



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



UNIVERSITÉ BADJI MOKHTAR - ANNABA  
BADJI MOKHTAR - ANNABA UNIVERSITY

جامعة باجي مختار - عنابة

الكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية

القسم: التربية البدنية والرياضية

الميدان: علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الشعبة: نشاط بدني رياضي تربيوي

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

مذكرة

مقدمة استكمالاً لمتطلبات نيل شهادة الماستر

الموضوع:

اثر برنامج لعب مقترح وفق إستراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات  
الخجل لدى تلاميذ سنة أولى متوسط دراسة ميدانية بمتوسطة نصيب الهادي  
-الشفافية- ولاية الطارف

إعداد:

- اسم ولقب الطالب(ة):

هميسي ملاك

لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	جامعة الانتماء	الصفة
مفتي محمد	استاذ مساعد (أ)	جامعة باجي مختار - عنابة-	رئيسا
بوكبوس محمد لمن	استاذ محاضر (ب)	جامعة باجي مختار - عنابة-	مشرفا
بورجيبه علي	استاذ مساعد (أ)	جامعة باجي مختار - عنابة-	ممتحنا

السنة الجامعية: 2024/2023

# الشكر والعرفان

الحمد لله الذي وفقني لإنجاز هذا العمل الذي نرجوا له القبول وللقائمين عليه التوفيق.

يطيب لنا أن أقدم بأسمى عبارات الشكر والثناء ومعظيم التقدير إلى الاستاذ الدكتور: "بوكبوس محمد لمين" الذي أشرف على هذا العمل المتواضع، وبدل فيه جهدا صادقا مخلصا في توجيه هذا البحث فأرجوا من الله أن يجزيه الجزاء الأوفى.

الشكر والتقدير إلى كل أعضاء لجنة المناقشة على تفضلهم بقبول مناقشة هذه الرسالة.

كما أتوجه أيضا بالشكر الجزيل إلى مديرة التربية لولاية الطارف ومديري مؤسسة نصيب الهادي الشافية " احمد شلبي".

والتلاميذ على مساعداتهم في القيام بالدراسة الميدانية.

كما أشكر كل من أعانني على إنجاز هذا العمل سواء من قريب أو بعيد.

كما أشكر عائلتي التي تستحق حقها الشكر على تشجيعاتها لي أثناء طول فترة الدراسة.

# الإهداء

الى من حاكته سعادتى بخيوط منسوجة من قلبها، من ابصرت بها طريق حياتى واستمديت منها قوتى واعتزازى بذاتى، الى الكفاح الذى لا يتوقف، الشامخة التى علمتني معنى الاصرار، وان لا شيء، في هذه الحياة مستحيل، الى ينبوع العطاء المتفاني مدى عمري، الى التي لولاها لما كنت في هذه المكانة، اليك اهدي حبي وقلمي ورسالتي وجهدي وعمري الى حبيبة قلبي

امى الحبيبة حفظك الله.

الى سندي وضيء دربي من علمني الاصرار والمثابرة مصدر الامل والطموح

"ابى الغالي"

الى رفيق الدرب وصديق الايام بجلوها ومرها "سليمان"

إلى من بوجودهم اكتسب قوة ومحبة لا حدود لها إلى إخوتي الأعزاء: "محمد ،

أيمن ، يوسف".

الى جدي "مسعود" وجدتي "حبيبة" اللذان حفظني دعائمكم طول مسار دراسي

حفظكم الله ودائمكم لنا.

كما أسأل اهل عز وجل بكل أسمائه الحسنی وصفاته العلیا أن يوفقني في مشوار

حياتي.

## ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الى تقصي اثر برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة اولى متوسط بمتوسطة نصيب الهادي الشافية التابعة لولاية الطارف، اجريت الدراسة على مستوى المؤسسة، تكونت عينة الدراسة من مجموع (30) تلميذا موزعين على قسمين دراسين قسموا الى مجموعتين، مجموعة تجريبية ضمت (15) تلميذا خضعوا لبرنامج اللعب وفق استراتيجية حل المشكلات، والمجموعة الضابطة بواقع (15) تلميذا لم يخضعوا للبرنامج، ولتحقيق اهداف الدراسة تم تطبيق المنهج التجريبي بالتصميم الشبه التجريبي، ولجمع بيانات الدراسة تم استخدام مقياس الخجل للدريني (1998)، ولمعالجة بيانات الدراسة تم استخدام الاساليب الاحصائية التالية: اختبار (t- test) للعينات المستقلة والمرتبطة لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية.

اظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في درجات الخجل لدى تلاميذ لصالح القياس البعدي، وخلصت الدراسة الى جملة من التوصيات والمقترحات التي تتمثل في التثقيف من الندوات التربوية والتكوينية لي اساتذة التربية البدنية والرياضية من طرف المفتشين لان الهدف الاساسي للمادة هو تعديل سلوك التلميذ واعداد فرد قادر على مواجهة الحياة.

**الكلمات المفتاحية: برنامج، لعب، استراتيجية حل المشكلات، تلميذ**

## Summary:

The study aims to investigate the effect of a game program proposed according to the problem solving strategy to reduce levels of shyness among first year students at Necib El Hadi –Cheffia college in the state of AL TARF. The study was conducted at the school level. The study sample consisted of a total (30) student divided into two study sections. Which were divided into two group an experimental group consisting of (15) students who followed the game program according to the problem solving strategy and a control group of (15) students who did not follow the program. To achieve the study objectives the experimental method was applied with a quasi – experimental design and to collect the study data. Al – Darini s Shyness scale (1998) was used. To address the study environments. The following statistical methods were used t–test for independent samples to indicate differences between the means.

The study results showed that there were statistically significant differences between pre and post- measurements of shyness levels among student in favor of the post-measurement. The study concluded with a number of recommendations and proposals. Including the intensification of education and proposals, including the intensification of education and training seminars for physical education teachers by inspectors as the main objective of the course is to modify students behavior and prepare individuals capable of facing life challenges.

**Keywords:** game program, problem-solving, strategy, student.

## فهرس المحتويات

الصفحة	المحتويات	الترتيب
	شكر و عرفان	
	اهداء	
	ملخص البحث	
	فهرس المحتويات	
	قائمة الجداول	
أ	المقدمة	
<b>الفصل التمهيدي</b>		
6	إشكالية الدراسة	1
11	فرضية الدراسة	2
11	أهمية الدراسة	3
11	اهداف الدراسة	4
12	دوافع اختبار موضوع الدراسة	5
13	تحديد مفاهيم و مصطلحات الدراسة	6
14	الدراسات السابقة	7
17	أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة	8
<b>الجانب النظري</b>		
<b>الفصل الأول : اللعب</b>		
20	تمهيد	
21	تعريف اللعب	1
22	مفهوم اللعبة	2
23	مفهوم الألعاب التربوية	3
24	أنواع الألعاب التربوية	4
26	فوائد و أهمية الألعاب التربوية	5
27	مراحل توظيف الألعاب التربوية داخل الصف	6

28	خصائص و سمات الألعاب التربوية	7
29	دور المعلم في توظيف اللعب داخل الصف	8
30	الأهداف التعليمية للعب في مرحل الطفولة	9
33	الشروط اللازم توفرها في اللعبة	10
34	نظريات الألعاب التربوية	11
38	خلاصة	

### الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

40	تمهيد	
41	تعريف الاستراتيجية	1
41	تعريف اسراتيجية حل المشكلات	2
42	أهمية استراتيجية حل المشكلات	3
43	اهداف استراتيجية حل المشكلات	4
44	خصائص التعلم القائم على حل مشكلات	5
45	خطوات التدريس باستراتيجية حل المشكلات	6
46	دور المعلم و المتعلم في استراتيجية حل المشكلات	7
47	مميزات استراتيجية حل المشكلات	8
47	شروط استخدام استراتيجية حل المشكلات	9
48	عيوب استراتيجية حل المشكلات	10
48	استراتيجيات التدريبية التي يمكن بتطبيقها في مادة التربية البدنية و الرياضية	11
52	خلاصة	

### الفصل الثالث : أولا الخجل

#### ثانيا : خصائص التلميذ سنة أولى متوسط

54	تمهيد	
	أولا : الخجل	
55	تعريف الخجل	1
56	الفرق بين الحياء و الخجل	2

57	مكونات الخجل	3
57	اسباب الخجل	4
58	اعراض الخجل و مظاهره	5
59	النظريات المفسرة للخجل	6
61	علاج الخجل باللعب	7

#### ثانيا : خصائص تلميذ مرحلة سنة أولى متوسط

62	تعريف التلميذ	1
62	تعريف مرحلة الطفولة المتأخرة	2
63	خصائص مرحلة الطفولة المتأخرة	3
63	مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المتأخرة	4
69	خلاصة	

#### الجانب التطبيقي

#### فصل الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

72	تمهيد	1
73	أولا : الدراسة الاستطلاعية	2
73	مخطط الدراسة الاستطلاعية	3
73	خطوات الدراسة الاستطلاعية	4
74	اهداف الدراسة الاستطلاعية	5
75	نتائج الدراسة الاستطلاعية	6
75	ثانيا : الدراسة الاستطلاعية	7
75	المنهج	8
76	مجتمع الدراسة	9
76	عينة الدراسة	10
78	مجالات الدراسة	11
78	أدوات جمع البيانات	12
78	الخصائص السيكومترية لاداة الدراسة	13
82	الأداة الإحصائية المستعملة	14

82	صعوبات اجراء الدراسة	15
84	خلاصة	
<b>فصل عرض و تحليل و مناقشة النتائج</b>		
85	تمهيد	
86	عرض و تحليل نتائج الدراسة	1
86	عرض و تحليل النتائج المتعلقة بالفرضية	2
93	مناقشة الفرضية الرئيسية	3
96	الاستنتاج العام	4
97	التوصيات	5
98	الاقتراحات	6
99	خاتمة	
	قائمة المراجع و المصادر	
	الملاحق	

#### قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
76	يوضح مجتمع الدراسة	01
77	يوضح المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية لنتائج القياس القبلي للاختبار	02
79	يوضح نتائج صدق الاتساق الداخلي	03
80	يوضح معامل الثبات بمعادلة الفا كرونباخ و طريقة إعادة الاختبار	04
86	يوضح اختبار (T) لعينتين مستقلتين للاختبار القبلي للمجموعة	05

## الضابطة و المجموعة التجريبية

- 06 87 يوضح درجة الحرية و مستوى الدلالة و نتائج اختبار (T) للقياس القبلي للمجموعة الضابطة و التجريبية
- 07 88 يوضح القياس البعدي للمجموعة الرابطة و التجريبية وفق الاختبار (T) لعينتين مستقلتين
- 08 89 يوضح درجة الحرية و مستوى الدلالة للقياس البعدي للمجموعة الضابطة و التجريبية و نتائج اختبار (T) المحسوبة و الجدولية
- 09 90 يوضح الاختبار (T) لعينتين مرتبطتين للاختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة
- 10 91 يوضح اختبار (T) لعينتين مرتبطتين للاختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة
- 11 92 يوضح الاختبار (T) لعينتين مرتبطتين للاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية
- 12 92 يوضح اختبار (T) لعينتين مرتبطتين للاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية

مقدمة

### مقدمة الدراسة:

يعتبر التعليم في وقتنا الحالي احد اهم مفاتيح الحضارة الانسانية، واهم اسرار تطور الامم وتقدمها، لذلك فقد اولت الإدارات التربوية في البلدان المتقدمة والواعية جل اهتمامها بكل ما له صلة بالعملية التعليمية التعليمية من جميع نواحيها من اجل الاستفادة منها من جهة، ومن جهة اخرى لمواكبة التطور التكنولوجي والتقني المتسارع في ظل الانتشار الواسع للمعارف والمعلومات، بهدف اعداد افراد قادرين على مواجهة هذه التحديات، بالبناء السوي والمتوازن لشخصياتهم وتحسين تفكيرهم في ظل عالم كثير التعقيدات وسريع التغير. ولعل الاهتمام بالبحث عن انجع الطرق للاستفادة من العملية التعليمية، كان في التحول عن الصورة النمطية للعملية التعليمية التي اهتمت في السابق بتطوير كفاءات المعلم ومهارته في التدريس لتلقين المعارف والمعلومات للمتعلمين، الى التحول للاهتمام بالتركيز على المتعلم، وجعله محورا للعملية التعليمية، والبحث عن السبل التي تجعله فعالا ومشاركا في عملية بناء تعلمه وتعتني بتنمية ميوله ورغباته، في اطار احترام الفروق الفردية بين المتعلمين، مع الحرص على تنمية شخصيته من جميع النواحي النفسية والاجتماعية والعقلية والبدنية لإعداده مواطنا صالحا لنفسه ولبيئته ومجتمعه.

وموازة مع التطور الحاصل في علم النفس التربوي، برزت استراتيجيات تدريس حديثة تحقق هذا المسعى من الاهداف، اذ تعتمد على التعليم الغير المباشر، وتهتم اكثر بدور المتعلم في العملية التعليمية، وتمنحه مكانة في ان يكون مشاركا فعالا في العملية، مع الحرص على تنمية مختلف الجوانب في شخصيته النفسية والاجتماعية والعقلية.

وتعتبر مرحلة الطفولة من أهم المراحل في حياة الإنسان والتي تحتاج إلى رعاية خاصة، حيث في فترة الطفولة يمر الإنسان بتغيرات نفسية وجسمية ومن بين هذه التغيرات الإحساس بالخلل.

ويلاحظ أن الخجولين عادة ما يتجنبون الاتصال بالآخرين ويخافون بسهولة، وغير واثقين من أنفسهم وفي المواقف الاجتماعية لا يقومون بالمبادرة أو التطوع بل يبقون على الاغلب صامتين أو يتحدثون بصوت خافت ويتجنبون النقاء العيون، إلى أن الاحساس بالخلل الشديد يجب الاهتمام به و محاولة إيجاد الحلول المناسبة له و خاصة بالنسبة للتلاميذ، فقد يترتب على الخجل مشكلات عدة منها تجنب التواصل، والارتباط بصداقات، والغيرة أو الحسد عندما يجد الطفل اقرانه يلعبون بصورة طبيعية، وضعف الثقة بالنفس، ويكون الخجل نتيجة نقص في المهارات الاجتماعية وإعاقة وظيفة الفرد اجتماعيا خارجا الأسرة.

ومن بين الحلول لتخفيف الشعور بالخلل هي الالعب التربوية وفق استراتيجيات حل المشكلات، وان الالعب في مرحلة الطفولة حظيت باهتمام واسع من قبل المختصين في مجال نمو الطفل اليومية التي تستحوذ على أنشطته واهتمامه وجزءا كبيرا من وقته.

## مقدمة الدراسة

وتقوم الالعب وفق استراتيجية حل المشكلات من خلال البرامج بتفريغ المكبوتات الداخلية للطفل، وبالتالي خفض من حدة المشكلات والاضطرابات السلوكية والنفسية عامة ومشكلة الخجل خاصة، كما تعلمهم وتكسبهم المهارات الاجتماعية المختلفة وكيفية التعامل مع الاخرين ومع الاشياء المحيطة بهم في بيئتهم باعتبارها الاداة المحببة للطفل والتي تجلب له السعادة والراحة.

وعلى ضوء ما سبق وللإجابة عن التساؤل المطروح قسمنا الدراسة الحالية الى مجموعات متكاملة من الفصول حيث استهلت الدراسة بملخص عام وهو بمثابة التعريف بالبحث ثم تطرقنا إلى:

**الفصل التمهيدي:** وفيه تم التعريف بالبحث، حيث تطرقت إلى طرح الإشكالية وفرضيتها، أهمية وأهداف الدراسة، دوافع اختيار الموضوع، وكذلك تحديد وشرح مصطلحات الدراسة، بالإضافة الى عرض بعض الدراسات السابقة.

**الجانب النظري:** احتوى على ثلاثة فصول، **الفصل الأول** والذي كان تحت عنوان "اللعب" اما **الفصل الثاني** تمثل في "استراتيجية حل المشكلات" ام **الفصل الثالث** حيث تمثل في "الخجل وخصائص تلميذ سنة اولى متوسط".

**الجانب التطبيقي:** الذي تم تقسيمه الى فصلين، **الفصل الأول** بعنوان منهجية البحث واجراءاته الميدانية الذي يحتوي على المنهج المستعمل ومجتمع عينة الدراسة ومجالات البحث سواء المجال البشري أو المجال المكاني والزمني للبحث وطريقة البحث وأدواته وتقنياته، و**الفصل الثاني** كان بعنوان عرض وتحليل ومناقشة النتائج وتطرقنا فيه الى تحليل النتائج، أما مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات فتمحور حول مناقشة النتائج وربطها بالإطار النظري والدراسات السابقة، أي الإحالة إلى الجانب النظري والخروج بالاستنتاجات، واقتراحنا لتوصيات وفروض مستقبلية وجمعها في خلاصة عامة، إلى أن وصلنا أخيرا إلى قائمة المراجع والملاحق.

# الفصل التمهيدى

### 1. إشكالية الدراسة:

تعتبر التربية البدنية والرياضية مادة اساسية تدرس في المؤسسات التعليمية التي بها تكتمل الجوانب التربوية وتعزز عملية التعلم واكتساب المهارات، فأصبحت بنظمها السليمة مجالا هاما من مجالات التربية، وتعد عنصرا فعالا في اعداد الناشئ الصالح وتزويده بخبرات ومهارات واسعة، كما لا يمكن ان نتغاضى عن دور التربية البدنية التي تجاوزت حدود الجسم لتشمل افاق الفكر والإدراك والمشاعر والإحساسات والانفعالات والدوافع والميولات والحاجات والرغبات وشملت بصفة عامة جميع جوانب الشخصية وخرجت بذلك عن نطاق العظام والعضلات الى الشمولية، والتي اخذت مفهومها الحديث عن نظريات علم النفس واصبحت حاليا من احدث الأساليب التربوية لأنها عن طريق النشاط البدني تجمع الجسم والنفس كوحدة واحدة.<sup>1</sup>

ويعد التلميذ في الوسط المدرسي الحلقة الاساسية الذي ترتبط به جميع اهداف العملية التعليمية، حيث بينت المنظومة التربوية الجزائرية ان التربية البدنية والرياضية كمادة تعليمية في المرحلة الثانوية تسعى الى تأكيد المكتسبات الحركية والسلوكيات النفسية الاجتماعية المتناولة في التعليم القاعدي بشقيه الابتدائي والمتوسط، وهذا من خلال أنشطة بدنية ورياضية متنوعة وثرية ترمي الى بلورة شخصية التلميذ وصقلها من حيث الناحية البدنية والناحية المعرفية والناحية الاجتماعية من حيث التحكم في نزوات التلميذ والسيطرة عليها والتعامل في حدود قانون الممارسة، والتمتع بالروح الرياضية وتقبل الهزيمة والفوز والمسؤولية والمبادرة.<sup>2</sup>

ويعرف عالم اليوم تقدما تكنولوجيا وتقنيا كبيرا في جميع المجالات، ولعل الانتشار الواسع للمعلومات والمعارف والسبل الحصول عليها ابرز سمات هذا التطور لذلك اصبح لزاما على المجتمعات ان تساير هذه المستجدات، لإعداد الأفراد لمواجهة هذه التحديات بما يضمن لها الحفاظ على هويتها ومعالها الحضارية ضمن عالم سريع التغير، ويعتبر ميدان التربية والتعليم من اهم مجالات التي تلعب الدور الفعال في تكوين الافراد وتحصينهم في ظل هذه التغيرات وذلك لتأثيرها الايجابي في اعداد الاجيال الجديدة على اسس علمية سليمة وحديثة.

كما فرض هذا التقدم على انظمة التعليم ان تتطور هذه الأخرى وتسايره، حتى تتمكن من تلبية حاجات المتعلمين المتزايدة على جميع الأصعدة، وبرز ذلك التطور في مجال المناهج الدراسية وعلى انماط وطرق واستراتيجيات التدريس، للعمل على ضمان توفير مخرجات تربوية في شخصية المتعلمين تواكب هذا التطور، وان التحدي امام المناهج الدراسية اليوم، هو ايجاد طرق وخطط وبرامج تعليمية تستطيع ان تحول المعلومات

<sup>1</sup> أمين أنور الخولي، (1965) أصول التربية البدنية والرياضية، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ص.3

<sup>2</sup> اللجنة الوطنية للمناهج، (2006)، منهاج التربية البدنية والرياضية للسنة الثالثة ثانوي، الجزائر، الديوان الوطني للمطبوعات

المدرسية، ص.3.

## الفصل التمهيدي

المدرسية الى كفاءات ومهارات عملية، وتنمية قيمة العمل واحترامه<sup>1</sup>، وان الوعي بأهمية تطوير المناهج واستخدام التقنية في تطويرها عامل حيوي فعال، وكذلك المواكبة المستمرة للتطوير والتدريب والتأهيل، وتطوير طرق التدريس للمواد<sup>2</sup>، وسعى بذلك المهتمون بالعملية التعليمية الى الحث على ضرورة استخدام اساليب واستراتيجيات تعلم حديثة، تساعد المعلمين على ادارة المواقف التعليمية بنجاح، وتنمي سلوكيات المتعلمين واتجاهاتهم.

وفي هذا السياق ظهرت استراتيجيات تدريس حديثة تسعى لتحقيق هذا المعطى، واستراتيجية حل المشكلات كأحداها، لأنها تتناسب مع هذا الاتجاه، فهي تعطي المتعلم فرصة اكبر للاعتماد على الذات والبحث عن الحلول والبدائل، حيث تعد من استراتيجيات التعليم غير المباشر لانها توفر ذاتية التعلم وتراعي الفروق الفردية بين المتعلمين، كما انها تفتح افاق التجريب والاستكشاف والاستقصاء والبحث عن حل المشكلات واتخاذ القرارات، كما انها تساهم في تنمية العمليات العقلية للوصول بالمتعلمين الى الابداع والابتكار، فالقدرة على تفكير مهارة تعطى طرقا متعددة ومناسبة لحل المشكلات الحركية، وتمنح المتعلم العديد من الفرص للإبداع الحركي والتميز في المواقف المختلفة<sup>3</sup>، والمتعلم يحتاج الى استيعاب الموقف واستيعاب مشكلات يتم تنفيذها وفق استراتيجيات حل المشكلات حيث يجد نفسه نشطا متفاعلا وايجابيا ضمن خطوات هذه الاستراتيجية<sup>4</sup>، وقد اعتبرها العديد من العلماء على انها من اكثر الاستراتيجيات المناسبة لتقديم أنشطة التربية البدنية، معتمدة في ذلك على الحركة كونها وسيلة تعبير وتواصل بين الافراد داخل تنظيم جماعي يقرر دور كل الفاعلين فيه<sup>5</sup>

كما اشارت "الشاملية(2015)" الى ان توظيف استراتيجيات حل المشكلات في التعليم له العديد من المزايا ليصبح مشوقا وممتعا وفعالاً وراسخاً، وذلك لأنها تقوم باستدعاء الخبرات السابقة لدى المتعلم فيربطها بالخبرات اللاحقة، ويتم ذلك من خلال الممارسة العملية والمشاركة الفعلية، ويكتسب التلاميذ من خلال هذه الاستراتيجية مجموعة من المعارف النظرية، والمهارات العلمية والاتجاهات المرغوب فيها، كمت يكتسبون

<sup>1</sup>كوجك، حسين كوجك (2001)، اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس التطبيقات في مجال التربية الاسرية، القاهرة، عالم الكتاب، ص76.

<sup>2</sup>دعس، مصطفى نمر (2011)، استراتيجيات تطوير المناهج وأساليب الحديثة، عمان: دار غيداء، ص05.

<sup>3</sup>الحايك، صادق، وخصاونة، غادة (2013)، أثر برنامج تعليمي قائم على الاقتصاد المعرفي لتطوير منهاج الجمناز، المؤتمر العلمي الخامس للإبداع الرياضي، المجلد الأول، عمان، الأردن، ص 88.

<sup>4</sup>كوجك، حسين كوجك، نفس المرجع السابق، ص54.

<sup>5</sup>عبد الحلیم، محمود، عبد الكريم (2006)، ديناميكية تدريس التربية الرياضية، الطبعة الأولى، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، ص122.

## الفصل التمهيدي

المهارات اللازمة للتفكير بأنواعه وحل المشكلات، وذلك لأن اعداد التلميذ لا يحتاج فقط الى المعارف والمهارات العلمية لمواجهة الحياة بمتغيراتها<sup>1</sup>.

كما هناك حقيقة معلومة من طرف جميع العاملين في ميدان التربية البدنية أن الطفولة المتأخرة هي المرحلة الأكثر مناسبة لتربية البدن بشكل جيد، ذلك لكونها المرحلة الأكثر تأثيرا فالتربية البدنية تنفرد بين سائر المواد الدراسية بشمول تأثيرها على العملية التربوية في المدرسة، لأنها تغطي احتياجات التلميذ من النواحي الجسمانية والنفسية والانفعالية فحسب بل لأنها تنعكس ايضا على حياته العقلية والوجدانية هذا ما يؤكد دورها الكبير في التربية العامة وخاصة بناء الشخصية المتزنة، وبالفعل فانه في هذا الصدد فقد ذكر "أليون وماليا" (1969-1970) في احد النشريات المتخصصة ان كلما قلل من الحركات الرياضية ذات الشدة البسيطة كافية لمرافقة النمو بشكل سليم، وفي دراسة طولية "البالي" (1973) اكتشف ان الأطفال الذين تميزوا بالحركة والنشاط اثناء حصص التربية البدنية تميزوا عن زملائهم الاخرين بالتفوق في اغلب الصفات البدنية والنفسية والاجتماعية وهذا في جميع اطوار الحياة<sup>2</sup>.

وهذا دليل على اهتمام الدول بالتربية في المدرسة باعتبارها حجر الزاوية في بناء الشخصية المتوازنة عقلا وبدنا وهو ما اكدته البحوث العديدة التي اجريت في مختلف انحاء العالم، والتي اثبتت بصورة قاطعة تأثير التربية البدنية على النواحي الصحية والبدنية والنفسية، وينعكس ايجابيا على القدرات العقلية وبالتالي على التحصيل العلمي الذي يتلقاه التلميذ في المدرسة<sup>3</sup>.

إن العامل الملاحظ والحاضر بكثرة في ميادين حصص التربية البدنية ألا وهو الخجل الذي يعتبر من بين العوامل النفسية و المظاهر الانفعالية المؤثرة على أداء حصص التربية البدنية وهذا يظهر جليا عند تلاميذ في مرحلة الطفولة المتأخرة ، ويتمثل الخجل في تلك التصرفات التي تعبر عن عدم ارتياح ومقدرة التلميذ عن التحدث والتعبير عن الآراء أمام الآخرين أو هو الهروب الاجتماعي بصورة غير مناسبة ، وقد توجهت بعض الدراسات كذلك إلى أن الخجل مرتبط بمتغير الجنس حيث توصلت هذه الدراسات إلى أن الإناث يكن أكثر عرضة للخجل من الذكور، ويلاحظ أن الخجولين عادة ما يتجنبون الاتصال بالآخرين و يخافون

<sup>1</sup> عبد الكريم، عفاف (2005)، تصميم المناهج في التربية البدنية، الإسكندرية، منشأة المعارف، ص 521.

<sup>2</sup> قاسم المنديلاوي وآخرون، (1990)، دليل الطالب في تطبيقات الميدانية للتربية البدنية ، الطبعة الأولى، جامعة بغداد، ص

45.

<sup>3</sup> الشيخ كامل محمد عويضة ، (1990)، علم نفس النمو ، بدون طبعة ، دار الكتب العلمية ، بيروت، ص 143.

## الفصل التمهيدي

بسهولة، وغير واثقين من أنفسهم وفي المواقف الاجتماعية لا يقومون بالمبادرة أو التطوع بل يبقون على الأغلب صامتين أو يتحدثون بصوت خافت ويتجنبون التقاء العيون<sup>1</sup>.

ويرى مرشد المشار إليه في (الخصاونة، 2012) إلى أن الإحساس بالخجل الشديد يجب الاهتمام به و محاولة إيجاد الحلول المناسبة له و خاصة بالنسبة للمرحلة الطفولة، فقد يترتب على الخجل مشكلات عدة منها تجنب التواصل، والارتباط بصدقات، والغيرة أو الحسد عندما يجد الطفل أقرانه يلعبون بصورة طبيعية، وضعف الثقة بالنفس. ويكون الخجل نتيجة نقص في المهارات الاجتماعية وإعاقة وظيفة الفرد اجتماعيا.

فمن الدراسات العربية نجد دراسة مجدي حبيب 1992 و التي أجريت على عينة قوامها 278 طالب من طلاب الجامعة و التي أسفرت نتائجها أن الإناث اكبر خجلا من الذكور ، كما قام كل من كاماث وكانيكار 1993 بدراسة الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بكل من الخجل وتقدير الذات ، ذلك بهدف معرفة الفروق الجنسية في الشخصية المستعدة لتوقع حدوث الشعور بالوحدة النفسية والخجل واحترام الذات، وقد استخدم الباحثان عينة قوامها 50طالب و 50 طالبة من طلاب الكليات الذين يدرسون في جامعة بومباي وقد توصل الباحثان الى نتائج مفادها ارتباط الشعور بالخجل ايجابيا بالتقدير السلبي للذات لدى طلاب وطالبات افراد العينة وكذلك ارتبط الشعور المرتفع بالوحدة النفسية سلبيا بالتقدير الايجابي المرتفع للذات، كما لم توجد تأثيرات للمواقف والثقافة لهذه المتغيرات ولم تظهر فروق في الجنسين في تلك المتغيرات، كما توصل ايضا الباحث "بورتوف" في دراسته سنة 1988 الى خلاصة تقول ان الظروف المؤدية الى احداث الشعور بالخجل وبالوحدة النفسية هي العجز وتفكك العلاقات الاسرية وافتقاد الصداقة والعجز في اقامة علاقات مع مجتمع اكبر.

تعتبر مرحلة الطفولة المتأخرة من الفترات المهمة في تربية الأطفال، وترجع هذه الأهمية البالغة في حياة الطفل نظرا للمطالب النمائية لها. فنجدها تتسع وتغطي مجالات وجوانب متعددة في سبيل تكوين شخصيته، وتقع هذه المرحلة أثناء مباشرة الطفل لتعليمه المتوسط، فتتوسع مداركه بتوسع دائرته الاجتماعية ويكتسب العديد من المهارات والخصائص الجديدة ، فيزداد اعتماده على نفسه ويتحرر من التمرکز حول ذاته إلى تكوين علاقات صداقة مع أقرانه، كما يتميز الطفل في هذه المرحلة بالنشاط الجسماني الزائد الذي يبرز في نشاط اللعب إذ يعتبر اللعب النشاط الأساسي للطفل فهو مطلب من مطالب النمو وحاجة من حاجاته،

<sup>1</sup> ايمان بن سالم، (2017)، برنامج ارشادي جماعي لخفض الخجل لدى طالبات الصف التاسع في ولاية بلهلاء، سلطنة عمان، رسالة ماجستير، جامعة نزوى، ص13.

## الفصل التمهيدي

وبواسطته يكتشف العالم المحيط من حوله، فاللعب مدخل أساسي لنمو الطفل في الجوانب العقلية والاجتماعية والمهارية والحركية والوجدانية التي تساعده عند التحاقه بمرحلة التعليم المتوسط<sup>1</sup>،

نظرا إلى أن هذه المرحلة تعد مرحلة حساسة بالنسبة للتلميذ الذي مازال بحاجة إلى اللعب مما جعل الكثير من المعلمين يوظفون نشاط اللعب في عملية التدريس مما خلق إستراتيجية فعالة تعرف بإستراتيجية الألعاب التربوية، وتعرف الألعاب التربوية بأنها نشاط هادف يتضمن أفعال معينة يقوم بها المعلم والمتعلمين أو متعلم ومجموعة من المتعلمين من خلال إتباع قواعد معينة، لما تتمتع به من مميزات كثيرة ومتعددة لخدمة الأهداف الوجدانية والمعرفية<sup>2</sup>، كما أن الألعاب التعليمية ليست أنشطة استجمامية تهدف إلى الترفيه والتسلية فقط بل هي أنشطة صممت لتحقيق أهداف تعليمية، حيث يتم توظيف الميل الفطري للعب عند المتعلمين والمقرون بالمتعة في إحداث تعلم فاعل معزز بالرغبة والحماس والاهتمام<sup>3</sup>.

وهي وسيلة من وسائل التعليم التي يحتاجها المعلم في تعليم التلاميذ فهي تصلح في جميع مراحل التعليم، لكنها تبلغ ذروة أهميتها في المستويات الأولى من التعليم، كما يعد التدريس باستخدام الألعاب التربوية من أبرز الطرق والإستراتيجيات التدريسية التي تراعي سيكولوجية المتعلمين، فالتلميذ له دور إيجابي من خلال هذه الطريقة وهو يتميز بكونه عنصر نشط وفعال داخل الصف خلال العملية التعليمية، وهذا ما أشارت إليه دراسة الحسنى (2014): التي هدفت إلى معرفة أثر ممارسات الألعاب التربوية في تنمية بعض مهارات التعلم لدى تلاميذ التعليم الابتدائي، ومن المعروف أن التعلم عن طريق اللعب يعد من الأساليب الفعالة التي يؤيدها علم النفس والاتجاهات التربوية المختلفة، فيمكن أن يتعلم التلميذ عن طريق اللعب مالا يمكنه أن يتعلمه من غيره<sup>4</sup>.

وعليه جاء التساؤل التالي: ما مدى تأثير برنامج لعب مقترح وفق إستراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة أولى متوسط بمتوسطة نصيب الهادي الشافية؟

<sup>1</sup> دراجي ايمان، (2020)، دور الالعاب التربوية في تنمية بعض مهارات التفكير الرياضي لدى تلاميذ مرحلة التعليم

الابتدائي من وجهة نظر المعلمين، مذكرة ماستر، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة جيجل، ص21.

<sup>2</sup> فداء خالد شحادة (2013): أثر استخدام الألعاب التربوية في تحصيل طلبة الصف الرابع الأساسي في مادة الرياضيات بمدارس محافظة رام الله الحكومية، جامعة القدس المفتوحة، رسالة لاستكمال متطلبات نيل درجة البكالوريوس في تخصص

أساليب تدريس الرياضيات، ص 12.

<sup>3</sup> دراجي ايمان، نفس المرجع السابق، ص22.

<sup>4</sup> دراجي ايمان، نفس المرجع السابق، ص23.

### 2. الفرضيات:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في درجات الخجل لدى التلاميذ لصالح القياس البعدي.

### 3. اهمية الدراسة:

- أن للطفل أهمية في تنشئته نشأة سليمة خالية من أي مشكلات تعيق تفاعله مع المجتمع الذي يعيش فيه ومن بين هذه المشكلات التي تعيق تفاعله مع الناس مشكلة الخجل التي يجب القضاء عليها من أول الأمر.

- تتحدد الأهمية النظرية فيما توفره هذه الدراسة من بعض المعلومات، والمقترحات، والتوصيات المهمة عن التلاميذ الخجولين.

- تعتبر الدراسة حلقة في سلسلة الدراسات التي تركز على نواتج التدريس في الوقت الحالي، وفق استراتيجيات وطرق واساليب حديثة، بما يضمن التنمية الشاملة لمختلف الجوانب من شخصية المتعلم من خلال الاستفادة من خاصية التربية البدنية، في تنمية مختلف الجوانب وخاصة في الجانب النفسي.

- تعتبر الدراسة الأولى على حد اطلاع الباحث التي تناولت متغير الخجل وبرنامج لعب مقترح في البيئة الجزائرية.

- يمكن ان تقيد الدراسة المهتمين في طريقة انجاز الوحدات التعليمية وفق استراتيجية حل المشكلات
- تتمثل الأهمية العملية في الدراسة الحالية في إمكانية استخدام برنامج لعب قائم على استراتيجية حل المشكلات في خفض مستوى الخجل لدى تلاميذ سنة أولى متوسط.

- وقد يفيد البرنامج الاساتذة و مستشارين التوجيه في خفض مثل هذه الحالات والاستفادة منه في التغلب على مشكلة الخجل أو الحد منها بعد تطبيقه.

- إذا تم تطبيق مثل هذه البرنامج في المستقبل قد يثري لدينا دراسات أخرى، ويقترح أساليب جديدة لي اساتذة التربية البدنية والرياضية، وذلك من خلال تطبيقها في الحد من الاحساس بالخجل الذي يعانين منه التلاميذ

- توصية الباحثين في الجزائر بإجراء العديد من البحوث التي تخدم مجتمعنا الجزائري، وذلك لما تفتقره البلاد من بحوث ودراسات في هذا النوع.

### 4. اهداف الدراسة:

- بناء برنامج لعب وفق استراتيجية حل المشكلات في تخفيض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة أولى متوسط متوسطة نصيب الهادي الشافية ولاية الطارف.

## الفصل التمهيدي

- تقصي فاعلية هذا البرنامج اللعبي القائم على استراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة أولى متوسط متوسطة نصيب الهادي الشافية ولاية الطارف.

### 5. دوافع اختيار موضوع الدراسة:

- لا يمكن أن يختار الباحث موضوع بحث دون أن تكون له أسباب ومبررات ومنطلقات مرجعية يختار الباحث على أساسها موضوعه وقد تم اختيارنا لبحثنا هذا لدوافع موضوعية وأخرى ذاتية.

#### أولاً: دوافع ذاتية:

- ضرورة إنجاز هذا البرنامج ليكون مكملًا لنيل شهادة الماستر.
- الرغبة الشخصية في دراسة الظاهرة لمعايشتها عن قرب.
- اكتساب بعض التجارب والخبرة التي من شأنها أن تساعدنا في حياتنا العملية والمستقبلية.
- يمكننا دراسة هذا الموضوع والبحث فيه مستقبلاً من العمل كأساتذة تربية بدنية ورياضية في المؤسسات التربوية.

#### ثانياً: دوافع موضوعية

- قلة اهتمام الباحثين بموضوع الخجل لاعتبارهم أن هذه الظاهرة مماثلة للحياء و أن كل خجل هو مؤدب ولا يرون النظرة السلبية لهذه الحالة والتي من الممكن أن تتطور لمشاكل نفسية عديدة.
- عدم اهتمام الأساتذة بمشكلات وسلوكيات التلاميذ وعدم قدرتهم على التعرف على الاضطرابات النفسية التي يعانون منها.
- توعية أطراف العملية التعليمية بضرورة الكشف عن التلاميذ والقدرة على دراسة شخصياتهم ومشاكلهم من خلال ملاحظة سلوك التلميذ أثناء ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية.
- تناسب الموضوع مع طبيعة التخصص.
- عدم وعي الأساتذة بصفة عامة بأهمية استراتيجية حل المشكلات في العملية التعليمية ومالها من أهمية على التلميذ الذي يعتبر محور العملية التعليمية.
- عدم اهتمام الأساتذة بدور الألعاب التربوية في العملية التعليمية.
- إمكانية إنجاز العمل ميدانياً في المدة الزمنية المحددة.

### 6. تحديد مصطلحات الدراسة:

1. البرنامج: يمكن تعريفه إجرائياً أنه يتكون من سلسلة من الخطوات المنظمة والمنهجية التي يتبعها الباحث لتحقيق هدف معين، حيث يتم تحديد خطوات العمل وترتيبها بشكل محدد لتنفيذ مجموعة من الأوامر أو الإجراءات المحددة.

## الفصل التمهيدي

2. **اللعب:** ويعد جون بياجيه "اللعب مظهرا من مظاهر النمو العقلي حيث أنه يتسلسل مع تطور العمليات العقلية لدى الطفل، فاللعب لديه عبارة عن ابتهاج وظيفي، إذ يبدأ الطفل مع نموه في اختيار الألعاب التي تبهجه، ولذلك فهو يرفض أن تفرض عليه لعبة بعينها، وهو يتابع بنفسه كل جديد يجري حول اللعبة الأولى في يديه، وتتطور عابيه تماشيا مع مراحل الذكاء التي يمر بها<sup>1</sup>.
- ويعرف اللعب إجرائيا بأنه استجابة تلقائية وعفوية للطفل تجاه الألعاب والنشاطات الترفيهية التي نقدمها له، والتي تشعره بالاستمتاع والفرح وتطور مواهبه<sup>2</sup>
3. **استراتيجية حل المشكلات:** ان استراتيجية حل المشكلات عبارة عن نشاط ذهني معرفي يمر عبر خطوات مرتبة ومنظمة في ذهن الفرد، يستطيع أن يسير فيها بصورة الية إذا ما تمت السيطرة على كل عناصر العملية وخطواتها، ويطلق على استراتيجية حل المشكلات الاسلوب العلمي في التفكير فهي تقوم على اثارة تفكير واشعارهم بالقلق إزاء وجود مشكلة لا يستطيعون حلها بسهولة، ويتطلب إيجاد حل مناسب لها، بقيام المتعلمين بالبحث واستكشاف الحقائق التي توصل الى الحل ، ورغم التشابه العام بين مفهوم الاستقصاء ومفهوم حل المشكلات، الا أن هناك اختلاف دقيقا بينهما، فالاستقصاء ينتبع المعرفة لتوظيفها في حل المشكلة، الا أن هذا التتبع والبحث عن المعرفة يستمر إلى ما لانهاية، أما مفهوم حل المشكلة فإن البحث فيه وتتبع المعرفة ينتهيان بإيجاد حل مرضي للمشكلة<sup>3</sup>
4. **الخلج:** عرف الخجل بأنه خبرة نفسه تتشكل لدى الشخص نتيجة لبعض المثيرات التي تواجهه في حياته الاجتماعية وهي ذات طابع غير مألوف عندهم مما يؤدي إلى استثارة سلسلة مترابطة من الاستجابات الفسيولوجية والسلوكية والمعرفية والتي تقترن فيما بعد تلك المواقف أو المثيرات مما يجعل لها الدور الاساسي في ترسيخ خبرة الخجل وتثبيتها<sup>4</sup>.
5. **التميذ:** هو المحور الأول والهدف الأخير من كل العمليات التربوية والتعليم، وهو الذي من اجله تنشأ المدرسة وتجهز بكافة الإمكانيات<sup>5</sup>.

<sup>1</sup> عامر خليل إبراهيم العامري، أثر اللعب التمثيلي على قدرات التفكير الابتكاري لدى أطفال الرياض، الجامعة المستنصرية، كلية التربية الأساسية، ص 377.

<sup>2</sup> د. شهرزاد نوار، (2016)، نشاط اللعب وعلاقته بتممية التفكير الابتكاري لدى أطفال الروضة، مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية. جامعة قاصدي مرباح. ورقلة. (الجزائر). سبتمبر، العدد 26.

<sup>3</sup> ابوشريخ، شاهر نيبا (2008)، استراتيجيات التدريس، المجلد الاولى، عمان، الاردن، المعتر للنشر والتوزيع، ص 25.

<sup>4</sup> العبيدي، هيثم ضياء، (1999). الخجل وعلاقته بتقدير الذات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية الاداب، ص 90

<sup>5</sup> الطاهر سعد الله، (1991)، علاقة القدرة على التفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ص 9

6. مرحلة الطفولة المتأخرة: تعتبر هذه المرحلة همزة وصل بين مرحلتي الطفولة بمميزاتها وخصائصها وعفويتها ومرحلة المراهقة وما تتميز به من متغيرات على مستوى النمو الانفعالي والحركي الجسمي والاجتماعي.<sup>1</sup>

7. الدراسات السابقة:

1. الدراسات التي تناولت اللعب:

راسة جولد وبرج ( 1990 ) تحت عنوان "أثر استخدام إستراتيجية الألعاب في مهارة حل المسائل الرياضية لدى تلاميذ الصف السابع" وهدفت إلى التعرف على أثر استخدام إستراتيجية الألعاب في مهارة حل المسائل الرياضية لدى تلاميذ الصف السابع وتحديد العلاقة بين حل المسائل ومعامل الجنس، أما عينة الدراسة فقد اشتملت على مجموعتين من تلاميذ الصف السابع (100 تلميذ) في كل مجموعة أما الإجراءات فقد تضمنت تصميم البحث اختبارا قبليا وآخر بعديا واستمرت الدراسة (10 أسابيع متتالية) بمعدل جلسة كل أسبوع لمدة (45 دقيقة) وقدمت 16 إستراتيجية مختلفة للعب كما استخدم شكلان من المسائل اللفظية للحصول على مجموعة معلومات من الاختبارين القبلي والبعدي أما من أجل تحليل النتائج فقد استخدم تحليل التباين المصاحب كما استخدم اختبار T-TEST لعينتين مستقلتين تكملة لتحليل التباين المصاحب كوسيلة إحصائية وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

• وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) من حيث القدرة على حل المسائل اللفظية لصالح تلاميذ المجموعة التجريبية باستخدام الألعاب.

• كما أن استخدام الألعاب يؤدي إلى نمو القدرة على حل المسائل اللفظية بين الجنسين.

دراسة أبو زائدة (2006): بعنوان "أثر استخدام الألعاب التعليمية في تدريس الرياضيات على تنمية التفكير الإبداعي لدى تلاميذ الصف السادس من التعليم الأساسي بمحافظة غزة"، والتي هدفت إلى التعرف على أثر استخدام الألعاب التعليمية في تدريس الرياضيات على تنمية التفكير الإبداعي لدى تلاميذ الصف السادس من التعليم الأساسي بمحافظة غزة، حيث أعد مجموعة من الألعاب التعليمية الملائمة لتدريس وحدة الكسور العادية لتلاميذ الصف السادس أساسي، وكانت عينة الدراسة عينة قصدية من شعبتين واستخدم الباحث الأدوات التالية: اختبار القدرة على التفكير الإبداعي، ألعاب تعليمية من إعداد الباحث ، استخدم الباحث المنهج التجريبي وكان من أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجة نفس العينة التجريبية الذين درسوا باستخدام الألعاب التعليمية في أدائها على اختبار الإبداع الرياضي في القياسين القبلي والبعدي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات تلاميذ

<sup>1</sup> الوثيق المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية مرحلة التعليم المتوسط، (2016)، ص3.

## الفصل التمهيدي

المجموعة الضابطة الذين درسوا باستخدام الألعاب التعليمية على اختبار الإبداع الرياضي في القياس البعدي.

### 2. الدراسات التي تناولت استراتيجية حل المشكلات:

دراسة سمر امين الشمالية(2015): بعنوان "تأثير مناهج تعليمي محسوب قائم على استراتيجية حل المشكلات في تعليم بعض مهارات الجمباز وتحسين مستوى التفكير التأملي والإبداع الحركي لدى الطالبات في البحرين، هدفت هذه الدراسة الى التعرف الى اثر تصميم مناهج محسوب في تعليم بعض مهارات الجمباز باستخدام استراتيجية حل المشكلات على مستوى التفكير التأملي والإبداع الحركي والأداء المهاري لدى الطالبات في البحرين، تكونت عينة الدراسة من (51) طالبة من طالبات مدرسة النور في البحرين، تم تقسيمهم الى مجموعتين متكافئتين، طبقت المجموعة الاولى (التجريبية) المنهج المحسوب القائم على استراتيجية حل المشكلات، والمجموعة الثانية (الضابطة) استخدمت المنهج القائم على الطريقة المعتادة بالتدريس، استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة، الأساليب الإحصائية المستخدمة كانت عبر المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معامل ارتباط بيرسون، اختبار كرونباخ الفا، واختبار (T-TEST) اظهرت نتائج الدراسة ان البرنامج التعليمي المحسوب القائم على استراتيجية حل المشكلات كان له اثر ايجابي في تعلم مهارات الجمباز (الدرجة الامامية المكورة، الدرجة الخلفية المكورة، الدرجة الامامية فتحا، الدرجة الخلفية فتحا، الوقوف على الذراعين، العجلة البشرية، الميزان الأمامي، الدرجة المفرودة) وأظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية على مستوى التفكير التأملي ومستوى الإبداع الحركي والأداء المهاري لصالح المجموعة التجريبية، وفي ضوء نتائج الدراسة اوصت الباحثة بإدخال البرنامج التعليمي المحسوب القائم على استراتيجية حل المشكلات في التدريس، وتعزيز عمليات التفكير وتدريب الطلبة عليها في الألعاب الرياضية المختلفة، لما لها من اثر في تنمية الإبداع الحركي ورفع مستوى الاداء المهاري

دراسة نسيمة محبوبي (باتنة، 2013) بعنوان: علاقة استراتيجية حل المشكلات بتنمية التفكير الإبداعي (العام والحركي) خلال حصة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ ثالثة ثانوي ذكور، تكونت عينة الدراسة القصدية من (30) متعلما من السنة ثالثة ثانوي، موزعين على قسمين للعلوم التجريبية، تم اختيارهما عشوائيا ليمثل احدهما المجموعة التجريبية الأولى التي درس افرادها وحدة تعلمية في كرة اليد بأسلوب حل المشكلات ومثل القسم الاخر المجموعة التجريبية الثانية والتي درس متعلموها وحدة تعلمية بالأسلوب الامري، وتم استخدام اختبار التفكير الإبداعي العام لتورانس، واختبار التفكير الإبداعي الحركي للمياء الديوان، بالإضافة الى وحدة تعلمية في كرة اليد، وقد توصلت الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي في تنمية بعض المهارات الإبداعية الحركية (الطلاقة الحركية، المرونة

الحركية، الأصالة الحركية)، كما توصلت لوجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاختبار البعدي في تنمية بعض المهارات الابداعية العامة (الطلاقة العامة، المرونة العامة، الأصالة العامة)، كما توصلت لوجود فروق ذات دلالة احصائيا في الاختبارات البعدية لتنمية بعض المهارات الحركية (الطلاقة، المرونة، الأصالة) بين الاسلوبين لصالح حل المشكلات، وكذلك وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية للتنمية بعض المهارات الابداعية الحركية (الطلاقة الحركية، المرونة الحركية، الاصالة الحركية) بين الاسلوبين لصالح اسلوب حل المشكلات، واوصت الباحثة في النهاية بتطبيق اسلوب حل المشكلات لانه يكسب المتعلمين اليات التفكير ويطور التفكير الابداعي لديهم.

### 3. الدراسات التي تناولت الخجل:

**أجر عنتر (2006)** دراسة في الخجل وعلاقته بأبعاد المهارات الاجتماعية وفاعلية تدريب المهارات الاجتماعية في خفض الشعور بالخجل على (427) طالبة من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الإسماعيلية بجامعة قناة السويس تتراوح أعمارهن بين 17-18 سنة وتكونت العينة من (50) طالبة تم تقسيمهن إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بصورة متكافئة واستخدمت الباحثة مقياس الخجل المعد من قبل مایسة النیال ومدحت أبو زید، (1999) ومقياس المهارات الاجتماعية من إعداد محمد السيد عبدالرحمن (1992) وأسفرت النتائج إلى أن الأشخاص الخجولين يعانون من نقص في المهارات التعبير الاجتماعية والانفعالي من نقص في المهارات الاجتماعية عموما والضبط الاجتماعي والانفعالي بصورة خاصة.

**أما دراسة عطار (2007)** استهدفت إلى التعرف على العلاقة بين المهارات الاجتماعية والخجل والتحصيل الدراسي لدى الطالبات من مراحل دراسية مختلفة (متوسطة - ثانوية - جامعية) والتعرف على الفروق بين الطالبات من تلك المراحل الدراسية في المهارات الاجتماعية والخجل وتحديد مدى إسهام كمال من متغيري المهارات الاجتماعية والخجل في التحصيل الدراسي في المراحل التعليمية المختلفة، وقد تكونت عينة الدراسة من ثلاث مجموعات من الإناث بثلاث مراحل دراسية المجموعة الأولى تتكون من (96) طالبة بالمرحلة المتوسطة، والمجموعة الثانية تتكون من (87) طالبة بالمرحلة الثانوية، والمجموعة الثالثة تتكون من (106) طالبة بالمرحلة الجامعية طبق عليهم مقياس المهارات الاجتماعية ومقياس الخجل وقد أسفرت الدراسة عن وجود ارتباط بين بعض أبعاد المهارات الاجتماعية والتحصيل في المراحل الدراسية المختلفة (متوسطة، ثانوية، جامعية)، ووجدت فروق دالة في المهارات الاجتماعية (الأبعاد والدرجة الكلية) باختلاف المراحل الدراسية ووجدت فروق دالة بين متوسطات الدرجات على مقياس الخجل (الأبعاد والدرجة الكلية) باختلاف المراحل الدراسية وفي المرحلة المتوسطة أسفر تحليل الانحدار عن اختيار عاملين فقط هما أفضل منبئين بالتحصيل الدراسي، وهما الشعور بعدم الراحة من أبعاد الخجل

## الفصل التمهيدي

والحساسية الاجتماعية من أبعاد المهارات الاجتماعية، وفي المرحلة الثانوية أسفر تحليل الانحدار عن اختيار عامل واحد فقط هو الشعور بعدم الراحة من أبعاد الخجل، وفي المرحلة الجامعية أسفر تحليل الانحدار عن اختيار عاملين هما أفضل منبئين بالتحصيل الدراسي، وهما المرونة الاجتماعية من أبعاد المهارات الاجتماعية، والشعور بعدم الراحة من أبعاد الخجل.

**كما هدفت دراسة محمد (2010) التعرف على مستوى الشعور بالخجل وسلوك العزلة لدى عينة من طالبات جامعة الانبار، ومعرفة العالقة بينهما، وقد بلغت عينة البحث (150) طالبة من الصفوف الأولى والثانية، وقد استخدمت الباحثة مقياس (التكريتي 2001) لقياس الخجل ومقياس (الجنابي 2008) لقياس سلوك العزلة، وأسفرت النتائج بوجود عالقة موجبة دالة بين الخجل وسلوك العزلة.**

#### 4. اوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة التي تطرقت لموضوع: "اثر برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة اولى متوسط بمتوسطة نصيب الهادي الشافية" وتناولته من زوايا مختلفة، حيث قامت الباحثة من الاستفادة الفرضيات التي وضعها الباحثون السابقون وهذا ما جعل الفرضية اكثر تميزا ودقة، وكذلك الاستفادة من الدراسات السابقة هو الاستفادة من الاخطاء التي وقع فيها الباحثون وتجنب الوقوع فيها، وكذلك ساعدت الدراسات في تحديد مشكلة البحث لدى الباحث، وايضا امداده كافة المعلومات التي يحتاجها في هذا الموضوع، اكساب الباحث الكثير من الخبرة ويجعل من الموضوع البحث اكثر دقة ونظام، تجنيب الباحث الابتعاد عن الموضوعات المتكررة، وهو ما ساعد على اجراء هذا البحث، الاستفادة من الادوات المستخدمة في الدراسة خاصة مقياس الخجل للدريني وكذلك كيفية اجراء برنامج، وكذلك ساعدت الدراسات السابقة في اختيار المنهج الذي اعتمدت عليه الباحثة في الدراسة لأنه الانسب وهو المنهج التجريبي بالتصميم الشبه تجريبي، وكذلك الاستفادة من طريقة اختيار العينة والمجتمع المناسبين لدراسة، من خلال الدراسات السابقة تم الاستفادة من طريقة اختيار الادوات الاحصائية المناسبة لحساب صدق وثبات الادوات وكذلك بعض الاختبارات المتعلقة بدراسة الفروق.

# الجانب النظري

# الفصل الأول

## اللعب

## الفصل الأول: اللعب

---

تمهيد:

تعد الألعاب من أهم الأنشطة التي يمارسها الطفل في حياته خصوصا في مرحلة الطفولة المبكرة، وتقوم بدور رئيس في صقل شخصيته وإشباع حاجاته ورغباته وتحقيق النضج والنمو وإكسابه المهارات الحركية والجسمية والعقلية والاجتماعية، وهي ظاهرة سلوكية عامة تسود عالم الكائنات الحية سواء الإنسان أو الحيوان وتعتبر محور العملية التعليمية، ولها دور أساسي في استثمار دافعية المتعلم وبقاء أثر التعلم، وتعمل على إثارة روح المنافسة مع الذات ومع الآخرين.

## الفصل الأول: اللعب

### 1. اللعب:

1.1. لغة: جاء في لسان العرب لابن منظور اللعب ضد الجد، لعب يلعب لعبا ولعب وتلاعب وتلعب مرة بعد أخرى<sup>1</sup>.

فاللعب هو فعل يرتبط بعمل لايجدي او بالميل الى السخرية بل هو نشاط ضد الجد، جاء في القرآن الكريم بقوله تعالى: (الذين اتخذوا دينهم لعبا ولهوا) الانعام -70-، وفي موضوع اخر قال تعالى: (فذرهم يخوضوا ويلعبوا) الزخرف-83-.

وجاء اللعب بمعنى الاستمتاع والتسلية على لسان إخوة يوسف لأبيهم قال تعالى: (أرسله معنا غدا يرتع ويلعب) يوسف<sup>2</sup>.

يعرف اللعب لغوياً، وكما ورد في قاموس المحيط، بأنه مصدر للفعل لعب ومعناه ضد جد، وهذا يعني انتقاء صفة الجدية عن اللعب بعكس العمل. كما يتضمن مفهوم اللعب، كما ذكر في قاموس المنجد، المزاح، وفعلٍ فعلاً بقصد اللذة أو التتزه<sup>3</sup>.

يتبين لنا من خلال التعريف اللغوي اللعب على انه ضد الجد اي لا يجدي اي نفع هدفه المرح والترويح عن النفس.

2.1. اصطلاحاً: كما يعرفه تايلور Taylor: على أنه أنفاس الحياة بالنسبة للطفل، إنه حياته وليس مجرد طريقة لتمضية الوقت، وإشغال الذات<sup>4</sup>.

ويعرفه أوتو وينجر (1983) بأنه الطريقة التي يستطيع بها الطفل التفاهم مع الواقع، فمن خلال اللعب يستطيع الأطفال مراجعة أفكارهم وأيضاً يستطيعون تشكيل وسائل تمكنهم من استخدام تلك الأفكار<sup>5</sup>.

<sup>1</sup> لسان العرب لابن منظور. دار صادر. بيروت، لبنان، ط1. مادة لعب. ص 739

<sup>2</sup> محمد محمود الحيلة، لألعاب التربوية وتقنيات إنتاجها "سيكولوجيا وتعليميا وعلميا"، أستاذ تكنولوجيا التعليم. جامعة الشرق الأوسط الدراسات العليا. دار المسيرة. عمان. ص 33

<sup>3</sup> سامي محسن الختاتنة. سيكولوجية اللعب. دار الحامد للنشر والتوزيع. الاردن. ص15.

<sup>4</sup> دورة التعلم باللعب. خطوات توظيف الألعاب التربوية. مركز التدريب والتطوير. الجابية. إعداد: الموجه الفني. ناصر عبد الله المزيدي. إدارة التعليم الخاص. ص 03.

<sup>5</sup> سامي محسن الختاتنة. نفس المرجع السابق. ص15.

## الفصل الأول: اللعب

ومن التعريفات السلوكية تعريف برونر (1972) ويعرف اللعب بأنه هو السلوك الذي يتيح للكائن، أن يكون قادرا على الاكتشاف والتدريب على استراتيجيات سلوكية جديدة<sup>1</sup>.

وتعرفة "ناهده عبد زيدان" بأنه نشاط موجه أو غير موجه يمارسه الطفل أو المتعلم لغاية التسلية والمتعة ويستثمره الكبار ليساهم في انماء شخصية الطفل أو المتعلم بأبعادها العقلية والبدنية والانفعالية والاجتماعية<sup>2</sup>.

ويعد جون بياجيه "اللعب مظهرا من مظاهر النمو العقلي حيث أنه يتسلسل مع تطور العمليات العقلية لدى الطفل، فاللعب لديه عبارة عن ابتهاج وظيفي، إذ يبدأ الطفل مع نموه في اختيار الألعاب التي تهجه، ولذلك فهو يرفض أن تفرض عليه لعبة بعينها، وهو يتابع بنفسه كل جديد يجري حول اللعبة الأولى في يديه، وتتطور العابه تماشيا مع مراحل الذكاء التي يمر بها<sup>3</sup>.

أما علم النفس: فيعرف اللعب بأنه نشاط يقوم به البشر بصورة فردية أو جماعية لغرض الاستمتاع دون دافع آخر.

**3.1. اجرائيا:** ويعرف اللعب إجرائيا بأنه استجابة تلقائية وعفوية للطفل تجاه الألعاب والنشاطات الترفيهية التي نقدمها له، والتي تشعره بالاستمتاع والفرح وتطور مواهبه<sup>4</sup>.

نستنتج مما سبق أن اللعب نشاط ضروري ومهم يساهم في بناء شخصية الطفل كما ينمي قدراته العقلية والجسمية والوجدانية ويزيد في ثقته بنفسه ويحقق في الوقت ذاته المتعة والتسلية، كما ينمي روح المنافسة ويكشف عن ذات الطفل ويكسر حاجز الأنانية والتكبر.

### 2. مفهوم اللعبة:

**1.2. لغة:** هي اسم يدل على نوع اللعب وشكله ومضمونه وأجزائه.

<sup>1</sup> سامي محسن الختاتنة. نفس المرجع السابق. ص15.

<sup>2</sup> كتاب الالعاب الصغيرة. المكتبة الرياضية الشاملة. ص7.

<sup>3</sup> عامر خليل إبراهيم العامري، أثر اللعب التمثيلي على قدرات التفكير الابتكاري لدى أطفال الرياض، الجامعة المستنصرية، كلية التربية الأساسية، ص377.

<sup>4</sup> د. شهرزاد نوار، (2016)، نشاط اللعب وعلاقته بتسمية التفكير الابتكاري لدى أطفال الروضة، مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية. جامعة قاصدي مرباح. ورقلة. (الجزائر). سبتمبر، العدد 26.

## الفصل الأول: اللعب

**2.2. اصطلاحا:** يعرف بلقيس: "اللعبة بأنها نشاط أو مجموعة من ألوان النشاط المنظم التي يمارسها الفرد متفردا، أو مع جماعة أو مجموعة لتحقيق غاية معينة".

ويعرف ويزنجا "اللعبة بأنها نشاط أو عمل إداري، يؤدي في حدود زمان ومكان معينين حسب قواعد وقوانين مقبولة وموافق عليها من قبل من يمارسها، وتكون ملزمة ونهائية في حد ذاتها ويرافق الممارسة شئ من التوتر والترقب والبهجة واليقين، إنها تختلف من واقع الحياة الحقيقية<sup>1</sup>.

**3. مفهوم الألعاب التربوية:** هي نوع من الأنشطة المحكمة الإطار لها مجموعة من القوانين التي تنظم سير اللعب وعادة ما يشترك فيها اثنان أو أكثر للوصول إلى أهداف سبق تحديدها ويدخل في هذا التفاعل عنصر المنافسة وعنصر الصدفة، وينتهي اللعب عادة بفوز أحد الفريقين<sup>2</sup>.

وهي من الاستراتيجيات الهامة والأساسية في تنمية مهارات التفكير لدى الطلاب وخاصة في المراحل الأولى من الدراسة، كما يعد التدريس باستخدام الألعاب التعليمية من أبرز الطرق والاستراتيجيات التدريسية التي تراعي سيكولوجية المتعلمين<sup>3</sup>.

وهناك من عرفها على انها شاط تعليمي منظم منطقيا ويبدل فيه اللاعبون جهودا كبيرة ويتفاعلون معا لتحقيق أهداف محددة وواضحة في ضوء قوانين وقواعد معينة موضوعة مسبقا<sup>4</sup>.

من خلال ما سبق نستنتج بأن الألعاب التربوية هي من أهم استراتيجيات الدرس الناجح وتعتبر عنصرا فعالا وأساسيا على المعلم أن يتسلح به، حيث تبنى هذه الأخيرة على مجموعة من القوانين والمبادئ التي لا بد من الالتزام بها، يبذل فيها الطلاب جهودا لتحقيق أهداف مسطرة مسبقا، هدفها تنمية المهارات الفكرية لدى الطفل وبناء شخصيته وإشباع حاجاته، ويعتبر التنافس والحظ عاملان مهمان في هذه العملية.

<sup>1</sup> حنان عبد الحميد العناني، (2014)، اللعب عند الأطفال، الأسس النظرية والتطبيقية، دار الفكر، عمان، ص 18.

<sup>2</sup> زهير خليف، (2009)، الألعاب التربوية المتكاملة، رياض الأطفال والمرحلة الأساسية العليا، التقنيات التربوية وتكنولوجيا المعلومات، مديرية التربية والتعليم، قلقليه مشرف علم شبكة الأوس التعليمية، ص 06.

<sup>3</sup> هشام سمير دويكات، (2017)، الألعاب التربوية في صفوف المرحلة الأولى، تخصص المرحلة الدنيا، صفحة الطالب المتميز، 2010 الفصل الدراسي الأول، ص 02.

<sup>4</sup> الألعاب التعليمية، الوسائل التعليمية، سارة علي بابونس، ws.Msky 1/2018 أطلع عليه بتاريخ 2020/05/09

## الفصل الأول: اللعب

### 4. انواع الالعاب التربوية:

#### 1. من حيث المشاركين: وهي نوعين: فردية وجماعية.

• **فردية:** فهناك ألعاب لا تحتاج عددا كبيرا من الأشخاص بل يكفي أن يؤديها شخص واحد مثل: الجري، تاوئب الطويل، رمي الجلة.

• **جماعية:** فهي التي يشترك فيها شخصين أو أكثر مثل: كرة السلة والطائرة واليد وغيرها.

#### 2. من حيث المواد المستخدمة: فهناك ألعاب تحتاج إلى بعض المواد لتتم اللعبة بنجاح منها :

• **مواد وأجهزة:** كرات، اقماع، حبل، دوائر، صحن، حواجز .

• **ورقية:** أوراق ملونة، طائرة ورقية، أوراق لصور وأسماء الخضر والفواكه والحيوانات...

• **بدون مواد أو مواد قليلة:** والتي تعتمد على ذكاء الأطفال نوعا ما كل لغز أو كتمثيل الأدوار أو الأحاجي.<sup>1</sup>

#### 3. من حيث توقيت عرضها

• **افتتاحية:** تكون في بداية البرنامج وهي تمهيد للعبة هدفها كسر الحواجز النفسية وإزالة الرهبة والخجل من نفوس الأفراد وهي سهلة غير معقدة ولا تستغرق وقتا طويلا وغالبا تكون ما بين 50 أو 15 دقيقة.<sup>2</sup>

• **منشطة:** وغالبا ما يستخدم هذا النوع من الألعاب عند طول أو صعوبة البرنامج حيث يشعر الأفراد بالملل والإرهاق وهنا يأتي دور الألعاب المنشطة في تجديد النشاط وإزالة الملل من نفوس الأفراد وجذب انتباههم مرة أخرى، حيث لا يخطط لهذه الألعاب مسبقا وإنما يلجأ إليها المعلم كلما اقتضت الحاجة لذلك، وتفضل الألعاب التي تتضمن نشاطا عضليا أكثر من النشاط العقلي.

• **مراجعة:** تأتي في نهاية البرنامج كالمحاضرة أو الدورة وهي عبارة عن تمارين أو ألعاب خفيفة لا تستغرق أكثر من 15 دقيقة، هدفها مراجعة ما تم تقديمه خلال البرنامج للتأكد من ان الافراد قد استوعبوا المفاهيم الاساسية، وللتأكيد على بعض المفاهيم المهمة.<sup>3</sup>

#### 4. من حيث طبيعتها: وتختلف حسب اختلاف الألعاب فمنها:

<sup>1</sup> الألعاب التعليمية. الوسائل التعليمية. سارة علي بابونس. MSKY.WS/UPLOADS/ 1/2018 أطلع عليه بتاريخ

2020/05/09 على الساعة 09:14

<sup>2</sup> عثمان محمد الخضر، الألعاب التربوية مهارات إبداعية في التربية والتعليم، شركة الإبداع الفكري، الكويت، ص 21.

<sup>3</sup> عثمان محمد الخضر، الألعاب التربوية مهارات إبداعية في التربية والتعليم، ص 22.

## الفصل الأول: اللعب

- **تنافسية:** وهي العاب تحتاج الى جهد عقلي او عضلي حركي وتكون بين أفراد أو مجموعات كلعبة تركيب الأشكال او لعبة شد الحبل او السباق... تعتمد هذه الألعاب على التحدي والمنافسة مثل: المباريات، سباقات داخل الصف.
  - **تمارين:** هي عبارة عن مفهوم محدد يحاول المقدم توصيله للمشاركين لا تعتمد على قدرة الفرد في حل المشكلات وانما على مدى استيعابه للمفهوم المطروح وعلى قدرته على اسقاط ما تعلمه على الواقع.
  - **مسائل عقلية:** هي نوع من الألعاب تتطلب من الفرد نشاطا ذهنيا لحلها، وهي تكتشف عن مدى قدرة الفرد على تحليل وحل المشكلات وأغلب أنواعها من النوع الورقي إلا ان بعضها يستلزم بعض المواد لعرضها.
  - **المحاكاة:** من اشهر العاب المحاكاة ألعاب الحرب او قيادة السيارة وقيادة الطائرة فعند تدريب الشخص على إحدى هذه الألعاب لا بد من إرفاقه بشخص آخر لمساعدته عند الوقوع في الخطأ أثناء الأداء حتى لا يترتب على الفرد أي ضرر<sup>1</sup>.
  - **تمثيل الأدوار:** وضع الفرد في موقف تمثيلي افتراضي دون علمه للكشف عن ردة فعله أثناء ذلك الموقف مثل: كيف يتعامل الفرد أمام شخص غاضب، أو كما هو حاصل في برنامج الكاميرا الخفية، وتمثيل الأدوار طريقة ممتعة وغير مكلفة.
  - **دراسة الحالة:** وفيها يتم عرض مشكلات واقعية من واقع بيئة عمل الفرد، حيث يطلب منه ومن مجموعته تحصيل المشكلة وتقديم حلول لها ثم المقارنة بين الحلول المقترحة وما تم فعلا في الواقع وهي طريقة فعالة في التدريب تتطلب مهارة في اختيارات وتصميم الحالة<sup>2</sup>.
- 5. من حيث المكان المناسب:**
- **داخلية:** في مكان مغلق كالبيت مثلا: لعبة الأحاجي والألغاز - الكلمات المتقاطعة.
  - **خارجية:** في الهواء الطلق مثل: السباق أو مباريات كرة القدم وكرة السلة وغيرها.
- 6. من حيث الجانب الإنساني المستخدم:**
- **ذهنية عقلية:** التي تعتمد على التخمين والتفكير والتحليل كالمسائل الرياضية وحل الألغاز.

<sup>1</sup> المرجع نفسه. ص 18-19.

<sup>2</sup> عثمان محمد الخضر، الألعاب التربوية مهارات إبداعية في التربية والتدريس، ص 20.

## الفصل الأول: اللعب

• عضلية حركية: وهي التي تعتمد على الحركة الجسمية مثل: ألعاب التسلق والجري والوثب والشد.

### 5. فوائد وأهمية الألعاب التربوية:

للألعاب التربوية أهمية كبيرة وفوائد متعددة في حياة الطفل، حيث انها تساهك بشكل كبير في بناء شخصيته ونموه، وذلك من خلال تنمية مختلف الجوانب العقلية، أو المعرفية، أو الاجتماعية، أو الوجدانية، أو الانفعالية، وتكمن هذه الأهمية في النقاط التالية :

✓ تنمية مهارات التفكير، كالتذكر والاستنتاج والفهم والتخيل وحل المشكلات.  
✓ يعتبر اللعب وسيطا لتعلم وتعليم الطفل المعرفة والحقائق المتعلقة بخواص الأشياء.  
✓ مساعدة الطفل في التعبير عن طاقاته ومواهبه، وتنمية تفكيره الإبداعي من خلال أنشطة اللعب المختلفة.

✓ مساعدة الطفل في إدراك العالم من حوله والتحكم في البيئة التي يعيش فيها، حيث يستطيع أن يتزود بمعلومات لا يمكنه منها المنهاج المدرسي<sup>1</sup>.

✓ تنمي مهارة الاتصال اللفظي وغير اللفظي.

✓ تسهل تعلم العمليات الصعبة.

✓ تشرك المتعلم إيجابيا في عملية التعلم.

✓ تغيير من دور المعلم فهي لم تصبح المصدر الواحد للمعلومات.

✓ تعود الطالبات على صنع القرار وتحمل المسؤولية<sup>2</sup>.

✓ تشكل تواصل متبادل بين الأطفال داخل الصف.

✓ تعمل الألعاب على كسر الفروق الفردية بين الطلاب فينظم التعلم وفقا لقدرات الطلاب.

✓ تنمية النواحي الاجتماعية والوجدانية للطفل.

✓ تخلص الأطفال من توتراتهم النفسية المختلفة وحل مشكلاتهم.

✓ تنمية القدرة التعبيرية لدى الأطفال.

<sup>1</sup> بشرى عمر يونس، (2015)، أثر استخدام الألعاب التربوية في تنمية بعض مهارات التفكير في الرياضيات والميول نحوها

لدى تلاميذ الصف الثالث أساسي، مذكرة ماجستير في المناهج وطرق التدريس بكلية التربية في الجامعة الإسلامية غزة، ص

<sup>2</sup> زهير خليف، لألعاب التربوية المتكاملة رياض الأطفال والمرحلة الأساسية العليا، ص7.

## الفصل الأول: اللعب

- ✓ مساعدة الطفل على النمو الجسمي المتوازن.
  - ✓ يعزز انتماء الطفل للجماعة والمقصود داخل الصف الزملاء<sup>1</sup>.
  - ✓ ينمي العضلات ويصرف الطاقة الزائدة عند الطفل وذلك عن طريق نشاط الطفل كالركض والقفز والتسلق.
  - ✓ من خلال اللعب يتعلم الطفل سلوكيات خلفية كالعدل والصدق والأمانة وضبط النفس والصبر.
  - ✓ تحقيق النمو السليم للطفل بالتربية الواعية<sup>2</sup>.
  - ✓ يساهم على تنمية الحواس ويدربها و يربطها بعمليات الإدراك والتعليم.
  - ✓ يوفر للطفل فرص الابتكار والإبداع والتشكيل.
  - ✓ مساعدة الطفل على فهم ذاته وتقبل الآخرين ومعرفة العالم المحيط به.
  - ✓ يمهّد لعمليات التحكم بالنفس وضبط الذات<sup>3</sup>.
6. مراحل توظيف الألعاب التربوية داخل الصف:

تمر عملية اللعب بمجموعة من المراحل الرئيسية في الدرس يمكن للألعاب التربوية أن تستخدم فيها بشكل فعال وهي كالاتي:

أ. مرحلة ما قبل اللعب أو ما يسمى بمرحلة الإعداد: والتي تكون في بداية الدرس وفيها يتعرف الطفل إلى اللعبة من كافة نواحيها المواد والقوانين أو المبادئ المستخدمة، بالإضافة إلى المكان المناسب لتنفيذها وتحديد وقتها مع شرح قواعدها والتأكيد على اهدافها المرجو تحقيقها، كما يتعرف فيها الفرد على المشاركين في اللعبة واعمارهم وقدراتهم الاستيعابية<sup>4</sup>.

ب. مرحلة التنفيذ: وهي المرحلة التي يقوم فيها المتعلمون باللعب ويكون فيها اللعب تحت إشراف المعلم في البداية، حيث يكون بمثابة الموجة والمرشد للتلاميذ من أجل السير الصحيح للعبة، وذلك

<sup>1</sup> الألعاب التربوية في العملية التعليمية. موقع البرق News . بقلم حنان جلال عليمي. 2015/06/23.

<sup>2</sup> العلاج باللعب إعداد أخصائي نفسي بجمعية احتياجات خاصة بالقاهرة. هاني العسلي.

<sup>3</sup> فاعلية العلاج باللعب في تنمية اللغة لدى الأطفال المضطربين لغوياً، إعداد: شيماء صبحي أبو شعبان، إشراف: أنور عبد العزيز العبادسة، رسالة ماجستير في تخصص الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، قسم علم النفس، الجامعة الإسلامية غزة، 1430هـ - 2010م.

<sup>4</sup> زيد الهودي، الألعاب التربوية إستراتيجية لتنمية التفكير، ص 55.

## الفصل الأول: اللعب

من أجل تحقيق الأهداف المرغوبة والتي من أهمها اكتساب خبرات تعليمية وتنمية تفكير الطلاب الذين يمارسون اللعب<sup>1</sup>.

ت. **مرحلة التقويم:** يتم من خلالها التعرف على نقاط القوة والضعف لدى الأطفال ومعالجتها، ويقوم فيها المعلم بتقييم مدى نجاح الطلبة في تحقيق الهدف المطلوب<sup>2</sup>.

ث. **مرحلة المتابعة:** وهي المرحلة التي يسعى فيها المعلم جاهداً إلى متابعة التلاميذ طوال المراحل المختلفة، حيث يعمل على تنوع الأساليب التي تؤدي إلى زيادة الخبرة بالتدرج المنطقي بالتنوع بالألعاب التربوية يؤدي إلى الحصول على الخبرة نفسها حتى تتأكد من أن التلميذ وصل إلى المستوى المناسب من الأداء وبذلك ينتقل إلى الخبرة التالية<sup>3</sup>.

### 7. خصائص وسمات الألعاب التربوية:

تعد الألعاب التربوية أحد أهم الوسائل التعليمية الحديثة، حيث أصبحت تشكل جزءاً كبيراً من العملية التعليمية وخاصة في مرحلة الطفولة المبكرة (أطفال الروضة) والسبب في ذلك هو تميزها بعدة خصائص ومزايا مقارنة بالوسائل الأخرى منها:

- ✓ مخاطبتها لأكثر من حاسة وهذا يزيد من ثبات المعلومة أو السلوك لدى المشارك.
- ✓ تعتبر من أهم وأكثر الوسائل التي تجذب انتباه الأطفال.
- ✓ تزيد من دافعية الفرد وحب المشاركة.
- ✓ تكسب المقدم حب المشاركة.
- ✓ تعكس الألعاب التربوية سلوك الفرد لأنها تحاكي أكثر الواقع الذي يعيش فيه.
- ✓ تقوي العلاقات الاجتماعية بين الأفراد.
- ✓ الألعاب تزيد وتعزز ثقة الفرد بنفسه.
- ✓ الألعاب مناسبة في تأكيد المعاني التربوية التي تم تلقينها سماعاً.
- ✓ معظم الألعاب غير مكلفة الثمن يمكن لأي فرد اقتنائها<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> المرجع السابق. ص 56.

<sup>2</sup> المرجع السابق ص 56.

<sup>3</sup> علي بن تقي القبطان، (2009)، إستراتيجية التعلم باللعب، سلطنة عمان. وزارة التربية والتعليم، ص 30.

<sup>4</sup> عثمان محمد خضر، الألعاب التربوية مهارات إبداعية في التربية والتعليم، ص 12-13.

## الفصل الأول: اللعب

- ✓ تحقق السرور والمتعة داخل غرفة الصف وتقضي على الملل.
- ✓ تنمي روح التعاون بين الأفراد وتخلصهم من الأنانية والغرور.
- ✓ تشبع حاجات المتعلم الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية.
- ✓ توظف طاقات الجسم الحركية والنفسية بلا تعب<sup>1</sup>.

### 8. دور المعلم في توظيف اللعب داخل الصف:

لقد أصبح اللعب وسيلة ضرورية من وسائل التعليم وجزء مهما في حياة الطفل استنادا لما حققه من نتائج مبهرة في اكتساب المعارف للأطفال، والتي يعود الفضل فيها إلى المعلم الذي يعتبر أساس نجاح العملية التعليمية، وذلك من خلال جمع المبادئ التربوية المعتمدة في تدريس المنهاج ويتم ذلك عن طريق إتباع مجموعة من الإجراءات المتمثلة في:

- ✓ قيام المعلم بإجراء دراسة للألعاب الموجودة في بيئة الطفل لأن كل طفل ينتمي إلى بيئة وثقافة معينة.
- ✓ التعرف إلى الأهداف التي تحققها اللعبة.
- ✓ مراعاة المعلم ميول الطفل ورغباته وأن تكون هذه الألعاب مناسبة لخبراته<sup>2</sup>.
- ✓ تقديم المساعدة والتدخل في الوقت المناسب.
- ✓ تقويم مدى فعالية اللعب في تحقيق الأهداف التي خطط لها.
- ✓ ان تكون قواعد اللعبة واضحة وسهلة وغير معقدة.
- ✓ ان يمنح لكل طالب دوره ويكون واضحا في اللعبة.
- ✓ ان تكون الألعاب هادفة ومفيدة وفي الوقت نفسه ممتعة<sup>3</sup>.
- ✓ حماية المشاركين من المشاجرة فيما بينهم والتعدي على بعضهم البعض جسديا او لفظيا بسبب الحماس الزائد<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> بشرى عمر يونس، أثر استخدام الألعاب التربوية في تنمية بعض مهارات التفكير في الرياضيات والميول نحوها لدى تلاميذ الصف الثالث أساسي، ص 22.

<sup>2</sup> زيد الهويدي، الألعاب التربوية إستراتيجية لتنمية التفكير، ص 47.

<sup>3</sup> هشام سمير دويكات، الألعاب التربوية في صفوف المرحلة الابتدائية الأولى، ص 13.

<sup>4</sup> سارة علي بايونس، الألعاب التعليمية الوسائل التعليمية، ص 26.

## الفصل الأول: اللعب

✓ ترتيب المجموعات وتحديد الأدوار لكل طالب<sup>1</sup>.

### 9. الأهداف التعليمية للعب في مرحلة الطفولة:

تعتبر الألعاب بيئة خصبة لتعلم الأطفال وعاملا مهما في عملية تطويرهم وتعلمهم، ولهذا تعتبر البيئة التعليمية التربوية ضرورة اجتماعية ومهمة من مهمات المجتمع، للحفاظ على استقراره وتطوره وذلك من خلال القيام بتربية الأطفال واعدادهم للمشاركة في بناء المجتمع والمساهمة في تطوره كما يعتبر المنهاج وأدواته المختلفة والمتعددة أداة التربية ووسيلة لتحقيق الأهداف التربوية، فالألعاب التربوية ليست مجرد طريقة كي يتعلم الطفل بل هي الطريقة الوحيدة والثابتة لتعليم صغار الأطفال فهي تساعد الأطفال على تعلم المهارات الاجتماعية والانفعالية والجسمية والعقلية.

فاللعب يعتبر عاملا مهما في عملية تطوير الأطفال وتعلمهم ويعطيهم فرصة كي يستوعبوا عالمهم وليكتشفوا ويطوروا انفسهم ويكتشفوا الآخرين ويطوروا علاقات شخصية مع المحيطين بهم<sup>2</sup>. ومن هنا يمكن تحديد دور اللعب باعتباره:

#### أ. أداة لتطور الأطفال:

اثبتت الدراسات و الأبحاث أن الألعاب بأشكالها ومستوياتها المختلفة، تعتبر ضرورية لنمو العضلات وتطورها، ولاكتساب المهارات الحركية التي يحتاجها الطفل في التعليم والاستكشاف وتكوين الجسم القوي السليم فاللعب يمكن أن يؤدي إلى:

✓ الألعاب الوظيفية أو كثيرا ما تعطي نتائج أفضل مما تعطيه دروس الرياضة العادية، فالجري القفز وقذف الكرة والنقاطها وركلها كلها حركات تشكل عاملا مهما لتطوير أعضاء الجسم التي اكتمل نموها أو الأعضاء التي هي في طور النمو.

✓ يؤدي اللعب وظيفته منذ الولادة، فاللعب يبدأ بشكل عشوائي ويبقى كذلك خلال العامين الأولين، ومع تطور النمو المعرفي يتطور نشاط اللعب لدى الطفل ويصبح اللعب له قواعد وأنظمة محددة، وهكذا

<sup>1</sup> د. خليل عبد الفاتح حماد، (2015)، التعلم من خلال اللعب، مجلة جامعة فلسطين للأبحاث والدراسات. تجربة وزارة

التعليم العالي الفلسطينية في علاج تدني التحصيل الدراسي لمرحلة الدنيا. يناير، العدد الثامن. الجزء الأول. ص 15.

<sup>2</sup> بورقيق حليلة، (2019)، استراتيجيات اللعب التربوي ودوره في تنمية القدرات المعرفية عند الأطفال، مذكرة ماستر، جامعة

ابن خلدون تيارت، ص 14

## الفصل الأول: اللعب

يستمر اللعب إلى أن يتصف بالاتزان الحس الحركي في سن 11-12 الذي يتميز بمظاهر معينة مثل: الرشاقة والقوة والحيوية .

✓ كما يؤدي اللعب إلى تنمية ناحية مهمة وتتمثل في تنمية مهارة الانتباه والإدراك والتخيل والذاكرة والإدارة والضبط الذاتي عند الطفل<sup>1</sup>.

ب. أداة تعلم واستكشاف :

حيث يقوم المعلم بملاحظة الأطفال أثناء اللعب ويتعرف على اكتشاف مظاهر الاضطراب في نمو الأطفال في مختلف النواحي الجسمية والحركية والانفعالية ويمكن للمعلم استخدام اللعب في اكتشاف ما يلي:

✓ اكتشاف مظاهر الاضطراب في شخصياتهم والتعرف الى مراحل النمو العقلي التي وصل اليها الأطفال.  
✓ اللعب هو أداة تعلم وتنشيط للقدرات العقلية عند الأطفال فعن طريق اللعب يكتشف الطفل العالم الذي يحيط به، وهو يكتسب الكثير من المعلومات والحقائق عن طريق اللعب بالأدوات والتفاعل معها والتعرف إلى الخصائص الحسية لكل ما يتصل به من أشياء وأشخاص فيتعرف إلى الأشكال والأحجام والألوان، ويتعرف إلى خصائصها والعلاقات بينها مما يثري عقل الطفل بالمعرفة عن المحيط الذي يعيش فيه.

✓ إن اللعب يحتاج إلى فهم وحفظ قواعد اللعب وقوانينه البسيطة والمعقدة وتطبيقها مما يدفع إلى تنمية مهارة التفكير عنده والارتقاء بها مما يدفع الطفل الى تنمية مهارة التفكير عنده والارتقاء بها من مستوى التذكر الى مستوى التحليل والتركيب والابتكار.

✓ يؤدي اللعب إلى تنمية مهارات حركية جسدية متعددة مثل: حركة الأيدي والأرجل والأصابع والرأس وذلك من خلال الجري والقفز والرمي والإمساك<sup>2</sup>

ت. **أهداف اجتماعية:** تنمي مهارة العمل الجماعي ومهارة الاتصال مع الآخرين كما تنمي الناحية الانفعالية وتبعده عن الانفعال الشديد مثل: تقبل الفشل أو الخسارة في اللعب وعدم الانفعال والمشاجرة،  
ث. وذلك من خلال اللعب مع الآخرين والتعاون مع افراد المجموعة<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> زيد الهويدي، الألعاب التربوية إستراتيجية لتنمية التفكير، ص42

<sup>2</sup> المرجع السابق. ص43

### ج. أهداف مهارية:

- ✓ السرعة والدقة والإتقان.
- ✓ مهارة حل المشكلات والاستقصاء.
- ✓ مهارة ربط المحسوس.

ح. أداة تعويض: يتعرض الطفل في حياته إلى التوتر نتيجة القيود والضغط التي تفرض عليه، واللعب يعتبر من أهم العوامل التي تساعد الطفل العودة إلى الاتزان ويكون ذلك عن طريق اللعب يتخلص الطفل من التوتر والكبت الذي وقع عليه مثل: الطفل الذي يعاقبه الكبار بالضرب ويعجز عن الرد على ذلك بضربهم فإنه يشعر بالتوتر واختلال التوازن من الناحية الانفعالية فيحاول استعادة التوازن عن طريق اللعب الإيهامي، حيث يأخذ دور الكبار، ويقوم بضرب اللعب والدمى أو الكراسي وقد يوجه لها نفس الكلمات التي كان يوجهها له الكبار كما يمارس الضرب والعقاب بنفس الأسلوب والطريقة<sup>2</sup>.

خ. أداة تعبير: عن طريق اللعب يمكن للطفل أن يطور قدراته الجسمية والعقلية واللفظية، كما يطور قدراته على التعبير والتواصل فعن طرق اللعب يمكن أن يستخدم الطفل اللعب كأداة تواصل بينه وبين أطفال آخرين يختلفون عنه في الثقافة والقومية واللغة.

وعن طريق اللعب يمكن للطفل التواصل مع الكبار وعن طريق اللعب يستطيع الكبار اكتشاف مشكلات الطفل وعن طريق اللعب يستطيع الكبار التعرف إلى الميول والرغبات واتجاهات واهتمامات الطفل<sup>3</sup>.

ج. إتاحة الفرصة أمام الفرد للتعرف على قدراته الطبيعية: إن الألعاب التربوية تعطي الحرية المطلقة للفرد أن يختار اللعبة التي تناسب قدراته ومستواه، وبالتالي فإنه عندما يمارس اللعبة فإنه يتعرف إلى مهاراته وقدراته في تلك اللعبة بشكل طبيعي وواقعي<sup>4</sup>.

من خلال ما سبق نستنتج بأن للألعاب التربوية مجموعة من الأهداف المسطرة والغايات المنشودة التي يسعى التعليم لتحقيقها للأطفال خاصة ما بين عمر 5 و 6 سنوات وذلك بتهيئتهم علميا وعمليا عن طريق النمو المتكامل بتنمية قدراتهم العقلية والنفسية والاجتماعية و الانفعالية والمهارية والوجدانية.

<sup>1</sup> هشام سمير دويكات، كتاب الألعاب التربوية في صفوف المرحلة الأولى، ص 04.

<sup>2</sup> زيد الهويدي، لألعاب التربوية إستراتيجية لتنمية التفكير، ص 44.

<sup>3</sup> نفس المرجع السابق. ص 44.

<sup>4</sup> زيد الهويدي، لألعاب التربوية إستراتيجية لتنمية التفكير، ص 29.

## الفصل الأول: اللعب

ومن هنا يتضح لنا بأن الألعاب ليست مجرد أنشطة استجمامية للترفيه والتسلية فقط، وإنما تعتبر أداة لتعلم الاطفال وتطويرهم وذلك من خلال التواصل والتفاعل مع البيئة المحيطة بهم، مما يؤدي بالطفل إلى استكشاف ذاته وعالمه المحيط به ويزيد من قدرته على التعبير والإبداع.

### 10. الشروط اللازم توفرها في اللعبة

إن قيمة الألعاب لا تكمن في شكلها أو ثمنها بل في مدى صلاحيتها لتعلم الطفل، ومدى قدراتها على شد انتباه الطفل وتوسيع مداركه، لذلك فهناك بعض الشروط الواجب مراعاتها عند اختيار الألعاب للأطفال<sup>1</sup> نوردتها فيما يلي:

- ✓ أن تكون الألعاب مناسبة لأعمار التلاميذ ومستوى نموهم العقلي والجسمي<sup>2</sup>.
- ✓ أن تكون الألعاب مواءمة للأهداف التعليمية المراد تحقيقها.
- ✓ يجب أن تتناسب هذه الألعاب مع عدد الطلبة وميزانية المدرسة<sup>3</sup>.
- ✓ أن تكون مرتبطة ببيئة المتعلم.
- ✓ أن تكون قواعد اللعبة واضحة وسهلة وغير معقدة<sup>4</sup>.
- ✓ أن تكون الألعاب ذات ألوان جذابة وأوزان خفيفة.
- ✓ اختيار الألعاب التي تشبع حاجة الطفل وتحفزه على الإبداع والابتكار.
- ✓ يجب اختيار الألعاب التي تستثير نشاط الطفل ذهنياً وعقلياً<sup>5</sup>.

<sup>1</sup> رافدة الحريري، الألعاب التربوية وانعكاساتها على تعلم الاطفال، ص129.

<sup>2</sup> محمد الصويركي، الألعاب اللغوية ودورها في تنمية مهارات اللغة العربية، دار الكندي للنشر والتوزيع. عمان 2005

<sup>3</sup> بورقيق حليلة، (2019)، استراتيجيات اللعب التربوي ودوره في تنمية القدرات المعرفية عند الاطفال، مذكرة ماستر، جامعة ابن خلدون، تيارت، ص18.

<sup>4</sup> المرجع السابق. ص18.

<sup>5</sup> الألعاب التربوية وانعكاساتها على تعلم الاطفال. رافدة الحريري. ص129.

### 11. نظريات الالعب التربوية:

#### 1.11. النظريات التقليدية:

##### 1.1.11. نظرية الطاقة الزائدة:

ظهرت هذه النظرية في أواخر القرن الماضي ووضع أساسها ( شيلر) الشاعر الألماني ثم الفيلسوف هيربرت سبنسر وخلصها: أن اللعب يفيد في التخلص من الطاقة الزائدة، فالحيوان مثلا إذا توافرت لديه طاقة تزيد عما يحتاجه منها للعمل فإنه يصرف هذه الطاقة في اللعب.

فإذا طبق ذلك في الأطفال نرى أن الأطفال يحاطون بعناية من قبل أوليائهم ورعايتهم فهؤلاء الأولياء يقدمون لهم الغذاء ويعتنون بنظافتهم وصحتهم دون أن يقوم الأطفال بعمل ما فتتولد لديهم طاقة زائدة يصرفونها في اللعب<sup>1</sup>.

ومن الاعتراضات التي وجهت لهذه النظرية أن اللعب ليس مقصورا على من لديه فائض من الطاقة، فالضعيف والقوي والمتعب والمستريح يمارسون اللعب، ولو كانت وظيفة اللعب مجرد التنفيس عن طاقة زائدة، لأحجم الأطفال والكبار عنه عندما يشعرون بالتعب والإرهاق، ويتساءل الفرد أين كانت هذه الطاقة الزائدة في لحظات التعب والإرهاق<sup>2</sup>. كما أن الطفل قلما يتوقف عن اللعب حتى ولو كان في أشد حالات التعب فهو بمجرد تمكنه من الحركة أثناء المرض يمد يده إلى اللعبة. فلو كانت وظيفة اللعب هي تخليص الطفل مما عنده من نشاط زائد لما أقبل على اللعب عندما يكون متعبا، ولو كانت وظيفة اللعب هي فقط تفرغ النشاط الزائد من الطفل لما كان هناك مبرر لتنوع الألعاب وتعقدتها بالنسبة لكل فصيلة حيوانية بمقتضى القوانين، كما يختلف الذكور عن الإناث في الصف الحيواني الواحد في أنواع لعبهم وطبيعتها<sup>3</sup>.

إن هذه النظرية فسرت اللعب من خلال امتلاك الطفل لطاقة زائدة بداخله، تدفعه إلى البحث عن طريقة ليصرفها في نشاط يعود عليه بالمتعة، هذا التفسير معقول إلى حد ما لكنه لا يفسر حقائق اللعب كلها،

<sup>1</sup> أحمد جميل عايش (2008): أساليب تدريس التربية الفنية والمهنية والرياضية، ط1، دار المسيرة، عمان. ص30-31.

<sup>2</sup> بشرى عمر يونس (2015): أثر استخدام الألعاب التربوية في تنمية بعض مهارات التفكير في الرياضيات والميول نحوها لدى تلاميذة الصف الثالث أساسي، رسالة لاستكمال درجة الماجستير في المناهج وطرق التدريس، الجامعة الإسلامية، غزة، 15.

<sup>3</sup> منى يونس بحري (2013): اللعب في الطفولة المبكرة، ط1، دار البداية ناشرون وموزعون، ص37-38.

## الفصل الأول: اللعب

بالإضافة إلى أن التسليم باللعب مقتصر على مرحلة الطفولة وهذا لا ينطبق مع الواقع لأن الكبير أيضا يميل إلى اللعب ويمارسه.

### 2.1.11. نظرية الاستجمام:

تنظر النظرة التقليدية للعب على أنه استجمام من عناء العمل وهذه الفكرة قد ارتبطت بمفكرين ألمان مثل "شيرلر ولازاروس" حيث اعتقد شيرلر أن اللعب يجدد القوى التي تكون على وشك النفاذ، وكذلك جعل لازاروس اللعب نقيضا للعمل كما هو نقيض للكسل ونادى لازاروس بضرورة الترويج الإيجابي كعامل محدد للنشاط والقوة<sup>1</sup>.

ويذكر مخول (1998) مجموعة من الاعتراضات التي وجهت لهذه النظرية:

- أحسن طريقة للاستراحة هي الاستلقاء في الفراش والجلوس بدون القيام بأي نشاط.
- قيام الكبار بالعمل المتعب يفرض عليهم القيام باللعب أكثر من الصغار، وهذا يعاكس الواقع.
- إن الجهد المبذول في العمل لا يتعب العضلة وحدها بل يتعب معها الجسم وبالتالي فإن أي عمل يستلزم العضلات الجسمية كلها وتأهبها للعمل<sup>2</sup>.

واستنادا إلى ما سبق نرى أن نظرية الاستجمام أو الراحة من عناء العمل تعتبر منقوصة على نحو واضح، كما أنها تقلص وظيفة اللعب وتضييق عليها بسبب حصرها بإراحة العضلات والأعضاء فقط، فوظيفة اللعب أسمى من ذلك وتعد الوظيفة المعرفية من أهم الوظائف للعب.

### 2.11. النظريات الحديثة :

#### 1.2.11. النظرية المعرفية :

تركز هذه النظرية على أعمال جان بياجيه في النمو العقلي، فيرى بياجيه في اللعب تعبيراً عن تطور الأطفال، ومتطلباً أساسياً له وأنه يرتبط بمراحل النمو العقلي عند الأطفال، وأن التوافق الحسي الحركي هو أول خطوة من خطوات التفكير وأن لكل مرحلة نمائية ألعاباً خاصة بها، ويشكل اللعب أساس التطور والنمو المعرفي والفكري لدى الإنسان<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> عصام نور (2006): سيكولوجية الطفل، ب ط، مؤسسة شباب الجامعة الإسكندرية، مصر، ص62.

<sup>2</sup> محمد محمود صوالحة (2004): تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق، ط1، دار الميسرة، عمان، ص34.

## الفصل الأول: اللعب

كما يؤكد بياجيه على أهمية تحقيق التوازن والتناسق بين العمليات العقلية والظروف المحيطة بالإنسان، أي التوازن بين الاستيعاب والمواءمة<sup>2</sup>.

ويلخص رأي بياجيه في أن أداءات الطفل واستجاباته تشمل على جانبين هما:

- **التمثل:** تشير عملية التمثل عند بياجيه إلى نزعة الفرد لأن يرجع أمورا من العالم الخارجي في بنائه العقلي أو التركيب الموجود لديه، كأن يغير الفرد من صورة الشيء لتناسب ما يعرفه.
- **الاستيعاب أو المواءمة:** هي نزعة الفرد لأن يغير استجاباته لتتلاءم مع البيئة المحيطة به، كأن يغير الفرد من تراكيبه العقلية لمواجهة مطالب البيئة، بمعنى أن يغير ما بنفسه ليتلاءم مع المثير الجديد الذي يتعرض إليه<sup>3</sup>.

ويعزو بياجيه عملية النمو العقلي عند الأطفال إلى النشاط المستمر لعمليتي التمثل والمواءمة حيث يكون الفرد في حالة من التوافق الذكي عندما تتوازن عمليتي التمثل ولمواءمة، وفي حالة عدم التوازن تنشط المواءمة على حساب التمثل وهذا يؤدي إلى التقليد، أما في حالة التوازن للعمليتين فيسود التمثل الذي يساعد على إحداث التوافق والانسجام بين التعلم الجديد والخبرات في نطاق حاجة الكائن الحي وهذا هو اللعب في نظر بياجيه، فيرى أن اللعب والمحاكاة جزء لا يتجزأ من عملية التطور العقلي أو المعرفي<sup>4</sup>.

ما يلاحظ على نظرية بياجيه أنه أرجع تفسير اللعب يعد من متطلبات الأساسية لنمو الطفل سواء في النمو العقلي أو المعرفي، كما يعتبره أول خطوة من خطوات التفكير لأن الطفل لديه توافق الحسي الحركي، وأن لكل مرحلة من مراحل النمو الطفل ألعاب خاصة به ، كما فسر عملية النمو العقلي للطفل من خلال عمليتي التمثل والمواءمة، كما اعتبر اللعب والمحاكاة جزء لا يتجزأ من عملية التطور العقلي أو المعرفي .

<sup>1</sup> بشري عمر يونس (2015): أثر استخدام الألعاب التربوية في تنمية بعض مهارات التفكير في الرياضيات والميول نحوها لدى تلاميذة الصف الثالث أساسي، رسالة لاستكمال درجة الماجستير في المناهج وطرق التدريس، الجامعة الإسلامية، غزة، ص12-13.

<sup>2</sup> محمد محمود الحيلة (2002): الألعاب التربوية وتقنيات إنتاجها، ط1 دار الميسرة، عمان، ص70.

<sup>3</sup> محمد أحمد خطاب وأحمد عبد الكريم حمزة (2008): سيكولوجية العلاج باللعب مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، ط 1، دار الثقافة، عمان، ص52.

<sup>4</sup> محمد احمد خطاب، المرجع السابق، ص53.

### 2.2.11. نظرية التحليل النفسي:

تعود هذه النظرية لصاحبها فرويد الذي استخدم اللعب كوسيلة لعلاج المرض العقلي والاضطرابات النفسية الموجودة عند الإنسان.

كما قام فرويد بتفسير اللعب الإيهامي المرتبط بالخيال على أنه وسيلة لإسقاط الرغبات وإعادة تمثيل الأحداث المؤلمة التي مرت بالطفل وقد عرف اللعب الإيهامي بأنه مجموعة من التحركات والأفعال التي يقوم بها الطفل متخيلاً واقعه الاجتماعي المستقبلي<sup>1</sup>.

كما يؤكد فرويد على أن السلوك البشري يتحدد بمقدار ما يؤدي إلى اللذة والألم فالمرء يسعى وراء الخبرات السارة، ويحاول تجنب الخبرات المؤلمة، لذلك يقوم بتكرار واقعه عن طريق اللعب حيث يخلق عالماً خاصاً به دون تدخل أحد وذلك عن طريق استخدام أشياء ومواقف من العالم الحقيقي مثال: طفل ضربه أبوه فغضب من أبيه فيجد من اللعب فرصة لتمثيل غضبه وإخراج انفعالاته الحبوسة داخله، ولأن اللعب بعد ذاته يعد منفذاً للتفريغ عن الانفعالات المكبوتة، ولأنه لا يستطيع أن يفرغ نزاعاته المكبوتة على الواقع لذا يقوم بتمثيله عن طريق اللعب ليخفف من حدة التوتر<sup>2</sup>.

يتبين لنا من خلال ما سبق أن نظرية فرويد ترى أن اللعب له وظيفة تنافسية حيث يعمل على تخفيف التوتر والانفعالات الناجمة عن عدم القدرة على تحقيق الرغبات وأكد على هذه الوظيفة وأهم مختلف الوظائف الأخرى للعب .

من خلال ما تقدم من النظريات الكلاسيكية والحديثة التي حاولت تفسير اللعب، يبدو أنه لا يوجد تقارب فيما بينها، غير أنها تتكامل في تحقيق تفسير شامل لمفهوم اللعب.

<sup>1</sup>سوزانا ميلر (1990): سيكولوجية اللعب، ب ط، عالم المعرفة، ص25.

<sup>2</sup>أمل الأحمد وآخر (ب س) سيكولوجية اللعب، جامعة دمشق، دمشق، ص44.

### خلاصة:

وخلص القول تتمثل في أن اللعب ما هو إلا ميل طبيعي قوي وتلقائي يكاد يكون حرفة لدى الطفل، لكونه أحد الأسباب البارزة التي يعبر بها عن نفسه ويفهم العالم الذي يحيط به. وبذلك يختلف اللعب عن اللعبة التربوية في بعض الخصائص، فاللعب هو ميل فطري لا قواعد له ولا قوانين، أما الألعاب التربوية فهي أنشطة مخططة وهادفة يتم صياغة قوانين أو قواعد محددة لتنفيذها، وتحقيق الأهداف المرجوة منها

الفصل الثاني:

استراتيجية حل

المشكلات

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

---

### تمهيد:

تعتبر استراتيجية حل المشكلات من الاستراتيجيات التدريسية الحديثة تعتمد على الاسلوب غير المباشر، كونها احد المخرجات التربوية الهامة التي تقوم بالعناية بشخصية المتعلمين، وكذلك تماشيا مع التصورات الحديثة للاهداف المرجوة من العملية التربوية عامة، ومن حصة التربية البدنية بالخصوص التي تهدف الى تعديل سلوك التلميذ المتمثل في الكذب، الخجل، التوحد...اي تهدف الى التنمية الشاملة المتوازنة لشخصية المتعلم.

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

### 1. تعريف الاستراتيجية:

تعددت تعريفات الاستراتيجية بتنوع الميادين والاستخدامات ولعل اهم التعريفات التي تصب في الميدان التربوي مايلي:

- الاستراتيجية هي فن استخدام الإمكانيات والوسائل المتاحة بطريقة مثلى لتحقيق الأهداف المرجوة على افضل وجه ممكن، بمعنى انها طرق معينة لمعالجة مشكلة ما، او مباشرة مهمة<sup>1</sup>.
- كما انها تعرف بأنها خطة محكمة البناء ومرنة التطبيق، يتم من خلالها استخدام كافة الإمكانيات والوسائل المتاحة، بطريقة مثلى لتحقيق الاهداف المرجوة<sup>2</sup>.

### 2. تعريف استراتيجية حل المشكلات:

يمكن تعريف استراتيجية حل المشكلات على انها نشاط ذهني منظم للتلميذ، وفق منهج علمي يبدا باستثارة تفكير التلميذ بوجود مشكلة ما، محاولا البحث عن حلها وفق خطوات علمية من خلال ممارسة عدد من النشاطات التعليمية<sup>3</sup>.

ان استراتيجية حل المشكلات عبارة عن نشاط ذهني معرفي يمر عبر خطوات مرتبة ومنظمة في ذهن الفرد، يستطيع أن يسير فيها بصورة الية إذا ما تمت السيطرة على كل عناصر العملية وخطواتها، ويطلق على استراتيجية حل المشكلات الاسلوب العلمي في التفكير فهي تقوم على اثارة تفكير وأشعارهم بالقلق إزاء وجود مشكلة لا يستطيعون حلها بسهولة، ويتطلب إيجاد حل مناسب لها، بقيام المتعلمين بالبحث واستكشاف الحقائق التي توصل الى الحل ، ورغم التشابه العام بين مفهوم الاستقصاء ومفهوم حل المشكلات، الا أن هناك اختلاف دقيقا بينهما، فالاستقصاء يتتبع المعرفة لتوظيفها في حل المشكلة، الا أن هذا التتبع والبحث عن المعرفة يستمر إلى ما لانهاية، أما مفهوم حل المشكلة فإن البحث فيه وتتبع المعرفة ينتهيان بإيجاد حل مرضي للمشكلة<sup>4</sup>

<sup>1</sup>نعيم الشارف، (2019)، اثر استراتيجية حل المشكلات في حصة التربية البدنية والرياضية على تنمية الدافعية العقلية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، اطروحة دكتورا، جامعة ورقلة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، ص28.

<sup>2</sup>شاهين، عبد الحميد (2010). استراتيجيات التدريس المتقدمة واستراتيجيات التعلم وأنماط التعلم، الإسكندرية، مصر، كلية التربية بدمهور، ص22.

<sup>3</sup>عثمان، مصطفى عفاف (2014)، استراتيجيات التدريس الفعال، الإسكندرية، دار الوفاء، ص251.

<sup>4</sup>ابوشريخ، شاهر زيبا (2008)، استراتيجيات التدريس، المجلد الاولى، عمان، الاردن، المعزز للنشر والتوزيع، ص25.

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

وتعد استراتيجية حل المشكلات محور العملية الدراسية من ابرز استراتيجيات التعلم الذاتي التي برزت في الالونة الاخيرة، لما لها من أهمية في إثارة تفكير المتعلم، وتعويدته على الاسلوب العملي في حل أي مشكلة تواجهه سواء داخل المدرسة أو خارجها<sup>1</sup> ، حيث يقول جون ديوي أن الإنسان يتعلم عن طريق المشاكل التي تواجهه ، فالمتعلم يحثا إلى استيعاب الموقف واستيعاب مشكلات يتم تنفيذها وفق استراتيجية حل المشكلات، حيث يجد نفسه نشطا متفاعلا ويجابيا ضمن خطوات هذه الاستراتيجية.

وترى الطالبة بأن استراتيجية حل المشكلات عبارة عن خطة متكاملة في التدريس، تسير وفق خطوات منظمة، يسيرها المعلم، ويطبّقها المتعلم، وتعتمد على وضع المتعلم أمام موقف مشكل يثير في الحيرة والتساؤل، ويتطلب منه التفكير واستخدام قدراته العقلية للتخلص من هذا الموقف.

### 3. أهمية استراتيجية حل المشكلات:

إن لتوظيف استراتيجية حل المشكلات في التعليم العديد من المزايا التي تجعل التعليم هادفا وفعالا وراسخا ، وذلك لأنها تعتمد على تنشيط البيئة المعرفية للمتعلمين حيث تقوم باستدعاء الخبرات السابقة لديهم فيربطونها بالخبرات اللاحقة من خلال الممارسة العملية والمشاركة الفعلية، ويكتسب التلاميذ من خلال هذه الاستراتيجية مجموعة من المعارف النظرية، والمهارات العملية والاتجاهات المرغوب فيها، كما انه يجب أن يكتسبوا المهارات اللازمة للتفكير بأنواعه وحل المشكلات، لأن إعداد التلميذ للحياة لا يحتاج فقط إلى المعارف والمهارات العلمية لمواجهة الحياة بمتغيراتها كما يؤكد (جولكونين) أن حل المشكلات يعني تطوير مهارتي الإبداع وحل المشكلات معا، وهناك إمكانية للتدريب وتطوير ذلك من اجل ان يعود المتعلم على مهارة حل المشكلات و هناك العديد من الاسس والمبررات التربوية التي يستند عليها التدريس بحل المشكلات على حسب العديد من المراجع (الربيعي 2005، السايح 2003، حمدان 2018) تتلخص فيما يلي:

• تحقق ذاتية التلميذ وتجعله أكثر قدرة على تقبل الخبرات الجديدة، والكشف والبحث والنقد ويكون أكثر ابتكارية.

• تعود التلاميذ على استخدام الاسلوب العلمي في التفكير عند مواجهة المواقف والمشكلات التي تعترضهم داخل الفصل وخارجه.

<sup>1</sup> جابر، عبد الحميد، جابر (1999)، استراتيجيات التدريس والتعليم، الطبعة الاولى، القاهرة، دار الفكر العربي، ص 89.

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

- يكتسب التلاميذ في حل المشكلة معرفة أساسية تحفظ وتسترجع في أي وقت.
- تنمية مهارات التفكير المختلفة، كالتفكير الناقد والتفكير الإبداعي والتفكير التحليلي والتفكير المنطقي والتفكير ما وراء المعرفي والتفكير التأملي .
- تثير دافعية التعلم لدى التلاميذ، حيث تتولد لديهم الرغبة في التفكير من أجل الوصول إلى الحل الصحيح للمشكل المطروح.
- تزيد ثقة التلاميذ بأنفسهم وبقدرتهم على مواجهة العراقيل والصعوبات مما يعودهم على حل المشكلات ويعزز معنوياتهم.
- تتفق طريقة حل المشكلات وتتماشى مع خطوات البحث العلمي وبالتالي فهي تنمي روح التقصي والبحث لدى التلاميذ.
- تشجع الاستقلالية وتوجيه التلاميذ إلى التعلم الذاتي فيقومون بدور إيجابي يتمثل في تحديد مشكلة الدراسة، ثم جمع المعلومات المتعلقة بها ووضع خطة عملية لحلها، وفي النهاية تقويم النتائج التي تم التوصل إليها، واختيار أفضل الحلول.
- زيادة ثقة المتعلمين بأنفسهم وبقدرتهم على مواجهة المشكلات، مما يزيد دافعية التعلم لديهم.
- تشجع المتعلمين في العمل بروح الفريق الواحد وتعزيز العمل التعاوني.
- التطبيق العملي، حيث يتم استخدام حل المشكلات داخل البناء الصفي وخارجه ، مما يجعل التعلم أكثر ثباتا.

### 4.اهداف استراتيجية حل المشكلات:

يحدث التعلم على نحو أفضل عند تفعيل استخدام حل المشكلات في تدريس التلاميذ، وعندما يتعامل التلميذ مع مشكلات واقعية حياتية، فتزداد دافعيتهم للتعلم من خلال إيجاد حل لهذه المشكلات و من أهم مميزات استراتيجية التدريس هذه أنها منطقية، حيث ترتب الامور من البداية ترتيبا منطقيا منذ بداية إحساس التلميذ بالمشكلة، وحتى توصلهم إلى معرفة حلولها وبالتالي فهي تعلم التلميذ الاسلوب العلمي السليم في حل المشكلات، والجانب الايجابي الذي يقوم التلاميذ به يجعلهم يقدرون قيمة ما يقومون به من عمل بالفعل، خاصة إذا ما استطاعوا التوصل إلى حل لإحدى المشكلات الحقيقية حتى ولو كانت مشكلة بسيطة، ومن أهم الأهداف التي تسعى إليها استراتيجية حل المشكلات ما يلي:

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

- تدفع المتعلمين الى المثابرة والبحث عن المعلومات في مصادرها الاصلية، مما ينمي في شخصياتهم روح البحث.
- هذه الاستراتيجية التدريسية تجعل المتعلمين يعيشون الواقع الحقيقي الذي يحيط بهم وبمدرستهم، فلا ينفصلون عنه مع مدرسهم في حجرات الدراسة، ويركزون انتباههم.
- بما أن التلاميذ سوف يتقاسمون العمل، ثم يعودون فيجتمعون ليتناقشوا فيما جمعوا من بيانات ومعلومات فإن ذلك سوف ينمي فيهم روح التعاون البناء، وكذا المنافسة الشريفة، وهذه قيم تربوية قيمة ينبغي الحرص عليها.
- نجاح التلاميذ في حل بعض المشكلات حتى ولو كانت بسيطة، يجع منهم مواطنين مسؤولين مهتمين بمجتمعهم، وينمي فيهم روح المشاركة الجماعية في مستقبلهم<sup>1</sup>.

### 5. خصائص التعلم القائم على حل المشكلات:

- تتوفر استراتيجية حل المشكلات على مجموعة من الخصائص لا بد من توفرها في العملية التعليمية ذكرها كل من (حمام، 2013) و (العتوم، 2004) المشار إليهما في (الشذيفات، 2015)<sup>2</sup> ومنها:
- أ. استراتيجية فردية: لأنها تخص كل على حدا، فما يعده شخص ما مشكلة قد يراه شخص اخر على انها ليست مشكلة، وذلك بسبب الفروق الفردية بين الافراد، وقد تصبح المشكلة جماعية عندما يشترك بها عدد من الناس في وقت معين.
  - ب. المشكلة لها جانب إدراكي: أي أن من خصائص أي مشكلة ان يكون لها جانب عقلي، فالمشكلة تتطلب الوعي والتفكير، لادراك أبعادها.
  - ت. الجانب الانفعالي للمشكلة: يصاحب المشكلة تحولات انفعالية في شخصية الفرد، كالتوتر والقلق والخوف والاكتئاب.

<sup>1</sup>نعيم الشارف، (2019)، اثر استراتيجية حل المشكلات في حصة التربية البدنية والرياضية على تنمية الدافعية العقلية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، اطروحة دكتورا، جامعة ورقلة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، ص41.

<sup>2</sup>الشذيفات، ماجد، احمد (2015). دور إستراتيجية حل المشكلات في تدريس مناهج كرة القدم وكرة السلة على مستوى أنواع مختلفة من التفكير والخصائص النفسية لدى الطلبة من وجهة نظر المعلمين، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الاردنية

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

ث.المشكلة لها أبعاد متعددة: أي مشكلة يواجهها الفرد قد يكون لها أبعاد متعددة، كالبعد الاجتماعي أو البعد السياسي أو البعد الاقتصادي أو البعد الشخصي، وقد يرتبط حلها بمشاركة الآخرين أو بصورة فردية.

ج.المشكلة تأخذ أشكالاً متعددة: يواجه الفرد أشكالاً متعددة من المشكلات قد تكون موضوعها انفعالياً أو معرفياً أو اجتماعياً وشخصياً، أو أخلاقياً أو حسابياً، أو لغوياً.

### 6. خطوات التدريس باستراتيجية حل المشكلات:

يتطلب حل المشكلات سلسلة من الخطوات المنظمة التي تساعد على التوصل إلى حل المشكلة وتشكل مجموعها خطوات حل المشكلات، وهذه الخطوات يمكن تعلمها والتدريب على استخدامها من قبل التلاميذ<sup>1</sup> ولقد وضع التربويون وعلماء النفس المعنيون بحل المشكلة عدداً من الخطوات الموجهة التي يسترشد بها عند تدريس حل المشكلة والتي يمكن التعبير عنها بالخطوات التالية:

أولاً:تحديد المشكلة واستيعابها: مع أن الحياة مليئة بالمشكلات ولكن ليس جميع هذه المشكلات تهم المتعلمين ويشعرون بالحاجة إلى حلها، ولما كان الاحساس بالمشكلة شرطاً لزمناً لنشاط الذهن في البحث لها، فإن من الأفضل أن يتحسس التلميذ المشكلة بأنفسهم مع إمكانية قيام المدرس بلفت انتباه الطلبة إليها، أو عرض بعض المعلومات والبيانات التي يمكن أن تثير اهتمام الطلبة بالمشكلة ويطلق على هذه الخطوة الاحساس بالمشكلة<sup>2</sup>.

ثانياً: استدعاء المفاهيم المرتبطة بالمشكلة: يتضمن مجموعة من القرارات التي تعرف بطريقة ما إمكانية حل المشكلة وإزالتها من خلال بناء فهم خاص بالمشكلة من قبل من يقوم بحلها، والمشكلات المحددة تحديداً جيداً أسهل من المشكلات المحددة تحديداً سيئاً.

ثالثاً: وضع الفروض (اقتراح الحل): في ضوء فهم التلاميذ لطبيعة المشكلة وتقييم جوانبها المختلفة يتطلب منهم تحت توجيه من المدرس افتراض مجموعة من الحلول للمشكلة، اعتماداً على المعلومات التي تم

<sup>1</sup> بلقيس، احمد، توفيق مرعي، (1996)، الميسر في علم النفس التربوي، المجلد الثاني، عمان الردين: دار الفرقان للنشر والتوزيع، ص355.

<sup>2</sup> تعيم الشارف، (2019)، اثر استراتيجية حل المشكلات في حصة التربية البدنية والرياضية على تنمية الدافعية العقلية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، اطروحة دكتورا، جامعة ورقلة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، ص41.

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

جمعها وتنظيمها وتفسيرها، وعلى المدرس أن يشجع الطلبة على وضع الحلول المناسبة وأن يناقشها معهم<sup>1</sup>.

رابعاً: تحقيق الحل، وذلك بما تم اختياره من بدائل.

خامساً: مراجعة الخطة وتعديلها أو تنقيحها في ضوء التغذية الراجعة أثناء التنفيذ.

سادساً: تقييم حل المشكلة، وتتم هذه الخطوة في أثناء تنفيذ الحل أو بعد تنفيذه إذ يتولى الفرد والحكم على فاعلية أو كفاءة هذا الحل وذلك من خلال الإجابة عن عدة أسئلة لعل من أبرزها هو عن الوصول الحل المقترح على حل المشكلة فعلاً؟ وما الدليل على ذلك؟ وهل الحل المقترح صحيحاً؟ وما الصعوبات التي واجهت تنفيذ الحل؟ وكيف يمكن تغادي هذه الصعوبات مستقبلاً؟ وما الاخطاء التي حدثت أثناء تنفيذ الحل؟ وهل يمكن استخدام الحل المختار لحل المشكلة مرة أخرى؟ وهل هناك حلول بديلة للمشكلة خلال الحل الذي يتم تنفيذه<sup>2</sup>.

### 7. دور المعلم والمتعلم في استراتيجية حل المشكلات:

ينتقل المعلم من الدور التقليدي كمزود للمعلومات ومحتوى الدرس لدور الميسر للتعلم و يصبح مرشداً أكثر، ويصدر المسؤولية تدريجياً إلى التلميذ للعمل بشكل أكثر استقلالية، وعليه ان يقدم نموذجاً وتوجيهاً لعملية البحث و الاستقصاء، كما أن علي تحفيز المتعلمين للتوصل للحلول، أما بالنسبة للمتعلمين فقد يكون نهج التعلم القائم على الاستقصاء وحل المشكلات جديداً للعديد من التلاميذ في مجال التربية البدنية، و ينتقل دورهم من تلقي المعلومات من المعلم إلى القيام بدور أكثر نشاطاً في تعلمهم وبناء تعلمهم الخاص. و سيحتاجون إلى التدريب والتعود لتطوير مهارات التعلم للتعلم؛ و لكي ينجح التلاميذ في جمع الأدلة عليهم أن يكونوا قادرين على العثور على المعلومات التي يمكنهم قراءتها وفهمها، و في كثير من الأحيان قد يكون جمع المعلومات معقداً بالنسبة لأعمارهم أو مستوياتهم. رغم قيامهم بالبحث والتقصي في بعض

<sup>1</sup> ابي عواد، مي (2015). أثر استخدام إستراتيجية حل المشكلات في تحصيل الطلبة في مادة علم الأحياء والأرض واتجاهاتهم نحوها، رسالة ماجستير منشورة، في المناهج وطرائق التدريس، ص44.

<sup>2</sup> نعيم الشارف، المرجع السابق، ص30.

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

الاحيان، حينها تكون هناك حاجة إلى مخططات أو إرشادات مقصودة لمساعدتهم، لان بعضهم قد لا يكون لديه مهارات البحث بفعالية<sup>1</sup>.

### 8. مميزات استراتيجية حل المشكلات:

إن للتعلم باستراتيجية حل المشكلات عدة خصائص وذلك في أنه تعلم ذو معنى مستند إلى حاجات التلميذ ومشكلات واقعية، ويعايش وضعاً مرتبطاً بواقع معاش كما أنه تعلم يعتمد على خبرات التلميذ السابقة وتوظيفها في البحث عن حلول لمشاكل جديدة بالإضافة إلى انه تعلم منشط للدماغ لأنه يمكن التلميذ من استخدام قدراته العقلية في التعامل مع العوائق التربوية التي تتحدى أطره وبنىاته المعرفية<sup>2</sup>

### 9. شروط استخدام استراتيجية حل المشكلات:

يخضع التدريس وفق إستراتيجية حل المشكلات إلى عدة شروط هي كالتالي:

- أن يكون المدرس نفسه قادراً على توظيف إستراتيجية حل المشكلات ملماً بالمبادئ والاسس اللازمة لتوظيفها.
- أن يكون المدرس قادراً على تحديد الاهداف التعليمية لكل خطوة من خطوات إستراتيجية حل المشكلات.
- أن تكون المشكلة من النوع الذي يستثير الافراد وتتحداهم، لذا ينبغي أن تكون من النوع الذي يستثني أسلوب التلقين لحلها.
- استخدام المعلم لطريقة مناسبة لتقويم تعلم الافراد إستراتيجية التعلم بحل المشكلات، لان كثيراً من العمليات التي يجريها التلاميذ أثناء تعلمهم غير قابلة للملاحظة والتقويم<sup>3</sup>.
- أن يتأكد المدرس من أن تلاميذه يمتلكون المهارات والمعلومات الاساسية التي يحتاجون إليها لحل المشكلة قبل شروعهم في ذلك.
- أن يقوم المدرس بتوفير المواقف التعليمية التي توفر للتلاميذ فرص التدريب العملي المناسب على حل المشكلات.

<sup>1</sup> نعيم الشارف، المرجع السابق، ص44.

<sup>2</sup> عبيدات، ذوقان، وأبولسميد، سهيلة، (2007)، استراتيجيات التدريس في القرن الحادي والعشرين، عمان، الاردن: دار الفكر، ص88.

<sup>3</sup> البارودي، منال أحمد، (2015) العصف الذهني وفن صناعة الأفكار، المجموعة العربية للتدريب والنشر، ص115.

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

- ان تكون المشكلة واقعية وقابلة للحل.

ومن هنا ترى الطالبة إن التدريس وفق إستراتيجية حل المشكلات يحتاج الى معلم ذو كفاءة عالية حتى يستطيع تطبيق الاستراتيجية بمهارة، ويحقق الاهداف المرجوة منها، كما يتعين علي ان يكون قادرا على الضبط الصفي الجيد للتلاميذ ، حتى لا تتحول الحصة الى فوضى، في ضوء تطبيق هذه الاستراتيجية.

### 10. عيوب استراتيجية حل المشكلات:

- تحتاج إلى معلم متميز وذو خبرة واسعة قادر على تطبيقها.
- تتطلب وقتا أطول نسبيا بالنظر لاستراتيجيات التدريس الأخرى.
- صعوبة تحقيقها في كل المواقف التعليمية.
- قلة المعلومات أو المادة العلمية التي يمكن أن يفهمها الطالب عند استخدام هذه الطريقة.
- وقد لا يوفق المعلم في اختيار المشكلة اختيارا حسنا، وقد لا يستطيع تحديدها بشكل يتلاءم ونضج التلاميذ.

- تحتاج إلى الإمكانيات وتتطلب معلما مدريا بكفاءة عالية.

- حاجة إلى الكثير من الإمكانيات التي قد لا تتوفر في مدارسنا الحالية.

- أن التلاميذ قد لا يتوصلون للحلول السليمة؛ مما قد يصيبهم بالإحباط (الحري،، 3101 ص22).

### 1.11. استراتيجيات التدريس التي يمكن تطبيقها في مادة التربية البدنية والرياضية:

أورد العديد من المهتمين بمجال التربية البدنية والرياضية مجموعة من الاستراتيجيات التي يمكن استخدامها في حصة التربية البدنية، فقد ذكرت نوال شلتوت و ميرفت خفاجة (2002) أن هناك استراتيجيات للتدريس يمكن الاستعانة بها في تدريس التربية الرياضية، وهي استراتيجية التدريس من خلال اللعب، استراتيجية الاداء في مجموعات، استراتيجية التعليم الذاتي المبرمج، كما أشار قسم التربية البدنية بالعاصمة المقدسة الى استراتيجيات التدريس في التربية البدنية على أنها استراتيجية الاسلوب المباشر (التعليمات والاورام)، استراتيجية الاسلوب التدريبي، استراتيجية أسلوب التطبيق الذاتي استراتيجية الاسلوب التبادلي (العمل الزوجي)، استراتيجية أسلوب التدريس الشامل (متعدد المستويات)، استراتيجية أسلوب حل المشكلات، وهذه الاخيرة هي التي اعتمدنا عليها في إجراء الدراسة.

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

### 2.11. استراتيجية حل المشكلات في التربية البدنية والرياضية:

لقد اعتبر العديد من العلماء أن إستراتيجية حل المشكلات من الاستراتيجيات المناسبة لتقديم أنشطة التربية البدنية والرياضية التي تعتمد على الحركة كوسيلة تعبير وتواصل بين الافراد داخل تنظيم جماعي منظم يقرر دور كل الفاعلين فيه<sup>1</sup> ، وتركز إستراتيجية حل المشكلات في التربية البدنية والرياضية على المتعلم، وذلك بوضعه أمام مواقف تعليمية من خلال تصميم المشكلة الحركية المناسبة لأداء المهارات، ابتداء من تحديد المشكلة الواحدة وصولاً إلى سلسلة من المشكلات، وتحقق إيجابية المتعلم من خلال إشراكه في حل مشكلات ذات معنى، ويتم ذلك بإعطائه دوراً نشطاً في عملية التعلم لإكسابه خبرات تربوية ذات تأثير مرغوب في سلوكه ، يتعلم فيها أثناء مجابهة المشكلة الحركية كيفية السيطرة على كثير من الحركات، حيث تكون حركته في حدود المشكلة بطرق مقصودة وذات معنى، تؤدي بالمتعلم إلى إشباع رغباته والتعبير عن نفسه في كيفية الاستخدام الناجح لجسمه، وتحسين ثقته بنفسه، والاندماج مع أقرانه<sup>2</sup>.

### 3.11. استخدام حل المشكلات:

تطبق استراتيجية حل المشكلات في التربية البدنية ابتداء من دور المدرس في إخبار المتعلمين عن مضمون الاستراتيجية وضرورة البحث فيه وإنتاج البدائل، ويتم قبول الأفكار حسب وضرة الموقف التعليمي ثم تطرح الاسئلة مع إعطاء وقت كاف حتى ينشغل كل تلميذ في عملية فكرية معينة لينتج الحركات الخاصة به ثم يقوم بفحص مصداقيتها فيما يتعلق بالمشكلة، ويقوم المعلم بدور الاشراف والمراقبة مع إعطاء الملاحظات للتوصل إلى حلول مرتبطة بالتغذية الراجعة دون تحيز لحل محدد، وعند مواجهة أي صعوبة من قبل المتعلم في إنتاج البدائل يقوم المدرس بالتوضيح والتأكيد على أن الغرض هو البحث وإنتاج افكار وحركات فردية من ابداعه، مع التأكيد على الراحة النفسية للمتعلم مع تتبع خطواته مصحوبة بالتقويم من خلال عملية التعلم نفسها<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>قنصوه، كامل عبد الحميد،(2006). أثر استخدام استراتيجيات التعلم التعاوني على مستوى كل من الأداء المهاري والتحصيل المعرفي لبعض مهارات الجمباز لطالب كلية التربية الرياضية، مجلة نظريات وتطبيقات، أبو قير الإسكندرية، العدد199، ص5-145.

<sup>2</sup>أبولنجا، عزالدين (2000). الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية، القاهرة: دار الفكر العربي، ص103.

<sup>3</sup>الحايك، صادق، وخصاونة، غادة، (2013)، أثر برنامج تعليمي قائم على الإقتصاد المعرفي لتطوير منهاج الجمباز، المؤتمر العلمي الخامس الإبداع الرياضي، المجلد الأولى، عمان، الأردن.

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

وان على مدرس التربية البدنية و الرياضية أن يعي أن تخطيط التدريس بحل المشكلات وتنفيذه يستلزم مراعاة نواحي فنية عديدة، ولا بد من أن يكون المتعلم فعالا فيها، وهذا يتطلب مدرسا ذو كفاءة علمية عالية وعلى دراية تامة بالنشاط البدني التربوي وخصائصه اضافة الى ان يكون متزن الشخصية وذا أسلوب جيد في التدريس، وعلى قدر عال من القدرة على فرض الانضباط في الحصة كما ان عليه ان يراعي حاجات تلاميذه، لضمان استفادتهم من تطبيق الاستراتيجية.

وتركز إستراتيجية حل المشكلات وبشكل مباشر على دور التلميذ في التعلم على اختلاف المواقف التعليمية التي يتعرض لها، التي بدورها تسهم في تعميق فهمه واستيعابه بحيث يقوم المعلم بالترج في تصميم المشكلة الحركية المناسبة للمهارات ابتداء من تحديد المشكلة الواحدة وصولا إلى سلسلة من المشكلات<sup>1</sup>، وحسب عبد الكريم (2006) فإن حل المشكلات في التربية الرياضية يتضمن (المدخلات، الانعكاسات، الاختيار، الاستجابة)، ويجب صياغة المشكلة في شكل تعليمات تقدم للمتعلمين دون توقع استجابات محددة منهم وعندما تكون هناك إجابة واحدة فقط، تكون المشكلة هنا عبارة عن اكتشاف موجه أو شيئا من الاكتشاف المحدود.

ولحل المشكلات في التربية البدنية والرياضية عدة طرق وتصاميم منها ما يلي:

**اولا: تصميم المشكلة الواحدة:** من خلال تحديد السؤال الخاص يتم انطلاق العملية التعليمية باعتباره أساسا في حل المشكلة، بحيث يتم تطبيق الاستراتيجية كالتالي:

- المثير: و قد يكون سؤال من المدرس أو مشكلة أو موقف يستثير التلميذ فكريا ويدفعه إلى حالة من عدم الانسجام الفكري، مما يظهر لدى المتعلم الحاجة إلى البحث عن حل للمشكلة.
- الوسيط: وهو عبارة عن الانشغال في عملية فكرية تساعد في البحث عن حلول للمشكلة.
- الاستجابة: الاستجابة الحركية أي أداء حركات استجابة للمثير وهذه الاستجابة تكون متعددة ومتشعبة<sup>2</sup>

<sup>1</sup>الشذيفات، ماجد، احمد (2015). دور إستراتيجية حل المشكلات في تدريس مناهج كرة القدم وكرة السلة على مستوى أنواع مختلفة من التفكير والخصائص النفسية لدى الطلبة من وجهة نظر المعلمين، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الاردنية، ص18.

<sup>2</sup>عبد الكريم، عفاف، (1993)، طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، الإسكندرية، منشأة المعارف، ص48.

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

ثانياً: تصميم سلسلة من المشكلات: وفي هذا الاسلوب يتخذ المعلم خطة أكثر نظامية لإيجاد الحلول لمشكلات متصلة مع بعضها، وله عدة خيارات في تصميم المشكلات، بحيث يحدد المعلم جوانب النشاط موضوع الدراسة ثم تصميم المشكلة وتقديمها بشكل فردي أو جماعي، ويجب أن يكون للمعلم استبصار ومعرفة لعناصر النشاط الخاص ولتعاقبه ولبنيته ، أما قرار التنفيذ فيتخذه الطالب فيقرر ما هي الحلول ومد مناسبتها للمشكلة والحلول المكتشفة من المتعلم تصبح موضوع الدراسة ومحتوى الفقرة اللفظية ويبدأ في حالة من التشويش المعرفي، وينشط في البحث عن الحلول للمشكلة ويختبرها بحركات واقعية ثم يتخذ القرار عن المنتج النهائي، أما الخيار الثاني ففي يصمم فقرات لفظية مع عدد من المشكلات وعند تصميم المشكلة يجب أن تكون جديرة بالاهتمام ولها علاقة ببيئة النشاط وبها هدف محدد<sup>1</sup>

ويتم حل المشكلات في التربية البدنية عبر الخطوات التالية:

أ. **عرض المشكلة:** ويتم عرضها في شكل سؤال، أو في شكل عبارات كمثير للتفكير دون توضيح أو تلميح للإجابات الصحيحة المحتملة، لأن الحلول هنا يجب أن تقتصر على المتعلم.

ب. **تحديد الخطوات:** يفرد وقت زمني للتفكير في حلول للمشكلة، وهنا قد يلجأ التلاميذ الى تجزئة المشكلة وتبسيطها في شكل مشكلات اقل تعقيداً.

ت. **التجريب والاستكشاف:** وفي يتم تجريب عدة حلول، والاختيار بينها و يكون دور المعلم إسداء التوجيهات والإجابة على أسئلة التلاميذ دون تقديم حلول، مع تقديم التغذية الراجعة الفورية.

ث. **التقييم والمناقشة:** وفيها يتيح المعلم الفرصة لكل تلميذ لتقديم حل وملاحظة اكتشافات وحلول الزملاء، ثم تتم المناقشة في إطار جماعي لاختيار الحل المناسب مع تقديم التبرير لاختياره من بين جميع الحلول.

ج. **التجويد والتطوير:** إذ يجب أن تتاح الفرصة للجميع لإعادة محاولة أداء الحركات مرة أخرى من خلال اقتباس أفكار وحلول الآخرين.

<sup>1</sup> حمدان، ساري،(1995)، دليل المعلم في التربية الرياضية. اليرموك الأردن: المديرية العامة للمناهج و تقنيات التعليم  
وزارة التعليم، ص31-32.

## الفصل الثاني : استراتيجية حل المشكلات

---

### خلاصة:

لقد تناولت في هذا الفصل استراتيجية حل المشكلات نظرا للاهمية البالغة والتوصيات التي وردت في المناهج الحديثة للتعليم المتوسط في بلادنا في ظل الاتجاه للتدريس بالمقاربة بالكفاءات والذي يشدد بدوره على زيادة ايجابية المتعلم في العملية التعليمية، ومحاولة النهوض بكافة الجوانب في شخصيته من خلال استخدام الطرق والاستراتيجيات الحديثة في التدريس.

# الفصل الثالث:

اولا: الخجل.

ثانيا: خصائص تلميذ

سنة اولى متوسط.

## الفصل الثالث: الخجل، خصائص تلميذ السنة أولى متوسط

### تمهيد:

يختلف الناس فيما بينهم من حيث طباعهم وسماتهم وأمزجتهم فترى منهم القاسي وكذلك اللطيف كما نرى المنبسط والمنطوي وكذلك الصريح والخجول كلاهم طبعه الخاص، وفي الحقيقة هناك بعض السمات تعد في بداية الامر سمات عادية طبيعية ولا شكل عرقلة لدى الفرد كسمة الخجل والتي قد نلاحظها اكثر في فترة الطفولة المتأخرة حيث يحس التلميذ بالخجل بسبب مشاعره التي يتعرض لها والتي يمكن ان نربطها بالمتغيرات الجسمانية التي تسبق فترة البلوغ او النضج وهذه نتيجة لنشاط الغدد الصماء، وكذلك يعتبر الخجل امرا عاديا وسمة محمودة في مرافق معينة تستدعي فيها الخجل لدى الفرد كطبيعة انسانية كان يقدم له اطراء حسن لافعل ما قام به وغيرها، ولكن اذا كان الخجل ملازما للفرد بالاستمرار ودرجة عالية فانه حتما يشكل مشكلة شخصية ونفسية لها تأثيرها السلبي.

### i. اولا: الخجل

#### 1. تعريف الخجل:

##### 2.1. لغة:

• كلمة مشتقة من الكلمة ذات الأصل اللاتيني " timile " وتعني خوف الفرد ردود أفعاله خاصة بحضور الآخرين<sup>1</sup>.

• الخجل في اللغة يعني الاسترخاء والحياء، ويكون من الذل وان يتلبس الأمر من الفرد فلا يدريك المخرج منه<sup>2</sup>.

##### 3.1. اصطلاحا

ظهرت تعريفات متعددة لمفهوم الخجل ومنها: أن الخجل هو عدم الارتياح والتوتر والارتباك عند الوجود مع الآخرين<sup>3</sup>.

ويرى كود(1974) ان الخجل هو حالة انحباس اللسان عن الإيضاح في الحالات الاجتماعية كما ينسحب الطفل الذي يحجم عن الإجابة عن الأسئلة أو المشاركة في النشاطات الصفية.

كما عرفه رزوق بأنه حالة عاطفية أو انفعالية معقدة تنطوي على شعور سلبي بالذات أو على الشعور بالنقص لا يبعث الارتياح في النفس<sup>4</sup>.

أنه السلوك الظاهري الهادئ والتوتر الانفعالي والإحباط الناشئ عن الرغبة العارضة في الاشتراك مقرونة بالخوف من عدم النجاح بالقدر الذي يتوقعه الآخرون منه كما يؤدي إلى الانسحاب من هذه المواقف<sup>5</sup>، أيضا عرف الخجل بأنه خبرة نفسه تتشكل لدى الشخص نتيجة لبعض المثيرات التي تواجهه في حياته الاجتماعية وهي ذات طابع غير مألوف عندهم مما يؤدي إلى استثارة سلسلة مترابطة من الاستجابات

<sup>1</sup> القاموس المدرسي،(2003)، عربي العربي، دار سواس للنشر، تونس، ص324.

<sup>2</sup> المرجع السابق، ص325.

<sup>3</sup> Hornby, A. S. (1963). The Advanced Learner's Dictionary of Current English. London: Oxford University Press.p85.

<sup>4</sup> رزوق، اسعد،(1977)، موسوعة علم النفس. ط2، بيروت، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، ص19.

<sup>5</sup> الديب، أميرة عبد العزيز،(1990)، سيكولوجية التوافق النفسي في الطفولة المبكرة. ط2، جامعة الكويت: مكتبة الفالح، ص40.

## الفصل الثالث: الخجل، خصائص تلميذ السنة أولى متوسط

الفسولوجية والسلوكية والمعرفية والتي تقتزن فيما بعد تلك المواقف أو المثيرات مما يجعل لها الدور الاساسي في ترسيخ خبرة الخجل وتثبيتها<sup>1</sup>.

ويرى السبعاوي(2005) بأنه حالة وجدانية مؤلمة تؤثر على كل من السلوك والفكر وهو حالة من القلق والخوف تعتري الفرد بصفة خاصة عند التعرض لمواقف اجتماعية يخشى أن يتعرض فيها الفرد للنقد أو التقويم مما تؤدي إلى سلوك سلبي كالانفعال الشديد أو التحاشي النظر مباشرة إلى الآخرين مع صعوبة التعبير والصمت والانسحاب من هذه المواقف والشعور بالحساسية للذات والكف والتعاسة والانشغال بالذات وبالانطباعات التي يكونها الآخرون عن الفرد مع صعوبة تحقيق الاتصال الناجح مع الآخرين. وبناء على ذلك فإن الباحثة تتبنى في دارستها الحالية تعريف السبعاوي من بين كل التعريفات السابقة للخجل، لكون هذا التعريف شامل، ومختصر، وربط بين المشاعر والتفكير والسلوك، والنتيجة منها في ترسيخ الخجل لدى الشخص.

### 2. الفرق بين الحياء والخجل:

الحياء صفة نبيلة وهي تهدف إلى احترام الطرف الآخر، مثل التلميذ الذي يحترم معلمه ويستحي منه، هو التزام مناهج الفضيلة وآداب الإسلام. ونتعلمه من سيرة الرسول العطرة، فقد ورد أنه صلى الله عليه وسلم أشد حياء من العذراء في خدرها، كما ورد عنه صلى الله عليه وسلم قوله: "استحيوا من الله حق الحياء، قلنا: إنا نستحي من الله يا رسول الله والحمد لله قال: ليس ذلك.. الاستحياء من الله حق الحياء أن تحفظ الرأس وما وعى، والبطن وما حوى، وتذكر الموت والبلى، ومن أراد الآخرة ترك زينة الحياة، وآثر الآخرة على الأولى، فمن فعل استحيا من الله حق الحياء"<sup>2</sup>، والحياء هو الذي يتصف به المسلم حين قال الرسول عليه الصلاة والسلام (الحياء شعبة من شعب الإيمان) وهو صفة محمودة، لأنه يكبح الأعمال غير الأخلاقية وهو خلق الإسلام ولا يأتي إلا بخير.. فهو دليل على تكامل الادب، وأشار العبد (1988) إلى أن الخجل ليس حياء شرعا لان الخجل إفراط في الحياء الى حد الاضطراب والحيرة ومن اجل هذا كان الجل مذموما لما فيه من تجاوز للحد.

<sup>1</sup> العبيدي، هيثم ضياء، (1999). الخجل وعلاقته بتقدير الذات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية الاداب،

<sup>2</sup> كفاقي، علاء الدين.(1994)، معجم علم النفس والطب النفسي، القاهرة: دار النهضة العربية، ص224.

### 3. مكونات الخجل:

يرى العديد من الباحثين أن الخجل له مكونات اربعة<sup>1</sup> هي:

- 3.1. **المكون الانفعالي:** ويظهر من خلال تنبيه الأحاسيس النفسية التي تدفع الفرد إلى استجابة التقادي والانسحاب بعيدا عن مصادر التنبيه، وخفقان القلب واحمرار الوجه وبرودة اليدين.
  - 3.2. **المكون المعرفي:** حيث أشار أيزنك إلى ذلك المكون بأنه يتمثل في انتباه مفرط للذات، ووعي زائد بالذات، وصعوبات في الإقناع والاتصال.
  - 3.3. **المكون السلوكي:** ويتمثل في نقص السلوك الظاهر ويركز على الكفاءة الاجتماعية للأشخاص الخجولين الذين يتصفون بنقص في الاستجابات السوية.
  - 3.4. **المكون الوجداني:** المكون الوجداني للخجل والمتمثل في الحساسية، وضعف الثقة بالنفس، واضطراب المحافظة على الذات.
- ### 4. أسباب الخجل:

هناك الكثير من العوامل المسببة للخجل، وكلها تنصب في هذه النقاط التي أجملها (حمدي، وهارون، وأبوطالب، (2010) في النقاط التالية:

أ. اختلال الشعور بالأمن لدى الطفل الناجم عن:

- معاناة مشاعر الإحساس بالعجز واليأس (الاكتئاب).
  - العجز عن توكيد الذات وضعف الثقة بالنفس .
  - الشعور بالعجز وعدم الكفاءة الاجتماعية .
  - الشك في الآخرين وضعف الثقة بهم
- ب. ممارسات التنشئة الاجتماعية غير السليمة للطفل ومنها:
- الحماية الزائدة للطفل تحرمه الاستقلالية ومواجهة التحديات.
  - إهمال الوالدين لطفلها وقلة الرعاية الاجتماعية له.
  - توجيه النقد الشديد للطفل مما يجعله متحفظا ومترددا في اتخاذ زمام المبادرة لخوفه من السخرية والعقاب.
  - عدم الثبات في التنشئة الاجتماعية ما بين الحزم الشديد والتساهل المفرط.
- ت. **محاكاة الوالدين:** فالأبوان الخجولان والذنان يميلان للعزلة الاجتماعية غالبا ما يتجه طفلها الى السير بنفس المسار الاجتماعي.

<sup>1</sup>إيمان بن سالم، (2017)، برنامج ارشادي جماعي لخفض الخجل لدى طالبات الصف التاسع في ولاية بلهائ في سلطنة عمان، رسالة ماجستير، جامعة نزوى، ص10/9.

## الفصل الثالث: الخجل، خصائص تلميذ السنة أولى متوسط

ث. السمات الشخصية حيث ترتبط بعض الخصائص الشخصية بالخجل والانسحاب الاجتماعي منها:

- البنية التكوينية (المزاج) التي يكون فيها الطفل ميالا للهدوء والانسحاب.
- الشعور بالحرج الاجتماعي من الإعاقة البدنية.
- الاستغراق في أحلام اليقظة.

### 5. أعراض الخجل ومظاهره :

على الرغم من تعدد أعراض الخجل ومظاهره فإن ثمة ما يجمع بينهما في جملة أعراض تختلف من فرد لآخر ومن مستوى الى اخرى إلى، ومن مثير لآخر وفقا لشدة الموقف، وطبيعة الشخص نفسه، ودرجة حالة الخجل، وقد أوضحها عبدالعزيز إبراهيم سليم (2011) فيما يأتي<sup>1</sup>:

أ. الأعراض الفسيولوجية: وتتمثل هذه المظاهر في احمرار الوجه، جفاف الحلق، زيادة خفقان القلب.  
ب. الأعراض الاجتماعية: ضعف القدرة على التفاعل أو التواصل، تفضيل الوحدة، الرغبة في الانسحاب.

ت. الأعراض الانفعالية والوجدانية: التوتر، الخوف، ضعف الثقة بالنفس.

ث. الأعراض المعرفية: ويتمثل في قلة التركيز، تداخل الأفكار، ضعف قدرة الفهم .

وأیضا قسمها (بدران، 1999) على النحو الاتي<sup>2</sup>:

- أعراض سلوكية: تتمثل في:
- قلة التحدث والكلام بحضور الغرباء.
- النظر دائما لأي شيء عدا من يتحدث معه.
- تجنب لقاء الغرباء و الأفراد غير المعروفين.
- مشاعر ضيق عند الاضطرار للبدء بالحديث أولا.
- عدم القدرة على الحديث والتكلم في المناسبات الاجتماعية والشعور بالإحراج الشديد إذا تم تكليفه بذلك.
- التردد الشديد في التطوع لأداء مهام فردية أو اجتماعية.
- أعراض جسدية تتمثل في:
- زيادة النبض وقوتها.
- مشاكل والام في المعدة.
- احمرار وتورد الوجه مع جفاف في الفم.

<sup>1</sup> سليم، عبدالعزيز إبراهيم، (2011). المشكلات النفسية والسلوكية لدى الأطفال، عمان: دار المسير، ص46.

<sup>2</sup> بدران، عمرو حسن، (1999)، كيف تتخلص من الخجل، المنصورة: دار جزيرة الورد للنشر، ص89.

- الارتجاف والارتعاش اللاإرادي.
  - أعراض انفعالية :
  - الشعور والتركيز على النفس.
  - محاولة البقاء بعيدا عن الأضواء.
  - الشعور بالنقص والإحراج وعد الأمان.
6. النظريات المفسرة للخجل:

اهتم علماء النفس في دراسة الشخصية وكذلك في وضع نظريات خاصة تقوم بتفسير السلوك الإنساني في إطار نظري منظم ينتج عنها نظريات تمثل وجهات مختلفة لكل منها مزاياها وعيوبها، ومع تطور ميدان علم النفس ومدارسه ظهرت وجهات نظر تخص الشعور بالخجل ومظاهره وأسبابه وتفسيره وتعددت وفقا لتلك المفاهيم والمبادئ لكل نظرة حيث وضح الخجل وفسر من خلال عدة نظريات مثل:

1.6. النظرية المعرفية السلوكية: تعد وجهة نظر باس من أهم ما قدم في تفسير الشعور بالخجل من حيث مفهومه وأسبابه ومكوناته ومدى انتشاره بين الناس، والمراهقين خاصة قد أثبتت الدراسات والبحوث التي أجريت في دراسة الخجل الفرضيات التي وضعها، حيث يرى أصحاب النظرية السلوكية المعرفية أن الإنسان خلال تفاعله مع البيئة المحيطة به يتعرض لمثيرات مختلفة، فهو يتلقى هذه المثيرات ويقوم بتحليلها وتفسيرها وتأويلها إلى أشكال معرفية، لذا فإدراك الفرد لهذه المثيرات وتفسيره لها هي التي تنشأ الشعور بالخجل ويقيم باس الخجل بحسب نظريته<sup>1</sup>:

- **خجل الخوف:** هذا النوع من الخجل يبدأ خلال السنة الأولى من الحياة، وخلال النصف الثاني من السنة الأولى ويسمى بقلق الغرباء، وهذا النوع من الخجل يميل إلى التضاؤل بتقدم العمر وبتكرار وجود الغرباء بالقرب من الطفل ويبدأ الخجل الناتج من الخوف نوع من أنواع القلق الإجتماعي حيث يتضمن الانزعاج من التفاعلات أو الفرع والرعب من وجود الشخص مع الآخرين، وهذا النوع من الخجل يحدث بين مختلف أنواع الثدييات وبين مختلف الأعمار حيث أنه وسيلة تكيفيه تستخدم في حضور الغرباء.
- **خجل الوعي بالذات:** يرى باس أن الإنسان هو وحده الذي يكون مدرك لذاته حيث انه عندما يشعر الفرد بأن الآخرين يراقبونه يشعر بالإحراج وينتهي به الشعور بالخجل هذا الفرد يكون لديه شعور بالذات حاد أي أكثر من الطبيعي يتولد لدى الفرد نتيجة لنمو وتطور العمليات المعرفية خلال السنوات الرابعة والخامسة من العمر فيمتلك الفرد الإحساس بالذات الاجتماعية وامتلاك الشيء يشعر بالخجل.

<sup>1</sup>إيمان بن سالم، (2017)، برنامج ارشادي جماعي لخفض الخجل لدى طالبات الصف التاسع في ولاية بلهائ في سلطنة عمان، رسالة ماجستير، جامعة نزوى، ص13.

### 2.6. نظرية أريكسون:

أخرج أريكسون هذه النظرية عام 1965م والتي تعتبر تطور الإنسان نتيجة طبيعة للأحداث الاجتماعية والثقافية.

ذهب أريكسون إلى القول أن عملية التطبع الاجتماعي تمر بثمان مراحل من ضمن هذه المراحل المرحلة الثانية وهي الاستقلالية في مقابل الشعور بالخجل والشك من سن (2-4) سنوات - الطفولة المبكرة- وتقابل هذه المرحلة الشرجية عند فرويد فالطفل في هذه المرحلة يتعلم الاستقلالية من خلال التدريب على الأكل الفردي وارتداء الملابس والتدريب على عادات الإخراج فالمهم في هذه المرحلة هو إحساس الطفل بالاستقلالية بحيث يصبح أقل اعتمادا على الكبار فيخرج الطفل الذي تلقى معاملة حسنة في هذه المرحلة خلال عملية الإخراج مثلا أكثر استقلالية ومتأكدا من ذاته أما الفشل في تحقيق هذه الاستقلالية فيشعره بالخجل والشك.

وأشارت أيضا مایسة النیال(1999) إلى وجود العديد من النظريات والنماذج النظرية التي حاولت تفسير ظاهرة الخجل وأسبابه منها:

#### 1. نظرية التعلم الاجتماعي:

وفيه يعزو الخجل للقلق الاجتماعي والذي يثير أنماطا من السلوك الانسحابي ويمنع فرصة تعلم المهارات الاجتماعية، بل ويمتد ليكون عواقب معرفية تظهر في شكل توقع الفشل في الموقف الاجتماعي، وحساسية مفرطة في التقويم السلبي من قبل الآخرين وميل مزمن لتقويم الذات تقويما سلبيا.

#### 2. اتجاه البيئي الأسري:

يرجع البعض الخجل إلى عوامل بيئية أسرية متمثلة فيما يمارسه الوالدان من أساليب معاملة كالحماية الزائدة للطفل والنقد المستمر إلى جانب التهديد الدائم بالعقاب المؤدي لتفاقم الخجل لدى الطفل، حيث يثير الخجل ويثار عن طريق إدراك البيئة .

فالأهل دور رئيسي في نشؤها فإذا استمروا في معاملته كطفل مدلل وإبعاده عن مواجهة كل أمر حرصاً على صحته وحفاظاً على سلامته تولد لديه روح العزلة والابتعاد عن بقية أصدقائه وربما شعر بالتعالي والأناية والانقباض والحساسية والتأثر بأتفه الأسباب وشعوره بأنه منفصل عن محيطه ومجمعه وأنه ضعيف الشخصية واستمراره على هذا الوضع يؤدي به إلى مظاهر سوء التوافق الشخصي الاجتماعي تمثلاً في الخجل والشعور بالوحدة النفسية<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> غالب، مصطفى، (1995)، نقطة ضعف في سبيل موسوعة نفسية. ع(19)، بيروت: دار ومكتبة الهلال، ص54

### 3. الاتجاه الوراثي:

ويعزو هذا الاتجاه الخجل إلى شق وراثي تكويني، يستمر ملازما لسلوك الطفل طوال حياته في مراحل العمر التالية ولذا فمعاملة الطفل الخجول وراثيا بطرق الممارسات الوالدية السالبة، قد يجعله معرضا للمعاناة من الخجل المزمن<sup>1</sup>.

### 7. علاج الخجل باللعب:

يقوم على إعطاء التلميذ فرصة ليسقط مشكلاته سواء كانت شعورية أو لاشعورية، والتي يستطيع التعبير عنها عن طريق اللعب بأنواعه المتعددة، حيث يعد اللعب مخرجا وعلاجا لمواقف الإحباط اليومية ولحاجات جسمية ونفسية واجتماعية لا بد أن تشبع. ويمكن لي استاذ التربية البدنية والرياضية ملاحظة سلوك التلميذ عن طريق ملاحظته أثناء اللعب، ويترك له حرية اللعبة الملائمة لسنة، وبالطريقة التي يراها مناسبة، وقد يختار الاستاذ أدوات اللعب المناسبة لعمر التلميذ ومشكلته، وقد يشاركه في اللعب تدريجيا ليقدم مساعدات أو تفسيرات لدوافعه، بل أن مشاركته تؤكد صلاحية ما يقوم به التلميذ وما ينطوي عليه من معنى.

ومن الألعاب التربوية التي يمكن استخدامها: صيد الحمام، سباق الحصول على الكنز، تتابع الحجل، نقل البيض دخل السلة، الغنم والذئب... ويستحسن أن يسمح للتلميذ أثناء اللعب أن يقذف بالكرة و اللعب بالأقمار والدوائر والحلقات... وهو أسلوب مفيد جدا مع مشكلات تلاميذ سنة أولى متوسط لا سيما الخجل.

<sup>1</sup>النيل، مایسة، (1999). الخجل وبعض أبعاد الشخصية دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس، العمر، الثقافة. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية، ص 28.

## الفصل الثالث: الخجل، خصائص تلميذ السنة أولى متوسط

### 1. ثانيا: خصائص تلميذ مرحلة سنة أولى متوسط

#### 1. تعريف التلميذ:

يعرف التلميذ من الناحية اللغوية بأنه من الخدم والأتباع<sup>1</sup>.

وأما من حيث الاصطلاح فيعرف التلميذ بأنه هو المحور الأول والهدف الأخير من كل العمليات التربوية والتعليم، وهو الذي من اجله تنشأ المدرسة وتجهز بكافة الإمكانيات<sup>2</sup>.

وهذا يعني ان التلميذ أصبح من اقوى اركان العملية التربوية، وان التعليمية تراعي طبيعة التلميذ وخصائصه النفسية من حيث ميوله وقدراته وحاجاته، وكذا دوافعه الاجتماعية وما يحيط به من ظروف بيولوجية، فكرية، اقتصادية وتربوية.

ولذلك نعتبر ان التلميذ هو ذلك الفاعل الاجتماعي الذي تبنى على اساسه العملية التربوية بما تتضمنه من ممارسات بيداغوجية، وبذلك فإن للمحيط الاجتماعي للتلميذ اسرته وما يجري فيها قد تؤثر على حياته اما ايجابا او سلبا.

ونحن نتناول في هذه الدراسة تلاميذ سنة أولى متوسط الذين تتراوح اعمارهم بين 10-12 سنة وهذا السن يندرج ضمن مرحلة الطفولة المتأخرة.

#### 2. تعريف مرحلة الطفولة المتأخرة:

تعتبر هذه المرحلة همزة وصل بين مرحلتى الطفولة بمميزاتها وخصائصها وعفويتها ومرحلة المراهقة وما تتميز به من متغيرات على مستوى النمو الانفعالي والحركي الجسمي والاجتماعي<sup>3</sup>.

حيث ينتمي تلاميذ سنة أولى والثانية متوسط الى مرحلة الطفولة المتأخرة ويطلق البعض عليها مطلق قبيل المراهقة، يتراوح عمر الطفل فيها من 9-12 سنة<sup>4</sup>

#### 3. خصائص مرحلة الطفولة المتأخرة:

- بطء معدل النمو بالنسبة لسرعته في المرحلة السابقة و المرحلة اللاحقة

<sup>1</sup> خالد رشيد القاضي، (2008)، لسان العرب، ج:2، ط:1، دار الابحاث، الجزائر، ص195.

<sup>2</sup> الطاهر سعد الله، (1991)، علاقة القدرة على التفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ص9

<sup>3</sup> الوثيق المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية مرحلة التعليم المتوسط، (2016)، ص3.

<sup>4</sup> رأفت محمد بشناق، (2010)، سيكولوجيا الاطفال، ط2، دار النفائس، لبنان بيروت، ص85.

## الفصل الثالث: الخجل، خصائص تلميذ السنة أولى متوسط

- زيادة التمايز بين الجنسين بشكل واضح.
- تعلم المهارات اللازمة لشؤون الحياة، وتعلم المعايير الأخلاقية و القيم و تكوين الاتجاهات.
- وللاستعداد لتحمل المسؤولية و ضبط الانفعالات.
- تعتبر هذه المرحلة أنسب المراحل لعملية " التطبيع الاجتماعي".

### 4. مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المتأخرة:

هناك عدة مظاهر لنمو الطفل في هذه المرحلة وهي كالتالي:

#### 1.4. النمو الجسمي :

تتعديل النسب الجسمية و تصبح قريبة الشبه عند الراشد، و تستطيل الأطراف، و يتزايد النمو العضلي ، و تكون العظام أقوى من ذي قبل. و يتتابع ظهور الأسنان الدائمة و يقاوم الطفل المرض بدرجة ملحوظة، و يتحمل التعب، و يكون أكثر مثابرة.

يشهد الطول زيادة 5 % في السنة، و في نهاية المرحلة يلاحظ طفرة في نمو الطول، و يشهد الوزن زيادة 10 % في السنة، تبدو هنا الفروق الفردية واضحة، فلا ينمو جميع الأطفال بنفس الطريقة أو بنفس المعدلات، فبعضهم ينمو بدرجة أكبر نسبيا في الطول و البعض الآخر في الوزن. ويكون نصيب الذكور أكثر من الإناث في النسيج العضلي، و يكون نصيب الإناث أكثر من الذكور في الدهن الجسمي، كما تكون الإناث أقوى قليلا من الذكور في هذه المرحلة فقط، و تلاحظ في هذه المرحلة زيادة الإناث عن الذكور في كل من الطول و الوزن، و يبدأ ظهور الخصائص الجنسية الثانوية لدى الإناث قبل الذكور في نهاية هذه المرحلة<sup>1</sup>.

#### 2.4. النمو الفيزيولوجي :

يستمر ضغط الدم في التزايد حتى بلوغ فترة المراهقة، بينما يكون معدل النبض في تناقص، و يزداد تعقد وظائف الجهاز العصبي و تزداد الوصلات بين الألياف العصبية، و لكن سرعة نموها تتناقص عن ذي قبل، و في سن 10 سنوات يصل وزن المخ إلى 95 % من وزنه النهائي عند الراشد، إلا أنه ما زال

<sup>1</sup> رأفت محمد بشناق، (2010)، سيكولوجيا الاطفال، ط2، دار النفائس، لبنان بيروت، ص95-96.

## الفصل الثالث: الخجل، خصائص تلميذ السنة أولى متوسط

بعيدا عن النضج، و يبدأ التغير في وظائف الغدد و خاصة الغدد التناسلية، استعداد للقيام بالوظيفة التناسلية حين تتضج مع بداية المراهقة، و قد يبدأ الحيض لدى البنات في نهاية هذه المرحلة. و يقل عدد ساعات النوم حتى يصل إلى 10 ساعات في المتوسط في هذه المرحلة<sup>1</sup>.

### 3.4. النمو الحركي:

تعتبر هذه المرحلة مرحلة النشاط الحركي و تشاهد فيها زيادة واضحة في القوة و الطاقة، فالطفل لا يستطيع أن يظل ساكنا بلا حركة مستمرة. و تكون الحركة أسرع و أكثر قوة و يستطيع الطفل التحكم فيها بدرجة أفضل. يلاحظ اللعب مثل: الجري و المطاردة و ركوب الدراجة، العوم، السباق، الألعاب الرياضية المنظمة. يكون لعب الذكور منظم قوي يحتاج إلى مهارة و شجاعة و تعبير عضلي عنيف، في حين تقوم البنات باللعب الذي يحتاج إلى تنظيم في الحركات ( الرقص، الحجلة و نط الحبل)

ينمو النشاط الحركي و تزداد الكفاءة و المهارة اليدوية، إذ يسمح ما بلغتة العضلات الدقيقة من نضج، بالقيام بنشاط يتطلب استعمال هذه العضلات، و تتم السيطرة التامة على الكتابة و يلاحظ ان بعض الاطفال يمكنهم في نهاية المرحلة التدرج على استعمال بعض الآلات الموسيقية، و من هنا كان على الاهل تشجيع الأطفال على هواياتهم و تنويع نشاطهم الحركي و توجيهه الى ما يفيد، و تشجيعهم أيضا على الحركة التي تتطلب المهارة و الشجاعة، هذا و تؤثر البيئة الثقافية و الجغرافية التي يعيشها أيضا والمستوى الاجتماعي و الاقتصادي للأسرة في نشاطه الحركي<sup>2</sup>.

في هذه المرحلة يتم التعلم الحركي معقد أكثر و التمارين تترك الجسم أكثر صلابة بحيث التجارب الحركية تجعل المخ في نمو أكثر.

بالنسبة للرسم في سن 10 سنوات يوضح التصورات الحقيقية والواقعية بحيث تطابق المعلومات البصرية، الخطوط هي شكلية و ليست نمطية، أي هنا الرسم يصبح دراسة تأملية réfléchie و ليس فقط المعاش. تصبح لدى الطفل نظرة موضوعية أكثر من ذاتية للأشياء، بين 10-12 سنة الرسم يصبح جامدا أكثر و قليل التعبير كما من قبل بحيث الطفل هنا يحاول الرسم جيدا وهذا إعتبارا لنظرة الآخرين.

<sup>1</sup>د. كريمان بدير، (2010)، الأسس النفسية لنمو الطفل، دار المسيرة. عمان، الأردن، الطبعة الثانية، ص158.

<sup>2</sup>د. رأفت محمد بشناق، نفس المرجع السابق، ص96.

## الفصل الثالث: الخجل، خصائص تلميذ السنة أولى متوسط

تصور الذات من خلال رسم الرجل بحيث هذا الأخير يتطور و هو مرتبط بتطور التصور الذاتي للطفل لذاته و تطوره المعرفي ، فهو يعبر عن المعاش و المحسوس بالنسبة للطفل، في سن 11 سنة يصبح رسم الرجل بالجانب profil صحيح من جميع النواحي : الحجم و القياسات والشكل.

### 5.4. النمو الحسي:

يتطور الإدراك الحسي و خاصة الإدراك الزمني، إذ يتحسن في هذه المرحلة إدراك المدلولات الزمنية و التتابع الزمني للأحداث التاريخية، و يلاحظ أن إدراك الزمن و الشعور بمدى فتراته يختلف في الطفولة بصفة عامة عن المراهقة و عن الرشد و الشيخوخة، فشعور الطفل بعام الدراسي يستغرق مدى أطول من شعور طالب الجماعة، و يشعر الراشد و الشيخ أن الزمن يصبح مسرعا، و في هذه المرحلة أيضا يميز الطفل بدقة أكثر بين الأوزان المختلفة، و يزول طول البصر و يستطيع الطفل ممارسة الأشياء القريبة من بصره ( قراءة أو عملا يدويا) بدقة أكثر و لمدة أطول من ذي قبل، و تتحسن الحاسة العضلية باطراد حتى سن 12 سنة، و هذا عامل مهم من عوامل المهارة اليدوية، و يشير حامد زهران إلى أهمية رعاية هذا الجانب و التي تتمثل في<sup>1</sup>:

- أهمية الوسائل السمعية و البصرية لأنها ذات فائدة بالغة في العملية التربوية.
- أهمية النماذج المجسمة التي تتيح للطفل الإدراك البصري و اللمسي.
- رعاية النمو الحسي للطفل بصفة عامة و العناية بالمهارات اليدوية أيضا.

### 6.4. النمو العقلي:

يستمر الذكاء في نموه بحيث في منتصف هذه المرحلة يصل الطفل إلى حوالي نصف إمكانيات نمو ذكائه في المستقبل، و يلاحظ التفوق عند بعض الأطفال.

تنمو الذاكرة نموا مضطربا و يكون التذكر عن طريق الفهم ( يتذكر 6 أرقام في سن 10 سنوات).

كما يزداد مدى الانتباه و مدته و حدته، و تزداد القدرة على التركيز بانتظام.

يتضح التخيل الواقعي الإبداعي، كما تتضح تدريجيا القدرة على الابتكار.

يستطيع الطفل في هذه المرحلة التفسير بدرجة أفضل من ذي قبل، كذلك يستطيع التقييم وملاحظة الفروق الفردية. و تزداد القدرة على تعلم و نمو المفاهيم، و يزداد تعقدها و تمايزها و موضوعيتها و تجريدها و

<sup>1</sup>د. كريمان بدير، نفس المرجع السابق، ص159-160.

## الفصل الثالث: الخجل، خصائص تلميذ السنة أولى متوسط

عموميتها و ثباتها، يتعلم الطفل المعايير و القيم الخلقية و الخير و الشر، بغض النظر عن المواقف أو الظروف التي تحدث فيها، و تقرب هذه المعايير و تلك القيم من معايير و قيم الكبار. يزداد لديه حب الاستطلاع، و يتحمس الطفل لمعرفة الكثير من البيئة المباشرة عن بلده، عن البلاد الاخرى و عن العالم من حوله، و البحث عن الخبرات الجديدة و فحص و استكشاف المثيرات لمعرفة المزيد عنها، و عليه فإن إشراك الطفل في هذه المرحلة بالرحلات و إنضمامه إلى فرق الكشافة يتيح له الفرص للاستكشاف ، و ذلك يوسع من مداركه و يزيد من خبراته<sup>1</sup>. في سن 9 حتى 10 سنوات يتعلم الطفل مفهوم الوزن، و في سن 11-12 سنة يتعلم مفهوم ثبات الحجم و مفهوم الزمان و المكان، بحيث لقد قام Piaget بتجارب حول الوزن والحجم.

### 7.4. النمو الانفعالي:

تعتبر مرحلة الاستقرار و الثبات الانفعالي و لذلك يطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة اسم "مرحلة الطفولة الهادفة"، ينمو الذكاء الانفعالي الذي يتضمن مجموعة من المهارات منها: ضبط الذات و الحماس، المثابرة و الدافعية الذاتية. و يتعلم الطفل كيف يضبط انفعالاته و كيف يملك نفسه عند الغضب، و كيف يحل الصراعات، و كيف يشارك الاخرين انفعاليا<sup>2</sup>.

- يلاحظ ضبط الانفعالات و محاولة السيطرة على النفس و عدم إفلات الانفعالات فمثلا: إذا غضب الطفل فإنه لن يعتدي ماديا بل لفظيا أو في شكل مقاطعة.
- يتضح الميل للمرح ، و يفهم الطفل النكتة و يطرب لها.
- تنمو الاتجاهات الوجدانية.
- تقل مظاهر الثورة الخارجية، و يتعلم الطفل كيف يتنازل عن حاجاته العاجلة التي قد تغضب والديه.
- يكون التعبير عن الغضب بالمقاومة السلبية مع التمتمة ببعض الألفاظ، و ظهور تعبيرات الوجه.
- يكون التعبير عن الغيرة بالوشاية و الإيقاع بالشخص الذي يغار منه.
- يحاط الطفل ببعض مصادر القلق و الصراع و يستغرق في احلام اليقظة.

<sup>1</sup>د. رأفت محمد بشناق. نفس المرجع السابق. ص:96-98.

<sup>2</sup>د. كريمان بدير. نفس المرجع السابق. ص:162.

### 8.4. النمو الاجتماعي:

- يزداد احتكاك الطفل بجماعات الكبار واكتسابه معاييرهم واتجاهاتهم وقيمهم، فالذكر يتابع بشغف ما يجري في وسط الشباب و الرجال، و الأنثى تتابع في لهفة ما يدور في وسط الفتيات و النساء.
- تضايقه الأوامر و النواهي و يثور على الروتين.
  - يعرف الطفل المزيد عن المعايير و القيم و الاتجاهات الديمقراطية و الضمير و معاني الخطأ و الصواب.
  - يزداد تأثير جماعة الرفاق، يستغرق العمل الجماعي و النشاط الاجتماعي معظم وقت الطفل.
  - يسود اللعب الجماعي والمباريات و يفخر الطفل بعضويته في جماعة الرفاق.
  - يتوحد الطفل مع الدور الجنسي ، و تتضح عملية التمييز الجنسي بحيث هو تبني الدور الجنسي، و هو عملية التوحد مع شخصية نفس الجنس و اكتساب صفات الذكورة بالنسبة للبنين و صفات الأنوثة بالنسبة للبنات<sup>1</sup>.
- المستوى المطلوب للنمو الاجتماعي للطفل في هذه المرحلة حسب مقياس فاينلاند للنضج الاجتماعي<sup>2</sup> هو
- في العام 10 سنوات: يعد الطفل الأكل لنفسه و يساعد نفسه و هو يتناول الطعام، يختار ما يشتري لوحده و يحسب بدقة ثمن ما يشتري، يقوم ببعض المهام المفيدة.
  - في العام 11 سنة: يكتب خطابات قصيرة إلى الأصدقاء، يستعمل التليفون و يجيد المحادثة، يقوم ببعض الأعمال المنزلية من تلقاء نفسه. و يجيد قراءة الجرائد و الاستماع إلى الراديو.
  - في العام 12 سنة: يعمل بعض الأدوات المفيدة و يقوم بإصلاح بعضها، يرضى نفسه جيدا عندما يترك وحده في المنزل أو في العمل. ويمكن أن يرضى الأطفال الأصغر منه إذا تركوا في رعايته.

<sup>1</sup>د. كريمان بدير، نفس المرجع السابق، ص: 162-163.

<sup>2</sup>د. رأفت محمد بشناق، نفس المرجع السابق، ص: 102.

### 9.4. النمو الجنسي:

هذه هي مرحلة ما قبل البلوغ الجنسي، إنها مرحلة ما قبل المراهقة. مازال أكثر الاهتمام الجنسي كامنا أو موجها نحو نفس الجنس، و قد تتجدد الأسئلة الخاصة بالولادة و الجنس و الجماع، و إنما في مستوى اخرى يلاحظ اللعب الجنسي، و ممارسة العادة السرية كمحاولة لتخفيف أي نوع من التوتر<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup>د. رأفت محمد بشناق، نفس المرجع السابق، ص102.

## الفصل الثالث: الخجل، خصائص تلميذ السنة أولى متوسط

---

### خلاصة:

وفي الاخير وجدت ان التلميذ الخجول يعاني من اضطرابات نفسية كصعوبة إقامة العلاقات الاجتماعية وكذلك صعوبة التكيف وهذا ما يسبب لها نقص الثقة بالنفس والنظرة السلبية نحو الذات هذا ما يؤثر بطريقة سلبية على السياقات والميكانيزمات المعرفية لدى شخصيته وبما ان ظاهرة الخجل تعد من بين المشكلات التي يتعرض لها التلميذ وبالتالي فإنها تؤثر سلبا على شخصيته في المستقبل. لهذا تم التطرق الى بعض الجوانب التي تمس هذا الموضوع من اجل تحصيل كافي من المعلومات الخاصة به من كل الجوانب.

الجانب التطبيقي

# فصل الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

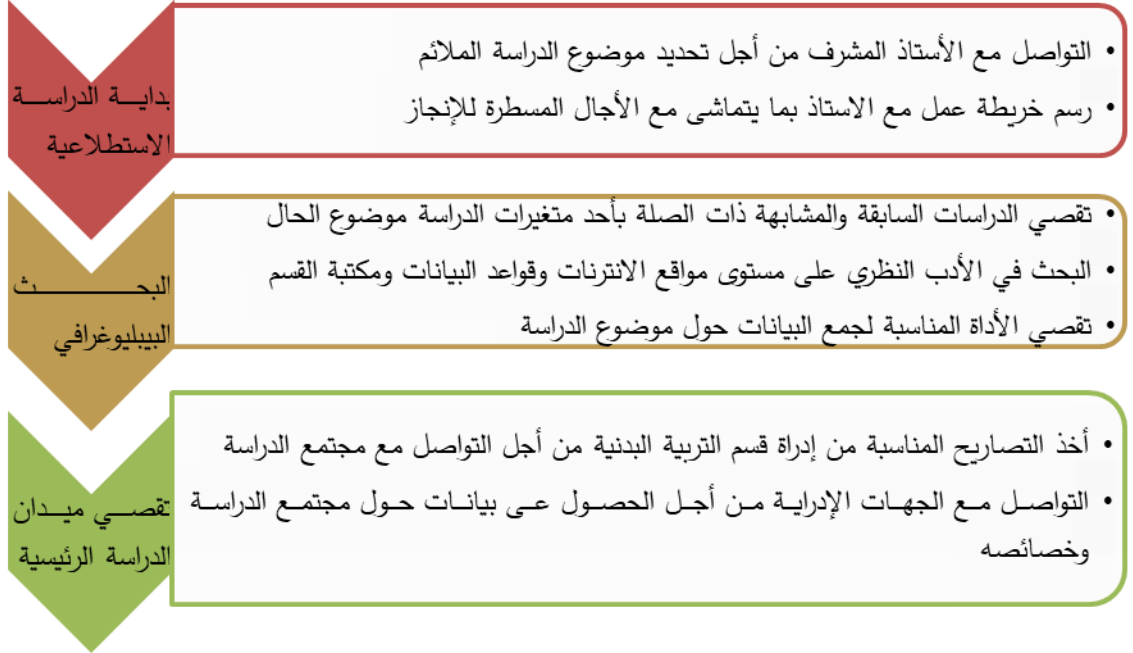
## فصل الإجراءات المنهجية للدراسة

### تمهيد:

بعد أن عرّجنا في الجانب النظري على شرح الجوانب المتعلقة بموضوع بحثي هذا وتطرّقنا بالشرح لكل جانب منها بالاستعانة بدراسات وبحوث سابقة في نفس المجال، سنحاول في هذا الجزء الإلمام بصلب موضوع دراستي والمتمثل في اثر برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة اولى متوسط لمؤسسة نصيب الهادي الشافية، وذلك من خلال دراسة ميدانية تمكنا من الوصول إلى نتائج موضوعية دقيقة ذات صبغة علمية، وهنا تكمن أهمية الجانب التطبيقي في الدراسات الميدانية، وذلك تدعيما للجانب النظري بهدف الإجابة على التساؤلات المطروحة والوقوف على مدى التحقق من الفرضيات المصاغة، وقبل عرض النتائج المتحصل عليها سنوضح أولا أهم الإجراءات المنهجية المتبعة بذكر الدراسة الاستطلاعية وأهداف الدراسة ومنهج البحث المستخدم، ثم مجتمع البحث وكيفية اختيار العينة، بالإضافة إلى الأدوات المستخدمة في دراسة البحث.

اولا: الدراسة الاستطلاعية:

### 1. مخطط الدراسة الاستطلاعية:



### 2. خطوات الدراسة الاستطلاعية:

"نظرا لخصوصيات الدراسة وموضوعها ولضمان السير الحسن لأي بحث ميداني يفرض على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية حيث تم التواصل مع الأستاذ المشرف من أجل تحديد موضوع الدراسة الملائمة ورسم خريطة عمل معه بما يتماشى مع الأجل المسطرة للإنجاز . حيث تعتبر الدراسات الاستطلاعية من الدراسات المهمة في التحقق من خصائص وأبعاد الدراسة، فالبحوث الاستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق عليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها"<sup>1</sup>، "وتهدف إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي"<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> ثابت ناصر. (1984). أضواء على الدراسة الميدانية. الكويت. مكتبة الفلاح الكويتية. ص74.

<sup>2</sup> مروان عبد المجيد إبراهيم. (2000). أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية. عمان. مؤسسة الوراق. ص 38.

## فصل الإجراءات المنهجية للدراسة

حيث تمحورت دراسة الباحثة حول الكشف عن ما مدى تأثير برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلميذ سنة أولى متوسط بمتوسطة نصيب الهادي الشافية ومن أجل تحقيق هذه الغاية وجب بناء خط سير للدراسة والذي يمتاز بالفاعلية والدقة، حيث قمت بالتشاور والاسترشاد بتوجيهات الأستاذ المشرف، وقمت بتجسيد الخطوات التالية:

### 1.2. ضبط إطار الدراسة:

تم التواصل مع الأستاذ المشرف من أجل تحديد موضوع الدراسة الملائم ورسم خريطة عمل معه بما يتماشى مع الأجال المسطرة للإنجاز.

### 2.2. البحث البيبلوغرافي:

هو عملية جمع وسرد المعطيات النظرية التي لها صلة مباشرة بموضوع الدراسة والتحكم في خصوصيات المتغير المستقل والمتغير الثابت وهذا بالاعتماد على تقصي الدراسات السابقة والمشابهة ذات الصلة بأحد متغيرات الدراسة موضوع الحال والبحث في الأدب النظري على مستوى مواقع الأنترنت وقواعد البيانات ومكتبة القسم، الالتقاء بالأستاذ المشرف لاختيار الأدوات المناسبة لجمع البيانات حول موضوع الدراسة وهي مقياس الخجل للدريني (1998) و برنامج لعب اعدته الطالبة.

### 3.2. تحديد ميدان الدراسة الرئيسية:

تم أخذ التصاريح المناسبة من إدارة قسم التربية البدنية والرياضية من أجل التواصل مع مجتمع الدراسة (الملحق رقم 01)، وكذلك التواصل مع الجهات الإدارية من أجل الحصول على بيانات حول مجتمع الدراسة وخصائصه.

### 1. أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- مدى وضوح اسئلة مقياس الخجل لدريني (1998).
- التعرف على ظروف تطبيقه.
- القيام بصدق و الثبات مقياس الخجل على (36) تلميذ من خارج العينة الاصلية لتلميذ سنة أولى بمتوسطة نصيب الهادي الشافية.
- القيام بتجريب وحدة تعليمية من البرنامج المقترح على قسم (2م2) من خارج العينة الاصلية لتلميذ سنة أولى متوسط لمتوسطة نصيب الهادي الشافية.

### 2. نتائج الدراسة الاستطلاعية:

في دراستنا لنتائج الدراسة الاستطلاعية تطرقنا إلى تحديد عدة نتائج نذكر منها ما يلي:  
✓ تحديد المجتمع المتاح للدراسة الرئيسية الذين هم تلاميذ سنة أولى متوسط لمتوسطة نصيب الهادي الشافية.

✓ تحديد مكان تواجد مجتمع الدراسة (في متوسطة نصيب الهادي الشافية لولاية الطارف).  
✓ تحديد الأدوات الواجب استعمالها في الدراسة الرئيسية وهو مقياس الخجل للدريني (1998) وكذلك برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات من اعداد الطالبة (هميسي ملاك).

### ثانيا: الدراسة الرئيسية

#### 1. المنهج المستخدم في الدراسة:

إن منهج البحث يعني "مجموعة الخطوات المنظمة والعمليات العقلية الواعية والمبادئ العامة والطرق الفعلية التي يستخدمها الباحث لفهم الظاهرة موضوع الدراسة".<sup>1</sup>  
ويعرف المنهج على "أنه أرقى الطرق في الحصول على المعرفة، وهذا المنهج قوامه الاستقراء الذي يضمن الملاحظة العلمية وفرض الفروض والتحقق من صحتها، وإجراء تجارب واستخدام أساليب القياس الدقيقة والتحليل الإحصائي للبيانات بغرض التحقق من صحة الفروض".<sup>2</sup>  
وفي هذه الدراسة التي تسعى إلى الكشف عن اثر برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة أولى متوسط بمتوسطة نصيب الهادي الشافية، لذلك فإن المنهج المناسب لإجرائها وتحقيق اهدافها هو المنهج التجريبي بالتصميم شبه التجريبي، ذي المجموعتين التجريبية وهي التي يدخل عليها المتغير المستقل الذي يتم دراسة اثره على هذه المجموعة، والمجموعة الضابطة التي لا تتعرض للمتغير المستقل، وبإجراء القياسين القبلي ثم البعدي للمجموعتين.

<sup>1</sup> عبد اليمين بوداود. أحمد عطاء الله، (2009)، المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية، ص111.

<sup>2</sup> إخلاص محمد عبد الحفيظ. باهي حسين، (2002)، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية، القاهرة، مركز الكتاب، ص34.

### 2. مجتمع الدراسة:

هناك من يطلق عليه مجتمع الدراسة الأصلي "وهو مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي يجرى عليها البحث أو التقصي".<sup>1</sup> ومن هنا فاجتمع بحثنا هو تلاميذ سنة أولى متوسط لمتوسطة نصيب الهادي الشافية التابعة لولاية الطارف والذين يبلغ عددهم 62 تلميذا موزعين على قسمين (1م1 و 1م2).

### جدول رقم (01): يوضح مجتمع الدراسة

العمر	عدد التلاميذ	عدد الافواج التربوية	المؤسسة التربوية
11-10 سنة	62	02	نصيب الهادي الشافية

### 3. عينة الدراسة:

"هي مجموعة فرعية من عناصر مجتمع بحث معين".<sup>2</sup> تألفت عينة الدراسة من (30) تلميذا وهم التلاميذ الذين لديهم درجة مرتفعة (63) على مقياس الخجل بعد أن طبق مقياس الخجل على جميع تلاميذ سنة أولى متوسط لمؤسسة وبلغ عددهم (62) تلميذا، وقد تم توزيع العينة بطريقة عشوائية إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، بحيث تكون في المجموعة التجريبية (15) تلميذا و (15) تلميذا في المجموعة الضابطة، وتم مراعاة التكافؤ بين المجموعتين ومن أجل معرفة التكافؤ الإحصائي للمجموعتين التجريبية والضابطة تم حساب المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعتين: التجريبية والضابطة للدرجة الكلية لمقياس الخجل والجدول (02) يوضح ذلك.

<sup>1</sup> موريس أنجرس. (2004). منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية. الجزائر. دار القصبه للنشر. ص298.

<sup>2</sup> موريس أنجرس. نفس المرجع السابق. ص301.

## فصل الإجراءات المنهجية للدراسة

الجدول رقم (02) يوضح المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية لنتائج القياس القبلي للاختبار

التميز	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية
1	88	72
2	83	88
3	88	85
4	82	65
5	79	73
6	79	88
7	78	75
8	77	78
9	76	88
10	75	80
11	74	79
12	73	76
13	69	77
14	71	78
15	88	77
المجموع	1180	1179
	78.7	78.6
المتوسط الحسابي		

شملت عينة الدراسة (30) تلميذا اي (15) تلميذ لكل مجموعة الذين يتراوح اعمارهم (11/10) سنة حيث نلاحظ في الجدول رقم (02) ان المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي يساوي (78.7)، والمتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي يساوي (78.6) اي ان المتوسط الحسابي للمجموعتين في القياس القبلي متساوي وهذا مؤشر على تكافؤ المجموعتين

### 4. مجالات الدراسة:

- 1.4. المجال المكاني: تم اجراء الدارسة على مستوى مؤسسة نصيب الهادي الشافية لولاية الطارف.
- 2.4. المجال الزمني: اجريت هذه الدراسة في حدود الموسم الدراسي الجامعي 2024/2023.
- 3.4. المجال البشري: شمل المجال البشري تلاميذ سنة اولى متوسط لمؤسسة نصيب الهادي الشافية التابعة لولاية الطارف.
5. ادوات جمع البيانات:

قصد الوصول الى حلول اشكالية البحث المطروحة ولتحقق من صحة فرضية هذا البحث لزم اتباع انجع الطرق من دراسة وتفحص، حيث تم استخدام:

#### أ. مقياس الخجل للدريني (1998):

اعد مقياس الخجل حسب الدريني (1998) لقياس بعض المظاهر السلوكية للخجل، ويتكون المقياس من (36) فقرة، وامام كل فقرة سلم درجات ثلاثي حسب المقياس وهي (دائماً، احيانا، ابدا) تعطى الدرجات (1.2.3) على الترتيب لل فقرات.

الفقرات التي ذات الاتجاه الموجب التي لا يعتبر الشخص خجولا هي (3.4.5.6.8.9.10.15.25.30)، اما الفقرات التي تدل على الخجل هي (2.7.11.12.13.14.16.17.18.19.20.21.22.23.24.26.27.28.29.31.32.33.34.36)

وجميع الفقرات تقيس مدى احساس الفرد بالخجل، وحدد مستوى الدرجة (63) ليعتبر شخص خجولا (ملحق رقم 02).

#### 1. دراسة الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

##### اولا: الصدق

يعد الصدق أكثر المفاهيم الأساسية في مجال القياس النفسي إن لم يكن أهمها على الإطلاق. و التعريف الشائع للصدق "إن الاختبار يعتبر صادقا إذا كان يقيس ما وضع لقياسه"<sup>1</sup> ولمعرفة مدى صدق المقياس فقد تم حساب الصدق بالطريقة التالية:

<sup>1</sup> بشير معمريّة، القياس النفسي وتصميم الاختبارات النفسية للطلاب والباحثين، منشورات شركة باتنتيت، الجزائر، 2003 ص

## فصل الإجراءات المنهجية للدراسة

### صدق الاتساق الداخلي:

جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من 36 تلميذ من خارج عينة الدراسة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه. (تم القيام به من طرف استاذ مختص في الاحصاء)

### الجدول رقم (03) يوضح نتائج صدق الاتساق الداخلي

رقم العبارة	معامل الارتباط بيرسون	دالة / غير دالة	رقم العبارة	معامل الارتباط بيرسون	دالة / غير دالة
01	561**	دالة عند 0.01	19	714**	دالة عند 0.01
02	739*	دالة عند 0.01	20	594**	دالة عند 0.01
03	758**	دالة عند 0.01	21	571**	دالة عند 0.01
04	517**	دالة عند 0.01	22	697*	دالة عند 0.05
05	497**	دالة عند 0.01	23	731*	دالة عند 0.05
06	662**	دالة عند 0.01	24	552**	دالة عند 0.01
07	636**	دالة عند 0.01	25	563**	دالة عند 0.01
08	651**	دالة عند 0.01	26	793**	دالة عند 0.01
09	765**	دالة عند 0.01	27	452*	دالة عند 0.05
10	713**	دالة عند 0.01	28	434*	دالة عند 0.05
11	468**	دالة عند 0.01	29	688**	دالة عند 0.01
12	530*	دالة عند 0.05	30	504**	دالة عند 0.01
13	557**	دالة عند 0.01	31	600**	دالة عند 0.01
14	424*	دالة عند 0.05	32	570**	دالة عند 0.01
15	555**	دالة عند 0.01	33	483*	دالة عند 0.05
16	410*	دالة عند 0.05	34	598**	دالة عند 0.01
17	518**	دالة عند 0.01	35	466**	دالة عند 0.01
18	735**	دالة عند 0.01	36	679**	دالة عند 0.01

\*دالة عند مستوى  $(0.05 \geq \alpha)$  \*\*دالة عند مستوى  $(0.01 \geq \alpha)$

يتضح من خلال الجدول التالي ان جميع الارتباطات جيدة وذات دلالة احصائية.

## فصل الإجراءات المنهجية للدراسة

### ثانياً: الثبات

يعرف بشير معمرية 2003 الثبات: "بأنه مدى الدقة والاستقرار والاتساق في نتائج الأداء لو طبقت مرتين فأكثر على نفس الخاصية وفي مناسبات"<sup>1</sup>. كما تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة الفا كرونباخ وبطريقة إعادة الإختبار بعد مرور (10) أيام من خلال معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الاول والثاني ويتضح ذلك من خلال جدول رقم 04.

**الجدول رقم (04) يوضح معامل الثبات بمعادلة الفا كرونباخ وطريقة إعادة الإختبار**

الطريقة	معامل ثبات الاختبار
الفا كرونباخ	0.789
إعادة الاختبار	**0.742

\*\*دالة عند مستوى  $(0.01 \geq \alpha)$

يتضح من خلال الجدول السابق أن المقياس يتمتع بثبات جيد وهذا يجعل من المقياس صالحاً للتطبيق في التجربة الأساسية للدراسة. (تم انجازه من طرف استاذ مختص في الاحصاء)

**ب. برنامج لعب وفق استراتيجية حل المشكلات (اعداد الطالبة)**

قامت الباحثة بإعداد برنامج لعب وفق استراتيجية حل المشكلات من خلال الاطلاع على الدراسات والبرامج والبحوث التي عنت بتطبيق برامج سلوكية و تدريبية لخفض الشعور بالخجل، وفي ضوء ذلك تم بناء وإعداد برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات لخفض الشعور بالخجل (ملحق رقم 03)، وفيما يلي وصف لهذا البرنامج:

#### 1. أهمية البرنامج:

ترجع أهمية برنامج لعب المقترح وفق استراتيجية حل المشكلات الى أهمية الموضوع الذي يتناوله والمتمثل في اثر برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة اولى متوسط لمتوسطة نصيب الهادي الشافية وكذا ترجع أهمية البرنامج الى طبيعة الفئة المستهدفة فيه وهم التلاميذ الخجولين الذين يعتبرون في امس الحاجة لمثل هذه البرامج المخططة والمنظمة.

#### 2. الهدف العام من البرنامج:

يهدف برنامج لعب وفق استراتيجية حل المشكلات إلى خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة اولى متوسط وذلك من خلال تطبيق الالعب التربوية وفق استراتيجية حل المشكلات منظمة من السهل الى الصعب وتتناسب مع الفئة العمرية و الوسائل البيداغوجية المناسبة.

<sup>1</sup> بشير معمرية، المرجع السابق، ص 188.

### 3. الاهداف الجزئية للبرنامج:

- تشجيع على المشاركة والتفوق بدون خوف من الفشل.
- تعزيز الانفتاح على التجارب الجديدة والتحديات، مما يساعد على تقبل المخاطر والتعامل معها بثقة.
- تعزيز الشعور بالانتماء والاندماج في المجتمع المدرسي.
- تعزيز شعورهم بالكفاءة والتحقيق.
- تعزيز الوعي بالجسم والحس المكاني.
- تعزيز التواصل الاجتماعي والتعاون مع الاخرين والتعبير عن الذات.
- تطوير مهارات التواصل الاجتماعي.
- تشجيع على التفكير الايجابي والتفاؤل من خلال تحقيق الاهداف الرياضية.
- تعزيز الروح الرياضية والفهم لأهمية المشاركة والتعاون بدلا من التنافس السلبي.
- تعزيز الإنضباط الذاتي والتحكم في النفس.

### 4. بناء الوحدات التعليمية الخاصة بالبرنامج

قامت الطالبة بإنجاز (10) وحدات تعليمية معتمدة في ذلك على الخطوات التالية:

-مراجعة الادب النظري الخاص بمناهج التربية البدنية، واستراتيجيات وطرق واساليب التدريس الحديثة للعديد من المواد الدراسية، مع التركيز على ما تعلق منها بالتربية البدنية، وخاصة تلك التي عنت بالألعاب التربوية واستراتيجية حل المشكلات.

-مراجعة بعض الكتب التي تناولت الالعاب التربوية منها كتاب سيكولوجية اللعب لدكتور سامي محسن الختاتنة، كتاب الالعاب الصغيرة اهميتها وتطبيقاتها (2014)، وكذلك تم الاستفادة من ملف صغير يحتوى على الالعاب التربوية قدمه لي الاستاذ بومعزة سنة (2022).

-مراجعة بعض الدراسات السابقة والتي جرى فيها تطبيق استراتيجية حل المشكلات في التربية البدنية والرياضية كدراسة احمد الشذيفات (2015)، محبوبي نسيم (2013).

-الاطلاع على مناهج التربية البدنية والرياضية لمرحلة التعليم المتوسط (طبعة 2016).

-الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية (2016).

### 5. اسس بناء الوحدات التعليمية:

- الاعتماد على شكل الوحدة التعليمية المقرر العمل بها في المنهاج والوثيقة المرافقة.
- وضع الاهداف التي تخدم لي الهدف الاساسي من البرنامج والدراسة.
- تحديد المراحل وكذلك محتوى الانجاز و الوقت المحدد لكل موقف واطراف التوجيهات.

## فصل الإجراءات المنهجية للدراسة

• ويجب مراعاة مايلي:

- ✓ مرونة الوحدات التعليمية وقابلية تنفيذها ميدانيا.
- ✓ ملائمة محتوى الوحدات التعليمية لمستوى الأفراد ومراعاتها للفروق الفردية.
- ✓ مراعاة توفر الوسائل الضرورية لتطبيقها والظروف الجوية.

**صدق برنامج العب وفق استراتيجية حل المشكلات:**

قامت الباحثة بإرسال البرنامج عبر تطبيق "GMAIL" الى (07) محكمين من المختصين في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة برج باجي مختار عنابة من اجل تحكيم البرنامج فكان الرد من طرف (04) محكمين فقط، وكذلك تم عرضه على استاذين في مادة التربية البدنية والرياضية، الاستاذ داغري شاهر الي يتمتع بخبرة 12 سنة والاستاذ رفراف يوسف خبرة 4 سنوات، وكذلك عرضته على مستشارة التوجيه المختصة في علم النفس الاستاذة " مزغيش مريم" (ملحق رقم 04).

وبناء على ملاحظات لجنة التحكيم قامت الباحثة بإجراء التغييرات اللازمة للبرنامج الموضح في (ملحق رقم 05).

**6. الاداة الاحصائية المستعملة:**

قامت الباحثة بالاعتماد في التحليل الاحصائي على اختبار T لعينتين مستقلتين و مرتبطتين.

**7. صعوبات اجراء الدراسة:**

- ككل الدراسات التي يتم إجراؤها، قد يتعرض الباحثين بعض الصعوبات اثناء قيامهم بالدراسات، والتي قد تعرقل السلاسة في سير اطوارها، ونذكر بعض الصعوبات التي تلقيتها عند قيامي بهذه الدراسة:
- صعوبات ادارية للحصول على بعض التصاريح الخاصة بزيادة المؤسسة التربوية لاستطلاع الاجواء التي تسهل عمل الباحثة.
- صعوبة في التعامل مع اولياء العينة المجموعة التجريبية وكيفية توصيل المعلومة الكافية لهم والسماح لي أبنائهم بي الانضمام الى المجموعة.
- الندرة الشديدة في المراجع المتعلقة بمتغير الخجل وخاصة بمكتبة الجامعة.
- صعوبة تحكيم الوحدات التعليمية الخاصة باللعب و استراتيجية حل المشكلات.
- ندرة المراجع والدراسات الخاصة بتطبيق حل المشكلات في التربية البدنية والرياضية.

## فصل الإجراءات المنهجية للدراسة

---

### خلاصة:

يعتبر هذا الفصل بمثابة الفصل التمهيدي للمرحلة التطبيقية حيث يشمل منهجية البحث وإجراءاته الميدانية فمن خلاله يضع الباحث مشكلة الدراسة بشكل مباشر وهذا بفضل الدراسة الاستطلاعية للمشكلة التي تمثل قاعدة أساسية لكي نبين أن الظاهرة موجودة فعلا، ويعتبر بمثابة الدليل أو المرشد الذي يساعد على تخطي كل الصعوبات، وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة.

فصل عرض وتحليل

ومناقشة النتائج

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

---

### تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرضاً مفصلاً للنتائج المتوصل إليها من الدراسة، مع تحليلها في ضوء الفرضية المطروحة التي طرحتها الباحثة، يلي ذلك مناقشة لهذه النتائج في ظل الأدب النظري الذي تأصلت عليه والدراسات السابقة ذات الصلة التي تم تناولها، ثم يعرض الباحث أهم الاستنتاجات والخلاصات المتوصل إليها، مع الأدلاء بأهم التوصيات والمقترحات التي يرى الباحث بأنها قد تشكل إضافات مستقبلية لموضوع الدراسة، أو مسارات بحثية جديدة تسهم في تناول مواضيع ذات صلة بموضوع الدراسة.

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

### 1. عرض وتحليل نتائج الدراسة:

#### 1.1. عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرضية:

نصت الفرضية على ما يلي: "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في درجات الخجل لدى التلاميذ لصالح القياس البعدي".

-لاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام الاختار t لعينتين مرتبطتين

جدول رقم (05) يوضح اختبار (T) لعينتين مستقلتين للاختبار القبلي للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية.

التلميذ	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	$(X - \bar{X}^1)^2$	$(X - \bar{X}^2)^2$
1	88	72	43.56	86.49
2	83	88	88.36	18.49
3	88	85	40.96	86.49
4	82	65	184.96	10.89
5	79	73	31.36	0.09
6	79	88	88.36	0.09
7	78	75	12.96	0.49
8	77	78	0.36	2.89
9	76	88	88.36	7.29
10	75	80	1.96	13.69
11	74	79	0.16	22.09
12	73	76	6.76	32.49
13	69	77	2.56	94.09
14	71	78	0.36	59.29
15	88	77	2.56	86.49
المجموع	1180	1179	593.6	521.35
	78.7	78.6	39.57	34.75
	المتوسط الحسابي		التباين	

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

من خلال الجدول رقم (05) الذي يمثل اختبار (T) لعينتين مستقلتين للاختبار القبلي للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية حيث ترى الباحثة ان المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي يساوي (78.7)، والمتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي يساوي (78.6) اي ان المتوسط الحسابي للمجموعتين في القياس القبلي متساوي وهذا راجع الى تكافؤ العينتين التي قامت به الباحثة في الجانب التطبيقي من الدراسة وتدعم هذه الفكرة من خلال نتيجة التباين حيث تعتبر قريبة جدا بين المجموعتين حيث نلاحظ ان تباين المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي يساوي (34.75) وتباين المجموعة التجريبية في القياس القبلي يساوي (39.57).

جدول رقم (06) يوضح درجة الحرية ومستوى الدلالة ونتائج اختبار (T) للقياس القبلي للمجموعة الضابطة والتجريبية

المجموعة	عدد ن	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	دالة/ غير دالة
التجريبية	15	28	0.1	0.04	1.70	غير دالة
الضابطة	15					

يمثل الجدول رقم (06) نتائج الاختبار (T) للقياس القبلي لي اختبار الخجل للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة والدرجة الحرية التي قدرت بي (28) حيث نلاحظ ان قيمة (T) المحسوبة تساوي (0.04) وقيمة (T) الجدولية تساوي (1.70) عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.1$ ) غير دالة احصائيا وقيمة (T) المحسوبة اقل من قيمة (T) الجدولية في هذه الحالة نقول انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في درجات الخجل لدى تلاميذ وهذا راجع الى عدم بداية تطبيق البرنامج.

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

جدول رقم (07) يوضح القياس البعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية وفق الاختبار (T) لعينتين مستقلتين

التلميذ	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	(X - X <sup>1</sup> ) <sup>2</sup>	(X - X <sup>2</sup> ) <sup>2</sup>
1	86	60	54.76	0.88
2	85	66	40.96	48.16
3	88	61	88.36	3.76
4	82	49	11.56	101.20
5	80	55	1.96	16.48
6	80	69	1.96	98.80
7	77	53	2.56	36.72
8	78	57	0.36	4.24
9	74	63	21.16	15.52
10	80	64	1.96	24.40
11	74	51	21.16	64.96
12	71	56	57.76	9.36
13	65	61	184.96	3.76
14	71	59	57.76	0.003
15	88	62	88.36	8.64
المجموع	1179	886	635.6	436.88
	78.6	59.06	42.37	29.12
	المتوسط الحسابي	التباين		

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

يمثل الجدول رقم (07) القياس البعدي للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية حيث ترى الباحثة ان المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في القياس البعدي قدر بي (78.6) اما المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في القياس البعدي قدر بي (59.06) اي ان المتوسط الحسابي للعينة التجريبية اقل من المتوسط الحسابي للعينة الضابطة حيث المتوسط الحسابي للعينة الضابطة قبل وبعد القياس بقى ثابت في نفس النتيجة (78) اما المتوسط الحسابي للعينة التجريبية نلاحظ انه كان (78) واصبح (59) ونقول ان هذا راجع الى اثر البرنامج المطبق على العينة التجريبية، وكذلك نلاحظ بالنسبة للتباين ان تباين المجموعة الضابطة قدر بي (42.37) في الاختبار البعدي لمقياس الخجل، اما بالنسبة للمجموعة التجريبية فقدر بي (29.12) في الاختبار البعدي لمقياس الخجل اي ان تباين المجموعة التجريبية اقل من تباين المجموعة الضابطة بعد ما كان تباين المجموعة الضابطة وتباين المجموعة التجريبية متقاربان جدا في الاختبار القبلي.

جدول رقم (08) يوضح درجة الحرية ومستوى الدلالة للقياس البعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية ونتائج اختبار (T) المحسوبة والجدولية

المجموعة	عدد ن	درجة الحرية	مستوى دلالة	قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	دالة/ غير دالة
الضابطة	15	28	0.1	9.08	1.70	دالة
التجريبية	15					احصائيا

يمثل الجدول رقم (08) نتائج الاختبار (T) المحسوبة والجدولية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.1$ ) عند درجة الحرية (28) للقياس البعدي لي اختبار الخجل للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، حيث نلاحظ ان قيمة (T) المحسوبة تساوي (9.08) اما قيمة (T) الجدولية تساوي (1.70) عند مستوى دلالة (0.1) وهي دالة احصائيا اذن نلاحظ ان قيمة (T) المحسوبة اكبر من قيمة (T) الجدولية معناه ان توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في درجات الخجل لدى تلاميذ لصالح القياس البعدي وعليه وهذا راجع الى فعالية البرنامج العب وفق استراتيجيات حل المشكلات المطبق على المجموعة التجريبية لذلك لاحظنا الفروق بين المجموعتين. وعليه الفرضية محققة.

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

ولتدعيم صحة النتيجة التي توصلت اليها الباحثة بانها توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في درجات الخجل لدى التلاميذ لصالح القياس البعدي قامت باختبار (t) لعينتين مرتبطتين للقياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وكذلك القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية باستخدام الاختبار (t) لعينتين مرتبطتين.

جدول رقم (09) يوضح اختبار (t) لعينتين مرتبطتين للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

التميز	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	الفرق بين المشاهدات d	d <sup>2</sup>
01	88	86	2	4
02	83	85	-2	4
03	88	88	00	00
04	82	82	00	00
05	79	80	-1	1
06	79	80	-1	1
07	78	77	1	1
08	77	78	-1	1
09	76	74	2	4
10	75	80	-5	25
11	74	74	00	00
12	73	71	2	4
13	69	65	4	16
14	71	71	00	00
15	88	88	00	00
£	/	/	1	61

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

جدول رقم (10) يوضح اختبار (t) لعينتين مرتبطتين للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

الاختبار	عدد ن	درجة الحرية	مستوى دلالة	قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	دالة/ غير دالة
القبلي	15	14	0.1	0.007	1.761	غير دالة
البعدي	15					احصائيا

نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) والجدول رقم (10) الذي يوضح اختبار (t) لعينتين مرتبطتين للاختبار القبلي والبعدي لمجموعة الضابطة نلاحظ ان قيمة (t) المحسوبة التي تقدر بي (0.007) اكبر من قيمة (t) الجدولية (1.761)، وان قيمة (t) السالبة (-0.007) اكبر من قيمة (t) الجدولية السالبة (-1.761) عند مستوى دلالة ( $0.1 = \alpha$ ) اي انها غير دالة احصائية وهنا نقول انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في درجات الخجل لدى تلاميذ لصالح القياس البعدي وهذا راجع لان المجموعة الضابطة لم تخضع لي اي حصة من حصص البرنامج لذلك لا نرى اي فارق بين القياسين القبلي والبعدي.

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

جدول رقم (11) يوضح اختبار (t) لعينتين مرتبطتين للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

التلميذ	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي	الفرق بين المشاهدات d	d <sup>2</sup>
01	72	60	12	144
02	88	66	22	484
03	85	61	24	576
04	65	49	16	256
05	73	55	18	324
06	88	69	19	361
07	75	53	22	484
08	78	57	21	441
09	88	63	25	625
10	80	64	16	256
11	79	51	28	784
12	76	56	20	400
13	77	61	16	256
14	78	59	19	361
15	77	62	15	225
£	/	/	293	5977

جدول رقم (12) يوضح اختبار (t) لعينتين مرتبطتين للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

الاختبار	عدد ن	درجة الحرية	مستوى دلالة	قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	دالة/ غير دالة
القبلي	15	14	0.1	-0.25	-1.761	دالة
البعدي	15					احصائيا

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

لدينا الجدول رقم (11) والجدول رقم (12) الذي يوضح الاختبار (t) لعينتين مرتبطتين للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية حيث نلاحظ ان قيمة (t) المحسوبة السالبة التي تقدر بي (-0.25) اكثر من قيمة (t) الجدولية التي تقدر بي (-1.761) معناه انها توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في درجات الخجل لدى التلاميذ لصالح القياس العبدى وهذا يدل على الاثر الفعال للبرنامج الذي طبق على المجموعة التجريبية و يؤكد ما توصلنا له في الجدول رقم (08).

### 2. مناقشة الفرضية الرئيسية:

اظهرت نتائج فرضية الدراسة الاثر الايجابي لبرنامج اللعب وفق استراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ المجموعة التجريبية وهو ما تأكد من خلال اختبار (t) للمجموعتين الضابطة والتجريبية، وهو ما يبين الاثر الايجابي الواضح لبرنامج اللعب وفق استراتيجية حل المشكلات لدى افراد المجموعة التجريبية بالمقارنة مع افراد المجموعة الضابطة.

كما اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع النتائج التي توصلت إليها دراسة الحجوري (2014) والتي كشفت نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي الجماعي في خفض الخجل لدى طالبات المرحلة الابتدائية وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية، ودراسة الزيادات وجبريل (2013) والتي اشارت الى وجود فرق دال إحصائي في مستوى الخجل بين اداء المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك لصالح المجموعة التجريبية. وهذا يعني أن البرنامج التدريبي للمهارات الاجتماعية كان فعالا في خفض مستوى الخجل لدى أفراد الدراسة من طلبة الجامعة الاردنية، ودراسة كريستوف ورفاقه المشار إليه في جريكو ومورس (2001) والتي بينت نتائجها أن المشاركين في البرنامج التدريبي القائم على المهارات الاجتماعية لخفض الخجل كانوا اكثر نجاحا في توليد الحلول الممكنة للقضايا الاجتماعية المفترضة من غير المشاركين، وايضا ظهرت زيادة في التفاعلات الاجتماعية الملاحظة واستمرت هذه النتائج لعدة شهور بعد انتهاء المعالجة.

ترى الباحثة ان البرنامج اظهر فعالية في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة اولى متوسط وقد تعزى الى ان المجموعة الضابطة لم تتعرض الى حصص البرنامج مما يعني انها افتقدت للمهارات والاساليب والطرق والتقنيات التي يمكن ان تساعد في خفض مستوى الخجل لديها، لذلك لم نجد هناك اثر او تحسن في اداء افراد هذه المجموعة، بينما في المقابل نجد تلاميذ المجموعة التجريبية الذين تعرضوا الى الوحدات التعليمية المسطرة في البرنامج، قد اثر ذلك بصورة مباشرة في خفض مستوى الخجل لديهم، كما تضمن البرنامج اللعب وفق استراتيجية حل المشكلات الذي تعرضت له المجموعة التجريبية العديد من الالعاب والفنيات التي كانت لها اثر فعال في مساعدة التلاميذ هذه المجموعة على تعديل سلوكهم، واكتساب المهارات

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

التي تساعدهم في خفض الخجل التي تتمثل في التشجيع على المشاركة والتفوق بدون خوف من الفشل، تعزيز الشعور بالانتماء والاندماج في المجتمع المدرسي، تعزيز التواصل الاجتماعي والتعاون مع الآخرين والتعبير عن الذات، التشجيع على التفكير الايجابي والتفاؤل من خلال تحقيق الاهداف الرياضية، تعزيز الانضباط الذاتي والتحكم في النفس.

كما اشارات الدراسة الى مغير اللعب الذي يعتبر العامل الاساسي في نجاح البرنامج لما له من اهمية حيث تؤكد "سهام (1997)" ان اللعب يستفاد منه في تحقيق النمو المتوازن لدى الطفل كما يعمل على حماية الطفل ووقايته من الوقوع في المشكلات الانفعالية عادة ويتيح له فرص التخلص من كل انواع التوتر والضعفونات النفسية، كما قال "جيري اوتو ونيجر(1983) بأنه الطريقة التي يستطيع بها الطفل التفاهم مع الواقع، فمن خلال اللعب يستطيع الاطفال مراجعة افكارهم وايضا يستطيعون تشكيل وسائل تمكنهم من استخدام تلك الافكار، ويرى كذلك (سيد واخرون، 2003) انه يمكن استخدام اللعب كأسلوب للعمل العلاجي لبعض الاضطرابات من حيث التقليل من مشاعر القلق لدى الطفل وذلك بتفريغ الطاقة الانفعالية فيه للمواقف المقلقة الناتجة عما يقابله الطفل في حياته من حوادث، ومن امثال علماء التحليل النفسي الذين استخدموا اللعب في العمل العلاجي "اريسكون" حيث يرى هو وغيره من العلماء ان الطفل في لعبه يعاود ترتيب الاحداث الحياتية بشكل يسره او على الاقل لا يضايقه وبهذا يتخلص مما يقلقه وقد اشار اريسكون الى القيمة العلاجية للعب واعتبره نشاطا شغائيا يقوم به الطفل المضطرب، تعد الألعاب من أهم الأنشطة التي يمارسها الطفل في حياته خصوصا في مرحلة الطفولة، وتقوم بدور رئيس في صقل شخصيته وإشباع حاجاته ورغباته وتحقيق النضج والنمو وإكسابه المهارات الحركية والجسمية والعقلية والاجتماعية، وهي ظاهرة سلوكية عامة تسود عالم الكائنات الحية سواء الإنسان أو الحيوان وتعتبر محور العملية التعليمية، ولها دور أساسي في استثمار دافعية المتعلم وبقاء أثر التعلم، وتعمل على إثارة روح المنافسة مع الذات ومع الآخرين. وترى الباحثة ان استراتيجية حل المشكلات، التي تعتبر المتعلم محور العملية التعليمية قد ساعدت التلاميذ على تحسين مستويات الخجل، كونها تركز على ذاتية التعلم وتراعي الفروق الفردية للمتعلمين لأنه لا وجود لاستجابات صحيحة واخرى خاطئة، لتصل الى مستويات مختلفة من التفكير، وقد ذهب الىه نظرية التقدير الذاتي ل"دريسي وريان 1985" اذ تقترض هذه النظرية ان الطلبة يميلون بصورة فطرية للرغبة في الاعتقاد بانهم يشتركون في أنشطة بناء على ارادتهم الذاتية، وهذا ما يشعروهم بالفعالية والكفاية لأداء مهمة ما، وبفرق اصحاب هذه النظرية بين المواقف ذات مصدر الضبط الداخلي والمواقف ذات مصدر الضبط الخارجي، حيث يكون الافراد مندفعين داخليا اكثر للاشتراك في نشاط ما، عندما يكون مصدر الضبط لديهم داخليا عنه عندما يكون مصدر الضبط خارجي (نوفل 2011).

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

ويفترض اصحاب هذه النظرية ان الافراد يكونون مدفوعين بصورة ذاتية لتنمية ذكائهم وكفائتهم وانهم يستمتعون بإنجازاتهم، وبالانخراط في الانشطة التي تظهر قدراتهم المعرفية ومهارتهم في الاداء وتزودهم بالإمكانيات التي تسمح لهم ان يطوروا كفائتهم وفعاليتهم، وهذا الشعور بالفعالية والكفاية الذي يسببه النجاح يرفع مستوى الدافعية الداخلية لديهم من اجل اداء مهام اخرى مشابهة وكل هذا يؤدي الى خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ، اما الشعور بعدم الكفاية يضعف الدافعية الداخلية وبالتالي يقلل جهودهم في الاتقان لأداء مهام ما، هذا يستدل على الدافعية الداخلية للطلبة في سياق الدراسة على انها ما يقرره الطلبة من سلوك نشط والذي يتمثل في الاستغراق والتفكير والمثابرة مقابل ما يقررونه من سلوك سلبي والمتمثل في سلوك الدافعية الخارجية مثل التجنب والتجاهل (خلال، 2006، ص45).

كما ان البرنامج اتاح فرصة تعريض التلاميذ الخجولين الى مواقف مثيرة بشكل حقيقي للمشكلة والتي تساعدهم على معايشة التجربة في اطار وحدات تعليمية تعينه اولا على ادراك نمط شخصيته واسلوبه في التعامل مع المواقف، اي ادراكه لمهارات اللعب التي يفتقدها ومدى تأثيرها على شخصيته وحياته ككل وهذا ما جاء في الوحدة التعليمية الاولى والثانية، كما حفز البرنامج المقترح قدرة تخيل وتصور احداث ايجابية ساعدت التلاميذ على تحفيزهم في التغلب على الافكار والمعتقدات السلبية وفي الوقت نفسه هي الاخرى مساعدة على تصور حلول للمواقف والمشكلات النفسية التي تعترضهم وتعيق حياتهم وتعكر مزاجهم فهذه الفنية ساعدت في ادراك التلميذ الخجولين كيفية التعامل مع المواقف الايجابية، والاهم من هذا فقد ساهمت في تنمية الثقة بالنفس وتحريرها من الخوف والضغوطات النفسية الناتجة عن شعورهم بالنقص واحتقار الذات بسبب مشكلة الخجل التي سيطرت على جوانب عدة.

كما عملت الالعب التي استخدمتها الطالبة ايضا في البرنامج دورا مهما في تعليم واكتساب المهارات التي تساعد التلاميذ في التغلب على المكبوتات والمشاعر السلبية التي تضايقهم كونها من الالعب المشجعة المحفزة نحو تأكيد التلاميذ لذواتهم واحساسهم بالراحة النفسية والرضا والقناعة بحياتهم.

وبالرغم من كل هذا فإن نجاح البرنامج يعود بنسبة كبيرة الى دور الطالبة في طريقة واسلوب التقديم وكيفية التعامل مع تلاميذ المجموعة وهذا انطلاقا من كسب افراد المجموعة اولا عن طريق تكوين علاقة ايجابية يسودها الاطمئنان والمحبة والتقبل وبناء الثقة، ثم الارشادات والتوجيهات المقدمة لهم بشكل مستمر وكذا تصميم وحدات البرنامج وتنوعها لما يتناسب مع قدراتهم في جو يسوده الامان والمرح والسعادة، كما ركزت الطالبة على الابتعاد عن الروتين واولدت فيه نوع من الحيوية والنشاط وجعله ممتعا ومفيدا في ان واحد مع تركيزها ايضا على عامل اساسي وفعال ويعتبر ضروري جدا وهو البشاشة والابتسامة مع تقديم قطع الحلوى والشكولاتة في بداية كل جلسة لتجديد طاقتهم وقدرتهم على التجاوب معي وخصوصا اوقات تطبيق البرنامج

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

كانت اغلبها في حدود الساعة 16:00/15:00 وهذا بعد مزاولتهم الدراسة كل الفترة الصباحية والمسائية مع تقديم هدية بسيطة للفوج الذي يفوز في الحصة، كل هذا لتجنب الملل اثناء تقديم الحصص وتحفيزهم على حضور باقي الحصص وعدم العزوف منها.

وهنا لمست الطالبة الجدية من طرف كل التلاميذ في القيام بممارسة الالعاب التربوية ولكن كان هناك اهتمام وحماس عند جنس الاناث اكثر مقارنة من الذكور، اما من ناحية الألفة والاحترام المتبادل والتقبل وعدم السخرية فكان موجود بكثرة من كلا الجنسين ومن الجميع دون استثناء.

### 3. الاستنتاج العام:

قامت الطالبة بتطبيق مقياس الخجل في القياس القبلي وتحديد عينة الدراسة، شرعت في تطبيق برنامج الذي يحتوي على (10) وحدات تعليمية تحتوي كل وحدة على هدف الذي ينبغي الوصول اليه في اخر كل حصة، الأهداف سطرته الطالبة بكل جهد من أجل الوصول الى الهدف المطلوب، الا أن الهدف الأساسي من ذلك هو برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات لخفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة اولى متوسط بمتوسطة نصيب الهادي الشافية، وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج قامت الطالبة بإجراء القياس البعدي لمقياس الخجل وبعدها أجرت التحليل الاحصائي لنتائج الدراسة من أجل التأكد من صحة الفرضيات ومدى فاعلية برنامج اللعب وفق استراتيجية حل المشكلات، وقد أسفرت النتائج عن فاعلية برنامج اللعب من خلال التحسن والتعديل والتغير الذي طرأ على عينة الدراسة، وترجع هذه النتيجة بالدرجة الأولى الى دور الطالبة التي تمكنت من اكتساب التلاميذ وخلق جو هادئ يملئه الحب والطمأنينة، كما اتبعت الطالبة خطة منظمة من أجل أن يبدأ من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب.

ويرجع العامل الاساسي لنجاح هو توظيف الالعاب التربوية الصغيرة التي توفر للتلاميذ فرصة لتجربة الاداء الاجتماعي في بيئة تنافسية وداعمة، مما يمكن ان يزيد من ثقتهم بأنفسهم ويقلل من مشاعر الخجل، وكما جاء في نظرية التعلم الاجتماعي التي تقترح ان التلاميذ يتعلمون من خلال الملاحظة والتفاعل مع زملائهم، من خلال المشاركة في الالعاب تمكن التلاميذ تجربة التفاعل الاجتماعي الايجابي واكتساب المهارات الاجتماعية التي تساعدهم على التغلب على الخجل، وان ممارسة الالعاب التربوية تساعد على تخفيف التوتر والخجل عن طريق تحرير الطاقة العاطفية السلبية من خلال الحركة الجسدية.

حيث تعتبر نظرية العلاج بالخجل نهج يستخدم فيه اللعب كوسيلة لمساعدة الاطفال في التعبير عن مشاعرهم والتعامل مع تجاربهم وحل مشكلاتهم، من خلال اللعب يمكن للأطفال التعبير عن مشاعرهم بطريقة غير لفظية مما يتيح للأستاذ فهم مشكلاتهم وتقديم الدعم المناسب لها، حيث يعتبر "فرجينيا اكسلين" من ابرز رواد العلاج باللعب حيث تعتبر ان العلاج باللعب هو استخدام تقنيات اللعب لمساعدة الاطفال في التعبير

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عن مشاعرهم والتعامل مع صعوبتهم النفسية في هذا النوع من العلاج يعتبر اللعب وسيلة طبيعية للتعبير عن الذات، مما يسمح للأطفال بالتواصل مع استاذهم بطريقة غير مهددة، هذه الطريقة يمكن ان تكون فعالة بشكل خاص للأطفال الذين يعانون من الخجل، حيث ان اللعب يوفر لهم بيئة امنة ومشجعة للتفاعل واكتساب الثقة بالنفس.

كما نرى ان نظرية التحفيز والتحفيز تقترح إن مشاركة التلاميذ في الالعب التربوية التي تعتمد على المشكلات يمكن ان تزيد من مستويات التحفيز والتحفيز الشخصي لدى التلاميذ، مما يمكن ان يساعدهم على التغلب على الخجل.

اهم الطرق لتنمية المجال النفسي يكون عندما يتم التدريس وفق الطرق الغير المباشرة، وليس بالضرورة ان يل التلاميذ الى الحل الصحيح للمشكلة المطروحة امامهم من خلال التدريس بحل المشكلات، ولكن الاهم هو دفعهم للتفكير في كل مرة ومحاولة الوصول الذاتي للحل وهذا يعمل على خفض مستوى الخجل لديه أي تقدير ذاته، تحتاج استراتيجية حل المشكلات الى بيئة نفسية واجتماعية امنة وجب توفيرها للمتعلم، لكونها تعتمد على طرح الاسئلة في كل مرة، والاستجابات تكون مختلفة ومتفاوتة من التلاميذ، فيجب ألا يتعرض أي تلميذ للسخرية من طرف زملائه.

وقد كان لاستراتيجية حل المشكلات وعدم الزامية التلميذ بالتعليم المباشر، دافعا لتعزيز عمليات التفكير، فوضع المتعلمين امام موقف مشكل، دفعهم للتأني واخذ الوقت الكافي وتكرار مشاهدة اللعبة والتحليل الحركي لها وربطها مع الخطوات الفنية والتعليمية، ومن خلال مشاهدة اداء الزملاء الذين يسبقونهم في التنفيذ، وهذا ما زاد من الثقة بالنفس لدى كل متعلم للعمل بجدية لإثبات الذات وزيادة التنافس فيما بينهم، وهذا يتفق مع ما توصلت اليه دراسة كل من علي الدواد (2014)، شلش (2006)، جاسم وخلف (2005).

ترى الباحثة ان حجم عينة الدراسة للمجموعة التجريبية، قد ساعد كثيرا على تحقيق اهداف الدراسة وحسن سيرها، مما يؤكد ان التعدد الصفي المعقول احد اهم اسباب نجاح في التعليم غير المباشر. وكذلك راجع الى خبرة الطالبة لان كونها استاذة تربية بدنية ورياضية في التعليم المتوسط زادها كفاءة من خلال التخطيط للحصص و بناء الاهداف وكذلك طريقة بناء المواقف باستخدام الالعب التربوية و استراتيجية حل المشكلات، ثم كيفية تطبيقه على العينة التجريبية وكيفية التعامل مع التلاميذ.

### 4. التوصيات:

اثبتت الدراسة الحالية اثر برنامج اللعب المقترح وفق استراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة اولى متوسط لمتوسطة نصيب الهادي الشافية التابعة لولاية الطارف، وقد تم استخلاص العديد من التوصيات في هذا المجال ومن اهمها ما يلي:

## فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج

- توعية الوالدين إلى عدم اللجوء إلى أساليب المعاملة التي تتسم بالعدوان والإهمال والرفض لأنها تؤدي إلى زيادة ظاهرة الخجل وحثهم على استخدام الاساليب التي تتسم بالتقبل والدفء والمحبة.
- التكتيف من الندوات التربوية والتكوينية لي اساتذة التربية البدنية والرياضية من طرف المفتشين لان الهدف الاساسي للمادة هو تعديل سلوك التلميذ واعداد فرد قادر على مواجهة الحياة.
- توعية اساتذة تربية البدنية والرياضية على الأساليب الصحيحة والمناسبة للتعامل مع الفئة التلاميذ الخجولين، وعدم إهمالهم أو الاكتراث بهم.
- عقد الندوات لأولياء الأمور من الإباء والأمهات لتوعيتهم بأهمية تنمية المهارات الاجتماعية لدى أبنائهم والحد من ظاهرة الخجل لديهم.
- حث اساتذة التربية البدنية والرياضية على العمل باستخدام الالعب التربوية لان هدفهم هو تعديل سلوك التلاميذ والابتعاد عن مجال التدريب.

### 5. الاقتراحات:

يمتاز البحث العلمي بمجموعة من الصفات لعل من أهمها انه جهد تراكمي مبني على جهود الباحثين السابقين ويقوم الباحثين في الوقت الحاضر باستكمال ما بدأه السابقون وفي ضوء ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج فان الباحث يرى ضرورة القيام بدراسات أخرى في هذا المجال كونها قليلة في العالم العربي وغير متوفرة في البيئة الجزائرية.

- فاعلية برنامج لعب مقترح وفق إستراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي.
- اثر برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات لخفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة رابعة متوسط وعلاقته ببعض المتغيرات مثل الدافعية والمستوى التحصيلي وغيرها من المتغيرات.
- البحث في تدريس التربية البدنية والرياضية وفق نمط حل المشكلات الإنتاجي في التربية البدنية والرياضية.

### خاتمة:

في ختام دراستنا يمكننا القول أنه من خلال قيامنا بالدراسة الميدانية في متوسطة نصيب الهادي الشافية، والتي انطلقت فيها الطالبة من تساؤل الرئيسي حاولت من خلاله الكشف عن أثر برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات في خفض مستويات الخجل لدى تلاميذ سنة أولى متوسط لمتوسطة نصيب الهادي الشافية، والتي اقتصر على التلاميذ الذين عند تطبيق اختبار مقياس الخجل تحصلوا على درجات 63 واكثر ثم تم تقسيمهم الى مجموعتين مجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية مع احترام التكافؤ بين العينتين، وبعد تحديد الطالبة لغايات وأهداف الدراسة وفرضية الدراسة وتوجهه إلى المسار الحقيقي وتوضيح الأدوات اللازمة لموضوع الدراسة وتحديد المنهج الملائم ايضا، انطلقت الطالبة من فرضية تم اختبارها ميدانيا ومعالجتها احصائيا وكانت نتائج هذه الدراسة محققة الى حد ما، حيث أسفرت نتائج هذه الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في درجات الخجل لدى تلاميذ لصالح القياس البعدي، حيث تبين أن مهارات اللعب وفق استراتيجية حل المشكلات تلعب دورا هاما في مساعدة الخجولين لما لها من اهمية بالغة في تمكين هذه الفئة من توسيع دائرة معارفهم الاجتماعية وتنمية ثقتهم بأنفسهم، التي من خلالها يستطيع الخجول الخروج للحياة الاجتماعية وادراك آليات التفاعل والتعامل في مختلف المواقف. و وفي الأخير نأمل أن تكون هذه الدراسة ما هي إلا بداية للاهتمام والعناية بالخجولين الذين تتقصصهم المهارات الأساسية التي تساعدهم على مسايرة حياتهم بشكل طبيعي من أجل تدريبهم وتعليمهم مختلف المهارات التي تنمو وتكتسب من خلال اللعب، لذا فقد جاءت هذه الدراسة لفتح المجال أمام بحوث أخرى للالتفات لهذه الفئة، كما نأمل أن نكون قد أسهمنا ببحثنا المتواضع ولو بجزء يسير أن تكون دراستنا منطلقا لدراسات أخرى.

المراجع

### ➤ كتاب

1. أمين أنور الخولي، (1965) أصول التربية البدنية والرياضية ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربي، القاهرة ، مصر .
2. للجنة الوطنية للمناهج، (2006)، منهاج التربية البدنية والرياضية للسنة الثالثة ثانوي، الجزائر، الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية.
3. كوجك، حسين كوجك (2001)، اتجاهات حديثة في المناهج وطرق التدريس التطبيقات في مجال التربية الاسرية، القاهرة، عالم الكتاب.
4. دعمس، مصطفى نمر (2011)، استراتيجيات تطوير المناهج وأساليب الحديثة، عمان: دار غيداء.
5. عبد الحليم، محمود، عبد الكريم (2006)، ديناميكية تدريس التربية الرياضية، الطبعة الأولى، القاهرة :مركز الكتاب للنشر.
6. قاسم المندلوي وآخرون، (1990)، دليل الطالب في تطبيقات الميدانية للتربية البدنية، الطبعة الأولى، جامعة بغداد.
7. الشيخ كامل محمد عويضة، (1990)، علم نفس النمو، بدون طبعة، دار الكتب العلمية، بيروت.
8. الوثيق المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية مرحلة التعليم المتوسط، (2016).
9. لسان العرب لابن منظور. دار صادر. بيروت، لبنان، ط1. مادة لعب.
10. محمد محمود الحيلة، لألعاب التربوية وتقنيات إنتاجها "سيكولوجيا وتعليميا وعلميا"، أستاذ تكنولوجيا التعليم. جامعة الشرق الأوسط الدراسات العليا. دار المسيرة. عمان.
11. سامي محسن الختانتة. سيكولوجية اللعب. دار الحامد للنشر والتوزيع. الأردن.
12. دورة التعلم باللعب. خطوات توظيف الألعاب التربوية. مركز التدريب والتطوير. الجابرية. إعداد: الموجه الفني. ناصر عبد الله المزدي. إدارة التعليم الخاص.
13. كتاب الالعب الصغيرة. المكتبة الرياضية الشاملة.
14. حنان عبد الحميد العناني، (2014)، اللعب عند الأطفال، الأسس النظرية والتطبيقية، دار الفكر، عمان.
15. عثمان محمد الخضر، الألعاب التربوية مهارات إبداعية في التربية والتدريس، شركة الإبداع الفكري، الكويت.

16. زهير خليف، لألعاب التربوية المتكاملة رياض الأطفال والمرحلة الأساسية العليا.
17. العلاج باللعب إعداد أخصائي نفسي بجمعية احتياجات خاصة بالقاهرة. هاني العسلي.
18. زيد الهويدي، الألعاب التربوية إستراتيجية لتنمية التفكير.
19. هشام سمير دويكات، الألعاب التربوية في صفوف المرحلة الابتدائية الأولى.
20. سارة علي بايونس، الألعاب التعليمية الوسائل التعليمية.
21. رافدة الحريري، الألعاب التربوية وانعكاساتها على تعلم الأطفال.
22. محمد الصويركي، الألعاب اللغوية ودورها في تنمية مهارات اللغة العربية، دار الكندي للنشر والتوزيع. عمان 2005.
23. أحمد جميل عايش (2008): أساليب تدريس التربية الفنية والمهنية والرياضية، ط1 دار المسيرة، عمان.
24. منى يونس بحري (2013): اللعب في الطفولة المبكرة، ط1 دار البداية ناشرون وموزعون.
25. عصام نور (2006): سيكولوجية الطفل، ب ط، مؤسسة شباب الجامعة الإسكندرية، مصر.
26. محمد محمود صوالحة (2004): تكنولوجيا التعليم بين النظرية والتطبيق، ط1 دار الميسرة، عمان.
27. سوزانا ميلر (1990): سيكولوجية اللعب، ب ط، عالم المعرفة.
28. أمل الأحمد وآخر (ب س) سيكولوجية اللعب، جامعة دمشق، دمشق.
29. عثمان، مصطفى عفاف (2014)، استراتيجيات التدريس الفعال، الإسكندرية، دار الوفاء.
30. ابوشريخ، شاهر ذيبا (2008)، استراتيجيات التدريس، المجلد الاولي، عمان، الاردن، المعتر للنشر والتوزيع.
31. جابر، عبد الحميد، جابر (1999)، استراتيجيات التدريس والتعليم، الطبعة الاولى، القاهرة، دار الفكر العربي.
32. عبد الكريم، عفاف، (1993)، طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، الإسكندرية، منشأة المعارف.
33. حمدان، ساري، (1995)، دليل المعلم في التربية الرياضية. اليرموك الأردن: المديرية العامة للمناهج وتقنيات التعليم وزارة التعليم.
34. رزوق، اسعد، (1977)، موسوعة علم النفس. ط2 بيروت، المؤسسة العربية للدراسات والنشر.

35. الديب، أميرة عبد العزيز، ( 1990)، سيكولوجية التوافق النفسي في الطفولة المبكرة، ط2، جامعة الكويت: مكتبة الفالح.
36. العبيدي، هيثم ضياء، (1999). الخجل وعلاقته بتقدير الذات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية الآداب.
37. سليم، عبد العزيز إبراهيم، (2011). المشكلات النفسية والسلوكية لدى الأطفال، عمان: دار المسير.
38. بدران، عمرو حسن، (1999)، كيف تتخلص من الخجل، المنصورة: دار جزيرة الورد للنشر.
39. غالب، مصطفى، (1995)، نقطة ضعف في سبيل موسوعة نفسية. ع(19)، بيروت: دار ومكتبة الهلال.
40. خالد رشيد القاضي، (2008)، لسان العرب، ج:2، ط:1، دار الأبحاث، الجزائر.
41. الطاهر سعد الله، (1991)، علاقة القدرة على التفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
42. الوثيق المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية مرحلة التعليم المتوسط، (2016).
43. رأفت محمد بشناق، (2010)، سيكولوجيا الاطفال، ط2، دار النفائس، لبنان بيروت.
44. كريمان بدير، (2010)، الأسس النفسية لنمو الطفل، دار المسيرة. عمان، الأردن، الطبعة الثانية.
45. ثابت ناصر. (1984). أضواء على الدراسة الميدانية. الكويت. مكتبة الفلاح الكويتية.
46. مروان عبد المجيد إبراهيم. (2000). أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية. عمان. مؤسسة الوراق.
47. عبد اليمين بوداود. أحمد عطاء الله، (2009)، المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.
48. إخلاص محمد عبد الحفيظ. باهي حسين، (2002)، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية، القاهرة، مركز الكتاب.
49. موريس أنجرس. (2004). منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية. الجزائر. دار القصة للنشر.
50. بشير معمريه، (2003). القياس النفسي وتصميم الاختبارات النفسية للطلاب والباحثين، منشورات شركة باتنتيت، الجزائر.

### ➤ رسائل جامعية:

1. الحايك، صادق، وخصاونة، غادة (2013)، أثر برنامج تعليمي قائم على الاقتصاد المعرفي لتطوير منهاج الجمباز، المؤتمر العلمي الخامس للإبداع الرياضي، المجلد الأول، عمان، الأردن.
2. عبد الكريم، عفاف (2005)، تصميم المناهج في التربية البدنية، الإسكندرية، منشأة المعارف.
3. ايمان بن سالم، (2017)، برنامج ارشادي جماعي لخفض الخجل لدى طالبات الصف التاسع في ولاية بلهراء، سلطنة عمان، رسالة ماجستير، جامعة نزوى.
4. دراجي ايمان، (2020)، دور الالعاب التربوية في تنمية بعض مهارات التفكير الرياضي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي من وجهة نظر المعلمين، مذكرة ماستر، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة جيجل.
5. فداء خالد شحادة (2013): أثر استخدام الألعاب التربوية في تحصيل طلبة الصف الرابع الأساسي في مادة الرياضيات بمدارس محافظة رام الله الحكومية، جامعة القدس المفتوحة، رسالة لاستكمال متطلبات نيل درجة البكالوريوس في تخصص أساليب تدريس الرياضيات.
6. عامر خليل إبراهيم العامري، أثر اللعب التمثيلي على قدرات التفكير الابتكاري لدى أطفال الرياض، الجامعة المستنصرية، كلية التربية الأساسية.
7. شهرزاد نوار، (2016)، نشاط اللعب وعلاقته بتنمية التفكير الابتكاري لدى أطفال الروضة، مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية. جامعة قاصدي مرباح. ورقلة. (الجزائر). سبتمبر، العدد 26.
8. ابوشريخ، شاهر ذيبا (2008)، استراتيجيات التدريس، المجلد الاولي، عمان، الاردن، المعتر للنشر والتوزيع.
9. العبيدي، هيثم ضياء، (1999). الخجل وعلاقته بتقدير الذات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية الاداب.
10. الطاهر سعد الله، (1991)، علاقة القدرة على التفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
11. عامر خليل إبراهيم العامري، أثر اللعب التمثيلي على قدرات التفكير الابتكاري لدى أطفال الرياض، الجامعة المستنصرية، كلية التربية الأساسية.
12. زهير خليف، (2009)، الألعاب التربوية المتكاملة، رياض الأطفال والمرحلة الأساسية العليا، التقنيات التربوية وتكنولوجيا المعلومات، مديرية التربية والتعليم، قلقليه مشرف علم شبكة الأوس التعليمية.

13. هشام سمير دويكات، (2017)، الألعاب التربوية في صفوف المرحلة الأولى، تخصص المرحلة الدنيا، صفحة الطالب المتميز، 2010 الفصل الدراسي الأول.
14. الألعاب التعليمية. الوسائل التعليمية. سارة علي بايونس. MSKY.WS/UPLOADS/ 1/2018 .  
أطلع عليه بتاريخ 2020/05/09 على الساعة 09:14.
15. بشرى عمر يونس، (2015)، أثر استخدام الألعاب التربوية في تنمية بعض مهارات التفكير في الرياضيات والميول نحوها لدى تلاميذ الصف الثالث أساسي، مذكرة ماجستير في المناهج وطرق التدريس بكلية التربية في الجامعة الإسلامية غزة.
16. الألعاب التربوية في العملية التعليمية. موقع البرق News . بقلم حنان جلال عليمي.  
2015/06/23.
17. فاعلية العلاج باللعب في تنمية اللغة لدى الأطفال المضطربين لغوياً، إعداد: شيماء صبحي أبو شعبان، إشراف: أنور عبد العزيز العبادسة، رسالة ماجستير في تخصص الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، قسم علم النفس، الجامعة الإسلامية غزة، 1430هـ-2010م.
18. علي بن تقي القبطان، (2009)، إستراتيجية التعلم باللعب، سلطنة عمان. وزارة التربية والتعليم.
19. بشرى عمر يونس، أثر استخدام الألعاب التربوية في تنمية بعض مهارات التفكير في الرياضيات والميول نحوها لدى تلاميذ الصف الثالث أساسي.
20. زيد الهودي، الألعاب التربوية إستراتيجية لتنمية التفكير.
21. خليل عبد الفاتح حماد، (2015)، التعلم من خلال اللعب، مجلة جامعة فلسطين للأبحاث والدراسات. تجربة وزارة التعليم العالي الفلسطينية في علاج تدني التحصيل الدراسي لمرحلة الدنيا. يناير، العدد الثامن. الجزء الأول.
22. بورقيق حليلة، (2019)، استراتيجيات اللعب التربوي ودوره في تنمية القدرات المعرفية عند الأطفال، مذكرة ماستر، جامعة ابن خلدون تيارت.
23. بورقيق حليلة، (2019)، استراتيجيات اللعب التربوي ودوره في تنمية القدرات المعرفية عند الاطفال، مذكرة ماستر، جامعة ابن خلدون، تيارت.
24. محمد أحمد خطاب وأحمد عبد الكريم حمزة (2008): سيكولوجية العلاج باللعب مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، ط1، دار الثقافة، عمان.

25. نعيم الشارف، (2019)، اثر استراتيجية حل المشكلات في حصة التربية البدنية والرياضية على تنمية الدافعية العقلية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، اطروحة دكتورا، جامعة ورقلة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
26. شاهين، عبد الحميد (2010). استراتيجيات التدريس المتقدمة واستراتيجيات التعلم وأنماط التعلم، الإسكندرية، مصر، كلية التربية بدمهور.
27. الشذيفات، ماجد، احمد (2015). دور إستراتيجية حل المشكلات في تدريس مناهج كرة القدم وكرة السلة على مستوى أنواع مختلفة من التفكير والخصائص النفسية لدى الطلبة من وجهة نظر المعلمين، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الاردنية
28. بلقيس، احمد، توفيق مرعي،(1996)، الميسر في علم النفس التربوي، المجلد الثاني، عمان الردين: دار الفرقان للنشر والتوزيع.
29. ابي عواد، مي (2015). أثر استخدام إستراتيجية حل المشكلات في تحصيل الطلبة في مادة علم الأحياء والأرض واتجاهاتهم نحوها، رسالة ماجستير منشورة، في المناهج وطرائق التدريس.
30. عبيدات، ذوقان، وأبوالسميد، سهيلة، (2007)، استراتيجيات التدريس في القرن الحادي والعشرين، عمان، الاردن: دار الفكر.
31. البارودي، منال أحمد،(2015) العصف الذهني وفن صناعة الأفكار، المجموعة العربية للتدريب والنشر.
32. قنصوه، كامل عبد الحميد،(2006). أثر استخدام استراتيجيات التعلم التعاوني على مستوى كل من الأداء المهاري والتحصيل المعرفي لبعض مهارات الجباز لطلاب كلية التربية الرياضية، مجلة نظريات وتطبيقات، أبو قير الإسكندرية، العدد5، 199، 5-145.
33. أبوالنجا، عزالدين (2000). الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية، القاهرة: دار الفكر العربي.
34. الحايك، صادق، وخصاونة، غادة، (2013)، أثر برنامج تعليمي قائم على الإقتصاد المعرفي لتطوير منهاج الجباز، المؤتمر العلمي الخامس الإبداع الرياضي، المجلد الأولى، عمان، الأردن.
35. ايمان بن سالم، (2017)، برنامج ارشادي جماعي لخفض الخجل لدى طالبات الصف التاسع في ولاية بلهات في سلطنة عمان، رسالة ماجستير، جامعة نزوى.
36. النيال، مايسة، (1999). الخجل وبعض أبعاد الشخصية دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس، العمر، الثقافة. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

## المراجع

---

### ➤ المعاجم والقواميس:

1. القاموس المدرسي. (2003)، عربي العربي. دار سواس للنشر. تونس.
2. كفاي، علاء الدين. (1994)، معجم علم النفس والطب النفسي، القاهرة: دار النهضة العربية.

### ➤ المراجع باللغة الأجنبية:

1. Hornby, A. S. (1963). The Advanced Learner's Dictionary of Current English. London: Oxford University Press.

الملاحق

ملحق رقم (01)

جامعة باجي مختار عنابة  
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

جامعة باجي مختار عنابة  
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم التربية البدنية والرياضية

عنابة في: 2024 / 01 / 22

الى السيد: الاستاذ احمد تليلي  
عن جامعة عنابة

الموضوع: تسهيل مهمة  
مستوى ماستر

يشرفني سيدي أن أتقدم لكم بهذا الطلب، قصد تسهيل ومساعدة الطالب  
الطالب 1: احمد تليلي  
الطالب 2: X

لاجراء تريض ميداني، على مستوى مؤسستكم وهذا في إطار المساهمة العلمية لتمكينه من  
اتمام تحضير شهادة الماستر بقسم التربية البدنية والرياضية جامعة باجي مختار عنابة.

في الاخير لكم مني فائق الاحترام والتقدير ومشكوريين على تعاونكم وشكراً.

رئيس القسم  
الاستاذ الدكتور علي زاوي  
التربية البدنية والرياضية  
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

احمد تليلي  
الطالب

### ملحق رقم (02)

عزيزي التلميذ (ة) فيما يلي مجموعة من العبارات والمرجو منك أن تقرئ كل عبارة منها وتفهمها جيدا وإذا رأيت أن العبارة تنطبق عليك فضع علامة (\*) تحت خانة (دائما) وإذا رأيت أن العبارة تنطبق عليك أحيانا فضع علامة (\*) تحت خانة (أحيانا) وإذا رأيت أن العبارة لا تنطبق عليك فضع علامة (\*) تحت خانة (ابدا).

الاسم واللقب:

القسم:

## الملاحق

الرقم	العبرة	نعم	احيانا	لا
01	اتردد عدة مرات قبل ان اسأل الاستاذ أثناء الحصة			
02	أحب أن يخرج الاستاذ بعد انتهاء الحصة فوراً			
03	أميل الى مناقشة زملائي في الصف			
04	أحب أن يوجه الى الاستاذ اسئلة في الصف			
05	أحب ان اقود زملائي			
06	اشارك زملائي في الانشطة المختلفة			
07	عند زيارة ضيوف لنا بالمنزل افضل الجلوس وحدي			
08	أتحدث الى زورنا في المؤسسة			
09	أنتهز الفرص لتكوين صداقات عديدة			
10	أبقى مع اصداقائي خارج البيت مدة طويلة			
11	أتعلم في الإجابة عندما يوجه إلي سؤال من يكبروني سناً			
12	يحمر وجهي في مواقف المواجهة مع الاخرين			
13	لا انظر الى الشخص الذي يحدثني			
14	افضل الصمت اذا جلست في مجموعة من الناس			
15	احب مواجهة المشكلات والتغلب عليها			
16	اكره تناول الطعام في المؤسسة لوجود عديد من التلاميذ			
17	ابحث عن مبرارت تمنعني من الجلوس مع مختلف التلاميذ الاقسام الاخرى			
18	تضيع مني اجابة سؤال اعرفها جيداً عند وقوفي امام الاستاذ والتلاميذ			
19	افقد بعض حقوقي لأنني افضل تجنب الاخرين ومناقشتهم			
20	احاول ان لا اكون في مرمى بصر الاستاذ			
21	اختر المقاعد الجانبية او الخلفية للجلوس في القسم			
22	اذا فقدت شيئاً اخجل من سؤال زملائي			
23	اتردد في الدخول اذا وصلتمو متأخر للقسم			
24	في طفولتي كنت احب اللعب بمفردي			
25	اذا ناديت على زميل لي اثناء وجود الاخرين ولم يرد اكرر النداء بلا تردد			
26	اشعر بانني تتقصني اساليب التعامل الناجحة			

## الملاحق

			اشعر بالضيق اذا اضطررت للدخول للمحلات العامة بمفردتي والتعامل معهم	27
			اجتنب مقابلة مدرسي في الطريق العام	28
			افضل الامتحانات الشفهية من الكتابية	29
			يقول الناس عني انني خجول	30
			اطرق اصابعي في مواقف المواجهة مع الاخرين	31
			ابلع ريقى مرارا في مواقف المواجهة مع الاخرين	32
			اتصيب عرقا اذا طلب مني الحديث امام المجموعة	33
			انخفاض الصوت عند الاجابة على السؤال	34
			الخوف من ردة فعل الاستاذ عند اعطاء راي	35
			لا اقدم عملي المدرسي شخصا إلا إذا اضطررت لذلك	36

ملحق رقم (03)



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة باجي مختار عنابة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم التربية البدنية والرياضية



استمارة التحكيم

\* اثر برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات في علاج الخجل لدى تلاميذ سنة  
اولى متوسط بمتوسطة نصيب الهادي الشافية \*

سيدي (ة) المحترم (ة) تحية طيبة وبعد

في إطار انجاز مذكرة تخرج الموسومة بـ " اثر برنامج لعب مقترح وقف استراتيجية حل  
المشكلات في علاج الخجل لدى تلاميذ سنة اولى متوسط - متوسطة نصيب الهادي  
الشافية- ولاية الطارف-"، وذلك ضمن متطلبات الحصول على شهادة ماستر اكايمي في  
تخصص النشاط البدني والرياضي المدرسي، واعتبارا للخبرة العلمية والعملية التي تتمتعون بها  
نرجو من شخصكم الفاضل التكرم بإبداء الرأي حول صلاحية برنامج الالعاب.  
يرجى تحديد الرأي في حصص البرنامج وتصحيحها ان وجد خطأ.

الاستاذ المشرف

الدكتور بوكبوس محمد لمين

الطالبة:

✓ ملاك هميسي

السنة الجامعية 2024/2023

الحصة التعليمية (01)

عدد التلاميذ: 10

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

التاريخ

التوقيت:

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	رسم التوضيحي
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهندام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	
المرحلة التعليمية	<b>اللعبة الاول: لعبة صيد الحمام</b> يقسم التلاميذ إلى قسمين قسم منهم داخل دائرة كبيرة ويمثل الحمام والقسم الثاني منتشراً حول الدائرة ويمثل الصيادين ويبدأ اللعب بأن يصوب الصيادون الكرة على الحمام داخل الدائرة ومن يصاب من الحمام ينضم إلى الصيادون إلى أن يبقى آخر الحمام ويكون هو الفائز <b>اللعبة الثانية: لعبة التخلص من الكرة</b> يقسم التلاميذ إلى مجموعتين تقف كل مجموعة على جانب الملعب ومع كل مجموعة عدد متساوي من الكرات ، وعند سماع الصافرة تحاول كل مجموعة رمي الكرات التي معه في جانب المجموعة الآخر من فوق حاجز مرتفع بينهما وإعادة إي كرة تصل إليه من المجموعة الآخر بسرعة ، وبعد فترة محددة يوقف السباق ، وتعد الكرات في كل نصف ملعب والمجموعة الذي يكون عنده أقل عدد من الكرات تصبح هي الفائزة. <b>اللعبة الثالثة: سباق الحصول على الكنز</b> يقف التلاميذ في صفين متساويين متواجهين المسافة بينهما مناسبة يرقم الصفين في اتجاه عكسي ، توضع في منتصف المسافة بين الصفين الكرة ( الكنز ) ، وعند ينادي المعلم أحد الأرقام يجري التلميذ الذي يحمل الرقم من كل صف محاولاً أخذ الكرة قبل زميله برجله وإرجاعها إلى صفه ، والفائز تحسب له نقطه .	13د 13د 13د	  
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة	10د	

## الملاحق

	جمع الادوات والوسائل.
--	-----------------------

### الحصة التعليمية (02)

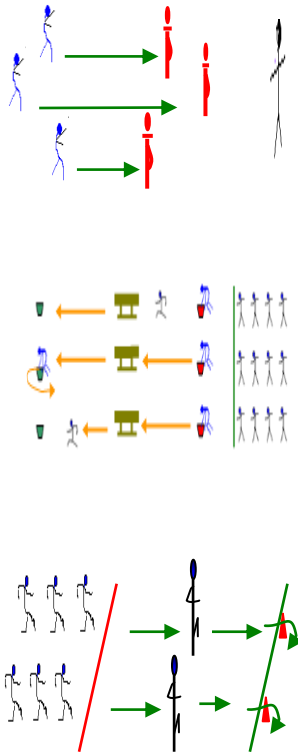
المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

عدد التلاميذ: 10

التوقيت:

التاريخ:

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	رسم التوضيحي
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهذام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	
المرحلة التعليمية	اللعبة الاول: احسن توازن ينتشر التلاميذ انتشار حر في الملعب وعندما يعطي المدرس الإشارة يقف التلاميذ على قدم واحدة ويعد إلى عشرة ويشجع الاستاذ التلميذ صاحب أحسن توازن. اللعبة الثانية: سباق نقل الكرات يقسم التلاميذ إلى ثلاثة قاطرات يقفون على خط البداية ، وأمام كل قاطرة سلة من الكرات ، وفي المنتصف حاجز بعد الصافرة يجري الأول من كل قاطرة لأخذ الكرة من السلة والقفز فوق الحاجز مع الاتزان ونقلها إلى السلة الأخرى الموجودة على خط النهاية ثم العودة .... وهكذا حتى نقل جميع الكرات والقاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة. اللعبة الثالثة: تتابع الحجل يقسم التلاميذ إلى ثلاثة قاطرات متساوية تقف خلف خط البداية ، وعند سماع الصافرة يحجل الأول من كل قاطرة لخط النهاية والعودة للمس التلميذ الثاني في القاطرة والتتابع حتى آخر تلميذ والقاطرة التي تنتهي أولاً تعتبر هي الفائزة .	13د 13د 13د	
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	

الحصة التعليمية (03)

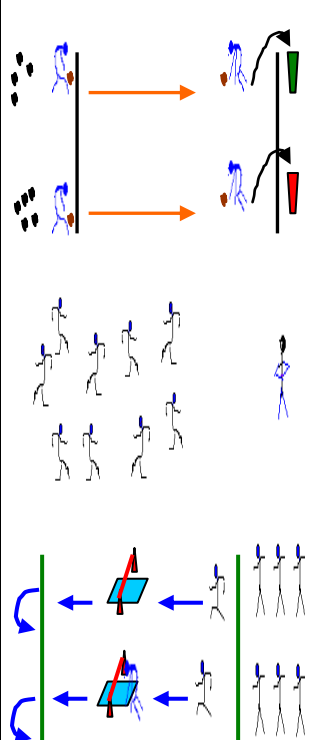
المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

عدد التلاميذ: 10

التوقيت:

التاريخ

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	رسم التوضيحي
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	
المرحلة التعليمية	اللعبة الاول: لعبة نقل البيض داخل السلة يقسم التلاميذ إلى 5 مجموعات تتكون من تلميذان يقوم التلميذ الأول بدرجة الكرة إلى زميلة ليقوم الآخر بنقلها إلى السلة، وهكذا... والمجموعة التي يستطيع إدخال جميع الكرات بوقت أقل هي الفائزة. اللعبة الثانية: السائق الماهر يجري التلاميذ في انتشار حر بالملعب مقلدين صوت السيارة وهي تسير وعند سماع الصفارة يحاول كل تلميذ الوقوف في مكانه فجأة وينجح كل تلميذ (سائق) يوقف سيارته أسرع. اللعبة الثالثة: سباق الزحف تحت الحبل يقسم التلاميذ إلى ثلاثة افواج مع كل فوج عصي، ويحدد البداية والنهاية وفي المنتصف حبل بارتفاع 50سم من الأرض ويجري اللاعب الأول من كل قاطرة مع الزحف تحت الحبل ح والجري إلى خط النهاية ثم العودة إلى زميله .... وهكذا والقاطرة التي تنتهي أولا هي الفائزة.	13د 13د 13د	
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	

## الملاحق

### الحصّة التعليميّة (04)

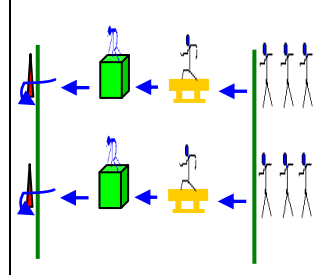
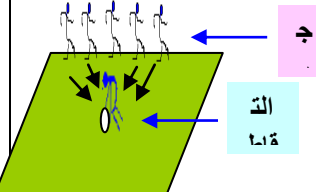
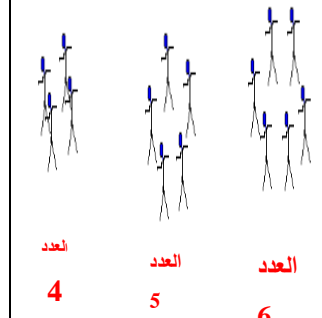
المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي

عدد التلاميذ: 10

التوقيت:

التاريخ

المرحله	محتوى الانجاز	الوقت	رسم التوضيحي
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهندام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصّة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	
المرحلة التعليمية	اللعبة الاول: لعبة تعديّة الحواجز يضع المعلم في بداية الملعب حاجز وفي المنتصف حاجز اطول من الاول ، وعلي نهاية الملعب أقماع ، ويقسم التلاميذ إلي مجموعتين متساويتين ، وعند سماع الصافرة تقفز كل مجموعة فوق الحاجز للقفز بالقدمين ثم الجري إلي الحاجز 2 والقفز باليدين والقدمين ، والدوران حول القمع ، وتفوز المجموعة صاحبة الأداء الأفضل والأسرع . اللعبة الثانية: سباق مسك الكرة يجري التلاميذ حول الملعب وفي منتصف الملعب كرة وعند سماع الصافرة يجري التلاميذ نحو الكرة لمسكها والتلميذ الذي يصل أولاً يصبح هو الفائز . اللعبة الثالثة: تكوين دائرة بالعدد ينتشر التلاميذ في جري حر في الملعب ثم ينادي الاستاذ أي عدد يحاول التلاميذ عمل دوائر من نفس العدد والدائرة التي تتكون أولاً يصفق لها باقي التلاميذ .. وهكذا.	13د 13د 13د	  
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وإيجابيات الحصّة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	

## الملاحق

### الحصة التعليمية (05)

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

عدد التلاميذ: 10

التوقيت:

التاريخ

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	رسم التوضيحي
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	
المرحلة التعليمية	<b>اللعبة الاول: صفارة صفارتين</b> ينتشر التلاميذ في انتشار حر في الملعب وعند إطلاق المدرس صفارة واحدة يجري التلاميذ في الملاعب وعند إطلاق صفارتين يجلس التلاميذ جلوس على أربع وهكذا ويتم التشجيع من قبل المدرس. <b>اللعبة الثانية: لعبة الغنم والذئب</b> يرسم خطان متوازيان بينهما مسافة مناسبة ويقسم التلاميذ إلى مجموعتين ويطلق عليها ( الغنم ) ويقفون على الخطين ، ويختار المعلم تلميذان يمثلان ( الذئب ) ويقفان في منتصف المسافة ، وعند الإشارة يتبادل المجموعتان أماكنهما ويحاول كل من التلميذان ( الذئب ) اصطياد اكبر عدد ممكن من ( الغنم ) حتى يبقى تلميذان يصبحان هما (الذئب ) . <b>اللعبة الثالثة: لعبة تبادل الكرات</b> يقسم الفصل إلى مجموعتين متساويتين تقفان موجهتان على مسافة 15 متر ، تتبادلان بينهما الكرة الأولى تصوب والأخرى تثبت وهكذا ويشجع المعلم أفضل أداء .	13د 13د 13د	
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	

الحصة التعليمية (06)

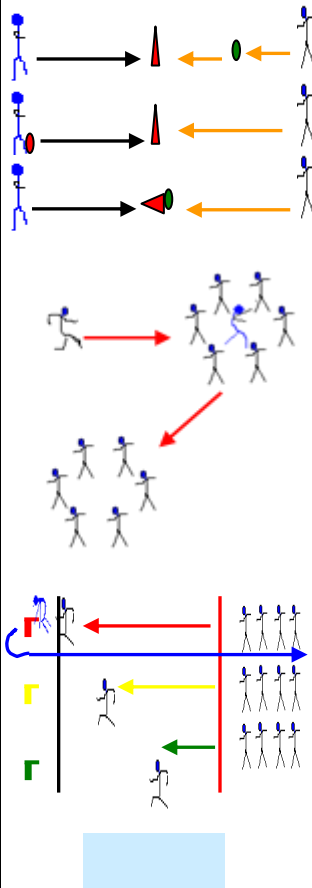
المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

عدد التلاميذ: 10

التاريخ:

التوقيت:

المرحلت	محتوى الانجاز	الوقت	رسم التوضيحي
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	
المرحلة التعليمية	اللعبة الاول: اسقاط الاقماع يقسم التلاميذ إلى مجموعتين متساويتين تقفان مواجهتان على مسافة 15 متر ، وفي منتصف المسافة أقماع، المجموعة الأولى تصوب الكرة محاولة إسقاط الاقماع والأخرى ثبت الكرة بالقدم وتصوب على الاقماع ، وهكذا ..... المجموعة الفائزة هي التي تسقط أكبر عدد من الاقماع. اللعبة الثانية: الثعلب والدجاج يقسم التلاميذ إلى عدة دوائر كل دائرة مكونة من 3 أفراد ويقف داخل كل دائرة تلميذ يمثل الديك ويقف خارج الدوائر كلها تلميذ يمثل الثعلب وعند الإشارة يجري الثعلب ليدخل أي دائرة ( بيت الدجاج ) فيجري التلميذ ( الديك ) إلى دائرة أخرى ويحاول تلاميذ الدوائر الأخرى تسهيل مهمته. اللعبة الثالثة: الحصول على العلم يقسم الفصل إلى مجموعتين أو أكثر وتقف في قاطرات خلف خط مرسوم ويوضع علم أمام كل قاطرة وعلى بعد مناسب من 10 - 15م وعند سماع الصفارة يجري دليل كل قاطرة لإحضار العلم ثم العودة لتسليمه للاعب الثاني الذي يجري لوضع العلم في مكانه الأول والعودة بسرعة... وهكذا يفوز بالسباق الذي ينتهي أولاً.	13د 13د 13د	
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	

## الملاحق

### الحصة التعليمية (07)

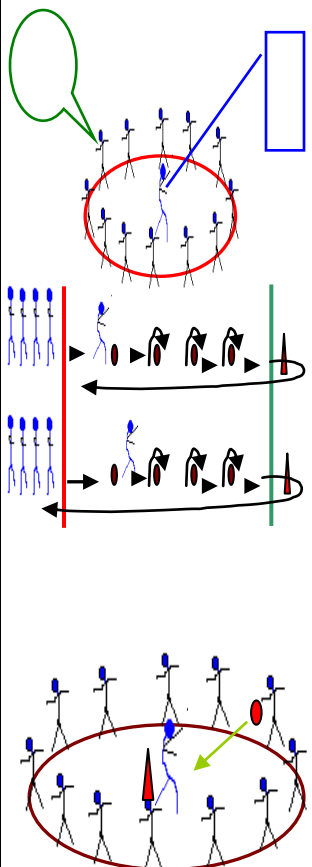
المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

عدد التلاميذ: 10

التوقيت:

التاريخ

المرحله	محتوى الانجاز	الوقت	رسم التوضيحي
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	
المرحلة التعليمية	<b>اللعبة الاول: لعبة شعبية ( ايش تاكلون )</b> يجري التلاميذ على محيط الدائرة ويقف الدليل في مركزها ويجري الحوار التالي: الدليل: ايش تاكلون، ويردون التلاميذ: لحم طيور، الدليل: ايش تشربون، ويردون التلاميذ: نقط عسل، الدليل: أنا جاي، ثم يجري الدليل محاولاً مسك أحد التلاميذ بينما يجري التلاميذ للوقوف فوق أي شئ مرتفع عن الأرض. <b>اللعبة الثانية: سباق الوثب فوق الكرات الطبية</b> يقسم التلاميذ إلى قاطرتين ويوضع أمام كل قاطرة عدد من الكرات الطبية المسافة بينهما متر واحد، بعد الصافرة يجري التلميذ الأول من كل قاطرة للوثب بكلتا القدمين من فوق الكرات الطبية حتى خط النهاية ثم العودة .... وهكذا، والقاطرة التي تنتهي أولاً تصبح هي الفائزة. <b>اللعبة الثالثة: حماية الحصان</b> يقف التلاميذ في دائرة ويوضع في مركز الدائرة قمع كبير ( الحصن ) ويختار أحد التلاميذ لحماية الحصن ثم يقوم التلاميذ بالتصويب على الحصن بالكرة بينما يدافع الحارس عنه بإبعاد الكرة وإذا نجح تلميذ في إصابة الحصن يتبادل المكان مع الحارس.. وهكذا.	13د 13د 13د	
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	

## الملاحق

### الحصة التعليمية (08)

عدد التلاميذ: 10

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

التاريخ

التوقيت:

المرحلتان	محتوى الانجاز	الوقت	رسم التوضيحي
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	
المرحلة التعليمية	<b>اللعبة الاولى: عكس الاشارة</b> ينتشر التلاميذ في انتشار حر داخل الملعب ويقوم المدرس بالإشارة إلى مكان معين في الملعب ويقوم التلاميذ بالجري عكس هذا الاتجاه. <b>اللعبة الثانية: الجري من جانب لى اخر بعيدا عن الصيادين</b> يقف التلاميذ في صف منتشرين على جانب الملعب ويختار 4-6 أفراد كصيادين وعند سماع الصفارة يجري التلاميذ للمس الجانب الآخر للملعب متحاشين إمساك الصياد لهم وتستمر اللعبة مع تغيير الصيادين. <b>اللعبة الثالثة: لعبة المحطات</b> المحطة الأولى: الوثب من فوق الحبل. المحطة الثانية: الدرجة الأمامية على المرتبة. المحطة الثالثة: الحجل داخل الدوائر. المحطة الرابعة: الجري المتعرج بين الأقماع.	13د 13د 13د	
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	

## الملاحق

### الحصة التعليمية (09)

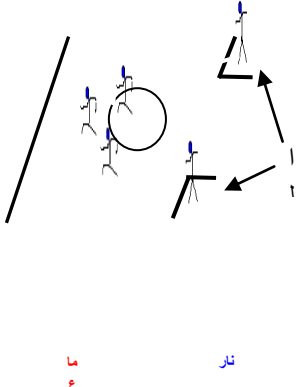
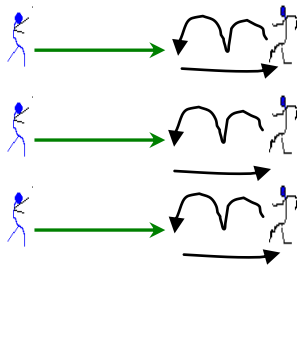
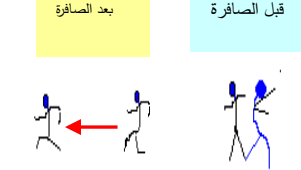
عدد التلاميذ: 10

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

التاريخ

التوقيت:

المرحلتان	محتوى الانجاز	الوقت	رسم التوضيحي
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	
المرحلة التعليمية	<b>اللعبة الاول: لعبة قائد القلعة</b> في ملعب كرة اليد يرسم في الأركان مربع صغير $3 \times 3$ يسع لعشرة تلاميذ يتجمع التلاميذ داخل دائرة في منتصف الملعب ويقف كل قائد داخل مربع صغير، تبدأ اللعبة عند سماع الصافرة بأن يتحرك التلاميذ داخل الدائرة بالجري إلى خارج الدائرة للوصول إلى خط الأمان على بعد 10 أمتار وأثناء ذلك يحاول كل قائد لمس أكبر عدد منهم والذي يلمسه يعود إلى مربعه الصغير ( القلعة ) ، تكرر اللعبة والقائد الذي يجمع أكبر عدد يكون هو الفائز.	13د	
	<b>اللعبة الثانية: لعبة النار والماء</b> يقسم التلاميذ إلى قسمين احدهما النار والآخر الماء ويقف كل قسم في ناحية من الملعب ، عند ينادي المعلم النار يتقدم التلاميذ (النار) في خطوات طويلة بطيئة للأمام وعندما ينادي الاستاذ التلاميذ ( الماء ) يستدير التلاميذ ( النار) للخلف مع الجري في يتقدم التلاميذ ( الماء ) بالجري خلف ( النار) لإطفائها (مسك أكبر عدد ممكن من التلاميذ) وهكذا تكرر اللعبة .	13د	
	<b>اللعبة الثالثة: سباق المطاردة</b> يقف كل تلميذ مع زميلة ( وقوف - الظهر مواجه ) ، وعند سماع الصافرة يقوم التلميذ الخلفي بالجري لمسك التلميذ الأمامي، وعند اللحاق به يتم التبدل بينهم .	13د	
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	

## الملاحق

### الحصة التعليمية (10)

عدد التلاميذ: 10

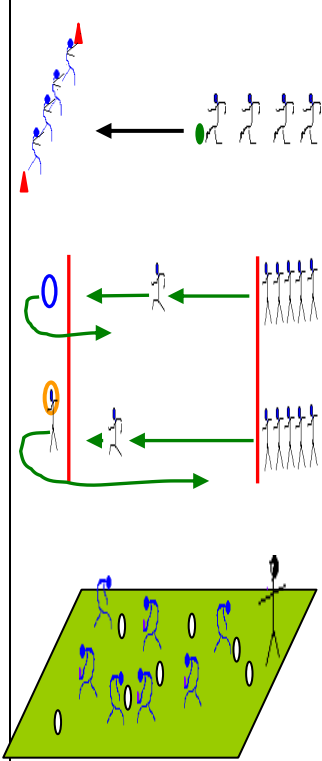
الوسائل البيداغوجية:

التاريخ

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

التوقيت:

المرحلتان	محتوى الانجاز	الوقت	رسم التوضيحي
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	
المرحلة التعليمية	<b>اللعبة الاولى: اصابة الهدف</b> يقسم التلاميذ إلى مجموعتين المجموعة الأولى تقف في المرمى ( حراس مرمى ) والأخرى تقف بشكل قاطرة للتصويب الكرة إلى المرمى ، وتحسب النتيجة بالأهداف نصف الوقت ثم يبدل بين المجموعتين . <b>اللعبة الثانية: سباق الاطواق</b> يقف التلاميذ في أربع قاطرات ويوضع أمام كل قاطرة طوق وعند بدء إشارة المدرس يجري التلميذ الأول من كل قاطرة ويمرر الطوق حول نفسه من أسفل إلى أعلى ثم يضعه على الأرض ثم يعود ليلمس زميله الذي يليه ليقوم بنفس العمل والقطار الذي ينتهي أولا يعتبر فائز . <b>اللعبة الثالثة: جمع المحصول</b> ينتشر التلاميذ في انتشار حر في الملعب ويقوم المعلم برمي كرات الطائرة والسلة واليد في الملعب ويطلب من التلاميذ جمع هذه الكرات ومن يجمع اكبر عدد من الكرات يعتبر فائزا .	13د 13د 13د	
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	



## الملاحق

### ملحق رقم (04)

#### قائمة المحكمين للبرنامج اللعبي المقترح وفق استراتيجية حل المشكلات

الملاحظة	الوظيفة	الاستاذ
التمارين مناسبة جدا للفئة العمرية مشكورة على ذلك موفقة في الاختيار	استاذ تعليم عالي بجامعة برج باجي مختار عنابة	بومعزة محمد نزييم
ليس بالضرورة ان تكون جميع المواقف التعليمية او الالعاب لها نفس القدرة من الزمن. يمكن ان نكتفي بموقفين فقط.	استاذ تعليم عالي بجامعة برج باجي مختار عنابة	براهيم حداد
عليك الاعتماد على نموذج المذكرة المطلوبة من الوزارة او المفتش في مستوى المتوسط. التأكيد على تحديد الهدف العام للحصة.	استاذ تعليم عالي بجامعة برج باجي مختار عنابة	بن حركات محمد صالح
ضبط عنوان المذكرة. الحرص عبارة عن العاب شبه رياضية. يجب عليك ان تقومي بضبط العنوان مع المؤطر وضبط متغيراته	استاذ تعليم عالي بجامعة برج باجي مختار عنابة	ملاوحيية سامي

## الملاحق

الالعاب تناسب الفئة العمرية لتلاميذ. تناسب الوحدات التعليمية مع الوحدات المقررة في المنهاج.	استاذ تربية بدنية ورياضية بمتوسطة هلال حمادي السبعة	شاهر داغري
موافقة بشدة	استاذ تربية بدنية ورياضية بمتوسطة نصيب الهادي الشافية	رافراف يوسف
مقياس الخجل للدريني مناسب جدا للفئة العمرية وكذلك يقيس مستوى الخجل لدى التلاميذ اما بالنسبة للالعاب فهي متنوعة وكذلك متدرجة من البسيط الى المركب	مستشارة توجيه بمؤسسة بن يحي قداش لمراس	مزغيش مريم

ملحق رقم (05)



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة باجي مختار عنابة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم التربية البدنية والرياضية

استمارة التحكيم



\* اثر برنامج لعب مقترح وفق استراتيجية حل المشكلات في علاج الخجل لدى تلاميذ سنة  
اولى متوسط بمتوسطة نصيب الهادي الشافية \*

سيدي (ة) المحترم (ة) تحية طيبة وبعد

في إطار انجاز مذكرة تخرج الموسومة بـ " اثر برنامج لعب مقترح وقف استراتيجية حل  
المشكلات في علاج الخجل لدى تلاميذ سنة اولى متوسط - متوسطة نصيب الهادي  
الشافية - ولاية الطارف -"، وذلك ضمن متطلبات الحصول على شهادة ماستر اكايمي في  
تخصص النشاط البدني والرياضي المدرسي، واعتبارا للخبرة العلمية والعملية التي تتمتعون بها  
نرجو من شخصكم الفاضل التكرم بإبداء الرأي حول صلاحية برنامج الالعاب.  
يرجى تحديد الرأي في حصص البرنامج وتصحيحها ان وجد خطأ.

الاستاذ المشرف

الدكتور بوكبوس محمد لمين

الطالبة:

✓ ملاك هميسي

السنة الجامعية 2024/2023

الحصة التعليمية (01)

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

هدف الحصة: تشجيع على المشاركة والتفوق بدون خوف من الفشل.

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الاصطفا، المناداة، ومراقبة الهندام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	الهدوء والانتظام، العمل وفق تعليمات قائد الفريق، التسخين يكون جماعيا وكل فريق على حدا بقيادة قائده.
المرحلة التعليمية	<b>الموقف الاول: لعبة صيد الحمام</b> يقسم التلاميذ إلى قسمين قسم منهم داخل دائرة كبيرة ويمثل الحمام والقسم الثاني منتشراً حول الدائرة ويمثل الصيادين ويبدأ اللعب بأن يصوب الصيادون الكرة على الحمام داخل الدائرة ومن يصاب من الحمام ينضم إلى الصيادون إلى أن يبقى آخر الحمام ويكون هو الفائز <b>الموقف الثاني: لعبة التخلص من الكرة</b> يقسم التلاميذ إلى مجموعتين تقف كل مجموعة على جانب الملعب ومع كل مجموعة عدد متساوي من الكرات ، وعند سماع الصافرة تحاول كل مجموعة رمي الكرات التي معه في جانب المجموعة الآخر من فوق حاجز مرتفع بينهما وإعادة إي كرة تصل إليه من المجموعة الآخر بسرعة ، وبعد فترة محددة يوقف السباق، وتعد الكرات في كل نصف ملعب والمجموعة الذي يكون عنده أقل عدد من الكرات تصبح هي الفائزة. <b>الموقف الثالث: سباق الحصول على الكنز</b> يقف التلاميذ في صفين متساويين متواجهين المسافة بينهما مناسبة يرقم الصفين في اتجاه عكسي ، توضع في منتصف المسافة بين الصفين الكرة ( الكنز ) ، وعند ينادي المعلم أحد الأرقام يجري التلميذ الذي يحمل الرقم من كل صف محاولاً أخذ الكرة قبل زميله برجله وإرجاعها إلى صفه ، والفائز تحسب له نقطة .	10د 15د 13د	احترام قوانين اللعبة تجنب ضرب الكرة بالقوة تشجيع التلاميذ على المشاركة جميع في اللعبة التشجيع على الاستمتاع باللعبة المحافظة على مسافة السلامة بين التلاميذ لتفادي الاصطدام.
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	المشاركة الجماعية المنظمة في النقاش، إبراز بعض الحالات التصرفية للتلاميذ وتصحيحها.

الحصة التعليمية (02)

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية  
الاستاذة: هميسي ملاك  
هدف الحصة: تعزيز الانفتاح على التجارب الجديدة والتحديات، مما يساعد على تقبل المخاطر والتعامل معها بثقة.

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	الهدوء والانتظام، العمل وفق تعليمات قائد الفريق، التسخين يكون جماعيا وكل فريق على حدا بقيادة قائده
المرحلة التعليمية	<b>الموقف الاول: احسن توازن</b> ينتشر التلاميذ انتشار حر في الملعب وعندما يعطي المدرس الإشارة يقف التلاميذ على قدم واحدة ويعد إلى عشرة ويشجع الاستاذ التلميذ صاحب أحسن توازن. <b>الموقف الثاني: سباق نقل الكرات</b> يقسم التلاميذ إلى ثلاثة قاطرات يقفون على خط البداية ، وأمام كل قاطرة سلة من الكرات ، وفي المنتصف حاجز بعد الصافرة يجري الأول من كل قاطرة لأخذ الكرة من السلة والقفز فوق الحاجز مع الاتزان ونقلها إلى السلة الأخرى الموجودة على خط النهاية ثم العودة .... وهكذا حتى نقل جميع الكرات والقاطرة التي تنتهي أولاً هي الفائزة. <b>الموقف الثالث: تتابع الحجل</b> يقسم التلاميذ الى ثلاثة قاطرات متساوية تقف خلف خط البداية ، وعند سماع الصافرة يحجل الأول من كل قاطرة لخط النهاية والعودة بالجري للمس التلميذ الثاني في القاطرة والتتابع حتى آخر تلميذ والقاطرة التي تنتهي أولاً تعتبر هي الفائزة .	5د 20د 15د	الوقوف على القدم القوية البحث عن الرجل الارتكاز . التذكير بقوانين اللعبة اخذ الوضعية الصحيحة للجسم وزيادة السرعة.
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	المشاركة الجماعية المنظمة في النقاش، إبراز بعض الحالات التصرفية للتلاميذ وتصحيحها.

الحصة التعليمية (03)

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك.

هدف الحصة: تعزيز الشعور بالانتماء والاندماج في المجتمع المدرسي.

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	الهدوء والانتظام، العمل وفق تعليمات قائد الفريق، التسخين يكون جماعيا وكل فريق على حدا بقيادة قائده
المرحلة التعليمية	<b>الموقف الاول: لعبة نقل البيض داخل السلة</b> يقسم التلاميذ إلى 7 مجموعات تتكون من تلميذان يقوم التلميذ الأول بدحرجة الكرة إلى زميلة ليقوم الآخر بنقلها إلى السلة، وهكذا... والمجموعة التي يستطيع إدخال جميع الكرات بوقت أقل هي الفائزة. <b>الموقف الثاني: السائق الماهر</b> يجري التلاميذ في انتشار حر بالملعب مقلدين صوت السيارة وهي تسير وعند سماع الصفارة يحاول كل تلميذ الوقوف في مكانه فجأة وينجح كل تلميذ ( سائق) يوقف سيارته أسرع. <b>الموقف الثالث: سباق الزحف تحت الحبل</b> يقسم التلاميذ إلى ثلاثة افواج مع كل فوج عصي، ويحدد البداية والنهاية وفي المنتصف حبل بارتفاع 50سم من الأرض ويجري اللاعب الأول من كل قاطرة مع الزحف تحت الحبل ح والجري إلى خط النهاية ثم العودة إلى زميله .... وهكذا والقاطرة التي تنتهي أولا هي الفائزة.	13د 13د 13د	التمحور الصحيح السرعة في الاداء اخذ الوضعية المريحة اثناء الجري. التحكم في الجسم خلال التنفيذ.
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	المشاركة الجماعية المنظمة في النقاش، إبراز بعض الحالات التصرفية للتلاميذ وتصحيحها.

الحصة التعليمية (04)

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك.

هدف الحصة: تعزيز شعورهم بالكفاءة والتحقيق.

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	توجيهات
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	الهدوء والانتظام، العمل وفق تعليمات قائد الفريق، التسخين يكون جماعيا وكل فريق على حدا بقيادة قائده
المرحلة التعليمية	الموقف الاول: لعبة تعديّة الحواجز يضع المعلم في بداية الملعب حاجز وفي المنتصف حاجز اطول من الاول ، وعلي نهاية الملعب أقماع ، ويقسم التلاميذ إلي مجموعتين متساويتين ، وعند سماع الصافرة تقفز كل مجموعة فوق الحاجز للقفز بالقدمين ثم الجري إلي الحاجز 2 والقفز باليدين والقدمين ، والدوران حول القمع ، وتفوز المجموعة صاحبة الأداء الأفضل والأسرع . الموقف الثاني: سباق مسك الكرة يجري التلاميذ حول الملعب وفي منتصف الملعب 3 كرات وعند سماع الصافرة يجري التلاميذ نحو الكرة لمسكها والتلميذ الذي يصل أولاً يصبح هو الفائز. الموقف الثالث: تكوين دائرة بالعدد ينتشر التلاميذ في جري حر في الملعب ثم ينادي الاستاذ أي عدد يحاول التلاميذ عمل دوائر من نفس العدد والدائرة التي تتكون أولاً يصفق لها باقي التلاميذ .. وهكذا.	20د 10د 10د	الوثب ورجل الارتقاء الارتقاء والاندفاع للأمام تجنب الاصطدام بين التلاميذ للمحافظة على الامن والسلامة. التنسيق بين الاطراف خلال الجري توزيع المهود خلال التنفيذ.
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	المشاركة الجماعية المنظمة في النقاش، إبراز بعض الحالات التصرفية للتلاميذ

## الملاحق

وتصحيحها.			
-----------	--	--	--

### الحصة التعليمية (05)

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

هدف الحصة: تعزيز الوعي بالجسم والحس المكاني.

المرحلة	محتوى الانجاز	الوقت	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	الهدوء والانتظام، العمل وفق تعليمات قائد الفريق، التسخين يكون جماعيا وكل فريق على حدا بقيادة قائده.
المرحلة التعليمية	الموقف الاول: صفارة صفارتين ينتشر التلاميذ في انتشار حر في الملعب وعند إطلاق المدرس صفارة واحدة يجري التلاميذ في الملاعب وعند إطلاق صفارتين يجلس التلاميذ جلوس على أربع وهكذا ويتم التشجيع من قبل المدرس. الموقف الثاني: لعبة الغنم والذئب يرسم خطان متوازيان بينهما مسافة مناسبة ويقسم التلاميذ إلى مجموعتين ويطلق عليها ( الغنم ) ويقفون على الخطين ، ويختار المعلم تلميذان يمثلان ( الذئب ) ويقفان في منتصف المسافة ، وعند الإشارة يتبادل المجموعتان أماكنهما ويحاول كل من التلميذان ( الذئب ) اصطياد اكبر عدد ممكن من ( الغنم ) حتى يبقى تلميذان يصبحان هما (الذئب ) . الموقف الثالث: لعبة تبادل الكرات	10د 20د	التخلص من الحركات الزائدة اثناء الجري التواصل الشفوي بين التلاميذ ومد يد العون لزميله
	يقسم الفصل إلى مجموعتين متساويتين تقفان موجهتان على مسافة 15 متر ، تتبادلان بينهما الكرة الأولى تصوب والأخرى تثبت وهكذا ويشجع المعلم أفضل أداء .	10د	احترام القواعد الامنية لضمان الوقاية من المخاطر عند التنفيذ.
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	المشاركة الجماعية المنظمة في النقاش، إبراز بعض الحالات التصرفية للتلاميذ

## الملاحق

وتصحيحها.			
-----------	--	--	--

### الحصة التعليمية (06)

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

هدف الحصة: تعزيز التواصل الاجتماعي والتعاون مع الاخرين والتعبير عن الذات.

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	<b>الموقف الاول:</b> الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. <b>الموقف الثاني:</b> جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	الهدوء والانتظام، العمل وفق تعليمات قائد الفريق، التسخين يكون جماعيا وكل فريق على حدا بقيادة قائده.
المرحلة التعليمية	<b>الموقف الاول:</b> اسقاط الاقماح يقسم التلاميذ إلى مجموعتين متساويتين تقفان مواجهتان على مسافة 15 متر ، وفي منتصف المسافة أقماح، المجموعة الأولى تصوب الكرة محاولة إسقاط الاقماح والأخرى ثبت الكرة بالقدم وتصوب على الاقماح ، وهكذا ..... المجموعة الفائزة هي التي تسقط أكبر عدد من الاقماح. <b>الموقف الثاني:</b> الثعلب والدجاج يقسم التلاميذ إلى عدة دوائر كل دائرة مكونة من 3 أفراد ويقف داخل كل دائرة تلميذ يمثل الديك ويقف خارج الدوائر كلها تلميذ يمثل الثعلب وعند الإشارة يجري الثعلب ليدخل أي دائرة ( بيت الدجاج ) فيجري التلميذ ( الديك ) إلى دائرة أخرى ويحاول تلاميذ الدوائر الأخرى تسهيل مهمته. <b>الموقف الثالث:</b> الحصول على العلم يقسم التلاميذ إلى مجموعتين أو أكثر وتقف في قاطرات خلف خط مرسوم ويوضع علم أمام كل قاطرة وعلى بعد مناسب من 10 - 15م وعند سماع الصفارة يجري دليل كل قاطرة لإحضار العلم ثم العودة لتسليمه للاعب الثاني الذي يجري لوضع العلم في مكانه الأول والعودة بسرعة... وهكذا يفوز بالسباق الذي ينتهي أولا.	15د 10د 15د	التواصل الشفوي بين التلاميذ وتشجيعهم لبعضهم. التواصل الشفوي و بالإشارة بين التلاميذ من اجل نجاح اللعبة. الجري بارتياح التنسيق بين الاطراف التعامل الجيد بين اعضاء المجموعة الواحدة.
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	المشاركة الجماعية المنظمة في النقاش، إبراز بعض الحالات التصرفية للتلاميذ وتصحيحها.

الحصة التعليمية (07)

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك

هدف الحصة: تطوير مهارات التواصل الاجتماعي.

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهندام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	الهدوء والانتظام، العمل وفق تعليمات قائد الفريق، التسخين يكون جماعيا وكل فريق على حدا بقيادة قائده.
المرحلة التعليمية	الموقف الاول: لعبة شعبية ( ماذا تأكلون ) يجري التلاميذ على محيط الدائرة ويقف الدليل في مركزها ويجري الحوار التالي: الدليل: ماذا تأكلون، ويردون التلاميذ: لحم طيور، الدليل: ماذا تشربون، ويردون التلاميذ: نقط عسل، الدليل: أنا جاي، ثم يجري الدليل محاولاً مسك أحد التلاميذ بينما يجري التلاميذ للوقوف فوق أي شئ مرتفع عن الأرض. الموقف الثاني: سباق الوثب فوق الكرات الطبية يقسم التلاميذ إلى قاطرتين ويوضع أمام كل قاطرة عدد من الكرات الطبية المسافة بينهما متر واحد، بعد الصافرة يجري التلميذ الأول من كل قاطرة للوثب بكلتا القدمين من فوق الكرات الطبية حتى خط النهاية ثم العودة .... وهكذا، والقاطرة التي تنتهي أولاً تصبح هي الفائزة. الموقف الثالث: حماية الحصن يقف التلاميذ في دائرة ويوضع في مركز الدائرة قمع كبير ( الحصن ) ويختار أحد التلاميذ لحماية الحصن ثم يقوم التلاميذ بالتصويب على الحصن بالكرة بينما يدافع الحارس عنه بإبعاد الكرة وإذا نجح تلميذ في إصابة الحصن يتبادل المكان مع الحارس.. وهكذا.	15د 10د 15د	الاستماع والانتباه لدليل. الآخذ بالمبادئ الامنية. أخذ الوضعية الصحيحة للوثب. الدفع والطيران المناسب. التخلص من الحركات الزائدة اثناء الاداء
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	المشاركة الجماعية المنظمة في النقاش، إبراز بعض الحالات التصرفية للتلاميذ وتصحيحها.

الحصة التعليمية (08)

الاستاذة: هميسي ملاك

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

هدف الحصة: تشجيع على التفكير الايجابي والتفاؤل من خلال تحقيق الاهداف الرياضية

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	توجيهات
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	الهدوء والانظام، العمل وفق تعليمات قائد الفريق، التسخين يكون جماعيا وكل فريق على حدا بقيادة قائده
المرحلة التعليمية	<b>الموقف الاول: عكس الاشارة</b> ينتشر التلاميذ في انتشار حر داخل الملعب ويقوم المدرس بالإشارة إلى مكان معين في الملعب ويقوم التلاميذ بالجري عكس هذا الاتجاه. <b>الموقف الثاني: الجري من جانب لي اخر بعيدا عن الصيادين</b> يقف التلاميذ في صف منتشرين على جانب الملعب ويختار 2 - 4 أفراد كصيادين وعند سماع الصفارة يجري التلاميذ للمس الجانب الآخر للملعب متحاشين إمساك الصياد لهم وتستمر اللعبة مع تغيير الصيادين. <b>الموقف الثالث: لعبة المحطات</b> المحطة الأولى: الوثب من فوق الحبل. المحطة الثانية: الدرجة الأمامية على المرتبة. المحطة الثالثة: الحجل داخل الدوائر. المحطة الرابعة: الجري المتعرج بين الأقماع.	5د 15د 20د	الوضعية الصحيحة للجسم خلال الجري. التخلص من الحركات الزائدة اثناء الجري التنقل السليم توزيع المجهود خلال التنفيذ
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	المشاركة الجماعية المنظمة في النقاش، إبراز بعض الحالات التصرفية للتلاميذ وتصحيحها.

## الملاحق

### الحصة التعليمية (09)

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

الاستاذة: هميسي ملاك.

هدف الحصة: تعزيز الروح الرياضية والفهم لأهمية المشاركة والتعاون بدلا من التنافس السلبي.

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	الهدوء والانتظام، العمل وفق تعليمات قائد الفريق، التسخين يكون جماعيا وكل فريق على حدا بقيادة قائده
المرحلة التعليمية	<b>الموقف الاول: لعبة قائد القلعة</b> في ملعب كرة اليد يرسم في الأركان مربع صغير 3 × 3 يسع لعشرة تلاميذ يتجمع التلاميذ داخل دائرة في منتصف الملعب ويقف كل قائد داخل مربع صغير، تبدأ اللعبة عند سماع الصافرة بأن يتحرك التلاميذ داخل الدائرة بالجري إلى خارج الدائرة للوصول إلى خط الأمان على بعد 10 أمتار وأثناء ذلك يحاول كل قائد لمس أكبر عدد منهم والذي يلمسه يعود إلى مربعه الصغير ( القلعة ) ، تكرر اللعبة والقائد الذي يجمع أكبر عدد يكون هو الفائز. <b>الموقف الثاني: لعبة النار والماء</b> يقسم التلاميذ إلى قسمين احدهما النار والآخر الماء ويقف كل قسم في ناحية من الملعب ، عند ينادي المعلم النار يتقدم التلاميذ ( النار ) في خطوات طويلة بطيئة للأمام وعندما ينادي الاستاذ التلاميذ ( الماء ) يستدير التلاميذ ( النار ) للخلف مع الجري في يتقدم التلاميذ ( الماء ) بالجري خلف ( النار ) لإطفائها ( مسك أكبر عدد ممكن من التلاميذ ) وهكذا تكرر اللعبة . <b>الموقف الثالث: سباق المطاردة</b> يقف كل تلميذ مع زميلة ( وقوف - الظهر مواجه ) ، وعند سماع الصافرة يقوم التلميذ الخلفي بالجري لمسك التلميذ الأمامي، وعند اللحاق به يتم التبدل بينهم .	15د 10د 15د	الانتباه لي اشارة الاستاذ الحفاظ عللا مسافة الامان بين التلاميذ التحكم في الحركة فهم قوانين اللعبة تصحيح الاخطاء الاستجابة السريعة لي اشارة الاستاذ الجري بالسرعة القصوى
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل.	10د	المشاركة الجماعية المنظمة في النقاش، إبراز بعض الحالات التصرفية للتلاميذ وتصحيحها.

## الملاحق

### الحصة التعليمية (10)

الاستاذة: هميسي ملاك

المؤسسة: نصيب الهادي الشافية

هدف الحصة: تعزيز الانضباط الذاتي والتحكم في النفس.

المراحل	محتوى الانجاز	الوقت	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	الموقف الاول: الإصطفاف، المناداة، ومراقبة الهدام، التحية الرياضية، شرح هدف الحصة. الموقف الثاني: جري خفيف حول الميدان، القيام ببعض الحركات الخاصة بالتسخين، القيام ببعض التمرينات الخاصة بالمرونة.	10د	الهدوء والانتظام، العمل وفق تعليمات قائد الفريق، التسخين يكون جماعيا وكل فريق على حدا بقيادة قائده.
المرحلة التعليمية	<b>الموقف الاول: اصابة الهدف</b> يقسم التلاميذ إلى مجموعتين المجموعة الأولى تقف في المرمى ( حراس مرمى ) والأخرى تقف بشكل قاطرة للتصويب الكرة إلى المرمى ، وتحسب النتيجة بالأهداف نصف الوقت ثم يبدل بين المجموعتين . <b>الموقف الثاني: سباق الاطواق</b> يقف التلاميذ في 3 قاطرات ويوضع أمام كل قاطرة طوق وعند بدء إشارة المدرس يجري التلميذ الأول من كل قاطرة ويمرر الطوق حول نفسه من أسفل إلى أعلى ثم يضعه على الأرض ثم يعود ليلمس زميله الذي يليه ليقوم بنفس العمل والقطار الذي ينتهي أولا يعتبر فائز . <b>الموقف الثالث: جمع المحصول</b> ينتشر التلاميذ في انتشار حر في الملعب ويقوم المعلم برمي كرات الطائرة والسلة واليد في الملعب ويطلب من التلاميذ جمع هذه الكرات ومن يجمع اكبر عدد من الكرات يعتبر فائزا.	10د 20د 10د	تقدير المسافة تقدير مسار الكرة التأكد من الوضعية الصحيحة للتمرير التحول المناسب من وضعية لأخرى تنسيق بين الاطراف تجنيد قوة قسوة من اجل الفوز .
المرحلة الختامية	القيام بتمارين الإطالة بشكل خفيف مناقشة سلبيات وايجابيات الحصة واعطاء ملاحظات عامة جمع الادوات والوسائل .	10د	المشاركة الجماعية المنظمة في النقاش، إبراز بعض الحالات التصرفية للتلاميذ وتصحيحها.