

تأثير الجمباز العقلي (برنامج من الأنشطة الموجهة للدماغ)

في بعض أبعاد النمو لأطفال

مرحلة ما قبل المدرسة من 04-05 سنوات

الباحثون:

تساحي سعيد طالب دكتوراه سنة ثالثة جامعة بومرداس

د. زيان نصيرة أستاذ محاضر "أ" جامعة بومرداس

د. إدريس وانلدة مكبوسة أستاذ محاضر "أ" جامعة بومرداس

قسم: علوم وتكنولوجيا النشاطات البدنية والرياضية

— كلية العلوم - جامعة أمحمد بوقرة بومرداس

الملخص :

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير الجمباز العقلي (برنامج من الأنشطة الموجهة للدماغ) في بعض أبعاد النمو لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة من 04-05 سنوات (النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي) وقد شملت عينة البحث على 30 طفلا من روضة الأطفال "مصايح الأمل" بولاية تيسمسيلت تم اختيارهم بطريقة عشوائية موزعين بالتساوي على مجموعتين مجموعة ضابطة والأخرى تجريبية، انتهج الباحثون المنهج التجريبي بتصميم الاختبار القبلي البعدي لمقياس النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال ما قبل المدرسة بتطبيق برنامج من (16) وحدة تعليمية من الأنشطة الحس حركية، وتم استخدام المتوسطات الحسائية، الانحرافات المعيارية ومعامل التجانس، وأسفرت نتائج الدراسة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث قيد الدراسة لصالح المجموعة التجريبية ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث قيد الدراسة لصالح الاختبارات البعدية. وعليه أوصى الباحثون بضرورة إدراج برامج خاصة من الأنشطة الحس حركية في البرنامج العام للتربية البدنية والرياضية في رياض الأطفال لما لها من أهمية كبرى في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال هذه المرحلة

الكلمات الدالة: الجمباز العقلي - النمو - طفل ما قبل المدرسة

Résumé :

Le but de cette étude était d'identifier l'effet de la gymnastique mentale sur un certain nombre de dimensions développementales d'enfants d'âge préscolaire de 4 à 5 ans (développement moteur, cognitif et social), parmi lesquelles 30 enfants de la crèche « massabih Al-Amal ». Les chercheurs ont suivi l'approche expérimentale en concevant le test pré-post de l'échelle de développement moteur, cognitif et social des enfants d'âge préscolaire en mettant en œuvre un programme de (16) unités éducatives d'activités cinétiques. Écarts statistiques, écarts types et coefficient d'homogénéité et résultats de l'étude sur:

- Il existe des différences de signification statistique entre le groupe témoin et les variables expérimentales dans la recherche à l'étude au profit du groupe expérimental.

- Il existe des différences statistiquement significatives entre les tests tribaux et à distance du groupe expérimental dans les variables de recherche à l'étude en faveur des tests à distance.

Par conséquent, les chercheurs ont recommandé l'inclusion de programmes spéciaux d'activités cinétiques dans le programme général d'éducation physique et de sport dans les écoles maternelles en raison de la grande importance dans le développement de la mobilité, des connaissances et des enfants sociaux de ce stade.

Mots-clés: brain gym - La croissance - enfant d'âge préscolaire

1. مقدمة البحث :

لقد كشفت الأبحاث العلمية خلال السنوات الأخيرة الكثير من أسرار الدماغ البشري، وأدت هذه المعلومات إلى تغييرات مذهلة حول كيفية استخدامه في عملية التعلم بشكل أفضل وأسرع وأسهل وتعالج الصيحات التربوية لإعادة النظر في محتوى العملية التعليمية وأهدافها ووسائلها واستراتيجياتها بما يتيح للأفراد اكتساب المعرفة القائمة على الدماغ وبما أن قدرات العقل البشري وإمكانياته غير محددة تحتاج إلى من يشغلها على الوجه الأكمل وبكافة المجالات فقد ظهرت في الفترة الأخيرة جمعيات عالمية تهدف إلى تنشيط الجزء الغير مسيطر من الدماغ ومحاولة إشراكه في العمليات الحركية والتفكير، ومن هذه الجمعيات والتي استهدفت استغلال القدرات العقلية جمعية الجمباز العقلي أو (brain gym) والتي تعمل على استخدام أنشطة وتمارين حس حركية من أجل تحسين بعض العمليات العقلية والتحصيل الأكاديمي والأداء الحركي، وهذا ما أدى بنا إلى دراسة أثرها في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال ما قبل المدرسة.

2الإشكالية:

يعتبر أغلب علماء النمو الحركي أن مرحلة الطفولة المبكرة هي أفضل مرحلة للتعلم الحركي للطفل، فالنشاط الحركي والحيوية صفتان مميزتان لطفل هاته المرحلة، ويؤديان إلى تطوير المهارات النفس-حركية، والنشطة الحس حركية هي نشاطات بسيطة وممتعة نستطيع أن نستعملها مع الأطفال من أجل تحسين خبراتهم وكفاءاتهم لأنها تسهل كل أنواع التعلم لكنها أكثر فاعلية خاصة فيما يخص الكفاءات والمكتسبات المدرسية حيث تمكن الطفل من تنشيط وتطوير عمل مختلف المناطق المخية، إضافة إلى تطوير العمليات العقلية من الفهم، التركيز، الانتباه، الحفظ..... الجانب النفس-حركي والتعلم الذي يراه كل من "والون وبياجي" أن النشاط النفسي والنشاط الحركي لا ينفصلان عن بعضهما البعض، فالأول متعلق بالجانب العقلي والثاني متعلق بالميكانيزمات الفيزيائية للجسم، لكنهما يهدفان إلى شيء واحد فقط وهو تكيف العضوية في الوسط الذي تعيش فيه، والفعل ليس فقط مجموعة من التقلصات العضلية لكن هو أيضا يعبر عن الحاجة والرغبة والإرادة ولا نستطيع أن نفهمه ككل إلا إذا أخذناه في كله النفس-حركي. (طالبي، 2003) ومن خلال ما سبق ظهرت مشكلة البحث في التعرف على أثر التربية الحس حركية في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة، وعليه ارتأى الباحثون أن يقوموا بدراسة استطلاعية أولية في رياض الأطفال وذلك بغرض تبيين مشكلة البحث والتعرف على مستوى المهارات العقلية والحركية لدى أطفال هذه المرحلة.

2-1 التساؤل العام:

" هل تؤثر التربية الحس حركية في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة من (4-5) سنوات؟"

2-1-1 التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق دالة إحصائية في الاختبارات القبليّة للعينة الضابطة والتجريبية في النمو؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعديّة للعينة الضابطة في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعديّة للعينة التجريبية في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في الاختبارات البعدية للعينة الضابطة والتجريبية في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة؟

2-2 الفرضية العامة:

- تؤثر التربية الحس حركية في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة من (4-5) سنوات.

2-2-1 الفرضيات الجزئية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة للعينة الضابطة والتجريبية في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعديّة للعينة الضابطة في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعديّة للعينة التجريبية في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعديّة للعينة الضابطة والتجريبية في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة.

3 أهداف البحث:

يهدف البحث إلى معرفة أثر التربية الحس حركية في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي لأطفال الروضة

2-1 الدراسة الأساسية:**1-2-1 التجربة الاستطلاعية:**

تعتبر التجربة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهرية لبناء البحث كله، فهي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها. (مختار، محي الدين، 1995)

وبناء على هذا قام الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية بروضة تغريد بولاية تيسمسيلت حيث تم اختيار عينة احتمالية تتكون من 10 أطفال بالطريقة العشوائية المنتظمة لإجراء التجربة الاستطلاعية وكان الغرض منها ما يلي:

- معرفة المجتمع الأصلي، مميزاته، خصائصه. العينة الأساسية والاستطلاعية

- التأكد من صلاحية أدوات البحث.

- الوقوف على أبعاد الموضوع وصعوباته.

1-2-2 منهج البحث:

تم اختيار المنهج التجريبي لتناسبه مع طبيعة الدراسة فالمنهج التجريبي هو تغير متعمد ومضبوط للشروط المحددة للظاهرة وملاحظة نواتج التغير في الظاهرة موضوع الدراسة (عواد، 2006)

1-2-3 مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من أطفال الرياض البالغين (4-5) سنوات البالغ عددهم (200) طفلاً موزعين على 15 روضة حيث تم اختيار روضة مصابيح الأمل لإجراء الدراسة الأساسية وذلك للأسباب التالية:

- تعاون الإدارة والهيئة التعليمية في تطبيق هذا البحث
 - الروضة تحتوي على مرافق وساحات لعب وأقسام ومعلمات مؤهلات
 - الروضة يوجد بها عينة معتبرة من الفئة المقصودة في الدراسة ومن كلا الجنسين
- الروضة تحتوي على 20 طفلاً (ذكور) و15 طفلة (إناث) يتراوح عمرهم ما بين 4 و5 سنوات. بعد الإطلاع على ملفات الأطفال في الإدارة تم استبعاد 05 أطفال (04 ذكور وبنات 01) واحدة) بسبب الإعاقات الحركية. وعليه أصبحت عينة البحث متكونة من 30 طفلاً (16 ذكور و14 إناث) تم تقسيمهم إلى مجموعتين واحدة تجريبية والأخرى ضابطة تحتوي كل مجموعة على 15 طفلاً (08 ذكور و07 إناث) بالطريقة العشوائية الطبقية وتحديدًا بطريقة التناسب بينما كان اختيار الأفراد بالطريقة العشوائية المنتظمة.

جدول رقم 01 يوضح توزيع التلاميذ على المجموعات

المجموع	الإناث	الذكور	المجموعات
15	07	08	المجموعة التجريبية
15	07	08	المجموعة الضابطة

1-2-4 مجالات البحث:

المجال البشري:

جدول رقم 02 يوضح المجال البشري لعينة البحث

المجموع	الإناث	الذكور	العينة	المدارس
10	05	05	الدراسة الاستطلاعية	روضة تغريد
30	14	16	الدراسة الأساسية	روضة مصابيح الأمل
40	19	21	المجموع	

المجال الزمني:

جدول رقم 03 يوضح المجال الزمني لعينة البحث

إلى: 2018/03/30	من: 2017/10/01	مدة إجراء البحث
-----------------	----------------	-----------------

المجال المكاني:

جدول رقم 04 يوضح المجال المكاني لعينة البحث

نوع الدراسة	المدارس
الدراسة الاستطلاعية	روضة تغريد
الدراسة الأساسية	روضة مصابيح الأمل

1-2-5 وسائل جمع البيانات:

- برنامج من الأنشطة الحس حركية (الجمباز العقلي)

- الملاحظة:

- اختبار الذكاء لـ جود انف-هاريس

أ- ثبات الاختبار: اعتمد الباحثون على طريقة الاختبار وإعادة الاختبار على نفس أفراد العينة بعد حوالي 10 أيام وفي ظروف متشابهة حيث بلغ معامل ثبات الاختبار 0,86 وهو معامل ثبات عالي وبالتالي يمكن استخدامه في الدراسة.

ب- صدق الاختبار: يقصد بصدق الاختبار أن يقيس ما وضع لقياسه أما إذا أعد لقياس سلوك ما وقاس غيره فلا تنطبق عليه صفة الصدق حيث تم الاعتماد على الصدق الذاتي فكان معامل صدق الاختبار 0,92 وبالتالي المقياس يتميز بصدق عالي.

1-2-6 وسائل تحليل البيانات:

1-6-2-1 الوسائل الإحصائية:

تم الاعتماد في هذا البحث على برنامج الحزمة الإحصائية **spss** طبعة 22 حيث تم استخدام:

1-2-7 الوسائل المساعدة:

- فريق العمل المساعد:

نظرا لضيق وقت حصة التربية البدنية والرياضية برياض الأطفال والمقدرة ب45 د تم الاستئجار بفريق عمل للمساعدة مكون من ثلاث طلاب يدرسون بمعهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بالمركز الجامعي تيسمست حيث تم تدريبهم وتوضيح أهم النقاط الهامة: طبيعة البحث والهدف منه، مراحل التنفيذ، كيفية القياس وتم توزيعهم أثناء القياسات على ثلاث ورشات كل طالب يشرف على ورشة.

1-2-8 عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الجدول رقم (05) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" للمجموعة الضابطة في القياسات القبليّة والبعدية في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي للطفل ما قبل المدرسة.

sig	قيمة "ت"	المجموعة الضابطة ن=15				المتغيرات
		الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		
		ع	س	ع	س	
0.08	5.51	1.60	25.70	1.20	25.50	النمو الحركي
0.09	1.68	1.22	15.40	1.17	15.60	النمو المعرفي
0.06	2.25	1.1.08	15.30	1.10	15.40	النمو الاجتماعي

بعد عرض النتائج اتضح أن قيمة sig كانت اكبر 0.05 في جميع القياسات الخاصة بالنمو وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في بعد النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي.

الجدول رقم (06) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" للمجموعة التجريبية في القياسات القبلية والبعديّة للنمو الحركي والمعرفي والاجتماعي للطفل ما قبل المدرسة.

sig	قيمة "ت"	المجموعة التجريبية ن=15				المتغيرات
		الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		
		ع	س	ع	س	
0.03	5.42	1.65	30.70	1.21	26.50	النمو الحركي
0.04	1.68	1.27	17.40	1.18	15.70	النمو المعرفي
0.02	2.23	1.09	17.30	1.09	15.30	النمو الاجتماعي

بعد عرض النتائج المبينة في الجدول رقم (06)، اتضح أن قيمة sig كانت اقل 0.05 في جميع القياسات الخاصة بالنمو وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في بعد النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي تعزى لصالح الاختبار البعدي. ويرجع الباحثون النتائج المتوصل إليها إلى نجاعة البرنامج الخاص بالأنشطة الحس حركية الذي تم انتهاجه مع أطفال المجموعة التجريبية

فمن خلال تكرار أنشطة الجمباز العقلي يصبح الطفل قادرا على القيام بالعديد من المهارات الحركية البسيطة الخاصة بالساقين ويستخدم فيها رجلا واحدة أو الرجلين معا، حيث يستطيع المشي أماما وخلفا في خط مستقيم أو على شكل دائرة ويثب لأعلى أو إلى الأمام في المكان بالقدمين بالتوافق كما يثب من ارتفاع محدد إلى الأرض ويجري لمسافة قصيرة إلى الأمام وعلى الجانبين وبطرق مختلفة، ويحجل في المكان بإحدى القدمين أو كلاهما أو بالتناوب بينهما في شتى الاتجاهات ويتزحلق ويركل الكرة بإحدى القدمين لمسافة ويحافظ على اتزانه عند المشي والجري بدرجة أكبر، كما يصبح قادرا على القيام بالعديد من المهارات اليدوية البسيطة والتي تظهر في كونه يستطيع أن ينطط الكرة بيد واحدة وباستمرار ويلتقطها من الثبات بكلتا اليدين على مستوى الصدر كما يقوم برمي الكرة بيد واحدة من أعلى أو أسفل لمسافة أو يدحرجها وبالتالي يستقيم نموه في الجانب الحركي.

ومن خلال تكرار أنشطة الجمباز العقلي أيضا يتعرف الطفل على لسان معلمه على أجزاء جسمه الكبيرة والصغيرة المختلفة كاليدين والرجلين والرأس والصدر والأصابع وعلى الاتجاهات المختلفة كاليمين واليسار

ومن خلال استعمال الأدوات يتعرف على الشيء الكبير، الثقيل، الطويل والقصير كما يتعرف من خلالها أيضا على الحروف والألوان والأشكال ويرسمها و يتناولها حسب النموذج المطلوب منه طرف المعلمة ويستطيع العد بالترتيب من 01 إلى 20 أحيانا. وهذا ما يعزز نموه المعرفي.

وفي الجانب الاجتماعي يستطيع الطفل من خلال ممارسة أنشطة الجمباز العقلي أن يبادر بالاشتراك في اللعب وحده أو مع الأطفال الآخرين من تلقاء نفسه ويتعاون معهم ويساعدهم في بعض المهام التي تتطلب ذلك، ويستمع إلى التعليمات الموجهة إليه ويتقبلها بابتسامة دون تصرف عدواني، ويتأقلم مع مختلف المواقف بسرعة وينسجم مع المجموعة ويؤدي الأنشطة والمهارات الحركية التي تطلب منه أمام الآخرين دون خجل ويرجع الأدوات والأجهزة التي يستعملها في بعض الأنشطة إلى أماكنها بدون إشراف ويشترك في الأنشطة الجماعية ويحافظ على دوره في المجموعة، كما يقوم بخلع وتبديل ملابسه بمفرده ويضعها في الأماكن المخصصة لها بدون توجيه وبالتالي يكون علاقات اجتماعية مع الأطفال الآخرين ويشاركهم في مواقفهم المختلفة.

الاستنتاجات:

في ضوء إجراءات البحث والمنهج المستخدم وبعد إتمام تجربة البحث، واستنادا إلى التحليل الإحصائي توصل الباحثون للاستنتاجات الآتية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة
 2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث قيد الدراسة تعزى لصالح الاختبار البعدي.
 3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعديّة للمجموعة الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث قيد الدراسة تعزى لصالح المجموعة التجريبية.
- وعلى ضوء الاستنتاجات واستنادا إلى هذه الدراسة التي قمنا بها والتي أكدنا بها صحة الفرضية توصلنا إلى كشف حقيقة الجمباز العقلي والدور الذي يلعبه في النمو الحركي والمعرفي والاجتماعي بالنسبة لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة، وفي إطار مجال البحث وحدوده يتقدم بهذه التوصيات:
4. استخدام برنامج الجمباز العقلي لما له من أهمية في عملية التعلم الحركي. والنمو المعرفي والاجتماعي
 5. ضرورة الاهتمام بهذه المرحلة باعتبارها أفضل مرحلة للتعلم الحركي. والنمو المعرفي والاجتماعي
 6. إعادة النظر حول ضرورة إدراج هذا البرنامج ضمن منهاج التربية البدنية والرياضية.

وأخيرا نذكر أن هذا البحث يبقى مفتوح للبحث فيه والتعمق في دراسته من جوانب أخرى لم نتطرق إليها وكانطلاقة لدراسات أخرى من زوايا أخرى.

المراجع العربية:

1. توما جورج خوري، سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.
- خليفة عبد ربه، أسامة كامل راتب إبراهيم، النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية، 1999 دار الفكر العربي.
2. طالبي حورية، بن علواش لندة، أهمية التخطيط الجسدي في اكتساب الجانبية عند الأفراد المصابين بإعاقة ذهنية متوسطة، 2003، الجزائر، كلية العلوم الاجتماعية.
3. الفوال صلاح، مناهج البحث في العلوم الاجتماعية 1982، القاهرة، مكتبة غريب.
4. مختار محي الدين، بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية، 1995، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.
5. المغربي كامل محمد، أساليب البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية 2002، دار الثقافة للنشر والتوزيع.
6. موسى سرية إبراهيم، العمليات النفس-حركية في الجمباز الإيقاعي في المرحلة الابتدائية، 2002، الإسكندرية.

المراجع الأجنبية:

- 1- Dennisson Paul, Dennisson Gail, le mouvement clé de l'apprentissage, Brain gym kinésiologieéducative,
- 2- Gabriel, Jerry, with the real Brain based Learning stand up, 2001
- 3- Sillami, dictionnaire usuee de psychologie, 1984, paris, Edition boordus,