. يكرر التمرين ٦ مرات لكل قدم.

* يمكن تطوير التمرين بأن تكون الحبلة على ارتفاع ١٠ — ١٥ سم عن الأرض.

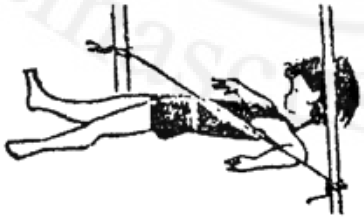
١٠- أداء وثبة الأرنب من جانب لجانب على ارتفاع ١٠ سم عن الأرض.



١١- رسم شكل على الأرض بواسطة الحبل (دائرة، مربع الخ ...) اتخاذ الطفل لوضع يختاره ضمن الشكل (جلوس على المقعدة سند الجذع باليدين الموضوعتين على الأرض ورفع الساقين).

١٢- ربط حبل بارتفاع ٢٥سم بين قائمين .رجلي كرسيين أو طاولتين).

أ- المرور من تحت الحبلة بوضع الانبطاح على البطن أو الاستلقاء على الظهر.



[illegible]

١٣ [illegible]

Damascus University

- تمرينات بالأطواق:

١- التعامل حراً مع الطوق: تترك الطفل ليلعب بشكل حر، ويتأنق مع الطوق.

٢- تمسك مشرفة الطوق بشكل عمودي على الأرض يقوم الطفل بالمرور عبر الطوق والرجوع يكرر التمرين ٤ مرات.

٣- تمسك مشرفة الطوق بشكل عمودي على الأرض يقوم الأطفال بالمرور عبر الطوق مشياً ولا ثم جرياً (يصلح هذا التمرين لأطفال التحضيري).

٤- (جلوس التربيع ضمن الطوق)

أ- التلويح باليدين للمرونة

ب- رفع الطوق والنظر إليه

ج- رفع وخفض الطوق.

٥- (جلوس ضم الركبتين إلى الصدر ضمن الطوق) مع رفع الطوق عالياً مع الرجلين أماماً ومع المتقدمين أماماً عالياً. يكرر التمرين ٤ مرات. (يصلح هذا التمرين لأطفال التحضيري)

٦- [illegible]

٧- [illegible]

٨- [illegible]

٩- [illegible]

- [illegible]

[illegible]

١٠ – [illegible]

١١ – [illegible]

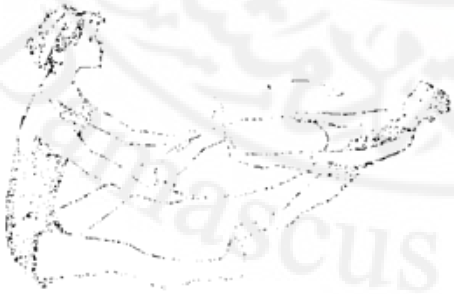
١٢ – [illegible]

Damascus University

١٦ - (الطوق على الأرض) - جلوس المقعدة على الأرض ضمن الطوق، اليدان على الأرض خلف وجانب الجسم خارج الطوق، القدمان متباعدتان ومستندتان على حافة الطوق، دوران الجسم حول الطوق، يكرر التمرين ٣ مرات.

١٧ - (الطوق على الأرض) يضع الطفل يديه على الأرض داخل الطوق البنادي قفزة الأرنب داخلاً إلى الطوق ثم يضع الطفل يديه على الأرض خارج الطوق البنادي قفزة الأرنب خارجاً من الطوق.

١٨ - المشاركة مع الطفل (أو طفلين مع بعض في الساحة التحضيرية) (جلوس طويل فتحاً) قدمي الطفل للأصل قدمي المشاركة، والطوق ممسوك في



Damascus University

- تمرينات أكياس الحب:

١- حمل كيس الحب والجري به بشكل حر.

٢- (وقوف) رمي كيس الحب للأعلى وما بين الجسم الذي أثناء سقوطه. يكرر التمرين ٥ - ١٠ مرات.

٣- (وقوف فتحا - الذراعان جانبا - كيس الحب ممسوك باليد اليمنى) لف الجذع لنقل كيس الحب لليد الأخرى والعودة. يكرر التمرين بالتلف إلى الجهة الأخرى. يكرر التمرين ٥ مرات لكل جهة.

٤- (وقوف فتحا - الذراعان ممتدتان أماما ممسكتان بكيس الحب) لف الجذع إلى الجانبين بالتبادل بتحريك الذراعين معا. يكرر التمرين ٨ - ١٠ مرات.

Damascus University

Damascus University

الركبتين إلى الصدر وتمرير كيس الحب من يد لأخرى من تحت الفخذين. يكرر التمرين [illegible].

١٣- (وقوف وضع كيس الحب على مشط أحد القدمين) محاولة ركن الكيس لأبعد مسافة. يكرر التمرين ٥ مرات.

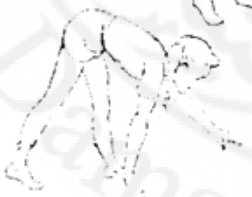
- تمرينات تقليد الحيوانات:

١- الحيوانات تمشي وتجري وتثب:

يقلد الأطفال في الملعب. كل يقلد الحيوانات حسب رغبته. عند سماع الصافرة يقف الجميع كل في مكانه بسكون.

٢- الفيـــــل:

- تعمل خرطوم الفيل: رفع الذراعين أماما. لصق الكفين مع بعض.
- تقلد وقفة الفيل: وضع القدمين متباعدتين وثني الركبتين قليلا.
- تعمل جذع الفيل: ثني الجذع قليلا للأسفل.
- الفيل يمشي: يمشي الأطفال بحركات متثاقلة.
- الفيل يحرك خرطومه يمينا ويسارا.
- الفيل يحرك خرطومه لفوق وتحت.



٣- الـــــدب:

- تقلد وقفة الدب: ثني الجذع ووضع اليدين على الأرض مع بقاء الركبتين مستقيمتين (الدب ركبه مفرودة).

[illegible]

٤- البجعة:

[illegible]

[illegible]

٥- الكلب:

[illegible]

٦- الكلب الأعرج:

[illegible]

[illegible]

٧- القـــط:

[illegible]

[illegible]

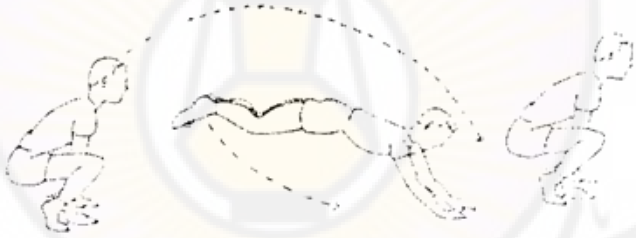
٨- مشية الدودة:

[illegible]

- نقلد وقفة الدودة (قبضة مائل)، نقلد مشية الدودة تسحب الدودة الجزء الخلفي أولا (المشي بالرجلين نحو اليدين مع تقوس الظهر) ثم نمد الجزء الأمامي (ثبات الرجلين، مد الجسم للأمام بالمشي باليدين للأمام).

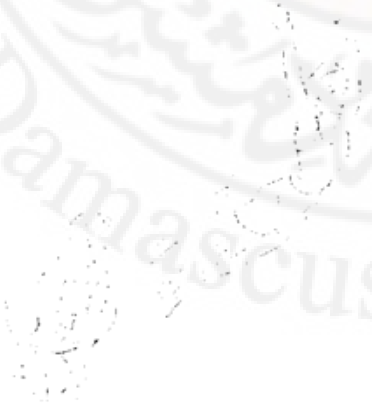
٩- الأرنـــب:

- قفزة الأرنب (جلوس على أربع) الوثب على اليدين فالقدمين كالأرنب.



١٠- الضفـــدع:

- قفزة الضفدع (جلوس على أربع) الوثب أماما عاليا لفرد الجسم ورفع الذراعين ثم العودة للجلوس على أربع.



١١- البطـــة.

- (قرفصاء) لنقلد مشية البطة.

١٢- النمـــــر:

١٣- كلب البحـــــر:

١٤- السرطان.

١٥- الأسد:

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

١٦- الحصان:

[illegible]

[illegible]

١٧- الديك:

[illegible]

Damascus University

- تمريات تقليد الأشياء والأشخاص:

١- الطائـــــــرة:

٢- دحرجة جذع الشجرة:

٣- طويل كالعصا ومكور كالكرة:

٤- الدراجة:

[illegible]

٥- دق المسمار:

[illegible]

٦- إطارى صواريخ الخلاء:

[illegible]

Damascus University

٧- القزم والعملاق:

[illegible]

٨- الجنود تراقب العدو:

[illegible]

* * *

Damascus University

- تمرينات باستخدام العصي:

١- [illegible]

٢- [illegible]

٣- [illegible]

٤- [illegible]

٥- [illegible]

٦- [illegible]

Damascus University

١١- تمسك المشاقة العصا من الوسط ملاصق كل طفلة أو طفل من طرف أو يتعلق طفل من كل طرف ويقوم بدفع قدميه عن الأرض يثني الركبتين.

١٢- ضرب الكرة بالعصا بعد ما يبدأ تمرير الجري هو بواسطة ضربها بالعصا.

* * *

- تمرينات بالحلقة المطاطية:

١- (انبطاح على الأرض، الذراعان مثنيتان واليدان ممسكتان للحلقة أمام الرأس) رفع الحلقة عاليا بتقوس الظهر ثم العودة. يكرر التمرين ٤ - ٦ مرات.

٢- (وقوف - الحلقة فوق الرأس) المشي أماما ثم خلفا، عند سماع إشارة المشرفة ينزل الطفل إلى وضع الجلوس على أربع ثم الاعتدال محاولا أن لا تسقط الحلقة عن رأسه.

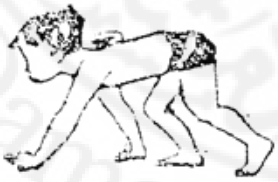
٣- (وقوف - الحلقة موضوعة على الأرض أمام الطفل) يستند الطفل بمشط أحد القدمين ضمن الحلقة ويحاول الدوران بالرجل الأخرى حول الحلقة باتجاه عقارب الساعة ثم بالعكس بعد تبديل قدم الاستناد. يكرر التمرين ٣ مرات لكل جهة.

٤- (وقوف) رفع إحدى الرجلين لإدخال الحلقة بقدميها ثم إخراجها. إجراء التمرين على الرجلين بالتبادل. يكرر التمرين ٤ مرات لكل رجل.

٥- (جلوس طويل) ثني الجذع أماما أسفل لتعليق الحلقة بمشطي القدمين معا، مد الجذع للمس الأرض باليدين على جانبي الجذع، ثني الجذع أماما أسفل مرة ثانية لخرج الحلقة من القدمين. يكرر التمرين ٤ مرات.

٦- (جلوس طويل) رفع إحدى الرجلين عاليا وإدخال الحلقة فيها، العودة بالذراعين وسند اليدين على الأرض إلى الخلف والجانب من الجذع، استعادة الحلقة وإجراء التمرين بالتبادل مع الرجل الأخرى. يكرر التمرين ٤ مرات.

٧- (رقود) رفع الرجلين عاليا لتشكيل زاوية قائمة مع الجذع - تعليق الحلقة بالقدمين. يكرر التمرين ٤ مرات.



٨- (وقوف على أربع - الحلقة على ظهر الطفل) المشي على اليدين والرجلين مع محاولة عدم إسقاط الحلقة عن الظهر المشي ٣ - ٥ أمتار.

٩- (جلوس اليدين مستندتين على الأرض بجانب الجسم - رفع المقعدة للوصول إلى الوقوف على أربع المقلوب - الحلقة على البطن - مشية السرطان للأمام والخلف. يكرر التمرين ٣ مرات.

– تمرينات بدون أدوات:

١ – [illegible]

٢ – (وقوف) [illegible]

٣ – (وقوف) [illegible]

٤ – (الانبطاح [illegible]) [illegible]

٥ – (الانبطاح [illegible]) [illegible]

Damascus University

١٢- (جلوس طويل - اليدان مستندتان على الأرض إلى جانب وخلف الجسم) رفع المقعدة والحوض عن الأرض لفترة والرجوع لوضع الجلوس. يكرر التمرين مرتين.

١٣- (جلوس طويل - اليدان مستندتان على الأرض إلى جانب وخلف الجسم) رفع الرجلين عاليا بالتناوب ووضع قدم الرجل الأخرى تحت راكبة الرجل المرفوعة ثم عكس الرجل المرفوعة والقدم. يكرر التمرين ٤ مرات لكل رجل.

١٤- (وقوف فتحا) رفع الذراعين جانبا عاليا للتصفيق فوق الرأس ثم خفضهما جانبا أسفل للتصفيق على الفخذين. يكرر التمرين ١٠ - ١٢ مرة.

١٥- (الانبطاح على الأرض) نقل اليدين أمامه ثم خلفا مع رفع الرأس عاليا. يكرر التمرين ٤ مرات.

Damascus University

٢١- جلوس التربيع: التصفيق فوق الرأس عاليا ٣ مرات خيط الرجلين ٣ مرات. يكرر مرات.

٢٢- جلوس التربيع: محاولة لطفل الوقوف بدون لمس الأرض والرجوع للجلوس. يكرر ٤ مرات.

٢٣- رسم خط على الأرض الوثب بالارتقاء المزدوج من جهة لأخرى عن الخط (القدمين معا اثناء الوثب). يكرر التمرين ٤ مرات.

٢٤- (الجلوس الطويل) ثني الجذع ومحاولة لمس الرأس بالركب. يكرر التمرين ٦ مرات.

٢٥- العربة الرومانية: يضع الطفل يديه على الأرض، والمشرفة تمسك قدميه، يحاول الطفل المشي على يديه.

(أ) المسافة للمشي ١ متر

(ج) المسافة للمشي ٢ متر.

Damascus University

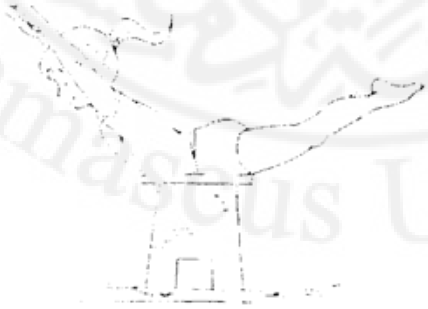
– تمرينات باستعمال المقاعد السويدية:

١– الصعود والمشي على المقعد السويدي.

٢– الصعود والمشي على المقعد السويدي المائل.

٣– المشي على المقعد السويدي والمحافظة على خطوة من فوق كرة طبية.

٤– التوازن بالانبطاح على المقعد السويدي بعرض المقعد.



٥- (وقوف مواجه المقعد السويدي من الجانب) وضع اليدين على المقعد والرفع بالقدمين الأعلى.

٦- قفزة الإرتباط على المقعد السويدي.

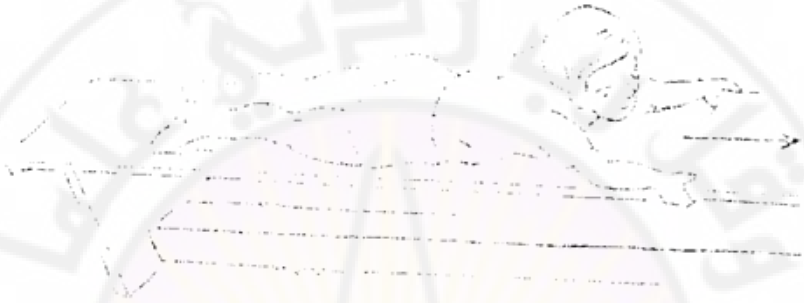
٧- (وقوف جنب باتجاه المقعد الذي الجذع ومسك حافتي المقعد باليدين) التنقل على طول المقعد بدفع الرجلين عاليا من جنب إلى جنب للمقعد.

٨- التنقل بالمشي من مقعد سويدي إلى آخر:

أ- مع حمل الكرة.

ب- مع دحرجة الكرة على المقعد.

٩- (انبطاح مسك المقعد من الخلفين بالسدين) سحب الجسم على طول المقعد



١٠- الجلوس بأوضاع مختلفة مساعدة من تحت المقعد بأساليب مختلفة جداً

Damascus University

- تمرينات دراسية لعينة

Damascus University

- تمرينات على المقعد أو كرسي صغير:

– تمرينات باستعمال الإطارات البالية:

١- إذا علقت إطارات السيارات بعارضة مستعرضة (كما في الشكل) مكنت الأطفال من التعلق بالأيدي والأرجل والتدحرج من التعلق بالأيدي أو الأرجل أو بالجلوس ضمن الإطار، والوثب عن الجهاز والهبوط بأشكال مختلفة.

٢- توضع الإطارات على الأرض ليقوم الأطفال بأداء المشي التوازني عليها.

٣- توزع عدة إطارات في طرف المساحة ليقوم الأطفال بالتحري حولها والوثب للدخول لداخلها والخروج منها.

Damascus University

- المســـــابقـــــات:

Damascus University

٣- أو يقوم الطفل بنقل أدوات كبيرة، صوجانات، لعبة، علبة الخ ...

٤- أو الثالث من فوق أداة أو إلى حفرة أو ضمن إطار سيارة أو العودة.

Damascus University

Damascus University

- الألعاب التخيلية:

Damascus University

- ألعاب الدائرة:

يشكل الأطفال حلقة ويغنون ويتحركون ويرقصون

امسكوا يداً بيد وشكلوا دائرة ارقصوا وحركوا ، فلو أن كوناً باعلنا يوم مروان ،
بالحسنات يا قمران ، دوروا حولي ، دوروا ، سيروا حولي ، دوروا قربي ، يفرح قلبي ،
أنتم صحبي ، دوروا أنا ، وقفوا أنا ، قف ، يكون الدوران يعكس اتجاهه.

Damascus University

- نماذج ألعاب مناسبة للمرحلة:

* الطائرة النفاثة:

١- [illegible]

٢- [illegible]

٣- [illegible]

٤- [illegible]

* الدب الأحمر:

١- [illegible]

٢- [illegible]

٣- [illegible]

Damascus University

٤- يعود [illegible] الطفل [illegible] في مسك الأطفال.

٥- [illegible] حتى يتم مسك جميع الأطفال ويصبح آخر من [illegible] جديد [illegible] في [illegible].

* **الثعلب:** [illegible]

١- [illegible] الأطفال [illegible] الثعلب [illegible] الأطفال [illegible].

٢- [illegible] الثعلب [illegible] الأطفال [illegible] بسرعة [illegible] الثعلب [illegible] المكان [illegible] الطفل.

٣- إذا وصل الثعلب [illegible] الطفل [illegible] الطفل [illegible] الثعلب [illegible].

Damascus University

– قصة حركية:

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

(وقوف) [illegible]

[illegible]

(وقوف فتحة [illegible]) [illegible]

[illegible]

(وقوف فتحة) [illegible]

[illegible]

(وقوف) [illegible]

[illegible]

(وقوف) [illegible]

[illegible]

(جلوس على ربع) [illegible]

[illegible]

- طرق الأمن والسلامة في نشاط التربية الرياضية:

Damascus University

- الملاحظات للأمن والسلامة في الباحة والأدوات:

الباحة [illegible]:

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

- بالنسبة للأدوات:

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Damascus University

[illegible]

[illegible]

[illegible]

- كيف نصحح أغلاط حركات أطفالنا:

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الحادي عشر

ألعاب أطفال رياض الأطفال .

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الحادي عشر:

ألعاب أطفال رياض الأطفال

أولاً – ألعاب الحيوانات: تمرينات ما قبل دخول المدرسة.

١– السلحفاة :

جثو أفقي – جلوس على أربع (ركبتين، كفين) (أسفنجة على ظهر الطفل).

- الحبو للأمام والمرور بين العوائق أو من تحت الكراسي مع المحافظة على عدم سقوط الإسفنجة.

(السلحفاة تمشي ببطء لأنها تحمل (تعلق) كل بيتها على ظهرها).

☑ – يفيد عضلات اليدين والظهر والرجلين

٢– الـــزيـــــز :

البطاح:

☒ – الزحف للأمام ثم الإهتزاز جانبا، ثم الاستلقاء على الظهر مع رفع الأيدي إلى الأعلى وهزها.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

☑ [illegible]

٣- مشي اللقلق :

[illegible]

☑ [illegible]

☑ [illegible]

٤- التلوي :

[illegible]

☒ [illegible]

☑

٥- رقصة الدبدوب :

☒

☑

٦- القطة :

☒

☑

ثانياً – ألعاب الطقس والطبيعة:

١– الطفل البارد :

[illegible]

[illegible]

[illegible]

☑ [illegible]

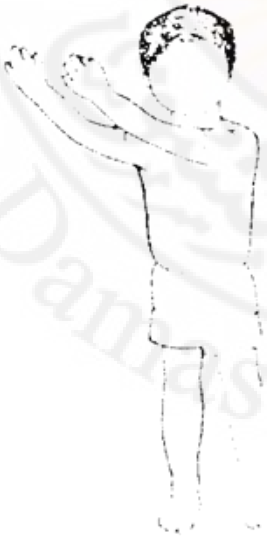
[illegible]

٢– اهمار المطر :

[illegible]

☒ – [illegible]

[illegible]



☑ [illegible]

[illegible]

٣- وجّه رجلك للشمس

[illegible]

☑ [illegible]

٤- الحصان الصغير يري رجله للشمس :

[illegible]

☒ [illegible]

☑ [illegible]

٥- القطر والشجرة :

[illegible]

[illegible]

[illegible]

٦- الوردة الصغيرة :

[illegible]

[illegible]

[illegible]

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

٧- النجمة الصغيرة :

[illegible]

- [illegible]

Damascus University

ثالثاً -- ألعاب الأدوات:

١- الأرجوحة :

[illegible]

☒ [illegible]

[illegible]

☑ [illegible]

٢- الدراجة :

[illegible]

☒ [illegible]

[illegible]

☑ [illegible]

رابعاً – ألعاب أجزاء الجسم:

١– ضم وفرد الأصابع :

[illegible]

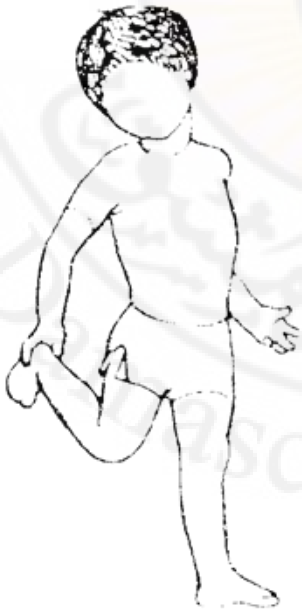
☒ [illegible]

☑ [illegible]

٢– أمسك كعبك :

[illegible]

☒ [illegible]



☑ [illegible]

٣- الطاقة الصغيرة :

[illegible]

☒ [illegible]

[illegible]

☑ [illegible]

٤- الجلوس التركي :

[illegible]

☒ [illegible]

[illegible]

☑ [illegible]

[illegible]

٥- شد الأذان :

[illegible]

☒ [illegible]

☑ [illegible]

Damascus University

٦- التنفس الشمسي :

٧- التنفس العميق :

Damascus University

ملاحظة: لا ينفذ هذا التدريب للأطفال الذين يعانون من حساسية في أجهزة التنفس.

خامساً – القصص الحركية :

١– التاجر الهندي :

من هذه البعثة [illegible] تاجر [illegible] السوق [illegible] [illegible]

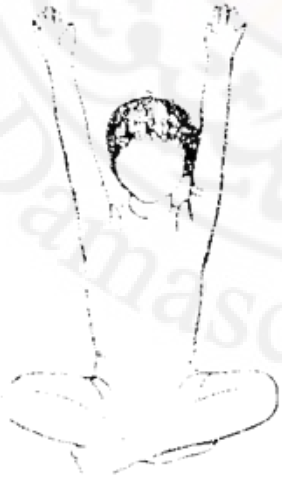
- ☒ [illegible]
- ☒ [illegible]

يجلس التاجر عارضاً بضاعته [illegible] في السوق [illegible]

- ☒ [illegible]

يصفق ابتهاجاً عندما يبيع بعضاً منها.

Damascus University



Damascus University

Damascus University

٢ - استيقاظ الشمس :

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Damascus University

☒ - رفع الساق للخلف والأعلى

الكسالى لم يستيقظوا، وتصنع الشمس لهم قاس فـــاح جميـــل ليستيقظ الأطفـــال ويشاهدوه.

☒ - رقاد الذراعين جانبا رفع الساقين عاليا لمس القدمـــين بـــالأرض جانبا.

وتبدأ بطلي (بدهن) قاس قزح، تذهب بالأحمر وتعود بالأصفر ثم الأخضر ... الخ

وبعد أن استيقظ الجميع، تبدأ الشمس بالتسلط.

☒ رقاد الذراعين جانبك، رفع الجسم للأعلى.

وعند الظهيرة أحس الشمس في بالجهد العالي، وتعطي الأشعة الساطعة للأرض وتسري أكل المخلوقات.

Damascus University

- [illegible]

- [illegible]

٣ - القطة الدلوعة :

[illegible]

- [illegible]

Damascus University

Damascus University

ثم ذهبت لأكان نومها ونامت بعد أن لعبت وأكلت وشكرت خالقها.

* * *

Damascus University

الفصل الثاني عشر

المهارات والمفاهيم الحركية لألعاب الكرات .

أقسام مفاهيم الحركة .

المهارات والمفاهيم الحركية .

تعريفات ومفاهيم أساسية .

طرق تدريس ألعاب الكرات .

طرق تعليم ألعاب الكرات .

أهمية توفر الأدوات في تدريس ألعاب الكرات .

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

الفصل الثاني عشر:

المهارات والمفاهيم الحركية لألعاب الكرات

[illegible]

-- أقسام مفاهيم الحركة: [illegible]

[illegible]

المهارات والمفاهيم الحركية

حركات الثبات	حركات الانتقال	حركات التعامل مع الأشياء
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]

Damascus University

وعند تعليم الطفل لنموذج من نماذج القسم (حركات الثبات) يكون من الضروري أن نقدم له كل مفهوم حركي ضمن هذا القسم على انفراد من خلال طرق التدريس التي تم الحديث عنها (الاستكشافية أو حل المشكلات أو الاكتشاف الموجه أو أسلوب الأمر التقليدي).

وبصورة تدريجية تركب المفاهيم والمهارات وتدمج وتطبق في ألعاب الكرات مثلا وذلك ضمن القسم الواحد أولا ثم يدمجه مع القسم التالي أي يقوم الطفل بحركات (الثني والمد والسف) من القسم الأول (حركات الثنائية) ويضاف إليها مهارات وحركات من القسم الثاني (حركات الانتقال) (مثل الجري والوثب والحجل).

وبنفس الوقت يؤدي حركات (التمرير التقدم بالكرة والتصويب) وغيرها وهي من القسم الثالث (حركات التعامل مع الأشياء) وهذا نكون قد ضمنا إتقان الطفل للمهارة الأسهل . ثم نضيف إليها مهارات أخرى أكثر صعوبة من القسم الذي يليه إلى أن تندمج حركات الطفل وتصبح مركبة من الأقسام الثلاثة. أي تكرار وتعزيز وتثبيت للحركة السابقة ثم بناء وإضافة ودمج للحركات الجديدة الأصعب إلى أن تتكامل حركة الطفل منتقلا من حركات الثبات (الأسهل) إلى حركات الانتقال(الأصعب) ثم حركات التعامل مع الأشياء (الأصعب والأعقد).

- تعريفات ومفاهيم أساسية:

١- الحمل: (شكل من أشكال التعامل مع الأشياء أو الأدوات والتي تظل خلالها الأداة مرتبطة بالجسم).

٢- الرمي: (شكل من أشكال التعامل مع الأشياء أو الأدوات والتي يتم من خلالها نقل القوة إلى الشيء أو الأداة).

٣- الدحرجة: [illegible]

٤- الضرب: [illegible]

٥- تنطيط الكرة: [illegible]

٦- التطيير: [illegible]

٧- الركل: [illegible]

٨- الأداة: [illegible]

٩- المسك (القبض): [illegible]

١٠- الامتصاص: [illegible]

١١- ألعاب الكرات المغلقة: [illegible]

١٢- ألعاب الكرات المفتوحة: [illegible]

- طرق تدريس ألعاب الكرات:

[illegible]

(كيف يمكن للمعلم تقديم النماذج الحركية للتعامل مع الأدوات للأطفال)؟

وإجابة عن هذا السؤال نقول إن ذلك مبني على التفاعل بين المعلم والأطفال، وبإحدى الأمور التالية:

- ألعاب يحددها ويصححها ويديرها المعلم.
- ألعاب يتعاون في تصحيحها وإدارتها وإدخال التعديلات عليها المعلم والأطفال.
- ألعاب يتيح فيها المعلم للأطفال الفرصة ليضعوا قواعدها بأنفسهم.

- رمي ومسك الكرة:

أيهما أسرع وأسهل تعلماً بالنسبة للطفل، رمي الكرة أم مسكها؟ والإجابة هي أنهما يتحسنان ويتطوران معاً لأن الأدوات الحركية المرتبطة بالمهارات مشتقة، فبمجرد أن يكون الطفل قادراً على الرمي يكون قادراً على المسك وبالعكس.

- مبادئ نمو الرمي والمسك:

عندما يبدأ الطفل محاولة الزحف ومن ثم استناده إلى مقعد يكون قد بدأ أولى محاولاته في الاحتكاك بالأشياء المحيطة به، إذ تبدأ بعدها مهارات القبض في التحسن وتتبعها بقية المهارات.

وتؤثر مبادئ النمو والتطور الإنساني بصورة واضحة على محاولات الأطفال الوصول إلى الأشياء ومسكها ومن ثم التخلص منها.

كما تؤثر أيضاً على مبدأ التطور المتنامي حيث يؤثر في مقدرة الطفل على الرمي والمسك للأشياء، فبمجرد حصول الطفل على الخبرة والنضج فإنه يكون قادراً على السيطرة على الرميات من خلال تنضيج حركات تخلص الأطراف من الأداة.

وفي الوقت ذاته نجد أن مسك الطفل للأشياء وعمليات امتصاص قوة الأشياء يتحسن أيضاً من خلال سيطرة الجذع والعضلات الطويلة وتحسن التفاعل أداء الذراع

[illegible]

[illegible]

[illegible]

- مفهوم الرمي وأشكاله:

[illegible]

- أساسيات تعليم الطفل الرمي:

[illegible]

-- مفهوم المسك وأشكاله:

[illegible]

-- أساسيات تعليم المسك للطفل:

[illegible]

- طرق تعليم ألعاب الكرات:

[illegible]

أولاً – طريقة الاستكشاف:

[illegible]

د- مزايا الطريقة:

Damascus University

[illegible]

[illegible]

ثانياً – طريقة حل المشكلات:

[illegible]

ـ مزايا الطريقة:

[illegible]

ثالثاً – طريقة الاكتشاف الموجه:

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ب- مزايا الطريقة:

١- [illegible]

٢- [illegible]

٣- [illegible]

رابعاً – طريقة (الأمر) التقليدية:

[illegible]

ب- مزايا الطريقة:

١- [illegible]

٢- [illegible]

٣- [illegible]

– انتقادات الطريقة: [illegible]

١- [illegible]

٢- تفقد الطفل حرية استخدام قدراته المعرفية.

٣- تفقد الطفل حرية اتخاذ القرار.

- أهمية توفر الأدوات في تدريس ألعاب الكرات:

يعتبر نقص الأدوات مشكلة في معظم رياض الأطفال، وتعيق إمكانية اكتساب الأطفال للخبرات الحركية، لأن الأطفال لا يجدون الوقت الكافي لكي يكتشفوا كافة الأدوات، لأن عليهم انتظار دورهم لاستخدامها وتنفيذ المهارات المصاحبة لها، وكان النتيجة الطبيعية هي نقص في فرص تنميتهم الحركية في التعامل مع الأدوات، والتي كان يمكن من خلالها تطوير مثل تلك الحركات التي تساعدهم في الأنشطة عامة والكرات بشكل خاص، كما أن نقص الأدوات قد يؤدي إلى الفوضى وفقدان النظام في الدرس نتيجة محاولة كل طفل الحصول على الأداة المطلوبة.

ولحل هذه الإشكال القائم يجب على المعلم والوالدين تشجيع الأطفال على تحسين أدائهم في المنزل من خلال أدوات رياضية منزلية يمكن شراؤها أو تصنيعها في المنزل، حيث يتمكن الأطفال من استخدامها وفقا لدرجة ضعفهم في الأداء، كما يمكن الحصول عليها أو تصنيعها بأحجام وأوزان وأشكال مختلفة، فمثلا تعتبر الكرات المطاطية مهمة لاستخدام المنزلي لأولئك الأطفال الذين لديهم مشكلات في توافق اليدين والعين، والذين يخافون من الإمساك بالكرات العادية خوفا من الإصابة وإلحاق الضرر بهم.

وقد تستخدم البالونات أو الكرات الشاطئية عندما تكون هناك ضرورة لزيادة حجم الكرة، أو إبطاء سرعتها، وقد تستخدم المضارب البلاستيكية حينما تكون مضارب التنس أو الريشة طويلة أو ثقيلة على أيدي الأطفال الصغار.

المراجع العربية والأجنبية

Damascus University

وقل رب زدني علما
جامعة دمشق
Damascus University

المـــراجـــع العربيـــــة

١- أحمد الشربيني – زكريا صادق . بسرية وآخرون – سيكولوجية الطفولة المبكرة – دار قباء – ٢٠٠٣ .

٢- أحمد – بطويسي – أسس ونظريات الحركة – دار الفكر العربي – القاهرة – ١٩٩٦ .

٣- إسماعيل – إدمال عبد المجيد – الثقافة الصحية للرياضيين – دار الفكر العربي – القاهرة – ٢٠٠١ .

٤- الحاج زين – نديم وآخرون – نظريات التربية الرياضية – وزارة التربية – دمشق – ١٩٨٥ .

٥- الحاج زين – نديم – أُمنية طرق تدريس التربية الرياضية – وزارة التربية – دمشق – دون تاريخ .

٦- الحماحمي – محمد محمد – إسهامات اللعب في تنمية الطفل – إدارة التأهيل التربوي – البحرين – ١٩٩٨ .

٧- الحمامي – محمد – أسس بناء التربية الرياضية – دار الفكر العربي – القاهرة – ١٩٩٨ .

٨- الخولي – أمين أنور – الرياضة والمجتمع – عالم المعرفة – الكويت – ١٩٩٦ .

٩- الخولي – أمين أنور وآخرون – التربية الحركية للطفل – دار الفكر العربي – القاهرة – ١٩٩٨ .

١٠- السقا - صباح - اللعب والعدوان - رسالة ماجستير - جامعة دمشق - ١٩٩٩ .

١١- الناشف - هدى - رياض الأطفال - دار الفكر ط٢ - القاهرة - ١٩٩٥ .

١٢- ليونسيف - نمو الطفل في عامية الثاني والثالث - دمشق - دون تاريخ .

١٣- يدهام - كارين - لا تطور بدون لعب - جمعية رعاية الأطفال السويدية - ١٩٩٥ .

١٤- بدوي - عصام - موسوعة التنظيم والإدارة في التربية البدنية - دار الفكر العربي - القاهرة - ٢٠٠١ .

١٥- بلقيس - أحمد - الميسر في سيكولوجيا اللعب . طبعة ثالثة - دار الفرقان - عمان - ١٩٨٧ .

١٦- بيرس - ماريا - ترجمة - سليمان وآخرون - اللعب ونمو الطفل - زهراء الشرق - القاهرة - ١٩٩٧ .

١٧- حماد - مفتي إبراهيم - طرق تدريس ألعاب الكرات - دار الفكر العربي - القاهرة - ٢٠٠٠ .

١٨- حنا - فاضل - اللعب عند الأطفال - دار المشرق - دمشق - ١٩٩٩

١٩- خطاب - محمد عادل - الألعاب للأطفال - المؤسسة العربية الحديثة - القاهرة ١٩٦٧ .

٢٠- دارب نصر - غسان - التربية العامة - منشورات جامعة دمشق - ١٩٩٦ .

Damascus University

٣١- [illegible] - عزت محمود - الإعداد النفسي للرياضيين - دار الفكر العربي - القاهرة - ١٩٩١ .

٣٢- [illegible] - [illegible] - تأجيل الأشرف بطارق - سيكولوجيا طفل الروضة - دار الفكر - القاهرة - ١٩٩١ .

٣٣- مجلة الحضارة - نشرة فصلية تصدر عن المجلس العربي للطفولة المبكرة (طفل الحضانة والروضة) - دار قباء - القاهرة - ٢٠٠٣ .

٣٤- مجيد - ريسان خريط - ألعاب الحركة - دار الشروق للنشر والتوزيع - رام الله - ٢٠٠٠ .

٣٥- مخول سليمان - مالك - علم نفس الطفولة والمراهقة - منشورات جامعة دمشق - ١٩٩٧ .

٣٦- مصيف - عبد الرحمن عبيد - التغذية الصحية لطلبة المدارس - الاتحاد السعودي للتربية البدنية - الرياض - ٢٠٠٤

٣٧- منصور - أحمد وآخرون - سيكولوجية الطفولة المبكرة (طفل الحضانة والروضة) - دار قباء القاهرة - ٢٠٠٣ .

٣٨- منصور - عبد المجيد سيد أحمد وآخرون - سيكولوجية الطفولة المبكرة - دار قباء القاهرة - ٢٠٠٣ .

٣٩- منصور - علي - علم النفس التربوي - منشورات جامعة دمشق - ط٤ - ١٩٩٦ .

٤٠- نصيف - عيد علي - التعليم الحركي - وزارة التعليم العالي والبحث العلمي - بغداد - ١٩٨٠ .

[illegible]

[illegible]

المراجع الأجنبية

1-Adams, W.C.: Foundation of physical activity, champain, illinois, 2nded, Sties publisheny Company - 1963

2-Bakker,F.C. Whiting, H. T. Van, B.H. 1990: sport psychology concepts and Application. New York: John Wiley & Sons

3-Bredemeier: B & shields, L. (1996), Moral Development and children's sport in F. L. small & R. E. smith (Eds) children youth in sport: A BiopsycholLogical perspective. (PP.381-402) Champialgn, il. Human Kinetics

4-Gallahue, L. D. Understanding Motor Development in children Jhon Willy & Sons, New York,1982

5-Philip A.S.: princiiples of Evaluation in physical Education Harper Brothers publishers, New York, 1962

اللجنة العلمية

المدقق اللغوي

د. أيمن الشوا

حقوق الطبع والتأليف والنشر محفوظة لمديرية الكتب والمطبوعات