

دور الألعاب الصغيرة في تنمية الثبات الانفعالي لدى طفل الروضة الكويتي

أ.م.د. / هالة يحيى حجازي* / أ.م.د. / أمل عبيد مصطفى†

شرعة عزيز الميموني‡

ملخص البحث :

يهدف البحث الحالي إلى تناول دور الألعاب الصغيرة في تنمية الثبات الانفعالي لطفل الروضة بدولة الكويت ، تم اختيار عينة مكونة من (٤٠) طفل وطفلة بروضة الاستقلال التابعة لمنطقة الأحمدى التعليمية ما بين (٥-٦) سنوات ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين ؛ مجموعة تجريبية وتكونت من (٢٠) طفلاً وطفلة ، ومجموعة ضابطة وتكونت من (٢٠) طفلاً وطفلة ، طبق عليهم مقياس الثبات الانفعالي ، وبرنامج الألعاب الصغيرة من إعداد الباحثة ، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات القياسين القبلي والبعدي لأطفال المجموعة التجريبية في الثبات الانفعالي بعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية وأطفال المجموعة الضابطة في القياس البعدي للثبات الانفعالي بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية .

مقدمة :

تعد السنوات الأولى من عمر الطفل من أهم مراحل نمو تكوينه الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي، فهي سنوات وضع اللبنة لبناء الإنسان وتحديد اتجاهاته وميوله وغرس قيم وعادات وتقاليد المجتمع لديه .

وتعد الألعاب الصغيرة لدى الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة هي الأساس للنمو العام للطفل ، فهي تلعب دوراً أساسياً ومحورياً في الاكتشاف والتغير مع البيئة المحيطة والتكيف معها بفاعلية (Chien, ٢٠٠٧, ٥)

أوضحت (زينب محمد ، ٢٠٠٧ ، ٢٣٨) أن مرحلة الطفولة بالغة الأهمية ، فقد دلت التجارب والدراسات العلمية في ميدان التعليم والتربية في سن الحضانه ، وقد أكدت الدراسات على وجود علاقة قوية بين اللعب والجانب الانفعالي لدى أطفال الروضة ، فقد وجدت علاقة قوية بين اللعب وجميع جوانب الطفل (طفل الروضة) مثل النمو الحركي والجسمي والانفعالي والاجتماعي والعقلي (عبدالرحمن بن معيرة ، وعبدالناصر بن القومى ، ٢٠٠٩ ، ٣٦) ، (خلفاوى شريف، معزیز محمد ، محموله محمد ، عياد مصطفى، ٢٠١٢ ، ٤٧ - ٤٨) .

وتحرص التربية على تنشئة الفرد منذ الطفولة المبكرة على التوازن السليم في كل المجالات العقلية والاجتماعية والانفعالية ، لذا يعد النمو الانفعالي من أهم العوامل التي تؤثر في بناء شخصية الفرد (ناصر بن راشد بن محمد ، ٢٠١٤ ، ٥٠) ، كما أنه يعد مهماً لطفل الروضة في

* أستاذ رياض الأطفال المساعد كلية التربية النوعية - جامعة بنها

† أستاذ رياض الأطفال المساعد كلية التربية النوعية - جامعة بنها

‡ باحثة ماجستير كلية التربية النوعية - جامعة بنها

بناء شخصيته ، وهى الأساس للسلوك الصحي والأنماط السلوكية التي تبنى عليها الشخصية المستقبلية (Parenting series, ١, ٢٠١١). وقد عرف الباحثون الثبات الإنفعالي على أنه قدرة الفرد على إدراك الجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه ، ثم الربط بين هذه الجوانب وما لديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقة من النجاح والفشل تساعده على تعيين وتحديد نوع الاستجابة وطبيعتها بحيث تتفق تقنيات الموقف وتسمح بتكيف استجابته (ناصر اسماعيل ، ٢٠٠٦ ، ٣٦).

ويعتبر الثبات الإنفعالي الوجه الرئيسي للسلوك الإنساني ، وأحد الأسس الذي يعمل على بناء الشخصية السوية بما يحمله مفهوم الانفعال بجميع الحالات الوجدانية من حب وحنين وغضب وخوف ، فهو المحور الذي تنظم حوله جميع جوانب النشاط النفسي فيتحقق للفرد الشعور بالاستقرار النفسي والرضا عن النفس والسيطرة على حاضره . (أمنه سعيد حمدان ، ٢٠٠١ ، ١٤)

مشكلة البحث :

أن التحدي الحقيقي أمام الباحثين والمربين في مجال التربية هو الوصول بأطفال الروضة إلى مستوى مناسب من الثبات الإنفعالي بما يضمن تحقيق التوافق في الشخصية (ماهر محمد ، ٢٠١٢ ، ٧٤٨) ، وتشير (هناء الحمود، ٢٠١٠ ، ٩) لأهمية دور معلمة رياض الأطفال كما حددته هي التي تقوم بتربية الأطفال في الروضة داخل غرفة النشاط وخارجها من خلال تعاشيها اليومي مع الأطفال .

وقد أشار (ماهر محمد ، ٢٠١٢ ، ٧٥٠) إلى أن الاهتمام قد انصب لفترة طويلة من الوقت على النواحي الحسية الاجتماعية لطفل الروضة فقط، وكان الاهتمام يكاد يكون منعدماً للمهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية ودورها في تكوين شخصية طفل الروضة .

وأكدت (ناهد اسماعيل ، ٢٠٠٠ ، ١) على اهتمام الاتجاهات التربوية المعاصرة في تربية طفل رياض الأطفال (طفل الروضة) بتعليم الطفل عن طريق النشاط الذاتي ، واعتبار اللعب هو جوهر العملية التربوية لطفل الروضة ، فالحركة واللعب هما المدخل الوظيفي لعالم الطفولة فكلما زاد نشاط الطفل (عزة خليل ، ٢٠٠٥ ، ١٨٦) ، فالألعاب الصغيرة تساعد الطفل على التفاعل مع العالم المحيط وتيسر التعلم ، وأن عدم امتلاك هذه الأنشطة يؤدي إلى خبرة الإحباط وتدنى تقدير الذات (Angela - steem, ٢٠٠٨ ، ٣).

وقد وجدت الباحثة قلة الدراسات التي تناولت موضوع الألعاب الصغيرة ومدى تأثيرها على الثبات الإنفعالي لطفل الروضة - على حد علم الباحثة - خاصة في البيئة العربية .

وبالتالي يمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤل الرئيسي التالي:

- ما دور الألعاب الصغيرة في تنمية الثبات الإنفعالي لدى طفل الروضة الكويتي ؟

ويتفرع من التساؤل الرئيسي التساؤلات الآتية :

أ- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات القياسين القبلي والبعدي لأطفال المجموعة التجريبية في الثبات الإنفعالي بعد تطبيق البرنامج ؟

ب- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية وأطفال المجموعة الضابطة في القياس البعدي للثبات الإنفعالي بعد تطبيق البرنامج؟

أهمية البحث :**الأهمية النظرية :**

- ١- يتناول هذا البحث موضوعا مهما من الموضوعات العلمية الحديثة المطروحة على الساحة الفكرية والتربوية وهو تنمية الثبات الانفعالي.
- ٢- يتناول هذا البحث متغيرات مهمة في علم النفس ، مما يضيف الى التراث والفقہ النفسي بعض الأطر النظرية تتعلق بهذه المتغيرات .
- ٣- تقديم إطار نظري لبرنامج تنمية الثبات الانفعالي وجلساته .

الأهمية التطبيقية :

- ١- تفتح نتائج الدراسة الحالية الباب للباحثين لإجراء المزيد من البرامج المعتمدة والقائمة على استخدام الألعاب الصغيرة لطفل الروضة .
- ٢- يقدم البحث الراهن رؤية مختلفة وطرحا جديدا ويشكل بدوره قاعدة علمية وتربوية يمكن الاستفادة منها في برامج الإصلاح والتطوير لرياض الأطفال ، باعتبارها برامج جديدة يسهل تطبيقها على أطفال الروضة .
- ٣- يعد هذا البحث مرجعا مهما للباحثين والأكاديميين والتربويين في رياض الأطفال عند تطبيق برامج الثبات الانفعالي .

أهداف البحث :

- يهدف البحث الحالي إلى تناول دور الألعاب الصغيرة في تنمية الثبات الانفعالي لطفل الروضة بدولة الكويت .
- فروض البحث
- أ- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات القياسين القبلي والبعدي لأطفال المجموعة التجريبية في الثبات الانفعالي بعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي .
 - ب- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية وأطفال المجموعة الضابطة في القياس البعدي للثبات الانفعالي بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية .

مصطلحات البحث :**١- الثبات الانفعالي :**

حالة من التروي والمرونة الوجدانية حيال المواقف الانفعالية المختلفة التي تجعل الأفراد الذين يميلون لهذا الحالة أكثر سعادة ، وهدوء وتفاؤلا وثباتا للمزاج ، وثقة بالنفس ، أما الأفراد الذين يعزفون عن هذه الحالة فلديهم مشاعر الدونية وتسهل إثارتهم ويشعرون بالانقباض والكآبة والتشاؤم ومزاجهم متقلب . (ماجد أبو سلامة ، ٢٠١٤ ، ٣٥) .

وهو قدرة الفرد على ضبط انفعالاته والتعبير عنها بصورة ناضجة متزنة بعيدة عن تعبيرات الطفولة وعن التهور والاندفاع ولا يتسم سلوك الفرد على أنه مذعور أو واقع تحت ضغط شديد ، وأن تكون حياته الانفعالية رزينة لا تذبذب ولا تتقلب لأسباب تافهة بين المرح والانقباض ، لا

بين الحزن والفرح وبين الضحك والبكاء وبين الزهو والخنوع وبين التحسس والفتور. (فضيلة السبعوي، ٢٠١٠، ٢٧٢)

٢- الألعاب الصغيرة : Small games

هي نشاط رياضي يساعد في تطوير الأداء الحركي للألعاب الرياضية، وتمارس وفق قواعد لعب سهلة وغير ثابتة، ويمكن تغييرها وتصعيبها تدريجياً، وهي لا تحتاج إلى تحضير كبير أو أدوات كثيرة أو مكان خاص، ومن هنا جاءت تسميتها بالصغيرة (هيثم حسين عبد حسن الجبوري: ٢٠١٣، ٢٦٥).

حدود البحث

١- الحدود مكانية :

تم اختيار روضة الاستقلال التابعة لمنطقة الأحمدي التعليمية بدولة الكويت .

٢- الحدود بشرية :

تم اختيار عينة من (٤٠) طفل وطفلة بروضة الاستقلال التابعة لمنطقة الأحمدي التعليمية ما بين (٥-٦) سنوات ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين ؛ مجموعة تجريبية وتكونت من (٢٠) طفلاً وطفلة ، ومجموعة ضابطة وتكونت من (٢٠) طفلاً وطفلة .

٣- الحدود زمنية :

تم تطبيق البرنامج خلال الفصل الدراسي الثاني ، ويتكون البرنامج من (٣٦) جلسة موزعة على (١٢) أسبوعاً بواقع (٣) جلسات في الأسبوع الواحد ، حيث بلغ زمن الوحدة (٣٥) دقيقة .

٤- أدوات البحث :وتضمن :

- ١- مقياس الثبات الانفعالي (إعداد : الباحثة)
- ٢- برنامج الألعاب الصغيرة لتنمية الثبات الانفعالي لطفل الروضة بالكويت (إعداد : الباحثة)

الإطار النظرية للبحث :

أولاً: الثبات الانفعالي :

(١) تعريف الثبات الانفعالي:

يميل بعض علماء النفس إلى تصنيف الانفعالات إلى انفعالات موجبة وأخرى سالبة، فالانفعالات الموجبة تشير إلى مدى الانفعالات التي تتراوح ما بين الطاقة العادية والحماس والإثارة من جهة إلى الهدوء من جهة أخرى (مجد عودة الريماوي، ٢٠٠٣ ، ١٠٨) ، وعند الحديث عن الثبات فهذا يعني بأن الإنسان لديه قدر من الطاقة الثابتة بمقدار يميل إلى التوزيع بالتساوي داخل الكائن الحي(هول، كالفين ولندزي جارنر، ١٩٧٨ ، ٣٩٧-٣٩٨) ، والثبات الانفعالي ركن أساسي لتكامل الشخصية وشرط أساسي للصحة النفسية وعلى هذا الأساس فالعلاقة قوية بين الثبات الانفعالي وتقدير الفرد لقدرته ،فالثبات الانفعالي له أهمية كبيرة إذ أن العديد من النظريات في علم النفس إلا وتناولته وعدته أحد الأهداف المهمة التي يسعى علم النفس إلى ترسيخها في شخصية الفرد (رضا الموسوي، ٢٠٠٧، ٣).

ومصطلح الثبات الإنفعالي ضمن مفهومين من مفاهيم علم النفس، وهما الثبات والانفعال، فمفهوم الثبات تشير إليه الكلمة (Stability)، ويعني أن الفرد لديه قدر من الطاقة الثابتة بمقدار يميل إلى التوزيع بالتساوي داخل الكائن الحي، وهذا القدر الثابت الموزع بالتساوي يمثل الحالة المتوسطة للتوتر داخل الكائن الحي، وهي عملية الثبات (سنا سليمان، ٢٠٠٦، ٥٧).

لقد عرف الثبات الإنفعالي بعد عدة مسميات منها: نقص العصابية، والتوافق أو الإنفعالية الإيجابية، وكلها تشير إلى نفس السمات العامة وهي: المرونة، والثبات والجدية وعدم سهولة الاكتئاب والهدوء وعدم الإنفعالية، ومقاومة الضغط. (Vivian, ٢٠٠٥، ١٤-١٥)

فالثبات الإنفعالي يستخدم لوصف حالة الشخص الناضج انفعالياً ولديه مرونة بحيث تكون استجاباته مناسبة للموقف ومتناغمة معه من حيث الظروف. (Reber, ١٩٨٧، ٢٣٦-٢٣٧)

كما يعد المحور الذي تنتظم حوله الانفعالات وأنه يمتد من طرفين يمثل أحدهما درجات الثبات والاستقرار النسبي والسيطرة ويشير الطرف الآخر منه إلى اختلال الثبات الذي ينطوي على تقلبات وجدانية عنيفة ومتلاحقة. (مصطفى سويف، ١٩٨٣، ٢٥٣)

وهذا لا يعني انخفاض التوتر الذي يكاد يبلغ حدود الانعدام لكل توتر بين الأجهزة الداخلية للفرد من ناحية، وبين الفرد وبيئته من ناحية أخرى. لكنه يعني تلك الخلفية العريضة التي تنتج للفرد المرونة. (صلاح مخيمر، ١٩٨٤، ١٨)، ويعد الثبات الإنفعالي واحداً من الجوانب المهمة في حياة الفرد، كما أنه واحد من العوامل التي تحدد أنماط الشخصية الإنسانية؛ فالفرد المتزن انفعالياً لديه القدرة على تحمل تأجيل إشباع الحاجات. (Tarannum & Khatoun, ٢٠٠٩، ٢٤٥-٢٦٦).

ويشير (Van Zalk, Van Zalk, Kerr, & Stattin, ٢٠١١، ٤٩٩-٥٢٦) إلى أن الأشخاص الذين لديهم ثبات انفعالي منخفض، قليلو الأصدقاء، ويختارون الأصدقاء الذين هم على شاكلتهم، بينما يشير (Chrystal, ٢٠١٢، ٣١-٢٥) إلى أن ذوي الثبات الإنفعالي المرتفع غير حسودين، وصبورون، ومتساهلون، ومتفائلون، عكس ذوي الثبات الإنفعالي المنخفض، حيث يكونون غيورين، وحساسين، وحسودين، وعبوسين.

وتذكر (سامية القطان، ١٩٨٦) الثبات الإنفعالي على أنه بمثابة وسطاً فاصلاً على متصل ينتهي من ناحية عند الترددية ومن ناحية أخرى عند الاندفاعية وصميم الإيزان الإنفعالي ينحصر في هذه المرونة التي تمكن صاحبها ليس فقط من مواجهة المألوف من المواقف بل الجديد منها. وتبلغ أحياناً إلى خلق الجديد ابتداءً وابتكاراً بحيث يكون لنا أن نتوقع عدم الثبات الإنفعالي عندما نلتقي بالجمود كنعقوض للمرونة (في: عواطف حسين صالح صالح، ١٩٩٥، ٢٢٩)، أي أنه يشير إلى التحكم الإنفعالي الجيد، والخلو من تباينات وتبدلات وتقلبات المزاج. (Ba Savanna, ١٢٦، ٢٠٠٠)

والثبات الإنفعالي تلك الحالة الشعورية السوية التي يبدي فيها الفرد استجابة انفعالية مناسبة لطبيعة الموقف أو المثير الذي يستدعي هذه الانفعالات سواء من حيث: نوعية الاستجابة (ملائمتها)، وشدة الاستجابة (كميتها). ومدى ثباتها واستقرارها بالنسبة للمواقف الواحدة والمثيرات المتشابهة. (عبد المطلب أمين القريطي، ٢٠٠٣، ٦٥)، ويعرف (محمد يونس، ٢٠٠٤، ٣٦) الثبات الإنفعالي بأنه: "مقدرة الفرد في السيطرة على انفعالاته والتحكم بها، وعدم إفراطه في التهيج الإنفعالي، أو عدم الانسياق وراء تأثير الأحداث الخارجية العابرة والطارئة وصولاً إلى التكيف الذاتي والاجتماعي دون أن يكلف ذلك مجهوداً نفسياً كبيراً.

والثبات الإنفعالي يعنى قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته، وتقديره لذاته بطريقة تمكنه من إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين، وتوجيه أموره وحل مشكلاته دون الاعتماد على الآخرين، ومواجهة الفشل . (سهام محمد عبد الفتاح، ٢٠١٠، ٢٨)

(٢) أهمية الثبات الانفعالي :

يحدث في أثناء الانفعال أن تتعطل عملية التفكير ولا يستطيع الانسان أن يفكر فيما يجابه من مشكلات تفكيراً سليماً كما يحدث عادة في الأوقات التي يكون فيها منفعلاً (نجاح رمضان محرز، ٢٠٠٥، ١١٢)، وقد دلت الدراسات التي قام بها مور (Moore, ١٩٧٩, ٢٦٨) على أن أشد الانفعالات تأثيراً في التفكير والتذكر والانتباه والعمليات العقلية الأخرى هي الخوف الشديد والغضب الحاد وما يتصل بهما من قلق وخجل .

ويرى (Zimbardo, ١٩٩٢) أن الانفعالات تنظم علاقتنا مع الآخرين وترقى وتشجع السلوك الاجتماعي، وكلما زادت شدة الانفعال أدى هذا الى اضطراب السلوك الانساني (في: عبدالعزيز جادو، ٢٠٠٧، ١٢١).

(٣) خصائص وسمات الشخص الثابت انفعاليا:

اقترح سيموندس ١٩٥١ ست محكات تعتبر دلائل على قدرة الشخصية على التعامل مع الاضطرابات الداخلية والخارجية للثبات وهي: احتمال التهديد الخارجي، وطريقة معالجة مشاعر الذنب، والقدرة على التكيف المؤثر، وتوازن الصلابة والمرونة، والتخطيط والضبط . (محمود إسماعيل محمد، ٢٠٠٦، ٤١)

أما النظرية الوجودية فتري أن الشخص الثابت متكامل بشكل جيد وهو قادر على اختيار سلوكه في أي وقت وقادر على تحمل مسؤولية أفعاله والقرارات التي يتخذها. وقادر على إيجاد معنى للحياة. كما أن توجهه الأساسي نحو المستقبل وبكل ما يرتبط به من مجهول أو عدم يقين وهذا المجهول يقوده إلى فكرة القلق لكنه يتقبل هذا القلق كضرورة لاستمرار الحياة وهذا القبول يأتي من الشجاعة التي يبديها الفرد في مواجهة مستقبله، كما أنه قادر على إقامة علاقات حميمة وصداقة قائمة على الحب المتبادل والتعبير الأصيل عنها (فضيلة عرفات محمد، ٢٠١٠، ٨-٩)

أما (إبراهيم أحمد أبو زيد، ١٩٨٧) فيرى أن الشخص الثابت انفعالياً يتسم بما يلي:

- ١- قدرته على التحكم في انفعالاته وضبط نفسه في المواقف التي تثير الانفعال وقدرته على الصمود والاحتفاظ بهدوء الأعصاب وسلامة التفكير حيال الأزمات والشدائد.
- ٢- أن تكون حياته الانفعالية ثابتة رصينة لا تتذبذب ولا تتقلب لأسباب ومثيرات تافهة.
- ٣- ألا يميل الفرد إلى العدوان وأن يكون قادراً على تحمل المسؤولية والقيام بالعمل والاستقرار فيه والمثابرة عليه أطول مدة ممكنة.
- ٤- توازن جميع انفعالات الفرد في تكامل نفسي يربط بين جوانب الموقف ودوافع الشخص وخبرته.
- ٥- قدرة الفرد على العيش في توافق اجتماعي وتكيف مع البيئة المحيطة والمساهمة بإيجابيه في نشاطها بما يضيف عليه شعوراً بالرضا والسعادة.
- ٦- قدرة الفرد على تكوين عادات أخلاقية ثابتة بفضل تحكمه في انفعالاته وتجميعها حول موضوعات أخلاقية معينة. (إبراهيم أحمد أبو زيد، ١٩٨٧، ٢٧٧)

كما أن الشخص الثابت انفعالياً هو ذلك الشخص الناضج الواقعي، دمث الخلق، المتحرر من العصابية وهو كذلك بالنسبة إلى أمور الحياة، ليس لديه هموم ولا أعراض خاصة بتوهم المرض، هادئ، صبور، ويعتمد عليه. يمكن إجمال تلك السمات فيما يلي: القدرة على التحكم في الانفعالات، والأناة في تناول الأمور، والهدوء والرزانة، والتوافق الاجتماعي، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية جيدة. (أحمد محمد عبد الخالق، ١٩٩٦، ٢٠٣)

(٤) تنمية الثبات الانفعالي :

ويضيف كل من ماير (Mayer & Salovey, ٢٠٠٧, ٨) أن الفرد الذكي وجدانياً يعتبر أفضل من غيره في التعرف على انفعالاته، بصورة تمنع سوء فهم الآخرين له، كما أن لديه القدرة على إظهار التعاطف مع الآخرين وفهم وتحليل انفعالاته، كما لديه القدرة على السيطرة على انفعالاته بطريقة تنمي قدراته العقلية والوجدانية كتأجيل إشباع، وكبح جماح غضبه حيث توصل لويس وزملاؤه (Lopes, Salovey, Straus, ٢٠٠٣) في دراستهم إلى أن هناك ارتباطاً جوهرياً بين إدارة الانفعالات والعلاقات الإيجابية مع الآخرين (في : علي على مفتاح، ٢٠٠٤، ٩١).

ويعد الثبات الانفعالي من سمات الشخصية التي تؤثر على تقييم الفرد للموقف ، فإذا كان الفرد متزنًا انفعالياً فإنه يتعامل مع الضغوط بشيء من الواقعية والهدوء كما أنه يسعى لمواجهة الفشل والاحباطات التي يلاقيها أثناء تعرضه للمواقف الضاغطة؛ وبالتالي فإنه سيتبع أساليب المواجهة الفعالة التي تمكنه من التعامل بإيجابية مع تلك المواقف بدلاً من الهروب. (Suldo & Hubne, ١٩٣, ٢٠٠٤-١٠٥)

كما ترجع أهمية تنمية الثبات الانفعالي لما له من أثر بالغ على الصحة النفسية للفرد حيث يتضمن: تنمية التحكم في الانفعالات، وتقدير الذات، والاجتماعية، والاستقلالية، ومواجهة الفشل، وقدرة الفرد على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والمهددة والتعامل معها دون تعرض صحته النفسية والجسدية للاضطراب. (طه عبد العظيم، وسلامة عبد العظيم، ٢٠٠٦، ٧٥)

ويعد الثبات الانفعالي المحور الذي تنتظم حوله الانفعالات وأنه يمتد من طرفين يمثل أحدهما درجات الثبات والاستقرار النسبي والسيطرة ويشير الطرف الآخر منه إلى اختلال الثبات الذي ينطوي على تقلبات وجدانية . (مصطفى سويف، ١٩٨٣، ٢٥٣)

(٥) العوامل المؤثرة على الثبات الانفعالي :

١- التعرض للضغوط النفسية

قد يتعرض الفرد للعديد من الضغوط النفسية أثناء مسابرة مستجدات الحياة ، والمعاشية اليومية والملاحظات الشخصية فأن بعض الأفراد لا يفضلون التعامل مع المواقف الجديدة وأيضاً الأفراد الجدد غير المعروفين (سهام محمد عبد الفتاح خليفة ، ٢٠٠٩ ، ١٣١-١٥٧) وتحمل الغموض يعني قدرة الفرد على إدراك الغموض في المعلومات والسلوك بطريقة محايدة وغير مغلقة أو مبتسرة، كما أن تحمل الغموض مهم لنمو الشخصية وتعلمها، حيث أن مستوى تحمل الغموض يرتبط بالإبداع والمخاطرة والمرونة النفسية وأسلوب الحياة والتوجه نحو الإبداع. وأسلوب القيادة (Owen & Robert, ٢٠٠٢, ٢١٤)

ويرتبط أسلوب تحمل الغموض بمستوي قدرة الأفراد على تقبل ما يحيط بهم من متناقضات وما يتعرضون له من موضوعات أو أفكار أو أحداث غامضة غير واقعية وغير مألوقة، حيث

- يستطيع بعض الأفراد تقبل ما هو مألوف وشائع كما أنهم يستطيعون التعامل مع الأفكار غير الواقعية أو الغريبة (محمد إبراهيم يوسف، ٢٠٠١، ٣٣)
- ٢- الحرمان العاطفي :
يعد الحرمان العاطفي من العوامل المهمة في فقدان الثبات الانفعالي ، فالحالات الصدمية وفقدان الأجزاء يؤثر سلباً على انفعالات الفرد . (عبد الحميد محمد، ٢٠٠٠، ٥)
- ٣- التوافق والصحة النفسية
يؤثر الانفعال على التوافق والصحة النفسية، فالانفعال الحاد يعنى فقدان التوازن، ويبدو ذلك في اختلال السلوك أو اضطراب في النشاط، وأحياناً كضرب من المرض حيث يؤدي إلى تغيرات نفسية، وجسمية (حلمي المليجي، ٢٠٠٠، ١٨٤-١٨٧)
- ٤- الوعي بالذات
تشير دراسة فولام (Fullam, ٢٠٠٢) إلى وجود ارتباط موجب بين الذكاء الوجداني والصحة الإنفعالية والصحة البدنية والقلق السوي، كما توصلت دراسة (سكيوت، ٢٠٠٢) إلى أن الأفراد الذين يمتلكون القدرة على الوعي بالذات، والقدرة على تنظيم انفعالاتهم يتميزون بتقدير عال، وبحالة مزاجية موجبة. (بارعة محمد شبيب، ٢٠٠٨، ١٦٢)

ثانياً : الألعاب الصغيرة

- (١) وظائف اللعب وأهميته :
- للعب وظائف كثيرة يكتسبها الطفل من خلاله ، فهو :
- (أ) يعدل الغرائز ويمكن الفرد من التحكم بها .
- (ب) يساعد في حسن استغلال الفرد لوقت فراغه .
- (ج) يساهم في التنمية البدنية والصحية والنفسية عند الفرد .
- (د) يساهم في عملية التكيف مع البيئة . (محمد خير الله ممدوح ، ١٩٩٣ : ٢٦)
- ويقدم اللعب وظائف عديدة وعلى درجة كبيرة من الأهمية لحياة الأطفال وتكوين شخصياتهم ويمكن تلخيص أهمية اللعب بالنقاط الآتية:-
- أ- الأهمية العلاجية والإرشادية:
- لا يسير النمو في كل الحالات بصورة باعثة على الإرتياح في نفوس الأطفال ، فالنمو ينطوي على تغيرات دينامية عديدة في داخل الطفل وخارجه ، وقد تنطوي هذه التغيرات وبتأثير الضغوط والتوقعات الاجتماعية على خبرات (محمد محمود الحيلة، ٢٠٠٧ : ٣٤)
- ب - الأهمية التربوية للعب:
- يعد اللعب شكلاً رئيساً لنشاط الطفل ينمو فيه التفكير والإدراك والتخيل على الكلام والانفعالات والإدارة والخصال الخلقية بدرجة كبيرة. واللعب في حد ذاته لا ينطوي بدرجة كبيرة على قيمة تربوية ولكنه يكتسب هذه القيمة إذا ما تم تنظيمه وتوجيهه تربوياً (عفاف اللبابيدي ، عبد الكريم الخليلية ، ٢٠١٦ : ٧٥)
- ج - أهمية اللعب في مجال الإبداع:
- يعتبر اللعب الإيهامي (لعب التوهم) شكلاً شائع في الطفولة المبكرة فيه يتعامل الأطفال من خلال اللغة أو السلوك الصريح مع المواد أو المواقف كما لو أنها تحمل خصائص أكثر مما

تتصف به في الواقع ويحقق الأطفال من هذا اللعب أشياء كثيرة منها تنمية قدرته على تجاوز حدود الواقعية (عفاف اللبابيدي ، عبد الكريم الخلايلة، ٢٠١٦: ٧٧)

د- اللعب كأداة لمعرفة الذات:

يتعلم الطفل في اللعب التمييز بين الواقع والخيال وكذلك فإنه في اللعب وفي سنوات الطفولة الأولى وخاصة عندما يظهر الشكل الأولي للإحساس بالذات لدى الطفل وفي علاقتها بموضوعات العالم المحيطة به . (عفاف اللبابيدي ، عبد الكريم الخلايلة، ٢٠١٦: ٧٧)

ه- أهمية اللعب في النمو الحركي:

يؤدي اللعب دوراً ضرورياً إذا كان الطفل ينمي عضلاته على نحو سليم ويدرب كل أعضاء جسمه بشكل فعال وقد أجريت دراسات وأبحاث حول أهمية اللعب على نمو النشاط الحركي للأطفال في سن ما قبل المدرسة فتبين أن اللعب حينما يخضع للتنظيم الملائم فإنه يخلق شروطاً مواتية لنمو وتحسين الأشكال المختلفة للنشاط الحركي . (عزة خليل عبد الفتاح، ٢٠٠٧: ٣٢)

و- أهمية اللعب في النمو الاجتماعي والإنفعالي:

يؤدي اللعب دوراً بناءً في نضج الطفل اجتماعياً واثرائه انفعالياً فبدون اللعب يصبح الطفل أنانياً مسيطراً ضيق الأفق غير محبوب ولكنه في لعبه مع الآخرين يتعلم مشاركتهم ومقاسمتهم خبرات اللعب وأدواره والتزاماته ويتجاوز معهم ويتدرب على مهارات الأخذ والعطاء ويكتسب مكانة مقبولة وسط جماعة رفاقه ، ومن خلال اللعب مع الآخرين يتعلم الطفل كيف يعقد علاقات اجتماعية مع الغرباء ويوسع من دائرة اتصالاته مع الأطفال الآخرين وكيف يواجه ويحل المشكلات . (عزة خليل عبد الفتاح، ٢٠٠٧: ٣٣)

ز- أهمية اللعب في النمو العقلي:

يؤدي اللعب دوراً كبيراً في نمو النشاط العقلي المعرفي وفي نمو الوظائف العقلية العليا كالإدراك والتفكير والذاكرة والكلام لدى الطفل ، فاللعب يساعد الطفل على أن يدرك العالم الذي يعيش فيه وعلى أن يتحكم فيه ويتمكن منه فمن خلال اللعب يتعرف الطفل على الأشكال والألوان والأحجام ويقف على ما يميز الأشياء المحيطة به من خصائص وما يجمع بينهما من علاقات وما تحققه من وظائف وتحمله من أهمية وبذلك تنمو لديه محطات التمييز بين موضوعات العالم المحيطة به.(طلعت أحمد حسن علي، ٢٠١٥: ٢١٤)

وينمي اللعب الإدراك الشخصي للأطفال في الجوانب الآتية:-

أ- مهارات الاعتماد على النفس.

ب- الاستقلالية.

ج- الصحة الجسمية والنفسية.

د- الثقة بالنفس. (محمد محمود الخوالدة، ٢٠٠٧: ٤٤-٤٥)

ط- يساعد اللعب الابتكاري على النمو الانفعالي:

وتتلخص أهمية اللعب في النمو الانفعالي فيما يأتي:-

أ- الإدراك الحسي والتعبير العاطفي وعمليات الإحساس تجاه الآخرين.

ب- مهارات مواجهة الصعاب (يظهر الطفل التوافق والاستجابات الصحية في مواجهة الصعاب والمشاكل).

ج- التكامل الشخصي. (الاستقلالية والإيجابية)

- د- بناء القيم (ينمي عند الطفل الثقة والاحترام). (محمد محمود الحيلة، ٢٠٠٧ : ٦٧)
 ي- يساعد اللعب الإبتكاري على النمو الاجتماعي:
 وتتألف أهمية اللعب الإبتكاري للجانب الاجتماعي في النقاط الآتية:
 أ- التفاعل الاجتماعي. (التعاون مع الأقران والكبار لحل المشاكل)
 ب- المشاركة. (التعاون - أخذ الدور - التنسيق في العمل)
 ج- المحافظة على المصادر. (الاعتناء بالمواد والتجهيزات الخاصة بالبيئة)
 د- احترام الآخرين. (فهم وقبول الاختلافات الفردية والجمهرية - فهم القضايا والمشكلات المعقدة) (محمد محمود الحيلة، ٢٠٠٧ : ٧٠)
 ك- يساعد اللعب الإبتكاري على النمو اللغوي:
 يعتبر اللعب وسيلة قوية لتعليم الأطفال مهارات اللغة، وذلك بتفاعل الطفل مع الآخرين والكبار في مواقف اللعب، وإمداد الطفل بخلفية طبيعية لتبادل الآراء والمشاعر والأفكار الحديثة واكتساب مفردات لغوية جديدة (عفاف اللبابيدي ، عبد الكريم الخلايلة، ٢٠١٦ : ١٠٩)
 م- يساعد اللعب الإبتكاري على نمو المهارات الحركية:
 ونلخص أهمية اللعب هنا في تحقيق ما يأتي:-
 أ- التأزر البصري العضلي.
 ب- القوة الحركية للطفل.
 ج- رعاية الجسم والسيطرة عليه. (عفاف اللبابيدي ، عبد الكريم الخلايلة، ٢٠١٦ : ١٠٩ - ١١٣)

(٢) أنواع اللعب :

تؤكد الدراسات على أهمية تنظيم أنشطة اللعب على أساس مبادئ التعليم القائم على حل المشكلات في تنمية التفكير الإبتكاري عند الأطفال ، ومن هنا فإن اللعب ليس نوعاً واحداً وإنما هو أنواع يمكن بيانها على النحو الآتي:

أولاً: اللعب الوظيفي أو التدريبي : Functional Playing

النوع الأول من أنواع اللعب يطلق عليها اللعب الوظيفي أو التدريبي وهي تعتبر من الخصائص الرئيسية المميزة لمرحلة الذكاء الحركي واللعب الوظيفي أو التدريبي هو ما يطلق عليه بياجيه (العرض السعيد للأفعال المعروفة) حيث يقوم الأطفال بتطبيق السكيمات الخاصة بالأفعال بصورة متكررة باستخدام الأدوات أو باستخدام أجسامهم مثل جذب الأشياء ورفعها والوصول إلى الأشياء التي في محيطهم والأطفال . (هدى محمد قناوي، ١٩٩٥ : ٢٢-٢٤)

ثانياً: اللعب الرمزي: Symblic play

النوع الثاني من أنواع اللعب يطلق عليه اللعب الرمزي ويبدأ من سن ١٨ شهراً وهو من الملامح الرئيسية لمرحلة ما قبل العمليات تمثل المرحلة الثانية من مراحل النمو العقلي لدى بياجيه ويتضمن اللعب الرمزي استخدام التمثيل الذهني Mental representation. (سوزانا ميلر، ١٩٨٧ : ٤٢-٤٥)

ثالثاً: اللعب البنائي:

ويوفر الرابطة الطبيعية بين اللعب الوظيفي والأشكال الأكثر تعقيداً من اللعب الرمزي ففي اللعب البنائي يستخدم الطفل الأدوات المحسوسة لكي يخلق نوعاً من التمثيل لأداة أخرى مثل (استخدام المكعب كبديل للتليفون).

رابعاً: اللعب الدرامي:

وهذا النوع من اللعب يتضمن خلق أدوار متخيلة ومواقف، وعادة ما تصاحبه ببناء أدوات تمثيلية ولكن التمثيل في هذا النوع من اللعب يكون أكثر تجريباً فبدلاً من الرموز البسيطة للأدوات يستخدم الأطفال التعبيرات الوجهية واللغة لكي يخلقوا أدواراً متخيلة ومواقف متخيلة في مشاهد معقدة وشخصيات وسكريبت. (هدى محمد قناوي، ١٩٩٥: ٢٢-٢٤)

(٣) أهداف الألعاب الصغيرة في مرحلة رياض الأطفال :

بعد أن أصبح اللعب جزءاً مهماً من النشاط الحركي للطفل ، وأصبحت ضمن أساسيات كل منهج تربوي يعمل على تكوين شخصية الطفل وإكسابه مختلف الصفات والسماة السلوكية الحميدة التي تعمل على إعداد المواطن الصالح ، ويمكن تلخيص أهداف اللعب فيما يلي :

أولاً: الأهداف النفس حركية :

تهدف الألعاب الصغيرة إلى إعداد طفل رياض الأطفال في مجال النفس حركي (البدني المهارى) من حيث تحسين الحركات البنائية الأساسية والقدرات الإدراكية والبدنية والمهارات الحركية من خلال :

١- الحركات البنائية :

هي التي تشمل على الحركات الانتقالية كالمشي والجري والتزحلق والحجل ، وكذلك الحركات غير الانتقالية كالمد والتثني والشد والدفع والميل ، وكذلك الحركات اليدوية وحركات المعالجة كالركل والضرب والرمي والقف .

٢- القدرات الإدراكية :

عمل الألعاب الصغيرة على نمو الإدراك والقدرات الحركية للطفل من حيث تمييزه للإدراك السمعية والبصرية والحركية، ومن ثم إمكانية تكييف الطفل مع البيئة التي يمارس فيها النشاط. (Evansy, ١٩٩٨، ١٣٥-١٤٦)

٣- القدرات البدنية :

هي تعتبر القاعدة الهامة في بناء وتقدم الطفل في مجال الأنشطة المختلفة ، وتشمل القدرات البدنية على عناصر التحمل ، والقوة العضلية والسرعة ، والرشاقة ، والمرونة، والدقة ، والتوازن ، والقدرة ، ويعمل نمو وتحسين القدرات البدنية على تحسين أداء المهارات الحركية وتعلم مهارات جديدة . (نبيل عبد الهادي، ٢٠٠٤ : ٦١)

ثانياً: الأهداف المعرفية :

يجب أن تهدف وتعمل الألعاب الصغيرة على إعداد الطفل للاستفادة في المجال المعرفي بأقسامه المختلفة ، والتي تشمل على المعرفة ، والفهم والتطبيق ، والتحليل ، والتركيب ، والتقييم ، من خلال ممارسة الطفل للألعاب الصغيرة ، يكتشف ويتعلم المفاهيم والمعارف والمعلومات عن النشاط الذي يمارسه ، كذلك يمكنه أن يكتشف ويحلل ، ويميز من حوله من حيث المكان والأدوات والزمن والفراغ والنشاط الممارس.

ثالثاً: الأهداف الوجدانية :

ترتبط الأهداف الوجدانية بالأهداف المعرفية ارتباطاً وثيقاً ، حيث أن لكل هدف معرفي جانب وجداني ، وبالتالي فإن تلازمها أمر طبيعي ، وعلى المعلمة أن تجذب اهتمام الأطفال لتعلم الألعاب والألعاب الصغيرة حتى يتولد لديهم الميل والرغبة والإصرار على تعلمها وممارستها .

(خالد عبد الرزاق السيد ، ٢٠٠١ : ٧٥-١٠١)

(٤) الخصائص المميزة للعب الأطفال في مرحلة الروضة

يتميز لعب الأطفال خاصة في مرحلة الروضة عن لعب الكبار بعدة مميزات :

أ- اللعب عملية نمو :

ويظهر ذلك في تتبعنا لنمو الطفل منذ ميلاده فنلاحظ أن شكل النشاط يتغير بازدياد نضج الطفل ونموه. وأن لعب الطفل في بداية حياته يكون بسيطاً لا تعقيد فيه يتألف من حركات عشوائية ومن استثارة لأعضاء الحس. وكلما تطور نمو الطفل يصبح لعبه معقداً فاللعب بالدمى يجتذب الطفل من سن مبكرة حيث يصل إلى ذروته في العام السابع أو الثامن من عمره . ولهذا أطلق على هذه الفترة اسم (سن اللعب بالدمى) ويلاحظ أيضاً أن اهتمام الطفل باللعب يبدأ في التغيير ويظهر ذلك خلال العام الأول والثاني في حياته المدرسية (حنان عبد الحميد العناني ، ٢٠٠٢ : ١٣٢)

ب- ارتباط اللعب بعمر الطفل (كمياً) :

ويمكننا أن نرجع التناقض الكمي في أنشطة اللعب عند الأطفال إلى العوامل الآتية : (

Marie, ٧:٢٠٠٦-١٢)

١- تضائل مقدار الوقت المتاح للعب بسبب الواجبات الجديدة المفروضة عليه وبسبب الوقت الذي يقضيه في المدرسة وما يتبع ذلك من التزامات خارج المدرسة .

٢- مسايرة الطفل للضغوط الأسرية والمدرسية والاجتماعية وما يتبع ذلك من التنسيق بين عمله ولعبه .

٣- تزايد وعي الأطفال بميولهم وقدراتهم والتركيز على نمط واحد من اللعب لفترة طويلة والاستمتاع به . (سلوى محمد عبد الباقي، ٢٠٠١ : ٨٢)

ج- ارتباط اللعب بعمر الطفل (كيفياً) :

ومما يلاحظ أن لعب الأطفال لا سيما الصغار منهم يتسم بالتلقائية واللاشكالية فالطفل الصغير يلعب بالكيفية التي يريدونها مهما كانت مواد لعبه فهو سعيد مثلاً وهو يلعب بأشياء تخص والديه أو إخوته . ولا يراعي في لعبه مواعيد خاصة أو مكاناً معيناً للعب . (حنان عبد الحميد العناني، ٢٠٠٢ : ١٣٢-١٣٣)

(٥) مراحل اللعب :

يمر اللعب بمجموعة من المراحل هي :

أ) مرحلة تحريك الأطراف واللعب العشوائي (السنة الأولى من عمر الطفل)

يسمي العلماء المرحلة الرئيسية الأولى من مراحل اللعب بمرحلة تحريك الأطراف واللعب العشوائي وتمتد هذه المرحلة لمدة عام من الولادة، ومع نمو الطفل وتطوره ينمو اللعب لديه ويتطور، ويتميز لعب الأطفال في هذه المرحلة بالعفوية والحرية وانعدام القواعد والضوابط، وهو كائن غير اجتماعي. (عباس محمود عوض، ١٩٩٤ : ٤٤)

ب) مرحلة الانتقال أو التنقل (السنة الثانية من عمر الطفل)

يحمل إسم المرحلة أهم سمة للعب للطفل في السنة الثانية من عمره، وكالمرحلة الرئيسية الأولى سنحاول أن نحدد السمات المختلفة خلال النصف الأول من السنة الثانية وقبل نهايتها.

يصبح لعب الطفل خلال النصف الأول من السنة الثانية من عمره النوع الهادف لغرض بدائي يرتبط بالحاجة للإشباع أو بإشباع الحاجات نوعاً ما، كما يصبح اللعب أكثر تنظيماً

وتنوعاً. (أمين أنور الخولي، ١٩٩٨ : ١٦)

ج) مرحلة التكوين : اللعب أداة تشكيل وتكوين (السنة الثالثة من عمر الطفل) بعد سن الثانية تتخذ ألعاب الطفل (Gams) بعداً رمزياً وذلك لأن الطفل يكون قد بدأ بتعلم إتقان الكلام وتتميز ألعاب هذه الفترة بأنها وظيفية (Functional) وحسية حركية بحيث يستمتع الطفل كونها تؤدي وظائف معينة يحتاجها وتحرك مختلف أجزاء الجسم، حركات الإيقاع والتوازن، نطق الأصوات المختلفة والصراخ والهمهمة والدندنة لترنم، ويمضي الطفل في هذا السن قسماً كبيراً من وقته في النظر في الصور وأمام المرآة حيث يبدأ التعرف إلى ذاته ووعيها، ومن الألعاب أو ألوان اللعب الحركية التي يمارسها طفل هذه المرحلة (٢ - ٣ سنوات) (العاب البناء (Construction) أو التركيب. (Fromberg, ١٩٨٧ : ٣٥)

د) مرحلة التجمع الأولي (السنة الرابعة من عمر الطفل) ويحدث التقدم في نوعية اللعب بالاتجاه الاجتماعي نتيجة تشجيع الكبار لهذا النمط من اللعب أكثر منه كنتيجة عوامل النضج ومع أن الطفل لا يلعب مع الآخرين في هذه المرحلة إلا أنه لا يحب كذلك اللعب بمفرده، وحيداً بعيداً عن الأطفال الآخرين أي أنه لا يحب اللعب مع الآخرين ولا يحب أن يلعب بعيداً عنهم، فيلعب بوجودهم وليس معهم: اللعب المتوازي- (Parallel play) (فيولا البيلاوي، ١٩٨٧ : ٦١)

هـ) مرحلة التجمع الثانية (السنة الخامسة من عمر الطفل) يدخل الطفل في سن ٤ - ٥ سنوات المرحلة (Intuitive) والتي تمتد عند بياجيه من سن الرابعة وحتى سن السابعة، وهي المرحلة التي يقول عنها بياجيه (١) في معرض حديثه عن خصائص الطفل العقلية أن الطفل يبدأ هنا بإعطاء أسباب لأفعاله وآرائه (تعليلها) كما يبدأ بتكوين بعض المفاهيم، غير أن تفكيره لا يزال مادياً حسيماً أي أنه لا يزال غير قادر على إجراء العمليات العقلية Mental Operators أي تكوين صور عقلية للأشياء غير المحسوسة ومقارنة بعضها ببعض من الذاكرة دون رؤيتها. (أمل محمد عبد الفتاح، ٢٠٠٦ : ١٦٢)

و) مرحلة التجمع الثالثة أو مرحلة اللعب التعاوني (٥ - ٨ سنوات) يطلق على اللعب في هذه المرحلة إسم اللعب التعاوني (Cooperative play) القائم على مشاركة الأطفال في اللعب، والتنافس مع الجماعة أي مبادئ اللعب التعاوني وهذا يجعل الدارس والرياضي والحضانات تقف أمام مطالب خاصة وأدوار بارزة في مساعدة الأطفال على الانتقال من اللعب المتوازي واللعب الرمزي الضيق، إلى اللعب الاجتماعي التكاملي بمعناه الشامل، حيث يتعلم الطفل معاني التعاون، والخطأ والصواب. والحقوق والواجبات ويكتسب الاتجاهات الاجتماعية الايجابية نحو الآخرين وخاصة أولئك الذين يشاركونهم اللعب. (أمل محمد عبد الفتاح، ٢٠٠٦ : ١٦٣)

(٦) العلاقة بين اللعب بالنمو الجسمي والإنفعالي :

ويعاون اللعب التمثيلي Pretend Play الأطفال على التعبير عن مشاعرهم بالأساليب الأربعة الآتية:-

- تبسيط الأحداث Simplifying events من خلال خلق شخصيات متخيلة وحبكات أو مواقف تلائم حالتهم الإنفعالية فالطفل الذي يخاف من الظلام، على سبيل المثال قد يحذف أو يقلل المشاهد المتعلقة بالظلام أو الليل من مشاهد اللعب.

- ٢- التعويض عن المواقف **Compebsating For Situations** : من خلال إضافة تصرفات ممنوعة داخل اللعب التمثيلي فالطفل قد يتناول البسكويت والأيسكريم في الإفطار في اللعب، بينما في الواقع يعتبر هذا العمل متنوعاً. (زيد الهويدي، ٢٠٠٢: ٦٤)
- ٣- مرونة الخبرات **Liquidating** : وذلك حينما يكرر الأطفال تمثيل خبرة غير سارة أو مخيفة لكي يتمكنوا من التحكم في المشاعر الناجمة عنها، فإذا ما تعرض طفل لحادثة، على سبيل المثال فإنه يكرر تمثيلها لكي يتمكن من التحكم في المشاعر الناجمة عن هذه الخبرة.
- ٤- استباق الأحداث أو السلوك **Anticipating behaviors and events** : من خلال تمثيل أي شخصية أخرى، حقيقة أو متخيلة تبنت عملاً معيناً وعانت من نتائجه وذلك حينما يكون الأطفال متهمين بعواقب عدم طاعة الكبار، كما أن الذين تحدد مشاهدتهم للتلفزيون ببرامج معينة فقط قد يسمحون في لعبهم للدمية بمشاهدة برامج التلفزيون المحظور عليهم مشاهدتهما. (إسماعيل إسماعيل، ٢٠١٣: ٢٣٩)
- ويُعد اللعب طريقة لضبط سلوك الطفل وتصحيحه لدعم نموه الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي ، فهو يقويه جسدياً وينشط أجهزته كما يزوده بالمعلومات والخبرات ومن هنا تبدأ المعايير الاجتماعية والقيم الخلقية بالتكوين لديه (مجدي أحمد شوقي، ١٩٩٧: ١٢٧)
- وفي هذا الصدد يذكر أبو النجا عز الدين، وعثمان مصطفى (٢٠٠١) أن الحركة تعني الحياة بالنسبة للطفل فالحركة هي أداء التعبير والاتصال بين الطفل والعالم الذي يحيط به وذلك عن طريق ارتباط الخيال بالحركة. (أبو النجا أحمد عز الدين وعثمان مصطفى، ٢٠٠١: ٦٩)
- لذا فقد احتل موضوع الاهتمام بمرحلة ما قبل المدرسة موقع الصدارة في جمهورية مصر العربية بإصدار رئيس الجمهورية قراراً رسمياً في (١٩٨٩) باعتبار العشر سنوات (عقد حماية الطفل ورعايته) وهذه المرحلة هي نظام تربوي يحقق التنمية الشاملة للأطفال ما قبل المدرسة ويهيئهم للالتحاق بمرحلة التعليم الأساسي ويلتحق بها الأطفال من الجنسين من سن الرابعة حتى السادسة ويطلق عليها رياض الأطفال. (زينب محمود شقير، ٢٠٠٠: ١-٢)
- إن أهم ما يميز هذه المرحلة هو الميل الطبيعي للعب والحركة فعن طريق هذا الميل يتعلم الطفل بواسطة الممارسة وقد فطن علماء التربية الحديثة إلى أهمية اللعب والحركة أثناء مرحلة ما قبل المدرسة ووجد أنها ميزة من المميزات التي يجب استغلالها والاستفادة منها في عملية التربية والتعليم (أمين أنور الخولي، أسامة راتب، ١٩٩٣: ٣٥-٣٦)
- كما أن الاستكشاف الحركي يعد جزءاً رئيسياً في برامج التربية الحركية حيث تعد من الأنشطة المهمة وبالرغم من أهمية النشاط الاستكشافي في تعلم الطفل الحركات المختلفة إلى أنه يضيف له بعداً عقلياً ومعرفياً في الوقت الذي تفتقر فيه برامج التربية الرياضية في مرحلة ما قبل المدرسة والصفوف الأولى من المدرسة الابتدائية (أحمد عز الدين أبو النجا، ٢٠٠٢: ٦١)
- إن المعلم يقوم في الاستكشاف الحركي بدور غير مباشر ولكنه ذو أهمية عظمى، يقوم بتقديم واجباً حركياً في شكل مشكلة وتحدد طبيعتها في مستوى نضج وخبرة الأطفال السابقة. (منى طلعت رشاد، ٢٠٠٢: ٤٠)
- ويذكر (Irwin , ١٩٩٤: ٨٦) أنه يجب تشجيع الأطفال على الاشتراك في الأنشطة الاستكشافية لأن ذلك يجعلهم يعبرون عن دوافعهم ويشجعهم على استخدام قدرتهم بصورة فعالة الأمر الذي يساهم في النمو العقلي والأخلاقي والمعرفي للطفل ولقد أجرى العديد من الدراسات التي تهدف إلى محاولة وضع برامج للأنشطة الاستكشافية للأطفال .

ويشير كل من (Kauffman، ١٩٨٥) و(هشام الصاوي، ٢٠٠٥: ٣٣) إلى ضرورة الاهتمام بالمشكلات السلوكية والتعرف عليها وتعديلها في مرحلة ما قبل المدرسة لما لها من الأثر في تكوين شخصية الطفل المستقبلية وأن بداية المشكلات السلوكية المختلفة كالعُدوان والنشاط الزائد وقصور الانتباه والعناد وغيرها يمكن ملاحظتها في مرحلة ما قبل المدرسة، حيث أنه كلما طالت الفترة التي يعاني فيها الأطفال من هذه المشكلات، كلما أصبح علاجها أكثر صعوبة.

ويتفق كلاً من (زكريا الشربيني محمد، ٢٠٠٢: ٤١)، و(منى طلعت، ٢٠٠٢: ٢٦) على أن العديد من المشكلات السلوكية تنتشر في مرحلة قبل المدرسة مثل الغيرة، القلق، العدوانية، فقدان آداب الحديث والحوار ومص الأصابع، قضم الأظافر والعناد والتمرد، اللامبالاة، النشاط الزائد، اضطرابات الكلام، اضطرابات الأكل والخوف، الكذب، السرقة، الغضب، الاكتئاب، الخجل، الانطواء.

(٧) البرامج القائمة على اللعب :

يمكن تعريفها بأنها "مجموعة الخبرات التربوية التي تقدم من خلال أنشطة قائمة على اللعب، وهي تتضمن: أنشطة اجتماعية، أنشطة تثقيفية، أنشطة يدوية، أنشطة حركية، والتي تتناسب مع خصائص نمو الأطفال بهدف خفض السلوك الاعتمادي لديهم". (لمياء عبد الحميد بيومي، ٢٠١٤: ٤٣٥)

تعتبر الألعاب أحد أشكال الظاهرة الحركية أو النشاط البدني، وهي تحتل مكاناً متوسطاً بين كل من اللعب والرياضة، والتي يمكن تحديد أهم خصائصها على النحو التالي:

أ - قابليتها للتكرار (يمكن إعادة نفس النشاط أكثر من مرة)
 ب - تنتهي بنتيجة محددة (هزيمة أو فوز)
 ج - تنسم ببعض التنظيم (كتقسيم اللاعبين لفريقين) (Riggen, ١٩٩٣: ١٢٢)

ثانياً: الدراسات السابقة

أولاً : دراسات تناولت الثبات الإنفعالي

١- دراسة أمنة سعيد حمدان (٢٠٠١) بعنوان "المهارات الاجتماعية والثبات الانفعالي لدى التلاميذ أبناء الأمهات المكتنبات"، هدفت الدراسة إلى بحث المهارات الاجتماعية والثبات الانفعالي لدى التلاميذ أبناء الأمهات المكتنبات من أبناء دولة الإمارات العربية المتحدة، تكونت عينة الدراسة من (٦٠) طفلاً مقسمين على النحو التالي (٣٠) طفلاً للأمهات مكتنبات ممن تلقين علاجاً طبياً بالأقسام الخارجية بالمستشفيات بإمارة دبي بدولة الإمارات، و (٣٠) طفلاً للأمهات عاديات، جميع الأبناء من المرحلة الابتدائية تتراوح أعمارهم ما بين ٦ إلى ١٢ سنة، استخدمت الباحثة اختبار المهارات الاجتماعية للأطفال إعداد (محمد السيد عبدالرحمن)، واختبار أيزنك للشخصية، واستمارة البيانات الأولية، واختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات، وأظهرت النتائج أن عينة أبناء الأمهات المكتنبات والعاديات كانوا تقريباً متساوون في جميع متغيرات الدراسة وهذا يرجع لطبيعة الأسرة في دولة الإمارات حيث لا تزال تعيش في ظل الأسرة الممتدة التي يشارك فيها الآباء والأجداد والأعمام والأخوال والخالات والعمات والجَدات.

٢- قام عبد عون عبود المسعودي (٢٠٠٢) بدراسة هدفت إلى التعرف على "التعرف على مستوى الثبات الإنفعالي لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس والتخصص الدراسي، وقد استخدم

الباحث المنهج الوصفي، على عينة قوامها (٤٥٠) طالبة وطالباً من طالبة جامعة بغداد، وقد أسفرت أهم النتائج الى أن متوسط درجات الثبات الإنفعالي للعينة كانت أعلى من المتوسط الفرضي أي أن العينة تتمتع بالاتزان الإنفعالي.

٣- قام محمد بني يونس (٢٠٠٥) بدراسة هدفت إلى الكشف عن كل من مستويات الثبات الإنفعالي ومستويات تأكيد الذات، وإيجاد العلاقة بينها، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، على عينة قوامها (١٣٤) طالباً وطالبة، وقد أسفرت أهم النتائج إلى أن نسبة الطلبة لكل من المستوى المنخفض للثبات الإنفعالي (٦%)، و (٩٣.٣%) للمستوى المتوسط، و (٧%) للمستوى المرتفع، كما أظهرت نتائج التحليل الإحصائي باستعمال اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (≥ 0.05) في مستوى الثبات الإنفعالي تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور.

٤- دراسة أمل مالك الزاكي (٢٠٠٧) بعنوان الاتزان الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى أطفال الروضة من عمر ٤ - ٥ سنوات دراسة تطبيقية بمحلية أبو سعد - أم درمان ، هدفت الدراسة لمعرفة الاتزان الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى الاطفال فى الرياض بمحافظة أم درمان محلية أبو سعد ولتحقيق هذا الهدف ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي (دراسة ارتباطية) ، واختارت عينة حجمها (٢٠٠ طفل) يمثلون عدد ١٥٠ روضة عن طريق العينة العشوائية الطبقية من مجتمع الدراسة الأصلي وهو محلية أبو سعد واستخدمت الباحثة مقياس الاتزان الانفعالي اعداد (شادية عثمان) ، ومقياس المهارات الاجتماعية اعداد الباحثة ، توصلت الدراسة إلى: يتسم الاتزان الانفعالي لدى أطفال الروضة بالارتفاع. تتسم المهارات الاجتماعية لدى أطفال الروضة بالارتفاع، توجد علاقة ارتباطية بين الاتزان الانفعالي والمهارات الاجتماعية.

٥- هدفت دراسة منى سيد محمد حموده (٢٠٠٨) إلى تحديد نمط الأسرة كمدد لعلاقة أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء بالاتزان الانفعالي مقارنة بين أبناء أسر (طبيعية، بديلة، مضيفة، مؤسسات إيوائية)، طبقة الدراسة على عينة قوامها (٩٤) تلميذا وتلميذة ومن أنماط أسرية مختلفة من الذكور والإناث وكان عددهم كالتالي: (٣٠) ابن وابنة من الأسر الطبيعية، و(٣٠) من المؤسسات الإيوائية إناث، وذكور (١٧) من الأسر البديلة ذكور وإناث، و(١٧) من الأسر المضيفة ذكور، حيث استخدمت الباحثة مقياس المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء من إعداد أحمد إسماعيل (١٩٨٩)، واختبار الاتزان الانفعالي من إعداد الباحثة، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأسر الطبيعية والمضيفة وبين الأسر الطبيعية والمؤسسات الإيوائية على أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء لصالح الأسر المضيفة والمؤسسات الإيوائية، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأسر الطبيعية والمؤسسات الإيوائية وبين الأسر الطبيعية والأسر البديلة في متغير الاتزان الانفعالي لصالح الأسر الطبيعية.

٦- أجرى الباريت وآخرون (Albright, Honts, & LaChapell, ٢٠٠٨) دراسة هدفت إلى الكشف عن الثبات الإنفعالي والإجهاد لدى الطلاب البالغين، كما هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الإجهاد والثبات الإنفعالي وأثرهما في شخصية الطالب، تكونت عينة الدراسة من (١٣٣) طالبا من طلبة الجامعة، وأظهرت أهم نتائجها وجود علاقة سلبية دالة إحصائية بين الإجهاد والثبات الإنفعالي لدى الطلاب، كما بينت النتائج أن للإجهاد آثار سلبية في شخصية الطالب مما ينعكس على ثباته الإنفعالي، وبالتالي يؤثر بشكل مباشر في سلوكاته وتصرفاته.

٧- قام جانبوزجي وآخرون (Janbozorgi, Zahirodin, Norri Ghafarsamar & Shams, ٢٠٠٩) بدراسة هدفت إلى تحديد الآثار المترتبة للاسترخاء على الثبات الإنفعالي، تكونت عينة الدراسة من (٣٢) طالبا شخصوا باضطرابات القلق، تم تعريضهم لـ (١٢) جلسة من قبل التنقيف النفسي، كما تم توزيعهم على مجموعتين. وأظهرت أهم نتائج الدراسة وجود انخفاض في مستوى الثبات الإنفعالي لدى الطلبة الذين لديهم مستوى قلق مرتفع، بالإضافة إلى إصابتهم بالانطواء والخوف والتوتر، كما أشارت النتائج إلى وجود أثر دال إحصائيا للاسترخاء في الثبات الإنفعالي، وبينت أن مستوى الثبات الإنفعالي لدى أفراد عينة الدراسة كان بدرجة منخفضة.

٨- قامت فضيلة عرفات (٢٠٠٩) بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الثبات الإنفعالي وعلاقته بمتغير الجنس والضغط النفسية لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين والمعلمات، تكونت عينة الدراسة من (٧٥٠) طالبا وطالبة، وأظهرت نتائجها أن مستوى الثبات الإنفعالي لدى أفراد عينة الدراسة كان مرتفعا، كما بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الثبات الإنفعالي، تعزى لاختلاف متغير الجنس، لصالح الذكور. وأشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الثبات الإنفعالي بين طلبة المعاهد الذين تعرضوا للضغط النفسية، وأقرانهم الذين لم يتعرضوا، وجاءت الفروق لصالح الطلبة الذين لم يتعرضوا لهذه الضغوط.

٩- قام هنلي (٢٠١٠) Henley بدراسة هدفت إلى تدريب الطلبة على الثبات الإنفعالي من خلال أسلوب ضبط الذات واكتساب مهاراته، تكونت عينة الدراسة من (٣٧) طالبا وطالبة، وأظهرت أهم نتائجها أن دافعية الطلبة نحو اكتساب مهارات ضبط الذات كانت قوية، كما بينت النتائج أن الطلبة عند امتلاكهم مهارات ضبط الذات يصبحون أكثر قدرة على التعامل مع الآخرين، كما أن المشكلات المتصلة بالسلوك أخذت بالتراجع، وأشار الطلبة إلى أنهم شعروا بثقة النفس بعد امتلاكهم هذه المهارات.

١٠- وسعت دراسة فؤاد عبده مقبل غالب (٢٠١٢) إلى إيجاد العلاقة بين نمو الأحكام الأخلاقية وعلاقته بالانتران الانفعالي والنضج الاجتماعي كدراسة ميدانية مقارنة على عينة من تلاميذ الصفين الرابع والسادس من التعليم الأساسي من محافظتي (دمشق - سوريا) و (عز- اليمن)، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٤٠٠) تلميذاً وتلميذة بواقع (١٢٠٠) تلميذ وتلميذة من مدينة دمشق السورية، و(١٢٠٠) تلميذ وتلميذة من مدينة عز باليمن، استخدم الباحث إختبار الحكم الأخلاقي لكولبرج، ومقياس الاتزان الانفعالي من إعداد الباحث، ومقياس النضج الاجتماعي من إعداد الباحث أيضاً، وقد أشارت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين نمو الأحكام الأخلاقية والاتزان الانفعالي والنضج الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة، وعلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الاتزان الانفعالي والنضج الاجتماعي لدى عينة الدراسة، وعلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس أو متغير القطر، بينما أشارت الدراسة على وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغير العمر.

١١- وقامت هدى شهاب بيداء (٢٠١٣) بدراسة هدفت إلى التعرف على تمرينات للتوازن الحركي وتأثيرها في الاتزان الانفعالي وأداء مهارة الدرجة الخلفية على جهاز عارضة التوازن، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، على عينة قوامها (١٥٦) طالبة، وأسفرت أهم

النتائج أن المنهج المستخدم لتطوير التوازن الحركي أثر إيجابياً على الثبات الإنفعالي لدى الطالبات.

١٢- وأجرى كومار (٢٠١٣) Kumar دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الثبات الإنفعالي وعلاقته بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي لدى الطلبة الذين يدرسون في المدارس الثانوية الحكومية والخاصة. تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وأظهرت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الثبات الإنفعالي لدى الطلاب الذين يدرسون في المدارس الحكومية والخاصة، ووجود فروق في المعدل العام للوضع الاجتماعي والاقتصادي للطلاب تبعاً للثبات الإنفعالي الذي يمتازون به، وبينت النتائج أن مستوى الثبات الإنفعالي لدى أفراد عينة الدراسة كان متوسطاً.

١٣- قامت نيكوليتا وفيتاليا (Nicoleta & Vitalia, ٢٠١٣) بدراسة هدفت إلى الكشف عن تأثير برنامج تدريبي لتنمية سمات الشخصية في الثبات الإنفعالي، كما هدفت إلى الكشف عن طرق تنمية سمات الشخصية التي من شأنها تعزيز الثبات الإنفعالي لدى الطلبة. تكونت عينة الدراسة من (١٠) طلاب من طلبة الجامعة من تخصص علم النفس تراوحت أعمارهم بين (٢٠-٢١) عاماً، الذين شاركوا في برنامج تنمية سمات الشخصية، وأظهرت نتائجها وجود أثر إيجابي دال إحصائياً لبرنامج تنمية سمات الشخصية على الطلاب بشكل يسمح بخلق الانسجام والتفاعل والتكامل سواءً على مستوى الأفراد أو فيما بينهم، مما يؤدي إلى رفع مستوى الثبات الإنفعالي لديهم.

ثانياً : دراسات تناولت الألعاب الصغيرة :

١- وأجرى (Tobert, ٢٠٠٣) دراسة بعنوان أثر استخدام الألعاب الجماعية على تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لطلاب الصف الأول الابتدائي، واستخدم الباحث المنهج التجريبي بحيث تم تقسيم الطلاب إلى مجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية والأخرى مجموعة ضابطة وأظهرت نتائج الدراسة أن البرنامج أدى إلى تحسين المهارات الحركية أدى إلى تحسين الأداء بصورة معنوية لدى أفراد المجموعة التجريبية ولم يكن هناك فروق بين المجموعتين في بعض المهارات الأخرى، يوصي الباحث بضرورة استخدام المهارات الحركية كمؤشر على التطور البدني والمعرفي لدى طلاب المرحلة الابتدائية.

٢- أجرت بيريفان عبد الله المفتي (٢٠٠٤) دراسة هدفت إلى الكشف عن أثر استخدام الألعاب الحركية والألعاب الاستكشافية ودرس التربية الرياضية التقليدي في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والسلوك الاستكشافي الرياضي لتلاميذ مجاميع البحث الثلاثة ولكلا الجنسين، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة وأهداف الدراسة، واشتملت عينة الدراسة على (١٢٠) طالبا وطالبة بواقع (١٦٠) طالبا و (٦٠) طالبة، وتم توزيعهم (٢٠) طالبا وطالبة لكل مجموعة ولكلا الجنسين. أسفرت نتائج الدراسة إلى أن برنامج الألعاب الحركية والألعاب الاستكشافية ودرس التربية الرياضية التقليدي أظهرت تطورا في بعض المهارات الحركية الأساسية.

٣- أجرى أحمد أشرف عبد العزيز وآخرون (٢٠٠٦) دراسة هدفت إلى التعرف إلى أثر برنامج الألعاب الصغيرة في تطوير المهارات الحركية الأساسية المرتبطة في كرة اليد وهي (سرعة الرمي واللقف ودقة الرمي، القدرة على الرمي بيد واحدة والجري بأنواعه)، وذلك للصفين الثاني والثالث واستخدم الباحثون المنهج التجريبي وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة

العشوائية وكان عددها (٢٠٠) تلميذ وتلميذة من الصفين الثاني والثالث في مرحلة التعليم الأساسي بمدرسة القرصاوية بمدينة سبها، ثم تطبيق البرنامج لمدة (٦) أسابيع وأظهرت نتائج الدراسة أن برنامج الألعاب الصغيرة كنشاط تربوي ضمن فقرات درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي أدى إلى تطوير المهارات الحركية الأساسية المرتبطة في كرة اليد وأن ممارسة الألعاب الصغيرة ضمن فقرات درس التربية أدخلت لدى الطلاب البهجة والسرور، ويوصي الباحثون بضرورة استخدام الألعاب الصغيرة على شكل مسابقات وألعاب تمهيدية في درس التربية الرياضية لما له من أهمية على تطوير المهارات الحركية الأساسية والتي تعتبر أساس لكثير من مهارات كرة اليد.

٤- وقامت إيمان شاكر (٢٠٠٩) بدراسة استهدفت البحث في تأثير الألعاب الفرقة والجماعية على بعض القدرات الحركية باستخدام الإيقاع الموسيقي لتطوير قدرات الأطفال للمرحلتين العمرية الممتازة في (الجري، الوثب، الرمي) استهدفت الدراسة عينة عددها (٤٠) طفلاً تم اختيارهم بشكل عشوائي أوصت الدراسة بالتأكيد على أهمية استثمار أقسام درس التربية الرياضية في بناء وتطوير القدرات الحركية وإعداد الكادر المتخصص في تطبيق طرق التدريس الحديثة في مجال التربية الرياضية باستخدام طريقة اللعب مع الإيقاع الموسيقي من جهة وبناء روح العمل الجماعي التنافسي في الحصص الدراسية الواحدة بتساوي الفرص، كما تم التأكيد على ضرورة تنوع الأدوات وألوانها لزيادة تشويق الأطفال.

٥- قام الحايك والويسى (٢٠٠٩) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى أثر استخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المهارات الحركية الأساسية لدى طلاب المراحل الأساسية الدنيا في مدرسة كفر أما في محافظة إربد وتكونت عينة الدراسة من (٤٠) طالباً من مدرسة كفر الماء للبنين في مديرية تربية لواء الكوره، أظهرت نتائج الدراسة فعالية البرنامج التعليمي القائم على الألعاب الصغيرة وأن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية. ويوصي الباحثان باستخدام البرنامج التعليمي المقترح القائم على الألعاب الصغيرة لتنمية المهارات الحركية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وضرورة وضع مناهج وبرامج رياضية وحركية لطلاب هذه المرحلة تعمل على تطوير مهاراتهم الحركية المختلفة.

٦- دراسة هيثم حسين عبد حسن الجبوري (٢٠١٣)، هدفت الدراسة إلى استخدام ألعاب صغيرة ذات ازمة مختلفة في تنمية القدرات الإبداعية الحركية لتلميذات الصف الخامس الابتدائي، والتعرف على تأثير الألعاب الصغيرة ذات الأزمات المختلفة في تنمية القدرات الإبداعية الحركية، بعد اختيار المنهج التجريبي ذات المجاميع المتكافئة، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية والبالغة "٦٦" تلميذة من تلميذات الصف الخامس الابتدائي-مركز محافظة بابل. مقسمة إلى ثلاث مجاميع تجريبية "أولي، ثانية، ثالثة" بعد الانتهاء من إجراء القياس الأولي، استنتج الباحث أن برنامج الألعاب الصغيرة ذات الأزمات المختلفة له أثر إيجابي في تنمية القدرات الإبداعية الحركية، وعليه يوصي الباحث اعتماد الألعاب الصغيرة في المدارس الابتدائية لما لها من تأثير إيجابي في تنمية القدرات الإبداعية الحركية.

٧- دراسة مشرق عزيز اللامي (٢٠١٥) هدف البحث إلى التعرف على تأثير طريقة التعلم بالألعاب الصغيرة على المجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد. اشتملت عينة البحث على مجموعتين متساويتين العدد "١٦" أحدهما تجريبية والآخرى ضابطة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ومن خلال الوسائل الإحصائية توصل الباحث إلى أهم

الاستنتاجات التالية. المنهج التعليمي الاثر في تطوير كل من مهارة "التصويب، الخداع، الطبطبة، المناولة"

ثالثا : دراسات تناولت الثبات الإنفعالي وعلاقته بالألعاب الصغيرة :

١- قامت مها صبري علوان (٢٠٠٠) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الثبات الإنفعالي والحركي ومستوى الأداء ، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (٨٠) طالبة ، وكان من أهم النتائج التي توصلت إليها التعرف على تغير مستوى الأداء ومدى تأثير التوازن الحركي والثبات الإنفعالي وما هي العوامل المشتركة الأخرى في التغير الحاصل بمستوى الأداء عن طريق المعادلة التنبؤية ، ومن خلال الاستنتاجات وجدت الباحثة وجود علاقات معنوية للمتغيرات التوازن الحركي والثبات الإنفعالي ومستوى الأداء.

٢- دراسة صريح عبدالكريم الفضلي (٢٠٠١)، هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الاتزان الحركي والانفعالي وبين مستوى أداء بعض مهارات ركض الموانع، أيضا التعرف على العلاقة بين الاتزان الحركي والانفعالي وبين الصفات البدنية ، تم اختيار عينة عشوائية من طلاب المرحلة الثانية لكلية التربية الرياضية شعبتي (ج، د) بلغ عددهم (٦٦ طالبا). استخدم المنهج الوصفي التحليلي المناسب لهذه الدراسة، اختبار باس المعدل للتوازن الحركي) ، وقائمة " ديلوبي" للميل العصبي أعداد احمد عبد الخالق، وتوصلت الدراسة إلى : توجد علاقة طردية بين الاتزان ومستوى أداء المهارات الأساسية لركض الموانع، توجد علاقة عكسية بين الاتزان الانفعالي والسرعة والرشاقة ، توجد علاقة طردية بين الاتزان الحركي والانفعالي. و أوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بالبرامج التدريبية للاتزان الانفعالي في مجال التدريب والتدريس.

٤- دراسة عدنان لطيف سعد السوداني (٢٠١٤) ، هدفت الدراسة إلى بحث أهمية الاتزان الانفعالي، لكونه أحد الأبعاد الأساسية في شخصية الفرد الرياضي، وأهمية التوازن البدني بنوعيه الثابت والحركي في مختلف مجالات الحياة ،تم اختيار (٨٠) طالبا منهم كعينة للبحث، وبعد تطبيق مقياس الاتزان الانفعالي عليهم تمت معالجة النتائج بالوسائل الإحصائية اللازمة وتحليل النتائج ، وقد توصل الباحث إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية معنوية بين التوازن البدني (الثابت والحركي) والاتزان الانفعالي مما جعل الباحث أن يوصي بضرورة اهتمام المربين والمختصين في المجال الرياضي بتطوير قدرة التوازن البدني لدى طلبتهم لأنه قدرة هامة ورئيسية تؤدي إلى رفع مستوى اتزانهم الانفعالي، كما أوصى الباحث بضرورة إجراء دراسات أخرى مماثلة للمراحل الدراسية الأخرى ولكلا الجنسين لغرض المقارنة بينهما، وكذلك القيام بدراسات أخرى لمعرفة العلاقة بين التوازن البدني بنوعيه الثابت والحركي ومتغيرات نفسية أو عقلية أو بدنية أخرى.

رابعا : تعقيب عام على الدراسات السابقة :

١- أكدت الدراسات السابقة على أن الأنشطة الحركية واللعب يلعبان دورا مهما في بناء شخصية الطفل بصفة عامة وطفل مرحلة رياض الأطفال بصفة خاصة في مختلف النواحي الاجتماعية، والإنفعالية، والجسمية، والمعرفية، والنفسية.

٢- وجدت الباحثة الحالية قلة الدراسات التي تناولت واستهدفت تنمية الثبات الإنفعالي بشكل مباشر سواء على المستوى الأجنبي أو المحلي، ويرجع ذلك إلى أن الباحثين يعتبروا أن الثبات الإنفعالي هو جزء مهم يندرج من الذكاء الإنفعالي.

- ٣- أكدت الدراسات السابقة على أهمية وضرورة تنمية الثبات الإنفعالي لدى الطلاب في مختلف المراحل التعليمية بصفة عامة وعلى ضرورة تنميته لدى أطفال الروضة بصفة خاصة فهو الأساس الذي تبنى عليه شخصية الفرد مستقبلاً.
- ٤- وجدت الباحثة قلة الدراسات التي اهتمت بتنمية بالثبات الإنفعالي بصفة خاصة مع أطفال رياض الأطفال .

خامساً : فروض البحث

- أ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لأطفال المجموعة التجريبية في الثبات الإنفعالي لصالح القياس البعدي .
- ب- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية وأطفال المجموعة الضابطة في الثبات الإنفعالي بعد تطبيق البرنامج لصالح أطفال المجموعة التجريبية.

نتائج البحث وتفسيرها :

هدف هذا الجزء إلى قياس دور الألعاب الصغيرة في تنمية الثبات الإنفعالي لدى طفل الروضة الكويتي ، وقامت الباحثة فيما سبق بعرض الإطار النظري للبحث وإجراءاته الميدانية بما تم فيه من إجراءات قامت بها الباحثة أثناء التطبيق وبعد ما تقدم سيتم عرض نتائج الدراسة وتفسيرها من خلال الأسلوب الإحصائي المناسب على النحو التالي :

أولاً : عرض النتائج :

جدول (١) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية في الثبات الإنفعالي بين القياسين القبلي والبعدي

المتغير	قبل البرنامج (٢٠)		بعد البرنامج (٢٠)		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	ع	م	ع	م		
الثبات الإنفعالي	٧٢.٩٠	٨.٧٦	٨٢.٩٥	٣.٦٥	٤.٨٧	دالة**

** دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من الجدول (١) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي أطفال المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي في الثبات الإنفعالي عند مستوى (٠.٠١) لصالح القياس البعدي .

جدول (٢)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية وأطفال المجموعة الضابطة في الثبات الإنفعالي بعد تطبيق البرنامج

المتغير	المجموعة التجريبية (٢٠)		المجموعة الضابطة (٢٠)		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	ع	م	ع	م		
الثبات الإنفعالي	٨٢.٩٥	٣.٦٥	٧٣.٨٥	٧.٣٦	٤.٩٥	دالة**

** دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من الجدول (٢) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية وأطفال المجموعة الضابطة في الثبات الانفعالي في القياس البعدي لصالح أطفال المجموعة التجريبية.

ثانيا : مناقشة وتفسير النتائج

وينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الثبات الانفعالي لصالح القياس البعدي" .

يتضح من الجدول (١) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي أطفال المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي في الثبات الانفعالي عند مستوى (٠.٠١) لصالح القياس البعدي . وترجع الباحثة الحالية هذه النتيجة إلى أثر المتغير المستقل (البرنامج التدريبي للألعاب الصغيرة) ، وهذا يدل على الفعالية المرتفعة والتأثير الإيجابي للبرنامج في تنمية الثبات الانفعالي لدى أطفال المجموعة التجريبية برياض الأطفال بدولة الكويت ، ويتفق مع تلك النتائج نتائج دراسة كل من هدى شهاب (٢٠١٣) ، ونتائج دراسة . (٢٠١٣) Nicoleta & Vitalia وتعزي الباحثة فعالية البرنامج المستخدم في الدراسة الراهنة في تنمية الثبات الانفعالي من خلال الفتيات التي استخدمت في أثناء جلسات البرنامج لعبت دورا مهما واضحا في تنمية الثبات الانفعالي لدى أطفال المجموعة التجريبية، والتي تنوعت ما بين المناقشات الجماعية والحوار والتي من خلالها اكتسب أطفال المجموعة التجريبية المزيد من المعارف والمفاهيم والأفكار حول الثبات الانفعالي والأنشطة الحركية والتوافق النفسي والاجتماعي والتي أدت بدورها إلى جعل أطفال المجموعة التجريبية أكثر نشاطا ومشاركة وإيجابية في أثناء جلسات البرنامج ، وأسفرت عن زيادة قدرة الأطفال ووعيهم بذواتهم وانفعالاتهم، والثقة بالذات، ، وإقامة العلاقات الإيجابية مع الآخرين، وإدارة انفعالاتهم والتحكم فيها والقدرة على حل المشكلات واتخاذ القرار كل ذلك انعكس بدوره على زيادة مستوى ثباتهم الانفعالي لديهم فهي تعد مكونات أساسية تمثل لب الثبات الانفعالي .

وتذكر (عواطف حسين، ١٩٩٥، ٢٢٩) الثبات الانفعالي على أنه بمثابة وسطاً فاصلاً على متصل ينتهي من ناحية عند الترددية ومن ناحية أخرى عند الاندفاعية و الثبات الانفعالي ينحصر في هذه المرونة التي تمكن صاحبها ليس فقط من مواجهة المألوف من المواقف بل الجديد منها ، وتبلغ أحياناً إلى خلق الجديد ابتداءً وابتكاراً بحيث يكون لنا أن نتوقع عدم الثبات الانفعالي عندما نلتقي بالجمود كنفيس للمرونة.

ويشير كل من (Tarannum & Khatoon, ٢٠٠٩, ٢٤٥) إلى أن الثبات الانفعالي يعد واحدا من الجوانب المهمة في حياة الفرد، كما أنه واحد من العوامل التي تحدد أنماط الشخصية الإنسانية؛ فالفرد المتزن انفعاليا لديه القدرة على تحمل تأجيل إشباع الحاجات، ولديه قدرة على تحمل قدر معقول من الإحباط، ويؤمن بالتخطيط بعيد المدى، ولديه القدرة على مراجعة التوقعات في ضوء الظروف والمستجدات والمشكلات.

ويتفق مع ذلك كل من طه عبد العظيم، وسلامة عبد العظيم (٢٠٠٦) ، و سهام خليفه (٢٠٠٩) فقد أشاروا إلى أن هناك العديد من العوامل التي تؤدي إلى تنمية وتحسين الثبات الانفعالي وتشمل: تدعيم العلاقات الإيجابية، تنمية وتعزيز الضبط أو التحكم الذاتي، تنمية الاتجاهات الإيجابية والقدرة على حل المشكلات، القدرة على التعبير عن الانفعالات والتحكم فيها

، ممارسة الأنشطة الحركية واللعب، تنمية المهارات الانفعالية والاجتماعية ، تنمية التحكم في الانفعالات، وتقدير الذات، والاجتماعية، والاستقلالية، ومواجهة الفشل، وقدرة الفرد علي مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والمهددة والتعامل معها دون تعرض صحته النفسية والجسدية للاضطراب أو المرض .

إضافة إلى إن أصحاب الثبات الانفعالي المرتفع يتصفون بعدة خصائص تشمل: القدرة على إقامة العلاقات الإيجابية مع الآخرين، القدرة على حل المشكلات وتحمل المسؤولية ، القدرة على تنظيم الانفعالات والتحكم فيها ، التحكم أو الضبط الذاتي، مواجهة المحن .

وينص الفرض الثاني على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية وأطفال المجموعة الضابطة في الثبات الانفعالي في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية " .

لاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار "ت" للمجموعات المستقلة لحساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياس البعدي للثبات الانفعالي للمجموعتين التجريبية والضابطة.

ويتضح من الجدول (٢) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية وأطفال المجموعة الضابطة في الثبات الانفعالي في القياس البعدي لصالح أطفال المجموعة التجريبية.

ويمكن للباحثة إرجاع هذه النتيجة الى الدور المؤثر الذي لعبه البرنامج التدريبي للألعاب الصغيرة والذي تلقته وتدربت عليه أطفال المجموعة التجريبية فقط في إحداث تحسن في الثبات الانفعالي مقارنة بأطفال المجموعة الضابطة والتي لم تتلق أى نوع من التدريب ، وهذا يدل على فعالية البرنامج في تحسين الثبات الانفعالي لدى أطفال الروضة بدولة الكويت.

المراجع

إبراهيم أحمد أبو زيد (١٩٨٧). سيكولوجية الذات والتوافق، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية. أبو النجا أحمد عز الدين ، ونور طه إبراهيم حسين (٢٠١٢). تأثير برنامج أنشطة استكشافية حركية على بعض المشكلات السلوكية لأطفال ما قبل المدرسة، بحوث التربية الرياضية , ٤٦ (٨٨).

أبو النجا أحمد عز الدين- عثمان مصطفى(٢٠٠١) . فاعلية برنامج تربية حركية على التفكير الابتكاري وبعض القدرات البدنية لرياض الأطفال، مجلة جامعة قناة السويس.

أحمد أشرف عبد العزيز (٢٠٠٦). تأثير الألعاب الصغيرة وجمباز المواقع على تنمية بعض الحركات الأساسية في كرة اليد لمرحلة التعليم الأساسي، المؤتمر العلمي الثالث لعلوم التربية البدنية والرياضية، جامعة السابع من إبريل، الجماهيرية الليبية، ص (١٥-٣٠).

أحمد عز الدين أبو النجا(٢٠٠٢):فاعلية استخدام القصص الحركية على التطور الحركي وبعض القيم الأخلاقية لأطفال ما قبل المدرسة، المؤتمر السنوي الأول، مركز رعاية الطفولة، جامعة المنصورة.

أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩٦). الأبعاد الأساسية للشخصية، دار المعرفة الجامعي، الإسكندرية.

- أمل مالك الزاكي (٢٠٠٧). الاتزان الإنفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى أطفال الروضة من عمر ٥ - ٤ سنوات : دراسة تطبيقية بمحلية أبو سعد - أم درمان ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة أم درمان الإسلامية.
- أمل محمد عبد الفتاح (٢٠٠٦): فاعلية بعض ألعاب الحل والتركيب في تنمية المهارات البصرية لدي الروضة في مجال الاستعداد للقراءة، بحث منشور، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، الجزء الثاني، العدد ١٣١
- أمنة سعيد حمدان (٢٠٠١) : المهارات الاجتماعية والثبات الإنفعالي لدى التلاميذ أبناء الأمهات المكتنبات , رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات التربوية . جامعة القاهرة .
- أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب (١٩٩٨). التربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، ط٣، القاهرة.
- إيمان شاكر (٢٠٠٩). أثر برنامج تدريبي على تطوير القدرات الحركية لدى أعمار من سن (٦-٩) سنوات، المؤتمر العلمي الدولي الثالث "نحو رؤية مستقبلية لثقافة بدنية شاملة"، جامعة اليرموك، كلية التربية الرياضية، إربد - الأردن.
- بارعة محمد شبيب (٢٠٠٨). فاعلية برنامج إثرائي لتعليم مهارات الذكاء الوجداني في تنمية مهارات التفكير الإبداعي وحل المشكلات والمهارات الاجتماعية والتحصيل الدراسي لدي عينة من الطلبة المتفوقين تحصيلاً في الصف الثاني الثانوي، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد البحوث والدراسات التربوية، جامعة الدول العربية.
- بيريفان عبد الله (٢٠٠٥). استخدام برنامجين بالألعاب الصغيرة والألعاب الاستكشافية على تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والسلوك الاستكشافي لدى تلاميذ الصف الثاني الابتدائي، أطروحة دكتوراه جامعة الموصل، العراق.
- حلمي المليجي (٢٠٠٠). علم النفس المعاصر، (ط٢)، دار النهضة العربية بيروت.
- حنان عبد الحميد العناني (٢٠٠٢): اللعب عند الأطفال - الأسس النظرية والتطبيقية ، عمان : دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- خالد عبد الرزاق السيد (٢٠٠١). فاعلية استخدام أنواع مختلفة من اللعب في تعديل بعض اضطرابات السلوك لدى أطفال الروضة. مجلة الطفولة والتنمية، ٣، ١، ٧٥-١٠١.
- خلفاوى شريف، معزیز محمد ، محمولة محمد ، عياد مصطفى (٢٠١٢). واقع ممارسة التربية البدنية الرياضية لأطفال ما قبل المدرسة، جامعة قاصدي رباح ورفله. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر.
- رضا الموسوي (٢٠٠٧). النمو والاتزان الإنفعالي وأثرهما في الشخصية الذكية عوامل وراثية وبيئية وراء أعمال العنف، جريدة الزمان الدولية، العدد ٢٦٧٤ .
- زكريا الشربيني محمد (٢٠٠٢): المشكلات النفسية عند الأطفال، دار الفكر، القاهرة.
- زيد الهويدي (٢٠٠٢ م): الألعاب التربوية استراتيجية لتنمية التفكير، دار الكتاب الجامعي، العين، الإمارات العربية المتحدة ص ٦٤
- زينب محمد الخفاجي (٢٠٠٧) : الأنشطة التربوية في دور الحضانات الحكومية وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة البحوث التربوية والنفسية ، ٣٠ .
- زينب محمود شقير (٢٠٠٠): الشخصية السوية والمضطربة، مكتبة النهضة العربية، القاهرة

- سلوى محمد عبد الباقي (٢٠٠١): اللعب بين النظرية والتطبيق ، ط٢ ، الإسكندرية : مركز الإسكندرية للكتاب ، ص ٨٢.
- سناء محمد سليمان (٢٠٠٦). سيكولوجية الفروق الفردية وقياسها، ط١، عالم الكتب، القاهرة.
- سهام محمد عبد الفتاح خليفة (٢٠٠٩) . العلاقة بين تحمل الغموض والالتزان الإنفعالي لدى طالبات الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية ١٠ (١،٤).
- سهام محمد عبد الفتاح خليفة (٢٠١٠). التعليم الجامعي كمتغير وسيط للالتزان الإنفعالي وبعض المتغيرات المعرفية لدى عينة من طالبات الجامعة، دراسة مقارنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.
- صادق الحايك، والويسى نزار (٢٠٠٩). أثر استخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المهارات الحركية الأساسية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا. المؤتمر العلمي السادس "الرياضة والتنمية" نظرة استشرافية نحو الأفق الثالث، الجامعة الأردنية، عمان الأردن.
- صريح عبدالكريم الفضلي (٢٠٠١) علاقة التوازن الحركي والانفعالي ببعض الصفات البدنية ومستوى اداء ركض الموانع بحث وصفي على طلبة المرحلة الثانية كلية التربية الرياضية جامعة بغداد ، مجلة التربية الرياضية العراقية ، ١٠ (٤) .
- صلاح مخيمر (١٩٨٤). الإيجابية كمعيار وحيد وأكد لتشخيص التوافق عن الراشدين، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة.
- طلعت أحمد حسن علي (٢٠١٥) : فعالية برنامج قائم على العلاج باللعب في خفض حدة أعراض الاكتئاب لدى الأطفال الصم ، مجلة كلية التربية بأسبوط -مصر ، مج ٣١، ع ٤٤
- طه عبد العظيم حسين وسلامة عبد العظيم حسين (٢٠٠٦). استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، ط١، عمان، دار الفكر.
- عبد الحميد محمد (٢٠٠٠) . الإغتراب وعلاقته بسمات الشخصية لدى المسنين بمحافظة أسبوط ، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية، جامعة أسبوط .
- عبد الرحمن بن ميصره وعبد الناصر بن التومي (٢٠٠٩) . دور الألعاب التربوية الموجهة في تنمية الكفاءات الحركية لأطفال التعليم التحضيري ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة الجزائر.
- عبد المطلب أمين الفريطي (٢٠٠٣) . فى الصحة النفسية، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- عبد عون عبود مسعودي (٢٠٠٢). قياس الاتزان الإنفعالي لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية (ابن الهيثم)، جامعة بغداد.
- عبدالعزیز جادو (٢٠٠٧). التربية المقصودة وغير المقصودة .مجلة كلية التربية الوطنية القطرية للتربية والثقافة والعلوم، ٨٣، الدوحة: اللجنة الوطنية القطرية للتربية والثقافة والعلوم .
- عدنان لطيف سعد السوداني (٢٠١٤) .العلاقة بين التوازن البدني الثابت والحركي والالتزان الانفعالي، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ، ١٤ (٢) .
- عزة خليل عبد الفتاح (٢٠٠٧): الأنشطة في رياض الأطفال، ط٤، القاهرة، دار الفكر العربي، ص ٣٢.
- عفاف اللبابيدي ، عبد الكريم الخلايلة (٢٠١٦): سيكولوجية اللعب ط١ ، منشورات دار الفكر

- علي على مفتاح (٢٠٠٤). الذكاء الوجداني، والذكاء اللفظي لدى الشباب الجامعي، مجلة الخدمة النفسية، ١ (١).
- عواطف حسين صالح صالح (١٩٩٥). التحكم في الأنا وبعض متغيرات الشخصية في مرحلة المراهقة المتأخرة، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، (٢٢).
- فضيلة السبعوي (٢٠٠٨). قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين والمعلمات الذين تعرضت أسرهم لحالات الدهم والتفتيش والاعتقال من قبل قوات الاحتلال الأمريكي وأقرانهم الذين لم يتعرضوا لها، مجلة التربية والعلم، دراسة مقارنة، ١٥ (٣)، كلية التربية، جامعة الموصل، الموصل، العراق.
- فضيلة عرفات محمد (٢٠١٠). قياس الاتزان الإنفعالي لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين والمعلمات الذين تعرضت أسرهم لحالات الدهم والتفتيش والاعتقال من قبل قوات الاحتلال الأمريكي وأقرانهم الذين لم يتعرضوا لها (دراسة مقارنة). رسالة ماجستير غير منشورة، مركز النور للدراسات، جامعة بغداد.
- فؤاد عبده مقبل غالب (٢٠١٢). نمو الأحكام الأخلاقية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي والنضج الاجتماعي " دراسة ميدانية مقارنة على عينة من تلاميذ الصفين الرابع والسادس من التعليم الأساسي في محافظتي (دمشق - سوريا) و(عز - اليمن)". رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة دمشق، سوريا.
- فيولا البيلوي، (١٩٨٧). دراسات في لعب الأطفال، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- لمياء عبد الحميد بيومي (٢٠١٤): فاعلية برنامج باللعب قائم على الضبط الذاتي لخفض السلوك الفوضوي لدى المعاقين عقليا، القابلين للتعلم مجلة التربية الخاصة - مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية بكلية التربية جامعة الزقازيق - مصر، ٧٤ ص ٤٣٥.
- ماجد أبو سلامة (٢٠١٤). فاعلية برنامج تدريبي في خفض الاغتراب النفسي والقلق الاجتماعي وأثره على فاعلية الذات والكفاءة الاجتماعية والاتزان الإنفعالي لدي طلاب المرحلة الثانوية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الدول العربية، المنظمة العربية لتربية والثقافة والعلوم، جامعة القاهرة، القاهرة، مصر.
- ماهر محمد عواد (٢٠١٢). دراسة مقارنة للنشاط الحركي والنمو الجسمي للأطفال المنتمين للروضة وغير المنتمين لها. مجلة كلية التربية الأساسية، (٧٦).
- مجدي أحمد شوقي (١٩٩٧). دليل الألعاب الصغيرة، العزيرية للكمبيوتر، القاهرة، ص ١٢٧
- محمد إبراهيم يوسف إبراهيم (٢٠٠١). دراسة وتحليل بعدي لأهم المتغيرات الوجدانية والمعرفية للتحصيل الدراسي باستخدام طرق المتغيرات المتعدده. رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
- محمد بني يونس (٢٠٠٥). علاقة الاتزان الإنفعالي بمستويات تأكيد الذات عند عينة من طلبة الجامعة الأردنية. مجلة جامعة النجاح للأبحاث، العلوم الإنسانية، ١٩ (٣)، نابلس، فلسطين.
- محمد خير الله ممدوح (١٩٩٣): سيكولوجية التعلم بين النظرية والتطبيق، بيروت، دار النهضة.
- محمد عودة الريماوي (٢٠٠٣). علم نفس النمو - الطفولة والمراهقة، الطبعة الأولى، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان_الأردن.

- محمد محمود الحيلة (٢٠٠٧). الألعاب التربوية وتقنية إنتاجها سكولوجياً وتعليمياً وعملياً، ط٤، (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة)، ص ٣٤ .
- محمد محمود الخوالدة (٢٠٠٧). اللعب الشعبي عند الأطفال ودلالاته التربوية في إنماء شخصياتهم، ط٢ (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة)، ص ٤٤-٤٥ .
- محمد يونس (٢٠٠٤). مبادئ علم النفس، دار الشروق للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- محمود إسماعيل محمد ريان (٢٠٠٦). الإلتزان الإنفعالي وعلاقة بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الابتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- مروة إسماعيل إسماعيل محمد عامر (٢٠١٣): أثر استخدام الألعاب الترويحية في تنمية التوافق الاجتماعي لطفل الروضة، مجلة البحث العلمي في التربية - مصر، ١٤ع، ج٤ ص ص ٢٣٩ - ٢٧٦ .
- مشرق عزيز اللامي (٢٠١٥) أثر التعلم باستخدام الألعاب الصغيرة لتطوير أهم المهارات الأساسية للاعبين كرة اليد للأعمار (٨-١٤) سنة، مجلة علوم التربية الرياضية (كلية التربية الرياضية - جامعة بابل) - العراق، مج٨، ع٣
- مصطفى سوييف (١٩٨٣). علم النفس الحديث معالمه ونماذج من دراساته، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- منى سيد محمد حموده (٢٠٠٨). نمط الأسرة كمحدد لعلاقة أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء بالالتزان الإنفعالي مقارنة أبناء أسر (طبيعية، بديلة، مضيفة، مؤسسات إيوائية). رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة المنوفية، مصر.
- منى طلعت رشاد (٢٠٠٢): برنامج إرشادي لبعض المشكلات السلوكية الموجودة لدى التلاميذ المحولين من التعليم الأساسي إلى التعليم المهني، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- مها صبري علوان (٢٠٠٠). العلاقة بين الإلتزان الإنفعالي والحركي ومستوى الأداء على عارضة التوازن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة ديالى، العراق.
- ناصر اسماعيل محمد (٢٠٠٦). تأثير برنامج مقترح للتمرينات باستخدام بعض الأدوات اليدوية الصغيرة على بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال من (٤ - ٦ سنوات). رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة حلوان.
- ناصر بن راشد بن محمد (٢٠١٤). أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالالتزان الإنفعالي لدى الأطفال المضطربين كلامياً بمحافظة مسقط. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى.
- نبيل عبدالهادي، فاتن الصاحب (٢٠٠٢): سيكولوجية في الحضانات ورياض الأطفال، بيت المقدس للنشر والتوزيع، عمان، ص ٧٣ .
- نجاح رمضان محرز (٢٠٠٥). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بتوافق الطفل الاجتماعي والشخصي في رياض الأطفال، مجلة جامعة دمشق، ٢١ (١).
- هدى شهاب بيداء (٢٠١٣): تمرينات للتوازن الحركي وتأثيرها في الإلتزان الإنفعالي وأداء مهارة الدرجة الخلفية على جهاز عارضة التوازن، بحث منشور، مجلة كركوك للدراسات الإنسانية، جامعة كركوك، العراق.

- هدى محمد قناوي (١٩٩٥) : الطفل وألعاب الروضة . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.
- هشام محمد الصاوي(٢٠٠٥): المشكلات السلوكية في النشاط الحركي لأطفال ما قبل المدرسة وعلاقتها ببعض حاجاتهم النفسية، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية.
- هناء الحمود (٢٠١٠) : دور معلمة الروضة في بناء القيم الاقتصادية لدي أطفال الرياض ما بين (٦-٥) سنوات ، (رسالة ماجستير منشورة) ، جامعة دمشق ، دمشق ، الجمهورية العربية السورية .
- هول، كاليفين ولندزي جارنر (١٩٧٨). نظريات الشخصية، الطبعة الثانية. ترجمة أحمد فرج أحمد ومحمد عثمان نجاتي، دار المشاريع، القاهرة.
- هيثم حسين عبد حسن الجبوري (٢٠١٣) تأثير ألعاب صغيرة ذات ازمنا مختلفة في تنمية القدرات الإبداعية الحركية ، مجلة العلوم الانسانية (كلية التربية صفي الدين الحلي جامعة بابل (- العراق , ١٤٤ ص ص ٢٦٣ - ٢٧٢
- Albright, S., Terranova, M., Honts, C., Goedde, J., & LaChapell, J. (٢٠٠٨). Perceived stress and emotional stability among working adults. *Student Research Conference, ٢١st Annual Student Research Conference*.
- Angela ,O. (٢٠٠٨) . Supporting children's development . *The Magazine of the National childcare Accreditation council (NCAC) . ISSUE ٢٨ , ٣ - ٥*.
- Be Savanna, M. (٢٠٠٠). *Dictionary of psychology*. Allied publisher. New Delhi .
- Chien, C . (٢٠٠٧) . Using the reach home to validate the Peabody developmental Motor scales . second edition in infants and preschool children , *Master Degree (Research thesis) , James cook university*.
- Chrystal, E. (٢٠١٢). The construction and idigenous emotional stability scale. *Master thiese , Faculty of Humenites of Johannesburg of Psychology*, ٤٧ (١), ٢٥-٣١.
- Evansy(١٩٩٨) : The Effect of the application of Program of Environmental Concepts on acquiring Certain Cognitive Skills for Children According to Information Processing Levels, *Journal of Experimental Psychology*, Vol. ١٨١ p١٣٥-١٤٦
- Fromberg, D. (١٩٨٧). Play, In: C. Seefeldt (Ed.), *The Early Childhood Curriculum*, New York: Teachers College, Columbia University: ٣٥-٧٤
- Henley, M. (٢٠١٠). Teaching self-control to young children. *Reaching Today*, S Yonth: The Community Circle of Caring Journal, ١(١): ١٣-٢٦.
- Irwin , E .C(١٩٩٤) : Facilitating children language Development through play , the spepch teacher,p٨٦

- Janbozorgi, M., Zahirodin, A., Norri, N., Ghafarsamar, R., & Shams, J. (٢٠٠٩). Providing emotional stability through relaxation training. *Eastern Mediterranean Health Journal*, ١٥(٣), ٦٢٩- ٦٣٨.
- Kumar, P. (٢٠١٣). A study of emotional stability and socio- economic-status of students studying in secondary schools. *International Journal of Education and Information Studies*, ٣(١): ٧-١١.
- Marie, C., (٢٠٠٦): Play Behaviours and Social Interactions of a Child Who Is Blind: In Theory and Practice, Vol. ١٠٠, No. ٢, pp. ٧-١٢
- Mayer, J., & Salovey, P. (١٩٩٧). What is emotional intelligence inp. Salovey, and D. Sluyter (Eds), *Emotional Development and Emotional Intelligence Implications for educators*, New York.
- Moore, H. (١٩٧٩). The assessment of social pretence in children. *Journal of Applied Behavior Analysis*, ٢٦(٣), ٣٦٩-٣٧٧.
- Nicoleta, R., & Vitalia, I. (٢٠١٣). The influence of experiential analysis on the emotional stability in the unifying experiential groups. *Journal of Experiential Psychotherapy*, ١٦(١), ٣-١٢.
- Owen, W., & Robert, B. (٢٠٠٢). Ambiguity Tolerance, Performance, Learning, and Satisfaction: A Research Direction, Paper presented at *ISECON, san Antonio, TX* <http://proc.isecon.org/٢٠٠٢/٢٤٢c/ISECON.٢٠٠٢.Owen.pdf>
- Reber , A. (١٩٨٧). *Dictionary of psychology* , New York .penguin book .
- Riggen, K. (١٩٩٣). Sport program in participants with Mental Retardation P.E.D in Diana university vit
- Suldo, S. & Hubner, E. (٢٠٠٤). Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psychopathological behavior during a adolescence ?, *School Psychology Quarterly*, ١٩(٢) ,٩٣-١٠٥.
- Tarannum, M. & Khatoun, N. (٢٠٠٩). Self- esteem and emotional stability of visually challenged Students, *Journal of India Academy of Applied Psychology*, ٣٥(٢), ٢٤٥-٢٦٦.
- Tober & Mariene (٢٠٠٥). Using Active Group games Basic Life Skills, *Journal Young Children*, ٦٠ (١).
- Van Zalk, N., Van Zalk, M., Kerr, M., & Stattin, H. (٢٠١١). Social anxiety as a basis for friendship selection and socialization in adolescents' social networks. *Journal of Personality*, ٧٩, ٤٩٩-٥٢٦.
- Vivian, D. (٢٠٠٥). An investigation of the construct validity of the big five construct of emotional stability in relation to job performance, job satisfaction, and career satisfaction ,*PH.D., the university of Tennessee, Knoxville.*