

الفصل الثاني

بناء برامج الألعاب التكتيكية والترويحية
من خلال خصائص النمو



obeikandi.com

بناء برامج الالعب التكتيكية والترويحية من خلال خصائص النمو

أسئلة توضع فى الاعتبار قبل قراءة هذا الفصل .

★ ما هى اوجه الاختلاف بين البرامج الترويحية فى المراحل السنية المختلفة ؟

★ ما هى الواجبات والاهداف والمحتوى المميز لبرنامج المراحل التالية؟

من ٦ سنوات حتى ١٢ سنة وما بعدها.

بناء برامج الالعب الترويحية لسن ٦ سنوات

بسبب النمو البدنى لطفل الـ ٦ سنوات فإننا نجد لديه كفاية فى أداء مهارة تنطيط الكرة وقذفها ولقفها ويجب أن تكون الكرة فى الحجم المتوسط بسبب النمو البطئ للأصابع والمهارات الانتقالية التى يمكن أن يتعلمها الطفل وهى ركل الكرة مع الجرى والوثب والحجل بالقدم وبالقدمين ، والمساكة ، والمحاوره ، وعادة ما يميل أطفال هذه السن إلى التنقل والاشترارك فى اللعب القوى العنيف ، ولذلك فمن المهم اختيار أنشطة تزود كل طفل بالاشترارك الكامل فيها ويجب ألا تكون الأنشطة معقدة بالدرجة التى تأخذ وقتاً طويلاً فى تنفيذها لأنه ليس لدى هؤلاء الأطفال قدرة على الانتظار لاستيعابها ، ويراعى ذلك فى المهارات المطلوب تنفيذها فى تلك الأنشطة ويجب الاهتمام بالأمن والسلامة فى اختبار الالعب حتى لا يتعرضوا للإصابات عند تنفيذها .

وفى بداية العام الدراسى يجب أن يتضمن البرنامج العديد من الالعب التى اعتادها الطفل وتمتع بها فى العام السابق ، وعادة ما تكون هذه الالعب هى الالعب الأكثر تعقيداً

عن المرحلة السابقة كما أن مراجعة تكنيك الاستكشاف الحركى مفيداً جداً





جداً قبل تقديم خبرات جديدة فى الأداء الحركى والمهارات الأساسية لقذف ولقف أكياس الحبوب والدحرجة، وقذف ولقف كرة، والجري بسرعات مختلفة، وفى اتجاهات مختلفة يجب مراجعتها قبل البدء فى استكشاف مهارات جديدة مثل المحاوررة والدوران وتغيير الاتجاه أثناء الجرى وبعض الألعاب الترويحية التى يمكن أن يتعلم الطفل فيها مهارات جديدة فى هذه السن منها.

- ألعاب الصالات .

- التتابعات .

- التصويب على أهداف كبيرة .

- السباقات .

ومن الأنشطة التى يمكن أن يرتكن عليها برنامج هذه السن التى يمكن إدماجها فى شكل ألعاب ترويحية لسهولة تكيف الأطفال لها هى :

- الدحرجة الأمامية من الإقعاء .

- الدحرجة الأمامية من الوقوف .

- التوازن بالقدم وبالأصابع .

- المشى على خط أو عارضة .

وحيث أن أنماط ألعابهم تميل إلى الانفرادية أو فى جماعات صغيرة فإنه يجب تنظيم الألعاب حول هذه الأنماط . وعلى أى حال فإنه يجب أن يتعرض الأطفال تدريجاً إلى اللعب فى مجموعات أكبر حتى يتمكنوا من اكتساب خبرات فى الممارسة مع مجموعات أكبر، وأحد أساليب التنفيذ الهلهة وهى استخدام الألعاب التى يمكن فيها تزويد العدد بدون تأثير على أصل أو جوهر اللعبة . ومن أمثلة الألعاب الترويحية التى يمكن تزويد عددها من مجموعة صغيرة لكى تشمل عدد إضافى من اللاعبين هى :

- المسافة بالزميل .

- سباق الأرناب .

- مشى الدودة .

- تتابع اللمس .

والأطفال يميلون إلى أنشطة إيقاعية حيث تثير حماسهم للاستجابة ولذلك يمكن إضافة بعض الأغاني اثناء اللعب أو أداء اللعب بمصاحبة الموسيقى أو بالدبذبة أو التصفيق .

ويمكن استخدام الألعاب الترويحية التي تحتوي على الحروف أو الأرقام التي تعلموها في درس اللغة العربية والحساب وتقديمها في شكل منافسة وتمارين في ذات الوقت على استيعابها مثل :

- سباق جمع الحروف أو الأرقام .

- سباق ترتيب حروف كلمة ما أو رقم ما .

ولإشباع حب استطلاع الأطفال للأشياء المختلفة فإنه يجب على المعلم أن يحاول عرض أنواع متعددة من أدوات اللعب مثل الكور، أكياس الجيوب والحبال، والقوائم الخشبية، والسلاالم، ومن الأفضل أن تكون هذه الأدوات ذات أحجام وأشكال وألوان مختلفة .

بناء برامج الألعاب الترويحية لسنن ٧ سنوات :

يلاحظ أن المهارات الحركية قد تقدمت حتى أصبح هؤلاء الأطفال قادرين على أداء المهارات الأساسية للحركة بدرجة دقة مناسبة ويستخدمونها بمتعة في مواقف اللعب وهم قادرين على الوثب والحجل بالقدمين ووثبة الخطو بمزيد من المهارة والتوافق أكثر منه في السنة السابقة. ومن المرغوب فيه توسيع قاعدة تعلمهم للمهارات الأساسية وتعد الأنشطة الحركية الاستكشافية طريقة رائعة لتقديم الإدراك اللازم لاحتمالات الحركة الخاصة بجسم الإنسان. ولا يكون الطفل في هذه السن مستعداً لممارسة الألعاب التي تتضمن الأنشطة الحركية الدقيقة مثل قذف ولقف الكرة. ولكنه يستطيع تعلماً حركياً وافرأ من خلال ممارسة الألعاب الترويحية مثل :

- الكرة الجواله .





- كرة الركوع .

- مسافة الأرنب .

وبالرغم من أن هؤلاء الأطفال يكونون أقل صياحاً إلا أنهم ما زالوا يتمتعون بالتحرك بعنف وعمل ضجيج أثناء تحركهم ولذلك يجب أن يمدهم برنامج الألعاب بحركات كافية للعضلات الكبيرة لإراحتهم من الكبت والضغط داخل الفصل ، ومن أمثلة هذه الألعاب بوم بوم شد لبره ومسافة السلسلة وهما مثالين مناسبين لنوعية الألعاب الترويحية التي يمكن أن يتضمنها البرنامج لما فيها من أنشطة عنيفة ضرورية لتحقيق هذه الحاجة الخاصة لديهم .

ويسبب النمو العقلي والاجتماعي الكبير لأطفال هذه السن فإنه يمكن تقديم ألعاب أكثر تعقيداً عن تلك التي مارسوها في السنة الماضية . ويجب أن تظل الألعاب بقوانين بسيطة مع إتاحة فرصاً أكثر لاستخدام الإبداع والتمرين على الحكم الفردي . ومن أمثلة هذه الألعاب لعبة القط والفأر .

ويستجيب أطفال السبع سنوات بشكل معقول للمنافسة إلا أنه يجب الامتناع عن مواقف المنافسة الشديدة كما يستجيبون بدرجة كبيرة إلى ألعاب اختبار الذات التي تنافس فيها الطفل مع ذاته مثل مشى البطة والركل العالي والتوازن بالقدم والأطباع والمشي على الكعبين والتبديل للمشي على الأصابع .

بناء برامج الألعاب الترويحية لسن ٨ سنوات :

يكون التوافق في سن ٨ سنوات قد نمي بدرجة كافية بحيث يتمتعون بتعلم المهارات المتقدمة مثل ضرب هدف متحرك ، كما يميلون إلى تحسين مهاراتهم التي سبق لهم تعلمها ، ويعبر العديد منهم عن الرغبة الشديدة في اكتساب الكفاءة والإتقان في القذف واللقف والركل والضرب بالمضرب والألعاب التالفة هي بعض ما يمكن أن يتضمنه برنامج الألعاب الترويحية للتمرين على هذه المهارات وتحسينها :

- كرة المحاورة الدائرية .

- كرة المحاورة الخطية .

- كرة القدم الخطية .

- كرة النداء والتي ترتبط بالاستجابات السريعة .

ويظهر لدى هذه السن نضجاً عقلياً كافياً للتمتع بخطط اللعب الجماعى إلا أن الوقت المخصص لشرح ومناقشة الخطط يجب ألا يكون طويلاً بدرجة تقلل من الممارسة الفعلية بشكل جوهري وذلك لأن الحركات القوية أو العنيفة يكون لها الأولوية الهامة فى نمو الطفل فى هذه السن ويصل النمو الاجتماعى لأطفال هذه السن إلى درجة يكونون فيها قادرين على الاشتراك فى الألعاب الجماعية التى تتطلب تعاوناً محدداً مع أعضاء الفريق وتشمل الصفات التنافسية، ونصح بالألعاب الترويحية التى تمدهم بالتعاون والتنافس المناسب مع قدراتهم .

وأطفال هذه السن واسعى الحيلة بدرجة كبيرة فى تنظيم وابتكار ألعاب وحركات جديدة والأنشطة الاستكشافية تمنحهم الغرض لإبراز مواهبهم .

وتبدأ المرونة فى النقصان فى هذه السن لذا فإن الألعاب التى تهيم الفرص لفرد العضلات وتنمية مدى كبير فى الحركة يجب أن تلاقى اهتماماً كبيراً فى برنامج الألعاب لذا يجب أن يتضمن برنامج الألعاب الترويحية أيضاً ما يلى :

- ألعاب موانع .

- ألعاب مرونة .

ولأن أطفال هذه السن يميلون إلى الانفصال فيما يختص بالجنس أثناء اللعب الحر، لذلك نرى أنه من المهم تشجيع اللعب الجماعى فى الوحدة وهذا يساعد الأولاد والبنات على أن يظل كل منهم مرحباً بحضور الجنس الآخر ويرقى فيهم الاحترام المتبادل وتقدير قدرات وميول الجنس الآخر .

بناء برامج الألعاب الترويحية لسن ٩ سنوات :

إن القوة والمهارة والتوافق والتركيز التحسن لدى أطفال سن التاسعة يزيد من أن يقوموا بالألعاب معقدة ويمكن تنمية مهارات استخدام الكرة بدرجة من الكفاءة البالغة . كما يمكن تقديم مهارات جديدة خاصة فى الألعاب التى تتحدى الزيادة فى قدرتهم على الأداء، إلا أنه يجب مراجعة المهارات المتضمنة فى الألعاب الترويحية





التي سبق تعلمها وعدم إهمالها مثل كرة المحاوررة الخطية وكرة القدم الخطية وهاتين اللعبتين يمكن تكرارهما لأنهما تتميزان بالمتعة وتشجعان على مزيد من النمو المهاري.

ويمكن للمعلم من استغلال روح التعصب الجماعي في بدء اللعب والاستمتاع الكبير بألعاب الفرق، والتدريبات مهارية أو المشكلات الحركية والاستكشافية للألعاب الجماعية الأكثر تعقيداً والتي يمكن للمعلم من التأكيد عليها والاهتمام بها هي.

- تتابع نسيج العنكبوت .

- ابق بعيداً .

- كرة القدم الدائرية .

ويمكن أيضاً أداء بعض التدريبات على المهارات وعلى مشكلات الاستكشاف الحركي لألعاب الفرق الأكثر تعقيداً مثل:

- الجرى بكرة القدم .

- ركل كرة القدم بالجانب الداخلي للقدم .

- المحاوررة بكرة القدم والسلة .

- التصويب على السلة (الرمية الحرة) .

- رمي كرة بيد واحدة .

- ضرب كرة بعصا أو مضرب .

- تمرير كرة طائرة للزميل .

- التمريرة الصدرية بكرة سلة أو بكرة يد .

- التمريرة المرتدة بكرة سلة أو بكرة يد .

ولأن هؤلاء الأطفال لديهم نشاط كبير فانه يجب التخطيط بعناية فيما يختص بزمन الدرس المحدد لممارسة الألعاب التنافسية العنيفة، كما أن الأولاد يفضلون اللعب الأكثر خشونة عن البنات، لذلك يمكن فصلهما في بعض الأنشطة إلا أنه من المهم حثهم على وجود علاقات طيبة مع الجنس الآخر في العديد من الأنشطة

المختلفة . والألعاب الخشنة التي تناسب الأولاد في مستوى السن هي :

- مسافة القطة .
- تتابع العجلة .
- مسافة الحواجز .

بناء برامج الألعاب الترويحية لسن ١٠ سنوات :

إن الحاجة إلى الانتماء التي تظهر نفسها في تشكيل العصابات يمكن إشباعها في برامج الألعاب مع المجموعات أو الفرق، ويمكن تقويم الألعاب ذات الاتصال المباشر بالآخرين لإرضاء ميولهم للمخاطرة والمغامرة مع مراعاة تناسبها لقدراتهم . كما يجوز تقديم ألعاب الفرق لهم إذا كان قد سبق لهم ممارسة الألعاب التمهيدية والمهارات الخاصة بها وعادة ما تقدم الألعاب التمهيدية في هذه السن لمناسبتها لكل من الأولاد والبنات فيما عدا ألعاب كرة القدم التي تختص بالأولاد فقط، ومن أمثلة الألعاب التمهيدية لهذه السن ما يلي :

في كرة القدم :

- أهرب من الكرة .
- تسليم الشحنة .
- كرة القدم الدائرية .
- ابعد الكرة .
- بيت كرة القدم .
- كرة القدم الخطية .

وتمنح كل هذه الألعاب الفرص للتلاميذ لاكتساب خبرات في تحمل المسؤولية في هذه السن من حيث المعاونة في التسجيل وجمع النقاط ومساعدة الزملاء وتقديم العروض .





وعن المهارات الخاصة بألعاب الفرق فإنه يمكن تقديمها لهذه السن بتكتيك مبسط ومن الأفضل وضعها في كل تدريبات ومسابقات تنافسية حتى تكون أكثر متعة وهذه المهارات التي تناسب هذه السن هي :

في كرة القدم :

- الجرى بالكرة
- كرة النفق
- راكب كرة القدم.
- التمرير بالجانب الداخلى للقدم.
- السيطرة على الكرة بباطن القدم.
- التصويب بوجه القدم الأمامى .

بناء برامج الألعاب الترويحية لسن ١١ سنة :

يميل الأطفال سن ١١ سنة إلى ألعاب اختبار الذات كما يميلون بشدة إلى أداء المهارات المعقدة التي يمكن أن يعرضها طفل هذه السن . ولذلك من المهم أن يتضمن برنامجهم ألعاب ترويحية لتنمية القوة والتحمل مثل :

- سباق الشد .
- التتابعات .
- سابق تتابع الدائرة .

ويعتبر فصل الجنسين عن بعضهما ضرورى بسبب الاختلاف فى القوة والتحمل وعادة ما يفضل الأولاد فى ألعاب الفرق كرة القدم ولذا يمكن تقديم ألعاب كرة القدم النمطية بالإضافة إلى الألعاب التمهيدية السابق ذكرها لأطفال سن ١٠ سنوات .

ويجب عدم إهمال ممارسة ألعاب الفرق المختلفة بسبب الفائدة الاجتماعية الناتجة عن اللعب معاً فى الكرة الطائرة وكرة السلة وكرة القدم وكرة اليد خاصة فى الأندية .

وعن المهارات الخاصة بهذه الألعاب التي يمكن تقديمها لهذه السن فى شكل تدريبات ومسابقات وألعاب ترويحية وتمهيدية فإنه يمكن مراجعة ما سبق ذكره لأطفال سن ١٣ سنة وذلك لتطوير المهارات المتضمنة فيها بالإضافة إلى المهارات التالى ذكرها :

في كرة القدم :

- ١ - الجرى بالكرة .

٢ - التمرير بجانب القدم الداخلى .

٣ - السيطرة على الكرة بباطن القدم .

٤ - التصويب بجانب القدم الداخلى .

٥ - الخداع بالجري بالكرة ثم التوقف فجأة .

بناء برامج الألعاب الترويحية لسن ١٢ سنة أو ما بعد ذلك :

يجب إعطاء أطفال هذه السن الفرص للمشاركة الناجحة فى ألعاب كثيرة مثل كرة السلة والكرة الطائرة وكرة اليد وكرة القدم، فمن المهم أن يحتوى عليها لب البرنامج وحيث أن هذه السن تتميز بالوعى الذاتى نحو تعلم مهارات جديدة، لذلك فإنها تكون فرصة جيدة لتعلم الأطفال الألعاب الفردية كالتمس وتنس الطاولة وتنس المضرب الخشبى .

وتحتاج البنات إلى التشجيع على الاستمرار فى ممارسة الألعاب للمحافظة على قوتهم وسرعتهم وتحملهم خاصة وأن لديهم دافعاً كبيرة للاستجابة لها .

وعند تقديم الألعاب فى المدرسة لهذه السن فإنه يجب على المعلم أن يركز اهتمامه على أن يأخذ كل تلميذ فى الفصل مدة تعلم المهارات الحركية الخاصة بكل لعبة بغض النظر عن مستوى قدرته المهارية فيها .

والمهارات الحركية التى يجب الاهتمام بها فى هذه السن بالنسبة لألعاب الفرق والتى يمكن لهم ممارستها فى شكل مسابقات أو ألعاب تزويجية أو تمهيدية أو عند ممارسة اللعبة، وهى تلك المهارات التى سبق ذكرها لتلاميذ سن ١٠-١١ سنة بالإضافة إلى المهارات التالية :

فى كرة القدم :

- الجرى بالكرة ثم التمرير بجانب القدم الخارجى .

- السيطرة على الكرة بالصدر .

- ضرب الكرة بالصدر .

- الخداع بتغيير السرعة خلال الجرى بالكرة .

