**الالعاب التمهيدية**

**اعداد**

1. **د .اقبال عبد الحسين**

1445هـ 2023م

المقدمة :

يعد مدخل الألعاب التمهيدية أحد أساليب تعلم مها ارت الألعاب الرياضية الكبيرة، وعن طريقها يكتسب المتعلم أو التلميذ المها ارت الحركية بشكل أسرع وأكثر تشويقاً واستمتاعاً وفهماً، فهي ألعاب فريق معدلة تتضمن إحدى المها ارت الأساسية أو أكثر، كما تتضمن بعض القواعد والإجراءات المستعملة في الألعاب الرياضية الكبيرة للفريق ، وهذه الألعاب المعدلة تبدأ بأنشطة مبسطة تشمل بعض المها ارت الحركية والتي تؤدي إلى المزيد من الأنشطة المعقدة التي تشتمل على عدة أداءات فنية متصلة باللعبة الكبيرة قيد التعلم، فضلاً عن أنها من حيث طبيعتها المبسطة من أصلح الألعاب للأطفال أو التلاميذ وأنشطتهم الحركية، كما أنها تناسب المدارس ذات الإمكانيات والتسهيلات المتواضعة أو المساحات المحدودة

وتعد الألعاب التمهيدية مرحلة أساسية في سبيل الارتقاء الحركي لممارسة الأنشطة أو الألعاب الرياضية المختلفة، بالإضافة إلى إنها تشكل ركناً اساسياً لا ينصح بالاستغناء عنه في دروس التريبة الرياضية لما تتضمنه من عناصر التشويق المختلفة والمتعددة وبساطة مها ارتها وعدم تعقيد قوانينها ويمكن تشكيلها تبعاً للظروف وتغيير قانونها بحسب الإمكانيات ورغبة الأطفال أو التلاميذ المشاركين فيها .

ولأهمية هذا النوع من الألعاب يعطى لإتقان المها ارت الأساسية في صورة أكثر قبولاً وأحسن نتيجة، فضلاً عن أنها تعد عنصرا اًر ناجحاً ، إذ أن الطفل أو التلميذ يكون في أثناء أدائه للألعاب التمهيدية في مواقف مشابهة للمواقف التي تقابله في الألعاب الرياضية، وهذا يكسبه حسن التصرف والقدرة على الأداء المهاري في الظروف المختلفة.

وتمثل هذه "الألعاب" مكانة مهمة بين مجموعات الألعاب الصغيرة المختلفة، إذ يكتسب المتعلم من خلال الكثير من الخب ارت والمها ارت الحركية التي تسهم في اتقانه لمها ارت الألعاب الرياضية الكبيرة اضافة الى الناحية التربوية لها " . فضلاً عن ذلك تتميز الألعاب التمهيدية بتعدد قوانينها واختلاف أنواعها وهي تمهد للألعاب الجماعية، كما إنها تساعد المتعلم على أن يتولى قيادة الجماعة أو أن يكون عضواً فيها، وبذلك تنمو عنده روح الجماعة وروح العمل لمصلحتها والانتصار لها ."

وتعرف الألعاب التمهيدية بأنها الالعاب" المختارة والموضوعة لخدمة نوع معين من الحركية وهي الالعاب الاخرى الكبيرة فهي مرحلة متقدمة للألعاب الاكثر تنظيماً التي فيها تطبيق المها ارت أيضاً مرحلة اعدادية للألعاب الكبيرة . وعُرفت أيضاً بأنها" الألعاب المختارة أو الموضوعة لخدمة نوع معين من الألعاب الرياضية الأخرى الكبيرة مثل: )كرة القدم، وكرة اليد، وكرة السلة، والكرة الطائرة...إلخ( ." **اهمية الالعاب التمهيدية: -**

1. إدخال عامل السرور على الأطفال أو التلاميذ .
2. تطوير وتحسين الصفات البدنية والاداء المهاري للأطفال أو التلاميذ .
3. إعداد الأطفال أو التلاميذ إعداداً سليماً من حيث تنمية المها ارت الأساسية وإعداد الجسم إعداداً صحيحاً.
4. ترفع من مستوى اللياقة والمقدرة الحركية للأطفال أو التلاميذ علاوة على ما يكتسبوه من مقدرة وخبرة في ألعابهم.

**القيم الاساسية للالعاب التمهيدية :**

**1-التعلم: -** يدرك كل من يعمل في مجال التربية الرياضية أن الألعاب الذي لا يرغبون في أن يتدربوا على مها ارته بطريقة منفصلة عن بعضها، فهم يرغبون في أن يلعبوا ككل ، ولأن الاهتمام أحد الأسس المهمة للتعلم فإن الألعاب التمهيدية تساعد الأطفال أو التلاميذ على بناء صورة إجمالية لنشاطهم، وهذا يجعل الممارسة هادفة ومشوقة لديهم في الوقت

نفسه، ولهذا السبب فإن الألعاب التمهيدية تقلل الحاجة إلى التدريبات التقليدية للألعاب الكبيرة، وذلك بالجمع بين التدريبات من خلال لعبة مبسطة .

**2-التقدم :** تتيح الألعاب التمهيدية كذلك فرص التقدم بالمها ارت وفقاً لقواعد التدريس المعروفة من السهل للصعب ، ومن البسيط للمعقد( .

**3-المنافسة : -** المنافسة الرياضية انعكاس للمنافسة كعملية اجتماعية، ولكن بشروط تربوية، فالمنافسة تستخرج من الطفل لو التلميذ أفضل ما لديه إذا ما عولجت بطريقة صحيحة، ففي ظروف المنافسة المثالية يزدهر التعلم، ومن خلال الألعاب التمهيدية إتاحة فرص المنافسة التربوية الشريفة .

**4-المحتوى : -** الألعاب التمهيدية تسهم في دعم برنامج التربية الرياضية، فهي تعطي محتوى إضافياً أو أنشطة متصلة بوحدات التعلم في التربية الرياضية .

**5-النشاط :-** يحتاج الطفل أو التلميذ إلى خمسة عشر دقيقة يومياً من التربية الرياضية من أجل العناية بالنشاط البدني، وربما أتاحت الألعاب التمهيدية المختارة المنظمة فرص ممارسة النشاط البدني بأقصى جهد ممكن للأطفال أو التلاميذ دون إرهاقهم ودون تعسف أو شعور بالضجر .

**6-اللعب كفريق:-** إن اللعب كفريق يعبر عن حاجة نفسية اجتماعية أساسية للأطفال او التلاميذ فكل منهم يريد أن يكون عضواً مقبولاً في الجماعة، لكن لا يستطيع كل طفل أو تلميذ والتي تتطلب غالباً مستوىً مهارياً وفنياً رفيعاً ، ولكن الألعاب التمهيدية باعتبارها ألعاب فريق لا ينقصها عمليات كالتحدي والتعاون والتنافس، يمكن أن توفر هذه الحاجة الأساسية لكل طفل أو تلميذ مهما كانت مستوياته متواضعة في الأداء .

**7-القابلة للتعديل :-** الألعاب التمهيدية توفر قد اًر ملائماً من المرونة، وذلك لأنها تقابل الفروق الفردية للأطفال أو التلاميذ بما تتصف به من تنوع وتباين في مستوى صعوبتها، فهي تقدم الفرصة للتلاميذ الأقل مهارة أن يلعبوا ألعاباً أقل صعوبة، فهذا يرضيهم بشكل أفضل.

**مميزات الالعاب التمهيدية: -**

وتتميز الألعاب التمهيدية بمميزات عدة أهمها :

1. قوانينها وقواعدها تشبه قوانين الألعاب الكبيرة التي تمهد لها.
2. تحتاج إلى قدرة جسمانية وعقلية عند ممارستها .
3. تمتاز بروح المنافسة والقوة وعنصر التعاون.
4. تظهر مجالاً لإظهار الاستعدادات نحو الألعاب الكبيرة وميلهم لها.
5. تعطي الفرصة للأطفال أو التلاميذ جميعهم للاشت ارك في نشاط الألعاب وتؤهلهم للألعاب الكبيرة .

**القواعد الاساسية لأعداد الالعاب التمهيدية: -**

1. على المعلم أن يعد الملعب قبل وقت الدرس .
2. اختيار الألعاب التي تلائم مساحة الملعب الذي يستعمل ويتفق وميول الأطفال أو التلاميذ
3. ت ارعى حالة الجو في الصيف والشتاء .
4. التدرج من الألعاب السهلة إلى الألعاب الصعبة في التنظيم وفي فن الحركة .
5. الانتقال التدريجي من الألعاب ذات القوانين البسيطة إلى الألعاب ذات القوانين المعقدة حتى لا يختلط الأمر على التلاميذ دفعة واحدة .
6. على المعلم الاهتمام بتحقيق الغرض الرئيس من الألعاب .
7. إعلان النتيجة عقب كل مسابقة لتنمية روح التنافس الشريف بين الجماعات المتنافسة .
8. يجب تقسيم الأطفال أو التلاميذ على مجموعات متقاربة في المستوى من حيث حجم الجسم والقدرة البدنية والمهارية
9. التغيير المستمر في اختيار الألعاب حتى لا يدخل الملل في نفس الأطفال أو التلاميذ.
10. أن تكون اللعبة المختارة تتناسب مع الهدف العام للدرس.
11. الانتقال بالطفل أو التلميذ تدريجياً من الانف ارد واللعب الفردي الذي يبذل فيه جهده إلى اللعب الجماعي الذي يظهر فيه تعاونه ويكون لكل طفل أو تلميذ موقف خاص به يحتم عليه القيام بدور معين لصالح الجماعة.

**ويجب على معلم التربية الرياضية عند اختياره الألعاب التمهيدية أن يراعي الأسس الآتية:**

**1-الهدف التعليمي والتربوي: -** ترمي كل لعبة إلى تحقيق هدف تعليمي أو أكثر.. ومن

ثم يجب على المعلم أن يختار اللعبة أو الألعاب تؤدي إلى تحقيق ما يرمي إليه من أهداف .

**2-مرحلة النمو التي يمر بها الممارس: -** لكل مرحلة سنية ممي ازتها الجسمانية والحركية ،

فيجب على المعلم أن ي ارعي تناسب اللعبة التمهيدية المختارة مع ممي ازت مرحلة النمو لممارسيها .

**3-عامل التدرج: -** يجب أن ي ارعي المعلم عامل التدرج في الصعوبة فيبدأ بالألعاب غير المعقدة ثم يتدرج بعد ذلك في الصعوبة .. وعلى سبيل المثال ففي الألعاب التمهيدية لألعاب الك ارت يمكن مراعاة التدرج الآتي: -

* 1. أن يكون جميع الأطفال أو التلاميذ المشاركين في اللعبة ثابتين والكرة فقط هي المتحركة .
	2. أن يكون الطفل أو التلميذ المستحوذ على الكرة متحركاً والكرة أيضاً متحركة
	3. أن يكون جميع الأطفال أو التلاميذ المشاركين في اللعبة متحركين والكرة أيضاً متحركة .

**اقسام الالعاب التمهيدية**

وتنقسم الألعاب التمهيدية أو الإعدادية على قسمين هما:

1. ألعاب تمهيدية أو إعدادية تكسب الطفل أو التلميذ المشترك فيها اللياقة البدنية الخاصة بنوع معين من الألعاب الرياضية .
2. ألعاب تمهيدية أو إعدادية تعطي الطفل أو التلميذ المشترك فيها مها ارت حركية أو أساسية لنوع معين من الألعاب الرياضية.

**انواع الالعاب التمهيدية**

وتوجد أنواع عدة للألعاب التمهيدية منها :

**1-الألعاب التمهيدية للألعاب الجماعية : -** ويقصد بها الألعاب المختارة أو الموضوعة لخدمة الألعاب الجماعية، مثل كرة القدم، والكرة الطائرة، وكرة اليد، وكرة السلة( .

2**-الألعاب التمهيدية للالعاب الفردية:**

**أ-ألعاب تمهيدية للجمباز .**

**ب- ألعاب تمهيدية لألعاب القوى.**

**ج-ألعاب المضرب : -** ويمكن تقسيم هذه المجموعة داخلياً إلى ألعاب فردية وزوجية مثل:

التنس وتنس الطاولة وتنس المضرب الخشبي والريشة الطائرة والاسكواش

 .

**عوامل التغيير والتنويع للالعاب التمهيدية: -**

وهنالك عوامل تغيير وتنويع يجب على المعلم أن يضعها بنظر الاعتبار بعد تك ارر الألعاب التمهيدية لمدة مناسبة وكما يأتي :-

1. ألتغير في طريقة وقوف أو اصطفاف الأطفال أو التلاميذ .
2. التغير في الوضع الابتدائي .
3. التغير في أسلوب الانتقال والتحرك .
4. التغير في تنظيم عملية تحرك الأطفال أو التلاميذ .
5. تغيير طريق الجري او استعمال الأداة.
6. تغيير نوع الأجهزة .
7. التغير في طبيعة الملعب وأدواته.
8. التغير في قواعد اللعبة وطرق تقويمها.

الامثلة: -

1. لعبة قفي يا بجعة .

الهدف من اللعبة : تطوير صفة التوازن والمتعة للتلاميذ

اللاعبون (14) لاعباً

الادوات : لا يوجد المكان : صالة او ملعب

طريقة اداء اللعبة : ينتشر اللاعبون في الساحة ويقومون بالحجل وعندما يقول المعلم ففي يا بجعة يقوم اللاعبون بالوقوف على قدم واحدة والقدم الأخرى توضع بحيث ان باطن القدم تلامس اسفل ركبة الرجل الواقف عليها لبضع ثوان ومن لا يحافظ على توازنه يخرج من اللعبة.

 

لعبة إرسال الأرقام: .

الهدف من اللعبة : متعة ، مهارة الارسال ، دقة وتركيز .

اللاعبون : (14)لاعباً.

الادوات : شبكة الكرة الطائرة مع أعمدتها ، (4) كرات طائرة .

 المكان : ساحة مخطط عليها ملعب للكرة الطائرة . . طريقة اللعب : يقسم اللاعبون على جهتي ساحة الملعب ، ويرسم في ساحة كل فريق( 69 مربعات في كل مربع رقم المنطقة في لعبة الكرة الطائرة ، ومع كل فريق كرتين ، تبدأ اللعبة بأرسال من قبل اللاعب رقم( 1) من كل فريق محاولاً إصابة أحد الارقام الموجودة في المربعات ، ولا يحتسب الرقم إلا اذا اسقطت

الكرة في داخل المربع ، ثم يتبعه اللاعب رقم( ۲) وهكذا الى انتهاء اخر لاعب من كل فريق وتجمع النقاط ، الارسال الأول من الاسفل ثم يكرر الارسال لكافة اعضاء الفريق من الاسفل وايضاً تجمع الدرجات ، ومن يجمع أعداد اكبر هو الفائز . . التحويرات : يمكن تصغير او تكبير المربعات او إعطاء أرقام لها حسب أهميتها في الملعب ، ويمكن زيادة عدد الك ارت المستخدمة

 

# المصادر

1. علاء عبد الحسين يعكوب ؛ تاثير منهج بالعاب صغيرة وتمهيدية بالكرة الطائرة المصغرة في خفض مستويات السلوك العدواني وتطوير بعض القد ارت الحركية والمهارية للتلاميذ بعمر) 11-12( سنه )ماجستير ، جامعة بابل ، كلي التربية البدنية وعلوم الرياضة ، 2019
2. سالم مختار؛ الألعاب التمهيدية لكرة الطائرة ، ط 1 ، بيروت، مؤسسة المعارف بيروت ، 1987، ص 43.
3. خريف رقيق و أوشيخ كريمو . دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية العمل الجماعي لدى التلاميذ ، ط2 ، القاهرة ، دار المعارف ، 2002 ، ص 8
4. محمد جميل عبد القادر ؛ التربية الرياضية الحديثة ، ط 1 ، بيروت، دار الجيل ، 2000 ، ص

 . 159

1. أيمن مسلم سليمان . تأثير برنامج تدريبي باستخدام الألعاب التنافسية على بعض القد ارت البدنية ومستوى أداء مهارة السنيتر الأمامي لناشئ المصارعة ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، العدد( 889) ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 2012، ص 90.
2. مفتي إبرهيم حماد ؛ طرق تدريس ألعاب الكرة ، ط 1 ، القاهرة، دار الفكر العربي ، 2000 ، ص

 25

1. لطفي عبد الفتاح ؛ التربية الرياضية ، القاهرة ، كلية الفن ون الجميلة ، 1986 ، ص 23-24 محمد شداد وخالد فريد عزت . تأثير برنامج العاب تمهيدية على مستوى أداء بعض القد ارت الحركية والمها ارت الأساسية ( البراعم رياضة الجودو ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، العدد) 8( ، جامعة الزقازيق ، كلية التربية الرياضية للبنين. ، 104-2012
2. دنان جلون)وآخرون . دليل التربية الرياضية لمعلم الفصل وطالب التربية العملية ، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2003 ، ص 43.