

أثر اللعب بميدانٍ مُبتكرٍ على وفق المُثيرات (البصرية-الحسية) في اليقظةِ الذهنيةِ لأطفالِ الرياضِ بعمرِ (٥-٦) أعوامٍ

مهند عبد كيطان المالكي

Muhandk353@yahoo.com

أ.د زينب حسن فليح

d.zainab2012@yahoo.com

الكلمات المفتاحية: ميدان مبتكر ، المثيرات (البصرية – الحسية) ، اليقظة الذهنية . هدفت الدراسة إلى أبتكار تصميم ميدان ألعاب على وفق المثيرات (البصرية – الحسية) لأطفال الرياض بعمر (٥-٦) أعوام، والتعرف على أثر اللعب بهذا الميدان في اليقظة الذهنية لديهم، وأعدت التصميم التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبيية والضابطة على (٢٠) طفل من الروضة أختيروا عشوائياً بنسبة (٢٠,١٥٧%) من أطفال رياض العاصمة بغداد قسموا لهاتين المجموعتين بالتساوي، وصمم لهم ميدان ألعاب يضم (٩) مراحل من اللعب على وفق المثيرات (البصرية – الحسية) طبقوا اللعب فيه بواقع (٢٤) درس، واختير مقياس تخصصي مصور لليقظة الذهنية لقياسهم في التجربة، وبعد الانتهاء منها تمت معالجة النتائج بنظام (SPSS-V26) الاستخلاصات والتطبيقات بأن ميدان الألعاب المبتكر على وفق المثيرات (البصرية – الحسية) أثبت فاعلية في ملائمة اللعب لأطفال الرياض بعمر (٥-٦) أعوام، ويعد مجالاً تطبيقياً لعلم النفس الرياضي في درس التربية الرياضية في رياض الأطفال، ولعبهم فيه يساعدهم في تحسين مستوى اليقظة الذهنية، ويتفوق على أقرانهم الذين يلعبون بالألعاب المُتعبة في الروضة ، ومن الضروري اعتماد القياس التشخيصي لمعرفة مستوى اليقظة الذهنية لدى أطفال الرياض بعمر (٥-٦) أعوام بوساطة المقياس المصور في هذه الدراسة، ومن الضروري توفير الإمكانيات المادية التي يتطلبها تصميم ميدان الألعاب الخاص بأطفال الرياض في قاعات الألعاب الخاصة بدرس التربية الرياضية، ولا بد من الاهتمام بعدم المبالغة في المثيرات البصرية-الحسية في ألعاب الأطفال والسيطرة عليها وتنظيمها عند لعب الأطفال فيها لتحقيق أكثر من غرض في لعبة أو مرحلة محددة من اللعب، ولا بد من أن يكون تصميم ميادين الألعاب بمراعاة خصائص كل مرحلة عمرية للأطفال وعلى وفق حاجاتهم وميولاتهم.

The Effect of Playing in an Innovative Field According to (Visual-Sensory) Stimuli on the Mental Alertness of Kindergarten Children Aged (5-6) Years

Muhannad Abed Kaitan Al-Maliki

Prof. Dr. Zainab Hassan Falih

Keywords: innovative field, stimuli (visual - sensory), mental alertness.

Abstract:

The study aimed to create a game field design according to (visual - sensory) stimuli for Riyadh children aged (5-6) years, and to identify the effect of playing in this field on their mental alertness. The experimental design was adopted by designing the experimental and control groups on (20) kindergarten children They were chosen randomly at a rate of (2.157%) of kindergarten children in the capital, Baghdad, they were divided into these two groups equally, and a playground was designed for them that includes (9) stages of playing according to (visual - sensory) stimuli. After completing the results, the results were processed using the SPSS-V26 system. Conclusions and Applications that the innovative games field according to (visual - sensory) stimuli has proven effective in its suitability for

playing Riyadh children at the age of (5-6) years, and it is an applied field of science. The sports psychology in the physical education lesson in kindergarten, and their playing in it helps them to improve the level of mental alertness, and outperform their peers who play with the games used in kindergarten. The public is mediated by the scale depicted in this study, and it is necessary to provide the material capabilities required for the design of the games field for Riyadh children in the games halls for the physical education lesson. More than one object in a game or a specific stage of play, and the design of the playgrounds must be taking into account the characteristics of each age stage of children and according to their needs and inclinations.

مشكلة البحث وأهميتها :-

تعرف اليقظة الذهنية بأنها استمرار لحاضر الذهن بشكل مقصود وهي تشمل جانبين الأول منها الوعي والثاني الانتباه ، إذ أن الوعي يزيد من خلال المسح العام والرصد المستمر والدائم للخبرة، بينما يزيد الانتباه من درجة الإحساس بالخبرة والتركيز عليها (Neel & Griffin, 2006) كما تعد اليقظة الذهنية والتركيز قدرات فريدة، فالتركيز يستلزم تحديد الانتباه لأحد المثيرات الانتباهية سواء أكانت داخلية أم خارجية والتي تعود إلى الانسحاب الحسي أو المداخل الأخرى، أما اليقظة الذهنية فهي تشمل تنظيم وسائل اختيارية كحالات الانتباه والوعي . (Kozak, 2006) إذ تكون عمليات طفل الروضة العقلية في هذه المرحلة خير مترجم عن أحاسيسه ومشاعره وتخيلاته، فهو يشعر باللذة والألم فيما يقوم به من أفعال وما يترتب عليها في هذا السن من نتائج ويستمد تفكيره من خياله الذي لا نصيب فيه للمنطق الراقي حتى يبلغ السادسة من عمره، وبهذا لا يمكن النظر إلى أطفال الرياض بأنهم لا يمارسون نشاطاً عقلياً وذهنياً في حياتهم وفي أثناء اللعب أيضاً. (عبد القادر، ٢٠٠٥) تأكيداً لذلك فإن أي تغيير جوهري في منهاج الحياة بما في ذلك التغيير نحو الأفضل أو نحو الأسوأ يفرض متطلبات على موارد الاطفال الجسدية والنفسية والذهنية. (Lorist & Others, 2010) إذ أنه لم تعد الفكرة التي كانت سائدة والتي مفادها، أن الكبار الراشدين فقط هم القادرون على ممارسة النشاط الذهني، وهم المعنيون بالتفكير عن الأطفال أو من هم أصغر منهم سناً، بل ظهرت الفكرة المعاصرة والتي تتضمن أن الفرد يولد ولديه القدرة على التفكير وهو بحاجة إلى شيء من التدريب والعناية. (العياصرة، ٢٠١١) إذ تُعد اليقظة الذهنية قدرة متأصلة للكائن الحي البشري ولكنها مع هذا تتباين بالقوة ففي البداية تكون حالات اليقظة سريعة أو غير نظامية أو مستمرة، فاستقرار الوعي أو الانتباه يساعد الطفل على التخلص من المفاهيم الخاطئة والأفكار والأنفعالات، ومثل هذا الثبات يسهل التمييز بين الأفكار التصورية والانفعالات التي تجذرت في خبرة سابقة أو لاحقة والعودة إلى الوعي الذي يحصل حالياً). (Brown & Other, 2007) وترى لانجر أن اليقظة الذهنية تعني القدرة على إحداث فئات جديدة، واستقبال المعلومات الجديدة، والانفتاح على وجهات نظر مختلفة والسيطرة على السياق، وتأكيد النتائج، بعبارة أخرى إن اليقظة الذهنية هي القدرة على النظر إلى الأشياء بطرائق جديدة ومدروسة، ومشاعر منتجة من الميل لعرض العالم بطريقة لا جدال فيها، مما يؤدي إلى ردود تلقائية تعمل على تمكين الفرد من اتخاذ القرارات، إذ تتميز اليقظة الذهنية ونقيضتها الغفلة الذهنية عن المفاهيم الأخرى بكيفية رؤيتها للمعلومات، فاليقظة الذهنية والمعالجة المنضبطة تستلزم من الفرد تفسير المعلومات بصورة شعورية، وتستلزم كذلك اليقظة الذهنية تصنيفاً فنوياً للمعلومات قبل القيام بمعالجتها معرفياً، لأن المعالجة المنضبطة هي المعالجة الشعورية للمعلومات في ضمن سياق محدود، وهي وعي شعوري لسياق أكبر يتم من خلاله فهم المعلومات مثل أداء الفرد في اختبار مقنن، فالطفل الذي يتصرف بصورة يقظة سيكون لديه منظور أوسع للموقف الذي يواجهه. (Langer, 2000) ويرى

الباحثان أن اليقظة الذهنية من متطلبات الذهن التي تفرض سيطرتها على وعي أطفال الرياض، فهي لا تقتصر على بداية العمليات العقلية فقط، أما عندما يكون الطفل في موقف جديد فإن ذلك الموقف يتطلب منه تيقظاً للانفتاح على الجديد بتثنية الاستجابات بتوجه نحو هذا الموقف الجديد لتنشيط عملية تحليل ما يحيط بهذا الموقف وفي ذات البحث في الذاكرة وما لدى الطفل من خبرات سابقة يستدعيها التشابه مع الموقف الحالي لتكون العملية بثوانٍ قليلة أو أقل من الثانية حسب مستوى يقظة الطفل، وبذلك فإن أقرب النظريات التي من الممكن اعتمادها في هذه الدراسة لتلائم خصوصيتها هي نظرية (لانجر) التي يتفق الباحثان مع أبعادها ومع تفسيراتها لليقظة الذهنية بما ينطبق مع حالة اللعب في رياض الأطفال، والقياس التشخيصي لمستوى اليقظة لدى أطفال الرياض، وتتضمن مفاهيمها وأبعادها في ميدان اللعب المبتكر، ومن خلال زيارات الباحثان الميدانية المتكررة إلى العديد من رياض الأطفال الحكومية لاحظا أن مستلزمات ونوع أدوات اللعب تحتاج إلى تطوير لأن معظم المتبعة فيها تتميز بعشوائية في توجيه المثيرات البصرية والحسية في الألعاب وقلة تنظيمها، وأن تعود الأطفال باللعب بها شكلت ضعفاً واضحاً لدى معظمهم في التيقظ لهذه المثيرات، وهي بذلك تحتاج إلى أسس علمية هادفة لتحسين وتطوير قابليات الأطفال لتحقيق الفائدة المرجوه من الدرس، لتهدف بذلك الدراسة إلى ابتكار تصميم ميدان ألعاب على وفق المثيرات (البصرية- الحسية) لأطفال الرياض بعمر (6-5) أعوام، والتعرف على أثر اللعب بهذا الميدان في اليقظة الذهنية لديهم، وليفترض الباحثان بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج مقياس اليقظة الذهنية القبلية والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مقياس اليقظة الذهنية البعدية.

منهج البحث : في ضوء معطيات مشكلة هذه الدراسة، أُعتمد المنهج التجريبي والذي يُعرف بأنه المنهج الذي نعالج فيه ونتحكم في متغير مستقل لنشاهد تأثيره على متغير تابع، مع ملاحظة التغيرات الناتجة والقيام بتفسيرها، سواء أشتملت التجربة على متغير مستقل ومتغير تابع أو أكثر من متغير مستقل أو أكثر من متغير تابع. (المهدي ، ٢٠١٩) وأختير التصميم التجريبي ذا المجموعتين التجريبيتين ذات الضبط المحكم بالاختبارين القبلي والبعدي.

مجتمع البحث وعينته :-

تتمثل حدود مجتمع البحث بأطفال الرياض الذكور بعمر (6-5) أعوام في (٢٦) روضة ضمن التشكيل الإداري لمديرية تربية بغداد / الرصافة الثالثة المستمرين بالدوام الرسمي للعام الدراسي (٢٠١٩/٢٠٢٠)، إذ بلغ عدد الأطفال الذكور في هذا المجتمع (٩٢٧) طفلاً، توجه الباحثان إلى دراستهم لأسباب تتعلق في كونهم مجتمع مشكلة الدراسة المُلاحظ فيها الظاهرة المبحوثة أنفسهم، فضلاً عن كونهم متاحين لهما بسهولة الإتصال بهم لضمان تواجدهم بحكم استمرارهم بالدوام الرسمي وتوافر الامكانيات المادية والبشرية التي تُفيد إجراءات البحث المختلفة، أُختير أطفال روضة الفردوس بالطريقة العشوائية من هذا المجتمع البالغ عددهم الكلي (٣٥) طفلاً، إذ أُستبعد (٥) أطفال منهم لأسباب تتعلق بالمشكلات القوامية والصحية وعدم الانتظام بالدوام، كما أُختير (١٠) أطفال لأجراءات التجربة الإستطلاعية، ليلبغ عدد أطفال العينة الرئيسية (٢٠) طفلاً بنسبة (٥٧,١%) من مجتمعهم الأصل الكلي، قُسموا أطفال هذه العينة الرئيسية إلى مجموعتين متساويتين العدد حسب محددات التصميم التجريبي لكل مجموعة (١٠) أطفال، من ثم أُختيرت أحدهما عشوائياً لتكون المجموعة التجريبية والأخرى ضابطة.

الاختبارات وإجراءات البحث :-

أعتمد الباحثان المقياس المصور لمهند عبد كيطن (كيطن، ٢٠٢٠) المبين تفاصيله أدناه
جدول (١) يبين هيكلية مقياس اليقظة الذهنية المصور

الوسط الفرض ي	حدود الدرجة الكلية	مفتاح التصحي ح	عدد الصور	نوع بدائل إجابة الفقرات وعددتها	عدد الفقرات	أسم البُعد
10	5- 15	3، 2، 1	15	(٣) صور	5	الإفتاح على الجديد
10	5- 15		15	(٣) صور	5	التمييز اليقظ
10	5- 15		15	(٣) صور	5	الوعي بالمناظر المتعددة
10	5- 15		15	(٣) صور	5	التوجه نحو الحاضر (الجديد)
40	20- 60	1-3	60	ثلاثي	20	المقياس الكلي

تستند الفكرة الأساسية لتصميم هذا الميدان على ما قدمته نظرية عالم النفس السلوكي (بافلوف) عن أهمية توظيف (المثير-الإستجابة) في النشاط التعليمي للعب في رياض الأطفال، وتطابقاً مع أفكار عالم النفس المعرفي (جانية) المُحددة لخصائص وحاجات الأطفال في مراحل نمو لاسيما أطفال الرياض بعمر (٦-٥) أعوام، لرفع مستوى القدرات الحركية بتنشيط العمليات العقلية التي بدورها تنعكس إيجاباً في رفع مستوى اليقظة الذهنية اعتماداً على مبدأ استثمار أستثارة الحواس في اللعب والحركة من خلال توفير عوامل التشويق والإثارة التقنية مع أدوات اللعب الملائمة لأعمارهم بجو من المرح، إذ أعتمد الباحثان اسس ومعايير لتكون دليلاً لتصميم الميدان المبتكر وكالاتي:-

- ١- أن يكون نوع النشاطات في اللعب بهذا الميدان يراعي تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية في درس التربية الرياضية في الروضة ومطابقاً لفلسفة مناهجها.
- ٢- أن ترتبط أهداف كل مرحلة من اللعب في الميدان المبتكر مع بقية المراحل بشكل متسلسل حسب ما أتفقوا عليه الخبراء المتخصصين لكل قدرة حركية من القدرات الثمان، وتتوافق بمجموعها مع أهداف رفع مستوى اليقظة الذهنية لدى أطفال الرياض بعمر (٦-٥) أعوام بأستثمار الأثارة البصرية والحسية وأدواتها في الميدان.
- ٣- أن تكون أنشطة اللعب في الميدان هادفة وتحقق أكثر من غرض في عمل واحد.
- ٤- أن يراعي هذا التصميم المعايير الأخلاقية في التنافس الشريف بين الأطفال.
- ٥- أن يراعي هذا التصميم عوامل السلامة والامان، وتوفير أختلاف واضح في أجواء الاثارة في البيئة التعليمية.
- ٦- أن تكون أجزائه من المواد التي يسهل توفيرها في الروضة، وقابلة لتغيير مواقعها داخل قاعة الألعاب، وغير مبالغ بكلفتها.

أستدعى هذا الميدان الجديد على البيئة التعليمية لرياض الأطفال، إعداد دليل إرشادي للمعلمة يُمكنها من أستخدامه في درس التربية الرياضية وتنظيم نشاطات لعب الأطفال فيه وضمن توقيتات الدرس وعدد مرات تطبيقه في الدروس المخصصة لهذه المرحلة العمرية في الروضة، وكان ذلك الإعداد يتضمن في أولوياته أن تنقيد المعلمة بتوفير الحرية للطفل خلال اللعب، بالتأكيد على أن هدف اللعب بالميدان المبتكر التحسينات المطلوبة لاهداف

الدراسة الحالية من خلال اللعب، وليس تحسين قدرات حركية خاصة بألعاب أو فعاليات الرياضية محددة وأنفق عليه الخبراء المتخصصين كما أشير إليه مسبقاً بنسبة (١٠٠%) وكان هذا الدليل من قسمين :-

❖ القسم النظري: دليل معرفي لتنظيم لعب الأطفال بالميدان المبتكر:-

يحتوي هذا القسم تعريف بالأجزاء والمجسمات والمثيرات ومرحل الميدان المذكورة في إجراءات تصميم الميدان مسبقاً، ومعلومات معرفية عن اليقظة الذهنية وأبعادها لأطفال الرياض بعمر (٦-٥) أعوام، ومعلومات معرفية عن محددات القدرات الحركية وتسلسلها لغرض التصحيح، ويحتوي تخطيط للأهداف الواجب تحقيقها والتمثلة بما يلي:-

١- رفع مستوى اليقظة للأطفال بأعمار (٦-٥) سنوات .

٢- تحسين القدرات الحركية للأطفال بأعمار (٥-٦) سنوات (المشي، والركض، والوثب، والقفز التوازن الثابت، والتوازن المتحرك، التوافق بين العينين والرجلين، الدقة المكانية).

❖ القسم التطبيقي : دليل ارشادي مهني لتنظيم لعب الأطفال بالميدان المبتكر:-

يحتوي هذا القسم إرشادات تنظيم مراحل الميدان التسع ، وكيفية استعمال وحدات السيطرة والتحكم الكهربائية والألكترونية، وكيفية تنظيم نشاطات اللعب بالأثارة البصرية والحسية، والتنافس الشريف بين الأطفال بأن لا يؤدي النجاح في مهمات نشاطات اللعب إلى إحباط محاولات الأطفال الاخرين من نجاحهم.

تطبيق مفردات اللعب بالميدان المبتكر:-

١- المدة (٦) أسابيع دراسية .

٢- في الأسبوع الدراسي الواحد (٤) وحدات تعليمية ، في أيام الاحد والاثنين، والاربعاء والخميس.

٣- بلغ زمن الوحدة التعليمية (٣٠) دقيقة، تم أستهداف القسم الرئيس البالغ زمنه (٢٥) دقيقة.

٤- مجموع زمن القسم الرئيس للوحدة التعليمية (٢٥ دقيقة × ٢٤ وحدة تعليمية) = (٦٠٠) دقيقة.

وبعد الانتهاء من هذا التجريب تحقق الباحثان من النتائج بنظام الحقيبة الإحصائية الاجتماعية (SPSS) الإصدار (V₂₆)، (statistical package for social sciences) ، لحساب كل من قيم النسبة المئوية ، والوسط الحسابي ، والإنحراف المعياري ، واختبار (t-test) للعينات المترابطة ، واختبار (t-test) للعينات غير المترابطة.

Table 2. Results of pretest for the study groups

Ass.	Sig	(t)	Control Group			Experimental Group			Sig	Leve n	The tests
			SD±	Mea n	N	SD±	Mea n	N			
N S	0.526	0.646	4.142	41.6	10	3.44	40.5	10	0.448	0.603	Mindful ness

=18(N-2) df Significance level = 0.05; t-test value is significant at p-value ≤ 0.05

Table 3. Results of the study groups in the pretest and posttest

Ass.	(Sig)	(t)	Std. Erro r Man_	Mea n Diffe renc es	Posttest		Pretest		G r o u p	The tests
					SD±	Mean	SD±	Mea n		
S	0.000	7.495	3.882	9.2	1.16	49.7	3.44	40.5	Ex	Mindful ness
S	0.032	2.526	2.378	1.9	3.136	43.5	4.142	41.6	Co	

(N-1) df Significance level = 0.05; t-test value is significant at p-value ≤ 0.05

Table 4. Results of posttest for the study groups

Ass.	(Sig)	(t)	Control Group			Experimental Group			The tests
			SD±	Mean	N	SD±	Mean	N	
S	0.000	5.864	3.136	43.5	10	1.16	49.7	10	Mindfulness

=18(N-2) df Significance level = 0.05; t-test value is significant at p-value ≤ 0.05

تبين النتائج الواردة في الجدول (3) يتبين أن أطفال الرياض في مجموعتي البحث التجريبية والضابطة تحسن لديهم مستوى اليقظة الذهنية، وتبين النتائج الواردة في الجدول (4) يتبين تفوق أطفال الرياض في المجموعة التجريبية على أطفال الرياض المجموعة الضابطة في هذا المستوى من التحسن في اليقظة الذهنية، ويعزو الباحثان ظهور هذه النتيجة في تحسن أطفال الرياض في المجموعة التجريبية وتفوقهم في هذا المستوى إلى تأثير اللعب في الميدان المبتكر الذي صممه الباحثان على وفق محددات أن يكون اللعب فيه بالإبتعاد عن التقليل وترك الحرية للطفل في أن يستطلع مهماته وتقدير ما مطلوب تسخيره من أيعازات مناسبة للأنفتاح على الجديد من بيئة اللعب بالميدان المبتكر، لاسيما في كوخ اليقظة التنشيطي للحواس من بعد أن يقطع الطفل مراحل اللعب في الميدان، إذ كان دور المثيرات البصرية-الحسية التي وظفها الباحث بتنظيم وتحكم واضحاً في تحقيق التأثير الإيجابي بالتميز اليقظ الذي يراعي دمج المعلومات الحسية التي يتلقاها الطفل من مختلف حواس اللمس والضغط، والذي يستدعيه

نوع المهّمات في كل مرحلة من مراحل الميدان لدى أطفال الرياض، كما كان لتنوع هذه المثيرات دوراً واضحاً في توفير مساحة للطفل في تمكينه من الوعي بالمنظر المتعددة التي توفرها الألوان وطبيعة الادوات المُجسمة ، وطبيعة تشكيها وتغيير تسلسل ترتيبها لتكون ميداناً جديداً في كل وحدة تعليمية في درس التربية الرياضية في الروضة، أي أن الأمر تطلب من أطفال الرياض مجهوداً ذهنياً لضبط مسارات الحركة بجو من المتعة والتشويق والاثارة ليتعايشون مع الأحداث الحاضرة الجديدة التي كان لدور الإضاءات الثبيلة(LED) التي تتحكم فيها المعلمة واضحاً في تهيئة هذه المواقف جديدة ضمن كل مرحلة من مراحل اللعب في هذا الميدان المبتكر، وساعد على ذلك دليل الاستخدام الإرشادي للمعلمة الذي حدد الادوار وكيفية تطبيق درس التربية الرياضية باللعب بهذا الميدان، إذ ان مراعاة مبدأ الأقتصادية وتقليل المشتات الضوئية وتنظيم المثيرات الحسية هو بمجمله يعد تنظيمياً لبيئة اللعب، تتميز بالمواقف الجديدة في كل درس يلعبون فيه الأطفال، وبهذا فإن الطفل خلال اللعب يشعر بحاجته إلى أن يكون متيقظاً ذهنياً للوعي والسيطرة على توجيه انتباهه وتركيزه، وزيادة في السيطرة على عضلات جسمه وزيادة بمستوى الأحساس بالمواد والمجسمات المغطاة بالأسنفج وشكلها وحجمها وكيفية السير عليها لتفعيل الجانب العقلي في بناء التصور عن البرنامج الحركي المطلوب، في تمييزه للتتابع بين المراحل من جهة، وتدقيقه بالحس بهذه المجسمات وطبيعة الحركية المطلوبة سواء بضغط القدم عليها بالارتكاز لاداء المشي، أو الركض، أو الوثب، أو القفز، بتوازن وتوافق واداء كل ذلك بدقة مكانية تجنبه السقوط أو الفشل بأداء المهمة المطلوبة في كل مرحلة من جهة أخرى، ليكون بذلك التأثير في اليقظة الذهنية هو لعب الطفل في كل مرحلة من مراحل الميدان وما تحويه من مثيرات بصرية وحسية وتكرار اللعب للوصول إلى النجاح بالمهام باقل اخطاء وباسرع ما يمكن من التنافس في جو من الاثارة المنظمة لبيئة تعليمية معززة للاداء الصحيح، والتي ساعدت في رفع مستوى كل بُعد من أبعاد المقياس المصور في المواقف التي انعكس تأثير اللعب عليها إيجاباً في أنجذاب الأطفال. إذ أنه من التطورات التي طرأت على افكار(لانجر) لليقظة الذهنية انها وضعت في اعتبارها بأن السلوك البشري لا يقتصر على مجموعة من السمات والقدرات والمهارات فقط، ولكنه يهتم بتوظيفها كطريقة فعالة لمواجهة مختلف المواقف، لتكون بذلك اليقظة الذهنية تُعنى بالمراقبة المستمرة للخبرات والتركيز على الخبرات الحاضرة أكثر من الإنشغال بالخبرات الماضية، أو الأحداث المستقبلية، وأتفقت جميعها على أن الأساس في تعريفات اليقظة الذهنية سواء ما يتعلق بمحنى التركيز على الإنتباه والوعي، أو منحى التركيز على المراقبة الذاتية، هو تقبل الخبرات الحاضرة والتسامح معها ومواجهة المواقف كما هي في الواقع بدون إصدار أحكام تقييمية عليها.(Graham,2013) كما إلى أنه تؤكد العديد من الدراسات على أهمية البرامج الحركية في مرحلة الطفولة المبكرة ، إذ يبدأ الطفل في البحث عن نفسه وعن العالم من حوله من خلال الحركة والتجوال لذا ينبغي إعطائه الفرصة والمواقف التي تسمح له بتطوير المهارات المطلوبة والخبرات المختلفة ومعرفة الاتجاهات وأن تتاح له فرصة التجريب والممارسة.(صابر، و عبد الفتاح، ٢٠١٥) أما الاطفال في المجموعة الضابطة فيغزو الباحثان التحسن في مستوى يقظتهم الذهنية إلى دور اللعب في الالعب المتبعة بالروضة، إذ يساعد اللعب على مختلف اشكاله في زيادة وعي الطفل بالحاضر لأتمام تسخير برامج الحركية لاداء مهام كل لعبة وتيقظ ذهني يجنبه مخاطر الالعب المتوقعه، وأن الاختلاف بتفوق أطفال المجموعة التجريبية هو لتنظيم بيئة اللعب وتحديد مراحلها والسيطرة على التحكم بالاثارة وجعل كل نشاط هادف في كل مرحلة من مراحل اللعب بالتنسيق المتسلسل بين المراحل التي اعتمد الباحثان فيها على التسلسل المنطقي للقدرات الحركية من السهل إلى الصعب، اعتماداً على خصائص الجهاز العصبي في مرحلة نموهم وكيفية التأثير فيه للسيطرة الحركية بأخراج كل قدر حركية، وهذا الاخراج يلقي عاتق الطفل وهو ما يتطلب مستوى أعلى من اليقظة الذهنية، التي ارتفع مستواها في المحاولات المتكررة ومصاحبة الاثارة، وملائمة كوخ اليقظة ضمن مراحل الميدان المبتكر في اعادة التنشيط للحواس وبداية ثانية للتيقظ الذهني لتخفيف عبئ المجهود المبذول في

اللعب، إذ أنه عند تقييمنا للعب في رياض الأطفال فإن إجهاد الذهن أو تقليل من كفاية العمليات العقلية أو تشابك المحفزات المشتته لابد ان يكون محكاً لفاعلية اللعب، ولضمان برنامج حركي متكامل لاي مهارة او قدرة حركية فإن تهيئة الذهن والترغيب والتشويق من الضرورات المستحسن توافرها في التأثير الايجابي لهذا البرنامج الحركي، وبذلك يكون التأثير متبادل ما بين صحة البرنامج وما بين تنشيط الذهن والحواس. (Hasker, 2017) الأستخلاصات والتطبيقات :-

- ١- إن ميدان الألعاب المبتكر على وفق المثيرات (البصرية-الحسية) أثبت فاعلية في ملائمة للعب أطفال الرياض بعمر (٦-٥) أعوام، ويعد مجالاً تطبيقياً لعلم النفس الرياضي في درس التربية الرياضية في رياض الأطفال.
- ٢- أن لعب أطفال الرياض بعمر (٦-٥) أعوام بميدان الألعاب المبتكر يساعدهم في تحسين مستوى اليقظة الذهنية، وبتفوق على أقرانهم الذين يلعبون بالألعاب المتبعة في الروضة.
- ٣- من الضروري اعتماد القياس التشخيصي لمعرفة مستوى اليقظة الذهنية لدى أطفال الرياض بعمر (٦-٥) أعوام بواسطة المقياس المصور في هذه الدراسة.
- ٤- من الضروري توفير الإمكانيات المادية التي يتطلبها تصميم ميدان الألعاب الخاص بأطفال الرياض في قاعات الألعاب الخاصة بدرس التربية الرياضية .
- ٥- لابد من الاهتمام بعدم المبالغة في المثيرات البصرية-الحسية في ألعاب الأطفال والسيطرة عليها وتنظيمها عند لعب الأطفال فيها لتحقيق أكثر من غرض في لعبة أو مرحلة محددة من اللعب.
- ٦- لابد من أن يكون تصميم ميادين الألعاب بمراعاة خصائص كل مرحلة عمرية للأطفال وعلى وفق حاجاتهم وميولاتهم.

المصادر :-

١. بومسجد عبد القادر؛ تعزيز نمو القدرات الإدراكية الحركية لأطفال الرياض: إطروحة دكتوراه ، جامعة الجزائر ، معهد التربية البدنية والرياضية ، ٢٠٠٥، ص ٥٥.
٢. ماجدة عقل محمد صابر وفاطمة سعد عبد الفتاح ؛ برنامج تربية حركية لتنمية الوعي الصحي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسه : القاهرة ، دار الفكر العربي، ٢٠١٥، ص ٤٤.
٣. مجدي صلاح المهدي؛ مناهج البحث التربوي : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠١٩، ص ٢٠٨.
٤. مهند عبد كيطان خضير المالكي ؛ أثر اللعب بميدان مُبتكر على وفق المثيرات (البصرية-الحسية) في اليقظة الذهنية وبعض القدرات الحركية لأطفال الرياض بعمر (٦-٥) أعوام: إطروحة دكتوراه ، الجامعة المستنصرية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠٢٠.
٥. وليد رفيق العياصرة ؛ استراتيجيات تعليم التفكير ومهاراته : عمان دار اسامة للنشر والتوزيع، ٢٠١١، ص ٢٥.

٦. Brown, K. W., Ryan, R. M., & Creswell, J. D. (2007): **Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects.** Psychological Inquiry, 18.p:214.

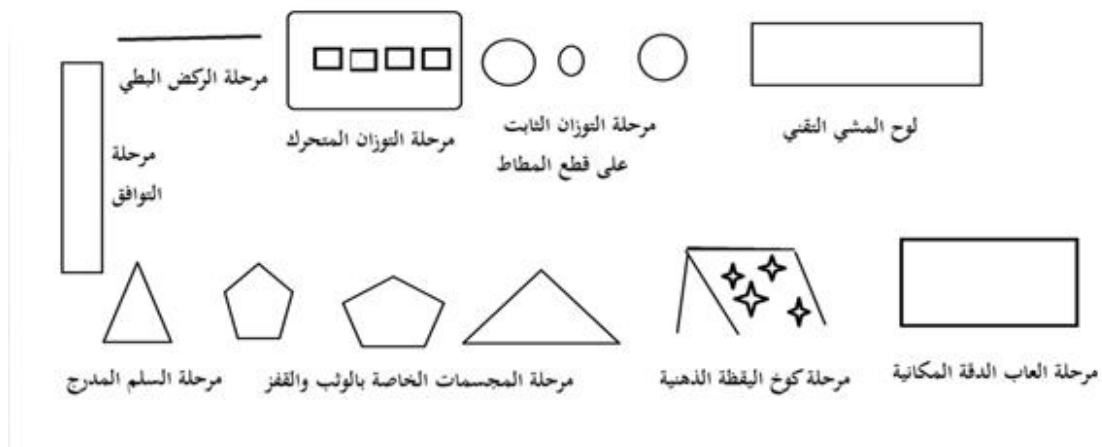
٧. Graham, J. R. **Racism and anxiety in a black American sample: the role of Mediators and a brief mindfulness manipulation.** Ph. D., University of Massachusetts, Boston, USA.2013.p:14.

٨. Hasker, S. M.. **Evaluation of the mindfulness-acceptance-commitment (MAC) approach for enhancing athletic performance.** Unpublished Doctoral dissertation, Indiana University of Pennsylvania.2017.p:272.

- Kozak, A.(2006):**Mindfulness in thE management of chronic pain: Conceptual and clinical consideration** , Conceptua, techniques in regional anesthesia and pain management , 12 (2).3.
- Langer ;**Mindful learning ,current directions in psychological science** .١٠ ,Vol:9,2000, PP.220-223.
- Lorist, M.M., Klein, M., Nieuwenhuis, S, De Jong . R, mulder, G., and mcijman, .١١ T.F. **Mental fatigue and task control per parathion psychophysiology and Ronnback, Lars** , 2010,P:614.
- Neel A, & Griffin, M,A; **study of the lagged relationships among climate , safety motivation , safety behavior ,and accidents at the individual and group levels** .١٢ Journal of Applied psychology ,2006, p91.



صورة رقم (١) توضح اجزاء الميدان المبتكر



شكل (١) يوضح مخطط مراحل الميدان المبتكر

ملحق (١) يوضح مقياس اليقظة الذهنية المصور لاطفال الرياض بعمر (٦-٥) أعوام



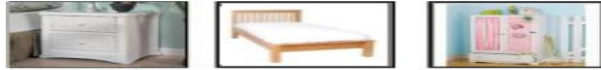
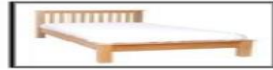
الجامعة المستنصرية
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسات العليا / الدكتوراه

حضرة المحترم

عزيزتي معلمة الروضة المحترمة:
تحية طيبة :

- ١- بين يديك مقياس اليقظة الذهنية المصور لاطفال الرياض بعمر (٦-٥) أعوام يتكون من عبارات لكل منها ثلاث صور تمثل إجابات (بدائل) كل إجابة منها تمثل رأي الطفل عن مضمونها .
 - ٢- أرجو عدم إجاباتهم لعبارات المقياس المصور بأكثر من خيار واحد .
 - ٣- أرجو عدم إهمالهم لإجابة إي عبارة من الفقرات لكون ذلك سيؤثر سلباً على إجاباتهم.
 - ٤- ان اجاباتهم تمثل رأيهم ولا توجد فيه أجابة خاطئة أو صحيحة.
- أولاً : بعد الإنفتاح على الجديد:-
يطلب من الطفل أن يصل ما بين الصور لكل فقرة من الفقرات الخمس التالية:-

(1)



(2)



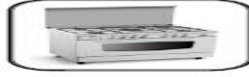
(3)



(4)



(5)



ثانياً : بعد التمييز اليقظ:-

يطلب من الطفل أن يصل ما بين الصور لكل فقرة من الفقرات الخمس التالية:-

(1)



(2)



(3)



(4)



(5)



ثالثاً : بعد الوعي بالمناظر المتعددة:-

يطلب من الطفل أن يصل ما بين الصور لكل فقرة من الفقرات الخمس التالية:-

(1)



(2)



(3)



(4)



(5)



رابعاً: بعد التوجه نحو الحاضر (الجديد) :-
يطلب من الطفل أن يصل ما بين الصور لكل فقرة من الفقرات الخمس التالية:-

(1)



(2)



(3)



(4)



(5)

