تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الاساسية والصفات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-5 سنوات)

بحث تجريبي

على طلبة روضة الاماني لاعمار من (4-5) سنوات

أ.م.د. طارق عبدالرحمن محمود درويش

كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة واهمية البحث:

تعد البيئة التعليمية ضرورية للتدريس الفعال والتأكد من وجود مثل هذه البيئة فان الامر يستلزم بعض التخطيط والتنظيم، ويعتمد نجاح برنامج التربية الحركية في تحقيق اهدافها إلى حد كبير على التأني والعناية التي تتم عند تخطيطها، والتخطيط عملية مهمة للعملية التعليمية لأنه يرسم ويحدد المقررات التي ينبغي اتباعها في توجيه النشاط البشري لتحقيق افضل النتائج.

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

2-1 مشكلة البحث:

وينادي المؤمنون بالتربية الحركية بأن تعليم الطفل في هذه المرحلة يجب ان تبنى برامجه أو على الاقل تعدل في ضوء اسس التربية الحركية لاعتبارات تتعلق بخصائص النمو والتعلم في هذه الفترة العمرية للطفل والتي ترتكز بشكل اساسي على حركة الطفل وتهتم التربية الحركية بنمو الطفل وتطوره لكي يستطيع التكيف الامثل مع نفسه ومع بيئته ومجتمعه وغي هذا السياق تحتل مفاهيم التربية البدنية والحركية والرضا الحركي مكاناً بارزاً في اهداف التربية الحركية كأحد ابعاد التكيف البيولوجي والنفسي للطفل وهذا اهم ما يحتاج إليه طفل ما قبل المدرسة.

ومما سبق يتضح للباحث اهمية هذه الدراسة، ونظراً إلى ان الدراسات التي اجريت على الاطفال في هذه المرحلة من (4-5 سنوات) قليلة جداً في البيئة العراقية وتفتقر إلى تطبيق برامج التربية البدنية الحركية، وكذلك الضعف الواضح في البرامج الخاصة بالتربية البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-5 سنوات). وهنا تكمن مشكلة بحثنا هذا.

ولهذا فقد دعت الحاجة إلى اجراء هذه الدراسة وهي (تأثير برامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الاساسية والصفات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-5 سنوات).

3-1 هدف البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى:

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

4-1 فروض البحث:

1- توجد فروق دالة احصائية بين المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج المقترح، والمجموعة الضابطة التي طبق عليها البرنامج التقليدي في القياس البعدي في بعض المهارات الحركية الاساسية لصالح المجموعة التجريبية.

2- توجد فروق دالة احصائية بين المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج المقترح، والمجموعة الضابطة التي طبق عليها البرنامج التقليدي في القياس البعدي في بعـض الصفات البدنية والحركية لصالح المجموعة التجريبية.

1-5 مجالات البحث:

1- المجال البشري: اطفال روضة الاماني / ليبيا / الزاوية والبالغ عددهم (50) طفل.

2- المجال الزماني: منذ 24 / 10 / 1999 ولغاية 14 / 1 / 2000.

3- المجال المكاني: ساحة روضة الاماني.

2- الدراسات النظرية والسابقة:

2-1 الدراسات النظرية:

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

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

ويشير تشارلز بيوتشر Bucher (1979) ان التربية الحركية يفترض فيها اثارة دوافع الاطفال وقدراتهم نحو الابداع والابتكار كما تتيح للطفل ان يتحرك بسهولة ويسر وثقة فهـي تؤكد على تساؤلات مثل كيف تتحرك؟، لماذا تتحرك؟. وهي اسئلة تشكل الاسـاس الفلـسفي للتربية الحركية كنظام تربوي مبني بشكل اساسي على الامكانات النفس حركيـة الطبيعيـة المتاحة لدى الطفل (125:11).

ويشير اسامة كامل راتب (1990) إلى ان النمو الحركي عملية متكاملة مع جوانـب السلوك المختلفة الاخرى، بل ان العلاقة فيما بين هذه الجوانب علاقة وثيقة ومتداخلة، حيـث ان النمو الحركي والنمو الانفعالي يتأثر كل منهما بالاخر ويؤثر فيه (1:251).

ويضيف جالهو Gallahue (1982) ان هذه الفترة العمرية تمثل اخصب فترات اداء المهارات الحركية الاساسية التي تعد اساساً لاداء المهارات المرتبطة بالانشطة الرياضية وان

أي تقصير في تطور نمو المهارات الاساسية في هذه الفترة تؤثر سلباً على مراحـل النمـو الحركي التالية (1:251).

ويشير امين الخولي، اسامة كامل راتب (1982) عن كل مـن ديـور، بـانجرازي Dauer & Pangrazi إلى ان الحركة الاساسية هي حركة تؤدى من اجل اكتساب حـصيلة جديدة من مقررات المهارات الحركية (135:3).

2-2 الدراسات السابقة:

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

1- دراسة خيرية السكري (1976) (4) بهدف التعرف على مدى تأثير برنامج رياضـي مقترح على النمو الجسمي والحركي لاطفال الحضانة من (3-4) سنوات وكانت اهم النتائج التي توصلت إليها وجود فروق دالة احصائياً لصالح المجموعة التجريبية.

2- دراسة عبد المنعم هريدي (1978) (5) بهدف التعرف على مدى تأثير دور الحضانة على بعض عناصر اللياقة البدنية للاطفال، وكانت من اهم النتائج ان دور الحـضانة التي اتاحت لأطفالها الممارسة الحركية كان لها تأثير فعال على تنمية العناصر البدنية.

3- دراسة نبيلة السيد (1979) (9) والتي تهدف إلى التعرف على تأثير برنامج رياضـي موجد على النمو الحركي، وكان من اهم النتائج وجود فروق دالة احـصائياً لـصالح المجموعة التجريبية.

ومما سبق يرى الباحث ان معظم هذه الدراسات اجريت بهدف التعرف علـى تـأثير بعض البرامج الرياضية على تطور نمو المهارات الحركية الاساسية/ وهناك عدد من البحوث التي اهتمت بدراسة نمو المهارات الحركية الاساسية ولكن معظم هذه الابحاث تم اجراؤها في بيئات اجنبية مثل بحث ميلين (15) (1976) Milne، كرلتي (12) (1979) Cratty، هاردن وجارسيا (13) (1982) Hardin & Garcia وعلى ضوء ما سبق تظهر الحاجة إلى هـذه الدراسة بهدف التعرف على تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعـض المهـارات الحركية الاساسية والصفات البدنية لاطفال ما قبل المدرسة من (4-5) سنوات.

3- اجراءات البحث الميدانية:

3-1 المنهج المستخدم:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة.

3-2 عينة البحث:

بلغ عدد افراد 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 وتم معالجة البيانـات احصائياً وكانت كما في الجدول رقم (1) والجدول رقم (2).

جدول رقم (1)

يوضح تجانس العينة بين المجموعتين التجريبية والضابطة

في متغيرات البحث قبل اجراء التجربة

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
	س1	ع1	س2	ع2	
العدو 30م من بداية متحركة	10.44	1.45	10.60	1.38	0.39
رمي كرة طبية لاكبر مسافة	284.6	9.19	248	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 مـن الجدوليـة وبذلك تكون الفروق عشوائية بين المجموعتين مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

جدول رقم (2)

يوضح تجانس العينة في متغيرات (الطول – الوزن – السن)

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
	س1	ع1	س2	ع2	
الطول	110.48	4.59	110.7	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 معنوياً بالنسبة لجميع متغيرات البحث، وكذلك بالنسبة للطول والوزن والسن وهذا يؤكـد علـى ان المجموعتين متكافئتين.

3-3 ادوات البحث:

تم تحديد مجموعة من الاختبارات التي تقيس المهارات الحركية الاساسـية وبعـض عناصر اللياقة البدنية.

ومن خلال المراجع المختصة والدراسات السابقة ومنها محمد حسن علاوي، محمـد نصر الدين رضوان (1979) (7) محمد صبحي حسانين (1989) (8)، ماتيوس Mathews (14) (1978)، خيرية السكري (1976) (4)، نبيلـة الـسيد (1979) (9) نـوال شـلتوت (1993) (10) تم اختيار مجموعة من الاختبارات التي تقيس بعـض المهـارات الحركيـة الاساسية وعناصر اللياقة البدنية، حيث تم تعديل بعض الشروط الخاصة ببعض الاختبارات، ثم اعيد تقنين الاختبارات بعد التعديل.

أما الوسائل التي تم الاستعانة بها هي:

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

المعاملات الاحصائية للاختبار:

ثبات الاختبار:

تم حساب ثبات الاختبارات عن طريق تطبيق الاختبارات المختارة يوم السبت 1999/10/17 على عينة من الاطفال من غير عينة البحث الاصلية وعددهم 6 اطفال وقد تم اعادة تطبيق الاختبار Test-Retest للتأكد من درجة ثبات الاختبار.

صدق الاختبار:

تم حساب صدق الاختبارات باستخدام الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

المتغيرات	معامل الثبات	معامل الصدق
العدو 30م من بداية متحركة	0.93	0.96
رمي كرة طبية لاكبر 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 تنحصر درجات الارتباط من 0.92 إلى 0.96، كذلك الجذر التربيعي وهذا يدل على ثبات وصدق الاختبارات المستخدمة.

موضوعية الاختبار:

تم عرض الاختبار على مجموعة من الخبراء المختصين إذ اجمعوا على موضوعية الاختبار وبعده عن التحيز.

اسس تنظيم برامج التربية الحركية لاطفال ما قبل المدرسة من (4-5) سنوات:

تحتاج هذه النوعية من البرامج إلى تنظيم وتصميم يتماشى مع الخصائص والمواصفات التي يتصف بها اطفال ما قبل المدرسة فهي تحتاج إلى مزيد من الصبر وكذلك العناية والرعاية حتى يتحقق العائد المرجو من البرنامج وهي:

1- ان تتوافر عوامل الامن والسلامة للاطفال.
2- ان يكون الاطفال قادرين بدنياً على اداءه.
3- ان يكون مناسباً لنضج الاطفال ودرجة فهمهم.
4- اختيار الانشطة التي لا تعتمد على العمليات العقلية الصعبة.
5- الاقلال من الشرح اللفظي واداء النموذج.
6- مراعاة الاسس الفسيولوجية للبرنامج.

برنامج التربية الحركية المقترح:

تم اعداد البرنامج المقترح بعد الاطلاع والقراءة المستفيضة للبرامج العلمية المتخصصة وكذلك الرجوع إلى بعض الدراسات والبحوث السابقة وهي: امين الخولي، اسامة راتب (1982) (3)، نوال شلتوت (1993) (10)، اسامة راتب (1990) (1)، خيرية السكري (1976) (4)، ميلين (1976) Milne (15)، كراتي Cratty (1979) (12)، هاردن وجارسيا Hardin & Garcia (1982) (13)، وتم عرض البرنامج المقترح على مجموعة من خبراء التربية الرياضية لاستطلاع اراءهم في الاسس الخاصة بالبرنامج المقترح ومناسبته لهذه الفئة، ومدة البرنامج، وعدد مرات الممارسة اسبوعياً، وزمن الوحدة الدراسية، وكما هو مبين في الملحق رقم (1).

وفي ضوء نتائج التجربة الاستطلاعية صمم البرنامج بحيث يكون مدته (12 اسبوعاً) ويدرس مرتين اسبوعياً أي ضم البرنامج (24) وحدة تدريبية زمن الدرس (40) دقيقة. (مرفق رقم (2).

وقسم الباحث البرنامج التدريبي إلى القيم الاعتيادي وعلـى مـدى (15د)، والقـسم الرئيسي ومدته (20د) والقسم الختامي ومدته (5د) وكما هو مبين في الملحق رقم (2).

4-3 تطبيق البرنامج:

تم تطبيق البرنامج المقترح للتربية الحركية على عينة البحث من خلال درس التربية البدنية لمدة 12 اسبوع من يوم السبت 1999/10/24 حتى يوم الخميس 2000/1/14 وبواقع وحدتين اسبوعياً، 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 اركان العملية التعليمية فيما عدا البرنامج المقترح للتربية الحركية الـذي طبـق علـى المجموعة التجريبية وقد تم تقسيم العينة إلى مجموعتين ضمن كل مجموعة (25) طفلاً.

4- عرض ومناقشة النتائج:

الجدول رقم (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة (ت)

بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة

في المهارات الحركية الاساسية

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين قيمة (ت)	
	س1	ع1	س2	ع2	المتوسطين	المحسوبة
العدو 30م من بداية متحركة	10.6	1.38	10.48	1.40	0.12	0.30
رمي كرة طبية لاكبر مسافة	248.0	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 الجدول رقم (4) إلى ان قيمة (ت) كانت غير دالة معنوياً بالنـسبة لمتغيـرات المهارات الحركية الاساسية وهذا يدل على ان الطريقة التقليدية والتي طبق على المجموعـة الضابطة لم يكن لها تأثيراً ايجابياً على متغيرات المهارات الحركية الاساسية في هذه الدراسة، وان بعض الفروق بين المتوسطين لصالح القياس البعدي ولكن غير دالة معنوياً.

الجدول رقم (5)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة (ت)

بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات الصفات البدنية

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين قيمة (ت)	
	س1	ع1	س2	ع2	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 الجدول رقم (5) ان قيمة (ت) غير دالة معنوياً لمتغيرات الصفات البدنية، وهذا يدل على ان الطريقة التقليدية والتي طبقت على المجموعة الضابطة لم يكن لها تـأثيراً ايجابياً على المتغيرات البدنية في هذه الدراسة، وان ظهرت بعض الفروق بين المتوسـطات وكانت لصالح القياس البعدي ولكنها غير دالة معنوياً.

الجدول رقم (6)

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

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين قيمة (ت)	
	س1	ع1	ع2	س2	المتوسطين	المحسوبة
لعدو 30م من بداية متحركة	10.44	1.45	1.07	8.84	1.60	4.32
رمي كرة طبية لاكبر مسافة	248.6	9.19	10.54	269.4	20.80	7.29
الوثب العريض من الثبات	92.00	6.77	7.43	106.4	14.40	7.02

(ت) الجدولية عند 0.05 = 1.71

(ت) الجدولية عند 0.01 = 3.46

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

الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية2007
www.iraqacad.org

الجدول رقم (7)

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

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين قيمة (ت)	
	س1	ع1	ع2	س2	المتوسطين	المحسوبة
اللمس السفلي والجانبي لقياس المرونة	4.88	0.88	1.22	6.20	1.32	4.26
اختبار الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق	1.40	.0.5	0.61	2.28	0.88	5.47
اختبار التوازن الثابت على جهاز التوازن	22.68	2.51	1.80	26.80	4.12	6.54
اختبار الجري بين الحواجز لقياس الرشاقة	9.80	1.32	0.91	8.64	1.16	3.52

(ت) الجدولية عند 0.05 = 1.71

(ت) الجدولية عند 0.01 = 3.46

يتضح من الجدول رقم (7) وجود فروقاً ذات دلالة معنوية عند مستوى 0.01 بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغيرات مهارات 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).

الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية2007
www.iraqacad.org

الجدول رقم (8)

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

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
	س1	ع1	س2	ع2	
العدو 30م من بداية متحركة	8.84	1.07	10.48	1.40	4.56
رمي كرة طبية لاكبر مسافة	269.4	10.54	25.6	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 الجدول رقم (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 ادخال المتغير التجريبي والذي في برنامج التربية الحركية المقترح لأطفال ما قبل المدرسة من (4-5 سنوات) وهذا يحقق الفرض الاول.

الجدول رقم (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
	س1	ع1	س2	ع2	
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 الجدول رقم (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.

5-3 الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث باجراء الدراسة الاستطلاعية الاولى يوم السبت 1999/10/17 على (6) اطفال من غير عينة البحث الاصلية، وذلك للتأكد من مدى صلاحية الاختبارات والادوات المستخدمة، كما قام الباحث باجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية للبرنامج المقترح يوم الثلاثاء 1999/10/20 على نفس العينة السابقة، وذلك للوقوف على مدى مناسبة محتوى البرنامج المقترح ومدى ملاءمته لعينة البحث، وقد حققت الدراسة اهدافها.

منافشة النتائج:

اوضحت النتائج السابقة فعالية برنامج التربية الحركية المقترح لاطفال ما قبل المدرسة من (4-5) سنوات، والذي طبق من خلال دروس التربية البدنية والذي استمر لمدة 12 اسبوعاً 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 للاطفال من (4-5 سنوات)، وكذلك عدم مناسبته لطبيعة هذه الفئة من الاطفال، ويؤكد ذلك كل من امين الخولي، واسامة كامل راتب (1982) ان الطفل في هذه المرحلة لا يستطيع اكتساب المهارة بدرجة عالية ولذلك ينبغي التأكد على تعلم المهارات الحركية الاساسية باعتبارها حركات اساسية هامة لتكيفها البيئي مع محاولة تعليمه بعض المهارات الخاصة التي تتناسب وحالته والتي ال تتطلب ابعاد معرفية كثيرة أو توافقاً عالياً بين اجزاء جسمه وفي نفس الوقت تعمل على رفع مستوى اللياقة البدنية (351:3 – 355).

ومن خلال استعراض نتائج جدول (6-7) يتضح وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى 0.01 بين القياس القبلي 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 اظهرت النتائج ان البرنامج المقترح له تأثير ايجابي على النمو الجسماني والحركي للاطفال.

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 الاساسية لصالح المجموعة التجريبية الذي طبق عليها البرنامج المقترح وهذه النتائج تحقق الفرض الاول.

ويعزي الباحث هذه النتائج للمجموعة التجريبية إلى فعالية برنامج التربية الحركية المقترح قيد البحث، وتفوقه على البرنامج التقليدي المتبع في تنمية المهارات الحركية الاساسية لدى الاطفال من سن (4-5 سنوات). حيث اعتمد البرنامج المقترح على تنمية الانماط المختلفة للمهارات الحركية الاساسية، وتؤكد هذه النتائج دراسة نوال شلتوت (1993) (10).

ومن خلال استعراض نتائج جدول (9) يتضح وجود فروق معنوية عند مستوى 0.01 بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في جميع متغيرات الصفات البدنية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية، وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الثاني.

ويعزي الباحث هذه النتائج للمجموعة التجريبية إلى فعالية برنامج التربية الحركية المقترح قيد البحث، وتفوقه على البرنامج التقليدي المتبع في تنمية الصفات البدنية لدى الاطفال من سن (4-5) سنوات، حيث اشار امين الخولي، اسامة راتب (1982) انه يجب ان يتميز برنامج التربية الحركية للاطفال بتنوع الانشطة ومقابلة احتياجات الاطفال وذلك لما يتصفون به من ضعف اللياقة البدنية، مما يدفعنا إلى الاهتمام بالانشطة الحركية التي من شأنها تحسين الكفاءة البدنية والحركية للاطفال (362:3).

وقد لكدت العديد من الدراسات والبحوث ومنها دراسة نوال شلتوت (1993) إلى ضرورة بناء دروس التربية البدنية بحيث تعتمد على الانماط 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 ابراهيم عثمان (19789 ان الهدف الرئيسي والمباشر للتربية الحركية هو تحقيق اللياقة الحركية وهي ذلك الجانب أو البعد من اللياقة البدنية، واللياقة الحركية من

هذا البعد محصلة عناصر أو عوامل اساسية هي السرعة، التوافق، التوازن، الرشاقة، المرونة، القوة، ... الخ. (40:6 ، 41).

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

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

1- برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير ايجابي دال معنوياً على تنمية المهارات الحركية الاساسية.

2- برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير ايجابي دال معنوياً على تنمية بعض الصفات البدنية.

5-2 التوصيات:

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

1- الاهتمام بالاطفال من (4-5 سنوات) من خلال دروس التربية البدنية.

2- الاهتمام بوضع برامج التربية الحركية لاطفال 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 المرحلة السنية.

4- الاهتمام بوضع برامج للتربية الحركية من قبل الباحثين في نفس مجال هذا البحث ولكن بمراحل عمريه مختلفة.

5- الاهتمام بالبحث من قبل الباحثين الآخرين.

المراجع:

1- اسامة كامل راتب. النمو الحركي، القاهرة، دار الفكر العربي، 1990.

2- اسامة كامل راتب. تطور نمو المهارات الحركية الاساسية للطفل من 6-9 سنوات، المؤتمر العلمي الاول: دور التربية الرياضية في حل المشكلات المعاصرة، الزقازيق، 1990.

3- امين انور الخولي. التربية الحركية للطفل، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي، 1982.

4- خيرية السكري. اثر برنامج التربية البدنية على النمو الجسماني والحركي لاطفال الحضانة من (3-4) سنوات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، الاسكندرية، 1976.

5- عبد المنعم هريدي. اثر دور الحضانة على بعض عناصر اللياقة البدنية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للنبين بالاسكندرية، جامعة حلوان، 1978.

6- فريدة ابراهيم عثمان. التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية، ط2، الكويت، دار القلم للنشر والتوزيع، 1987.

7- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان. اختبارات الاداء الحركي، القاهرة، دار الفكر العربي، 1989.

8- محمد صبحي حسانين. التقويم والقياس في التربي 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 ابراهيم شلتوت. تأثير برنامج تربية حركية مقترح بدرس التربية الرياضية على الاداء الحركي والمهارات للتلاميذ المتخلفين عقلياً، بحث منشور، مجلة التربية الرياضية للبنين بالاسكندرية، 1993.

11- Bucher, Charles, A: Thacton, Nolana. Physical Education for Children, Movement and Experiences, MaCmilan Co. Inc. NY. 1979.

12- Crally, Bryan T. J.: Perceptual and motor development in infants and children, 2nd ed. New Jersey, Printice Hall Inc., 1979.

13- Hardin, D & Garica, M: Diagnostic Performance Tests for Elementary Children, 1982.

14- Mathews, D. K: Measurements in Physical Education, 51t. ed., Saunders, Philadelphia, 1978.

15- Milne, C. Seefeld V. Reuschlein, P. : Relationship Between Grade Sex Race and Motor Performance in Young children, R. Q. Vol.74, 1976.

ملحق رقم (1)

يوضح تصميم مدة البرنامج المقترح

ت	المتغيرات	عدد الوحدات	الزمن خلال الوحدة الواحدة	مجموع الزمن خلال الوحدات
1	الصفات البدنية:			
	أ- المرونة	3 وحدات	40 د	120د
	ب- التوافق	3 وحدات	40 د	120د
	ج- التوازن	3 وحدات	40 د	120د
	د- الرشاقة	3 وحدات	40 د	120د
2	الصفات الحركية:			
	أ- العدو 30م	4 وحدات	40 د	160 د
	ب- رمي كرة طبية	4 وحدات	40 د	160 د
	ج- الوثب العريض الثابت	4 وحدات	40 د	160 د
المجموع		24 وحدة	40 دقيقة	960 دقيقة

ملحق رقم (2)

يوضح تقسيم الوحدة التدريبية الواحدة

ت	اقسام الوحدة التدريبية	الزمن خلال الوحدة
1	القسم الاعتيادي: أ- الجانب الاداري والنظري ب- الاحماء العام ج- الاحماء الخاص	 2 د 5 د 8 د
2	القسم الرئيسي: أ- المهارات الاساسية ب- التكنيك	 5 د 15 د
3	القسم الختامي	5 د
المجموع		40 دقيقة

الملحق رقم (3)

نموذج الوحدات التدريبية المقترحة لتنمية الحركة لبعض المهارات الحركية الاساسية لاطفال ما قبل المدرسة

اقسام الوحدة التدريبية	الزمن	الفعاليات	الملاحظات والشرح
القسم الاعدادي	15 د		
الجانب الاداري	2 د	الوقوف الصحيح للاطفال واداء تحية البدء الوقوف-السير-هرولة مع تدوير الذراعين-	
الاحماء العام	5 د	هرولة-وقوف-القفز للاعلى من الوقوف-وقوف-	
الاحماء الخاص		-(الوقوف) ثني الجذع امام-اسفل، ثني الركبتين ومدهما ثم مد الجذع عاليا (4 مرات) -(الوقوف) القفز امام-خلف بضم القدمين (عدتين)	التأكيد على الاداء مع الايعاز التأكيد على ضم القدمين التأكيد على عدم رفع الركبتين
القسم الرئيسي	20 د	تعليم الاطفال كيفية العدو من البداية	التأكيد على الاداء السليم
المهارات الاساسية (التكنيك) (الجانب التعليمي)	5 د	المتحركة -الوقوف، بدء الركض للامام باقصى سرعة ممكنة عند سماع الايعاز	التأكيد على العدو باسرع ما يمكن
الجانب التطبيقي	15 د	الركض للامام لمسافة 30م - تكرار العدو للامام مع اخذ راحة مناسبة بين مرة واخرى - لعبة ختامية هي عمل سباق بين الاطفال من نقطة البداية وحتى نقطة النهاية واعطاء	
القسم الختامي	5 د	الفائزين الاوائل هدايا تشجيعية الانصراف	

الوحدة التدريبية (الخامسة والسادسة والسابعة والثامنة)

الهدف التعليمي/ رمي الكرة الطبية

الوحدة التدريبية (التاسعة والعاشرة والحادية عشر والثانية عشر)

الهدف التعليمي/ الوثب العريض الثابت

ملحق رقم (4)

نموذج الوحدة التدريبية المقترحة لتنمية التربية الحركية لبعض الصفات لاطفال ما قبل المدرسة من (4-5) سنوات

الزمن/ 40 دقيقة

الوحدة التدريبية (الثالثة عشر والرابعة عشر والخامسة عشر)

عدد الاطفال الحاضرين 48 طالب

الهدف التعليمي/ اللمس السفلي والجانبي لقياس المرونة

الهدف التربوي/ زيادة الثقة بالنفس

اقسام الوحدة التدريبية	الزمن	الفعاليات	الملاحظات والشرح
القسم الاعدادي	15 د		
الجانب الاداري	2 د	الوقوف الصحيح للاطفال واداء تحية بدء الدرس	
الاحماء العام	5 د	الوقوف-السير-هرولـة مـع لمـس الارض يميناً ويساراً-هرولة السير-ثني المرفقين امام الصدر وضغطهما خلفاً ثم نشرهما جانباً-وقوف	
الاحماء الخاص	8 د	-(الجلوس الطويل)، ثني الجذع إلـى الامام الاسفل... (8عدات) - (الجلوس الطويل) مـس اصـابع القدمين باصابع اليدين... (تمرين حر) - (الوقوف فتحاً، الذراعين تخـصر) ضغط الجذع للامام...(8عدات) - (الوقوف، الذراعين عاليـاً) ثنـي الجذع للاسفل والضغط بالذراعين... (4عدات) - تعليم الاطفال كيفية المس الـسفلي	- التأكيد على الجلوس الصحيح - التأكيد على الضغط للامام - التأكيد على الضغط للامام الاسفل - التأكيد على الضغط للجانب من الجسم

		والجانبي	
القسم الرئيسي	20 د	- الوقوف، ضغط الجذع للامام - الوقوف، ثني الجذع للاسفل	
الجانب التعليمي	5 د	- الوقـوف فتحـاً، ضـغط الجـذع	
الجانب التطبيقي	15 د	للجانبين - تكرار ما سبق ذكره مع اخذ راحة	
القسم الختامي	5 د	مناسبة بين مرة واخرى تمارين تنفسية وتهدئة وارتخاء	

الوحدة التدريبية (السادسة عشر والسابعة عشر والثامنة عشر)

الهدف التعليمي/ الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق

الوحدة التدريبية (التاسعة عشر والعشرون والاحدى والعشرون)

الهدف التعليمي/ التوازن الثابت على الجهاز مع المساعدة

الوحدة التدريبية (الثانية والعشرون والثالثة والعشرون والرابعة والعشرون)

الهدف التعليمي/ الجري بين الحواجز لقياس الرشاقة