

ISSN: 2392-5442, ESSN: 2602-540X		مجلة المنظومة الرياضية
المجلد: 10 العدد: 02 السنة: 2023		مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة الجزائر
الصفحات: 240-227		تاريخ الإرسال: 2023/03/09. تاريخ القبول: 2023/08/16

أثر برنامج مقترح للتربية الحركية على تنمية بعض القدرات الحركية لدى تلاميذ السنة الثالثة ابتدائي
بعمر (8-9) سنوات

The effect of a proposed motoreducation program on the development of some motor abilities of third-year primary school students at the age of (8-9) years

صالح زيادي^{1*} ، عبد المالك معلم²

¹ جامعة مصطفى بن بولعيد باتنة 2 (الجزائر)، s.ziadi@univ-batna2.dz

² جامعة مصطفى بن بولعيد باتنة 2 (الجزائر)، a.maalem@univ-batna2.dz

ملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج مقترح للتربية الحركية على تنمية بعض القدرات الحركية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، حيث تم اعتماد المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة وطبقت الدراسة على عينة قوامها (15) تلميذ وتلميذة بعمر (8-9) سنوات التي اختيرت بطريقة عشوائية من أقسام السنة الثالثة ابتدائي، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية البرنامج المقترح في تنمية هذه القدرات الحركية.
الكلمات المفتاحية: برنامج، التربية الحركية، القدرات الحركية

Abstract :

The study aimed to identify the impact of a proposed program for motor education on the development of some motor abilities of primary school students, where the experimental approach was adopted in a one-group design, and the study was applied to a sample of (15) male and female students aged (8-9) years, which were chosen randomly. From the sections of the third year of primary school, and the study found the effectiveness of the proposed program in developing these motor abilities.

Keywords : program, Motor education, motor abilities

* المؤلف المرسل

1. مقدمة:

يرى تشارلز بوتشر وهو من علماء التربية الرياضية البارزين - ان التربية الحركية مدخل هام لتدريس التربية الرياضية حيث انها معنية بالحركات الأساسية للإنسان مثل: (الجري، الوثب، المشي، التسبق، الدحرجة... إلخ) من الحركات الأساسية، وهذه الحركات هي الأصل في جميع المهارات الحركية البسيطة والمركبة بأنواعها المختلفة والتي تشكل في النهاية المهارات الرياضية الخاصة، كما تعتبر التربية الحركية مدخلا رئيسيا لتفجير طاقات الأطفال وإثارة دوافعهم نحو الإبداع والتعلم والإبتكار، معنى هذا أنه يمكن أن نعتبر التربية الحركية هي القاعدة الأساسية التي تبدأ منها التربية الرياضية، أو هي الخطوات الأولى للتربية الرياضية. (مفتي، 2000، ص 49).

وتعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل في حياة الإنسان لما لها من أثر كبير على حياته المستقبلية، إذ تعد الأساس الذي تبنى عليه بقية مراحل حياته، ونظرا لتمييز الأطفال في هذه المرحلة العمرية التعطش الجامح للحركة إذ لا بد من إرواء ذلك العطش من استخدام أساليب تعليمية حديثة، حيث تستخدم فيها الحركة كوسيلة أساسية في العملية التربوية، ويعد درس التربية الرياضية في المدارس بيئة تعليمية مناسبة لنمو الطفل إذ تبنى على أسس تعليمية سليمة (إبراهيم والمفتي، 2011، ص 190).

تعتبر التربية الحركية نظام تربوي يعتمد على مدخلات نفس حركية متمثلة في الإمكانيات الحركية والأساسية والطبيعية للطفل، لأنه من خلال ممارسة الطفل للنشاط الحركي تتيح له معرفة جسمية ونفسية وتنمية قدراته ومعارفه في ضوء البيئة التعليمية المتاحة، ومن هنا نستطيع القول أن التربية الحركية تهدف إلى حل المشكلات الحركية للطفل عن طريق حركات طبيعية متعددة خلال النشاط البدني الرياضي فضلا عن مشاركته الإيجابية.

وتشير خبرة تربية الطفل الروسية " خريبكوف" إلى ان السنوات الثمانية الأولى من عمر الطفل تعتبر فترة حرجة لمعالجة وحلحلة مشكلاته الحركية كاملة وأن إهمالنا لهذه الفترة لها تبعات على نمو القدرات الحركية وتطورها.

ويرى **rigalrobert** أن برامج التربية الحركية تسعى إلى تطوير إمكانيات الطفل وقدراته الحركية لتحقيق التناغم والتناسق والتوافق والتوازن من خلال ممارسة لأنشطة حركية منظمة في مواقف تعليمية داخل أو خارج المدرسة، ومن هنا أدركنا أهمية القدرات الحركية وأثار تطويرها على النمو الحركي لدى الطفل وتنمية ثروته الحركية لا سيما في فترة الطفولة الحرجة والحساسة لتنمية هكذا قدرات ولأهمية برامج التربية الحركية ولإعتمادها على الحركات الطبيعية للطفل واتخاذها كمادة أولية لنموه الحركي وتنمية قدراته البدنية والحركية، ولهذا إرتأينا تصميم وبناء برنامج مقترح للتربية الحركية بمحتويات تستثمر في الحركة الأساسية للطفل وتستهدف بعض القدرات الحركية التي تعتبر من أهداف التربية الحركية ومن أولوياتها في فترات حرجة وحساسة بالنسبة للطفل وهذا ما جعلنا نطبق البرنامج المقترح على أطفال المرحلة الإبتدائية لأنها تعتبر أخصب فترات النمو الحركي والمهاري فضلا على انها تعتبر فترة إنتقالية من المهارات الحركية الأساسية - كهدف في حد ذاتها - إلى مرحلة أداء المهارات المرتبطة بالأنشطة الرياضية ويتميز الطفل في هذه الفترة بالقابلية للتنمية الحركية والنشاط والحيوية من حيث الإستكشاف والمزوجة بين العديد من المهارات والأنماط الحركية وبالتالي أي تقصير أو تهاون في استثمار خصائص هذه الفترة سيؤدي حتما إلى تشوه الشكل الظاهري للواجبات الحركية وإعاقة مراحل النمو اللاحقة

، ولهذا راعينا في بناء البرنامج أسس علمية دقيقة تستجيب لميولات وإمكانات واحتياجات أطفال هذه المرحلة لتنمية قدراتهم الحركية إيماناً منا بأهمية تطوير قدرات الطفل الحركية المختلفة وأثارها على جوانب النمو الأخرى لبناء شخصية متكاملة ، وبناء على ماسبق حاولنا من خلال بحثنا هذا الإجابة عن التساؤل العام التالي:

"هل يؤثر برنامج التربية الحركية المقترح في تنمية بعض القدرات الحركية لدى أطفال المرحلة الابتدائية بعمر

(8-9) سنوات؟"

1.1.1 التساؤلات الفرعية:

انطلاقاً من التساؤل العام تم طرح التساؤلات الفرعية كمايلي:

✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية وعملية بين نتائج القياس القبلي والبعدي في التوازن الحركي للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج المقترح.

✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية وعملية بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوافق الحركي (العين مع الرجل) بعد تطبيق البرنامج المقترح.

2. الفرضية العامة:

"يؤثر برنامج التربية الحركية المقترح في تنمية بعض القدرات الحركية لدى أطفال المرحلة الابتدائية بعمر (8-9)

(9) سنوات."

1.2 الفرضيات الجزئية :

اقترح الباحثان حلول مؤقتة للتساؤلات الفرعية وتمثلت فيما يلي:

✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية وعملية بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوازن الحركي بعد تطبيق البرنامج المقترح .

✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية وعملية بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوافق الحركي (العين مع الرجل) بعد تطبيق البرنامج المقترح .

3. أهداف الدراسة:

تمثلت أهداف الدراسة فيما يلي:

✓ إعداد برنامج تربية حركية لتنمية بعض القدرات الحركية لدى أطفال المرحلة الابتدائية بعمر (8-9) سنوات.

✓ إبراز مدى تأثير برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية التوافق الحركي لدى عينة الدراسة.

✓ إبراز مدى تأثير برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية التوازن الحركي لدى عينة الدراسة.

4. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1.1.4 البرنامج:

اصطلاحاً:

عبارة عن الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطة صممت سلفا مما يتطلبه ذلك التنفيذ، من توزيع زمني وطرق وإمكانات تحقيق هذه الخطة. (الشرفاوي، 2011، ص160)
اجرائيا:

عبارة عن مخطط لبرمجة أنشطة حركية متنوعة موزعة على جدول زمني فضلا عن الوسائل التعليمية اللازمة لممارسة هذه الأنشطة .

2.4 التربية الحركية:

اصطلاحا:

هي نظام تربوي مبني بشكل أساسي على الإمكانيات النفس حركية المتاحة لدى الطفل. (الدليبي، 2000، ص13)
اجرائيا:

هي مجموعة أنشطة حركية هادفة موضوعة بأسس علمية ومناسبة لقدرات وإمكانيات أطفال السنة الثالثة ابتدائي من أجل تطوير قدراتهم الحركية .

3.4 القدرات الحركية:

اصطلاحا:

هي القدرات التي لا تعتمد على الكفاية الفيزيولوجية وإنما تعتمد على التحكم والسيطرة على الحركة وكفاءة الجهاز العصبي العضلي وتتطور بالتدريب والممارسة وحسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية.
اجرائيا:

هي قدرات يكتسبها طفل السنة الثالثة ابتدائي عن طريق ممارسة أنشطة حركية متنوعة تعتمد على عامل السيطرة الحركية وبالتالي كفاءة الجهاز العصبي الحركي.
5. الدراسات السابقة والمشاركة:

1.5 دراسة ناهدة عبد زيد الدليبي (2010)

" تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7- 8) سنوات."

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير ألعاب صغيرة مقترحة على تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7- 8) سنوات ، حيث اعتمدت الباحثة المنهج التجريبي، وعينة قوامها (38) تلميذة من المرحلة الابتدائية مقسمة إلى مجموعتين متساويتين تجريبية وضابطة وطبقت الباحثة الألعاب الصغيرة ضمن وحدات تعليمية البالغ عددها (8) وحدات التي استغرقت أربع أسابيع بواقع وحدتين كل أسبوع وكان زمن الوحدة (40) دقيقة وتمثلت أدوات الدراسة في اختبارات القدرات الحركية والمهارات الأساسية .

توصلت الباحثة إلى أن مفردات الألعاب الصغيرة المقترحة لها دورا فاعلا وكبيرا في تطوير القدرات الحركية المحددة و بعض المهارات الأساسية

2.5 دراسة مالك رضا 2018

" اقتراح برنامج تعليمي في التربية الحركية لتطوير بعض المهارات الحركية والأساسية والقدرات الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية (6-9) سنوات."

هدفت الدراسة إلى التعرف على أهمية برامج التربية الحركية ومدى مساهمتها في تطوير المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية للفئة العمرية (6-9) سنوات حيث أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (352) تلميذ واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة ، حيث تمثلت أداة الدراسة في بطارية اختبارات لإختبار روبرت جونسون لأطفال المدرسة الابتدائية. وأسفرت النتائج على أن البرنامج المقترح أدى إلى تحسين المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لدى أطفال المرحلة الابتدائية.

3.5 دراسة عوينتي هوارى 2020

" أثر فاعلية برنامج للألعاب الحركية في تنمية القدرات الإدراكية (الحسية – الحركية) وصفة التوازن لأطفال الطور الابتدائي (6-7) سنوات."

هدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج للألعاب الحركية في تنمية القدرات الإدراكية (الحسية – الحركية) وصفة التوازن لأطفال الطور الابتدائي (6-7) سنوات، وذلك بالاعتماد على المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين، وقد شملت عينة البحث تلاميذ الصف الأول ابتدائي، تم اختيار عينة عمدية قوامه (22) تلميذ، وشملت أدوات البحث من مقياس دايتون المسحي للإدراك الحسي الحركي واختبار الوقوف على المشط.

وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- البرنامج المقترح للألعاب الحركية أثر إيجاباً على صفة التوازن وبعض القدرات الإدراكية (الحسية – الحركية) لدى أطفال الصف الأول (6-7) سنوات.

1.6 الإجراءات الميدانية للدراسة:

1.6 الدراسة الاستطلاعية:

قبل الإنطلاق في الدراسة الرئيسية قمنا بإجراء دراسة استطلاعية من أجل ضبط مجريات الدراسة الرئيسية وكانت عبر النسق التالي:

- التأكد من توفر أرضية صالحة لتطبيق البرنامج المقترح .
- ملائمة محتوى البرنامج لقدرات وميولات تلاميذ السنة الثالثة ابتدائي.
- إدراك الوقت اللازم لتنفيذ أداة الدراسة على كامل أفراد العينة.
- حساب الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.
- تقدير دافعية التلاميذ نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي .

- معاينة كن كئب طبيعة الصعوبات التي سنواجهها والقدرة على التحكم في تلاميذ هذه المرحلة العمرية أثناء الدرس.

2.6 منهج الدراسة:

ونظرا لطبيعة بحثنا اعتمدنا المنهج التجريبي لملائمته طبيعة مشكلة وأهدف البحث ولأننا بصدد رصد أثر المتغير المستقل على المتغير التابع، يهدف المنهج التجريبي إلى إقامة العلاقة التي تربط السبب والنتيجة، فإننا نقوم بإجراء التجربة التي يتم من خلالها معالجة متغير أو أكثر بتغيير محتواه عدة مرات ويسمى هذا المتغير المستقل. إن هذه العملية تسمح بدراسة آثار المتغير المستقل في المتغير الذي يتلقى تأثيره المسمى المتغير التابع. (لقويني وحرواش، 2020، ص126).

3.6 مجتمع الدراسة:

تمثل مجتمع الدراسة في أربع أفواج تربوية من السنة الثالثة إبتدائي ونظرا للإجراءات الصحية الإستثنائية التي أمّلتها جائحة كورونا والبروتوكول الصحي المطبق من طرف الوزارة الوصية قسمت الأقسام إلى أفواج تربوية ، وتمثلت مفردات المجتمع في 76 تلميذ وتلميذة من المدرسة الإبتدائية بزعي حناني بلدية وادي نيني ولاية أم البواقي.

4.6 عينة الدراسة:

اختيرت عينة الدراسة عشوائيا من تلاميذ السنة الثالثة للمدرسة الإبتدائية بزعي حناني وكان قوامها (15) تلميذ وتلميذة .

5.6 متغيرات الدراسة :

تمثلت متغيرات الدراسة فيما يلي:

✓ المتغير المستقل: برنامج مقترح للتربية الحركية .

✓ المتغير التابع: القدرات الحركية.

6.6 مجالات الدراسة :

1.6.6 المجال البشري:

وتمثل في تلاميذ السنة الثالثة إبتدائي بمدرسة بزعي حناني الإبتدائية بلدية وادي نيني ولاية أم البواقي.

2.6.6 المجال المكاني:

جرت الدراسة في المدرسة الإبتدائية بزعي حناني بلدية وادي نيني ولاية أم البواقي.

3.6.6 المجال الزمني:

انطلقت مجريات الدراسة في 12-12-2021 وانتهت في يوم 26-04-2022.

7.6 أدوات البحث:

تمثلت أدوات البحث في اختبارات القدرات الحركية (التوازن الحركي، التوافق الحركي).

1. إختبار التوازن الديناميكي: (عباس، 2006، ص 213)

- الهدف من الإختبار:

قياس التوازن الديناميكي للجسم.

- الأدوات المستعملة:

ساعة توقيت، صافرة.

- مواصفات الإختبار:

يقف التلميذ المختبر على قدم واحدة مع مد الذراعين للأمام والجسم معتدل القائمة، عند سماع صافرة البدء يقوم التلميذ المختبر بثني الجذع الأسفل مع امتداد القدم للمس الذراعين الأرض ثم العودة إلى حالة الوقوف.
- طريقة التقويم :

يتم حساب عدد المحاولات الصحيحة الناجحة المتمثلة بلمس الذراعين الأرض لمدة (20) ثانية، ولا يتم احتساب المحاولات المتمثلة بعدم لمس الذراعين الأرض أو لمس القدم الثانية الأرض أو ثني التي يقف عليها المختبر ، علما أن كل ثني ومد تعد محاولة واحدة.

2. إختبار الدوائر المرقمة: (دريسي وساسي، 2022، ص 388)

- الغرض من الإختبار:

قياس توافق الرجلين والعينين.

-الأدوات:

ساعة إيقاف، يرسم على الأرض ثماني دوائر على أن يكون قطر كل منها ستين (60) سم، وترقم من 1 إلى 8.

- مواصفات الأداء:

يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1) عند سماع إشارة البدء يقوم الوثب بالقدمين معا إلى الدائرة (2)، ثم إلى الدائرة (3)، ثم إلى الدائرة (4).....حتى الدائرة رقم (8)، يتم الإنتقال بين الدوائر بأقصى سرعة.
-التقويم:

يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الإنتقال بين الدوائر

8.6 الأسس العلمية لاختبارات البحث:

1.8.6 الثبات:

يقصد بثبات الاختبار استقرار النتائج عند إعادة الإختبار عدة مرات تحت نفس الظروف والشروط حيث استخدم الباحثان طريقة تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار (Test-Retest Method) على (8) تلاميذ من غير عينة البحث الرئيسية وبفاصل زمني مدته أسبوع واحد ، و تم إيجاد معامل الارتباط البسيط بين نتائج كل من التطبيق الأول والتطبيق الثاني.

2.8.6 الصدق:

يعد الصدق أحد أهم الشروط الواجب توافرها في أدوات القياس وهو من أهم معايير جودة الإختبار، إن صدق الإختبار يعني ما الذي يقيسه الإختبار وكيفية صحة هذا القياس. (لقوفي و ربيعي، 2022، ص1013)، وقمنا بحساب صدق الإختبارات عن طريق الصدق الذاتي الذي يمثل الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

الجدول (1): يوضح قيمة معاملات الصدق والثبات لإختبارات القدرات الحركية

معامل الصدق	معامل الارتباط	قيمة ر الجدولية	الأسبوع الثاني		الأسبوع الأول		الإحصاءات إختبارات القدرات الحركية
			± ع		س-		
			بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	
0.91	0.84**	0.707	1.85	1.88	8	7.87	إختبار التوازن الحركي
0.93	0.087**		2.31	1.64	15.75	14.87	إختبار التوافق الحركي

درجة الحرية (2-8) = 6 مستوى الدلالة (0.05)

المصدر: الباحثين، spss نسخة 2021

يتضح من الجدول (1) أن قيم معامل الثبات أكبر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (0.707) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (6) لجميع إختبارات القدرات الحركية، وهذا يدل على وجود ثبات عال بين تطبيق الأسبوع الأول والثاني، وتظهر معاملات الصدق الذاتي عالية جدا مما يدل على صدق الإختبارات المعتمدة في دراستنا.
- اعتدالية توزيع بيانات العينة الأساسية لإختبارات البحث في القياسين القبلي والبعدي:
جدول (2): دلالة التوزيع الطبيعي لبيانات إختبارات البحث في القياسين القبلي والبعدي.

القياس البعدي		القياس القبلي		إختبار دلالة التوزيع
التوازن الحركي	التوافق الحركي	التوازن الحركي	التوافق الحركي	
0.841	0.328	0.823	0.994	قيمة sig لإحصاءة شايرو ويلك
موزع توزيعي طبيعي	موزع توزيعي طبيعي	موزع توزيعي طبيعي	موزع توزيعي طبيعي	دلالة التوزيع الطبيعي

المصدر: الباحثين، spss نسخة 2021

من الجدول (2) نلاحظ أن قيم sig لإحصاء شايرو ويلك كانت جميعها أكبر من مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أن بيانات الإختبارات الخاصة بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي تتوزع توزيعا طبيعيا وبالتالي ستم المعالجة الإحصائية المعلمية عند المقارنة بين إختبارات الدراسة (إختبار ت).

9.6 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحثان جملة من وسائل الإحصاء بغية تحليل وتفسير ومناقشة فرضيات البحث في ضوء الأهداف

المرجوة وتمثلت في:

- ✓ المتوسط الحسابي.
- ✓ الإنحراف المعياري.
- ✓ معامل الارتباط بيرسون
- ✓ إختبار (ت) لعينتين مترابطتين.
- ✓ إختبار شابيرو ويلك.
- ✓ معامل (d) الكوهن لقياس حجم الأثر.
- ✓ برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (spss)

10.6 برنامج التربية الحركية المقترح :

اعتمد الباحث في تصميم البرنامج المقترح على الدراسات والمصادر العلمية التي تناولت موضوع القدرات الحركية الحديثة في التربية الحركية لمرحلة الإبتدائي ومحتويات برامج التربية الحركية المعدة لتعزيز نمو مهارات وقدرات الأطفال الحركية.

وبالرجوع إلى المختصين في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس وعلم النفس الرياضي من داخل وخارج الوطن، تم وضع برنامج للتربية الحركية مقترحاً لتنمية وتطوير بعض القدرات الحركية ينسجم والخصائص العمرية وميول وقدرات أطفال المرحلة المتوسطة عامة وأطفال بأعمار (8-9) سنوات على وجه الخصوص، ثم قمنا بعرض البرنامج على مجموعة من الخبراء والمختصين لاستطلاع آرائهم في محتويات البرنامج المقترح، وقد أقرّوا بصلاحيته استخدامه وبنسبة اتفاق عالية، مع اقتراح بعض التعديلات والتوصيات.

إذ تمّ تحديد البرنامج المقترح على وفق أسس التربية الحركية ضمن مجالات حركية متعدّدة الاتجاهات ومتنوعة الأغراض تهدف إلى تنمية القدرات الحركية لدى تلاميذ السنة الثالثة إبتدائي بعمر (8-9) سنوات.

وقد تضمن البرنامج المقترح (الجانب التمهيدي والجانب التعليمي والتطبيقي وأخيراً الجانب الختامي)، والتجربة الرئيسة وتنفيذ البرنامج المقترح كما يلي:

✓ تمّ تنفيذ الإختبار القبلي باستخدام إختبارات القدرات الحركية على المجموعة التجريبية في يوم: (09 / فيفري / 2022).

✓ تمّ تنفيذ وحدات البرنامج المقترح لفترة (10) أسابيع، ولقد تضمن البرنامج (20) وحدة تعليمية، بواقع (2) وحدة أسبوعياً، والزمن (45) دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة.

✓ قامت المجموعة التجريبية بتطبيق برنامج المقترح للتربية الحركية تحت إشراف الباحثان.

✓ تمّ تنفيذ الإختبار البعدي على المجموعة التجريبية عن طريق إعادة تطبيق إختبار القدرات الحركية في يوم: (25 /

04/ 2022)، وذلك بعد الانتهاء من تطبيق برنامج التربية الحركية المقترح، وفي ظروف مماثلة للإختبار القبلي.

7. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة:

1.7 عرض وتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضية الأولى:

نص الفرضية الأولى:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية وعملية بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوازن الحركي بعد تطبيق البرنامج المقترح الحركي."

الجدول (3): يوضح دلالة الفروق بين متوسطات الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوازن الحركي

إختبارت لعينتين مرتبطتين والفروق بين الإختبارين							
قبلي - بعدي للمجموعة التجريبية	متوسط حسابي	إنحراف معياري	ت درجة الحرية	Sig 2(tailed)	حجم الأثر kohen's(d)	مستوى الدلالة	
إختبارالتوازن ن الحركي	-4.86	2.19	-8.56	0.00	2.22	دال إحصائيا	

المصدر: الباحثين، spss نسخة 2021

من الجدول (3) نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي للفروق بين الإختبارين القبلي والبعدي بلغت 4.86 وإنحراف معياري قدره 2.19 ومن نفس الجدول نلاحظ ان قيمة ت هي 8.56 وقيمة sig كانت 0.00 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية مقدرة بـ 14 ومنه نجد ان قيمة sig أقل من مستوى الدلالة، حيث بلغت قيمة معامل حجم الأثر kohen's(d) 2.22 وبالتالي نقول أن هناك أثر ضخم للبرنامج المقترح، وبالتالي نستنتج وجود فروق ذات دلالة إحصائية وعملية بين الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوازن الحركي.

ويعزو الباحثان هذا التحسن الحاصل في التوازن الحركي إلى أن الوحدات التعليمية احتوت على أنشطة حركية تهدف إلى الإحتفاظ بتوازن الجسم في الأوضاع المختلفة وبأبعاد مختلفة للحركة أي أن الطفل يحاول أن يحافظ على توازن جسمه مع الزميل، في وجود أدوات وسائل مختلفة (العلاقات مع الأشياء) فضلا عن أداء الواجبات الحركية في اتجاهات مختلفة، فاحتواء البيئة على مثيرات حركية متنوعة أدى إلى الرفع من كفاءة الجهاز العصبي وقدرته في التحكم في الجهاز العضلي وبالتالي ظهور الحركات بأكثر إتزان ودقة، ويرى الباحثان أيضا أن هذه المرحلة تتسم ببطء نمو العضلات والعظام وبالتالي يزيد إتزان الجسم وقدرته الطفل على السيطرة على جسمه لاسيما عند ممارسته للنشاط الحركي واتفقت نتائج دراستنا مع نتائج دراسة رضا مالك (2018) التي أشارت إلى أثر البرنامج التعليمي المقترح في التربية الحركية إلى تنمية

التوازن الحركي وأن برامج التربية الحركية يمكن أن تساهم بصورة مباشرة في تنمية عناصر اللياقة البدنية والحركية لدى الطفل، واتفقت نتائجنا أيضاً مع نتائج دراسة عوينتي هوارى (2020) حيث أكدت فاعلية برنامج الألعاب الحركية في تنمية صفة التوازن لدى أطفال الطور الإبتدائي.

إن في مرحلة الطفولة المتوسطة يتحسن التوازن لدى الطفل وتكون له قابلية التعلم الحركي والاستعداد للتعلم ويعتبر الاستعداد والنضج من شروط التعلم الحركي وفي هذا الصدد يشير شفيق فلاح بقوله أن "التدريب إذا جاء في الوقت المناسب وهو الوقت الذي يكون فيه الطفل مستعداً من الناحية النضجية للإستفادة والتلقي كان مفيداً وناجحاً وأسهم في التطور الحركي عند الطفل (شفيق، 1989، ص185)

ويرى rigalrobert أن برامج التربية الحركية تسعى إلى تطوير إمكانيات الطفل وقدراته الحركية لتحقيق التناغم والتناسق والتوافق والتوازن من خلال ممارسة لأنشطة حركية منظمة في مواقف تعليمية داخل أو خارج المدرسة. (rigal, 2010, p39)، وهذا يعني أن الحركات الطبيعية للطفل يجب أن تستثمر في تنمية القدرات الحركية المختلفة للطفل من بينها التوازن الحركي الذي يعتبر عنصراً هاماً في جميع الأنشطة الرياضية فهي ليست هدفاً في حد ذاتها، الأمر الذي جعل الباحثان يبينان البرنامج الحركي على حركة الطفل الفطرية لتطوير توازنه الحركي.

وعلاوة على هذا فإنه في عمر (8-9) سنوات يكون هناك تناسق بين نسب الجسم للطرفين العلوي والسفلي ويحدث تحسن قدراته للإتزان لذا يجب ممارسة الأنشطة الحركية المتنوعة (راتب وخليفة، 2005، ص28) ولهذا أثرت تمارين التوازن المقدمة في إتزان جسم الطفل لأنه في هذه المرحلة يستطيع التحكم في جسمه نظراً لتساوي وتيرة نمو الرجلين والجذع وهذا ما يجعله مقاوماً للعوامل الخارجية التي تعمل على إفقاده توازنه أثناء أداء واجباته الحركية ومن هنا نتحقق لنا الفرضية التي مفادها أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية وعملية بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوازن الحركي بعد تطبيق البرنامج المقترح الحركي"

2.7 عرض وتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضية الثانية:

-نص الفرضية الثانية:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية وعملية بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوافق

الحركي بعد تطبيق البرنامج المقترح

إختبارات لعينتين مرتبطتين والفروق بين الإختبارين							
قبلي - بعدي للمجموعة التجريبية	متوسط حسابي	إنحراف معياري	ت	درجة الحرية	Sig 2(tailed)	حجم الأثر kohen's(d)	مستوى الدلالة
إختبار التوافق الحركي	4.20	1.14	14.18	14	0.00	3.68	دال إحصائياً

الجدول (1): يوضح دلالة الفروق بين متوسطات الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوافق الحركي

المصدر: الباحثين، spss نسخة 2021

من الجدول 1 نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي للفروق بين الإختبارين القبلي والبعدي بلغت 4.20 وبانحراف معياري قدره 1.14 ومن نفس الجدول نلاحظ أن قيمة ت هي 14.18 وقيمة sig كانت 0.00 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية مقدرة بـ 14 ومنه نجد أن قيمة sig أقل من مستوى الدلالة، حيث بلغت قيمة معامل حجم الأثر (d) 3.68 وبالتالي نقول أن هناك أثر ضخم للبرنامج المقترح ، وبالتالي نستنتج وجود فروق ذات دلالة إحصائية وعملية بين الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوافق الحركي.

ويعزو الباحثان هذا التحسن في التوافق الحركي إلى أن البرنامج يحتوي على تمارينات توافقية تحتاج إلى التنسيق بين حركات -مختلفة خاصة بين العين والقدم- في نموذج حركي واحد، وسيطرة وتحكم عاليين من الجهاز العصبي، وهذا ما يؤكد عصام حلمي "بأن التوافق قدرة الفرد على التنسيق لحركات مختلفة الشكل والإتجاه والدقة وانسيابية في نموذج لأداء حركي واحد، يكون وفق تمارينات توافقية وأداء مهاري منسق يساهم في الإقتصاد في الجهد والوقت مع ويحسن في القدرات الإدراكية".

واتفقت نتائج دراستنا مع نتائج دراسة ناهدة عبد زيد الدليهي (2010) التي أكدت تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تنمية التوافق الحركي عند طفل الإبتدائي، وأكدت نتائجنا نتائج دراسة رضا مالك (2018) التي أشارت إلى فعالية برنامج تعليمي مقترح إلى تنمية التوافق الحركي لدى أطفال المرحلة المتوسطة.

ويعزو الباحثان أيضا الباحثان سبب التطور إلى أن الأنشطة الحركية كانت عبارة عن مهارات وحركات مركبة تتطلب توافق وتنسيق بين العين والقدم عبر مسارات تحتوي على حواجز (الجري مع الوثب عبر أطواق، الجري مع الحجل عبر أقماع، الحجل بالتبادل على علامات، أداء الحركات الأساسية مع تنطيط الكرة.....إلخ) مما أدى إلى تحسن التوافق الحركي) توافق العين مع القدم) لدى الطفل وفي هذا الصدد يشير عبد الحميد الشرف أن " في هذه المرحلة يبدأ تحسن التوافق مما يساعد على زيادة التوافق العصبي العضلي فليس هناك ما يمنع من إعطاء الطفل بعض الحركات الصعبة والتي تتطلب التوافق بين الأعصاب والعضلات مما يساعد على زيادة تحسن التوافق العصبي العضلي". (شرف، 2005، ص93) وبناء على هذا كان البرنامج المقترح غنيا بالأنماط الحركية التي تعتمد على الربط بين المهارات والحركات التي تحتاج إلى ربط وتنسيق حركي كبيرين.

ويرى فروستين وماسلو "أن الهدف من التربية الحركية هو تحقيق وتنمية أقصى تناغم للقدرات الحركية للفرد، وذلك لأن ما من مهارة تستخدم لمفردها أو بشكل مستقل لأنها تؤدي بتوافق مع سائر المهارات".
ومن هنا نتحقق لنا الفرضية التي مفادها أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية وعملية بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التوافق الحركي بعد تطبيق البرنامج المقترح"

ومما سبق نقول بصحة الفرض العام الذي مفاده أن " برنامج التربية المقترح للتربية الحركية له أثر إيجابي في تنمية بعض القدرات الحركية لدى تلاميذ السنة الثالثة إبتدائي بعمر (8-9) سنوات."

8. الخاتمة:

تعد التربية الحركية جزءاً أساسياً وضرورياً من ضروريات العملية التربوية، لأنها تساهم من خلال مناهجها في تنمية مظاهر النمو الحركي لمرحلة الطفولة وتطويرها، وهذا ما دفعنا إلى تصميم وبناء برنامج بالتربية الحركية يستهدف تنمية بعض القدرات الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، الذي تم بناؤه على أسس علمية تراعي الخصائص الجسمية والنفسية والحركية لطفل هذه المرحلة، وتم تطبيق البرنامج الحركي المكون من (20) وحدة تعليمية على أطفال السنة الثالثة ابتدائي على مدار شهرين ونصف بواقع حصتين أسبوعياً وخلصنا بعد تحليل ومناقشة نتائج إختبارات القدرات الحركية (إختبار التوازن الحركي، إختبار التوافق الحركي) إلى فعالية البرنامج المقترح وتأثيره على بعض مظاهر النمو الحركي لدى عينة الدراسة وفيما يلي نقدم النتائج المتوصل إليها:

- برنامج التربية الحركية ساهم بشكل فعال في تنمية بعض القدرات الحركية لدى عينة الدراسة.
- للبرنامج المقترح أثر فعال في تنمية التوافق الحركي.
- للبرنامج المقترح أثر فعال في تنمية التوازن الحركي.
- البرنامج الحركي المصمم كان مناسباً لميولات وإمكانيات واحتياجات تلاميذ السنة الثالثة ابتدائي.
- الأنشطة الحركية المقترحة أدت إلى استثارة الدافعية والميول والحماس لدى الأطفال.
- وعلى ضوء النتائج المستخلصة يوصي الباحثان بما يلي:
- الإشراف على حصص التربية البدنية والرياضية يكون من طرف أخصائيين في النشاط البدني الرياضي المدرسي.
- الإستفادة القصوى من برامج التربية الحركية في تنمية مختلف مظاهر النمو والسلوكيات لدى طفل المرحلة الابتدائية.
- إجراء دراسات مماثلة على مختلف السنوات في الطور الإبتدائي تتناول القدرات الحركية نظر لأهميتها وحساسية تنميتها في فترات الحرجة حتى لا نفقدها في مراحل النمو اللاحقة.
- إيلاء أهمية قصوى لتضمين مناهج التربية البدنية للمرحلة الإبتدائية لكفاءات وأهداف تعليمية تستهدف ملمح من حيث القدرات الحركية (التوازن، الرشاقة، الدقة، التوافق.....إلخ).
- وفي الأخير نقول لأبد من الإستثمار في الفترات الحرجة والحساسية لتنمية مختلف القدرات والمهارات الحركية لدى أطفال المرحلة الإبتدائي، حتى نحصل على أجيال مشوهة حركياً، لهذا يكون على عاتق وزارة التربية والتعليم إسناد تدريس التربية البدنية والرياضية إلى أساتذة التربية البدنية والرياضية نظراً لأهمية هذه المرحلة في تكوين شخصية الطفل المتكاملة جسدياً ونفسياً وحركياً.

9. قائمة المراجع:

- مفتي ، إبراهيم حماد، (2000)، برنامج الاستكشاف وحل المشكلات في التربية الحركية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- شرف، عبد الحميد، (2005)، التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- الشرفاوي، محمد أحمد رشوان، (2011)، برنامج تدريبي لبعض مهارات الخنق وأثره على مستوى الأداء لدى لاعبي الجودو، ط1، دار الوفاء، الإسكندرية.
- شفيق، فلاح أحمد، (1989)، أساسيات علم النفس التطوري، ط1، دار الجبل، بيروت
- راتب، أسامة كامل وخليفة، ابراهيم عبد ربه، (2005)، النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية، دار الفكر والنشر، القاهرة.
- ناهدة عبد زيد الدليعي، (2000)، مفاهيم في التربية الحركية، ط1، دار الكتب العلمية، 2000، لبنان.
- راند ، عبد الأمير عباس، (2006)، نسبة مساهمات القياسات الجسمية والقدرات الحركية في إنتقاء براعم الجمناستيك بعمر (4-5) سنوات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل: كلية التربية الرياضية.
- لقوي، حساك وحرواش ،المين، (2020)، أترتعلم المهارات الأساسية في تنمية بعض القدرات الحركية لدى الأطفال المعاقين ذهنياً (إعاقة متوسطة)، مجلة المنظومة الرياضية، 07(17)، ص 121- 133 .
- دريس اسماعيل وسامي عبد العزيز، (2022)، فاعلية برامج القصة الحركية في تنمية التوافق الحركي لدى أطفال الإبتدائي (6-7) سنوات، مجلة المنظومة الرياضية، 09(03)، ص 380- 395 .
- لقوي أحمد و ربيعي هشام، (2022)، الإحتياطات الواجبة عند ممارسة نشاط دفع الجلة في الوسط الدراسي، مجلة المنظومة الرياضية، 09(03)، ص 1006 - 1019.
- إبراهيم، حسن سعدي والمفتي، بيريفان عبد الله، (2011)، تأثير أسلوب التعلم باللعب باستخدام الألعاب الرياضية والرياضيات في تطوير بعض القدرات البدنية والرياضية والتحكم الحركي لتلاميذ الصف الأول إبتدائي، مجلة كلية التربية الرياضية بجامعة بغداد، 23(3)، ص 192- 250.

Rigal robert, education et motricité l'enfant de deux a huit ans ed
quèbec, paris, p39.