

فاعلية برنامج الالعاب الصغيرة في تحسين بعض القدرات البدنية للتلاميذ بأعمار 8-9 سنوات
م.د احمد عقيل عباس

ahmed.akeel@uodiyala.edu.iq

الكلمات المفتاحية: برنامج ، الألعاب الصغيرة، تحسين ، القدرات البدنية ، للتلاميذ.
ملخص البحث

تمثل التربية الرياضية مكانة متقدمة في حياة الشعوب والأمم، وتلعب دورا هاما وأساسيا في الحياة اليومية الإنسان، حتى أصبحت من أقوى أسلحة الدولة لتربية أبنائها وإعدادهم لحياة سعيدة هائلة تتميز بقيمتها التربوية والمعرفية والإبداعية.

وتمثل الألعاب الصغيرة في الرياضة أهمية استثنائية، ومدخلا جديدا لارتباطها بالنشئ الجديد وتكوين قاعدة متينة راسخة البنیان وتوافر كافة المستلزمات التي تأخذ بهم نحو الأحسن، لتطوير مستواهم وكذلك تتيح لهم الفرص المناسبة للتعبير عن رغباتهم وميولهم وحاجتهم الطبيعة فضلاً عن المتعة التي يكتسبونها من خلال مزاوتهم لها، سواء كانت هذه المتعة معرفية (فكرية) أو بدنية ومهارية أو نفسية على إن يكون بشكل مخطط له يضمن استمراريته خلال الوحدات التعليمية – التدريبية ونجاحها المؤثر بالتقدم بشكل إيجابي بمستوى نتائج الأداء .

تماشياً مع التطورات والتوجيهات الجديدة في مرحلة الابتدائية كمرحلة حرجية في عمر الناشئة. كما لا بد من لاهتمام بالنشاط البدني والذي هو جزء لا يتجزأ من النهج العام للمرحلة الابتدائية. وان تطوير القدرات البدنية لدى الاطفال امر مهم في تطوير حياتهم المستقبلية.

The Impact of the Program of Small Games in the Development of the Most Important Physical Abilities of Pupils between Age of 9-8 years

Dr. Ahmed Aqeel Abbas

ahmed.akeel@uodiyala.edu.iq

Abstract:

Physical Education represent a leading position in the life of peoples and nations, and plays an important and integral role in the daily life of man, until it became one of the strongest weapons of the state to educate their children and prepare them for a happy life carefree featuring educational and cognitive and volitional value.

The small games in the sport of exceptional importance, and input new to relate to the new Blanca and the formation of a solid base established architecture and the availability of all supplies that take them for the better, to develop their level as well as the appropriate opportunities to express their wishes and preferences and their needs allows them to nature as well as the pleasure gained from Mzawe lthm her, whether these pleasures cognitive (intellectual), or physical or psychological and skill to be a planned ensures its continuity through educational units - training and success impressive progress in a positive level of performance results.

In line with the new developments and directions in the primary stage of a stage at the age of embarrassment emerging. Also to be interesting to physical activity, which is an integral part of the overall approach for the primary stage part. The

development of the physical abilities in children is important in the development of their future life.

Keywords: program, small games, improvement, structural abilities, for pupils.

1-1- مقدمه البحث وأهميته:

تمثل التربية الرياضية مكانة متقدمة في حياة الشعوب والأمم ، وتلعب دورا هاما وأساسيا في الحياة اليومية الإنسان ،حتى أصبحت من أقوى أسلحة الدولة لتربية أبنائها وإعدادهم لحياة سعيدة هائلة تتميز بقيمتها التربوية والمعرفية والإرادية.

ان الاهتمام والإسهام الفعال في إعداد وتنشئة التلاميذ في جميع النواحي البدنية والمعرفية والتربوية يساهم في بناء الشخصية الناضجة المتكاملة ويؤدي إلى امتلاك مهارات رياضية عالية المستوى في الأداء والدقة والسرعة في تطبيقها مستثمرا القدرات والخصائص البدنية والحركية في مرحلة الأشبال التي كانت قد نالت نصيبها من التطور والنمو نتيجة لممارسة الألعاب واللعب والتخصص فيها، والتي تمكنه من اكتساب الخصائص اللازمة، وكذلك إشباع حاجاته الأساسية في اللعب والترويح والمنافسة وإتاحة فرص التجريب لتنمي لديه القدرة على الاداء والإبداع.

وتمثل الألعاب الصغيرة في الرياضة أهمية استثنائية، ومدخلا جديدا لارتباطها بالنشئ الجديد وتكوين قاعدة متينة راسخة البنیان وتوافر كافة المستلزمات التي تأخذ بهم نحو الأحسن، لتطوير مستواهم وكذلك تتيح لهم الفرص المناسبة للتعبير عن رغباتهم وميولهم وحاجتهم الطبيعة فضلا عن المتعة التي يكتسبونها من خلال مزاولة لها، سواء كانت هذه المتعة معرفية (فكرية) أو بدنية ومهارية أو نفسية على إن يكون بشكل مخطط له يضمن استمراريته خلال الوحدات التعليمية – التدريبية ونجاحها المؤثر بالتقدم بشكل إيجابي بمستوى نتائج الأداء .

إن الألعاب الصغيرة تشكل جزء هام من النشاط التعليمي والتدريبي اذ تمثل مكانة مرموقة بين مختلف الألعاب والأنشطة المتعددة، وتشكل حيزا مهما في التدريب على المهارات الحركية والبدنية والوظيفية وغيرها، وأصبحت من المقومات التي يحتاج إليها أي برنامج تعليمي – تدريبي للفئات العمرية المختلفة اذ يمكن وضع مناهج تدريبية مناسبة مستندة على الألعاب الصغيرة وبشكل مبرمج للوصول الى افضل النتائج في التطور وتحقيق مستوى أداء متقدم.

1-2- مشكله البحث:

تماشيا مع التطورات والتوجيهات الجديدة في مرحلة الابتدائية كمرحلة حرجه في عمر الناشئة .كما لا بد من لاهتمام بالنشاط البدني والذي هو جزء لا يتجزأ من النهج العام للمرحلة الابتدائية. وان تحسين بعض القدرات البدنية لدى الاطفال امر مهم في تطوير حياتهم المستقبلية.

ونظراً لخبره الباحث ومتابعته للعملية الدراسية من خلال الإشراف على مطبقي دروس التربية الرياضية في المدارس اثناء التطبيق الميداني لاحظ عدم اعطاءه الاهتمام الكافي في اشباع رغبة التلاميذ في اللعب الامر الذي دفع الباحثان الى ايجاد حلاً لهذه المشكلة من خلال اعتمادها على اعداد برنامج الالعاب الصغيرة في تحسين بعض القدرات البدنية للتلاميذ بأعمار 8-9 سنوات.

1-3-اهداف البحث:

- 1- اعداد برنامج للألعاب الصغيرة في تحسين بعض القدرات البدنية لتلاميذ بعمر 8-9 سنوات.
- 2- تعرف على فاعلية للألعاب الصغيرة في تحسين بعض قدرات البدنية لتلاميذ بعمر 8-9 سنوات.

1-4-فرضا البحث:

- 1- هناك فروق معنوية بين اختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية في تحسين بعض القدرات البدنية لتلاميذ 8-9 سنوات.

2- هناك فروق معنوية بين مجموعتين تجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية لتحسين بعض القدرات البدنية لتلميذ بعمر 8-9 سنوات.

1-5-مجالات البحث:

1-5-1-المجال البشري : تلاميذ مدرسة الزهراء الابتدائية المختلطة للصف الثاني الابتدائي بعمر 8-9 سنوات.

1-5-2-المجال الزماني: المدة من 2019/11/15 ولغاية 2020/2/28.

1-5-3-المجال المكاني: مدرسة الزهراء الابتدائية المختلطة.

1-6-تحديد المصطلحات :

الألعاب الصغيرة "هي عبارة عن ألعاب بسيطة ذات قوانين غير معقدة ويمكن التعديل فيها وفقاً لمستوى قدرات المشتركين، فهي مجموعة متعددة من ألعاب الجري والكرات والأدوات وألعاب اللياقة البدنية والمهارات الحركية، إذ تبتكر هذه الألعاب من أجل تحقيق الأغراض التي وضعت من أجلها للارتقاء بالقدرات الوظيفية والبدنية والذهنية مع إضفاء جواً من المرح والمنافسة بين الأفراد المتنافسين مما يجعل المدربين إلى الإسهام الفعال في كيفية اختيار الألعاب وأسس ابتكارها أو الأغراض التي يمكن للعبة أن تحققها من أجل تطوير وسيلة التدريب بإضفاء الصيغة التنافسية التي تهتم بها هذه الألعاب (الفنواتي: 1998: -148)

القدرات البدنية: جزء من اللياقة البدنية الشاملة التي تشتمل على جميع الجوانب النفسية والبدنية والحركية والعقلية والاجتماعية والصحية ، ولها مدلولات وتفسيرات ومفاهيم متعددة ، ومنها أن لكل فرد قدرات بدنية تختلف عن بقية الأفراد ، كما إنها تعد من أكثر الاصطلاحات التي دار حولها النقاش والجدل بسبب اختلاف وجهات النظر والمدارس الفكرية المختلفة(راتب:2012:1994)

2-منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي تصميم المجموعات المتكافئة وهو نظام لاختبار أو مقارنة بين مجموعتين أو أكثر لملائمة طبيعة مشكلة البحث المراد حلها.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تحدد مجتمع البحث بتلاميذ المدارس الابتدائية لقضاء بعقوبة المركز وتم اختيار مدرسة الزهراء الابتدائية المختلطة بالطريقة العمدية. وذلك كون الباحث أجري الاشراف 5 على طلبه التطبيق الميداني لها في نفس المدرسة.

وتم اختيار تلاميذ الصف الثاني الابتدائي وبالبالغ عددهم (89) طالب للعام الدراسي (2019-2020) وبعد استبعاد التلاميذ المشتركين في التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (40) تلميذ كما تم استبعاد (9) تلميذ لتغيّبهم لأكثر من ثلاث ايام وبذلك اصبح عدد تلاميذ عينة البحث (40) تلميذ وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية الى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (20) تلميذ لكل مجموعة وبهذا تكون النسبة المئوية لعينة البحث (36.5%) من تلاميذ الصف الثاني الابتدائي.

2-3 تكافؤ مجموعتي البحث:

من أجل ارجاع الفوارق الى العمل التجريبي عمل الباحث على تحقيق تكافؤ مجموعتي البحث باختبارات اهم القدرات البدنية عن طريق قانون (ت) لمتوسطين غير مرتبطين ولعينتين متساويتين وكما مبين في الجدول رقم (1).

يبين نتائج الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات قيد البحث

المتغيرات	عدد العينة	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	نسبة الخطأ
ركض 20 م	20	دقيقة	29.065	3.665	0.330	0.743
المجموعة التجريبية				4.189		
المجموعة الضابطة			28.654			
الوثب من الثبات	20	متر	0.958	0.272	-0.035	0.972
المجموعة التجريبية				0.269		
المجموعة الضابطة			0.961			
التوافق	20	دقيقة	10.402	2.018	0.591	0.558
المجموعة التجريبية				1.729		
المجموعة الضابطة			10.051			
الركض المتعرج	20	دقيقة	3.050	1.104	0.000	1.000
المجموعة التجريبية				1.104		
المجموعة الضابطة			3.050			

2-4 الوسائل والأجهزة والادوات المستخدمة في البحث :

2-4-1 الوسائل المستخدمة.

- 1- المراجع والمصادر العربية .
- 2- الانترنت (شبكة المعلومات الدولية).
- 3- الاختبار والقياس .

2-4-2 الأجهزة والادوات المستخدمة .

- 1- ساعه توقيت الكترونية عدد(1)
- 2- شريط لقياس الاطوال والمسافات.
- 3- صافره عدد(1)
- 4- كرات عدد(2)
- 5- حبال ومراتب
- 6- حبال ومراتب او شواخص.
- 7- حاسبه الكترونية
- 8- كامرة تصوير

2-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاحد المصادف (28-11-2019) في تمام الساعة 2,30 ظهرا على عينه من خارج عينه البحث وعددها (40) تلميذا والهدف من هذه التجربة هو التعرف على كافه المعوقات التي قد تواجه الباحث عند تنفيذ التجربة الرئيسية ومن اجل التعرف على صلاحية الاختبارات.

قام الباحث بأجراء الاختبارات القبلية لاهم القدرات البدنية في يوم الاثنين المصادف (28-12-2019) في تمام الساعة (2,30) ظهرا وللمجموعة الضابطة والتجريبية .حيث تضمن الاختبارات الاتية: (لطرفي:133:2013)

1- اختبار الجري لمسافة (20م) من الوقوف

الغرض من الاختبار: قياس السرعة

الادوات المستخدمة: ساعة توقيت. صافرة. ارض مستوية .

طريقه الاداء: يقف المختبر خلف خط البداية وعند سماع الصافرة يبدأ بالركض بأقصى

سرعه من وضع الوقوف وحتى نهاية المسافة المحددة.

التسجيل: يسجل افضل زمن

2- اختبار التوافق.

الغرض من الاختبار : قياس توافق الرجلين والعينين.
الادوات المستخدمة: ساعه توقيت .يرسم على الارض ثمان دوائر على ان يكون قطر كل منها (60سم) ترقيم الدائرة
طريقة الاداء: يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1) عند الصافره البدء يقوم بالوثب
بالقدمين معا الى الدائرة رقم(2) وهكذا حتى رقم (8) ويتم باقصى سرعة.
التسجيل: يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الدوائر الثمان.

3- اختبار الوثب العريض من الثبات .

الغرض من الاختبار: منه .قياس قوه عضلات الرجلين.
الادوات المستخدمة: ارض مستويه لاتعرض الفرد للانزلاق , يرسم خط على الارض خط
البداية
طريقة الاداء: يقف المختبر خلف خط البدايه والقدمان متباعدتان قليلا والذراعان عاليا
تمرجح الذراعان امام اسفل خلف مع ثني الركبتين نصف وميل الجذع اماما حتى يصل الى
مايشبه البدء بالسباحه تمرجح الذراعان امام بقوه مع مد الرجلين على امتداد الجذع ورفع
الارض بالقدمين بقوه من محاوله الوثب اماما لبعد مسافه ممكنه .
التسجيل : يسجل المختبر محاولتان ويسجل له الافضل.

3-اخبار الجري المتعرج :

الغرض الاختبار: قياس الرشاقه
الادوات المستخدمة: ساعه توقيت .تثبت اربع شواخص على الارض في الاركان الاربعه
للمستطيل .ويثبت الشاخص الخامس في منتصف المستطيل.
طريقه لاداء : يقف اللاعب بجانب احد القوائم وبعد الصافره يجري اللاعب على شكل
رفم 8 بالغه الانكليزية الى ان يصل الى نقطه البداية.
التسجيل: يسجل افضل زمن.

2-6-2 منهج الالعاب الصغيره:

تم البدء بتنفيذ البرنامج بتاريخ (2020/1/3) واستمرت لمدته (8) اسابيع بواقع (16) وحدة
تعليمية أي بمعدل وحدتين بالاسبوع اذ قام الباحثان بادخال الالعاب الصغيره في القسم الرئيس
فقط من الوحدة التعليمية وبلغ وقت الوحدة(25) دقيقة اذ هو نفس وقت الدرس في المدرسة.

2-6-3 الاختبارات البعديه:

قام الباحث باجراء الاختبارات البعديه لاهم القدرات البدنيه في يوم الاحد المصادف (28-2-
2016) في تمام الساعه (12) بعد الظهر وللمجموعتين الضابطة والتجريبية وذلك بعد اكمال
تنفيذ البرنامج الالعاب الصغيره.

2-7 الوسائل الاحصائية:

بعد جمع البيانات بكل الاختبارات وتعريفها في الاستماره عالج الباحث درجات كل
الاختبارات احصائية باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) واستخراج ماياتي (الوسط الحسابي
والانحراف المعياري ونسبة التطور).

3-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

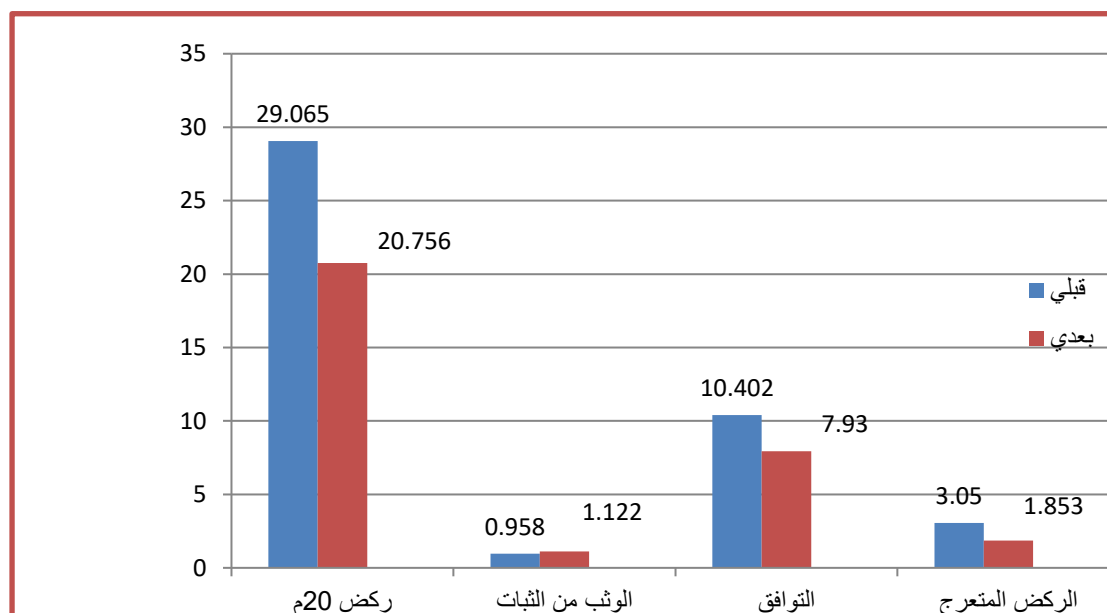
1-3 عرض نتائج متغيرات البحث للاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة التطور للمجموعة التجريبية:

لكي نحقق اهداف البحث وفروضة في معرفة تأثير البرنامج المقترح على تطوير مستوى بعض القدرات البدنية لدى عينة البحث قام الباحثان بعرض نتائج الاختبارات البدنية القبالية والبعدية ومناقشتها .

جدول رقم (2)

بين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات البحث ونسبة التطور للمجموعة التجريبية

المتغيرات الاحصائية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة التطور
ركض 20 م	29.065	3.665	42.85
	20.756	3.560	
الوثب من الثبات	.958	.272	17.11
	1.122	.244	
التوافق	10.402	2.018	31.17
	7.930	1.664	
الركض المتعرج	3.050	1.104	64.59
	1.853	.479	



من خلال الجدول (2) والشكل (1) الذي يوضح قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبالية والبعدية لمستوى القدرات البدنية، إذ كان الوسط الحسابي لركض 20م في الاختبار القبالي هو (29.065) وبانحراف معياري مقداره (3.665)، فيما جاءت قيم الاختبار البعدي لركض 20م بوسط حسابي قدره (20.756) وبانحراف معياري قدره (3.560) اما نسبة التطور فبلغت بمقدار (42.85).

اما اختبار الوثب من الثبات فجاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار القبلي بمقدار (958). وبانحراف معياري قدره (272)، فيما جاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار البعدي بمقدار (1.122) وبانحراف معياري قدره (244). اما نسبة التطور فبلغت (17.11).

اما في اختبار التوافق فجاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار القبلي بمقدار (10.402) وبانحراف معياري قدره (2.018)، فيما جاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار البعدي بمقدار (7.930) وبانحراف معياري قدره (1.664). اما نسبة التطور فبلغت (31.17).

اما اختبار الركض المتعرج فجاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار القبلي بمقدار (3.050) وبانحراف معياري قدره (1.104)، فيما جاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار البعدي بمقدار (1.853) وبانحراف معياري قدره (479). اما نسبة التطور فبلغت (64.59).

3-2 عرض نتائج اختبار (ت) وفرق الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية:

جدول (3)

يبين اختبار (ت) وفرق الاوساط والانحرافات للمجموعة التجريبية

اختبار (ت) للعينات المرتبطة بدلالة (0,05)					المعالجات الاحصائية	
المتغيرات	س - ف	ع ف	هـ	قيمة ت	نسبة الخطأ	
ركض 20 م	8.309	4.603	1.029	8.072	.000	قبلي - بعدي
الوثب من الثبات	-1.164	.153	.034	-4.790	.000	قبلي - بعدي
التوافق	2.473	1.663	.372	6.651	.000	قبلي - بعدي
الركض المتعرج	1.197	1.044	.233	5.129	.000	قبلي - بعدي

يبين الجدول (3) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق والخطأ المعياري وقيمة (ت) المحتسبة ونسبة الخطأ بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية، وعليه كانت نتائج ركض 20م للاختبار القبلي بوسط حسابي للفروق بمقدار (8.309) وبانحراف معياري للفروق بمقدار (4.603) أما الخطأ المعياري فكان بمقدار (1.029) وعليه كانت قيمة (ت) المحسوبة (8.072).

اما الوثب من الثبات فكانت نتائج الوسط الحسابي للفروق بمقدار (-1.164) وبانحراف معياري للفروق بمقدار (1.153). اما قيمة الخطأ المعياري فكانت بمقدار (0.034) وعليه كانت نتائج قيمة (ت) المحسوبة (-4.790).

اما التوافق فكانت نتائج الوسط الحسابي للفروق بمقدار (2.473) وبانحراف معياري للفروق بمقدار (1.663). اما قيمة الخطأ المعياري فكانت بمقدار (0.372) وعليه كانت نتائج قيمة (ت) المحسوبة (6.651).

اما الركض المتعرج فكانت نتائج الوسط الحسابي للفروق بمقدار (1.197) وبانحراف معياري للفروق بمقدار (1.044). اما قيمة الخطأ المعياري فكانت بمقدار (0.233) وعليه كانت نتائج قيمة (ت) المحسوبة (5.129).

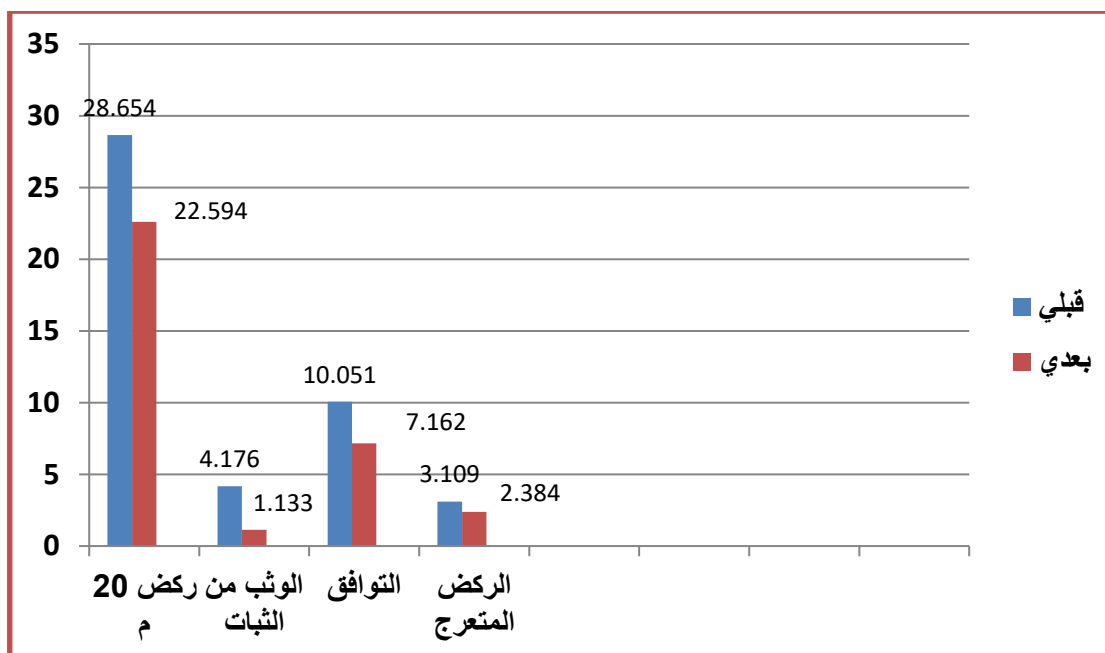
نلاحظ من الجدول (3) ان هناك تبايناً في فرق الاوساط الحسابية والتي دلت على نسبة حجم الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي وحسب المعادلة التي استخدمها الباحث.

3-3 عرض نتائج متغيرات البحث للاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة التطور للمجموعة الضابطة:

جدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات البحث ونسبة التطور للمجموعة الضابطة

نسبة التطور	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المعالجات الاحصائية للمتغيرات	
26.82	4.189	28.654	قبلي	ركض 20 م
	2.941	22.594	بعدي	
26.85	14.319	4.176	قبلي	الوثب من الثبات
	.262	1.133	بعدي	
40.33	1.729	10.051	قبلي	التوافق
	1.035	7.162	بعدي	
30.41	1.106	3.109	قبلي	الركض المتعرج
	.714	2.384	بعدي	



شكل (2)

يوضح الاوساط الحسابية لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة

من خلال الجدول (4) والشكل (2) الذي يوضح قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية والبعدية لمستوى القدرات البدنية للمجموعة الضابطة، إذ كان الوسط الحسابي لركض 20م في الاختبار القبلي هو (28.654) وبانحراف معياري مقداره (4.189)، فيما جاءت قيم الاختبار البعدي لركض 20م بوسط حسابي قدره (22.594) وبانحراف معياري قدره (2.941) اما نسبة التطور فبلغت بمقدار (26.82).

اما اختبار الوثب من الثبات فجاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار القبلي بمقدار (4.176) وبانحراف معياري قدره (14.319)، فيما جاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار البعدي بمقدار (1.133) وبانحراف معياري قدره (262). اما نسبة التطور فبلغت (26.85).

اما في اختبار التوافق فجاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار القبلي بمقدار (10.051) وبانحراف معياري قدره (1.729)، فيما جاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار البعدي بمقدار (7.162) وبانحراف معياري قدره (1.035) اما نسبة التطور فبلغت (40.33).

اما اختبار الركض المتعرج فجاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار القبلي بمقدار (3.109) وبانحراف معياري قدره (1.106)، فيما جاءت قيم الوسط الحسابي للاختبار البعدي بمقدار (2.384) وبانحراف معياري قدره (714). اما نسبة التطور فبلغت (30.41).

3-4 عرض نتائج اختبار (ت) وفرق الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة:

جدول (5)

يبين اختبار (ت) وفرق الاوساط والانحرافات للمجموعة الضابطة

اختبار (ت) للعينات المرتبطة بدلالة (0,05)					المعالجات الاحصائية	
نسبة الخطأ	قيمة ت	هـ	ع ف	س - ف	المتغيرات	
.000	4.612	1.314	5.877	6.061	قبلي - بعدي	ركض 20 م
.351	.957	3.181	14.227	3.043	قبلي - بعدي	الوثب من الثبات
.000	6.603	.438	1.957	2.890	قبلي - بعدي	التوافق
.018	2.578	.281	1.259	.725	قبلي - بعدي	الركض المتعرج

يبين الجدول (5) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفروق والخطأ المعياري وقيمة (ت) المحتسبة ونسبة الخطأ بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة، وعليه كانت نتائج ركض 20م للاختبار القبلي بوسط حسابي للفروق بمقدار (6.061) وبانحراف معياري للفروق بمقدار (5.877) أما الخطأ المعياري فكان بمقدار (1.314) وعليه كانت قيمة (ت) المحسوبة (4.612). اما الوثب من الثبات فكانت نتائج الوسط الحسابي للفروق بمقدار (3.043) وبانحراف معياري للفروق بمقدار (14.227) اما قيمة الخطأ المعياري فكانت بمقدار (3.181) وعليه كانت نتائج قيمة (ت) المحسوبة (957).

اما التوافق فكانت نتائج الوسط الحسابي للفروق بمقدار (2.890) وبانحراف معياري للفروق بمقدار (1.957) اما قيمة الخطأ المعياري فكانت بمقدار (4.38) وعليه كانت نتائج قيمة (ت) المحسوبة (6.603). اما الركض المتعرج فكانت نتائج الوسط الحسابي للفروق بمقدار (.725) وبانحراف معياري للفروق بمقدار (1.259) اما قيمة الخطأ المعياري فكانت بمقدار (.281) وعليه كانت نتائج قيمة (ت) المحسوبة (2.578) نلاحظ من الجدول (5) ان هناك تبايناً في فرق الاوساط الحسابية والتي دلت على نسبة حجم الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي وحسب المعادلة التي استخدمها الباحث.

4-5 مناقشة النتائج:

ومما تقدم تقدم يتبين ان التقدم الحاصل يعزى الباحث أي تأثير وفاعلية البرنامج المقترح وبشكل ايجابي لتطوير بعض القدرات البدنية اذا ان الالعب الصغيرة اللاعبين من الفئات العمرية تملك اهمية اوليه فهم يتدققون نحوها بصوره تامه وان تكون هذه الالعب ذات طابع اللعب والتنافس وان تتضمن العاباً متنوعة. (ك ليا سيكوتكي: 1976 132)

ان هذا التقدم الحاصل للمجموعة التجريبية يعزى به الباحث الى فاعلية وتأثير المنهج التدريبي المقترح في استخدام الالعب الصغيرة في تطوير مستوى القدرات البدنية للتلاميذ، اذ ان البرنامج تم تنفيذه بأسلوب جمع بين المنافسة في الاداء والبهجة والسرور خلاله الالعب الصغيرة ، اذ انها من الوسائل المهمة لتطوير قدرات التلاميذ البدنية الحركية والفكرية والاجتماعية

والنفسية ، اذا ان اللعبة الصغيرة الواحدة يمكن ان تطور واحدة او عدة قدرات بدنية (عبد المنعم:1981:30)

-الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

- 1- في ضوء نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث الى الاستنتاجات الاتية
- 1- ان استخدام برنامج الالعاب الصغيرة اثر بشكل الايجابي وكبير في الفعاليه الاداء التلاميذ الامر الذي ادى الى البرنامج تطوير القدرات البدنية موضوع البحث
- 2- ان النتائج التي حققتها الاختبارات اثبتت صلاحية الوحدة التعليمية التي اعددها الباحثان من خلال التطور الواضح في اهم القدرات البدنية .
- 3- حقق البرنامج الالعاب الصغيرة تطورا افضل من المنهج المتبع في الصف الثاني الابتدائي وبذلك تحققت اهداف والاغراض التي وضعت من اجل تحقيقها
- 4- القدرات الحركية والبدنية (الرشاقة، التوافق، التوازن) لا تحضى بالاهتمام الكافي خلال تطبيق درس الرياضة في المدارس الابتدائية

2-4 التوصيات:

- في ضوء ماتقدم من نتائج يوصي الباحث ماياتي :
- 1- اعتماد الالعاب الصغيرة في برامج درس التربية الرياضية للمدارس الابتدائية لما لها من تأثير ايجابي في تطوير القدرات البدنية للتلاميذ بعمر (8-9)سنوات ،
- 2- من الضروري اعاده النظر في المنهج المدارس الابتدائية لكي تسهم بشكل كبير في تطور القدرات البدنية عند الاطفال .
- 3- الاهتمام بتدريب (الرشاقة، التوافق، الدقة، الحركة، التوازن) لان هذه القدرات ضرورية ومهمة لبناء القاعده الاساسيه لاي فعالية رياضية.

المصادر

- 2- احمد بلقيس ،توفيق مرعي : الميسر في سيكولوجية اللعب ، ط 1 ،دار الفرقان للنشر و التوزيع عمان ،1982.
- 3- اسامة كامل راتب : النمو الحركي-الطفولة -المراهقة ،ط2،دار الفكر العربي ،القاهرة ،1994.
- 4- تشارلز بيوكر : اسس التربية البدنية ،(ترجمة)حسن سيد معوض ،وكمال صالح عبدة ،مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، 1964.
- 5- حامد محمود القنواطي ،محمود محمد عيسى :التربية البدنية ،ج1، 1998 .
- 6- حسن الحباري وآخرون : مفهوم اللياقة البدنية وابعادها المختلفة ، ط1،دار الامل للنشر والتوزيع ،اربد ،1987.
- 7- روية امن عبد الله : الالعاب الصغيرة و العاب المضرب ،نظريات الالعاب ،تنس المضرب الخشبي ،ط1، القاهرة ،1985.
- 8- عظيمه عباس السلطاني :تأثير منهج الالعاب الصغيرة في تنمية النضج الانفعالي لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي ، مجله علوم التربية الرياضية ،العدد الثالث المجلد الرابع ،2011
- 9- علي سلمان الطرقي .اختبارات التطبيقية في التربية الرياضية بدنيه حركيه مهاريه .مكتب النور للطباعة والنشر والتوزيع ،بغداد .باب المعظم.2013
- 10- غسان محمد صادق ، فاطمة ياس الهاشمي :الاتجاهات الحديثة في طرق تدريس التربية الرياضية ، مديرية دار الكتب للطباعة و النشر ، جامعة الموصل ،الموصل ،1988.
- 11- ك ليا سيكوتكي ،ترجمه امين عبد الوهاب .اعداد اللاعب الناشئي بكره القدم . مطبعة السلام، بغداد ، 1976 .

- 12- كامل عبد المنعم ،وديع ياسين : الالعاب الصغيرة ،مديرية الكتب للطباعة والنشر،جامعة الموصل، الموصل، 1981، ص11-12.
- 13- محمد حسن علاوي :علم التدريب الرياضي ، ط6،دار المعارف ، القاهرة، 1979.
- 14- محمد حسن علاوي :موسوعة الالعاب الرياضية ، دار المعارف ، القاهرة ، 1977.
- 15- هارة ، ديترش :اصول التدريب ،(ترجمة) عبد علي نصيف ، مطبعة اوفسيت التحرير ، بغداد، 1975.
- 16- وديع ياسين ، ياسين طه محمد : الاعداد البدني للنساء ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، الموصل ، 1986.
- 17- وليد احمد المصري : دراسة تحليلية لطبيعة العلاقة بين اللعب و تأثيره في شخصية اطفال السادسة ، مجلة المعلم / الطالب ، العدد 2، دائرة التربية و التعليم ، عمان ، 19،

ملحق رقم (1)

نموذج من الالعاب الصغيرة في الوحد التعليميه

وقد تضمن البرنامج والالعاب الاتيه:

- 1- لعبه الراعي والغنم والذئب :الهدف من للعبه .تطوير صفه السرعه والتنافس
- 2- لعبه التتابع الحبل :الهدف من للعبه تطوير صفة السرعه
- 3- لعبه الركض المتعرج :الهدف من العبه تطوير صفة السرعه والرشاقه والتنافس
- 4- لعبه النفق :الهدف تطوير القدرات الحركية والتنافس
- 5- لعبه ذيل الافعى :الهدف تطوير صفة السرعه والتنافس
- 6- لعبه سباق وثب الكنغر :الهدف تطوير القدرات البدنية والتوازن
- 7- لعبه الكلب والعصمه :الهدف تطوير التحمل والسرعه
- 8- لعبه جر الحبل :الهدف تنمية صف التحمل والسرعه لدى الاعبين
- 9- لعبه سحب الزميل :الهدف تنمية التحمل والسرعه
- 10- لعبه الارتيال .الهدف تطوير السرعه
- 11- لعبه سباق الحبل :الهدف تطوير رشاقه وقوت منافسه
- 12- لعبه ركض الزكزاكي : الهدف تطوير الرشاقه .وسرعه