

معدلات تطور مستوي اداء بعض مهارات الجمباز وعناصر اللياقة الحركية باستخدام اسلوب التربية الحركية لتلميذات المرحلة الابتدائية بدولة قطر

* د / فاتن عبد الحميد محمود عفيفي

مقدمة ومشكلة البحث :

اكثرت العديد من الدراسات التي اجريت في مجال الرياضة المدرسية مثل دراسة بورتون (Burton: ٣٦ : ١٦٣) وفانك وهوسك (Vank & Howsk ٧٣:٤٦) وثناء فؤاد (٨ك ١٥٦) وصفيه منصور (٣٩٧:١٥) وطلحة حسين وآخرون (١٧) وعادلة مطر (١٩) وماجدة اسماعيل وبدور المطوع (١٩) علي أهمية الجانب الحركي ، باعتبار أن التنمية الحركية هي الوظيفة الأولى للتربية الرياضية المدرسية خاصة في المرحلة الابتدائية فالاطفال في هذه المرحلة يميزون باتساع مجال ميولهم وقدراتهم الحركية ويشعرون بالسعادة عند إكتسابهم لمهارات جديدة ، حيث يري العديد من العلماء أنها أفضل المراحل العمرية لتعلم واتقان مختلف المهارات الحركية (١٣٨:٣٠) (٣٩:٤٥) وتأهيل الانماط الحركية الأساسية التي تعتبر أساس لاداء أي مهارة رياضية(١٧).

مدرس بقسم التمرينات والجمباز بكلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية

من هذا المنطلق ، إتجه العاملون في مجال مناهج التربية الرياضية المدرسية ، الي تطوير وتحديث هذه المناهج وأساليب وطرق تنفيذها لمواكبة متطلبات إعداد التلميذ إعداداً شاملاً مترزناً يتمشي مع متطلبات العصر .

وباعتبار أن أسلوب التربية الحركية هو أحد الاساليب المتطورة التي ادخلت ضمن إطار التربية الرياضية المدرسية ، لمواكبة العصر الحديث في تحقيق أهداف التربية العامة بمفهومها الشامل (١٩:٢٤) ، فقد إعتبرها بيوتشر Bucher(٣٩:٦) المدخل الفلسفي للتدريس حيث أنه يستعين بأفكار حديثة كالتعلم الاستكشافي القائم علي المعني لتدريس الحركة .

وقد تعرض الكثير من علماء التربية الي مفهوم التربية الحركية ، حيث يري كل من جود فردي وكيفارت Good Frey & Kephert أنها ذلك الجانب الذي يتعامل مع النمو والتدريب لانماط الحركة الأساسية ، كما عرفها ديور وبانجرآزي Daur & Pangrazi(٣٩:٦) بأنها التعلم للحركة والحركة للتعلم .

وتري فريدة عثمان (٢٤) انها نظرية جديدة واتجاه حديث في التربية مثلها مثل التعلم عن طريق الخبرة والنشاط ، كما اكد دافد جالاھيو David Gallahue(٤٠) علي أن التربية الحركية ليست نظرية محددة ، بل هي طريقة تستخدم في تدريس بعض جوانب الحركة .

مما سبق نجد أن هناك العديد من المفاهيم والآراء حول التربية وسواء إتفقت أو اختلفت فإن الأهم من ذلك هو أن الأنماط الحركية التي تشملها دروس التربية الحركية توجه أساسا نحو تنمية اللياقة الحركية والبدنية ، ومن ثم تحسين الأداء لمهارات الأنشطة الرياضية كالألعاب والجمباز .

لذا ، فقد إهتمت بعض الدول العربية بتطوير مناهجها لمواكبة ذلك الاتجاه الجديد في التربية الرياضية - وإن كان ليس بالجديد علي أوروبا وأمريكا (٢٤) وفي هذا الصدد قامت وزارة التربية والتعليم بدولة قطر بتطوير مناهجها وأصبحت تطبق أسلوب التربية الحركية في تدريس التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية ، وإتجهت بذلك نحو الأسلوب الحديث الذي يعتمد بشكل أساسي علي إيجابية التلميذ في الموقف التعليمي ، بحيث يعلم نفسه من خلال خبراته الشخصية ومجهوده الذاتي ، ويكون دور المدرس الإرشاد والتوجيه (١٣) ، في حين أن الأسلوب التقليدي الذي كان متبعاً فيما قبل ومازالت كثيراً من الدول العربية تطبقه يعتمد في المقام الاول علي المدرس باعتباره المحرك الأساسي للعملية التعليمية والمسئول الأساسي عن نقل المخططات الموضوعية إلي مرحلة التنفيذ (١٠).

ولما كانت فلسفة مناهج التربية الرياضية التي تستخدم أسلوب التربية الحركية تنظر بعين الاعتبار للطفل أكثر مما تنتظر للنشاط ، لذا فهناك

إعتبرات أساسية يجب الأخذ بها عند تصميم المناهج التي تدرس بأسلوب التربية الحركية. فالواجبات الحركية يجب أن تتلائم من حيث المحتوى والتسلسل مع النمو البدني والحركي والعقلي للطفل (٤٦:٦) ، ولقد فطن وليامز Williams إلى أهمية أحتواء برامج التربية الحركية في المرحلة الابتدائية علي قدر ملائم من الحركات الأساسية الطبيعية للإنسان (٢٨:٦) حيث اتفق مفكري التربية الحركية علي أن الحركات الأساسية وانماطها تعتبر متطلبا قدياً ورئيسياً وتمهيدياً لأغلب مهارات الرياضات والألعاب بصفة عامة ورياضة الجمباز بصفة خاصة هذا بجانب فعاليتها الإيجابية علي النواحي البدنية ، لذا فإن برامج التربية الحركية تعتبر من أهم برامج التربية الرياضية تحقيقاً لأهداف التربية العامة بمفهومها الشامل باعتبارها الأساس المبكر للخبرة في الحركة بكل أنواعها .

وباعتبار أن رياضة الجمباز أحد الرياضات الأساسية والتي تشكل مهاراتها ٢٥ ٪ من محتوى مهارات الرياضيات والألعاب داخل منهاج التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية بدولة قطر (٣٥) ، وبما أن تنمية اللياقة الحركية تعد من أهم أهداف منهج هذه المرحلة الأمر الذي دعى الباحثة إلى إجراء دراسة علمية استكشافية ، وذلك من خلال إظهار المقارنة بين أسلوب التربية الحركية الذي يطبق حالياً والأسلوب التقليدي الذي كان يطبق سابقاً ، بغرض التعرف علي مدى إيجابية التدريس بأسلوب التربية الحركية في تحسين مستوى أداء مهارات الجمباز المنهجية وتنمية بعض عناصر اللياقة الحركية لتلميذات المرحلة الابتدائية بدولة قطر .

هدف البحث :

التعرف علي أثر التدريس باستخدام كل من أسلوب التربية الحركية والاسلوب التقليدي علي تلميذات المرحلة الابتدائية بدولة قطر في كل مما يأتي.

- ١- مستوى الإنجاز الرقمي لإختبارات اللياقة الحركية .
- ٢- معدل التغير (التطور) في مستوى الإنجاز الرقمي لاختبارات اللياقة الحركية .
- ٣- مستوى الأداء لمهارات الجمباز المنهجية .
- ٤- معدل التغير (التطور) في مستوى الأداء لمهارات الجمباز المنهجية.

فروض البحث :

١- توجد فروق دالة احصائياً بين مجموعتي البحث في مستوى الانجاز الرقمي لاختبارات اللياقة الحركية ولصالح المجموعة التجريبية (اللائي درس لهن بأسلوب التربية الحركية).

٢- يزداد معدل تطور الإنجاز الرقمي في اختبارات اللياقة الحركية لدي تلميذات المرحلة الابتدائية اللائي درس لهن بأسلوب التربية الحركية عن اللائي لهن بالأسلوب التقليدي .

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين مجموعة البحث في مستوى أداء مهارات الجمباز المنهجية ولصالح المجموعة التجريبية (اللائي درس لهن بأسلوب التربية الحركية) .

٤- يزداد معدل التطور في مستوى أداء مهارات الجمباز المنهجية لدي تلميذات المرحلة الابتدائية اللائي درس لهن بأسلوب التربية الحركية من اللائي درس لهن بالاسلوب التقليدي .

الدراسات السابقة :

تناول عدد كبير من الدراسات والبحوث ، درس التربية الرياضية في مراحل التعليم المختلفة وبعض النظر عن الإجراءات التفصيلية لهذه البحوث والهدف منها ، فإن المحاور الرئيسية التي ركزت علي دراستها تمثلت في نواتج التعلم والعائد البدني والمهاري لهذه النواتج ، ومن هذه الدراسات ، دراسة احمد ماهر وآخرون ١٩٨٤ (٢) والدراسة التي قام بها فريق بحث من كل من جامعة قطر ووزارة التربية والتعليم بدولة قطر ١٩٨٥ (٢٥) ودراسة سعيد عيد الرشيد وآخرون ١٩٩٣ (١٢).

وفي مجال استخدام أسلوب التربية الحركية في درس التربية الرياضية ، تمكنت الباحثة من حصر عدد من البحوث والدراسات تذكر منها .

- دراسة صفية منصور وآخرون ١٩٨٥ (١٥)

حيث إستهدفت هذه الدراسة ، مقارنة أسلوب التربية الحركية بالاسلوب التقليدي في التدريس ، وتأثير ذلك علي مستوى أداء بعض المهارات الحركية الخاصة بالألعاب . لتلميذات المرحلة الابتدائية بدولة الكويت، بالمقارنة بأقرانهن في جمهورية مصر العربية .

وقد اشارت نتائج هذه الدراسة الي تميز اسلوب التربية الحركية في تحقيقه لمستوي أداء عالي للمهارات المختارة بمقارنته بالاسلوب التقليدي في كل من جمهورية مصر العربية بدولة الكويت .

- دراسة صفيه أحمد محي الدين ١٩٩٢ (١٤)

وقد إستهدفت هذه الدراسة التعرف علي إمكانية تطبيق أسلوب التربية الحركية في التدريس بمدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في جمهورية مصر العربية وذلك من خلال مقابلة واستطلاع رأي عينة قوامها (٤٥) من معلمي ومعلمات المرحلة حيث إحتوت المقابلة واسئلة الاستبيان علي كل من المفهوم والهدف والبرامج والامكانات وطرق واساليب التدريس .

وقد اشارت النتائج الي تقبل العينة لهذا الاسلوب في التدريس بناء علي وضوح مفهومه ووضوح أهدافه لديهم ، واقتناعهم بفاعلية التربية الحركية في هذه المرحلة .

- دراسة ماجدة إسماعيل وبدور المطوع ١٩٩٢ (٢٨)

حيث إستهدفت هذه الدراسة التعرف علي مستوي فعالية درس التربية الرياضية بأستخدام أسلوب التربية الحركية في المرحلة الابتدائية للبنات بدولة الكويت كأحد الاساليب التي تعتمد علي الحل الذاتي للمشكلات .

وكانت من أهم نتائج هذه الدراسة ، هو ارتفاع مستوي فعالية الدرس مقاسه بالزمن الفعلي للاداء ، بأستخدام اسلوب التربية الحركية ، خاصة في الجزء الرئيسي من الدرس ، حيث أدي إستخدام هذا الاسلوب الي تقليل فترات التوقف بشكل أدي الي زيادة الفعالية .

- دراسة عدله عيسي مطر ١٩٩٤ (١٩)

حيث إستهدفت هذه الدراسة مقارنة موجات الحمل المستخدمة خلال الاجزاء المكونة لدرس التربية الرياضية باتباع كل من أسلوب التربية الحركية والأسلوب التقليدي في دروس المرحلة المتوسطة . ومقارنة النتائج بمنحني الحمل المثالي للدرس عند شتيلر Shtelaler

وقد استخدمت عينة من ٤ تلميذة قسمت الي مجموعتين متكافئتين إحداهما ضابطة والاخري تجريبية .

وقد اشارت نتائج هذه الدراسة الي زيادة زمن الحركة في اجزاء الدرس عند إستخدام أسلوب التربية الحركية بالمقارنة بالاسلوب التقليدي . وأن منحني الحمل داخل الدرس يتطابق الي حد كبير مع المنحني المثالي لشتيلر .

- دراسة طلحة حسين وآخرون ١٩٩٤ (١٧)

إستهدفت هذه الدراسة محاولة التعرف علي تأثير بعض التمرينات النوعية التي أعتمدت في إختيارها سواء من حيث المضمون أو من حيث أسلوب التنفيذ علي ما يتبع في التربية الحركية ودراسة تأثير ذلك علي مستوي التحصيل الحركي في الجمباز بمدارس المرحلة الابتدائية بدولة الامارات العربية المتحدة .

وقد إستخدمت عينة قوامها ٤٣٢ تلميذا وتلميذه من مدارس المرحلة الابتدائية بالدولة ومن الصفوف (الاول - الثاني - الثالث) تم تقسيمهم الي مجموعتين متكافئتين ، وطبقت التمرينات النوعية علي المجموعة التجريبية خلال النصف الاول من العام الدراسي .

ومن أهم نتائج الدراسة ، تفوق المجموعة التجريبية بمعدلات كبيرة عن المجموعة الضابطة في جميع إختبارات التحصيل الحركي المستخدمة ، كما اظهرت النتائج تميز البنات عن البنين في بعض هذه الاختبارات .

إجراءات البحث :

١- منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة الدراسة حيث تم تطبيق نظام المجموعتين (ضابطة وتجريبية) في إجراء قياس قبلي وآخر بعدي لكل المجموعتين كتصميم تجريبي .

٢- عينة البحث :

تم اختبار عينة البحث بالطريقة العشوائية من بين تلميذات المرحلة الابتدائية بدولة قطر (الصفوف الثالث ، الرابع ، الخامس) حيث بلغ حجم العينة ٦٠٠ تلميذة ، جدول (١)

جدول (١)

توزيع أفراد العينة حسب الصفوف والمدارس

المجموع	العينة التجريبية الصفوف الدراسية			المجموع	العينة الضابطة الصفوف الدراسية			المدارس
	الخامس	الرابع	الثالث		الخامس	الرابع	الثالث	
٥٩	١٧	٢٤	١٨	٥٦	٢٠	١٩	١٧	المنتزه
٦٢	٢٣	١٧	٢٢	٦٥	٢٢	٢١	٢٢	رقية
٥٨	١٩	٢٢	١٧	٥٣	١٨	١٦	١٩	الهداية
٦٤	٢٢	١٩	٢٣	٦٧	٢١	٢٢	٢٤	الغرافة
٥٧	١٩	١٨	٢٠	٥٩	١٩	٢٢	١٨	زبيدة
٣٠٠	١٠٠	١٠٠	١٠٠	٣٠٠	١٠٠	١٠٠	١٠٠	المجموع

المجموع الكلي = ٣٠٠ + ٣٠٠ = ٦٠٠ تلميذة

يتضح من الجدول (١) أن حجم العينة الاجمالي ٦٠٠ تلميذة مقسمة إلى مجموعتين متساويتين كالتالي :

العينة الضابطة (٣٠٠ تلميذة) تم التدريس لهن بالاسلوب التقليدي.

العينة التجريبية (٣٠٠ تلميذة) واللائي تم التدريس لهن بأسلوب التربية الحركية (المنهاج المطور) .

تكافؤ المجموعات :

قامت الباحثة بإجراء تكافؤ بين كل مجموعتين في ضوء متغيرات السن،
الطول ، الوزن لكل صف دراسي علي حده ، جداول (٢)،(٣)،(٤).

جدول (٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) لمتغيرات الطول
والوزن والسن لأفراد عينة البحث (الصف الثالث)

المتغيرات	المجموعة الضابطة = ١٠٠		المجموعة التجريبية = ١٠٠		قيمة ت المحسوبة	مستوي الدلالة عند ٠٠٠٥
	١٤	١٤	١٤	١٤		
السن (سنة)	٨,٩٥	٨,٧٥	١,٠٢	١,٠٢	١,٤٣	غير دال
الطول (سم)	١٣٠,١٥	١٢٩,٨٤	١,٨٧	١,٨٧	١,٠٦	غير دال
الوزن (كجم)	٢٧,٧٥	٢٧,٤٥	١,٩١	١,٩١	١,١٥	غير دال

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

جدول (٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) لمتغيرات الطول
والوزن والسن لأفراد عينة البحث . الصف الرابع)

المتغيرات	المجموعة الضابطة = ١٠٠		المجموعة التجريبية = ١٠٠		قيمة ت المحسوبة	مستوي الدلالة عند ٠٠٠٥
	١٤	١٤	١٤	١٤		
السن (سنة)	٩,٨٦	٩,٧٢	١,٢١	١,٢١	٠,٧	غير دال
الطول (سم)	١٣٣,٢٢	١٣٢,٧٩	٢,٤٥	٢,٤٥	١,٠٩	غير دال
الوزن (كجم)	٣٠,٤٤	٣٠,٢٠	١,٨٨	١,٨٨	١,٢٣	غير دال

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

جدول (٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) لمتغيرات الطول والوزن والسن لأفراد عينة البحث (الصف الخامس)

المتغيرات	المجموعة الضابطة = ١٠٠		المجموعة التجريبية = ١٠٠		قيمة ت المحسوبة	مستوي الدلالة عند ٠,٠٥
	١٤	١٤	١٤	١٤		
السن (سنة)	١٠,٩١	١,٣١	١٠,٨١	١,٠٨	٠,٥٩	غير دال
الطول (سم)	١٣٨,٢٢	١,٨٦	١٣٧,٨٩	٢,٠٢	١,١٨	غير دال
الوزن (كجم)	٣٣,٦٨	٢,١٢	٣٣,٤٥	٢,١٦	٠,٧٤	غير دال

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

كما تم اجراء التكافؤ في مستوي اللياقة الحركية بنفس الاختبارات المستخدمة في الدراسة وقد اعتبرت الباحثة علي قياسات التكافؤ باعتبارها قياسات قبلية للمجموعتين كما توضحها جداول (٧,٦,٥).

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق

بين مجموعة البحث في القياسات القبليّة لاختبارات

اللياقة الحركية (الصف الثالث)

المتغيرات	المجموعة الضابطة = ١٠٠		المجموعة التجريبية = ١٠٠		قيمة ت المحسوبة	مستوي الدلالة عند ٠,٠٥
	١٤	١٤	١٤	١٤		
الوثب العريض	١٢١,١٥	٤,١٦	١٢١,٧٥	٣,٧٥	١,٥	غير دال
الجري المكوكي	١٢,٨٢	١,٨٦	١٢,٩٩	١,٧٣	,٦٥	غير دال
عدو ٣٠ م	٧,٩٧	,٨٠٢	٧,٨٨	,٧٢٣	,٥٢	غير دال
ثني الجذع اماما	٧,٨٦	٢,١٥	٨,٠٢	٢,٣٥	,٥	غير دال
ثني الزراعين	٥	٤,٢٥	٦	٣,٨٥	١,٧٢	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

درجات الحرية = ١٩٨

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق
بين مجموعتي البحث في القياسات القبليّة لاختبارات
اللياقة البدنية (الصف الرابع)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	المجموعة التجريبية = ١٠٠		المجموعة الضابطة = ١٠٠		المتغيرات
		١٤	١٣	١٤	١٣	
غير دال	١,١٥	٥,٣١	١٢٧,٩١	٥,١٢	١٢٦,٨٦	الوثب العريض
غير دال	,٧	١,٨٩	١٢,٦٤	١,٩٤	١٢,٤٥	الجري المكوكي
غير دال	,٥٥	,٧٤٢	٧,٤٥	,٨٠١	٧,٥١	عدو ٣٠ م
غير دال	,٤٢	٤,٠٢	٨,٩٤	٣,٦٥	٨,٧١	ثني الجذع اماما
غير دال	١,٥٣	٣,٦٢	٨	٥,٣١	٧	ثني الزراعين

قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

درجات الحرية = ١٩٨

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين مجموعتي البحث
في القياسات القبليّة لاختبارات اللياقة الحركية (للف الخامس)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	المجموعة التجريبية = ١٠٠		المجموعة الضابطة = ١٠٠		المتغيرات
		١٤	١٣	١٤	١٣	
غير دال	١,٢٤	٤,٥١	١٣٣,٩٨	٤,٨٦	١٣٤,٨١	الوثب العريض
غير دال	,٣١	١,٦٨	١١,٨٧	١,٩٧	١١,٧٩	الجري المكوكي
غير دال	,٣١	,٧٢١	٦,٩٨	,٦٤٣	٧,٠١	عدو ٣٠ م
غير دال	,٤٩	٣,٨٧	١٠,٧٢	٣,٤٢	١٠,٩١	ثني الجذع اماما
غير دال	١,٦	٣,٨٩	٩	٤,٥٣	١٠	ثني الزراعين

قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

درجات الحرية = ١٩٨

توضيح جداول (٢)، (٣)، (٤)، (٥)، (٦)، (٧) الدلالة الاحصائية لمتغيرات السن، الطول، الوزن، اختبارات اللياقة الحركية، وقد اشارت النتائج عدم وجود فروق دالة بين المجموعتين في الصفوف الثالث والرابع والخامس مما يدل على التكافؤ بين المجموعات.

أما بالنسبة لمستوي الاداء المهاري ، فيما أن القياسات القبليّة قد اجريت في بداية العام الدراسي وأن العينة لم تنال اي تدريب علي المهارات موضوع الدراسة لذا فإن شروط التكافؤ تعتبر متوفره .

٣- جمع البيانات :

تم الحصول علي بيانات هذه الدراسة عن طريق التطبيقات العملية التي قامت بها الباحثة (بمساعدة مدرسات التربية الرياضية بالمدارس المعنية) علي تلميذات المرحلة الابتدائية عينة البحث ، وذلك خلال الفترة من ١٩٩٣/٣/٢٨ حتي ١٩٩٣/٤/١١ بعد الإنتهاء من تدريس محتوى وحدات المنهج ، والذي يبدأ في ١٩٩٣/١٠/١٥ ، علماً بأن الباحثة قد قامت بإجراء الاتصالات اللازمة للحصول علي الموافقات الإدارية من المسؤولين بجامعة قطر ، ووزارة التربية والتعليم بدولة قطر ، لتطبيق الدراسة المعينة .

وقد أشتملت أدوات جمع البيانات علي ما يلي :

أ- إختبارات اللياقة الحركية

تم إستخدام إختبارات للياقة حركية سبق إستخدامها في العديد من الدراسات وهي إختبارات كل من القدرة العضلية وتحمل القوة والسرعة والمرونة والرشاقة (مرفق ٢).

وقد اجريت المعاملات العلمية لهذه الإختبارات علي عينة من ٣٠ تلميذة من تلميذات المرحلة الابتدائية تم إختيارهن بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث ، ومن غير أفراد العينة الاصلية ، وقد تراوحت معاملات الصدق بين (٩٤ ، ٩١) في حين تراوحت معاملات الثبات بين (٨٤ - ٨٨) .

ب- الإختبارات المهارية (الجمباز) :

لما كان المنهج يحتوي علي مهارات أساسية لرياضة الجمباز والتي تمثل ٢٥٪ من حجم محتوى الوحدات داخل منهج الصف الدراسي الواحد (الرابع ، الخامس ، السادس) ، هذا بجانب أن محتوى المنهج للصفوف الثلاثة الأولي يعتمد بشكل أساسي علي أسلوب التربية الحركية في تدريس كل مفرداته والتي تشمل معظمها علي مجموعة من الحركات الأساسية مثل المشي والجري والوثب ، التسلق الزحف والقفز .. إلخ . مع التأكد علي تدريسها في مراحلها المتقدمة باستخدام جمباز الألعاب (٣٥) ، ومن ثم فقد أختارت الباحثة مهارات الجمباز المقررة لكل من الصف الرابع والخامس فقط ، حيث أن تعليم مهارات الجمباز يتم في بداية الصف الرابع جدول (٨) .

جدول (٨)

مهارات الجمباز المنهجية المختارة للدراسة

للفصين الرابع والخامس الابتدائي

مهارات الصف الرابع	مهارات الصف الخامس
- الدحرجة الأمامية المكورة	- الوقوف علي الرأس
- الدحرجة الخلفية المكورة	- الدحرجة الأمامية فتحاً
- القبة (الكوبري)	- الوقوف علي الكتفين
- القفز فتحاً علي المهر	- القفز داخلاً علي المهر

وقد قامت الباحثة بتقويم مستوي الأداء لمهارات الحركات الأرضية المنهجية المذكورة في جدول (٦) باستخدام طريقة المحلفين بالاعتماد علي مقياس تقدير من اعداد الباحثة بعد أخذ رأي مجموعة من الخبراء في مجال الجمباز جدول (٩).

جدول (٩)

مقياس تقدير مهارات الحركات الأرضية

الدرجة	الأجراءات
١,٥	- المرحلة التمهيديّة
٢,٠	- المرحلة الأساسيّة
١,٥	- المرحلة النهائيّة
٥ درجات	المجموع

أما مهارتي المهر (القفز فتحاً وداخلاً) فقد تم تقويمها من (١٠) درجات .

المعالجات الإحصائية :

استخدمت الباحثة مجموعة من المعالجات الإحصائية ، وهي علي النحو التالي

- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري
- معامل الارتباط - اختبار معنوية الفروق بين المتوسطات (ت)
- عرض نتائج البحث ومناقشتها :

في ضوء تساؤلات البحث وأهدافه يتم عرض ومناقشة النتائج علي النحو التالي :

* عرض ومناقشة نتائج الهدف الأول والثاني وهما :

التعرف علي أثر التدريس باستخدام أسلوب التربية الحركية والأسلوب التقليدي علي تلميذات المرحلة الابتدائية بدولة قطر مستوي الانجاز الرقمي لاختبارات اللياقة الحركية . معدل تغيرها وتطورها .

أولا : مستوي الانجاز الرقمي في اختبارات اللياقة الحركية

١- المجموعة الضابطة

جدول (١٠)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (الصف الثالث) .

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		اختبارات اللياقة الحركية
		١٤	١٤	١٤	١٤	
غير دال	١,٣٥	٢,٥٤	١٢١,٨١	٤,١٦	١٢١,١٥	الوثب العريض
غير دال	,٢٥	١,٥٠	١٢,٧٦	١,٨٦	١٢,٨٢	الجري المكوكي
غير دال	٥,٢	,٣٢١	٧,٥٢	,٨٠٢	٧,٩٧	عدو ٣٠ م
غير دال	٣,١٤	١,٩٤	٨,٧٧	٢,١٥	٧,٨٦	ثني الجذع اماما
غير دال	٤,٤٠	١,٤٤	٧	٤,٢٥	٥	ثني الزراعين

قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

درجات الحرية = ١٩٨

جدول (١١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة (الصف الرابع)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	القياس البعدى = ١٠٠		القياس القبلي = ١٠٠		اختبارات اللياقة الحركية
		١٤	١٣	١٤	١٣	
غير دال	١,٣	٣,٩٣	١٢٧,٧١	٥,١٢	١٢٦,٨٦	الوثب العريض
غير دال	١,١٣	١,٢٨	١٢,١٩	١,٩٤	١٢,٤٥	الجري المكوكي
دال	٥,٥	,٣٧٢	٧,٠٢	,٨٠١	٧,٥١	عدو ٣٠ م
دال	٢,٨٦	٢,٢٣	٩,٩٤	٣,٦٥	٨,٧١	ثني الجذع اماما
غير دال	١,٦	٢,٧٠	٨	٥,٣١	٧	ثني الزراعين

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

جدول (١٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة (الصف الخامس)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	القياس البعدى		القياس القبلي		اختبارات اللياقة الحركية
		١٤	١٣	١٤	١٣	
غير دال	١,٤٦٠	٣,٧٦	١٣٥٠,٧٢	٤,٨٦	١٣٤,٨١	الوثب العريض
غير دال	,٤٨	١,٠٨	١١,٦٨	١,٩٧	١١,٧٩	الجري المكوكي
دال	٣,١٤	,٣٤٦	٦,٧٩	,٦٤٣	٧,٠١	عدو ٣٠ م
دال	٢,٦	٢,٣٤	١٢,٠١	٣,٤٢	٨,٧١	ثني الجذع اماما
غير دال	١,٨٥	٢,٩٢	١١	٤,٥٣	٧	ثني الزراعين

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

يتضح من جداول (١٠)، (١١)، (١٢) عدم وجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدى، باستثناء كل من العدو ٣٠ م، ثني الجذع اماماً في الصفوف الثلاثة بالاضافة إلى ثني الزراعين للصف الثالث فكان الفرق دال لصالح القياس البعدى.

٢- المجموعة التجريبية

جدول (١٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (الصف الثالث)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		اختبارات اللياقة الحركية
		١٤	١٣	١٤	١٣	
دال	٨,٢٦	١,٩٠	١٢٥,٢٢	٣,٧٥	١٢١,٧٥	الوثب العريض
دال	٣,٧	,٩٦٤	١٢,٢١	١,٧٣	١٢,٩٩	الجري المكوكي
دال	٧,١	,٢٤٥	٧,٣٤	,٧٢٣	٧,٨٨	عدو ٣٠ م
دال	٦,٢	١,٧٦	٩,٨٩	٢,٣٥	٨,٠٢	ثني الجذع اماما
دال	٥,٠١	١,٠٢	٨	٣,٨٥	٦	ثني الزراعين

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

جدول (١٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (الصف الرابع)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		اختبارات اللياقة الحركية
		١٤	١٣	١٤	١٣	
دال	٧,٧٥	٣,١٣	١٣٢,٥٦	٥,٣١	١٢٧,٩١	الوثب العريض
دال	٤,٢٣	,٨٨	١١,٧٥	١,٨٩	١٢,٦٤	الجري المكوكي
دال	٨,٠٢	,٢٨٦	٦,٨١	,٧٤٢	٧,٤٥	عدو ٣٠ م
دال	٤,٧٩	١,٨٤	١١,٠٥	٤,٠٢	٨,٩٤	ثني الجذع اماما
دال	٦,٩٨	٢,٢٢	١١	٣,٦٢	٨	ثني الزراعين

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

جدول (١٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (الصف الخامس)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		اختبارات اللياقة الحركية
		١٤	١٣	١٤	١٣	
دال	١١,٧٠	٢,٩٤	١٤٠,٣	٤,٥١	١٣٣,٩٨	الوثب العريض
دال	٢,٩٥	,٧٦٢	١١,٣١	١,٦٨	١١,٨٧	الجري المكوكي
دال	٤,٧٤	,٢٩٥	٦,٦١	,٧٢١	٦,٩٨	عدو ٣٠ م
دال	٧,٧٦	١,٦٦	١٣,٩٨	١٠,٨٧	١٠,٧٢	ثني الجذع اماما
دال	١٠,٦٣	٢,٦٤	١٤	٣,٨٩	٩	ثني الزراعين

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

يتضح من جداول (١٣)، (١٤)، (١٥)، وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في جميع اختبارات اللياقة الحركية ولصالح القياس البعدي

جدول (١٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالة الفروق بين مجموعتي البحث في القياس البعدي لاختبارات اللياقة الحركية (الصف الثالث)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		اختبارات اللياقة الحركية
		١٤	١٣	١٤	١٣	
دال	٧,٤	١,٩٠٢	١٢٥,٢٢	٢,٥٤٠	١٢١,٨١	الوثب العريض
دال	٣,٦٧	,٩٦٤	١٢,٢١	١,٥	١٢,٧٦	الجري المكوكي
دال	٤,٥	,٢٤٥	٧,٣٤	,٣٢١	٧,٥٢	عدو ٣٠ م
دال	٤,١٥	١,٧٦٠	٩,٨٩	١,٩٤	٨,٧٧	ثني الجذع اماما
دال	٥,٦	١,٠٢٢	٨	١,٤٤	٧	ثني الزراعين

قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

درجات الحرية = ١٩٨

جدول (١٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالة الفروق بين مجموعتي البحث في القياس البعدي لاختبارات اللياقة الحركية (الصف الرابع)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	المجموعة التجريبية ن=١٠٠		المجموعة الضابطة ن=١٠٠		اختبارات اللياقة الحركية
		١٤	١٣	١٤	١٣	
دال	٩,٥٠	٣,١٣	١٣٢,٥٦	٣,٩٣	١٢٧,٧١	الوثب العريض
دال	٢,٧٥	٠,٨٨	١١,٧٥	١,٢٨	١٢,١٩	الجرى المكوكي
دال	٤,٢٠	٠,٢٨٦	٦,٨١	٠,٣٧٢	٧,٠٢	عدو ٣٠ م
دال	٣,٨٣	١,٨٤	١١,٠٥	٢,٢٣	٩,٩٤	ثني الجذع اماما
دال	٨,٥٧	٢,٢٢	١١	٢,٧٠	٨	ثني الزراعين

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

جدول (١٨)

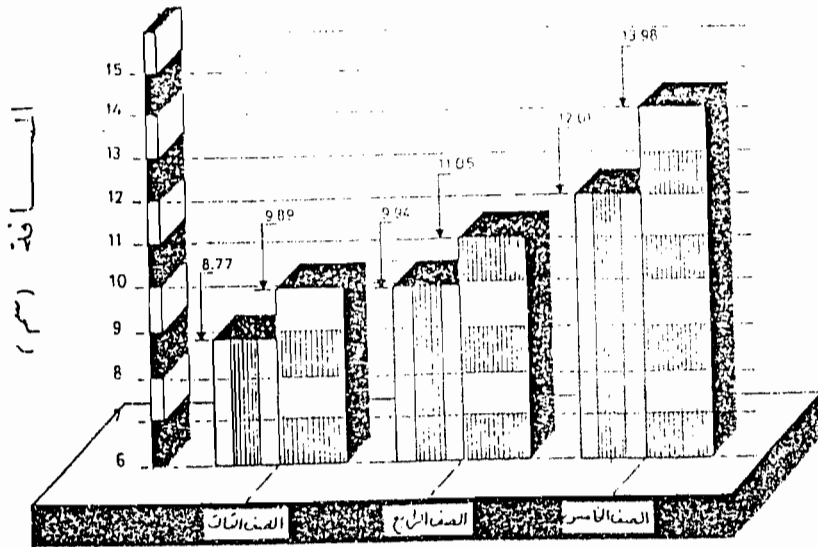
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالة الفروق بين مجموعتي البحث في القياس البعدي لاختبارات اللياقة الحركية (الصف الخامس)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	المجموعة التجريبية ن=١٠٠		المجموعة الضابطة ن=١٠٠		اختبارات اللياقة الحركية
		١٤	١٣	١٤	١٣	
دال	٩,٥٤	٢,٩٤	١٤٠,٣٠	٣,٧٦	١٣٥,٧٢	الوثب العريض
دال	٢,٨٥	٠,٧٦٢	١١,٣١	١,٠٨	١١,٦٨	الجرى المكوكي
دال	٣,٩٠	٠,٢٩٥	٦,٦١	٠,٣٤٦	٦,٧٩	عدو ٣٠ م
دال	٧,٣٠	١,٦٦	١٣,٩٨	٢,٣٤	١٢,٠١	ثني الجذع اماما
دال	٧,٥٠	٢,٦٤	١٤	٢,٩٢	١١	ثني الزراعين

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

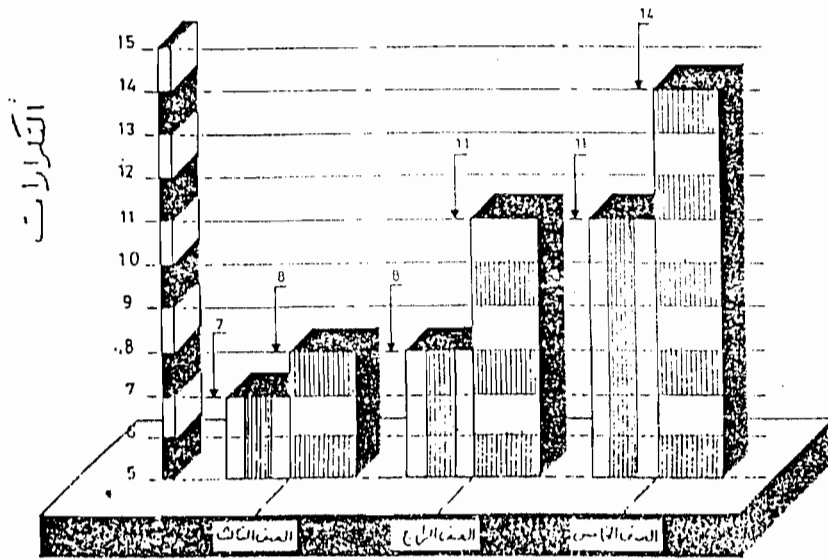
يتضح من جداول (١٦) ، (١٧) ، (١٨) وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعة الضابطة والتجريبية في جميع اختبارات اللياقة الحركية، ولصالح المجموعة التجريبية (التلميذات اللاني درس لهن باسلوب التربية الحركية)

ثانيا : معدل تطور مستوي الانجاز الرقمي للصفوف الثلاثة في اختبارات اللياقة الحركية .



شكل (٤)

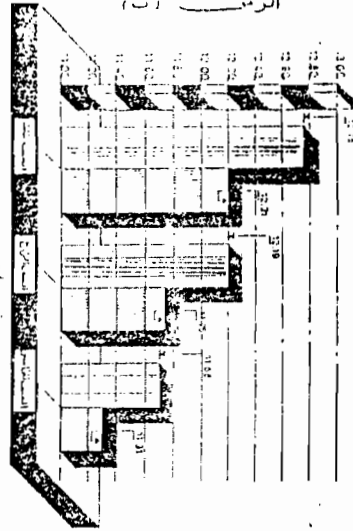
تطور الانجاز الرقمي لاختبار البرونة (عنى الارتفاع من الوقوف) للمتدربين الثالث والرابع والخامس



شكل (٥)

تطور الانجاز الرقمي لاختبار تحمل القوة (عنى الارتفاعين) للمتدربين الثالث والرابع والخامس

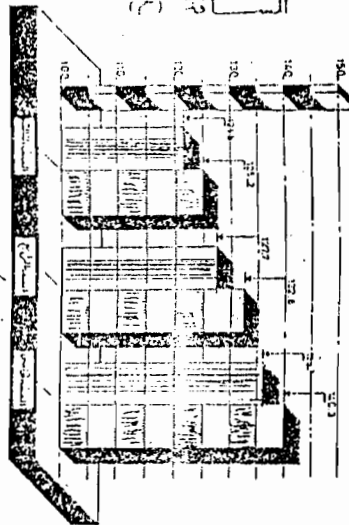
الزمام (ب)



تخطيط الأبنية السكنية في منطقة (ب) - المنطقة السكنية في شارع الخديوي

شكل ١٣١

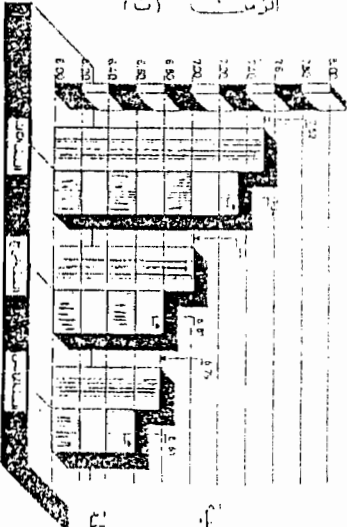
الساكن (ب)



تخطيط الأبنية السكنية في منطقة (ب) - المنطقة السكنية في شارع الخديوي

شكل ١١١

الزمام (ب)



تخطيط الأبنية السكنية في منطقة (ب) - المنطقة السكنية في شارع الخديوي

شكل ١٣١

المجموعة السكنية
المجموعة السكنية



مناقشة نتائج اللياقة الحركية :

تظهر جداول (١٠) ، (١١) ، (١٢) والخاصة بالمجموعة الضابطة عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في مستوى الانجاز الرقمي في اختبارات اللياقة الحركية باستثناء كل من العدو ٣٠ متر وثنى الجذع في الصفوف الثلاثة بالاضافة الي ثني الذراعين بالنسبة للصف الثالث .

أما بالنسبة للمجموعة التجريبية فتظهر الجداول (١٣) ، (١٤) ، (١٥) وجود فروق دالة إحصائية بين نتائج القياسين القبلي والبعدي في مستوى اللياقة الحركية حيث إستخدمت هذه المجموعة أسلوب التربية الحركية ، وأن كانت المجموعة الضابطة قد حققت بعض التقدم الذي اظهرت الفروغ فيه دلالة في كل من العدو وثنى الجذع إلا أن تحقيق فروق دالة في جميع الاختبارات المستخدمة في المجموعة التجريبية انما يؤكد علي نجاح اسلوب التربية الحركية في رفع مستوى اللياقة الحركية بمعدلات تفوق اي اسلوب آخر في هذه المرحلة العمرية .

وقد تأكد ذلك من خلال دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي والتي كانت لصالح المجموعة التجريبية في جميع الإختبارات .

وأن ما تحقق من فروق في بعض الاختبارات بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة هو أمر منطقي مرتبط بالفترة المتاحة لتطبيق المنهج بالاسلوب التقليدي .

ولكن الفرق قد يظهر واضحا في المعدلات التي يتم بها هذا التطور في المستوي حيث تشير الاشكال (١) ، (٢) ، (٣) ، (٤) ، (٥) الي أن هذه المعدلات في حالة إستخدام التربية الحركية تفوق ما تحققه الاسلوب التقليدي .

لذا ، تري الباحثة ان طبيعة التدريس بإسلوب التربية الحركية تفرض علي المسئولين توصيف مناهج تحتوي علي مفردات ملائمة تجعل هذا الأسلوب ذو جدوي في تحقيق الأهداف المنشودة منه ، ويظهر ذلك بوضوح في مناهج التربية الرياضية للصفوف الثلاثة الأولى بالمرحلة الابتدائية بدولة قطر حيث تشمل علي مجموعة من أنشطة الحركات الأساسية كالمشي والجري والوثب والحجل والتسلق والزحف والقفز مرفق (١) وهذه الأنشطة تعمل علي ترسيخ البنية الأساسية للنواحي البدنية عند التلميذات ، خاصة وانها تنفذ بأسلوب تتعرض فيه التلميذة لفردية التوجيه والتركيز علي الإندماج في العملية التعليمية ، كما أن هذا الأسلوب يتفق مع ما ذكرته "صفية منصور" (١٦) عن نتائج مجموعة من الدراسات العلمية ، علي أن الطريقة

التربوية الناجحة هي التي توصل إلي الغاية المنشودة في أقل وقت وهي التي توقظ ميول التلاميذ وتثير اهتمامهم وتدفعهم الي العمل الإيجابي والمشاركة في الدرس ، ومن ثم يكون له مردود ايجابي في تحقيق الأهداف بصورة كبيرة ، وهذا يتفق مع طبيعة أسلوب التربية الحركية .

وبتحليل اختبارات اللياقة الحركية قيد الدراسة والمتمثلة في اختبارات ، الوثب العريض ، الجري المكوكي (٤×٩م) ، عدو ٣٠ م ، ثني الجذع أماما من الوقوف، ثني الذراعين ، نجد أنها تمثل مجموعة من العناصر البدنية ، وهي القدرة العضلية ، الرشاقة ، السرعة ، المرونة ، تحمل القوة وتري الباحثة أن الاهتمام بتنمية هذه العناصر يعتبر أحد المتطلبات الرئيسية لبرامج ومناهج التربية الرياضية ويتفق ذلك مع ما ذكره " أمين الخولي ، أسامه راتب" (١٦) أن وجهة نظر التربية الحركية نحو اللياقة البدنية والحركية إنها تتبني مبادئ الفكر التربوي التقدمي نحو نمو الطفل والتكيف مع البيئة والمجتمع ، لهذا فإن اللياقة البدنية والحركية هي أحد أبعاد التكيف البيولوجي والنفسي للطفل في مواجهة متطلبات الواجبات والأنشطة اليومية ، لذا فإن الحل الأفضل هو الاهتمام باللياقة البدنية والحركية من خلال برامج التربية الحركية في المدرسة الابتدائية .

أما بالنسبة لمعدل (التطور) في عناصر اللياقة الحركية والموضحة في الرسوم البيانية أشكال (١) ، (٢) ، (٣) ، (٤) ، (٥) فإنها تظهر ديناميكية نمو عناصر اللياقة الحركية ، حيث تزداد مع التقدم من صف الي صف ، هذا يعني تفوق تلميذات الصفوف الأعلى عن تلميذات الصفوف الأدنى ، الا أن الزيادة في معدل التغيير (التطور) عند تلميذات المجموعة التجريبية أكثر من تلميذات المجموعة الضابطة ، وقد يرجع ذلك أيضا إلي استخدام أسلوب التربية الحركية ، وتتفق هذه النتائج مع بعض الدراسات التي أجريت علي اعمار متشابهة في مجتمعات مختلفة ، فقد أظهرت دراسة " كراتي " عام ١٩٧٩ أن هناك علاقة خطية بين زيادة العمر وتحسين المستوي الرقمي لإختبار سرعة الجري للتلاميذ أعمار ١٢:٦ سنة (٨٢:٣٧) ، وأوضحت نتائج دراسة كل من "هاردين وجارسيا " عام ١٩٧٧ م، ودراسة " ملين " وزملاؤه عام ١٩٧٦ ، عن وجود فرق دال لصالح العمر الأكبر في اختباري العدو ٥٠ ياردة ، ٣٠ ياردة لتلاميذ المرحلة الابتدائية (٤٨:٣٩) ، (٢٨٣:٤١) ، كما يذكر "أسامه راتب، إبراهيم خليفة " (٢٩:٤) عن نتائج مجموعة من الدراسات السابقة ، ظهور نمو مستمر ومنتظم من سنة إلي أخرى لتلاميذ المرحلة الابتدائية في اختبار الوثب العريض ومنها دراسة "كوجة" عام ١٩٦٥ ، "ومالينا"Malina عام ١٩٦٨ ، "وبيكوك" Peacack عام ١٩٦٠ ، وكذلك دراسات " كلارك " Clarke عام ١٩٧١ ، "واسبنشاد " Espenschde عام ١٩٦٠ وفي هذا الصدد يري "حسين القصعي" (١٣٦:٢١) أن التحسن في القدرات الحركية يتمشي مع التطور

الطبيعي للنمو المورفولوجي ونمو الجهازين العضلي والعصبي ، ومن ثم فإن جميع عناصر اللياقة الحركية موضوع الدراسة تسير في الاتجاه العام للنمو الجسمي مع التقدم في السن خلال هذه المرحلة ، وتعتبر ذلك أمراً منطقياً أن تسير المظاهر الحركية في نفس اتجاه مسببات الحركة ، وحيث أن طبيعة الفترة العمرية موضوع الدراسة الحالية تمثل مرحلة صقل وتنمية للقدرات الحركية بشكل عام . لذا فإن استخدام أسلوب التربية الحركية قد ساهم بشكل أكبر عن الأسلوب التقليدي في تحقيق النمو لعناصر اللياقة الحركية ، وهذا ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية .

" وهذا يحقق صدق الفرض الأول والثاني للبحث "

* عرض ومناقشة نتائج الهدف الثالث والرابع وهما :

" التعرف علي أثر التدريس باستخدام أسلوب التربية الحركية والأسلوب التقليدي علي تلميذات المرحلة الابتدائية بدولة قطر في مستوي الأداء لمهارات الجمباز المنهجية ، ومعدل تغيرها (تطورها) فقد تم عرض النتائج في جداول (١٩) ، (٢٠) ، وأشكال (٦) ، (٧) ، علي النحو التالي :

أولاً : مستوي الاداء لمهارات الجمباز المنهجية

جدول (١٩)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالة الفروق

بين مجموعتي البحث في مستوي اداء مهارات الجمباز

المنهجية (الصف الرابع)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة المحسوبة	المجموعة التجريبية ن=١٠٠		المجموعة الضابطة ن=١٠٠		مهارات الجمباز المنهجية
		١٤	١٣	١٤	١٣	
دال	٥,٧٥	١,١٨	٣,٩٥	١,٥٥	٢,٨٠	درجة امامية مكورة
دال	٥,٢٣	١,٢٢	٣,٨٠	١,٧٤	٢,٦٥	درجة خلفية مكورة
دال	٥,٢٩	١,٠٨	٣,٩٥	١,٢٥	٣,٠٥	القبضة
دال	٦,٤٠	١,٢٩	٨,٣٥	٢,٠٧	٦,٧٥	القفز فتحا علي المهر

قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

درجات الحرية = ١٩٨

جدول (٢٠)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالة
الفروق بين مجموعتي البحث في القياس البعدي
لاختبارات اللياقة الحركية (الصف الخامس)

مستوي الدلالة عند ...٥	قيمة ت المحسوبة	المجموعة التجريبية ن=١٠٠		المجموعة الضابطة ن=١٠٠		مهارات الجمباز المنهجية
		١٤	١٤	١٤	١٤	
دال	٢,٨٦	١,٨٦	٣,٤٥	٢,٣١	٢,٢٥	وقوف علي الرأس
دال	٤,٠٦	٢,٠٢	٣,٩٥	٢,٤١	٢,٦٥	دحرجة أماما فتحا
دال	٣,٩١	١,٥٢	٤,١٥	١,٧٥	٣,٢٥	وقوف علي الكتفين
دال	٥,١٥	٢,١٧	٨,٠٥	٢,٤٣	٦,٣٥	القفز داخلا علي المهر

درجات الحرية = ١٩٨ قيمة (ت) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٧

يتضح من جدول (١٩) ، (٢٠) أن جميع قيم (ت) دالة إحصائيا وأن الفروق بين مجموعة البحث في نتائج مهارات الجمباز المنهجية للصف الرابع والخامس الابتدائي ، هي فروق حقيقية ولصالح المجموعة التجريبية (التلميذات اللاتي درس لهن بأسلوب التربية الحركية)

ثانياً : معدل تطور مستوي اداء مهارات الجمباز المنهجية للصفين الرابع والخامس .

مناقشة نتائج الهدف الثالث والرابع :

تظهر نتائج البحث الموضحة في جداول (١٩) ، (٢٠) والخاصة بمهارات الجمباز المنهجية لتلميذات المرحلة الابتدائية (بالصفين الرابع والخامس) ، وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي البحث في جميع المهارات لصالح تلميذات المجموعة التجريبية ، كما تشير الرسوم البيانية أشكال (٦) ، (٧) الي أن معدل التغير (التطور) في مستوي اداء تلميذات المجموعة التجريبية لمهارات الجمباز المهجية أكبر من معدل التغير (التطور) لتلميذات المجموعة الضابطة . وقد ترجع هذه النتائج الي استخدام اسلوب التربية الحركية وبرامجه التنفيذية والذي تم تطبيقه علي تلميذات المجموعة التجريبية ، وتحليل العناصر الاساسية التي تشكل محتوى منهاج التربية الرياضية للصفوف الثلاثة الاولى بالمرحلة الابتدائية بدولة قطر (مرفق١) والتي يتم تنفيذها حاليا ، نجد زن محتواها يتضمن عنصرا اساسا الا وهو جمباز الالعاب ، وهذا النوع من الجمباز يتلائم مع تلميذات المرحلة الابتدائية خاصة الصفوف الاولى ، نظرا لاحتوائه علي العديد من المتطلبات الاساسية التي تسهم في تنمية اللياقة الحركية من ناحية والمهارات الاولى والخاصة برياضة الجمباز من ناحية اخري ، ويتفق هذا ما زورده "فتحي اسماعيل ، حسني سيد" (٢٣) عن "فوزي يعقوب ، عادل عبد البصير" ، "محمد شحاته" ، وملدون ولايسون Mouldon and Layson ، في ان العمل بنظام الموانع باستخدام الاجهزة والادوات له فاعلية عند تعليم المهارات الحركية واكتساب الصفات البدنية ، ويعمل علي رفع حالة الفرد البدنية والمهارية والنفسية ، وباعتبار ان جمباز الالعاب احد الدعائم الاساسية التي تعتمد عليها عملية التدريس بأسلوب التربية الحركية نظرا لما يوفره للطفل من حرية في الابداع والابتكار ، ولشموله علي تمرينات وحركات أساسية تتشابه مع المهارات الأولية في رياضة الجمباز .

لذا ، فإن التأثير الإيجابي الذي أحدثه أسلوب التربية الحركية علي مستوي أداء مهارات الجمباز المنهجية كما أظهرته نتائج هذه الدراسة ، يعتبر أمرا منطقياً ويتفق مع طبيعة العلاقة المتبادلة بين ممارسة مهارات الجمباز وعناصر اللياقة الحركية من حيث تأثير كل منهما في الآخر ، ويتفق ذلك ما ذكره "فوزي يعقوب ، عادل عبد البصير" (١٤:٢٧) أن الجمباز هو المدخل الصحيح لتحقيق اللياقة البدنية والحركية ، ومع ما ذكره "فتحي إسماعيل ، حسن حسين" (٢٣) عن "يوركن لايرش" إلي أن اختيار التمرينات البدنية المشابهة لأداء المهارات الحركية في عملية التدريب الدائري باستخدام الموانع يمكن أن تنمي الصفات البدنية والنواحي المهارية الأساسية .

وعلي ذلك وفي كل ماسبق فإن استخدام التربية الحركية قد ساهم بشكل

أكبر من الأسلوب التقليدي في تحسين مستوي أداء مهارات الجمباز المنهجية كما اتضح من نتائج الدراسة .

وهذا يحقق صدق الفرض الثالث والرابع للبحث

الاستنتاجات :

١ - استخدام أسلوب التربية الحركية في التدريس له تأثير إيجابي في تنمية عناصر اللياقة الحركية لتلميذات المرحلة الابتدائية .

٢ - استخدام أسلوب التربية الحركية يعمل علي تحسين معدل التغيير (التطور) في اختبارات اللياقة الحركية لدي التلميذات من الصف الأدنى إلي الصف الأعلى .

٣ - استخدام أسلوب التربية الحركية في التدريس له تأثير إيجابي في تحسين أداء مهارات الجمباز المنهجية لدي تلميذات المرحلة الابتدائية .

٤ - استخدام أسلوب التربية الحركية في التدريس يعمل علي تحسين معدل التغيير (التطور) في مستوي أداء مهارات الجمباز المنهجية لدي تلميذات المرحلة الابتدائية .

التوصيات :

١ - ضرورة استخدام أسلوب التربية الحركية في تدريس مناهج التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية .

٢ - إدخال أسلوب التربية الحركية ضمن المقررات التي تحتويها منهاج إعداد المعلم بكلية التربية الرياضية .

٣ - مناقشة المسؤولين عن برامج ومناهج التربية الرياضية بالوطن العربي لعقد ندوة حول أسلوب التربية الحركية لتأصيل مفهومه وتحديد أهدافه والعمل علي نشره بين جميع الدول العربية .

المراجع

اولا : المراجع العربية :

١ - إجلال محمد ابراهيم : تأثير درس مقترح للتربية الرياضية علي تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لطالبات الصف الاول بالمرحلة الثانوية . بحث منشور بمجلد المؤتمر العلمي الاول لدراسات وبحوث التربية الرياضية للجميع ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، مارس ١٩٨٤ .

٢ - أحمد ماهر وآخرون : بناء بطارية اختبارات بدنية ، مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، مارس ١٩٨٤ .

٣ - أديل سعد : وضع اختبارات مقننه للإعداد البدني العام لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات بالاسكندرية ، ١٩٨٠ م .

٤ - أسامه راتب وإبراهيم خليفة : معدلات التغيير في النمو الحركي للطفل بالحلقة الأولى من التعليم الأساسي ، مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر ، ١٩٩٠ م .

٥ - أمين الخولي ، محمد الأمين : بعض دلالات النمو الحركي والانثروبومتري للأطفال من (٦-١٢) بمنطقتي مكة المكرمة والجيزة التعليميتين ، مجلة بحوث التربية الشاملة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، العدد الاول ، يناير ، ١٩٩٠ م .

٦ - أمين الخولي وآخرون : التربية الحركية ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٢ م .

٧ - تراجي عبد الرحمن : القيمة التنبؤية لاختبارات القدرات الحركية والموسيقية علي التنبؤ بالنجاح في مادة التعبير الحركي ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات بالاسكندرية .

٨ - ثناء فؤاد أمين : دراسة العلاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية ونوعيتها والتوافق الشخصي والاجتماعي لطالبات المرحلة الثانوية الفنية ، المجلة العلمية لدراسات وبحوث المجلد الخامس ، العدد الثالث ، ديسمبر ١٩٨٢ م .

- ٩ - ثناء محمد ، نجوي سليمان : دراسة العلاقة بين عناصر اللياقة البدنية واتجاهات طلبة دور المعلمين نحو التربية الرياضية بمحافظة الاسكندرية ، مؤتمر الرياضة للجميع ، المجلد الأول ، مارس ١٩٨٤ م .
- ١٠ - رشدي لبيب : معلم العلوم ، مسئولياته ، أساليبه ، علمية ، إعداده ، نموه العلمي والمهني ، مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٨٣ م .
- ١١ - سامية فرغلي : القدرات الحركية المرتبطة بالاداء المهاري علي أجهزة جمباز البنات ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات بالاسكندرية ، ١٩٨٢ م .
- ١٢ - سعيد عبد الرشيد وآخرون : تقويم بعض نواتج التعلم لمناهج التربية الرياضية المطور بالمرحلة الابتدائية بدولة قطر ، المجلة العلمية للتربية الرياضية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، العدد ١٦ ، ١٩٩٣ م .
- ١٣ - صالح عبد العزيز ، عبد العزيز عبد المجيد : التربية وطرق التدريس ، الجزء الاول ، دار المعارف بمصر ، الطبعة العاشرة ، ١٩٧١ م .
- ١٤ - صفيه احمد محي الدين : تأثير برنامج استخدام اسلوب التربية الحركية علي مستوي اللياقة البدنية لتلميذات المرحلة الابتدائية في كل من الكويت وجمهورية مصر العربية (دراسة مقارنة) بحث منشور ، مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية الرياضية ، ١٩٩٢ .
- ١٥ - صفيه منصور وآخرون : "أثر اسلوب التربية الحركية والاسلوب التقليدي علي مستوي بعض المهارات الحركية الخاصة بالالعب لتلميذات المرحلة الابتدائية" ، بحوث المؤتمر الدولي ، الرياضة للجميع في الدول النامية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، المجلد الاول ، يناير ١٩٨٥ م .
- ١٦ - صفيه منصور سلطان : دراسة مقارنة بين الممارسات وغير الممارسات للنشاط الرياضي الخارجي (الالعب الجامعية) في كل من اللياقة الحركية وبعض سمات التوافق الشخصي لتلميذات المرحلة الاعدادية ، المؤتمر

العلمي الثالث لدراسات وبحوث التربية الرياضية ،
ترشيد التربية الرياضية في المرحلة السنوية من
١٢-١٦ سنة ، ابو قير ، الاسكندرية ، مارس ١٩٨٢ م .

١٧ - طلحة حسين حسام الدين وآخرون : التمرينات النوعية وعلاقتها
بمستوي التحصيل الحركي في الجمباز ، بحث منشور ،
مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية البدنية والرياضة -
كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ١٩٩٢ .

١٨ - عايذة السيد : دراسة عاملية تجريبية للمتغيرات البدنية والحركية
والفسيولوجية والنفسية المساهمة في التوازن الثابت
والحركي لدي طالبات كلية التربية الرياضية
بالاسكندرية ، رسالة دكتوراه ، ١٩٧٩ م .

١٩ - عدلة حسين مطر : دراسة مقارنة بين أسلوب التربية الحركية
والاسلوب التقليدي وعلاقتها بمستوي التحصيل
الحركي في الجمباز : مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية
البدنية والرياضة في الوطن العربي ، كلية التربية
الرياضية للبنين بالقاهرة ، المجلد الاول ، ١٩٩٢ .

٢٠ - عربي حمودة وآخرون : تأثير دمج الجزء التعليمي مع الجزء
التطبيقي لدرس التربية الرياضية علي زمن العمل
الجماعي والفردى ، المؤتمر العلمي الرياضي الاول ،
جامعة اليرموك ، ١٩٨٨ م .

٢١ - علي حسين القصعي : دراسة بعض عناصر اللياقة البدنية لتلاميذ
وتلميذات المرحلة الابتدائية بمحافظة الاسكندرية ،
رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ،
جامعة حلوان ، ١٩٧٩ م

٢٢ - فاروق عبد الوهاب : الاتجاهات الانفعالية للاطفال نحو المنافسات
بدروس التربية الحركية بالمدرسة الابتدائية ، بحث
منشور بمجلد المؤتمر العلمي الثاني لدراسات وبحوث
التربية الرياضية ، مارس ١٩٨١ م .

٢٣ - فتحي إسماعيل ، حسني سيد : أثر تمرينات الموانع كأحماء خاص
علي بعض الصفات البدنية وأداء المهارات الحركية
الأساسية في الجمباز للمبتدئين من ٦-٨ سنوات ،
مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية

الرياضية بالزقازيق ، المجلد الرابع عشر ، أغسطس ، ١٩٩٣ م .

٢٤ - فريدة ابراهيم عثمان : التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية ، دار القلم ، الكويت ، الطبعة الاولى ، ١٩٨٤ م .

٢٥ - فريق بحث : تطور درس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة قطر ، بحوث المؤتمر الدولي ، الرياضة للجميع بالدول النامية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، المجلد الرابع ، يناير ١٩٨٥ م .

٢٦ - فريق بحث : الرياضة المدرسية في جمهورية مصر العبرية ، مؤتمر الرياضة للجميع بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، مجلد ملخصات بحوث المؤتمر ، مارس ١٩٨٤ م .

٢٧ - فوزي يعقوب ، عادل عبد البصير : النظريات والاسس العلمية في تدريب الجمباز ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٢ م .

٢٨ - ماجدة اسماعيل ، بدور المطوع : تأثير اسلوب التربية الحركية علي فعالية درس التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الابتدائية بالكويت ، مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية الرياضية ، بكلية التربية الرياضية بالهرم ، ١٩٩٢ م .

٢٩ - محمد ابو زينه : الحركات التربوية للمرحلة الابتدائية ، مطبعة حايك وكمال ، لبنان ، ١٩٦٨ م .

٣٠ - محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، الطبعة الرابعة ، دار المعارف ، ١٩٧٩ م .

٣١ - محمّد حسن علاوي ، نصر رضوان : اختبارات الاداء الحركي ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٨ م .

٣٢ - محمد صبحي حسانين : بناء بطارية اختبار لقياس عامل الكفاية البدنية للمتخلفين عقليا من الجنسين ، بحث منشور بمجلد المؤتمر العلمي الاول لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، مارس ١٩٨٤ م .

- ٣٣ - محمد صبحي حسانين : طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية ، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والمدرسية ، الطبعة الاولى ، ١٩٨٢ م .
- ٣٤ - محمد صبحي حسانين وآخرون : اللياقة البدنية ومكوناتها ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٨ م .
- ٣٥ - مناهج التربية الرياضية : ادارة المناهج والكتب الدراسية بوزارة التربية والتعليم ، دولة قطر ، ١٩٨٨ م .
- 36- Brrton Merriman, "Relationship to personality Traits to Motor Ability: R.G.Vol.3.1.2, May,1960.
- 37- Cratty, Brant J.perceptual and Motor Deveopment in Infants and Children2ed New Jersey, prentice- Hall, Inc,1979.
- 38- Elizabieth poweel and Eugenee: Motor Ability Test High School Girls, Research Quarteriy.
- 39- Gallahue, DevidL. Understanding Motor Development in Childeren. New York, John Wiley & Sohs.1982.
- 40- Hardin, D. and Gavcia, M. Diagmositis Performance Tests for Wlemenary Childem (Grade1-4) J. phys. Edys. Edue. Rec. Dance. Vol.53. No,1984.
- 41- Harold, G. Seachore : Some Relaitonships of Fine and Gross Motor Abilities, Research. Quarteriy13: May,1942.
- 42- Lovis Edyar Hetto: Measurement of the Velocity Factor Athletie Power in High school Boys, Research Quarterly,9: October1983.
- 43- Nils, G. Carl Rhicholas, T. & Wallace, R: Asynopsis of the Veribular System, Paris Massan et, Cie,1972.
- 44- Stehler G.V.,: "Methodik des Sport Unterrichts Volk Und Wissen Volkesigner Verlag, Berlin,1973.
- 45- Vanek, Mivoslay, and Cratty. Bryant, j.,: "Psychology of the Sulerior Athlete" The Macmilal Cno., Toronto,1970.