



## تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة على تطوير التوازن الثابت لدى تلاميذ الابتدائي

جرادي إبراهيم<sup>1</sup>، بويكر الصادق<sup>1</sup>، بن مويزة خليفة<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>جامعة أحمد بوقرة، بومرداس، الجزائر  
[i.djardi@univ-boumerdes.dz](mailto:i.djardi@univ-boumerdes.dz)

### الملخص

### معلومات متعلقة بالمقال:

تاريخ الاستلام: 2020/11/18

تاريخ القبول: 2021/02/23

تاريخ النشر: 2021/03/10

### الكلمات المفتاحية:

برنامج تعليمي،

الألعاب المصغرة،

التوازن الثابت،

تلاميذ الابتدائي.

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة على تطوير التوازن الثابت لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي (9- 11 سنة)، واعتمدنا في دراستنا على المنهج التجريبي وشملت عينة الدراسة 60 تلميذا، مقسمة إلى مجموعتين متساويتين 30 تلميذ من مدرسة بعيط بن جدو كمجموعة تجريبية و30 تلميذا من مدرسة عويسي الطيب بالأغواط كمجموعة شاهدة، تم اختيارهم بطريقة قصدية، حيث تم التأكد من تجانس وتكافؤ المجموعتين، يتكون البرنامج التعليمي من 11 حصة وتم تطبيقه خلال مدة زمنية قدرها 04 أشهر واستخدمنا اختبار التوازن الثابت لقياس توازن الجسم، أما الأساليب الإحصائية استخدمنا المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الإختبار T وتمت المعالجة الإحصائية باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS وتوصلنا إلى أن البرنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة يساهم في تطوير التوازن الثابت لأفراد العينة التجريبية

# The effect of a proposed educational program using mini-games on the development of the fixed balance for Pupils of the primary "

*Djeradi Brahim<sup>1</sup>, Boubekeur Sadek<sup>1</sup>, Benmouiza Khelifa<sup>1</sup>  
1University M'Hamed BOUGARA, BOUMERDES, Algeria"  
i.djardi@univ-boumerdes.dz*

## ARTICLE INFO

*Received: 18/11/2020*

*Accepted: 23/02/2021*

*Published: 10/03/2021*

## Keywords:

Educational program,  
mini-games,  
the Fixed balance,  
the Pupils of the  
primary .

## ABSTRACT

This study aims to identify the effect of a proposed educational program using mini-games on the development of the Fixed balance for pupils of the second phase primary (9-11 Years old), which we adopted in our method study. The study sample included 60 Pupils, 30 Pupils from Bait Ben Jeddou School as an experimental group, and 30 Pupils from Awissi El Tayeb School in Laghouat as a control group. The sample was selected in an intentional manner, in which the homogeneity and parity of the two groups were confirmed. The tutorial includes 11 lessons and has been implemented over a period of 04 months. We used the Fixed balance test to measure the Fixed balance For statistical methods, we used arithmetic mean, standard deviation, T-test, and statistical processing using SPSS. The study came out with the point that the proposed educational program using mini-games contributes to the development of the Fixed balance for members of the experimental sample

## 1- مقدمة:

إن التربية اليوم من أهم العلوم المتطورة التي تهتم بتكوين فرد صالح يخدم نفسه ومجتمعه، فالتربية في المجال الرياضي تعنى بشخصية الفرد وهذا بتنمية جميع جوانبه النفسية، الاجتماعية، الروحية والبدنية، لذا يظهر جليا الدور الهام الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في هذا السياق وذلك بتعليم وتزويد الطفل 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 تتادي بأهمية السنوات الأولى من حياة الطفل في تشكيل شخصيته في المستقبل، ولا نغالي إذا قلنا أنه في غياب البرنامج تغييب فاعلية وهدف الخطة وبالتالي التخطيط لها، فتحقيق الهدف لأي خطة من الصعب أن يرى النور في غياب البرنامج (إدريس خوجة، 2010، 131)، والاهتمام بتلاميذ المراحل الدراسية الأولى يعتبر من أولويات القائمين على العملية التعليمية، فمن خلالها تتكون الشخصية من جميع جوانبها الفكرية والبدنية والوجدانية ( مهيب وآخرون، 2010، 02) وعليه فإن من الأهداف العامة والأساسية لهذه البرامج مساعدة الطفل على النمو المتكامل من جميع

الجوانب الجسمية، الحركية، المعرفية، الاجتماعية والانفعالية، وقد أولى علماء التربية البدنية والرياضية اهتماما خاصا بنمو القدرات الحركية لمعرفة مدى أهميتها في حياة الطفل وعلاقتها بجوانب النمو الأخرى، فالطفل يمتلك أنواع الحركات الأساسية 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, 122) وهو أحد أوجه الأنشطة الرياضية التي تساعد في بناء النشء، وذلك بما يمنحه من فرص للتعبير عن ذاته وقدراته وإبداعاته، كما أن اللعب مرآة لحاجات الطفل، وهو وسيلة من خلاله يدرك العالم من حوله (حمودي، 2013، 196) حيث يميل الأطفال بطبيعتهم الفطرية إلى اللعب، 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 ، 2019، 47) الأمر الذي دفع بالعلماء وأهل الاختصاص بوضع قوانين للألعاب وتطويرها واعتمدا في دراستنا على الألعاب المصغرة، حيث أنها تعد من أكثر الأساليب انتشارا وشيوعا في عالم الطفولة، وهي صفة مميزة للنشاط الحركي ومضمون تربوي يرتبط بالتنظير العقلي فهي تحسن في إتجاهات الطفل المستقبلية (عمر وسوسن، 2009، 63)، فضلا عن إشباع حاجاته الأساسية (البدنية والحركية والعقلية والنفسية) حسب الرومي ( 1999، 25)، 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" (شرف، 2005، 147)، كما تعد هذه الألعاب نشاطا للمستويات العمرية كافة ولها أغراض متعددة شأنها شأن جميع الفعاليات الأخرى التي تمارس في مجال التربية الرياضية، وإن المعيار الحقيقي للحكم على الالتزام بهذه الأغراض يرتبط بواقع أهداف كل لعبة من الألعاب الصغيرة.

وتعتبر صفة التوازن من أهم الصفات التي يعتمد عليها الفرد في حياته العامة ومختلف أنشطته اليومية خاصة في المرحلة العمرية (09-12 سنة) (بن زيدان ، 2011، 2) ومن القدرات الحركية المهمة بالنسبة للأنشطة الرياضية التي تتطلب تغيرا في اتجاهات الجسم بسرعة وبدقة أي أن يكون لدى الفرد القدرة على الحفاظ على وضع الجسم في ثبات أو حركة، حيث أن القدرات الحركية تعتمد على استئثار الإحساس الحركي واستعمال الجهاز العصبي المركزي والمحيطي من أجل التحكم (بن عبد الرحمن وآخرون، 2019، 188) وهذا يتطلب سيطرة تامة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية والناحية العصبية (عثمان، 1987، 161)، 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 and Earle, 2000, 137)، وتعرف تمرينات التوازن بأنها تلك الأوضاع والحركات المختلفة التي يتخذها اللاعب أو يقوم بها لتضييق قاعدة الارتكاز، بهدف الاحتفاظ بتوازن جسمه أثناء الأوضاع والحركات المختلفة فلها القدرة على التحكم في الجسم (كتشوك وآخرون، 2013، 243).

وتكمن أهمية البحث في أن موضعه يسلط الضوء على واقع ممارسة التربية البدنية والرياضية داخل المنظومة التربوية في بلادنا وفي مرحلة الابتدائي على وجه الخصوص، على هذا الأساس فمن الضروري البحث عن أنجع الوسائل والطرق التي تسمح بتحقيق أهداف البرنامج التربوي لهذه المادة في الوسط المدرسي لما تحتويه من عدد كبير من الممارسين باعتباره مكان إعداد جيل المستقبل مع مراعاة خصوصيات هذه الفئة العمرية وذلك من خلال محاولة وضع برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة 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 الثابت لديهم، والتي قد تساعدهم على التفاعل بإيجابية، مما يساهم مستقبلاً في زيادة تطوير تلك القدرة. حيث هدف البحث إلى إعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة لتطوير التوازن الثابت لتلاميذ بعمر (9-11 سنوات)، وكذا التعرف على تأثير هذا البرنامج على تطوير التوازن الثابت لدى هذه الفئة.

وعلى ضوء ما سبق ذكره يمكن أن نطرح التساؤل التالي:

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

وبغرض تسهيل الإجابة على التساؤل العام السابق قسمناه إلى سؤالين فرعيين:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية لقدرة التوازن الثابت لدى تلاميذ الطور الثاني من التعليم الابتدائي (9-11 سنة) ؟

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

## 2- منهجية الدراسة:

2-1- منهج البحث : في هذه الدراسة نهدف إلى التعرف على أثر برنامج باستخدام الألعاب المصغرة على تطوير التوازن الثابت عند تلاميذ الطور الثاني من التعليم الابتدائي، وجدنا أن المنهج المناسب هو المنهج التجريبي وهو منهج البحث الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر (غليس وآخرون، 2019، 305).

## 2-2- المتغيرات البحث

أ- المتغير المستقل: البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب المصغرة

ب- المتغير التابع: التوازن الثابت لدى تلاميذ الطور الثاني ابتدائي

## 2-3- أدوات البحث:

2-3-1- إختبار التوازن الثابت: وتم اختيار اختبار الوقوف على السكة الخشبية برجل واحدة في صورته الأولية من خلال الدراسات السابقة وتم عرضه على الخبراء والمختصين (المحكمين) كشرط أساسي، ثم تم إخراجها في صورته النهائية وتطبيقه علي عينة محايدة لها نفس خصائص عينة الدراسة، قوامها 10 تلاميذ وبطريقة إعادة الاختبار تحصلنا على معامل ثبات قدره 0.84 ومعامل صدق قدره 0.91 وهو دال إحصائياً.

2-3-2- تحديد محتوى البرنامج: وتم بناء البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب المصغرة في صورته الأولى 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، و ذلك حسب ما ورد في منهاج وزارة التربية المقرر لتلاميذ الطور الثاني من التعليم الابتدائي وذلك بواقع وحدة تعليمية في الأسبوع زمنها (45 دقيقة) بما فيها المرحلة التحضيرية والختامية، حيث يكون التركيز على نسبة تطوير التوازن الثابت من خلال اختيار الألعاب في الحصة هي الأكبر مقارنة بالقدرات الحركية الأخرى، وتم تقسيم البرنامج إلي 03 دورات حيث كانت كالتالي:

الدورة الأولى (تنمية التوازن الثابت): 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 الثابت): 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 الثابت): 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.

2-4- مجتمع وعينة البحث: ويمثل تلاميذ الطور الثاني من التعليم الابتدائي (9-11 سنة) ذكور لمدينة الأغواط وهم 3985 تلميذ.

عينة الدراسة: بحيث اختيرت عينة البحث بالطريقة الغير احتمالية بأسلوب العينة القصدية وقد بلغ حجمها الكلي (60) تلميذا يدرسون في التعليم الابتدائي في مرحلة السن الواقعة ما بين (9-11 سنة) بمدينة الأغواط بنسبة 1.5 % 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 استبعاد ثلاثة أفراد من العينة اثنان لعدم توفر شروط تكافؤ العينة، وتم دراسة تجانس عينة البحث بين المجموعة التجريبية والمجموعة الشاهدة وتوصلنا إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الشاهدة تعزى لمتغير العمر الزمني (السن)، ومتغير الوزن (كغ)، ومتغير الطول (السنتمتر) .

## 2-5- مجالات البحث

2-5-1- المجال المكاني: تمثل المجال المكاني في مدينة الأغواط وقع الاختيار على المدرسة الابتدائية بن جدو بعيط والمدرسة الابتدائية عويسي الطيب.

2-5-2- المجال الزمني: استغرقت فترة العمل من 2019/09/15 إلى غاية 2019/12/11، بحيث كان إجراء القياس القبلي للمجموعة التجريبية يوم الأحد 2018/09/15 والمجموعة الشاهدة يوم الأحد 2019/09/18، بعد ذلك تم تطبيق البرنامج يوم 2019/09/22 إلى غاية 2019/12/01، وتم إجراء القياس البعدي على المجموعة التجريبية يوم الأحد 2019/12/08، أما المجموعة الشاهدة يوم الأربعاء 2018/12/11.

### 2-5-3- المجال البشري:

ويمثل 60 تلاميذ من الطور الثاني من التعليم الإبتدائي (9-11 سنة) ذكور لمدينة الأغواط (كعينة للدراسة)، أساتذة التربية البدنية والرياضية للمدرستين (02 كمساعدين)، مفتشين للمادة وخبيرين حاملين لشهادة الدكتوراه (كمحكمين).

2-6- المعالجة الإحصائية: المتوسط الحسابي، اختبار (t) لمجموعتين غير مستقلتين، اختبار (t) لمجموعتين مستقلتين، معامل الارتباط الخطي البسيط (كارل بيرسون)، معادلة الانحراف المعياري، تم استخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS

### 3- نتائج الدراسة:

3-1- عرض وتحليل نتائج اختبار التوازن الثابت لمجموعتين غير مستقلتين:

جدول رقم (01) يبين نتائج اختبار التوازن الثابت القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية:

الإختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطات	قيمة t مح	قيمة t جدولية	الدلالة الإحصائية
التوازن	قبلي	1.75	0.71	4.51	2.26	دال
	بعدي	2.46				

يوضح الجدول رقم (01) النتائج القبلية البعدية لاختبار قياس التوازن الثابت للمجموعة التجريبية (مجموعتين غير مستقلتين)، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي للإختبار القبلي للمجموعة التجريبية (1.75)، بانحراف معياري قدره (0.23)، وبلغت قيمة المتوسط الحسابي للإختبار البعدي لنفس الاختبار بـ (2.46) بانحراف معياري قدره (0.39)، كما إن قيمة الفرق بين المتوسط الحسابي للإختبارين المقدره بـ (0.71)، وبلغت قيمة t المحسوبة 4.51 عند قيمة t الجدولية 2.26 عند درجة حرية 29 ومستوى دلالة 0.05.

3-2- عرض وتحليل نتائج اختبار التوازن الثابت لمجموعتين مستقلتين:

جدول رقم (02) يبين نتائج اختبار التوازن الثابت البعدي للمجموعة التجريبية واختبار التوازن الثابت البعدي للمجموعة الشاهدة ("t" لمجموعتين مستقلتين):

الإختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطات	قيمة t مح	قيمة t جدولية	الدلالة الإحصائية
التوازن	الضابطة	2.03	0.43	2.77	2.26	دال
	التجريبية	2.46				

يوضح الجدول رقم (02) مقارنة النتائج البعدية لاختبار قياس التوازن الثابت بين مجموعتين مستقلتين، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (2.03)، بانحراف معياري قدره (0.47)، وبلغت قيمة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية ب (2.46) بانحراف معياري قدره (0.39) ، كما إن قيمة الفرق بين المتوسط الحسابي للاختبارين المقدرة بـ (0.43)، وبلغت قيمة t المحسوبة 2.77 عند قيمة t الجدولية 2.26 عند درجة حرية 58 ومستوى دلالة 0.05.

#### -مناقشة نتائج الدراسة:

-مناقشة نتائج اختبار التوازن الثابت القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية:

عند مقارنة نتائج اختبار التوازن الثابت القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمجموعتين غير مستقلتين بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (تلاميذ مدرسة بن جدو بعيط) لصالح الاختبار البعدي، وهذا يدل على تطور إيجابي في مستويات التوازن الثابت في هذا الاختبار، ويرجع هذا إلى فعالية الألعاب والمواقف المستخدمة في البرنامج التعليمي الخاص بالمجموعة التجريبية، وتجدر الإشارة هنا إلى نفس النتائج التي توصلت إليها شلتوت وعبد الحليم (1988) في دراستيهما حيث خلصتا إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة في المهارات المقاسة. وتضيف عسكر (1990) في دراستها، أن البرنامج التجريبي له تأثير إيجابي في تحسين مستوى المهارات الحركية. وحسب دراسة الكلابي (2008). فإن استعمال الألعاب الصغيرة كان له أثر إيجابيا في تطوير الإدراك الحس-حركي لدى أطفال الرياض بعمر (5 سنوات) في مركز محافظة بابل.

إلا أن تأثير الألعاب المصغرة المستخدمة في البرنامج لم يكن ذو فعالية كبيرة حيث تناقض دراستنا الحالية مع دراسة الحسين (2007م)، التي توصلت إلى عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لتلاميذ المجموعة الضابطة في اختباري الرشاقة والتوازن مما يدل أن مناهجنا الحالية على الرغم مما أجري عليها من دراسات وتعديلات تحتاج إلى إعادة النظر للمساهمة في تحسين مستوى تلاميذ بطئي التعلم وتنمية قدراتهم، كما أنها لم تتفق مع دراسة حسين (2009)، التي أظهرت أن استعمال الألعاب الصغيرة التي تتميز بطابع المرح والسرور، أثر بشكل إيجابي وكبير في فاعلية أداء التلاميذ، الأمر الذي أدى إلى تطوير القدرات البدنية والحركية موضوع البحث.

وهذا ما يفسر في دراستنا الحالية وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية القسم (تلاميذ مدرسة بعيط بن جدو) في (إختبار التوازن الثابت)، إلا أن هذا التأثير لم يكن ذو فعالية كبيرة، ويرجع ذلك لقصر الوقت وضيق الحجم الساعي.

-مناقشة نتائج اختبار التوازن الثابت البعدي لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الشاهدة:

عند مقارنة نتائج اختبار التوازن الثابت البعدي لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الشاهدة يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح المجموعة التجريبية، 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 الثابت لصالح

المجموعة التجريبية حيث تتفق هذه النتائج مع دراسته الرومي (1999) التي توصلت إلى أنه توجد فروق معنوية وذات دلالة إحصائية بين المجموعة الشاهدة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية.

وهذا ما لوحظ في دراسة مسلم (2010، 2011)، حيث أن النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة أظهرت أثر إيجابي في جمع الاختبارات البدنية والمهارية لدى المجموعة التجريبية وفروقا معنوية وذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية. ويضيف ممدوح (1985) في دراسته، أن استخدام أسلوب الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني في درس التربية الرياضية، يؤثر ايجابيا بدرجة تفوق مثيله الذي يستخدم التمرينات التقليدية.

ويضيف Renée-Claude قسم علوم الصحة جامعة كويك شيكوتيمي كندا (2014م) في دراسته. أنه بشكل عام، تظهر نتائج هذه الرسالة أن تطور (HMG) القدرات الحركية العامة يختلف بين الأولاد والبنات في ما يقرب من نصف المتغيرات المقاسة. بالإضافة إلى ذلك، على الرغم من أن (HMG) القدرات الحركية العامة تميل إلى التحسن مع تقدم العمر، إلا أن بعض المهارات الحركية تظهر بعض الاستقرار في أواخر الطفولة.

ويؤكد عبد السلام (2013/2014م) في دراسته، على وجود أثر لبعض الألعاب الجماعية في تنمية القدرات الحركية (التوافق الحركي، والتوازن الحركي والثابت) في حصة التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور المتوسط. وحسب دراسة Field (1985م). فإن التحسن كان في 10 مهارات من المهارات الحركية الأساسية واختبار التوازن لدى سن متقدم للإعاقة. وأن مهارة المشي لا تعتمد على سن.

إلا أن تأثير الألعاب المصغرة المستخدمة في البرنامج لم يكن ذو فعالية كبيرة حيث لم تتفق هذه الدراسة مع دراسة سعود (2002م). توصلت إلى أن البرنامج التدريبي المقترح على وحدات تدريبية للتوازن الحركي أثر بالفعل في تعلم دقة التصويب في كرة القدم. ويضيف حسين (1988) في دراسته بالقصيم المملكة العربية السعودية، التي توصلت إلى، وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية لبعض لصالح القياسات البعدية للمجموعة التجريبية الذي يؤكد الفعالية الكبيرة للبرنامج المقترح. وحسب دراسة بودبزة (2013/2014)، توصلت أن للبرنامج المقترح تأثير إيجابي كبير في تحسين القدرات الإدراكية الحركية لذوي بطء التعلم. وهذا ما يفسر في دراستنا الحالية وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية القسم (تلاميذ مدرسة بن جدو بعيط) مقارنة بالمجموعة الشاهدة القسم (تلاميذ مدرسة عويسي الطيب) في كل من (إختبار التوازن الثابت)، إلا أن هذا التأثير لم يكن ذو فعالية كبيرة، ويرجع ذلك لقصر الوقت وضيق الحجم الساعي.

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات:

في حدود طبيعة الدراسة ومجالاتها في جانبها النظري والتطبيقي، وفي ضوء الفرضيات والمنهج المتبع ومن خلال تحليل النتائج المتوصل إليها من خلال البرنامج التعليمي المقترح، تم التوصل إلى النتائج التالية:

تقارب بين المجموعتين التجريبية والضابطة في قدرة التوازن ظهر من خلال مقارنة نتائج إختبار التوازن الثابت. استقرار وثبات في مستوى قدرة التوازن لدى المجموعة الضابطة بين نتائج الإختبار القبلي والإختبار البعدي حيث لم تحقق تحسن أو تطور خلال هذه الفترة.



تحسن في مستوى قدرة التوازن لدى المجموعة التجريبية يظهر من خلال نتائج الاختبار البعدي مقارنة بالاختبار القبلي. حققت المجموعة التجريبية تقدم في مستوى قدرة التوازن مقارنة منه عن المجموعة الضابطة حيث يظهر من خلال مقارنة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين.

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 إيجاباً في تطوير التوازن الثابت 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 البرنامج التعليمي باستخدام الألعاب المصغرة ليس له فاعلية كبيرة في تطوير التوازن الثابت في وقت قصير.

وعليه نوصي بما يلي:

- ضرورة زيادة الحجم الساعي لحصة التربية البدنية والرياضية في المنهاج التربوي.

- ضرورة إدراج برامج الألعاب المصغرة ضمن المنهاج التربوي.

- ضرورة الاهتمام بالنمو والتطور الحركي للتلميذ خاصة قدرة التوازن وذلك من خلال توفير الوسائل البيداغوجية لتحقيق العملية التربوية الكاملة والصحيحة.

**خاتمة:** إن أسلوب الألعاب المصغرة من أحدث الطرق المنتهجة في العملية التعليمية أثناء حصة التربية البدنية والذي يهدف إلى تنمية قدرات بدنية نفس-حركية كما لانسى أنه يساهم في تحسين العديد من المهارات الحياتية الأساسية، وكل ذلك في آن واحد وهو يناسب الفئة العمرية من 09 إلى 11 سنة، إذ أنه يختصر الكثير من الوقت والجهد خلال العملية التربوية، فالطفل في هذه المرحلة كثير النشاط والحيوية ويميل إلى اللعب بشكل دائم، وكون الألعاب المصغرة بأنواعها توفر له عنصر التشويق والمرح وبذلك فهي تتيح له الفرصة لتطوير وتنمية قدراته ومن ثم تعويده على اللعب الجماعي واحترام الآخرين والامتثال للقوانين وروح المنافسة والتحدي منذ الصغر.

وبعد القيام بدراسة تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب المصغرة على تلاميذ الطور الثاني ابتدائي (9-11 سنوات) وذلك خلال الموسم الأول من السنة الدراسية (2020/019) لتطوير التوازن الثابت، توصلنا إلى مجموعة من الاستنتاجات التي تبرز مدى أهمية البرنامج التعليمي المقترح في إحداث مجموعة من التغيرات البدنية والحركية، والتي تظهر في وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند الاختبار القبلي والبعدي للتوازن الثابت، لصالح الاختبار البعدي، أي أن هذا البرنامج التعليمي له تأثير إيجابي في تطوير التوازن الثابت، إلا أن هذا التأثير لم يكن ذا فاعلية كبيرة عند مقارنته بالمجموعة الشاهدة وهذا راجع لضيق الوقت والمدة، لذا يمكن القول بأن هذا البرنامج 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.

## 6- المراجع:

### 6-1- المراجع باللغة العربية:

1. إبراهيم، ف. (1987). التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية. ط1. الكويت. مطبعة الفيصل.
2. أنجرس، م. (2004). منهجية البحث العلمي. ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون. الجزائر. دار القصة للنشر.
3. بسطويسي، أ.، أحمد صالح. ع. (1984). طرق التدريس في مجال التربية الرياضية. جامعة بغداد.
4. البشتاوي، م. (2010). مبادئ التدريب الرياضي. عمان الأردن. وائل للنشر.
5. بوداود، ع. (2010). مناهج البحث العلمي في علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي. ط1. الجزائرية. ديوان المطبوعات الجامعية.
6. جاسم، ع.، هودود. س. (2009). أثر الألعاب الصغيرة في اكتشاف الأطفال الموهوبين وتطوير الإدراك الحس - حركي لديه. مجلة العلوم والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية. المجلد (6)، العدد (6)، ص60-78.  
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/422>
7. الخولي، أ. (1996). أصول التربية البدنية والرياضية. القاهرة.
8. الدليمي، ن. (2008). أساسيات في التعليم الحركي. العراق. دار الضياء للطباعة.
9. الرومي، ج. (1999). اثر برنامجي الألعاب الصغيرة والألعاب الحركية في بعض القدرات البدنية والحركية لأطفال الرياض. (أطروحة دكتوراه). كلية التربية الرياضية. جامعة الموصل.
10. صبحي، م. (2004). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. ط6. القاهرة. دار الفكر العربي.
11. محجوب، و. (1987). التحليل الحركي. كلية التربية الرياضية. جامعة بغداد.
12. مسعودي، خ. (2013). أثر تنمية بعض القدرات الحركية الخاصة (رشاقة، التوازن، التوافق) على الأداء المهاري لمرحلة الإسقاط (الرمي) لدى مصارعي الجودو الناشئين (10-12 سنة). (أطروحة دكتوراه). نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية. معهد التربية البدنية والرياضية سيدي بن عبد الله. جامعة دالي إبراهيم-الجزائر 3.
13. مشرف، ع. (2001). التربية الرياضية للطفل. مركز الكتاب للنشر.
14. يعرب، خ. (2002). التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. بغداد. مكتب الصخرة.
15. يعقوبي، ف.، حمادي، ج. (2014). اثر برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة لتنمية بعض عناصر الصفات البدنية (مرونة، سرعة، رشاقة) لدى تلاميذ صف الخامسة ابتدائي الرياضي. مجلة الإبداع، المجلد (5)، العدد (2)، ص242-250.  
<https://www.asjp.cerist.dz/en/ArticlesRevue/28>

### 6-2- المراجع الأجنبية

1. Baechle, R, Earle. W.,(2000). Essentials of strength training and conditioning. 2nd ed. (USA). Huan Knetics.
2. Lamour. H. (1986). Taitré thématique de pédagogie de l'EPS. Paris. Edition vigot.
3. Thill, E. (1986). Mannel de l'education sportif. Op. cir.