تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركيـة الأساسية والصفات البدنية لأطفال مـا قبل المدرسة من (4 – 5 سنوات)

أ.د. طارق البدري
كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد

1. التعريف بالبحث:-

1-1 مقدمـــة واهمية البحث:-

تعبر البيئة التعليمية ضرورية للتدريس الفعال والتأكد من وجود مثل هذه البيئة فـان الأمر يستلزم بعض التخطيط والتنظيم ، ويعتمد نجاح برامج التربية الحركيـة فـي تحقيـق أهدافها إلى حد كبير على التأني والعناية التي تتم عند تخطيطها، والتخطـيط عمليـة مهمـة للعملية التعليمية لأنه يرسم ويحدد المقررات التي ينبغي اتباعها في توجيه النـشاط البـشري لتحقيق افضل النتائج .

ويعبر مفهوم الحركة عن اتجاه حديث وتقدمي لبرامج التربية الرياضية فهو يمثل أحد الروابط الأساسية بين التربية والتربية الرياضية ، حيث انه يبنى على احدث ما توصلت إليه نتائج البحوث التربوية في مجال المناهج وطرق التدريس وعلم النفس التعليمي وعلم الـنفس الرياضي.

وبناء على ما تقدم جاءت اهمية وضرورة البحث لمعرفة تأثير البرنامج المقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الاساسية والصفات البدنية للاطفال ما قبل المدرسة من (4-5) سنوات.

2-1 مشكلة البحث:

نظراً لأهمية الدور الذي تؤديه المهارات الحركية الأساسية لمرحلة الطفولة باعتبارها هدفاً في حد ذاته ، فضلاً عن أنها وسيلة تربوية في نفس الوقت .

فقد استحدث نظام تربوي ينبثق من مفهوم التربية الحركية التـي يعرفهـا كيفـارت (1979) Kephart بأنها ذلك الجانب من التربية الأساسية التي تتعامل مع النمو والتـدريب لأنماط الحركة الأساسية باعتبارها تختلف عن المهارات الحركية الخاصة بالأنشطة الرياضية (3:39).

ويشير تشارلز بيوتشر (1979) Bucher ان التربية الحركية يفترض فيها إثارة دوافع الأطفال وقدراتهم نحو الإبداع والابتكار كما تتيح للطفل ان يتحرك بسهولة ويسر وثقة فهـي تؤكد على تساؤلات مثل كيف تتحرك ؟. ، لماذا تتحرك؟. ، وهي أسـئلة تـشكل الأسـاس الفلسفي للتربية الحركية كنظام تربوي مبني بشكل أساسـي على الإمكانات النفس حركيـة الطبيعية المتاحة لدى الطفل (11:125).

وينادي المؤمنون بالتربية الحركية بان تعليم الطفل في هذه المرحلة يجـب ان تبنـى برامجه أو على الأقل تعدل في ضوء أسس التربية الحركية لاعتبارات تتعلق بخصائص النمو والتعلم في هذه الفترة العمرية للطفل والتي ترتكز بشكل أساسي على حركة الطفـل وتهـتم التربية الحركية بنمو الطفل وتطوره لكي يستطيع التكيف الأمثل مع نفسه ومع بيئته ومجتمعه وغي هذا السياق تحتل مفاهيم التربية البدنية والحركية والرضا الحركي مكانـاً بـارزاً فـي أهداف التربية الحركية كأحد أبعاد التكيف البيولوجي والنفسي للطفل وهذا أهم ما يحتاج إليـه طفل ما قبل المدرسة .

ويشير اسامة كامل راتب (1990) إلى ان النمو الحركي عملية متكاملة مع جوانـب السلوك المختلفة الأخرى ، بل ان العلاقة فيما بين هذه الجوانب علاقة وثيقة ومتداخلة ، حيث ان النمو العقلي والنمو الحركي والنمو الانفعالي يتأثر كل منهما بالآخر ويؤثر فيه (1:12).

ويضيف جالهو (1982) Gallahue ان هذه الفترة العمرية تمثل اخصب فترات أداء المهارات الحركية الأساسية التي تعد أساسا لاداء المهارات المرتبطة بالأنشطة الرياضية وان أي تقصير في تطور نمو المهارات الأساسية في هذه الفترة تؤثر سلباً على مراحـل النمـو الحركي التالية (1:251).

ويشير أمين الخولي ، أسامة كامل راتب (1982) عن كل من ديـور ، بـانجرازي Dauer , Pangrazi إلى ان الحركة الأساسية هي حركة تؤدى من اجل اكتـساب حـصيلة جديدة من مقررات المهارات الحركية (3: 135).

ومما سبق يتضح للباحث أهمية هذه الدراسة ، ونظراً إلى ان الدراسات التي أجريـت على الأطفال في هذه المرحلة من (4 – 5 سنوات) قليلـ ـ ـة جداً فـي البيئـة العراقيـة وتفتقر إلى تطبيق برامج التربية الحركية ، وكذلك الضعف الواضح في البـرامج الخاصـة بالتربية البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (4 – 5 سنوات).وهنا تكمن مشكلة بحثنا هذا.

ولهذا فقد دعت الحاجة إلى إجراء هذه الدراسة وهي " تأثير برنامج تربيـة حركيـة مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (4 – 5 سنوات) ".

1-3 هدف البحث :

تهدف هذه الدراسة إلى :

التعرف على تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركيـة الأساسية والصفات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (3-5) سنوات .

1-4 فروض البحث :

1. توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج المقترح، والمجموعة الضابطة التي طبق عليها البرنامج التقليدي في القياس البعدي في بعـض المهارات الحركية الأساسية لصالح المجموعة التجريبية .
2. توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية التي طبـق عليهـا البرنـامج المقترح، والمجموعة الضابطة التي طبق عليها البرنامج التقليدي في القياس البعدي في بعض الصفات البدنية لصالح المجموعة التجريبية .

1-5 مجالات البحث :

1. المجال البشري: اطفال روضة الاماني / ليبيا /الزاوية والبالغ عددهم (50)طفل.
2. المجال الزماني : منذ 1999/10/24ولغاية 2001/8/14.
3. المجال المكاني: ساحة روضة الاماني.

2-2 الدراسات السابقة :

هناك العديد من الدراسات التي اهتمت بتأثير بعض البرامج الرياضية المقترحة علـى تطور نمو المهارات الحركية الأساسية كما في دراسة كل من :

1. دراسة خيرية السكري (1976) (4) بهدف التعرف على مدى تأثير برنامج رياضـي مقترح على النمو الجسمي والحركي لأطفال الحضانة من (3 – 4) سنوات وكانـت أهم النتائج التي توصلت إليها وجود فروق دالة إحصائيا لصالح المجموعة التجريبية .
2. دراسة عبد المنعم هريدي (1978) (5) بهدف التعرف على مدى تأثير دور الحضانة على بعض عناصر اللياقة البدنية للأطفال ، وكانت من أهم النتائج ان دور الحـضانة التي أتاحت لأطفالها الممارسة الحركية كان لها تأثير فعال على تنمية العناصر البدنية.
3. دراسة نبيلة السيد (1979) (9) والتي تهدف إلى التعرف على تأثير برنامج رياضي موجد على النمو الحركي ، وكان من أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائيا لـصالح المجموعة التجريبية .

ومما سبق يرى الباحث ان معظم هذه الدراسات أجريت بهدف التعرف على تـأثير بعض البرامج الرياضية على تطور نمو المهارات الحركية الأساسية، وهناك عدد من البحوث التي اهتمت بدراسة نمو المهارات الحركية الأساسية ولكن معظم هذه الأبحاث تم إجراءها في بيئات أجنبية مثل بحث ميلين (15) Milne (1976) ، كراتي (12)(1979) Cratty هاردن وجارسيا (13) (1982) , HardinGarcia وعلى ضوء ما سبق تظهر الحاجة إلـى هـذه الدراسة بهدف التعرف على تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعـض المهـارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (4 5 0) سنوات .

3-إجراءات البحث الميدانية :-

3-1المنهج المستخدم :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة الدراسة .

3-2عينة البحث :

بلغ عدد أفراد عينة البحث (50) طفل تم تقسيمهم إلى مجموعتين عشوائياً (25) طفل مجموعة تجريبية والتي طبق عليها البرنامج المقترح ، (25) طفل مجموعة ضابطة ، ولتجانس عينة البحث قام الباحث بتطبيق الاختبارات قيد الدراسة وكذلك الطول والوزن والسن وتم معالجة البيانات إحصائيا وكانت النتائج كما في الجدول رقم (1) والجدول رقم (2).

جدول (1)

يوضح تجانس العينة بين المجموعتين التجريبية والضابطة

في متغيرات البحث قبل إجراء التجربة

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
	س 1	ع 1	س 2	ع 2	المحسوبة
العدو 30 م من بداية متحركة	10.44	1,45	10.60	1.38	0.39
رمية كرة طبية لاكبر مسافة	284.6	9,19	248,00	7,91	0.25
الوثب العريض من الثبات	92.00	6,77	92.40	6.31	0.21
اللمس السفلي والجانبي لقياس المرونة	4.88	0,88	4.72	1.02	0.58
اختبار الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق	1.40	0.50	1.28	0.46	0.86
اختبار التوازن الثابت على جهاز التوازن	22.68	2.51	22.04	2.78	0.84
اختبار الجري بين الحواجز لقياس الرشاقة	9.80	1.32	10.12	1.45	0.80

(ت) الجدولية عند 0.05 = 1.71 (ت) الجدولية عند 0.01 = 3.46

يتضح من خلال الجدول رقم (1) ان جميع قيمة (ت) المحسوبة اقل من الجدولية وبذلك تكون الفروق عشوائية بين المجموعتين مما يدل على تكافؤ المجموعتين

جدول رقم (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (الطول – الوزن – السن)

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
	س 1	ع 1	س 2	ع 2	المحسوبة
الطول	110.48	4.59	110.72	4.77	0.18
الوزن	18.56	1.80	19.00	1.89	0.83
السن	4.63	8.28	4.52	7.81	0.17

(ت) الجدولية عند 0.05 = 1.71 (ت) الجدولية عند 0.01 = 3.46

يتضح من خلال الجدول رقم (2) ان جميع قيمة (ت) المحسوبة كانت غير دالة معنويا بالنسبة لجميع متغيرات البحث ، وكذلك بالنسبة للطول والوزن والسن وهذا يؤكد على ان المجموعتين متكافئتين

3-3 أدوات البحث :

تم تحديد مجموعة من الاختبارات التي تقيس المهارات الحركية الأساسية وبعض عناصر اللياقة البدنية .

ومن خلال المراجع المختصة والدراسات السابقة ومنها محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (1979) (7) محمد صبحي حسانين (1989) (8) ، ماتيوس (14) (Mathews (1978 ، خيرية السكري (1976) (4) ، نبيلة السيد (1979) (9) نوال شلتوت (1993) (10) تم اختيار مجموعة من الاختبارات التي تقيس بعض المهارات الحركية الأساسية وعناصر اللياقة البدنية ، حيث تم تعديل بعض الشروط الخاصة ببعض الاختبارات ، ثم أعيد تقنين الاختبارات بعد التعديل.

اما الوسائل التي تم الاستعانة بها هي:-

- التجربة الاستطلاعية.
- المصادر والمراجع العلمية العربية والاجنبية .
- ساعة توقيت.
- شريط لقياس الطول .
- ميزان لقياس الوزن
- استمارات تسجيا

*** المعاملات الاحصائية للاختبار:**

***ثبات الاختبار :**

تم حساب ثبـ ـات الاختبارات عن طريق تطبيق الاختبارات المختارة يوم الـسبت 1999/10/17 على عينة من الأطفال من غير عينة البحث الأصلية وعددهم 6 أطفال وقد تم إعادة تطبيق الاختبار بعد أسبوع واتبع أسلوب ونظام موحد في القياسين وتم استخدام طريقة إعادة الاختبار Test - Retest للتأكد من درجة ثبات الاختبار.

*** صدق الاختبار :**

تم حساب صدق الاختبارات باستخدام الجذر التربيعي لمعامل الثبات .

جدول (3)

معامل الثبات والصدق للاختبارات المستخدمة

المتغيـ ـ ـ ـرات	معامل الثبات	معامل الصدق
العدو 30 م من بداية متحركة	0.93	0.96
رمية كرة طبية لأكبر مسافة	0.92	0,96
الوثب العريض من الثبات	0.94	0.97
اللمس السفلي والجانبي لقياس المرونة	0.96	0.98
اختبار الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق	0.94	0.97
اختبار التوازن الثابت على جهاز التوازن	0.93	0.96
اختبار الجري بين الحواجز لقياس الرشاقة	0.92	0.96

يتضح من الجدول (3) ان جميع معاملات الارتباط موجب عالي حيث تنحـصر درجات الارتباط من 0.92 إلى 0.96 ، كذلك الجذر التربيعي للثبات وهذا يدل علـى ثبـات وصدق الاختبارات المستخدمة .

*** موضوعية الاختبار:-** تم عرض الاختبار على مجموعة مـن الخبـراء المختـصين اذ اجمعوا على موضوعية الاختبار وبعده عن التحيز .

***أسس تنظيم برامج التربية الحركية لأطفال ما قبل المدرسة من (4 – 5):**

تحتاج هذه النوعية من البرامج إلى تنظـيم وتـصميم يتمـشى مـع الخـصائص والمواصفات التي يتصف بها أطفال ما قبل المدرسة فهي تحتاج إلى مزيد من الصبر وكذلك العناية والرعاية حتى يتحقق العائد المرجو من البرنامج ، وقد راعى الباحث عدة اعتبـارات هامة عند التخطيط والتنفيذ لهذا البرنامج وهي :

1. ان تتوافر عوامل الأمن والسلامة للأطفال .
2. ان يكون الأطفال قادرين بدنياً على أداءه .
3. ان يكون مناسباً لنضج الأطفال ودرجة فهمهم.
4. اختيار الأنشطة التي لا تعتمد على العمليات العقلية الصعبة.
5. الإقلال من الشرح اللفظي وأداء النموذج.
6. مراعاة الأسس الفسيولوجية للبرنامج.

***برنامج التربية الحركية المقترح :**

تم إعداد البرنامج المقترح بعد الاطلاع والقـراءة المستفيـضة للبـرامج العلميـة المتخصصة وكذلك الرجوع إلى بعض الدراسات والبحوث السابقة وهي : أمـين الخـولي، أسامة راتب (1982) (3) ، نوال شلتوت (1993) (10) ، أسامة راتب (1990) (1)، خيرية السكري (1976) (4) ، ميلن (1976) (15) Milne ، كراتي (12) (1979) Gratty ، هاردن ، جارسيا (13) (1982) Hardin , Garcia ، وتم عرض البرنـامج المقتـرح على مجموعة من خبراء التربية الرياضية لاستطلاع آرائهم في الأسس الخاصة بالبرنـامج

المقترح ومناسبته لهذه الفئة ، ومدة البرنامج ، وعدد مرات الممارسة أسبوعيا ، وزمن الوحدة الدراسية . وكما هو مبين في الملحق رقم (1)

وفي ضوء نتائج التجربة الاستطلاعية صمم البرنامج بحيث يكون مدته (12 أسبوعا) ويدرس مرتين أسبوعيا اي ضم البرنامج (24) وحدة تدريبية زمن الـدرس (40) دقيقـة. (مرفق رقم 2).

وقسم الباحث البرنامج التدريبي الى القيم الاعتيادي وعلى مدى (15 د) ، والقـسم الرئيسي ومدته (20د) والقسم الختامي ومدته (5د) وكما هو مبين في الملحق (رقم2)

3-5الدراسة الاستطلاعية :

قام البـاحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى يوم السبت 1999/10/17 على (6) أطفال من غير عينة البحث الأصلية ، وذلك للتأكد من مدى صلاحية الاختبـارات والأدوات المستخدمة ، كما قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية للبرنامج المقترح يوم الثلاثاء 1999/10/20 على نفس العينة السابقة ، وذلك للوقوف على مدى مناسبة محتوى البرنـامج المقترح ومدى ملاءمته لعينة البحث ، وقد حققت الدراسة أهدافها.

3-4 تطبيق البرنامج :

تم تطبيق البرنامج المقترح للتربية الحركية على عينة البحث من خلال درس التربية البدنية لمدة 12 أسبوع من يوم السبت 1999/10/24 حتى يوم الخميس 2000/1/14 وبواقع وحدتين اسبوعيا ، زمن الوحدة (40د) وكما هو مبين في الملحق رقم (3) والملحق رقم(4).

وقد قام الباحث بالتدريس للمجموعتين التجريبية والضابطة ، وقد راعى الباحث توحيد جميع أركان العملية التعليمية فيما عدا البرنامج المقترح للتربية الحركية الـذي طبـق علـى المجموعة التجريبية وقد تم تقسيم العينة الى مجموعتين ضمن كل مجموعة (25) طفلاً

4-عرض ومناقشة النتائج :

جدول (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة (ت)

بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الحركية الأساسية

المتغيـ ـ ـ ـرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين قيمة (ت)	
	س 1	ع 1	س 2	ع 2	المتوسطين	المحسوبة
العدو 30 م من بداية متحركة	10.6	1.38	10.48	1.40	0.12	0.30
رمية كرة طبية لأكبر مسافة	248.00	7.91	250.6	8.21	2.6	1.12
الوثب العريض من الثبات	92.4	6.31	92.8	6.63	0.40	0.21

(ت) الجدولية عند 0.05 = 1.71 (ت) الجدولية عند 0.01 = 3.46

يشير جدول (4) إلى ان قيمة (ت) كانت غير دالة معنويـاً بالنـسبة لمتغيـرات المهارات الحركية الأساسية وهذا يدل على ان الطريقة التقليدية والتي طبق على المجموعـة الضابطة لم يكن لها تأثيراً ايجابياً على متغيرات المهارات الحركية الأساسية في هذه الدراسة، وان ظهر بعض الفروق بين المتوسطين لصالح القياس البعدي ولكن غير دالة معنوياً .

جدول (5)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة (ت)

بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات الصفات البدنية

المتغيـ ـ ـ ـرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين قيمة (ت)	
	س 1	ع 1	س 2	ع 2	المتوسطين	المحسوبة
اللمس السفلي والجانبي لقياس المرونة	4.72	1,02	5.00	0.87	0.28	1.02
اختبار الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق	1.28	0.46	1.44	0.51	0.16	1.14
اختبار التوازن الثابت على جهاز التوازن	22.04	2.78	22.52	2.66	0.48	0.61
اختبار الجري بين الحواجز لقياس الرشاقة	10.12	1.45	10.00	1.38	0.12	0.29

(ت) الجدولية عند 0.05 = 1.71 (ت) الجدولية عند 0.01 = 3.46

يتضح من جدول (5) ان قيمة (ت) كانت غير دالة معنويا لمتغيـرات الـصفات البدنية، وهذا يدل على ان الطريقة التقليدية والتي طبقت على المجموعة الضابطة لم يكن لها

تأثيراً ايجابياً على المتغيرات البدنية في هذه الدراسة ، وان ظهرت بعض الفروق بين المتوسطات وكانت لصالح القياس البعدي ولكنها غير دالة معنويا.

جدول (6)

المتوسط الحسابي والانحرافي المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة (ت) بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارة الحركية الاساسية

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين قيمة (ت)	
	س 1	ع 1	س 2	ع 2	المتوسطين	المحسوبة
العدو 30 م من بداية متحركة	10.44	1.45	8.84	1.07	1.60	**4.32
رمية كرة طبية لأكبر مسافة	248.6	9.19	269.4	10.54	20.80	**7.29
الوثب العريض من الثبات	92.00	6.77	106.4	7.43	14.40	**7,02

(ت) الجدولية عند 0.05 = 1.71 (ت) الجدولية عند 0.01 = 3.46

يتضح من جدول (6) وجود فروقاً ذات دلالة معنوية عند مستوى 0.01 بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغيرات المهارات الحركية الأساسية ، ولصالح القياس البعدي، وهذا يؤكد على فعالية استخدام برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية المهارات الحركية الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة من (4 – 5 سنوات).

جدول (7)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة (ت) بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الصفات البدنية

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين قيمة (ت)	
	س 1	ع 1	س 2	ع 2	المتوسطين	المحسوبة
اللمس السفلي والجانبي لقياس المرونة	4.88	0.88	6.20	1.22	1.32	4.26
اختبار الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق	1.40	0.50	2.28	0.61	0.88	**5.47
اختبار التوازن الثابت على جهاز التوازن	22.68	2.51	26.80	1.80	4.12	**6.54
اختبار الجري بين الحواجز لقياس الرشاقة	9.80	1.32	8.64	0.91	1.16	**3.52

(ت) الجدولية عند 0.05 = 1.71 (ت) الجدولية عند 0.01 = 3.46

يتضح من جدول (7) وجود فروقاً ذات دلالة معنوية عند مستوى 0.01 بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغيرات المهارات الصفات البدنية ، ولصالح القياس البعدي، وهذا يؤكد على فعالية استخدام برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية بعض الصفات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (4 – 5 سنوات).

جدول (8)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
	س 1	ع 1	س 2	ع 2	
العدو 30 م من بداية متحركة	8.84	1.07	10.48	1.40	**4.56**
رمية كرة طبية لاكبر مسافة	269.4	10.54	250.6	8.21	**6.89
الوثب العريض من الثبات	106.4	7.43	92.80	6.63	**6.70

(ت) الجدولية عند 0.05 = 1.71 (ت) الجدولية عند 0.01 = 3.46

يتضح من جدول (8) ان قيمة (ت) المحسوبة ذات دلالة معنوية عند مستوى 0.01 في جميع متغيرات المهارات الحركية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية ، ويعزي الباحث هذا التقدم في إدخال المتغير التجريبي والذي في برنامج التربية الحركية المقترح لأطفال ما قبل المدرسة من (4-5 سنوات) وهذا يحقق الفرض الأول .

جدول (9)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات الصفات البدنية

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
	س 1	ع 1	س 2	ع 2	
اللمس السفلي والجانبي لقياس المرونة	6.20	1.22	5.00	0.87	** 3.87
اختبار الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق	2.28	0.61	1.44	0.51	** 5.19
اختبار التوازن الثابت على جهاز التوازن	26.80	1.80	22.52	2.66	** 6.48
اختبار الجري بين الحواجز لقياس الرشاقة	8.64	0.91	10.00	1.38	** 4.00

(ت) الجدولية عند 0.05 = 1.71 (ت) الجدولية عند 0.01 = 3.46

يتضح من جدول (9) ان قيمة (ت) المحسوبة ذات دلالة معنوية عند مستوى 0.01 في جميع المتغيرات البدنية قيد البحث ، ولصالح المجموعة التجريبية ، وهذا يؤكد على فعالية برنامج التربية الحركية المقترح لأطفال ما قبل المدرسة من (4-5 سنوات) وهذا يحقق الفرض الثاني .

منافشة النتائج :

أوضحت النتائج السابقة فعالية برنامج التربية الحركية المقترح لأطفال ما قبل المدرسة من (4-5) سنوات ، والذي طبق من خلال دروس التربية البدنية والذي استمر لمدة 12 أسبوعا متواصلة .

حيث يتضح من جدول (4 ، 5) عدم وجود فروق معنوية بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ، وهذا يؤكد على عدم فعالية البرنامج التقليدي المتبع بالروضة للأطفال من (4 – 5 سنوات) ، وكذلك عدم مناسبته لطبيعة هذه الفئة من الأطفال ، ويؤكد ذلك كل من أمين الخولي ، واسامة كامل راتب (1982) ان الطفل في هذه المرحلة لا يستطيع اكتساب المهارة بدرجة عالية ولذلك ينبغي التأكد على تعلم المهارات الحركية الأساسية كالوقوف ، المشي ، الجري ، الوثب ، الرمي ، ..... الخ باعتبارها حركات أساسية هامة لتكيفها البيئي مع محاولة تعليمه بعض المهارات الخاصة التي تتناسب وحالته والتي لا تتطلب أبعاد معرفية كثيرة أو توافقاً عالياً بين أجزاء جسمه وفي نفس الوقت تعمل على رفع مستوى اللياقة البدنية (3 : 351 – 355) .

ومن خلال استعراض نتائج جدول (6 ، 7) يتضح وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى 0.01 بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في جميع متغيرات البحث ، وهذا يؤكد على فعالية البرنامج المقترح للتربية الحركية الذي طبق على المجموعة التجريبية ، وتؤكد هذه النتائج دراسة كل من خيرية السكري (1976) (4) ، نوال شلتوت (1993) (10) حيث أظهرت النتائج إن البرنامج المقترح له تأثير إيجابي على النمو الجسماني والحركي للأطفال .

ومن خلال نتائج جدول (8) يتضح وجود فروق معنوية عند مستوى دلالة 0.01 بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في

متغيرات المهارات الحركية الأساسية لصالح المجموعة التجريبية الذي طبق عليها البرنـامج المقترح وهذه النتائج تحقق الفرض الأول .

ويعزي الباحث هذه النتائج للمجموعة التجريبية إلى فعالية برنامج التربيـة الحركيـة المقترح وتفوقه على البرنامج التقليدي المتبع في تنمية المهارات الحركيـة الأساسـية لـدى الأطفال من سن (4 – 5 سنوات) . حيث اعتمد البرنامج المقترح علـى تنميـة الأنمـاط المختلفة للمهارات الحركية الأساسية ، وتؤكد هذه النتائج دراسة نوال شلتوت (1993)(10).

ومن خلال استعـراض نتائج جدول (9) يتضح وجود فروق معنوية عنـد مـستوى 0.01 بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي بمجموعة الضابطة في جميـع متغيرات الصفات البدنية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية ، وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الثاني .

ويعزي الباحث هذه النتائج للمجموعة التجريبية إلى فعالية برنامج التربيـة الحركيـة المقترح قيد البحث ، وتفوقه على البرنامج التقليدي المتبع في تنمية الـصفات البدنيـة لـدى الأطفال من سن (4 – 5) سنوات ، حيث أشار أمين الخولي ، أسامة راتب (1982) انـه يجب ان يتميز برنامج التربية الحركية للأطفال بتنوع الأنشطة ومقابلة احتياجـات الأطفـال وذلك لما يتصفون به من ضعف اللياقة البدنية ، مما يدفعنا إلى الاهتمام بالأنشطة الحركيـة التي من شأنها تحسين الكفاءة البدنية والحركية للأطفال (3 : 362).

وقد أكدت العديد من الدراسات والبحوث ومنها دراسة نوال شلتوت (1993) إلـى ضرورة بناء دروس التربية البدنية بحيث تعتمد على الأنماط الحركية . كما يجب ان يوضع في الاعتبار تصميم المنهاج الخاص بالتربية الحركية فالواجبات الحركية يجب ان تتلاءم من حيث المحتوى والتتابع مع مستوى النمو البدني والحركي والعقلي والاجتماعي للطفل .

وتوضح فريدة إبراهيم عثمان (1987) ان الهدف الرئيسي والمباشر للتربية الحركيـة هو تحقيق اللياقة الحركية وهي ذلك الجانب أو البعد من اللياقة البدنية ، واللياقة الحركية من هذا البعد محصلة عناصر أو عوامل أساسية هي السرعة ، التوافق ، التـوازن ، الرشـاقة ، المرونة، القوة ، .... الخ . (6 : 40 ، 41).

- **الاستنتاجات والتوصيات** :
- **الاستنتاجات :**

في ضوء نتائج البحث وفي حدود عينة البحث يستنتج الباحث ما يلي :

1. برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي دال معنوياً على تنمية المهـارات الحركية الأساسية .
2. برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي دال معنوياً على تنمية بعض الصفات البدنية .

التوصيـــات:

في ضوء نتائج البحث والاستنتاجات وفي حدود إجراء الدراسة يوصي الباحث بما يلي:

1. الاهتمام بالأطفال من (4 – 5 سنوات) من خلال دروس التربية البدنية .
2. الاهتمام بوضع برامج التربية الحركية لأطفال من قبل المدرسة من (4 – 5 سنوات) في مناهج الروضة بدروس التربية البدنية .
3. وضع مادة التربية الحركية ضمن برامج التأهيل لمدرس التربية البدنية لهذه المرحلـة السنية .
4. الاهتمام بوضع برامج للتربية الحركية من قبل الباحثين في نفس مجال هـذا البحـث ولاكن بمراحل عمريه مختلفة .
5. الاهتمام بالبحث من قبل الباحثين الآخرين في نفس مجال هذا البحث مـع الاهتمـام بتوحيد الجنس في التجربة واجراءها على الذكور وعلى الاناث.

المراجـــع :

1. أسامة كامل راتب: **النمو الحركي** ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1990
2. أسامة كامل راتب : إبراهيم عبد ربة خليفة: **تطور نمو المهارات الحركية الأساسية للطفل من 6 – 9 سنوات** ، المؤتمر العلمي الأول : دور التربية الرياضية في حل المشكلات المعاصرة ، الزقازيق ،1990 .
3. أمين أنور الخولي : أسامة كامل راتب : **التربية الحركية للطفل** ، ط 2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1982.
4. خيرية السكري : **اثر برنامج التربية البدنية على النمو الجسماني والحركي لأطفال الحضانة من (3-4) سنوات**،رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الإسكندرية ،1976.
5. عبد المنعم هريدي : **أثر دور الحضانة على بعض عناصر اللياقة البدنية**، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، 1978 .
6. فريدة إبراهيم عثمان : **التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية** ، ط2 ، الكويت ، دار القلم للنشر والتوزيع ، 1987.
7. محمد حسن علاوي : محمد رضوان: **اختبارات الأداء الحركي** ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1989.
8. محمد صبحي حسانين: **التقويم والقياس في التربية البدنية** ، ج2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1989.
9. نبيلة السيد منصور فايد: **اثر النشاط الرياضي الموجه على النمو الحركي والتكيف الاجتماعي لمرحلة ما قبل المدرسة** ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة ، 1979.
10. نوال إبراهيم شلتوت : **تأثير برنامج تربية حركية مقترح بدرس التربية الرياضية على الأداء الحركي والمهارات للتلاميذ المتخلفين عقلياً** ، بحث منشور ، مجلة التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، 1993.

11. Bucher , Charles , A : Thacton , Nolana — Physical Education for children, movement and expriences . Macmilan Co Lnc , N Y .1979.
12. Crally , Bryan T.J : — **Perceptual and motor Development in lnfants and children** ,2nd ed , New Jersey , Prentice – Hall , lnc , 1979 .
13. Hardin , D & Garcia , M: — **Diagnostic Performance Tests for Elementary Children**, 1982.
14. - Mathews , D.k : — **Measurements in Physical Education** , 5th .ed , saunders , Philadeliphia , 1978
15. Milne , C . Seefeldt : V.reuschlein , P — **Relation Ship Between Grade, Sex Race and Motor Performance in young Children,** R . Q Vol . 74 , 1976