

# تأثير استخدام وحدات تعليمية لتطوير المحتوى على القدرات البدنية والمهارات الحركية في نشاط الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي

م.د. محمد رمضان محمد النجار

مدرس بقسم مناهج وطرق تدريس التربية البدنية والرياضية  
كلية التربية الرياضية للبنين  
جامعة الإسكندرية

## مقدمة البحث:

تمثل التربية الرياضية جانباً من جوانب التربية العامة، وأن أهداف التربية والتعليم لا بد أن تساير الأهداف المرسومة للدولة المتقدمة في كل المظاهر الاجتماعية والثقافية والسياسية. ومن ثم فإن أهداف التربية الرياضية في أي مجتمع يجب أن تحقق تنمية المهارات المختلفة التي يمارسها الفرد سواء في حياته اليومية أو أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية.

الوحدة الدراسية هي عدة مواقف تعليمية تكون في مجموعها وحدة متكاملة لها غرض محدد يمكن الوصول إليه عن طريق هذه المواقف، وقد توصف الوحدة التعليمية بأسماء مختلفة حسب الغرض أو الزاوية التي ينظر منها الشخص، فهي عبارة عن جزء من أجزاء المنهج الدراسي يمكن أن تكون وحدة قائمة بذاتها ومتكاملة يدرسها التلميذ بغرض اكتساب المهارات المتضمنة فيها. (٦: ١٤٩)

ويذكر (أشرف صبحي، أسامه الشاعر ٢٠٢١) نقلاً عن (Rink, J. 2014) أن عملية تحليل وتطوير المحتوى تتضمن خصائص رئيسية تشتمل على (Extension) والتي تعني تسلسل خبرات التعلم ومستويات الأداء من البسيط إلى المعقد من خلال تسلسل متدرج ومتنوع للأداء المهاري يبدأ بالتركيز على مستوى أداء أقل صعوبة أو أقل تعقيداً ويضيف تعقيداً تدريجياً وفي بعض الأحيان لا يضيف المعلم صعوبة أو تعقيداً ولكنه يجد طريقة أخرى لممارسة نفس المهمة وتشمل الخاصية الثانية الاهتمام بجودة الأداء والصقل (Refinement) حيث تتضمن التطوير الجيد لمحتوى المهارات الحركية والمهام التعليمية للوصول لمستوى جودة أداء التلاميذ والخاصية الثالثة تتضمن تقييم المهارات من خلال التطبيق (Application) فيتم تطوير المحتوى الجيد من خلال دمج الفرص للتلاميذ لتطبيق مهاراتهم من خلال تركيز الانتباه على كيفية استخدام المهارة في المواقف المتنوعة كما في المهارات المفتوحة في الألعاب الجماعية مما يحقق الوصول لمستوى الكفاءة الحركية وقد تتضمن أيضاً لعبة تنافسية يستخدم فيها تطبيق مهاراتهم وفقاً لتقييم النموذج الملائم للأداء الصحيح (٣: ١)

تتضمن عملية تطوير المحتوى في البداية تزويد التلاميذ بالمعلومات حول كيفية تنفيذ المهام التعليمية والأداءات الحركية ويشمل ذلك توضيح مواصفات الأداء الفني للمهارة المراد تعليمها والمساحة المناسبة والأدوات المستخدمة وطبيعة العمل سواء كان فردياً أو زوجياً ويتم ذلك بصورة واضحة لممارسة الأداء الحركي مع متابعة مدى تنفيذهم وملائمتها لقدراتهم وإمدادهم بالعناصر الحاسمة والمؤثرة في كل جزء من أجزاء الأداء الحركي التي تساعدهم على فهم كيفية تنفيذ أداء المهارة واختصار عملية التعلم بالإضافة إلى تشجيعهم على الممارسة بشكل أكثر فاعلية، لتأتي في المرحلة الأخيرة التحديات للحفاظ على اهتمامهم بالمهام وتطوير مستوى أدائهم الحركي في جو يتضمن التحدي والمنافسة. (١٧: ١٦٥)

ويعتبر الجمباز من الأنشطة الهامة التي تتطلب درجة عالية من التحكم في أجزاء الجسم المختلفة وخاصة عند أداء المهارات التي تتطلب عمل أكثر من مجموع عضلية في وقت واحد، بالإضافة إلى أن تلك المجموعات العضلية تعمل في أكثر من اتجاه في توقيت زمني واحد وهذا يحتاج إلى قدر كبير من القدرات التوافقية حيث تساعد على التحكم في أجزاء الجسم المشتركة في أداء المهارات الحركية بطريقة صحيحة وبدرجه عالية من الأنسيابية والسلاسة والاستمرارية. (٢٠: ٣٥)

يشير كل من (Werner, Peter H, at all 2012) في نشاط الجمباز يتعلم التلاميذ ما يمكنهم وما لا يمكنهم فعله بأجسادهم الذي يعزز إدارة الجسم، سيكتشف التلاميذ التحديات المناسبة في مستوى قدراتهم. تتطلب التحديات بعض

المخاطرة والشجاعة والمثابرة. إذا قدمت المهام والدروس والوحدات في تسلسل منطقي ، فسوف يتحدى التلاميذ أنفسهم للقيام بأفضل عمل ، ويتغلبون على بعض المخاوف ، ويتعلمون حدودهم ، ويطورون الثقة في قدراتهم. ( ٢٤ : ٤٤ )

### مشكلة البحث :

يعد الجباز من الأنشطة الرئيسية في مناهج التربية الرياضية للمراحل التعليمية المختلفة وفي ضوء ذلك يري (Fotiadou, et al 2002) أن رياضة الجباز من الرياضات التي تحتاج إلي أساليب وطرق متطورة لتعليمها حتي يمكن التقدم بمستوي أداء التلاميذ كما انها من الرياضات الأساسية التي تسهم في تنمية الصفات البدنية والقدرات المهارية لدي اللاعبين وتخدم الرياضات الأخرى ، وقد أدرجها العديد من المتخصصين في المجال الرياضي ضمن مجموعة الرياضات التي تتميز بالأداء الفني الذي هو أحد العوامل الرئيسية المؤدية الي تحقيق الفوز في المنافسات الرياضية ، ويتطلب اكتشاف أهم تفاصيل الأداء الفني الجيد لمهارات الجباز السعي المستمر نحو معرفة خصائص ومقومات هذه المهارات ومتطلباتها من الصفات البدنية الخاصة التي يستوجب توافرها للوصول إلي مستوي أداء متميز ( ١٦ : ٩ )

ويذكر (Werner, Peter H,at all 2012) أن أثناء تدريس درس أو مهمة تعليمية في الجباز ، يؤدي المعلم عدة وظائف منها الوظيفة الإعلامية وتحديث عادة في بداية الدرس ولكن يمكن استخدامها أيضاً في أوقات أخرى أثناء الدرس عندما يقدم المعلم تركيزاً أو معلومة جديدة تمامًا، أثناء مهمة الإعلام ، يشرح المعلم ويصف بوضوح ما سيتعلمه التلاميذ غالباً ما يتم تقديم العروض التوضيحية للمساعدة في توضيح طبيعة المهمة . ( ٢٤ : ٤٢ )

لا توجد صيغة أو نموذج محدد وثابت يمكن إستخدامه لتطوير المحتوى، المهام، العناصر الحاسمة فى الأداء، التحديات (task, cues, challenge) ولكن يعتمد ذلك على مستوى وكفاءة المعلم فى بناء الخبرات التعليمية وتسلسل مستويات الأداء المهارى الملائمة لطبيعة البناء الحركى للمهارة وفق قدرات واحتياجات المتعلمين ويبرز ذلك مقدار الوقت والجهد المبذول فى عملية التخطيط لوحدات ودروس ملائمة وممتعة وجديرة بالاهتمام ( ٢١ : ١٧٠ )

أن بناء برامج التربية البدنية تتطلب مهارات أساسية تتمثل فى القدرة على بناء المحتوى وتسلسله إلى خبرات تعليمية مناسبة و يتضح ذلك خلال التقدم فى المهام التعليمية التي تتضمن قيادة المتعلم من مستويات البداية إلى مستويات أكثر تقدماً فى المحتوى حيث يبنى المعلمون التدرج بالمحتوى بناءً على أهدافهم التعليمية ومعرفتهم بطبيعة المحتوى والقدرة على تحليل هذا المحتوى وتقييمهم لإحتياجات الطلاب كما أن طريقة تسلسل مهام الحركة تعمل على تسهيل التعلم وهى الركن الرئيسى لعملية تحليل وتطوير المحتوى ( ٢٢ : ٨٣ ) .

وفي ضوء توصيات دراسة ( أشرف صبحي , أسامة الشاعر ٢٠٢١ ) ( ٣ ) وتؤكدته دراسة ( Royal Navy, 2004 ) علي أن رياضة الجباز لا يمكن تعلمها بدون المرور بمراحل تعليمية معينة , أو إتباع طرق تعلم تناسب كل مهارة فيها, وتختلف طرق تعليم وتدريب كل مهارة فى الجباز باختلاف طبيعة المهارة , إلا أن طرق تعليم الجباز لا تخرج عن الطرق العلمية المعروفة وتختلف المهارات والحركات الرياضية فى الجباز فيما بينهما تبعاً لنوعها وطريقة أدائها مما يتطلب اختيار الطريقة المناسبة ألا أنها تعتبر وسيلة فعالة فى تنظيم الخبرات التعليمية ليحصل المتعلم على أفضل النتائج للاهداف المراد تحقيقها. ( ٢٣ : ٥ )

تعد المرحلة الابتدائية من أهم المراحل التربوية التي تربي التلميذ وتبدأ فى التأثير فى عاداته وسلوكه ونشاطاته المختلفة ومنها الحركية لذا ينبغي الإهتمام بهذه المرحلة العمرية المهمة وتنظيم برنامج علمي مقنن يعمل علي إتقان وسلامة عملية النمو الحركي الذي يؤدي إلي الإسراع فى عملية التعلم الحركي من خلال تطوير القدرات البدنية المتمثلة بالمهارات الحركية وفي ضوء نتائج الدراسات السابقة وتوصياتها كدراسة ( أشرف صبحي , أسامة الشاعر ٢٠٢١ ) ( ٣ ) والتي أوصوا بإستخدام نموذج تطوير المحتوى القائم علي نموذج (Tasks,Cues,Challenges) Graham,G2010 (المهام، العناصر الحاسمة، التحديات) فى تعليم المهارات الأخرى و من خلال تحليل نشاط الجباز وتحديد مجموعة من التدريبات والمهام التعليمية لتطوير مستوى أداء المتعلمين فى نشاط الجباز من خلال تخطيط وحدات تعليمية تحتوى على تدريبات مهارية متنوعة فى الجزء الرئيسى وفق نموذج (Graham, G.et al 2010) الذى يشتمل على تحليل وتطوير

محتوى الأداء وفقا لثلاث عناصر تتضمن (Task,Cues,challenges) المهام والعناصر الحاسمة فى الأداء والتحديات لمعرفة تأثيرها علي بعض القدرات البدنية والمهارات الحركية لنشاط الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي .

### أهداف البحث :

- 1- تصميم وحدات تعليمية قائمة علي تطوير المحتوى في الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي وذلك من خلال : التعرف علي تأثير الوحدات التعليمية لتطوير المحتوى علي القدرات البدنية الخاصة لنشاط الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي .
- 2- التعرف علي تأثير الوحدات التعليمية لتطوير المحتوى علي المهارات الحركية في الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي .

### فروض البحث :

- 1- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات القبليّة والبينيّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في القدرات البدنية الخاصة لنشاط الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي .
- 2- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات القبليّة والبينيّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في المهارات الحركية لنشاط الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي .

### مصطلحات البحث :

#### تطوير المحتوى :

قدرة المعلم على بناء وتسلسل خبرات التعلم ومستويات الأداء المهارى وفق تدرج حركى موجة وملائم لقدرات وإحتياجات المتعلمين فى بيئة تعليمية تنافسية. ( ٣ : ٣ )

#### إجراءات البحث :

**منهج البحث :** استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة (القياس القبلي - القياس البينى - القياس البعدي).

#### مجالات البحث :

**المجال المكاني :** مدرسة الزعيم السادات الإبتدائية التابعة لإدارة المتنزه التعليمية بمحافظة الإسكندرية

**المجال البشرى :-** تلاميذ الصف الخامس الإبتدائي .

**المجال الزمنى :-** تم إجراء البحث فى العام الدراسي (٢٠٢١ - ٢٠٢٢ م)

#### عينة البحث :

تمثل عينة البحث تلاميذ الصف الخامس الإبتدائي بمدرسة الزعيم السادات الأبتدائية التابعة لإدارة المتنزه التعليمية بمحافظة الإسكندرية فى العام الدراسي (٢٠٢١ - ٢٠٢٢ م) والبالغ عددهم ١٢٠ تلميذا وقد تم إختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم (٢٥) تلميذا بنسبة (٢١٪) من المجتمع الكلي وقد تم إختيار عينة الدراسة الإستطلاعية والبالغ عددهم (١٥) تلميذا بنسبة (١٢,٥٪).

جدول رقم (١)  
توصيف مجتمع البحث

م	البيان	عدد التلاميذ	النسبة المئوية
١	المجتمع الاصلي	١٢٠	٪١٠٠
٢	مجموعة البحث	٢٥	٪٢١
٣	الدراسة الإستطلاعية	١٥	٪١٢,٥
٤	باقي المجتمع	٨٠	٪٦٦,٥

وسائل وأدوات جمع البيانات :

١- الإختبارات البدنية:

من خلال اطلاع الباحث علي دليل معلم التربية الرياضية الخاص بالمرحلة الإبتدائية و على الدراسات والمراجع العلمية المتخصصة التي تناولت الإختبارات المستخدمة في قياس المتغيرات البدنية ومنها ليلي فرحات (٢٠٠١) (١٠)، عثمان مصطفى (٢٠٠٢) (٨)، تم تحديد الإختبارات البدنية مرفق رقم (١) والتي تمثلت فيما يلي :

- اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي.
- اختبار الوثب العريض من الثبات.
- اختبار ثنى الجذع للأمام ولأسفل من الوقوف.
- اختبار جلوس من الرقود في (٢٠) ث.
- ثنى ومد الزراعين من الإنبطاح المائل.

جدول رقم (٢)

إيجاد الصدق عن طريق المقارنة بين الأرباع الأعلى والأرباع الأدنى في الإختبارات البدنية قيد البحث

معامل الصدق	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	الأرباع الأدنى ن=٤		الأرباع الأعلى ن=٤		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
			ع±	س	ع±	س		
0.98	*10.97	0.47	0.08	9.45	0.03	8.99	(ث)	اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي
0.92	*5.66	10.00	2.50	123.75	2.50	133.75	(سم)	اختبار الوثب العريض من الثبات
—	—	2.00	0.00	5.00	0.00	7.00	(سم)	اختبار ثنى الجذع للأمام ولأسفل من الوقوف
0.94	*7.07	2.50	0.50	12.25	0.50	14.75	(عدد)	اختبار جلوس من الرقود في (٢٠) ث
0.98	*11.31	4.00	0.50	10.25	0.50	14.25	(عدد)	ثنى ومد الزراعين من الإنبطاح المائل

\*معنوى عند مستوى (٠,٠٥) (2.45)

يتضح من الجدول رقم (٢) والخاص بالفروق بين الأرباع الأعلى والأرباع الأدنى في الإختبارات البدنية قيد البحث لإيجاد معامل الصدق ، أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٥,٦٦ إلى ١١,٣١) وهذه القيمة مرتفعة عن قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) وتراوحت قيمة معامل الصدق ما بين (٠,٩٢ إلى ٠,٩٨) مما يؤكد قدرة الإختبارات على قياس ما وضعت من أجله وتميزها بالصدق.

### جدول رقم ( ٣ )

العلاقة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الإختبارات البدنية قيد البحث لإيجاد معامل الثبات  
( بطريقة إعادة تطبيق الإختبار )  
ن = ١٥

معامل الإرتباط	قيمة (ت)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
		±ع	س	±ع	س		
*0.983	0.83	0.20	9.22	0.20	9.23	(ث)	إختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي
*0.920	1.47	4.50	128.33	4.17	127.67	(سم)	إختبار الوثب العريض من الثبات
*0.919	1.47	0.86	6.20	0.88	6.07	(سم)	إختبار ثنى الجذع للأمام ولأسفل من الوقوف
*0.900	0.56	1.03	13.73	1.01	13.80	(عدد)	إختبار جلوس من الرقود فى ( ٢٠ ) ث
*0.943	1.38	1.64	12.13	1.67	11.93	(عدد)	ثنى ومد الزراعين من الإنبطاح المائل

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ (2.15) \*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ( 0.497 )

يتضح من الجدول رقم ( ٣ ) والخاص بالعلاقة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في الإختبارات البدنية قيد البحث لإيجاد معامل الثبات عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والثاني في جميع المتغيرات ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين ( ٠,٥٦ ، ١,٤٧ ) وهى أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ (٢,١٥) ، مما يؤكد أن الإختبارات البدنية قيد البحث تتميز بالثبات وأنها تعطى نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

#### ٢ - الإختبارات المهارية :

من خلال اطلاع الباحث علي دليل معلم التربية الرياضية الخاص بالمرحلة الإبتدائية تم التوصل الي المهارات الحركية الأتية :-

- مهارة الدرجة الامامية المتكورة .
- مهارة الوقوف علي الكتفين .
- مهارة الوقوف علي الراس .
- مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين .

#### ٣ - تقييم مستوي الأداء المهاري :

قام الباحث بتصميم استمارة تقييم مستوي الأداء المهاري في مهارات الحركات الأرضية قيد البحث لنشاط الجمباز حيث تم تقسيم المهارة الواحدة الي ثلاث مراحل ( المرحلة التمهيدية - المرحلة الاساسية - المرحلة الختامية ) وتجزئة كل مرحلة وفقا للأداء الفني لكل مهارة ثم قام بعرضها علي الخبراء في صورتها الأولية مرفق رقم ( ٢ ) لكي يتم وضع درجات كل مرحلة من مراحل الأداء الفني في المهارات قيد البحث للوصول لاستمارة في صورتها النهائية مرفق رقم ( ٣ ) ثم قام الباحث بالقياسات القبلية لعينة الدراسة الاستطلاعية لقياس صدق وثبات الاختبارات ثم قام بالقياس القبلي لعينة البحث ثم تطبيق الوحدات التعليمية .

حيث قام الباحث بتصوير التلاميذ في كل مهارة علي حدة حسب ترتيب المهارات في الإستمارة وهي مهارة الدرجة الامامية المتكورة ثم مهارة الوقوف علي الكتفين ثم مهارة الوقوف علي الراس ثم مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين ثم عرضها علي المحكمين مرفق رقم (٥) لوضع الدرجة المناسبة لكل تلميذ وفقا لدرجة كل مرحلة في استمارة تقييم الأداء المهاري التي حددت من قبل الخبراء في كل مهارة من المهارات وتحسب الدرجة الكلية للمهارة من ( ١٠ ) .

#### جدول رقم ( ٤ )

إيجاد الصدق عن طريق المقارنة بين الأرباع الأعلى والأرباع الأدنى في المهارات الحركية قيد البحث

معامل الصدق	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	الأرباع الأدنى ن=٤		الأرباع الأعلى ن=٤		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
			±ع	س	±ع	س		
0.92	*5.74	1.38	0.41	3.50	0.25	4.88	(درجة)	مهارة الدرجة الامامية المتكورة
0.98	*11.00	1.38	0.00	3.00	0.25	4.38	(درجة)	مهارة الوقوف علي الكتفين
0.94	*7.07	1.25	0.25	3.38	0.25	4.63	(درجة)	مهارة الوقوف علي الراس
0.94	*6.93	2.00	0.50	3.25	0.29	5.25	(درجة)	مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين

\*معنوى عند مستوى (٠,٠٥) (2.45)

يتضح من الجدول رقم ( ٤ ) والخاص بالفروق بين الأرباع الأعلى والأرباع الأدنى في المهارات الحركية قيد البحث لإيجاد معامل الصدق ، أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٥,٧٤ إلى ١١,٠٠) وهذه القيمة مرتفعة عن قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ( 0.05) وتراوحت قيمة معامل الصدق ما بين (٠,٩٢ إلى ٠,٩٨) مما يؤكد قدرة المهارات على قياس ما وضعت من أجله وتميزها بالصدق.

#### جدول رقم ( ٥ )

العلاقة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في المهارات الحركية قيد البحث لإيجاد معامل الثبات

ن = ١٥

( بطريقة إعادة تطبيق الإختبار )

معامل الارتباط	قيمة (ت)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
		±ع	س	±ع	س		
*0.911	*3.50	0.62	4.43	0.59	4.20	(درجة)	مهارة الدرجة الامامية المتكورة
*0.955	1.47	0.59	3.80	0.56	3.73	(درجة)	مهارة الوقوف علي الكتفين
*0.916	0.56	0.56	3.93	0.55	3.97	(درجة)	مهارة الوقوف علي الراس
*0.888	0.90	0.74	4.37	0.92	4.27	(درجة)	مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ (2.15) \*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (0.497)

يتضح من الجدول رقم ( ٥ ) والخاص بالعلاقة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في المهارات الحركية قيد البحث لإيجاد معامل الثبات عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والثاني في معظم المتغيرات ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٠,٥٦ ، ١,٤٧) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ (٢,١٥) ، وتراوحت قيمة معامل الارتباط ما بين (0.888 الى 0.955) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية (٠,٤٩٧) مما يؤكد أن المهارات الحركية قيد البحث تتميز بالثبات وأنها تعطي نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

## جدول رقم ( ٦ )

إيجاد الصدق عن طريق المقارنة بين الأرباع الأعلى والأرباع الأدنى في المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث

معامل الصدق	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	الأرباع الأدنى ن=٤		الأرباع الأعلى ن=٤		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
			ع±	س	ع±	س		
0.99	*18.98	3.63	0.29	14.25	0.25	17.88	(درجة)	المجموع الكلي للمهارات الحركية

\*معنوي عند مستوى (٠,٠٥) (2.45)

يتضح من الجدول رقم ( ٦ ) والخاص بالفروق بين الأرباع الأعلى والأرباع الأدنى في المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث لإيجاد معامل الصدق ، أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١٨,٩٨) وهذه القيمة مرتفعة عن قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) وبلغت قيمة معامل الصدق (٠,٩٩) مما يؤكد قدرة الاختبارات على قياس ما وضعت من أجله وتميزها بالصدق.

## جدول رقم ( ٧ )

العلاقة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث لإيجاد معامل الثبات ( بطريقة إعادة تطبيق الإختبار ) ن = ١٥

معامل الارتباط	قيمة (ت)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
		ع±	س	ع±	س		
*0.944	*2.95	1.41	16.53	1.46	16.17	(درجة)	المجموع الكلي للمهارات الحركية

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (2.15) \*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (0.497)

يتضح من الجدول رقم ( ٧ ) والخاص بالعلاقة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث لإيجاد معامل الثبات وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والثاني في المجموع الكلي للمهارات الحركية ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢,٩٥) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (٢,١٥) ، وبلغت قيمة (ر) المحسوبة (٠,٩٤٤) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) (٠,٤٩٧) مما يؤكد أن المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث تتميز بالثبات وأنها تعطي نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

## الوحدات التعليمية لتطوير المحتوى : مرفق رقم ( ٦ )

قام الباحث باستخدام نموذج تطوير المحتوى القائم على نموذج (Tasks , Cues,Challenges ) Graham, G المهام , العناصر الحاسمه , التحديات في تعليم مهارات الجمباز الموجودة في الوحدة التعليمية للصف الخامس الابتدائي حيث تم تحليل محتوى الجمباز ثم بناء وحدة الجمباز لمجموعة البحث وفق نموذج تطوير المحتوى وكان هدفه مساعدة التلاميذ على تعلم وتحسين بعض القدرات البدنية والمهارات الحركية لنشاط الجمباز وذلك من خلال تنظيم المحتوى بشكل مترابط ومتكامل وتم إعداد محتوى الوحدة وفقاً للخطوات الآتية :-

## أ- محتوى وحدة الجميز :

قام الباحث بإعداد وصياغة وتنظيم المحتوى النظري والتطبيقي لوحدة الجميز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي باستخدام نموذج (Tasks, Cues, Challenges) Graham, G المهام , العناصر الحاسمة , التحديات مرفق رقم (٦) .

## ب- تحليل محتوى وحدة الجميز :

من أجل تنظيم وصياغة المحتوى الجميز وفق نموذج تطوير المحتوى قام الباحث بإجراء تحليل لمحتوي الجميز للتعرف علي المفاهيم المكونة له

## ج- بناء وحدة الجميز وفقا لتطوير المحتوى :

بعد إطلاع الباحث علي دراسة (أشرف صبحي , أسامه الشاعر ) (٣) و بالرجوع الي المراجع والدراسات أرقام (٩) (١٤) (١٥) (١٧) (٢١) (٢٢) (٢٤) (٢٥) التي إعدت الوحدات الدراسية بطريقة نموذج تطوير المحتوى وعلي بعض المراجع المختصة في الجميز منها أحمد الهادي (٢٠١٠) (١) , أحمد الشاذلي (٢٠٠٠) (٢) , وأعضاء هيئة التدريس بقسم التمرينات والجميز (٢٠٠٦) (٤) ودليل معلم الصف الخامس الابتدائي , قام الباحث بصياغة محتوى وحدة الجميز بنموذج تطوير المحتوى (TasksCues, Challenges) GrahamG

## د- خطوات إعداد الجزء الأساسي ( التعليمي والتطبيقي ) لوحدات الجميز في ضوء تطوير المحتوى :

تم تصميم محتوى الوحدات التعليمية لمجموعة البحث في ضوء تطوير المحتوى علي الجزء الاساسي من الدرس الذي يتضمن النشاط التعليمي والتطبيقي حيث اشتمل الجزء الأساسي علي خطوات نموذج تطوير المحتوى (المهام – العناصر الحاسمة – التحديات ) وحيث اشتملت المهام علي مجموعة من التدريبات يتضح فيها شكل المهارة (الأداء الفني للمهارة ) واشتملت ايضا علي مجموعة تدريبات للتدرج لتعليم المهارة ( الخطوات التعليمية ) واشتملت ايضا علي العناصر الحاسمة لتعليم المهارة واشتملت علي مجموعة من التحديات للتقدم في تعليم المهارة (تدريبات متقدمة لكل مهارة )

وتم تحديد محتوى الوحدات التعليمية باستخدام تطوير المحتوى وذلك بواقع (٨) دروس خلال تجربة البحث ولمدة (٤) أسابيع كل اسبوع يتم به درسين وزمن كل درس (٤٥ق) .

تم تقسيم الدروس علي أربعة مهارات من مهارات الجميز قيد البحث كما هو موجود في الوحدات التعليمية الخاص بالجميز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي وهم :

- مهارة الدرجة الامامية المنكورة ( درسين )
- مهارة الوقوف علي الكتفين ( درسين )
- مهارة الوقوف علي الراس ( درسين )
- مهارة الشقابة الجانبية علي اليدين ( درسين )

## خطوات تنفيذ الدراسة :

- ١- إجراء القياسات القبليّة للدراسة الإستطلاعية في الفترة الزمنية من ٢٨ \ ٢ \ ٢٠٢٢ الي ٣ \ ٣ \ ٢٠٢٢
- ٢- القياس القبلي لعينة البحث ( تصوير الأداء المهاري لنشاط الجميز وقياس إختبارات القدرات البدنية ) في الفترة الزمنية من ٦ \ ٣ \ ٢٠٢٢ الي ٨ \ ٣ \ ٢٠٢٢ .
- ٣- تحليل مستوي الأداء المهاري وفقا لإستمارة تقييم الأداء المهاري مرفق (٤)



- ٤- تصميم الوحدات التعليمية المقترحة لتطوير المحتوى مرفق (٦) وفق نموذج (Graham, G. et al 2010) وبالرجوع الي المراجع والدراسات (١) (٢) (٣) (٤) (٩) (١٤) (١٥) (١٧) (٢١) (٢٢) (٢٤) (٢٥) تم تطبيق جميع الوحدات التعليمية المقترح في الفترة من ٩ / ٣ / ٢٠٢٢ الي ١٣ / ٤ / ٢٠٢٢ بواقع ٨ وحدات تعليمية وزمن الوحدة (٤٥) دقيقة
- ٥- القياس البيئي لعينة البحث (تم تطبيق (٤) دروس للمهارات قيد البحث حيث اشتملت كل مهارة درس واحد ثم قام الباحث بتصوير الأداء المهاري لنشاط الجمباز وقياس إختبارات القدرات البدنية ) بنفس شروط القياس القبلي.
- ٦- تطبيق باقى الوحدات التعليمية ( تم تطبيق (٤) دروس أخرى للمهارات قيد البحث حيث اشتملت كل مهارة درس أخر لتطوير المحتوى لنشاط الجمباز .
- ٧- القياس البعدي لعينة البحث ( تصوير الأداء المهاري لنشاط الجمباز وقياس إختبارات القدرات البدنية ) بنفس شروط القياس القبلي والبيئي.

### \* المعالجات الإحصائية:

تم اجراء المعالجات الاحصائية باستخدام برنامج SPSS Version 25 وذلك عند مستوى ثقة (٠,٩٥) يقابلها مستوى دلالة (احتمالية خطأ) ٠,٠٥ وهى كالتالى :-

- المتوسط الحسابى .
- الانحراف المعيارى .
- معامل الالتواء.
- معامل التفلطح.
- نسبة التحسن%.
- إختبار تحليل التباين للقياسات المتكررة.
- مربع إيتا.
- أقل فرق معنوى LSD .

### جدول رقم ( ٨ )

التوصيف الإحصائى فى المتغيرات الأساسية قيد البحث لمجموعة البحث  
قبل التجربة ن = ٢٥

معامل التفلطح	معامل الالتواء	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	أكبر قيمة	أقل قيمة	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
3.00	0.00	0.00	11.00	11.00	11.00	(سنة)	السن
-0.86	0.10	3.55	130.60	137.00	125.00	(سم)	الطول
-1.15	-0.32	2.33	33.80	37.00	30.00	(كجم)	الوزن

يتضح من الجدول رقم ( ٨ ) والخاص بالتوصيف الإحصائى لعينة البحث فى المتغيرات الأساسية قيد البحث قبل التجربة أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتنسم بالتوزيع الطبيعي للعينة ، حيث تتراوح قيم معامل الالتواء فيها ما بين (-٠,٣٢ إلى ٠,١٠) وهذه القيم تقترب من الصفر ، مما يؤكد اعتدالية البيانات الخاصة بعينة البحث قبل التجربة

جدول رقم ( ٩ )

التوصيف الإحصائي في المتغيرات البدنية قيد البحث لمجموعة البحث قبل التجربة ن = ٢٥

المتغيرات	الدلالات الإحصائية	وحدة القياس	أقل قيمة	أكبر قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي	(ث)	0.00	9.94	8.61	1.85	-0.56	21.82	
اختبار الوثب العريض من الثبات	(سم)	120.00	135.00	126.60	5.15	0.28	-0.96	
اختبار ثني الجذع للأمام ولأسفل من الوقوف	(سم)	5.00	7.00	5.92	0.81	0.15	-1.45	
اختبار جلوس من الرقود في ( ٢٠ ) ث	(عدد)	10.00	15.00	12.92	1.26	-0.11	-0.08	
ثني ومد الزراعين من الإنبطاح المائل	(عدد)	8.00	14.00	11.88	1.56	-0.78	0.23	

يتضح من الجدول رقم ( ٩ ) والخاص بالتوصيف الإحصائي لعينة البحث في المتغيرات البدنية قيد البحث قبل التجربة أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة ، حيث تتراوح قيم معامل الالتواء فيها ما بين (-٠,٧٨ إلى ٠,٢٨) وهذه القيم تقترب من الصفر ، مما يؤكد اعتدالية البيانات الخاصة بعينة البحث قبل التجربة .

جدول رقم ( ١٠ )

التوصيف الإحصائي في مراحل المهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث قبل التجربة ن = ٢٥

المتغيرات	الدلالات الإحصائية	وحدة القياس	أقل قيمة	أكبر قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
مهارة الدرجة الامامية المتكورة	التمهيدية	(درجة)	0.50	1.00	0.68	0.24	0.62	-1.76
	الأساسية	(درجة)	1.00	4.00	2.36	0.65	0.32	0.42
	الختامية	(درجة)	0.50	1.50	0.82	0.28	0.13	-0.68
	المجموع	(درجة)	2.50	5.50	3.86	0.78	-0.06	-0.20
مهارة الوقوف علي الكتفين	التمهيدية	(درجة)	0.50	1.50	0.76	0.29	0.59	-0.54
	الأساسية	(درجة)	2.00	3.00	2.32	0.45	0.82	-1.31
	الختامية	(درجة)	0.50	1.50	0.76	0.29	0.59	-0.54
	المجموع	(درجة)	3.00	4.50	3.84	0.45	-0.03	-0.71
مهارة الوقوف علي الراس	التمهيدية	(درجة)	0.50	1.00	0.80	0.25	-0.43	-1.98
	الأساسية	(درجة)	1.00	3.00	2.28	0.56	-0.16	-0.50
	الختامية	(درجة)	0.50	1.50	0.84	0.28	-0.01	-0.56
	المجموع	(درجة)	2.50	5.00	3.92	0.69	0.00	-0.49
مهارة الشقلبة الجانبية علي اليمين	التمهيدية	(درجة)	0.50	1.00	0.88	0.22	-1.30	-0.35
	الأساسية	(درجة)	1.00	3.00	1.82	0.59	0.29	-0.45
	الختامية	(درجة)	0.50	1.00	0.88	0.22	-1.30	-0.35
	المجموع	(درجة)	2.50	5.00	3.58	0.70	-0.01	-0.70

يتضح من الجدول رقم ( ١٠ ) والخاص بالتوصيف الإحصائي لعينة البحث في مراحل المهارات الحركية قيد البحث قبل التجربة أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة ، حيث تتراوح قيم معامل الالتواء فيها ما بين (-١,٣٠ إلى ٠,٨٢) وهذه القيم تقترب من الصفر ، مما يؤكد اعتدالية البيانات الخاصة بعينة البحث قبل التجربة .

جدول رقم ( ١١ )  
التوصيف الإحصائي في المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث  
قبل التجربة ن = ٢٥

المتغيرات	الدلالات الإحصائية	وحدة القياس	أقل قيمة	أكبر قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
المجموع الكلي للمهارات الحركية	(درجة)	12.50	17.50	15.20	1.46	-0.36	-1.03	

يتضح من الجدول رقم ( ١١ ) والخاص بالتوصيف الإحصائي لعينة البحث في المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث قبل التجربة أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة ، حيث بلغت قيمة معامل الالتواء (-٠,٣٦) وهذه القيمة تقترب من الصفر ، مما يؤكد اعتدالية البيانات الخاصة بعينة البحث قبل التجربة.

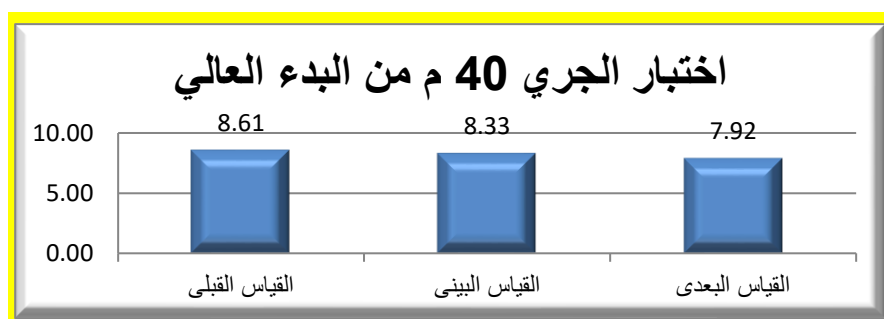
### عرض النتائج الخاصة بمتغيرات القدرات البدنية قيد البحث للمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة.

جدول رقم ( ١٢ ) الدلالات الإحصائية الخاصة بالمتغيرات البدنية لمجموعة البحث  
قبل وبين وبعد التجربة ن = ٢٥

المتغيرات	الدلالات الإحصائية	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البيني		القياس البعدي		قيمة (ف)
			س	ع±	س	ع±	س	ع±	
اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي	(ث)	8.61	1.85	8.33	0.46	7.92	0.47	2.22	
اختبار الوثب العريض من الثبات	(سم)	126.60	5.15	132.60	4.59	142.80	4.10	*622.39	
اختبار ثني الجذع للأمام ولأسفل من الوقوف	(سم)	5.92	0.81	7.36	0.91	8.72	1.81	*57.89	
اختبار جلوس من الرقود في ( ٢٠ ) ث	(عدد)	12.92	1.26	14.36	1.04	16.72	0.84	*390.62	
ثني ومد الزراعين من الإنبطاح المائل	(عدد)	11.88	1.56	13.52	1.05	16.72	1.31	*410.64	

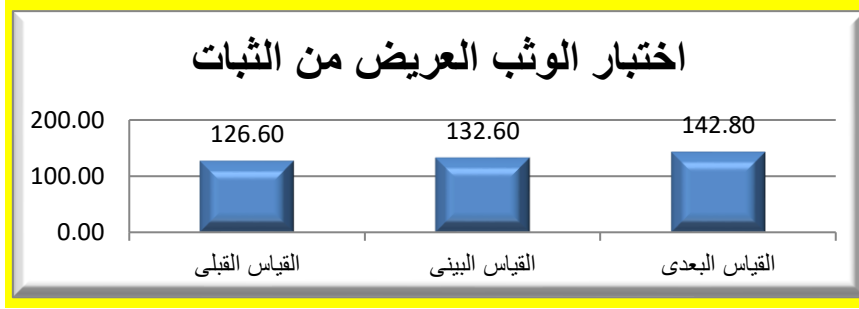
\*قيمة ف الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)(٣,١٩)

يتضح من الجدول رقم ( ١٢ ) والشكل البياني رقم ( ١ ) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالمتغيرات البدنية قيد البحث للمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين القياس القبلي والقياس البيني والقياس البعدي في معظم المتغيرات قيد البحث حيث تراوحت قيم (ف) المحسوبة ما بين ( ٥٧,٨٩ : ٦٢٢,٣٩ ) وهذه القيم أكبر من قيمة " ف " الجدولية عند مستوى (0.05)

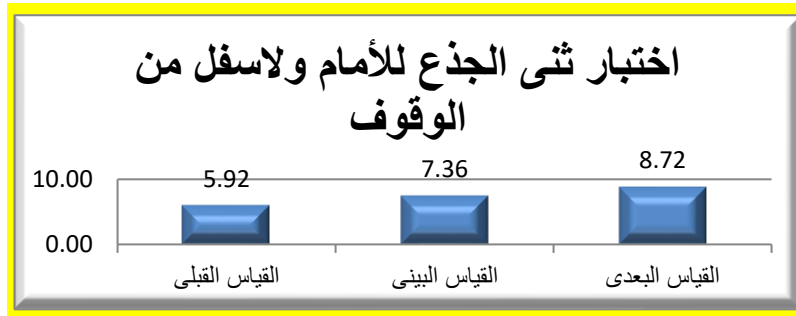


الشكل البياني رقم ( ١ )

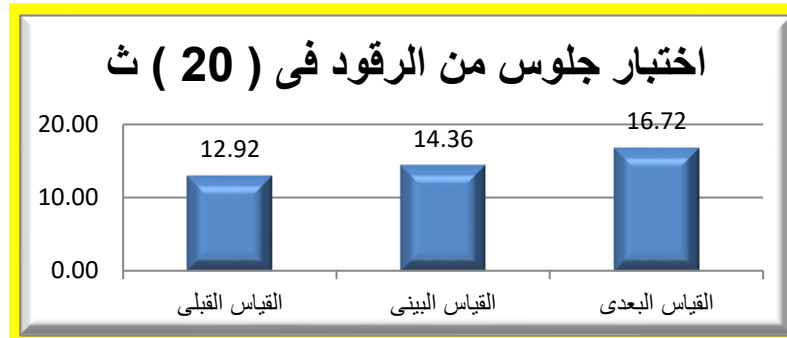
الخاص بالمتوسطات الحسابية لاختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي قبل وبين وبعد التجربة



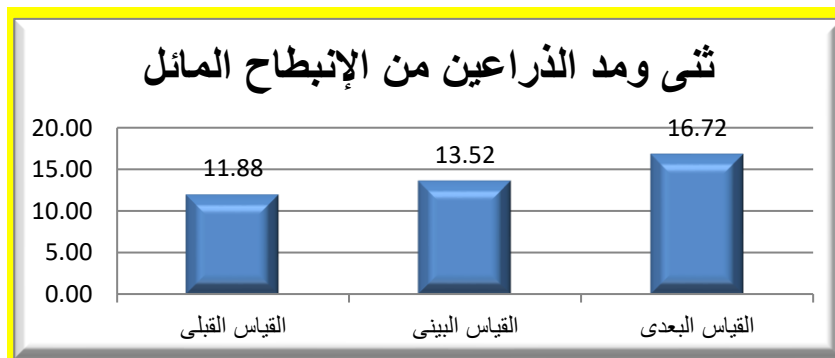
الشكل البياني رقم ( ٢ ) الخاص بالمتوسطات الحسابية لإختبار الوثب العريض من الثبات قبل وبين وبعد التجربة



الشكل البياني رقم ( ٣ ) الخاص بالمتوسطات الحسابية للمتغيرات البدنية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة



الشكل البياني رقم ( ٤ ) الخاص بالمتوسطات الحسابية لإختبار جلوس من الرقود قبل وبين وبعد التجربة



الشكل البياني رقم ( ٥ ) الخاص بالمتوسطات الحسابية لإختبار ثنى ومد الذراعين قبل وبين وبعد التجربة

جدول رقم ( ١٣ )  
تحليل التباين للقياسات المتكررة (القبلي - البيني - البعدى) للمتغيرات البدنية  
قيد البحث لمجموعة البحث

حجم التأثير (ايتا <sup>٢</sup> )	مستوى الدلالة	قيمة ( ف )	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات (القياسات الثلاثة)	الدلالات الإحصائية	المتغيرات	
0.99	0.00	*4461.90	5147.84	1	5147.84	التأثير بين القياسات	اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي	
			1.15	24	27.69	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.08	0.12	2.22	2.98	2	5.96	التأثير داخل القياسات		
			1.34	48	64.54	الخطأ للعامل داخل القياسات		
1.00	0.00	*22814.68	1346700.00	1	1346700.00	التأثير بين القياسات		اختبار الوثب العريض من الثبات
			59.03	24	1416.67	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.96	0.00	*622.39	1677.00	2	3354.00	التأثير داخل القياسات		
			2.69	48	129.33	الخطأ للعامل داخل القياسات		
0.98	0.00	*1308.11	4033.33	1	4033.33	التأثير بين القياسات	اختبار ثنى الجذع للأمام ولأسفل من الوقوف	
			3.08	24	74.00	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.71	0.00	*57.89	49.01	2	98.03	التأثير داخل القياسات		
			0.85	48	40.64	الخطأ للعامل داخل القياسات		
1.00	0.00	*5584.62	16133.33	1	16133.33	التأثير بين القياسات		اختبار جلوس من الرقود فى ( ٢٠ ) ث
			2.89	24	69.33	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.94	0.00	*390.62	92.01	2	184.03	التأثير داخل القياسات		
			0.24	48	11.31	الخطأ للعامل داخل القياسات		
0.99	0.00	*3278.88	14784.12	1	14784.12	التأثير بين القياسات	ثنى ومد الزراعين من الإنبطاح المائل	
			4.51	24	108.21	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.94	0.00	*410.64	151.48	2	302.96	التأثير داخل القياسات		
			0.37	48	17.71	الخطأ للعامل داخل القياسات		

\*قيمة ف الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسات (٤,٢٦) داخل القياسات (٣,١٩)

يتضح من جدول رقم ( ١٣ ) وجود فروق دالة احصائيا بين القياسات المتكررة (القبلي- البيني - البعدى) فى المتغيرات البدنية قيد البحث لمجموعة البحث حيث تراوحت قيمة (ف) المحسوبة ما بين (١١,١٣٠٨ : ٢٢٨١٤,٦٨) وهى اكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى (0.05) بين القياسات .

ويتضح وجود فروق دالة احصائيا داخل القياسات المتكررة (القبلي- البيني - البعدى) فى معظم المتغيرات البدنية قيد البحث لمجموعة البحث حيث تراوحت قيمة (ف) المحسوبة ما بين ( ٥٧,٨٩ : ٦٢٢,٣٩ ) وهذه القيم أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) داخل القياسات.

وقد تراوحت قيمة حجم التأثير (ايتا<sup>2</sup>) ما بين (٠,٧١ : ١,٠٠) وهى أكبر من (0.50) مما يدل على أن التحسن نتيجة حجم التأثير للوحدات التعليمية .

جدول رقم ( ١٤ )

أقل فرق معنوي للفرق بين متوسطات متغيرات البدنية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة

معنوية الفروق بين المتوسطات				المتوسط الحسابي	القياسات	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية للمتغيرات
القياس البعدي		القياس البيئي					
٠,١٠٣	٠,٦٨٦	٠,٤٩٠	٠,٢٧٦	8.606	القياس القبلي	(ث)	اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي
٠,٠٠٠	↑*٠,٤١٠			8.330	القياس البيئي		
				7.919	القياس البعدي		
٠,٠٠٠	↑*١٦,٢٠٠	٠,٠٠٠	↑*٦,٠٠٠	126.600	القياس القبلي	(سم)	اختبار الوثب العريض من الثبات
٠,٠٠٠	↑*١٠,٢٠٠			132.600	القياس البيئي		
				142.800	القياس البعدي		
٠,٠٠٠	↑*٢,٨٠٠	٠,٠٠٠	↑*١,٤٤٠	5.920	القياس القبلي	(سم)	اختبار ثنى الجذع للأمام ولاسفل من الوقوف
٠,٠٠٠	↑*١,٣٦٠			7.360	القياس البيئي		
				8.720	القياس البعدي		
٠,٠٠٠	↑*٣,٨٠٠	٠,٠٠٠	↑*١,٤٤٠	12.920	القياس القبلي	(عدد)	اختبار جلوس من الرقود في (٢٠) ث
٠,٠٠٠	↑*٢,٣٦٠			14.360	القياس البيئي		
				16.720	القياس البعدي		
٠,٠٠٠	↑*٤,٨٤٠	٠,٠٠٠	↑*١,٦٤٠	11.880	القياس القبلي	(عدد)	ثنى ومد الزراعين من الإنبساط المائل
٠,٠٠٠	↑*٣,٢٠٠			13.520	القياس البيئي		
				16.720	القياس البعدي		

\*معنوي عند مستوى دلالة أقل من 0.05

يتضح من الجدول رقم ( ١٤ ) الخاص بأقل فرق معنوي للفرق بين متوسطات المتغيرات البدنية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة وجود فروق بين متغيرات البحث حيث كانت على النحو التالي :-

- متغير (اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي) تفوق القياس البعدي على القياس البيئي.
- متغير (اختبار الوثب العريض من الثبات) تفوق القياس البيئي على القياس القبلي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البيئي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي وتفوق القياس البعدي على كل من القياس القبلي والقياس البيئي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي لكل من القياس القبلي والقياس البيئي.
- متغير (اختبار ثنى الجذع للأمام ولاسفل من الوقوف) تفوق القياس البيئي على القياس القبلي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البيئي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي وتفوق القياس البعدي على كل من القياس القبلي والقياس البيئي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي لكل من القياس القبلي والقياس البيئي.
- متغير (اختبار جلوس من الرقود في (٢٠) ث) تفوق القياس البيئي على القياس القبلي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البيئي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي وتفوق القياس البعدي على كل من القياس القبلي والقياس البيئي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي لكل من القياس القبلي والقياس البيئي.
- متغير (ثنى ومد الزراعين من الإنبساط المائل) تفوق القياس البيئي على القياس القبلي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البيئي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي وتفوق القياس البعدي على كل من القياس القبلي والقياس البيئي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي لكل من القياس القبلي والقياس البيئي.

جدول رقم ( ١٥ )  
نسب التحسن بين متوسطات المتغيرات البدنية قيد البحث لمجموعة البحث  
قبل وبين وبعد التجربة

نسب التحسن		المتوسط الحسابي	القياسات	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
القياس البعدي	القياس البيئي				
7.98%	3.21%	8.606	القياس القبلي	(ث)	اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي
4.93%		8.330	القياس البيئي		
		7.919	القياس البعدي		
12.80%	4.74%	126.600	القياس القبلي	(سم)	اختبار الوثب العريض من الثبات
7.69%		132.600	القياس البيئي		
		142.800	القياس البعدي		
47.30%	24.32%	5.920	القياس القبلي	(سم)	اختبار ثنى الجذع للأمام ولاسفل من الوقوف
18.48%		7.360	القياس البيئي		
		8.720	القياس البعدي		
29.41%	11.15%	12.920	القياس القبلي	(عدد)	اختبار جلوس من الرقود فى ( ٢٠ ) ث
16.43%		14.360	القياس البيئي		
		16.720	القياس البعدي		
40.74%	13.80%	11.880	القياس القبلي	(عدد)	ثنى ومد الزراعين من الإنبطاح المائل
23.67%		13.520	القياس البيئي		
		16.720	القياس البعدي		

يتضح من الجدول رقم ( ١٥ ) الخاص بنسب التحسن بين متوسطات المتغيرات البدنية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة حيث كانت على النحو التالي :-

- متغير (اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٣,٢١%) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٧,٩٨%) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٤,٩٣%).
- متغير (اختبار الوثب العريض من الثبات) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٤,٧٤%) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (١٢,٨٠%) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٧,٦٩%).
- متغير (اختبار ثنى الجذع للأمام ولاسفل من الوقوف) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٢٤,٣٢%) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٤٧,٣٠%) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (١٨,٤٨%).
- متغير (اختبار جلوس من الرقود فى ( ٢٠ ) ث) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (١١,١٥%) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٢٩,٤١%) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (١٦,٤٣%).
- متغير (ثنى ومد الزراعين من الإنبطاح المائل) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (١٣,٨٠%) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٤٠,٧٤%) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٢٣,٦٧%).

## مناقشة الفرض الأول الخاص بمتغيرات القدرات البدنية لنشاط الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي

قد تم التحقق من نتائج اختبارات القدرات البدنية لنشاط الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي من خلال الفرض الأول ولإختبار صحة هذه الفروض تم إيجاد هذه الفروق من خلال الجدول ارقام ( ١٢ ) ( ١٣ ) ( ١٤ ) ( ١٥ ) واشكال بيانية ارقام ( ١ ) ( ٢ ) ( ٣ ) ( ٤ ) ( ٥ ) السابق ذكرها والخاص بوجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبيني والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياسين ( البيني والبعدي ) وتؤكد ذلك نسب التحسن التي ظهرت في كل من متغيرات البحث حيث كانت نسبة التحسن في اختبار (الجري ٤٠ م من البدء العالي) بين القياس القبلي والقياس البيني (٣,٢١٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٧,٩٨٪) وبين القياس البيني والقياس البعدي (٤,٩٣٪) حيث تفوق القياس البعدي علي كل من القياسين القبلي والبيني واختبار (اختبار الوثب العريض من الثبات) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيني (٤,٧٤٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (١٢,٨٠٪) وبين القياس البيني والقياس البعدي (٧,٦٩٪) حيث تفوق القياس البعدي علي كل من القياسين القبلي والبيني واختبار (ثني الجذع للأمام ولأسفل من الوقوف) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيني (٢٤,٣٢٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٤٧,٣٠٪) وبين القياس البيني والقياس البعدي (١٨,٤٨٪). واختبار (جلوس من الرقود في ( ٢٠ ) ث) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيني (١١,١٥٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٢٩,٤١٪) وبين القياس البيني والقياس البعدي (١٦,٤٣٪). حيث تفوق القياس البعدي علي كل من القياسين القبلي والبيني واختبار (ثني ومد الزراعين من الإنبطاح المائل) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيني (١٣,٨٠٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٤٠,٧٤٪) وبين القياس البيني والقياس البعدي (٢٣,٦٧٪) حيث تفوق القياس البعدي علي كل من القياسين القبلي والبيني ويعزى الباحث هذه الفروق إلى الوحدات التعليمية المقترح لتطوير المحتوى حيث تتضمن مجموعة من المهام التي تشتملت على مجموعة من التدريبات البدنية المختارة التي تعمل علي رفع اللياقة البدنية لدي تلاميذ مجموعة البحث ويؤكد الباحث أن الأنشطة والتدريبات البدنية داخل الدروس كان لهل دور بارز في تنمية الصفات البدنية للتلاميذ تنمي بطريقة مباشرة عن طريق الأحماء أو بطريقة غير مباشرة عن طريق التدريبات مهارية المختارة للمهارات المختلفة قيد البحث .

أن التمرينات البدنية تحتل مكانا هاما في الجزء الاعدايي من الدرس في نشاط الجمباز لانها تؤثر بقوة وبشكل أكبر عل كل أجزاء الجسم ويمكن تنويعها وتنفيذها بأشكال كثيرة، وفي بعض الحالات وتبعاً لمحتوي الجزء الاساسي يمكن البدء بها قبل تمرينات حركات التقدم ( ٤ : ٣٨ )

أصبحت أهمية القدرات البدنية واضحة بشكل متزايد حيث يتم تطوير مهارات النشاط من خلالها وايضا يتم تعزيز اللعب أثناء النشاط البدني ، وزيادة الثقة في ممارسة النشاط الرياضي. ( ١٧ : ٤٧ )

ويشير (Fotiadou,, et al 2002). الي ان رياضة الجمباز من الرياضات ذات الأهمية الكبرى في برامج التربية الرياضية، والتي تعمل على اشباع حاجات الشباب وتلائم مراحلهم العمرية المختلفة، وهي مثلها في ذلك مثل أي نشاط فردي آخر، حيث تعمل على تزويد الفرد بالمهارات التي تستمر معه لممارستها في المستقبل ذلك أنها تساهم بدرجة كبيرة في تنمية للياقة البدنية وتطويرها والارتقاء بها ( ١٦ : ٣٣ ) وفي هذا الصدد يؤكد الباحث أن الوحدات التعليمية لتطوير المحتوى وما اشتمل به من مراحل ( المهام والعناصر الحاسمة والتحديات ) اد الي رفع اللياقة البدنية لدي أفراد عينة البحث وفي سياق ذلك يؤكد احمد الهادي ( ٢٠١٠ ) الي ان البرنامج الذي يغفل أنشطة الجمباز خاصة للمبتدئين في ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة يكون قد فقد فرصة ذهبية في مساعدة المتعلم علي النمو المتكامل حيث أن الإستخدام الفعال للعضلات الكبيرة، بالإضافة الي نمو التوافق الجيد والمرونة والتوازن ، فهذه الأنشطة تكسب المتعلم الثقة بالنفس نتيجة التحكم في عضلات جسمه أثناء أدائه للحركات المختلفة ( ١ : ٢٦١ )

ويذكر (Arkayev, L.Ya 2007) للجمباز دوراً مهماً في حياة الفرد من جميع النواحي؛ فهي رياضة تعمل على إكساب الفرد الصحة العامة وتنظم حياة الفرد اليومية، وتعمل على تنمية اللياقة البدنية للجسم وتكسبه القدرة على حرية الحركة، وهي تعمل أيضاً على تنمية النواحي الفكرية، حيث تجعل الفرد الذي يمارس هذه الرياضة قادراً على تصور الحركات والجمل الحركية التي يقوم بها قبل الأداء وتنمي إدراكه، كذلك تعمل على تنمية جوانب شخصية الفرد فهي لعبة تحتاج إلى روح المغامرة وتنمي لديه الشجاعة وخاصة في الحركات ذات الصعوبة العالية ( ١٣ : ٣٣ )



وفي هذا الصدد يشير (أحمد الهادي ٢٠١٠م) إلى أن رياضة الجمباز من الرياضات التي تحتاج إلى أساليب وطرق متطورة لتعليمها حتى يمكن التقدم بمستوي أداء اللاعبين كم انها من الرياضات الاساسية التي تسهم في تنمية الصفات البدنية والقدرات المهارية لدي الاعبين وتخدم الرياضات الأخرى ، وقد أدرجها العديد من المتخصصين في المجال الرياضي ضمن مجموعة الرياضات التي تتميز بالأداء الفني الذي هو أحد العوامل الرئيسية المؤدية الي تحقيق الفوز في المنافسات الرياضية ، ويتطلب أكتشاف أهم تفاصيل الأداء الفني الجيد لمهارات الجمباز السعي المستمر نحو معرفة خصائص مقومات هذه المهارات ومتطلباتها من الصفات البدنية الخاصة التي يستوجب توافرها للوصول إلي مستوي أداء متميز (١ : ٥٧)

وفي سياق متصل يشير أحمد الشاذلي وآخرون (٢٠٠٠) ألي أن أهمية أداء تمرينات الحركات الأرضية يرجع الي ما يمكن اكتسابه نتيجة الممارسة من قيم بدنية ونفسية فمن الناحية البدنية يكسب اللاعب صفة القوة والمرونة والقدرة والرشاقة والمرونة والسرعة وتوافق الجهازين العضلي والعصبي ( ٢ : ١٣٢) وفي هذا السياق يؤكد الباحث علي أن الوحدات التعليمية القائمة علي تطوير المحتوى وما ظهرت به من نتائج أدي الي تنمية القوه وهذا ما ظهر في نتائج إختبار ثنى ومد الزراعين من الإنبطاح المائل أدي الي تنمية المرونة وهذا ما ظهر في نتائج إختبار ثنى الجذع للأمام ولأسفل من الوقوف أدي الي تنمية القدرة وهذا ما ظهر في نتائج اختبار الوثب العريض من الثبات أدي الي تنمية السرعة وهذا ما ظهر في نتائج اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي أدي الي تنمية القوة وهذا ما ظهر في نتائج اختبار جلوس من الرقود في (٢٠) ث .

ويشير (2007,Arkayev) أن رياضة الجمباز هي إحدى أنواع الرياضة التي يؤدي فيها الجانب الفني دوراً هاماً، وهذا يجعل القائم على دراسة الحركة في هذه الرياضة يلم بالتغيرات التي تمكن التلاميذ من أداء أفضل، فالتوجيه الصحيح لعمليات التدريب وتنمية صفات اللياقة البدنية العامة والخاصة يؤديان دوراً هاماً في تطوير مستوى الأداء المهاري. (١٣ : ٣٠)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة بدوي محمد (٢٠٢٠) (٦) التي اشارت نتائجها علي التأثير الإيجابي للبرنامج المقترح للجمباز علي تنمية بعض القدرات الحركية ويتفق ايضا مع نتائج دراسة ماجد محمد (٢٠٠٣) (١١) التي اشارت نتائجها علي التأثير الإيجابي لنشاط الجمباز علي تطوير الصفات البدنية والقدرات الحس حركية لتلاميذ المدرسة العسكرية بالمرحلة الابتدائية ويتفق ايضا مع نتائج دراسة ناهد عبدالله (٢٠٠١) (١٢) التي اشارت نتائجها علي التأثير الإيجابي لبرنامج التدريس المتداخل علي تنمية بعض مكونات اللياقة البدنية برياضة الجمباز .

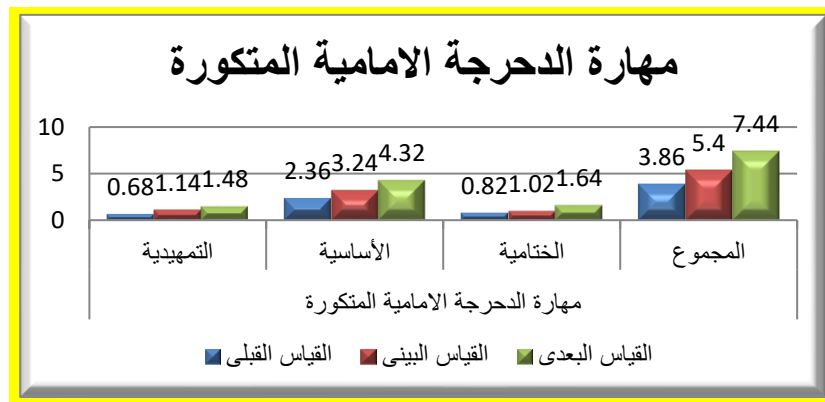
عرض النتائج الخاصة بمتغيرات المهارات الحركية قيد البحث للمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة.

جدول ( ١٦ ) الدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات مراحل المهارات الحركية لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة ن = 25

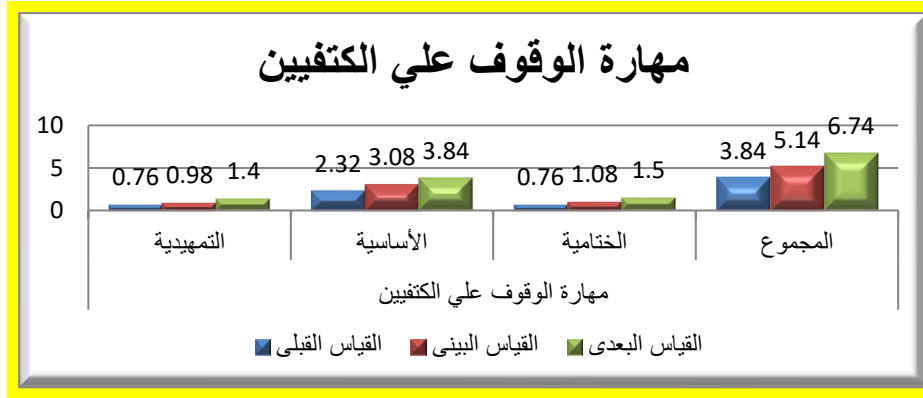
قيمة (ف)	القياس البعدى		القياس البينى		القياس القبلى		وحدة القياس	الدلالات الإحصائية	المتغيرات
	ع±	س	ع±	س	ع±	س			
*99.71	0.27	1.48	0.23	1.14	0.24	0.68	(درجة)	التمهيدية	مهارة الدرجة الامامية المتكورة
*173.99	0.54	4.32	0.65	3.24	0.65	2.36	(درجة)	الاساسية	
*76.70	0.34	1.64	0.10	1.02	0.28	0.82	(درجة)	الختامية	
*324.66	0.82	7.44	0.66	5.40	0.78	3.86	(درجة)	المجموع	
*49.82	0.32	1.40	0.18	0.98	0.29	0.76	(درجة)	التمهيدية	مهارة الوقوف على الكتفين
*155.64	0.51	3.84	0.43	3.08	0.45	2.32	(درجة)	الاساسية	
*59.45	0.29	1.50	0.19	1.08	0.29	0.76	(درجة)	الختامية	
*249.05	0.78	6.74	0.57	5.14	0.45	3.84	(درجة)	المجموع	
*114.34	0.25	1.74	0.00	1.00	0.25	0.80	(درجة)	التمهيدية	مهارة الوقوف على الراس
*131.47	0.45	3.82	0.48	2.90	0.56	2.28	(درجة)	الاساسية	
*96.36	0.27	1.64	0.10	1.02	0.28	0.84	(درجة)	الختامية	
*247.67	0.74	7.20	0.49	4.92	0.69	3.92	(درجة)	المجموع	
*134.74	0.27	1.64	0.00	1.00	0.22	0.88	(درجة)	التمهيدية	مهارة الشقلبة الجانبية على اليدين
*215.17	0.59	3.48	0.54	2.70	0.59	1.82	(درجة)	الاساسية	
*110.21	0.24	1.68	0.00	1.00	0.22	0.88	(درجة)	الختامية	
*397.84	0.91	6.80	0.54	4.70	0.70	3.58	(درجة)	المجموع	

\*قيمة ف الجدولية عند مستوى (0,05) (3,19)

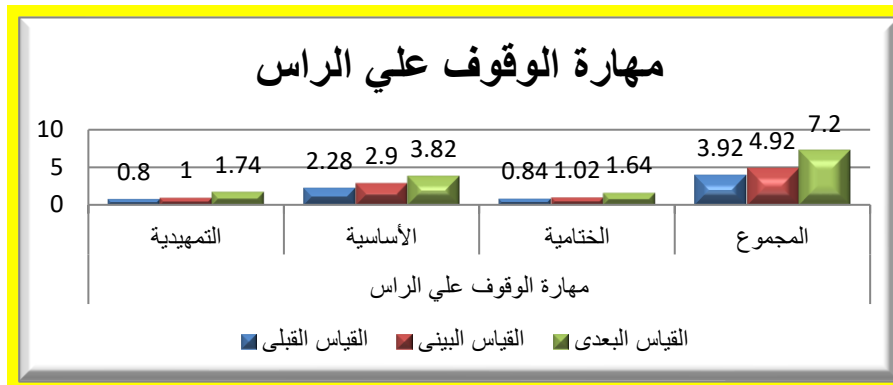
يتضح من الجدول رقم ( ١٦ ) والشكل البياني رقم ( ٦ , ٧ , ٨ , ٩ ) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات مراحل المهارات الحركية قيد البحث للمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين القياس القبلى والقياس البينى والقياس البعدى فى جميع المتغيرات قيد البحث حيث تراوحت قيم (ف) المحسوبة ما بين ( ٤٩,٨٢ : ٣٩٧,٨٤ ) وهذه القيم أكبر من قيمة " ف " الجدولية عند مستوى (0.05).



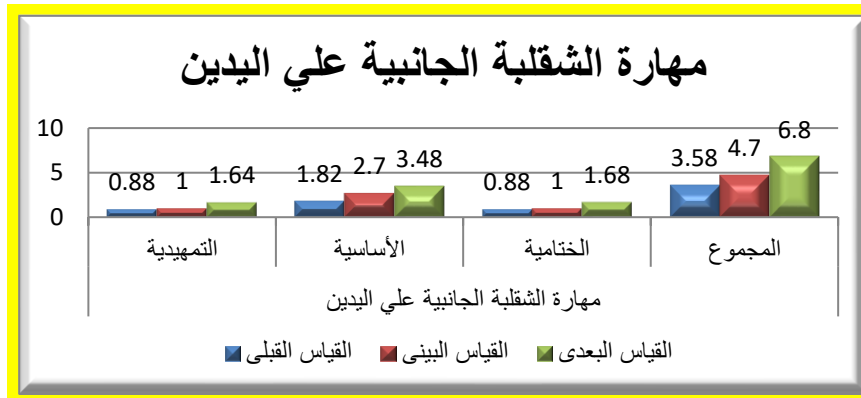
الشكل البياني رقم ( ٦ ) الخاص بالمتوسطات الحسابية لمهارة الدرجة الامامية المتكورة قبل وبين وبعد التجربة



الشكل البياني رقم ( ٧ ) الخاص بالمتوسطات الحسابية لمهارة الوقوف علي الكتفين قبل وبين وبعد التجربة



الشكل البياني رقم ( ٨ ) الخاص بالمتوسطات الحسابية لمهارة الوقوف علي الرأس قبل وبين وبعد التجربة



الشكل البياني رقم ( ٩ ) الخاص بالمتوسطات الحسابية لمهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين قبل وبين وبعد التجربة

جدول ( ١٧ )

تحليل التباين للقياسات المتكررة (القبلي - البيني - البعدى) لمتغيرات مراحل المهارات الحركية  
 قيد البحث لمجموعة البحث

حجم التأثير (بيتا)	مستوى الدلالة	قيمة ( ف )	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات (القياسات الثلاثة)	الدلالات الإحصائية		المتغيرات
						التأثير بين القياسات	الخطأ للعامل بين القياسات	
0.97	0.00	*871.20	90.75	1	90.75	التأثير بين القياسات	التمهيدية	مهارة الدرجة الامامية المتكررة
			0.10	24	2.50	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.81	0.00	*99.71	4.03	2	8.06	التأثير داخل القياسات	التمهيدية	
			0.04	48	1.94	الخطأ للعامل داخل القياسات		
0.98	0.00	*954.78	820.05	1	820.05	التأثير بين القياسات	الأساسية	
			0.86	24	20.61	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.88	0.00	*173.99	24.09	2	48.19	التأثير داخل القياسات	الأساسية	
			0.14	48	6.65	الخطأ للعامل داخل القياسات		
0.98	0.00	*1164.46	100.92	1	100.92	التأثير بين القياسات	الختامية	
			0.09	24	2.08	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.76	0.00	*76.70	4.57	2	9.14	التأثير داخل القياسات	الختامية	
			0.06	48	2.86	الخطأ للعامل داخل القياسات		
0.99	0.00	*1890.78	2324.08	1	2324.08	التأثير بين القياسات	المجموع	
			1.23	24	29.50	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.93	0.00	*324.66	80.62	2	161.25	التأثير داخل القياسات	المجموع	
			0.25	48	11.92	الخطأ للعامل داخل القياسات		
0.97	0.00	*716.19	82.16	1	82.16	التأثير بين القياسات	التمهيدية	
			0.11	24	2.75	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.67	0.00	*49.82	2.64	2	5.29	التأثير داخل القياسات	التمهيدية	
			0.05	48	2.55	الخطأ للعامل داخل القياسات		
0.98	0.00	*1526.42	711.48	1	711.48	التأثير بين القياسات	الأساسية	
			0.47	24	11.19	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.87	0.00	*155.64	14.44	2	28.88	التأثير داخل القياسات	الأساسية	
			0.09	48	4.45	الخطأ للعامل داخل القياسات		
0.98	0.00	*1052.42	92.96	1	92.96	التأثير بين القياسات	الختامية	
			0.09	24	2.12	الخطأ للعامل بين القياسات		
0.71	0.00	*59.45	3.44	2	6.89	التأثير داخل القياسات	الختامية	
			0.06	48	2.78	الخطأ للعامل داخل القياسات		

تابع جدول ( ١٧ )  
تحليل التباين للقياسات المتكررة (القبلي - البيئي - البعدي) لمتغيرات مراحل المهارات الحركية  
قيد البحث لمجموعة البحث

المتغيرات	الدلالات الإحصائية					
	مجموع المربعات (القياسات الثلاثة)	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ( ف )	مستوى الدلالة	حجم التأثير (إيتا <sup>٢</sup> )
مهارة الوقوف على الراس	المجموع	التأثير بين القياسات	2059.32	1	2059.32	0.99
		الخطأ للعامل بين القياسات	0.71	24	17.01	0.00
	التمهيدية	التأثير داخل القياسات	52.75	2	105.50	0.91
		الخطأ للعامل داخل القياسات	0.21	48	10.17	0.00
	الأساسية	التأثير بين القياسات	104.43	1	104.43	1.00
		الخطأ للعامل بين القياسات	0.02	24	0.49	0.00
الختامية	التأثير داخل القياسات	6.13	2	12.26	0.83	
	الخطأ للعامل داخل القياسات	0.05	48	2.57	0.00	
مهارة الشقلبة الجانبية على اليمين	المجموع	التأثير بين القياسات	675.00	1	675.00	0.98
		الخطأ للعامل بين القياسات	0.52	24	12.50	0.00
	التمهيدية	التأثير داخل القياسات	15.01	2	30.02	0.85
		الخطأ للعامل داخل القياسات	0.11	48	5.48	0.00
	الأساسية	التأثير بين القياسات	102.08	1	102.08	0.98
		الخطأ للعامل بين القياسات	0.07	24	1.67	0.00
الختامية	التأثير داخل القياسات	4.40	2	8.81	0.80	
	الخطأ للعامل داخل القياسات	0.05	48	2.19	0.00	
مهارة الشقلبة الجانبية على اليمين	المجموع	التأثير بين القياسات	2144.01	1	2144.01	0.99
		الخطأ للعامل بين القياسات	0.69	24	16.49	0.00
	التمهيدية	التأثير داخل القياسات	70.65	2	141.31	0.91
		الخطأ للعامل داخل القياسات	0.29	48	13.69	0.00
	الأساسية	التأثير بين القياسات	103.25	1	103.25	0.99
		الخطأ للعامل بين القياسات	0.06	24	1.41	0.00
الختامية	التأثير داخل القياسات	4.17	2	8.35	0.85	
	الخطأ للعامل داخل القياسات	0.03	48	1.49	0.00	
مهارة الشقلبة الجانبية على اليمين	المجموع	التأثير بين القياسات	533.33	1	533.33	0.96
		الخطأ للعامل بين القياسات	0.83	24	19.83	0.00
	التمهيدية	التأثير داخل القياسات	17.24	2	34.49	0.90
		الخطأ للعامل داخل القياسات	0.08	48	3.85	0.00
	الأساسية	التأثير بين القياسات	105.61	1	105.61	0.99
		الخطأ للعامل بين القياسات	0.02	24	0.55	0.00
الختامية	التأثير داخل القياسات	4.65	2	9.31	0.82	
	الخطأ للعامل داخل القياسات	0.04	48	2.03	0.00	
مهارة الشقلبة الجانبية على اليمين	المجموع	التأثير بين القياسات	1895.05	1	1895.05	0.98
		الخطأ للعامل بين القياسات	1.28	24	30.78	0.00
	التمهيدية	التأثير داخل القياسات	66.80	2	133.61	0.94
		الخطأ للعامل داخل القياسات	0.17	48	8.06	0.00
	الأساسية	التأثير بين القياسات	1895.05	1	1895.05	0.98
		الخطأ للعامل بين القياسات	1.28	24	30.78	0.00
الختامية	التأثير داخل القياسات	66.80	2	133.61	0.94	
	الخطأ للعامل داخل القياسات	0.17	48	8.06	0.00	

\*قيمة ف الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسات (٤,٢٦) داخل القياسات (٣,١٩)

يتضح من جدول رقم ( ١٧ ) وجود فروق دالة احصائيا بين القياسات المتكررة (القبلي- البيئي - البعدي) في متغيرات مراحل المهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث حيث تراوحت قيمة (ف) المحسوبة ما بين (645.38 : 5149.97) وهي اكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى (0.05) بين القياسات .

ويتضح وجود فروق دالة احصائيا داخل القياسات المتكررة (القبلي- البيئي - البعدي) في متغيرات مراحل المهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث حيث تراوحت قيمة (ف) المحسوبة ما بين ( ٤٩,٨٢ : ٣٩٧,٨٤ ) وهذه القيم أكبر من قيمة " ف " الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) داخل القياسات.

وقد تراوحت قيمة حجم التأثير (إيتا<sup>2</sup>) ما بين (0.67 : 1.00) وهي أكبر من (0.50) مما يدل على أن التحسن نتيجة حجم التأثير للوحدات التعليمية

جدول ( ١٨ ) أقل فرق معنوي للفرق بين متوسطات متغيرات مراحل المهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة

معنوية الفروق بين المتوسطات				المتوسط الحسابي	القياسات	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية	
القياس البعدي		القياس البيني					المتغيرات	
٠,٠٠٠	↑*٠,٨٠٠	٠,٠٠٠	↑*٠,٤٦٠	0.680	القياس القبلي	(درجة)	التمهيدية	مهاراة الدرجه الامامية المتكورة
٠,٠٠٠	↑*٠,٣٤٠			1.140	القياس البيني			
				1.480	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*١,٩٦٠	٠,٠٠٠	↑*٠,٨٨٠	2.360	القياس القبلي	(درجة)	الأساسية	
٠,٠٠٠	↑*١,٠٨٠			3.240	القياس البيني			
				4.320	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*٠,٨٢٠	٠,٠٠١	↑*٠,٢٠٠	0.820	القياس القبلي	(درجة)	الختامية	
٠,٠٠٠	↑*٠,٦٢٠			1.020	القياس البيني			
				1.640	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*٣,٥٨٠	٠,٠٠٠	↑*١,٥٤٠	3.860	القياس القبلي	(درجة)	المجموع	
٠,٠٠٠	↑*٢,٠٤٠			5.400	القياس البيني			
				7.440	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*٠,٦٤٠	٠,٠٠٠	↑*٠,٢٢٠	0.760	القياس القبلي	(درجة)	التمهيدية	مهاراة الوقوف علي الكتفيين
٠,٠٠٠	↑*٠,٤٢٠			0.980	القياس البيني			
				1.400	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*١,٥٢٠	٠,٠٠٠	↑*٠,٧٦٠	2.320	القياس القبلي	(درجة)	الأساسية	
٠,٠٠٠	↑*٠,٧٦٠			3.080	القياس البيني			
				3.840	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*٠,٧٤٠	٠,٠٠٠	↑*٠,٣٢٠	0.760	القياس القبلي	(درجة)	الختامية	
٠,٠٠٠	↑*٠,٤٢٠			1.080	القياس البيني			
				1.500	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*٢,٩٠٠	٠,٠٠٠	↑*١,٣٠٠	3.840	القياس القبلي	(درجة)	المجموع	
٠,٠٠٠	↑*١,٦٠٠			5.140	القياس البيني			
				6.740	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*٠,٩٤٠	٠,٠٠١	↑*٠,٢٠٠	0.800	القياس القبلي	(درجة)	التمهيدية	مهاراة الوقوف علي الراس
٠,٠٠٠	↑*٠,٧٤٠			1.000	القياس البيني			
				1.740	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*١,٥٤٠	٠,٠٠٠	↑*٠,٦٢٠	2.280	القياس القبلي	(درجة)	الأساسية	
٠,٠٠٠	↑*٠,٩٢٠			2.900	القياس البيني			
				3.820	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*٠,٨٠٠	٠,٠٠١	↑*٠,١٨٠	0.840	القياس القبلي	(درجة)	الختامية	
٠,٠٠٠	↑*٠,٦٢٠			1.020	القياس البيني			
				1.640	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*٣,٢٨٠	٠,٠٠٠	↑*١,٠٠٠	3.920	القياس القبلي	(درجة)	المجموع	
٠,٠٠٠	↑*٢,٢٨٠			4.920	القياس البيني			
				7.200	القياس البعدي			

\*معنوي عند مستوى دلالة أقل من 0.05

تابع جدول ( ١٨ ) أقل فرق معنوي للفرق بين متوسطات متغيرات مراحل المهارات الحركية  
قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة

معنوية الفروق بين المتوسطات				المتوسط الحسابي	القياسات	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية	
القياس البعدي		القياس البيئي					المتغيرات	
٠,٠٠٠	↑*٠,٧٦٠	٠,٠١	↑*٠,١٢٠	0.880	القياس القبلي	(درجة)	التمهيدية	مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين
٠,٠٠٠	↑*٠,٦٤٠			1.000	القياس البيئي			
				1.640	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*١,٦٦٠	٠,٠٠	↑*٠,٨٨٠	1.820	القياس القبلي	(درجة)	الأساسية	
٠,٠٠٠	↑*٠,٧٨٠			2.700	القياس البيئي			
				3.480	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*٠,٨٠٠	٠,٠١	↑*٠,١٢٠	0.880	القياس القبلي	(درجة)	الختامية	
٠,٠٠٠	↑*٠,٦٨٠			1.000	القياس البيئي			
				1.680	القياس البعدي			
٠,٠٠٠	↑*٣,٢٢٠	٠,٠٠	↑*١,١٢٠	3.580	القياس القبلي	(درجة)	المجموع	
٠,٠٠٠	↑*٢,١٠٠			4.700	القياس البيئي			
				6.800	القياس البعدي			

\*معنوي عند مستوى دلالة أقل من 0.05

يتضح من الجدول رقم ( ١٨ ) الخاص بأقل فرق معنوي للفرق بين متوسطات متغيرات مراحل المهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة وجود فروق بين متغيرات البحث حيث كانت على النحو التالي :-

- متغير (مهارة الدرجة الامامية المتكورة)(المرحلة التمهيدية) تفوق القياس البيئي على القياس القبلي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البيئي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي وتفوق القياس البعدي على كل من القياس القبلي والقياس البيئي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي لكل من القياس القبلي والقياس البيئي.
- متغير (مهارة الدرجة الامامية المتكورة)(المرحلة الأساسية) تفوق القياس البيئي على القياس القبلي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البيئي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي وتفوق القياس البعدي على كل من القياس القبلي والقياس البيئي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي لكل من القياس القبلي والقياس البيئي.
- متغير (مهارة الدرجة الامامية المتكورة)(المرحلة الختامية) تفوق القياس البيئي على القياس القبلي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البيئي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي وتفوق القياس البعدي على كل من القياس القبلي والقياس البيئي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي لكل من القياس القبلي والقياس البيئي.
- متغير (مهارة الدرجة الامامية المتكورة)(المجموع) تفوق القياس البيئي على القياس القبلي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البيئي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي وتفوق القياس البعدي على كل من القياس القبلي والقياس البيئي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي لكل من القياس القبلي والقياس البيئي.





- متغير (مهارة الشقالية الجانبية علي اليمين)(المجموع) تفوق القياس البيئي على القياس القبلي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البيئي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي وتفوق القياس البعدي على كل من القياس القبلي والقياس البيئي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي لكل من القياس القبلي والقياس البيئي.

جدول رقم ( ١٩ ) نسب التحسن بين متوسطات متغيرات مراحل المهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة

نسب التحسن		المتوسط الحسابي	القياسات	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية	
القياس البعدي	القياس البيئي				المتغيرات	
117.65%	67.65%	0.680	القياس القبلي	(درجة)	التمهيدية	مهارة الدرجة الامامية المتكورة
29.82%		1.140	القياس البيئي			
		1.480	القياس البعدي			
83.05%	37.29%	2.360	القياس القبلي	(درجة)	الأساسية	
33.33%		3.240	القياس البيئي			
		4.320	القياس البعدي			
100.00%	24.39%	0.820	القياس القبلي	(درجة)	الختامية	
60.78%		1.020	القياس البيئي			
		1.640	القياس البعدي			
92.75%	39.90%	3.860	القياس القبلي	(درجة)	المجموع	
37.78%		5.400	القياس البيئي			
		7.440	القياس البعدي			
84.21%	28.95%	0.760	القياس القبلي	(درجة)	التمهيدية	مهارة الوقوف علي الكتفين
42.86%		0.980	القياس البيئي			
		1.400	القياس البعدي			
65.52%	32.76%	2.320	القياس القبلي	(درجة)	الأساسية	
24.68%		3.080	القياس البيئي			
		3.840	القياس البعدي			
97.37%	42.11%	0.760	القياس القبلي	(درجة)	الختامية	
38.89%		1.080	القياس البيئي			
		1.500	القياس البعدي			
75.52%	33.85%	3.840	القياس القبلي	(درجة)	المجموع	
31.13%		5.140	القياس البيئي			
		6.740	القياس البعدي			
117.50%	25.00%	0.800	القياس القبلي	(درجة)	التمهيدية	مهارة الوقوف علي الراس
74.00%		1.000	القياس البيئي			
		1.740	القياس البعدي			
67.54%	27.19%	2.280	القياس القبلي	(درجة)	الأساسية	
31.72%		2.900	القياس البيئي			
		3.820	القياس البعدي			
95.24%	21.43%	0.840	القياس القبلي	(درجة)	الختامية	

1.020	القياس البيئي	%60.78			
1.640	القياس البعدي				
3.920	القياس القبلي	%83.67	%25.51		
4.920	القياس البيئي	%46.34		(درجة)	المجموع
7.200	القياس البعدي				

تابع جدول رقم ( ١٩ ) نسب التحسن بين متوسطات متغيرات مراحل المهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة

نسب التحسن		المتوسط الحسابي	القياسات	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية	
القياس البعدي	القياس البيئي				المتغيرات	
%86.36	%13.64	0.880	القياس القبلي	(درجة)	التمهيدية	مهارة الشقلبة الجانبية علي اليمين
%64.00		1.000	القياس البيئي			
		1.640	القياس البعدي			
%91.21	%48.35	1.820	القياس القبلي	(درجة)	الأساسية	
%28.89		2.700	القياس البيئي			
		3.480	القياس البعدي			
%90.91	%13.64	0.880	القياس القبلي	(درجة)	الختامية	
%68.00		1.000	القياس البيئي			
		1.680	القياس البعدي			
%89.94	%31.28	3.580	القياس القبلي	(درجة)	المجموع	
%44.68		4.700	القياس البيئي			
		6.800	القياس البعدي			

يتضح من الجدول رقم ( ١٩ ) الخاص بنسب التحسن بين متوسطات متغيرات مراحل المهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة حيث كانت على النحو التالي :-

- متغير (مهارة الدرجة الامامية المتكورة) (التمهيدية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (%٦٧,٦٥) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (%١١٧,٦٥) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (%٢٩,٨٢).
- متغير (مهارة الدرجة الامامية المتكورة) (الأساسية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (%٣٧,٢٩) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (%٨٣,٠٥) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (%٣٣,٣٣).
- متغير (مهارة الدرجة الامامية المتكورة) (الختامية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (%٢٤,٣٩) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (%١٠٠,٠٠) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (%٦٠,٧٨).
- متغير (مهارة الدرجة الامامية المتكورة) (المجموع) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (%٣٩,٩٠) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (%٩٢,٧٥) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (%٣٧,٧٨).
- متغير (مهارة الوقوف علي الكتفين)(التمهيدية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (%٢٨,٩٥) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (%٨٤,٢١) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (%٤٢,٨٦).
- متغير (مهارة الوقوف علي الكتفين)(الأساسية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (%٣٢,٧٦) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (%٦٥,٥٢) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (%٢٤,٦٨).
- متغير (مهارة الوقوف علي الكتفين)(الختامية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (%٤٢,١١) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (%٩٧,٣٧) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (%٣٨,٨٩).

- متغير (مهارة الوقوف علي الكتفين)(المجموع) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٣٣,٨٥٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٧٥,٥٢٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٣١,١٣٪).
- متغير (مهارة الوقوف علي الراس) (التمهيدية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٢٥,٠٠٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (١١٧,٥٠٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٧٤,٠٠٪).
- متغير (مهارة الوقوف علي الراس) (الأساسية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٢٧,١٩٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٦٧,٥٤٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٣١,٧٢٪).
- متغير (مهارة الوقوف علي الراس) (الختامية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٢١,٤٣٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٩٥,٢٤٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٦٠,٧٨٪).
- متغير (مهارة الوقوف علي الراس) (المجموع) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٢٥,٥١٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٨٣,٦٧٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٤٦,٣٤٪).
- متغير (مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين)(التمهيدية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (١٣,٦٤٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٨٦,٣٦٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٦٤,٠٠٪).
- متغير (مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين)(الأساسية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٤٨,٣٥٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٩١,٢١٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٢٨,٨٩٪).
- متغير (مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين)(الختامية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (١٣,٦٤٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٩٠,٩١٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٦٨,٠٠٪).
- متغير (مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين)(المجموع) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٣١,٢٨٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٨٩,٩٤٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٤٤,٦٨٪).

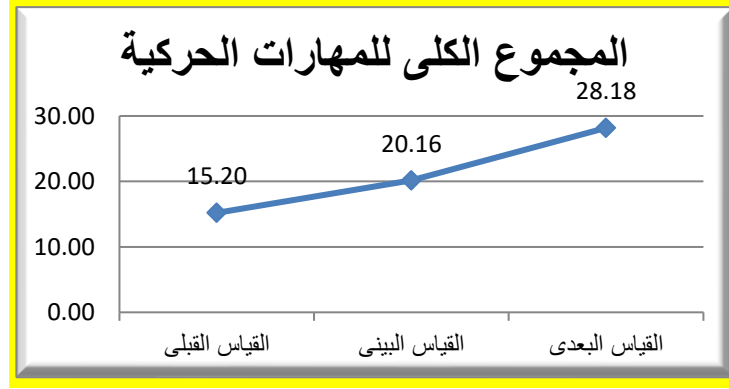
### عرض النتائج الخاصة بمتغير المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث للمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة

جدول ( ٢٠ ) الدلالات الإحصائية الخاصة بمتغير المجموع الكلي للمهارات الحركية لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة ن = 25

قيمة (ف)	القياس البعدي		القياس البيئي		القياس القبلي		وحدة القياس	الدلالات الاحصائية المتغيرات
	ع±	س	ع±	س	ع±	س		
*1545.34	1.58	28.18	1.40	20.16	1.46	15.20	(درجة)	المجموع الكلي للمهارات الحركية

\*قيمة ف الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)(٣,١٩)

يتضح من الجدول رقم ( ٢٠ ) والشكل البياني رقم ( ١٠ ) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بمتغيرات المهارات الحركية قيد البحث للمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين القياس القبلي والقياس البيئي والقياس البعدي في متغير المهارات الحركية قيد البحث حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (١٥٤٥,٣٤) وهذه القيمة أكبر من قيمة " ف " الجدولية عند مستوى (0.05)



الشكل البياني رقم ( ١٠ ) الخاص بالمتوسطات الحسابية لمتغير المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث للمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة

### جدول رقم ( ٢١ )

تحليل التباين للقياسات المتكررة (القبلي - البيئي - البعدي) لمتغير المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث

المتغيرات	الدلالات الإحصائية	مجموع المربعات (القياسات الثلاثة)	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ( ف )	مستوى الدلالة	حجم التأثير (ايتا <sup>٢</sup> )
المجموع الكلي للمهارات الحركية	التأثير بين القياسات	33644.43	1	33644.43	*6486.37	0.00	1.00
	الخطأ للعامل بين القياسات	124.49	24	5.19			
	التأثير داخل القياسات	2145.02	2	1072.51	*1545.34	0.00	0.98
	الخطأ للعامل داخل القياسات	33.31	48	0.69			

\*قيمة ف الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ بين القياسات (٤,٢٦) داخل القياسات (٣,١٩)

يتضح من جدول رقم ( ٢١ ) وجود فروق دالة احصائيا بين القياسات المتكررة (القبلي- البيئي - البعدي) في متغير المهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (٦٤٨٦,٣٧) وهى اكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى (0.05) بين القياسات .

ويتضح وجود فروق دالة احصائيا داخل القياسات المتكررة (القبلي- البيئي - البعدي) في متغير المهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث حيث تراوحت قيمة (ف) المحسوبة (١٥٤٥,٣٤) وهذه القيم أكبر من قيمة " ف " الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) داخل القياسات.

وقد تراوحت قيمة حجم التأثير(ايتا<sup>2</sup>) ما بين (٠,٠٩٨ : ١,٠٠٠) وهى أكبر من (0.50) مما يدل على أن التحسن نتيجة حجم التأثير للوحدات التعليمية.

### جدول رقم ( ٢٢ )

أقل فرق معنوى للفرق بين متوسطات متغير المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة

معنوية الفروق بين المتوسطات		المتوسط الحسابي	القياسات	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
القياس البعدي	القياس البيئي				
٠,٠٠٠	↑*١٢,٩٨٠	15.200	القياس القبلي	(درجة)	المجموع الكلي للمهارات الحركية
٠,٠٠٠	↑*٨,٠٢٠	20.160	القياس البيئي		
		28.180	القياس البعدي		

\*معنوي عند مستوى دلالة أقل من 0.05

يتضح من الجدول رقم ( ٢٢ ) الخاص بأقل فرق معنوي للفرق بين متوسطات متغير المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة وجود فروق بين متغيرات البحث حيث كانت على النحو التالي:-

- متغير (المجموع الكلي للمهارات الحركية) تفوق القياس البيئي على القياس القبلي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البيئي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي وتفوق القياس البعدي على كل من القياس القبلي والقياس البيئي حيث أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي لكل من القياس القبلي والقياس البيئي.

### جدول رقم ( ٢٣ )

#### نسب التحسن بين متوسطات متغير المجموع الكلي للمهارات الحركية

#### قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة

نسب التحسن		المتوسط الحسابي	القياسات	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية المتغيرات
القياس البعدي	القياس البيئي				
%85.39	%32.63	15.200	القياس القبلي	(درجة)	المجموع الكلي للمهارات الحركية
%39.78		20.160	القياس البيئي		
		28.180	القياس البعدي		

يتضح من الجدول رقم ( ٢٣ ) الخاص بنسب التحسن بين متوسطات المتغيرات البدنية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبين وبعد التجربة حيث كانت على النحو التالي :-

- متغير (المجموع الكلي للمهارات الحركية) بلغت نسبة التحسن بين القياس القبلي والقياس البيئي (٣٢,٦٣٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٨٥,٣٩٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٣٩,٧٨٪).

#### مناقشة الفرض الثاني الخاص بمتغيرات المهارات الحركية لنشاط الجميز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي

قد تم التحقيق من نتائج اختبارات المهارات الحركية لنشاط الجميز لتلاميذ الصف الخامس الابتدائي من خلال الفرض الثاني ولإختبار صحة هذه الفروض تم إيجاد هذه الفروق من خلال الجدول ارقام (١٦) (١٧) (١٨) (١٩) (٢٠) (٢١) (٢٢) (٢٣) وأشكال بيانية ارقام (٦) (٧) (٨) (٩) (١٠) السابق ذكرها والخاص بوجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبيئي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياسين ( البيئي والبعدي ) في المهارات الحركية وتؤكد ذلك نسب التحسن التي ظهرت في كل من متغيرات البحث حيث كانت نسبة التحسن في (مهارة الدحرجة الامامية المنكورة) القياس القبلي والقياس البيئي (٣٩,٩٠٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٩٢,٧٥٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٣٧,٧٨٪) , وبلغت نسبة التحسن في (مهارة الوقوف علي الكتفين) بين القياس القبلي والقياس البيئي (٣٣,٨٥٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٧٥,٥٢٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٣١,١٣٪) وبلغت نسبة التحسن في (مهارة الوقوف علي الراس) بين القياس القبلي والقياس البيئي (٢٥,٥١٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٨٣,٦٧٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٤٦,٣٤٪) , وبلغت نسبة التحسن في (مهارة الشقلبة الجانبية علي

البيدين) بين القياس القبلي والقياس البيئي (٣١,٢٨٪) وبين القياس القبلي والقياس البعدي (٨٩,٩٤٪) وبين القياس البيئي والقياس البعدي (٤٤,٦٨٪) ويتضح في ذلك تفوق القياس البعدي علي كل من القياسين القبلي والبيئي في مهارات قيد البحث ويعزى الباحث هذه الفروق إلى الوحدات التعليمية المقترحة لتطوير المحتوى حيث تضمن مجموعة من المهام التي تشتمل على مجموعة من التدريبات والتمرينات المختارة التي تعمل علي تطوير المهارات الحركية قيد البحث لدي تلاميذ مجموعة البحث ويشير ايضا الباحث نسب التحسن إلي تجزئة مراحل الأداء المهاري خلال عملية التعلم بإستخدام مجموعه من المهام التي تشتمل علي تدريبات متنوعة و متدرجة من السهل الي الصعب موجه تتضمن تدريبات لتعليم المرحلة التمهيديّة في المهارة وتدرّيات لتعليم المرحلة الأساسيّة وتدرّيات لتعليم المرحلة الختامية .

عند تعليم مهارات الجمباز يجب البدء من السهل الي الصعب عن طريق تجزئية المهارة الحركية الي ثلاث مراحل ( تمهيديّة و اساسية و ختامية ) حتي يتم التمكن من التصوير التمهيدي الصحيح لاداء وشكل المهارة المطلوب تعليمها أو الوصول الي أدائها بمهارة و اتقان ( ٤ : ٨٣) وهذا ما قام به الباحث في اجراءات بحثه عن طريق تصميم مقياس لتقييم الأداء المهاري للمهارات قيد البحث (مهارة الدرجة الامامية المتكورة , مهارة الوقوف علي الكتفين , مهارة الوقوف علي الراس , مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين) وفي هذا الصدد يؤكد ( Rink 2014 ) أن التعلم القائم على ممارسة أجزاء المهارة يعمل على تقليل صعوبة المراحل الأولى لتعلم المهارات من خلال تقسيمها إلى أجزاء وممارسة تلك الأجزاء بشكل منفصل قبل تجميعها بشكل كلي خاصة في المهارات المعقدة ( ٢٢ : ٨٩)

يُعتقد أن تطوير المحتوى في الجمباز يشبه مراحل الألعاب التي طورها (Werner, Peter H,at all 2012) في مراحل اللعب ، كما أن المهارات الأساسية تتطور عند التلاميذ في المرحلة الأولى ، ثم ينتقلون إلى الجمع بين المهارات في المرحلة الثانية بعد ذلك يستخدمون المهارات التي طوروها في الألعاب المعدلة البسيطة خلال المرحلة الثالثة , في المرحلة الرابعة ، يلعبون ألعاباً أكثر تعقيداً تدفعهم نحو اللعب وفقاً للقواعد الرسمية في رياضة معينة ( ٢٤ : ٤٤)

ويعد الجمباز يوفر للتلاميذ بيئة لتجربة أنشطة ومهارات حركية جديدة من خلال الانخراط في أنشطة الجمباز ، يمكن للتلاميذ تعلم الاستمتاع بالمشاركة بمفردهم ومع الآخرين. يمكنهم تعلم ربط المشاعر الإيجابية بالمشاركة عندما يكتسب التلاميذ الكفاءة ، فإنهم يتقنون مهارات بسيطة ويصبحون مستعدين لتحدي العمل التدريجي الأكثر صعوبة, وعندما تُمنح الفرص لتطوير تسلسل الحركة بناءً على مستويات المهارات التنموية ، يمكن للتلاميذ إظهار عملهم كوسيلة للتعبير عن الذات. يوفر العمل مع شريك وفي مجموعات صغيرة أيضاً فرصاً للتلاميذ للتفاعل مع الأصدقاء ( ٢٤ : ١٦)

يؤكد (Rink, J .2014) أن عملية تحليل وتطوير المحتوى تتضمن تعديلات في الأدوات و الترتيبات المكانية للممارسه التي تعمل علي تسلسل الخبرات بشكل تدريجي يساعد علي تطورمستوى الأداء الحركي (٢٢: ٨٨, ٨٩) وهذا ما ظهر في الوحدات التعليمية حيث قام الباحث باستخدام مراتب اسفنجية لتعليم الخطوات الفنية والتعليمية و لاداء المهارات قيد البحث .

ولذا يجب على المعلم التفكير في العوامل التي تضيف التعقيد والصعوبة إلى تجربة التعلم و تسلسل الخبرات بترتيب تدريجي, كما يمكن التلاعب بالعديد من العوامل لتغيير تعقيد أو صعوبة الحركة وبالتالي تنعكس على تحسن مستوى الأداء المهاري (٢٢: ٨٨) وهذا ما تم في الوحدات التعليمية لتطوير المحتوى في مرحلة التحديات للمهارات الحركية قيد البحث مرفق رقم ( ٦ ) حيث استخدم الباحث في مرحلة المهام مجموعة من التدريبات البسيطة السهلة لتعلم المهارات ثم بعد ذلك بداء بالتدرج الي المهارات الصعبة وبالإضافة الي ذلك صمم الباحث لكل مهارة حركية في الوحدات التعليمية درسين لكل مهارة حيث يحتوي الدرس الاول علي عدت تدريبات سهلة وبسيطة واختلفت هذه التدريبات الي تدريبات أكثر تعقيدا في الدرس الثاني وفي هذا الصدد ويشير ( Werner, Peter H,at all 2012 ) توفر مهام التطبيق للتلاميذ تحدياً لتحديد مدى تقدمهم في تعلم إحدى المهارات حيث تعمل مهام التطبيق على الحفاظ على اهتمام الطلاب وتحديد معدل نجاحهم في المهمة. لمساعدتك على فهم عملية تطوير المهام في الجمباز ( ٢٤ : ٤٧) ويشير (Graham 2010) أن التحديات ترتبط بالمهام التعليمية في شكل ألعاب وتؤدي بطريقة تعاونية او تنافسية كما تحفز المتعلمين علي مواصلة ممارسة الأداء المهاري بفاعلية من خلال ألعاب تحفيزية ( ١٧ : ١٧٠)

يمكن للمدرس تنقيح المهمة عن طريق جعل التلاميذ يركزون على مواصفات الأداء الجيد, لا يجب أن تتبع مهام الصقل دائماً مهمة موسعة ولكن يتم استخدامها عندما يعتقد المعلم أن الأطفال يمكنهم الاستفادة من الممارسة مع التركيز على أداء العناصر الحاسمة للمهمة. في هذا الوقت عادةً ما يتوقف المعلم عن مهمة مستمرة ويشير إلى أي أخطاء في الأداء ويقدم تلميحاً حتى يركز الطلاب على ما سيحسن الأداء ( ٢٤ : ٤٢ ) وهذا ما ظهر في الوحدات التعليمية لتطوير المحتوى حيث قام الباحث بعد الرجوع الي الخبراء في تخصص جمبار بتحديد العناصر الحاسمة لكل مهارة من مهارات قيد البحث وفي هذا الصدد ويرى (Graham, G. 2010) أن تعلم المهارات الحركية يحتاج إلي توضيح تفاصيل الأداء من خلال التأكيد على أي جزء أو أجزاء ذات أهمية في الحركة أو التمرين و يتضح ذلك بالتأكيد علي العناصر الحاسمة في كيفية ممارسة الاداء الفني الصحيح للمهاره وإختصار عملية التعلم وزيادة فاعلية الأداء . ( ١٧ : ١٦٧ )

ويشير (Lander, Natalie Jayne 2015) أي ان عملية التقويم لا بد أن تكون مستمرة الي جانب عملية التعلم من بدايتها الي نهايتها حيث أن عملية التقويم ملازمة ومصاحبة للعمل نفسه بحيث يتم المراجعة أول باول ( ١٨ : ١٣ )

فالتقييم خلال عملية التدريس ( التقييم التتبعي ) يستخدم لزيادة نمو تعلم الطلاب و تشخيص وتحديد جوانب الضعف في الأداء كما يسهم في تقديم التغذية الراجعة حول كيفية التحسن في مستوى الأداء المهاري ( ١٩ : ٦٥٠ ) وهو ما تأكده هذه الدراسة خلال وهذا ما ظهر في نسب التحسن التي ظهرت في المهارات قيد البحث في القياس البيئي .

و يضيف (wuest , d - et al 2015) أن عملية التقييم تتم في بداية أو أثناء عملية التدريس وتعتمد على ملاحظة المعلم وإعطاء التغذية الراجعة بالتركيز على العناصر الحاسمة للأداء الفني للمهارات التدريبات المتنوعة أو تطوير مستويات الأداء ( ٢٦ : ٣٣٤, ٣٣٥ ) حيث قام الباحث بالتأكيد علي العناصر الحاسمة أثناء تطبيق مراحل الأداء المهاري مثل تزامن دفع الارض بالقدمين مع ميل الرأس قليلا علي الصدر والدوران يكون حول المحور العرضي للجسم في مهارة الدرجة الأمامية , وارتكاز اليدين علي الأرض بداية تلاقي الكتفين للأرض كما يكون الجسم منكور و التأكيد علي تزامن ارتكاز العضدين علي الأرض ويكون موازين لجسم والمسافة بينهما باتساع الصدر والراس مضمومة علي الصدر بقدر الإمكان والقدمين علي كامل امتدادهم والنظر الي أمشاط القدمين في مهارة الوقوف علي الكتفين و التأكيد علي أن تكون قاعدة الإرتكاز مثلثة ويكون هذا المثلث متساوي الأضلاع وان يقع مركز الثقل في المنتصف وان تتناسب مساحة قاعدة الإرتكاز طرديا مع ارتفاع الجسم بمعنى أن كلما زاد ارتفاع الجسم كلما را مساحة قاعدة الإرتكاز في مهارة الوقوف علي الراس والتأكيد علي تزامن الاحتفاظ باستقامة الرجلين في مراحل الاداء مع مرحة الرجل الحرة بشدة والدفع باليدين التي تترك الارض اخيرا في مهارة الشقلبة الجانبية علي اليدين و يتفق ذلك ما يؤكد (Graham, G. 2010) أنه يجب الإهتمام بالإشارة الي العناصر الحاسمة والمؤثرة في الأداء المهاري . ( ١٧ : ١٤٦ )

كما تضمن الوحدات التعليمية المقترح مجموعه من الألعاب في الجزء التمهيدي ( الإحماء ) مثل لعبة مارثون الجمبار و لعبة ابتكر بنفسك و التي بدورها تمهد للأداء الحركي المرتبط بمحتوي الجزء الرئيسي في الوحدة التعليمية كما تضمن أيضا تحديات متنوعة و مرتبطه بالبناء الحركي لمراحل الأداء المهاري لنشاط الجمبار و تم تنفيذها في شكل ألعاب تنافسية كما في الجزء الختامي . حيث تشير دراسة ( Derwent, F.,et al ٢٠١٨ ) علي أهمية إستخدام الألعاب ضمن عملية تطوير المحتوى (١٥)

يتضح من الجدول رقم ( ٢٢ ) الخاص بنسب التحسن بين المجموع الكلي للمهارات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث قبل وبعد التجربة حيث كانت نسبة التحسن في القياس البعدي (٣٩,٧٨٪). ويعزو الباحث هذا التحسن الي تطوير مستوى الأداء المهاري خلال مراحل الوحدات التعليمية على إستخدام مجموعه من التدريبات المتنوعة و التي لها تأثير علي تقدم مستوي إنجاز المتعلمين حيث شملت خلال تدريس الوحدات مجموعه من التحديات مع الإلتزام بالأداء الفني الصحيح للمهارات و التي من شأنها عملت على تحفيز المتعلمين علي تحقيق مستوي مهاري جيد .

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة أشرف صبحي , واسامه الشاعر ( ٢٠٢١ ) ( ٣ ) التي اشارت نتائجها علي التأثير الإيجابي للبرنامج التعليمي القائم على ( نموذج Graham, G ) أدي إلي تحسن مستوي الأداء المهاري والرقمي في مسابقة ١١٠ متر حواجز ويتفق ايضا مع نتائج دراسة شيماء جمال (٢٠١٦) ( ٧ ) التي اشارت نتائجها علي التأثير الإيجابي لبرنامج تعليمي باستخدام اساليب التدريس المتباينة علي مستوي الأداء المهاري في الجمبار .

## الإستنتاجات :

١ - الوحدات التعليمية القائمة على ( تطوير المحتوي ) أدي إلي تنمية مستوي القدرات البدنية لتلاميذ الصف الخامس الإبتدائي في نشاط الجمباز في إختبارات قيد البحث ( اختبار الجري ٤٠ م من البدء العالي- اختبار الوثب العريض من الثبات - اختبار ثنى الجذع للأمام ولأسفل من الوقوف - اختبار جلوس من الرقود فى ( ٢٠ ) ث - ثنى ومد الزراعين من الإنبطاح المائل)

٢ - الوحدات التعليمية القائمة على ( تطوير المحتوي )أدي إلي تحسن المستوي المهاري لتلاميذ الصف الخامس الإبتدائي في نشاط الجمباز للمهارات قيد البحث ( مهارة الدرجة الامامية المتكورة - مهارة الوقوف علي الكتفين - مهارة الوقوف علي الراس - مهارة الشقبة الجانبية علي اليدين )



## التوصيات :

- ١ - إستخدام الوحدات التعليمية القائمة علي نموذج تطوير المحتوي ( المهام , العناصر الحاسمه , التحديات ) في تعليم المهارات نشاط الجمباز
- ٢ - إستخدام نموذج تطوير المحتوي القائم علي نموذج (Rink, J. 2014) ( توسيع الأداء , الجوده , التطبيق ) في تعليم المهارات المفتوحة كما في الألعاب الجماعيه .
- ٣ - إستخدام نموذج تطوير المحتوي القائم علي نموذج Graham, G ( المهام , العناصر الحاسمه , التحديات ) في تعليم مهارات مغلقة أخرى .
- ٤ - إستخدام الوحدات التعليمية القائمة علي نموذج تطوير المحتوي القائم علي نموذج Graham, G ( المهام , العناصر الحاسمه , التحديات ) في تنفيذ الدروس العملية للتربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية والإعدادية
- ٥ - إدراج الوحدات التعليمية القائمة علي نموذج تطوير المحتوي القائم علي نموذج Graham, G ( المهام , العناصر الحاسمه , التحديات ) ضمن دليل معلم التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية

## قائمة المراجع

### أولاً: المراجع العربية

١. أحمد الهادي يوسف (٢٠١٠) : اساليب متطورة في تدريب الجمباز باستخدام العمل العضلي الأساسي , دار الفكر العربي , القاهرة.
٢. أحمد فؤاد الشاذلي , محمود محمد الحرز (٢٠٠٠) : الأسس التطبيقية لتعليم وتدريب الجمباز , مطبعة ذات السلاسل , الكويت.
٣. أشرف صبحي يونس , أسامه إسماعيل الشاعر(٢٠٢١): فعالية برنامج تعليمي باستخدام تطوير المحتوى على مستوى الأداء المهاري والرقمي لمسابقة ١١٠ م حواجز , بحث منشور , المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضية , العدد ٦٥ .
٤. اعضاء هيئة التدريس بقسم تدريب التمرينات والجمباز (٢٠٠٦):الأسس العلمية في تعليم الجمباز , ماهي للنشر والتوزيع , الإسكندرية
٥. بدوي محمد أحمد(٢٠٢٠) :تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية بعض المتغيرات البدنية على تحسين مستوى الأداء المهاري والتركيب الزمني لبعض مهارات الجمباز , المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة حلوان , كلية التربية الرياضية للبنين , العدد ١٦
٦. حسن سيد معوض (١٩٧٠):طرق التدريس في التربية الرياضية , الجهاز المركزي للكتب الجامعية , والمدرسية والوسائل التعليمية , القاهرة , مصر
٧. شيماء جمال الدين (٢٠١٦):برنامج تعليمي باستخدام أسلوب التدريس المتباين وأثره علي مستوى اداء المهاري والرضا الحركي في الجمباز , المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة حلوان , كلية التربية الرياضية للبنين , العدد ٧٦.
٨. عثمان عادل مصطفى (٢٠٠٢):فاعلية التدريس بأسلوب النظم والمحطات متباينة المستويات علي التحصيل المهاري والمعرفي بالجزء الرئيسي بدرس التربية الرياضية , بحث منشور, مجلة علوم الرياضة , المجلد الرابع عشر , عدد نصف سنوي , كلية التربية الرياضية , جامعة المنيا
٩. عفاف عبدالكريم (١٩٨٩) : طرق التدريس في التربية الرياضية , منشأة المعارف , الإسكندرية.
١٠. ليلى السيد فرحات (٢٠٠١):القياس والاختبار في التربية الرياضية , مركز الكتاب للنشر , القاهرة .
١١. ماجد هاشم محمد (٢٠٠٣):أثر ممارسة الجمباز علي تطوير ديناميكية بعض الصفات البدنية والقدرات الحس حركية لدي تلاميذ المدرسة العسكرية الرياضية بالمرحلة الابتدائية , رسالة ماجستير , كلية التربية الرياضية للبنين , جامعة الإسكندرية .
١٢. ناهد خيرى عبدالله (٢٠٠١): تأثير برنامج باستخدام التدريس المتداخل علي تنمية بعض مكونات اللياقة البدنية ومستوي الأداء المهاري برياضة الجمباز , المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة حلوان , كلية التربية الرياضية للبنين , العدد ٣٧

## ثانيا : المراجع الأجنبية

13. Arkayev, L.Ya (2007) Methodological Fundamentals of Contemporary System of Elite Gymnasts Training. Theory and practical, Physical Culture publishers, V.(11), N.(1), Moscow.
14. Bompa, T. O., & Carrera, M. (2015). *Conditioning young athletes*. Human Kinetics.
15. Dervent, F., Ward, P., Devrilmez, E., & Tsuda, E. (2018). Transfer of content development across practica in physical education teacher education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 37(4), 330-339.
16. Fotiadou, E., Giagazoglou, P., Kokaridas, D., Angelopoulou, N., Tsimaras, V., & Tsorbatzoudis, C. (2002). Effect of rhythmic gymnastics on the dynamic balance of children with deafness. *European Journal of special needs education*, 17(3), 301-309.
17. Graham, G. (2010). Holt/Hale, SA; Parker, M. *Children moving: a reflective approach to teaching physical education*. 8th ed. New York: McGraw-Hill.
18. Lander, Natalie Jayne, et al. (2015): "Physical education teacher training in fundamental movement skills makes a difference to instruction and assessment practices." *Journal of Teaching in Physical Education* 34.3 548-556.
19. Morrow Jr, J. R., Mood, D., Disch, J., & Kang, M. (2016). *Measurement and Evaluation in Human Performance*, 5E. Human kinetics
20. Nilges, L (2002) Teaching educational gymnastics. *Teaching Elementary Physical Education* 11 (4): 6-35.
21. Rink, J. E., French, K. E., Werner, P. H., Lynn, S., & Mays, A. (1992). The influence of content development on the effectiveness of instruction. *Journal of Teaching in Physical Education*, 11(2), 139-149.
22. Rink, J. (2014). *Teaching physical education for learning*. Boston, MA: McGraw-Hill Higher Education.
23. Royal Nav (2004) *gymnastics*. Education and Youth Limited, London, p 5
24. Werner, Peter H., Lori H. Williams, and Tina J. Hall. (2012) *Teaching children gymnastics*. Human Kinetics,.
25. Wallhead, T., & O'sullivan, M. (2007). A didactic analysis of content development during the peer teaching tasks of a sport education season. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 12(3), 225-243
26. Wuest, D. A., Bucher, C. A., & Fisette, J. (2003). *Foundations of physical education, exercise science, and sport*.

## المخلص

# تأثير إستخدام وحدات تعليمية لتطوير المحتوى على القدرات البدنية والمهارات الحركية فى نشاط الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الإبتدائى

م.د. محمد رمضان محمد النجار

مدرس بقسم مناهج وطرق تدريس التربية البدنية والرياضية  
كلية التربية الرياضية للبنين  
جامعة الإسكندرية

إستهدف البحث التعرف على تأثير الوحدات التعليمية لتطوير المحتوى على مستوى بعض القدرات البدنية والمهارات الحركية لتلاميذ الصف الخامس الإبتدائى فى نشاط الجمباز ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي ( التصميم التجريبي لمجموعة واحدة ) القياس القبلي والبيني والبعدي على عينة قوامها ( ٢٥ ) تلميذ من تلاميذ الصف الخامس الإبتدائى ومن أدوات البحث : إختبارات للقدرات البدنية – مقياس لتقييم الأداء المهاري لمهارات الجمباز - الوحدات التعليمية المقترح بإستخدام تطوير المحتوى ومن أهم النتائج :- التأثير الإيجابي للوحدات التعليمية لتطوير المحتوى على مستوى القدرات البدنية قيد البحث , التأثير الإيجابي للوحدات التعليمية لتطوير المحتوى على مستوى الإداء المهاري فى نشاط الجمباز لتلاميذ الصف الخامس الإبتدائى قيد البحث .

## Summary

### **The effect of using educational units to develop content on the physical abilities and motor skills in the gymnastics activity of the fifth grade pupils**

**Dr. Mohamed Ramadan Mohamed Al-Nagar**

Lecturer in the Department of Curricula and Methods  
of Teaching Physical Education and Sports  
College of Physical Education for Boys  
Alexandria University

The research aimed to identify the impact of instructional units to develop the content at the level of some physical abilities and motor skills for the fifth grade primary students in the gymnastics activity. The researcher used the experimental method (experimental design for one group) pre-, inter- and post-measurement on a sample of (25) students from the fifth grade of primary school. Among the research tools: tests for physical abilities - a scale for evaluating the skillful performance of gymnastics skills - the proposed educational units using content development, and among the most important results: The positive effect of the educational units to develop the content at the level of physical abilities under study, the positive effect of the educational units to develop the content at the level of skillful performance in the gymnastics activity for the fifth grade students under study.