

تأثير برنامج تروحي رياضي على تحسين مستوى الإنجاز لمهاراتي (الوثب والقفز) للأطفال في مسابقات ألعاب القوى

أ.د. أمل جميل يوسف

أستاذ الترويح الرياضي بقسم الترويح الرياضي بكلية
التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان

أ.د. حنان السيد عبد الفتاح

أستاذ مسابقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية
للبنات - جامعة حلوان

م.م. أسماء غريب

مدرس مساعد قسم الإدارة الرياضية والترويح بكلية
التربية الرياضية - جامعة حلوان

أ.د. ناهد إسماعيل محمد

أستاذ الإدارة الرياضية بقسم الإدارة الرياضية والترويح
بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان

- مقدمة البحث

تعد مرحلة الطفولة إحدى مراحل النمو التي يعيشها الإنسان، وتغزم أهميتها في كونها تمثل مرحلة النمو والتطور والتكوين لدى الطفل، إذا يحدث فيها بناء الجسم جسدياً وبدنياً ومهارياً وتنشئته عقلياً وسلوكياً.

وأطلق مصطلح الطفولة المتوسطة على الأطفال الذين تقع أعمارهم بين العامين الثامن والتاسع من عمرهم، وهو سن تعليمهم الابتدائي، فتتوسع مداركهم باتساع دوائرهم وبيئاتهم، إذ تكبر علاقات الطفل وتتسع دائرته الاجتماعية، ويكتسب العديد من المهارات والصفات والخصائص الجديدة، فتؤثر المرحلة باختلافاتها وتجديدها في نمو الطفل وتركيبته.

ويجمع طفل هذه المرحلة بين العمل بقوة واللعب بقوة أيضاً، وهو ماهر في أدائه الحركي، ويحب أن يظهر مهاراته وبزوه بقوته، ويبدى الطفل في هذا السن اهتماماً جديداً بالأداء السريع الماهر الذي يتطلب تنسيقاً دقيقاً، وهو ينطلق في تصرفاته على سجيته فيكشف عن تكوينه النفسي والمهاري .
(٣٢:٢٣)

وتعتبر برامج الترويح أحد المجالات التي تساعد في بناء شخصية الطفل، وذلك بما تمنحه من فرص للتعبير عن ذاته وقدراته وإبداعاته، كما أنه مجالاً غني بالأنشطة التي تشبع حاجة الطفل الملحة للحركة والتأمل والتفكير والإبداع والتي يكتسب من خلال ممارستها اللياقة البدنية والنفسية والفسيوولوجية والمهارية وينمي مهاراته الحركية الأساسية، وفي هذا يشير **محمد الحماحمي وعائدة عبد العزيز** أن الترويح يزود الطفل بالخبرات والمعلومات والمهارات بطريقة تلقائية، وهو الأساس الوظيفي

فى عالم الطفولة والوسيلة الرئيسية لتشكيل شخصية الطفل التى تعتبر القوة التكوينية والركيزة النفسية لبناء الطفل فى مراحلها المتعاقبة . (١٧٧:١٤)

والنشاط الترويحي هو أهم شئ للطفل النشط بل هو الحياة ذاتها فى نظره، ويفضله يزداد ويثمر النمو الجسمى والذهنى والاجتماعى والروحى، وهو الوسيلة الطبيعية التى يلجأ إليها لتنشيط بدنه وتحريك أعضائه وتنمية عضلاته فى أثناء انهماكه فيما يقوم به من نشاط .

والنشاط الترويحي هو الذى يهيئ للطفل الشعور بالنفوق والقوة، ولا شك أن أنواع النشاط التى يمارسها الأطفال وسيلة طيبة لتكوين أخلاقه ومثمرة لتفريغ الطاقات البدنية والحركية الهائلة لدى الطفل فى نشاط سوى يساعد على تنمية المهارات الحركية لديه، والطفل خلال مشاركته فى الأنشطة الترويحية فإنه يزداد ثقة بنفسه وقوة فى عزمته، والنشاط الترويحي أيضاً يقوى الروح المعنوية لدى الطفل . (٦٢:٢٣)

ويذكر أحمد حلمي (٢٠١٦م) بأن الأنشطة الترويحية جزء من المقومات الأساسية فى الحياة اليومية لدى جميع أفراد المجتمع المعاصر، وذلك عائد لأرتفاع مستوى الوعي بأهميتها وفوائدها النفسية والبدنية والاجتماعية والصحية، والترويج مجال يسع الحياة كلها، فهو يشمل العديد من المجالات التى تتميز بتعدد أنشطتها ومنها (الترويج الرياضى، الثقافى، الفنى، الخلوي، الإجماعى، العلاجى، والتجاري)، ويشمل كل مجال من تلك المجالات العديد من الأنشطة التى تتلائم مع احتياجات الأطفال ورغباتهم، ولذلك يجب ملاحظة أن هذه المجالات متداخلة فيما بينها، حيث يمكن أن يمارس الطفل أنشطة ترويحية متعددة من مجالات مختلفة تمثل فيما بينها خبرة ترويحية . (١٢٩:٦)

والترويج الرياضى هو ذلك النوع من الترويج الذى تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية والرياضية، كما أنه يعد أكثر أنواع الترويج تأثيراً على الجوانب البدنية والفسولوجية للطفل الممارس لأوجه مناشطه التى تشمل على الألعاب والرياضات . (٨٤:١٤)

ويمكن تنمية المهارات الحركية الأساسية للأطفال اللاعبين عن طريق ممارستهم لبرنامج ترويحي يشتمل على الأنشطة الترويحية المختلفة بصورة منتظمة فى منتصف الوحدة التدريبية الواحدة أو الفترة التدريبية سواء كانت اعداد عام او خاص اومسابقات أو الموسم التدريبى أو الفترة الأنتقالية بين الموسمين .

والمهارات الحركية هي النشاطات الحركية التي تبدو عند معظم الأطفال وتتضمن نشاطات مثل رمي الكرات والتقاطها، والقفز والوثب والحجل والتوازن، وتعد ضرورية للألعاب المختلفة التي يقوم بها الأطفال أن مصطلح المهارات الحركية الأساسية يشير إلى بعض المظاهر الانجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكر مثل الحبو والمشي والركض والدرجة والوثب والرمي والتسلق والتعلق، ولان هذه الأنماط الحركية تظهر عند الإنسان في شكل أولي ، لذا يطلق عليها اسم المهارات الحركية الأساسية. (١٤:١٨)

ورياضة ألعاب القوى من الرياضات الرقمية التي تتضمن عددا كبيرا من السباقات والتي ترتبط بأساسيات الوظائف الحركية البشرية التي تتمثل في أنشطة الجرى والوثب والرمي مما يجعل من ممارسة ألعاب القوى عند الأطفال ركيزة أساسية لبناء وتأسيس القدرات الحركية والتوافقية لهم. ولما كانت رياضة ألعاب القوى من الرياضات الرقمية التي تتضمن عدد كبير من السباقات والتي ترتبط بأساسيات الوظائف الحركية البشرية التي تتمثل في أنشطة الجرى والوثب والرمي مما يجعل من ممارسة ألعاب القوى عند الأطفال ركيزة أساسية لبناء وتأسيس القدرات الحركية التوافقية لديهم . (٢٥:٨)

- مشكلة البحث

من خلال معايشة الباحثة ك لاعبة ألعاب قوى وصاحبة الرقم القياسى المصرى فى مسابقة الوثب الثلاثى فلاحظت أن فئة الأطفال من لاعبي ألعاب القوى لديهم قصور وانخفاض فى مستوى المهارات الحركية (الوثب، القفز) بمهرجان ألعاب القوى للأطفال وقد يرجع ذلك إلى صعوبة طرق التعلم لهذه المهارات وعدم تبسيط طرق تعلم واتقان هذه المهارات وقلة الأدوات المساعدة المستخدمة فى تنمية تلك المهارات الحركية الأساسية، وأيضاً يهتمون بالتدريب على مسابقتهم الأساسية فقط ولا يدركون أهمية تطبيق برنامج ترويحى رياضى ومدى تأثير على الأرتقاء بمهارتهم الحركية الأساسية بالرغم من مدى الأهمية والتأثير الإيجابى لممارسة الأنشطة الترويحوية الرياضية بكافة أنواعها وبرامجها التى تؤثر على الأطفال اللاعبين من الناحية البدنية والفسولوجية والنفسية والاجتماعية والعقلية وتأثيرها على تنمية جميع النواحي المختلفة فى شخصيتهم وتنمى المهارات الحركية والبدنية الأساسية لديهم، الأمر الذى دفع الباحثة بتصميم برنامج ترويحى رياضى ومعرفة تأثيره على تحسين مستوى الإنجاز لمهارات الميدان (الوثب والقفز)

- أهمية البحث

١- الأهمية العلمية :

• تتمثل أهمية هذا البحث في أنه يتناول مدى تأثير برنامج ترويحى مقترح على تحسين مستوى الإنجاز لمهارات الميدان (الوثب والقفز) .

• يعد هذا البحث مكملا للأبحاث العلمية التى سبقته وبداية للمزيد من الأبحاث العلمية فى هذا المجال

• فتح مجالات علمية جديدة فى البحوث العلمية الخاصة بالبرامج الترويحية المقترحة والمهارات الحركية للأطفال .

٢- الأهمية التطبيقية :

• تتمثل أهمية هذا البحث فى تطبيق البرنامج الترويحى المقترح من أجل تطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال المشاركين بمهرجان ألعاب القوى وبالتالي تطوير الصفات البدنية مما ينعكس إيجابياً على تحسين المستوى الرقى لديهم، وتأهيلهم للمشاركة الفعالة فى ألعاب القوى للكبار فيما بعد بأفضل مستوى مهارى وبدنى ونفسى .

• أقترح طرق تطبيق البرامج الترويحية وطرق الاستفادة منها فى المجال الرياضى .

- هدف البحث

يهدف هذا البحث إلى تصميم برنامج ترويحى رياضى ومعرفة تأثيره على تحسين مستوى الإنجاز لمهارات الميدان (الوثب والقفز) .

- فروض البحث

١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى كل من (مهارة الوثب، القفز) وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى كل من (مهارة الوثب، القفز) وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة.

٣- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين لعينة البحث فى كل من (مهارة الوثب، القفز) للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

٤- نسب التحسن الناتجة من تنفيذ البرنامج الترويحى الرياضى المقترح لعينة البحث على كل من مهارة (الوثب، القفز) قد تصل إلى ١٠% وذلك لصالح المجموعة التجريبية .

- المصطلحات المستخدمة في البحث

• البرنامج الترويحي The recreational program

عرفته إيمان رفعت، أمل جميل (٢٠١٩م) بأنه مجموعة من الخبرات والأنشطة المعدة تحت إشراف الرائد الترويحي وفق تنظيم يزيد من إمكانية تنفيذها وكل ما يتعلق بالتنفيذ من وقت ومكان وأدوات وأساليب تنفيذ وتقييم لهذه الأنشطة وذلك لتحقيق هدف التربية الترويحية ألا وهو التغيير والتعديل في سلوك الأفراد نتيجة إكتساب خبرة . (٥:٢)

• المهارات الحركية Kinetics skills

وعرفتها ناهده عبد زيد (٢٠١٢م) : بأنها تلك الحركات الطبيعية الفطرية التي يزاولها الفرد ويؤديها بدون أن يقوم احد بتعليمه إياها مثل المشي والركض والقفز والتعلق والوثب . (١٤:١٨)

• مهرجان ألعاب القوى للأطفال (Children's Athletics Festival)

هي مجموعة من المسابقات الرياضية الترويحية التي تشتمل على المهارات الحركية الأساسية ويتم تنفيذها في جو من المرح والمتعة والتشويق بهدف تنمية المهارات الحركية الأساسية للطفل وتنمية النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية والفسولوجية . (تعريف إجرائي)

الاطار النظري والدراسات المرتبطة

أولاً : الاطار النظري :

أ- البرنامج الترويحي

- مفهوم البرنامج الترويحي

البرنامج الترويحي هو مجموعة الأنشطة الترويحية المنظمة تحت إشراف رائد ترويحي من اجل تحقيق هدف التربية الترويحية الا وهو تغيير سلوك الاعضاء اثناء وقت الفراغ الي سلوك امثل، وذلك عن طريق تنمية معلومات ومهارات وتكوين اتجاهات ايجابية نحو شغل وقت الفراغ بحيث يحقق لهم التوازن النفسي والرضا والسرور .

ويرى طه عبد الرحيم (٢٠٠٦م) أنه ذلك الكم من الأنشطة الترويحية التي يختارها الأفراد الممارسين والرواد المشرفين والاداريين معا لممارستها بطريقة منظمة أو غير منظمة في مكان معين وفي وقت معين يناسب الممارسين (وقت فراغهم) بغرض تحقيق هدف الترويح والتربية الترويحية . (٥٢:١٣)

• برنامج الترويح الرياضي

ويقصد ببرنامج الترويح الرياضي هو تلك الأنواع من الترويح التي تتضمن في برامجها العديد من الأنشطة البدنية والرياضية، كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس لأوجه أنشطته التي تشمل على الألعاب والرياضات.

ويعتبر من الأركان الأساسية في برامج الترويح لما يتميز به من أهمية كبرى في المتعة الشاملة الفرد بالإضافة إلى أهميته في التنمية الشخصية من النواحي البدنية والاجتماعية والصحية والعقلية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي ويشتمل على :

١- الألعاب والمسابقات ذات التنظيم البسيط

٢- الألعاب أو الرياضات الفردية .

٣- الألعاب أو الرياضات الزوجية .

٤- ألعاب أو رياضات الفرق . (١٤:٨٤)

- خطوات بناء البرنامج الترويحي الرياضي

١- تحديد الأهداف .

٢- صياغة الأهداف .

٣- تقسيم الأهداف .

٤- تحديد واختيار محتوى البرنامج الترويحي الرياضي .

٥- تنظيم خبرات البرنامج الترويحي الرياضي .

٦- تطبيق البرنامج الترويحي الرياضي .

٧- التقويم الأولي للبرنامج الترويحي الرياضي .

٨- تعديل البرنامج الترويحي الرياضي .

٩- التقويم الشامل .

١٠- تطوير البرنامج الترويحي الرياضي . (٢:١٩)

- عوامل الأمن والسلامة التي يجب مراعتها قبل تنفيذ البرنامج الترويحي الرياضي

١. بعد المنشأة الرياضية عن مصادر التلوث البيئي ومخلفات المصانع والصرف الصحي الطبيعي .

٢. التعاقد مع إحدى شركات النظافة المتميزة لضمان النظافة العامة داخل المنشآت الرياضية بمختلف وحداتها.
 ٣. وجود خطة للخدمات الصحية في المنشأة.
 ٤. التعاقد مع إحدى الهيئات الصحية عند تغطية الجوانب والأرضيات للصالة والملاعب.
 ٥. توزيع الإضاءة الداخلية والخارجية وإتجاهات السماعات والميكروفونات.
 ٦. يراعى في الملاعب المفتوحة وجود مساحات كافية حول الملعب تسمح بامتصاص اندفاع الأطفال وعدم ارتطامهم بالجدران.
 ٧. عدم وجود عوائق (أسلاك كهرباء، تليفون، هوائيات) فى المجال الفراغي لحركة اللاعب والكرة.
 ٨. يراعى فى المنشأة التهوية الطبيعية وخاصة فى الملاعب المغلقة.
 ٩. مكان خاص لخدمات الإسعاف (طبيب / مسعف).
 ١٠. مصادر للمياه الباردة بالملاعب والصالات.
 ١١. حمامات بعدد مناسب.
 ١٢. حجرات تبديل ملابس يسهل الوصول إليها من الملاعب والصالات.
 ١٣. مكان خاص بالأمانات تحت إشراف مسئول الأمن.
 ١٤. منافذ تربط بين الملاعب المفتوحة والخدمات الصحية بالصالة.
 ١٥. خلو الملاعب من مسببات الإصابة (حفر، بالوعات، عدم استواء الأرض، عوائق زراعية، عوائق طبيعية). (١٤:١)
- ب- المهارات الحركية الأساسية
- مفهوم المهارات الحركية الأساسية
- مصطلح المهارات الأساسية الحركية **fundamental motor skills** يطلق على الأنشطة الحركية التى تبدو عاملة عند معظم الأطفال وتتضمن نشاطات مثل رمى الكرات والنقاطها والقفز والوثب والحجل والتوازن وتعد ضرورية للألعاب المختلفة التى يقوم بها الأطفال (١٧٥:٨)
- وهي النشاط الحركي المعتاد بهدف عام وهي الأساس لمهارات أكثر تعقيداً والخاصة بلعبة معينة . (٧١:١٥)

- الوثب Jumping :

تعنى مهارة الوثب إندفاع الجسم فى الهواء بواسطة دفع إحدى الرجلين أو الرجلين معاً، ثم الهبوط على إحدى القدمين معاً ويمكن أن تؤدي مهارة الوثب فى إتجاهات مختلفة وبأشكال عديدة ومتنوعة مثل الوثب عالياً أو لأسفل أو للأمام أو للخلف أو للجانب. (٢:٢٠)

ج- ألعاب القوى للأطفال

- مفهوم ألعاب القوى للأطفال

تتميز مسابقات الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال بجلب الإثارة والتشويق فى ممارسة ألعاب القوى كما أن المسابقات الجديدة والمبتكرة تمكن الأطفال من إكتشاف المهارات الحركية الأساسية (العدو، الوثب، الرمي)، وتقدم تمارين جديدة ومشوقة للمسابقات ومهام حركية مختلفة والتي تدار ضمن سباقات الفرق فى مواقع مختلفة وضمن فترة زمنية محددة مما يساعد على ترك إنطباع جيد وجديد عن ألعاب القوى لدى عدد كبير من الأطفال. (٦:٥)

- أهداف ألعاب القوى للأطفال

يوجد العديد من الأهداف التنظيمية لمفهوم الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال نوجزها فيما يلى :

١. يمكن أشتراك عدد كبير من الأطفال فى نفس الوقت .
٢. أداء اشكال عديدة ومتنوعة لمهارات ألعاب القوى للأطفال .
٣. المساهمة فى تحقيق نتائج جيدة ليست مقصوراً على الطفل الأقوى والأسرع.
٤. تنوع متطلبات المهارة وفقاً للمراحل السنوية وقدرات التوافق الضرورية.
٥. إدخال روح المغامرة والسرور على البرنامج.
٦. إن تركيب المسابقات وطريقة تسجيل النتائج تعتبر سهلة ومعتمدة على درجة ترتيب الفرق.
٧. الحاجة إلى عدد قليل من المنظمين والحكام.
٨. عرض ألعاب القوى كمسابقة فرق جماعية ومختلطة بنين وبنات.
٩. المساهمة فى تحسين وتطوير الحالة الصحية العامة لدى الأطفال .
١٠. إنتقاء العناصر الموهوبة والعمل على منع تسربها فى المستقبل .
١١. إتاحة الفرصة للأطفال لأن يكونوا فى المستقبل أبطالاً متميزين بصورة أكثر إنتشاراً وعدم الإعتماد على العدد المحدود للأبطال .

١٢. تنشيط عدد كبير من الأطفال في نفس الوقت فالتنافس يكون في صورة فرق فالمشاركة الفردية تساهم في النتيجة الإجمالية للفريق ككل .
١٣. تطبيق أشكال متنوعة وأساسية لمهارات ألعاب القوى تتيح إكتساب المهارات الحركية الأساسية لألعاب القوى للأطفال .
١٤. المساهمة في تحقيق نتائج متميزة بطريقة لا تقتصر على الطفل الأقوى والأسرع وكل طفل يشارك في جميع المسابقات بأسلوب يحول دون التخصص المبكر .
١٥. تنوع متطلبات المهارة وفقاً للمرحلة السنية وقدرات التوافق الضرورية .
١٦. ترسيخ السمات الإدراكية والسلوكية والإنفعالية للأطفال .
١٧. إدخال روح المغامرة على البرنامج ولفت النظر لمدى مناسبة وأهمية ممارسة ألعاب القوى للأطفال والعمل من خلال هذا الإتجاه على تطوير القدرات البدنية والحركية بصورة ملائمة
١٨. تنظيم المسابقات وطريقة التسجيل للنتائج بطريقة سهلة وبسيطة تعتمد على ترتيب الفرق
١٩. الحاجة إلى عدد قليل من المساعدين والحكام .
٢٠. تقديم ألعاب القوى كمسابقة فرق مختلطة من البنين والبنات (١٢:٧٥) (٣٢)

- مشروع الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال

إهتم الأطفال منذ زمن بعيد بالتنافس مع بعضهم البعض ووضع أنفسهم في مقارنه مع الآخرين ومن ثم تتيح ألعاب القوى بما تحتويه من مسابقات متنوعة منتدى ممتاز لهذا النوع من التنافس النبيل بين الأطفال، لهذا يجب على المهتمين بالرياضة إبتكار منافسات مناسبة للأطفال، وإن منافسات الأطفال في هذه الرياضة غالباً ما تشبه نسخة مصغرة لمنافسات الكبار وهذا التوحيد الغير ملائم عادة ما يقود إلى التخصص المبكر والذي بدوره يكون ضد إحتياج الأطفال لنموهم و هو أيضاً يؤدي إلى الإلتحاق للصفوة التي تعوق معظم الأطفال . (٦:٥)

ويعتبر مشروع الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال من المشروعات الجذابة والمشوقة للأطفال لما تحتويه من مسابقات عديدة ومتنوعة تعمل على تلبية الاحتياجات التنموية لديهم حيث أنها تعمل على توفير وإتاحة خبرات حركية جديدة ومتنوعة في جومن التلقائية والتشويق والاستمتاع وهومن البرامج الرياضية التي تعطى للطفل حق المشاركة في ممارسة ألعاب القوى بدون أى تمييز فهي حق لجميع الأطفال . (٥:٣٣)

ثانياً : الدراسات المرتبطة :

١- دراسات مرتبطة باللغة العربية :

أ- دراسات البرامج الترويحية :

جدول (١)

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	درجة الدراسة	الهدف من الدراسة	المنهج المستخدم	العينة	اهم النتائج
١	مرفت عبد الغفار الجوهري (٢٠٠٤) م (١٧)	فاعلية برنامج الالعاب الترويحية المتنوعة على الغيرة وعلاقتها بالشخصية لدى تلميذات المرحلة الابتدائية	انتاج علمي جامعة الزقازيق	التعرف على فاعلية برنامج الالعاب الترويحية على الغيرة وعلاقتها بالشخصية لدى تلميذات المرحلة الابتدائية	المنهج التجريبي	اطفال الصف الثالث والرابع ابتدائي (٧٥) طفل بالطريقة العمدية	تأثير ايجابي للبرامج المقترح دال احصائيا على خفض الشعور بالغيرة وضبط التوافق الشخصي .
٢	هيثم سيد محمد (٢٠٠٥) م (٢١)	تأثير برنامج تروحي رياضي مفتوح لتنمية بعض القدرات البدائية والاجتماعية خلال مرحلة المراهقة	رسالة ماجستير جامعة الزقازيق	التعرف على تأثير البرنامج التروحي الرياضي المقترح على تنمية بعض القدرات البدنية والاجتماعية خلال مرحلة المراهقة	المنهج التجريبي	(٣٢) طالب من المرحلة الاعدادية طريقة عمدية	تأثير ايجابي للبرنامج التروحي المقترح على تنمية القدرات البدائية وعلى تنمية المتغيرات الاجتماعية قيد البحث .
٣	ايناس محمد غالم وعماد محمد سيد (٢٠١٠) م (٣)	تأثير برنامج تروحي رياضي باستخدام الالعاب الصغيرة على تعلم بعض المهارات الهجومية والحالة النفسية لمبتدئي كرة السلة	انتاج علمي	التعرف على تأثير برنامج تروحي رياضي باستخدام الالعاب الصغيرة على تعلم بعض المهارات لمبتدئي كرة السلة	المنهج التجريبي	(٦٠) مبتدئي كرة سلة تم تقسيمهم على مجموعتين تجريبية وضابطة بالطريقة العمدية	البرامج الترويحية المقترح اثر ايجابي باستخدام الالعاب الصغيرة الترويحية على تعلم المبتدئين بعض المهارات الهجومية في كرة السلة .

ب-دراسات مهارتي الوثب والقفز في ألعاب القوى :

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	درجة الدراسة	الهدف من الدراسة	المنهج المستخدم	العينة	اهم النتائج
١	نور طه إبراهيم حسين (٢٠٠٠م) (١٩)	تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على بعض المهارات الأساسية والتكيف الإجتماعي لمرحلة رياض الأطفال	رسالة ماجستير	هدفت الدراسة إلى وضع برنامج للتربية الحركية لمرحلة رياض الأطفال (٤ - ٦) سنوات وكذلك التعرف على تأثير هذا البرنامج على إكتساب المهارات الحركية الأساسية للأطفال	إستخدمت المنهج التجريبي (التصميم التجريبي) قياس قبلي وبعدي للمجموعتين التجريبيه والضابطة	مجتمع البحث أطفال حضانه الروضه قوام العينه (٨٥) طفل من الجنسين من إجمالى (٢٥٠) طفل منهم (١٥) للدراسه الإستطلاعيه،(٧٠) طفل للعينه الأساسيه	توصلت الباحثة إلى أن البرنامج له تأثير إيجابي على المهارات الحركية (المشي ، الجرى ، الرمي ، الوثب) للأطفال عينه البحث
٢	ريم سويد (٢٠٠٨م) (٩)	فاعلية الألعاب التمهيدية بالجزء الرئيسي لدرس التربية الرياضية على بعض المهارات الحركية الاساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية	رسالة ماجستير جامعة الزقازيق	تصميم الالعب تمهيدية فى الجزء الرئيسى للتعرف على القدرات البدائية للمهارات الاساسية فى الجمباز	المنهج التجريبي على مجموعتين تجريبية وضابطة	(٢٨) من تلاميذ الصف الاول الاعدادى من التربية الخاصة بمحافظة الشرقية	برنامج الالعب التمهيدية بالجزء الرئيسى لدرس التربية الرياضية اثر ايجابى على قدرات البدنية للمهارات الاساسية فى الجمباز
٣	وائل محمد رمضان وتامر عويس الجبالى (٢٠٠٩م) (٢٢)	فعالية مشروع ألعاب القوى للأطفال على بعض القدرات الحركية والتوافقية للمرحلة العمرية من (١٠ - ١٢ سنة) .	انتاج علمى	التعرف على مدى فعالية مشروع ألعاب القوى للأطفال على بعض القدرات الحركية والتوافقية للمرحلة العمرية من (١٠ - ١٢ سنة).	المنهج التجريبي	إشتملت عينة الدراسة على (١٢٠) طفلاً من البنين والبنات من المدارس والأندية في محافظة القاهرة والجيزة .	أن نظام ألعاب القوى للأطفال التابع لمشروع الاتحاد الدولي لألعاب القوى يؤدي بشكل فعال وملحوظ إلى زيادة مستوى أطفال المرحلة السنوية من (١٠ - ١١ سنة) في العديد من القدرات الحركية والتوافقية لهم كما يتيح الفرصة للتنمية الشاملة والمتوازنة للعديد من هذه القدرات بدون التركيز

على قدرة أو عنصر أو مهارة
معينه لأنها تتيح مبدأ
الشمولية والتأسيس البدني
والحركي لدى الأطفال

٢- دراسات مرتبطة باللغة الأجنبية :

أ- دراسات البرامج الترويحية :

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	درجة الدراسة	الهدف من الدراسة	المنهج المستخدم	العينة	اهم النتائج
١	" بولاتيواليسنا pollatou Elisana (2005م) (٢٨)	دراسه مقارنه للتعرف على تأثير برنامج حركى بإستخدام الموسيقى والإيقاع الحركى على الأداء الحركى لأطفال ما قبل المدرسه	انتاج علمى	تهدف إلى دراسه الفروق بين البنين والبنات من خلال برنامج حركى بإستخدام (الموسيقى والإيقاع) على الأداء الحركى للأطفال ما قبل المدرسه	المنهج التجريبي	تمثلت العينه قوامها (٨٣) تلميذه ، (٦٢) تلميذ	أشارت أهم النتائج إلى تفوق نتائج مجموعه التلميذات على التلاميذ فى آدائهن الحركى فى حصه التربية الرياضيه بنسبه (٩٣ %) وأرجع أسباب ذلك إلى الميل الطبيعي للإيقاع عند التلميذات يكون أكبر
٢	معهد أبحاث الرياضه وعلوم التمرينات - ليفربول - المملكه المتحده (٢٠٠٥ م) (٢٧)	أثر إستخدام برنامج للأنشطه الحركيه على كفاءه أداء المهارات الحركيه للأطفال من (٧ : ٩) سنوات	انتاج علمى	التعرف على أثر إستخدام برنامج للأنشطه الحركيه على كفاءه أداء المهارات الحركيه للأطفال من (٧ : ٩) سنوات	المنهج التجريبي قد تم إختيار مدرستين (إختيار عشوائي) أحدهما ضابطه والأخرى تجريبه	عدد أفراد العينه) (٥٧٤)	إعتمدت النتائج على التحليل الحركى للقطات الفيديو (اللفف - الرمى - الركل - الجرى - الحجل - التوازن - الثبات)

أشارت أهم النتائج إلى أن البرنامج أثر تأثيراً إيجابياً على تحسن مهارات الإدراك الحس حركى لأطفال ما قبل المدرسه	تمثل قوامها (٤٢) تلميذه ، (٤٨) تلميذ	المنهج التجريبي	يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج حركى بإستخدام الموسيقى على نمو الإدراك الحس حركى لأطفال ما قبل المدرسه	انتاج علمى	تأثير برنامج حركى بإستخدام الموسيقى على نمو الإدراك الحس حركى لأطفال ما قبل المدرسه	زاشبولوا ، إيفريديك zachopoulou & Evridike (٢٠٠٦م) (٣١)	٣
--	--	-----------------	---	------------	---	---	---

ب-دراسات مهارتى الوثب والقفز فى العاب القوى :

م	اسم الباحث	عنوان الدراسة	درجة الدراسة	الهدف من الدراسة	المنهج المستخدم	العينة	اهم النتائج
١	فان بردن (٢٠٠٢م) Van Barden (٢٩)	أثر أستخدام برنامج مصمم لتحسن أداء المهارات الحركية الأساسية على الأداء الحركى لطلبة المدارس الأتدائية فى رورال أستراليا	رسالة دكتوراة	التعرف على أثر أستخدام برنامج مصمم لتحسن أداء المهارات الحركية الأساسية على الأداء الحركى لطلبة المدارس الأتدائية فى رورال أستراليا	المنهج التجريبي	العينة قوامها ١٠٤٥ من ١٨ مدرسة من كلا الجنسين ومختلف الصفوف بالمرحلة الدراسية	أعلى نسبة تحسن فى الأداء كانت ٦٥,٤% فى مهارات الاتزان المتحرك، ونسبة التحسن فى الأداء كانت ١٩,٨% فى مهارة الجرى المتعرج .
٢	جوستين أوكنير justen o,conner جيف واكلى jeff walkey بيرلي هولند Bernie Holland (2013م) (٣٠)	التطور الهرمى الطبيعي للمهارات الحركية الأساسية	انتاج علمى	تطوير إختبارات مرجعية المعيار لأربعة من المهارات الحركية الأساسية (الرمى ، المسك ، الضرب ، بالعصا بإستخدام اليدين ، تنطيط الكرة) 2 التدريب على المهارت	المنهج التجريبي بإستخدام ثلاث مجموعات مجموعتين تجريبيتين وواحدة ضابطة	كانت عينه الدراسة تم إختيارهم بالطريقة العشوائية من ثلاث مدارس أعمارهم (٦ - ٨) سنوات	وجود تحسن فى مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية تبعه لتحسن فى مستوى أداء المهارات التخصصية وخاصة المتعلقة بالرمى وتقوق المجموعة التجريبية الأولى على المجموعتين الأخرتين

			الحركية الأساسية وأثره على المهارت التخصصية			
--	--	--	---	--	--	--

٣- مدى الاستفادة من الدراسات المرتبطة

تعتبر الدراسات المرتبطة بمثابة خبرات علمية وتجريبية حيث استفادت الباحثة من الدراسات المرتبطة في :

١. إيضاح النقاط الأساسية المحددة لمشكلة البحث والهدف منها.
٢. تحديد المنهج المستخدم في الدراسة (حيث أن معظم الدراسات المرتبطة تناولت المنهج التجريبي لملائمته مع موضوع البحث) .
٣. تحديد عينة البحث .
٤. صياغة أهداف وفروض البحث .
٥. تحديد وسائل وأدوات جمع البيانات المناسبة لطبيعة البحث الحالي .
٦. تحديد خطوات بناء البرنامج الترويحي الرياضي .
٧. تحديد مدة البرنامج الترويحي الرياضي وعدد الوحدات وزمن كل وحدة .
٨. التعرف على أنسب أساليب المعالجات الإحصائية المناسبة وفقاً لحجم ونوعية العينة التي تم التطبيق عليها وفقاً للغرض الموضوع لتحقيق هدف الدراسة في مناقشة النتائج .
٩. التعرف على طريقة عرض ومناقشة النتائج والوقوف على ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسات لتفسير وتعزير نتائج البحث .

إجراءات البحث

- منهج البحث

إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية عن طريق القياسين القبلي والبعدي وذلك نظراً لملائمة لطبيعة البحث.

- مجتمع البحث

إشتمل مجتمع البحث على فريق ألعاب القوى للأطفال من (٨ - ١٢) سنة لكل من نادى مدينة نصر الرياضى ونادى الشمس .

- عينة البحث

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من فريق ألعاب القوى بنادى مدينة نصر الرياضى ونادى الشمس للمرحلة العمرية من (٨ - ١٢) سنة وقوامها (٥٠) طفل مقسمة كالتى :

أولاً : عينة البحث الأساسية :

بلغ عدد عينة البحث الأساسية (٤٠) طفل بواقع (٢٠) طفل لعينة البحث التجريبية، و(٢٠) طفل لعينة البحث الضابطة للمرحلة العمرية من (٨ - ١٢) سنة من نادى مدينة نصر الرياضى .

ثانياً : عينة البحث الإستطلاعية :

تم أختيارها من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وقد بلغ عددها (١٠) أطفال من نادى الشمس وجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢)

توصيف عينة البحث ن=٥٠

النسبة المئوية	العدد	العينة
%٤٠	٢٠	التجريبية
%٤٠	٢٠	الضابطة
%٢٠	١٠	الاستطلاعية (التقنين)
%١٠٠	٥٠	المجموع

يتضح من جدول (٢) توصيف عينة البحث الكلية والتي بلغت (٥٠) طفل من أطفال ألعاب القوى، وقد بلغ عدد عينة البحث الأساسية (٤٠) طفل، في حين بلغ عدد افراد عينة البحث الاستطلاعية (١٠) أطفال.

- أسباب إختيار العينة

١. مناسبة المرحلة السنوية لطبيعة البحث.
٢. إنتظام الأطفال بمواعيد التدريب.
٣. تقارب سن العينة.
٤. توافر العدد اللازم لتطبيق البحث.
٥. موافقة ولي الأمر علي الإشتراك في البحث.
٦. إشتراك بعضهم في بعض مهرجانات ألعاب القوى للأطفال والبطولات المحلية .

- تجانس عينة البحث :

قامت الباحثة بإيجاد التجانس بين افراد مجموعة البحث في متغيرات النمو (السن، الطول، الوزن) وذلك بإيجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات النمو لدي عينة البحث التي قد يكون لها تأثير في نتائج الدراسة وجدول (٣) يوضح ذلك .

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء في متغيرات النمو لدي لعينة البحث الكلية

ن = ٥٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	السن	سنة	10.02	1.41	-0.037
٢	الطول الكلي للجسم	سم	140.24	10.25	0.070
٣	الوزن	كجم	31.96	9.21	-0.427

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الالتواء لمعدلات النمو قيد عينة البحث الكلية قد انحصرت بين (-٠.٤٢٧ و ٠.٠٧٠) وذلك لأفراد عينة البحث الكلية، والتي إنحصرت بين (±٣) مما يشير إلي إعتدالية توزيع بيانات أفراد عينة البحث.

- أدوات جمع البيانات

إستخدمت الباحثة وسائل متعددة ومتنوعة لجمع البيانات والمساعدة في تنفيذ التجربة الأساسية للبحث، واستعانت الباحثة بالأدوات التالية لمناسبتها لطبيعة البحث :

١- المراجع العلمية

إستعانت الباحثة ببعض المراجع العربية والأجنبية وبعض الدراسات والبحوث العلمية المرتبطة بالبحث، وكذلك الإطلاع في العديد من المواقع العلمية في شبكة المعلومات الدولية لجمع المعلومات المباشرة.

٢- الإستمارات المستخدمة

قامت الباحثة بتصميم إستمارات تسجيل القياسات الخاصة بالبحث بحيث يتوافر بها البساطة وسهولة ودقة وسرعة التسجيل وهي :

- استمارة لتسجيل البيانات للمتغيرات الطول والوزن والعمر .
- استمارة تسجيل القياس القبلي والبعدي لأختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث

٣- الاختبارات

تم تحديد أختبارات المهارات الحركية الأساسية المناسبة لعينة البحث من خلال الإطلاع على الدراسات المرتبطة والإستعانة برأى الخبراء وهى كالتالى :

- اختبار الوثب العريض من الثبات .

- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

١. ميزان طبي لقياس الوزن (بالكيلوجرام) .
٢. جهاز ريستاميتير لقياس الطول (بالسنتيمتر) .
٣. شريط قياس (متر) .
٤. ساعة إيقاف لحساب الزمن .
٥. مجموعة أقماع مختلفة الأطوال .
٦. سلم جري محدد المسافات (سلم الرشاقة) .
٧. صفارة .
٨. طباشير لرسم العلامات والخطوط .
٩. صناديق مختلفة الأطوال والأحجام .
١٠. مراتب إسفنجية .
١١. الأدوات المستخدمة فى مهرجان العاب القوى للأطفال (مربعات - السلم المتدرج - حواجز تعليمية - أرماع تعليمية - زانة تعليمية معدلة للأطفال - فورتكس - كرات طبية) .

- المعاملات العلمية للأختبارات المستخدمة :

• أولاً : الصدق Validity

أستخدمت الباحثة التمايز بين مجموعتين حيث تم ترتيب الأرقام تصاعدياً لتحديد المجموعة المميزة وعددهم (٥)، والأخرى مجموعة غير مميزة وعددهم (٥) وذلك فى تاريخ ٢٠ / ٧ / ٢٠٢١م، وتم إيجاد الفرق بين المجموعتين موضحاً بالجدول التالى :

جدول (٤)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات للمجموعة الإستطلاعية المميزة والغير المميزة (صدق التمايز) للإختبارات المستخدمة قيد البحث

(ن = ١ = ٢ = ٥)

م	الاختبارات المستخدمة	وحدة	المجموعة المميزة	المجموعة غير مميزة	قيمة
---	----------------------	------	------------------	--------------------	------

"ت" المحسوبة	ن=٥		ن=٥		القياس		
	ع	س	ع	س			
6.897-	0.03	1.40	0.03	1.54	متر	أختبار (الوثب العريض) من الثبات	١

درجة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) ودرجة الحرية (٨) = ٢.٣٠٦

يتضح من جدول (٤) أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، وهذا يعني أنه توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة المميّزة والمجموعة الغير المميّزة (من أطفال نادي الشمس) في الإختبارات المستخدمة قيد البحث، مما يدل على قدرة هذه الاختبارات على التمييز بين المستويات، أي أنها تعد اختبارات صادقة لقياس الصفات التي وضعت من أجلها .

• ثانياً : الثبات Reliability

تم إيجاد ثبات الاختبارات المستخدمة عن طريق اجراء التطبيق وإعادة التطبيق على عينة قوامها (١٠) أطفال من مجتمع البحث ومن خارج حدود العينة الأصلية وتم إعادة تطبيق الإختبارات على نفس أفراد العينة بعد مضي أسبوع من التطبيق الأول في الفترة من يوم الثلاثاء الموافق ٢٠ / ٧ / ٢٠٢١ م وإعادة التطبيق يوم الثلاثاء الموافق ٢٧ / ٧ / ٢٠٢١ م

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات المستخدمة قيد البحث

ن = 10

م	الاختبارات المستخدمة	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
			ع	س	ع	س	
١	أختبار (الوثب العريض) من الثبات	متر	0.08	1.47	0.10	1.50	.929

قيمة "ر" الجدولية عند درجة الحرية (٨) ومستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٥) والخاص بمعاملات الثبات نتائج الاختبارات المستخدمة باستخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق حيث أن قيم معاملات الارتباط قد تراوحت بين (٠.٩٢٩ : ٠.٩٨٨) ومعامل حيث أن قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من قيمة الارتباط الجدولية عند مستوى (٠.٠٥).

- الدراسة الاستطلاعية

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الإستطلاعية على عدد (١٠) أطفال من نادى الشمس وذلك فى الفترة من ٢٠ / ٧ / ٢٠٢١ م إلى الفترة ٢٧ / ٧ / ٢٠٢١ م على عينة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية فى المرحلة السنية (٨ - ١٢) سنة وذلك للتعرف على :

١. التأكد من سهولة تطبيق الأختبارات .
 ٢. صلاحية الأدوات المستخدمة.
 ٣. مدى تفهم وإستيعاب الأطفال لألعاب القوى للأطفال .
 ٤. المشكلات التى تواجه الباحث عند اجراء تجربه الاساسية
- من خلال الدراسة الاستطلاعية أسفرت النتائج على :

١. سهولة تطبيق الأختبارات .
٢. صلاحية الأدوات المستخدمة .
٣. فهم وإستيعاب المساعدين لطريقة أستخدام وتطبيق القياس .
٤. فهم وإستيعاب الأطفال لألعاب القوى للأطفال .
٥. التغلب على المشكلات التى واجهت الباحثة عند اجراء التجربة الاساسية .

- البرنامج الترويحي الرياضى المقترح

• أهداف البرنامج

يهدف هذا البحث إلى بناء برنامج ترويحي رياضى مقترح لتطوير بعض المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان العاب القوى للأطفال والتعرف على تأثيره على كل من :

- مهارة الوثب
- مهارة القفز

• أسس بناء البرنامج الترويحي الرياضى

تم إعداد البرنامج الترويحي الرياضى بإتباع الخطوات التالية :

١. قامت الباحثة بتجميع السباقات الخاصة بالمرحلة السنية من (٨ - ١٢) سنة فى سباقات ألعاب القوى للأطفال وتم توزيعها على البرنامج وتم وضع السباقات بما يضمن أن تكون متدرجة من السهل للصعب ومن البسيط للمركب .
٢. مراعاة الهدف من البرنامج

٣. ملائمة محتوى البرنامج لمستوى وقدرات عينة البحث
٤. مراعاة خصائص المرحلة العمرية .
٥. ملائمة البرنامج وقبوله للتطبيق العملي .
٦. توفير عنصر التشويق والإثارة في التمرينات المقترحة داخل البرنامج .
٧. مراعاة عدم الوصول إلى ظاهرة التعب أو الإصابة .
٨. مراعاة الإحماء الجيد قبل تنفيذ البرنامج في أول الوحدة والتهدئة بعد الانتهاء من الوحدة .
٩. أن تتشابه في حركاتها مع نفس حركات مهارات ألعاب القوى للناشئين.
١٠. توافر عامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق البرنامج الترويحي.
١١. مرونة البرنامج وقابليته للتعديل.
١٢. تنوع التدريبات ومراعاة الفروق الفردية بين الأطفال.

• أجزاء وحدة الممارسة الحركية

تتكون من ثلاثة أجزاء هي :

١. الإحماء (١٠ق) :

اشتمل الجزء الخاص بالإحماء على أشكال من الجري الخفيف وألعاب صغيرة للإحماء و تدريبات الإطالة وتدرجات ال ABC وذلك بهدف :

١. رفع درجة حرارة الجسم .
٢. زيادة معدل التنفس ومعدل ضربات القلب .
٣. تهيئة جسم الأطفال لممارسة البرنامج الترويحي في المرحلة الرئيسية .

٢. الجزء الرئيسي (٣٠ق) :

ويهدف هذا الجزء لتحقيق الغرض الأساسي للوحدة الترويحية، حيث إشتمل الجزء الرئيسي على:

١. نماذج تعليمية للوثب : ويضم النماذج التعليمية الخاصة بالإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال في مسابقات الوثب الطويل ووثب المربعات .
٢. نماذج تعليمية للقفز : ويضم النماذج التعليمية الخاصة بالإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال في مسابقة القفز بالزانة التعليمية .
٣. الجزء الختامي (٥ق) :

يهدف لخفض درجة حرارة الجسم ويستغرق هذا الجزء ٥ دقائق وإشتمل الجزء الختامي على الجري الخفيف وبعض المرجحات والاهتزازات الخاصة بالذراعين والرجلين والإطالات الثابتة واللعب الترويحية.

- خطوات تطبيق البحث

١. القياس القبلي

قامت الباحثة بإجراء القياسات القبليّة في أختبارات المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال على المجموعة الضابطة والتجريبية على يومين

- اليوم الأول : السبت الموافق ٢٠٢١/٧/٣١ م تم إجراء القياس القبلي على المجموعة الضابطة .
- اليوم الثاني : الأحد الموافق ٢٠٢١/٨/١ م تم إجراء القياس القبلي على المجموعة التجريبية .

٢. الدراسة الأساسية

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج الترويحي المقترح على المجموعة التجريبية وذلك في الفترة من يوم الأثنين الموافق ٢٠٢١/٨/٢ م إلى يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢١/١١/٢ م .

٣. القياس البعدي

قامت الباحثة بإجراء القياسات البعديّة في أختبارات المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال على المجموعة الضابطة والتجريبية قيد البحث على يومين

- اليوم الأول : الأربعاء الموافق ٢٠٢١/١١/٣ م تم إجراء القياس البعدي على المجموعة الضابطة.

- اليوم الثاني : الخميس الموافق ٢٠٢١/١١/٤ م تم إجراء القياس البعدي على المجموعة التجريبية.

- المعالجات الإحصائية

بعد جمع البيانات وتسجيل القياسات المختلفة للمتغيرات التي استخدمت في هذا البحث تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS ٧.24) لإجراء العمليات الحسابية والإحصائية للبحث :

- المتوسط الحسابي. Arithmetic Mean

- الوسيط. Median

- الانحراف المعياري. Standard Deviation
- معامل الالتواء. Skewness
- إختبار دلالة الفروق "ت". T – Test
- معامل الارتباط. Correlation Coefficient
- نسب التحسن والتغير. Improvement Ratios

عرض ومناقشة النتائج

أولاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول

جدول (٦)

دلالة الفروق بين متوسطى القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى إختبارات المهارات الحركية الاساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال

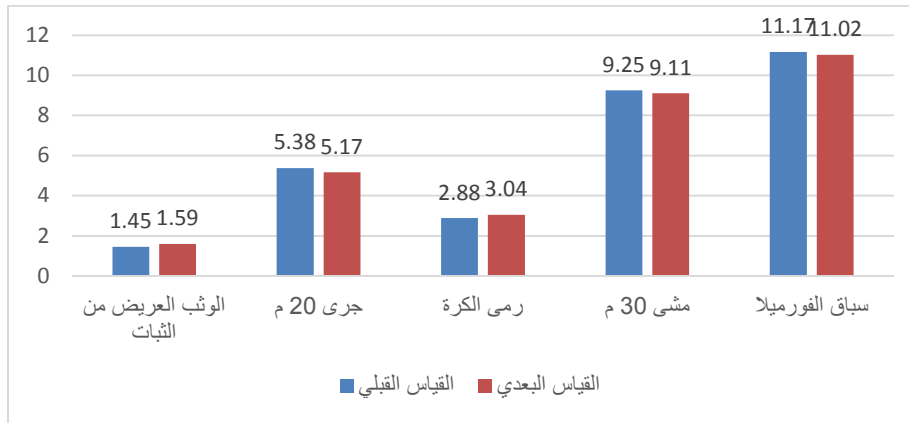
ن= (٢٠)

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة الدلالة P	نسبة التحسن
		م	ع	م	ع			
الوثب العريض من الثبات	متر	1.45	0.06	1.59	0.12	6.982-	.000	9.66%

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) = ٢.٠٩٣

*الدلالة عند قيمة (p) \geq (0.05)

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى إختبارات المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال قيد البحث لصالح القياس البعدى حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية، وقد تراوحت نسبة التحسن بين (١.٣٤%، ٩.٦٦%).



شكل (١)

الفرق بين متوسطي القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في إختبارات المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال

يتضح من جدول (٦) أن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي في نتائج (إختبارات المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال) لأفراد المجموعة التجريبية خلال قياسى البحث لصالح القياس البعدي، حيث جاءت قيمة (ت) لأختبار الوثب العريض من الثبات (-6.982) وقيمة الإحتمال المحسوبة أقل من مستوى المعنوية ٥%.

وترى الباحثة أن هذه الفروق جاءت لصالح القياس البعدي حيث استخدمت المجموعة التجريبية البرنامج المقترح باستخدام مشروع الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال وذلك من أجل تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال، وقد أرجعت الباحثة هذه الفروق ونسب التحسن إلى البرنامج المقترح قيد البحث والتي راعت فيه الباحثة الأسس العلمية عند تصميمه وتطبيقه على أفراد عينة البحث باستخدام مشروع الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال .

كما ترى الباحثة إن الفروق في المتوسطات بين القياسين القبلي والبعدي قد ترجع إلى استخدام البرنامج الترويحي وما اشتمل عليه من وحدات ترويحية تساعد في تطوير المهارات الحركية الأساسية وبالتالي تنمية عناصر اللياقة البدنية حيث أن مسابقات ألعاب القوى للأطفال مصممة بحيث تعمل على تحسين جميع المهارات الحركية الأساسية وعناصر اللياقة البدنية بشكل متزن ومشوق .

كما تتفق هذه النتائج مع ما ذكره إيرل . ك . Earie . c (٢٠١٠م) قد يكون الترويج للأطفال خبرة كافيّة وغنيّة، فالترويج للأطفال مسؤولية عظيمة، حيث يلعب القائد الترويحي دوراً حاسماً في تطوير أداء الأطفال من خلال تعليم وتطوير المهارات الحركية الأساسية والأنشطة البدنية هذه الأشكال ضرورية عندما يكون الأطفال في المدى الطويل مشتركين و محققين لطموحاتهم إلا أن سلوك الأطفال

والتقدم في الرياضة سوف يشكل وينثر بواسطة خبراتهم أثناء فترات ممارستهم للبرامج الترويحية كما أن الألعاب المحببة قد تشجع الأطفال في حياتهم الصحية والأنشطة البدنية والحركية (٢٤)

وتتفق هذه النتائج مع ما توصل اليه كل من وائل رمضان، وتامر عويس الجبالي (٢٠٠٩م) حيث ذكروا أن البرنامج الدولي لألعاب القوى للأطفال والخاص بالمرحلة السنوية (١٠ - ١٢) سنة يعمل على تطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال وبالتالي تنمية عناصر اللياقة البدنية المختلفة (٨)

وبذلك تكون الباحثة قد تحققت من صحة الفرض الأول والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى كل من (الوثب، القفز) وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية .

ثانياً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الثانى

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطى القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى إختبارات المهارات الحركية الاساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال

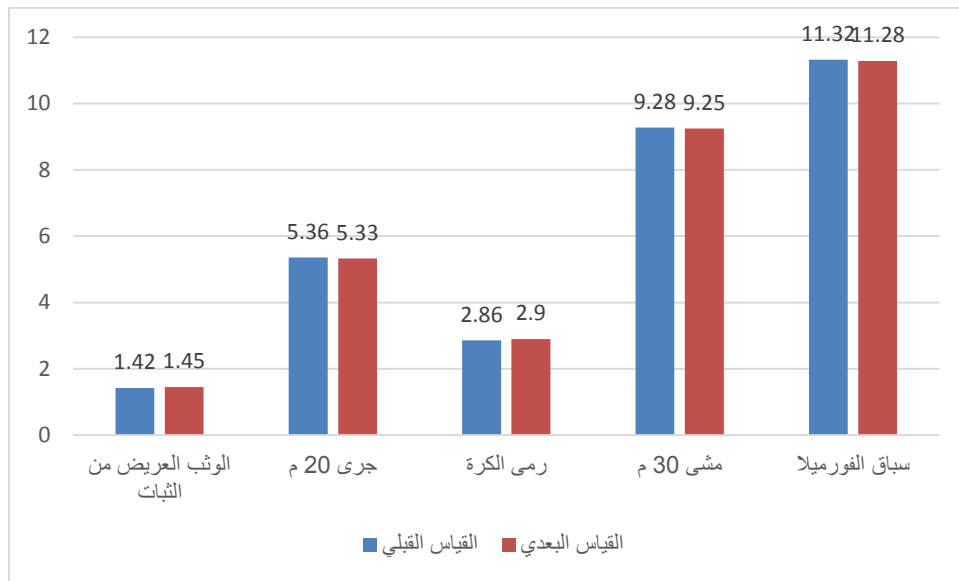
(ن = ٢٠)

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة الدلالة P	نسبة التحسن
		ع	م	ع	م		
الوثب العريض من الثبات	متر	0.08	1.42	0.08	1.45	.000	%2.11

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) = ٢.٠٩٣

*الدلالة عند قيمة (p) \geq (0.05)

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى فى جميع إختبارات المهارات الحركية الاساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال قيد البحث لصالح القياس البعدى



شكل (٢)

يوضح شكل (٢) الفرق بين متوسطي القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في إختبارات المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال

يتضح من جدول (٧) أن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلي والبعدي في نتائج (إختبارات المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال) لأفراد المجموعة الضابطة خلال قياسى البحث لصالح القياس البعدي، حيث جاءت قيمة (ت) لأختبار الوثب العريض من الثبات (-8.677) وقيمة الإحتمال المحسوبة أقل من مستوى المعنوية ٥%.

وترجع الباحثة هذه الفروق لصالح القياس البعدي حيث استخدمت المجموعة الضابطة البرنامج التقليدي المقرر لمرحلة من (٨-١٢) سنة وترجع هذه النتائج ونسب التحسن إلى البرنامج التقليدي المقرر باستخدام التمرينات المناسبة لهذه المرحلة عند التطبيق على أفراد العينة الضابطة

كما تتفق نتائج البحث مع ما أشار إليه " يورجن شيفر " **jurgen schiffer** " (٢٠١١م) بأن ممارسة ألعاب القوى للأطفال تساعد على تنشيط وتدريب الذهن وتحسن من المهارات الأساسية وتوجهه إلى كيفية حل المشكلات بطريقة ترويحوية تتناسب مع قدراتهم في هذه المرحلة السنية . (٢٥) وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره كل من أحمد الخادم، سليمان على حسن، وزكى محمد درويش أن ممارسة ألعاب القوى في صورة ألعاب ترويحوية تعود بالفائدة في نواحي متعددة منها البدنية والترويحية والوظيفية والنفسية والاجتماعية حيث أن ممارسة ألعاب القوى في صورة ألعاب ترويحوية ترفع من كفاءة

وعمل الأجهزة الحيوية للجسم بما يعود على الطفل بالحيوية والنشاط والقدرة على العمل بكفاءة عالية .
(٨:٧)

وبذلك تكون الباحثة قد تحققت من صحة الفرض الثانى والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى كل من (مهارة الوثب، القفز) وذلك لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة .
ثالثاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث

جدول (٨)

دلالة الفروق القياسات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية فى إختبارات المهارات الحركية الاساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال

(ن = ٤٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية (٢٠)		المجموعة الضابطة (٢٠)		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة الدلالة P	نسبة التحسن
		ع	م	ع	م			
الوثب العريض من الثبات	متر	0.12	1.59	0.08	1.45	4.317	.000	%8.81

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) = ٢.٠٤٢

*الدلالة عند قيمة (p) \geq (0.05)

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة فى إختبارات المهارات الحركية الاساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة أعلى من قيمة "ت" الجدولية.
يتضح من جدول (٨) أن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين القياسين القبلى والبعدى فى نتائج (إختبارات المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال) لأفراد المجموعة الضابطة والتجريبية خلال قياسى البحث لصالح القياس البعدى، حيث جاءت قيمة (ت) لأختبار الوثب العريض من الثبات (٤.٣١٧) وقيمة الإحتمال المحسوبة أقل من مستوى المعنوية ٥%.
وترى الباحثة أن هذه الفروق جاءت لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية حيث استخدمت المجموعة التجريبية البرنامج الترويحي الرياضى المقترح بإستخدام مشروع الإتحاد الدولي لألعاب

القوي للأطفال وذلك من أجل تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال .

ويتفق ذلك مع هاجيدورن وآخرون Hagedorn et al (٢٠٠٤م) إلى أنه يجب الأهتمام بوضع برامج للأطفال ذات أنشطة متنوعة ومشوقة بحيث لا تقل نسبتها عن ٧٠ % من محتوى البرنامج الأساسي مما يؤثر على تحسين القدرات البدنية والمهارات الحركية الأساسية والناحية النفسية للطفل . (٢٦:٢٨)

ويتفق ذلك مع ماذكره تامر عويس الجبالي، وائل رمضان (٢٠٠٩ م) إلى أن الأهتمام بعناصر اللياقة البدنية من خلال تطوير المهارات الحركية الأساسية تساعد الطفل على أداء مختلف المهارات الحركية الأساسية للأنشطة الرياضية المتعددة، ويعتبر تنمية هذه العناصر من الأسس الهامة للوصول بالطفل إلى المستويات الرياضية العليا فيما بعد، وخاصة في مسابقات الميدان والمضمار في مختلف أقسامها من الجري والوثب والرمى . (٨:٧٨)

وبذلك تكون الباحثة قد تحققت من صحة الفرض الثالث والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين لعينة البحث في كل من (مهارة الوثب، القفز)، للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

رابعاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الرابع

جدول (٩)

معدلات التغير بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في إختبارات المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال

ن=٤٠)

م	الإختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	الفرق بين المتوسطين	معدل التغير (التحسن) %
١	الوثب العريض من الثبات	متر	1.59	1.45	0.14	8.81%

يتضح من جدول (٩) معدلات التغير بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في إختبارات المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال.

تشير نتائج جدول (٩) إلى أن نسب تحسن القياسات المجموعة التجريبية عن قياسات المجموعة الضابطة في المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال قيد البحث، حيث بلغ معدل تغير قياسات المجموعة التجريبية عن الضابطة في اختبار الوثب العريض بنسبة (8.81%)

وترى الباحثة أن هذه الفروق جاءت لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية حيث استخدمت المجموعة التجريبية البرنامج المقترح باستخدام مشروع الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال وذلك من أجل تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال، وقد أرجعت الباحثة هذه الفروق ونسب التحسن إلى البرنامج المقترح قيد البحث والتي راعت فيه الباحثة الأسس العلمية عند تصميمه وتطبيقه على أفراد عينة البحث باستخدام مشروع الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال .

كما ترى الباحثة أن تعديل قوانين مسابقات ألعاب القوى للأطفال لتناسب المستوى المهاري للأطفال كان له الأثر في تقدم المستوى المهاري والرقمي للأطفال ويتفق ذلك مع مذكره شارلز جزولي وآخرون (٢٠٠٦م) على أن تغيير القوانين لتناسب الأطفال يمكن أن تزيد من سرعة التعلم ويؤدي ذلك إلى إستماعهم بالنشاط . (٧:١١)

وتتفق نتائج البحث مع ما أشارت إليه جليله السوبركي (١٩٩٣م) أن المهارات الحركية الأساسية تتكون من الحركات الطبيعية للطفل مثل المشي والجرى والحجل والوثب والقفز وغيرها من الحركات . (٩)

كما يتفق ذلك مع ما أكدته الإتحاد الدولي (٢٠٠٦م) في ان المسابقات الخاصة بالمشروع الدولي للأطفال تنمي المهارات الحركية والقدرات البدنية في جو من المرح بشكل بسيط وسهل كما انه يعتبر هذا الشكل من المنافسات فعالاً للتعليم والتدريب، وهذا ما أكدته دراسة مريم بوزنزن وزهيرة ميصابيس (٢٠٠٨م) على فعالية هذه المسابقات لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الأساسية . (٢٠:٦) (٨٠:١٦)

وبذلك تكون الباحثة قد تحققت من صحة الفرض الرابع والذي ينص على أنه نسب التحسن الناتجة من تنفيذ البرنامج الترويحي الرياضي المقترح لعينة البحث على كل من مهارة (الوثب، القفز) قد تصل إلى ١٠% وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

الإستنتاجات والتوصيات

أولاً : الإستنتاجات :

- من خلال أهداف هذه الدراسة، وفي ضوء القراءات النظرية، والدراسات المرجعية، وفي حدود عينة الدراسة وطبيعتها، والمعالجات الإحصائية تمكنت الباحثة من التوصل إلى الإستنتاجات التالية:
- ١- البرنامج الترويحي الرياضى المقترح له تأثير إيجابى واضح بمقارنته ببرامج التدريب التقليدية على تطوير مهارة الوثب والقفز لأطفال العاب القوى .
 - ٢- بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فى اختبار الوثب العريض من الثبات إلى 9.66% لصالح القياس البعدي
 - ٣- بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة فى اختبار الوثب العريض من الثبات إلى ٢.١١% لصالح القياس البعدي
 - ٤- توجد فروق دالة احصائية بين متوسطى القياسين البعديين للمجموعة الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية .
 - ٥- نسب التحسن الناتجة من تنفيذ البرنامج الترويحي الرياضى المقترح لعينة البحث على كل من مهارة (الوثب، القفز) تتراوح ما بين (١.٥٤% : ٨.٨١%) وذلك لصالح المجموعة التجريبية .

- التوصيات :

فى ضوء مشكلة البحث وأهدافه وفى حدود عينة البحث وما توصلت إليه الباحثة من نتائج توصى الباحثة بما يلى :

- ١- إدراج الألعاب الترويحية ضمن برامج المؤسسات التربوية والتعليمية والرياضية بالمدارس والأندية ومراكز الشباب.
- ٢- بناء البرامج الترويحية لمراحل عمرية مختلفة للتعرف على مدى تأثيره على المهارات الحركية الأساسية للمشاركين بمهرجان ألعاب القوى للأطفال .
- ٣- إستخدام مدربين ألعاب القوى للألعاب الترويحية فى تدريبات الأطفال .
- ٤- الإهتمام بتطوير مهارات القفز والوثب فى المراحل العمرية المختلفة لأنه العنصر الأساسى فى تنمية المستوى المهارى والبدنى وبالتالي المستوى الرقى للأطفال .

- ٥- الأهتمام بإستخدام أدوات ألعاب القوى للأطفال المعدلة المتنوعة والمختلفة لما لها من تأثير إيجابي على الأطفال حيث يتوافر بها عنصر المتعة التشويق ويتوافر بها عوامل الأمن والسلامة لأطفال تلك المرحلة .
- ٦- تنظيم دورات تدريبية وندوات وورش عمل للمدربين حول أهمية تطبيق البرامج الترويحية الرياضية وأستخدامها فى تطوير مهارتى الوثب والقفز وتحسين المستوى المهارى والبدنى والرقمى للأطفال .
- ٧- الأهتمام بتوفير أدوات ألعاب القوى للأطفال فى المدارس والأندية ومراكز الشباب .
- ٨- إجراء دراسات مشابهة مع تناول متغيرات بدنية وحركية ومراحل سنية مختلفة .

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- ١- إبراهيم محمود عبد المقصود، حسن أحمد الشافعي(٢٠٠٤م) : " الإمكانيات والمنشآت في المجال الرياضي"، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- ٢- إيمان رفعت، أمل جميل(٢٠١٩م) : " البرامج الترويحية "، ط٢، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة.
- ٣- إيناس محمد غانم وعماد محمد سيد (٢٠١٠م) : " تأثير برنامج تروحي رياضي باستخدام الالعب الصغيرة على تعلم بعض المهارات الهجومية والحالة النفسية لمبتدئى كرة السلة "، بحث منشور بمجلة فنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان.
- ٤- الإتحاد الدولي لألعاب القوى (٢٠٠٤م) : " نظريات التدريب "، ترجمه مركز التنمية الإقليمي ، الاتحاد الدولي لألعاب القوى، القاهرة
- ٥- الإتحاد الدولي لألعاب القوى (٢٠٠٦) : "ألعاب القوى للأطفال، مسابقات الفرق، مرشد تطبيقي لأنشطه ألعاب القوى للأطفال"، ترجمه مركز التنمية الإقليمي، القاهرة .
- ٦- أحمد حلمي قورة (٢٠١٦م) : " تقنين مقاييس دوافع الأنشطة الترويحية "، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد ٧٦، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا .
- ٧- سليمان على حسن، أحمد الخادم، ذكى محمد درويش(١٩٨٣م) : " التحليل العلمى لمسابقات الميدان والمضمار"، دار المعارف، الإسكندرية
- ٨- تامر عويس الجبالى، وائل رمضان (٢٠٠٩م) : " فعالية مشروع العاب القوى للاطفال على بعض القدرات الحركية والتوافقية للمرحلة العمرية من ١٠ - ١٢ سنة " (المؤتمر العلمى الدولى الثالث نحو رؤية مستقبلية لثقافة بدنية شاملة) مجلد البحوث - الجزء الثانى
- ٩- جليله مصطفى السوبركى(١٩٩٣ م) : " القصة الحركية وأثرها على تنمية القدرات الحركية الحس حركية و بعض المهارات لأطفال دور الحضائنة"، بحث علمى منشور، مجلة علوم وفنون الرياضة، مجلد (١٥)، العدد (٣)، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعه حلوان

- ١٠- ريم سويد عبد المحسن (٢٠٠٨م) : " فاعلية الالعاب التمهيدية بالجزء الرئيسي لدرس التربية الرياضية على بعض المهارات الحركية الاساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية " ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
- ١١- شارلز جوزلى وآخرون (٢٠٠٦ م) : " ألعاب القوى للأطفال (مسابقات الفرق) مرشد تطبيقي لأنشطة ألعاب القوى للأطفال " ، الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال ، مركز التنمية الإقليمي
- ١٢- شارلز جوزولى واخرون (٢٠٠٢م) : " العاب القوى للأطفال مسابقات الفرق "،مركز التنمية الأقليمي، القاهرة.
- ١٣- طه عبد الرحيم طه (٢٠٠٦م) : " مدخل إلى الترويح " ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر والتوزيع.
- ١٤- محمد الحماحمى، عايدة عبد العزيز (٢٠١٥م) : " الترويح بين النظرية والتطبيق " ، ط٨، مركز الكتاب للنشر
- ١٥- محمود عبد الحليم عبد الكريم (٢٠١٥م) : " منظومة الرياضة المدرسية " ، القاهرة، دار الفكر العربي.
- ١٦- مريم بوزنن وزهيره ميصابيس (٢٠٠٨م) : " أثر البرنامج التدريبي المقترح في تطوير بعض القدرات البدنية وبعض المؤشرات الفيزيولوجية لدي عدائي المسافات المتوسطة (١٢ ، ١٣ سنة) " ، رسالة ماجستير غير منشورة جامعه عبد الحميد باديس - مستغانم- معهد التربية البدنية والرياضية، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
- ١٧- ميرفت عبد الغفار محمد (٢٠٠٤م) : " فاعلية برنامج الالعاب الترويحية المتنوعة على الغيرة وعلاقتها بالشخصية لدى تلميذات المرحلة الابتدائية " ، بحث منشور بمجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية اغلرياضية بنين، جماعة الزقازيق، المجلة ٣٧ العدد ٦٦ أغسطس.
- ١٨- ناهده عبد زيد (٢٠١٢م) : " أساليب فى التعلم الحركى " ، دار الكتب العلمية، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل
- ١٩- نور طه إبراهيم حسين (٢٠٠٠ م) : " تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على بعض المهارات الأساسية والتكيف الإجتماعى لمرحلة رياض الأطفال " ، رسالة ماجستير غير منشورة.

- ٢٠- هاله على مرسى ومنصور الطوقى وماجد البوصافى (٢٠١٢) : " تجربة السلطنة في تطبيق برنامج ألعاب القوى للأطفال " مقال منشور، المؤتمر العلمي المشترك الأول، الرياضة وألعاب القوى للأطفال في ضوء تحديات العصر، جامعة حلوان
- ٢١- هيثم سيد محمد (٢٠٠٥م) : " تأثير برنامج ترويحى رياضى مفتوح لتنمية بعض القدرات البدائية والاجتماعية خلال مرحلة المراهقة "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين الهرم، جامعة حلوان.
- ٢٢- وائل رمضان، تامر عويس الجبالى (٢٠٠٩م) : " فاعلية مشروع ألعاب القوى للأطفال على بعض القدرات الحركية والتوافقية للمرحلة العمرية من ١٠ - ١٢ سنة "، المؤتمر العلمي الدولي الثالث نحو رؤية مستقبلية لثقافة بدنيه شاملة (مجلد البحوث - الجزء الثاني
- ٢٣- وفيق صفوت مختار (٢٠١٩م) : " النمو الحركى للطفل وأهم الأنشطة الترويحية والمدرسية "، دار الطلائع للنشر

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- ٢٤- Earle . C , (2010) : **IAAF New Studies in Athletics**
- ٢٥- Jurgen schiffer (2011) : **children and youths in athletics – IAAF Athlete Development – Eric Molyneux, sport Manitoba Print Shop**
- ٢٦- King , Law M , King (2003) : “ **A conceptual model of the factors affecting the recreation Rosenbaum**” , and leisure participation of children with disabilities , Phys Kertoy , P : Young NL , MK Occup Ther Pediatr .
- ٢٧- Liverpool – united kingdom (٢٠٠٥) : " **the institute of sports searches & exercises science the effectives of using movement activities program on the movement skill performance proficiency of children (7 : 9) years**"

- 2٨- Pollatau – J Elisana , (2005) : "**Gendr differences music aptitude**",
rhythmic ability for the motor performance in pre school children ,
early child . development and care , vol 175 – 4 – may
- 2٩- Van Barden (2002) : "**The effect of using a program designed to
improve the performance of basic motor skills on the motor
performance of primary school students in Rural Australia** ",
Paper presented at the Australian International Conference
- ٣٠- walkly,j.,Holland. B., justen o,conner (2013) : "**development children
are our children competent RMIT**" ,paper presented at biennial
achpeh conference jan
- 3١- Zachopoulon – Evridiki (2006) : " **The effects of adevelopmentally
appropriate music and movement program on motor
performance – early children** " research – quarterly . vol 19 – 4 –
win

ثالثاً : المراجعة الإلكترونية :

٣٢- <http://www.startimes.com>