

## منهاج مقترح للأنشطة الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية

أ.د.نادية حسن أحمد هاشم      أ.د.سحر ياسين شرف الدين      أمنية محمود عطية  
 كلية التربية الرياضية بنات      كلية التربية الرياضية بنات  
 بالجزيرة - جامعة حلوان      بالجزيرة - جامعة حلوان

### المقدمة ومشكلة البحث :

تعتبر المرحلة الابتدائية من أهم المراحل في حياة الإنسان ، ففي هذه المرحلة تنمو قدرات الطفل وتتضح مواهبه ويكون قابلاً للتأثير والتوجيه والتشكيل. لذا فإن العناية بالطفولة والاهتمام بأنشطتها من أهم المؤثرات التي تسهم في تقدم المجتمعات ، ويؤكد " ويرنر Werner " ( 1994 ) بأن أطفال المرحلة الابتدائية للمجتمعات المتقدمة يتصفون بنمو جسمي وعقلي وانفعالي سليم ، كما أنهم أكثر تعليماً وأكثر ثقافة بالمقارنة مع المجتمعات الأخرى ، لذلك على القائمين بالعملية التعليمية التربوية لأطفال المرحلة الابتدائية العناية بتخطيط وتصميم البرامج التعليمية والتربوية التي تشمل أنواع مختلفة من الخبرات التي تهدف إلى النمو المتكامل من جميع النواحي ( 18 : 40 ) .

و تعد مناهج التربية الرياضية المدرسية شأنها شأن كل المناهج الدراسية تسعى إلى تحقيق التكامل والنمو في شخصية الأفراد المتعلمين ، لذا فإن الاهتمام بمناهجها والعمل على تطويرها وتطوير أهدافها وأساليب تدريسها وتقييمها في كافة المراحل التعليمية وفق طبيعة المتعلمين المعرفية والانفعالية والنفس حركية ، وبما يتلاءم مع التغيرات الحادثة في المجتمع أصبح أمراً ملحاً وواجب الاهتمام حتى يمكننا أن نحقق الأهداف التعليمية في ضوء ما نأمل تحقيقه من تطوير وتحديث البيئة التعليمية لتلاميذ المدارس كل حسب طبيعته . (18) .

وتكمن أهمية دراسة المنهاج فى كونه يتناول أساسيات المنهج الدراسى وعلاقته بالعملية التربوية والتعليمية ودوره فى تحقيق أهدافها وذلك من خلال التعرف على الأسس التى يرتكز عليها مكوناته ، تنظيماته التقليدية منها والمستحدثة وأخيراً من حيث بناءه وتقويمه وتطويره (11 : 58) .

ويحتوى منهج التربية الرياضية على عناصر هى سلسلة من الحلقات المتداخلة مع بعضها بحيث يصعب نجاح أى حلقة منها دون الارتباط بغيرها من الحلقات السابقة أو اللاحقة لها فهناك علاقة ترابط وتفاعل بين هذه العناصر ويجب أن تراعى هذه العلاقة وتؤخذ بعين الاعتبار حتى يصبح المنهج منسقاً ولا يظهر عليه التناقض بين عناصره وهو موضوع حسب النمو الجسمى والعقلى لتلاميذ المرحلة الابتدائية لى يحقق التوازن فى الأداء وعدم الإخلال بالمنظومة التعليمية (10 : 22) .

وتذكر " علية سيف الدين " (1996) أن جميع الدول العصرية تسعى جاهدة إلى تحديث مناهج التعليم لمواجهة تحديات العصر بما يتناسب مع أهدافها وأساليب تحقيقها وحيث أن التربية والتعليم تعتبران من أهم الركائز التى تعتمد عليها المجتمعات فى بناء شبابها لذا بدأت التربية تهتم وتعتنى بالتربية الشاملة المتكاملة والمتوازنة للفرد من جميع الجوانب (8 : 9)

حيث يعتبر المنهاج وسيلة للتربية ومحتواها لتحقيق الأهداف التربوية فهو ينصب على ترجمة الأهداف إلى مواقف وخبرات يتفاعل معها الطلاب ليتعلموها ، كما انه يساعد على رفع كفاءة وفاعلية المربين من خلاف فهم القوى المختلفة المؤثرة فى صياغة المناهج وبناءها ، ففى جميع الأحوال والمواقف لها أهمية كبيرة فى العملية التعليمية وان عملية تطويرها وتعديلها أمراً ضرورياً لمواجهة مطالب التغيير الثقافى والاجتماعى المستمر فى المجتمع وضمن استمرار حيوية المادة التعليمية (1 : 6) .

ونفلا عن رحاب قناوى ( 2012 ) يذكر كل من كيفرت kephart وجلاهيو gallahue أن الانشطة الحركية هي الاتجاه الحديث التقدّمى لمرحلة التعليم الاساسى المبني بشكل اساسى على الامكانيات النفس حركية الطبيعية المتاحة لدى الطفل والتي تهدف الى تحقيق اللياقة البدنية والحركية للطفل وادراكه الحس حركى وتنمية قدراته على التفكير وحل المشكلات وزيادة دوافعه نحو الابتكار وتحقيق التكيف النفسى له فهي تلعب دورا هاما في تزويد الطفل بالخبرات الحركية التي تعمل علي تدعيم الحركة و تطويرها ( 5 : 60 )

فالنشاط الحركى يلعب دورا كبيرا في حياة الطفل ، حيث أن الطفل يعتبر أنه خلق و عمله الأساسى هو اللعب، هذا على اعتبار ان الحركة تمثل شيئا مهما فى حياة الطفل بل هي محببه إليه، و عن طريقها يمكن تعليم الطفل الكثير من القيم و المعلومات و المواد الدراسية الأخرى حيث يتم تعليم الطفل كل ما سبق من خلال ما يجب .

وتتميز مرحلة الطفولة بأهميتها فى تنمية القدرات العقلية و الخصائص النفسية و القيم الأخلاقية عند الطفل و قد نالت هذه المرحلة في مختلف المجتمعات أهتماما متزايدا وإن اختلفت الاتجاهات نحو ما يدور فيها من عمليات تربوية ولكن الأتفاق واضح على أنها ذات تأثير كبير فى مراحل تالية.

لذا كان من الضرورى أن تكون الانشطة الحركية الموجة لاطفال هذه المرحلة متكاملة و متطورة بحيث تتفق مع احتياجات و ميول الأطفال و توفر فرص النمو الشامل حتى يكونو أفرادا أصحاء جسميا و نفسيا و ناضجين عقليا و أجماعيا ،

وهذا ما لفت نظر الباحثة من خلال الاطلاع العام والقراءات النظرية للبحوث والدراسات السابقة كدراسة كل من " أمل محمد محروس بيومى " (2013) (3) ، " محمد السيد عبد الحميد " (2015) (12) ، " نادية فهمى محمود " (2020) (14) ، " هانى كامل عبد الحى " (2021) (15) و كذلك

فان التربية الحديثة تتفق مع الفلسفات الاجتماعية والسياسية التي تسود مجتمعنا المعاصر على حقيقة مهمة مؤداها أن الاهتمام بالأطفال يعد من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمع وتطوره و تهتم دول العالم المتحضر بتطوير جميع مجالات الحياة , ويأتي في مقدمتها التطوير من أجل العناية بتنشئة أطفالها والاهتمام بهم لأن الطفولة من أهم أهداف الدول , فالأطفال هم أجيال المستقبل ورجال الغد (1 : 56) .

ومن خلال ما سبق وكذلك من خلال عمل الباحثة كمدرسة تربية رياضية بالمرحلة الابتدائية جاءت فكرة البحث كمحاولة تستهدف بناء منهاج للأنشطة الحركية ,والرياضية من اجل مساعدة هؤلاء الاطفال في التعلم والاستمتاع من خلال ممارسة الأنشطة الحركية التي يتناولها المنهاج المقترح .

**هدف البحث :**

يهدف البحث الى بناء منهاج أنشطة حركية مقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من خلال :

- . تحديد أهداف المنهاج المقترح (العامة . الخاصة) .
- . تحديد المحتوى الذي يحقق أهداف المنهاج .
- . تحديد أساليب التدريس المناسبة لتنفيذ المنهاج .
- . تحديد الإمكانيات المادية والبشرية اللازمة لتنفيذ المنهاج .
- . تحديد أساليب التقويم المناسبة للمنهاج .

#### تساؤلات البحث :

- . ما الأهداف التي يسعى المنهاج المقترح الى تحقيقها (العامة . الخاصة) ؟
- . ما المحتوى المناسب للمنهاج المقترح ؟
- . ما أساليب التدريس المناسبة للمنهاج ؟
- . ما الإمكانيات المادية والبشرية اللازمة لتنفيذ المنهاج ؟
- . ما أساليب التقويم المناسبة للمنهاج ؟

**إجراءات البحث :**

**منهج البحث :**

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية لملائمته

لطبيعة البحث .

**مجتمع البحث :**

خبراء من اعضاء هيئة التدريس تخصص المناهج وطرق التدريس في كليات

التربية الرياضية بالاضافة الي الخبراء من مدرسي التربية الرياضية من إدارات

القاهرة و الجيزة ,

**عينة البحث**

**عينة استشارية مكونة من :**

. الخبراء الأكاديميين في مجال المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية في

كليات التربية الرياضية (10 خبراء)

. الخبراء من معلمى التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية من إداراتالقاهرة و الجيزة

(65خبر) بالاضافه الي ( 30 ) كعينه استطلاعية

**شروط اختبار العينة :**

1. إن يكون لديه خبرة لا تقل عن 10 سنوات بالمجال (جميع أفراد العينة)

2. أن يكون حاصلًا علي درجة الدكتوراة ( بالنسبة للخبراء الاكاديميين .

**أدوات جمع البيانات :**

**استبيان منهاج أنشطه حركية مقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية :**

في ضوء الأسس والمبادئ العامة لبناء المناهج والتي أوضحتها بعض

المراجع العلمية مثل : " أحمد اللقاني " (1999) (1) ، " ليلي زهران " (1991)

(10) ، " ليلي زهران " (1998) (11) ، وفي ضوء الخصائص السنوية لتلاميذ

المرحلة الابتدائية فقد قامت الباحثة بإعداد استمارة خاصة لبناء منهاج أنشطة

حركية ورياضية مقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية وذلك وفقا للخطوات التالية :

1. الاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة المرتبطة في مجال التربية الرياضية بصفة عامة ، وذلك للوقوف على المحتويات المناسبة لهذه المرحلة السنوية مثل " أمل محمد محروس بيومي " (2013) (3) ، " محمد السيد عبد الحميد " (2015) (12) ، " نادية فهمى محمود " (2020) (14) ، " هانى كامل عبد الحى " (2021) (15) .
2. بعد الإطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة وفى ضوء آراء عينة البحث قامت الباحثة بتحديد المحاور الأساسية لاستبيان منهاج انشطة حركية ورياضية مقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية والتي تمثلت فى المحاور التالية هى " الأهداف العامة ، الأهداف الخاصة ، المحتوى ، تنظيم المحتوى ، الإمكانيات المادية والبشرية ، أساليب التدريس ، أساليب التقويم " .
3. قامت الباحثة بإعداد استمارة استطلاع رأى مجموعة من الخبراء فى مجال المناهج وطرق التدريس بلغ قوامها (10) خبراء وذلك لإبداء الرأى فى مدى مناسبة المحاور لموضوع البحث وتصميم الاستبيان وكانت النتائج كما هو موضح بجدول (1) .

#### جدول (1)

النسبة المئوية لأراء الخبراء حول مدى مناسبة المحاور المقترحة لاستبيان منهاج أنشطة حركية مقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية (ن = 10)

م	المحاور	رأى الخبير		نسبة الموافقة %
		موافق	غير موافق	
1	الأهداف العامة	8	2	80%
2	الأهداف الخاصة	9	1	90%
3	المحتوى	8	2	80%
4	الإمكانيات المادية والبشرية	4	6	40%
5	أساليب التدريس	8	2	80%
6	أساليب التقويم	7	3	70%

يتضح من جدول (1) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء حول مدى مناسبة المحاور المقترحة لاستبيان منهاج أنشطة حركية مقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية تراوحت ما بين (20% : 90%) وقد تم اختيار المحاور التي حصلت على نسبة 70% فأكثر من مجموع آراء الخبراء ، وفي ضوء ذلك تم حذف عدد (3) ثلاثة محاور وهي " تنظيم المحتوى ، أساليب التدريس ، الإمكانيات المادية والبشرية " وبذلك بلغت المحاور التي تم موافقة الخبراء عليها (5) خمسة محاور هي "الأهداف العامة ، الأهداف الخاصة ، المحتوى ، أساليب التدريس ، أساليب التقويم " .

4. قامت الباحثة بصياغة عبارات الاستبيان مستعينة بالمحاور المستخلصة من آراء الخبراء ، والتي تقيس تلك المحاور ، وقد راعت الباحثة عند صياغتها لعبارات الاستبيان أن تكون العبارات سهلة وبسيطة ومفهومة ، وبذلك تم وضع الاستبيان في صورته المبدئية ، وقد بلغ عدد هذه العبارات (95) عبارة .

5. قامت الباحثة بعرض محاور الاستبيان والعبارات التي تمثلها على مجموعة من الخبراء في مجال المناهج وطرق التدريس بلغ قوامها (10) خبراء لإبداء الرأي للتعرف على مدى مناسبة وصياغة العبارات وكفائتها للمحاور المستخدمة وتحقيقها للأهداف الموضوعية ، كما طلب منهم حذف أو إضافة أو تعديل صياغة أي عبارة من العبارات أو نقل عبارة من محور إلى آخر في ضوء ما يرونه مناسباً ، وقد بلغ عدد عبارات الاستبيان في ضوء آراء الخبراء (95) عبارة والجدول (2) يوضح ذلك

### جدول (2)

آراء الخبراء في استبيان منهاج أنشطة حركية مقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية (ن = 10)

عدد العبارات النهائية	أرقام العبارات المحذوفة	عدد العبارات المحذوفة	عدد العبارات المبدئية	المحاور
26	-	-	26	الأهداف العامة

5	-	-	5	أهداف الجانب المعرفي	الأهداف الخاصة
5	-	-	5	أهداف الجانب النفسحركي	
5	-	-	5	أهداف الجانب الانفعالي	
11	-	-	11	العاب صغيرة	المحتوى العصلي
9	-	-	9	قصص حركية (تعلم السلوكيات السليمة)	
6	-	-	6	مسابقات ألعاب القوى	
8	-	-	8	الجمباز	
4	-	-	4	السباحة	
3	-	-	3	الألعاب الرياضية المختلفة	
6	-	-	6	المحتوى النظري	
1	-	-	1	أسلوب الشرح والنموذج	أساليب
1	-	-	1	الطريقة الإلقائية	التدريس
3	-	-	3	التقويم التكويني	التقويم
2	-	-	2	التقويم التجميعي	
95	-	-	93	الاجمالي	

6. قامت الباحثة بصياغة الاستبيان في صورته النهائية ، كما قامت باستخدام ميزان تقدير ثنائي باستخدام طريقة ليكارت ليكون الاستبيان جاهزاً للتطبيق على عينة البحث بحيث تشير إجابة المفحوص على أسئلة الاستبيان إلى درجة الموافقة أو عدم الموافقة حيث يتحدد رأي المفحوص بأحد الاستجابات التالية :

\* موافق ويقدر لها (2) درجتان \* غير موافق ويقدر لها (1) درجة واحدة  
المعاملات العلمية لاستبيان منهاج تربية رياضية مقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية :

قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية للاستبيان في الفترة من 2021/1/3م إلى 2021/3/14م وذلك على النحو التالي :



أ. الصدق:

لحساب صدق الاستبيان استخدمت الباحثة الطريقتين التاليتين :

1. صدق المحتوى .  
2. صدق الاتساق الداخلي .

( 1 ) صدق المحتوى :

قامت الباحثة بعرض الصورة المبدئية للاستبيان والتي تحتوى على (5) خمسة محاور ، (95) عبارة على مجموعة من الخبراء بلغ قوامها (10) خبراء في مجال المناهج وطرق التدريس (مرفق 1) وذلك لإبداء الرأي في مدى ملائمة محاور الاستبيان فيما وضعت من أجله كما طلب منهم إبداء الرأي في العبارات الخاصة بكل محور ومدى مناسبة تلك العبارات للمحور الذي تمثله ، وذلك بوضع علامة (√) أمام العبارة وتحت كلمة موافق إذا كانت العبارة مناسبة وتحت كلمة غير موافق إذا كانت العبارة غير مناسبة وتحت كلمة تعدل إذا كانت العبارة في حاجة إلى تعديل في صياغتها وقد تم اختيار العبارات التي حصلت على نسبة 70% فأكثر من مجموع آراء الخبراء ، وفي ضوء ذلك تم تعديل صياغة بعض العبارات ولم يتم استبعاد أو إضافة أى عبارة .

( 2 ) صدق الاتساق الداخلي :

للحصول على الاتساق الداخلي تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة المحور المنتمية إليه وذلك على عينة من معلمى المدارس الابتدائية قوامها (30) فرد من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ولكنها ممثلة للمجتمع الأصلي للبحث ولها نفس مواصفات العينة الأصلية وجدول (3) يوضح ذلك .

جدول (3)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات استبيان منهاج أنشطة حركية مقترح  
لتلاميذ المرحلة الابتدائية ودرجة المحور المنتمية إليه (ن = 30)

العبارات										المحاور
9	8	7	6	5	4	3	2	1	رقم العبارة	
0.68	0.68	0.83	0.76	0.74	0.83	0.80	0.74	0.76	معامل الارتباط	الأهداف العامة
18	17	16	15	14	13	12	11	10	رقم العبارة	
0.80	0.60	0.59	0.62	0.61	0.58	0.56	0.82	0.52	معامل الارتباط	
	26	25	24	23	22	21	20	19	رقم العبارة	
	0.73	0.88	0.82	0.79	0.88	0.84	0.80	0.82	معامل الارتباط	
9	8	7	6	5	4	3	2	1	رقم العبارة	الأهداف الخاصة
0.63	0.64	0.65	0.63	0.59	0.83	0.54	0.73	0.90	معامل الارتباط	
			15	14	13	12	11	10	رقم العبارة	
			0.74	0.74	0.90	0.90	0.83	0.66	معامل الارتباط	
9	8	7	6	5	4	3	2	1	رقم العبارة	المحتوى التعليمي
0.82	0.52	0.76	0.90	0.78	0.77	0.84	0.78	0.78	معامل الارتباط	
18	17	16	15	14	13	12	11	10	رقم العبارة	
0.89	0.89	0.80	0.60	0.59	0.62	0.61	0.58	0.56	معامل الارتباط	
27	26	25	24	23	22	21	20	19	رقم العبارة	
0.84	0.50	0.77	0.89	0.75	0.74	0.82	0.75	0.74	معامل الارتباط	
36	35	34	33	32	31	30	29	28	رقم العبارة	
0.76	0.90	0.78	0.77	0.84	0.78	0.78	0.61	0.58	معامل الارتباط	
45	44	43	42	41	40	39	38	37	رقم العبارة	
0.80	0.62	0.57	0.60	0.58	0.52	0.55	0.67	0.50	معامل الارتباط	
							47	46	رقم العبارة	
							0.84	0.80	معامل الارتباط	
								1	رقم العبارة	أساليب
								0.76	معامل الارتباط	التدريس
				5	4	3	2	1	رقم العبارة	أساليب
				0.79	0.69	0.66	0.71	0.55	معامل الارتباط	التقويم

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (28) ومستوى دلالة (0.05) = 0.361

يتضح من جدول (3) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات استبيان بناء منهاج أنشطة حركية مقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية ودرجة المحور المنتمئة إليه ما بين (0.50 : 0.90) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للاستبيان

ب . الثبات :

لحساب ثبات الاستبيان استخدمت الباحثة طريقة معامل ألفا لكرونباخ على عينة قوامها (30) فرد من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ولها نفس مواصفات العينة الأصلية وجدول (4) يوضح ذلك .

#### جدول (4)

معاملات الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ لاستبيان منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية (ن = 30)

المعايير	معاملات ألفا لكرونباخ
الأهداف العامة	0.93
الأهداف الخاصة	0.93
المحتوى التعليمي	0.97
أساليب التدريس	0.95
أساليب التقويم	0.70

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (28) ومستوى دلالة (0.05) = 0.361

يتضح من جدول (4) ما يلي :

تراوحت قيم معاملات ألفا لكرونباخ لمحاور استبيان منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية ما بين (0.70 : 0.97) وجميعها معاملات دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات الاستبيان .

خطوات البحث :

الدراسة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية في الفترة من 2021/1/3م إلى 2021/3/14م على عينة قوامها (30) فرد من أعضاء هيئة التدريس ومعلمي التربية الرياضية ، للتعرف على مدى مناسبة أدوات جمع البيانات من حيث الصياغة ومدى فهم العينة لتعليمات التطبيق ، وكذلك مدى وضوح تلك الأدوات للمساعدين وقد أسفرت تلك الدراسة عن :

- 1 . مناسبة تلك الأدوات للتطبيق على العينة قيد البحث .
- 2 . وضوح تعليمات التطبيق لكل من العينة والمساعدين

### تطبيق البحث :

قامت الباحثة بتطبيق أدوات جمع البيانات على جميع أفراد العينة قيد البحث من أعضاء هيئة التدريس ، معلمي التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية وعددهم (65) مدرس في الفترة من 2021/3/28م إلى 2021/6/10م .

### تصحيح استمارات الاستبيان :

بعد الانتهاء من التطبيق قامت الباحثة بتصحيح الاستمارات طبقاً للتعليمات الموجودة والموضحة سابقاً وبعد الانتهاء من عملية التصحيح تم رصد الدرجات وذلك تمهيداً لمعالجتها إحصائياً .

### الأسلوب الإحصائي المستخدم :

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائياً ، ولحساب نتائج البحث استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية الآتية :

- . النسبة المئوية .
- . معامل الارتباط .
- . معامل الفا لكرونباخ .
- . الوزن النسبي .
- . نسبة متوسط الاستجابة .
- . تحليل التباين أحادي الاتجاه .

وقد ارتضت الباحثة مستوى دلالة عند مستوى (0.05) ، كما استخدمت

الباحثة برنامج Spss لحساب بعض المعاملات الإحصائية .

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها :

جدول (5)

التكرارات والنسب المئوية ومربع كا لآراء عينة البحث " المعلمين وأعضاء هيئة التدريس " بالنسبة لعبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " الأهداف العامة " (ن = 65)

ك <sup>2</sup>	غير موافق		موافق		العبارات
	%	ك	%	ك	
12.94	27.69	18	72.31	47	1. تحقيق مستويات مناسبة من اللياقة البدنية العامة .
11.22	29.23	19	70.77	46	2. اكتساب الأداء الفني .
12.94	27.69	18	72.31	47	3. اكتساب التوافق الجيد للأداء الفني .
16.75	24.62	16	75.38	49	4. اكتساب القدرات البدنية الخاصة .
18.85	23.08	15	76.92	50	5. تنمية الثقافة الرياضية .
12.94	27.69	18	72.31	47	6. اكتساب القدرة على توصيل المعلومة للغير بشكل فعال .
12.94	27.69	18	72.31	47	7. اكتساب القدرة على اكتشاف الأخطاء خلال التعلم وتصحيحها.
11.22	29.23	19	70.77	46	8. احترام النظم والقوانين .
11.22	29.23	19	70.77	46	9. غرس الصفات الاجتماعية الحميدة .
12.94	27.69	18	72.31	47	10. غرس العادات الصحية السليمة .
16.75	24.62	16	75.38	49	11. إكساب القواعد الصحية السليمة قبل وأثناء وبعد ممارسة النشاط الرياضي.
23.40	20.00	13	80.00	52	12. التعرف على أساليب الأمان والسلامة أثناء الممارسة .
18.85	23.08	15	76.92	50	13. التعرف على أساليب التقويم وكيفية استخدامها .
16.75	24.62	16	75.38	49	14. إكساب القدرة على وضع خطط وبرامج رياضية متكاملة .
11.22	29.23	19	70.77	46	15. تنمية العادات الغذائية الصحية السليمة .
18.85	23.08	15	76.92	50	16. إتقان مهارات التعامل مع الآخرين .
14.78	26.15	17	73.85	48	17. إكساب القدرة على التعامل مع الموارد وتنميتها .
11.22	29.23	19	70.77	46	18. غرس مجموعة من السمات الشخصية المنبثقة من قيم وثقافة المجتمع.
16.75	24.62	16	75.38	49	19. القدرة على تنمية مهاراته ذاتياً .
16.75	24.62	16	75.38	49	20. القدرة على التعامل مع البيئة بشكل فعال .
18.85	23.08	15	76.92	50	21. إجادة فن تبسيط المعلومات بما يناسب كل مرحلة عمرية .
25.86	18.46	12	81.54	53	22. القدرة على تنفيذ برامج المدرسة سواء داخلها أو خارجها .
18.85	23.08	15	76.92	50	23. القدرة على المشاركة في مشروعات المؤسسة الرياضية .
14.78	26.15	17	73.85	48	24. تنمية القدرة على الإسهام بشكل فعال في رسم الرؤية المستقبلية

ك <sup>2</sup>	غير موافق		موافق		العبارات
	%	ك	%	ك	
					للمدرسة وتنفيذ برامجها المختلفة .
11.22	29.23	19	70.77	46	25. إكساب القدرة على اتخاذ القرار التربوي في الوقت المناسب بالشكل المطلوب .
12.94	27.69	18	72.31	47	26. القدرة على العناية بالأدوات والأجهزة الرياضية وكيفية حفظها وصيانتها .

قيمة كا2 الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) = 3.84

يتضح من جدول (5) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الموافقين وغير الموافقين لعينة المعلمين في عبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " الأهداف العامة " ولصالح الموافقين .

#### جدول (6)

التكرارات والنسب المئوية ومربع كا لآراء عينة البحث " المعلمين وأعضاء هيئة التدريس " بالنسبة لعبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " الأهداف الخاصة " (ن) =

(65)

ك <sup>2</sup>	غير موافق		موافق		العبارات
	%	ك	%	ك	
					أ . أهداف الجانب المعرفي :
					تنمية الثقافة الرياضية الخاصة بالمهارات المقررة من حيث :
14.78	26.15	17	73.85	48	1. التعرف على المبادئ الأساسية للأداء .
11.22	29.23	19	70.77	46	2. التعرف على المراحل الفنية للأداء الحركي .
12.94	27.69	18	72.31	47	3. التعرف على طرق الإعداد البدني العام والخاص .
25.86	18.46	12	81.54	53	4. التعرف على القدرات البدنية الخاصة بكل مسابقة .
18.85	23.08	15	76.92	50	5. التعرف على مكان أداء كل مسابقة في الملعب .
					ب . أهداف الجانب النفسحركي :
11.22	29.23	19	70.77	46	6. إكساب اللياقة البدنية العامة للجسم .
12.94	27.69	18	72.31	47	7. تنمية القدرات البدنية الخاصة بكل مهارة .
12.94	27.69	18	72.31	47	8. إكساب الأداء الأولى للمهارة والتدرج للوصول إلى التوافق الجيد لها .
16.75	24.62	16	75.38	49	9. القدرة على النقد وإصدار الحكم على الأداء .
12.94	27.69	18	72.31	47	10. القدرة على قياس مستوى الأداء .
					ج . أهداف الجانب الانفعالي :

كا <sup>2</sup>	غير موافق		موافق		العبارات
	%	ك	%	ك	
18.85	23.08	15	76.92	50	11. تنمية العادات الصحية السليمة مثل النظافة والنظام فى النوم ومواعيد التغذية.
16.75	24.62	16	75.38	49	12. تنمية العادات الغذائية السليمة مثل عدم شرب السوائل أثناء وبعد الأداء مباشرة وتناول نوعيات الغذاء الصحى .
16.75	24.62	16	75.38	49	13. إسباب الصفات الشخصية الحميدة مثل الشجاعة والتعاون والانتماء والولاء للجماعة وروح المنافسة الشريفة والثقة بالنفس والأمانة .
12.94	27.69	18	72.31	47	14. احترام نظم وقوانين المسابقات .
14.78	26.15	17	73.85	48	15. تعميق القيم الدينية مثل التواضع والطاعة وسعة الصدر .

قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) = 3.84

يتضح من جدول (6) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الموافقين وغير الموافقين لعينة المعلمين وأعضاء هيئة التدريس فى عبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " الأهداف الخاصة " ولصالح الموافقين

#### جدول (7)

التكرارات والنسب المئوية ومربع كا لآراء عينة البحث " المعلمين وأعضاء هيئة التدريس " بالنسبة لعبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " المحتوى التعليمى " (ن) =

(80)

كا <sup>2</sup>	غير موافق		موافق		العبارات
	%	ك	%	ك	
أولاً : المحتوى العملى					
أ. ألعاب صغيرة :					
36.94	87.69	57	12.31	8	1. القط والفران
18.85	23.08	15	76.92	50	2. إسقاط الطرطور
16.75	24.62	16	75.38	49	3. الثعب والديك
31.15	84.62	55	15.38	10	4. العربة المتحركة
43.22	90.77	59	9.23	6	5. غزو الخيالة
14.78	26.15	17	73.85	48	6. الثعب والكتاكيت
40.02	89.23	58	10.77	7	7. الإصابة بالطوق
28.45	16.92	11	83.08	54	8. الماعز المريض
25.86	18.46	12	81.54	53	9. القردة الصغيرة

م <sup>2</sup>	غير موافق		موافق		العبارات
12.94	72.31	47	27.69	18	10. السور العالي
23.40	20.00	13	80.00	52	11. الأشجار المتحركة
ب- قصص حركية (تعلم السلوكيات السليمة)					
12.94	27.69	18	72.31	47	12. الأسد والتعلب
23.40	20.00	13	80.00	52	13. فرافيروا
31.15	15.38	10	84.62	55	14. عيد ميلاد فلافيو
33.98	13.85	9	86.15	56	15. الأسنان والتسوس
18.85	23.08	15	76.92	50	16. سيارة الإسعاف
16.75	24.62	16	75.38	49	17. البركة
16.75	24.62	16	75.38	49	18. المسعف الذكي
14.78	26.15	17	73.85	48	19. الذبابة الشريرة
16.75	24.62	16	75.38	49	20. تامر السمين (التخين)
ج- مسابقات ألعاب القوى					
40.02	89.23	58	10.77	7	21. دفع الجلة .
31.15	84.62	55	15.38	10	22. رمى الرمح .
12.94	27.69	18	72.31	47	23. جرى 100م .
16.75	24.62	16	75.38	49	24. الوثب الطويل .
16.75	75.38	49	24.62	16	25. قذف القرص .
16.75	75.38	49	24.62	16	26. رمى الصولجان الخشبي .
د- الجمباز					
18.85	23.08	15	76.92	50	27. الدرجة الامامية المتكررة .
28.45	16.92	11	83.08	54	28. الدرجة الخلفية المتكررة .
18.85	23.08	15	76.92	50	29. العجلة .
23.40	20.00	13	80.00	52	30. الوقوف على الرأس .
18.85	23.08	15	76.92	50	31. الوقوف على اليدين .
16.75	24.62	16	75.38	49	32. الوقوف على الكتفين .
31.15	84.62	55	15.38	10	33. ميزان الحلق .
16.75	75.38	49	24.62	16	34. المتوازي .
هـ- السباحة					
14.78	26.15	17	73.85	48	35. الطفو بأنواعه
18.85	23.08	15	76.92	50	36. الوقوف في الماء
23.40	20.00	13	80.00	52	37. القفز داخل الماء
16.75	75.38	49	24.62	16	38. سباحة الزحف على البطن
و- الألعاب الرياضية المختلفة					
31.15	84.62	55	15.38	10	39. تنس الطاولة
33.98	86.15	56	13.85	9	40. رفع الأثقال
16.75	24.62	16	75.38	49	41. كرة القدم (الجرس)
ثانياً: المحتوى النظري					



ك <sup>2</sup>	غير موافق		موافق		العبارات
	ك	%	ك	%	
23.40	20.00	13	80.00	52	42. نبذة تاريخية عن المهارات المقررة .
14.78	26.15	17	73.85	48	43. القدرات البدنية الخاصة بكل مهارة .
25.86	18.46	12	81.54	53	44. المراحل الفنية للمهارات المقررة .
18.85	23.08	15	76.92	50	45. الثقافة الرياضية " قوانين بعض الألعاب "
16.75	24.62	16	75.38	49	46. الثقافة الصحية " تغذية ، إسعافات أولية ، النظافة الشخصية ... "
16.75	24.62	16	75.38	49	47. الثقافة البيئية .

قيمة ك<sup>2</sup> الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) = 3.84

يتضح من جدول (7) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الموافقين وغير الموافقين لعينة المعلمين في عبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " المحتوى التعليمي " ولصالح الموافقين فيما عدا الألعاب الصغيرة أرقام (10/7/5/4/1) ومسابقات العاب القوى أرقام (26/25/22/21)، والجمباز أرقام (34/33)، والسباحة أرقام (38) ، والألعاب الرياضية المختلفة أرقام (40/39) فقد جاءت لصالح غير الموافقين.

### جدول (8)

التكرارات والنسب المئوية ومربع كا لآراء عينة البحث " المعلمين وأعضاء هيئة التدريس " بالنسبة لعبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " أساليب التدريس " (ن = 80)

ك <sup>2</sup>	غير موافق		موافق		العبارات
	ك	%	ك	%	
61.06	1.54	1	98.4	64	أسلوب الشرح والنموذج
53.55	4.62	3	95.8	62	الطريقة الإلقائية

قيمة ك<sup>2</sup> الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) = 3.84

يتضح من جدول (8) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الموافقين وغير الموافقين لعينة المعلمين وأعضاء هيئة التدريس فى عبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " أساليب التدريس " ولصالح الموافقين .

### جدول (9)

التكرارات والنسب المئوية ومربع كا لآراء عينة البحث " المعلمين وأعضاء هيئة التدريس " بالنسبة لعبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " أساليب التقويم " (ن = 80)

ك <sup>2</sup>	غير موافق		موافق		العبارات
	%	ك	%	ك	
أ- التقويم التكويني :					
61.06	1.54	1	98.4	64	1. اختبارات شفوية : يخصص لها 10 درجات .
53.55	4.62	3	95.8	62	2. اختبارات تحريرية : يخصص لها 10 درجات
46.54	7.69	5	92.1	60	3. أعمال فصلية : يخصص لها 10 درجات . . ورش عمل وسائل تعليمية . . ورش عمل أدوات بديلة ومعينة .
ب- التقويم التجميعي :					
61.06	1.54	1	98.4	64	4. اختبار عملى (نهاية الفصل الدراسى) : يخصص له 20 درجات .
57.25	3.08	2	96.9	63	5. اختبار تحريرى (نهاية الفصل الدراسى) : يخصص له 20 درجات .

قيمة كا<sup>2</sup> الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) = 3.84

يتضح من جدول (9) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الموافقين وغير الموافقين لعينة المعلمين وأعضاء هيئة التدريس فى عبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " أساليب التقويم " ولصالح الموافقين .

ثانياً : تفسير النتائج ومناقشتها :

يتضح من نتائج البحث جدول رقم (5) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الموافقين وغير الموافقين للعينة قيد البحث في عبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " الأهداف العامة " ولصالح الموافقين .

وتعزو الباحثة تلك النتيجة إلى أن المنهج المقترح لابد وأن يهتم باللياقة البدنية لهم ويهتم بالصفات الاجتماعية والصحية لهم وكذلك إكساب القواعد الصحية السليمة والتعرف على أساليب الأمن والسلامة والتعامل مع الآخرين وتنمية المهارات الذاتية ، وأن يهتم المنهج المقترح بالتفاعل مع البيئة بشكل فعال وتنفيذ البرامج الموضوعية في المنهاج بطريقة سهلة والمشاركة في البطولات الرياضية المختلفة واكتساب القدرة على اتخاذ القرار والمحافظة على الأدوات والأجهزة الرياضية وحفظها وصيانتها .

يتضح من نتائج البحث جدول رقم (6) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الموافقين وغير الموافقين للعينة قيد البحث في عبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " الأهداف الخاصة " ولصالح الموافقين .

وتعزو الباحثة تلك النتيجة إلى أنه يجب أن يهتم المنهج المقترح بالجوانب المختلفة للعينة قيد البحث كالجانب المعرفي من حيث التعرف على المراحل الفنية للأداء والأساسية الاداءات المختلفة وتنمية الثقافة الرياضية لديهم وكذلك الجانب النفس حركي من حيث إكسابهم اللياقة البدنية العامة والخاصة والتدرج في أداء المهارات المختلفة والنقد وإصدار الحكم على الأداء ، والجانب الانفعالي من حيث تنمية العادات الصحية السليمة كالنظافة والنظام وعدم شرب السوائل أثناء وبعد الأداء مباشرة وتناول نوعيات الغذاء الصحي .

يتضح من نتائج البحث جدول رقم (7) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الموافقين وغير الموافقين للعينة قيد البحث في عبارات منهاج الأنشطة

الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " المحتوى التعليمي " (المعلمين) ولصالح الموافقين فيما عدا الألعاب الصغيرة أرقام (10/7/5/4/1) ومسابقات ألعاب القوى أرقام (26/25/22/21) ، والجمباز أرقام (34/33) ، والسباحة أرقام (38) ، والألعاب الرياضية المختلفة أرقام (40/39) فقد جاءت لصالح غير الموافقين .

وتعزو الباحثة تلك النتيجة إلى أن الألعاب الرياضية التي تم سردها في المحتوى داخل المنهاج المقترح بعضها يناسب العينة قيد البحث والبعض الآخر لا يناسبهم مثل بعض الألعاب الصغيرة التي لا تناسبهم ومسابقات ألعاب القوى مثل رمى الرمح ودفع الجلة وقذف القرص والصولجان حيث أن هذه الألعاب تهتم بمكان الرمي والمسافة وذلك حرصاً على سلامتهم وسلامة الأشخاص الذين بجانبهم ومسابقات الجمباز مثل الميزان والمتوازي حيث يجب أن التركيز ورؤية أبعاد تلك الأجهزة وأخيراً السباحة حيث أنها تتم داخل حارات والسباح أثناء السباحة ينظر إلى الخط الأسود في أسفل الحوض لعدم الانحراف عن مساره .

يتضح من نتائج البحث جدول رقم (8) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الموافقين وغير الموافقين للعينة قيد البحث في عبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " أساليب التدريس " ولصالح الموافقين .

وتعزو الباحثة تلك النتيجة إلى أنه يجب أن يكون هناك أسلوب تدريس للتأكد من توصيل المعلومة والتوصل إلى الأداء الصحيح للعينة قيد البحث .

يتضح من نتائج البحث جدول رقم (9) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء الموافقين وغير الموافقين للعينة قيد البحث في عبارات منهاج الأنشطة الحركية المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من حيث " أساليب التقويم " ولصالح الموافقين .

وتعزو الباحثة تلك النتيجة إلى أن محتوى المنهاج يعمل على تنمية إدراك مشاعر الذات للتلاميذ قيد البحث وذلك عن طريق الأنشطة الرياضية المختلفة التي يزر بها المنهج وكذلك الألعاب الصغيرة المختلفة والتي تعمل على إدخال البهجة والسرور داخل التلاميذ قيد البحث ، وكذلك تعمل تلك الأنشطة الرياضية على التواصل مع زملائهم الآخرين وكذلك أن الألعاب الصغيرة تعمل على تنمية روح التعاون بين التلاميذ قيد البحث ، وكذلك تعمل على تقويم المشاعر وتنظيم الانفعالات لدى العينة قيد البحث وذلك لان الرياضة تعمل على تنظيم المشاعر لدى الممارسين لها وكذلك التلاميذ يكتسبوا التفاؤل وذلك لوجود روح المنافسة بينهم وبين بعضهم وكل فرد أو مجموعة من الأفراد يتنافسوا على الفوز في الألعاب الصغيرة داخل المنهج المقترح ، وكذلك يعمل البرنامج المقترح على تنمية إدراك مشاعر التلاميذ بينهم وبين بعض وكل فرد يعرف ما يريده زميله الذي يقوم بممارسة الأنشطة الرياضية والألعاب الصغيرة معه .

#### الاستنتاجات والتوصيات :

##### أولاً : الاستنتاجات :

1 . التوصل إلى منهاج مقترح يتناسب مع تلاميذ المرحلة الابتدائية

##### ثانياً : التوصيات :

في ضوء نتائج البحث توصي الباحثة بما يلي :

- 1 . تعميم وتطبيق المنهاج المقترح على المدارس الابتدائية .
- 2 . استخدام أساليب التدريس الحديثة عند تطبيق المنهاج المقترح .
- 3 . تسليط الضوء على مادة التربية الرياضية بالمدارس المختلفة .

## قائمة المراجع

### أولاً : المراجع العربية :

1. أحمد حسين اللقانى : المنهج . الأسس . المكونات . التنظيمات ، عالم الكتب ، القاهرة ، 1995م
2. أمانى غريب عبد الحفيظ : أثر برنامج لتنمية الذكاء الانفعالى فى خفض اضطراب نقص الانتباه المصحوب بفرط النشاط لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة قناة السويس ، 2013م
3. أمل محمد محروس بيومى : منهاج مقترح لإعداد الطالبة المعلمة لتعليم التربية الرياضية لذوى الاحتياجات الخاصة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، 2013م
4. إيمان محمد كامل : فاعلية برنامج إرشادى لتحسين مستوى الذكاء الإنفعالى لدى معلمى مرحلة التعليم الأساسى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بنها ، 2009م
5. رحاب قناوى مبروك : مقارنة مناهج التربية الرياضية فى المرحلة الابتدائية br فى كل من مصر وإنجلترا ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 2012م
6. صبرى إبراهيم عمران : تقنين مقياس Eis للذكاء الانفعالى على البيئة المصرية . مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، 2015م
7. علا عبد المنعم السيد : تأثير الذكاء الانفعالى علي فاعلية القيادة فى المنظمات العامة المصرية : دراسة فى المتطلبات و المهارات السلوكية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الاقتصاد والعلوم السياسية ، جامعة القاهرة ، 2011م
8. علية سيف الدين عبد الغنى : تقويم منهاج كرة السلة للمدارس الرياضية التجريبية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، 1996م .

9. **فتحى محمد الزيات** : الأسس المعرفية للتكوين العقلى وتجهيز المعلومات , دار الفكر العربى , القاهرة , 2006م .
10. **ليلى عبد العزيز زهران** : الأسس العلمية والفنية لبناء المنهاج فى التربية الرياضية , دار زهران للنشر والتوزيع , القاهرة , 1991م
11. **ليلى عبد العزيز زهران** : المناهج فى التربية الرياضية , حورس للطباعة والنشر , 1998م
12. **محمد السيد عبد الحميد** : منهج مقترح للتربية الرياضية وفقا لنظام الفترة بالمرحلة الإعدادية , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية التربية الرياضية , جامعة جنوب الوادى بقنا , 2015م
13. **محمد مصطفى ضاهر** : تنمية مهارات الذكاء الانفعالى كمدخل لتحسين استراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى طلاب المرحلة الثانوية , رسالة دكتوراه غير منشورة , كلية البنات للأداب والعلوم والتربية , جامعة عين شمس , 2015م
14. **نادية فهى محمود** : المتطلبات التنظيمية لتحسين المستمر لمدارس التعليم الأساسى المعتمدة بجمهورية مصر العربية في ضوء المدخل الياباني , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية التربية , جامعة عين شمس , 2020م.
15. **هانى كامل عبد الحى** : تصور مقترح لتنمية مهارات مديري المدارس المصرية اليابانية على ضوء معايير الهيئة القومية لضمان جودة التعليم والاعتماد . دراسة ميدانية , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية التربية , جامعة بنها , 2021م
16. **هبة ربيع عبد العزيز** : مدى فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الإنفعالي وأثره في خفض حدة سلوك التمرد لدي عينة من المراهقين , رسالة ماجستير غير منشورة , كلية التربية , جامعة عين شمس , 2013م ,

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 17 - **Mayer ,J . D . , & Salovey , p . (1995)** . Emotional in tellignce and the construction and relation of feelings. Applied & preve ntive. psychology ,4, 197 – 208
- 18 - **Werner , P** : Whole physical education. Journal of Physical Education , Recreation and Dance , 65 (6) , 40 - 44 , 1994
- ثالثاً : المراجع من الانترنت :
- 19 - [http://www.aleqt.com / article\\_152271.htm](http://www.aleqt.com / article_152271.htm).Friday / 25/11/2013 / 3 : 30 P.M .