

الألعاب الشعبية التقليدية وعلاقتها بالمهارات الحياتية والحركية وبعض عناصر اللياقة البدنية

الدكتور غسان نمر محمود «الحاج صالح»

تهدف الدراسة إلى التعرف على الألعاب الشعبية التقليدية التي كان يمارسها الأطفال خارج أسوار المدرسة والغرف الصفية، وعلاقتها بالمهارات الحركية والحياتية وبعض عناصر اللياقة البدنية. حيث استخدم الباحث المنهج التاريخي بالرجوع لما كُتِبَ ووُثِقَ قديماً وحديثاً، وإجراء مقابلات شخصية مع أجيال عاشت هذه الألعاب ومارستها في حارات وأزقة وشوارع المدن والقرى والمخيمات، للتعرف على أسماء الألعاب، وأهدافها وكيفية لعبها وفوائدها، ومدى تأثير هذه الألعاب على نموهم الاجتماعي وعلاقاتهم الشخصية مع الآخرين. وبينت الدراسة أن الألعاب الشعبية كانت في غالبيتها إيجابية الأهداف، ذات ارتباط بتعلم مهارات حركية كالرمي واللقف والمسك والمشي والجري، ومهارات حياتية كالتعاون وحل المشكلات والحوار، وبعض عناصر اللياقة البدنية كالسرعة والرشاقة والدقة والتوافق العصبي العضلي وهذا محور البحث الأساس. ويوصي الباحث بضرورة الاهتمام بالتراث الشعبي الرياضي لحفظه والعمل على تطويره لخدمة ألعاب جماعية وفردية، بإقامة المهرجانات والمسابقات الخاصة بالألعاب الشعبية على مستوى المدارس ومديريات التربية في القطاع العام والخاص ووكالة الفوث. كلمات مفتاحية: (ألعاب شعبية، مهارات: حركية، حياتية، عناصر لياقة بدنية).

المقدمة وأهمية الدراسة

إن العيش في قرية عالمية مفتوحة، مشرعة الأبواب دون حراس على الثقافة والتراث، وغياب الضوابط والمعايير المجتمعية المؤصلة المتفق، ادخل اجيالنا الجديدة تحت رحمة الأقوى تقليدياً وتبعية، حيث اصبحنا فريسة سهلة للتكنولوجيا الحديثة، ووضحت حياة أبنائنا واحفادنا محفوفة بالمخاطر عقلياً وجسدياً وروحياً، بكثرة الاستخدام، وقضاء جل الأوقات معها، مما أدى إلى ظهور أمراض نفسية وجسدية لم تكن من قبل كالسمنة والتوحد، وقد حذرت دراسات كثيرة من التعامل مع التكنولوجيا اليومي بالشكل السليبي، حيث أشارت « المازمي و حليلة»، إلى تأثير استخدام التكنولوجيا الحديثة على الأطفال لأوقات طويلة، من الناحيتين الصحية والسلوكية، وبيان أن ٤٦٪ من الأطفال في عمر (٦-١٠) سنوات مدمنو استخدام التكنولوجيا، الأمر الذي يعرضهم لمشكلات صحية مختلفة، أهمها ضعف التركيز، وتدني التحصيل الدراسي، والانطوائية والسمنة». من هنا بدأت أهمية الدراسة، حيث المفارقة العجيبة غير المنطقية، فمع كثرة الوعي الثقافي والصحي النظري في هذا الزمان، تظهر الأمراض الناجمة عن قلة الحركة، عكس ما كان مع قسوة الظروف السابقة، بشق طريق الحياة اليومية مع اللعب والتسلية، فمارس الأطفال حياتهم الحركية بطبيعتها وبراءتها، في الحارات والأزقة والمساحات الفارغة، وما

أكثرها حين ذلك. فمارسوا ألعاباً شعبية بسيطة، بأدوات مبتكرة غالباً كالكرة (الطابرة) في السبع جور والسبع حجار. ودون أدوات كالغماية (الطماية) والزقطة، وألعاب الفكر والخيال كالخارطة واخفاء الحزام (القشاط)، وألعاب تستخدم مخلفات البيئة (التدوير) صنع سيارات السلوك وعربات العجلات البيلية، وألعاب عرفت الاقتصاد المعرفي كالجلول (الدواحل)، ألعاب ذكور وألعاب إناث، وألعاباً مختلطة، ألعاب تحتاج لقدرات جسدية، وأخرى لقدرات عقلية، وثانية لقدرات نفسية واجتماعية، ألعاب جري، لقف، وثب، رمي، تصويب، ألعاباً صنعوا لها قوانين ومعايير، وألعاباً دون ذلك. ألعاباً اعتمدت الحركة والنشاط، ومحاكاة الحياة الاجتماعية، وألعاباً تحمل الهوية العربية، دون النظر إلى التقسيمات الزمانية والمكانية والأيدلوجية والقومية والعرقية وغيرها. لذا نتطرق للألعاب الشعبية التي مارسناها ومن سبقنا في طفولتنا دراسةً وتمحيصاً، ليظهر لنا جلياً أن شكلها ومظهرها الخارجي حركي، لكنه يحمل في ثناياه الكثير من الفوائد الثقافية المجتمعية روحاً وعقلاً وجسداً، بابتعاد الأجيال الماضية عن الأمراض التي نشهدها الآن مصاحبة للأسف للطفولة والشباب بسبب قلة الحركة. من هنا تولد لدى الباحث الإيمان بأهمية الألعاب الشعبية ضمن منظومة:

- الحفاظ على الهوية الثقافية الرياضية المجتمعية من خلالها.
- تحليلها وربطها بالمهارات الحركية والحياتية، وعناصر اللياقة البدنية.

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى تتبع الألعاب الشعبية من خلال الدراسات العلمية الأكاديمية والكتب والمجلات والمواقع الالكترونية المهتمة، وإجراء المقابلات الشخصية لأعمار وأماكن سكن جغرافية مختلفة، والتمحيص والمقارنة والوقوف على الألعاب الشعبية التي سادت في منتصف القرن الماضي، وتحليلها بمكوناتها الحركية والبدنية والحياتية.

مشكلة الدراسة

تحمل هذه الدراسة في طياتها جانبين مهمين أولهما رياضي، والآخر ثقافي تراثي مرتبطان لا ينفصلان، وهذا ما يميز التربية الرياضية في أبحاثها، بمد جسورها إلى كل التخصصات. ففي الجانب الأول يرى الناظر إلى واقع التربية الرياضية في المدارس من رياض الأطفال حتى التخرج من الجامعات، مع واقع التربية الأسرية والانشغال في لقمة العيش، والتوسع العمراني على حساب المساحات الفارغة، وغياب قوانين الترخيص التي تعنى باستشراق مفهوم الصحة المجتمعية النفسية والجسدية والعقلية. بتنا نسكن في مجمعات سكنية للنوم فقط، حيث لا مساحات مناسبة للعب، ولا للحياة المجتمعية. ومع هذه الأزمة جاءت التكنولوجيا واقعتنا بالركون إلى الشقق المنزلية لقضاء الوقت الأطول فيها، مع الوجبات السريعة والغذاء غير الصحي. والصاعقة تكون بالاستيقاظ على وزن زائد فوق الحد الطبيعي، طفل

يعاني التوحد، وهنا نتساءل: أين رب الأسرة بقيادته وإدارته لبيته جسدياً وعقلياً وروحياً؟ من لقاء ذهني على قصة أو نفسي برحلة مشياً على الأقدام أو جسدي بلعبة بسيطة! لعبة شعبية تربط الماضي بالحاضر وتتعش الروح والجسد.

ليس هذا الأمر كله فالجانب الثاني مرتبط بالأول ولا يقل عنه أهمية، لأن الشعوب المتحضرة في زماننا تنفق أموالاً طائلة على دراسات محورها الألعاب الشعبية بما تمثله من هوية ثقافية لتلك الشعوب، فالإتحاد الأوروبي يمول مؤسسات بحثية لدراسة الألعاب الشعبية بالتحديد، مثل دراسة "Malgorzata Bronikowska" التي دعمتها مؤسسة (ألعاب الماضي رياضة اليوم)، لدراسة التاريخ والسياق التقليدي للألعاب الشعبية والرياضية في بلدان أوروبية مختلفة، حيث سلطت الضوء على الهوية الثقافية الأنسانية على أسس تاريخية وبيولوجية ونفسية اجتماعية للدول وأهمية الألعاب الشعبية في تحقيق ذلك.

تساؤلات الدراسة

١. ما هي الألعاب الشعبية التقليدية التي مارسها الأباء والأجداد في الأردن؟
٢. ما علاقة هذه الألعاب الشعبية التقليدية بالتربية الرياضية والحركية والحياة؟

الدراسات السابقة

كشفت دراسة (كوفاسيفيتش، ٢٠١٤) حول «مدى مساهمة الألعاب الشعبية في نوعية العلاقات الاجتماعية وديمومتها لدى طلاب المرحلة الابتدائية» حيث هدفت إلى اختبار مدى اسهام الألعاب الشعبية في نوعية وجودة العلاقات الاجتماعية واستمراريتها بين طلاب المرحلة الابتدائية، وتمت الدراسة على (٢٣٢) طالب وطالبة في أربع مدارس ابتدائية للصفوف (١-٤) في كارلوفيتش، باستخدام استبانة معدلة حول العنف المدرسي وتطبيقها قبل وبعد ممارسة الألعاب الشعبية، داخل وخارج غرفة الصف. حيث اظهرت النتائج تحسن العلاقات الاجتماعية وتطورها بعد تنفيذ الألعاب الشعبية داخل وخارج غرفة الصف.

أما دراسة (الصالح، ٢٠١٤) التي عنيت ب«فاعلية أنشطة الألعاب الشعبية في إكساب القيم الاجتماعية لطفل ما قبل المدرسة»، باتباع المنهج شبه التجريبي. على عينة مختارة من رياض لأطفال. باستخدام مقياس القيم الاجتماعية من إعداد الباحثة. وتصميم أنشطة الألعاب الشعبية وعددها المختارة من البيئة الاجتماعية. وظهرت نتائجها أن معدل النمو وحجم التأثير لأنشطة الألعاب الشعبية على تنمية القيم الاجتماعية المختارة، كان يتراوح ما بين متوسط إلى عال لجميع القيم. وأوصت بتبني الألعاب الشعبية في مرحلة ما قبل المدرسة كأحد الأنشطة الفاعلة في تنمية القيم الاجتماعية.

وكانت دراسة (آدم، ٢٠١٣) بعنوان «الألعاب الشعبية البيئية بمنطقة جبال النوبة وعلاقتها ببعض مسابقات ألعاب القوى». حيث استخدمت الدراسة المنهج المسحي الوصفي على عينة من (٦٠) فرداً

يمثلون مجتمع الدراسة الكلي. وظهرت النتائج بوجود علاقة كبيرة وأوجه شبهة لكثير من الألعاب الشعبية البيئية وبعض مسابقات ألعاب القوى. وأوصت الإهتمام بالألعاب الشعبية البيئية بالمدارس ومراكز الشباب، وتضمن منافسات الألعاب الشعبية في الدورات المدرسية.

وفي دراسة (كمبش، ٢٠١٢) « أثر استخدام الألعاب الشعبية في تطوير الإدراك الحسي - الحركي لتلميذات الصف الأول» والتي بينت أن التربية الرياضية شهدت تطوراً كبيراً باستخدام أساليب تدريسية متنوعة، ولكن هناك بعض الأساليب لم يتطرق إليها كثير من المختصين، وهي استخدام الألعاب الشعبية كوسيلة لإخراج الدرس، باعتبارها ألعاباً مختارة تتناسب مع إمكانيات وقدرات الطالبات، من أجل تطوير الإدراك الحسي - الحركي، وتساهم في تنمية التوافق العضلي العصبي، باستخدام المنهج التجريبي واختبار هايود لقياس الإدراك الحس - حركي وأظهرت النتائج أن للألعاب الشعبية دور كبير في تنمية الإدراك الحس - حركي بالمقارنة مع الألعاب الرياضية الاعتيادية.

وقام (جردات، ٢٠١١) بدراسة « الدلالة التربوية للألعاب الشعبية الفلكلورية في فلسطين» دراسة وصفية تحليلية ميدانية، سعت للعمل على إحياء هذا الجانب الهام من التراث الشعبي، باتباع المنهج الوصفي الميداني لرصد الألعاب الشعبية وممارستها، من حيث جنس اللعبة، هدفها، مكان ممارستها، شخوصها، مواد اللعبة وتكاليها، إجراءات تنفيذها، والظروف البيئية المحيطة. بالرجوع إلى النشرات والكتب والدوريات وأرشيف مراكز التراث الشعبي. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من الاستراتيجيات التربوية أهمها الاستراتيجية النفسية والتربوية والتعليمية والإدراكية واستراتيجيات الانتماء والصدقة والمنفعة والتقيض. وأوصى بإجراء دراسات علمية في هذا المجال.

وفي دراسة (اكبري، ٢٠٠٩) «عن أثر الألعاب الشعبية في تطوير المهارات الحركية الأساسية لأطفال من (٧-٩) سنوات»، والتي كان الغرض منها دراسة تأثير الألعاب التقليدية الشعبية على المهارات الحركية عليهم، باستخدام المنهج الوصفي لمجموعتين، مارست الأولى الألعاب الشعبية التقليدية والأخرى الأنشطة اليومية الاعتيادية، فأظهرت النتائج فروق لصالح المجموعة التي مارست الألعاب الشعبية بتحسّن المهارات الحركية، على الأخرى الممارسة للأنشطة الاعتيادية، خاصة التحكم.

محددات الدراسة

اقتصرت الدراسة على الألعاب الشعبية الحركية التي كان يمارسها الأطفال من الجنسين، خارج أسوار المدرسة، في الحارات والأزقة والمساحات الفارغة، بأنفسهم إدارةً وتنظيفاً وكل ما يتعلق بالعبة المقصودة.

منهج الدراسة

استخدم الباحث المنهج التاريخي التحليلي المعتمد على الدراسات العلمية الأكاديمية والكتب

التاريخية والمقابلات الشخصية لأجيال مارست هذه الألعاب، مع توثيق بعض بقايا مثل هذه الألعاب في الحارات الشعبية خلال أفراح الأطفال بالأعياد والعطل المدرسية بالفيديو والتصوير الفوتوغرافي.

الألعاب الشعبية

تعد الألعاب الشعبية من الموروث التاريخي للأمم، حيث تحظى باهتمام المؤسسات الحكومية وغير الحكومية للحفاظ عليها وتطويرها، لصلتها الوثيقة بالهوية الثقافية، فهي تعكس ثقافة الشعوب الممارسة، من حيث نوع الألعاب والأدوات المستخدمة وطرائق اللعب وجنس الممارسين وأماكن اللعب. وهذه دراسة (Linaza, 2013) «اهتمت بالألعاب الشعبية والتقليدية وربطتها بالتكنولوجيا الرقمية لتشجيع الرياضة واللعب من خلال أبطال رياضيين مشهورين كقدوة للصغار»، أي الربط بين الماضي والحاضر مع الحفاظ على الهوية الثقافية. وفي مجتمعنا الجامع الأردني، المتألف بوحدة التاريخ واللغة والهوية، نسبر أغوار الألعاب الشعبية بكل مكوناتها كما صنفها (أبو جبين، ٢٠١١) « هناك ألعاب خاصة بالأولاد، البنات، وألعاب مشتركة بين البنين والبنات، والسن الذي تمارس فيه اللعبة، والمكان المفضل لها وأي خصوصية». في ضوء ذلك نبدأ ذكر وتحليل الألعاب الشعبية في الأردن، والتي كانت ألعاب الطفولة الأساسية في المنتصف الثاني من القرن الماضي في الحارات والأزقة. وتساؤل ما هي هذه الألعاب وكيف يمكن الربط بينها وبين المهارات الحركية الأساسية واللياقة البدنية متمثلة بعناصرها ومهارات الحياة؟

الألعاب الشعبية كانت تتميز بالتنظيم والإدارة والإشراف والتقييم الذاتي للأطفال في تلك الحقبة من الزمن، فلا تبدأ أي لعبة إلا من خلال القرعة والتي تحمل أشكالاً مختلفة منها: استخدام حجر، أو قطعة نقدية (عرب /انجليزي)، أو استخدام التقارب بالقدمين، وغيرها.

توصيف الألعاب وعلاقتها بالمهارات الحركية الأساسية وعناصر اللياقة البدنية والمهارات الحياتية

ألعاب الإناث (البنات):

ألعاب الحجلة: تلعب بطرق مختلفة مع مشاركة الذكور، حيث تلعب من خلال الرسم على الأرض الترابية أو الإسفلت بأشكال مختلفة، أداة اللعب حجر صغير مستو (شحفة)، يرمى باتجاه المربع أو المستطيل أو المثلث حسب نوع اللعبة بالترتيب، وتقوم البنت بالحجل على قدم واحدة وحذف الحجر بالقدم للمربع الذي يليه، والعودة للبداية حاملة الحجر مع الحجل، وتستمر العملية حتى إنهاء المربعات دون خطأ والفوز، أو بدء البنت الثانية المنافسة، حال وقوع الأولى بخطأ، كلمس القدم أو حجر اللعب لأحد الخطوط، عدم وضع الحجر في المربع المطلوب وتحويل المهارات الحركية: الرمي، الحجل، الوثب. عناصر اللياقة: القوة لقدم الحجل، الدقة في رمي الحجر، الرشاقة في الدوران عند العودة مع التكرار. المهارات الحياتية: الحوار، حل المشكلات في اثبات الخطأ أم عدمه، التواصل، المشاركة الاجتماعية.

ألعاب الوثب: (شبرة امرأة بالحبل): حيث تلعب فردية وجماعية وفيها شكل للذكور، حيث تثب البنت

بالحبل منفردة مع العد لها حتى تخطأ، وحال الخطأ تلعب الثانية، والفائزة هو الأكثر عدًا، أو يكون الحبل بين بنتين يلوحان الحبل من الطرفين، فتأتي الثالثة من مكان تختاره وتدخل وثبًا مع دوران الحبل، والغناء شبرة أمرة شمس نجوم، حتى تخطأ، فتمسك بدل إحدى زميلاتها وهكذا، وتفوز الأكثر وقتًا أو عدًا دون خطأ، وتلعب أحيانًا بطريقة بطيئة بأرجحة الحبل يمينًا ويسارًا بين الاثنتين، لتب الثالثة بالقدمين، ولها أن تغير وضعها في الهواء أثناء الوثب بالطريقتين، وتحوي: المهارات الحركية: الوثب، التوافق، الرشاقة. عناصر اللياقة: القوة للقدمين خاصة، التوافق، التحمل، السرعة. المهارات الحياتية: الحوار، إدارة النزاعات، التواصل مع الآخرين، القدرة على الابتكار.

الهيلا هوب: وكانت أداة هذه اللعبة غالبًا ما يتم شرائها نقدًا، حيث تحوي حلقة دائرية توضع في القدم ويمتد منها حبل بلاستيكي في نهايته علبة بلاستيكية على شكل كوب أو فتجان، تبدأ اللعبة بدوران الرجل التي تحوي الحلقة لتدور بفعل ثقل الكوب، ومع الدوران يبدأ الوثب للرجل الحرة والغناء (هيلا هوب هيلا هوب) وهكذا، وتحوي: المهارات الحركية: الوثب، الارتكاز. عناصر اللياقة: القوة، التوافق، الدقة، التوازن. المهارات الحياتية: توكيد الذات، المشاركة الاجتماعية، الحوار، التعبير عن الفرح، اتخاذ القرار.

ألعاب المهارة اليدوية: اللجال - اللقال (الخمسة حجار): وتلعب من الجلوس المختلف، باستخدام خمسة احجار يفضل أن تكون ملساء، تكون القرعة هنا من خلال مسك الحجارة ورميها في الهواء ولقفيها على ظهر يد واحدة، ومن يلقف العدد الأكبر يبدأ اللعب، رمي الحجارة ولقفيها بيد واحدة من على الأرض، حجر، اثنان، ثلاثة، أربعة. وحال أي خطأ في اللقف، تبدأ البنت الثانية نفس العمل، تفوز من تنهي العمل بأكمله. وتحوي:

المهارات الحركية: اللقف، الرمي، الجلوس المختلف. عناصر اللياقة: الدقة، التوافق، القوة للكف والأصابع.

المهارات الحياتية: توكيد الذات، التواصل، التعبير عن المشاعر خلال اللعب، التقويم الذاتي، المشاركة الاجتماعية.

ألعاب المرجحة (الأرجوحة - المرجيحة): وهي لعبة مشتركة لكنها للإناث أكثر، وتصنع من الحبال والخشب، ويتم اللعب عليها بدفع مبلغ من النقود، حيث تقف البنت على اللوح الخشبي ممسكة بالحبال وتبدأ بحركة الرمز (ارمزي) وهي عبارة عن حركة ثني الركبتين ومدهما لاعطاء عزم للأرجوحة للعلو والاستمرار، وهكذا. وتحوي: المهارات الحركية: المسك، الثني والمد، الوثب في النهاية من على الأرجوحة. عناصر اللياقة: التوازن، التوافق، القوة للذراعين من المسك الأيزومتري. المهارات الحياتية: كسر حاجز الخوف، المشاركة الاجتماعية، التواصل، الحوار، التعبير عن الفرح.

ألعاب الذكو (الأولاد)

وهي ألعاب كثيرة يصعب التطرق إليها كلها، لذا ساقوم بالتصنيف والاختصار مثل:
ألعاب المسك والمطاردة:

الدورة: اقرب ما تكون للعبة البسيبول، تتكون من فريقين (٦-٨) اشخاص، على ملعب محدد بأربعة حجارة بشكل مثلثين مشتركين بالقاعدة، يرمى أحدهم الكرة (بطريقة الأرسال الساحق) باتجاه الفريق الآخر، إذا تم لقفها يخرج ويأتي الثاني وهكذا، وتتبادل الأدوار، لكن إذا لم تمسك كرتة، يقوم بالجرى حول المثلثين حال انشغال الفريق الآخر باحضار الكرة لضربها باتجاهه فإذا لمسته يخرج، وحال اتمامه الدورة تسجل للفريق نقطة وهكذا، وتحتوي: المهارات الحركية: الركض، المشي، الوثب، الرمي، اللقف. عناصر اللياقة: السرعة، الرشاقة، التحمل، الدقة. المهارات الحياتية: توكيد الذات، المشاركة الاجتماعية، التواصل، روح الفريق، اتخاذ القرار. ومثلها ألعاب: (الزقطة - الزقوطة) التي تعتمد الهروب والملاحقة للمسك، و(على العالي وطوط) التي تعتمد الصعود لمكان أو شئ مرتفع والوقوف عليه أو التعلق به خوفاً من المسك.

ألعاب التخمين

الغماية (الطماية، كمستير): لعبة تعتمد واحد من مجموعة يقوم بالعد حتى عشرة وهو مغمض العينين على حائط، خلالها يختبأ البقية، ويبدء مشوار البحث عنهم بحذر، وحال رؤيته أحدهم يصرخ باسمه ويسرع لمكان الحائط، ليصل قبله بقوله كمستير، ويفوز ويأخذ ذلك دوره، وهكذا. وتحتوي: المهارات الحركية: الركض، الوثب، الثني والمد. عناصر اللياقة: السرعة، الرشاقة، التوافق، رد الفعل. المهارات الحياتية: اتخاذ القرار، المشاركة الاجتماعية، التواصل اللفظي والحسي، توكيد الذات.

إخفاء الحزام (السير، القشاط، السبك): تلعب بالقرعة باختيار أحدهم ليتولى المهمة، وهي إخفاء الحزام في أحد الشقوق دون رؤية الآخرين، أعلى سور، تحت شجرة... إلخ، ويعطي إشارة الانتهاء لبدء الجميع بالبحث عن الحزام، وخلال ذلك يعطي إشارات لفظية تعنى بالقرب أو البعد عنه (حامي، بارد) وحال اكتشاف أحدهم الحزام يخرج ويلحق بالآخرين ليضربهم ليخرجهم خارج حدود المنطقة المتفق عليها، ليتولى هو بعد ذلك إخفاء الحزام. ويحتوي: المهارات الحركية: الركض، الوثب، المسك. عناصر اللياقة: السرعة، الدقة. المهارات الحياتية: المشاركة الاجتماعية، اتخاذ القرار، توكيد الذات. وعليها مأخذ احتمال الإيذاء أثناء المطاردة.

ألعاب الرمي والتصويب

السبع حجار (شحف): تستخدم فيها (٧) من الحجارة الصغيرة مع كرة مصنوعة من الجراب القديم، بفريقين على ملعب مفتوح، يتم صف الحجارة فوق بعضها، والفريق الذي ينجح في إسقاط الحجارة من

مسافة متفق عليها، يهرب ويبدء الفريق الآخر بملاحقته ضمن منظومة العودة لبناء الحجارة للفوز، أو محاولة الفريق الثاني الحصول على الكرة ولمس أحد اللاعبين بها ليخرج من اللعبة، وهكذا، وتحوي: المهارات الحركية: الركض، الرمي، الوثب، اللقف، التصويب، المرواغة. عناصر اللياقة: السرعة، الرشاقة، الدقة، التوافق. المهارات الحياتية: اتخاذ القرار، المشاركة الاجتماعية، روح الفريق، احترام قدرات الآخرين، التحفيز. ومثلها

السبع جور التي تستبدل الحجارة بحفر صغيرة يوضع في كل حفرة (٧) حصيات، تكون محور الملاحقة والهروب، لتجميع اكبر عدد في حفرة أحدهم، وتنتهي بالحكم على الخاسر. ويلحق بهما لعبة (الأبرة والريش) التي تستخدم للتصويب على لوح خشبي، ضمن رسومات هندسية، يكون الفائز فيها الأكثر والأقرب لنقطة المركز، ولعبة (حدره بدره) التي تعتمد عصا خشبية قصيرة على حجرين وأخرى طويلة هكا محور اللعبة.

ألعاب الدواحل (الجلول، البنانير): حيث تعتمد الاقتصاد المعرفي باستخدام مهارة الفوز، وتجميع أكبر عدد من الدواحل، والبدء ببيعها لأقرانه الآخرين، والكسب المادي لشراء الحاجات الخاصة، بالاعتماد على النفس.

الجورة: وهي لعبة يتم فيها حفر حفرة صغيرة، لتكون هدف للعب مع خط على بعد (٢-٣م)، ويبدء اللاعبون بقذف بنانيرهم من محاذة الجورة باتجاه الخط، والأقرب إلى الخط يقذف جله باتجاه الجورة بالترتيب، والأقرب للجورة يبدء برمي بنوره بطريقة فنية متفق عليها باتجاه أي بنور آخر ليصيبه، وحال إصابته ينتقل للآخر، وهكذا حتى يقع في الخطأ، فيأتي من يليه في المسافة وهكذا، حتى نهاية اللعب، ويأخذ من يصيب بنور الآخر البنور، وتحوي: المهارات الحركية: التصويب، الوقوف، المسك بالأصابع، الثني والمد. وعناصر اللياقة: الدقة، التوافق، القوة. المهارات الحركية: المشاركة الاجتماعية، التفاوض، الحوار، اتخاذ القرار، تقدير المسافات، البيع والشراء. ومثلها لعبة (المور) التي تختلف في الأداة الممثلة برسم مثلث على الأرض.

مجوز مفرد: وتلعب بطريقة زوجية، حيث يخرج أحدهما من جيبة مجموعة من البنانير، ويده مضمومة ويطلب من الآخر التعرف على عددها (مجوز أم مفرد) وحال أصاب يأخذ البنانير كلها، وحال الفشل يعطي بعددها للآخر، وهكذا، وتحوي: المهارات الحركية: المسك، الضم والفتح. المهارات الحياتية: البيع والشراء، الحوار، اتخاذ القرار.

الكبة: وتلعب بحفر جورة ورسم خط (١.٥-٢م)، ويبدء اللعب من الخط والوقوف عليه والوثب بالهواء والجسم ممدود باتجاه الجورة لوضع البنانير فيها، وحال كان العدد زوجي يأخذ المنفذ نفس عدد البنانير من منافسه، وحال كونها فردي يأخذها الآخر وتبديل الأدوار حتى النهاية، وتحوي: المهارات الحركية: الوثب، الرمي، التصويب. عناصر اللياقة: القوة، المرونة، التوافق، الدقة. المهارات الحياتية:

المشاركة الاجتماعية، البيع والشراء، كسر حاجز الخوف، اتخاذ القرار، توكيد الذات. **الحرّة:** تلعب بحفرة كسابتها، ولكن ترمى البنانير من الخط بالكف باتجاه الحفرة، والذي يدخل أكبر عدد فيها، يبدأ بإدخال باقي البنانير بقذفها من حركة انطلاق الإبهام مع الشاهد بقوة، وهكذا، وتحتوي: المهارات الحركية: الجلوس المتنوع، القذف، التصويب، الثني والمد. عناصر اللياقة: الدقة، القوة للأصابع، التوافق. المهارات الحياتية: البيع والشراء، الحوار، المشاركة الاجتماعية، اتخاذ القرار، احترام قدرات الآخرين، تقدير المسافات.

طخ وشبر: تلعب من الوقوف والجلوس حسب الموقف في فضاء واسع، حيث يرمي أحدهما بنوره من خلال الإبهام والسبابة، لمسافة مقبولة ويطلب من الآخر التصويب باتجاهه لإصابته، أو الوصول لأقرب مسافة منه تقاس بالكف (ما بين بداية الخنصر وبداية الإبهام بفردهما - شبر، أو ما بين السبابة والإبهام- فتر)، وفي حال تحقيق الشرط يأخذ عدد متفق عليه من البنانير، وحال الفشل تكون المسافة قريبة بينهما، فيقوم الآخر بالعملية وينجح ويربح، وهكذا: المهارات الحركية: الوقوف والجلوس، الثني والمد، التصويب. عناصر اللياقة: الدقة، القوة للرجلين والأصابع. المهارات الحياتية: المشاركة الاجتماعية، التفاوض، البيع والشراء، اتخاذ القرار، تقدير المسافات.

ألعاب التفكير والخيال

الخارطة: تلعب بفريقيين يتولى الأول رسم خارطة طريق له تناقش بينهم ويسارعون بالاختفاء، ويأتي الفريق الثاني لقراءة الخارطة والطرق التي تمثلها، ويتفرق الثاني للبحث عن الأول، وحال اكتشاف أي من الفريق الأول تتبدل الأدوار، وحال تسلل أي من الفريق الأول ومسح الخارطة تتكرر العملية. وتحتوي: المهارات الحركية: الركض، الوثب. عناصر اللياقة: السرعة، رد الفعل. المهارات الحركية: العمل كفريق، اتخاذ القرار، الحوار والتفاوض، التفكير الناقد. وتلحق بها لعبة (التنكة) التي تستخدم فيها أداة لعبة حديدية تكون محور اللعب للهروب والملاحقة.

ألعاب الصيد والحرب: وهي عبارة عن مجموعة من الألعاب تحاكي الواقع الحربي مثل:

هندب هندب (هاند أب): وتلعب بفريقيين يختار كل فريق منطقته حيث يحمل كل طفل عصا تمثل بندقية، وتبدء باختفاء الفريقين فردا فردا خلف الأسوار والأشجار وفي الزقاق والعد لثلاثة، ويبدء المتحاربون بالظهور من خلف متاريسهم واطلاق النار والاختفاء، واطلاق اصوات البنادق والمدافع والقنابل والصراخ بكلمة (هندب هندب) ويمكن أن يعبأ أحدهم كيس ورقي صغير بالتراب، ويرميه على تجمع الفريق المنافس كأنه قنبلة فينفجر بهم وهذا يعني موتهم وفوزه (ويكون هنا حوار فردي أو جماعي حول من لفظ الكلمة أولا أو من ظهر أولا، ويمكن أن يلتف أحدهم خلف فريق ويصوب عليه ويأسره وهكذا. وتحتوي: المهارات الحركية: الوثب، الوقوف والجلوس، الرمي، المسك. عناصر اللياقة: الرشاقة، السرعة. المهارات الحياتية: المشاركة الاجتماعية، اتخاذ القرار، الحوار والتفاوض، العمل كفريق، توكيد الذات.

وهناك ألعاب مشابهة لها ولكن تختلف في التسمية كلعبة (كموبت) مثلا، وكان الأولاد يصممون أدوات حرب وصيد ذاتية، كاستخدام البندقية الخشبية مع لقط الغسيل والمطاط والمسامر، ومقلية الليف أو الصوف التي تعتمد التلويع والرمي والتصويب، والشعبة الخشبية والفخ الحديدي اللاتي كانتا تستخدمان لصيد العصافير، وتعتمدان الدقة والقوة والتوافق، والمكر والتخطيط والرصد،

ألعاب التصنيع والتدوير: وهي عبارة عن مجموعة من الألعاب استخدمها الأولاد في تلك الفترة للترويح واللعب، وأحياناً بفكر متقدم في الاقتصاد المعرفي لكسب المال والمشاركة الحياتية مع الأهل مثل: صناعة عربات الأسلاك المتحركة بدواليب بقايا علب تلميع الأحذية، أو مخلفات مواسير خيوط الحياكة التي تغطي بغطاء علب الكازوز بمغيطه. والعربات الخشبية الرباعية والثلاثية التي كانت تتحرك بدواليب البيلية الحديدية، وكانت تستخدم لنقل الخضار أو التموين، وصناعة الطائرات والصواريخ الورقية للعب بها أو بيعها، حيث حوت مهارات حركية: الشد، المسك، الربط، المشي. وعناصر لياقة: القوة، التحمل، الدقة، التوافق، الرشاقة. والمهارات الحياتية: الاعتماد على الذات وتوكيدها، الصبر، التفكير الناقد، المشاركة الاجتماعية.

وهناك من استخدم مخلفات المواسم الصيفية من بقايا القمح والشعير والملوخية باعتمادها فرشاة للشقلبة والمباعدة (المصارعة)، وكذلك المكاسرة بالذراعين، وتعدي ذلك للأطفال القاطنين على مسار سيل الزرقاء من تعلم السباحة وصيد الأسماك بالمجرى المائي للسيل. ومنهم من صنع الخوذة والسيف من الحديد الرقيق، وكذلك مسدسات وقلنسوات من الورق، وهذه تظهر استخدام مخلفات البيئة والتدوير من أجل اللعب.

المراجع

- أبو جبين، عطا محمد. (٢٠١١). الألعاب الشعبية التراثية في بلدة الظاهرية - عراققة وأصالة - دراسة فلسفية اجتماعية نفسية. مؤتمر الفن والتراث الشعبي الفلسطيني واقع وتحديات. نابلس. جامعة النجاح.
- أبو عجمية، محمد رزق. (١٩٨٤). ألعاب شعبية للأطفال من التراث الفلسطيني. البقعة.
- آدم، سارة آدم هارون. (٢٠١٣). الألعاب الشعبية البيئية بمنطقة النوبة وعلاقتها ببعض مسابقات ألعاب القوى. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، السودان.
- العناني، حنان عبد الحميد. (٢٠١٢). اللعب عند الأطفال - الأسس النظرية والتطبيقية. ط٧. عمان: دار الفكر.
- الصالح، بثينة ناصر. (٢٠١٤). فاعلية أنشطة الألعاب الشعبية في إكساب القيم الاجتماعية لطفل ما قبل المدرسة. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الملك سعود.
- المازمي، ميساء، أسلم، حليلة. (٢٠١٣). تأثير التكنولوجيا الحديثة على الأطفال في أعمار مختلفة من الناحيتين الصحية والسلوكية. النسخة الإلكترونية: مجلة المرأة الإماراتية.
- جردات، محمد صقر. (٢٠١١). الدلالة التربوية للألعاب الشعبية الفلكلورية في فلسطين - دراسة وصفية تحليلية ميدانية. المؤتمر الثالث للفن والفلكلور في فلسطين.
- كمبش، ماجدة حميد. (٢٠١٢). أثر استخدام الألعاب الشعبية في تطوير الإدراك الحسي - الحركي لتلميذات الصف أول الابتدائي في درس التربية الرياضية. مجلة جامعة دمشق. ج٢٨، ع٣.
- صوالحة، محمد أحمد، (٢٠١٣). علم نفس اللعب. ط٥. عمان: دار المسيرة.
- محادين، حسين، والقيسي، هيام. (٢٠٠٩). علم اجتماع الرياضة " دراسة تطبيقية على بعض الألعاب الشعبية الصغيرة في المجتمع المتجمع الأردني". ط١. عمان: فضاءات للنشر والتوزيع.
- Bronikowska, M, et al., . History & cultural of traditional sport & games in selected European countries. Univirsity school of PE Pozanan, Recall; Games of the past-sport for to day.
- Kovacevic,T. & Poic, S, &Karlovac,T. (2013). Contribution of Traditional Games to the Quality of Students Relation & Frequency of Students Socialization in Primary Education. Vol 16 sp,Ed.No.1/2014. Croatian Journal of Education.
- Linaza, M. Moran, K. O,Connor,Noel.(2013). Traditional Sports & Games: A New opportunity for personalized access to cultural heritage. Ceur-ws.org/vol-9971/patch2013_paper_2.pdf.

Traditional folk games and its relationship with life skills and mobility and some of the fitness factors“

Dr.Ghassan Nimer Mahmoud «Alhaj Saleh“

The study aims to identify the traditional folk games practiced by children outside, their relationship with the motor skills, life skills and some fitness factors.

The researcher used the historical method by books; documented ancient with generations practiced these games in the camps, villages and cities, asked about goal of game and the number of participants...etc. The impact of these games on social growth and development relationships with others.

The study showed that popular games positive goals mostly, learning kinetics skills: throwing, catching, walking, and running. Life skills: cooperation, problem solving and dialogue, some fitness factors: speeding, agility, accuracy and compatibility.

The researcher recommends the needs based in the curriculum, attention to popular sports heritage, work on the development collective, individual games, recreation, through the establishment festivals and competitions for popular games schools and departments of education in the public, private and (UNRWA) schools.