

"فاعلية برنامج تربية حركية على بعض القدرات الحركية الخاصة وتعليم بعض

المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار"

م.د/ رضا عزيز عبد الحميد

مدرس دكتور بكلية التربية الرياضية
جامعة دمياط

مقدمة ومشكلة البحث:

الأطفال هم أعظم ثروة نمتلكها في الحاضر وأعلى رصيد لنا في المستقبل، فالاهتمام بهم يعنى الرصيد البشرى للامة لأن الطفل هو النواه الأولى في تكوين كل المجتمعات. لذلك تعتبر مرحلة الطفولة من اهم مراحل النمو، لأنها تشكل الركيزة الأساسية في تكوين شخصية الطفل وفي حياته المستقبلية، لذلك يجب أن تبدأ التربية الحركية للطفل مبكرا لان الإهمال في هذه المرحلة السنوية من الناحية الحركية يساهم في ضعف المهارات الحركية والقدرات الإدراكية لان التربية الحركية تتيح للأطفال الفرصة لمحاولة تجريب الواجب الحركي في بيئة مبنية على الحرية الحركية بعيدة عن الأسلوب الاعتيادي في تنفيذ الواجب الحركي المتمثل ببرنامج وحدة الخبرة المتكاملة والخاصة بألعاب الخارج.

تعد مرحلة الطفولة من أهم مراحل النمو في حياة الانسان، لأنها تشكل الركيزة الأساسية في تكوين شخصية الطفل وفي حياته المستقبلية، لذلك فالطفل هو النواة التي يؤهلها المجتمع لتحمل المسؤولية والتطور في المستقبل والتعامل مع متغيراته وحل مشكلاته، من هنا فان رعايته والاهتمام به مطلب هام جدا وأساسي لأي حركة تنموية تهدف الى حياة أفضل، من هنا يتضح أهمية مرحلة الطفولة في أنها صانعة للمستقبل وذلك يعتمد على نهتم بتطويره لدى الطفل من خبرات ومهارات حياتية سليمة ومتزنة. (١٥ : ١١٢)

وتعتبر التربية الحركية بمثابة المدخل الطبيعي المؤدى للممارسة الفعلية للأنشطة الحركية المتعددة عن طريق استخدام الطفل لحركات متعددة بهدف حل المشكلات الحركية التي تتطلب بالضرورة مشاركته الإيجابية الكاملة. ولهذا تمثل التربية الحركية أسلوبا تعليميا جديدا يعمل على تشجيع الطفل على الممارسة الفردية للاستكشاف والابتكار للوصول الى أنسب الطرق للأداء الحركي المتميز. (٢٢ : ١)

والتربية الحركية تعتمد على الإمكانيات الأساسية للطفل وبالتالي هي أنسب الأساليب للتعامل مع الطفل في مرحلة التعليم الأساسي الذي يهدف الى مساعدة الأطفال على وضع أهداف واقعية يمكن تحقيقها وتنمية مهارات حركية ومعلومات متنوعة، ودعم التعليم في مجالاته الثلاثة (المعرفي، النفس حركي، الانفعالي) وتنشيط القدرات الحركية والابتكارية لدى الأطفال.

(١٣: ١١٥)، (٢٧: ٢٧).

وتحدد القدرات الحركية الخاصة بالنشاط الرياضي مدى اشتراك الطفل الفعال ومدى تأثيره، وتحدد أيضا مستوى الأداء في العديد من الحركات المركبة والوحيدة التي يحتويها هذا النشاط، وذلك لان الأداء الحركي الناتج يتطلب التوافق والتكامل بين هذه القدرات مع تتابع مؤثر ودقيق سواء في الحركات الوحيدة او الحركات المركبة والحركات السريعة التي تتطلب سرعة ودقة عالية في الأداء مثل بعض المهارات في الألعاب الفردية والجماعية.

(٦: ٢٦١)، (١: ٣٤٧)، (٨: ١٥).

ويسهم استخدام مسابقات الألعاب أثناء تعليم المهارات الأساسية للأطفال في تعلم الكثير من المهارات الحركية المركبة مثل (اللقف والرمي والوثب والجري) في صورة أكثر قبولا وتشويقا وبالتالي تعطى نتائج أفضل حيث يكون الطفل أثناء أدائها في مواقف مشابهة للمسابقات الأساسية مثل مسابقات العاب القوى، فهي تساعد في تحقيق عمل العضلات الكبيرة والى تنمية المهارات الأساسية. (٢٦)، (١٠)، (١١)، (٦: ٢٣).

ويهدف برنامج الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال الى تنمية رياضة العاب القوى بغرض ممارسة الأطفال لرياضة العاب القوى على أسس علمية داخل الأندية والاتحادات، وأيضا بالمدارس وجميع الهيئات والمؤسسات الراغبة في رفع مستوى قدرات الأطفال، ويروج الاتحاد في شتى المجالات من خلال برنامج لمسابقات الفرق للأطفال التي تضم مجموعة من الأنشطة الحركية مثل (الجري، الوثب، الرمي، القفز) لفئات عمرية ثلاثة يستهدفها البرنامج هي كالتالي (٧-٨) سنوات، (٩-١٠) سنوات، (١١-١٢) سنة، ويتيح الاتحاد الدولي لألعاب القوى من خلال برامج التربية الحركية لمسابقات العاب القوى للأطفال المنافسة في صورة جماعية مما يساعد على ترك انطباع جيد لدى الأطفال عن العاب القوى . (٢)، (٣٢).

و تساهم الألعاب ومسابقات الفرق في درس التربية الرياضية في خروج الدرس عن صورته الجامدة التي يكون فيها الطفل سلبيًا ولايقوم بأي دور إيجابي، حيث يمكن ان تستخدم في جميع أجزاء الدرس، ففي الجزء التمهيدي تستخدم لتهيئة الجسم وأجهزته الداخلية للنشاط البدني الأساسي

وتستخدم أيضا في الاعداد لتنمية عناصر اللياقة البدنية العامة والخاصة بالنشاط الممارس وتؤدي في صورة منافسات بدلا من التمرينات لتكون أكثر تشويقا، من هنا يجب تقديم مسابقات العاب القوى كتجربة فريق وتكون النتيجة الكلية فوز فريق كامل بدلا من مسابقات العاب القوى للكبار التي يفوز فيها لاعب واحد، بالإضافة الى ذلك فالمطلبات البدنية لكل نشاط مهمة حتى يتمكن الطفل من المشاركة في جميع الأنشطة الرياضية الأخرى. (١٢ : ٥،٤).

وتعتبر التربية الحركية إحدى البرامج الحديثة التي تعتمد على الإمكانيات الأساسية الفطرية للطفل من هنا فهي انصب الطرق والأساليب للتعامل مع الأطفال في مرحلة التعليم الأساسي الذي يعتبر القاعدة الأساسية للتعليم لأنه يهدف الى تطوير واكتساب الطفل العديد من القيم وانماط المعارف والمعلومات والخبرات والمهارات العملية وأنماط السلوك وتنمية الطفل بصورة سليمة ومتزنة لأنه يسعى على الطريق الصحيح نحو مستقبل أفضل، ومن هنا تتضح شخصية الطفل مستقبلا وانعكاسها على تقدم المجتمع، وأهمية برامج التربية الحركية في مرحلة التعليم الأساسي ومالها من تأثير إيجابي على تعلم المهارات الحركية وتنمية أيضا القدرات الحركية للطفل وتطويره أيضا من جميع الجوانب إذا ما درست بأساليب وطرق حديثة، ومن خلال القراءات النظرية للباحث والدراسات السابقة تبين له أن هناك دراسات تناولت برامج التربية الحركية على بعض الألعاب الفردية والجماعية ولا يوجد دراسات لتنمية القدرات الحركية للطفل وأيضا لم يتم استخدام التربية الحركية في تعليم المهارات الأساسية لألعاب القوى مثل (٢٥)، (٣)، (٢٩)، (٤)، (٧)، (١٩)، (٩)، (٢٤)، (٥)، (١٣)، (١٢)، (٢٠)، (٣٠) (٣١)، وتكمن أهمية البحث الحالي في أنه يلقي الضوء على التركيز على تنمية القدرات الحركية للأطفال وتعليم المهارات الأساسية لألعاب القوى في مراحل مبكرة لدى أطفال المدارس ، لذلك قام الباحث بإجراء هذا البحث وحدد له عنوان كالتالي (فاعلية برنامج تربية حركية على بعض القدرات الحركية وتعليم بعض المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار).

هدف البحث:

يهدف البحث الي التعرف على فاعلية برنامج تربية حركية على بعض القدرات الحركية وتعليم بعض المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار وذلك من خلال:

١. التعرف على فاعلية برنامج تربية حركية على بعض (القدرات الحركية الخاصة - والمهارات الأساسية) لمسابقات الميدان والمضمار لدى المجموعة التجريبية.

٢. التعرف على فاعلية برنامج تربية حركية على بعض (القدرات الحركية الخاصة - والمهارات الأساسية) لمسابقات الميدان والمضمار لدى المجموعة الضابطة.
 ٣. التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في (القدرات الحركية الخاصة - والمهارات الأساسية) لمسابقات الميدان والمضمار.
- فروض البحث:**

١. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي (المجموعة التجريبية) في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي.
 ٢. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي (المجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي.
 ٣. توجد فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدي لمجموعة (المجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث.
- مصطلحات البحث:**

القدرات الحركية الخاصة *Specific Movement Ability* :

استعداد الفرد لممارسة نشاط رياضي معين، مما يتطلب وجود قدرات خاصة لهذا النشاط تتوافق مع القدرات الموجودة لدى الفرد والتي يتم تميتها وثقلها بواسطة التدريب المناسب لتحقيق التفوق في هذا النشاط الممارس. (١٧:٣٨٧).

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج (شبه التجريبي) وفق التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، باستخدام القياسين القبلي والبعدي.

مجتمع وعينة البحث:

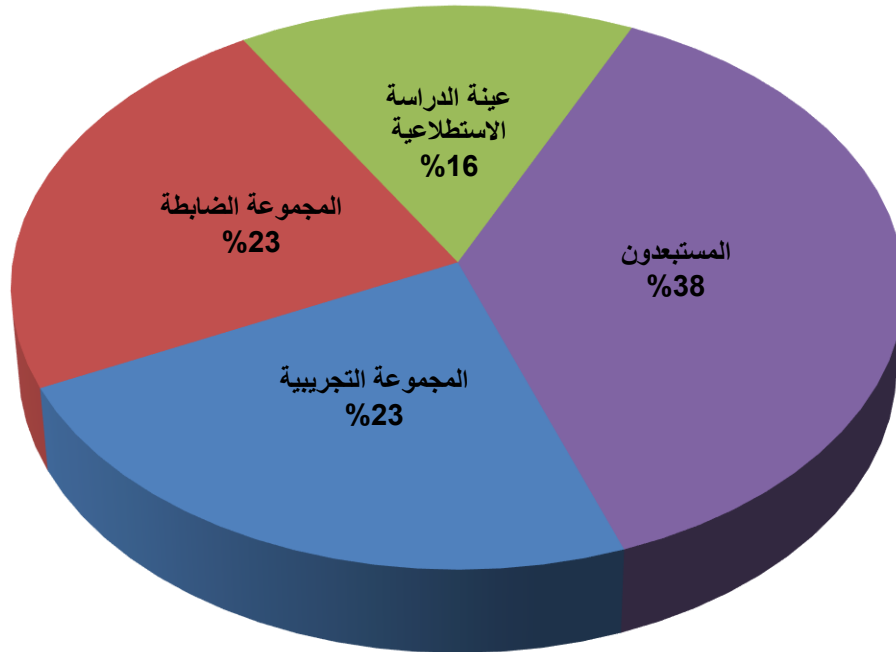
تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من أطفال مرحلة رياض الأطفال بالمدرسة المتميزة التجريبية للغات بإدارة دمياط الجديدة التعليمية بمحافظة دمياط للعام الدراسي (٢٠١٧م - ٢٠١٨م) للمرحلة العمرية (٦: ٧.٥) سنوات حيث يتم قبول الطفل الأكبر سناً في المدارس المتميزة للغات، ويتكون مجتمع البحث من مستويين (الأول والثاني) يتكون كل مستوى من فصلين، يحتوي كل فصل على (٣٢) طفلاً.

اختار الباحث فصلاً من المستوى الثاني، اختار منهم (٣٠) طفلاً، تم تقسيمهم إلى مجموعتين كل مجموعة مكونة من (١٥) طفلاً، بالإضافة إلى (١٠) أطفال لإجراء الدراسة الاستطلاعية، وقام الباحث بحساب معامل الالتواء لتحديد مدى اعتدالية عينة البحث الكلية في المتغيرات قيد البحث.

جدول (١)

توصيف مجتمع البحث

نوع العينة	العدد	النسبة	البرنامج
عينة الدراسة الأساسية (المجموعة التجريبية)	١٥	٢٣.٤٤	المقترح
المجموعة الضابطة	١٥	٢٣.٤٤	المتبع
عينة الدراسة الاستطلاعية	١٠	١٥.٦٣	التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث
المستبعدون	٢٤	٣٧.٥	
الإجمالي	٦٤	%١٠٠	



شكل (١) توصيف مجتمع البحث

وقد وقع اختيار الباحث لهذه المدرسة لأسباب من أهمها: عدد الأطفال، وحسن استعداد إدارة المدرسة ومعلماتها وتعاونها، وتوفير الإمكانيات التي يمكن الاستفادة منها في تنفيذ البرنامج،

وقد روعي استبعاد الأطفال المشاركين في التجربة الاستطلاعية، والأطفال المتغيبين أكثر من مرتين.

التحقق من اعتدالية توزيع العينة الكلية للبحث:

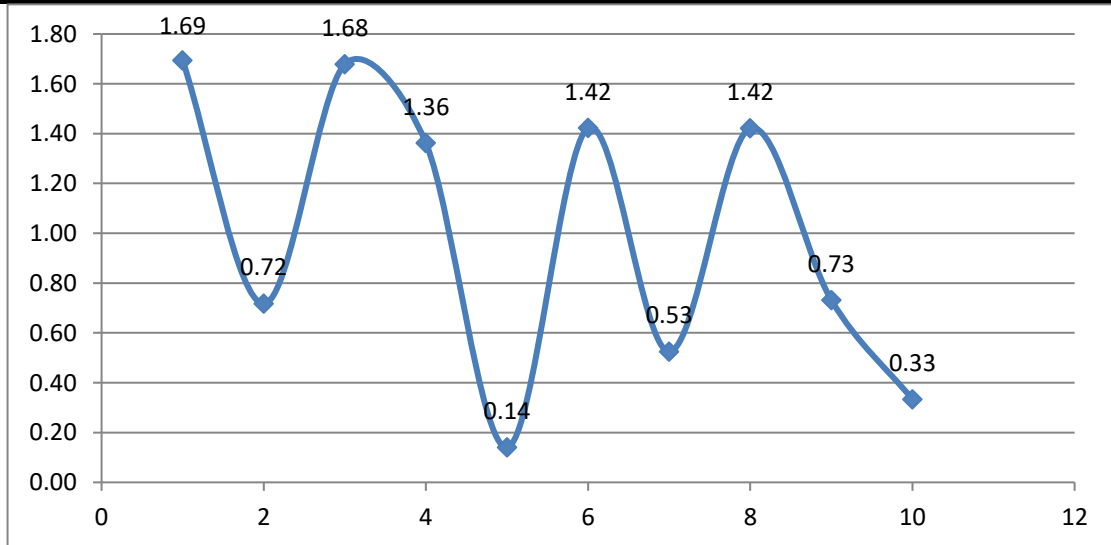
للتأكد من تجانس العينة الكلية للبحث (٤٠) طفلاً (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة والمجموعة الاستطلاعية)؛ أجرى الباحث بعض القياسات، للتأكد من اعتدالية توزيع البيانات بين أفراد العينة في تلك المتغيرات، كما هو موضح في جدول (٢).

جدول (٢)

المتوسطات الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للعيينة الكلية للبحث في المتغيرات الأساسية

(ن=٤٠)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط Mean	الوسيط Median	الانحراف Std. Dev	الالتواء Skewness
الأساسية	العمر الزمني (السن)	سنة	٦.٨٥	٦.٥٠	٠.٦٢	١.٦٩
	الطول	سم	١١١.٣٢	١١٠.٠٠	٥.٥٢	٠.٧٢
	الوزن	كجم	١٩.٨٠	١٩.٠٠	١.٤٣	١.٦٨
	الذكاء	درجة	١١٣.٥٠	١١٠.٠٠	٧.٧١	١.٣٦
القدرات الحركية	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	عدد	٦.١٥	٦.٠٠	٣.٢٠	٠.١٤
	الوثب العريض من الثبات	سم	٥٧.٧٥	٥٥.٠٠	٥.٨٠	١.٤٢
	الجلوس من الرقود	عدد	٨.٢٠	٧.٥٠	٤.٠٠	٠.٥٢
المهارية الأساسية في مسابقات الميدان والمضمار	العدو لمسافة (٥٠ م) من البدء العالي	ثانية	١٣.٩٠	١٣.٠٠	١.٩٠	١.٤٢
	الوثب الطويل من الجري	سم	١١١.٥٠	١١٠.٠٠	٦.١٥	٠.٧٣
	رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	المتر	٩.٥٠	٩.٠٠	٤.٥٠	٠.٣٣



شكل (٢) معاملات الالتواء للعيينة الكلية للبحث في المتغيرات الأساسية

يتضح من جدول (٢) وشكل (٢) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت ما بين (٣-) و(٣+) مما يدل على أن قياسات العينة الكلية للبحث قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالي وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث الكلية في هذه المتغيرات.

تكافؤ مجموعتي البحث:

قام الباحث بإجراء التكافؤ بين (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) في ضوء المتغيرات قيد البحث والتي قد تؤثر على البحث ويوضح جدول (٣) تكافؤ المجموعتين في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٣)

تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبارات قيد البحث.

(ن=١=٢=١٥)

قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الاختبارات	المتغيرات
	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)			
٠.٠٩	٣.٣٤	٦.٢٣	٣.٥٠	٦.٣٥	عدد	ثنى الذراعين من الانبساط المائل	القدرات
٠.١٠	٥.٦٠	٥٨.٨٩	٥.٤٠	٥٩.١٠	سم	الوثب العريض من الثبات	الحركية
٠.١٢	٤.١٠	٨.٣٤	٤.٣٠	٨.١٥	عدد	الجلوس من الرقود	
٠.٧٣	٢.١٥	١٤.٦٧	٢.٠٠	١٤.١٠	ثانية	العدو لمسافة (٥٠م) من البدء العالي	المهارية الأساسية في
٠.٢١	٦.٣٠	١١٢.٧٥	٦.٤٠	١١٣.٢٥	سم	الوثب الطويل من الجري	مسابقات
٠.٠٨	٤.٨٥	٨.٩٠	٤.٧٥	٨.٧٥	المتر	رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	الميدان والمضمار

تج (٢٨، ٠.٠٥) = ٢.٠٥

يتضح من جدول (٤/٣) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات قيد البحث للمجموعتين التجريبيتين حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات في جميع الاختبارات، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في المتغيرات قيد البحث.

٣. أدوات ووسائل جمع البيانات:

أ- الاختبارات والمقاييس الخاصة بالمتغيرات قيد البحث:

١. اختبار الذكاء: رسم الرجل لجودانف وهاريس Harris-Goodenough وقد قام بإعداده وتعريبه للبيئة المصرية فؤاد أبو حطب (١٩٧٧م) وهو اختبار غير لفظي لقياس الذكاء.

مرفق (٢)

جدول (٤)

مرفق	المرجع	وحدة القياس	الاختبارات	المتغيرات
٣	١٨	عدد	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	القدرات الحركية
٣	١٧	سم	الوثب العريض من الثبات	
٣	١٨	عدد	الجلوس من الرقود	
٤	٢	ثانية	العدو لمسافة (٥٠م) من البدء العالي	المهارية الأساسية في مسابقات الميدان والمضمار
٤	٢	سم	الوثب الطويل من الجري	
٤	٢	المتر	رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	

ب- الأجهزة والأدوات المستخدمة في القياسات الأنثروبومترية (الجسمية):

١. شريط قياس مدرج لقياس الارتفاع الكلي للطفل (لأقرب سم).

٢. ميزان طبي لقياس الكتلة (لأقرب كجم).

٣. صافرة للبدء.

٤. ساعة إيقاف.

٥. استمارة تسجيل اللاعبين. مرفق (١)

التحقق من الخصائص السيكو مترية للاختبارات البدنية والمهارية:

بعد التوصل إلى الاختبارات قام الباحث بإيجاد المعاملات العلمية للاختبارات المختارة

للتحقق من ثباتها وصدقها، وذلك على النحو التالي:

حساب معامل صدق الاختبارات قيد البحث:

قام الباحث بحساب صدق الاختبارات باستخدام طريقة صدق التمييز (Discriminat

Validation) بين مجموعتين إحداهما هي عينة البحث الاستطلاعية (المميزة) وعددها (١٠)

أطفال من المستوى الثاني، والمجموعة الأخرى غير المميزة (١٠) أطفال من المستوى الأول، من

أطفال مرحلة رياض الأطفال، بالمدرسة المتميزة التجريبية للغات، بإدارة دمياط الجديدة التعليمية، ويوضح جدول (٥) دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعة الاستطلاعية (غير المميزة) والمجموعة المميزة في المتغيرات قيد البحث

(ن=١=٢=١٠)

قيمة (ت)	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة (المجموعة الاستطلاعية)		وحدة القياس	الاختبارات	المتغيرات
	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)			
٢.١٠	١.٠٧	٤.٠٠	٣.١٠	٦.٣٠	عدد	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	القدرات الحركية
٣.٣١	٦.٥٠	٤٩.١٠	٥.٥٠	٥٨.٥٠	سم	الوثب العريض من الثبات	
٢.٢٥	٢.٢٠	٥.٢٠	٤.٢٠	٨.٧٥	عدد	الجلوس من الرقود	
٢.١٥	١.٢٠	١٥.٩٠	٢.٠٥	١٤.٢٠	ثانية	العدو لمسافة (٥٠ م) من البداء العالي	المهارية الأساسية
٦.٣١	٥.٦٠	٩٥.٦٨	٦.٢٠	١١٣.٢٥	سم	الوثب الطويل من الجري	في مسابقات
٢.١٢	١.٥٠	٥.٧٥	٤.٥٠	٩.١٠	المتر	رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	الميدان والمضمار

تج (١٨، ٠.٠٥) = ٢.١٠

يتضح من جدول (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات قيد البحث للمجموعة الاستطلاعية (المميزة) والمجموعة غير المميزة حيث كانت قيمتها المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات في جميع الاختبارات قيد البحث، مما يعنى قدرة هذه الاختبارات على التمييز بين المستويات، أي أنها تعد اختبارات صادقة لقياس الصفات التي وضعت من أجلها.

حساب معامل ثبات الاختبارات قيد البحث:

لحساب معامل الثبات قام الباحث باستخدام طريقة إعادة الاختبار (TestRetest Method)، بفارق زمني قدره (٧) أيام بين التطبيقين؛ في نفس ظروف التطبيق؛ ويوضح جدول (٦) معامل الثبات الاختبارات قيد البحث.

جدول (٦)

معامل الاستقرار بين التطبيق والتطبيق الثاني للعينة الاستطلاعية في الاختبارات البدنية قيد البحث

(ن=١٠)

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات	المتغيرات
	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)			
٠.٧٦٨	٣.٤٧	٦.٣٩	٣.١٠	٦.٣٠	عدد	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	القدرات الحركية
٠.٨٠٠	٥.٧٥	٥٩.١٩	٥.٥٠	٥٨.٥٠	سم	الوثب العريض من الثبات	
٠.٧٤٥	٤.١٣	٨.٩٠	٤.٢٠	٨.٧٥	عدد	الجلوس من الرقود	
٠.٧٩٣	٢.٠٤	١٤.٣٨	٢.٠٥	١٤.٢٠	ثانية	العدو لمسافة (٥٠ م) من البدء العالي	المهارية الأساسية في
٠.٧٩٣	٦.٢٣	١١٣.١٣	٦.٢٠	١١٣.٢٥	سم	الوثب الطويل من الجري	مسابقات
٠.٨٠٤	٤.٨٧	٩.٢٤	٤.٥٠	٩.١٠	المتر	رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	الميدان والمضمار

رج (٨، ٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٦) وجود ارتباط دال إحصائياً بين كل من درجات عينة الدراسة الاستطلاعية في التطبيق والتطبيق الثاني للاختبارات قيد البحث، حيث إن قيم (ر) المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) وهذا يدل على ثبات درجات الاختبارات عند إعادة تطبيقها تحت نفس الظروف.

برنامج التربية الحركية المقترح:

قام الباحث بتنفيذ البرنامج المقترح على المجموعة التجريبية باستخدام القدرات الحركية والألعاب التمهيدية بواقع وحدة تعليمية في الأسبوع ولمدة (٨) أسابيع، بزمن قدره (٤٥) دقيقة - وهو الزمن المخصص للنشاط - قام الباحث بتصميم أربع وحدات، بحيث يتم تطبيق الوحدة مرتان، وقام بوضع مجموعة من التمرينات والتدريبات، وعند التطبيق يتم اختيار بعضها وتنفيذها بما يتناسب مع زمن الوحدة، حيث يقوم الباحث بالتنوع أثناء تطبيق الوحدات التعليمية من برنامج التربية الحركية المقترح كما يلي:

جدول (٧)

توزيع البرنامج على الوحدات والأسابيع

الهدف	المتغيرات	الوحدة	الأسبوع
تنمية الجلوس من الرقود	القدرات الحركية	الأولى	الأول - الثاني
تنمية رمى الرمح للاطفال بيد واحدة	المهارات الأساسية		
تنمية الوثب العريض من الثبات	القدرات الحركية	الثانية	الثالث - الرابع
تنمية العدو ٥٠ متر من البدء العالى	المهارات الأساسية		
تنمية ثنى الذراعين من الانبساط المائل	القدرات الحركية	الثالثة	الخامس - السادس
تنمية الوثب الطويل من الجرى	المهارات الأساسية		
مراجعة على ما سبق	القدرات الحركية	الرابعة	السابع - الثامن
	المهارات الأساسية		

وتم التدريس للمجموعة الضابطة باستخدام البرنامج المتبع، وذلك داخل البرنامج الدراسي للأطفال عينة البحث.

الخطوات التنفيذية للبحث:

الدراسات الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء عدد (٢) دراسة استطلاعية تباينت في أهدافها في الفترة الزمنية ما بين يوم السبت الموافق (٢٠١٨/٢/١١م) الي يوم الخميس الموافق (٢٠١٨/٢/١٦م) على عينة استطلاعية عددها (١٠ أطفال) من خارج العينة الأساسية، وكانت تهدف إلي:

١. التعرف على مدى صلاحية الأجهزة والأدوات وسهولة استخدامها في القياسات.
٢. تطبيق وتنفيذ اختبارات القدرات الحركية قيد البحث.
٣. تطبيق وتنفيذ اختبارات المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث.
٤. التعرف على المعوقات التي يمكن أن يتصافد حدوثها أثناء تنفيذ البحث والعمل على حلها.
٥. التحقق من المعاملات العلمية لأدوات القياس (الصدق والثبات).
٦. تم التعرف على طريقة قياس اختبارات القدرات الحركية قيد البحث

القياسات القبليّة:

تم إجراء القياسات القبليّة في يومي السبت والاثنين الموافقين (١٧، ١٩/٢/٢٠١٨م) كما يلي:

١. قياس الكتلة.
٢. قياس الارتفاع.
٣. قياس اختبارات القدرات الحركية قيد البحث.
٤. قياس اختبارات المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث.

الدراسة الأساسية:

تم تنفيذ برنامج التربية الحركية المقترح على عينة البحث، حيث تم التطبيق بمشاركة المساعدين وتحت إشراف الباحث وكانت مدة التطبيق (٨) أسابيع بواقع (١) وحدة تعليمية في الأسبوع اعتباراً من يوم الاحد الموافق (٤/٣/٢٠١٨م) الي (٢٢/٤/٢٠١٨م)، وذلك في يوم الاحد من كل أسبوع، وزمن الوحدة التعليمية الواحدة (٤٥) دقيقة. مرفق (٥)

القياس البعدي:

تم اجراء القياسات البعدية بعد (٨) أسابيع من بدء تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة وذلك في يومي السبت والاثنين الموافقين (٢٨، ٣٠/٤/٢٠١٨م)، وذلك للتعرف على تأثير برنامج التربية الحركية على متغيرات القدرات الحركية والمهارات الأساسية لمسابقات الميدان قيد البحث، وذلك بنفس طريقة تطبيق القياس القبلي.

المعالجات الإحصائية

استخدم الباحث في المعالجات الإحصائية للبيانات داخل هذه الدراسة برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) Statistical Package For Social Science الإصدار (٢٣) مستعيناً بالمعاملات التالية:

١. المتوسط الحسابي (*Mean*)، الوسيط (*Median*)، الانحراف المعياري (*Standard Deviation*)، الالتواء (*Kurtosis*).
٢. اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات (*Paired Sample t-Test*).

٣. اختبار (ت) لعينتين مستقلتين من البيانات (*Independent Samples t-Test*).

٤. حجم التأثير (*Effect Size*) في حالة اختبار (ت):

أ. مربع ايتا (η^2).

ب. باستخدام (*ES*) ويفسر طبقاً لمحكات كوهين.

٥. معدل التغير (نسبة التغير/ التحسن) *Change Ratio*

معدل التغير = القياس البعدي - القياس القبلي $\times 100$

عرض ومناقشة نتائج البحث.

عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

التحقق من صحة الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي (المجموعة التجريبية) في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي"؛ وللتحقق من صحة الفرض الأول استخدم الباحث اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات (*Paired Sample tTest*)، لدالة الفروق بين متوسط الدرجات في القياس القبلي والقياس البعدي (للمجموعة التجريبية)، في المتغيرات قيد البحث، كما تم حساب حجم التأثير (*Effect Size*) باستخدام مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (*ES*) ويفسر طبقاً لمحكات كوهين، بالإضافة إلى نسبة التغير/ التحسن (*Change Ratio*)، كما في جدول (٧) و(٨)، وشكل (٣) و(٤).

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي (للمجموعة التجريبية) في المتغيرات قيد البحث.

(ن=١٥)

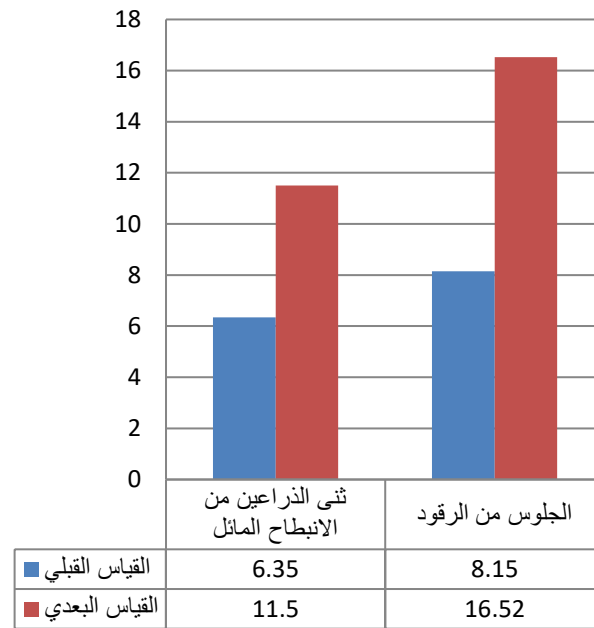
حجم التأثير (ES)	η^2	قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	الاختبارات	المتغيرات
			الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)			
١.٦	٠.٨٩٣	١٠.٨٣	٢.٣٩	١١.٥٠	٣.٥٠	٦.٣٥	عدد	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	القدرات الحركية
٢.٨	٠.٨٦٩	٩.٦٤	٧.٥٠	٧١.٥٢	٥.٤٠	٥٩.١٠	سم	الوثب العريض من الثبات	
١.٧	٠.٧٢٨	٦.١٢	٣.٥٠	١٦.٥٢	٤.٣٠	٨.١٥	عدد	الجلوس من الرقود	
١.٥	٠.٥٥٣	٤.١٦	٠.٧٥	٩.٣٠	٢.٠٠	١٤.١٠	ثانية	العدو لمسافة (٥٠) من البدء العالي	المهارية الأساسية في مسابقات الميدان والمضمار
٢.٩	٠.٨٣٤	٨.٣٩	٤.٧٥	١٢٦.٠٠	٦.٤٠	١١٣.٢٥	سم	الوثب الطويل من الجري	
٢.٣	٠.٧٧٩	٧.٠٢	١.١٥	١٤.٢٥	٤.٧٥	٨.٧٥	المتر	رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	

تج (١٤، ٠.٠٥) = ٢.١٤

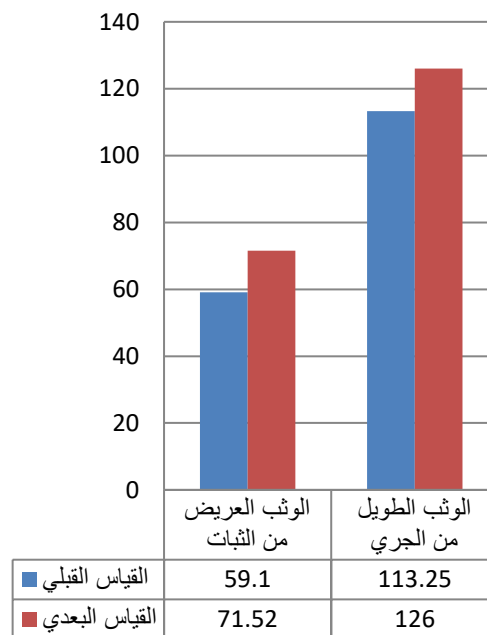
يتضح من جدول (٨) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (٤.١٦) و(١٠.٨٣).

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل على المتغير التابع تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع، وتراوحت قيم (η^2) بين (٠.٥٥٣) و(٠.٨٩٣) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم Huge).

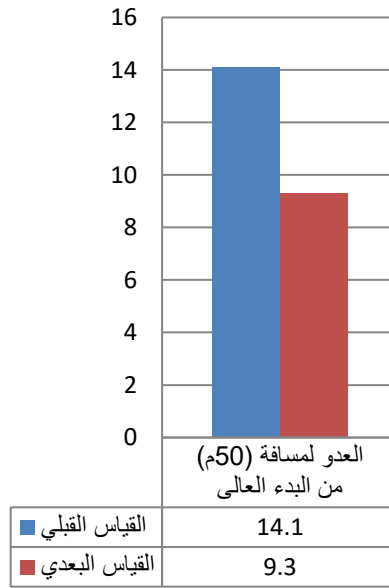
وتراوحت قيم (ES) بين (١.٥) و(٢.٩) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم Huge).



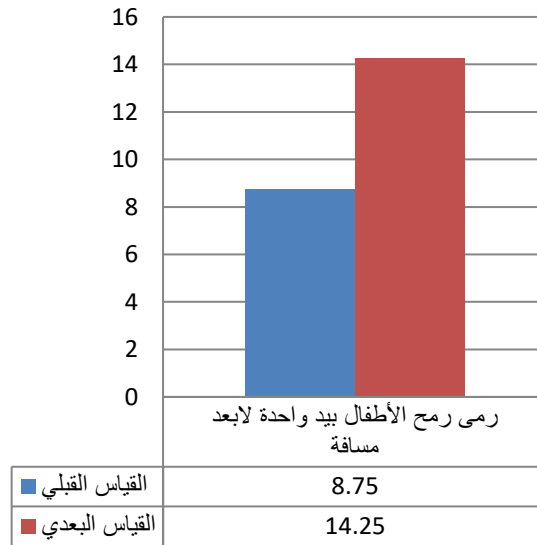
شكل (٣) الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي (للمجموعة التجريبية) في المتغيرات قيد البحث (عدد)



شكل (٤) الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي (للمجموعة التجريبية) في المتغيرات قيد البحث (سم)



شكل (٥) الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي (للمجموعة التجريبية) في المتغيرات قيد البحث (ثانية)



شكل (٦) الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي (للمجموعة التجريبية) في المتغيرات قيد البحث (متر)

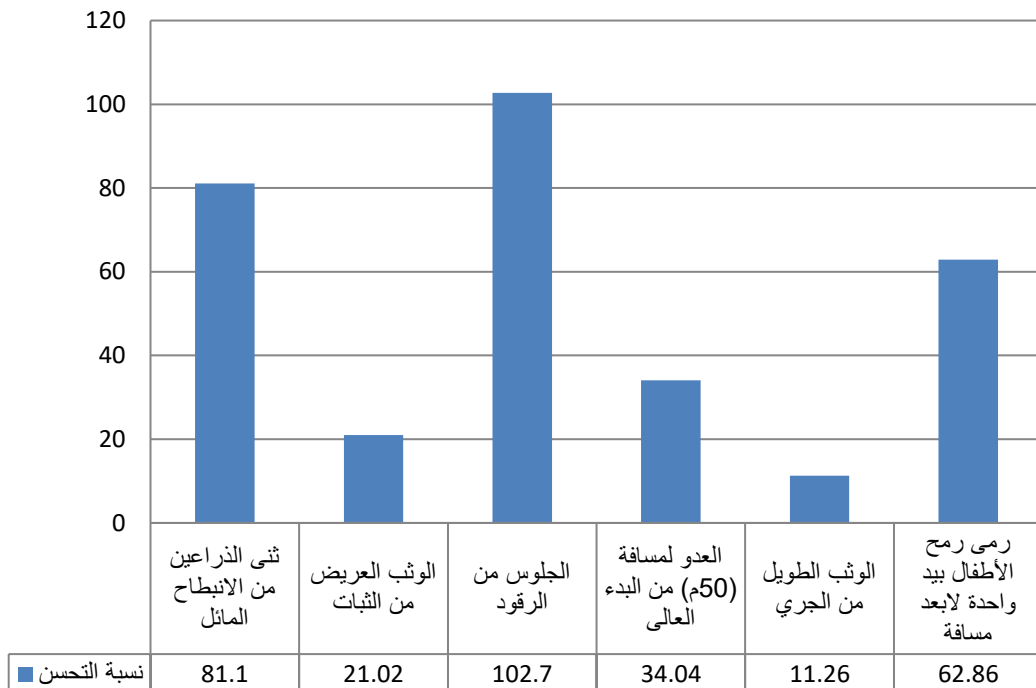
جدول (٩)

نسبة التحسن بين درجات (المجموعة التجريبية) في المتغيرات قيد البحث.

(ن=١٠)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين القياسين	نسبة التحسن
القدرات الحركية	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	عدد	٦.٣٥	١١.٥٠	٥.١٥	٨١.١٠
	الوثب العريض من الثبات	سم	٥٩.١٠	٧١.٥٢	١٢.٤٢	٢١.٠٢
	الجلوس من الرقود	عدد	٨.١٥	١٦.٥٢	٨.٣٧	١٠٢.٧٠
المهارية الأساسية في مسابقات الميدان والمضمار	العدو لمسافة (٥٠م) من البدء العالي	ثانية	١٤.١٠	٩.٣٠	٤.٨٠-	٣٤.٠٤
	الوثب الطويل من الجري	سم	١١٣.٢٥	١٢٦.٠٠	١٢.٧٥	١١.٢٦
	رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	المتري	٨.٧٥	١٤.٢٥	٥.٥٠	٦٢.٨٦

يتضح من جدول (٩) أن قيم (نسبة التحسن) تراوحت بين (١١.٢٦) و(١٠٢.٧٠).



شكل (٧) نسبة التحسن بين درجات (المجموعة التجريبية) في المتغيرات قيد البحث.

مناقشة نتائج الفرض الأول :

يتضح من جدول (٨)، (٩) وشكل (٣)، (٤)، (٥)، (٦)، (٧) وجود فروق داله إحصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات القدرات الحركية ومتغيرات المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار ويتضح أيضا أن أعلى نسب معدل التغير في القدرات الحركية كانت لصالح اختبار الجلوس من الرقود بنسبة (١٠٢.٧٠٪)، يليها في المرتبة الثانية اختبار ثنى الذراعين من الانبطاح المائل بنسبة (٨١.١٠٪)، يليها في المرتبة الثالثة اختبار الوثب العريض من الثبات بنسبة (٢١.٠٢٪)، وأيضا أعلى نسب معدل التغير في المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار جاءت في المرتبة الأولى لصالح رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة بنسبة (٦٢.٨٦٪)، يليها في المرتبة الثانية العدو لمسافة (٥٠م) من البدء العالي بنسبة (٣٤.٠٤٪) ويليهما في المرتبة الثالثة والأخيرة الوثب الطويل من الجري بنسبة (١١.٢٦٪) ويدل ذلك على مدى تأثير ونجاح برنامج التربية الحركية المقترح على المجموعة التجريبية حيث أن البرنامج وضع على أسس علمية سليمة تتفق مع خصائص النمو لهذه لتلاميذ هذه المرحلة مما شجع روح المبادرة الإيجابية والحماس للتعلم مما أدى الى فاعليتهم في التعلم .

ويعزو الباحث ذلك إلى ان البرنامج تم وضعه بدقة وبناء على أسس علمية سليمة مما ساعد على تطور القدرات الحركية والمهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار للتلاميذ وأيضا مكنهم من الاستجابة بفاعلية أكبر، نظرا لمراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ وقدراته على اتاحة الفرصة لكل تلميذ أن يتعرض للحلول التي يصل اليها بنفسه تبعا لقدراته، مما يساعدهم على تنمية التفكير العلمي المنظم والقدرة على الابداع والابتكار في جميع الأنشطة الرياضية الممارسة.

ويؤكد ذلك أن التربية الحركية تعتمد على الإمكانيات الأساسية للطفل وبالتالي هي أنسب الأساليب للتعامل مع الطفل في مرحلة التعليم الأساسي الذي يهدف الى مساعدة الأطفال على وضع أهداف واقعية يمكن تحقيقها وتنمية مهارات حركية ومعلومات متنوعة، ودعم التعليم في مجالاته الثلاثة (المعرفي، النفس حركي، الانفعالي) وتنشيط القدرات الحركية والابتكارية لدى الأطفال. (١٣ : ١١٥)، (٢٧ : ٢٧).

وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه دراسات (١٦)، (١٢)، (٢٨)، أن برنامج التربية الحركية المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية له تأثير إيجابي وكبير في تحسن مستوى القدرات الحركية والمعرفية المرتبطة بالمهارات الأساسية للتلاميذ وأيضا يساعد التلاميذ الابداع والابتكار في نوع النشاط الرياضي الممارس.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول الذي ينص على هل توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي (المجموعة التجريبية) في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي؟

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

التحقق من صحة الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي (المجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي"؛ وللتحقق من صحة الفرض الثاني استخدم الباحث اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات (Paired Sample tTest)، لدالة الفروق بين متوسط الدرجات في القياس القبلي والقياس البعدي (للمجموعة الضابطة)، في المتغيرات قيد البحث، كما تم حساب حجم التأثير (Effect Size) باستخدام مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (ES) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين، بالإضافة إلى نسبة التغيير/ التحسن (Change Ratio)، كما في جدول (١٠) و(١١)، وشكل (٨) و(٩) و(١٠) و(١١) و(١٢).

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث.

($n=10$)

حجم التأثير	قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	الاختبارات	المتغيرات
		الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)			
٠.٧	٤.٧٣	٢.٤٥	٩.٥٠	٣.٣٤	٦.٢٣	عدد	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	القدرات الحركية
١.١	٣.٥٧	٦.١٠	٦٥.٦٥	٥.٦٠	٥٨.٨٩	سم	الوثب العريض من الثبات	القدرات الحركية
٠.٧	٢.٤٥	٣.٤٥	١١.٥٢	٤.١٠	٨.٣٤	عدد	الجلوس من الرقود	القدرات الحركية
٠.٩	٢.٤٣	١.٦٥	١٣.١٠	٢.١٥	١٤.٦٧	ثانية	العدو لمسافة (٥٠ م) من البدء العالي	المهارية الأساسية في مسابقات الميدان
١.١	٣.٢٨	٥.١٠	١١٨.٢٥	٦.٣٠	١١٢.٧٥	سم	الوثب الطويل من الجري	الميدان

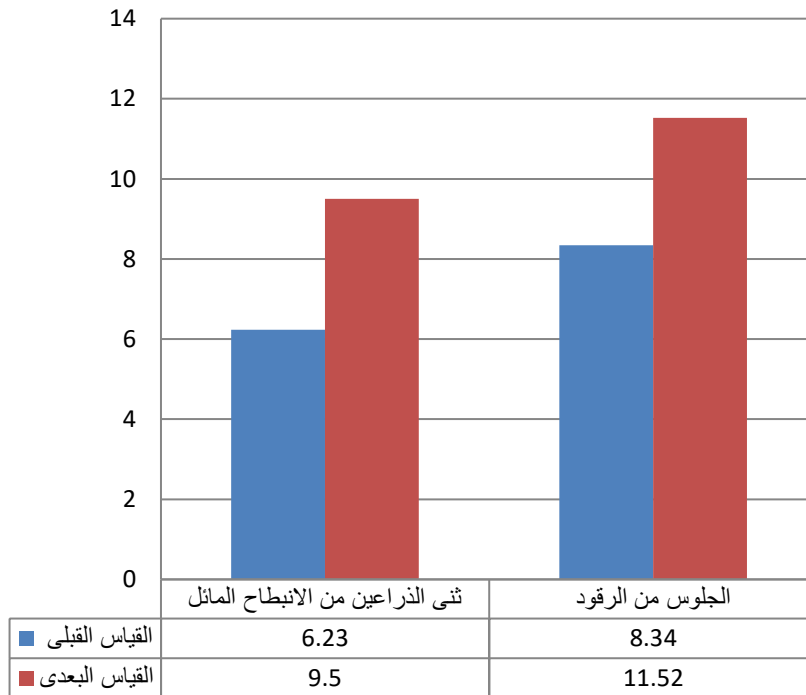
٠.٦	٠.١٥٣	١.٥٩	١.٧٥	١١.٥٠	٤.٨٥	٨.٩٠	المتري	رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	والمضمار
-----	-------	------	------	-------	------	------	--------	---	----------

$$تج (١٤، ٠.٠٥) = ٢.١٤$$

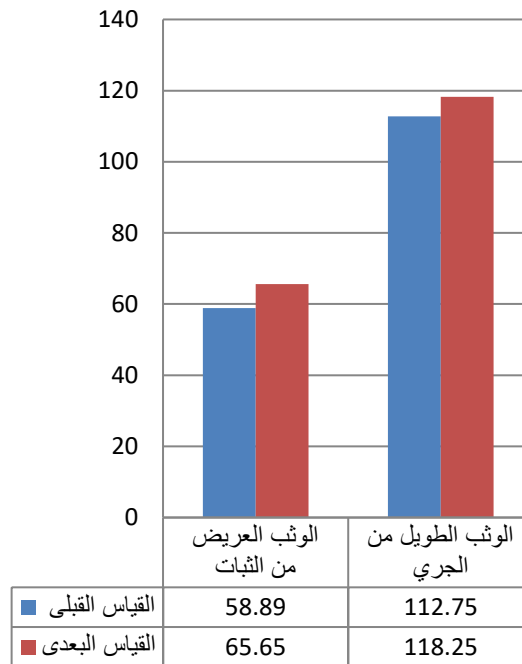
يتضح من جدول (١٠) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (١.٥٩) و(٤.٧٣).

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل على المتغير التابع تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع، وتراوحت قيم (η^2) بين (٠.١٥٣) و(٠.٦١٥) وهذا يدل على حجم تأثير (كبير Large) إلى (ضخم Huge).

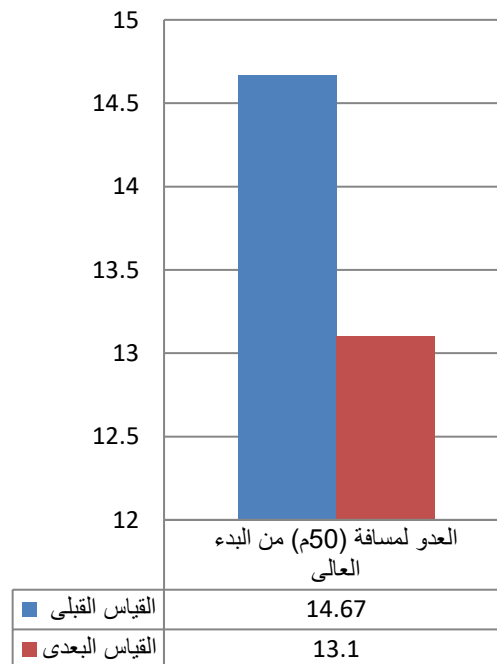
وتراوحت قيم (ES) بين (٠.٦) و(١.١) وهذا يدل على حجم تأثير (متوسط Medium) إلى (كبير جدا Very Large).



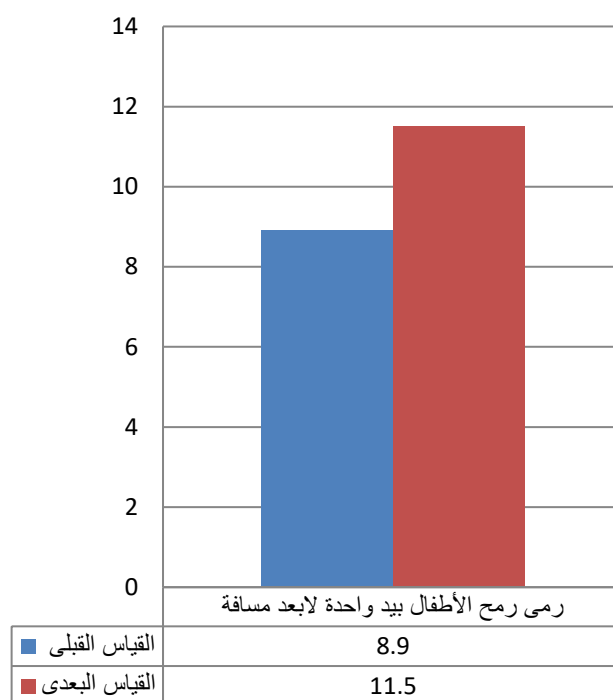
شكل (٨) الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث (عدد)



شكل (٩) الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدى (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث (سم)



شكل (١٠) الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدى (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث (ثانية)



شكل (١١) الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث (متر)

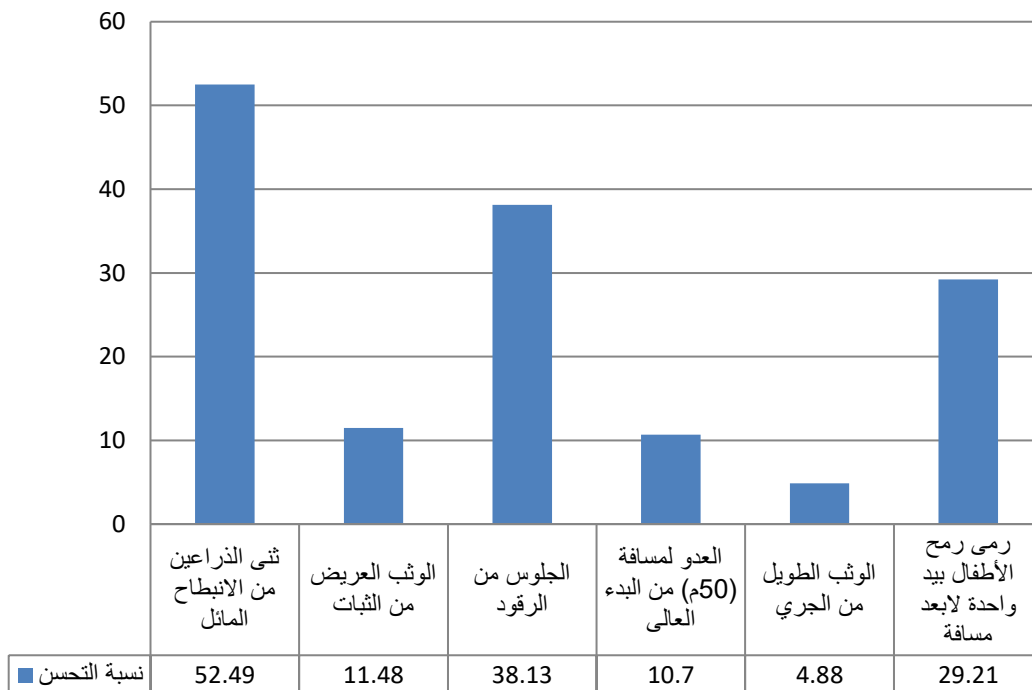
جدول (١١)

نسبة التحسن بين درجات (المجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث.

(ن=١٠)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين القياسين	نسبة التحسن
القدرات الحركية	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	عدد	٦.٢٣	٩.٥٠	٣.٢٧	٥٢.٤٩
	الوثب العريض من الثبات	سم	٥٨.٨٩	٦٥.٦٥	٦.٧٦	١١.٤٨
	الجلوس من الرقود	عدد	٨.٣٤	١١.٥٢	٣.١٨	٣٨.١٣
المهارية الأساسية في مسابقات الميدان والمضمار	العدو لمسافة (٥٠م) من البدء العالي	ثانية	١٤.٦٧	١٣.١٠	١.٥٧-	١٠.٧٠
	الوثب الطويل من الجري	سم	١١٢.٧٥	١١٨.٢٥	٥.٥٠	٤.٨٨
	رمي رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	المتر	٨.٩٠	١١.٥٠	٢.٦٠	٢٩.٢١

يتضح من جدول (١١) أن قيم (نسبة التحسن) تراوحت بين (٤.٨٨) و(٥٢.٤٩).



شكل (١٢) نسبة التحسن بين درجات (المجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث.

مناقشة نتائج الفرض الثاني:

يتضح من جدول (١٠) و(١١)، وشكل (٨) و(٩) و(١٠) و(١١) و(١٢) وجود فروق داله إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات القدرات الحركية ومتغيرات المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار ويتضح أيضاً أن أعلى نسب معدل التغير في القدرات الحركية كانت لصالح اختبار ثنى الذراعين من الانبطاح المائل بنسبة (٥٢.٤٩%)، يليها في المرتبة الثانية اختبار الجلوس من الرقود بنسبة (٣٨.١٣%)، يليها في المرتبة الثالثة اختبار الوثب العريض من الثبات بنسبة (١١.٤٨%)، وأيضاً أعلى نسب معدل التغير في المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار للمجموعة الضابطة جاءت في المرتبة الأولى لصالح رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة بنسبة (٢٩.٢١%)، يليها في المرتبة الثانية العدو لمسافة (٥٠م) من البدء العالي بنسبة (١٠.٧٠%)، ويليه في المرتبة الثالثة والأخيرة الوثب الطويل من الجري بنسبة (٤.٨٨%)، يدل ذلك على أن البرنامج والأسلوب المتبع في تطبيق البرنامج قد أثر في استجابات التلاميذ لعملية التعلم كنتيجة للتدريب والممارسة داخل البرنامج، مما أدى الى تحسن مستوى أفراد المجموعة الضابطة.

ويعزو الباحث أن البرنامج الناجح هو الذي يمد التلاميذ بأنواع الأنشطة التي يحتاج إليها لاستمرار نموه وتطوره (بدنياً، عقلياً، انفعالياً، اجتماعياً) وأيضاً يساعد التلاميذ على الإبداع والابتكار واكتشاف طرق جديدة أثناء الممارسة للنشاط الرياضي، وأيضاً ساعد البرنامج على تطوير القدرات الحركية للطفل من خلال عملية التعلم والتدريب والممارسة الفعالة، وتنمية المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار نتيجة لممارس الطفل للنشاط أثناء تطبيق البرنامج بفاعلية واستجابة عالية للممارسة مما أدى الى تحسن المهارات الأساسية والحركية لدى الطفل .

ويؤكد ذلك أن التربية الحركية تعتبر بمثابة المدخل الطبيعي المؤدى للممارسة الفعلية للأنشطة الحركية المتعددة عن طريق استخدام الطفل لحركات متعددة بهدف حل المشكلات الحركية التي تتطلب بالضرورة مشاركته الإيجابية الكاملة. ولهذا تمثل التربية الحركية أسلوباً تعليمياً جديداً يعمل على تشجيع الطفل على الممارسة الفردية للاستكشاف والابتكار للوصول الى أنسب الطرق للأداء الحركي المتميز. (٢٢ : ١)

ويؤكد ذلك أيضاً الى ان استخدام مسابقات الألعاب أثناء تعليم المهارات الأساسية للأطفال يسهم في تعلم الكثير من المهارات الحركية المركبة مثل (اللقف والرمي والوثب والجري) في صورة أكثر قبولا وتشويقاً وبالتالي تعطى نتائج أفضل حيث يكون الطفل أثناء أدائها في مواقف مشابهة

للمسابقات الأساسية مثل مسابقات العاب القوى، فهي تساعد في تحقيق عمل العضلات الكبيرة والى تنمية المهارات الأساسية. (٢٦)، (١٠)، (١١)، (٦:٢٣).

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة (٢١)، (١٦)، (٣٠) الى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين برنامج التربية الحركية والقدرات الحركية والقدرات الجسمية قيد البحث وبين المهارات الحركية للأطفال المرحلة الابتدائية .

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني الذي ينص على: هل توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي (المجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث لصالح القياس البعدي؟

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

التحقق من صحة الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدي لمجموعة (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث."؛ وللتحقق من صحة الفرض الثالث استخدم الباحث اختبار (ت) لعينتين مستقلتين من البيانات (Independent Samples tTest)، لدالة الفروق بين متوسط الدرجات في القياس البعدي (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدي لمجموعة (للمجموعة الضابطة)، في المتغيرات قيد البحث، كما تم حساب حجم التأثير (Effect Size) باستخدام مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (ES) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين، بالإضافة إلى نسبة التغيير/ التحسن (Change Ratio)، كما في جدول (١٢)، (١٣)، وشكل (١٣) (١٤)، (١٥)، (١٦)، (١٧).

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياس البعدي (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدي لمجموعة (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث.

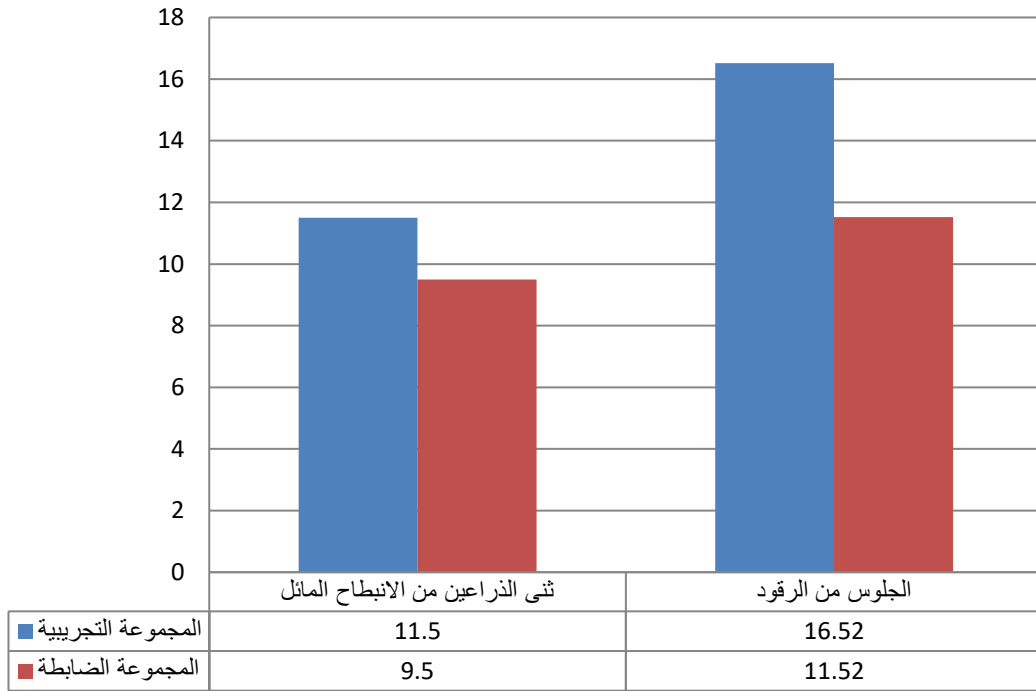
(ن=٢=١٠)

حجم التأثير (ES)	(η^2)	قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الاختبارات	المتغيرات
			الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)			
٠.٨	٠.١٤٦	٢.١٩	٢.٤٥	٩.٥٠	٢.٣٩	١١.٥٠	عدد	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	القدرات الحركية
٠.٩	٠.١٥٦	٢.٢٧	٦.١٠	٦٥.٦٥	٧.٥٠	٧١.٥٢	سم	الوثب العريض من الثبات	
١.٤	٠.٣٤١	٣.٨١	٣.٤٥	١١.٥٢	٣.٥٠	١٦.٥٢	عدد	الجلوس من الرقود	
٣.٠	٠.٦٨٧	٧.٨٤	١.٦٥	١٣.١٠	٠.٧٥	٩.٣٠	ثانية	العدو لمسافة (٥٠م) من البدء العالي	المهارية الأساسية
١.٦	٠.٣٨٢	٤.١٦	٥.١٠	١١٨.٢٥	٤.٧٥	١٢٦.٠٠	سم	الوثب الطويل من الجري	في مسابقات
١.٩	٠.٤٦٣	٤.٩١	١.٧٥	١١.٥٠	١.١٥	١٤.٢٥	المتر	رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	الميدان والمضمار

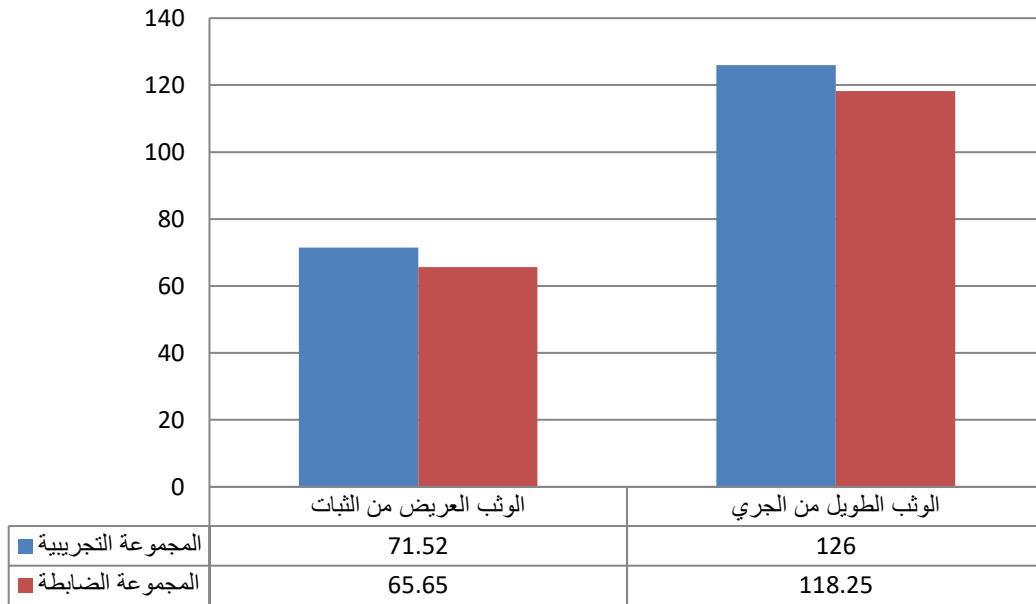
ت ج (٢٨، ٠.٠٥) = ٢.٠٥

يتضح من جدول (١٢) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (٢.١٩) و(٧.٨٤).

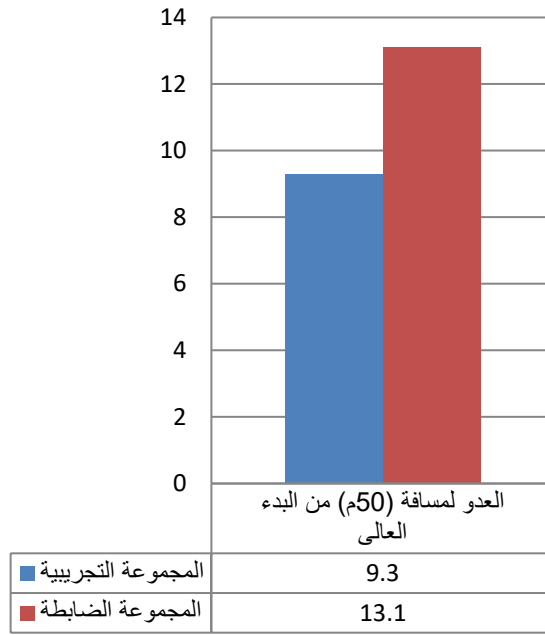
ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل على المتغير التابع تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع، وتراوحت قيم (η^2) بين (٠.١٤٦) و(٠.٦٨٧) وهذا يدل على حجم تأثير (كبير Large) (ضخم Huge). وتراوحت قيم (ES) بين (٠.٨) و(٣.٠) وهذا يدل على حجم تأثير (كبير Large) إلى (ضخم Huge).



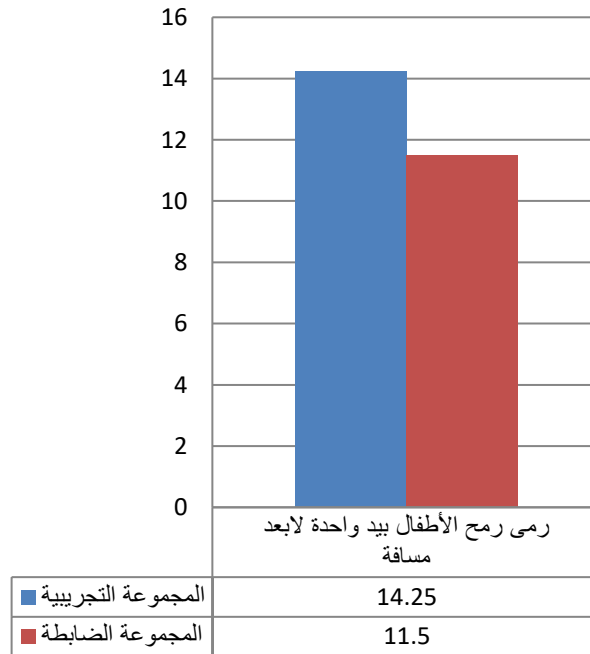
شكل (١٣) الفرق بين القياس البعدي (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدي (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث (عدد)



شكل (١٤) الفرق بين القياس البعدي (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدي (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث (سم)



شكل (١٥) الفروق بين القياس البعدي (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدي (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث (ثانية)



شكل (١٦) الفروق بين القياس البعدي (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدي (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث (متر)

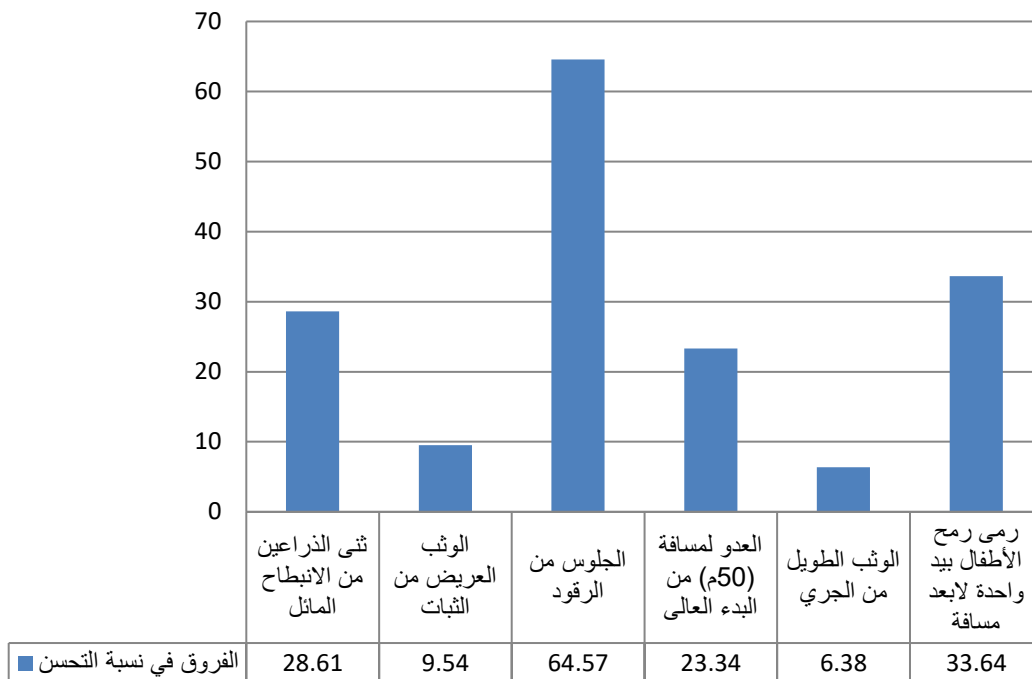
جدول (١٣)

الفروق في نسبة التحسن بين (المجموعة التجريبية) مجموعة (المجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث

(ن=٢=١٠)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفروق بين القياسات	
			متوسط القياس البعدي	نسبة التحسن	متوسط القياس البعدي	نسبة التحسن	في متوسط القياسين البعديين	في نسبة التحسن
القدرات الحركية	ثنى الذراعين من الانبطاح المائل	عدد	١١.٥٠	٨١.١٠	٩.٥٠	٥٢.٤٩	٢.٠٠	٢٨.٦١
	الوثب العريض من الثبات	سم	٧١.٥٢	٢١.٠٢	٦٥.٦٥	١١.٤٨	٥.٨٧	٩.٥٤
	الجلوس من الرقود	عدد	١٦.٥٢	١٠٢.٧٠	١١.٥٢	٣٨.١٣	٥.٠٠	٦٤.٥٧
المهارية الأساسية في مسابقات الميدان والمضمار	العدو لمسافة (٥٠م) من البدء العالي	ثانية	٩.٣٠	٣٤.٠٤	١٣.١٠	١٠.٧٠	٣.٨٠-	٢٣.٣٤
	الوثب الطويل من الجري	سم	١٢٦.٠٠	١١.٢٦	١١٨.٢٥	٤.٨٨	٧.٧٥	٦.٣٨
	رمى رمح الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة	المتر	١٤.٢٥	٦٢.٨٦	١١.٥٠	٢٩.٢١	٢.٧٥	٣٣.٦٤

يتضح من جدول (١٣) أن الفروق في نسبة التحسن تراوحت بين (٦.٣٨) و(٦٤.٥٧).



شكل (١٧) الفروق في نسبة التحسن بين (المجموعة التجريبية) و (المجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث.

مناقشة نتائج الفرض الثالث:

يتضح من جدول (١٢) و(١٣)، وشكل (١٣) و(١٤) و(١٥) و(١٦) و(١٧) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدي لمجموعة (المجموعة الضابطة) في متغيرات القدرات الحركية ومتغيرات المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار ويتضح أيضاً أن أعلى نسب معدل التغير في القدرات الحركية كانت لصالح اختبار الجلوس من الرفود بنسبة (٦٤.٥٧%)، يليها في المرتبة الثانية اختبار ثنى الذراعين من الانبطاح المائل بنسبة (28.61%)، يليها في المرتبة الثالثة اختبار الوثب العريض من الثبات بنسبة (9.54%)، وأيضاً أعلى نسب معدل التغير في المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار للمجموعة الضابطة جاءت في المرتبة الأولى لصالح رمى الأطفال بيد واحدة لأبعد مسافة بنسبة (٣٣.٦٤%)، يليها في المرتبة الثانية العدو لمسافة (٥٠م) من البدء العالي بنسبة (٢٣.٣٤%)، ويليهما في المرتبة الثالثة والأخيرة الوثب الطويل من الجري بنسبة (٦.٣٨%)، ويرجع ذلك إلى فعالية برنامج التربية الحركية في تنمية القدرات الحركية والمهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار مقارنة بالبرنامج التقليدي المتبعة في المؤسسات التعليمية، وأيضاً لأن برنامج التربية الحركية يتضمن أنشطة حركية

والعاب صغيرة وتمهيدية وهذا يتم في وجود المعلم أثناء تنفيذ البرنامج المقترح واهتمام المسؤولين بالتربية البدنية والحركية للأطفال لمعرفةهم بأهميتها في تنمية النواحي الحركية مما كان له أثر كبير في نجاح البرنامج المقترح .

ويعزو الباحث أن برنامج التربية الحركية المقترح أدى الى تحسين القدرات الحركية للأطفال مما أدى الى تحسن مستوى تعلم المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث وهذا لم يحدث الى بتعاون الأطفال والالتزام والنظام اثناء تنفيذ وتطبيق البرنامج المقترح.

كما أشارت نتائج جدول (١٣) الى تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي في متغيرات القدرات الحركية والمهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار (قيد البحث) .

ويؤكد ذلك ان القدرات الحركية الخاصة بالنشاط الرياضي هي التي تحدد مدى اشتراكه الفعال ومدى تأثيره، وتحدد أيضا مستوى الأداء في العديد من الحركات المركبة والوحيدة التي يحتويها هذا النشاط، وذلك لان الأداء الحركي الناتج يتطلب التوافق والتكامل بين هذه القدرات مع تتابع مؤثر ودقيق سواء في الحركات الوحيدة او الحركات المركبة والحركات السريعة التي تتطلب سرعة ودقة عالية في الأداء مثل بعض المهارات في الألعاب الفردية والجماعية. (٦:٢٦١)، (١٥:٨)، (٣٤٧:١) .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة (١٦)، (١٢)، (٣١)، (٢٨) الى ان برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير كبير لدى المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني الذي ينص على: هل توجد فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدي لمجموعة (للمجموعة الضابطة) في المتغيرات قيد البحث؟

الاستنتاجات: -

في حدود عينة البحث والظروف البيئية التي أجري فيها البحث، وفي حدود الإمكانيات المتاحة من الأدوات والأجهزة التي استخدمت في البحث، وفي ضوء النتائج التي تم التوصل إليها من جراء هذا البحث، استنتج الباحث ما يلي:

١. البرنامج التعليمي المقترح أثر بشكل إيجابي وكبير في تحسن مستوى القدرات الحركية الخاصة بمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث.
٢. البرنامج التعليمي المقترح أثر بشكل إيجابي أيضا في تعلم واكتساب المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار.
٣. تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في القدرات الحركية الخاصة والمهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث.
٤. وجود فروق في نسب التحسن بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في متغيرات البحث.

التوصيات: -

- في ضوء ما تم التوصل إليه من استنتاجات يوصى الباحث بما يلي:
- ١- البرنامج المقترح يجب تطبيقه على الأطفال بشكل أوسع لما له من تأثير إيجابي في تحسن القدرات الحركية والمهارات الأساسية للأطفال.
 - ٢- اعتماد مثل هذه البرامج في المدارس الابتدائية لما لها من تأثير إيجابي في تحسين القدرات الحركية والمهارات الأساسية للأطفال.
- اجراء المزيد من البحوث والدراسات على متغيرات بدنية ومهارية أخرى في جميع الألعاب وفي مراحل سنية مختلفة من اجل الارتقاء بمستوى القدرات البدنية والمهارية للأطفال.

قائمة المراجع:

المراجع العربية:

١. إبراهيم احمد سلامة ١٩٩٠م الاختبارات والقياس في التربية البدنية، دار المعارف، القاهرة.
٢. اتحاد العاب القوى الدولي ٢٠١٢م مرشد تطبيقي لأنشطة العاب القوى للأطفال (مسابقات الفرق) ، الاتحاد لدولي لألعاب القوى.
٣. أحمد على أحمد صيام ٢٠١١م تأثير استخدام الألعاب الصغيرة على تنمية الادراك الحس حركي للمهارات الحركية الأساسية لمرحلة رياض الأطفال، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
٤. حسين غريبي محمد دوى ٢٠١٢م منهج تربية حركية مقترح لمرحلة التعليم الأساسي بالجماهيرية الليبية ، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الاسكندرية .
٥. خالد ثابت عوض محمد ٢٠١٣م تأثير استخدام ثلاث برامج للتربية حركية على مستوى بعض عناصر اللياقة الحركية والحركات الأساسية والمهارات الحياتية للأطفال من ٤ - ٦ سنوات، بحث منشور، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.
٦. السيد عبد المقصود ١٩٩٥م تطور الحركة واسسها، الفنية للطباعة والنشر، الاسكندرية
٧. عبد الحكيم علة مصلح الزبيدي ٢٠١١م منهاج تربية حركية مقترح لأقسام رياض الأطفال بكليات التربية في الجامعات اليمينية، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط.
٨. عبد الحميد شرف ٢٠٠٥م التربية الرياضية والحركية للأطفال الاسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق، ط٢، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
٩. عبد الله عبد اللطيف محمد عبدالله ٢٠٠٧م تأثير برنامج مقترح باستخدام القصة الحركية والتمرينات التمثيلية لتنمية اللياقة الحركية وبعض المهارات الحركية لتلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى للمرحلة الابتدائية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط .
١٠. عزة حسن صيام محمد ١٩٩٥م تأثير برنامج العاب تمهيدية مقترح على بعض المتغيرات البدنية الخاصة بكرة اليد والكفاءة الوظيفية للاعبات كرة اليد تحت ١١ سنة " رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان، القاهرة.

١١. عمرو أبو المجد، جمال اسماعيل ٢٠٠١م الألعاب التكتيكية والترفيهية الحديثة في كرة القدم، مركز الكتاب والنشر، القاهرة .
١٢. فاتن ابوالسعود امام شاهين ٢٠١٣م تأثير استخدام ألعاب القوى لأطفال مسابقات الفرق (Kith athletic) على بعض عناصر اللياقة البدنية والمستوى الرقمي للتلاميذ المرحلة الأولى من التعليم الأساسي، إنتاج علمي، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان .
١٣. فرحات رمضان غالى الغالي ٢٠١١م فاعلية برنامج تربية حركية مقترح لتعليم بعض المهارات الحركية الأساسية لكرة القدم، بحث منشور، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس .
١٤. فرحات رمضان غالى الغالي ٢٠١١م فاعلية برنامج تربية حركية مقترح لتعليم بعض المهارات الحركية الأساسية لكرة القدم، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس.
١٥. ليلي عبد العزيز زهران ١٩٩٧م التربية الحركية وسيلة التربية المتكاملة للطفل منذ سنوات حياته الأولى، المؤتمر الدولي الثالث، جمعية الحرية لتنمية المجتمع، الطفل فاقد الرعاية، الإسكندرية.
١٦. متعب غربي خميس الشمري ٢٠١٥م فاعلية برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية على مستوى بعض القدرات الحركية والمعرفية وتعلم بعض المهارات الأساسية في السباحة بدولة الكويت، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
١٧. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان ٢٠٠١م اختبارات الأداء الحركي، ط٣، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٨. محمد صبحي حسانين ٢٠٠٣م القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، الجزء الثاني، ط٥، دار الفكر العربي، القاهرة .
١٩. محمد على راشد سالم ٢٠٠٩م فاعلية برنامج تربية حركية على القدرات الادراكية الحركية لأطفال ما قبل المدرسة بدولة الكويت، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.

٢٠. محمد نعيم احمد جان ٢٠١٠م تأثير برنامج للتربية الحركية على القدرات البدنية ومستوى أداء بعض المهارات الاساسية بدرس التربية الرياضية للتلاميذ الصم البكم، بحث منشور، - كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
٢١. محمود عبد الحليم عبد الكريم، ماجدة هاشم بخيت، أميرة محروس محمود محروس ٢٠٢٠م أثر برنامج تربية حركية على تنمية الخيال الحركي لطفل الروضة، بحوث ومقالات، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة أسيوط.
٢٢. محمود يعقوب محمود، آمنة آدم النمير ٢٠١٨م برنامج تعليمي مقترح لتنمية خصائص الاداء الحركي لأطفال من سن ٤ إلى ٦ سنوات بولاية شمال كردفان "محلية غرب بارا"، إدارة البحوث والتنمية والتطوير، جامعة النيلين.
٢٣. منير مصطفى عابدين ٢٠٠٢م أثر الألعاب التمهيدية على تعلم بعض المهارات الهجومية في كرة السلة لطلبة كلية التربية الرياضية بالمنصورة، كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس.
٢٤. هالة فايز محمد حسن ٢٠٠٥م تأثير برنامج مقترح للطلاقة الحركية على تنمية وتطوير اللياقة البدنية والمهارات الأساسية لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.
٢٥. همت عزت كمال عبد اللطيف ٢٠١٢م بناء برنامج للتربية الحركية باستخدام بعض المؤشرات الكينماتيكية لمهاتري الرمي واللقف للأطفال من (٦ الى ٩) سنوات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
٢٦. الين وديع فرج ٢٠٠٧م خبرات في الألعاب للصغار والكبار، دار المعارف، ط٢، الإسكندرية.

ثانياً: المراجع الاجنبية:

27. Beverly ١٩٩٤ Moving and learning the elementary school physical education experience, mosby collage publishing 1994.
28. Falkenberg, G., & Schirvitz, B ١٩٩٩ Kommunalen Arbeitskreies, Bewegungserziehung und grundschulsport, Inpfeifer & wolff (Hrsg) [artner fur eine bewegte kindheit. Pohl-Verlag.

29. Kayapma, F,c٢٠١١ The effect Movement Education program on static Balance skills of preschool Children. World Applied Science Journal 12(6)–pp871–876.
- 30.Marco Alexandrofy ٢٠٠٧ The effect of basic motor abilities and physical measurement kinetic skills of talented water polo players,http://www.facta.facta.junis.ni.ac.rs/pe/pe200701/pe200701-07n.pdf
- 31.Rogat١٩٩٣ The effect of a kinetic education program and a free activites program on the level of motor development of pre–school children from 5–6 years old . scientific paper , Literature and Art Journal , Kuwait.
32. www.europeanathletics or workshop kids athletics