

تأثير برنامج ترويحي على خفض النشاط الزائد للاطفال من
سن ٦ - ١٠ سنوات

*محمد محمود محمد النجار

مقدمة البحث

إن الاهتمام بالطفل ورعايته وحل مشكلاته يمثل قضية قومية تأتي في مقدمة اهتمام المؤسسات التربوية والصحية والاجتماعية وغيرها.

النشاط الترويحي وقاية للفرد فنية يعبر الفرد عن مشاعره وينمي عقله ويتفهم وينتج وتزداد معارفه ومعلوماته فتتطلق طاقتة ويبتكر وتتعدل اتجاهاته وينمو ميوله فتكتسب الحياه رونقها وتصبح أكثر بهجة وأشراقا فيحقق إشباعا للفرد والاحساس بالانتماء وتنظيمه لوقته وتحسين صحته البدنيه والنفسيه ، وبعد الترويح مظهرا من مظاهر النشاط الانساني في ممارسة الأنشطة المختلفة في وقت فراغهم سواء رياضية أو فنية أو اجتماعية أو ثقافية أو خلوية تؤدي الي ثقة الفرد وأعتزازه بنفسه وينمي معارفه ، وبمشاركة بأنشطة خدمة وتنمية المجتمع ينال احترام المجتمع له . (٢٠ : ٤٤ ، ٤٥)

ويري " محمد السمودي " (٢٠٠٣ م) : أن الترويح هو طريقة حياة وأسلوب معيشة يتميز بأنه يحوي نشاطاً عنيقاً كما في الرياضات والألعاب العنيفة أو هادئاً كسماع الموسيقى أو قراءة كتاب، وتتعدد أنشطة الترويح بتعدد اهتمامات الأفراد، فما هو مرغوب من فرد ما قد يكون غير متذوقاً للآخرين. (١٨ : ١٥ - ٦١) .

وتذكر " عطيات خطاب " (٢٠٠٠م) : فممارسة الأنشطة في وقت الفراغ من أهم العوامل التي تعمل على الارتقاء بالمستوى الصحي والبدني، تكسب القوام الجيد، تمنح الفرد السعادة والسرور والمرح والانفعالات الإيجابية السارة وتجعله قادراً على الإنتاج. ومن ناحية أخرى فإن ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ تسهم في إكساب الفرد النمو الشامل المتزن. (١٤ : ٨ - ١٨) .

ويشير " كمال درويش و محمد الحماحمي و أمين الخولي " (٢٠٠١م) : والأنشطة التي يمارسها الطلاب في وقت الفراغ لا تعتبر وقتاً للترويح والانسجام واستعادة القوي فقط، ولكنها فترة يمكن في غضوننا تطوير وتنمية الشخصية بصورة متزنة وشاملة. مما دفع بعض الدول كفرنسا إلى تخصيص وزارة للفراغ

* مدرس بقسم الادارة الرياضية والترويح بكلية التربية الرياضية جامعة بنها

وتوجيه الشباب والنشئ وتنقيب عقولهم، صقل نفوسهم وتربية أذواقهم من خلال ممارسة الأنشطة المختلفة (١٠ : ٣١).

ويرى "إبراهيم حسن إبراهيم" (٢٠٠٥) أن الترويح الرياضي يلعب دوراً فعالاً في تربية التلاميذ فهو يهتم بهم من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية وبالتالي يسهم في تحقيق النمو الشامل المتكامل والمرتز للفرد. (١ : ٣)

ويعد اضطراب النشاط الزائد من بين الظواهر السلوكية الاضطرابية من عشرات السنين حيث عانى من هذا النشاط أولياء الأمور والمعلمين واهتم به الباحثون والدارسون في مختلف الميادين حيث لاحظوا أن الحركة الزائدة لدى الأطفال ترتبط بالدرجة الأولى بضعف الانتباه الذي يعتبر سبباً رئيسياً لكثير من حالات صعوبات التعلم، خاصة وقد أظهرت إحدى الدراسات في هذا المجال أن ٧٥% من الأطفال ذوي صعوبات التعلم مصابون بالحركة الزائدة، ومن ثم ينظر إلى هذا الاضطراب على أنه ظاهرة سلوكية لها تأثيرها المباشر على الطالب ومستقبله التعليمي. (٩ : ٢)

ويعد النشاط الزائد وقصور الانتباه من المعوقات الأساسية لعملية التعلم، فالطفل الذي يعاني من هذا الاضطراب لا يمكنه الانتباه أو التركيز لكلام المعلمة، فهو طائش ومتهور وغير قادر على متابعة التحصيل. (٢٢ : ٢).

ويشير روس و روس (Ross & Ross) إلى أن معيار اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد هو مستوى الطفل العادي فالطفل المضطرب يظهر وبشكل متسق مستوى عالياً من النشاط الزائد مع تشتت الانتباه في مواقف لا يكون السلوك الصادر دائماً ملائماً لها ، وقد عرضت نتائج العديد من الدراسات إلى أن الطفل المضطرب يتميز بخصائص منها: الحركة العصبية، الإفراط في النشاط الحركي غير الموجه، قصر مدى الانتباه وعدم الاستجابة للنظام أو التوجيه، الطيش والاندفاع والعدوان البدني مع الآخرين والقابلية لشروء الذهن (٢ : ٩٦٣).

كما تشير دراسة Jakobson & Kikas, 2007 إلى أن هؤلاء التلاميذ يجدون صعوبة في القدرة على إبقاء أفكارهم بترتيب منطقي وصعوبة تنظيم وتصنيف المعلومات وصعوبة معالجتها كما أن التلاميذ ذوي إضطرابات الإنتباه والنشاط الزائد توجد لديهم صعوبات في مهارات حل المشكلات ، ويتصفون

بصعوبات فى ترميز المعلومات فى الذاكرة ، بالإضافة إلى صعوبات تنظيمية فى السلوك والمعلومات . (٢٣ : ١٩٦)

مشكلة البحث:

ان النشاط الزائد من المشكلات التى تؤدى الى عدم تحقيق التفاعل الصحيح للأطفال مع البيئة المحيطة بهم , مما يقلل من فرص حصولهم على التعليم بفاعلية , فالاطفال المميزون بالنشاط الزائد اندفاعيون وكثيرون الحركة , ولا يستطيعون التركيز على أمر ما اكثر من دقائق فقط ويشكل وجود الطفل المصاب بهذه الحالة مشطلة حقيقية للاهل وحتى الطفل يدرك احيانا مشكلته ولكنه لا يستطيع السيطرة على تصرفاته.

ومن خلال عمل الباحث كمدرّب سباحة بنادى الشبان المسلمين بينها لاحظ ظهور قصور فى الانتباه مع نشاط مفرط وتسرع لكثير من الاطفال اثناء التدريب وهؤلاء الاطفال يحتاجون لتخفيف النشاط المفرط وقصور الانتباه سواء كانت هذه الاسباب نفسية او اجتماعية فانه يجب علاجها والاهتمام والعناية بهذه المشكلة .

وبالتالى اختار الباحث الموضوع الحالى الذى يهدف للتعرف على تأثير برنامج ترويحى على خفض النشاط الزائد للاطفال من سن ٦ - ١٠ سنوات حيث يمكن الاستفادة من الحركات المفرطة فى استثمارها فى نشاط حركى اخر مع تحسين القدرات البدنية التى تساعد على ضبط توازن الجسم وتساعد على الادراك وتركيز الانتباه.

أهمية البحث :

١- إن البحث الحالى قد يسهم فى تقديم برنامج ترويحى فى خفض النشاط الحركى الزائد المصحوب بنقص الانتباه لاطفال.

٢- يعتبر البحث الحالى محاولة للتعرف على استخدام برنامج ترويحى لدى الاطفال من سن ٦ - ١٠ سنوات كخطوة على طريق تقويم بعض البرامج التربوية والرياضية المتبعة بهدف العمل على دفعها فى الاتجاه الصحيح.

هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على :-

- تأثير برنامج ترويحى على خفض النشاط الزائد للاطفال من سن ٦ - ١٠ سنوات

فروض البحث :

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث التجريبية فى خفض النشاط الزائد لصالح القياس البعدى."

٢- "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث الضابطة فى خفض النشاط الزائد لصالح القياس البعدى.."

٣- "توجد فروق إحصائياً بين متوسطى القياسين البعدين لعينتى البحث التجريبية والضابطة فى خفض النشاط الزائد لصالح القياس البعدى لعينة البحث التجريبية"

مصطلحات البحث:

الترويح :

يعرفه كمال درويش، أمين الخولي نقلا عن دافيد جراي David Gray بأنه ظرف انفعالي ينتاب الإنسان وينتج من الإحساس بالوجود في الحياة ومن الرضا وهو يتصف بمشاعر كالإجادة والإنجاز والانتعاش والقبول والنجاح والقيمة الذاتية والسرور وهو يدعم الصورة الايجابية للذات، كما انه يستجيب للخبرة الجمالية وتحقيق الإغراض الشخصية والتغذية الراجعة من الآخرين وهو أنشطة مستقلة للفراغ مقبولة اجتماعية (١٧ : ١٢٢)

الحركة الزائدة Excessive Movement :

هو اضطراب عصبى يتميز بنمو غير متلائم للمهارات التى تتطلب تركيز الانتباه ويرافقها اندفاع متهور وحركة مفرطة وعدم القدرة على التركيز ". (٣ : ١٠)