

تأثير برنامج تعليمي بأنشطة رياضية في تنمية بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر (٦ سنوات)

م. د. حسين رشيد غياض

Hsinhsinhsinyy99@gmail.com

الكلمات المفتاحية: برنامج تعليمي ، المتغيرات البدنية والمهارية .

هدف البحث إلى اختيار بعض الأنشطة الرياضية لتطوير بعض المتغيرات البدنية والمهارية للتلاميذ بعمر (٦ سنوات) ، فضلاً عن معرفة تأثير هذه الأنشطة ، وتم إجراء هذا البحث في المدة من ١ / ١٠ / ٢٠١٩ ولغاية ٢٠٢٠ / ٥ / ٣١ وعلى عينة من تلاميذ الصف الأول الابتدائي لمدرسة المقداد الابتدائية (تربية الديوانية) للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) حيث بلغ عدد العينة (٢٤ تلميذاً) تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين أحدهما تجريبية عملت بالأنشطة الرياضية والأخرى ضابطة عملت بالأسلوب المتبع في درس التربية الرياضية ، وتكونت كل مجموعة من (١٢ تلميذاً) ، بعد إجراء عمليتي التجانس والتكافؤ ، كما تم اختيار الاختبارات الملائمة البدنية والمهارية التي تم تحديدها من قبل الباحث ، مع إجراء تجربة استطلاعية مصغرة على مجموعة من التلاميذ بلغ عددهم (١٠ تلاميذ) من خارج عينة البحث الأساسية ، مع استخدام الأدوات والوسائل المساعدة في البحث وتم إجراء الاختبارات القبليّة على المجموعتين ومن ثم تطبيق بعض الأنشطة الرياضية ضمن الوحدات التعليمية البالغ عددها (٨ وحدات) في مدة ثمانية أسابيع وكان زمن كل وحدة (٤٥ دقيقة) ، بعدها أجريت الاختبارات البعدية ، ومن ثم معالجة نتائج البحث باستعمال الوسائل الاحصائية المناسبة ، وقد تم التوصل الى نتائج عدة أهمها ان البرنامج التعليمي المتضمن بعض الأنشطة الرياضية له تأثير ايجابي دال احصائياً على تنمية بعض المتغيرات البدنية (المشي ، الجري ، الوثب ، الرمي ، التنطيط ، الركل) ، كذلك ظهرت الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية لدى تلاميذ المجموعة الضابطة بشكل ملحوظ والتي خضعت للبرنامج التعليمي ، وفي ضوء الاستنتاجات اوصى الباحث ضرورة استخدام البرنامج التعليمي المتضمن بعض الأنشطة الرياضية لما له من تأثير على تنمية بعض المهارات الحركية الاساسية للتلاميذ بعمر (٦ سنوات) .

The effect of an educational program on sports activities in the development of some physical and skill variables among primary school students at the age of 6 years

Dr. Hussein Rashid Ghayad

Keywords: educational program, physical and skill variables

The aim of the research was to select some sports activities to develop some physical and skill variables for the students at the age of 6 years, as well as to know the effect of these activities. This research was conducted in the period from / until the first sample of primary school pupils of Meqdad Primary School) For the academic year (2019-2020), where the number of sample (24 students) was divided into two equal groups, one of which was experimental worked sports activities and the other was an officer working in the method used in the lesson of physical education, each group consisted of (12 students), after the process of homogeneity and equivalence , Mullah tests were also selected (10 students) from outside the basic research sample, using the tools and means to assist in the research. The tribal tests were conducted on the two groups and then some sports activities were applied. (8 units) within eight weeks and the time of each unit (45 minutes), after which the tests were conducted after the dimension, and then the

treatment of the results of the research using the appropriate statistical means, has been reached several results, the most important is that the educational program included some activities Irrigation The differences between the tribal and remote tests among the control group students were significantly noticeable and were subject to the educational program. In the light of the conclusions, the researcher recommended the necessity of using The educational program includes some sports activities because of its effect on the development of some basic motor skills for students aged 6 years.

١-١ المقدمة وأهمية البحث: تلعب التربية الرياضية دوراً مؤثراً وفعالاً في تنمية وتطوير قدرات الفرد في جميع جوانبها المتعددة العقلية والنفسية والاجتماعية والحركية باعتبار أنها نشاط تربوي هادف وموجه له تأثيرات مباشرة عليه في مختلف النواحي السابقة وصولاً إلى التربية الشاملة والمتزنة، إذ إن معظم الحركات الأساسية تتطور إلى مستوى عالٍ من الدقة بشرط توافر فرص مناسبة وبيئة مشجعة للتعلم، إذ تهتم الأنشطة الرياضية بتحسين الصفات البدنية المتعددة الجوانب أو تشمل بدرس خاص في تطوير المهارات الحركية المرتبطة بفعاليات الرياضة وترقيتها وهي تكون على شكل منافسات وسباقات بين الأفراد.

"وتعد المهارات الحركية الأساسية مطلباً رئيسياً لأغلب المهارات المتعلقة بالألعاب الرياضية، وإن الفشل في الوصول إلى التطور والانتقال لهذه الحركات يعمل كحاجز لتطور المهارات الحركية التي يتم استخدامها في الألعاب الرياضية حيث أنه من الصعب أن يصبح الفرد ناجحاً في الأداء الحركي في لعبة كرة السلة على سبيل المثال إذا لم تصل مهاراته الأساسية في (الرمي واللقف والمحاورة والجري) إلى مستوى النضوج، فهناك (حاجز مهاري) بين نمو انماط مرحلة المهارات الحركية الأساسية وانماط مرحلة مهارات الألعاب" (عثمان، ١٩٨٤، ١١٦).

ومما لا شك فيه أن درس التربية الرياضية الذي يستخدم الألعاب والمنافسات الصغيرة يعتمد على السباقات وتهتم التربية الرياضية بنمو التلميذ وتطوره لكي تستطيع التكيف الأمثل مع نفسه ومع بيئته ومجمعه، وفي هذا السياق تحتل مفاهيم التربية الحركية والرضا الحركي مكاناً بارزاً في أهداف التربية الرياضية كأحد أبعاد التكيف البيولوجي والنفسي للتلميذ وهذا أهم ما يحتاج إليه التلميذ في بداية حياته الدراسية ومن خلال ما تقدم تبرز أهمية البحث في التعرف على تأثير البرنامج التعليمي المتضمن بعض الأنشطة الرياضية في تنمية بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر (٦ سنوات).

١-٢ مشكلة البحث: تعد المرحلة الابتدائية وخصوصاً بداية هذه المرحلة (الصف الأول الابتدائي) من أخصب المراحل التربوية التعليمية في تشكيل الشخصية وتكوينها لأنها مرحلة تربوية يتم فيها التعليم تلقائياً وتمهد لمسار العملية التربوية في المستقبل لهذا تعتبر مرحلة حاسمة في تشكيل أساسيات الشخصية ومسار نموها الجسمي والحركي والحسي والعقلي والإدراكي، إن الأنشطة الرياضية تعمل على وجود تفاعل بين الإدراك والحركة ولذلك ينمو ويتحسن الإدراك الحركي حيث يتم تعلم المهارات الحركية من خلال هذه الأنشطة الرياضية ومن هنا توجد عمليات التكيف المختلفة التي يقوم بها المؤدى تجاه متطلبات المهمة كما يدرکها وهو يعتمد على تفسيراته للمعلومات الحسية المتاحة وذلك يعني أن الإدراك عامل هام في تعديل النشاط البدني وتنميته لدى الفرد، وتعتبر المرحلة الابتدائية مرحلة انطلاق وبداية لممارسة الأنشطة الرياضية المتعددة التي يمكن أن تبنى عليها رياضة المستويات العليا، ومن خلال ما تقدم تكمن مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن التساؤل التالي (هل للبرنامج التعليمي بأنشطة رياضية دور في تنمية بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر ٦ سنوات)؟

١-٣ أهداف البحث: إن الغرض من البحث هذا هو:

- ١- تنمية بعض المتغيرات البدنية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر (٦ سنوات).
- ٢- تنمية بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر (٦ سنوات).

١- ٤ فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى افراد المجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية والحركية ولصالح القياس البعدي .
- ٢- توجد فروق دالة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى افراد المجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية والحركية ولصالح القياس البعدي .
- ٣- توجد فروق دالة بين متوسطي القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية والحركية ولصالح المجموعة التجريبية .
- ٤- نسب التقدم لدى افراد المجموعة التجريبية افضل من المجموعة الضابطة .

٣- الطريقة والأجراءات :

استخدم الباحث المنهج التجريبي باتباع القياسين القبلي والبعدي لمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة لمناسبتها طبيعة هذه الدراسة .

٣-١ مجتمع البحث: تكوّن مجتمع البحث من تلاميذ الصف الاول الابتدائي (تربيةالديوانية) حيث بلغ عدده (٢٤٢٠ تلميذاً) المنتظمين بالدوام الرسمي للعام الدراسي (٢٠١٩ - ٢٠٢٠) .

٣-٢ عينات البحث : ان اختيار العينة يجب ان تكون ممثلة للمجتمع الاصلي ويجب "ان يتوافر في هذه العينة شرط رئيسي هو امكانية تعميم نتائجها على المجموعة التي اخذت منها" (النجحي ، مرسي ، ١٩٨٣ : ١٠٢) .

٣-٢-١ عينة التجربة الاستطلاعية: تم اختيار عينة التجربة الاستطلاعية لعدد من تلاميذ الصف الأول الابتدائي (١٠) تلاميذ من مجتمع البحث من غير عينة البحث وبالطريقة العشوائية.

٣-٢-٢ عينة التجربة الرئيسية : تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ الصف الأول الابتدائي لمدرسة المقفاد الابتدائية للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) حيث بلغ عدد العينة (٢٤ تلميذاً) والجدول (١) يبين توزيع عينات البحث.

الجدول (١)

يبين توزيع عينات البحث والنسبة المئوية لها

عينة البحث		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		العينة الاستطلاعية	
العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة
٣٤	١٠٠%	١٢	٣٥%	١٢	٣٥%	١٠	٣٠%

وقد قام الباحث بايجاد التجانس لافراد عينة البحث في بعض متغيرات النمو والتي يكون لها تأثير على متغيرات الدراسة الحالية والجدول (٢) يبين ذلك .

الجدول (٢)

يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و معامل الالتواء في متغيرات النمو

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
العمر	سنة	٥,٥٠	٠,٧٢	٤,٥٣	٠,٢٥
الطول	سم	٢,٢٨	٠,٦٢	١,٢٧	٠,٣٤
الوزن	كغم	٣٠,٠٦	١,٧٩	٢٤,٠٣	٠,٢٧
الذكاء	درجة	٨٢,٢٣	٥,٦٩	٨٦,٠١	٠,١٥

وقد تبين من الجدول (٢) ان قيم معامل الالتواء لمتغيرات النمو قد انحصرت ما بين (± 3) الامر الذي يشير الى تجانس افراد عينة البحث في متغيرات النمو ، ثم قام الباحث بايجاد التجانس لافراد عينة البحث في بعض المتغيرات البدنية والحركية للتأكد من اعتدالية توزيع العينة وتجانسها في هذه المتغيرات والتي يكون لها تأثير على نتائج هذه الدراسة والجدول (٣) يبين ذلك .

الجدول (٣)

يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و معامل الالتواء في المتغيرات البدنية والحركية

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
ركض ٢٠م	ثانية	٤,٨٧	٠,٦٤	٦,٠٠	٠,٤٠
الركض المتعرج	ثانية	٤,٧٦	٠,٦٧	٤,٩٠	٠,٣٥
رمي كرة طبية لابعد مسافة	درجة	٦,٨٥	١,٠٨	٦,٦٧	٠,٧٥
القفز بالحبل	ثانية	٥,٢٠	٠,٨٩	٤,٣٠	٠,٧٩
ثني الجذع للاسفل من الوقوف	سم	٠,٧٨	٠,٨٠	٠,٨٩	٠,١٤
المشي	ثانية	١٣,٨٠	١,٣٤	١٢,٨٩	٠,٨٩
الركض	ثانية	٥,٧٨	٠,٨٧	٧,١٠	٠,٨١
القفز	سم	٤٥,٢٠	١,٥٦	٣٥,٠٠	١,٣٣
التنطيط بالكرة	عدد	٢٠,٤٠	٠,٩٥	٢٠,٠٧	٠,٤٥
ركل الكرة	عدد	٢,١١	٠,٥٥	٢,٤٠	٠,٣٠

وتبين من الجدول (٣) ان معامل الالتواء لعينة البحث قد انحصرت ما بين (± 3) وهذا يدل على اعتدالية توزيع العينة وتجانسها في بعض المتغيرات البدنية والحركية .

٣- ٤ الاجهزة والادوات المستخدمة : "وهي الوسيلة والطريقة التي يستطيع الباحث حل مشكلة ما مهما كانت تلك الادوات بيانات او عينات او اجهزة" (محبوب ، ٢٠٠٢ : ١٦٣) . اذ تم استخدام الاجهزة والادوات التالية:

- ميزان طبي لقياس الوزن
- رستاميتير لقياس ارتفاع الجسم
- شريط قياس متري
- ساحة للمشي والركض
- ساعة ايقاف
- كرات طبية

٣- ٥ المتغيرات البدنية : توصل الباحث من خلال البحوث والدراسات السابقة والتي تناولت الادوات المستخدمة في قياس المتغيرات البدنية والتي ساعدت في اختيار وتحديد الادوات المستخدمة في البحث الحالي بعدها تم تصميم استمارة استطلاع لمعرفة رأي الخبراء في تحديد اهم المتغيرات البدنية المناسبة لتلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر (٦ سنوات) والجدول (٤) يبين ذلك .

الجدول (٤)

يبين بعض الصفات البدنية والاختبارات المناسبة لها

ت	الصفات البدنية	الاختبارات
١-	السرعة	الركض لمسافة ٢٠م من البدء المنخفض
٢-	المرونة	ثني الجذع اماما اسفل من الوقوف
٣-	الرشاقة	الركض المتعرج
٤-	القوة المميزة بالسرعة	رمي كرة طبية لابعد مسافة
٥-	التحمل	القفز بالحبل

٣- ٦ اختبارات المهارات الحركية الاساسية : تم وضع مجموعة من الاختبارات لقياس المهارات الحركية الاساسية وتم عرضها على مجموعة من الخبراء لابداء ارائهم حول مناسبة هذه الاختبارات لعينة البحث قيد الدراسة وقد تم التوصل الى الاختبارات التالية :

- المشي ٢٠ م من بداية متحركة
- الركض ٢٠ م من بداية متحركة
- القفز
- التنطيط بالكرة
- ركل الكرة
- رمي كرة طبية لابعد مسافة

٣- ٧ الاسس العلمية:

١-الصدق: لحساب معامل الصدق استخدم الباحث الصدق التمايزي حيث تمت مقارنة درجات عينة البحث الاستطلاعية بمجموعة اخرى اكبر في العمر الزمني (٧- ٨) سنوات والجدول (٥) يبين ذلك .

الجدول (٥)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في المتغيرات البدنية والحركية

المتغيرات	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		قيمة المحسوبة
	ع±	س	ع±	س	
الركض ٢٠ م من البدء المنخفض	٤,٧٥	٢,٣٣	٥,٤٠	١,٨٠	٤,١٥
الركض المتعرج	٥,١٢	١,٨٥	٦,٥٠	١,٩٥	٥,٣٠
رمي كرة طبية لابعد مسافة	٨,٧٨	١,٨٠	٦,٦٧	١,٩٠	٥,١٥
القفز بالحبل	٣,١٤	١,٩٠	٥,٦٥	١,٨٤	٤,٦٧
ثني الجذع اماما اسفل من الوقوف	٢,٧١	٣,٨٩	١,٩٤	٢,٩٠	٤,٧٠
المشي	١٢,٠١	١,٩٤	١٣,٣٠	١,٨٥	٥,٤٠
الركض	٥,٣٠	٢,٨٧	٦,٨٠	١,٨٩	٤,٩٠
القفز	٢,٩٥	١,٧٩	٤,١٠	١,٩٨	٥,٧٠
التنطيط	٣٠,٢٠	١,٨٧	٢٣,٣٠	٢,١٢	٦,٧٩
الركل	٢٥,١٣	٣,١٧	٢٠,٨١	٣,٧٦	٣,٥٥

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ٢٠-٢ = ١٨ وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (١,٧٣)

الجدول (٥) يبين وجود فروق دالة احصائية لصالح المجموعة المميزة في المتغيرات البدنية والمتغيرات الحركية مما يدل على ان هذه الاختبارات ذات معامل صدق عالية .

الجدول (٦)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) المحسوبة بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني في المتغيرات البدنية والحركية

ر	قيمة المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		المتغيرات
		س	ع±	س	ع±	
	٠,٨٥	٠,٤٥	٤,٦٠	٠,٥٣	٤,٩٥	الركض ٢٠ م من البدء المنخفض
	٠,٩٨	٠,٣٥	٦,٤٧	١,٣٥	٧,١٢	الركض المتعرج
	٠,٩٥	٠,٦٩	٦,٥٧	١,١٠	٦,٧٨	رمي كرة طبية لابعد مسافة
	٠,٨٧	٠,٥٤	٤,٦٥	٠,٨٧	٤,١٤	القفز بالحبل
	٠,٩٨	٠,٤٣	١,٢٤	٠,٦٩	٠,٩١	ثني الجذع اماما اسفل من الوقوف
	٠,٨٥	٠,٨٥	١١,٥٠	١,٤٤	١١,٦١	المشي
	٠,٩٠	٠,٧٩	٥,٨٠	٠,٨٣	٦,٥٠	الركض
	٠,٧٩	٠,٧٨	٣,٩٠	٠,٧٩	٣,٩٥	القفز
	٠,٨٩	٢,٤٢	٢٤,٢٠	٢,٠٧	٢٨,٢٠	التنطيط
	٠,٩٥	٢,٦٦	٢٢,٤١	٣,٦٧	٢٥,١٠	الركل

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (ن) = ٢ - (١٠ - ٢) = ٨ = ٠,٦٣

يبين الجدول (٦) وجود علاقة ارتباطية دالة بين التطبيقين الاول والثاني في المتغيرات البدنية والحركية مما يدل الى ان جميع القياسات للمتغيرات تتمتع بمعامل ثبات مرتفعة .

٣- ٨ البرنامج التعليمي : عرض الباحث البرنامج التعليمي المتضمن بعض الانشطة الرياضية كالعاب الركض كالسباقات والتتابعات والالعاب الكرة وتشمل الرمي والتصويب والقف على مجموعة من الخبراء والمختصين وتحقق صدق البرنامج باتفاق أغلبية الخبراء، حيث بلغ عدد الالعاب (٢٠) لعبة وقد اشتمل البرنامج على (١٢) وحدة تعليمية طبقت لمدة (٨) اسابيع كل وحدة تكرر مرتين اسبوعيا وزمن الوحدة (٤٥) دقيقة وقد قسمت الوحدة الى (٥٥) احماء و(١٥) د) للاعداد البدني و(٢٠) د) للانشطة الرياضية و(٥٥) د) للقسم الختامي وعليه فقد اشتملت الوحدة اليومية للبرنامج على :

١- الجزء التمهيدي (٢٠د) : وقد اشتمل على

أ- الاحماء (٥ د) : ويشمل على المشي والقفز والحجل مع استخدام ادوات كالاطواق والكرات الطبية والعصي .

ب- الاعداد البدني (١٥د) : ويشمل على تدريبات لتنمية بعض الصفات البدنية كالقوة والسرعة والرشاقة والمرونة والمطاولة .

٢- الجزء الرئيسي (٢٠د) : واشتمل على النشاط التعليمي والتطبيقي للانشطة الرياضية التي تهدف الى تنمية المهارات الحركية والوعي الحسركي .

٣- الجزء الختامي (٥د) : واشتمل على بعض الانشطة الرياضية التي تساعد على الاسترخاء واعادة اجزاء الجسم الى حالتها الطبيعية كالالعاب الصغيرة .

٣- ٩ التجربة الرئيسية : تم تطبيق البرنامج التعليمي على تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر (٦ سنوات) المتضمن بعض الأنشطة الرياضية على تلاميذ المجموعة التجريبية البالغ عددهم (١٢) تلميذ للفترة من ١/ ١٠ / ٢٠١٩ الى ١١/ ٢٩ / ٢٠١٩ (القياس البعدي) وقد استغرق تنفيذ البرنامج (٨ اسابيع) وبمعدل (٢) حصة لكل اسبوع ويزمن قدره (٤٥د) للحصة الواحدة بينما قامت المجموعة الضابطة بإداء استخدام البرنامج المقرر بمنهاج درس التربية الرياضية بالمدرسة وبعد ذلك تم اجراء (القياس البعدي) على المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك للفترة من ١/ ١٢ / ٢٠١٩ الى ٢/ ٢٧ / ٢٠٢٠ حيث تم اجراء نفس الاختبارات التي تمت في القياس القبلي وبنفس الشروط وتحت نفس الظروف .

٤- عرض النتائج ومناقشتها :

الجدول (٧)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات الحركية

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة المحسوبة	ت
	س	ع±	س	ع±		
المشي	١٠,٦١	١,٠٤	١٢,٥٤	١,٠١	٤,٧٥	
الركض	٦,٥٠	٠,٨٣	٧,٨٠	٠,١٩	٥,٧٠	
القفز	٣,٩٥	٠,٧٩	٤,٩٠	٠,٢٨	٣,٧٩	
التنطيط	١١,٢٠	١,٠٧	٢٤,٢٠	٠,٢٢	٤,٠٩	
الركل	١٥,١٠	١,٦٧	٢٢,٤١	٠,٥٦	٤,٩٥	
رمي الكرة الطبية لابعد مسافة	١٢,١٠	١,٢٢	١٤,٠٢	٠,٦٧	٤,٢٣	

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ١٢-٢ = ١٠ وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (١,٨١) يبين الجدول (٧) وجود فروق دالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات الحركية .

الجدول (٨)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات الحركية

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة المحسوبة	ت
	س	ع±	س	ع±		
المشي	٨,٦١	١,٤٤	١١,٣٣	٠,٨٥	٤,٨٥	
الركض	٤,٥٠	٠,٩٣	٥,٨٠	٠,٧٩	٣,٩٠	
القفز	٣,٩٥	٠,٨٢	٦,٩٠	٠,٧٨	٢,٧٩	
التنطيط	٢١,٢٠	١,٢٧	٢٥,٠٩	٢,٤٢	٤,٠٩	
الركل	١٣,١٠	١,١٧	١٧,١١	٢,٦٦	٣,٩٥	
رمي الكرة الطبية لابعد مسافة	١٠,٠٧	٠,٥٦	١٦,٦٠	٠,٨٩	٤,٧٠	

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ١٢-٢ = ١٠ وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (١,٨١) يبين الجدول (٨) وجود فروق دالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات الحركية .

الجدول (٩)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات الحركية

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة المحسوبة
	س	ع±	س	ع±	
المشي	١٢،٦١	١،٤٤	١٠،٤٠	٠،٨٥	٣،٨٥
الركض	٤،٥٠	٠،٨٣	٣،٨٠	٠،٧٩	٤،٩٠
القفز	٣٤،٩٥	٠،٧٩	٣٠،٩٠	٠،٧٨	٣،٧٩
التنطيط	٢٨،٢٠	٢،٠٧	٢١،١٧	٢،٤٢	٥،٨٩
الركل	٢٥،١٠	٣،٦٧	٢٠،٣١	٢،٦٦	٣،٩٥
رمي الكرة الطبية لابعد مسافة	٢٣،٧٥	٠،٨٩	١٤،٠٩	٠،٧٦	٢،٧٩

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ٢٤-٢ = ٢٢ وتحت مستوى دلالة (٠،٠٥) تساوي (١،٧١)

يبين الجدول (٩) وجود فروق دالة احصائية بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات الحركية الاساسية لصالح المجموعة التجريبية.

مناقشة النتائج:

يبين الجدول (٧) وجود فروق دالة احصائية عند مستوى دلالة ٠،٠٥ بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية التي استخدمت بعض الانشطة الرياضية في اختبار المشي ٢٠م من بداية متحركة واختبار الركض ٢٠م من بداية متحركة واختبار القفز واختبار التنطيط بالكرة واختبار الركل للكرة واختبار رمي الكرة الطبية لابعد مسافة ممكنة ولصالح القياس البعدي.

ويعزو الباحث الفرق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الى تأثير البرنامج التعليمي بانشطة رياضية حي احتوى البرنامج على حركات متنوعة تثير مشاعر وانفعالات وحماس واستجابات التلاميذ مما زاد من فاعلية الوحدة التعليمية ودافعية التلاميذ للممارسة حيث ان الالعاب مشوقة ومتنوعة ومختارة لتنمية المهارات الحركية للتلاميذ ووجود ما يثير دوافع التلاميذ نحو اللعب والحركة التي هي ميل طبيعي في هذه المرحلة السنوية، الامر الذي ساعد التلاميذ على المشاركة الايجابية وبذل الجهد في الاداء بصورة مختصرة له وفقا لامكانياتهم البدنية والفسولوجية .

وتتفق هذه النتيجة مع ما اشار له علاوي (١٩٧٩) "ان الانشطة الرياضية يجب ان تتناسب مع قدرات وامكانات وحواس وانفعالات التلاميذ لكي تساعد على عدم تسرب الملل الى نفوس التلاميذ مما تزيد من فاعلية الممارسة وبالتالي تعمل على تنمية الكفاءة الادراكية والحركية لهم"

وبهذا تحقق الفرض الاول للبحث والذي ينص توجد فروق دالة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى افراد المجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية والحركية ولصالح القياس البعدي .

ويبين الجدول (٨) وجود فروق دالة احصائية عند مستوى دلالة ٠،٠٥ بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة التي استخدمت بعض الانشطة الرياضية في اختبار المشي ٢٠م من بداية متحركة واختبار الركض ٢٠م من بداية متحركة واختبار القفز واختبار التنطيط بالكرة واختبار الركل للكرة واختبار رمي الكرة الطبية لابعد مسافة ممكنة ولصالح القياس البعدي .

ويعزو الباحث هذه النتيجة الى تأثير البرنامج المتبع مع المجموعة الضابطة والذي احدث تأثير ايجابي ولكن بنسب ضعيفة وذلك يرجع الى قلة مرونة البرنامج الى جانب اغفال عامل التشويق الامر الذي يؤدي الى تسرب الملل والفتور الى نفوس التلاميذ بالإضافة الى تركيز البرنامج المتبع معهم على بعض عناصر اللياقة البدنية وهذا الاداء يكون بشكل منفرد وبالتالي يفقد الى العمل الجماعي والتعاوني والتنافسي ، كما يرجع هذا

التقدم الى طبيعة التلاميذ في هذه المرحلة السنية ، حيث ان معظمهم في هذه المرحلة يمتازون بالنشاط الدائم المستمر والمتغير. وقد تم اكتساب ذلك من خلال حصص درس التربية الرياضية التي تدرس لهم ، كما قد يكون لاستمرار هذه الحصص وما تحتويه من تدريبات ومهارات حركية تؤدي الى ما حدث من تقدم طفيف ، فضلا عن ان ممارستهم لهذه التدريبات والحركات مع اقرانهم قد يكسبهم بعض الخبرات الحركية . وهذا يتفق مع ماتطرق اليه الخولي و راتب (١٩٨٢) " ان التلميذ في هذه المرحلة السنية لا يستطيع اكتساب المهارات بدرجة عالية " وبهذا تحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص توجد فروق دالة بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى افراد المجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية والحركية ولصالح القياس البعدي. ويبين الجدول (٩) وجود فروق دالة احصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة التي استخدمت بعض الانشطة الرياضية في اختبار المشي ٢٠م من بداية متحركة واختبار الركض ٢٠م من بداية متحركة واختبار القفز واختبار التنطيط بالكرة واختبار الركل للكرة واختبار رمي الكرة الطيبة لابعد مسافة ممكنة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

ويعزو الباحث الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في المهارات الحركية الى استخدام البرنامج التعليمي بانشطة رياضية للمجموعة التجريبية حيث تم استخدام البرنامج المقرر بمنهاج درس التربية الرياضية بالمدرسة للمجموعة الضابطة في تدريس محتوى برنامج المهارات الحركية ، حيث راعى البرنامج التعليمي الاسلوب العلمي في تحديد الانشطة الرياضية المستخدمة وكذلك نوعيتها وطريقة ادائها بحيث يناسب امكانيات وقدرات التلاميذ النمائية بالاضافة الى المحتوى المعرفي الذي يفنقر اليه البرنامج المدرسي والذي له دور مؤثر في عملية التعليم والتعلم والتغذية الراجعة ، وبهذا تحقق الفرض الثالث للبحث والذي ينص توجد فروق دالة بين متوسطي القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية والحركية ولصالح المجموعة التجريبية .

وان التحسن في المهارات الحركية لدى التلاميذ يرجع الى البرنامج التعليمي الذي طبق على المجموعة التجريبية دون الضابطة ، وذلك لان البرنامج التعليمي لبعض الانشطة الرياضية اشتمل على ألعاب متنوعة ومختلفة مختارة لتنمية المهارات الحركية للتلاميذ التي تثير مشاعرهم وانفعالاتهم واستجاباتهم وبالتالي زيادة فاعلية الدرس ودافعية التلاميذ للممارسة الرياضية مما ادى الى رفع مستوى التلاميذ في المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة .

وتشير فرج (٢٠٠٤) " الى ان الالعب توفر فرص للتلاميذ في استخدام مهاراتهم الحركية بطرق مختلفة لتحقيق الاهداف وليس فقط استخدام انواع متعددة من المهارات ولكن ايضا يتعلم التلاميذ كيف يكتفون مهاراتهم في مواقف مختلفة" .

ويشير الخولي(٢٠٠٩) " ان التلميذ يكتسب من اللعب ذي الطابع الحركي الكثير من القدرات البدنية والانماط الحركية وصولا الى المهارات الحركية ، فتنسج دائرة ثراءه الحركي ، ويصل الى ما يطلق عليه (الطلاقة الحركية) والتي تساعد جدا على ممارسة الالعب الرياضية" . وبهذا تحقق الفرض الرابع للبحث والذي ينص نسب التقدم لدى افراد المجموعة التجريبية افضل من نسب التقدم لدى افراد المجموعة الضابطة .

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١ الاستنتاجات :

- ١- البرنامج التعليمي ذو الانشطة الرياضية له تاثير ايجابي دال احصائيا على تنمية المهارات الحركية كالمشي والوثب والرمي والتنطيط والركل لتلاميذ الصف الاول الابتدائي بعمر (٦) سنوات.
- ١- توجد فروق دالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الحركية.
- ٢- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في نسب التقدم للمهارات الحركية.

٢-٥ التوصيات:

- ١- ضرورة استخدام البرنامج التعليمي للصف الاول من المرحلة الابتدائية لما له من تأثير ايجابي في تنمية المهارات الحركية للتلاميذ .
- ٢- ضرورة توافر الادوات والاجهزة الرياضية في المدرسة واللازمة للنشاط الحركي لما له من تأثير ايجابي في تنمية المهارات الحركية للتلاميذ.
- ٣- توفير الامكانيات المادية والمعنوية في المجال الرياضي من مدربين ومشرفين ومتخصصين من اجل تحقيق الاهداف التربوية والرياضية.
- ٤- التعرف على مواهب وقدرات التلاميذ وتطويرها بديناً وتربوياً وعلمياً لتمكينهم من المشاركة في الفرق الرياضية والبطولات الداخلية والخارجية.

المصادر

- ١- الخولي، امين انور (٢٠٠٩) : علم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي.
- ٢- فرج، الين وديع (٢٠٠٤) : خبرات في الالعاب ، منشأة المعارف.
- ٣- الخولي، امين : راتب ، اسامة (١٩٨٢) : التربية الحركية ، القاهرة ، دار الفكر العربي.
- ٤- علاوي ، محمد حسن (١٩٧٩) : علم التدريب الرياضي ، القاهرة ، الفكر العربي .
- ٥- محجوب ، وجيه (٢٠٠٢) : البحث العلمي ومناهجه ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، بغداد .
- ٦- النجحي ، محمد لبيب . مرسي ، محمد منير (١٩٨٣) : البحث التربوي - اصوله - مناهجه ، عالم الكتب ، القاهرة.
- ٧- علي ، ماجدة محمد (١٩٩٩) : تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على تنمية الابتكار الحركي وبعض الحركات الاساسية لتلاميذ الصف الاول من التعلم الاساسي ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، العدد ١٦ ، كلية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية .
- ٨- مجيد ، ريسان ، خريبط (٢٠٠٠) : العاب الحركة ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن.
- ٩- عثمان ، فريدة ابراهيم (١٩٨٧) : التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية، مكتبة العلم للنشر والتوزيع ، الكويت.
- ١٠- يعقوب ، غسان ، (٢٠٠٣) : واحات تربوية ، واحة المعلم ، التعلم الاستكشافي.