

فاعلية برنامج تربية بدنية مقترح لتطوير المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لتلاميذ السنة الرابعة ابتدائي
(09 سنوات)

مرزوقي سمير أستاذ مساعد - أ -

نبيل كرفس - أستاذ التعليم العالي

جامعة الجزائر - 03 - الجزائر

ملخص البحث:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج تربية بدنية مقترح لتطوير المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لتلاميذ المدرسة الابتدائية (المشي، الحجل، الوثب العريض من الثبات، رمي الكرة، مسك الكرة، الجري، الرشاقة، التحمل) لتلاميذ 9 سنوات، واستخدمنا المنهج التجريبي لملائمته أهداف الدراسة الحالية باستخدام المجموعتين التجريبية والضابطة وتكونت عينة البحث من 66 تلميذا (32 المجموعة التجريبية، 34 المجموعة الضابطة) واستخدمنا في هذا البحث المعاملات الإحصائية التالية: معامل الارتباط بيرسون، المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، واختبار ت. وتوصلنا في هذا البحث إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية ولصالح المجموعة التجريبية، وكذلك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي. الكلمات الدالة: برنامج تربية بدنية، المهارات الحركية الأساسية، والصفات البدنية، المدرسة الابتدائية.

Research Summary:

The objective of this study was to identify the effectiveness of a proposed physical education program to develop the basic motor skills and physical characteristics of primary school students (walking, hopping, jumping, holding, ball, running, agility and endurance) for students of 9 years. Objectives of the current study using the experimental and control groups The study sample consisted of 66 students (32 experimental group, 34 control group). In this study we used the following statistical coefficients: Pearson correlation coefficient, arithmetic mean, standard deviation, and T test. In this study, there were statistically significant differences in the post-test between the experimental and control groups in the basic motor skills tests and for the experimental group, as well as statistically significant differences in the pre-test and post-experimental tests for the experimental group.

Keywords: physical education program, basic motor skills, physical attributes, primary school.

إن الدعائم الجوهرية لحياة الإنسان البالغ الراشد تقوم على خواص طفولته فأطفال اليوم هم رجال الغد وازدهار الأمم يأتي من العناية التي تقدمها لتنشئة أطفالها ، التنشئة الصحيحة وكذلك بالإمكانيات المناسبة التي توفرها لأطفالها لكي تساعدهم على النمو السليم وبناء على ذلك أصبح الاهتمام بالأطفال مطلباً حضارياً ، يقاس من خلاله مدى تقدم الأمم وتحضرها، كما أنها تعتبر حداً فاصلاً بين المرحلة السابقة التي يعامل فيها كطفل والمرحلة التي تليها التي يشب فيها ، لذا يشعر طفل المدرسة الابتدائية بأنه لا ينتمي إلى عالم من هم أصغر منه سناً أو إلى عالم من هم أكبر منه سناً الأمر الذي يؤدي إلى صعوبة التعامل معه(علاوي، 1994، صفحة 124)، ولأنها تعتبر من أهم مراحل النمو في حياة الإنسان فهي تشكل حجر الزاوية في تكوين شخصية الفرد وتطورها هذا ما أدى إلى الاهتمام بها وبمتطلباتها لأن الاهتمام بالطفولة يعني الاهتمام بمستقبل الأمة كلها، فالإعداد السليم للطفل يساعده على مواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها حتمية التطور، ولذلك قد ازداد الاهتمام في الآونة الأخيرة بالحركة الرياضية حتى أصبح تقدم الرياضة في أي بلد من بلدان العالم مقياساً لتقدم الشعوب والحضارات(أحمد، 1998، صفحة 08).

لهذا كان من الطبيعي الاهتمام بالعلوم الرياضية المتصلة بالأداء الرياضي ، فقد ثبت علمياً ارتباط أغلب الفعاليات والأنشطة الرياضية بالنمو البدني ، وأن ألوان اللعب توفر للفرد فرص النمو العقلي والجسدي المنظم فتساعده على تنمية مهارات التواصل والتعاون مع الآخرين وتنمي لديه احترام الذات وتقديرها وتزيد من قدرته على تفهم حاجات الأفراد الآخرين واكتساب العادات الاجتماعية التي تعين الفرد على التكيف مع عناصر البيئة والتوافق مع جميع من يتصل بهم من الناس(إبراهيم، 2002، صفحة 07).

والمدرسة الابتدائية هي المكان الذي يتعلم فيه التلميذ أنواع مختلفة من الأنشطة الحركية والبدنية حيث أنها القاعدة الأساسية لتعلم المهارات الحركية الأساسية ، كما أنها من أهم مراحل حياة الإنسان ففيه تنمو قدرات الطفل وتتضح مواهبه وتكون قابلة للتأثير والتوجيه والتشكيل وتحديد اتجاهاته في المستقبل" (فرج ، 1987، 106) .

كما أن درس التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية من المجالات المهمة في تقديم الأنشطة الرياضية المختلفة للأطفال سواء كانت هذه الأنشطة حركية أو غيرها ، إذ تستخدم الحركة كوسيلة أساسية في عملية التعلم ويمكن أن تقدم هذه الحركة على شكل ألعاب تنافسية حركية أو تقديمها على شكل مشكلة فيحاول الطفل إيجاد حل لها ويؤكد العديد من الباحثين في هذا المجال على أن إحدى الأهداف الأساسية لدرس التربية الرياضية تتمثل في توفير وسائل ودعائم النمو المتكامل للطفل من حيث النواحي البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية حيث تستخدم الحركة كوسيلة أساسية في العملية التربوية (العنبتاوي والعزة، 2000، 75)

وكذلك الأنشطة الحركية التي يهتم بها درس التربية الرياضية هي الأنشطة الأكثر شيوعاً وممارسة من قبل الأطفال داخل المدرسة وتسهم بدور كبير في تطوير المهارات الحركية الأساسية، حيث تعد هذه المهارات القاعدة الأساسية للممارسات الحركية للطفل إذ أن ممارستها والعناية بتطويرها تعد دعامة أساسية للممارسة الحركية في النشاط الرياضي التخصصي في المراحل التالية للطفولة وتعود إلى أداء مهارات رياضية أفضل في حياة الطفل المستقبلية.

2- إشكالية البحث:

تعتبر دراسة مرحلة الطفولة من كافة النواحي الاجتماعية والنفسية والحركية والانفعالية والعقلية أحد المعالم الهامة التي تظهر الوعي العلمي في المجتمع، لأنه كما قلنا سابقا فهذه المرحلة تشكل حجر الزاوية في تكوين شخصية الفرد والمجتمعات وهذا الاهتمام يؤدي إلى التفكير والبحث، وبالتالي يقودنا إلى تكوين أفكار موضوعية وشاملة عن الإنسان وواقعه ومستقبله وما يكون عليه، ولأن كل طفل يولد مزودا بعدة غرائز وميولات تظهر في سلوكياته وانفعالاته فإن تعليم الطفل في هذه المرحلة يجب أن تبنى برامجه أو تعدل في ضوء أسس التربية البدنية والرياضية لاعتبارات عديدة منها ما يتعلق بخصائص النمو في هذه المرحلة وكذلك خصائص النمو التي تتركز بشكل أساسي على حركة الطفل.

وقد اهتم العلماء وخصوصا علماء النفس فيما يخص التعلم والنمو الحركي في المجالات التربوية التي تعتمد على النشاط الحركي مثل التربية البدنية والحركية، ونظرا لهذا الاهتمام اتجه العلماء إلى دراسة القدرات الحركية التي أظهرت مفاهيم ونظريات وأدوات لقياس هذه القدرات وعلاقتها بجوانب نموها المختلفة الحركية منها والمعرفية والوجدانية لتحديد المشكلات التي يواجهها الطفل نتيجة القصور في نمو هذه القدرات وهذا ما دفعنا للخوض في هذا المجال والعمل على اقتراح برنامج تربية بدنية ورياضية يساعد في تطوير المهارات الحركية والصفات البدنية لتلاميذ المدرسة الابتدائية(9 سنوات).

2-1 التساؤل العام:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تطور بعض المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لكل من برنامج التربية البدنية والرياضية المقترح و درس التربية البدنية الرياضية التقليدي.

2-1-1 التساؤلات الجزئية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية في الاختبار القبلي؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية في الاختبار البعدي؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية؟

2-2 الفرضية العامة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تطور بعض المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لكل من برنامج التربية البدنية والرياضية المقترح و درس التربية البدنية الرياضية التقليدي.

2-2-1 الفرضيات الجزئية:

1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية في الاختبار القبلي.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية ولصالح الاختبار البعدي.

4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية.

3- أهداف البحث: يهدف البحث إلى التعرف على أثر برنامج التربية البدنية والرياضية المقترح في تطوير المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لتلاميذ المدرسة الابتدائية.

4- مصطلحات البحث:

4-1 برنامج تربية بدنية: يعرفه أمين أنور الخولي بأنه خطة يتم وضعها لفرد أو فصل أو مدرسة وقد تكون هذه الخطة جزء من العام الدراسي أو يوم دراسي كامل أو شهر أو فصل دراسي كامل أو عام دراسي ومن هذا البرنامج يحدد الأنشطة التي يجب تنفيذها من الفصل (عثمان ع.، 2007، صفحة 12).

4-2 تعريف التطور: هو عمليات التغير المستمرة نحو الوصول إلى حالة القدرة الوظيفية ويصنف التطور في مجال دراسة السلوك الإنساني إلى التطور البيولوجي ويرتبط بتطور أنسجة الجسم وأجهزته في بداية حياة الفرد وتطور وظائفه طوال فترة نموه، والتطور السلوكي معين بكفاءة الفرد من النواحي الاجتماعية المعرفية والحركية (راتب، 1999، صفحة 415).

4-3 المهارات الحركية الأساسية: عرفها السامرائي وبسطويسي: بأنها "تلك الحركات الطبيعية الفطرية التي يزاولها الفرد ويؤديها بدون أن يقوم احد بتعليمه إياها مثل المشي ، والجري ، والقفز ، والتعلق " . (السامرائي وبسطويسي ، 1984،75)

وعرفتها رجب: بأنها " أشكال ومشتقات الحركات الطبيعية والتي يمكن التدريب عليها واكتسابها في عديد من الواجبات الحركية التي تشكل تحدياً لقدرات الطفل من اجل اكتساب حصيلة جيدة من مفردات المهارات الحركية" (رجب، 1999، 177).

4-5 تعريف الطفولة: لغة: الطفولة كلمة مصدرها (طفل) وتعني " الصغير من كل شيء أو المولود وجمعها أطفال" - الفيروز آبادي- وفي تاج العروس الطفل يدعى صبياً عندما يسقط من بطن أمه إلى أن يحتلم. (الشهري، 2009، صفحة 27)

اصطلاحاً: " الطفولة مرحلة من مراحل السنوات التطورية التي تبدأ من لحظة الوضع وتستمر حتى سن البلوغ، فهي مرحلة حتمية يمر بها كل مولود بشري وينمو فيها جسمياً، حسيماً، حركياً، عقلياً، لغوياً، نفسياً واجتماعياً في أسرته والمحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه" (الوفاي، 2006، صفحة 141).

4-6 تعريف المدرسة الابتدائية: أولاً: " هي ذلك النوع من التعليم الرسمي الذي يتناول التلميذ من سن السادسة إلى سن الثانية عشرة، فيتعهده بالرعاية الروحية والجسمية والفكرية والاجتماعية والانفعالية على نحو يتفق مع طبيعة الطفل ومع أهداف المجتمع الذي يعيش فيه" (الشهري، 2009، صفحة 119).

5- الدراسات السابقة:

1- دراسة (سلطان، وأبو قنديل، 1986) "برنامج العاب صغيرة مقترح لتطوير المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بكرة اليد سبعة أفراد لمرحلة الطفولة المبكرة من 6 - 9 سنوات"

هدفت الدراسة إلى التعرف على اثر برنامج العاب صغيرة مقترح في تطوير المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بكرة اليد، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من (300) تلميذ وتلميذة من الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية وبواقع (50) تلميذ و(50) تلميذة من كل صف. وتمّ اختبار عينة البحث بالاختبارات الخاصة بالمهارات الحركية الأساسية المرتبطة بكرة اليد وهي (سرعة الرمي، واللقف مع التوقف، الركض 30م). وتم تطبيق البرنامج المقترح على مدى ستة وحدات تعليمية أسبوعية، وبمعدل ثلاث دروس في الأسبوع لكل صف دراسي، وتم تخصيص (10) دقائق لتعليم الألعاب الصغيرة من الزمن الكلي للدرس الواحد، وبواقع (30) دقيقة أسبوعياً، بعدها تم إجراء القياس البعدي، واستخدم الباحثان (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبارات T) كوسائل إحصائية. وتوصلت الدراسة إلى الاستنتاج الآتي: إن برنامج الألعاب الصغيرة المقترح أدى إلى تطوير المهارات الحركية المرتبطة بكرة اليد وذلك للصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية.

2- دراسة (المهدي، 1991) " اثر برنامج مقترح على بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال دور الحضانه بمحافظة الشرقية"

هدفت الدراسة إلى وضع برنامج رياضي تروحي لأطفال دور الحضانة، وكذلك هدفت إلى معرفة تأثير البرنامج المقترح على الأطفال في بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة بعمر (4-5) سنوات واستخدم الباحث المنهج التجريبي، اشتملت عينة البحث على (100) طفل وطفلة تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين بالعدد، واستخدمت الاختبارات الآتية كأدوات للبحث: (الوثب الطويل من الثبات، رمي كرة التنس لأقصى مسافة بالمتر، اختبار سرعة عدو 20 م بالثانية)، وتم استخدام (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبار T) كوسائل إحصائية.

3- دراسة (الرومي، 1999): "تأثير برامج حركية مختلفة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض بعمر (5 - 6) سنوات"

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير البرامج المختلفة (القصة الحركية، والألعاب الصغيرة، والبرنامج المشترك، وبرنامج الروضة) في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض بعمر (5 - 6) سنوات، كما هدفت إلى التعرف على النسبة المئوية لتطوير البرامج المختلفة لبعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض، وكذلك هدفت إلى المقارنة بين اثر البرامج المختلفة في تطوير المهارات والذكاء. واشتملت عينة الدراسة على (48) طفلاً ذكراً وقد تم تقسيم العينة إلى أربعة مجموعات بواقع (12) طفلاً في كل مجموعة، ثلاث مجاميع منها تجريبية والمجموعة الرابعة كانت ضابطة، وطبقت المجموعة التجريبية الأولى (البرنامج المشترك) الذي يجمع بين القصة الحركية والألعاب الصغيرة أما المجموعة التجريبية الثانية فقد طبقت (برنامج الألعاب الصغيرة) أما المجموعة التجريبية الثالثة فقد طبقت (برنامج القصة الحركية) والمجموعة الرابعة وهي الضابطة فقد طبقت (برنامج الروضة).

6- **الدراسة الاستطلاعية:** يجب على الباحث القيام بدراسة استطلاعية للتعرف على الظروف التي سيتم إجراء البحث فيها والصعوبات التي ربما تواجه الباحث في تطبيق بحثه، أو إجراء مقابلة شخصية للتعرف على ظروف الأفراد الذين ستطبق عليهم هذه الأدوات أو جمع البيانات عنهم لأن من أهدافها:

* تحديد ما تستغرقه الدراسة الميدانية من وقت.

* تحديد صعوبات التطبيق ومحاولة حلها.

* عمل ملاحظات من أجل التأكد من مناسبة هذه الاختبارات لمستوى أفراد العينة.

* تجريب الطرق الإحصائية للتأكد من صلاحية استخدامها. (منسي، 2011، الصفحات 59-60)

7- **منهج البحث:** تم استخدام المنهج التجريبي لتناسبه مع طبيعة الدراسة فالمنهج التجريبي هو تغير متعمد ومضبوط للشرط المحددة للظاهرة وملاحظة نواتج التغير في الظاهرة موضوع الدراسة.

8- **مجتمع وعينة البحث:** يتكون مجتمع البحث من تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي المتمدرسين بالمدارس الابتدائية لدائرة حمام الضلعة- ولاية المسيلة- حيث تم اختيار مدرسة الشهيد عوامري السعيد ببلدية حمام الضلعة لإجراء

الدراسة الميدانية حيث بلغت عينة الدراسة 66 تلميذا (32 المجموعة التجريبية، 34 المجموعة الضابطة) وتم اختار العينة بالطريقة القصدية وذلك للأسباب التالية:

- توفرها على ساحة كبيرة وملعب.
- توفرها على الوسائل والإمكانات المادية.
- تعاون الإدارة مع الطالب الباحث في انجاز البحث.

9- ثبات وصدق الاختبار:

ثبات الاختبار: تم الحصول على ثبات الاختبار من خلال طريقة إعادة الاختبار وذلك على عينة استطلاعية أخرى حيث بلغ حجمها 15 تلميذا من تلاميذ السنة الرابعة ابتدائي من القسم الثالث لأن المدرسة الابتدائية تحتوي على ثلاثة أقسام وكانت المدة بين تطبيق الاختبار الأول وإعادة الاختبار عشرة أيام وتراوحت معاملات الثبات بين (0.64 إلى 0.96) وهي معاملات مقبولة جدا وتفي بأغراض الدراسة الحالية.

الصدق الذاتي	معامل الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		بنود الاختبار
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.90	0.81	0.47	8.83	0.34	8.80	المشي
0.80	0.64	0.57	4.70	0.56	4.87	الحجل
0.94	0.89	0.18	1.33	0.19	1.30	الوثب العريض
0.97	0.96	1.77	10.41	1.93	10.58	رمي الكرة
0.95	0.92	2.34	6.18	1.65	6.06	مسك الكرة
0.97	0.95	0.88	4.39	0.67	4.25	الجري
0.90	0.82	0.40	4.92	0.42	5.01	الرشاقة
0.85	0.72	1.53	31.21	1.51	31.54	التحمل

جدول رقم 1 يوضح معاملات الثبات والصدق للاختبارات المستخدمة في البحث

10- تحليل ومناقشة النتائج:

10-1 المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) للاختبارات المهارية المستخدمة في الدراسة: **الاختبارات القبلية**

بنود الاختبار	وحدة القياس	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
المشي	الزمن	تجريبية	10.50	1.20	-0.46	0.521
		ضابطة	10.69	1.22		
الحجل	الزمن	تجريبية	4.65	0.38	-0.77	0.439
		ضابطة	4.73	0.43		
الوثب العريض	المسافة	تجريبية	1.24	0.17	0.41	0.681
		ضابطة	1.25	0.15		
رمي الكرة	المسافة	تجريبية	10.05	2.22	0.30	0.760
		ضابطة	9.90	1.71		
مسك الكرة	عدد المسكات	تجريبية	4.23	1.12	0.15	0.880
		ضابطة	4.18	1.40		
الجري	الزمن	تجريبية	4.85	0.56	-0.00	0.999
		ضابطة	4.80	0.61		
الرشاقة	الزمن	تجريبية	5.86	1.44	0.70	0.485
		ضابطة	5.61	1.45		
التحمل	الزمن	تجريبية	32.80	1.76	0.29	0.766
		ضابطة	32.68	1.69		

جدول رقم (02) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي للمهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية.

يبين الجدول رقم (02) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية التالية: المشي، الحجل، الوثب العريض من الثبات، رمي الكرة، مسك الكرة، الجري، الرشاقة، التحمل، في القياس القبلي وكما هو مبين أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة، وجاءت النتائج بالتفصيل كالتالي: بالنسبة للقياسات القبلية للعينه الضابطة فكان المتوسط الحسابي للمشي 10.69 وانحراف معياري بلغ 1.22 أما العينه التجريبية فكان المتوسط الحسابي للمشي 10.50 وانحراف معياري بلغ 1.20 في حين بلغت ت المحسوبة -0.46، أما بالنسبة لمهارة الحجل فكان المتوسط الحسابي للعينه الضابطة 4.73 وانحراف معياري قدره 0.43 أما العينه التجريبية فكان المتوسط الحسابي لمهارة الحجل 4.65 وانحراف معياري قدره 0.38 وكانت قيمة ت المحسوبة -0.77، في حين كان المتوسط الحسابي لمهارة الوثب العريض من الثبات بالنسبة للعينه الضابطة 1.25 وانحراف معياري قدره 0.15، أما العينه التجريبية فالمتوسط الحسابي كان 1.24 وانحراف معياري قدره 0.17 وكانت قيمة ت 0.41، ومهارة رمي الكرة بالنسبة للعينه الضابطة كان المتوسط الحسابي يساوي 09.90 وانحراف معياري قدره 1.71 أما العينه التجريبية فكان المتوسط الحسابي 10.05 وانحراف معياري 2.22 وكانت قيمة ت 0.30، أما مسك الكرة كان المتوسط الحسابي للعينه الضابطة 4.18 وانحراف معياري قدره 1.40 أما العينه التجريبية فكان المتوسط الحسابي 4.23 وانحراف معياري قدره 1.12 في حين قيمة ت 0.15، أما المتوسط الحسابي لمهارة الجري للعينه الضابطة يساوي 4.80 وانحراف معياري قدره 0.61 ومتوسط العينه التجريبية يساوي 4.85 وانحراف معياري قدره 0.56 في حين كانت قيمة ت -0.00، وكان المتوسط الحسابي للرشاقة بالنسبة للعينه الضابطة 5.61 وانحراف معياري قدره 1.45 ومتوسط العينه التجريبية يساوي 5.86 وانحراف معياري قدره 1.44 في حين كانت قيمة ت 0.70، أما التحمل فكان المتوسط الحسابي للعينه الضابطة 32.68 وانحراف معياري قدره 1.69 والمتوسط الحسابي للعينه التجريبية هو 32.80 وانحراف معياري قدره 1.76 في حين كانت قيمة ت 0.29 ويمكن أن ترجع هذه النتيجة إلى افتقار المعلمين في هذه المرحلة إلى التجربة الكافية والمؤهلات العلمية التي تساعدهم في بناء تمارين تدريبية ومجموعة من الألعاب القائمة على الأسس العلمية التي تساعد في تطوير المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لدى أفراد المجموعة الضابطة، وكذلك إلى عدم وجود البرامج الغنية بالألعاب والحركات التي لها دور كبير في تشجيع التلاميذ على بذل مزيد من الجهود التي تؤثر إيجاباً على مستوى أدائهم الحركي.

10-2 المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة بين المجموعتين (التجريبية والضابطة)
للاختبارات المهارية المستخدمة في الدراسة: الاختبارات البعدية

بنود الاختبار	وحدة القياس	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة																																																																		
المشي	الزمن	تجريبية	9.89	1.59	-1.71	0.000																																																																		
		ضابطة	10.48	1.18			الحجل	الزمن	تجريبية	4.05	1.11	-2.92	0.006	ضابطة	4.66	0.44	الوثب العريض	المسافة	تجريبية	1.38	0.26	3.00	0.004	ضابطة	1.22	0.12	رمي الكرة	المسافة	تجريبية	11.63	1.75	3.55	0.001	ضابطة	10.16	1.58	مسك الكرة	عدد المسكات	تجريبية	5.20	1.38	2.28	0.006	ضابطة	4.40	1.46	الجري	الزمن	تجريبية	4.10	0.98	-3.94	0.000	ضابطة	4.91	0.68	الرشاقة	الزمن	تجريبية	5.05	0.75	-3.00	0.004	ضابطة	5.74	1.09	التحمل	الزمن	تجريبية	30.97	2.38	-2.45
الحجل	الزمن	تجريبية	4.05	1.11	-2.92	0.006																																																																		
		ضابطة	4.66	0.44			الوثب العريض	المسافة	تجريبية	1.38	0.26	3.00	0.004	ضابطة	1.22	0.12	رمي الكرة	المسافة	تجريبية	11.63	1.75	3.55	0.001	ضابطة	10.16	1.58	مسك الكرة	عدد المسكات	تجريبية	5.20	1.38	2.28	0.006	ضابطة	4.40	1.46	الجري	الزمن	تجريبية	4.10	0.98	-3.94	0.000	ضابطة	4.91	0.68	الرشاقة	الزمن	تجريبية	5.05	0.75	-3.00	0.004	ضابطة	5.74	1.09	التحمل	الزمن	تجريبية	30.97	2.38	-2.45	0.001	ضابطة	32.25	1.79						
الوثب العريض	المسافة	تجريبية	1.38	0.26	3.00	0.004																																																																		
		ضابطة	1.22	0.12			رمي الكرة	المسافة	تجريبية	11.63	1.75	3.55	0.001	ضابطة	10.16	1.58	مسك الكرة	عدد المسكات	تجريبية	5.20	1.38	2.28	0.006	ضابطة	4.40	1.46	الجري	الزمن	تجريبية	4.10	0.98	-3.94	0.000	ضابطة	4.91	0.68	الرشاقة	الزمن	تجريبية	5.05	0.75	-3.00	0.004	ضابطة	5.74	1.09	التحمل	الزمن	تجريبية	30.97	2.38	-2.45	0.001	ضابطة	32.25	1.79																
رمي الكرة	المسافة	تجريبية	11.63	1.75	3.55	0.001																																																																		
		ضابطة	10.16	1.58			مسك الكرة	عدد المسكات	تجريبية	5.20	1.38	2.28	0.006	ضابطة	4.40	1.46	الجري	الزمن	تجريبية	4.10	0.98	-3.94	0.000	ضابطة	4.91	0.68	الرشاقة	الزمن	تجريبية	5.05	0.75	-3.00	0.004	ضابطة	5.74	1.09	التحمل	الزمن	تجريبية	30.97	2.38	-2.45	0.001	ضابطة	32.25	1.79																										
مسك الكرة	عدد المسكات	تجريبية	5.20	1.38	2.28	0.006																																																																		
		ضابطة	4.40	1.46			الجري	الزمن	تجريبية	4.10	0.98	-3.94	0.000	ضابطة	4.91	0.68	الرشاقة	الزمن	تجريبية	5.05	0.75	-3.00	0.004	ضابطة	5.74	1.09	التحمل	الزمن	تجريبية	30.97	2.38	-2.45	0.001	ضابطة	32.25	1.79																																				
الجري	الزمن	تجريبية	4.10	0.98	-3.94	0.000																																																																		
		ضابطة	4.91	0.68			الرشاقة	الزمن	تجريبية	5.05	0.75	-3.00	0.004	ضابطة	5.74	1.09	التحمل	الزمن	تجريبية	30.97	2.38	-2.45	0.001	ضابطة	32.25	1.79																																														
الرشاقة	الزمن	تجريبية	5.05	0.75	-3.00	0.004																																																																		
		ضابطة	5.74	1.09			التحمل	الزمن	تجريبية	30.97	2.38	-2.45	0.001	ضابطة	32.25	1.79																																																								
التحمل	الزمن	تجريبية	30.97	2.38	-2.45	0.001																																																																		
		ضابطة	32.25	1.79																																																																				

جدول رقم (03) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية.

يبين الجدول رقم (03) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية التالية: المشي، الحجل، الوثب العريض من الثبات، رمي الكرة، مسك الكرة، الجري، الرشاقة، التحمل، في القياس البعدي وكما هو مبين أنه كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية، وجاءت النتائج بالتفصيل كالتالي: بالنسبة للقياسات البعدية للعينات الضابطة فكان المتوسط الحسابي للمشي 10.48 وانحراف معياري بلغ 1.18 أما العينات التجريبية فكان المتوسط الحسابي للمشي 9.89 وانحراف معياري بلغ 1.59 في حين بلغت ت المحسوبة -1.71، أما بالنسبة لمهارة الحجل فكان المتوسط الحسابي للعينات الضابطة 4.66 وانحراف معياري قدره 0.44 أما العينات التجريبية فكان المتوسط الحسابي لمهارة الحجل 4.05 وانحراف معياري قدره 1.11 وكانت قيمة ت المحسوبة -2.92، في حين كان المتوسط الحسابي لمهارة الوثب العريض من الثبات بالنسبة للعينات الضابطة 1.22 وانحراف معياري قدره 0.12، أما العينات التجريبية فالمتوسط الحسابي كان 1.38 وانحراف معياري قدره 0.26 وكانت قيمة ت 3.00، ومهارة رمي الكرة بالنسبة للعينات الضابطة كان المتوسط الحسابي يساوي 10.16 وانحراف معياري قدره 1.58 أما العينات التجريبية فكان المتوسط الحسابي 11.63 وانحراف معياري 1.75 وكانت قيمة ت 3.55، أما مسك الكرة كان المتوسط الحسابي للعينات الضابطة 4.40 وانحراف معياري قدره 1.46 أما العينات التجريبية فكان المتوسط الحسابي 5.20 وانحراف معياري قدره 1.38 في حين كانت قيمة ت 2.28، أما المتوسط الحسابي لمهارة الجري للعينات الضابطة يساوي 4.91 وانحراف معياري قدره 0.68 ومتوسط العينات التجريبية يساوي 4.10 وانحراف معياري قدره 0.94 في حين كانت قيمة ت -3.94، وكان المتوسط الحسابي للرشاقة بالنسبة للعينات الضابطة 5.74 وانحراف معياري قدره 1.09 ومتوسط العينات التجريبية يساوي 5.05 وانحراف معياري قدره 0.75 في حين كانت قيمة ت -3.00، أما التحمل فكان المتوسط الحسابي للعينات الضابطة 32.25 وانحراف معياري قدره 1.79 والمتوسط الحسابي للعينات التجريبية هو 30.97 وانحراف معياري قدره 2.38 في حين كانت قيمة ت -2.45 ويمكن أن ترجع هذه النتيجة إلى وجود تمارين تدريبية ومجموعة من الألعاب التي احتواها برنامج التربية البدنية والرياضية القائم على الأسس العلمية التي ساعدت في تطوير المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لدى أفراد المجموعة التجريبية كما أن البرنامج كان غني بالألعاب والحركات التي كان لها دور كبير في تشجيع التلاميذ على بذل مزيد من الجهود التي أثرت إيجاباً على مستوى أدائهم الحركي.

10-3 المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للمجموعة (التجريبية) للاختبارات المهارية المستخدمة في الدراسة: الاختبارات القبليّة و البعديّة

بنود الاختبار	وحدة القياس	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
المشي	الزمن	قبلي	10.50	1.20	2.23	0.002
		بعدي	9.89	1.59		
الحجل	الزمن	قبلي	4.65	0.38	2.99	0.005
		بعدي	4.05	1.11		
الوثب العريض	المسافة	قبلي	1.24	0.17	-2.82	0.008
		بعدي	1.38	0.26		
رمي الكرة	المسافة	قبلي	10.05	2.22	-3.76	0.001
		بعدي	11.63	1.75		
مسك الكرة	عدد المسكات	قبلي	4.23	1.12	-3.05	0.004
		بعدي	5.20	1.38		
الجري	الزمن	قبلي	4.85	0.56	3.42	0.002
		بعدي	4.10	0.94		
الرشاقة	الزمن	قبلي	5.86	1.44	2.82	0.008
		بعدي	5.05	0.75		
التحمل	الزمن	قبلي	32.80	1.76	3.61	0.001
		بعدي	30.97	2.38		

جدول رقم (04) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة للمجموعة التجريبية في القياس القبلي و البعدي للمهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية.

يبين جدول رقم (04) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة للمجموعة التجريبية في القياس القبلي و البعدي للمهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية التالية: المشي، الحجل، الوثب العريض من الثبات، رمي الكرة، مسك الكرة، الجري، الرشاقة، التحمل ، وكما هو مبين أنه كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي و البعدي وكانت لصالح الاختبار البعدي ، وجاءت النتائج بالتفصيل كالتالي: بالنسبة للقياسات القبلية للعينة التجريبية فكان المتوسط الحسابي للمشي 10.50 وانحراف معياري بلغ 1.20 أما القياسات البعدية فكان المتوسط الحسابي للمشي 9.89 وانحراف معياري بلغ 1.59 في حين بلغت ت المحسوبة 2.23 ، أما بالنسبة لمهارة الحجل فكان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي 4.65 وانحراف معياري قدره 0.38 أما الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي لمهارة الحجل 4.05 وانحراف معياري قدره 1.11 وكانت قيمة ت المحسوبة 2.99 ، في حين كان المتوسط الحسابي لمهارة الوثب العريض من الثبات بالنسبة للاختبار القبلي 1.24 وانحراف معياري قدره 0.17، أما الاختبار البعدي فالمتوسط الحسابي كان 1.38 وانحراف معياري قدره 0.26 وكانت قيمة ت -2.82 ، ومهارة رمي الكرة بالنسبة للاختبار القبلي كان المتوسط الحسابي يساوي 10.05 وانحراف معياري قدره 2.22 أما الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي 11.63 وانحراف معياري 1.75 وكانت قيمة ت -3.76 ، أما مسك الكرة كان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي 4.23 وانحراف معياري قدره 1.12 أما الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي 5.20 وانحراف معياري قدره 1.38 في حين قيمة ت -3.05 ، أما المتوسط الحسابي لمهارة الجري للاختبار القبلي يساوي 4.85 وانحراف معياري قدره 0.56 ومتوسط الاختبار البعدي يساوي 4.10 وانحراف معياري قدره 0.94 في حين كانت قيمة ت 3.42 ، وكان المتوسط الحسابي للرشاقة بالنسبة للاختبار القبلي 5.86 وانحراف معياري قدره 1.44 ومتوسط الاختبار البعدي يساوي 5.05 وانحراف معياري قدره 0.75 في حين كانت قيمة ت 2.82، أما التحمل فكان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي 32.80 وانحراف معياري قدره 1.76 والمتوسط الحسابي للاختبار البعدي هو 30.79 وانحراف معياري قدره 2.38 في حين كانت قيمة ت 3.61 ويمكن أن ترجع هذه النتيجة إلى وجود تمارين تدريبية ومجموعة من الألعاب التي احتواها برنامج التربية البدنية والرياضية القائم على الأسس العلمية التي ساعدت في تطوير المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لدى أفراد المجموعة التجريبية كما أن البرنامج كان غني بالألعاب والحركات التي كان لها دور كبير في تشجيع التلاميذ على بذل مزيد من الجهود التي أثرت إيجاباً على مستوى أدائهم الحركي.

10-4 المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة للمجموعة (الضابطة) للاختبارات المهارية المستخدمة في الدراسة: الاختبارات القبليّة و البعديّة

بنود الاختبار	وحدة القياس	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
المشي	الزمن	قبلي	10.69	1.22	1.79	0.083
		بعدي	10.48	1.18		
الحجل	الزمن	قبلي	4.73	0.43	1.53	0.134
		بعدي	4.66	0.44		
الوثب العريض	المسافة	قبلي	1.25	0.15	1.42	0.163
		بعدي	1.22	0.12		
رمي الكرة	المسافة	قبلي	9.90	1.71	-1.70	0.098
		بعدي	10.16	1.58		
مسك الكرة	عدد المسكات	قبلي	4.18	1.40	-1.64	0.109
		بعدي	4.40	1.46		
الجري	الزمن	قبلي	4.80	0.61	-1.00	0.325
		بعدي	4.91	0.68		
الرشاقة	الزمن	قبلي	5.61	1.45	0.55	0.580
		بعدي	5.74	1.09		
التحمل	الزمن	قبلي	32.68	1.69	2.01	0.053
		بعدي	32.25	1.79		

جدول رقم (05) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة للمجموعة الضابطة في القياس القبلي و البعدي للمهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية.

يبين جدول رقم (05) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة للمجموعة الضابطة في القياس القبلي و البعدي للمهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية التالية: المشي، الحجل، الوثب العريض من الثبات، رمي الكرة، مسك الكرة، الجري، الرشاقة، التحمل ، وكما هو مبين أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي و البعدي ، وجاءت النتائج بالتفصيل كالتالي: بالنسبة للقياسات القبلية للعينة الضابطة فكان المتوسط الحسابي للمشي 10.69 وانحراف معياري بلغ 1.22 أما القياسات البعدية فكان المتوسط الحسابي للمشي 10.48 وانحراف معياري بلغ 1.18 في حين بلغت ت المحسوبة 1.79 ، أما بالنسبة لمهارة الحجل فكان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي 4.73 وانحراف معياري قدره 0.43 أما الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي لمهارة الحجل 4.66 وانحراف معياري قدره 0.44 وكانت قيمة ت المحسوبة 1.53 ، في حين كان المتوسط الحسابي لمهارة الوثب العريض من الثبات بالنسبة للاختبار القبلي 1.25 وانحراف معياري قدره 0.15، أما الاختبار البعدي فالمتوسط الحسابي كان 1.22 وانحراف معياري قدره 0.12 وكانت قيمة ت 1.42 ، ومهارة رمي الكرة بالنسبة للاختبار القبلي كان المتوسط الحسابي يساوي 09.90 وانحراف معياري قدره 1.71 أما الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي 10.16 وانحراف معياري 1.58 وكانت قيمة ت -1.70 ، أما مسك الكرة كان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي 4.18 وانحراف معياري قدره 0.61 أما الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي 4.40 وانحراف معياري قدره 1.46 في حين قيمة ت -1.64 ، أما المتوسط الحسابي لمهارة الجري للاختبار القبلي يساوي 4.80 وانحراف معياري قدره 0.61 ومتوسط الاختبار البعدي يساوي 4.91 وانحراف معياري قدره 0.68 في حين كانت قيمة ت -1.00، وكان المتوسط الحسابي للرشاقة بالنسبة للاختبار القبلي 5.61 وانحراف معياري قدره 1.45 ومتوسط الاختبار البعدي يساوي 5.74 وانحراف معياري قدره 1.09 في حين كانت قيمة ت -0.55 ، أما التحمل فكان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي 32.68 وانحراف معياري قدره 1.69 والمتوسط الحسابي للاختبار البعدي هو 32.25 وانحراف معياري قدره 1.79 في حين كانت قيمة ت 2.01 ويمكن أن ترجع هذه النتيجة إلى افتقار المعلمين في هذه المرحلة إلى التجربة الكافية والمؤهلات العلمية التي تساعدهم في بناء تمارين تدريبية ومجموعة من الألعاب القائمة على الأسس العلمية التي تساعد في تطوير المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لدى أفراد المجموعة الضابطة ، وكذلك إلى عدم وجود البرامج الغنية بالألعاب والحركات التي لها دور كبير في تشجيع التلاميذ على بذل مزيد من الجهود التي تؤثر إيجاباً على مستوى أدائهم الحركي.

10-5 مناقشة نتائج البحث:

من خلال العرض السابق يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية للمجموعة التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية وهذا يضيف إلى الدراسة الحالية أكثر مصداقية وهذا لمعرفة أثر البرنامج التعليمي المقترح من طرف الباحث ودوره في تحسين المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية، أما بالنسبة للفرضية الثانية فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية ويرى الباحث أن هذه النتيجة ترجع للبرنامج المقترح المبني على أسس علمية والغني بالتمارين البدنية والألعاب الحركية على عكس المجموعة الضابطة وهذا ما

يتفق مع العديد من الدراسات منها دراسة بيان محمود حمودة وصادق الحايك (2009) أثر برنامج حركي لتطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال سن 5 سنوات وقد توصلت هذه الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية ولصالح المجموعة التجريبية وأرجع الباحثين هذه الفروق إلى البرنامج المقترح وما احتواه من تمارين تدريبية متخصصة مبنية على الأسس العلمية.

ويضيف طارق عبد الرحمن درويش في دراسته "تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية للأطفال ما قبل المدرسة (4-5 سنوات) والذي يؤكد نتائج الدراسة الحالية بحيث أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة، أما في الاختبار البعدي بين المجموعتين فإنه توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية ويرجع الباحث هذه الفروق إلى محتوى برنامج التربية الحركية المقترح (درويش، 2002)

قائمة المراجع:

- 1- أسامة كامل راتب. (1999). النمو الحركي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 2- سهير كامل أحمد. (1998). دراسات في سيكولوجية الطفولة. الاسكندرية: مركز الاسكندرية للكتاب.
- 3- طارق عبد الرحمن محمود درويش. (2002). تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية للأطفال ما قبل المدرسة (4-5 سنوات) (المجلد 11 العدد الرابع). مجلة التربية الرياضية.
- 5- عبد الرحمن الوافي. (2006). مدخل إلى علم النفس. الجزائر: دار هومه.
- 6- عفاف عثمان عثمان. (2007). أضواء على مناهج التربية الرياضية. الاسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- 7- محمد حسن علاوي. (1994). علم النفس الرياضي (الإصدار الطبعة التاسعة). دار المعارف.
- 8- محمد علي أحمد الشهري. (2009). التربية الوجدانية للطفل وتطبيقاتها التربوية في المرحلة الابتدائية. مكة المكرمة: جامعة أم القرى.
- 9- محمود عبد الحليم منسي. (2011). مناهج البحث العلمي في المجالات التربوية والنفسية. الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

10- مروان عبد المجيد ابراهيم. (2002). النمو البدني والتعلم الحركي (الإصدار الطبعة الأولى). عمان: الدار العلمية.