

تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة على تطوير التوازن الديناميكي لدى تلاميذ
الطور الثاني ابتدائي (11-9 سنة).

The effect of a proposed educational program using mini-games on the
development of the Dynamic balance for Pupils of the second phase primary
(9-11 years)

جرادي إبراهيم¹، بوبكر الصادق²

^{2,1} جامعة محمد بوقرة بومرداس، مخبر مواهب الإبداع الرياضي جامعة البويرة،

¹ i.djardi@univ-boumerdes.dz ، ² s.boubekeur@univ-boumerdes.dz

ملخص:	معلومات عن البحث:
هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة على تطوير التوازن الديناميكي لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي (9-11 سنة)، وإعتمدنا المنهج التجريبي على عينة من 60 تلميذا، مقسمة إلى مجموعتين 30 تلميذا في كل منها، تم اختيارهم بطريقة عمديه، طبقنا البرنامج التعليمي المكون من 11 حصة على خلال 04 أشهر وهذا طبقا للمنهاج التربوي، وإستخدمنا اختبار باس المعدل لقياس توازن الجسم المتحرك، بعد جمع النتائج وتحليلها إحصائيا وتوصلت الدراسة إلى أن البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب المصغرة أثر إيجابا في تطوير التوازن الديناميكي لأفراد العينة التجريبية، وعليه نوصي بضرورة إدراج برامج الألعاب المصغرة ضمن المنهاج التربوي.	تاريخ الاستلام: 2020/01/23 تاريخ القبول: 2020/03/08 تاريخ النشر: 2020/06/13 الكلمات المفتاحية : البرنامج التعليمي، الألعاب المصغرة، التوازن الديناميكي الباحث المرسل: جرادي إبراهيم i.djardi@univ-boumerdes.dz
Abstract Proceeding from the Assuming that an educational program using sports in the Islamic world (9-11 years), Our aim, through our study, to identify the effect of a proposed educational program using mini-games on the development of the Dynamic balance for Pupils of the second phase primary (9-11years), which we adopted in our method study. The experimental and study sample included 60 Pupils,. The tutorial includes 11 lessons and has been implemented over a period of 04 months. We used the Dynamic balance test to measure the Dynamic balance. The study found that the proposed educational program using mini-games had a positive impact on development of the Dynamic balance for members of the experimental sample. And Accordingly, we recommend that the mini-games programs be included in the educational curriculum..	Keywords: Educational program, The mini-games, The Dynamic balance

- مقدمة:

تلعب حصة التربية البدنية والرياضية دورا هاما في حياة الطفل وذلك بتعليمه وتزويده بمختلف المهارات والخبرات الحركية المرفقة ببذل جهد بدني وعقلي منظم، ضمن نشاط يتماشى واحتياجات التلميذ خلال مراحل نموه، وذلك من خلال البرامج التربوية الحديثة التي تستند في تخطيطها وتنفيذها على مجموعة من الأسس النفسية والاجتماعية التي تنادي بأهمية السنوات الأولى من حياة الطفل في تشكيل شخصيته في المستقبل، ولا نغالي إذا قلنا أنه في غياب البرنامج تغيب فاعلية وهدف الخطة وبالتالي التخطيط لها لتحقيق الهدف لأي خطة من الصعب أن يرى النور في غياب البرنامج (إدريس خوجة محمد رضا، 2010، ص131)، والاهتمام بتلاميذ المراحل الدراسية الأولى يعتبر من أولويات القائمين على العملية التعليمية، فمن خلالها تتكون الشخصية من جميع جوانبها الفكرية والبدنية والوجدانية (هشام أحمد مهيب وآخرون، 2010، ص02) وعليه قد أولى علماء التربية البدنية والرياضية إهتماما خاصا بنمو القدرات الحركية لمعرفة مدى أهميتها في حياة الطفل وعلاقتها بجوانب النمو الأخرى، فالطفل يمتلك الأنواع الأساسية للحركة فيستطيع المشي والركض وغيرها، ويقوم بكل هذه المهارات الحركية الأساسية بدرجة من التوافق لا تحتاج إلا لقليل من الصقل والإتقان، إذ يعتبر التعطش الجامح للحركة والنشاط من أهم مميزات هذه المرحلة وأساس التعلم الحركي للطفل كنتيجة للتعامل مع الأفراد والأدوات في محيط البيئة التي يعيش فيها. كما يعتبر اللعب ظاهرة هامة في حياة الطفل الوظيفية (Henri Lamour: 1986, p122)، كما أنه مرآة لحاجات الطفل، وهو وسيلة من خلاله يدرك العالم من حوله (حمودي عائدة، 2013، ص 196)، ويمكن لأي متعلم من خلال الألعاب المصغرة أن يحقق النجاح في النشاط الممارس مما يزيد من حماسه وميوله نحو الممارسة و بذلك يزداد مستواه المهاري والبدني (حجاب عصام، 2019،

ص47) الأمر الذي دفع بالعلماء وأهل الاختصاص بوضع قوانين للألعاب وتطويرها وإعتمدا في دراستنا على الألعاب المصغرة، حيث أنها تعد من أكثر الأساليب إنتشارا وشيوعا في عالم الطفولة، وهي صفة مميزة للنشاط الحركي ومضمون تربوي يرتبط بالتطور العقلي فهي تحسن في إتجاهات الطفل المستقبلية (عامر سعيد جاسم محمد وسوسن هودود عبيد، ص63)، فضلا عن إشباع حاجاته الأساسية (البدنية والحركية والعقلية والنفسية) حسب (جاسم محمد نايف الرومي، 1999، ص25)، وتعرف الألعاب المصغرة بأنها "العاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة في أدائها يصاحبها البهجة والسرور وتحمل بين طياتها تنافس شريف في نفس الوقت لا تحتوي على مهارات حركية مركبة والقوانين التي تحكمها تتميز بالمرونة والبساطة" (عبد الحميد شرف، 2005، ص147).

وتعتبر صفة التوازن من أهم الصفات التي يعتمد عليها الفرد في حياته العامة ومختلف أنشطته اليومية خاصة في المرحلة العمرية (12-09 سنة) (بن زيدان حسين، 2011، ص2) ومن القدرات الحركية المهمة بالنسبة للأنشطة الرياضية التي تتطلب تغيرا في اتجاهات الجسم بسرعة وبدقة كونه يعني أن يكون لدى الفرد القدرة على الحفاظ على وضع الجسم في ثبات أو حركة، حيث أن القدرات الحركية تعتمد على استثمار الإحساس الحركي واستعمال الجهاز العصبي المركزي والمحيطي من أجل التحكم (بن عبد الرحمن لطفي وآخرون 2019، ص 188) وهذا يتطلب سيطرة تامة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية والناحية العصبية (فريدة إبراهيم عثمان، 1987، ص161)، ويتوقف مستوى الاتزان على العديد من العوامل كالأجسام الحسية في العضلات والمفاصل والتي تساهم في تحديد موضع الجسم في الفراغ ومستوى الضغوط على المفاصل خاصة الرجل والقدم وبالتالي إحداث الانقباضات العضلية المناسبة مما يساهم في ضبط الاتزان (Baechle, Earle, 2000)، وتعرف

تمرنات التوازن بأنها تلك الأوضاع والحركات المختلفة التي يتخذها اللاعب أو يقوم بها لتضييق قاعدة الإرتكاز، بهدف الإحتفاظ بتوازن جسمه أثناء الأوضاع والحركات المختلفة فلها القدرة على التحكم في الجسم (كتشوك سيدي محمد وآخرون، 2013، ص 243).

وتكمن أهمية البحث في أنه يسלט الضوء على ممارسة التربية البدنية والرياضية في مرحلة الإبتدائي، وضرورة مراعاة خصوصيات هذه الفئة العمرية وذلك من خلال من أجل المساهم في مساعدة معلمي ومعلمات التربية البدنية والرياضية في نقل مختلف المهام أو الواجبات التعليمية وتوصيلها إلى تلاميذهم من أجل تطوير قدرة التوازن الديناميكي لديهم، والتي تساعدهم على التفاعل بإيجابية، مما يساهم مستقبلا في زيادة تطوير تلك القدرة. حيث هدف البحث إلى إعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة لتطوير التوازن الديناميكي لتلاميذ بعمر (11-9 سنوات)، وكذا التعرف على تأثير هذا البرنامج على لتطوير التوازن الديناميكي لدى هذه الفئة. وقد تناولت بعض الدراسات العربية هذا الموضوع الذي يعتمد على الألعاب المصغرة في تطوير الجانب الحركي لدي الفئات الصغرى ومرحلة لتعليم الإبتدائية ومن بينها:

دراسة أسعد حسين عبد الرزاق (2009) : تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8 سنوات)، حيث توصل الباحث من نتائج اختبارات إلى إن استعمال الألعاب الصغيرة أثر بشكل إيجابي وكبير على فاعلية أداء التلاميذ، الأمر الذي أدى إلى تطوير القدرات البدنية والحركية موضوع البحث أفضل من منهج التربية للصف الثاني الابتدائي وبذلك حققت الأهداف والأغراض التي وضعت من أجل تحقيقها.

دراسة جاسم محمد الناييف الرومي (1999) : أثر برنامج الألعاب الصغيرة والقصص الحركية على بعض القدرات البدنية والحركية لأطفال الرياض، حيث توصل من خلال نتائج الاختبارات إلى وجود فروق معنوية وذات دلالة إحصائية بين المجموعة الشاهدة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية وأن الألعاب الصغيرة والقصص الحركية لها تأثير إيجابي على تحسين القدرات البدنية والحركية.

ودراسة الطالب "مجرالي أحمد"، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر تحت عنوان "أثر برنامج تدريبي مقترح لبعض الصفات الحركية (توازن، توافق ورشاقة) على تحسين دقة التصويب بالقدمين لدى براعم كرة القدم (9-12 سنة)، حيث توصل من خلال نتائج الاختبارات إلى أن البرنامج التدريبي أثر إيجاباً على تنمية الصفات النفس وحركية (توازن وتوافق ورشاقة) وكذى تطور مهارة دقة التصويب لصالح المجموعة . وعلى ضوء ما سبق ذكره يمكن أن نطرح التساؤلات التالية:

- هل يؤثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة بصورة إيجابية على تطوير قدرة التوازن الديناميكي لتلاميذ الطور الثاني من التعليم الابتدائي (9-11 سنة)؟

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاختبارات القبليّة والاختبارات البعديّة للمجموعة التجريبية لقدرة التوازن الديناميكي لدى تلاميذ الطور الثاني من التعليم الإبتدائي (9-11 سنة)؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاختبارات البعديّة للمجموعة التجريبية والاختبارات البعديّة للمجموعة الشاهدة لقدرة التوازن الديناميكي لدى تلاميذ الطور الثاني من التعليم الإبتدائي (9-11 سنة)؟

- الطريقة وأدوات:

1- حدود البحث:

- 1-1 **المجال المكاني:** تمثل المجال المكاني في مدينة الأغواط وقع الإختيار على المدرسة الإبتدائية بن جدو بعيط والمدرسة الإبتدائية عويسي الطيب.
- 1-2 **المجال الزمني:** إستغرقت فترة العمل من 08 /09/ 2018 إلى غاية 02/12/2018، بحيث كان إجراء القياس القبلي للمجموعة التجريبية يوم الأحد 09/09/2018 والمجموعة الشاهدة يوم الأربعاء 12/09/2018، بعد ذلك تم تطبيق البرنامج يوم 16/09/2018 إلى غاية 25/11/2018، وتم إجراء القياس البعدي على المجموعة التجريبية يوم الأحد 02/12/2018، أما المجموعة الشاهدة يوم الأربعاء 05/12/2018.
- 1-3 **المجال البشري:**

1-3-1 **مجتمع الدراسة:** ويمثل تلاميذ الطور الثاني من التعليم الإبتدائي (9-11 سنة) ذكور لمدينة الأغواط وهم 3673 تلميذ.

1-3-2 **عينة الدراسة:** بحيث اختيرت عينة البحث بالطريقة الغير احتمالية بأسلوب العينة القصدية وقد بلغ حجمها الكلي (60) تلميذ يدرسون في التعليم الإبتدائي في مرحلة السن الواقعة ما بين (11-9 سنة) بمدينة الأغواط بنسبة 1.63 % من المجتمع الأصلي، مقسمة إلى (30) تلميذ من مدرسة بعيط بن جدو كمجموعة تجريبية و(30) تلميذ من مدرسة عويسي الطيب كمجموعة شاهدة، كما تم إستبعاد ثلاثة أفراد من العينة إثنان لعدم توفر شروط تكافؤ العينة، وتم دراسة تجانس عينة البحث بين المجموعة التجريبية والمجموعة الشاهدة وتوصلنا إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا

بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الشاهدة تعزى لمتغير العمر الزمني (السن)، و متغير الوزن (كغ)، و متغير الطول (السنتمتر) .

2- إجراءات البحث

2-1- منهج البحث المستخدم في البحث: في هاته الدراسة نهدف إلى التعرف على أثر برنامج بإستخدام الألعاب المصغرة على تطوير التوازن الديناميكي عند تلاميذ الطور الثاني من التعليم الابتدائي، وجدنا أن المنهج المناسب هو المنهج التجريبي وهو منهج البحث الوحيد الذي يمكنه الإختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر (غليس محمد وآخرون، 2019، ص305).

2-2- تحديد المتغيرات

أ- المتغير المستقل: البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام الألعاب المصغرة
ب- المتغير التابع: التوازن الديناميكي لدى تلاميذ الطور الثاني إبتدائي

2-3- أدوات البحث:

2-3- تحديد محتوى البرنامج: وتم بناء البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام الألعاب المصغرة في صورته الأولية من خلال الدراسات السابقة وتم عرضه على الخبراء والمختصين (المحكمين) كشرط أساسي، ثم تم إخراجها في صورته النهائية وتطبيقه عينة الدراسة في مدة قدرها (11) أسبوع، العدد الكلي للوحدات التعليمية (11) وحدة تعليمية، وذلك حسب ما ورد في منهاج وزارة التربية المقرر لتلاميذ الطور الثاني من التعليم الإبتدائي وذلك بواقع وحدة تعليمية في الأسبوع زمنها (45 دقيقة) بما فيها المرحلة التحضيرية والختامية، حيث يكون التركيز على نسبة تطوير التوازن الديناميكي من خلال إختيار الألعاب في الحصة هي الأكبر مقارنة بالقدرات الحركية الأخرى، وتم تقسيم البرنامج إلي 03 دورات حيث كانت كالاتي:

- 1- الدورة الأولى (تنمية التوازن الديناميكي): بحيث تتكون من 04 وحدات تعليمية تطبق بشدة متوسطة، حيث كانت درجة الحمل بين 65-70 % . وبحجم ساعي إجمالي 3 سا على مدى 03 أسابيع.
- 2- الدورة الثانية (تحسين التوازن الديناميكي): بحيث تتكون من 04 وحدات تعليمية تطبق بشدة عالية، حيث كانت درجة الحمل بين 70-90 % . وبحجم ساعي إجمالي 3 سا على مدى 04 أسابيع.
- 3- الدورة الثالثة (تطوير التوازن الديناميكي): بحيث تتكون من 03 وحدات تعليمية تطبق بشدة قصوى، حيث كانت درجة الحمل بين 90-100 % . وبحجم ساعي إجمالي 2 سا و15د على مدى 03 أسابيع.
- 2-3- ب- إختبار التوازن الديناميكي: وتم إختيار الإختبار الوثب والتوازن فوق العلامات (باس المعدل) في صورته الأولى من خلال الدراسات السابقة وتم عرضه على الخبراء والمختصين (المحكمين) كشرط أساسي، ثم تم إخرجه في صورته النهائية وتطبيقه على عينة محايدة لها نفس خصائص عينة الدراسة قوامها 10 تلاميذ (بطريقة التطبيق مرتان الإختبار وإعادة نفس الإختبار (تحصلنا على معامل ثبات قدره 0.96 وهو دال إحصائيا).
- 2-4- المعالجة الإحصائية: المتوسط الحسابي، اختبار (t) لمجموعتين غير مستقلتين، اختبار (t) لمجموعتين مستقلتين، معامل الارتباط الخطي البسيط (كارل بيرسون)، تم إستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS.

- عرض وتحليل النتائج:

1- عرض وتحليل نتائج اختبار التوازن الديناميكي لمجموعتين غير مستقلتين:

جدول رقم (02) يبين نتائج اختبار التوازن الديناميكي القبلي والبعدي للمجموعة

التجريبية:

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		الفرق بين المتوسطات	قيمة t	الدلالة الإحصائية
	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري			
التوازن	55.80	8.36	75.00	9.13	19.20	3.08	2.26

يوضح الجدول رقم (02) النتائج القبلية البعدية لاختبار قياس التوازن الديناميكي للمجموعة التجريبية (مجموعتين غير مستقلتين)، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية (55.80)، بانحراف معياري قدره (8.36)، وبلغت قيمة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي لنفس الاختبار بـ (75.00) بانحراف معياري قدره (9.13)، كما إن قيمة الفرق بين المتوسط الحسابي للاختبارين المقدرة بـ (19.20)، تدل على وجود فروق معنوية عند درجة الحرية 29، وبلغت قيمة t المحسوبة 3.08 عند قيمة t الجدولية 2.26 عند درجة حرية 29 ومستوى دلالة 0.05، ومن خلال هاته النتائج يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمجموعتين غير مستقلتين بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (تلاميذ مدرسة بن جدو بعبط) لصالح الاختبار البعدي.

2- عرض وتحليل نتائج اختبار التوازن الديناميكي لمجموعتين مستقلتين:

تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة على تطوير التوازن الديناميكي لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي (11-9 سنة).

جدول رقم (03) يبين نتائج إختبار التوازن الديناميكي البعدي للمجموعة التجريبية واختبار التوازن الديناميكي البعدي للمجموعة الشاهدة ("t" لمجموعتين مستقلتين):

الاختبار	الاختبار البعدي للمجموعة الشاهدة		الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطات	قيمة t مح	قيمة t جدوليه	الدالة الإحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
التوازن	65.00	8.25	75.00	9.13	10	3.14	2.26	دال

يوضح الجدول رقم (03) مقارنة النتائج البعدية لاختبار قياس التوازن الديناميكي بين مجموعتين مستقلتين، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الشاهدة (تلاميذ مدرسة عويسي الطيب بالأغواط) (65.00)، بانحراف معياري قدره (8.25)، وبلغت قيمة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (تلاميذ مدرسة بعيط بن جدو بالأغواط) ب (75.00) بانحراف معياري قدره (9.13)، كما إن قيمة الفرق بين المتوسط الحسابي للاختبارين قدرت ب (10) تدل على وجود فروق معنوية عند درجة الحرية 58. وبلغت قيمة t المحسوبة (3.14) عند قيمة t الجدولية (2.26) عند درجة حرية (58) ومستوى دلالة (0.05)، ومن خلال هاته النتائج يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتين مستقلتين لصالح المجموعة التجريبية (تلاميذ مدرسة بعيط بن جدو بالأغواط).

- مناقشة النتائج

1- مناقشة نتائج اختبار التوازن الديناميكي القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية:

عند مقارنة نتائج اختبار التوازن الديناميكي القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية كانت دالة إحصائيا لصالح الاختبار البعدي، وهذا يدل على تطور إيجابي في مستويات التوازن الديناميكي في هذا الاختبار، ويرجع هذا إلى فعالية الألعاب والمواقف المستخدمة في البرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة التجريبية، وتجدر الإشارة هنا إلى نفس النتائج التي تحققت في دراسة أسعد حسين عبد الرزاق (2009): تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7- 8 سنوات) حيث توصل إلى أن استعمال الألعاب الصغيرة أثر بشكل إيجاب وكبير في فاعلية أداء التلاميذ، الأمر الذي أدى إلى تطوير القدرات البدنية والحركية (التوازن) موضوع البحث.

2- مناقشة نتائج اختبار التوازن الديناميكي البعدي لكل من المجموعة التجريبية

والمجموعة الشاهدة:

عند مقارنة نتائج اختبار التوازن الديناميكي البعدي لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الشاهدة كانت ذات دلالة إحصائية، وهذا يدل على وجود تطور في مستويات نتائج هذا الاختبار لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الشاهدة لصالح المجموعة التجريبية، ويرجع هذا إلى فعالية الألعاب والمواقف المستخدمة في البرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة التجريبية، وهذا يدل على تحسن وتطور إيجابي في قدرة التوازن الديناميكي لصالح المجموعة التجريبية حيث تتفق هذه النتائج مع دراسته جاسم محمد النايف الرومي في (1999) التي توصلت إلى أنه توجد فروق معنوية وذات دلالة إحصائية بين المجموعة الشاهدة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية.

وعلى ضوء ما سبق نستخلص أن للبرنامج التعليمي باستخدام الألعاب المصغرة فاعلية على تطوير قدرة التوازن لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي (9-11 سنة). حيث أثبتت هذه الدراسة أن هذا البرنامج يؤثر إيجابا في تطوير التوازن الديناميكي لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي (9-11 سنة)، إلا أن هذا التأثير لم يكن ذا فاعلية كبيرة عند مقارنته بالمجموعة الشاهدة وهذا راجع لضيق وقت الحصة والمدة، لذا يمكن القول بأن هذا البرامج التعليمي باستخدام الألعاب المصغرة ليس له فاعلية كبيرة في تطوير التوازن الديناميكي في وقت قصير.

- خاتمة:

بعد القيام بدراسة تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة على تلاميذ الطور الثاني ابتدائي (11-9 سنوات) وذلك خلال الموسم الأول من السنة الدراسية (2018/2019) لتطوير التوازن الديناميكي، توصلنا إلى مجموعة من الاستنتاجات التي تبرز مدى أهمية البرامج التعليمي المقترح في إحداث مجموعة من التغيرات البدنية والحركية، والتي تظهر في وجود فروق دلالة إحصائية عند الاختبار القبلي والبعدي للتوازن الديناميكي، لصالح الاختبار البعدي، أي أن هذا البرامج التعليمي له تأثير إيجابي في تطوير التوازن الديناميكي، إلا أن هذا التأثير لم يكن ذا فاعلية كبيرة عند مقارنته بالمجموعة الشاهدة وهذا راجع لضيق الوقت والمدة، لذا يمكن القول بأن هذا البرامج التعليمي باستخدام الألعاب المصغرة ليس له فاعلية كبيرة في تطوير التوازن الديناميكي في وقت قصير.

في دراستنا هذه لم نركز على باقي القدرات الحركية وهذا راجع إلى نقص الحجم الساعي لحصة التربية البدنية والرياضية في المقرر وكذا ضيق الوقت ويمكن أن تكون هذه المؤشرات كمشكلات تستدعي دراسات مستقبلية.

– الإحالات والمراجع:

المراجع باللغة العربية:

1. إدريس خوجة محمد رضا، أثر برنامج تدريبي على التوازن والالتزان في رياضة الجمباز (الفني) بحث تجريبي على جمبازيات الفريق الوطني، مجلة العلوم و التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد7، العدد 7، 2010، <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/358>.
2. بن زيدان حسين، دراسة مقارنة لصفة التوازن بين التلاميذ الأسوياء والمعاقين سمعيا (12-09) سنة، مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 8، العدد 8، 2011. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/294>
3. بن عبد الرحمن لطفي، مهدي محمد، علالي طالب، دراسة مقارنة لبعض القدرات الحركية ومؤشر كتلة الجسم بين الأطفال الأصحاء والمصابين بمتلازمة داون (9-12 سنة)، مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية ، المجلد 16، العدد 2، 2019. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/102706>
4. جاسم محمد نايف الرومي، اثر برنامجي الألعاب الصغيرة والألعاب الحركية في بعض القدرات البدنية والحركية لأطفال الرياض، أطروحة دكتوراه (جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، 1999.
5. حجاب عصام، فاعلية برنامج تدريبي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة في تطوير المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 17 سنة، المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية المجلد 16، العدد 2 مكرر، 2019. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/102986>
6. حمودي عائدة، أثر استخدام الألعاب الحركية في تحسين الإدراك الحسي الحركي لدى فئة المتخلفين عقليا (تخلف متوسط) ذكور (9 -11 سنة)، مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد10، العدد 10، 2013. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/422>

7. عامر سعيد جاسم محمد، سوسن هود عبيد، أثر الألعاب الصغيرة في اكتشاف الأطفال الموهوبين وتطوير الإدراك الحس - حركي لديه، مجلة العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 6، العدد 6،
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/422>
8. عبد الحميد شرف، التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ط2، 2005.
9. غليس محمد، بلكبش قادة، ماحي صفيان، أثر برنامج تأهيلي مقترح لتحسين مستوى المدى الحركي للعمود الفقري لدى مرضى الانزلاق الغضروفي القطني، مجلة العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 16، العدد 3،
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/103002> 2019.
10. فريدة إبراهيم عثمان: التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية، ط1، مطبعة الفيصل، الكويت، 1987.
11. كتشوك سيدي محمد، بن قناب الحاج، بن برنو عثمان، أثر تدريب بعض القدرات الحركية الخاصة (القدرة العضلية، الرشاقة، التوازن) على قوة ودقة مهارات اللكم والركل لدى ناشئي الكراتي-دو، مجلة العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 10، العدد 10، 2013.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/156>
12. هشام أحمد مهيب، كاشف زايد نايف، منصور بن سلطان الطوقي، مستوى بعض القدرات الحركية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظة مسقط، مجلة العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 7، العدد 7، 2010.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/351>
13. زياد احمد الطويسي، مجتمع الدراسة والعينات، مديرية تربية لواء البتراء، 2001/ 2000.

المراجع باللغة الأجنبية:

1. Henri Lamour, Taitré thématique de pidagogie de l'EPS, Edition vigot, paris, 1986
2. Baechle. T. R, Earle. R. W, Essentials of strength training and conditioning 2nd ed. (USA) : Huan Knetics, 2000.