

مقدمة ومشكلة البحث :

مقدمة البحث :

ان أهميه ممارسة ألعاب القوى تكمن في إحتوائها على جانبين أساسيين يشمل الجانب الأول كونها أنشطه رياضيه تهتم بالصحه العامه للفرد في مختلف الأعمار والمستويات، والجانب الثانى كونها أنشطه تنافسيه تتم وفقاً للقواعد التربويه و تتعامل مع الجنس البشرى للوصول إلى أعلى مستوى رياضى ، وعلى إعتبار أن ألعاب القوى نشاطاً تنافسياً منظماً و تظهر القدرات الخاصه للاعب المتمثله فى تحدى الإنسان لذاته للوصول للمستويات العاليه من الإنجاز مما يساعد على النمو المتزن و المتكامل للفرد وهو ما دعى إلى إعتبار رياضة ألعاب القوى من الأنشطة التربويه الأساسية التى تهتم بالطفل فى المدارس والأنديه ، فألعاب القوى تمثل القاعده و الأساس للألعاب الرياضيه المختلفه ولذلك ينصح بممارستها للأطفال فى سن مبكر مع إستخدام الأجهزة والأدوات البديله والمناسبه .

ومن هنا انطلق مشروع مسابقات الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال فى عام ٢٠٠١ وتم تحديثه عام ٢٠٢١ الذي تم صياغته وتصميمه خصيصا لخدمة جميع الأطفال ، والاهتمام باحتياجاتهم وتنمية وتطوير قدراتهم المختلفه وتدعيم إحترام الأطفال لتطويعهم ليكونوا إيجابيين ، كما أنها تقدم أشكال جديده لمسابقات العاب القوى التي تنمي المهارات الحركية والبدنية المختلفه فى جو من المرح واللعب بصورة سهله وبسيطة والتي يمكن لأي طفل المشاركة فيها ، وهي فرصه للترويج وإثارة الإعجاب بالعاب القوى بطريقه غير مباشره وغير تقليديه مما يساعد علي ترك إنبطاع جيد وجديد عن ألعاب القوى لدي عدد كبير من الأطفال ، ولهذه الأسباب أيضا تم اختيارها لاستخدامها كتدريبات إحماء ، كما يعتبر هذا الشكل من المنافسات فعالا فى تعليم وتدريب جميع الأطفال مع الإمداد المستمر بالمعلومات باستخدام لوحه التسجيل ، حيث أنها تحتوي علي سباقات جري / وثب / رمي ، وتؤدي إلى الإعداد للمسابقات الرسميه التي سيتم من خلالها بناء وتكوين التدريب والملاعب والمدربين والحكام. (١٣ : ١٥)

ويحتوي المشروع العالمي للاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال على العديد من المسابقات وهي (التتابع المكوكي للعدو والحواجز، تتابع مركب للعدو المستقيم والمتعرج وعدو الحواجز (فورميولا ١) ، التحمل لمدة ٨ ق ، وثب الحبل، وثب المربعات المتقاطعة، وثب القرفصاء للامام (قفزة الضفدعة)، الرمي من وضع الجنو، الرمي نحو هدف فوق عارضة (رمي القنابل)، رمي الرمح الخاص بالأطفال . (٢٥ : ٧)

وتعتبر المهارات الأساسية هي المكون الرئيسي الذي لا غنى عنه لممارسة نشاط رياضي معين ومنها رياضة ألعاب القوى لكونها تعتمد على مهارات مكتسبة كما أنها تعتبر السمة المميزة لنوع النشاط الممارس وهي العمود الفقري الذي يعتمد عليها اللاعب في حل المواقف المختلفة التي تواجهه خلال المنافسات ، وتشير **خريبيكوفا Khripkova** خبيرة التربية البدنية للأطفال إلى أهمية وضع أنشطة حركية لطفل ما قبل المدرسة وإلا نكون قد أهملنا أهم وأخطر مراحل عمر الطفل فعالية والتي تشكل اللبنة الأولى ليس لمستقبله الحركي فقط ولكن لمستقبل حياته كلها . (٧٦ : ١٢)

لقد أصبح الأطفال منهمكون في الكم التعليمي والتربوي الواقع على عاتقهم فانهمك الطفل في الواجبات المدرسية والإضافية وقل ممارسه الطفل للنشاط الرياضي الذي إقتصر على حصة التربية الرياضية بالروضة واشتملت على أنشطة حركية بسيطة لا تساعد الطفل في إشباع حاجاته من اللعب و النشاط الحركي ، لذلك هناك حاجة ماسة إلى إستخدام مشروع الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال لتعليم وتدريب هذه المرحلة السنية من ذلك المجتمع . التي تحتاج إلى رعاية خاصة ودراسات مبنية على أسس علمية تعمل على إستثمار ذكائهم وإمكانياتهم بأفضل الطرق وإلى أقصى حد ممكن للأخذ بيدهم ليجدوا أنفسهم بين أفراد المجتمع محققين أكبر قدر ممكن من " اللياقة البدنية و الحركية التي ستساعدهم على ممارسة النشاط الرياضي بطريقة عالية تشبع رغباتهم وميولهم . (٥٣ : ٢٥) .

فمرحلة ما قبل المدرسة الفترة التكوينية الحاسمة من حياة الفرد، ذلك لأنها الفترة التي يتم فيها وضع البذرة الأولى للشخصية التي تتبلور وتظهر ملامحها في مستقبل حياة الطفل، وهي الفترة التي يكون الطفل فيها فكرة واضحة وسليمة عن نفسه، ومفهوماً محدداً لذاته الجسمية والنفسية والاجتماعية بما يساعده على الحياة في المجتمع ويمكنه من التكيف السليم مع ذاته، ومن ثم أصبح شبه إجماع على أهمية وضرورة الخدمات التي تقدم للطفل في رياض الأطفال لتحقيق الهدف الأساسي ألا وهو التنمية الشاملة المتكاملة لكل طفل. (٢١-٢٢ : ٧)

ويذكر **ويلجوس Will Goose** (٢٠٠٩م) أن هناك اتفاق تام على أن المهارات الحركية الاساسية هامة وجوهرية لحياة الطفل منذ سنين عمره الأولى كما تعد أساس لكثير من المهارات والانشطة مثل ألعاب القوى. (٩٦ : ٢٣)

ف نجد أن مسابقات ألعاب القوى تحتوى على حركات الإنسان الطبيعية التي تشمل مهارات (المشي- الجرى - الوثب - الرمي-الدفع) وهي من الرياضات التي تتأثر بجميع عناصر اللياقة البدنية.

فمن خلال مسابقات ألعاب القوى للأطفال يمكننا تجريب وممارسة الحركات الرياضية الأساسية كالعدو (الجرى) - الوثب - الرمي (الدفع) في جو من المرح واللعب ومتطلبات بدنية بسيطة لأي طفل يشارك فيها ، وقد أصبحت هناك حاجة ملحة لتطوير نموذج جديد من برامج الأطفال والتي تبرز فيه تحديد صياغة مفهوم جديد لألعاب القوى لتلبية الاحتياجات التنموية للأطفال لتحقيق الأهداف الموضوعية كتنشيط عدد كبير من الأطفال في نفس الوقت، وتجريب أشكال متنوعة وأساسية لحركات ألعاب القوى والمساهمة في تحقيق نتائج جيدة ليس مقصور على الطفل الأقوى والأسرع، وإدخال روح المغامرة . (٢ : ٦)

وتشير كلا من "عزة عبد المجيد" (٢٠١٤م) (٤٥)، حسين على (٢٠١٢م) (٢٧)، أشرف جمعة (٢٠١١م) (١١)، إيمان محمد نصر (٢٠٠٠م) (٢١) إلى أهمية ألعاب القوى للأطفال بعد تبنى الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال هذا المشروع الرائع الذي أثرى على تعلم ورفع مستوى أداء الأطفال ومراعاة احتياجاتهم وميولهم.

وتعتبر مهارة الجري هي النشاط الحركي السائد في ألعاب القوى ويتميز الجري في تلك المرحلة بانسيابية أي أن ارتقاء القدم عن الأرض في غصون حركة الجري لا يكون بنفس درجة القوى في مراحل النمو المختلفة كما أن سرعة التكرار في الخطوات كما هو الحال في العدو تتميز ببعض البطء .

وتعتبر مهارة الوثب من المهارات الحركية المحببة للأطفال في هذه المرحلة برغم من عدم توافر الفرص والظروف المساعدة بتلك المهارات بدرجة كبيرة كما هي الحال في مهارة الجري مثلاً ولهذا السبب يعزى عدم اتقان أطفال هذه المرحلة لمهارة الوثب. وتعتبر مهارة الرمي إحدى المهارات الحركية الأساسية التي تتباين وتتنوع بدرجة اتقانها بالنسبة للأطفال في هذه المرحلة وبالمقارنة بمهارتي الجري والوثب نجد أن مهارة الرمي تقل كثير بالنسبة لدرجة الاتقان ويشبهها الكثير من الحركات الزائدة غير الهادئة. (١٩ : ١٢٨ - ١٢٩)

ويمكننا من خلال مسابقات ألعاب القوى للأطفال تجريب وممارسة الحركات الرياضية الأساسية وهي المشي والعدو (الجرى) - الوثب والقفز - الرمي (الدفع) في جو من المرح واللعب والمتطلبات البدنية البسيطة ويمكن لأي طفل المشاركة فيها . (١ : ٦)

ويذكر عبد الستار ابراهيم (١٩٩٨) أن نقص المهارات الإجتماعية يؤدي بالفرد للكثير من الخبرات غير السارة التي تدفعه للعزلة والانزواء وتزيد الشعور بالكآبة، حيث يرتبط قصور

المهارات الاجتماعية بنقص تقدير الذات والشعور بالذنب والوحدة النفسية والقلق والاضطراب.(٤٠ : ٥٢)

وتعتبر عملية التفاعل الاجتماعي أساسا لعملية التنشئة الاجتماعية حيث يتعلم الفرد أنماط السلوك المتنوعة التي تنظم العلاقات بين أفراد المجتمع الواحد ، هذا السلوك الفردي ما هو الا ظاهرة تنتج عن التفاعل المستمر مع الآخرين ، وبهذا تعد المهارات الاجتماعية أحد العوامل المهمة والمحددة لتفاعل الفرد مع الآخرين وقدراته علي الاستمرار في هذا التفاعل .

أن جوهر العلم هو توظيف نتائجه فيما ينفع الفرد ويقلل معاناته، وحيث أن انخفاض مستوى المهارات الاجتماعية للفرد يتسبب في إلحاق العديد من أوجه الضرر به مثل صعوبة في التعامل مع الآخرين، ومن ثم سينسحب من المواقف المقلقة ليحمي نفسه من الشعور بالقلق و لأن المهارات الاجتماعية لدى الفرد ليست نظرية وموروثة، ولا تتطور أوتوماتيكيا، ولكنها مهارات يتعلمها الطفل ويكتسبها عند التفاعل الاجتماعي وفقا لمعايير اجتماعية وثقافية خاصة بكل مجتمع، فقد استثمر الباحثون ما توصلوا إليه من نتائج تتعلق بقياس المهارات الاجتماعية، والوقوف على أسباب انخفاضها في تصميم أساليب وبرامج تعليمها وتنميتها. (٥٤ : ٣).

وعلى الرغم من أنه لا توجد بيانات توضح بدقة الوقت الذي يتم فيه تعلم المهارات الاجتماعية، إلا أنه يمكن الاعتقاد أن مرحلة الطفولة تعد فترة حاسمة لذلك، حيث تظهر الغريزة الاجتماعية بقوة ووضوح إذ يشير أحمد زكي صالح بقوله: إن هذه المرحلة تعتبر بمثابة نمو التفكير الاجتماعي، ونمو اللغة الاجتماعية، حيث يصبح الطفل أكثر قدرة على أخذ وجهات نظر الآخرين في الاعتبار ويبيدي استعدادا كبيرا لقبول الآراء الاجتماعية . (٦٤ : ١٩٥) .

مشكلة البحث :

من خلال خبرة الباحث الأكاديمية والميدانية أثناء دراسته في هذا المجال وهو المصدر الرئيسي لمشكلة الدراسة الحالية، فمن خلال المتابعة لأنشطة برامج التربية الحركية المنفذة للمرحلة العمرية (٥-٦) سنوات قيد البحث، تم ملاحظة أن الاعتماد على الأنشطة الحرة من خلال تقديم بعض الألعاب التي تساهم في بث روح المرح والمتعة والترويح فقط دون النظر إلى خصائص تلك الألعاب، وما يمكن أن تقدمه من تعليم وتحسين المهارات الحركية الأساسية وفق أسس علمية سليمة؛ الأمر الذي يمكن أن يساعد على الارتقاء بقدرات الطفل الجسمية والحسية والحركية ولكن بشكل محدود، وهذا ما ظهر عند أداء عينة من الأطفال للعديد من المهارات الحركية الأساسية، حيث تم ملاحظة قصور في الأداء الحركي، ووقوعهم في العديد من الأخطاء

نتيجة لعدم إدراكهم بخصائص الأداء الحركي لتلك المهارات، وكذلك ضعف الإيقاع الحركي المرتبط بتنفيذ الأداء المطلوب.

كما أكد الباحث أن المهارات الحركية الأساسية لمرحلة ما قبل المدرسة بإعتبارها هدفا في حد ذاته، فضلا عن أنها وسيلة تربوية في نفس الوقت، ويضيف الباحث بأن هذه المهارات الحركية الأساسية لطفل ما قبل المدرسة هي القاعدة الأساسية والأسلوب الصحيح الذي تبني عليها معظم الألعاب والأنشطة الرياضية المختلفة في مراحل تطور النمو المختلفة وهذه المهارات لا يجب أن نغفل عنها معتقدين أن الخبرات والطبيعة تساعد علي تنمية هذه المهارات ومن المهم إيجاد ظروف بيئية جيدة لطفل ما قبل المدرسة للإعطائه فرصة لتعزيز المهارات الحركية الأساسية والمهارات الإجتماعية

ومن هذا المنطلق يحاول الباحث في هذه الدراسة محاولة الإجابة علي التساؤل العام للبحث وهو هل لبرنامج ألعاب القوى للأطفال تأثير علي المهارات الأساسية والمهارات الإجتماعية للأطفال ما قبل المدرسة ؟

هدف البحث :

- يهدف البحث إلي تنمية وتحسين المهارات الأساسية والإجتماعية للأطفال ما قبل المدرسة من خلال:
- التعرف علي الفروق في مستوى العينة في مسابقات ألعاب القوى ما بين القياس القبلي والقياس البعدي.
 - التعرف على الفروق في مستوي المهارات الحركية الأساسية ما بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى عينة البحث.
 - التعرف على الفروق في مستوي المهارات الأجتماعية ما بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى عينة البحث.
 - التعرف على نسب التحسن ومدى تأثير البرنامج على المهارات الأساسية والمهارات الإجتماعية لدى عينة البحث.

فروض البحث :

- توجد فروق احصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطات القياسات القبليّة ومتوسطات القياسات البعديّة في مسابقات ألعاب القوى للأطفال ولصالح متوسطات القياسات البعديّة .
- توجد فروق احصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطات القياسات القبليّة ومتوسطات القياسات البعديّة في مستوى بعض المهارات الحركية الأساسية ولصالح متوسطات القياسات البعديّة .
- توجد فروق احصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطات القياسات القبليّة ومتوسطات القياسات البعديّة في المهارات الاجتماعية ولصالح متوسطات القياسات البعديّة .

مصطلحات البحث:

ألعاب القوى للأطفال :

هي ألعاب ومسابقات منظمة تنظيماً بسيطاً سهلة الأداء ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها ولها قوانين مبسطة تشبه السباقات الرسمية، وتتميز بالإثارة والمتعة عند ممارستها، وتمكن الأطفال من إكتشاف المهارات الأساسية (الجري- الوثب- الرمي) في أي مكان . (٣٣ : ٧)

المهارات الأساسية لألعاب القوى :

هي التي يجب ان يكتسبها الطفل تمهيداً لتعلم مسابقات ألعاب القوى المختلفة وتتضمن (العدو و الرمي و القفز و الجري و المشي و الوثب) . (٨ : ١٢)

المهارات الاجتماعية :

هي قدرة الفرد على أن يعبر بصورة لفظية وغير لفظية وعن مشاعره ورائه وأفكاره للآخرين وأن ينتبه ويدرك في الوقت نفسه الرسائل اللفظية وغير اللفظية الصادرة عنهم ويفسرها علي نحو يساهم في توجيه سلوكه وأن يتصرف بصورة ملائمة في المواقف الاجتماعية معهم ويتحكم في سلوكه اللفظي وغير اللفظي فيها ويعدله كداله لمتطلباتها علي نحو يساعده علي تحقيق أهدافه . (٣٧ : ٥٢)

مرحلة ما قبل المدرسة :

هي المرحلة التي يلتحق فيها الطفل بدار الحضانه قبل الإلتحاق بالمدرسة الإبتدائية ، و هذه المرحلة تضم أعماراً متباينة و تختلف من بلد إلى أخرى و كل دولة تحدد سن التعليم الرسمي بها . (٤ : ٢٣)

الاطار النظري والدراسات المرجعية :

الاطار النظري :

أولاً: مسابقات ألعاب القوى للأطفال :

إهتم الأطفال منذ زمن بعيد بالتنافس مع بعضهم البعض ووضع أنفسهم في مقارنه مع الآخرين ومن ثم تتيح ألعاب القوى بما تحتويه من مسابقات متنوعة مندى ممتاز لهذا النوع من التنافس النبيل ، وبذلك تظل ألعاب القوى فرصة مناسبة لهذا التبادل ، لهذا يجب على المهتمين بالرياضة إبتكار منافسات مناسبة للأطفال ، وإن منافسات الأطفال في هذه الرياضة غالباً ما تشبه نسخة مصغرة لمنافسات الكبار وهذا التوحيد الغير ملائم عاده ما يقود إلى التخصص المبكر والذي بدوره يكون ضد إحتياج الأطفال لنمو متزن وهو أيضا يؤدي إلى الإلتحاق للصفوة التي تعوق معظم الأطفال . (٢ : ٥)

ويشير كل من " هالة على مرسي ، منصور الطوقى ، ماجد البوصافي (٢٠١٢م) إلى تعتبر ألعاب القوى للأطفال من البرامج التي تتميز بجاذبيتها للأطفال بما تحتويه من مسابقات متنوعة ومشوقة تعمل على تلبية الاحتياجات النموية للأطفال حيث أنها تعمل على توفير وإتاحة خبرات حركية جديدة ومتنوعة للأطفال في جو من التلقائية والاستمتاع وهو من البرامج الرياضية التي تعطى للطفل حق المشاركة في ممارسة ألعاب القوى بدون أيه تمييز فهي حق لجميع الأطفال (٧٨ : ٣٣) .

ويشير " وائل محمد رمضان ، تامرعويس الجبالي (٢٠٠٩م) إلي أن مشروع الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال يتيح تنافس جماعي مثير وبشكل متدرج للأطفال مما يتيح فرصة التعلم التدريجي ومواجهة الضغوط التنافسية التي تناسب هذه المرحلة وتشجيع الأطفال على القيام بدور المنظمين والمسؤولين مما يتيح الفرصة لتنمية قدراتهم الأنفعالية والادراكية . ومن أهم خصائص هذا المشروع هو التقدم والبساطة وفاعلية التطبيق . (٢٥ : ١٢٧) .

ويشير مركز التنمية الإقليمي (٢٠٠٨م) إلي أن ممارسة ألعاب القوى للأطفال وما يرتبط بها من تنوع في أشكال الممارسة وتقديم أنواع متعددة من المسابقات الشيقة والترويحية فضلا أشكال وألوان الأدوات والتجهيزات المستخدمة يعزز الدوافع الذاتية لدي الأطفال مقارنة بممارسة ألعاب القوى بالشكل التقليدي الرسمي والتي ترتبط بممارسة الطفل لنوع واحد من أنشطة ألعاب القوى الثلاثة دون غيرها حيث يظهر ذلك على وجه الخصوص في دوافع الاستمتاع والإثارة والقيمة والتفاعل الاجتماعي . (٦٨ : ٣٣)

ويشير "احمد فوزي عبدالله (٢٠١٨م) إلى أن مسابقات الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال تتميز بجلب الإثارة في ممارسة ألعاب القوى وان الطفل يشترك في مسابقات ألعاب القوى من خلال اللعب ، بمعنى أنه يمارس ألعاب القوى من خلال المسابقات التي يشترك فيها الكبار بصورة غير متخصصة بغض النظر عن طريقه الأداء الفنيه (التكنيك) ، كما يجب ألا يكون حمل التدريب كبيراً - ويفضل في تلك المرحلة أن يكون حجم التدريب مناسباً وبشدة منخفضة ، والطفل يمكنه ممارسة بعض مسابقات ألعاب القوى في مرحلة مبكرة من عمره بما يتماشى مع قدراته البدنية والنفسية والوظيفية ، مثل (الجرى ، والوثب ، والرمى) ولكن باستخدام أوزان ومقاييس مختلفة للأدوات والمسافات . حيث أنه في المراحل الأولى من عمر الطفل يجب الاهتمام بالإعداد البدنى العام الجيد المتزن ، كما يجب الاهتمام بتتنمية الأجهزة الحيوية الداخلية مثل الجهاز (الدورى التنفسى) كما يوصى بضرورة التنوع فى محتويات التدريب خاصة فيما يتعلق بالألعاب المشوقة المثيرة لدوافع الأطفال ، ومن النماذج التي يمكن أن تجذب الطفل في هذه المرحلة ، الجرى باستخدام الموانع الطبيعية وممارسة تمارينات السرعة من أوضاع مختلفة لزيادة الإحساس بسرعة رد الفعل كما يمكن ممارسة جميع تمارينات الوثب بمختلف أشكالها ولكن بحذر واستخدام الكرات بالأحجام والأوزان المناسبة للرمى . (٦ : ٢٢)

يستطيع الطفل القيام بتمارين جديدة ومهام حركية مختلفة من المكان المخصص للمسابقة ، علاوة على ذلك يمكن لكثير من الأطفال المشاركة في المسابقات ، كما يمكن للأطفال تجريب وممارسة الحركات الأساسية (المشى والعدو والرمى والدفع) فى جو من المرح واللعب فالمتطلبات البدنية بسيطة ويمكن لأى طفل المشاركة فيها كما أن متطلبات المهارة تتنوع وفقاً للمراحل السنية وقدرات التوافق الضرورية ، ومن المبادئ الأساسية لمشروع الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال أن تؤدى جميع المسابقات كسباقات فرق ينمى من خلالها مبادئ الفريق حيث تسجيل النتيجة شامله مجهود الفريق ككل ولهذا يجب على جميع المشاركين أن يتنافسوا كجزء من الفريق حتى الأطفال الأقل موهبه يأخذون فرصتهم فى المشاركة ، لذا فإن أهمية المساهمة الفردية لكل طفل وتأثيرها على النتيجة الإجمالية يعزز من مفهوم أن لمشاركه كل طفل قيمه ، ولذلك يجب على جميع أفراد الفريق المنافسة فى مختلف السباقات من كل مجموعه سباقات (العدو - الوثب - الرمي - التحمل) وهذا الأسلوب يحول دون التخصص المبكر ويساعد على تعدد واختلاف الأنشطة وتطوير ألعاب القوى . (٦٨ : ١٥ - ١٦)

فألعاب القوى للأطفال تقدم الأدوات المناسبة من حيث الحجم و الزمن ، ولقد رأينا أهمية أن يتعلم الأطفال المهارات الحركية الأساسية ، و التكنيك الأساسي منذ البدايه، حيث أن استخدام الأدوات و الأجهزة الكبيرة جداً سوف تحول دون التعلم الصحيح للطرق الأساسية

للتكنيك وهذا صحيح من الناحية العلمية فى مسابقات الرمى حيث أن القواعد تحدد حجم الكره الحديديه ، والقرص ، و المطرقه و هى تعتبر أكبر و أثقل بالنسبه للأطفال الصغار ، و تقدم ألعاب القوى للأطفال نشاط مشابه لألعاب القوى للكبارو لكن بقواعد معدله و ليس هناك سبب يمنع تعديل هذه القوانين لتناسب المستوى المهارى للأطفال و موقفهم التعليمى، أن تعديل القوانين لتناسب الأطفال من شأنها أن تؤدى إلى سرعه التعلم ، و كذلك إلى إستمتاعهم بالنشاط . (٣٣ : ٥٣)

ويشير بيتر تومسون **Peter Tompson** (٢٠٠٩م) إلى أن ألعاب القوى للأطفال تساهم فى تنمية نوافذ الغرض لدى الأطفال حيث أن هذه المرحله العمرية تتطلب تنمية المهارة أولاً فى المرحله العمرية من سن (٦ - ١٠) سنوات و تأتى من سن (٦ - ٨) سنوات ثم تأتى القوة فى مرحلة مبكره والتحمل فيكون فى مرحله متأخره . (٩٤ : ٦٥)

• تعديل ألعاب القوى لتناسب الأطفال :

كثيراً ما نجد فى الفئة العمرية الواحدة إختلافاً فى مراحل نمو الأطفال، فأحجام الأطفال وصفاتهم البدنية تتغير بصفة دائمة، ومن الممكن أن نغير أو نعدل النواحي الفنية للأداء أو أدوات ألعاب القوى لجعلها أكثر مناسبة للأطفال فمن المهم أن نفعل ذلك لأن الخبرات المبكرة للأطفال فى ألعاب القوى هي التي سوف تقرر دائماً مقدار إستمتاعهم بها .

تعديل طرق الأداء الفني :

التغيرات التي تحدث فى شكل الجسم ، وإختلاف الصفات بين الطفل والكبير ، تؤثر وتحدد طريقه أداء الأطفال للمهارات . والأطفال ليسوا صغار عن الكبار فقط ، ولكنهم أيضاً أضعف منهم . وهذا يؤثر على توقيت وكيفية تعليم طرق الأداء الفني ، لهذا السبب فإن الأداء الفني للاعبين الموهوبين ليس دائماً مناسباً للأطفال ، والتقدم فى التعليم وإعطاء الجرعات التدريبيه يجب أن يأخذ فى الإعتبار دائماً مرحله النمو التي يمر بها اللاعب المتعلم . (٢ : ٧)

• تعديل الأدوات :

فى بعض الحالات يتطلب الأمر استخدام أدوات خاصة متطورة لتنظيم برامج الاتحاد الدولى للألعاب القوى للأطفال . ويمكن وضع هذه المعدات معا بسهولة ونقلها بدون أى مشاكل وتركيبها أو تفكيكها بسرعة . وفى حالة عدم إمكانية الحصول على هذه الأدوات لأى سبب يمكن تنظيم البرنامج باستخدام أدوات مصنوعة من مواد محلية أو منتجات مصنوعة يدويا مع احترام الصفات والخواص الخاصة ببرامج ألعاب القوى للأطفال . (٣٣ : ١٠)

إن استخدام الأدوات والأجهزة الكبيرة جدا أو الثقيله جدا سوف تحول دون التعلم الصحيح للطرق الأساسية للأداء الفني ، وهذا صحيح من الناحية العملية في مسابقات الرمي حيث أن القواعد تحدد حجم الكره الحديدية ، والقرص ، والمطرقة وتعتبر أكبر وأكثر ثقلا بالنسبة لصغار اللاعبين . (٢٣ : ٢٠)

ثانيا: المهارات الحركية الأساسية لآلأب القوى :

تعد الحركات الأساسية هي المفردات الأولية الأساسية في حركة الطفل حيث أنها حركة تؤدي من أجل ذاتها ويجب الاعتناء بها في برنامج التربية الحركية على سبيل الوعي والفهم الكافي لإمكانيات الجسم الحركية والطفل من خلال التوجيه يستخدم الحركة الأساسية كطريقة في التعبير والاستكشاف وتفسير ضائه وتنمة قدراته (٣ : ١٢٥)

ان مصطلح المهارات الحركية الأساسية يطلق على النشاطات الحركية التي تبدو عامة عند معظم الأطفال وتتضمن نشاطات مثل رمي الكرات والنقاطها، والقفز والوثب والحجل والتوازن وتعد ضرورية للآلأب المختلفة التي يقوم بها الأطفال (٦٢ : ١٧٥)

وتلك الحركات الطبيعية القطرية التي يزاويلها الفرد ويؤديها بدون أن يقوم أحد بتعليمه اياها مثل المشي الجري القفز التسلق ونظراً لأهمية الدور الذي تؤديه هذه المهارات الحركية الأساسية لمرحلة ما قبل المدرسة من سن (٤:٦) سنوات بإعتبارها هدفا في حدثاته، فضلاً عن أنها وسيلة تربية في نفس الوقت، يضيف الباحث بأن هذه المهارات الحركية الأساسية لطفل ما قبل المدرس من سن (٤) (٦) سنوات هي القاعدة الأساسية والأسلوب الصحيح الذي تبني عليها معظم الآلأب والنشطة الرياضية المختلفة في مراحل تطور النمو المختلفة وهذه المهارات لا يجب أن تتال مننا نحن الباحثين الإهمال معتقدين أن الخبرات والطبيعة تساعد على تنمية هذه المهارات ولكم من المهم إيجاد ظروف بيئية جيدة لطفل ما قبل المدرسة لاعكانه فرصة لتطوير هذه المهارات. (٧٣ : ٤٢)

تصنيف وتقسيم المهارات الحركية الأساسية :

وقد تعددت التصنيفات والتقسيمات الخاصة بالمهارات الحركية الأساسية وفي

هذا الصدد تشير الان بالكون **Allyn Bacon** (٢٠٠١م) إلى الأنواع الآتية :

تقسيم المهارات الحركية الأساسية :

المهارات الحركية الأساسية الانتقالية :

(مشي - جري - وثب - حجل - تسلق - تزلق - التوازن المتحرك)

المهارات الحركية الأساسية غير الانتقالية (مهارات الاتزان الثابت والمتحرك) :

(ثني - مد - رفع - شد - مرجحه - اللف - التوازن الثابت)

المهارات المعالجة و التداول:

(الرمي - اللف - الركل - التتيط - الضرب - الالتقاط القبض). (٨٦ : ٣٥)

وتذكر هدير عبدالعال (٢٠١٩م) يميل الطفل في هذه المرحلة إلى اللعب والحركة المستمرة ونجد أن الطفل يصل في نهاية هذه المرحلة إلى حالة من النمو الحركي يشبه الكبار، حيث يتمكن من أداء المهارات الأساسية الحركية التي تنقسم لثلاث فئات هي :

- حركات انتقالية : تتضمن المهارات التي تستخدم تحريك الجسم من مكان لآخر كالمشي والجري والوثب .

- حركات التحكم والسيطرة : وتشتمل مهارات التحكم والسيطرة على عضلات الجسم الدقيقة والعضلات الكبيرة باستخدام الأطراف كاليدين والرجلين.

- حركات الثبات والاتزان : وتعكس تطور نمو قدرة الطفل على التحكم في وضع الجسم من حيث الثبات والحركة . (٨٠ : ١٠١)

ثالثا: المهارات الاجتماعية :

يعتبر التفاعل الاجتماعي اساس كل نظام اجتماعي فعندما يتصل شخص بشخص آخر ويتعامل معه ، فإن سلوك كل منهما يتأثر ويتعدل بسلوك الآخر وينظر كل منهما إلى الآخر كشخص له اتجاهاته وقيمه وتوقعاته وأحكامه. وان تصرف كل شخص يتوقف إلى حد ما على اتجاهاته نحو الآخرين وتوقعاته عن استجابة الآخرين المحتملة نحوه (٦٦ : ٢٥).

كما أن التفاعل الاجتماعي عبارة عن تبادل الفعل بين الأفراد أو الجماعات اي أن التفاعل الاجتماعي عبارة عن تأثير متبادل بين شخصين أو أكثر عندما يكون احدهما عبارة عن تنبيه لسلوك الآخر بطريقة مباشرة أو غير مباشرة (٤٩ : ٤٥) .

• تصنيف المهارات الاجتماعية :

يمكن تصنيف المهارات الاجتماعية الخاصة بالطفل في ضوء ثلاثة أبعاد هي : تعريف المهارة في ضوء تقبل النظر، والتعريف السلوكي للمهارة، وتعريف المهارة الاجتماعية في ضوء الصدق الاجتماعي فبالنسبة للبعد الأول، فهو يعني أن الفرد يكون ماهرا اجتماعيا عندما يكون متوافقا مع نظرائه، وبالنسبة للبعد الثاني، فهو يعني أن الفرد يعتبر ماهرا اجتماعيا عندما يظهر

سلوكا مناسباً لطبيعة الموقف الاجتماعي، أما بالنسبة للبعد الثالث فهو يعني تلك السلوكيات التي تظهر في مواقف اجتماعية معينة والتي تساعد في التنبؤ باتجاهات الطفل . (١٢:٢).

• مكونات المهارات الاجتماعية:

تعددت البحوث والدراسات التي قام بها علماء الاجتماع والتربية ، وعلم النفس للتوصل إلى مكونات المهارات الاجتماعية، واختلفت الآراء والاتجاهات النظرية من عالم إلى آخر طبقاً لمنطقاته النظرية وخلفياته العلمية، ويتضح من خلال استقراء التعريفات المتعددة السابقة التي طرحها الباحثون للمهارات الاجتماعية أن هذا التعدد قد ينطوي على الاتفاق عبر الباحثين على بعض العناصر فضلاً عن تفرد أحدهم بعنصر معين دون الآخرين، أو أن أحدها أكثر عمومية من الآخر، فإنه يمكن لنا استخلاص عدد من العناصر المحورية من خلال فحص تلك التعريفات التي يفترض أنها تشكل بنية تعريف ومكونات المهارات الاجتماعية، وفيما يلي أهم مكونات المهارات الاجتماعية:-

١- المكونات المعرفية:

ويقصد بالجانب المعرفي الوعي بالأنظمة الاجتماعية التي تحكم السلوك في موقف ما. ويلاحظ في بعض الاضطرابات النفسية والعقلية، أن يصدر من المرضى سلوكيات لا تناسب الموقف، بل ما يميز مضطربي اكتئاب الهوس الدوري فعل عكس متطلبات الموقف مثل الضحك في موقف محزن.

ويعد عدم توافر المعرفة والمعلومات الكافية لدى الطفل من أهم أوجه القصور المعرفي للمهارات الاجتماعية، لأن معرفة الطفل للمعايير الاجتماعية تقوم بدور أساسي في مساعدته على الالتزام بهذه المعايير وترجمتها إلى سلوك مع توقع النتائج التي يمكن أن تترتب على قيامه بسلوكيات معينة .

وتشمل المكونات المعرفية للمهارات الاجتماعية عدة عوامل من أهمها:

(قواعد ومفاهيم المهارة، وأهداف الموقف الاجتماعي، والسياق الاجتماعي، وتأثير السلوك على الآخرين). (١٥: ٢٦-٢٧).

٢- المكونات الأدائية السلوكية:

تشير المكونات السلوكية للمهارات الاجتماعية إلى كافة السلوك التي تصدر من الفرد والتي يمكن ملاحظتها عندما يكون في موقف تفاعل مع الآخرين ويمكن وضع المكونات السلوكية في تصنيفين رئيسيين هما:

• سلوك اجتماعي لفظي:

وهذا النوع من السلوك له أهمية كبرى في مواقف التفاعل الاجتماعي ، فهو الذي يعمل على نقل الرسالة بشكل مباشر، ومن أمثلته إبداء الطلب مباشرة ، رفض طلب معين، الشكر أو الثناء، السلوك التوكيدي.

• سلوك اجتماعي غير لفظي:

وهذا السلوك لا يقل أهمية عن السلوك اللفظي وتشمل لغة الجسد والإيماءات ، والتواصل البصري، حجم الصوت تعبيرات الوجه، ويقال أن لها المصادقية الأكثر في التعبير من السلوك اللفظي مثل الطالب الذي يقول لك أنه مرتاح وتبدو على تعبيراته مظاهر التعب وفي العملية الإرشادية يأخذ هذا النوع من السلوك الأهمية القصوى في ملاحظة المسترشد وفهم مشكلته. ويتحدد هذا المكون في قدرة الطفل على ترجمة معرفته للمهارة والتعبير عنها في سلوك ماهر.

٣- المكون الوجداني الانفعالي:

وهذا المكون للمهارة شأنه شأن المكونات الأخرى للسلوك الإنساني حيث أنها قابلة للاكتساب والتعديل والتغيير، وهو مرتبط بعلاقة عضوية بالمكونات الأخرى للمهارة.

فالمعرفة والمعلومات والتدريب والاستخدام والعمليات الفيزيائية والعاطفية جميعها عوامل أو ركائز تؤدي إلى تعلم المهارات واكتسابها وأن نماء المهارات مؤسس على ما لدى الفرد من تلك العوامل والركائز.

وحين يمارس الفرد مهارة معينة فإن هذه الممارسة من حيث نوعها ومستواها ودرجة التمكن تعتمد بلا شك على مدى ترابط العلاقة بينها وبين نواحي معرفية إدراكية وأخرى وجدانية انفعالية وتوضح أهمية هذا المكون في إتقان المهارة، ولا يقف الأمر عند حد تأثير الجانب الانفعالي في أداء المهارة فحسب، بل أنه يمكن تعديل هذا الجانب من خلال ممارسة المهارات مثل تغيير بعض الميول والاتجاهات وأوجه التقدير لدى التلاميذ من خلال ممارسة الطها كتقدير قيمة العلم والأسلوب العلمي في التفكير ، وتقديره، والدقة والتنظيم في العمل. (١٦ : ٣٦ : ٣٤)

وعلى الرغم من أن معظم التلاميذ يمتلكون القدرة على ترجمة المعرفة إلى مهارة، إلا أن هناك بعض التلاميذ يخفقون في تحقيق ذلك ويمكن أن يرجع ذلك الإخفاق والفشل إلى عوامل متعددة، كانهخفاض الدافعية، أو عدم تدعيم الآخرين ومؤازرتهم للتلميذ في أداء السلوك، أو عدم إتاحة الظروف المواتية أمامه للقيام بالأداء السلوكي كما أن مفهوم التلميذ السالب عن ذاته، أو عدم ثقته بنفسه على القيام بذلك السلوك، وشعوره بالخوف من النتائج المترتبة على القيام بسلوك معين، تدفعه إلى تجنب التفاعل وعدم المشاركة مما يؤدي إلى انعزاله اجتماعيا . (١٥ : ٢٩)

ويحدد سينخ وزملاؤه (Singh , et al) (١٩٩٠) ثلاثة مكونات للمهارات الاجتماعية هي: (مهارات المحادثة، والمهارات التوكيدية، ومهارات الإدراك الاجتماعي).

وتوصل السيد إبراهيم السمدوني (١٩٩١) إلى ستة مكونات للمهارات الاجتماعية هي (الحساسية الانفعالية ، التعبير الانفعالي، الضبط الانفعالي، الحساسية الاجتماعية، الضبط الاجتماعي، التعبير الاجتماعي).

وتوصل جنيفر (Jnnifer) إلى أربعة عوامل عند تقديمه للكفاءة الاجتماعية لدى أطفال ما قبل المدرسة وهي : (المبادرة الايجابية، والنشاط اللفظي، والمبادرة السلبية، والتقييم الناجح).

وحدد بيتي (١٩٩٢) Beaty) أربعة مكونات للمهارات الاجتماعية هي : (مهارة التعبير عن الذات، ومهارات السلوك التوكيدي، ومهارات المشاركة، ومهارات مساعدة الآخرين).

وحدد محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨م) الي أربعة مكونات للمهارات الاجتماعية هي : (المبادأة بالتفاعل، والتعبير عن المشاعر السلبية، والضبط الاجتماعي والانفعالي، والتعبير عن المشاعر الايجابية). (٥٨ : ٨١ - ٨٢).

يوضح هاسيلت وهيرسن (١٩٧٩) (Hasselt & Hersen) أن المهارات الاجتماعية تتضمن أربع مكونات رئيسية هي:-

١- مهارة التعبير عن الذات (التعبير عن الشعور، عن الأفكار والآراء، إعطاء وتلقي التحية).

٢- ومهارات تشجيع الآخرين (الموافقة على آراء آخرين - مدح الآخرين).

٣- ومهارات توكيدية و مهارات الاتصال (لحل المشاكل الشخصية المحادثة). (١٢:٦)

وتوصل بعضهم إلى ست مهارات أساسية تبدو واضحة في التعليم النظامي بمراحله المختلفة (الابتدائي، والمتوسط، والثانوي) يمكن تلخيصها فيما يأتي:-

- ١- مهارات اجتماعية أولية: مثل مهارات الإصغاء والتساؤل والقدرة على التحاور.
- ٢- مهارات اجتماعية متعددة: مثل طلب المساعدة، والقدرة على التعامل مع الآخرين، إصدار التوجيهات، والتعليمات، أو تنفيذها، والنقد بالاعتذار، والقدرة على إقناع الآخرين.
- ٣- مهارات خاصة بالتعامل مع المشاعر والأحاسيس: تشمل القدرة على التعرف على المشاعر والتعبير عنها وتفهم مشاعر وأحاسيس الآخرين وتقديرها.
- ٤- مهارات تمثل بدائل المشاعر العدائية تجاه الآخرين: مثل مساعدة الآخرين والدفاع عن حقوقهم وتجنب المشاجرات، أو القدرة على المناقشة، والقدرة على الاستجابة للإثارة والمضايقات باستخدام ضبط النفس والسيطرة على المشاعر الانفعالية.
- ٥- مهارات أساسية وضرورية للاستجابة لعوامل الضبط والإجهاد: وتتمثل في القدرة على التعامل مواقف الأقران والقدرة على التصرف كصديق، والقدرة على التحاور مع الإقناع، واحتمال الفشل، والتعامل مع توجيه الاتهام وضغط الجماعة، والتعامل مع الرسائل المتناقضة.
- ٦- مهارات التخطيط أو العمل من أجل المستقبل: وتشمل وضع الأهداف، وتحديد أسباب المشكلات وتحديد الفرد لقدراته، وتجميع المعلومات وترتيب المشكلات بحسب أهميتها، لقدرة على اتخاذ القرار في الوقت المناسب، والتركيز على أداء مهمة معينة. (١٥: ٢١-٢٢).

تحليل سبنسر (Spencer) لمكونات المهارات الاجتماعية :

أما سبنسر (١٩٩١) Spencer يرى أن المهارات الاجتماعية تتحدد أساسا بمجموعة من المكونات المعرفية، ومدى قدرة الفرد على ترجمة هذه المكونات إلى مجموعة من السلوكيات والأداءات المناسبة للموقف، لأن مجرد امتلاك المعرفة لا يعني تمكن الفرد من أداء السلوك المناسب في الموقف المناسب، لذا لا بد من التفرقة بين المشكلات الاتصالية الناتجة عن قصور الجوانب المعرفية وبين القدرة على ترجمة المعرفة إلى صور من السلوك المهاري .

وبذلك يتضح أن للمهارات الاجتماعية مكونات أساسية هما المكونات المعرفية، المكونات الأدائية.

غير أنه يتضح من خلال استقراء التعريفات المتعددة السابقة التي طرحها الباحثون للمهارات الاجتماعية يمكننا استخلاص عدد من العناصر المحورية من خلال فحص تلك التعريفات التي يفترض أنها تشكل بنية تعريف، ومكونات المهارات الاجتماعية . (٤١ : ٨١)

تحليل ريجيو (Riggio) المكونات المهارات الاجتماعية:

قام ريجيو ومن بعده السيد إبراهيم السامدوني ، ومحمد السيد عبد الرحمن بتحليل هذه المهارات الأساسية التي تؤدي إلى رفع أو خفض مدى اجتماعية الأشخاص وقوة تأثيرهم في الآخرين على النحو التالي:-

• الجانب الانفعالي: ويشمل :

٤- الحساسية الانفعالية : قدرة الفرد على استقبال وتفسير الرسائل غير اللفظية للآخرين والتي تعكس مشاعرهم وحالاتهم الانفعالية، ويتسم الأفراد المرتفعون على هذه المهارة بالدقة في تفسير الهاديات الانفعالية الصادرة عن للآخرين ومن البنود التي تقيسها، أعرف المشاعر الحقيقية للآخرين حتى لو حاولوا إخفاءها.

٥- الضبط الانفعالي : قدرة الفرد على تنظيم التحكم في الهاديات والمؤشرات الانفعالية غير اللفظية الصادرة عنه، بما يخدم أهدافه في موقف التفاعل، ومن شواهد ارتفاع هذه المهارة تمكن الفرد من إخفاء مشاعره الداخلية وإظهار أخرى مغايرة إذا أراد ذلك، ومن البنود التي تقيسها يصعب على الناس أن يعرفون من وجهي ما أريد قوله لهم.

٦- التعبير الانفعالي : هو قدرة الفرد في التعبير غير اللفظي عن اتجاهاته، ومشاعره، وحالاته الانفعالية، ومن البنود التي تقيس تلك المهارة، يسهل على الآخرين أن يعرفوا أي حزين أم سعيد . (٣٤ : ٤٦).

٧- الجانب الاجتماعي:

يري (١٩٨٧) (Riggio) أنه لكي يتمتع الفرد بمهارات اجتماعية متميزة لابد أن تتوفر لديه عدة صفات من أهمها الحكمة والنضج الاجتماعي، والقدرة على إدارة الحوار، والتكيف مع المواقف المختلفة، والتعامل بنجاح مع ديناميات الحياة الاجتماعية بمواقفها المختلفة، وتتمثل هذه المهارات الأساسية للاتصال الاجتماعي اللفظي فيما يلي:-

- الحساسية الاجتماعية : قدرة الفرد على فهم، والوعي بالمعايير الحاكمة للسلوك في المواقف الاجتماعية وقدرته على تقدير مدى ملائمة سلوكه وسلوك الآخرين فيها ومن البنود التي تقيسها: أقلق أحيانا على ما قلته هل هو صحيح أم لا ؟

- الضبط الاجتماعي : مهارة الفرد في تقديم ذاته في المواقف الاجتماعية بشكل مناسب وتعديل سلوكه فيها بما يتناسب مع متطلباتها على نحو يبدو متوافقا، ووثقا من ذاته، إبانها.
- التعبير الاجتماعي : مهارة الفرد في التعبير اللفظي عن مشاعره، وأفكاره وأرائه للآخرين، وإجراء حوارات فعالة معهم في مواقف التفاعل الاجتماعي حول الموضوعات المختلفة. (٦٣ : ٦٤).

يتضح من المهارات المتضمنة في تعريف "ريجيو" أنه يغلب على بعضها بوضوح الصيغة المعرفية مثل الحساسية الانفعالية و الحساسية الاجتماعية فهي مهارات تعكس معالجات معرفية محورية لفهم السلوك الاجتماعي وكذلك مهارة الضبط الانفعالي فهي تعكس تلك العلاقة الوثيقة بين المعرفة والوجدان وهي من العناصر المهمة في مجال المعرفة الاجتماعية المعاصرة.(٣٤ : ٤٦).

• طرائق اكتساب وتنمية المهارات الاجتماعية:

بما أن جوهر العلم هو توظيف نتائجه فيما ينفع الفرد ويقلل معاناته، وحيث أن انخفاض مستوى المهارات الاجتماعية للفرد يتسبب في إلحاق العديد من أوجه الضرر به مثل صعوبة في التعامل مع الآخرين، ومن ثم سينسحب من المواقف المقلقة ليحمي نفسه من الشعور بالقلق و لأن المهارات الاجتماعية لدى الفرد ليست نظرية وموروثة، ولا تتطور أوتوماتيكيا، ولكنها مهارات يتعلمها الطفل ويكتسبها عند التفاعل الاجتماعي وفقا للمعايير الاجتماعية وثقافية خاصة بكل مجتمع، فقد أستثمر الباحثون ما توصلوا إليه من نتائج تتعلق بقياس المهارات الاجتماعية، والوقوف على أسباب انخفاضها في تصميم أساليب وبرامج تعليمها وتنميتها. (٥٤ : ٣).

وعلى الرغم من أنه لا توجد بيانات توضح بدقة الوقت الذي يتم فيه تعلم المهارات الاجتماعية، إلا أنه يمكن الاعتقاد أن مرحلة الطفولة تعد فترة حاسمة لذلك، حيث تظهر الغريزة الاجتماعية بقوة ووضوح إذ يشير أحمد زكي صالح بقوله: إن هذه المرحلة تعتبر بمثابة نمو التفكير الاجتماعي، ونمو اللغة الاجتماعية، حيث يصبح الطفل أكثر قدرة على أخذ وجهات نظر الآخرين في الاعتبار ويبيدي استعدادا كبيرا لقبول الآراء الاجتماعية . (٦٤ : ١٩٥) .

وقبل الحديث عن أساليب اكتساب وتنمية المهارات الاجتماعية، نتطرق إلي الأسباب التي تؤدي إلى ضعفها لتجنبها من باب الوقاية خير من العلاج تمثلت أبرز المتغيرات التي عني بها الباحثون بوصفها مؤثرة في تحديد طبيعة المهارات الاجتماعية في : الحوار الداخلي، توقع العواقب، المعتقدات غير المنطقية، مراقبة الذات، الإدراك الاجتماعي، التعقد التصوري ، وسنعرض فيما يلي بشيء من التفصيل للدور الذي يمارسه كل منها في المهارات الاجتماعية.

• أساليب اكتساب المهارات الاجتماعية:

ويشير ماسيود (١٩٨٨ Masud) إلى تزايد الاهتمام بالمهارات الاجتماعية ودورها في تحقيق التكيف الاجتماعي في العقدين الآخرين . فلزمن طويل كان النجاح في الوظائف الاجتماعية يعود إلى الخلفية الاجتماعية والمتغيرات الشخصية . ولقد أظهرت أعمال أرجل (Argle) وتلاميذه ونتائج البحوث الممتدة إلى أنه بينما تعد العوامل سالفه الذكر هامة فإن المهارات الاجتماعية تعد عاملا هاما في تحقيق النجاح الاجتماعي (٢٦ : ٢٥٢) .

إذا تتنوع فعالية برامج التدريب على المهارات الاجتماعية حسب أمورا متعددة مثل الفروق في العمر والجنس، والمواقف، والمعالجين أنفسهم، وحسب عدد، ونوع المهارات المستهدفة، وتبعاً لمدة وتكرار جلسات التدريب، وطبيعة الإجراءات المستعملة، ويؤكد تيزدال (Teasdales) على عدم توفر استراتيجية موحدة للتدريب على المهارات الاجتماعية.

(٥١ : ١٣).

أما فيما يتعلق بأساليب اكتساب المهارات الاجتماعية، فقد حدد ستيفنز وزملاؤه أسلوبين لتعلم المهارات الاجتماعية أحدهما :

- التعلم المباشر:

وفيه تعلم المهارات الاجتماعية بأسلوب تعلم المهارات الأكاديمية نفسه، فينبغي تعليم المهارة الاجتماعية كما تعلم القراءة والحساب والعلوم الأساسية الأكاديمية الأخرى، كما ينبغي أن يكون تعلم المهارات جزءاً من المناهج الدراسية وأوصت دراسة كون وزملاؤه بضرورة تضمين التعليم المباشر للمهارات الاجتماعية كجزء من محتويات المنهج المدرسي .

- التعليم غير المباشر:

حدد ستيفنز ثلاث خطوات الإستراتيجية التعليم غير المباشر وتتمثل فيما يلي:-

- **الخطوة الأولى:** تحديد السلوك الاجتماعي المراد تعلمه عن طريق تعريف هذا السلوك ومراحل تطوره والظروف التي تثير حدوثه.

- **الخطوة الثانية :** تقدير الأهداف السلوكية وذلك بتقديم المهارات، وذلك بتقديم المهارة وتقدير مستوى أداء التلاميذ فيها، والتي تنشأ من احتياج التلاميذ لها في المواقف الاجتماعية.

- **الخطوة الثالثة :** تقييم فعالية إستراتيجية تعلم المهارات.

وحدد زايس " Zais " أربعة مراحل التعلم المهارات هي: ملاحظة أداء شخص ماهر، تقليد العناصر الأساسية للمهارة، والتمرن ويتضمن تكرار تتابع عناصر المهارة، مع تقليل الجهد الواعي للأداء تدريجيا، وأخيرا إتقان المهارة.

ويتم التعليم غير المباشر عن طريق استراتيجيات ثلاث هي : التعزيز الاجتماعي، والتوقعات المتعلقة بالنواتج المستقبلية أو التوقعات المدركة للنواتج، والنموذج الاجتماعي على النحو التالي:

• إستراتيجية التعزيز الاجتماعي:

يشير " سكينر" (skinner) إلى أن المعززات الاجتماعية ذات فعالية في دراسة الاشتراط الإجرائي، ويركز على التغيرات السلوكية التي تحدث نتيجة الملاحظة، والتي تعقبها مكافأة للاستجابات التي تبرهن على نجاحها، وتميل إلى التكرار، بينما تميل الخبرات السابقة التي تعاقب إلى التضاؤل، ويتم تعزيز الاستجابة التي تقترب من الهدف ولو جزئيا حتى تحقق الأهداف المطلوبة. (٤١ : ٨٤-٨٥).

- إستراتيجية توقع النواتج :

تدور فكرة توقع النواتج حول نتيجة تعزيز الخبرات السابقة، قد يتوقع الطفل أن تصرفات أدائية محددة له ستكافأ ببناء النواتج على التوقعات السابقة، وهذه الفكرة قامت عليها نظرية "روتر" (Rotter) في التعلم الاجتماعي، حيث أكد على التوقعات الذاتية للتدعيمات في الموقف الى نفسي الذي يمر به الفرد، وتتوقف عملية احتمال حدوث نوع معين من السلوك على توقعات الفرد التي تتعلق بالنواتج أو المترتبات الناشئة عن سلوكه، وعن القيمة المدركة لتلك النواتج.

- إستراتيجية النمذجة الاجتماعية :

الطرق التي يلاحظ الأطفال من خلالها السلوكيات الاجتماعية النماذج من الكبار والرفاق إن التعلم بالنمذجة هو العملية التي من خلالها يلاحظ الشخص أنماط سلوك الآخرين، ويكون فكرة عن الأداء ونتائج الأنماط السلوكية الملاحظة، بمعنى أن يكون هناك شخص فعلي يكون سلوكه قدوة يقتدى به لمن يلاحظه، أي أن الفرد قد يتعلم في موقف ما سلوك ما حتى ولو لم يظهر هذا السلوك المتعلم من خلال الملاحظة بصورة فورية، ولكنه يؤدي هذا السلوك في ظروف مستقبلية بصورة لا نستطيع معها إلا أن نستنتج بأنه قد تعلم بالفعل من الموقف السابق . وبهذا نكون أمام عملية إدراكية معرفية.

قدم باندورا (١٩٨٩) (Banduura) في إطار نظرية التعلم الاجتماعي المعرفي إستراتيجية النموذج للتدريب على المهارات الاجتماعية كما يأتي : تحديد مفهوم المهارة وتعريفها،

ثم تقديم النموذج، وإتاحة الفرصة للتدريب على أداء المهارة وتكرارها . تقييم المهارة، واستخدامها في مواقف الحياة، مع تقييم المهارة بواسطة المدرب، واستخدام التغذية الراجعة، والتشجيع على أداء المهارة وإتقانها مما يؤدي إلى تدعيم الثقة بالنفس وحفظ أداء المهارة بالإقناع اللفظي (التعزيز الاجتماعي). (٤١: ٨٥ ، ٨٦) .

- العوامل التي تسهم في تشكيل مستوى المهارات الاجتماعية :

حين ننظر إلى المهارات الاجتماعية كمتغير تابع فمن المتوقع أن نبحث في المتغيرات المستقلة أو المحددات المسؤولة عن التأثير فيها وتحديد مقدارها وطبيعتها، ويصنف الباحثون هذه المتغيرات، لكثرتها في عدة فئات يتصل بعضها بالفرد، والبعض الآخر بالطرف الآخر في موقف التفاعل، والبعض الثالث بخصائص موقف التفاعل ثم خصائص السياق الثقافي والاجتماعي للتفاعل، وسنعرض فيما يلي لكل منها مع التركيز بوجه خاص على عوامل الفرد، وبطبيعة الحال المعرفية منها نظرا للدور المحوري العمليات المعرفية داخل الفرد في تشكيل سلوكه المهاري الاجتماعي.

- خصال الفرد:

هناك متغيرات ديموجرافية خاصة بالفرد مثل نوعه (ذكرا أو أنثى)، ومدى تعرض الفرد للأساليب تنشئة اجتماعية بعينها، وهناك متغير العمر، ومتغير الوضع المهني، فضلا عن المستوى الإداري للفرد في تلك المهنة، وهناك أيضا المتغيرات المزاجية للفرد كالقلق، وهناك أيضا بعض سمات الشخصية من قبيل الانزواء والتردد في اتخاذ القرارات .

- خصال الطرف الآخر:

من المفترض أن تسهم خصال الطرف الآخر في موقف التفاعل في تحديد مستوى السلوك المهاري الاجتماعي للفرد، فعلى سبيل المثال فإن نوع الطرف الآخر يؤثر في تحديد طبيعة استجابة الفرد له، ففي دراسة أجراها عبد ال حليم محمود السيد تبين أن الفرد

- يؤكد ذاته بدرجة أكبر مع من هم نفس نوعه مقارنة مع من يختلفون عنه في النوع، وهناك أيضا متغير الألفة بالطرف الآخر بالفرد وقد يسلك بصورة أكثر مهارة مع من يألفهم ويعتاد عليهم وبطريقة أقل مع الغرباء وكذلك فإن متغير سلطة الطرف الآخر قد يحدد مستوى مهارتنا فقد يصعب علينا التصرف بمهارة مع من هم أكثر سلطة مقارنة بمن هم أقل التنمية النظامية للمهارات الاجتماعية :

يعرف التدريب على تنمية المهارات الاجتماعية بأنه مجموعة متنوعة من الأساليب والإجراءات المعرفية، والسلوكية، الهادفة إلى تعديل معارف الفرد وسلوكه في مواقف التفاعل

الاجتماعي على نحو يصبح معه أكثر قدرة على فهم السلوك اللفظي وغير اللفظي للآخرين، والتحكم في انفعالاته إبانها، والتعبير عن مشاعره وأفكاره، وآرائه، والدفاع عن حقوقه، ومواجهة المواقف العصبية، وإدارتها بصورة حكيمة .

- التنمية الذاتية للمهارات الاجتماعية :

ويقوم فيها الفرد بدور جوهري حيث يعد خطة مبدئية، بنفسه، لتدريب ذاته على التصرف بصورة ماهرة اجتماعيا مسترشدا ببعض المبادئ العامة التي تتبلور في عقله من خلال قراءاته في كتب معينة بالموضوع، والتي يطلق عليها كتب المساعدة الذاتية، بالإضافة إلى ملاحظة السلوكيات المهارية الاجتماعية لآخرين، واستبصاره الشخصي ، وتحليله للمواقف التي يواجهها، وكذا الآخرون، والتي يشتق منها العديد من الأساليب للتعامل مع المواقف المنفردة، أو المشابهة، التي يتعرض لها، وتستدعي أن يتصرف فيها بصورة ماهرة اجتماعيا.(٣٨: ١٥٣-١٥٥).

- تنمية المهارات الاجتماعية:

إن تنمية المهارات الاجتماعية مطلب تربوي مهم، لأنها تمثل جانبا أساسيا من جوانب شخصية المتعلم، فالإنسان اجتماعي بطبعه، وهو محتاج إلى التعامل مع الجماعات المختلفة داخل المجتمع تعاملًا يعود عليه بالنفع وعلى المجموعة التي ينتمي إليها، أي أنه في حاجة إلى جماعة تقبله ويشعر بالانتماء إليها، ويتفق مع أعضائها في قيمهم واتجاهاتهم. لذا يحتاج الفرد منذ نعومة أظفاره إلى اكتساب خبرات اجتماعية تجعله يتكيف مع هذه الجماعة، ولعل أبرز تلك الخبرات مهارات التعامل مع المجتمع وأساسها التعاون.(٥٦ : ١٦).

- أساليب التنمية الذاتية للمهارات الاجتماعية:

وهناك أساليب متنوعة قد يلجأ إليها الفرد بتنمية مهاراته الاجتماعية ذاتيا سنذكر أكثرها أهمية فيما يلي:-

- الوعي بالذات:

يشير الوعي بالذات، بشكل عام إلى ميل الفرد لتركيز الانتباه على ذاته كموضوع اجتماعي ، ومن ثم فإن وعي الفرد بوجود قصور في بعض المهارات الاجتماعية، وإدراك هذا القصور بوصفه مشكلة تعرقل المسيرة الارتقائية للفرد فضلا عن توافقه النفسي مع الآخرين، يعد نقطة البداية في التخطيط لعملية التغيير، والشروع في محاولة تنميتها.

- المراقبة الذاتية:

يمكن للفرد منخفض المهارة أن يتغلب على سلوكياته غير الماهرة اجتماعيا التي اعتاد عليها، وألفها لدرجة أنه لا ينتبه إليها، من خلال تركيز انتباهه عليها كأن يلاحظ كيف يقدم نفسه

للآخرين، وكيف يبدأ حواراً، ومعدل استخدامه كلمة أنا في حديثه، وحركات يديه ومن المفترض أن السلبيات التي اعتاد على ممارستها في تلك الجوانب، والتي تعد مؤشراً على عدم مهارته ستميل للانخفاض أو الاختفاء أو العديل من جراء تلك العملية التي تنطوي على الانتباه الواعي لها. (٣٨: ١٦٦-١٦٧).

رابعاً: مرحلة ما قبل المدرسة (رياض الأطفال):

مفهوم ما قبل المدرسة (رياض الأطفال):

تعد رياض الأطفال من أخصب المراحل التربوية التعليمية في تشكيل الشخصية وتكوينها لأنها مرحلة تربوية يتم فيها التعليم تلقائياً وتعد لمسار العملية العملية التربوية في المستقبل، ولهذا تعتبر مرحلة حاسمة في تشكيل أساسيات الشخصية ومسار نموها الجسدي والحركي والحسي والعقلي والادراكي واللغوي والاجتماعي والخلقي والانفعالي والروحي والمهاري، فهي بحق مرع خصب ومختبر طفولي فعال، ومدينة مسلية لما فيها من أنشطة معرفية وجسمية هادفة ومميزات ومحفزات عقلية نشطة، وفرض لغوية فنون الكلام وأجواء نفسية هادئة ومواقف اجتماعية إنسانية فعالة، وممارسة عملية في تكوين المفاهيم العملية المبسطة ومجالات روحية في غرس القيم الدينية والوطنية والقومية وأنشطة فنية وموسيقية ورياضية ممتعة (٢٢ : ٢٥)

وتعتبر مرحلة الطفولة من أهم مراحل النمو لأنها تشكل الأساس الأول في تكوين شخصية الفرد وتؤثر في حياته المستقبلية كما تعتبر من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمع وتطوره اذان الاهتمام بالطفولة هو في الواقع اهتمام بمستقبل الامه كلها كما أن إعداد الطفل من النواحي الحركية والعقلية والاجتماعية والنفسية وتربيته هو إعداد لمواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها حتمية التطور. (٣٠ : ٧)

ولقد أولت الدول المتقدمة عناية فائقة لطفل هذه المرحلة ولم تعد النظرة إلى تربية طفل ما قبل المدرسة نوعاً من الترف كما كان ينظر إليها في الماضي وإنما صارت جزءاً من البنية التربوية لكثير من الدول وحلقة من حلقات التعليم المستمر على مدى الحياة ، فهذه المرحلة تعتبر من أهم مراحل النمو وأكثرها أثر في حياة الانسان فهي مرحلة تكوين الفرد، حيث يتم فيها النمو الحسي والعقلي والانفعالي والاجتماعي وتؤثر هذه المرحلة تأثيراً عميقاً في حياة الفرد المستقبلية في مراهقته ورشده و شيخوخته والاهتمام بدراسة الطفولة هو في الواقع اهتمام بالمجتمع وبتقديمه وتطوره والأنشطة الحركية أكثر الأنشطة التربوية لتحقيق أهداف مرحلة ما قبل المدرسة فمن خلالها يمكن تعديل سلوك الأطفال وإكسابهم المهارات والمفاهيم التي تنتمي الجوانب التعليمية والاجتماعية والحركية (٣٩ : ٦٤)

ويشير **أحمد علي صيام (٢٠١١م)** أن الطفل تحت ظروف مناسبة يصل تطوره في السن الأخير لمرحلة ما قبل المدرسة مثل البالغين وخاصة الحركات الرياضية الأساسية، فهو يتمكن ان يمشي ويتسلق ويركض ويقفز ويرمي ويمسك وفي أكثر الأحيان يتقنها يتوافق رغم أن بعض الحركات لما يصل إلى مرحلة الجمال (٥ : ٢٣٢)

ويشير **فهم مصطفى (٢٠١١م)** أن الروضة تعود الطفل على تكوين اتجاهات إيجابية ففي بداية دخول الروضة نجده بطبيعته فردا أنانيا ومهمة الروضة هنا أن تخرجه من عزله هذه وتحوله إلى كائن اجتماعي بغرسها الميول الاجتماعية ويترك الأنانية وينصهر في الجماعة ولهذا تعتبر رياض الأطفال أن الطفل هو محور العملية التربوية ومن ثم تحترم فرديته وتتعامل معه كفرد له كيانه واستقلاله وحاجاته الشخصية وتوفر له كل ما من شأنه أن يساعده على تحقيق ذاته (٥٥ : ١١)

وتذكر **الين وديع فرج (٢٠٠٤م)** أن الدول المتقدمة أولت عناية فائقة لطفل مرحلة ما قبل المدرس، ولم تعد النظرة إلى تربية طفل ما قبب المدرسة نوعاً من الترف كما كان ينظر إليها في الماضي وإنما صارت جزءا من البنية التربوية لكثير من الدوا وحاقة من حلقات المستمر على مدى الحياة و أن مرحلة الطفولة من أهم مراحل النمو أنها تشكل حجر الزاوية في تكوين شخصية الفرد كما أن الاهتمام بالطفولة تعنى الاهتمام بمستقبل الأمة كلها لأن الإعداد السليم للطفل يساعد على مواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها حتمية التطور، فالطفل يولد مزوداً بعدة غرائز وميول تنتقل إليه بالوراثة وتدفعه لأن يسلك سلوكاً معيناً ليحقق غرضاً خاصاً لديه حيث أن الميل للحركة أشد ميول الطفل الفطرية ظهوراً، كما أن ابقائها في مراحل نموه هو الذي يدفعه إلى استكشاف بيئته ومعرفة كل ما يدور حوله. (١٩ : ٢٥)

وتشير **هالة الجرواني وهشام الصاوي (٢٠٠٩م)** إن الحركات في هذه المرحلة تتميز بالقوة والسرعة، وأن البناء الحركي للمهارة يتحسن وكذلك يظهر التوازن والنقل الحركي وتصل المرونة إلى أبعد مداها الحركي إذا ما استغلت بشكل صحيح، لأنها مرحلة إتقان الصفات الحركية. (٧٧ : ١٠١)

ويوضح **علي عبد الفتاح وآخرون (٢٠١١م)** أن مرحلة الطفولة من أهم المراحل في حياة الإنسان، ففيها تنمو القدرات الابتكارية وتتفتح المواهب لدى الطفل، لذا يجب العناية بالطفل وتوفير الإمكانيات والألعاب التي تساعده على ظهور مواهبه وقدراته الابتكارية، وكذلك العمل على توفير البيئة الثرية التي تحفزهم على تجريب الأفكار والآراء الأمر الذي يساعدهم على الشعور بقيمته الذاتية، وتكوين اتجاه إيجابي نحو ما يقومون به من نتائج (٥٠ : ٤)

وتشير **ليلى عبد العزيز زهران وعاصم صابر راشد (٢٠٠٥م)** تعتبر مرحلة الطفولة سم أهم مراحل حياة الإنسان وأشدّها حساسية وأكثرها تأثيراً على حياته المستقبلية، بل فإن السنوات الأولى من حياة الطفل تعد من أهم مراحل حياته على الإطلاق، كما أنها الأساس الذي تبنى عليه الحياة الأجيال المستقبل، فمرحلة الطفولة هي صانعة المستقبل، وقد أولت الدول المتقدمة عناية خاصة وفاتحة بالطفل في سنواته الباكرة وقبل السن المدرسي، وأصبحت رياض الأطفال جزءاً من البنية التربوية الأساسية وحلقة من حلقات في كثير من دول العالم خاصة المتقدم منها . (٥٩ : ١٦)

ويشير **مصطفى السايح (٢٠٠٧م)** وتلعب رياض الأطفال دوراً كبيراً في الحياة اليومية، كما أنها تلعب دوراً كبيراً في الحياة اليومية للطفل حتى أصبحت إحدى المجالات الهامة في التربية وبناء الشخصية المتزنة واللعب بشكل عام إحدى مظاهر النشاط الرياضي، ومن جهة أخرى هو أحد ضرورات الحياة، فالميل الفطري وللعلم موروث عند كل صغير وهو يساعده على التعبير عن نفسه ويدفعه للتجربة واكتشاف الجديد في عمل الأشياء.

أن اللعب مظهر من مظاهر سلوك الطفولة، فالطفولة هي مرحلة اللعب في حياة الإنسان بل وعند الحيوانات الراقية، فنحن نجد الطفل يقضي كل زمن صحوة ونشاط في اللعب وليس من السهل علينا نحن الكبار أن نوقف تيار اللعب الجاري ولا أن نقف هائلاً دون تحقيق هذه الرغبة وهذا النشاط فاللعب استعداد فطري وطبيعي وهو عند الطفل ضرورة من ضروريات حياته مثل الأكل النوم، فالطفل في حاجة إلى تعليم ولكنه في حاجة فقط إلى الإرشاد والتنظيم.

(٧١ : ١١)

أهداف مرحلة ما قبل المدرسة:

ويتفق كلاً من **عفاف عثمان مصطفى (٢٠١٣م)**، **هيام محمد عاطف (٢٠٠٩م)** **طارق عبد الرؤف محمد (٢٠٠٧م)**، **هدى محمد قناوى (٢٠٠٤م)**، تسعى مؤسسات رياض الأطفال إلى تحقيق متطلبات النمو المتكامل لطفل ، هذه المرحلة تلخصها الباحثة في النقاط التالية:

- العامل الخلقى بصفة عامة والديني بصفة خاصة، أساس في تربية الطفل ، تربية الطفل في هذه المرحلة .
- التعاون اتجاه اجتماعي يجب الاهتمام به في هذه المرحلة والعمل على تنمية صلة الطفل بأقرانه شيء حيوي وضروري .

- تهيئة المناخ النفسي للطفل حتى لا يشعر بالانتقال المفاجئ من المنزل إلى المدرسة والتي غالبا ما يسبب لو الخوف والقلق والتوتر لبعده عن المناخ الأسري الدافئ الذي يحيطه بالحب والحنان .
- اكتساب الطفل الاستقلالية والمبادأة باعتبار هما النتيجة الإيجابية في حل الصراع والمواجهة بالحب والحنان اللذان يقومان بين الطفل ومجتمعه في هذه المرحلة .
- لتنشئة الاجتماعية والصحية السليمة في ظل قيم المجتمع ومبادئه وأهدافه.
- التنمية الشاملة والمتكاملة لكل طفل في المجالات العقلية والجسمية والحركية والانفعالية والاجتماعية الأخذ بعين الاعتبار بالفروق الفردية في القدرات والاستعدادات والمستويات النمائية. (٤٦ : ٢٣٩)

أهمية مرحلة ما قبل المدرسة :

ترى **هناء أبو شيبة (٢٠٠٣م)** أن دور مرحلة ما قبل المدرسة تتلخص في تهيئة الطفل لدخول المدرسة واكتشاف قدرات الطفل ومواهبه النامية مع تزويده بالمهارات الاجتماعية مثل التحية والاستئذان والعفو والسماح كما تنمي لدى الطفل الشعور بالثقة (٨١ : ٤٦)

ويؤكد ذلك **فهم مصطفى (٢٠٠١م)** حيث تشيد مرحلة ما قبل المدرسة بداية خروج الطفل إلى المجتمع الكبير، ولكي يستطيع الطفل أن ينمي الروح الجماعية وأن يكون علاقات يجانية مع الآخرين من الكبار والأقران، عليه أن يكتسب الثقة بالنفس، وأن يكون صورة إيجابية عن ذاته، حتى لا يفقد الشعور بالاستقلال في مجتمع يتسم بتعدد وتداخل العلاقات لذلك. ان تساعد الطفل على فهم الحياة والعمل على إقامة علاقات الآخرين، وبث التعاون بين الأطفال.

(٥٥ : ١٢)

وتذكر **رانيا الصادق (٢٠٠٧م)** أن مرحلة ما قبل المدرسة ينبغي أن تعد للطفل الفرص والمواقف التي تسمح له بتطوير مهاراته وإكسابه الخبرات المتنوعة، وأنه إذا لم تهيأ الفرص المساعدة للطفل على النمو الحركي وإكتسابه بعض المهارات إلى أقصى حد تستطيعه هذه المرحلة من عمره، فإنها سوف تؤثر على تعليمية وتربيته بوجه عام. (٣٢ : ٣١)

التطور الحركي للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث في مرحلة ما قبل المدرسة :

إن التعرف على التطور الحركي للطفل ولإسما تطور المهارات الحركية الأساسية له أكبر الأثر بالنسبة للأباء والمربين وجميع الذين يتعاملون مع الطفل ويتابعون تطوره عن وعي وإدراك من أجل تهيئة الظروف والعوامل البيئية المناسبة لتحقيق التطور الحركي للطفل وكذلك

أن التعرف على التطور الحركي للطفل له أهمية في تحديد المناهج والأنشطة الرياضية لأن بناء أي منهاج في هذه المرحلة العمرية يتطلب منا معرفة مقدار التطور الحركي للطفل له أهمية في تحديد المناهج والأنشطة الرياضية لأن بناء أي منهاج في هذه المرحلة العمرية يتطلب بنا معرفة مقدار التطور الحركي الذي وصل إليه الطفل وفيما يأتي عرض لبعض المهارات الحركية الأساسية وتطور أدائها والتي تضمنها المنهاج المقترح وكما يلي :

١- مهارة المشي :

إن تتطور المشي بدرجة كبيرة يتم في السنة الأولى وتتطور المشي يستمر إلى أن يصل إلى المشي الحر الصحيح، وهذا يتم اعتياديا في بداية السنة الثانية وذلك بأن يخطو الطفل بعض الخطوات الحرة والتي تكون صفاتها أيضا تباعد القدمين ومد الركبتين وفي البداية يتمكن أن يخطو من ما بين ٢ إلى ٥ خطوات وبعد مرور أسبوعين على الخطوات الأولى يتمكن الطفل من أن يخطو خطوات كثيرة تقارب ٢٠ خطوة، وتطور مهارة القدرة على المشي في من الرابعة ويحاول الطفل أن يحمل أشياء كثيرة داخل الغرفة وهو يغير مكانها بفرح وسرور. (٧ : ٢٣٩)

٢- مهارة الجري :

إن مفهوم الجري (الركض) هو الحركة الانتقالية التي تحتوي على فترة يكون الجسم فيها محلقا في الهواء وغير مستند على القدمين أن المحاولات الأولى للجري وبفترة تحليق قصيرة جدا تلاحظ عند الطفل في السنة الثانية حيث يمد القسم العلوي من الجذع بإستقامة تقريبا وثني مفصل الحوض والركبتان قليلا وتأخذ حركة الذراعين مجالا كبيرا متنافسة في مجالها الذي تشغله وتتحسن مهارة الجري بمرور الزمن وتصبح الحركات انسيابية ومجالها مناسباً. (٧ : ٢٤٢)

وفي السنة الرابعة من عمر الطفولة يلاحظ الرجلين والذراعين التوافقية أثناء الركض عند حوالي ٣٠% من الأطفال ولكن عن النظر بشكل عام نلاحظ أن حركة الطفل تؤدي بصورة غير منتظمة وتكون حركة الرجلين قصيرة وذات ضربات قوية مع قلة مجال الحركات وعدم انتظام حركات الذراعين وفي عمر خمس سنوات وستة سنوات تلاحظ أن تطور توافق الركض يصل إلى حوالي ٧٠ - ٧٥% إلى أن يصل ٩٠% ، وتظهر بوضوح في عمر ٧:٥ سنوات.

(٧ : ٢٣٢)

٣- الوثب :

في سن (٤ - ٦) سنوات يقفز الأطفال من مكان مرتفع نسبيا وهنا يكون الطفل أيضا متصلبا ولا توجد فيه مطاطيه ويثنى الطفل ركبته بعد القفز دون أن يستقيم مباشرة ويتم هذا من

القفز من وضع الوقوف، وفي عمر الخمس سنوات يستطيع الطفل تأدية القفز من الثبات وكذلك القفز لأعلى والقفز العريض. (٧ : ٢٤٤)

ما يوضح نبيل سامي رجائي (٢٠٠٢م) أن الوثب العريض هو عبارة عن تحرك الجسم إلى الهواء من ارتقاء القدمين معا للأمام لأبعد مسافة والغرض منه أن نجعل الجسم ينتقل إلى الأمام لأكبر مسافة ممكنه، وتكون الركبتين منثنتين ثم دفع الأرض بالقدمين معا، كما يتم مرجحة الذراعين للأمام ولأعلى بقدر الإمكان حتى ينتقل الجسم للأمام. (٧٥ : ٢٢)

٤- الرمي :

تعد مهارة الرمي من أكثر المهارات أهمية وشيوعا للتعبير عن حركات المعالجة والتناول للعضلات الكبيرة في هذه المرحلة ويمكن إنجاز هذه المهارة بطرق عديدة حيث تؤدي مهارة الرمي والذراع مفرودة من أعلى الرأس كما يمكن أن تؤدي باليدين من أسفل الحوض تؤدي بحركة الذراع للجانب، وتعد مهارة الرمي والذراع مفرودة من أعلى الرأس من أكثر مهارات الرمي استخداما لأدوات مختلفة حيث يختلف الثني المراد رميه من حيث الحجم والوزن والشكل كما أن الهدف من الرمي يختلف فقد يكون دقة الرمي أو قوة الرمي أو زيادة المسافة لذلك من الصعوبة تحديد نمط ثابت ومعين لأداء هذه المهارة.

ويتمكن الطفل من أداء مهارة الرمي على هدف كبير على بعد ٣م على أن يكون الهدف بموازاة ارتفاع رأس الطفل ويتم بدءا من ٥٤ سنوات وعندما يبلغ الطفل العام السادس يصبح في مقدوره أن يتقن الرمي على هدف يبعد حوالي ٥ متر ويرمي الأولاد لمسافة أبعد وبدقة أمتر من البنات (١٨ : ٢٢٤)

٥- التوازن :

تظهر قدرة الأطفال على التوازن في سن سنتين يحاول الأطفال الوقوف على العارضة بينما حاول أطفال أكبر منهم المشي على العارضة بقدم والأخرى على الأرض وفي سن ثلاث سنوات استطاع الأطفال نقل القدمين بالتبادل على العارضة ببطء ويلاحظ أن الأطفال في سن ٤ سنوات يمكنهم الاحتفاظ بتوازنهم أثناء الوقوف على قدم واحدة حتى لو كانوا مكتوفي الأيدي.

٦- اللفف :

يلاحظ الطفل مع نهاية عامه الثاني من عمره يقوم بمحاولة لقف كرة كبيرة عندما يطلب منه ذلك ويستعد بالوقوف مع مد الذراعين في اتجاه الجسم عند محاولة لقف الكرة وضمها إلى صدره وفي حوالي العام الثالث يحاول الطفل مقابلة الرمية باليدين في الوضع الصحيح كما يستطيع لقف الكرة أثناء طيرانها في اتجاهه ويقوم بضمها إلى صدره ويتطور نمو الطفل تتحسن

مهارة اللقف ويتمكن الطفل في سن ٤ سنوات من التحرك في مختلف الاتجاهات لمحاولة لف الكرة سواء لجهة اليمين أو لجهة اليسار لأعلى أو لأسفل وفي سن ٤ سنوات تبدأ ظهور مهارة اللقف الصحيح . (٩ : ٣٤)

٧- مهارة الاستلام (اللقف) :

تعد مهارة الاستلام (اللقف) من أكثر المهارات الأساسية تمثيلاً لمهارة المعالجة ، والتناول للعضلات الكبيرة في الحميم ويعد المحك العلمي لنجاح هذه مهارة الاستلام لدى الطفل هو استلام الشيء المقذوف أو الكرة باليدين، ويبدأ بزوغ المحاولات الأولى لاستلام الكرة لدى الطفل في الثانية عندما يكون جالساً والرجلين متباعدتان للخارج بينما تتدرج الكرة بين الرجلين فيحاولان يمسك الكرة ويسحبها نحو احد الرجلين في الوقت الذي يعجز فيه طفل الثانية من العمر عن أن يسك فكرة ويسحبها نحو استلام الكرة الطائرة في الهواء حتى وإن تم تمريرها ببطء ولمست صدره (٧: ٢٤٩)

وتعد بداية العام الخامس من عمر الطفل تغيراً كبيراً في مهارة استلام الكرة إذ يستمر تطور هذه المهارة، وبذلك يستطيع الطفل استلام الكرة إذا كان هناك انحراف في اتجاهها نحو اليمين أو اليسار أو لأعلى، وتتطور تلك المهارة بالنسبة للأطفال المتدربين إذ يمتلكون مستوى من التوقع الحركي والذي يمكنهم من متابعة سير الكرة ثم النجاح في استلامها وهي في الهواء وأن قابلية السرعة تتحسن مع تقدم عمر الطفل في عمر ٦ سنوات تقريباً، وأن قابلية السرعة والانسيابية تتحسن مع تقدم عمر الطفل وأن ١٠% من أطفال بعمر (٦-٧) سنوات قادرين على أداء مهارة الاستلام بقدر من السرعة والانسيابية (٧ : ٢٣٤ - ٢٣٥)

٨ - مهارة الركل :

يتشابه الركل مع الضرب في الأسس الميكانيكية ويستهدف الضارب عادة الارتفاع أو المسافة أو الدقة أو بعضها أو كلها وبعد التحكم في مسافة الركل أمر ضروري في الألعاب. وللاطفال حركة مركبة كالركض مع ضرب الكرة (ركل الكرة) ونلاحظ ذلك عقد الجري مع ركل الكرة عند جميع الأطفال وأن هذا الترابط بين الماهرتين تجده متساوياً عند الأولاد والبنات الذين هم في من واحدة. (٧ : ٢٥٥)