تأثير برنامج مقترح بالنشاط الحركي في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات مرحلة الخامس الابتدائي

أ.م.د. فاطمة ناصر حسين
م.م. بيريفان عبد الله المفتي
كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد

ملخص البحث

هدفت الدراسة إلى الكشف عن تأثير برنامج مقترح بالنشاط الحركي في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات مرحلة الخامس الابتدائي، وتكونت عينة البحث من (20) طالبة، قسموا إلى مجموعتين متساويتين بالعدد، وتم استخدام اختبار مناظرة الأشكال المألوفة كأداة للبحث، واستخدم (الوسط الحسابي والانحراف المعياري، معامل الارتباط ليبرسون، واختبار (ت)) كوسائل إحصائية وتوصلت الدراسة إلى أهم الاستنتاجات التالية:

1. ان البرنامج المقترح بالنشاط الحركي ذو تأثير إيجابي وفعال في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات المجموعة التجريبية.
2. تفوق طالبات المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي على طالبات المجموعة الضابطة في تنمية التفكير التأملي.

1. التعريف بالبحث:

1-1: المقدمة وأهمية البحث:

أن من أهم الأهداف الأساسية للتربية الرياضية هي توفير وسائل ودعائم النمو المتكامل للطفل من النواحي البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية، حيث تستخدم الحركة كوسيلة أساسية في العملية التربوية وخاصة في المرحلة الابتدائية من أهم مراحل التعليم كونها تمثل القاعدة البنيوية للنمو والتطور للأفضل عبر مراحل التعليم الأخرى، فعن طريق إكتساب الطالبات المهارات الحركية بشكل متكامل يكون ذا تأثير فعال في نموهم الحركي وبالتالي نموهم المعرفي والوجداني كمنظومة تعليمية متكاملة. (الفترة، 1997،2).

وتعتبر المدارس الابتدائية حقلا خصبا ومناسباً لتقديم صور مختلفة من الأنشطة الحركية المحببة، حيث تعتبر هذه المرحلة هي القاعدة الأساسية لتعلم المهارات الحركية، باعتبارها مرحلة تكوين واكتساب ما قد يمارسه الفرد طوال حياته، (Foster and Gallahue, 1973, 32). ان الاهتمام بالطفولة هو في الواقع اهتمام بمستقبل الأمة كلها، كما أن أعداد الأطفال وترتيبهم هو إعداد لمواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها حتمية التطور (فرج، 1987، 116).

ولقد أشار (نادر، 1995) بأننا مطالبون الآن أكثر من أي وقت مضى ببذل جهود كبيرة لتربية الطفل القادر على التفكير العلمي السليم، وتطوير نموه حركياً ومعرفياً ومهارياً وانفعالياً، وجعله قادراً على الاستفادة من التطبيقات العلمية في حياته العامة والخاصة، ومتمكناً من فهم البيئة، ومدركاً تطوراتها، وعارفاً بالطرائق التي تجعله متحكماً فيها وقادرا على مواجهة المشاكل التي تعترضه في حياته. (نادر وآخرون، 1995 ، 117)

ان التفكير التأملي يعد واحدا من العمليات العقلية المعرفية الأساسية المميزة بين التلاميذ في سرعة استجاباتهم لمواقف الحياة ومدى كفاءتهم ودقتهم في تقديم الاستجابات المناسبة لتلك المواقف، فالتلاميذ التأمليون يميلون إلى التأني في تقديم استجاباتهم ويأخذون وقت أطول في تخصيص البدائل المتاحة لهم قبل اتخاذهم للقرارات بشأنها ولذلك فأن أخطاءهم تكون قليلة (محمد، 1993، 91). ويكتسب البحث أهمية في دراسة مرحلة هامة من مراحل التعليم وهي المرحلة الابتدائية وتتركز هذه الدراسة في معرفة تأثير برنامج مقترح بالنشاط الحركي في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات مرحلة الخامس الابتدائي.

2-1 مشكلة البحث:

يعد النشاط الحركي الممارس في المرحلة الابتدائية وسيلة مهمة في تحقيق النمو المتكامل للطالبات ولما كان طالبات المرحلة الابتدائية يتميزون بالخفية الحركية، لذا كان لابد من توفر ألوان من النشاط الحركي التي تعمل على إشباع حاجاتهن وميولهن من جهة وعلى تنميتهن تنمية شاملة من جهة أخرى وخاصة تنمية الناحية التأملية أو التركيز قبل اتخاذ القرار من هنا تكمن مشكلة البحث في تأثير برنامج مقترح بالنشاط الحركي في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات مرحلة الخامس الابتدائي.

3-1 هدفا البحث:

1. الكشف عن تأثير برنامج مقترح بالنشاط الحركي في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات مرحلة الخامس الابتدائي.
2. المقارنة في الاختبار البعدي بين تأثير برنامج مقترح بالنشاط الحركي في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات مجموعتي البحث.

4-1 فرضا البحث:

1. وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصلحة الاختبار البعدي في تنمية التفكير التأملي لطالبات مجموعة البحث.
2. وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين طالبات مجموعتي البحث في تنمية التفكير التأملي ولمصلحة طالبات المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طالبات الصف الخامس الابتدائي في مدرسة المهج الابتدائية.

2-5-1 المجال الزماني: للفترة 2002/1/30 ولغاية 2002/2/27.

3-5-1 المجال المكاني: مدرسة المهج في محافظة نينوى.

6-1 تحديد المصطلحات:

1-6-1 التفكير التأملي:

" استدعاء المواقف المختلفة من العمليات العقلية التي تتمثل في الإدراك والتذكر والتخيل والتخزين أي ما يسمى بتبادل المعلومات، وهو مفهوم يستوعب كل الأنشطة والعمليات العقلية المعرفية التي تبدأ من لحظة استقبال المثير وحتى حدوث الاستجابة " (الامام وآخرون، 1992، 85).

2-6-1 المرحلة الابتدائية:

هي مرحلة نمو تتحسن فيها أشكال الحركات المعروفة تحسناً كبيراً بجانب تعلم وتثبيت حركات جديدة، وتصل قدرة الأطفال على التعلم في هذا الوقت لمستوى عالي وخاصة في هذه المرحلة. (حماد، 1992، 85)

2. الإطار النظري والدراسات السابقة:

1-2 الإطار النظري:

1-1-2 مفهوم التفكير التأملي:

ان مصطلح التفكير التأملي يشير إلى الأفراد الذين يتسمون بالتأني والتركيز في اتخاذ قراراتهم بحيث لا يقفون بأخطاء كثيرة. فيما يشير مصطلح التفكير غير التأملي إلى الأفراد الذين أول فرضية تطرأ على أذهانهم مع انتباه أقل مهما كانت الفرضية ملائمة أو غير ملائمة للموقف وبالتالي فأن قراراتهم تتسم بالسرعة وعدم الدقة فيتصفون بصفة الاندفاعيين. (عبد الأمير، 2000، 23). ويعود الفضل في تبلور التفكير التأملي إلى الجهود العلمية التي بذلها مجموعة من العلماء الباحثين أمثال (Kagan) و(Moss) و(Sigal) منذ عام 1964، حيث قام هؤلاء الباحثون بدراسات هدفت إلى معرفة الطرق أو الأساليب التي يفضلها الأفراد عند تصورهم للمفاهيم المدركة وطبيعة تصنيف المثيرات من خلال استخدام المفاهيم العديدة. (Chiu, 1985, 235).

ولقد كانت الطريقة التي اتبعها (Kagan) لقياس صفة التأمل عبارة عن مجموعة من الكارتات حيث يحتوي كل كارت على ثلاثة أشكال لبعض الأشياء المألوفة لدى التلاميذ وكان يطلب من كل تلميذ ان يتعرف على شكلين متشابهين، وكانت هذه الطريقة تشير لدى التلميذ التفكير والانتباه والتركيز. (الشرقاوي، 1992، 14).

2-1-2 خصائص الشخصية التأملية:

1. الإدراك العالي للواقع المحيط والقدرة على إدراك الحقيقة في المواقف والمشكلات المتنوعة.
2. الميل إلى التأني في مواجهة الموقف أو المشكلة وعدم التسرع في حل المشكلات واتخاذ القرارات.
3. السعي لجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات للمشكلة والمواقف.
4. وضع اكبر عدد ممكن من الافتراضات والبدائل الممكنة لحل المشكلة.
5. التركيز على أهمية اتخاذ القرارات الصائبة والكفوءة بغض النظر عن الوقت الذي تستغرقه تلك القرارات.
6. قلة الوقوع في الأخطاء.
7. الخوف والقلق من الفشل.

(Nelson, 1990, 956)

2-1-3 كيفية قياس التفكير التأملي:

لقد أشارت العديد من الدراسات والأدبيات العلمية التي وضعت في التأمل أنها اعتمدت على اختيار مناظرة الأشكال المألوفة الذي أعده (Kagan) حيث تكون من مواقف اختبارية يتألف كل موقف من صورة معيارية لشيء مألوف وست صور أخرى مشابهة للصورة المعيارية تماماً أما الخمسة الباقية فأنها تختلف عنها اختلافاً جزئيا بسيطاً. وفي أثناء الاختبار يطلب من المفحوص ان يحدد الصورة المشابهة للصورة المعيارية لكل موقف وهنا يتم حساب الوقت المستغرق في الإجابة وعدد الأخطاء التي يرتكبها المستجيب ومن خلال هذين المتغيرين يصف الأفراد إلى اندفاعيين وتأملين. (سعيد، 1989، 35).

2-2 الدراسات السابقة:

2-2-1 دراسة (سعيد، 1989):

"أثر برنامج تدريبي في الأساليب المعرفية (الاندفاعي-التأملي) عند الأطفال"

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر التدريب في تعديل الأسلوب المعرفي الاندفاعي إلى التأمل عند الأطفال، وتكونت عينة البحث من (121) تلميذاً وتلميذة تم اختيارهم من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي موزعين بواقع (70) تلميذاً اندفاعيين منهم (42) ذكور و(28) اناث، منهم (51) تلميذاً تأملياً (31) من الذكور و (20) من الإناث في المدارس الابتدائية في مدينة الموصل. وتم استخدام اختبار مناظرة الأشكال المألوفة لـ (Kagan) كأداة للبحث. واستخدم (الوسط الحسابي والانحراف المعياري، والوسيط، وتحليل التباين) كوسائل إحصائية. وتوصلت الدراسة إلى أهم الاستنتاجات التالية:

1. ان التأمليين يتفوقون على الاندفاعيين في اختبرا مناظرة الأشكال المألوفة.
2. لا يختلف الذكور عن الإناث في أدائهمعلى اختبرا مناظرة الأشكال المألوفة.
3. ان للتدريب أثر في تغير الأسلوب المعرفي الاندفاعي إلى التأمل. **(سعيد، 1989، 4)**

2-2-2 دراسة (Zitomer, 1996):

"معالجة المعلومات الفكرية بتعديل النشاط الإدراكي وتحويله إلى التأمل"

هدفت هذه الدراسة إلى معالجة المعلومات الفكرية بتعديل النشاط الإدراكي وتحويله إلى التأمل، وتألفت عينة البحث من (80) تلميذاً وتلميذ، في الولايات المتحدة الأمريكية، وزعوا إلى مجموعتين متكافئتين كل مجموعة تتألف من (40) تلميذاً وتلميذ، بعمر (10) سنوات، وتعرضت المجموعة التجريبية إلى برنامج إرشاد علاجي لمدة (3) أسابيع وتركت المجموعة الضابطة بدون التعرض إلى البرنامج العلاجي، وتم استخدام اختبار مناظرة الأشكال المألوفة لـ (Kagan) كأداة للبحث واستخدم (الوسط الحسابي، وتحليل التباين، ومعامل الارتباط بيرسون) كوسائل إحصائية، توصلت الدراسة إلى أهم الاستنتاجات التالية:

1. تفوق المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الإرشادي العلاجي في العلوم في استراتيجيات وتعليمات الأشكال المتشابهة والمتناقضة للإدراك البصري في المرحلة الابتدائية على المجموعة الضابطة. (Zitomer, 1996, 561)

3- إجراءات البحث:

3-1 المنهج المستخدم:

استخدم المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث.

3-2 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بصورة عمدية* من الطالبات الملتحقات بمدرسة المهج الابتدائية في محافظة نينوى للعام الدراسي (2001 – 2002)، وتضم طالبات الصف الخامس الابتدائي والبالغ عددهم (34) طالبة، وتم استبعاد (4) طالبات من المجموع الكلي لعدم انتظام دوامهن، (10) طالبات للتجربة الاستطلاعية، وبهذا بلغ العدد الكلي لعينة البحث (20) طالبة قـسموا بصورة عشوائية إلى مجموعتين إحداهما المجموعة التجريبية عدد أفرادها (10) طالبات في حين بلغ المجموعة الضابطة (10) طالبة.

3-3 تكافؤ مجموعتي البحث:

تم عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث في جميع المتغيـرات ذات العلاقـة بالبحـث وكالآتي:

3-3-1 العمر الزمني مقاساً بالسنة.

3-3-2 الطول مقاساً بالسنتيمتر.

3-3-3 الوزن مقاساً بالكيلوغرام.

والجدول (1) يوضح عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث.

* لتعاون إدارة المدرسة مع الباحثة وتقديم التسهيلات المطلوبة لتنفيذ التجربة.

الجدول (1)

يوضح دلالة الفروق بين مجموعتي البحث في المتغيرات ذات العلاقة بالبحث

المتغيرات	أدوات القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة*
		س-	±ع	س-	±ع	
1. العمر الزمني	السنة	91.3	0.483	91.5	0.707	0,990
2. الطول	سم	1.36	0.052	1.34	0.044	0.051
3. الوزن	كغم	32.4	3.717	32.2	3.966	0.156

* قيمة (ت) الجدولية = (2.093) عند نسبة خطأ (≥ 0.05) وأمام درجة حرية (18)

يتضح من الجدول (1) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث في المتغيرات ذات العلاقة بالبحث.

3-4 التصميم التجريبي:

تم استخدام التصميم التجريبي الذي يطلق عليه "تصميم المجموعة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي" والشكل (1) يوضح ذلك. (الزوبعي والغنام، 1981، 112).

المجموعة التجريبية (الاختبار القبلي) + المتغير المستقل + (الاختبار البعدي) الفرق بين الاختبارين

المجموعة الضابطة (الاختبار القبلي) + ... + (الاختبار البعدي) الفرق بين الاختبارين

الشكل (1)

التصميم التجريبي للاختبارين القبلي والبعدي

3-5 أداة البحث:

3-5-1 طريقة اختيار أداة البحث: بعد الاطلاع على المصادر والمرجع العلميـة الخاصـة بقياس التفكير التأملي تم استخدام اختبار مناظرة الأشكال المألوفـة لـ (Kagan) والـذي استخدمه (سعيد لعام 1989) في رسالته للماجستير لقياس التأمل لتلاميـذ الـصف الخـامس الابتدائي في مدينة الموصل والمكون من (32) موقف وصورة مألوفة للتلاميذ الملحـق (1) يوضح ذلك.

3-5-2 التجربة الاستطلاعية:

طبقت الباحثتان اختبار مناظرة الأشكال المألوفة في التفكير التأملي على عينة متكونة من (10) طالبات من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية، وكان الهدف مـن ذلـك التأكد من وضوح الفقرات والتعليمات وتسجيل الوقت اللازم لاختبار كل طالبة مستجيبة على فقرات الاختبار وكان بحدود (15-20 دقيقة) ولجميع الطالبـات مـا بـين (الاندفاعيين-التأمليين)، وتم إعادة تطبيق الاختبار على نفس العينة بعد مرور أسبوع من فتـرة الاختبـار الأول، وبهذا بلغ معامل ثبات الاختبار الكلي (0.82) باستخدام معامل الارتباط بيرسون.

3-5-3 تصحيح الاختبار:

تم تصحيح إجابات الطالبات التي طبق عليهن اختبار مناظرة الأشكال المألوفة للتأمـل باستخدام مفتاح التصحيح والمرفق مع الاختبار من خلال تـسجيل عـدد الأخطـاء وزمـن الاستجابة لكل طالبة، وبذلك اصبح لكل طالبة درجتان إحداهما تمثل عدد التـي يقـع فيهـا المستجيب والثاني الوقت الذي يستغرقه للاستجابة من أجل تحديد الطالبات اللاتـي يمـتلكن قابلية التأمل والتفكير لدى عينة البحث، وتم التأكد ان نسبة التأمل متساوية بالاعتمـاد علـى التكافؤ التي قامت بهما الباحثتان في بداية التجربة.

3-6 البرنامج المقترح بالنشاط الحركي:

بعد الاطلاع على المراجع العلمية تم إعداد مجموعة من الألعاب والتي بلغـت (18) لعبة وهذه الألعاب تتميز بالدقة وسرعة الاستجابة والتركيز وتـم عـرض الألعـاب هعلـى مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص* والذين أقروا صلاحية استخدامه وأنه يحقق الغرض المرجو. والملحق (2) يوضح هذه الألعاب واشتمل البرنامج بالنشاط الحركي ما يأتي:

1. بلغت عدد الوحدات التعليمية للنشاط الحركي (9) وحدة تعليمية ولمدة (3) أسابيع وبواقع (3) وحدات تعليمية في الأسبوع الواحد وفي الأيام (السبت- الاثنين-الأربعاء)، وزمـن الوحدة التعليمية (45) دقيقة.
2. اشتراك جميع الطالبات في اللعبة بغض النظر عن امكانياتهن.
3. تحديد الفائز في اللعبة وتقدير سلوكه وتشجيعه على الاستمرار باللعبة.
4. مراعاة خروج الطالبات الخاسرات من اللعبة لمدة زمنية قصيرة لكيلا يشعرن بالملـل.

والملحق (3) يوضح نموذج لوحدة تعليمية خاصة بالبرنامج المقترح.

3-7 درس التربية الرياضية:

تم تطبيق الدرس التطبيقي للتربية الرياضية على طالبات المجموعة الضابطة وبـنفس عدد الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية وبنفس الزمن (45) دقيقة، ولكـن فـي الأيـام (الأحد-الثلاثاء-الخميس).

- أ. د. عبد الله المشهداني كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- أ. م. د. ضياء قاسم الخياط، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
- أ. م د. فاطمة ناصر حسين، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- أ. م. د. قتيبة التك، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.

3-8 تجربة البحث الرئيسية:

3-8-1 تم تنفيذ القياس القبلي باستخدام اختبارا مناظرة الأشكال المألوفة على المجموعتين التجريبية والضابطة في يوم الأربعاء (2002/1/30).

3-8-2 تم تنفيذ وحدات البرنامج المقترح الذي استغرق (9) وحدة تعليمية في (3) أسابيع من (2002/2/2) ولغاية (2002/2/20) على أن يكون التدريس في المجموعة التجريبية بالبرنامج المقترح بالنشاط الحركي بينما يتم تدريس المجموعة الضابطة بالدرس التقليدي للتربية الرياضية في المدرسة.

3-8-3 تم تنفيذ القياس البعدي باستخدام اختبار مناظرة الأشكال المالوفة على المجموعتين التجريبية والضابطة في يوم الثلاثاء (2002/2/27).

3-9 الوسائل الإحصائية:

3-9-1 الوسط الحسابي.

3-9-2 الانحراف المعياري.

3-9-3 معامل الارتباط لبيرسون.

3-9-4 اختبار (ت) للعينتين المرتبطتين المتساويتين بالعدد.

3-9-5 اختبار (ت) للعينتين غير المرتبطتين المتساويتين بالعدد.

(التكريتي والعبيدي، 1996، 1-288)

4. عرض النتائج ومناقشتها:

4-1 عرض النتائج:

4-1-1 عرض نتائج تأثير البرنامج المقترح بالنشاط الحركي في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات المجموعة التجريبية. والجدول (2) يوضح ذلك:

الجدول (2)

يوضح دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات المجموعة التجريبية

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة
	س-	±ع	س-	±ع	
1. مناظرة الأشكال المألوفة.	20.6	2.547	24,5	1,581	*3.902

- معنوي عند نسبة خطأ ≤ (0.05) وامام درجة حرية (9)، قيمة (ت) الجدولية = (2.26)

يتضح من الجدول (2) أن قيمة (ت) المحسوبة في اختبار مناظرة الأشكال المألوفة هي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≤ (0.05) وأمام درجة حرية (9) والبالغة (2.26) ولما كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية وجدت فرق ذات دلالة معنوية ولمصلحة الاختبار البعدي وهذا يحقق في صحة الفرض الأول.

4-1-2 عرض نتائج تأثير درس التربية الرياضية في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات المجموعة الضابطة. والجدول (3) يوضح ذلك:

الجدول (3)

يوضح دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات المجموعة الضابطة

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة
	س-	±ع	س-	±ع	
1. مناظرة الأشكال المألوفة.	20.3	2.626	21.9	1.728	1.526

- معنوي عند نسبة خطأ ≤ (0.05) وأمام درجة حرية (9)، قيمة (ت) الجدولية = (2.26)

يتضح من الجدول (3) أن قيمة (ت) المحسوبة في اختبار مناظرة الأشكال المألوفة هي أصغر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≤ (0.05) واما درجة حرية (9) والبالغة (2.26) ولما كانت قيمة (ت) المحسوبة اصغر من قيمة (ت) الجدولية إذن لا يوجد فرق معنوي وهذا لم يحقق صحة الفرض الأول.

4-1-3 عرض النتائج المقارنة في الاختبار البعدي بين أثر (البرنامج المقترح بالنشاط الحركي) و(درس التربية الرياضية) في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات مجموعتي البحث. والجدول (4) يوضح ذلك:

الجدول (4)

يوضح دلالة الفروق بين طالبات مجموعتي البحث في الاختبار البعدي لتنمية التفكير التأملي

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة
	س-	±ع	س-	±ع	
1. مناظرة الأشكال المألوفة.	24.5	1.581	21.9	1.728	*4.709

- معنوي عند نسبة خطأ ≤ (0.05) وأمام درجة حرية (9)، قيمة (ت) الجدولية = (2.10)

يتضح من الجدول (4) ان قيمة (ت) المحسوبة في اختبار مناظرة الأشكال المالوفة هي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≤ (0.05) وأمام درجة حرية (18) والبالغة (2.10)، ولما كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية إذن يوجد فرق معنوي ولصالح الطالبات المجموعة التجريبية اللاتي تعلمن على وفق البرنامج المقترح للنشاط الحركي وهذا يحقق الفرض الثاني.

4-2 مناقشة النتائج:

يتضح من عرض النتائج وجود فروق ذات دلالة معنوية في تنمية التفكير التأملي ولمصلحة طالبات المجموعة التجريبية ونعزو ذلك إلى عدة أسباب:

1. فاعلية الألعاب الحركية الخاصة بالبرنامج المقترح حيث ساعدت هذه الألعاب إلى تزود الطالبة بخبرات حركية وحسية والتي بدورها أثارت التفكير لدى الطالبات.
2. أسلوب تنفيذ الألعاب الحركية الخاصة بالبرنامج المقترح حيث اعتمدت هذه الألعاب على الاستقلالية والحرية في تنفيذ الحركة أي لم تعتمد على الأسلوب الأمري في التنفيذ كما هو الحال في الدرس التقليدي لدرس التربية الرياضية.
4. طبيعة العاب البرنامج المقترح جاءت مناسبة لإمكانيات الطالبات وتبعث على التشويق والأثار، لتنوع الألعاب وعدم تكرارها من قبل الطالبات كما يحصل في الدرس التقليدي للرياضة.
5. دور البيئة المحيطة بالطالبة والمتمثلة بالمدرسة والموجه نحو درس التربية الرياضية حيث تساعد هذه الألعاب إذا ما أعدت بشكل مناسب ودقيق وإذا ما توفرت فيها الأدوات المطلوبة لإنجاز الدرس فأنها سوف تعمل على تنمية التفكير والإبداع والإدراك لدى الطالبات، فقد أشار (الألوسي، 1988) إلى :أن البيئة الصالحة لنمو قدرات التلميذ هي البيئية المناسبة لإشباع حاجاته واهتماماته". (الألوسي، 1988، 233)

5. الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

1. البرنامج المقترح بالنشاط الحركي ذو تأثير إيجابي فعال في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات المجموعة التجريبية.
2. لم تحقق طالبات المجموعة الضابطة أي تفوق في تنمية التفكير التأملي.
3. تفوق طالبات المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي على طالبات المجموعة الضابطة في تنمية التفكير التأملي.

5-2 التوصيات.

1. استخدام البرنامج المقترح على عينة أكبر من طالبات الصف الخامس الابتدائي لما فيه من تأثير إيجابي في تنمية التفكير التأملي.
2. إجراء دراسة تتبعية للتفكير التأملي وعلى طالبات الصف السادس الابتدائي.
3. تضمين أهداف التربية الرياضية (النفس – حركية) هدف تنمية التفكير التأملي.

المصادر العربية والأجنبية

1) الآلوسي، جمال حسين (1988): علم النفس العام، مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد، بغداد.

2) الامام، مصطفى محمود، وآخرون (1990) التقويم والقياس، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد.

3) التكريتي، وديع ياسين محمد، والعبيدي، حسن محمد عبد (1996): التطبيقات الاحصائية في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر الموصل.

4) حماد، سيجال سعيد (1992): تأثير استخدام الألعاب الشعبية الليبية على تنمية القدرة على التعليم الحركي لأطفال المرحلة الابتدائية، مجلة علوم وفنون، المجلد (4)، العدد (1) جامعة حلوان.

5) الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم، والغنام محمد أحمد (1981): مناهج البحث في التربية، ج1، مطبعة التعليم العالي، بغداد.

6) سعيد، صابر عبد الله (1989): أثر برنامج تدريبي في الأساليب المعرفية (الاندفاعي – التأملي) عند الأطفال، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأولى، جامعة بغداد.

7) الشرقاوي، أنور محمد (1992): قراءات في علم النفس التربوي، المكتب العلمي للنشر والتوزيع، الإسكندرية.

8) عبد الأمير، محمد جاسم، (2000): أثر استخدام الألغاز الصورية والعروض العلمية في تنمية التفكير التأملي والتحصيل لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي في مادة العلوم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة الموصل.

9) العزة، منال محمود (1997): تأثير برنامج المقترح للتربية الحركية على متغيرات النمو الحركي لدى طالبات الصفوف الثلاث الأولى في مرحلة التعليم الأساسي، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.

10) فرج، عنايات محمد (1987): دليل مدرسي التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.

11) محمد، سليمان خضير، (1993): التفكير التأملي طريقة للتربية والتعليم، دار النهـضة العربية للطباعة والنشر، القاهرة.

12) نادر، سعيد عبد الوهاب، وآخرون (1995): طرائق تدريسي العلوم للـصف الخـامس، معاهد إعداد المعلمين والمعلمات، ط1، وزارة التربية، بغداد.

13) Chiu, L.H. (1985): the relafion of cogntive style and an xiety to academic performance amoung chinese children., social psychology.

14) Foster, V. and Gallahue (1973): Teaching physical Education in Elementary school, 5th ed, philadelphain, Saunders Co.

15) Nelson, W.f. (1990): Effects reinforcement and response – cost on cognitive styles in emctionnally distributed boys, journal of abnormal psychology.

16) Zitomer, E. M., (1996): the effects of cognitve behavior mod ification on the math a chievement of reflective and impulsive primary pupils, pisser tation Abstracts International.

الملحق (1)

الألعاب الحركية الخاصة بالبرنامج المقترح للنشاط الحركي

لعبة رقم (1): التهديف من الأعلى

- الهدف من اللعبة: (الدقة وتحديد ارتفاع واتجاه الكرة أثناء الرفع)

- الأدوات المطلوبة: 4 كرات سلة، هدفان لكرة السلة.

- طريقة اللعب: يتم تقسيم الصف الى مجموعتين متساويتين بالعدد وتقف كل مجموعة على شكل قاطرة، عند سماع إشارة البدء وتبدأ أول طالبة بمحاولة إدخال الكرة الى هـدف كـرة السلة عن طريق المناولة الى الأعلى ثم الانتقال الى نهاية القاطرة. وهكذا تستمر اللعبة حتى تنتهي جميع الطالبات محاولاتهن للتهديف، وعند الانتهاء يحتسب عدد الأهداف لكـل فريـق لتحديد الفائز بكثرة الأهداف.

لعبة رقم (2): البريد المواجه.

- الهدف من اللعبة: تطوير التسليم، الاستلام لعصى البريد، سرعة الحركة.

- الأدوات المطلوبة: عصا بريد عدد 2، شاخصين، خطان المسافة بينهما 20 متر.

- طريقة اللعب: يتم تقسيم الصف الى مجموعتين متساويتين بالعدد، تقـف الطالبـات لكـل مجموعة خلف خط البداية، عند سماع إشارة اللعب يتم الانطلاق وهي حاملة للعصا باتجـاه الخط الثاني والشاخص وتتم دورانها حول الشاخص والعودة لتسليم العصا للطالبة التي تليهـا ثم الانتقال إلى نهاية القاطرة وهكذا تستمر العملية الى آخر طالبة والفريق الذي ينهي اللعـب أسرع يعد فريقاً فائزاً.

لعبة رقم (3): التتابع باللمس.

- الهدف من اللعبة: تطوير سرعة الاستجابة.

- طريقة اللعب: يتم تقسيم الصف الى مجموعتين، والمجموعـة الواحـدة الـى قـاطرتين متواجهتين على بعد مسافة (20) م، ويتم تحديد الطالبة التي ستبدأ اللعبة متخذة وضع البداية المنخفضة من الجلوس فعند سماع إشارة البدء يتم الانطلاق للمس الطالبة الأولى من القاطرة المقابلة ثم الانتقال الى نهاية القاطرة وهكذا تستمر اللعبة حتى تشغل جميع الطالبـات لكـل قاطرة الى مكان الأخرى، وتحدد الفائز عن طريق تحديد الفريق الذي ينهي اللعب أسرع.

لعبة رقم (4): الجري المتعرج.

- الهدف من اللعبة: تطوير الرشاقة والمرونة وسرعة الاستجابة.

- الأدوات المطلوبة: 4 أعلام لكل فريق خط بداية.

- طريقة اللعب: يتم تقسيم الصف إلى فريقين، وتتخذ الطالبة الأولى من كل فريـق وضـع البداية المنخفضة من الجلوس، فعند سماع إشارة البدء يبدأ الانطلاق للمرور بـين الأعـلام بطريقة الجري المتعرج، والفريق الذي تنهي طالباته الجري أسرع يعد فريقاً فائزاً.

لعبة رقم (5): لعبة الألوان.

- الهدف من اللعبة: الإدراك بالألوان.

- طريقة اللعب: الانتشار الحر للطالبات في الساحة فعندما تنادي المعلمة بلون معين يتم البحث عن اللون المطلوب ولمسه وهكذا.

لعبة رقم (6) المطاردة بالحجل.

- الهدف من اللعبة: تطوير السرعة الانتقالية.

- طريقة اللعب: يتم تحديد (3) طالبات من الصف فعند سماع إشارة البدء يتم ركض (3) طالبات بالحجل وراء الطالبات البقية محاولة لمسهن والطالبة التي تلمس زميلتها تنظم إليها، وهكذا تستمر اللعبة.

لعبة رقم (7): لعبة تشكيل الأعداد.

- الهدف من اللعبة: الادراك المنسق.

- طريقة اللعب: يتم انتشار الطالبات بشكل حر في الساحة فعندما ترفع المعلمة يدها للأعلى مشيرة الى رقم معين يتم تجمع الطالبات وتشكيل الرقم المطلوب والطالبة التي تبقى بدون مجموعة تعد خاسرة وتستمر اللعبة إلى أن تتم تحديد الطالبة الفائزة.

لعبة رقم (8): نقطة الانطلاق.

- الهدف من اللعبة: تطوير الاحساس بالمسافة والزمن.

- الأدوات المطلوبة: رسم مستطيل كبير في المساحة طوله (30) م وعرضه (15) م ينصفه خط يقسم الملعب إلى قسمين وتوضع علامات تبعد مسافة (5) م عن خط الوسط في ملعب الفريق المطارد، رسم خط البداية.

- طريقة اللعب: يقف الفريق المطارد على خط البداية والفريق الهارب على خط الوسط عند سماع إشارة البدء ينطلق الفريق المطارد باتجاه الهاربين وعلى الطالبة الهاربة ملاحظة خصمها بحيث تنطلق لحظة وصول الخصم علامة الانطلاق، وعلى الطالبة المنطلقة الاستمرار بالجري للمس اللاعبة الهاربة قبل اجتيازها الخط فإذا لمستها تمنح نقطة للفريق وهكذا تستمر اللعبة.

لعبة رقم (9): الدورات حول الفاطرة:

- الهدف من اللعبة: الانتباه وسرعة الاستجابة.

- طريقة اللعب: يقسم الصف إلى مجموعتين وكل طالبة في كل مجموعة تحمل رقم معين فعندما تنادي المعلمة برقم معين تبدأ اللاعبة الحاملة للرقم بالجري للأمام ثم الدوران حول الفاطرة ثم العودة إلى مكانها، والفريق الذي تحمل طالبته أقل عدد من الأخطاء يعد فريقاً فائزاً.

لعبة رقم (10) الكرة المرتدة.

- الهدف من اللعبة: تطوير سرعة وقوة التصويب، دقة استلام الكرة.

- الأدوات المطلوبة: كرة يد لكل فريق، تحديد خط أمام كلك فريق وعلى بعد 4 م على الجدار.

- طريقة اللعب: يقسم الصف إلى مجموعتين متساويتين بالعدد والوقوف على الخط وتحمل أول طالبة كرة اليد بيدها، عند إعطاء إشارة البدء يتم تصويب الكرة على الجدار والطالبة التي تليها هي التي تستلم الكرة وتكرر العلمية ثم العودة إلى نهاية الفريق ويحتسب عدد التصويبات لكل فريق وعلى أساسه يحدد الفائز.

لعبة رقم (11): الدوران حلو العلم بالكرة.

- الهدف من اللعبة: تطوير السرعة وتغيير الاتجاه والدقة.

- الأدوات المطلوبة: شرائط لربط العين، صافرة.

- طريقة اللعب: تنتشر الطالبات انتشار حر في الساحة وهن معصوبات الأعين عندما تصفر المعلمة صفرة يتم جري الطالبات نحو اتجاه الصوت، وهكذا تستمر اللعبة، ومن تستطيع من الطالبات لمس المعلمة تفك عينها وتعد الفائزة الأولى وهكذا تستمر اللعبة.

لعبة رقم (13)

- الهدف من اللعبة: تنمية الوعي المكاني.

- الأدوات المطلوبة: رسم دائرتين ومربعين على الأرض.

- طريقة اللعب: تقسم طالبات الصف إلى فريقين ويرسم أمام كل فريق وعلى بعد (2) متر دائرة ثم على بعد (1) م مربع، عند سماع إشارة البدء تبدأ أول طالبة من كل فريق بالجري على الشكل الهندسي المرسوم على الأرض، الدائرة أولاً ثم المربع ثم تعود لتلمس الطالبة التي تليها لتكرار نفس العلمية والفريق الذي ينهي اللعب أسرع يعد فريقاً فائزاً.

لعبة رقم (14): لعبة عكس الاشارة.

- الهدف من اللعبة: تنمية الوعي الحسي والمكاني.

- طريقة اللعب: تنتشر الطالبات بشكر حر في الساحة وتتم عمل بعض الحركات الانتقالية وفقاً لإشارة المعلمة بالتحريك في اتجاهات مختلفة

لعبة رقم (15): لعبة التمييز بالألوان.

- الهدف من اللعبة: تطوير قدرة الملاحقة، سرعة الاستجابة.

- الأدوات المطلوبة: عمل ثلاثة دوائر متوسطة الحجم أولها حمراء وصفراء وخضراء.

- طريقة اللعب: تنتشر الطالبات في الساحة فعندما ترفع المعلمة الدائرة الحمراء تقف الطالبات وعندما ترفع الدائرة الصفراء يهرولون وعندما ترفع الدائرة الخضراء اركض الطالبات.

لعبة رقم (16): لعبة البيوت الهندسية.

- الهدف من اللعبة: تطوير التوافق الحركي بين العين واليد.

- الأدوات المطلوبة: رسم مجموعة من الأشكال الهندسية على الأرض.

- طريقة اللعب: تنتشر الطالبات في الساحة فعندما تنادي المعلمة تحاول الطالبـات الجـري للوقوف داخل الدائرة وهكذا بالنسبة لبقية الأشكال الهندسية.

لعبة رقم (17): لعبة التوازن.

- الهدف من اللعبة: التوازن، سرعة الاستجابة، سرعة رد الفعل.

- الأدوات المطلوبة: عارضات توازن (متمثلة بقطع خشبية طويلة مثبتة على بلوكيت).

- طريقة اللعب: يقسم الصف إلى فريقين وتوضع أمام كل فريق عارضة توازن علـى بعـد (1) م فعند إعطاء إشارة البدء تبدأ أول طالبة بالسير البطيء فوق العارضة ثم سير سريع ثم هرولة ثم القفز والعودة الى نهاية الفريق والفريق الذي ينهي لعبه أسرع يعد فريقاً فائزاً.

لعبة رقم (18): لعبة الخيط الملفوف.

- الهدف من اللعبة: التحكم العضلي الدقيق، التمييز اللمسي، الملاحقة والتركيز.

- طريقة اللعب: تنتشر الطالبات في الساحة وهن جالسات وعند سماع إشارة البدء تبدأ كـل طالبة بمحاولة نقل الخيط من البكرة المحتوية على الخيط إلى البكرة الفارغة، علماً أن طـول الخيط (5) م، والطالبة التي تنهي اللعب أسرع تعد فائزة.

الملحق (2)

نموذج لوحدة تعليمية من البرنامج المقترح

اسم المدرسة: المهج الابتدائية — الزمن: 40 دقيقة

الصف: الخامس الابتدائي — الوحدة التعليمية: الأولى

أقسام الدرس	الزمن	المحتوى	الجانب التنظيمي	الملاحظات
القسم الإداري	3 د	التحية، أخذ الغيـاب، ملاحظـة المظهـر الخارجي للطالبات، تهيئة أدوات التدريس.	×××××××× ×	التأكيـد علـى الوقـوف السليم والصوت العالي
القسم الإعدادي	5 د	السير، الهرولة، تبادل رفع الذراعين، رفع الرجلين.	××××× ××× ×	التأكيـد علـى ضـبط المسافات بين الطالبات.
التمارين البدنية - للرقبة والذراعين - للجذع والرجلين	8 د	(الوقوف، تخصر) فتل الرأس للجانبين ثـم رفع الذراعين جانباً 04 عدة) (الوقوف، فتحاً) فتل الجذع للجـانبين ثـم تعاقب رفع الركبتين أماماً عالياً (8 عدة)	×××× ×××× × ××××	التأكيـد علـى مـشاركة جميع الطالبات في تأديـة الحركات.
القسم الرئيسي الألعاب التنشيطية	25	لعبة رقم (1) التهديف من الأعلى	× ××××× انتشار حر	التأكيد علـى المـشاركة وإثارة البهجة في نفـوس الطالبات.
القسم الختامي	4 د	الوقوف على شكل نسق لاداء تحية النهاية	×××××	التأكيد على إعطاء التغذية الراجعـة التـشجيعية والتصحيحية.