



مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة

<https://mjss.uomustansiriyah.edu.iq/index.php/mjss/index>



بناء اختبار تكاملي لقياس القدرات الحركية و وضع اطر معيارية له لتلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار (8-10) سنوات

شاهد صفاء حامد
جامعة تكريت- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ الاستلام : 2026/2/7

تاريخ القبول: 2026/3/13

تاريخ النشر: 2026/7/1

Creative Commons Attribution 4.0 International Licens



هذا العمل مرخص من قبل
ملخص البحث

ان قياس القدرات الحركية لدى التلاميذ أداة أساسية لتحديد مستوى أدائهم الحركي، والتعرف على نقاط القوة والضعف، بما يتيح للمعلمات والمختصات توجيه الأنشطة والبرامج التعليمية بما يتناسب مع احتياجات كل تلميذة. فالتقييم العلمي للقدرات الحركية يوفر أداة موثوقة علمية و عملية لقياس مستوى القدرات الحركية الأساسية و تبرز أهمية هذا البحث في تطوير اختبار مركب في كونه يجمع بين عناصر التوافق، التوازن، الرشاقة، القوة ودقة و سرعة الحركة ضمن سياق واحد يمكن قياسه بالزمن وتتلخص المشكلة أن المدارس غالبًا ما تفتقر إلى أدوات تقييم علمية ومقننة تمكن المعلمين من معرفة مستوى الأداء الحركي اعتمد المنهج الوصفي وتم دمج بعض هذه الاختبارات في اختبار تكاملي واحد وتم بناءه على عينة من (90) تلميذة وتطبيقه على عينة اخرى عددها (116) تلميذة وقد تم التوصل الى اختبار تكاملي لقياس القدرات الحركية للتلميذات باعمار (8-10) سنة و وضع اطر معيارية

الكلمات المفتاحية: اختبار تكاملي ، القدرات الحركية ، اطر معيارية، المرحلة الابتدائية

Developing an Integrated Test to Assess Motor Skills and Establish Normative Frameworks for Elementary School Girls (Ages 8–10)

Abstract

Assessing motor skills in female students is a fundamental tool for identifying their level of physical performance and recognizing areas of strength and weakness. This enables teachers and specialists to design and implement activities and educational programs tailored to the needs of each student. Scientific evaluation of motor abilities provides a reliable and practical instrument for measuring basic motor skills. The significance of this study lies in the development of an integrated test that combines multiple components—coordination, balance, agility, strength, as well as movement accuracy and speed—within a single measurable framework. The problem addressed is that schools often lack standardized and scientifically validated tools that allow instructors to accurately assess students' motor performance. A descriptive methodology was adopted, and several individual assessments were combined into a single comprehensive test. The test was initially developed and calibrated on a sample of 90 students, and later applied to a separate sample of 116 students. As a result, an integrated assessment tool for evaluating the motor abilities of elementary school girls aged 8–10 was established, along with normative frameworks to interpret the results.

Keywords: Integrated test, motor skills, normative frameworks, elementary school

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد القدرات الحركية الأساسية من العناصر الجوهرية في تنمية الأداء البدني للأطفال، حيث تشكل الأساس الذي يبنى عليه التوافق الحركي والمهارات الرياضية. وتشمل هذه القدرات التوازن الحركي، و الرشاقة الحركية، و التوافق الحركي، ودقة الحركة و سرعتها، وهي ضرورية لممارسة الأنشطة اليومية والرياضية بطريقة صحيحة وأمنة. وتعتبر المرحلة الابتدائية، وخاصة الفئة العمرية من (8 إلى 10) سنوات، من أهم المراحل لتطوير هذه القدرات، إذ يتميز الأطفال فيها بالنمو السريع لمهاراتهم الحركية، وقدرتهم على التعلم والتكيف مع الأنشطة المنظمة. و يصبح قياس القدرات الحركية لدى الطالبات أداة أساسية لتحديد مستوى أدائهن الحركي، والتعرف على نقاط القوة والضعف، بما يتيح للمعلمات والمختصات توجيه الأنشطة والبرامج التعليمية بما يتناسب مع احتياجات كل تلميذة. فالتقييم العلمي للقدرات الحركية يوفر أداة موثوقة علمية و عملية لقياس مستوى القدرات الحركية الأساسية لدى طالبات المرحلة الابتدائية، مما يساعدهن أيضا على تقييم الأداء بشكل دقيق وموضوعي. من أجل تطوير البرامج التعليمية والرياضية إذ ان تصميم اختبار مركب وموحد تقييم أكثر من جانب من القدرات الحركية في اختبار واحد متواصل، يوفر الوقت والجهد ويوصل الى نتائج دقيقة ويسهل تحليلها، كما يسهم في متابعة التطور الحركي الفردي والجماعي. وبالتالي تصميم برامج تعليمية ملائمة لكل تلميذة حسب مستوى قدراتها الحركية، مما يسهم في تعزيز الصحة البدنية والنمو الحركي المتوازن. وتبرز أهمية هذا البحث في تطوير أدوات تقييم دقيقة لقياس القدرات الحركية لدى تلميذات المرحلة الابتدائية، مما يساعد المعلمين والمتخصصين على تحديد مستوى النمو الحركي لديهن. كما يتيح وضع أطر معيارية مناسبة لأعمار (8-10) سنوات، بما يدعم التخطيط التربوي والرياضي المبني على أسس علمية. فضلا عن ذلك، يعزز البحث فهم العلاقة بين القدرات الحركية والتطور البدني للتلاميذ في هذه المرحلة العمرية الحيوي و هنا تركز أهمية هذا البحث في تطوير اختبار مركب في كونه يجمع بين عناصر التوافق، التوازن، الرشاقة، القوة ودقة و سرعة الحركة ضمن سياق واحد يمكن قياسه بالزمن، مما يعكس صورة شاملة عن الأداء الحركي للطالبات. ويساعد هذا النوع من الاختبارات على تحفز التلميذة على تحسين أدائها، من خلال التعرف على أي قصور أو ضعف في القدرات الحركية والمساهمة في بناء الأساس الحركي السليم لتنمية المهارات الرياضية، وتعزيز الصحة العامة. وهي عناصر ضرورية للنشاط البدني اليومي وممارسة الألعاب الرياضية بشكل مثالي. لذا، فإن تصميم اختبار مركب لقياس القدرات الحركية الأساسية لا يقتصر على كونه أداة قياس، بل يعد وسيلة عملية لتطوير مهارات الطالبات البدنية والحركية بشكل متكامل، وربط التقييم العلمي بتحسين الأداء الفعلي مما يسهل تسجيل النتائج وتحليلها بطريقة علمية ودقيقة ويعزز من التقييم العلمي لأداء الطالبات وإعداد قاعدة صلبة لبناء المهارات الرياضية والحركية المستدامة في مراحل التعليم المستقبلية. ودعم اتخاذ قرارات تعليمية او توجهات تعليمية مستقبلية. ولإثراء المعرفة العلمية في مجال القياس والتقويم في التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية،

2-1 مشكلة البحث

تواجه التربية الرياضية في المرحلة الابتدائية تحديًا كبيرًا في قياس القدرات الحركية الأساسية لدى الطالبات بدقة وموحدة. فرغم الأهمية البالغة لهذه القدرات في التطور البدني والحركي للطفلة، إلا أن شحة أدوات الاختبار والقياس المقتنة تحد من إمكانية تقييمها علميًا وعمليًا بما يسهم في تطوير الأداء الحركي. ومن خلال الملاحظة الميدانية، لوحظ أن المدارس غالبًا ما تفتقر إلى أدوات تقييم علمية وشاملة تمكن المعلمين من معرفة مستوى كل تلميذة بدقة، مما يصعب متابعة التطور الحركي

الفردى والجماعى، وتحديد نقاط القوة والضعف، وبالتالي تصميم برامج تدريبية متوافقة مع الاحتياجات الفعلية للتلميذات. مما قد يحد من تنمية مهاراتها الحركية ويؤثر على قدرتها على المشاركة الفعالة في النشاطات البدنية والرياضية. وبناءً على ذلك، تبرز الحاجة إلى تصميم اختبار مركب لقياس القدرات الحركية الأساسية، يتيح تقييم جميع عناصر الأداء الحركي في سياق متواصل وموحد، بحيث يمكن تسجيل النتائج بشكل دقيق وموضوعي، ومساعدة المعلمين على تحسين البرامج التدريبية، وتعزيز النمو الحركي المتوازن لدى تلميذات الدراسة الابتدائية (8-10) سنة.

3-1 أهداف البحث

- 1- بناء اختبار تكاملي للقدرات الحركية الأساسية لدى تلميذات الدراسة الابتدائية (8-10 سنوات) بشكل علمي وموضوعي.
- 2- وضع درجات ومستويات معياري للقدرات الحركية الأساسية للتلميذات من حيث التوازن، الرشاقة، التوافق، وسرعة الحركة.

5-1 مجالات البحث

1-4-1 المجال البشري: 212 تلميذة في بغداد

2-4-1 المجال الزمني: من 2025 /10/5 لغاية 2025/12/29

3-4-1 المجال المكاني : بغداد

2-1 منهج البحث

تُعرّف منهجية البحث بأنها (الإطار العلمي المنظم الذي يستند إليه الباحث في دراسة ظاهرة ما أو معالجة إشكالية محددة، وذلك من خلال سلسلة من الإجراءات والخطوات المنهجية الدقيقة التي تسهم في الوصول إلى نتائج علمية تتسم بالموضوعية والمصدقية) (ألكاظمي، 2012، صفحة 84) وانطلاقاً من طبيعة مشكلة البحث، تم اعتماد المنهج الوصفي لكونه الأنسب لتحقيق أهداف الدراسة. وتبرز أهمية اختيار المنهج الملائم في كونه الوسيلة الأساسية التي تساعد الباحث على تحليل المشكلة البحثية بصورة علمية دقيقة، إذ يرتبط نجاح البحث ارتباطاً مباشراً بمدى توافق المنهج المستخدم مع طبيعة المشكلة وأهدافها.

2-2 مجتمع البحث :

تم تحديد مجتمع البحث بأسلوب العينة القصدية، إذ شمل طالبات المرحلة الابتدائية في مدارس مدينة بغداد، في حين تم اختيار عينة البحث من طالبات الصف الثالث و الرابع الابتدائي اللواتي تتراوح أعمارهن بين (8-10) سنة. كما تم اختيار العينة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية، وبلغ عددها (6) طالبات، لغرض تطبيق الاختبارات المقترحة والتعرّف على الصعوبات المحتملة، وآلية الأداء، وطريقة احتساب الدرجات، فضلاً عن تدريب الفريق المساعد على إجراءات القياس، من مديرية تربية الكرخ الأولى أما عينة البناء الرئيسة فقد تكونت من (90) تلميذة، وتم اختيارها عشوائياً من ثلاث مديريات للتربية في بغداد، وهي تربية الكرخ الأولى، وتربية الكرخ الثالثة، وعينة التطبيق من (116) تلميذة من تربية الرصافة الأولى والثانية، وذلك

باستخدام أسلوب القرعة بهدف تحديد المستويات. ويؤكد (صلاح الدين محمود) " أن العشوائية في اختيار العينات لا تعني الاختيار العفوي أو غير المنظم، وإنما تتحقق من خلال التخطيط الدقيق لأساليب المعاينة " (علام، 2010، صفحة 19)،

2-3 ووسائل جمع المعلومات والبيانات المستعملة والأدوات والأجهزة في البحث:

1-3-2 الوسائل جمع المعلومات والبيانات المستعملة في البحث.

- المصادر العربية والأجنبية
- شبكة المعلومات الدولية الالكترونية (الانترنت).
- المقابلات الشخصية.
- الاختبار والقياس

2-3-2 الأجهزة المستعملة في البحث.

- جهاز حاسوب محمول نوع (Dell).
- حاسبة يدوية نوع (Kenko).
- شريط قياس
- ميزان طبي
- 6 أقماع
- 7 أطواق
- كرة طائرة
- شريط لاصق لرسم خط مستقيم
- ساعة توقيت
- صافرة

2_4 القياس والاختبار:

قامت الباحثة بعدة دراسة الاختبارات الخاصة بالقدرات الحركية من محاولة دمج بعض هذه الاختبارات في اختبار مركب واحد وهو:

اسم الاختبار المقترح: اختبار القدرات الحركية المركبة الأساسية لطالبات المرحلة الابتدائية (8-10 سنوات)

هدف الاختبار : قياس مستوى القدرات الحركية الأساسية لدى طالبات المرحلة الابتدائية من خلال أداء حركي متواصل يُقاس بالزمن (الثواني).

أدوات الاختبار

- 6 أقماع
- 7 أطواق او دوائر ترسم على الارض بقطر 60 سم
- كرة طائرة

- شريط لاصق لرسم خط مستقيم
- ساعة توقيت
- صافرة
- شريط قياس

مكان الاختبار : ملعب أو قاعة رياضية مستوية وخالية من العوائق بجانب جدار.
وصف الاختبار ومحطاته (مع المسافات): تؤدي التلميذة المحطات الأربع التالية بالتتابع وبدون توقف تبعد محطة عن اخرى 2 متر :

المحطة الأولى: الركض المتعرج : توضع 6 أقماع على خط مستقيم المسافة بين كل قمع وآخر: 1.5 متر طول المسار الكلي: 7.5 أمتار و تؤدي التلميذة الجري المتعرج بين الأقماع.

مسافة الانتقال للمحطة الثانية ➡ على بعد 2 متر

المحطة الثانية : القفز داخل وخارج الأطواق(3 اطواق مفردة وطوقان مزدوجان)

يوضع طوق مفردة على الارض وان لم يتوفر ترسم دائرة بقطر (60) سم تضع التلميذة القدمين داخله بالقفز ثم تقفز الى الطوقين المتجاورين على بعد (30) سم وكل قدم تضعها داخل طوق ثم القفز الى الطوق المفرد و تضع التلميذة القدمين داخله بالقفز ثم تقفز الى الطوقين المتجاورين على بعد (30) سم وكل قدم تضعها داخل طوق و ثم طوق مفردة تضع التلميذة القدمين داخله بالقفز المسافة بين كل طوق وآخر (30 سم) تؤدي التلميذة القفز داخل وخارج الأطواق بشكل متواصل . و قطر الطوق 60 سم

مسافة الانتقال للمحطة الثالثة ➡ : 2 متر

المحطة الثالثة: رمي واستلام الكرة على جدار على بعد 2م من الجدار تقف التلميذة خلف خط مرسوم تقوم برمي كرة الطائرة نحو الحائط واستلامها 3 مرات متتالية بسرعة.

مسافة الانتقال للمحطة الرابعة ➡ : 2 متر

المحطة الرابعة: المشي على خط مستقيم

خط مستقيم مرسوم بطول 5 أمتار عرض الخط: 5 سم تمشي التلميذة على الخط مع الحفاظ على التوازن حتى النهاية.

طريقة الأداء : تبدأ التلميذة عند سماع إشارة البدء و تؤدي جميع المحطات بالتسلسل دون توقف

ينتهي الزمن عند اجتياز نهاية الخط المستقيم

التسجيل : يُحسب الزمن الكلي بالثواني و تُضاف ثانيان عن كل خطأ (إسقاط الكرة، لمس الأقماع، الخروج عن الخط او الدوائر والأقماع)

5-2 التجربة الاستطلاعية

بعد ان تم وضع تفاصيل خطة الاختبار واعداده وعرض الاختبارات على (7) من الخبراء وذوي الاختصاص في الاختبار والقياس في يوم الاحد 2025 /10/5 والموافقة عليها تم إجراء تجربة استطلاعية للاختبار على عينة مكونة من (6) طالبات من نفس مجتمع الدراسة، وذلك قبل تطبيقه بصورته النهائية. ، فقد قامت الباحثة يوم الثلاثاء المصادف 2025/ 10/ 14 بإجراء

تجربة استطلاعية للتأكد من ملاءمتها لمستوى الطالبات، والكشف عن أية صعوبات أو غموض قد تواجه الطالبات أثناء التطبيق. مما يساعد الباحثة على تعديل الاختبارات الغير مناسبة قبل التطبيق النهائي، تهدف التجربة الاستطلاعية إلى (عبيدات و عدس، 2016، صفحة 112) .

- التأكد من وضوح تعليمات و فقرات الاختبار.
- تحديد طريقة قياس الزمن وطريقة تحديد الاخطاء والاجراءات المناسب لتطبيق الاختبار.
- الكشف عن الصعوبات أو المشكلات التطبيقية.
- تحسين جودة الاختبار ورفع مستوى صدقه وثباته.

6-2 تجربة بناء الاختبار.

لغرض تطبيق الاختبار المقترح و ايجاد الاسس العلمية بصورة منظمة، وضمان دقة القياسات وموضوعية النتائج، قامت الباحثة باتخاذ مجموعة من الإجراءات الإدارية والتنظيمية اللازمة التي تكفل حسن تنفيذ العمل الميداني. إذ جرى التنسيق المسبق مع إدارات عدد من المدارس، وذلك للحصول على الموافقات الرسمية المطلوبة وتحديد الأماكن المناسبة لإجراء الاختبارات. وتم اختيار عينة البحث بصورة مقصودة بلغ عددها (90) تلميذة من مجتمع الدراسة، بما يتلاءم مع أهداف البحث ومتطلباته. كما تم الاتفاق مع إدارات المدارس على تحديد الأوقات المناسبة لتنفيذ الاختبارات، بما ينسجم مع أوقات دوام الطالبات وتم تنفيذها من يوم الاحد الموافق 2025/10/19 ولغاية يوم الاحد الموافق 2025/11/2. وقد حرصت الباحثة أثناء تنفيذ الاختبارات على تهيئة الظروف الملائمة التي تضمن سلامة الأداء ودقة القياس، فضلاً عن توحيد إجراءات التطبيق واستخدام الأدوات والأجهزة نفسها لجميع أفراد العينة، الأمر الذي أسهم في تحقيق الثبات في القياس والحصول على بيانات دقيقة وموثوقة تتوافق مع أهداف البحث.

7-2 المعاملات العلمية لاختبار القدرات الحركية المركب:

1-7-2 معامل الصدق

تم التأكد من صدق الاختبارات عندما تم عرض الاختبارات على (7) من الخبراء وذوي الاختصاص في الاختبار والقياس في يوم الاحد 2025 /10/5 والموافقة عليها اذ " يعد الاختبار صادقا إذا كان يقيس ما أعد لقياسه فقط وللتأكد من صدق الاختبارات تم إتباع طريقة صدق المحتوى وذلك بعرضها على الخبراء والمختصين " (الرسال، 1995، صفحة 422) الذين اجمعوا على صدق الاختبار المركب في قياس القدرات الحركية بنسبة اتفاق (100%)

2-7-2 معامل الثبات

تم اعتماد طريقة إعادة الاختبارات لإيجاد معامل الثبات " عند إعادة تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم فانه يعطي النتائج نفسها أو نتائج مقاربة" (حسانين، 2004، صفحة 145) لذلك طبقت الاختبارات على عينة تجربة البناء وعددهن (20) تلميذة بعد مرور

اسبوع وتحت الظروف ذاتها ثم قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط البسيط ((بيرسون)) بين الاختبارين الأول والثاني وكانت قيم معامل الارتباط (0.882) وهو معامل ارتباط عالي

2-7-3 معامل الموضوعية

استخدمت الباحثة اختبار واضحة ومفهوم إذ إنَّ التسجيل يتم باستخدام وحدات الزمن ولما كانت هذه الاختبارات المعتمدة واضحة ومفهومة وبعيدة عن التقويم الذاتي للمقوم كما تم تحديد التعليمات لكل اختبار بوضوح وتثبيت الشروط الواجبة في أثناء التطبيق عن كون فريق العمل المساعد من ذوي الاختصاص والخبرة فضلا عن ذلك اعتمد التقييم لمقيمين عدد (2) على العينة المكونة من (20) تلميذة ويجاد معامل الموضوعية من خلال ايجاد معامل الارتباط وبلغ معامل الارتباط (0.938)

2-7-4 القدرة التمييزية:

" تهدف هذه الآلية إلى تقويم صدق الاختبار من خلال قدرته على التفريق بين ذوي الدرجات العليا وذوي الدرجات الدنيا في السمة أو المهارة التي يقيسها. " (علاوي و رضوان، 1994، صفحة 86)

جدول (1) يبين القدرة التمييزية

الاختبار	وحدات القياس	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		T قيمة	مستوى الخطأ
		ع	س	ع	س		
اختبار القدرة الحركية المركب	ثانية	1.333	21.433	1.443	29.005	886.41	0.000

2-7-5 معامل السهولة والصعوبة:

جدول (2) يبين معامل السهولة والصعوبة

الـة	متغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	اختبار القدرة الحركية المركب	ثانية	24.50	25	2.949	1320.

2-8 التجربة الرئيسية.

شرعت الباحثة في تنفيذ التطبيق الفعلي للدراسة خلال الفترة الممتدة من يوم الاثنين 2025/12/8 حتى يوم الاثنين 2025/12/29، وذلك بقصد اشتقاق الدرجات المرجعية او المعيارية للاختبار. وقد شمل التطبيق مجموعة بلغ عددها (116) تلميذة جرى انتقاؤهن من مجتمع البحث بما يتوافق مع غايات الدراسة ومتطلباتها. وُقِّدَت عملية التطبيق وفق خطة منظمة وخطوات محددة سلفاً، مع ضمان ثبات العوامل المحيطة لجميع المشاركات، سواء فيما يتعلق بمكان التنفيذ أو توقيته أو التعليمات المقدمة لهن، فضلا عن اعتماد الوسائل والأدوات ذاتها دون تغيير. كما أولت الباحثة اهتمامًا بتوفير بيئة ملائمة تكفل سلامة القياس وحيدة النتائج، وتم رصد الدرجات الخاصة بكل متعلمة بدقة وعناية، ثم معالجتها باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة بهدف اشتقاق المستويات المرجعية، بما يدعم تفسير المخرجات بأسلوب علمي منضبط ويسهم في تحقيق مقاصد الدراسة.

9-2 الوسائل الاحصائية

استخدمت الباحثة البرنامج الاحصائي SPSS

3- عرض النتائج ومناقشتها

3-1 عرض قيم النزعة المركزية لعينة التقنين:-

تبيّن من التحليل الإحصائي لبيانات مجموعة المعايير، التي ضمت (116) تلميذة، النتائج التمهيديّة للاختبار قبل تنفيذ خطوات اشتقاق الدرجات المعيارية، كما هو موضح في الجدول (3).

الجدول (3) يبين قيم النزعة المركزية لعينة التقنين

ت	اسم الاختبار	وحدة القياس	س	و	ع	معامل الإلتواء	اقل قيمة	اعلى قيمة
1	اختبار القدرة الحركية المركب	ثا	24.896	25	3.756	0.243	18	33

3-2 عرض نتائج الاطر المعيارية للاختبار التكاملية للقدرة الحركية:

جرى اشتقاق الفئات المرجعية للاختبار التكاملية للقدرة الحركية بالاستناد إلى الدرجات الأولية التي حققتها المفحوصات، ثم مواعمتها مع القيم المقابلة لها في الحقل الأخير من الجدول، والذي يمثل مستوى القدرة المحسوب بعد تعديل الدرجات وفق معادلة المدى. وقد تم توزيع هذا المدى إلى خمس فئات تصنيفية متدرجة. ولتوضيح هذه الفئات بصورة أكثر تنظيمًا، أُعيد ترتيب بيانات الجدول (4)، إذ حُدّت المستويات المرجعية وعدد مرات تكرارها اعتمادًا على قيم الدرجات المحوّلة، وذلك كما يتضح في الجدول

جدول (4) يُبين الاطر المعيارية للاختبار التكاملية للقدرة الحركية

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية المعدلة	المستوى المعياري	عدد المشاركات	النسبة المئوية
29.41 — واكثر	39-30	ضعيف	14	12%
29.40 — 26.40	49-40	مقبول	15	12.9%
23.39-26.39	59-50	متوسط	51	43.9%
20.38-23.38	69-60	جيد	20	17.2%
(20.37) فما اقل	70 فما فوق	جيد جداً	16	13.7%
	المجموع		116	100%

3-3 مناقشة نتائج الاطر المعيارية للاختبار التكاملية للقدرة الحركية:

بيّنت نتائج التطبيق الميداني للاختبار التكاملية للقدرة الحركية على العينة أن النسبة الأعلى من الدرجات تركزت ضمن الفئة المعيارية المتوسطة، إذ سجلت ما مقداره (43.9%)، وهو مؤشر يدل على أن مستوى الكفايات الحركية لدى معظم أفراد العينة يقع في الإطار النمائي المعتاد لهذه المرحلة السنية. وترى الباحثة أن هذا التوزيع يعود إلى جملة من المبررات، لعل أبرزها أن المتعلمات في هذه السن ما يزلن يمررن بمرحلة النمو الجسمي والتطور العصبي-العصلي، حيث لم تبلغ القدرات الحركية درجة النضج الكامل بعد، كما أنها ترتبط ارتباطاً وثيقاً بحجم الخبرات العملية التي تكتسبها التلميذة سواء داخل المدرسة أو في

محيطها الخارجي. كذلك فإن محدودية الانخراط في أنشطة بدنية منتظمة ومخطط لها قد تؤثر في مستوى الارتقاء بهذه القدرات، الأمر الذي ينعكس بصورة مباشرة على جودة الأداء الحركي. وأوضحت النتائج أيضاً أن نسبة من حصلن على تقديري (جيد) و(جيد جداً) بلغت مجتمعة (30.9%)، وهي دلالة على وجود شريحة تتمتع بمستوى حركي متقدم نسبياً. وقد يُعزى ذلك إلى انتظام مشاركتهن في الفعاليات الرياضية المدرسية أو الأنشطة البدنية خارجها، فضلاً عن التشجيع الأسري والدعم المستمر لممارسة الحركة، مما يسهم في تعزيز التوافق العصبي العضلي وصقل المهارات الأساسية. وتتفق هذه المعطيات مع ما أشارت إليه بعض من المصادر (أن تنمية القدرات الحركية في الطفولة المبكرة تمثل قاعدة أساسية لاكتساب المهارات الرياضية الأكثر تعقيداً لاحقاً، وأن أي ضعف في هذه المرحلة قد ينعكس سلباً على الكفاءة الحركية مستقبلاً.) (أبو زيد، 2014، صفحة 87)

في المقابل، بلغت نسبة من تم تصنيفهن ضمن المستويين (الضعيف) و(المقبول) (24.9%)، وهي نسبة تستحق الوقوف عندها، إذ قد ترتبط بقلة الاهتمام بالنشاط البدني، أو محدودية فرص الممارسة الحرة والمنظمة، فضلاً عن الإفراط في استخدام الوسائط التكنولوجية الحديثة التي تقلل من معدلات الحركة اليومية لدى الأطفال، وهو ما قد يؤثر في تطور الكفايات الحركية الأساسية. وانطلاقاً مما سبق، يمكن التأكيد على أن الاختبار المتكامل الذي جرى تصميمه في هذه الدراسة أسهم في إبراز الفروق الفردية بين تلميذات المرحلة الابتدائية في مجال القدرات الحركية، كما أتاح بناء مستويات مرجعية تساعد في تفسير النتائج بصورة منهجية دقيقة. ويتوافق ذلك مع ما ذكره (عبد الحميد 2016) من (أن مرحلة الطفولة الوسطى تعد فترة مفصلية في تشكيل الأساس الحركي، وأن ضعف التقويم خلالها قد يؤدي إلى صعوبات في اكتساب المهارات اللاحقة.) (عبد الحميد، 2016، صفحة 102) وعليه، فإن النتائج المتوصل إليها توفر قاعدة علمية يمكن أن يستند إليها المختصون في التربية البدنية عند إعداد البرامج التعليمية والتدريبية الملائمة لهذه الفئة العمرية، بما يعزز النمو الحركي السليم ويرتقي بمستوى الأداء.

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1. تم بناء اختبار تكاملي لقياس القدرات الحركية لدى تلميذات التعليم الابتدائي ضمن الشريحة العمرية (8-10) أعوام.
2. تم التوصل الى اطر معيارية للاختبار المتكامل للقدرات الحركية لهذه الفئة العمرية، باعتماد خمس فئات معيارية لتصنيف مستويات الأداء.
3. برهن الاختبار المتكامل المصمَّم على كفاءة واضحة في تقدير الفروق بين من تملك مهارات الحركية الاساسية مرتفعة وبين المنخفضة لدى متعلقات المرحلة الابتدائية (8-10 سنوات)،
4. أظهرت البيانات وجود تباين ملحوظ في درجات الأداء البدني بين المشاركات، بما يجسد الاختلافات الفردية في مظاهر النمو الحركي وحجم الخبرات المكتسبة.
5. تحورت النسبة الأكبر من نتائج التلميذات حول الفئة المرجعية المتوسطة، وهو ما يعكس تموضع مستوى القدرات الحركية

6. أوضحت المعطيات تمركز نسبة غير قليلة من المتعلمات ضمن الفئتين الدنيا والمقبولة، الأمر الذي يدل على ضرورة إعداد برامج تعليمية ملائمة تساهم في تعزيز قدراتهن الأساسية.

2-4 التوصيات:

- 1- توصى الباحثة بتبني الأداة التقييمية المتكاملة التي أعدت في هذه الدراسة من قبل المؤسسات التربوية لغرض تقدير المستوى التكاملي للقدرات الحركية لدى تلميذات المرحلة الابتدائية.
- 2- اعتماد الفئات المرجعية المستخلصة لتصنيف مستوى القدرات الحركية المتكامل لدى تلميذات الفئة العمرية (8-10) سنوات في مدارس مدينة بغداد.
- 3- تعزيز تطوير المناهج التربوية ضمن دروس التربية الرياضية، بما يساهم في الارتقاء بمستوى المهارات الأساسية،
- 4- التأكيد على تنفيذ التقييم باستخدام اطر معيارية معتمدة؛ بهدف رصد التحسن في الأداء البدني ومتابعة نموه بصورة مستمرة.
- 5- حث الهيئات الإدارية في المدارس وأسر التلميذات على تهيئة بيئة داعمة تتيح ممارسة الأنشطة البدنية بصورة منتظمة داخل المؤسسة التعليمية وخارجها.

المراجع

1. أحمد محمود أبو زيد. (2014). الأسس العلمية لتعليم المهارات الحركية. القاهرة: دار الفكر العربي.
2. محمد صبحي عبد الحميد. (2016). القياس والتقويم في التربية الرياضية (ط. 2). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
3. دينا جمال عبد. (2022). تأثير اسلوبي الكارديو والبيلاتس المصاحب للتوعية الغذائية في بعض المتغيرات الوظيفية والقياسات الجسمية للنساء بأعمار (25-35 سنة). رسالة ماجستير الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية.
4. ذوقان عبيدات، و عبد الرحمن عدس. (2016). البحث العلمي: مفهومه وأدواته وأساليبه (ط. 6). عمان: دار الفكر.
5. صالح حمد العساف. (1995). ؛ المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية ، ط1. الرياض: ، مكتب العبيكان.
6. صلاح الدين محمود علام. (2010). الأساليب الإحصائية الاستدلالية في تحليل البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية (البارومتري واللابارامترية). القاهرة: دار الفكر العربي.
7. ظافر هاشم ألكاظمي. (2012). التطبيقات العملية لكتابة الرسائل والأطاريح التربوية والنفسية (التخطيط والتصميم)، بغداد: دار الكتب والوثائق.
8. محمد حسن علاوي ، و محمد نصر الدين رضوان. (1994). اختبارات الاداء الحركي ، ط3 . القاهرة: دار الفكر العربي.
9. محمد صبحي حسانين. (2004). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط6 . القاهرة : دار الفكر العربي .
10. مفتي ابراهيم. (1998). التدريب الرياضي الحديث . القاهرة: دار الفكر العربي.
11. ورود شافي. (2024). تأثير تمرينات تعليمية بوسائل مساعدة في قدرتي الأتزان والربط الحركي وتعلم فعالية الوثبة الثلاثية للطالبات. رسالة ماجستير - جامعة بغداد- كلية التربية البدنية وعلم الرياضة للبنات.
12. F.A: . .Therapeutic Exercise: Foundations and Techniques. (2017). Colby a L و ،Kisner c . Davis Company
13. W D McArdle ،F L Katch و ،V L Katch. (2018). Exercise physiology: Nutrition, energy, and human performance (8th ed.). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer.