

## معطيات كرونونفسية وكرونوبولوجية خاصة بالوتيرة المدرسية لدى تلاميذ التحضيري

حلي مصطفى، لعسلي وردية،

مباركي محمد أورابح، نوفل جميلة

وعلي لامية، أ.د. معروف لويوة<sup>1</sup>

## ملخص:

يتناول هذا المقال حوصلة المعطيات الخاصة بالوتيرة المدرسية لدى تلاميذ التحضيري، حيث تعتبر المرحلة التحضيرية من أهم المراحل لدى الطفل إذ يبني فيها شخصيته من الجانب العقلي، الجسمي، النفسي والاجتماعي من أجل التكيف مع المحيط الذي يعيش فيه واكتساب الخبرات والمهارات وإعداده للمرحلة الابتدائية. وقد تم الاعتماد على الدراسات التي أجريت في إطار ميداني الكرونونفسية والكرونوبولوجية اللذان بينا أن الانتباه والنوم الليلي يشهدان تغيرات خلال اليوم والأسبوع وهذا من أجل اقتراح توقيت مدرسي يحترم الوتيرة الخاصة بالطفل في المرحلة التحضيرية.

**كلمات مفتاحية:** الوتيرة المدرسية، الكرونونفسية، الكرونوبولوجية، الانتباه، النوم الليلي، التربية التحضيرية.

**Résumé :**

L'article présente un corpus de données sur les rythmes scolaires chez les élèves du préscolaire, une période qui représente l'une des étapes les plus importantes chez l'enfant car durant celle-ci, il construit sa personnalité dans divers aspects (mental, physique, psychologique et social) pour une meilleure adaptation avec l'environnement et l'acquisition de l'expérience et des compétences dans le but de le préparer au cycle primaire. Il s'agit des recherches chronopsychologiques et chronobiologiques sur les variations de l'attention et du sommeil nocturne durant la journée et la semaine scolaire afin de proposer un emploi du temps en adéquation avec le rythme propre de l'enfant du préscolaire.

**Mots clés :** Rythmes scolaires, chronopsychologie, chronobiologie, attention, sommeil nocturne, préscolaire.

**Abstract:**

The article presents a corpus of data on school rhythms among the preschool pupils, a period that represents one of the most important stages for the child because during it is during this period that a child builds his/her personality in its different aspects (mental, physical, psychological and social) for a better adaptation with the environment and the acquisition of experience and skills in order to enter the primary cycle. This involves chronopsychological and chronobiological research on the variations in attention and night-time sleep during both

<sup>1</sup>. مخبر مجتمع-تربية-عمل، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.

the school day and school week, in order to recommend a timetable likely to respect the preschool child's own rhythm.

**Key words:** School rhythms, chronopsychology, chronobiology, attention, night sleep, preschool.

## مقدمة:

يعتبر التعليم التحضيري من أهم المراحل الحياتية والتربوية للأطفال لما له من أهمية في تشكيل أساسيات نموهم من النواحي الجسمية، العقلية، الاجتماعية والانفعالية، وفي تحضير الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و6 سنوات للالتحاق بالتعليم الابتدائي. ويعد بستالوزي (Pestalozzi) من الأوائل الذين نادوا بأهمية تربية الأطفال ونموهم عن طريق العناية وتوفير ما يحتاجونه من حب وعطف وتربيتهم تربية دينية وخلقية وتنمية قدراتهم الجسمية والعقلية. أما فروبل فقد ركز على أهمية اللعب عند الأطفال لتهذيب الجوانب الروحية والخلقية، وكذلك بدء العمليات التربوية والخلقية في سن مبكرة فضلا عن دور الحضانه وأهميتها في توسيع دائرة علاقاتهم، وإتاحة الفرصة لهم للتعبير عن ذاتهم وارتداد البيئة واكتشاف معلمها. ولم تعد العناية بالطفل وتربيته مجرد اجتهاد شخصي أو وسائل تكتب بالمحاولة والخطأ بل أصبحت في الوقت الحاضر فنا، حيث تنظم وتوضح وسائل التربية التي ينبغي على القائمين بالعملية التربوية الاقتداء بها (نحال، 2011).

وفي نفس السياق وأوضح منهاج التربية التحضيرية (2004) أن هذه المرحلة تطورت بشكل كبير في ثلاث مناطق من العالم المتمثلة في أمريكا الشمالية وأوروبا الغربية، حيث بلغت نسبة المستفيدين من التربية التحضيرية 95٪، ثم نجد البلدان الواقعة في منطقة أمريكا اللاتينية والكارايب بنسبة قدرت بـ 80٪ لتحتل البلدان العربية المرتبة ما قبل الأخيرة بنسبة 30٪ فقط، ثم نجد في الأخير بلدان منطقة إفريقيا جنوب الصحراء بنسبة قدرت بـ 22٪. (شاعو ومعروف، 2018).

كما اهتمت الجزائر بالتعليم التحضيري بعد صدور المرسوم الوزاري 16 أفريل 1976 والذي نص على أن التربية التحضيرية تربية مخصصة للأطفال الذين لم يبلغوا سن القبول الإلزامي في المدرسة، والتي تسمح لهم بتنمية إمكانياتهم، وتوفر لهم فرص النجاح في المدرسة بصفة خاصة وفي الحياة بصفة عامة (بورصاص، 2009).

وقد بينت الدراسات وفق كل من مدور، براسو وجعفر أن الأطفال الذين استفادوا من خدمات التربية التحضيرية هم أسرع نمواً وتطوراً عن الذين لم يستفيدوا منها في القدرات العقلية وفي التواصل والتفاعل مع الغير وفي الاتزان

الانفعالي، وكما تبين أن الالتحاق بالتربية التحضيرية يجعل الأطفال يتوافقون أكثر مع نشاطات التعليم والتعلم خاصة أدوات التعلم الأساسية (مدور، براسو وجعفر، 2015). كما يرى (شقورة، 2002) أن من بين الخصائص التي تميز التلاميذ المتوافقين دراسيا نجد الاتجاه الإيجابي نحو الدراسة، تنظيم الوقت، ارتياد المكتبة، إتباع الطرق المختلفة في الدراسة والتميز الدراسي وغيرها (مباركي وخلفان، 2018). وقد أوضحت النتائج أن 80٪ من ذكاء الفرد الراشد تتكون في الثماني سنوات الأولى من العمر وهذا ما يبين أهمية الاستثمار في الطفولة المبكرة من خلال ما تقدمه التربية التحضيرية من رعاية وتربية أيضا (مدور وآخرون، 2015).

## 1. تعريف التربية التحضيرية:

عرف التعليم التحضيري حسب ما جاء في أمية 16 أفريل 1976 أنه: «تعليم مخصص للأطفال الذين لم يبلغوا سن القبول الإلزامي في المدرسة، حيث تسمح للأطفال بتنمية كل إمكاناتهم كما توفر لهم فرص النجاح في المدرسة والحياة» (مزور، 2017). وعلى نفس المنوال عرفها منهاج التربية التحضيرية على أنها "مختلف البرامج التي توجه لهذه الفئة، (لفئة الأطفال) الذين لم يبلغوا سن القبول الإلزامي في المدرسة (بورصاص، 2009). وفي نفس السياق أشارت شعباني أنها: "استمرارية للتربية الأسرية، تحضيرا للتلميذ في المرحلة المقبلة مكتسبا بذلك مبادئ القراءة والكتابة والحساب" (شعباني، 2014).

## 2. ميدان الكرونونفسية:

أوضح (Testu 2012) أنه إذا كانت الدراسات في الكرونوبولوجية تسمح بمعرفة التواترات البيولوجية للطفل فإن أبحاث أخرى قد أثبتت أن الوتيرة لا تلاحظ فقط على المستوى الفيزيولوجي، فقد تبين أيضا أن الأداءات الجسمية والفكرية، الإنتاج في العمل تتغير أيضا بصفة دورية. وقد بين (Fraisse) في هذا الصدد أن السلوكيات الإنسانية لا يمكن أن تفسر فقط بالتواترات البيولوجية (...). فمن الضروري دراسة التواترات السلوكية لذاتها من أجل تمييز هذه الدراسات، أقترح أن نستعمل كلمة "الكرونونفسية" (مباركي ووعلي، 2017). كما أشارت (لعسلي ومعروف 2015) إلى ما ذكره (Montagner 2002) حيث أوضح هذا الأخير بدوره أن هذا الميدان يمثل أيضا الدراسة العلمية للسلوكيات ويتناول التغيرات المختلفة لطرق تكيف الإنسان مع التغيرات من أجل توجيه سلوكياته ومحاوله التحكم فيها.

كما ذكر كل من (Testu & Fontaine, 2001) أن هذا الميدان يدرس تواترات النشاطات النفسية والفكرية، فهو يقوم على معرفة التغيرات الدورية للنشاطات الفكرية و/أو الجسمية في أماكن العمل: المصنع، المكتب، مراكز المراقبة والمدارس. وبذلك فهو يحدد التغيرات اليومية والأسبوعية والشهرية للأداءات والعمليات الفكرية (معروف 2014). وقد لاحظ بعض الباحثين في نهاية القرن 19 وبداية القرن 20 وجود تغيرات دورية للأداء عند الطفل، حيث قام الباحث (Ebbinghaus) في 1897 بملاحظة تغير الأداءات عند المتدربين أثناء 5 ساعات من العمل الصباحي مع تأثير السن، طبيعة المهمة ونوعية الذاكرة المطبقة. ولدراسة هذه التغيرات التي تتعرض لها أداءات الطفل المتمدرس ظهر ميدان الكرونونفسية المدرسية في بداية الثمانينات الذي كان يهتم أساسا بدراسة الراشد في ميدان علم النفس عمل وتنظيم (Lemai, 2003).

تشير الكرونوبولوجيا إلى دراسة التغيرات الكمية المنظمة والدورية للأنساق البيولوجية على مستوى الخلية، الأنسجة، البنية والعضوية أو المجتمع (معروف، 2011). سمح تطورها بتحديد مصدر وطبيعة الوتيرة البيولوجية وملاحظة تغيراتها تحت تأثير التغيرات الدورية للمحيط أي المتزامنين (Testu, Fotinos, 1996).

#### – الانتباه لدى أطفال التحضيري:

إن تزايد وتيرة العصر الحالي أحدثت تغيرات عديدة في حياة الإنسان سواء على الصعيد النفسي والفكري والفيزيولوجي (حلي وخلفان، 2016)، وقد أشار Testu إلى أن التغيرات اليومية للأداءات الفكرية والتي توصف بالكلاسيكية قد تشهد تعديلات أو قد تزول كلياً تحت تأثير عوامل مثل السن، نوع المهمة، ظروف تنفيذها إضافة إلى عوامل أخرى لها علاقة بتغيرات خاصة كشخصية التلميذ (معروف، 2008). كما أضاف كل من (Janvier & Testu, 2005) إلى أنه تم تناول التغيرات اليومية والأسبوعية للانتباه بشكل كبير، حيث تبين أن هذه التغيرات تتبع نفس المنحنى في اليوم. وأظهر كل من (Feunten & Testu, 1994; Feunten, 2000; Devolvé, 1999) أن الانتباه والفعالية الفكرية يتبعان خلال اليوم منحنى يتميز بالارتفاع في بداية الفترة الصباحية ثم ينخفض في منتصف النهار ليرتفع مجدداً بعد الظهر (نوفل ومعروف، 2015).

وعلى نفس المنوال، أوضح (Testu 2015) في دراساته أن أداءات الانتباه لدى الأطفال البالغين من العمر (4-5) سنوات مختلفة تماماً عن الذين تتراوح أعمارهم ما بين (7-6 و 10-11) سنة. فالنسبة لأطفال التحضيري الذين تتراوح أعمارهم ما بين (4-5) سنوات الأداءات تتغير حسب الفترات (ما بين 60 إلى 90 دقيقة). بينما

لدى التلاميذ البالغين من العمر (10-11) سنة فهي تتطور من بداية إلى نهاية الفترة الصباحية وبعد الغذاء من بداية إلى نهاية الفترة المسائية. كما أضاف نفس الباحث أنه في الفترة الصباحية رغم أن وتيرة التلاميذ البالغين من العمر (6-7) سنوات مماثلة مع أطفال المرحلة المتوسطة إلا أنها تبقى كلاسيكية، وبذلك توصل Testu إلى أن الوتيرة اليومية تتغير طبيعتها لدى الأطفال البالغين من العمر (4-5) و(6-7) سنوات حيث ينتقلون من وتيرة فوق يومية أو سريعة والتي مدتها أقل من 24 ساعة وحوالي 90 دقيقة تقريبا إلى وتيرة نصف يومية وأكثر بطئا حيث تكون مدتها 12 ساعة.

كما أضاف (Testu 2000) أن التغيرات اليومية للأطفال البالغين من العمر 4-6 سنوات تكون معاكسة مقارنة بالتي توصف اليوم بالكلاسيكية حيث ترتفع من بداية إلى نهاية الفترة الصباحية ثم تنخفض في فترة الغذاء لترتفع مجددا ما بعد الظهر. أما فيما يتعلق بالتغيرات الأسبوعية لأداءات الانتباه، فقد بين (Testu 2015) عند التلاميذ المتدرسين في الأسبوع 4 أيام ونصف والبالغين من العمر 4-6 سنوات ارتفاع أداءاتهم يوم الثلاثاء بعد الظهر بينما ترتفع هذه الأداءات عند البالغين من العمر (6-7) سنوات يوم الخميس صباحا وعند البالغين من العمر (8-9) و(9-11) سنة تكون يوم الجمعة صباحا، وهذا ما يبين أن ملامح الأداءات يختلف وفق العمر.

وفي نفس السياق، قام كل من (Blacke, 1967) و (Testu, 1982-1994) بمقارنة الملاحظات الأولية للباحثين Gates و Ebbinghaus باستعمال مجموعة من الاختبارات والتمارين التي تساعد على قياس بصفة عامة مستوى التنبيه (اليقظة) السلوكي (يعني حالة من التقبل للتلميذ مقارنة برسالات البيئة، القدرات العامة للانتباه وكذلك الانتباه الانتقائي وقدرات معالجة المعلومة وقدرات التفكير ومنطق التلاميذ... الخ. وقد تبين أن من مدرسة الحضانة إلى الثانوية. وتشهد الأداءات نفس التغيرات خلال اليوم المدرسي حيث تكون ضعيفة بين الساعة الثامنة وثلثون دقيقة والساعة التاسعة وثلثون دقيقة مقارنة بالأوقات الأخرى للفترات الصباحية. وترتفع على الساعة العاشرة صباحا وتبقى مرتفعة حتى نهاية الفترة الصباحية بالنسبة لتلاميذ السنة الثالثة ابتدائي البالغين من العمر 8 سنوات وتلاميذ السنة الخامسة ابتدائي البالغين من العمر 10-11 سنوات للمدرسة الابتدائية ونفس الشيء يلاحظ بالنسبة لتلاميذ المتوسط. بينما تتمركز قمة الأداءات لدى تلاميذ المدرسة التحضيرية عند الساعة العاشرة صباحا وتنخفض في آخر الفترة الصباحية (هذا الانخفاض يذهب في نفس اتجاه ارتفاع تردد التثاؤبات التي أبرزت بين الساعة الحادية عشرة والساعة الحادية عشرة وثلثون دقيقة). بعد الظهر لاحظ الباحث Testu في كل الأقسام انخفاض بعد الأكل: بمقارنة فترة ما بين الساعة العاشرة إلى الساعة الثانية عشرة و ساعات أخرى لفترة بعد الظهر،

الأداءات تكون أقل بين الساعة الواحدة و ثلاثون دقيقة زوالا والساعة الثانية و ثلاثون دقيقة زوالا، و في الساعة الثالثة بعد زوالا و الساعة الرابعة بعد الزوال تعتبر قابلة للمقارنة للتي تلاحظ عند الساعة العاشرة و الساعة الحادية عشر (أورد في: Montagner. 1996).

كما قام Lancry في دراسة اختبار شطب الرموز من نفس الشكل بطريقة جماعية وذلك بأخذ بعين الاعتبار مؤشرات السرعة والدقة في أداءات الأطفال وأوضح أن هذا الاختبار يمكن أن يجرى من قبل أطفال البالغين من العمر (5-6) سنوات ومن قبل مراهقين وراشدين أيضا وقد قام بمتابعة تلاميذ الأقسام التحضيرية وتلاميذ الثانوية الذين يراهم عدة مرات في اليوم وذلك لعدة أيام. وتوصل من خلال دراسته أن الاختبارات التي تمرر في المدرسة في أوقات محددة تشهد تغيرات في أداءات الانتباه عند التلاميذ وهي تغيرات مرتبطة بأوقات التمرير، كما أشار إلى أن الفترة التي تسجل أقل أداءات الانتباه تتواجد بطريقة مستمرة في مختلف المستويات المدرسية. وبذلك يظهر أن الاثنين اليوم الأول من الأسبوع المدرسي هو دائما اليوم الذي يشهد اقل الأداءات وذلك سواء في أقسام التحضيرية أو الثانوية، حيث تشهد دائما أخطاء متعددة وسرعة التنفيذ ضعيفة، بينما الجمعة تكون الأداءات أفضل لكن تختلف النتائج حسب نوعها (السرعة والدقة)، ساعات وفترات التمرير، إذا كانت السرعة مرتفعة ذلك اليوم عند الأقسام التحضيرية فالدقة تكون ضعيفة (Beugnet-Lambert & Leconte, Lancry, 1988).

وقد بينت دراسات كل من Hellbrügge و Laude وجود تغيرات عبر الوقت للأداءات الفكرية للتلميذ. وتبين بالنسبة للانتباه أن هناك انخفاض للأداء في الصباح بين الساعة الثامنة والتاسعة، ثم ترتفع إلى غاية نهاية الفترة الصباحية على الساعة الحادية عشرة صباحا مع انخفاض بعد الغذاء وارتفاع جديد خلال اليوم. بينما لاحظ أنه بالنسبة لاختبارات الحساب فأفضل النتائج تسجل في الصباح بين الساعة العاشرة صباحا والثانية عشرة، وأقل النتائج تلاحظ في بداية الصباح وبداية الفترة المسائية. أما بالنسبة للتغيرات الأسبوعية فالأيام التي تكون فيها الأداءات منخفضة تتمثل في الاثنين والثلاثاء وأفضل الأداءات تسجل في الخميس والجمعة لكن هناك تطور حسب سن الأطفال، فبالنسبة للصغار أفضل الأداءات تكون في الصباح فقط بينما كلما تقدم الطفل في العمر يتحصل على نتائج أفضل (وعلى ومعروف، 2017). كما قام باحثون آخرون بدراسات مختلفة في البيئة الجزائرية أمثال (بن عدي ومعروف، 2013، بوزياني وزوج ولعسلي، 2017) والتي بينت وجود تغيرات في أداءات الانتباه خلال اليوم والأسبوع وضرورة احترام الوتيرة البيولوجية والنفسية للطفل وتنظيم توقيت مدرسي على أساس ذلك من أجل تحسين وتطوير العملية التربوية في الجزائر.

## - التغيرات الأسبوعية لمدة النوم الليلي لدى تلميذ التحضيري:

من الاختلالات الملاحظة عند الطفل في مرحلة التمدرس هي وتيرة نوم/يقظة التي تؤدي إلى نقص مزمن في مدة النوم (Beugnet-Lambert & Leconte, Lancry, 1988)، بحيث يقوم الطفل بتنظيم نومه الليلي ليلة بعد ليلة و هكذا في الأسبوع التقليدي للمستوى الابتدائي (أربع أيام) فتكون ليلة الثلاثاء إلى الأربعاء و السبت إلى الأحد أطول مقارنة بالأيام الأخرى و ذلك لكون يوم الأربعاء و الأحد أيام عطلة و هذا ما يسمح لهم بالاستيقاظ في ساعات متأخرة في الصباحة و الليالي القصيرة من النوم هي ليلة الاثنين إلى الثلاثاء و ليلة الجمعة إلى السبت وهذا في المدرسة الفرنسية (Testu, Fontaine, 2001). وفي هذا السياق، قام الباحث (Testu) بدراسة في (Renne 2003) هدفت إلى تقييم انعكاسات تنظيم الوقت المدرسي على التلاميذ والأولياء من الناحية النفسية، الفيزيولوجية والنفسية الاجتماعية. أقيمت هذه الدراسة في مدرسة تجريبية تدعى (Sonia Delaunay) بحيث تم تطبيق أسبوع 4 أيام ونصف من الاثنين إلى الجمعة وصباحة يوم الأربعاء، ونظمت أوقات الدراسة كآلاتي: (9سا) إلى غاية (12سا) في الصباح و(14ساو30د) إلى غاية(17ساو15د). ومدرسة (M-C) (Carpentier) كمدرسة ضابطة التي تطبق أسبوع 4 أيام الاثنين الثلاثاء الخميس والجمعة ونظمت أوقات الدراسة كالتالي: (8ساو30د) إلى (11ساو30د) في الصباح و(13ساو30د) إلى (16ساو30د). وأقيمت هذه الدراسة على فئات عمرية مختلفة وهي التحضيري (4-5، 5-6 سنوات) وبداية مرحلة الابتدائي (6-7، 7-8 سنوات) ونهاية الابتدائي (9-10، 10-11 سنة) (نوفل، 2015).

توصلت الدراسة إلى أنّ التنظيم الذي طبّقه مدرسة (Sonia Delaunay) لا يؤثر على مدّة النوم الليلي مقارنة بتنظيم الوقت المدرسي التقليدي وذلك لدى كل الفئات العمرية المدروسة. فكانت التغيرات الأسبوعية لمدّة النوم الليلي لتلاميذ التحضيري في المجموعة التجريبية والضابطة مختلفة وذلك بشكل ملحوظ ويعود هذا الاختلاف إلى استفادة هذه المجموعة من كون يوم الأربعاء يوم راحة وذلك حسب تنظيم أسبوع 4 أيام الذي يسمح لهم بالنوم وبشكل أطول (701د) مقارنة بتلاميذ المجموعة التجريبية الذين يطبقون أسبوع 4 أيام ونصف الذين ينامون

(653د) ويلاحظ نفس الشيء بالنسبة ليلية الجمعة إلى السبت، ولكن اختلاف التلاميذ في الراحة غير كاف لاعتباره دال إحصائيا (Alaphilippe, Clarisse, Delormme, Janvier, Le Floc'h, Maintier, 2003).

وفي هذا الإطار، أقيمت دراسات في المدرسة الجزائرية وتناولت مختلف المستويات منها دراسات (معروف، 2008، معروف، 2011، معروف، خلفان، دوقة، 2012، لعسلي، معروف، 2015، نوفل، معروف، 2015، وعلي، معروف، 2017) وتوصلت كل هذه الدراسات إلى أنّ مدّة النوم الليلي تتغير خلال الأسبوع لدى التلاميذ، وأنّ تنظيم الوقت المدرسي يؤثر على مدّة النوم الليلي. كما أقيمت دراسات كرونوفسسية حول مدّة النوم الليلي لدى تلاميذ التحضيري في الجزائر في إطار دراسات أكاديمية منها كل من: (كاسل، معروف، 2013؛ بن عدي، معروف، 2013؛ نايت يوسف، معروف، 2013؛ شاعو، معروف، 2018؛ بوزياني، زبوج، لعسلي، 2016؛ عبد الرحمان، عبد يش، لعسلي، 2017).

من خلال ما سبق يتبيّن ضرورة القيام بدراسات أخرى حول مدّة النوم الليلي لدى تلاميذ التحضيري نظرا لندرتها وأهميتها للحصول على معطيات علمية جديدة خاصة بتلاميذ التحضيري في المدرسة الجزائرية والتي تستند لميدان الكرونوبولوجية، مما سيسمح بالتعرف على واقع وتيرة نوم/يقظة عند هذه الفئة واقتراح جداول توقيت تتماشى معها وتراعي وتيرتها النفسية والبيولوجية، وهذا ما سيساهم في الحد من المشاكل التي تظهر لدى تلاميذ مستوى التحضيري، والسماح لهم بانطلاقة جيدة وموفقة في مشوارهم الدراسي.

## خاتمة:

تلعب التربية التحضيرية دورا كبيرا في نمو الطفل وتوازنه وبناء شخصيته وإعداده للمدرسة حيث تساعده على اكتساب المهارات من الجانب الحركي والحسي والاجتماعي والاعتماد على نفسه والفتح على المحيط والتفاعل مع الآخرين كما تساهم أيضا في إعداد الأطفال وتأهيلهم للمعارف اللاحقة في مختلف المجالات (القراءة، الكتابة، الرياضيات) وذلك من أجل مزاولة المرحلة الابتدائية بنجاح دون صعوبات. ولهذا من الضروري الأخذ بعين الاعتبار معطيات ميداني الكرونوفسسية والكرونوبولوجية وهذا بوضع جداول توقيت تحترم هذه المرحلة العمرية.



## قائمة المراجع:

- 1- بن عدي، ججيقة ومعروف، لويزة (2013). أثر تنظيم الوقت المدرسي على السلوك ومدّة النوم الليلي لدى أطفال التحضيري. دراسة مقارنة بين الوسط الريفي والوسط الحضري. مذكرة ماستر في علوم التربية: تربية-تعليم-تكوين. جامعة مولود معمري، تيزي وزو.
- 2- بورصاص، فاطمة الزهراء (2009). تقييم التربية التحضيرية الملحقّة بالمدرسة الابتدائية في الجزائر. دراسة ميدانية وفق مؤشرات نظرية وتطبيقية بمدينة قالمة نموذجاً. مذكرة ماجستير في علم النفس التربوي، جامعة منتوري قسنطينة، الجزائر.
- 3- بوزياني، كهينة وزبوج حسينة ولعسلي، وردية (2017). التغيرات اليومية والأسبوعية للانتباه ومدّة النوم الليلي لدى تلاميذ التحضيري المتواجدين برياض الأطفال البالغين من العمر 5 سنوات. دراسة ميدانية في ولاية تيزي وزو. ماستر في علوم التربية: تربية-تعليم-تكوين. جامعة مولود معمري، تيزي وزو.
- 4- حلي، مصطفى وخلفان، رشيد (2016). الاحتراق الوظيفي لدى الأطباء والممرضين. دراسة ميدانية بمصلحة الاستعجاليات في المستشفى الجامعي ندير محمد بولاية تيزي وزو. مذكرة ماجستير في علم النفس، تخصص عمل وتنظيم، جامعة مولود معمري تيزي وزو، الجزائر.
- 5- شاعو، أمال ومعروف، لويزة (2018). واقع التربية التحضيرية في الجزائر. مجلة مجتمع-تربية-عمل، 05، 216-228.
- 6- شعباني، مليكة (2014). دور برنامج التربية التحضيرية في تنمية مهارات الاستعداد اللغوي لطفل (5-6 سنوات). مجلة الممارسات اللغوية، 5(29)، 142-111.
- 7- عبد الرحمان، ث وعبدش، ن ولعسلي، وردية (2017). تأثير تنظيم الوقت المدرسي على التغيرات الأسبوعية لمدة النوم الليلي لدى تلاميذ التحضيري. دراسة مقارنة بين التلاميذ المنتمين إلى النظام الخاص ورياض الأطفال. مذكرة ماستر، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.
- 8- كاسل رزيقة ومعروف، لويزة (2013). تأثير التوقيت المدرسي على تغيرات مدة النوم الليلي والانتباه خلال ساعات اليوم وأيام الأسبوع لدى تلاميذ الأقسام التحضيرية دراسة مقارنة بين الوسط الحضري والوسط الريفي. مذكرة ماستر في علوم التربية: تربية-تعليم-تكوين. جامعة مولود معمري، تيزي وزو.
- 9- مباركي، محمد أورابح وخلفان، رشيد (2018). التوافق الدراسي لدى التلاميذ العنيفين وغير العنيفين. دراسة ميدانية مقارنة بالتعليم المتوسط نموذجاً. أطروحة الدكتوراه في علوم التربية، جامعة مولود معمري تيزي-وزو، الجزائر.
- 10- مباركي، محمد أورابح ووعلي، لامية (2017). النوم الليلي والعنف المدرسي في المنظومة التربوية الجزائرية. مجلة مجتمع-تربية-عمل، 03، 83-98.
- 11- مدور، مليكة وبراسو، فطيمة وحعفر، صباح (2015). تقويم برنامج التربية التحضيرية في ضوء النماذج المعاصرة. دفاتر المخبر، 7(1)، 149-166.
- 12- مزور، عبد الحليم (2017). مرحلة التربية التحضيرية في المدرسة الجزائرية لمحة تاريخية، تعريفها، وظائفها، مهامها، طفل مرحلة التربية التحضيرية وخصائصه النمائية. مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع، 01، 151-161.
- 13- معروف، لويزة (2008). أثر نمط تنظيم الوقت المدرسي على كل من الانتباه والسلوك ومدّة النوم الليلي والنشاطات خارج المدرسة عند تلاميذ المرحلة الابتدائية (السنة السادسة). رسالة دكتوراه في علوم التربية، جامعة الجزائر2، الجزائر.

- 14- لعسلي، وردية ومعروف، لويظة (2015). تأثير نظام الدوام الواحد على التغيرات اليومية والأسبوعية للسلوكيات داخل القسم ومدة النوم الليلي لدى التلاميذ المتدربين البالغين من العمر ما بين (10-9 سنوات). دراسة مقارنة بين ولاية الجزائر وولاية غرداية. مذكرة ماجستير في علوم التربية، جامعة مولود معمري تيزي وزو، الجزائر.
- 15- نايت يوسف، حنان ومعروف، لويظة (2013). أثر تنظيم الوقت المدرسي على من الانتباه ومدة النوم الليلي عند تلاميذ القسم التحضيري في ولاية تيزي وزو. مذكرة ماستر في علوم التربية: تربية-تعليم-تكوين. جامعة مولود معمري، تيزي وزو.
- 16- نخال، حميد (2011). أثر برنامج تعليمي مقترح بالألعاب الحركية الصغيرة والألعاب الشعبية والمختلطة في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة التحضيرية (4-5 سنوات) بولاية غليزان. مجلة المعيار، 04، 267-285.
- 17- نوفل، جميلة ومعروف، لويظة (2015). تأثير التوقيت المدرسي على التغيرات اليومية والأسبوعية للانتباه والنوم الليلي لدى تلاميذ المستوى الابتدائي البالغين من العمر (7 إلى 8 سنوات). دراسة مقارنة بين ولاية بجاية و ولاية أدرار. مذكرة ماجستير في علوم التربية، جامعة مولود معمري تيزي وزو، الجزائر.
- 18- وعلي، لامية ومعروف، لويظة (2017). تأثير التوقيت المدرسي في كل من الانتباه ومدة النوم الليلي عند تلاميذ المدرسة الابتدائية. دراسة مقارنة بين النظام الخاص والعام. أطروحة الدكتوراه في علوم التربية، جامعة مولود معمري تيزي-وزو، الجزائر.

19- Lancry، A.،Beugnet-Lambert & Leconte، P. (1988). *Chronopsychologie، Rythmes et Activités Humaine*. France : Presses Universitaires de Lille.

20- Lemai، E. (2003). *Un siècle de recherche en Chronopsychologie scolaire، une revue de littérature*. Sientia paedagogica experimentalis، 2، 175-200.

21- Marouf، L. (2014). *Les rythmes scolaires en Algérie. Attention، sommeil، comportement en classe et activités extra-scolaires*. Allemagne : Presses Académique Francophones.

22- Montagner، H. (1996). *En finir avec l'échec à l'école. L'enfant، ses compétences et ses rythmes*. Paris : Bayard.

23- Testu، F. (2000). *Chronopsychologie et rythmes scolaires*. France : Masson.

24- Testu، F. (2015). *Rythmes scolaires : de l'enfant à l'élève*. France : Canopé.