

الألعاب الصغيرة

إن طبيعة الحركة واللعب عند الإنسان والأطفال خاصة متشابهة على حد كبير ومنذ القدم • وهي تتأثر بالمحيط الذي يعيش فيه الإنسان منذ طفولته وقد تتغير وظائف اللعب حسب حجم وشدة اللعب وحسب الأهداف والمجالات والمستويات التي يخضع لها كما في مجال التربية الرياضية وفي مجال الفرق والمستويات العالية •

ولقد تأثرت الألعاب الرياضية والألعاب الصغيرة بالأوضاع السائدة للشعوب المختلفة فاعتبرت الألعاب صورة تعبر عن ممارستها عبر العصور الماضية والحالية ويؤكد ذلك المثل القائل (للشعوب ألعابها) حيث نلاحظ الكثير من الألعاب الموجودة عند بعض الدول وغير موجودة في الأخرى .

وكانت أشكال اللعب تؤدي في الأماكن العامة والساحات الكبيرة وحتى في الطرقات والكثير من هذه الألعاب تمثل نواحي الخير والشر مثل الألعاب (أبطال وحرامية – واحتلال البلدان – الاستحواذ على الكنز- والألعاب الكر والفر) والألعاب القصص الحركية التي تدل على العمل بالزراعة والمهن المختلفة واشتقت من هذه المهن بعض الألعاب مثل مهنة نقل البريد اشتقت منها الألعاب التتابعات ومن مهنة صيد السمك اشتقت لعبة صيد السمك وغيرها •

ولا تزال أشكال الألعاب الكبيرة والصغيرة تتطور وتتغير حسب تطور المجتمعات وعاداتها وحسب متطلبات شروط اللعب وأهدافه •

تعريف الألعاب الصغيرة

لو أمعنا النظر إلى مختلف أشكال وأنواع الألعاب الصغيرة وحركات اللعب والمجموعات الحركية في جميع حالاتها وأشكالها لما استطعنا أن نجد سوى هذه الاسم لهذه الحركات والمجموعات التي تخص اللعب بمختلف مستوياته ألا وهو (الألعاب الصغيرة) •

وبعد هذه المقدمة نستطيع أن نحدد تعريف واضح للألعاب الصغيرة

(هي الألعاب التي تشمل حركات المشي والجري وألعاب الكرات وألعاب القوة والرشاقة والمرونة وإمكانية ممارسة هذه الألعاب في كل الظروف وعلى أي ملعب وتأديتها بأدوات أو بدونها وفي شروط سهلة ومتغيرة فهي لا تعني القلة أو الصغر وهي تنمي مهارات وقدرات حركية بسيطة وأشكال لعبها تناسب الكبار والصغار ولكلا الجنسين أفرادا وجماعات وتلعب وتنفذ بشكل سهل وبسيط كونها لا تخضع لقواعد وقوانين محددة .

أهمية الألعاب الصغيرة

تؤدي أهمية الألعاب الصغيرة بشكل عام إلى تربية الأفراد عقليا وبدنيا وصحيا تجنبنا من الاضطرابات النفسية والضغط الاجتماعي المرافقة لحياتنا اليومية وتكوين شخصية الإنسان النافع المنتج بما يناسب تغيرات المجتمع المعاصر بكافة أشكاله سواء كان ذلك عن طريق الألعاب الصغيرة أو الكبيرة ولذلك برزت لدينا جوانب متعددة لهذه الأهمية .

ومن هذه الجوانب التي برزت فيها الأهمية الكبيرة لهذه الألعاب ما يلي :

- ١ - في تعدد أشكالها الكثيرة والشيقة التي تبعث السعادة والسرور وتحرك النشاط البدني بين المشاركين والممارسين وحتى المشاهدين لها .
- ٢ - لا تتقيد بشروط أو قوانين ثابتة فأشكال لعبها حرة ويمكن تغييرها حسب الإمكانيات المتوفرة وحسب العمر والجنس .
- ٣ - تتميز بالمرونة فهي تناسب جميع أفراد المجتمع ابتداءً من رياض الأطفال والمدارس إلى الجامعات ومن المعسكرات الشعبية والمناطق السكنية إلى الأندية الرياضية والفرق ذات المستويات العالية .

٤- تتجلى أيضاً في أبراز الصفات السلوكية الجيدة والخلق الرياضي المميز كالصدق والإخلاص وحب النظام والتعاون الجماعي والجرأة والشجاعة وغيرها من الصفات التي تربي الفرد الصالح والرياضي الناجح .

٥- تعمل الألعاب على تنمية وتطوير القدرة الوظيفية لأجهزة الجسم العضوية كالجهاز العصبي والتنفسي والدموي واعتدال القامة واكتساب المهارات المختلفة .

٦- تتميز بالشمولية فهي تشمل شريحة واسعة من المجتمع للكبار والصغار ولكلا الجنسين وحتى تنفذ على المعوقين أيضاً .

٧- لا تحتاج في تنفيذها إلى قواعد وأنظمة محددة ولا تحتاج إلى خطط ويتم تنفيذها بشكل سهل وبسيط .

تنظيم الألعاب الصغيرة

تكلمنا سابقاً أن الألعاب الصغيرة لا تخضع في مضمونها إلى نظم وقواعد ثابتة ولكن إذا نظرنا إلى أشكالها وطرق استخدامها نلاحظ أن بعض الألعاب تشبه بعضها والبعض يحتاج إلى قوة والبعض يحتاج إلى الجري والعاب تحتاج إلى السرعة وبعضها يحتاج إلى تقليد حركات البشر وحركات الأشياء الموجودة في المحيط الذي نعيش فيه وهناك ألعاب تعرف من أسمائها والبعض تحتاج إلى شرح أو تمثيل لممارستها ولهذا لا يمكن أبداً توحيد الألعاب الصغيرة في فئة معينة أو نوع واحد ولذلك قسمت هذه الألعاب حسب مجموعاتها إلى عدة أقسام حسب ما يلي

١- الألعاب الغنائية : وتشمل (العاب تمثيلية – العاب غنائية – العاب راقصة)

٢- العاب الجري : وتشمل (السباقات – التتابعات – البحث عن الأداة – المطاردة)

٣- العاب الكرات : وتشمل (اليد – السلة – الطائرة – القدم)

٤- العاب القوة والتحمل وتشمل (العاب السحب – الشد – الدفع – التوازن)

٥- العاب تنمية الحواس وتشمل (العاب المراقبة – قوة الانتباه – التصرف السريع)

٦- العاب المناطق السكنية والمعسكرات وتشمل (التخفي والتستر- البحث عن الزميل – الهجوم والدفاع – المطاردة – الكر والفر)

كيفية اختيار وتحضير الألعاب الصغيرة

ذكرنا سابقاً إن الألعاب الصغيرة لا تحتاج إلى تخطيط ولا إلى تنظيم ويمكن ممارستها بدون قواعد أو قوانين خاصة ولكن الواقع غير ذلك لأن التحضير الجيد للدرس والتحضير المسبق للأدوات ولمكان اللعب من العوامل الهامة التي تساعد في إنجاح النشاط التسابقي أو الحصة .

ومن يهتم بالألعاب سطحياً ويعتمد على الذاكرة فقط لا يستطيع تخمين عمق وقيمة هذه الألعاب من كافة النواحي التربوية والتعليمية ولهذا يجب إن نضع بالحسبان مراعاة مجموعة من النقاط الهامة قبل البدء بالحصة أو النشاط التسابقي ومن أهم هذه النقاط ما يلي

- ١- اختيار الألعاب المناسبة حسب الفروق الفردية والجنسية للمشاركين
فبما يتعلق بالنواحي النفسية والجسمية والمدة الزمنية والأهداف .
- ٢- التسلسل الطبيعي للألعاب والموضوعية في التحضير والتطوير لها
والبدء من السهل إلى الصعب .
- ٣- صفة الحصة الدراسية أو التدريبية وأهميتها (إعداد - ترويح)
- ٤- خصائص المكان والمناخ من حيث الملاعب مكشوفة أو مغلقة -
الأدوات المتوفرة - نوعية لأرض - مكان الحصة من البرنامج
اليومي المدرسي .
- ٥- معرفة الهدف المراد من الحصة أو من النشاط التسابقي المنفذ
- ٦- معرفة الصفات الحركية الواجب تطويرها في الحصة

ولذلك يجب على المدرس أن يضع دائماً هذه النقاط الهامة قبل تنفيذ
الحصّة أو النشاط التسابقي •

وبحسب رأي الكثيرين من الخبراء التربويين والممارسين لهذا النشاط
يجب عند اختيار أو انتقاء الألعاب ملاحظة الشروط التي يجب توافرها
لإنجاح الحصّة وهي كما يلي •••

١- سهولة التعلم والتعليم ووضوح شروط وقواعد اللعب

٢- اشتراك عدد كبير من التلاميذ أو اللاعبين

٣- اشتراك الجميع بفاعلية ونشاط

٤- التوزيع العادل للزمن والجهد والراحة

٥- تعدد الفوائد الحركية من الحصّة أو الدرس

٦- توفر المهارة والرشاقة واللعب الجيد والسليم

٧- إثارة الحماس وإمكانية التنويع والتغيير بسرعة

٨- بعث النشاط والسرور والسعادة لدى المشتركين

إعداد المدرس : مهند العواج
والأستاذ : أحمد قباقي