

اللعب نشاط سلوكي هام يقوم بدور رئيسي في تكوين شخصية الفرد وهو ظاهرة سلوكية في الكائنات الحية ويتميز فيها الإنسان على وجه الخصوص، والميل إلى اللعب فطري وموروث في كل طفل، فالطفل يولد مزودا بعدة ميول ودوافع تنتقل إليه بالوراثة وتجعله يسلك سلوكا ليحقق أغراض خاصة به ويعد الميل إلى الحركة اشد ميول للطفل في مراحل نموه المختلفة ويرجع ذلك إلى أن اللعب نشاط تلقائي وهو ضروري للطفل ضرورة الهواء الذي يتنفسه من اجل نموه الطبيعي وسواء شئنا أم لم نشأ فإن الطفل سيلعب في البيت أو خارج البيت سواء في النهار أو في الليل، وغالبا ما يتدمرون الأهل من الطفل ومن تصرفاته.

اللعب ظاهرة طبيعية لنموهم وتطورهم وإنه الوسيلة الوحيدة للتعبير عما يريد، وانه الطريق الوحيد للتعرف على العالم الخارجي والمحيط الذي يعيش فيه ولذلك تتوقف درجة ذكاء الطفل وتعلمه على نوع الأدوات المختارة في اللعب وكيفية استخدامها .

ومن الظواهر الملحوظة أن اللعب أخذ أشكالا مختلفة باستمرار، تتفق مع نمو الطفل وانتقاله من مرحلة نمو إلى مرحلة أخرى فلكل مرحلة من مراحل النمو ألعابها الخاصة التي تتلاءم مع خصائص الطفل وتتطور ميوله واستعداداته وقدراته ، فأنشطة اللعب في الطفولة تكون متنوعة في أشكالها ومضمونها وطريقتها ويتوقف هذا التنوع على احتياجات الطفل في كل مرحلة من مراحل نموه، وعلى الظروف الاجتماعية والثقافية والبيئية التي تحيط بالطفل .

وكما هو معروف أن الطفل يولد وعقله صفحة بيضاء ومع نموه وتطوره تبدأ وتتراكم مجموعة من الخبرات والعادات التي يأخذها الطفل من محيطه الذي يعيش فيه، ويلعب المرءون والأهل الدور الأكبر في ولادة هذه الخبرات والمعارف بما يرضي المجتمع والبيئة المحيطة به فإذا كانت العادات السائدة في المجتمع سيئة فإن الطفل يأخذها ويكتسبها وإذا كانت العادات حسنة أيضا يأخذها الطفل ويكتسبها، لان الطفل في المراحل الأولى من حياته لا يستطيع التمييز بين العادات مهما كان نوعها ولا يميز بين الخير والشر وهو أيضا يرى بعينه ويقوم بتقليد ما يرى مباشرة دون أدنى شك، ولذلك يجب على الكبار والآباء أن يكونوا حذرين من تصرفاتهم أمام أولادهم لأن الطفل كما سبق وذكرنا يكتسب أي شيء، وهناك

الكثير من الشباب يعانون من مشاكل نفسية واجتماعية معقدة ولدى مراجعتهم لأطباء متخصصين في هذا المجال لوحظ أن أسباب هذه المشكلات تعود إلى جذور قديمة ترجع إلى مراحل الطفولة الأولى من حياتهم .

-أهمية اللعب: وترجع أهمية اللعب للحقائق الآتية:

- 1- أن الميل الطبيعي وحده هو الذي يدفع الطفل أو الناس لمزاولة اللعب.
 - 2- أن الفرد يجد في اللعب الفرصة للتعبير عن النفس وهذا يحقق له السعادة والسرور.
 - 3- أن اللعب هو طريق الطفل والشاب من أجل اكتساب الخبرة وهو وسيلتهم من أجل استنفاد طاقاتهم الزائدة وهو الوسيلة للكبار كنوع من الترويح عن النفس من الأعباء والروتين اليومي ولذلك يجب عدم إغفال الدور الذي يقوم به اللعب واعتباره حاجة أساسية للمجتمع المعاصر.
 - 4- له أثر كبير في تكوين الشخصية المتزنة وتنميتها ، فإذا سلك اللعب الطريق الصحيح وبشكل منظم فإنه يساعد على تنمية الصحة ويساعد على النمو العقلي وإتاحة الفرصة للتغيير الاجتماعي وتقويم الأخلاق .
 - 5- يعمل اللعب على رفاهية المجتمع ، فالشخصية المتزنة أساس العلاقات الطيبة مع الغير وجماعات اللعب تتيح الفرص لدعم العلاقات الإنسانية الجميلة والصدقة القوية الممتعة ومع أن جماعات اللعب تتصف بالمنافسة إلا أنها تتميز بالروح الطيبة والمشاركة الوجدانية .
 - 6- للعب أثر عظيم في تنمية الشخصية الاجتماعية التي تعمل بكفاءة سليمة وتهدف إلى حياة سعيدة حيث إن السعادة والسرور اللذان يتولدان من اللعب في جماعات متألفة منسجمة لها أثرها البعيد على المجتمع .
- وظائف اللعب:** هناك الكثير من الوظائف التي تنتج من جراء ممارستنا للعب بمختلف أشكاله وتعد هذه الوظائف كنتيجة فعالة بعد ممارسة اللعب ومن أهم هذه الوظائف ما يلي .

1- وظائف بدنية:

ان الممارسة الحقيقية للعب تقوي الجسم وتنشط العقل وتخفف العناء الذي ينجم عن العمل اليومي على اعتبار أن الجسم يخزن طاقة بدنية وعصبية، هذه الطاقة كانت لتضيع سدى إذا قضى الإنسان وقته في الخمول، وأن اللعب هنا يشترك مع الترويح في أنه المنفذ الوحيد لاستنفاد هذه الطاقة الزائدة بمختلف أشكالها وتوظيفها بمجالات تخدم الفرد وتساعد في تحقيق العديد من الرغبات هو بأمس حاجة إليها من أجل متابعة حياته اليومية الانفعالات التي تؤثر على سعادته وحياته بشكل عام .

2- وظائف اجتماعية:

يدرب اللعب الفرد على الفضائل الاجتماعية الحسنة ويعلمه النظام وتصبح نسبة نجاحه في مجالات حياته الأخرى كبيرة، ويولد عنده التفهم السريع للمواقف المتغيرة باستمرار أي ما نسميه نحن (الروح الرياضية) التي تتسم بالهدوء ووساعة الصدر والحكمة والترويح و الحكم على الأحداث الجارية من حولنا بشكل جيد على عكس الأفراد الذين لا يمارسون اللعب أو أي نوع من الترويح، فنجدهم كثيري التذمر من حياتهم وخمولين على مدار الوقت لا يعرفون ما يريدون وتظهر لديهم الكثير من المشكلات النفسية والانفعالية .

الألعاب و اقسامها: تعددة الآراء حول تقسيم الالعاب: فالبعض قسمها من الناحية الاجتماعية إلى:

- ألعاب فردية

- العاب جماعية

و البعض قسمها من الناحية الفنية الى:

- **الألعاب الكبيرة :** هي تلك الانشطة الحركية التي تتميز بالطابع التنافسي و ترتبط بارتفاع مستوى الاداء و تمارس على هيئة ممارسة جماعية طبقا للقواعد و القوانين كالألعاب الفردية و الجماعية التي تمارس بالأندية و مراكز الشباب و تعد لها بطولات و منافسات على مستوى الدولة و كذلك التمثيل بالمحافل الدولية .

- **الألعاب الصغيرة:** لقد سمية بالألعاب الصغيرة لأنها بسيطة من حيث القوانين الموضوعة لها و من حيث الادوات المستخدمة لها و كذلك لإمكانية استخدامها في مساحات ضيقة من الملاعب عند تطبيق هذا النوع من الالعب.

و لا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة انما يمكن للممارسين و القائمين على العمل بها و ضع القوانين و القواعد التي تتناسب مع قدرات الممارسين و الهدف الذي يسعون اليه، كما يمكن ممارستها بالأدوات او بدون أدوات أو بأدوات بسيطة و غالبا ما تستخدم في دروس التربية البدنية و الرياضية في الطور الابتدائي نظرا لملائمتها لاحتياجات و رغبات و ميول تلاميذ هذه المرحلة السنية.

- **الألعاب التمهيدية:** و يقصد بها الالعب المختارة من الالعب الاخرى الكبيرة فكلما زادة الخبرات الحركية المكتسبة من الالعب الصغيرة و كذلك اختلفت المرحلة السنية فيكون قد ادرك و اكتسب العديد من المهارات الأولية التي تؤهله و تمكنه من المشاركة في الالعاب الفريق مثل (كرة القدم- اليد- السلة -الطائرة)و يتم تحديد قواعد خاصة لتحديد هذه الالعب بما يتناسب مع قدرات المشاركين.

و الألعاب التمهيدية بالنسبة للمدرس أو المدرب تعتبر عنصرا من عناصر ثقافته الرياضية و تقدم لاعبيه لا يمكن الاستغناء عن التدريب الفردي اعتمادا على ادراك المهارات عن طريق الالعاب فهذا التدريب الفردي عنصر هام و اساس الالعاب التمهيدية مكملة له فهي تضع الالعاب في الموقف الذي يحتمل ان يتعرض له في المباراة .

و تنقسم الالعاب التمهيدية او الاعدادية الى قسمين:

1- الألعاب التمهيدية أو الاعدادية التي تكسب المشترك اللياقة البدنية الخاصة بنوع معين من الالعاب.

2- ألعاب تمهيدية او اعدادية تعطي المشارك مهارات حركية أو أساسية لنوع معين من الالعاب.

أنماط اللعب: نظرا لأهمية اللعب في التربية البدنية بصفة عامة و تربية الفرد بصفة خاصة، فقد تعددة وجهات النظر حول انماط و مراحل اللعب و كذلك أسس اختيار اللعبة من وجهة النظر التربوية.

1- اللعب الحركي: و يعتمد على النشاط الحركي المتعدد و المتنوع بأجزاء الجسم المختلفة و لتحقيق اهداف محدودة طبقا للغرض منه و لتنفيذ هذا النشاط الحركي بأجزاء الجسم فلا بد ان تتمتع هذه الاجزاء و تتوافر فيها بعض الصفات البدنية التي تساعد على أداء النشاط الحركي بكفاءة و بشكل جيد، سواء بالنسبة للجانب البدني أو الحركي الذي يمارسه الفرد و ينفذ من خلال مجموعة من التمرينات و الالعاب المتنوعة حركيا و التمرينات التمثيلية و القصص الحركية و هذه الانشطة الى جانب انها تكسب الفرد بعض القدرات البدنية و العديد من المهارات الحركية فإنها تسهم في تحسين صحة الفرد و اكسابه بعض السمات الخفية و كذلك زيادة المعلومات و المعارف، ومن هنا يتضح أنه كلما زاد النشاط الحركي عند الطفل كلما اسهم ذلك في تكوين الشخصية السوية المتكاملة.

2- اللعب التمثيلي: هذا النوع قائم على التمثيل و التخيل و التقليد لما هو حول الطفل من ظواهر، و يقوم به الكبار من اعمال و أنشطة اجتماعية خلال حياتهم اليومية، فان الطفل ينفذ هذا النوع من اللعب من خلال ما يمتلكه من مهارات حركية و قدرات بدنية اولية و عليه فكلما تطور المستوى البدني و الحركي و المعارف كلما أسهم ذلك في تنمية السمات النفسية و الارادية للطفل.

3- اللعب التلقائي: يعتمد هذا النوع من اللعب على المعارف و المعلومات و الثقافة التي يملكها الطفل و ينفذ من خلالها الالعاب العقلية و التي تتطلب اعمال الفكر من خلال استدعاء القدرات العقلية ، ولذلك فان تكرار المشاركة في مثل هذه الالعاب و الانشطة يساعد في زيادة المعارف و الخبرات الثقافية.

و تكرار محاولات المشاركة في هذا اللعب سواءا بخبرات نجاح او فشل يسهم في الثراء الفكري و المعرفي و كذلك تنمية السمات الارادية و النفسية للطفل.

- أسس اختيار الألعاب: عند اختيار الألعاب في أي مرحلة من المراحل و خاصة الابتدائية يجب ان تراعي بعض الأسس حتى يكون الاختيار سليما.

- الألعاب التي لا ترهق النمو البدني و في نفس الوقت تسمح بالنمو المستمر.

- الألعاب المناسبة لدرجة ذكاء الأفراد و التي تتيح الفرص للاستخدام الاعظم للقدرات الفعلية.

- الألعاب التي تحتوي جميع الافراد و مع ذلك تتناسب مع قدرات مختلف الاعمار

- الألعاب التي تعتمد على سابق الخبرة.

- الألعاب التي تبعث المرح و الترويح و المنافسة، و التي تساعد الطفل على كيفية الفوز و تقبل الهزيمة مع استمرار العلاقات الطيبة مع الزملاء أو الخصم.

- الألعاب المناسبة لإمكانيات المدرسة من حيث الادوات الفنية.

- الألعاب التي تتناسب مع الملاعب الموجودة وكذلك مع الجو و الوقت.

وهناك من استخدم اللعب الخيالي لعالج حالات القلق والتوتر عند الأطفال، ولان الكثير من الأنشطة الترويحية ترتبط باللعب كون معظم الأنشطة الترويحية ذات الجهد البدني هي بالطبيعة ممارسة الألعاب المختلفة، وكنتيجة للكثير من الدراسات والبحوث على هاذين المجالين فقد تولدت وظهرت العديد من النظريات المتعلقة باللعب والترويح ومن أهم هذه النظريات ما يلي:

