

**التأثيرات النفسية الوجدانية للألعاب الصغيرة على الصحة
النفسية للطفل**

**Psychological and Emotional Effects of Small Games on the
Psychological Health of a Child**

إعداد

د. عبدالله ميلاد محمد الزّالط
Dr. Abdullah Milad Mohammed Al-Zalet
عضو هيئة تدريس / كلية التربية - جامعة المرقب. ليبيا

Doi: 10.21608/jasep.2022.212117

قبول النشر: ٢٠٢١/١٢/٧

استلام البحث: ٢٠٢١/١١/٢٥

الزّالط ، عبدالله ميلاد محمد (٢٠٢٢). التأثيرات النفسية الوجدانية للألعاب الصغيرة
على الصحة النفسية للطفل. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، المؤسسة
العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر، ٦ (٢٥) يناير، ٢٨٥ - ٣٠٨.

التأثيرات النفسية الوجدانية للألعاب الصغيرة على الصحة النفسية للطفل

المستخلص:

يهتم هذا البحث بمعرفة التأثيرات النفسية الوجدانية للألعاب الصغيرة على صحة الطفل النفسية، وما لهذه الألعاب من دور في خفض شدة التوتر والقلق وتصريف الانفعالات والاحباطات التي قد يتعرض لها الطفل، وقد حاول الباحث الإجابة على السؤال الرئيس التالي: هل هناك تأثيرات نفسية وجدانية للألعاب الصغيرة على صحة الطفل النفسية؟ وبعد عملية البحث خلص الباحث إلى جملة من النتائج أهمها: أن هذه الألعاب الصغيرة (البسيطة) تسهم بشكل فعّال في نمو الجوانب الوجدانية والانفعالية بشكل سليم لدى الطفل، وتعمل على تأكيد السلوك السوي والسلوك التوافقي، كما أنها تساعد على تقوية ودعم الميول بشكل عام خاصة الميول المرتبطة ببعض الأنشطة، وتزيد من التكامل الحسي والتأزر الحركي، وتسهم بشكل كبير في عملية التفريغ الانفعالي والأمن النفسي للطفل وثقته بنفسه وقدرته على تحمل المسؤولية والتعبير عن مشاعره، كما أكدت هذه الدراسة على أن لهذه الألعاب جملة من الفوائد تشمل المجالات المعرفية والوجدانية والمهارية الحركية والاجتماعية، مما كان لها الأثر الكبير على الصحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي للطفل.

الكلمات المفتاحية: الألعاب الصغيرة، الأمن النفسي، الصحة النفسية للطفل، الأنشطة الترفيهية والترويحية.

Abstract:

This research is concerned with the psychological and emotional effects of small games on the psychological well-being of a child. The research tackles the role of these games in reducing stress and anxiety as well as the emotions and frustration the child may experience. The researcher attempts to answer the following main question: Are there any psychological and emotional effects of small games on the psychological health of a child?, By research, the researcher concluded a number of findings, the most important of which are: these small (simple) games effectively contribute to the healthy development of child emotions, confirm healthy and consensual behaviour, help strengthen and support tendencies in general - in particular those associated with certain activities, increase sensory integration and motor synergy; and contribute significantly to emotional discharge, psychological security, self-confidence and ability of children to bear responsibility and express their feelings.

The study also emphasized that these games have a range of benefits that are connected with cognitive, emotional, motor and social skills, which have had a significant impact on the child's mental health and psychosocial compatibility.

Keywords: small games, psychological security, child psychological health, recreational activities.

مقدمة:

تحرص المجتمعات المتحضرة على تكثيف جهودها لرعاية أطفالها وذلك بتوفير الرعاية المناسبة والدعم النفسي والاجتماعي لهم، واشباع حاجاتهم، وتوفير الأنشطة والبرامج التربوية والترفيهية، بما يضمن بيئة اجتماعية سليمة غنية بالمثيرات من شأنها تنمية مختلف جوانب النمو لديهم. ويعد اللعب نشاطاً هاماً يمارسه الإنسان بشكل فردي أو جماعي وتبدأ هذه الممارسة منذ الأشهر الأولى من حياته، حيث يلعب مع نفسه بتحريك عينيه نحو الأشياء المتحركة من حوله، وتحريك يديه ورجليه، ثم يتطور اللعب الفردي لدى الطفل مع تقدمه في العمر وتتطور كذلك حاجاته النمائية، فكلما زاد عمر الطفل ونضج جهازه العصبي والعضلي، فإن نشاط اللعب يأخذ في التعقيد والتنظيم، حيث يتطور اللعب من الحالة الفردية في إطار منافسة الذات، إلى الحالة الفردية في إطار منافسة الآخرين وممارسة سلوك اللعب في حضورهم، ثم اللعب بمشاركتهم، ثم اللعب بصورة جماعية تعاونية، في سياق اللعب الاستكشافي. (الخوالدة وآخرون، ١٩٩٣)، ويعتبر اللعب وسيطاً تربوياً هاماً يعمل على تكوين الطفل خاصة في المراحل النمائية، وترجع أهمية اللعب إلى اسهامه بدور هام في التكوين النفسي للطفل، كما أن من خلال اللعب يتم استغلال للطاقة الحركية والطاقة الذهنية، فضلاً عما ينطوي عليه اللعب من متعة وتسليه تدخل السرور والفرح وتزيد من الدافعية والثقة في النفس. وتعد الألعاب الصغيرة أحد الأنشطة التي يمارسها الأطفال بعفوية ويسر، وهي من الأنشطة المهمة في برنامج التربية الحركية للطفل، فكلما زاد نشاط الطفل كلما زادت الفرص المتاحة لنموه وتعلمه. ويرى "بياجيه" أن اللعب وسيلة تعلم من الدرجة الأولى، وأنه أساس النمو العقلي. (صوالحة، ٢٠٠٤: ٣١)، وهو ما يؤكد أن اللعب يعمل على إكساب الطفل العديد من الخبرات التعليمية والتربوية المختلفة، والتي تشمل الجوانب البدنية والحركية والمهارية والعقلية والانفعالية، كما أنها تساعد على استثمار طاقة الجسم الحركية وتصريفها وجلب المتعة النفسية للطفل، وزيادة نمو السلوك السوي وتوجيهه والتحكم فيه، فهي تعمل على تحقيق التوازن الانفعالي والتنفيس عن المشاعر خلال ممارسة نشاط اللعب. وكثيراً ما ينظر إلى الألعاب الصغيرة على أنها صورة للمجتمع الذي تسود فيه، ذلك أنها تتأثر تأثراً بالغاً بالأوضاع الاجتماعية السائدة. فهناك ألعاب تنمي حب المنافسة والتغلب على الآخرين مثل ألعاب حب الزراعة والعمل وبعض المهن المختلفة، وقد يرافقها الغناء، وألعاب

متفرعة عنها كفنل البريد، وصيد السمك، ورعي البقر، وألعاب الحقول والأنهار والبحار، وكذلك الرقص الشعبي المتوارث مع الموسيقى والغناء، وثمة ألعاب صغيرة تؤدي في الأماكن العامة والساحات والممرات بين البيوت تنمي لدى المشاركين حب الخير والبعد عن الشر وتعلمهم أحوال الأرض والسماء والنجوم والشمس والقمر والليل والنهار وفصول السنة وما يشبه ذلك. ويمكن النظر إلى الألعاب الشعبية القديمة، التي ماتزال تمارس على أنها جزء من الألعاب الصغيرة الحديثة.

ويعد هذا النوع من الأنشطة (الألعاب الصغيرة) من الألعاب الحركية ذات الفائدة البدنية والعقلية والوجدانية والاجتماعية، تحمل بين طياتها تنافساً شريفاً، وهي لا تحتوي على مهارات حركية بدنية مركبة والقوانين التي تحكمها تتميز بالمرونة والسهولة والبساطة، فهي عبارة عن تمرينات وألعاب بسيطة وغير مكلفة مادياً يشترك فيها فرد أو أكثر يغلب عليها الطابع الترويحي العفوي والتنافسي ويصحبها السرور والبهجة في الأداء، ويمكن أن تمارس في البيت أو المدرسة أو الاندية والمنتزهات وأرض الفضاء.

أولاً - مشكلة البحث وأهميته:

يعد اللعب الوسيط التربوي الهام الذي يعمل بدرجة هائلة على تشكيل الطفل في المراحل التكوينية من النمو، وهو وسيلة تعلم من الدرجة الأولى ونشاط مهيم على أغلب سلوك الطفل في مرحلة ما قبل المدرسة، وأساس للنمو العقلي بحيث لا يتطور النمو العقلي للطفل إلا بممارسة اللعب.

ويؤكد علماء النفس والتربية على أن اللعب يساهم على نحو فعال في بناء وتنمية الشخصية من مختلف جوانبها. وقد ذكر "بياجيه" أن اللعب يعتبر وسيلة للتعليم، وأن ما يتوفر في البيئة يعتبر مصادر لتعليم الأطفال، ويوصي المربين أن يعملوا على تنظيم الألعاب واستثمارها بما يؤدي لتعلم أفضل. (محمد صوالحة، ٢٠٠٤: ١٦٣)

ويظهر أثر اللعب في المجال العقلي والمعرفي للتعلم لدى الطفل من خلال فهم الطفل وحفظه لقواعد اللعب وقوانينه البسيطة والمعقدة، وتطبيقها وممارسته التحليل والترتيب والابتكار في نطاق اللعب وقواعده، كما يؤثر اللعب في الجانب النفسي والوجداني في بنية شخصية الطفل، وذلك من خلال دوره البناء في تنشئة الطفل واتزانه عاطفياً وانفعالياً، فالطفل يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين ومشاركتهم في أداء الأدوار والالتزام بقواعد الألعاب وقوانينها، ويتعلم أيضاً من خلال اللعب العديد من القيم منها: التعاون والإيثار والأخذ والعطاء واحترام حقوق الآخرين وأدوارهم، مما يكسبه مهارات العمل الجماعي، ويدفعه إلى التخلي عن الأنانية والتمركز حول الذات، ويكسبه الميول والاتجاهات النفسية والاجتماعية السليمة والابجابية التي تيسر تفاعله مع الآخرين وتحقق تكيفه النفسي مع نفسه ومع البيئة التي يعيش فيها.

وعليه تتمحور مشكلة البحث في السؤال الرئيس الآتي:

- س/ هل هناك تأثيرات نفسية وجدانية للألعاب الصغيرة على الصحة النفسية للطفل؟
وانبتقت من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:
- ١_ ما هو مفهوم اللعب؟ وما هي أهميته في تنشئة الطفل؟
 - ٢_ ما هي أهم خصائص ومميزات الألعاب الصغيرة؟
 - ٣_ هل يمكن للعب أن يكشف عن رغبات الأطفال وحاجاتهم النفسية؟
 - ٤_ ما هي القيمة التربوية للألعاب الصغيرة؟
 - ٥_ هل هناك تأثيرات نفسية تحدثها الألعاب الصغيرة على الحالة المزاجية والانفعالية للطفل؟

٦_ ما مدى إفادة اللعب في دراسة وتشخيص وعلاج المشكلات النفسية لدى الأطفال؟
ثانياً أهداف البحث:

- ١_ التعرف على مفهوم وأهمية وأهداف اللعب.
- ٢_ معرفة أهم خصائص ومميزات الألعاب الصغيرة.
- ٣_ التعرف على دور اللعب في الكشف عن رغبات الأطفال وحاجاتهم النفسية.
- ٤_ الوقوف على القيمة التربوية للألعاب الصغيرة.
- ٥_ تبين مدى التأثيرات النفسية التي قد تحدثها الألعاب الصغيرة على الحالة المزاجية والانفعالية للطفل.
- ٦_ التعرف على مدى إفادة اللعب في دراسة وتشخيص وعلاج المشكلات النفسية لدى الأطفال.

ثالثاً مفاهيم البحث:

- ١_ التأثيرات النفسية: تعرف إجرائياً بأنها تلك التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للألعاب الصغيرة على الخصائص النفسية والانفعالية والوجدانية للأطفال التي تُسهم في تنشئة الطفل وازدانه عاطفياً وانفعالياً.
- ٢_ الألعاب الصغيرة: هي أنشطة حركية بسيطة في أدائها وسهلة وممتعة تناسب جميع الأعمار وكلا الجنسين على السواء، ولا تحتاج إلى شرح طويل أو قوانين معقدة، تلعب دوراً بارزاً في نمو الطفل من النواحي البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعية. (هالة الجرواني، إنشراح المشرفي، ٢٠١٠: ٩٣)
- ٣_ الصحة النفسية للطفل: تعرف إجرائياً بأنها حالة دائمة نسبياً تتضمن التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك، يكون فيها الطفل متوافقاً نفسياً على المستوى الشخصي والانفعالي والاجتماعي مع نفسه ومع بيئته والمحيطين به سواء من الأسرة أو الأقران.

رابعاً_ منهج البحث:

يستخدم هذا البحث المنهج الوصفي؛ لملاءمته لطبيعة ونوعية الموضوع، حيث يدرس الظاهرة كما هي في الواقع، ولا يقف عند مجرد جمع المعلومات والحقائق؛ بل يهتم بتصنيفها وتحليلها، ثم استخلاص النتائج منها. (فان دالين، ١٩٨٥: ١٣٩)

خامساً المنطلقات النظرية للبحث:

أولاً: اللعب مفهومه وأهميته.

أصبحت الألعاب وسيلة أساسية لتربية الطفل وإعداده للحياة المستقبلية بطريقة يكون الدافع فيها ميل الطفل للتقائي للعب مع أقرانه، فهي تتيح الفرص المناسبة لإشباع هذا الميل الطبيعي للحركة والنشاط وتنمي جسمه تنمية متزنة، وتكسبه التناسق في حياته إلى جانب إكسابه الصفات الخلقية والاجتماعية كالتعاون والتسامح والتغلب على الصعاب والعمل من أجل المجموع. وعادة الألعاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة في أدائها يصاحبها البهجة والسرور وتحمل بين طياتها تنافس شريف، في نفس الوقت لا تحتوي على مهارات حركية مركبة والقوانين التي تحكمها تتميز بالمرونة والبساطة.

يعرف اللعب بأنه نشاط موجه يقوم به الأطفال لتنمية سلوكهم وقدراتهم العقلية والجسمية والوجدانية، ويحقق في نفس الوقت المتعة والتسلية، ويمكن من خلاله اكتساب المعارف وتقريب مبادئ العلم للأطفال وتوسيع آفاقهم المعرفية. (عاطف الصيفي، ٢٠٠٨: ١٧٥)

ويعرف اللعب أيضاً بأنه " عملية تمثيل تعمل على تحويل المعلومات الواردة لتلائم حاجات الفرد. فاللعب والتقليد والمحاكاة جزء لا يتجزأ من عملية النماء العقلي والذكاء". (مجدي إبراهيم، ٢٠٠٩: ٨٣٦)

ويقول حامد زهران أن اللعب هو سلوك يقوم به الفرد بدون غاية مسبقة وهو أحد الوسائل التي يعبر بها الطفل عن نفسه. (حامد زهران، ١٩٩٥: ٢٩٨)

أهمية اللعب:

١_ إن اللعب وسيط تربوي يساعد على إحداث تفاعل الفرد مع عناصر البيئة لغرض الاستكشاف والتعلم وإنماء الشخصية والسلوك.

٢_ يعد اللعب نشاط ينطوي على عمليتي التمثيل والمواءمة، وتقليد ومحاكاة الأداءات وتمثيل المعلومات لغرض النمو المعرفي وزيادة اتساع البنية المعرفية.

٣_ يعد اللعب أساساً للنمو العقلي السليم، فهو يمثل وسيلة تعليمية تقرب المفاهيم وتساعد في إدراك معاني الأشياء.

٤_ يساعد اللعب على استغلال الطاقة الحركية والطاقة الذهنية، ويعمل على تنشيط وتحسين الموهبة والإبداع لدى الطفل.

- ٥_ إن اللعب نشاط فردي أو جماعي يمارس في الصيغ الذاتية أو في إطار الفريق أو الجماعة ويهيئ فرص التسلية والمتعة، كما أنه أداة للتعبير والتواصل بين الأطفال.
- ٦_ يعتبر اللعب إحدى الطرق التي قد يلجأ إليها المربون والاختصاصيون في حل الكثير من المشكلات والاضطرابات التي يعاني منها بعض الأطفال.
- ٧_ يهيئ اللعب للطفل فرص فريدة للتحرر من الواقع المليء بالالتزامات والقيود والإحباط والأوامر والنواهي، فهو وسيلة لتحقيق أهداف النمو المختلفة واكتساب ما يصعب عليه اكتسابه في مجال الجد.
- ٨_ يكسب اللعب الأطفال القيم والاتجاهات النفسية والاجتماعية السليمة والايجابية التي تيسر التفاعل مع الآخرين وتحقق التكيف النفسي.
- ٩_ يُسهم اللعب بشكل كبير في عملية التفريغ الانفعالي وإزالة التوتر والأمن النفسي للطفل، مما يزيد من الثقة بالنفس والقدرة على تحمل المسؤولية والتعبير عن المشاعر.
- (محمد صوالحة، ٢٠٠٤: ٢١ - ٢٩، عاطف الصيفي، ٢٠٠٨: ١٧٥)

الألعاب الصغيرة (مفهومها وطبيعتها):

تعتبر الألعاب الصغيرة أحد الأنشطة المهمة في برنامج التربية الحركية للطفل، فكلما زاد نشاط الطفل كلما زادت الفرصة المتاحة لنموه وتعلمه، و لاكتسابه العديد من الخبرات التربوية، والألعاب الصغيرة في أدائها السهل والبسيط والممتع تناسب جميع الأعمار، وكلا الجنسين على السواء، وهي لا تحتاج إلى شرح طويل، أو قوانين معقدة، كذلك تلعب دورا بارزا في نمو الطفل من النواحي البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.

والألعاب الصغيرة تعمل على استغلال طاقة الجسم الحركية في جلب المتعة النفسية للطفل، وبالتالي فهي تناسب الطفل والتلميذ في مرحلة رياض الأطفال والمدرسة الابتدائية ملائمتها لقدراتهم وميولهم، وتعتبر وسيلة مهمة في زيادة التكامل الحسي والتآزر الحركي وفي تنمية لياقة الطفل البدنية، وتفاعله اجتماعيا، كما تعتبر الألعاب الصغيرة إعدادا تمهيديا لألعاب الفرق الجماعية والفردية، حيث تسمح بالتدريب على المهارات الحركية الأساسية التي يستخدمها الطفل عندما يكبر وينضم إلى الفرق الرياضية.

تعريف الألعاب الصغيرة:

تعرف الألعاب الصغيرة على أنها ألعاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة في أدائها يصاحبها البهجة والسرور وتحمل بين طياتها تنافس شريف، في نفس الوقت لا تحتوي على مهارات حركية مركبة والقوانين التي تحكمها تتميز بالمرونة والبساطة.

وتعرف ايضاً بأنها مجموعة من الألعاب المتعددة الجوانب التي يؤديها فرد أو مجموعة أفراد، وتقسّم إلى مجموعات متجانسه تختلف كل مجموعة عن غيرها بالنسبة إلى تأثيرها التربوي والتعليمي والنسبة إلى طبيعة نشاطها وسميت كذلك لأنها بسيطة من حيث القواعد

والقوانين والشروط الموضوعية لها، وكذلك الأدوات المستخدمة واعتمادها على ساحات وملاعب صغيرة ومحددة. (أسعد عبد الرزاق، ٢٠٠٩) أهداف الألعاب الصغيرة:

يرى الكثير من المربون أن الألعاب الصغيرة جزءاً مهماً من النشاط الحركي والتكامل الحسي للطفل، وهي ضمن أساسيات كل منهاج تربوي يعمل على تكوين شخصية الطفل وإكسابه مختلف الصفات والسمات السلوكية الحميدة التي تعمل على إعداد المواطن الصالح، ويمكن تلخيص أهداف الألعاب الصغيرة فيما يلي:

*الأهداف النفس حركية:

تهدف الألعاب الصغيرة إلى إعداد طفل رياض الأطفال والمدرسة الابتدائية في مجال النفس الحركي (البدني المهارى) من حيث تحسين الحركات البنائية الأساسية والقدرات الإدراكية والبدنية والمهارات الحركية من خلال:

١_ الحركات البنائية:

هي التي تشمل الحركات الانتقالية كالمشي والجري والتزلق والحجل، وكذلك الحركات الغير انتقالية كالمد والثني والشد والدفع والميل، وكذلك الحركات اليدوية وحركات المعالجة كالركل والضرب والرمي واللقف.

٢_ القدرات الإدراكية:

تعمل الألعاب الصغيرة على نمو الإدراك والقدرات الحركية للطفل والتكامل الحسي لديه، من حيث تمييزه للإدراك السمعي والبصري والحركي، ومن ثم إمكانية تكيف الطفل مع البيئة التي يمارس فيها النشاط.

٣_ القدرات البدنية:

وتعتبر القاعدة المهمة في بناء وتقدم الطفل في مجال الأنشطة المختلفة، وتشمل القدرات البدنية على عناصر التحمل، والقوة العضلية والسرعة والرشاقة والمرونة والدقة والتوازن والقدرة، ويعمل نمو وتحسين القدرات البدنية على تحسين أداء المهارات الحركية وتعلم مهارات جديدة.

*الأهداف المعرفية:

يجب أن تهدف وتعمل الألعاب الصغيرة على إعداد الطفل للاستفادة في المجال المعرفي بأقسامه المختلفة، والتي تشمل المعرفة، والفهم والتطبيق والتحليل، والتركيب، والنقسي، من خلال ممارسة الطفل للألعاب الصغيرة، واكتشاف وتعلم المفاهيم والمعارف والمعلومات عن النشاط الذي يمارسه، كذلك يمكنه أن يكتشف ويحلل ويميز من حوله من حيث المكان والأدوات والزملاء والفراغ والنشاط والممارسة.

*الأهداف الوجدانية:

ترتبط الأهداف الوجدانية بالأهداف المعرفية ارتباطاً وثيقاً، حيث إن لكل هدف معرفي جانب وجداني، وبالتالي فإن تلازمهما أمر طبيعي، وعلى المعلمة أن تجذب اهتمام الأطفال لتعلم الألعاب الصغيرة حتى يتولد لديهم الميل والرغبة والإصرار على تعلمها وممارستها.

ويشتمل المجال الوجداني على عملية التطبيع الاجتماعي التي لها الأثر في نمو السلوك والتحكم فيه، وتشتمل على: الاستقبال، والاستجابة، والتنظيم، والتوصيف، والتقييم.

وهنا يأتي دور معلمة رياض الأطفال في توفير الأنشطة والألعاب الصغيرة التي تعمل على تحقيق التوازن الانفعالي للطفل، والتنفيس عن مشاعره خلال ممارسة النشاط البدني، واللعب خلال ممارسة النشاط الحركي، الذي يكون عبارة عن تمرينات أو ألعاب يشترك فيها فرد أو أكثر، ويغلب عليها الطابع الترويحي والتنافسي، ويصحبها السرور والبهجة في الأداء، ويمكن أن تمارس في أي مساحة من الأرض.

وهي النوع الثاني من الأنشطة المسلية المفيدة بدنياً وعقلياً ونفسياً واجتماعياً؛ حيث أن الأب والأم يمكن أن يجمعاً شمل أسرتهم حول لعبة مسلية نافعة، وتلقى قبولاً عند الصغار والكبار.

وهي ألعاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة في أدائها تصحبها البهجة والسرور، وتحمل بين طياتها تنافساً شريفاً، وفي نفس الوقت لا تحتوي على مهارات حركية مركبة، والقوانين التي تحكمها تتميز بالمرونة والسهولة والبساطة.

خصائص الألعاب الصغيرة:

١_ المرونة: حيث أنه يمكن التعديل والتبديل في قوانينها طبقاً للمواقف والظروف وقدرات و استعدادات الممارسين.

٢_ لا تتطلب مهارات حركية عالية ولا لياقة بدنية عالية.

٣_ ليست لها قوانين دولية أو قواعد رسمية.

٤_ تمارس في أي وقت وفي أي مكان.

٥_ تعكس نشاط وعادات وقيم البيئة.

٦_ ليست لها هيئات رياضية تشرف على نشاطها.

٧_ قد يمارسها الكبار مع الصغار.

٨_ لا تتطلب إمكانيات كبيرة لممارستها.

٩_ قد تمارس بأدوات أو بدون أدوات.

(هالة الجرواني، إنشراح المشرفي، ٢٠١٠: ٩٣ - ٩٧)

أهمية الألعاب الصغيرة للأطفال:

تعتبر الألعاب الصغيرة واحدة من أكثر الأساليب التي يحبها الأطفال ويرغبون في مزاولتها أكثر من أي أسلوب آخر، كما وتعتبر من أبرز مظاهر التربية الحركية التي تزيد

من التكامل الحسي والتآزر الحركي للطفل، كما أنها تمثل مكانة مرموقة بين مختلف الألعاب والأنشطة الرياضية، إذ أن الألعاب الصغيرة أصبحت من المقومات التي يحتاج إليها أي برنامج للتربية الرياضية، لذلك كان من واجب مدرس التربية الرياضية أو المدرب أو المعلم أن يكون ملماً بها الماماً تاماً، من حيث طرق تنظيمها والفوائد التي تعود منها نتيجة ممارستها والتسهيلات اللازمة لها لقد أصبحت الألعاب الصغيرة من الوسائل التربوية والتعليمية الهامة والناجحة والتي تساعد الطفل في أن ينمو نمواً كاملاً متزناً عقلياً ونفسياً واجتماعياً فضلاً عن إسهامها بقدر كبير في تنمية القدرة الوظيفية لأجهزة الجسم المختلفة. وتقول "سوزانا ميلر" أيضاً أن ما يثير الدهشة أن الاستثارة القليلة لهذه الألعاب تكفي للنمو عند الأطفال، بينما النقص الكبير فيها يؤدي إلى تأخر هذا النمو.

(أسعد عبد الرزاق، ٢٠٠٩، سوزانا ميلر، ١٩٧٨: ٢٨٨)

مميزات الألعاب الصغيرة :

تتصف الألعاب الصغيرة بالمرح والسرور والحيوية لوجود عامل المنافسة، ولا تتطلب عند ممارستها قوانين وقواعد تنظيمية معقدة، وليس فيها مهارات حركية أو خطاً ثابتة لكل لعبة، وتتناسب مع كلا الجنسين، وكل الأعمار، ومن السهل تغيير قواعدها بما يتناسب مع الظروف الطبيعية، والإمكانيات المادية، ويمكن ممارستها في مساحة صغيرة من الأرض، ولأي عدد من الأطفال، ولا تحتاج إلى وقت طويل من حيث الإعداد والشرح، ويمكن فهمها بسرعة وبدون عناء، وتعمل على تطوير النواحي الحركية والوجدانية والمعرفية والانفعالية للطفل. ويمكن حصر المميزات التي تتحلّى بها الألعاب الصغيرة في مجموعة نقاط:

- ١_ ارتباطها بعنصر المرح والسرور والاستثارة المحببة إلى النفس .
- ٢_ تحمل في طبيعتها الطابع التنافسي الذي يتمثل في الكفاح الدائم المباشر وجهاً لوجه مع المنافس .
- ٣_ تعدد إمكانياتها الحركية ومتطلباتها الذهنية مما يسمح بتعدد السلوك الحركي والتفكير الخلاق .
- ٤_ إن أهم ما يميزها هو عدم خطورتها بمقارنتها بالكثير من الأنشطة الحركية الأخرى.
- ٥_ إمكانية ممارسة عدد كبير منها تحت ظروف مبسطة دون الحاجة للكثير من المتطلبات المادية كالأدوات والأجهزة، كما يمكن ممارستها بدون أدوات .
- ٦_ سهولة تعلم وإتقان عدد كبير منها في وقت قصير مما يمنح الفرد خبرات النجاح السارة.
- ٧_ تسهم بقدر كبير في استثمار وقت الفراغ ولجميع الأفراد .

أنواع الألعاب الصغيرة:

تتعدد وتختلف أنواع الألعاب الصغيرة، ويمكن أن تكون حركية بدنية، أو ألعاب العقل مثل: الأحاجي والألغاز البسيطة، أو ألعاب الخلاء وغيرها وفيما يلي تفصيل لذلك:

- ١_ ألعاب حركية بدنية: تتعلق بالياقة البدنية وتشتمل على الشد والدفع والتوازن والقوة والرشاقة.
 - ٢_ ألعاب تمثيلية غنائية: وغالباً ما يصحبها الإيقاع والموسيقى لما له من أثر نفسي وجداني كبير.
 - ٣_ ألعاب الخلاء: تكون في الأماكن المفتوحة الشاسعة وتشمل ألعاب المطاردة والمسابقات بأنواعها وتمتاز بسرعة ودقة الأداء وهي ألعاب نشطة يشترك فيها جميع الأطفال.
 - ٤_ ألعاب مائية: تكون عادة في أحواض السباحة وتأخذ أشكال المطاردة والسباحة واللعب بمسدس الماء والبالونات والكرات الخفيفة.
 - ٥_ ألعاب الحواس: وتحتوي على حركات لتدريب الحواس المختلفة وتنشيط ما يعرف بالتكامل الحسي أو التآزر الحركي، مثل: ألعاب النقاط الأشياء وتفحصها والتمييز بينها في اللون أو الشكل أو الطعم أو اللمس وتصنيفها إلى مجموعات متشابهة، كما أنها ألعاب تثير فضول الطفل. (ناهد الدليمي، ٢٠١٠: ٢١٢)
- كما يمكن تقسم الألعاب الصغيرة إلى قسمين من حيث طبيعة الأداء ومن حيث طبيعة العمل.
أولاً: ألعاب من حيث طبيعة الأداء:
- ١_ ألعاب تؤدي بأدوات: والأدوات التي يمكن استخدامها في الألعاب الصغيرة (كرات مختلفة- أطواق مطاطية كبيرة وصغيرة- وصولجانات- وعصى صغيرة - حبال مختلفة الأطوال- كراسي_ وأكياس - حبوب- ومكعبات - أعلام صغيرة وكبيرة).
 - ٢_ ألعاب تؤدي دون أدوات.
- ثانياً: ألعاب من حيث طبيعة العمل:
(العاب الجري واللمس "المطاردة" _ العاب الدائرة_ العاب الكرة- العاب تتابعات بأدوات وبدون أدوات_ العاب داخل الصف)
التدريب على الألعاب الصغيرة :
- يراعى في التدريب على الألعاب الصغيرة عدة أمور نحصرها فيما يلي:
- تنظيم مسبق يشمل:
- _ إعداد جميع الأدوات الضرورية لعدد التلاميذ المشتركين في الألعاب
 - _ تخطيط الملاعب.
 - _ تنظيم الصف في أماكن مناسبة لبدء اللعبة، قبل إعطاء إي شرح وتوضيح.
 - _ يمكن أن تكون اللعبة للجميع إذا كان عدد الصف كبير.
 - _ شرح اللعبة باختصار والاهتمام بالنقاط والقواعد الرئيسية فقط.
 - _ إيجاز التعليمات التي تسبق بدء اللعبة، ثم تقديم القواعد الأكثر تعقيداً أو التفاصيل الأخرى.
- معايير الألعاب الصغيرة:

إن اختيار الألعاب الصغيرة لا بد أن يسير وفق خطة متدرجة مبنية على الاعتبارات الآتية:

- ١_ مراعاة عوامل السن والجنس والنمو.
- ٢_ ملائمة الأماكن المتوافرة في المدرسة.
- ٣_ ملائمة عدد التلاميذ حتى يمكن إشراك جميع الحاضرين.
- ٤_ مراعاة حالة الجو والظروف المناخية.
- ٥_ التوفيق بين غرض المعلم ورغبة التلميذ وقدراته.
- ٦_ سهولة تعلم تلك الألعاب والأنشطة خاصة في المراحل الأولى.
- ٧_ الابتعاد ما أمكن عن ألعاب الاحتكاك وخاصة في المراحل الأولى.
- ٨_ اختيار الألعاب التي تنمي روح التعاون وتحمل المسؤولية والأمانة والمرح والمنافسة.
- ٩_ توزيع التلاميذ إلى مجموعات متساوية في العدد ومتكافئة في القوى. (محمد صوالحة، ٢٠٠٤: ١٠١)

القيمة التربوية للألعاب الصغيرة:

- ما يميز الألعاب الصغيرة أنها ألعاب تلقائية عفوية لا تحكمها قوانين وضوابط ثابتة ومحددة أثناء ممارستها، إلا أنها ألعاب ذات مضامين تربوية قيمة تعود على الطفل بالفائدة الكبيرة سواء الأنية أو المؤجلة. ويمكن حصر هذه القيم التربوية في جملة من الأمور منها:
- تُكسب هذه الألعاب الطفل القدرة على التحمل والمنافسة والتغلب على التحديات وإثبات الذات والسعي إلى الإتقان والتفوق على الآخرين في الإطار الفردي والجماعي.
- تساعد الطفل على تشرب أساليب التنشئة الاجتماعية السليمة من خلال ما يتمثله من كفايات فكرية ومعرفية واجتماعية ووجدانية.
- تُكسب الطفل الكثير من المعلومات والمعارف والإدراكات العقلية، والاتجاهات والقيم الاجتماعية والاخلاقية التي تساعد في زيادة الوعي والفهم والتقدير والقدرة على التذكر والتصور والتمييز والتحليل والتركيب في مواجهة المشكلات.
- تسهم في تطور لغة الطفل بشكل كبير، فهي وسيلة مثالية للتعبير وإدراك المفاهيم وتحقيق مطالب الطفل النمائية.
- تساعد الطفل على إتقان مهارات جسمية حركية مختلفة تزيد من التناسق والتآزر الحسي الحركي، وتجعله أكثر ملاءمة ومرونة، وقدرة على القيام بمهام وظيفية حيوية تفعل من إمكاناته ودوره في الحياة.
- تُكسب الطفل القدرة على التكيف مع البيئة الاجتماعية، عن طريق استدماج وتمثل المعلومات والمتغيرات المستجدة في البيئة المحيطة والوسط الاجتماعي الموجود فيه، بما يضمن النماء العقلي واتساع البنية المعرفية.
- تمكن الطفل من تحقيق ذاته وامتلاك القوة والقدرة والتكيف مع الضوابط والنظام الاجتماعي.

تساعد الطفل على تنظيم المعلومات وتصنيفها وإعادة تبويبها وجعل الدماغ في حالة نشاط دائم.

تكتسب الطفل القدرة على التعلم والاستزادة من الخبرات والمثيرات المختلفة، وتحفز لديه لجميع أنواع النمو العقلي كالتخيل والتصور والفهم والإبداع.

تمكن الطفل من لعب الأدوار واكتساب المرونة في الانتقال من دور إلى آخر، وتحمل المسؤولية والقدرة على التمييز بين ما هو صواب وما هو خطأ. (محمد صوالحة، ٢٠٠٤: ١٢٧ - ١٣٢)

المقومات النفسية والوجدانية للعب:

يُعتبر اللعب من أبرز المقومات النمو في حياة الطفل، وتُقسم هذه المقومات إلى فئات عدّة، منها:

* ما يتعلق بالنمو الجسدي والحركي-الحسي عند الصبيان والبنات، لأنّ عملية اللعب تساعد في تقوية الجسم وتمارين العضلات وتعليم الطفل الكثير من الحركات اليومية، ومنها الركض والقفز والتسلق... ينظّم اللعب حركات التوازن والتأزر الحركي- الجسدي.

* على الصعيد النفسي، يُنمّي اللعب مفهوم الذات ومبدأ مشاركة الآخر وقبوله، كما أنّ تشجيع الطفل على اللعب مع الآخرين يُخرجه من دائرة الذات.

* يساعد اللعب في النمو العقلي عند الجنسين من خلال بعض الألعاب التي توفر فرص الابتكار والخيال، مثل ألعاب التركيب، كما يساعد في تنمية الإدراك الحسي- النفسي وتقوية عملية التذكّر والتدريب على الانتباه ودقّة الملاحظة.

* يعد اللعب مرحلة ممهدة لا بد منها للتفكير المجرد، وعندما يكبر الطفل فإن الفرصة تصبح متاحة أمامه لاستخدام اللعب دون وعي، وفي مرحلة ما قبل المدرسة ينقل اللعب إلى عمليات داخلية وفكر مجرد.

* للعب أهمية لا بأس بها على صعيد النمو الانفعالي، فقد استنتج علماء النفس أنّ الأطفال الذين يلعبون يومياً مع أقرانهم يعبرون بشكل أفضل عن حاجاتهم.

* يزيد اللعب الثقة بالنفس ويوفّر جواً من الراحة والمتعة والفرح ويساهم في علاج الكثير من الاضطرابات الانفعالية والنفسية، كفرط الحركة والخوف.

* يساعد على ضبط الذات إذ أنّ التزام الطفل بقواعد اللعب وأنظمتها يوفر له متعة قصوى حيث يحول الالتزام دون تحقيق رغباته المباشرة وبذلك يتعلم الطفل أن يسيطر على رغباته ودوافعه ويضبطها.

* أهمية اللعب للنمو الاجتماعي، حيث يتعلّم الطفل عادات المجتمع وقوانينه والقيم الاجتماعية كالعطاء وتقبّل الآخر والتعاون الجماعي ومهارات التواصل الاجتماعي وتقبّل الخسارة... كما يتعلّم من خلال اللعب كيف يعقد علاقات صداقة مع الآخرين. (عادل

العدل، ٢٠١٦: ٣٣٢)

ومن أنواع اللعب المختلفة التي تعطى للطفل الصحة النفسية: تقول الدكتورة هبة عيسوي أستاذ الطب النفسي بجامعة عين شمس: هناك أنواع متعددة من اللعب المفيد للصحة النفسية مثل:

1_ اللعب الاستكشافي الذي يناسب كل طفل وسنه، منها ألعاب لتنمية الفكر، ألعاب بناء الأشياء عن طريق البازل، وكذلك ألعاب الألوان والرسم والصلصال التي تنمي التآزر البصري الحركة وكذلك تنمي العضلات الصغيرة لليدين.

2_ اللعب الفكري: هو اللعب الذي يساعد الطفل أن يفهم كثيراً عن نفسه وعن المجتمع من حوله والتعاون والثقة بالنفس مثل ألعاب الكرة والزحاليق والمناجات.

3_ اللعب التخيلي: هو نوع يتخيل فيه الطفل أنه مدرس أو أب أو أم أو طبيب، وفي وقت اللعب يمثل الطفل أحاسيس الغضب والخوف والمتعة وهكذا هو مخرج للمشاكل النفسية التي يقع فيها الطفل في حياته وحتى يكون هذا الطفل فعالاً لا بد من تشجيعه ليكون لديه القدرة للتعبير عن نفسه بطريقة صحية والثناء عليه.

4_ اللعب الأسرى: يجب أن تندمج الأسرة سواء الأب أو الأم في الألعاب مع الأطفال خاصة ألعاب الفكر والكمبيوتر لأن مشاركة الطفل في لعبة يحول الموقف اللعبي إلى موقف حميمي دافئ، مما يقوى التواصل بين الآباء والأطفال. (هبة عيسوي، ٢٠١٣)

دور اللعب في الكشف عن رغبات الأطفال وحاجاتهم النفسية:

يرى كثير من علماء النفس أن اللعب من النزعات الفطرية العامة التي تنطلق فيها الطاقة الانفعالية خلال ما نقوم به من نشاط حر، والفطرة تغرس في كل طفل سوي نزوعاً قوياً إلى اللعب لتضمن إشباع حاجات نمو أساسية، كما بعد اللعب وسيلة مفيدة في دراسة وتشخيص وعلاج المشكلات النفسية وخصوصاً لدى الأطفال. فاللعب يفيد في توسيع دائرة العلاقات الاجتماعية، ويقضي على العزلة ويقلل من التعمق والتفكير في المواقف المقلقة والمسببة للمرض والاضطراب النفسي، كما يعلم اللعب الطفل كيفية التعامل مع الآخرين، وما يعهد إليه من ادوار وتعليمات. كما أنه فرصة للعلاج والتنفيس الانفعالي يجعل الطفل يتكلم أو يمثل خبراته وصراعاته النفسية، ويلاحظ أن المعالج النفسي يمكنه أن يفسر لعب الطفل على النحو الذي يفسر به تداعي الكلمات والمعاني عند الكبار. وبشكل عام يسهم اللعب وإلى حد كبير بأشكاله المختلفة في تطوير المظاهر الإيجابية، حيث يقدم التجهيزات النفسية المناسبة للطفل حيال نموه العاطفي والانفعالي، ويهذب اللعب الاستجابات اللفظية ويخفف من حدتها، وينقلها من حالة التمرکز حول الذات إلى حالة الانطلاق نحو المشاركة الجماعية. (محمد صوالحة، ٢٠٠٤: ١٦٩)

والجدير بالذكر أن الأطفال يكشفون عن أنفسهم بشفافية خلال اللعبة، فهم يلعبون بدافع الضرورة الداخلية الملحة، والغريزة تغرس في كل طفل ميلاً قوياً للعب لضمان تلبية بعض الاحتياجات التنموية الأساسية، وتعمل ثقافة المجتمع إلى توجيه اللعب إلى مسارات

وانماط مقبولة، ولكن هذا يضع الطفل دائماً في عدم وجود ألعاب تناسب مراحل نموه وتواكب تطوره ونضجه. ومن خصائص اللعب في الكشف حاجات ورغبات الطفل ما يلي:

__ اللعب نظام نمائي تتابعي مستمر: يعد اللعب تتابع نمائي مستمر إذ في العديد من مجالات اللعب، يمكن إظهار تتابع نمائي تكون فيه أشكال اللعب المختلفة متوائمة على الدوام مع أنماط النضج وتقدمها. غالباً ما يبدو أن لعب الطفل يعتمد على الصدفة ويحدده عوامل بيئية عرضية، مثل زملاء اللعب والألعاب التي في متناوله، والملاعب والساحات التي يلعب فيها ألعابه. ويمكن القول أن وراء هذا اختيار الطفل للعبة دون غيرها له علاقة باتجاهات نمو لديه ذات التأثير العميق، تتعاقب مع النضج المتزايد. وهناك اختلافات تقوم على الفروق الفردية والجنسية وعلى المؤثرات الثقافية ولكن السن هو العامل الأساس، والأطفال ذوي الذكاء العالي الذي يتجاوزون امكانيات أعمارهم يظلون مطابقين لعمرهم الزمني في كثير من مهماتهم التلقائية في اللعب. وهذه الحقيقة دليل على خطورة شأن اللعب وأهميته بالنسبة للنمو.

__ اللعب نشاط رائد لا مجرد نشاط سائد، إذ بفضل هذه القوة النمائية يتجاوز الطفل من خلال اللعب عمره الواقعي ولهذا يعد اللعب أفضل مجال نمائي حيوي للطفل، كما أنه نشاط هادف يشبع الطفل من خلاله حاجات وحوافز معينة تتغير من مرحلة عمرية إلى مرحلة عمرية أخرى. (عادل العدل، ٢٠١٦: ٣٣٢)

فوائد الألعاب للطفل:

يكون دماغ الطفل في مرحلة النمو والتطور منذ الميلاد، حيث تتشكل الوصلات العصبية بين خلايا الدماغ بسرعة كبيرة في هذه الفترة، ويكون للأنشطة والألعاب المختلفة دور كبير في عملية بناء الوصلات العصبية، وتنمية دماغ المولود، وهو الأمر الذي يمكن أن يطور مختلف المهارات الحركية والذهنية لديه. ويمكن حصر مجموعة فوائد الألعاب للطفل في عامه الأول فيما يلي:

- * تنمية قدرة الطفل على التفاعل مع بيئته ومع الآخرين. حيث وجد أن اللعب للأطفال في أي عمر ينمي المهارات الاجتماعية لديه، ويحسن من مهاراته السلوكية في التعامل مع الآخرين، والتعامل داخل الغرفة الصفية عند دخوله للمدرسة.
- * يساعد اللعب في بناء الروابط بين الطفل والأبوين، وذلك عند مشاركتهما له في وقت اللعب، والحرص على القيام بالأنشطة سوياً.
- * تنشيط الحواس وتنمية حاسة البصر والتي ما زالت في طور النمو خلال الشهور الأولى من حياة الطفل، وتساعد الألعاب ذات الألوان الزاهية والمتباينة على توفير مدخلات بصرية جديدة للطفل مما يساعد على تطور الإبصار لديه.

- * زيادة التآزر الحركي ويظهر من خلال تحسين التناسق بين العينين والأطراف، وذلك بمساعدة الألعاب التي تجمع بين حاستي البصر واللمس، مثل الدمى والمكعبات ذات الألوان والأرقام والصور.
- * تنمية مهارة التتابع البصري وزيادة التركيز، وذلك عند اللعب بألعاب مثل السيارات المتحركة، والكرات التي تتبع مساراً محدداً.
- * إدراك وجود الأشياء بشكل دائم. حيث تساعد الألعاب الطفل على فهم ديمومة الأشياء، وأنها لا تختفي بمجرد عدم رؤيته لها.
- * تنمية حاسة السمع لدى الطفل، وذلك من خلال الألعاب التي تصدر أصوات مميزة وجديدة، مثل أصوات الحيوانات، والأدوات الموسيقية.
- * تنمية حاسة اللمس لدى الطفل، وذلك عند استكشافه لملمس الألعاب المختلفة وسطوحها الملساء، والخشنة، والمتعرجة، وغيرها.
- * تنمية مخيلة الطفل وقدرته على الإبداع.

إن إعطاء الحرية الكاملة للطفل في اختيار ما يمارسه من أنشطة في غرفة اللعب أو في المنزل ويسمح له أخذ زمام المبادرة، كل هذا يفترض أن يدفع الطفل للإخراج صراعاته واندفاعاته غير المقبولة في اللعب ويكون اللعب هنا بمثابة تطهير، إذ يفترض أن تفريغ الانفعالات عن طريق اللعب في جو آمن خالي من التهديد، سيؤدي إلى خفض ما عند الطفل من قلق وتوتر ويجعله أكثر توافقاً نفسياً واجتماعياً مع المحيطين به. (سوزانا ميلر، ١٩٧٨: ٢٦٧)

لعب الأطفال في مرحلة الرضاعة:

يقول "بياجيه" أن اللعب طريقة لصنع عالم خاص بالطفل شبيهه بالعالم الخارجي. وبشكل عام أنّ اللعب في جملته بسيط وممتع، ويكون استجابة لحاجة الطفل ورغبته فقط ويلاحظ ان طفل السنة الأولى ونصف السنة يستطيع أن يضع الأشياء داخل وخارج أشياء أخرى ويحرك الأثاث ويلعب بالعرائس والكرة ويملأ ويفرغ أو عيته. ويدق الكتل بعضها ببعض ويبني برجاً بثلاثة أو أربعة منها. وفي سن سنتين يملأ الأطباق ثم يفرغها ويلعب بالأشياء الصغيرة ويطعم عروسته ويتناول الكتل بيديه ويملأ بها العربات ويحب الكتل الملونة. ويجب أن تكون اللعب في السنة الأولى ملونة خفيفة الوزن خالية من الزوايا الحادة. وكلما تقدم في العمر احتاج لعباً تحدث صوتاً وتكون زاهية الألوان مثل الحلقات الخشبية وأكواب البلاستيك. وبعد السنة الأولى يجب الابتعاد عن اللعب الميكانيكية فهي ثلاثمه بعد السنة السادسة. ومن الخطأ أن ننصّر أنّه كلما ارتفع ثمن اللعبة زادت متعة الطفل بها فاللعبة الوحيدة التي يجوز أن تشتري غالبية الثمن هي الدراجة ذات العجلات الثلاث. ويجب أن لا يقدم إلى البنين لعباً مثل البندقية بحجة أن لهم غرائز عدوانية. وحينما يعمد الطفل إلى تحطيم اللعبة فذلك لأنه بدأ يسأمها على حين تفيدة اللعبة التي يمكن تقسيمها إلى أجزاء ثم إعادة

تركيبها. وليس من الضروري أن يكون لدى الطفل عدداً كبيراً من اللعب. وعلى الوالدين تجنب إعطاء الأطفال لعباً مثل الأقواس والسهام والأقلام ذات الأسنان المدببة ويجب أن يعطى للطفل صندوقاً للعب ليعرف أين يجد لعبه وأين يجب أن يضعها فذلك يساعده في معرفة معنى الملكية والنظام. ومن اللعب المفيدة لهذه السن سلة مملوءة بالمكعبات المختلفة الأحجام والأشكال حيث يستطيع أن يبني منها بيوتاً. ويمكن في هذه المرحلة شراء كراسة تلصق فيها الأم بعض الصور الملونة حيث يجد الأطفال متعة في تصفح هذه الكراسات وحينما يشاهدون أشياء مألوفة لحيوانات وطيور فإنهم يكتسبون كثيراً من المعلومات مما يساعدهم في تعلم اللغة والكلام.

في مرحلة الطفولة المبكرة: يلعب الطفل في بداية السنة الثالثة بنفسه مع نفسه ثم مع الآخرين في بعض الأحيان ولكن لا يوجد أثراً للمنافسة والتعاون. وبالتدريج يكون الطفل أصدقاء اللعب وهنا تظهر الأهمية الاجتماعية حيث يتعلم عن طريق اللعب بعض العادات الاجتماعية مثل أصول اللعب ومراعات أدوار الآخرين واحترامه لأفكارهم. ويتعرف في هذه السن إلى المثيرات الاجتماعية التي تتخلل اللعب ويقل لعبه مع نفسه. ويبدأ لعب البنين يتميز عن لعب البنات. ويلاحظ أنّ الطفل في سن عامين ونصف العام يلعب في البيت بعروسته أو سيارته وكذا بالرمل والماء ويروقه اللعب بفقاقيع الصابون. ويصنع من الكتل منشآت ويطلق عليها أسماء. وفي سن ثلاث سنوات يركب دراجته ثلاثية العجلات ويتأرجح على الأرجوحة ويلعب مع رفاق من صنع خياله. ويلون بأقلام التلوين. وفي سن الرابعة يلعب مع آخرين، لعباً تمثيلية تتناول المنزل والمستشفى ويتضمن التزيين بملابس خاصة وهو خليط من الحقيقي والتخيلي، ونراه يقوم بحبل وألعاب وهو يرسم وينقش ويلون. ويزداد لعبه استقلالية في السن الخامسة ويتمركز كثير من لعبه حول البيت. ويبني بيوتاً بكتل كبيرة أو بأثاث مغطى بقماش ويلون ويقطع ويلصق الحروف والاعداد ويجب أن ينقل التصميمات ويقلدها بالكتل. واللعب التي تناسب الطفل في تلك المرحلة هي: الطباشير والسبورة والكراسات والورق وأقلام الألوان ومبراة الأقلام. وفي هذه السن يجوز أن نعطي الطفل مقصاً غير حاد لقص الورق. وقد يفرح الطفل بطاقت الشاي المصنوع من البلاستيك مع بعض الأدوات الأخرى. ومن اللعب المناسبة أيضاً للهواء الطلق الدراجة ذات العجلات الثلاث.

مرحلتى الطفولة الوسطى والمتأخرة: نجد أنّ البنين والبنات في هاتين المرحلتين يفضلون الألعاب الجماعية، ويلاحظ أن طفل السادسة يميل إلى ألعاب الجري، والحركات البهلوانية، والقفز على الحبل، ولعب الكرة، والضرب، والقذف، والطرق بالمطرقة، والقطع بالمنشار. وتكوين كلمات بإعادة ترتيب الحروف. وكذلك التلوين، والرسم، والقص، واللصق، والتهجية الشفوية أو الحساب العقلي. وفي سن سبع سنوات يحب الطفل الكتب الهزلية ويزداد اللعب الانفرادي وينبذ الدراجة الثلاثية العجلات. ويكون الاهتمام بالسباحة غالباً وقوياً. ويمتاز لعب

البنات بقص العرائس الورقية وارتداء ثياب الكبار وتمثيل دور المعلمة، وكذلك القفز على الحبل وتنطيط الكرة. أما البنين فيميلون إلى اللعب في العراء كالجري والمصارعة، وصنع طائرات من الورق. وفي سن الثامنة يفضل الطفل صحبة أحد الكبار خلال اللعب، ويفرق بين العمل واللعب. ويقوم باللعب التمثيلي في حفلات يقيمها مع بدء الاهتمام بالألعاب الجماعية ككرة القدم، والجري والمطاردة. وفي سن التاسعة يتعرض الطفل للإجهاد في اللعب وتكون الفوارق الفردية أقوى فبعضهم يقرأ أو يصغي إلى المذياع أكثر من غيره وبعضهم يهتم بجمع الطوابع ورسم الخرائط. أما البنات فيملن إلى استعمال العرائس الورقية واللعب التمثيلي ويقمن بتمثيل الروايات الموضوعية بتفصيل وإحكام، ويضعن قدرتهن البسيطة في الطبخ والحياكة موضع التنفيذ العملي. أما البنين فيهتمون بالألعاب العنيفة كالملاكمة. وفي نهاية مرحلة الطفولة المبكرة تظهر الهوايات وترجع أهميتها إلى أنها تعطي الفرد فرصة التعبير عن فريدته وميوله واهتماماته وتحقق له الشعور بالمكانة الخاصة إذا كان لا يستطيع تحقيق ذلك في اللعب الجماعي كما أن اللعب يعد انعكاساً للحضارة التي يعيش في كنفها الطفل والخبرات التي يمرّ بها. فلم يلعب الأطفال في الماضي بالطائرات والصواريخ كما يلعبون بها اليوم. ويتوجب في هذه المرحلة توفير الأمن والطمأنينة للطفل، وتوفير المساحات الواسعة للعب والأدوات المناسبة لممارسته، وعدم إعطاء الطفل الألعاب التي لا تتفق وقدراته العقلية حتى لا يصاب بالإحباط واللامبالاة أو ضعف الثقة بالنفس. (محمد صوالحة، ٢٠٠٤: ٧٣ - ٨٩)

الأهمية التشخيصية العلاجية للعب:

مما لا شك فيه أن سلوك الطفل المضطرب نفسياً في اللعب مختلفاً عن سلوك الطفل السليم نفسياً. ويستفيد المعالج النفسي من اللعب كوسيلة للتعبير الرمزي عن خبرات الطفل في عالم الواقع، ويعبر الطفل في لعبه عن مشكلاته وصراعاته وحاجاته واحباطاته حين يلعب بالدمى مع رفاقه. ويقص الطفل خلال لعبه بصورة رمزية الجو الانفعالي في الأسرة وعلاقاته بالآخرين خاصة الوالدين والأخوة وقد قدمت "هندركس" تحليلاً وصفيّاً للعلاج باللعب. ويستفاد من العلاج باللعب في العيادات النفسية، حيث يعتبر أداة علاجية مهمة للأطفال المصابين باضطرابات نفسية. وفي العيادة لا بدّ أن تجهز حجرة اللعب بألعاب مختلفة الشكل والحجم والموضوع لتمثل الرموز المهمة في حياة الطفل والتي توجد في مجاله السلوكي كما يستخدم في حجرة العلاج الاختبارات التي تعتمد على اللعب. وتفيد دراسة سلوك الأطفال خلال اللعب في فهم علم النمو النفسي فقد درست "سوزان جولدبرج" و"مايكل لويس" سلوك أطفال رضع يبلغون من العمر عاماً واحداً خلال اللعب في مواقف مقننة لملاحظة الفروق بين الجنسين في هذه السن ووجدوا فروقاً واضحة بين الجنسين في سلوك الأطفال نحو أمهاتهم وفي لعبهم. ودلت الملاحظة المبكرة لسلوك الأمهات نحو أطفالهنّ وهم في سن ستة أشهر أن هذه الفروق بين الجنسين في السلوك ترجع إلى سلوك

الأمهات نحوهم، فقد لوحظ أنّ الأمهات يسلكن طرقاً مختلفة في تربية البنات عن البنين حتى في مرحلة الرضاعة مما يعزز السلوك المرتبط بجنس الطفل منذ هذه السن المبكرة.
العلاج باللعب :

هو طريقة للتربية والاستجابة لاحتياجات الصحة العقلية للأطفال وعرفها الخبراء على نطاق واسع كتدخل فعال ومناسب لتعامل مع نمو عقل الطفل. وعامة ما تستخدم مع الأطفال في عمر ٣ إلى ١١ سنة وتوفر طرق لهم في التعبير عن تجاربهم ومشاعرهم من خلال الطبيعة والتوجيه الذاتي وعملية الشفاء الذاتي. وفي الغالب يقوم الأطفال بإيصال الخبرات والمعرفة من خلال اللعب حيث أصبح اللعب أداة مهمة ليعرفوا ويتقبلوا أنفسهم ويتقبلون الآخرين.

ويقول "جان بياجيه" أن اللعب يوفر للطفل لغة حياة وديناميكية فردية لا غنى عنها للتعبير عن مشاعر الطفل حيث أن اللغة الجماعية وحدها غير كافية. يساعد اللعب الطفل على تنمية امكانيته في القدرة الفطرية مما يؤدي إلى الشعور بالقيمة والكفاءة حيث يقوم الأطفال بتلبية احتياجاتهم الأساسية عن طريق اكتشاف ومعرفة بيئتهم. كما يساهم اللعب في تحسين التفكير الابداعي للطفل. كذلك يوفر اللعب للأطفال طريقاً للتخلص من المشاعر العدائية ويجعلهم يشعرون بالارتياح. خلال اللعب يقوم الأطفال بالتخلص من تجارب الحياة غير المرغوب بها من خلال تجزئة هذه المشاعر الى أجزاء صغيرة وتفرغ الحالات العاطفية أو حالة المزاج التي تختفي مع كل جزء وربط كل تجربة بمدى فهمهم لأنفسهم.

يعد العلاج باللعب شكلاً من أشكال الاستشارة والعلاج النفسي والذي يستخدم اللعب للتواصل ومساعدة الإنسان خصوصاً الأطفال لمنع أو لحل التحديات النفسية. حيث يعتقد أن العلاج باللعب سيساعدهم في اندماج اجتماعي أفضل ولنمو العواطف والتعامل مع الصدمات.

ويمكن استخدام العلاج باللعب كأداة تشخيص. حيث يراقب المعالج الطفل أثناء لعبه بالألعاب (الألعاب المسرحية، ألعاب الحيوانات، الدمى.. الخ) ليحدد سبب السلوك المضطرب. يمكن استخدام الجسم المستعمل في اللعب ونمط اللعب بالإضافة إلى الرغبة في التفاعل مع المعالج لفهم السبب الأساسي وراء هذه السلوكيات خارج أو داخل الجلسة. إلا أنه يجب توخي الحذر عند استعمال العلاج باللعب لأغراض التشخيص.

وفقاً للديناميكا النفسية فالأطفال سيندمجون في سلوك اللعب من أجل العمل من خلال تشويشاتهم الداخلية وقلقهم. وهنا يمكن للعلاج باللعب أن يستعمل كآليات مساعده ذاتية ما دام مسموحاً للأطفال باللعب الحر أو اللعب غير المنظم. على الرغم من ذلك فإن بعض أشكال العلاج منفصلة عن اللعب الخيالي غير الموجهة حيث يقدم كميته متنوعه من الاتجاهات خلال جلسات العلاج ومن خلال لغة اللعب الرمزي مثل نزع الحساسية حيث أنها مهمة كجزء طبيعي من تجربة العلاج مما يؤدي إلى نتائج علاج ايجابية. كما أن اللعب سلوك له تفسير في نظريات علم النفس يسعى لتخليص الفرد من طاقة معينة وإشباع دوافع لديه، وأنه

نشاط يحبه الأطفال ويمارسونه فرادى وجماعات ومن السهل إعطاء فرصة للأطفال للقيام به. ويقوم الإرشاد باللعب على إعطاء الحرية للأطفال لاختيار الألعاب التي يميلون إليها ويفضلون اللعب بها وهي بالتالي تعبر عن طبيعة المشكلة التي يعانون منها. وترى كثيرا من النظريات على أن التنفيس عن أي مشكلة يساعد في حلها في كثير من الأحيان. وممارسة الألعاب من قبل الأطفال تساعد في رسم صورة واضحة عن المشكلات التي يعاني منها الأطفال وبالتالي يسهل التعامل معها. كما أن ممارسة الفرد لدور معين يساعد في كشف الخبرات المجهولة ويساعد في إظهارها. (صالح الدايري، ٢٠٠٥: ٤٤٨)

يمكن تقسيم أساليب العلاج باللعب إلى نوعين أساسيين :

الأسلوب غير الموجه و الأسلوب الموجه:

أولاً: العلاج باللعب الغير موجه: هو علاج يتبع الطريقة غير تدخلية، أو ما يعرف باللعب الحر دون أي توجيه من الكبار فيعطي الطفل الحرية الكاملة تقريبا لاختيار ما يمارسه من أنشطة في غرفة اللعب بحضور المعالج، بحيث يشجع الأطفال على السعي نحو حلولهم الخاصة للمشاكل التي تواجههم أثناء اللعب وعادة ما تصنف كعلاج نفسي ديناميكي. وقد وضعت (اكسلين) مجموعة من المبادئ التي يستند إليها العلاج باللعب غير الموجه وهي:

- تقبل الطفل كما هو.
- تهيئة الظروف التي تنسم بالتسامح ضمن جو خالي من التهديد حتى يشعر الطفل بحرية تامه وأمن نفسي يساعده على التعبير عن مشاعره الإيجابية.
- مراعاة مشاعر الطفل والدقة في التعامل معه من قبل المعالج.
- عدم توجيه نشاط اللعب لدى الطفل واحاديثه من قبل المعالج، فالطفل هو الذي يوجه نفسه ويستبصر بسلوكه.
- أن يظهر المعالج احترامه العميق لقدرة الطفل على حل المشكلات، وأن يترك مسؤولية الاختيار واحداث التغيير للطفل نفسه.
- عدم التعجل بإنهاء الجلسات نظرا لأن العلاج غير الموجه عن طريق اللعب يتطلب وقتا من الطفل والمعالج على السواء.

ثانياً: العلاج باللعب الموجه: فهو علاج مخطط يحدد المرشد فيه مسرح اللعب، ويختار اللعب والأدوات بما يتناسب مع عمر الطفل وخبرته. هو أيضاً طريقة تتضمن إرشادات وتوجيهات وتشجيع أكثر من قبل المعالج. والعلاج باللعب الموجه يصنف كأكثر نوع من العلاج السلوكي المعرفي. (أحمد أبوسعدي، ٢٠٠٩: ١٦١)

وفي العموم يعتبر العلاج باللعب أسلوب شائع وفعال للأطفال. وأن اتباع معايير محددة عند اختيار الألعاب في العلاج باللعب غير الموجه يمكن أن يجعل العلاج أكثر فعالية. وتشمل معايير الألعاب المرغوب فيها للعلاج لعبة أن تسهل التواصل مع الطفل وتشجيع

الطفل على التنفيس عما بداخله وأن تؤدي إلى اللعب الذي يمكن تفسيره بسهولة من قبل المعالج، ويمكن أن تكون الألعاب الصغيرة من ضمن هذه الألعاب الموصى بها. هناك العديد من العوامل التي قد تؤثر في فعالية العلاج باللعب .

يعد عدد الجلسات عامل هام في نتائج ما بعد الاختبار ومع المزيد من الجلسات التي تشير إلى حجم تأثير أكبر. على الرغم من أنه يمكن رؤية التأثير الإيجابي في متوسط ١٦ جلسة إلا أن ذروة التأثير يبلغ ذروته عندما يكمل الطفل من ٣٥-٤٠ جلسة. ومن الاستثناءات في هذه الاستنتاجات الأطفال الذين يخضعون للعلاج باللعب في حالات الحوادث الخطرة مثل المستشفيات وملاجئ العنف الأسري. أشارت نتائج الدراسات التي أجريت على هؤلاء الأطفال إلى حجم تأثير ايجابي كبير بعد الجلسة ٧ فقط والتي تعني بأن الأطفال الذين يعانون من أزمات قد يستجيبون بسهولة أكبر للعلاج. وتعد مشاركة الوالدين أيضا عاملا مهم للنتائج الفعالة للعلاج باللعب. وتلتزم هذه المشاركة عموما المشاركة في كل جلسة مع المعالج والطفل. كما تبين أن مشاركة الوالدين في جلسات العلاج يقلل من التوتر في العلاقة بين الوالدين والطفل عندما يظهر الطفل مشاكل سلوكية داخلية وخارجية على حد سواء. على الرغم من هذه العوامل التي اظهرت زيادة في حجم التأثير إلا أنه العلاج باللعب أظهر فعالية مساوية بالمقدار عبر العمر والجنس والأعداد الفردية مقابل المجموعة.

وقد أكدت العديد من الدراسات إلى أن العلاج باللعب يمكن أن يكون فعالا جدا للأطفال وعائلاتهم. فقد كان للعب دور في انخفاض فرط النشاط لدى الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه (ADHD)، ووجدت دراسة نشرت عام ٢٠١٢ في مجلة "اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه" أن الأطفال الذين تم تشخيصهم باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه أظهروا انخفاضا كبيرا في فرط النشاط بعد العلاج السلوكي المعرفي.

كما أظهر الأطفال تحسنا، بعد ٨ جلسات علاج جماعية، في انخفاض مشاكل السلوك وتحسن الأداء الأكاديمي. وفي دراسة أخرى للعلاج باللعب أجريت (٢٠١٥)، خلصت إلى أن العلاج باللعب يوفر تأثيرات علاجية كبيرة لمجموعة من المشكلات، بما في ذلك المشكلات السلوكية والاكنتاب والقلق. وقد حضر الأطفال ما معدله ١٢ جلسة للعلاج.

كما أبانت نتائج دراسة أجريت عام ٢٠١٧ تأثير العلاج باللعب على الأطفال الذين يعانون من مخاوف سلوكية. وتراوحت أعمار الأطفال بين ٦ و ٩ سنوات، وتلقوا ٢٠ جلسة علاج (عبر جلستين يوميا مدة كل منهما ٣٠ دقيقة لمدة ١٠ أيام). وقد أظهر الأطفال انخفاضا في مشاكل السلوك، بما في ذلك العدوانية وخرق القواعد.

وغالبا ما يستخدم العلاج باللعب لمساعدة الأطفال على معالجة أحداث الحياة المجهدة مثل الانتقال لبيت جديد، والاستشفاء، وعلاج الصدمات بعد التعرض للاعتداء الجسدي والجنسي، والعنف المنزلي، والكوارث الطبيعية والحروب. ومن بين المشكلات الأكثر شيوعا التي يتم

تناولها في العلاج باللعب، اضطراب نقص التركيز وفرط الحركة، ونوبات الغضب، واضطراب طيف التوحد، والاكتئاب، وطلاق الوالدين، وصددمات الفقد (وفاة الوالدين أو المقربين)، والإعاقات الجسدية المستجدة. (منال عبدالوحي، ٢٠٢١)

الخلاصة والاستنتاج:

_ تسهم الألعاب الصغيرة (البسيطة) بشكل فعّال في نمو الجوانب الوجدانية والانفعالية بشكل سليم لدى الطفل، وتعمل على تأكيد السلوك السوي والسلوك التوافقي.

_ يسهم اللعب في خلق بيئة آمنة خالية من التهديد يستطيع فيها الأطفال التعبير عن أنفسهم بكل حرية وعفوية.

_ يتيح اللعب خبرات نمو سليمة بالنسبة للطفل في مواقف مناسبة لمرحلة نموه.

_ تساعد الألعاب الصغيرة على تقوية ودعم الميول بشكل عام خاصة الميول المرتبطة ببعض الأنشطة، وتزيد من التكامل الحسي والتآزر الحركي.

_ تسهم الألعاب بشكل كبير في عملية التفريغ الانفعالي والأمن النفسي للطفل وثقته بنفسه وقدرته على تحمل المسؤولية والتعبير عن مشاعره.

_ للألعاب الصغيرة جملة من الفوائد تشمل المجالات المعرفية والوجدانية والمهارية الحركية والاجتماعية، مما كان لها الأثر الكبير على الصحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي للطفل.

_ تتضح فاعلية الإرشاد باللعب في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى الاطفال، واللعب من أهم الأنشطة التي تمد الطفل بالخبرة في مجال العلاقات الاجتماعية.

_ يمكن للعلاج الجماعي باللعب أن يحسن ثقة الأطفال والقدرة على التكيف مع الآخرين والقدرة على إدارة المشاعر، وبالتالي تصحيح السلوك المنحرف، وتحسين استراتيجيات التأقلم، وتحسين القدرة على التأقلم العقلي، وتعزيز تنمية الصحة العقلية لدى الأطفال.

المراجع

- أحمد أبوسعد، (٢٠٠٩): الإرشاد المدرسي. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- أسعد حسين عبد الرزاق، (٢٠٠٩): تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية و الحركية لأطفال بعمر (٧-٨) سنوات. جامعة بابل، مجلة علوم التربية الرياضية، مج. ٢، ع. ٢، ص ص. ١٦٧-١٩٢.
- حامد زهران، (١٩٩٥): علم نفس النمو. ط٥، القاهرة: عالم الكتب.
- سوزانا ميلر، (١٩٧٨): سيكولوجية اللعب، ترجمة حسن عيسى. سلسلة عالم المعرفة ، رقم ١٢٠ ، المجلس الوطني للثقافة والعلوم والآداب.
- صالح حسن الداھري، (٢٠٠٥): علم النفس الإرشادي. عمان: دار وائل للنشر.
- عادل محمد العدل، (٢٠١٦): تشخيص وتقييم صعوبات التعلم. القاهرة: علم الكتب.
- عاطف الصيفي، (٢٠٠٨): المعلم واستراتيجيات التعليم الحديثة. عمان: دار أسامة للنشر.
- فان دالين، (١٩٨٥): مناهج البحث في التربية وعلم النفس. ترجمة، محمد نبيل نوفل، سليمان الحضري، طلعت منصور، سيد عثمان. ط٣، القاهرة: مكتبة الأنجلو.
- محمد أحمد صوالحة، (٢٠٠٤): علم نفس اللعب. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- محمد الخوالدة وآخرون، (١٩٩٣): علم نفس اللعب عند الأطفال. قطاع التربية والتأهيل، وزارة التربية والتعليم، اليمن.
- مجدي إبراهيم، (٢٠٠٩): معجم المصطلحات. القاهرة: عالم الكتب.
- منال عبدالأوي، (٢٠٢١): كيف أصبح اللعب متعة وعلاج للاضطرابات السلوكية للأطفال. الجزيرة، مرآة العالم. [/https://www.aljazeera.net](https://www.aljazeera.net)
- ناهدة الدليمي، (٢٠١٠): مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر ٧_٨ سنوات، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الثالث، العدد الرابع.
- هالة الجرواني، إنشراح المشرفي، (٢٠١٠): إعداد الطفل لمرحلة الروضة. القاهرة: الدار المصرية اللبنانية.
- هبة إبراهيم عيسوي، (٢٠١٣): أستاذ الطب النفسي قسم الأمراض النفسية والعصبية جامعة عين شمس. [/https://hebaessawy.com/about](https://hebaessawy.com/about)

