

رؤية شاملة

- أهمية وسائل الألعاب الرياضية
- عمل وسائل مناسبة للألعاب الرياضية
- الأنشطة الهدافية

الفصل الأول

رؤية شاملة

"إذا أردت أن تعرف بم يشبه التلاميذ، راقبهم وهم يلعبون، وإذا كنت مهتم بما سيصبحون، فقم بتوجيه لعبهم". (جالاهو وفابنر، ١٩٧٨/ ص ٤٢).

يعد اللعب هو جوهر حياة التلاميذ الصغار، فهي تشكل تقريباً كل يومهم من اللحظة التي يستيقظون فيها إلى اللحظة التي ينامون فيها. واللعب الحر أو الأنشطة غير المركبة تعد وسيلة مفيدة للتلاميذ للتعلم الحر وتنمية بعض المهارات الحركية والمفاهيم ولكنه ليس كافياً. ويعد هذا حقيقياً اليوم حيث أن كثيراً من ألعاب التلاميذ تتطلب الجلوس بطبيعتها أو تقلل من النشاط العضلي.

ففي وقت الراحة في بعض المدارس النموذجية، يندمج التلاميذ في متنوع من الأنشطة فبعضهم ينط الحبل، وبعضهم يركل الكرة، وبعضهم يجلس على الأرجوحة، والبعض يجلس فقط، فالتلاميذ يحتاجون في بعض الأوقات إلى الأنشطة الحركية الموجهة يركبها ويحكمها الوالد أو المعلم فيصبح الآباء والمعلمين على قدم المساواة على دراية متزايدة بالأهمية التي تمثلها الألعاب الحركية كلية- وهي التنمية البدنية والذهنية والاجتماعية لأطفال اليوم. فنبداً نفهم كيف يمكن أن تكون الحركات الأساسية دافعاً لتطوير وإعداد وليس فقط طفل صحيح جسمياً ولكن طفل جيد التعليم.

أهمية وسائل الألعاب الرياضية :

تعد الحركة وسيلة تعليم فريدة حيث أنه يتعلم كيف يتحركون من الحركة نفسها. فمن خلال حركة التلاميذ، يكتشفوا ويجربوا، ويعبروا عن أنفسهم ويكتسبوا ما يلي:

أ- المهارات الأساسية للتحرك بفاعلية.

ب- إدراك للمفاهيم المتضمنة فى الحركة.

ج- إدراك ما يستطيعون وما لا يستطيعون فعله عند التحرك.

يجب أن تصمم أنشطة الحركة البناءة لمساعدة التلاميذ على اكتشاف وتنمية وصقل المهارات الحركية الأساسية، ومهارات اللعب والمهارات اليدوية، ومهارات الإدراك الحسى حركى، وتعد الوسائل ضرورية لفعل ذلك بطريقة كافية. فيحتاج التلاميذ إلى أن يكتشفوا متنوع من كل الوسائل اليدوية الصغيرة على سبيل المثال، أجزاء يمكن أن يمسكها التلميذ، يرميها، أو يركلها، مثل الكرة، حقيبة الفول، والحب، والوسائل الكبيرة والغير يدوية (على سبيل المثال التى يمكن أن يتحرك عليها التلميذ، أو يدور حولها أو عليها مثل عارضة الاتزان، المكعبات الخشبية، والإطارات المطاطية). وباستخدام الوسائل المتنوعة يستطيع التلاميذ أن تكتسبوا خبرات ويتعلموا الثلاث مراحل المذكورة من قبل.

ويجب علينا كآباء ومعلمين أن نجتهد لكى نوفر وسائل كافية ومتنوعة لتحفيز قطاع أكبر من النشاط البدنى بين التلاميذ. والمقصود بتوفير الوسائل لكل التلاميذ هو تصميم وبناء الوسائل بأنفسنا. ويمكن أن نستخدم معدات اللعب المصنوعة فى المنزل- بكميات مناسبة- لتنفيذ متنوع من أنشطة الحركة الإبداعية. مثل تلك الموجودة بالفعل- وبالإضافة إلى ذلك، فإن وسائل الألعاب المبينة والمستوحاة يمكن تعديلها حسب المقاس، والكثافة، واللون وهكذا، والتى تعمل على تحسين أدائها العملى واستخدامها للتلاميذ.

عمل وسائل اللعب الملائمة :

يجب أن تكون وسائل لعب التلاميذ مصممة بعناية ومشبعة مع وضع التلميذ فى الاعتبار فى كل الأوقات. بمعنى اعتبار إذا كانت قطعة ما من المعدات ملائمة للتلاميذ، فيجب علينا أن نكثرث بالنقاط التالية:

- يجب أن توفر الوسيلة الخبرات الحركية والتي لا يمكن أدائها بدون الوسيلة.

- يجب أن توفر وسيلة لتحسين النمو البدني.

- يجب أن تحث الوسيلة التلميذ على النشاط.

- يجب أن تزود الوسيلة بدرجة مسئولة من الأمان.

وتعد السلامة على درجة أهمية خاصة بسبب ارتفاع الدرایة العامة بالمسئولة القانونية التي تقع على عاتق المعلم. ولضمان السلامة فقد اقترح بنيت (الوارد في دافيز وايزاكس، ١٩٨٣، ص ٣٧٢) أن الوسائل المصنوعة منزلياً يجب أن تكون ثابتة ولا تحتوى على أشياء حادة أو بارزة وأن تكون مصنوعة من مواد نظيفة وغير سامة بالإضافة إلى ضرورة وجود نظام للصيانة والمحافظة عليها مع وجوب استبعاد أى وسيلة غير آمنة.

وتقترح "بورتون" (١٩٧٧، P.P، ١٠٠، ١٠١) نقاطاً إضافية لاختيار الوسيلة، فهي ترى أن الوسيلة المعدة لاستخدام التلاميذ يجب أن تكون:

- يجب أن تكون إبداعية ومحفزة للحركة الملائمة لهذا السن.

- أن تكون تركيبياً ملائمة لمقاسات وعمر التلاميذ.

- أن تكون ملائمة للتلاميذ بمختلف مستويات مهاراتهم واهتماماتهم.

- أن تكون مثبتة، وجذابة، وملونة، وسهلة الصيانة.

- أن تكفل الأمان للتلاميذ أثناء اللعب.

- أن تشبع احتياجات كل طفل بأن يكتشف، وأن نسمح له بالتخيل أثناء اللعب ببذل طاقته في الحركة، ويحسن لياقته، وألا يلعب بمفرده

ويشارك الآخرين والوسائل المبينة في هذا الكتاب تتعرض لكل هذه النقاط، فهي غير مكلفة، وسهلة البناء، ومستوحاة من أشياء موجودة وجاهزة، فعلى سبيل المثال هناك أشياء تتطلب لبنائها حبل القفز والمغلفة بأكياس الخبز البلاستيكية، عارضة الاتزان والمكونة من لوح يبلغ ١٠ أقدام، ٢ × ٤ بوصة، أو المنطاد الصغير والمصنوع من أغطية السرير.

وهناك وسائل أخرى يمكن أن تستوحى من مواد موجودة بالفعل مثل البالونات، ومربعات السجاد والصحف. ويمكن الحصول على المواد اللازمة لبناء وسائل اللعب بأقل التكاليف (أو ربما الحصول عليها مجاناً) مثل الصناعات محلية الصنع مثل شركات الأخشاب ومحلات السجاد ومحلات المعدات الثقيلة.

ويمكن للمعلمين أن يشجعوا التلاميذ على الاحتفاظ ببعض الأشياء التي عادة يتم التخلص منها مثل أكياس الخبز، الشماعات، عصا المكينة، والعلب البارستكية، ولم تذكر هنا تكلفة كل قطعة من الوسائل المبينة حتى لا نضل القارئ، فأسعار نفس الأشياء تختلف من منطقة لأخرى، بالإضافة إلى أن إمكانية الحصول على الخامات مجاناً يؤثر على التكلفة بصورة كبيرة.

والكثير من الوسائل يمكن أن يصنعها عامل محدود الخبرة بالإضافة إلى أن هناك العديد من الأشياء يمكن أن يصنعها التلاميذ (تحت إشراف من الآباء أو المعلمين) أو فرق من الآباء والمعلمين، أو فرق مدرسية (مثل حصص الصناعات الفنية).

والآن يتوافر فى كل مدرسة قاعة بها الأدوات اللازمة لتعليم التلاميذ العديد من المهارات اليدوية يمكن الاستعانة بها كمشروعات خاصة لكل مدرسة وبذلك يتم التغلب على عملية التصنيع داخل المدرسة.

وتتضمن قائمة الأدوات اللازمة لبناء الوسائل الآتى :

- أربطة أكياس الخبز (الحبال).
- طباشير.
- منشار دائرى.
- مثقاب كهربى.
- مسامير للربط.
- منشار المعادن.
- شاكوش.
- دهان من عصارة الأشجار.
- سائل منظف.
- شريط للتغطية.
- إبر وخيوط.
- خرامة أوراق.
- مفك.
- آلة لثنى المواسير/ الأنابيب.
- شريط بلاستيك.
- مسحاج التحديد.
- منشار سيفى.
- منظار آمن للوقاية.
- ورق صنفرة.
- مقص.
- ماكينة خياطة.
- مفك أحادى النصل.
- سلك.
- شريط للقياس.
- طلاء مائى/ بوىا مائية.
- ورنيش.
- صمغ للخشب.
- مسامير قلاووظ للخشب.
- رزة للخشب/ مشبك للخشب.

ومعظم هذه الأشياء متوفرة في معظم المدارس الآن بقاعة الصيانة التي يزورها التلاميذ في المدارس وأصبحت مادة يدرسها التلاميذ لذا وجب على معلم التربية الرياضية الاستفادة من هذه الامكانيات.

أهداف الأنشطة :

صمم استخدام وسيلة اللعب في هذا الكتاب في الربط بين الأنشطة المذكورة لتتفق مع واحد أو أكثر من الموضوعات التالية:

- تنمية وتطوير المهارات الحركية الأساسية (المشي- الجرى- الوثب- الانزلاق- القفز- الوثب من نقطة إلى أخرى- التخطي بالوثب- العدو- التزلج).
- تنمية وتطوير المهارات اليدوية (الرمى- المسك- الركل- توجيه الكرة نحو الهدف بضربات قصيرة وسريعة- الضرب).
- تنمية وتطوير مهارات الإدراك الحسى حركى (الاتزان- الإدراك البدنى- إدراك الحيز- التجنيز والتوجيه- توافق اليد مع العين- توافق القدم مع العين).
- تنمية وتطوير مكونات اللياقة (المرونة- الرشاقة- القوة العضلية- التحمل العضلى).

والأنشطة المصاحبة للوسائل المقدمة في هذا الكتاب تميل لأن تتوافق مع هذه الأهداف حيث قام معلموا التربية الرياضية في معظم مدارس التربية العملية باستخدام بعضها وقام التلاميذ باستخدامها بطرق مناسبة في المراحل المدرسية (مرحلة التعليم الأساسى).

ولذا يذكر مستوى السن لكل نشاط تحديداً وذلك يرجع إلى عدد الأنشطة (أكثر من ١٠٠٠) وتنوع الأنشطة الممكنة لقطعة واحدة من الوسيلة فيجب أن يتحكم الآباء والمعلمين في اختيار الأنشطة لأطفالهم.

فابتكار واستخدام وسائل خلاقية للعب تعمل كأساس جيد لبرنامج متكامل للتربية الرياضية والذي يوافق احتياجات التلاميذ الحركية المتنوعة وتدريباتهم وعلى نفس الدرجة من الأهمية، فإن الوسائل والأنشطة الموجودة في هذا الكتاب مزودة ببرنامج والذي يمكن العمل به من خلال محيط إبداعي وتكاليف مخفضة، بالنسبة لأسعار الوسائل والأدوات الموجودة بالأسواق الآن مما قد يؤثر على دافعية التلاميذ في تنمية المهارات الحركية والإبداعية في الأنشطة الرياضية.