كلية المستقبل الجامعة
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

اللعب في التربية الحركية

د. مهند نزار كزار

المرحلة الثانية

اللعب في التربية الحركية

يعد اللعب في حياة الفرد نشاطاً هاماً يؤدي دوراً رئيسياً في تكوين شخصيته ، واللعب ظاهرة سلوكية تسود الكائنات الحية ولاسيما الإنسان ، واللعب في الطفولة وسيط تربوي هام يعمل على تكوين الطفل أو المتعلم في هذه المرحلة الحاسمة من النمو الإنسان ، فاللعب يساهم بدور أساسي في عملية نمو الطفل ولاسيما الجانب الإدراكي منه فعن طريق ممارسة الأطفال للنشاطات المختلفة تزداد خبراتهم في الحياة وتتوسع مداركهم مقدراتهم على حل المشكلات التي قد تواجههم في حياتهم اليومية.

واللعب يبدأ في الطفل منذ ولادته ويصبح شغله الشاغل ، وعالمه المحبب و هاجسه الدائم حيث يبدوا وسيلة له يعبر فيها عن نفسه ويبلور شخصيته ويحاكي الآخرين ويساهم بالتالي في تعلمه التكيف الاجتماعي .

ويعد اللعب مدخلاً لنمو الطفل عقلياً ومعرفياً وليس نموه اجتماعياً و انفعالياً فقط ففي اللعب يبدأ الطفل أو المتعلم بمعرفة الأشياء وتصنيفها ويتعلم مفاهيمها ويعلم فيما بينها على أساس لغوي وهنا يؤدي نشاط اللعب دوراً في النمو اللغوي للطفل وفي تكوين مهارات الاتصال لديه.

واللعب لا يختص بالطفولة فقط فهو يلازم أشد الناس وقاراً ويكاد يكون موجوداً في كل نشاط أو فعالية يؤديها الفرد ولا يزول اللعب بزوال الطفولة فالراشد لا يمكن أن يقوم بفعالية عالية إلا إذا عمله وكأنه يلعب ،فاللعب يمتاز بالحركة والمرونة بينما يتطلب العمل التفكير بالنتائج والانتباه والتواصل ،ويمثل العمل مكان هام في نمو الطفل ولكن دوره يختلف في حياة الطفل عنه في حياة الكبار.

مفهوم اللعب

"هو نشاط حر موجه أو غير موجه يمارسه الطفل أو المتعلم لغاية التسلية والمتعة ويستثمره الكبار يساهم في أنماء شخصية الطفل أو المتعلم بأبعادها ومنها الفعلية و البدنية و الانفعالية والاجتماعية " أو" هو ميل فطري عند الإنسان للقيام بنشاط معين خلال وقت الفراغ سواء بشكل فردي أو جماعي وهو نشاط موجهاً أو غير موجه يقوم به الكبار أو الصغار من أجل المتعة و التسلية " [١] .

" هو نشاط يقوم به الطفل يعبر من خلاله عن حالته النفسية و الفعلية ،أي عن رغباته وطموحاته و ميوله و مستوى ذكائه وأن هذا النشاط لا يكون بدون هدف بل يهدف من خلاله الطفل إلى تأكيد ذاته وتفريغ انفعالاته ، وأن هذا النشاط يتطور مع نمو الطفل وزيادة قدراته العقلية و الجسدية وحالته النفسية وهو يترك أثاره الواضحة على شخصية الطفل فيما بعد " [٢].

هو وسيلة لأعداد الطفل للحياة المستقبلية ، وهو نشاط حر موجه يكون على شكل حركة أو عمل يمارس فردياً أو جماعياً ، ويستقبل طاقة الجسم الفعلية و الحركية و يمتاز بالسرعة و الخفة لارتباطه بالدوافع الداخلية و لا يتعب صاحبه سيمتثل الفرد المعلومات ويصبح جزء من حياته ، ولا يصدق إلا بهدف إلا إلى الاستمتاع [٣].

---

[١] ناهدة زيد الدليمي: مفاهيم في التربية الحركية ،ط ١، بيروت ،دار الكتب العلمية ، ٢٠١١، ص٧٣-٧٤.

[٢] هادي مشعان ربيع : اللعب و الطفولة ،ط ١،عمان ،مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ،٢٠٠٨، ص٤٠.

[٣] محمد محمود الحيلة : الألعاب من أجل التفكير والتعلم ، ط ١،عمان ، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة ، ٢٠٠٤، ص١٩.

أهمية اللعب

للعب أهمية كبيرة يمكن إيجازها بعدة نقاط وهي [٤]:

١. يحسن اللعب اللغة و يطور القدرة الاجتماعية و الإبداعية .

٢. ينمي الخيال و مهارات التفكير .

٣. اللعب وسيلة رئيسية في عملية تطوير الخيال و الذكاء و اللغة و المهارات الاجتماعية و القدرات الحركية و الحسية عند الأطفال أو المتعلمين الصغار على وجه التحديد .

٤. اللعب أثناء فترة الطفولة شائع جداً ، إذ تكون معرفة الطفل أو المتعلم و فهمه لنفسه و فهم التواصل الشفوي و التواصل غير الشفوي و فهم العوامل النفسية و الاجتماعية كل هذه أخذ بالتوسع بشكل مثير .

٥. اللعب موجد جوهري و أساسي لخبرة الإنسان .

٦. يستعمل الطفل أو المتعلم في اللعب مهارات حركية عالية و رائعة و يستجيب للآخرين بشكل اجتماعي .

٧. الطفل أو المتعلم يفكر بما يفعله أو ما سيفعله ،يستعمل اللغة كي يتحدث مع البعض أو مع نفسه و غالباً ما يستنجد عاطفياً للنشاط اللعب .

٨. أن تكامل هذه الأنواع المختلفة للسلوك و التصرفات هو مفتاح التطور المعرفي و الإدراكي للطفل أو المتعلم الصغير .

---

[٤]) ناهدة عبد زيد : مصدر سبق ذكره ، ص٧٤.

فوائد اللعب

أهتم العلماء كثيراً في بيان أهمية اللعب في حياة الطفل أو المتعلم مع جميع الجوانب وكما يأتي[٥] :

١. الجانب الجسمي :

يعد اللعب نشاط حركياً ضرورياً في حياة الطفل أو المتعلم لأنه ينمي العضلات و يقوي الجسم و يصرف الطاقة الزائدة لديه .

٢. الجانب العقلي :

اللعب يساعد الطفل أو المتعلم على أن يدرك عالمه الخارجي ،و كلما تقدم الطفل أو المتعلم في العمر أستطاع أن ينمي كثيراً من المهارات في أثناء ممارسة الألعاب و أنشطة معينة .

٣. الجانب الاجتماعي :

اللعب يساعد الطفل أو المتعلم على النمو الاجتماعي ففي الألعاب الجماعية يتعلم الطفل أو المتعلم النشاط و يؤمن بروح الجماعة و احترامها و يدرك قيمة العمل الجماعي و المصلحة العامة .

٤. الجانب الخلقي:

يساعد اللعب في تكوين النظام الأخلاقي المعنوي لشخصية الطفل أو المتعلم فمن خلال اللعب يتعلم الطفل أو المتعلم من الكبار معايير السلوك الأخلاقي كالعدل و الصدق و الأمانة و ضبط النفس و الصبر .

٥. الجانب التربوي :

لا يكتسب اللعب قيمة تربوية إلا إذا استطعنا توجيهه على هذا الأساس لأنه لا يمكن ترك عملية نمو الطفل أو المتعلم للصدفة .

---

٥) هادي مشعان ربيع : مصدر سبق ذكره ، ص٤٣.

سمات اللعب:

ويتصف اللعب بسمات معينة و هي كالأتي[٦]:

١. اللعب نشاط لإجبار فيه و غير ملزم للمشاركين فيه ، وقد يكون يتوجب من الكبار أو مغير توجيه كافي لألعاب الشعبية .
٢. تعد المتعة والسرور جزءاً رئيسياً وهدفاً محقق للاعبون من خلال اللعب وغالباً ما ينتهي إلى التعلم .
٣. من خلال اللعب يمكننا استقلال الطاقة الذهنية و الحركية للاعب في آن واحد.
٤. يرتبط اللعب بالدوافع الداخلية الذاتية للطفل ، حيث انه يتطلب السرعة والخفة والانتباه وتفتح الذهن .
٥. اللعب مطلب أساسي لنمو الطفل و لتلبية احتياجاته المنظورة و لتعليمه التفكير.
٦. اللعب عملية تمثل أي الطفل سيتعلم اللعب، و حتى يكون اللعب فعالاً لابد للطفل من تمثله .
٧. اللعب مطلب أساسي لإثارة تفكير الطفل ، وتوسيع جمال تخيلاتهم ، وبناء التطورات الذهنية للأشياء .

---

٦) محمد محمود الحيلة : مصدر سبق ذكره ، ص١٩.

وظائف اللعب

١. للعب وظائف مهمة منها الآتي[٧]:
٢. اللعب يوفر فرصة لتحرر من الواقع المليء بالالتزامات و القيود والإحباط.
٣. اللعب كنشاط حر يكسب الطفل المهارات الحركية المتعددة و يظهر مواهبه و قدراته .
٤. اللعب يساعد على تنمية خبرة الطفل و نموه الاجتماعي .
٥. اللعب يمكن الطفل من اكتشاف القوانين الأساسية للمادة و الطبيعة .
٦. اللعب يساعد على فهم أفضل للشخصية سواء للكبار أو الصغار .
٧. اللعب حاجة مهمة لدى الإنسان لها طابع نفسي و اجتماعي .
٨. اللعب كنشاط يمارس من قبل الفرد لذاته و هو سلوك غير مقيد .

أنماط اللعب

يحدد اللعب على أساس ثلاث أنماط هي[٨]:
١. لعب الممارسة و الذي يواكب المرحلة الحس الحركي من النمو المعرفي .
٢. اللعب الرمزي: في مرحلة ما قبل العمليات .
٣. اللعب وفقاً للقواعد و يتطلب مزيداً من الاتصال و التعاون و يؤكد (تورانس) على أهمية تنظيم أنشطة اللعب على أساس مبادئ التعلم القائم على حل المشكلات في تنمية القدرة الابتكارية عند الأطفال من خلال اللعب الإيهامي .

---

[٧]) محمد محمود الحيلة : مصدر سبق ذكره ، ص١٩.

[٨]) علي فلاح الهنداوي : سيكولوجية اللعب ، عمان ، مكتب الفلاح ، ٢٠٠٨ ، ص١٩.

أشكال اللعب

هنالك ثلاث أشكال للعب يمكن ملاحظتها من مرحلة الطفولة المبكرة و هي[٩]:

١. **اللعب الحر التلقائي** : يعتبر اللعب ميل من أقوى الميول و هو يصدر عن الطفل بشكل تلقائي و اللعب الحر مظهر من مظاهر اللعب عند الأطفال ، حيث يكون حر تلقائياً و بدون وضع قواعد أو تنظيم فالطفل يلعب حيثما يريد أن يلعب ويكف عن اللعب إذا ما أراد ذلك .

٢. **اللعب التمثيلي:** هذا النوع من اللعب يعطي الطفل فرصة لمعرفة الأشياء وتصنيفها ويتعلم مفاهيمها ويفهم فيما بينها على أساس لغوي كما يعطي اللعب للطفل فرصة فهم سلوك الآخرين وكذلك يلعب ألعاباً مختلفة و يعبر في هذه الألعاب عن حالته النفسية الداخلية أو عن مظاهر داخلية متنوعة في شخصيته تماماً بنفس الطريقة التي يعبر فيها الفنان عن فنه .

٣. **اللعب التكويني:** هذا الشكل من اللعب يعتبر عنصر هام في لعب الأطفال حتى سن الخامسة أو السادسة حيث يكون التركيب للطفل مجرد حرفه إذ يضع الأدوات فوق بعضها بدون فكرة سابقة أو نموذج معين .

---

[٩] غسان محمد صادق (وآخرون) : أصول التربية الرياضة في الطفولة المبكرة ، ب.م ، القاهرة ، ١٩٨٩ ، ص٨١.

شروط اختيار اللعبة [١٠]

١. عند اختيار العاب لابد أن تكون لها أهداف محددة و مثيرة و ممتعة وجذابة.
٢. أن تكون اللعبة مرتبطة بواقع الطفل أو المتعلم و بيئته .
٣. أن تكون قواعد اللعبة سهلة و واضحة وملائمة للطفل أو المتعلم .
٤. أن تكون مناسبة لخبرات الطفل أو المتعلم و قدراته .
٥. أن يشعر الطفل أو المتعلم بالحرية و الاستقلالية عند ممارستها .

خصائص اللعب [١١]

١. يعد اللعب خبرة مفيدة يتعلم من خلالها الطفل أو المتعلم الكثير من المعلومات .
٢. للعب فائدة كبيرة للتخلص من التوترات و الإحباط و القلق فهو وسيلة يمكن أن تستعمل للعلاج .
٣. أن عملية التواصل بين الإنسان و بيئة تتم عن طريق اللعب .
٤. يمكن أن يكون اللعب موجهاً أو غير موجه ويمارس بشكل فردي أو جماعي .
٥. أن اللعب يساعد على تحقيق فهم أفضل للشخصية سواء للكبار أم الصغار.
٦. يسهم في تشكيل شخصية الطفل أو المتعلم في جميع جوانبها .
٧. يساعد اللعب في تنمية الكثير من القدرات و القابليات و تطويرها .
٨. اللعب يخص الصغار و الكبار حد سواء .
٩. اللعب سلوك حر غير مقيد بعيد عن القوانين و البادئ .

---

[١٠] ريسان خريبط و(آخرون) : استراتيجيات حديثة في نمو الطفل ،عمان ، دار المناهج ، ٢٠٠٣، ص٢٥٩.

[١١] ناهدة عبد زيد : مصدر سبق ذكره ، ص٧٨.

أنواع الألعاب

تقسم الألعاب من حيث التنظيم و الالتزام إلى نوعين هما [١٢]:

١) الألعاب العشوائية :

والمقصود بها النشاط التلقائي الذي لا يتقيد بعادات أو قواعد و قوانين محددة في أثناء ممارسة اللعب ،ويقوم به الطفل أو المتعلم منفرداً أو مصاحبا لطفل أخر أو عدة أطفال ،كما لا يخص عمر معين أو جنس معين، واللعب العشوائي (التلقائي) وهو أحد أساليب اللعب الرئيسية ، ويبدأ الطفل أو المتعلم به صور تعلمه ، ومن أمثلة اللعب العشوائي :

١. ركض الأطفال أو المتعلمين مع الضحك و المرح بشكل تلقائي .
٢. الطرق بالمطرقة أو أداة يسهل الطرق عليها .
٣. الرسم على الجدران و الحفر في الأرض كنوع من اللعب .
٤. تقليد حركات الآخرين وتصرفاتهم .

٢) الألعاب ذات قواعد :

ويقصد بها ذلك النوع من الألعاب الذي يتميز بخضوعه لمجموعة من الضوابط و القواعد و القوانين و التعليمات التي تحكم هذه الممارسة وهناك اختلاف في قواعد كل لعبة عن الأخرى تبعاً لاختلاف الجنس أو مضمون اللعبة وهناك ألعاب يشترك بها كلا الجنسين.

أنواع الألعاب التربوية[١٣] :

١. **الـــدمى** : مثـل أدوات الصـيد ،السـيارات، القطـارات، العـرائس وأشـكال الحيوانات...إلخ .
٢. **الألعاب الحركية** :مثل السباق ،القفز ،المصارعة ،التركيب ، الركض ،ألعاب الكرة ...إلخ

---

[١٢] ناهدة عبد زيد : المصدر السابق نفسه ، ص٨٢.

[١٣] غسان محمد صادق (وآخرون) : مصدر سبق ذكره ، ص٨٥.

٣. **ألعاب الذكاء** : الفوازير، حل المشكلات ،الكلمات المتقاطعة...إلخ.
٤. **الألعاب التمثيلية** : مثل التمثيل المسرحي ولعب الأدوار .
٥. **ألعاب الخط:** مثل لعبة الثعابين ،السلالم ، الدومينو و ألعاب التخمين .
٦. **القصص و الألعاب الثقافية:** المسابقات الشعرية و بطاقات التعبير .

أنواع اللعب [١٤]

١. **المشاهدة:** اللعب بشكل سلبي و يتم عن طريق مراجعة الأطفال أو التحدث مع الأطفال آخرين منشغلين بأنشطة اللعب .
٢. **المستقل الانفرادي:** يلعب الطفل أو المتعلم بمفرده .
٣. **اللعب الموازي** : ربما يكون الطفل أو المتعلم وسط مجموعة و لكنه يبقى منغمساً في نشاطه الخاص أحياناً ، فالأطفال أو المتعلمين الذين يلعبون بشكل موازٍ يستعملون أدوات بعضهم و لكن يبقون مستقلين عن بعضهم .
٤. **اللعب الترابطي** : و يتحدث الأطفال أو المتعلمين مع بعضهم البعض و لكن دون تنسيق أهداف اللعب .
٥. **اللعب التعاوني** : هنا ينظم الأطفال أو المتعلمين في أدوار محددة في أذهانهم ، كأن يأخذ أحدهم دور طبيب و الأخر دور ممرض وهكذا.

أسباب اللعب [١٥]

١. اللعب يجرد الطفل من الخوف المرتبط بنتائج سلوكياته في المواقف العادية.
٢. اللعب يحرر الطفل من قيود و أوامر و نواهي الآباء و الأمهات المشرفين و يعطي للطفل للتعبير عن أفكاره و تصوراته .
٣. يتيح اللعب لرغبات الأطفال السيطرة على الآخرين أو البيئة .
٤. يعطي اللعب الطفل فرصة للتعبير عما يرغب فيه .

---

[١٤]) ناهدة عبد زيد : مصدر سبق ذكره ، ص٨٠.

[١٥]) هادي مشعان ربيع : مصدر سبق ذكره ، ص٤٩.

٥. يكتسب الطفل خبرات ذات أهمية في حياته أثناء اللعب قد يعجز عن اكتسابها أثناء الجد والالتزام وتحت أعين أو مراقبة الكبار .

العوامل المؤثرة على اللعب [١٦]:

١. عوامل النمو .
٢. عوامل ذاتية .
٣. عوامل بيئة اجتماعية .
٤. عوامل تقنية .

النظريات التي فسرت اللعب:

هنالك العديد من العلماء والمختصين اللذين فسروا اللعب ومن خلال نظريات وضعت لذلك منها [١٧]:

١ـ نظرية الطاقة الزائدة :

(شيلر) هو الذي أسس هذه النظرية ثم الفيلسوف (سنبسر) والتي نصت على : أن اللعب مهمته التخلص من الطاقة الزائدة فالحيوان مثلاً إذا توفرت لديه طاقة تزيد على ما يحتاجه للعمل فأنه يصرف هذه الطاقة في اللعب ، وإذا طبقنا ذلك على الأطفال نرى أن الأطفال يحاطون بعناية أوليائهم ورعايتهم فيقدمون لهم الغذاء و يعتنون بنظافتهم وصحتهم دون أن يقوم الأطفال بعمل ما فتولد لديهم طاقة زائدة يصرفونها في اللعب ،أن هذا القول لا يفسر حقائق اللعب كلها فاللعب لا يقتصر على الطفولة فقط إذ عند الكبير أيضاً ميل إلى اللعب بما يمارسه في الواقع فإذا كان اللعب مرتبطاً بفضل الطاقة فكيف يمكن شرح كيفية لعب الطفل إلى درجة تنهك فيها قواه كما نشاهد ذلك غالبا في الحياة العادية .

---

[١٦]) هادي مشعان ربيع : المصدر السابق نفسه ، ص٥٠.

[١٧]) احمد امين فوزي : اللعب وذكاء الطفل ، القاهرة ، المكتبة المصرية . ٢٠٠٨ ، ص٢٣.

٢ـ نظرية الإعداد للحياة المستقبلية :

واضع النظرية هو (كارول غروس) حيث يرى أن اللعب للكائن الحي هو عبارة عن وظيفة بيولوجية هامة، فاللعب يمرن الأعضاء و بذلك يستطيع الطفل أن يسيطر سيطرة تامة عليها و يستعملها استعمال حر في المستقبل، فاللعب إذن هو إعداد الكائن الحي كي يعمل في المستقبل الأعمال الجادة المفيدة وأمثلة ذلك كثيرة منها الطفلة في عامها الثالث تستعد بشكل لا شعوري تقوم بدور الأم حيث تضع لعبتها و تهدهدها كي تنام ، وهكذا فان مصدر اللعب هو الغرائز .

٣ـ نظرية النمو الجسمي :

يرى العلم (كار) الذي تنسب إليه هذه النظرية إن اللعب يساعد على نمو الأعضاء ولاسيما المخ و الجهاز العصبي ، فالطفل عندما يولد لا يكون مخه في حالة متكاملة أو استعداد تام للعمل لان معظم أليافه العصبية لا تكون مكسوة بالغشاء الدهني الذي يفصل ألياف المخ العصبية بعضها عن بيض وبما أن اللعب يشتمل على حركات تسيطر على تنفيذها كثير من المراكز المخية فمن شأن هذا أن يثير تلك المراكز أثارة فيقوم بنقلها تدريجياً ما تحتاج إليه الألياف العصبية من هذه الأغشية الدهنية [١٨].

٤ ـ نظرية الغرائز:

تؤكد هذه النظرية على أن كل فرد له اتجاه نحو نشاط معين في فترات مختلفة من حياته ،فاللعب نشاط غريزي و جزء من تكوين الكائن الحي فهو ظاهرة طبيعية تظهر خلال مراحل نموه [١٩].

هذا بالإضافة إلى النظريات التي فسرت اللعب هنالك نظريتان أشارت اليهما " ناهدة الدليمي " وهما (نظرية الترويح و النظرية التنفيسية) وهما كالأتي[٢٠]:

---

[١٨]) احمد امين فوزي : المصدر السابق نفسه، ص٢٣.

[١٩]) احمد امين فوزي : المصدر السابق نفسه، ص٢٣.

١ – نظرية الترويح:

ومفهوما أن اللعب قبل كل شيء وسيلة للهرب و وسيلة الفرد لتجديد طاقته واستقامته في الحياة وهذه النظرية شبيهة ببعض الآراء الحديثة عن العلاج ، فنجد في الأنشطة التي يزاولها الفرد للتخلص من التوترات النفسية و الضغط النفسي الذي ينهال عليه في عمله اليومي .

٢– النظرية التنفيسية :

وهي نظرية مدرسة التحليل النفسي الفرويدية وتركز على العاب الأطفال أو المتعلمين بخاصة ، إذ ترى أن اللعب يساعد الطفل أو المتعلم على التخفيف مما يعانيه من القلق الذي يحاول التخلص منه بأية طريقة ، واللعب إحدى هذه الأساليب وتشبه هذه النظرية إلى حد ما نظرية الطاقة الزائدة ، واللعب عند مدرسة التحليل النفسي تعبير رمزي عن رغبات محبطة أو متاعب لاشعورية ، وهو تعبير يساعد على خفض مستوى التوتر و القلق عند الطفل أو المتعلم ، وترجع نظرية مدرسة التحليل النفسي إلى عهد الفيلسوف اليوناني المشهور أرسطو الذي كان يرى أن وظيفة التمثيليات المحزنة هي مساعدة المشاهدين على تفريغ أحزانهم من خلال مشاهدة ما فيها أحداث ووقائع ،ومن الواضح إن النظرية المذكورة لا تكفي لتفسير اللعب فليس مقبولاً أن تكون وظيفة اللعب مقصورة على مجرد التنفيس [٢١].

---

[٢١] ناهدة عبد زيد : مصدر سبق ذكره ، ص٧٨.