

تأثير برنامج نفس حركي علي مستوي بعض الحركات الأساسية
لتلاميذ المرحلة الابتدائية

**The effect of a motor psychology program on the level of some basic
movements of primary school pupils**

أ.د/ وحيد الدين السيد عُمر

أستاذ طرق التدريس المُتفرغ بقسم مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية
بكلية التربية الرياضية (بنين - بنات) - جامعة بورسعيد

م.م/ رامي عبد الرحمن سويلم

مدرس مُساعد بقسم مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية
بكلية التربية الرياضية (بنين - بنات) - جامعة بورسعيد

Prof. Dr / wahid El din Al said Omar

**Part Timer Prof. Teaching Methods of Curricula & Teaching Methods Dep.
Faculty Of Physical Education
For Boys & Girls Port Said University**

**Rami Abd El Rahman Sweilm
Assistant teacher at the Curricula & Teaching Methods Dep
Faculty Of Physical Education
For Boys & Girls Port Said University**

المستخلص

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج نفس حركي على مستوى بعض الحركات الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية قوام كل منهما (٢٠) تلميذاً وذلك باستخدام القياس القبلي البعدي وتم اختيار عينة البحث الطريقة العمدية العشوائية من تلاميذ الصف الثالث الابتدائي بمدرسة "جواد على حسني الابتدائية" بمحافظة بورسعيد - ببورفؤاد ومن أهم النتائج التي تم التوصل أثر البرنامج النفس حركي تأثيراً إيجابياً على مستوى بعض الحركات الأساسية (قيد البحث) لدى المجموعة التجريبية وتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مستوى بعض الحركات الأساسية قيد البحث كما ساهم البرنامج النفس حركي في تطوير تنظيم استجابات التلاميذ الحركية من خلال إجراء العديد من العمليات العقلية العليا خلال ممارسة أنشطة البرنامج المختلفة وأوصى الباحثان باستخدام الأنشطة النفس حركية لأنها تساعد التلاميذ على سرعة التعلم والتفكير مما يزيد من دافعيتهم للتعلم ويساعدهم في تنشيط الذاكرة الحركية وأيضاً إعداد وتأهيل مدرسي التربية الرياضية لاستخدام البرامج النفس حركية داخل دروس التربية الرياضية.

الكلمات المفتاحية: التربية النفس حركية - الحركات الأساسية.

Abstract

The researchers used the experimental method of experimental design of two groups, one officer and the other experimental, each with a strength of 20 pupils using dimension tribal measurement. The experimental group outperformed the control group at the level of some of the basic movements under consideration as the self-driving program contributed to the development of the organization of pupils' motor responses through the conduct of many higher mental processes during the practice of various activities program and the researchers recommended the use of motor self-activities because it helps students to quickly learn and think, which increases their motivation to learn and helps them to activate motor memory and also prepare and qualify teachers of sports education to use the self-programs.

Key Words: Motor self-education- Basic movements.

المقدمة ومشكلة البحث:

تهتم دول العالم بتطوير جميع مجالات الحياة ويأتي في مقدمتها التطوير من أجل العناية بتنشئة أطفالها والاهتمام بهم، حيث أن العناية بمراحل الطفولة من أهم أهدافها ، فالطفل هو مستقبل الأمة بأسرها وإعداده ليصبح فرداً قادراً على الإنتاج والتنمية والدفاع عن الوطن، ويعتبر ارتفاع مستوى اللياقة البدنية والحركية والصحة العامة أحد المؤشرات الهامة التي تحدد مستوى التقدم الحضاري للمجتمعات الحديثة، حيث يعتبر ذلك هدفاً تسعى إليها المجتمعات ، وهو المقياس الأنسب الذي يمكن عن طريقه أن نتعرف على مدى صحة وسلامة الطفل واستمتاعه بأوقات فراغه، وحتى يصبح عضواً نافعاً في مجتمعه.

وفي هذا الصدد يري أبو عبدة (٢٠٠٦) "أن المرحلة الابتدائية بداية مرحلة جديدة لعملية التعليم المنظم الهادف من خلال عمل المدرسة وبداية انفصال الطفل عن أسرته ومنزله وبداية تعليمة لأصول القراءة والكتابة، وتظهر بوضوح الفروق الفردية بين التلاميذ أثناء اللعب في درس التربية الرياضية حيث يستطيع البعض تأدية متطلبات الدرس بينما يخفق البعض الآخر في ذلك ، لذلك يجب تنوع الأنشطة خلال هذه المرحلة لمواجهة متطلبات التلاميذ وتحقيق الواجبات والأهداف التي يحددها مدرس التربية الرياضية لهم"(ص،٢٤).

وتشير عثمان (٢٠٠٨) "إلي أن الحركة والحركات الأساسية تعتبر المفردات الأصلية في حركة الطفل لهذا يجب الاعتناء بها في البرامج الحركية للطفل من أجل اكتساب عدد كبير من مفردات المهارات الحركية من أجل الوعي والفهم لإمكانات الجسم حيث أن الطفل من خلال التوجيه يستخدم الحركة الأساسية كطريقة في التعبير والاستكشاف ولتغيير ذاته وتنمية قدراته ، لهذا أن من الأمور الملائمة لمرحلة الطفولة يجب تنظيم خبرات التلاميذ الحركية من خلال تنمية الحركات الأساسية من حيث خلق الظروف المناسبة والمواقف الملائمة حتى يستطيع الطفل من تجريب حركاته واكتشاف ذاته والبيئة المحيطة به عن طريق تشكيل المواقف التي تعمل علي تحفيز الطفل من أجل تشكيل وتحديد لقدراته لكي ينمي مصادره الحركية"(ص،٣١).

بينما توضح إبراهيم ومحمد وفوزي (٢٠٠٨) "إلي أن الحركات الأساسية هي وسيلة الطفل للتعامل بفاعلية وبشكل مباشر مع الحقائق الواقعية أو المادية في البيئة ، وتشمل المهارات الحركية العامة اللازمة لحركة الفرد الأساسية التي تمكنه من الاتصال بالبيئة المحيطة به ومن استكشاف العالم من حوله ، ومنها مهارات المشي والجري والوثب والرمي وتشمل المهارات الحركية الأساسية المهارات الحركية الكبيرة والدقيقة المتطلبة لاكتساب مهارات حركية فعالة عموماً ، وتشكل الأساس لتطور المهارات الحركية التخصصية المتطلبة لرياضة محددة أو لعبة معينة"(ص،٣١).

تري زيد (٢٠١٠) "أن مرحلة التعليم الأساسي تعد حجر الزاوية في البناء التعليمي والتي تركز عليها الدول وذلك لكونها من أنسب المراحل السنوية لتنمية قدرات الطفل الحركية وتطويرها التي تستند إليها المراحل التعليمية اللاحقة هذه المرحلة كأهم مراحل التعليم نظراً إلى وجود مجموعة من الخصائص البيولوجية والنفسية والحركية التي تميز الطفل في هذه المرحلة، كما يعد الاهتمام بالطفولة من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمعات وتطورها فهذا الاهتمام هو في الواقع اهتمام

بمستقبل الأمة بإعداد التلاميذ ورعايتهم في الجوانب كافة هو إعداد لمواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها مقتضيات التطور والتغير السريع الذي نعيشه اليوم" (ص، ٢٠٩).

وثبّين عمر ومفرج (٢٠١٠) "أن الحركات الأساسية تعد متطلباً رئيسياً وقليلاً لأغلب المهارات المتعلقة بالألعاب الرياضية ، وأن الفشل في الوصول إلي التطور والإتقان لهذه المهارات يعمل كحاجز لتطور المهارات الحركية التي يتم استخدامها في الألعاب الرياضية إذ أنه من الصعب أن يصبح الفرد ناجحاً في الأداء الحركي في لعبة ما مثل كرة السلة إذا لم تصل مهاراته الأساسية في الرمي واللقف والمحاورة والجري إلي مستوي النضج" (ص، ٢٧).

وتضيف عثمان (٢٠١٣) "أن اكتساب الحركات الأساسية وامتلاك التوافق الحركي يتطلب أن يمر الطفل بخبرات وتجارب حركية متعددة ، ضمن برامج، إن المهارات الحركية الأساسية لدي العديد من التلاميذ لا تتطور بالشكل المناسب ، مما يعني أنهم لن يمتلكوا التوافق الحركي المطلوب لممارسة أنشطة بدنية متقدمة في المستقبل" (ص، ١١١).

كما يشير كلاً من يحيي والسيد (٢٠١٤) "إلي أن البرامج النفس حركية من أنجح الوسائل التربوية التي تهدف إلي تحقيق النمو المتكامل للطفل من مختلف الجوانب، حيث يؤكد الباحثون بأن الحركة هي إحدى الدوافع الأساسية للإنسان، فعن طريقها يبدأ الطفل في التعرف علي العالم المحيط به، وهذا الميل الطبيعي للحركة هو احدي طرق التعلم، وهو عبارة عن مدخل وظيفي لعالم الطفولة، ووسيط تربوي فعال لتحسين وتطوير النمو العقلي والاجتماعي والنفسي والحركي" (ص، ١٣٣).

ويؤكد وهبه (٢٠١٨) "أن برامج التربية النفس حركية تسير في توازي مع التطورات النمائية للطفل في مختلف جوانبه (الحركي، المعرفي، الاجتماعي، الانفعالي)، فالطفل كائن يمشي يجري يقفز، يفكر، يتفاعل مع الآخرين، يتفاعل داخل البيئة المحيطة ومكوناتها، ويتعامل مع الأشياء والموضوعات، فالبيئة المحيطة تساهم في إعطاء الطفل فرصة لاكتشاف قدراته الحسية والحركية، وفي فتح مجموعة من الأنشطة، التي يلبي فيها رغبته الفسيولوجية والنفسية، وفي توفير فرص الحركة، وتلقينه سبل تنسيق مختلف أوضاعه وحركته التي تدخل في تناسق مع نموه النفسي والعقلي" (ص، ١١).

ويري الباحثان أن الحركات الأساسية تعد من أهم المهارات الحركية التي تساعد التلاميذ في التعرف علي ذاتهم وقدراتهم من خلال اكتشافهم للبيئة المحيطة، وأن وجود قصور بها قد يترتب عليه صعوبة اشتراك هؤلاء التلاميذ في الأنشطة والألعاب الرياضية المختلفة الأمر الذي يتطلب الكشف عن تلك الحركات الفطرية الموجودة في الأصل بشكل تلقائي لدي التلاميذ لتقييمها وذلك في سن مبكر حتي يمكن تقويمها بوضع البرامج الحركية المناسبة لها، ومن هذا المنطلق ونظراً لأهمية هذه المرحلة من التعليم الأساسي وطبقاً للدعوات المستمرة بتطوير المناهج الحركية التي تقدم لهذه المرحلة والتي تساعد في الكشف علي المشكلات الحركية لدي تلاميذ هذه المرحلة ومحاولة تطويرها، ومن خلال إطلاع الباحثان علي العديد من الدراسات والأبحاث العلمية التي أشارت إلي أهمية البرامج النفس حركية بما تشملها من أنشطة حركية متنوعة تساعد التلاميذ علي تطوير قدراتهم الحركية والعقلية،

كما تكسبهم الاعتماد علي أنفسهم من خلال الممارسة الحركية، ومن خلال الاطلاع علي الدراسات والأبحاث العلمية التي تم التوصل إليها لم يصل الباحثان إلي دراسة تناولت تأثير برنامج نفس حركي علي مستوي الحركات الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، مما دفع الباحثان إلي دراسة "تأثير برنامج نفس حركي علي مستوي بعض الحركات الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية".

هدف البحث:

يهدف البحث إلي التعرف علي تأثير برنامج نفس حركي علي مستوي بعض الحركات الأساسية (الجري، المشي، الوثب، الرمي) لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

أهمية البحث:

- يمكن اعتبار هذا البحث ركيزة ونواه لدراسات وبحوث أخرى تبنى عليه في مجال التربية النفس حركية.
- إضافة إلي الجهود والمحاولات التي تهدف إلي سد الفجوة ما بين مجال الكتب النظرية والتطبيقات العلمية علي أرض الواقع لتحقيق الأهداف المنشودة لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- الكشف عن بعض المشكلات الحركية للتلاميذ ومحاولة تقييمها لتقويمها ووسيلة ذلك البرنامج النفس حركي.
- يعتبر هذا البحث إسهامه متواضعة في مجال تعليم التلاميذ من خلال البرامج الحركية "النفس حركي" قيد البحث.

فروضيات البحث:

- توجد فروق دالة إحصائية عند (٠,٠٥) بين القياسيين القبلي و البعدى للمجموعة الضابطة في مستوي بعض الحركات الأساسية (الجري، المشي، الوثب، الرمي) قيد البحث لصالح القياس البعدى.
- توجد فروق دالة إحصائية عند (٠,٠٥) بين القياسيين القبلي و البعدى للمجموعة التجريبية في مستوي بعض الحركات الأساسية (الجري، المشي، الوثب، الرمي) قيد البحث لصالح القياس البعدى.
- توجد فروق دالة إحصائية عند (٠,٠٥) بين القياسيين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوي بعض الحركات الأساسية (الجري، المشي، الوثب، الرمي) قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

المصطلحات المستخدمة في البحث:

- التربية النفس حركية:

يُعرفها وهبه (٢٠١٨) بأنها " برامج يستخدم فيها الجسم والحركة كوسيلة أساسية لتنمية الوظائف الحركية والمعرفية والاجتماعية والانفعالية لدي الطفل، في إطار من اللعب والمرح ، وهي تتعامل مع الطفل كوحدة متكاملة غير مجزأة إلي مسميات (الجسم والنفس)، علي أن يتم تقديم المعارف والمعلومات المجردة للطفل في صورة محسوسة ، يسهل عليه استيعابها والاحتفاظ بها لفترة طويلة" (ص،١٧).

- الحركات الأساسية:

تُعرفها عثمان (٢٠١٣) بأنها "تلك الحركات الطبيعية الفطرية التي يزاولها الفرد ويؤديها بدون أن يقوم أحد بتعليمه إياها مثل المشي، الجري، القفز، التعلق" (ص، ١١٢).

الدراسات السابقة:

١- قام أحمد (٢٠١٠) بدراسة استهدفت التعرف على تأثير أسلوب التربية الحركية على الإبداع الحركي للتلاميذ من ٦-٩ سنوات، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتمثلت العينة الصفوف الأولى للمرحلة الابتدائية، وكان من أهم النتائج وجد فرق دال في درجة الطلاقة الحركية لصالح المشتركين في المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، يوجد فرق دال في درجة الأصالة الحركية لصالح المشتركين في المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

٢- أجرى فريدون أر R.Ferudun (٢٠١٢) دراسة استهدفت التعرف على التعرف على تأثير ٨ أسابيع من الأنشطة الرياضية على الاكتفاء الذاتي والمهارات الاجتماعية وبعض معايير اللياقة البدنية عن التلاميذ من ٩-١٠ سنوات، واستخدم الباحثين المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين إحداهما ضابطة والآخر تجريبية، واشتملت عينة الدراسة (٤٥) تلميذا مقسمين الى المجموعة التجريبية (١٠) ذكور و(١٥) اناث والمجموعة الضابطة (٨) ذكور و(١٢) اناث، وكان أن البرنامج قيد البحث قد أثر بشكل ايجابي على المجموعة التجريبية بشكل أكبر من المجموعة الضابطة وأن برنامج التربية الحركية المطور له تأثير ايجابي على تحسين التحصيل الدراسي للتلاميذ قيد البحث.

٣- دراسة كوك وآخرون Koç,etal (٢٠١٢) استهدفت التعرف على تأثير دروس التربية البدنية في مرحلة المدرسة الابتدائية على بعض المهارات الحركية المختارة، واستخدم الباحثين المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين إحداهما ضابطة والآخر تجريبية، واشتملت عينة (١٣٨) تلميذ من الصف الاول والثاني، وكان من اهم النتائج أنه تحسنت المجموعة المنتظمة على الممارسة في الصف الاول في مهارات الوثب العريض من الثبات والوثب العمودي بينما تحسن تلاميذ الصف الثاني في مهارات الاتزان.

٤- قامت هزاع (٢٠١٦) بدراسة استهدفت التعرف على تأثير برنامج للتمرينات بأسلوب حل المشكلات على عناصر اللياقة الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٦-٩) سنوات بدولة الكويت، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، وبلغ قوام عينه الدراسة (٤٠) من تلميذات المرحلة الابتدائية من (٦-٩) سنوات، وأشارت أهم النتائج إلى أن البرامج التعليمية المقترحة بالأساليب الحديثة والمناسبة لخصائص المرحلة السنية لها تأثير ايجابي على المتغيرات البدنية والحركية، وتوجد فروق دالة احصائيا في القياس البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في عناصر اللياقة الحركية لصالح المجموعة التجريبية.

٥- أجرت مصطفى (٢٠١٧) دراسة استهدفت التعرف علي تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على بعض مكونات الادراك الحركي والقدرات الحركية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، واشتملت العينة علي (٥٠) تلميذ وتلميذة وتم تقسيمهم الى مجموعتين متساويتين احدهما ضابطة والاخرى تجريبية، وكان من أهم النتائج التأثير الايجابي لأسلوب حل المشكلات حيث أنه ساهم في تنمية مكونات الادراك الحركي والقدرات الحركية قيد البحث لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي.

٦- قامت صابر (٢٠١٨) استهدفت التعرف علي تأثير استخدام اسلوبين للقصة الحركية علي مستوي بعض الحركات الأساسية والمهارات الحياتية لمرحلة رياض الاطفال، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم ثلاث مجموعات تجريبية، واشتملت عينة الدراسة علي (٦٠) طفل (٤-٦) سنوات، وكان من أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية الثالثة والتي استخدمت القصة الغنائية علي المجموعات الأخرى في مستوي الحركات الأساسية ومقياس المهارات الحياتية قيد البحث.

إجراءات البحث:

١- منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وبواسطة القياسين (القبلي - البعدي) لكل مجموعة، وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

٢- مجتمع وعينة البحث: تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ الصف الثالث الابتدائي بمحافظة بورسعيد للعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩)، وتم اختيار عينة البحث الأساسية باستخدام الطريقة العمدية العشوائية من تلاميذ الصف الثالث الابتدائي بمدرسة "جواد على حسني الابتدائية" بمحافظة بورسعيد- ببورفؤاد، والبالغ عددهم (٤٠) تلميذاً، وقد تم تقسيمهم إلي مجموعتين ضابطة ولأخرى تجريبية، كما تم الاستعانة بعدد (٢٠) تلميذ من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، وذلك لإجراء المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة قيد البحث، حيث تم توصيفهم كما هو موضح بجدول (١).

وتم استبعاد باقي التلاميذ للأسباب التالية:

- التلاميذ ذوي المشكلات الصحية والمرضية التي تحول دون الإشتراك في البرنامج.
- الغياب المتكرر للتلاميذ.
- التلاميذ الذين لم ينتظموا أثناء تطبيق الاختبارات.
- عدم موافقة بعض أولياء الأمور علي الإشتراك في تطبيق البحث.

جدول (١) توصيف مجتمع وعينة البحث

المجتمع الكلي	مجتمع البحث			العينة
	العينة الاستطلاعية	العينة الأساسية	المستبعدين	
٨٠	٢٠	٤٠	٢٠	تلاميذ الصف الثالث الابتدائي
%١٠٠	%٢٥	%٥٠	%٢٥	النسبة المئوية

٣- إعتدالية عينة البحث:

تم إجراء التجانس على عينة البحث الأساسية للمجموعتين الضابطة والتجريبية والبالغ عددهم (٤٠) تلميذاً من تلاميذ الصف الثالث الابتدائي بمدرسة (جواد علي حُسنِي الابتدائية) يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٩/٣٠ في الآتي:

- معدلات النمو: بحساب متغيرات (الطول، الوزن، السن).
- مستوى الذكاء: عن طريق اختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح. ملحق (٢)
- اختبارات الحركات الأساسية: حيث استخدم الباحثان الاختبارات التالية:
 - * الجري مسافة ٢٠م. (الجري)
 - * سرعة المشي مسافة ٢٠م. (المشي)
 - * الوثب العريض من الثبات. (الوثب)
 - * رمي كرة تنس لأقصى مسافة. (الرمي)، وقد تم اختيارها بناءً على استطلاع رأي الخبراء.

جدول (٢) معامل الالتواء للمجموعتين الضابطة والتجريبية في السن والطول والوزن والذكاء

$$n=2=20$$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			
		س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء	س	ع±	الوسيط
السن	سنة	٨,٤٠	٠,٥٨	٨,٠٠	-٠,٤٢	٨,٤٥	٠,٧٤	٨,٠٥
الطول	سم	١٢٧,٦١	٤,٥٥	١٢٦,٢٠	-٠,٠٣	١٢٦,٤٤	٤,١٠	١٢٥,٥٠
الوزن	كجم	٢١,٥٦	٧,٠٣	٢٢,٠٠	٠,١٤	٢٠,٩٨	٦,٧١	٢١,٠٠
الذكاء	درجة	٣٢,٦١	٥,١٥	٣٢,٠٠	٠,٧١	٣٢,٠٤	٥,٥٥	٣١,٠٠

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء=(٠,٥١٢)

يتضح من جدول (٢) أن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للسن والطول والوزن والذكاء حيث تراوح من (-٠,٤٢) إلى (٠,٧١) للمجموعة الضابطة، أما المجموعة التجريبية تراوح من (-٠,٣٣) إلى (٠,٥٢) أي أن معامل الالتواء يقع ما بين (±)٣ مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في تلك المتغيرات قبل تطبيق التجربة.

جدول (٣) معامل الالتواء للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات الحركات الأساسية قيد البحث

ن=١ ن=٢=٢٠

الاختبارات	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية		
			س-	ع±	الوسيط	معامل الالتواء	س	ع±	الوسيط
الجري مسافة ٢٠م	ثانية	٨,٥٤	٠,٥٧	٨,٨٣	٠,٥١-	٨,٥٢	٠,٥٧	٨,٣٢	٠,٢٥-
سرعة المشي مسافة ٢٠م	ثانية	١٦,٦٠	٠,٧٩	١٦,٧٨	٠,١٦-	١٦,٦٢	٠,٦١	١٦,٦٥	٠,٤٣-
الوثب العريض من الثبات	سم	٥٠,٨٨	٤,٧٠	٥٠,٦٠	٠,٢١	٥٠,٨٤	٣,٦٣	٥,١٦	٠,٤٣-
رمى كرة تنس	متر	٥,٥٠	٠,٣٤	٥,٠٠	٠,٢١-	٥,١١	٠,٤٢١	٥,٠٠	٠,٥١-

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء (٠,٥١٢)

يتضح من جدول (٣) أن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لاختبارات الحركات الأساسية حيث تراوح من (٠,٥١-) إلى (٠,٢١) للمجموعة الضابطة، أما المجموعة التجريبية تراوح من (٠,٥١-) إلى (٠,٢٥-) أي أن معامل الالتواء يقع ما بين (±)٣ مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في تلك المتغيرات قبل تطبيق التجربة.

٤- تكافؤ عينة البحث:

جدول (٤) تكافؤ مجموعتي البحث في السن والطول والوزن والذكاء

ن=١ ن=٢=٢٠

بيانات إحصائية الاختبارات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة
	س-	ع±	س-	ع±			
السن	٨,٤٠	٠,٥٨	٨,٤٥	٠,٥٧	٠,٠٥-	١,٤٨-	٠,١٦
الطول	١٢٧,٦١	٤,٥٥	١٢٦,٤٤	٠,٦١	١,١٧	٠,٨٨	٠,٣٠
الوزن	٢١,٥٦	٧,٠٣	٢٠,٩٨	٣,٦٣	٠,٥٨	٠,٣٧-	٠,٧٢
الذكاء	٣٢,٦١	٥,١٥	٣٢,٠٤	٠,٤٢١	٠,٥٧	٠,٥٦	٠,٧٢

قيمة "ت" الجدولية عند ٠,٠٥ = (٢,٠٩)

يتضح من جدول رقم (٤) قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في السن (١,٤٨-) وفي الطول (٠,٨٨) والوزن (٠,٣٧-) وفي الذكاء (٠,٥٦) وتلك القيم أصغر من قيمة (ت) الجدولية، كما تبين أن قيم مستوى الدلالة الإحصائية قد تراوح من (٠,١٦) إلى (٠,٧٢) وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (٠,٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في تلك المتغيرات.

جدول (٥) تكافؤ مجموعتي البحث في اختبارات الحركات الأساسية

ن=٢=٢٠

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		بيانات إحصائية الاختبارات
			ع ±	س-	ع ±	س-	
٠,٨٦	٠,١٨	٠,٠٢	٠,٥٧	٨,٥٢	٠,٥٧	٨,٥٤	الجري مسافة ٢٠م
٠,٨٨	٠,١٦-	٠,٠٢-	٠,٦١	١٦,٦٢	٠,٧٩	١٦,٦٠	سرعة المشي مسافة ٢٠م
٠,٩٦	٠,٠٥	٠,٠٤	٣,٦٣	٥٠,٨٤	٤,٧٠	٥٠,٨٨	الوثب العريض من الثبات
٠,٧٤	٠,٠٨	٠,٣٩	٠,٤٢١	٥,١١	٠,٣٤	٥,٥٠	رمي كرة تنس

قيمة "ت" الجدولية عند $\alpha=0,05$ (٢,٠٩)

يتضح من جدول رقم (٥) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الجري مسافة ٢٠م (٠,١٨) وفي سرعة المشي ٢٠م (٠,١٦-) والوثب العريض من الثبات (٠,٩٦) وفي رمي كرة تنس (٠,٧٤) وتلك القيم أصغر من قيمة (ت) الجدولية، كما تبين أن قيم مستوى الدلالة الإحصائية قد تراوح من (٠,٧٤) الى (٠,٩٦) وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (٠,٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في تلك المتغيرات.

٥- أدوات ووسائل جمع البيانات:

أ- المسح المرجعي:

قام الباحثان بإجراء المسح المرجعي في حدود ما تم التوصل إليه من الدراسات كدراسة علي (٢٠١٤) ؛ البرجيسي (٢٠١٦) ؛ الدعدر (٢٠١٦) ؛ والمراجع العلمية مثل الخولي وراتب وعلاوي (١٩٩٨) ؛ عثمان (٢٠١٦) ؛ عز الدين و احمد (٢٠١٧) ؛ والشبكة الدولية للمعلومات (الإنترنت) وذلك بهدف :-

- تحديد الشكل العام لهذا النوع من البحوث وكيفية تطبيقه.
- تحديد التصميم التجريبي المناسب الذي يحقق أهداف البحث.
- تجهيز الإطار النظري للبحث .
- تصميم استمارات تسجيل البيانات.
- الوقوف على أهم الحركات الأساسية والاختبارات المناسبة لها.
- تحديد مكونات وأجزاء وزمن البرنامج النفس حركي.

ب- استمارات استطلاع رأي الخبراء:

قام الباحثان بإعداد استمارات استطلاع رأي الخبراء لتحديد:

- أهم الحركات الأساسية والمناسبة للمرحلة السنية قيد البحث. ملحق (٣)
- أنسب الاختبارات التي تقيس الحركات الأساسية قيد البحث. ملحق (٤)
- تحديد مكونات وأجزاء وزمن البرنامج النفس حركي المقترح. ملحق (٦)

ج - الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- ملعب.
- كرات تنس .
- شريط قياس .
- كرات.
- بساط .
- حائط مناسب .
- علامات لاصقة.
- مقعد سويدي .
- ساعة إيقاف .
- قطع ملونه من جهاز الريستاميتير لقياس الطول
- الطباشير.
- "بالسنتميتير.
- كاميرا فيديو .
- كاميرا ديجتال .
- مسطرة مدرجة من ميزان طبي لقياس الوزن
- "بالكيلوجرام.
- الخشب ١م.
- مقعد بارتفاع ٥٠ سم.

د - الاختبارات المستخدمة قيد البحث:

- القياسات الخاصة بمعدل النمو:

قام الباحثان بإجراء القياسات الخاصة بمعدل النمو للتلاميذ عينة البحث وذلك من خلال الأتي:

- الطول: باستخدام الريستاميتير حتى أقرب ٠,٥ سم.

- الوزن: باستخدام الميزان الطبي المعايير حتى أقرب ٠,٥ كجم.

- السن: (وذلك بالرجوع إلي السجلات الخاصة بالتلاميذ).

- اختبار الذكاء المصور:

قام الباحثان باختيار اختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح، وهو من الاختبارات الخاصة بمقياس درجة الذكاء لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي، ويتكون هذا الاختبار من (٦٠) سؤالاً كل منها يسأل المفحوص أن يبحث عن الشكل المخالف في كل مجموعة والتي تتكون من (٥) أشكال. ملحق (٢)

وقد اختار الباحثان هذا الاختبار للأسباب التالية:

- يعتبر من الاختبارات الخاصة بتقدير القدرة العقلية لدى التلاميذ في الأعمار من سن الثامنة الى السابعة عشر.

- يعتبر من الاختبارات غير اللفظية ولا يعتمد على اجادة اللغة العربية.

- يمكن تطبيقه على عدد كبير في نفس الوقت.

- يعتمد على قوة التركيز وقوة الملاحظة لاظهار الصور المختلفة.

- يتسم بمعاملات علمية عالية حيث تراوح معامل الثبات من (٠,٧٥) إلي (٠,٨٥)، وقد تم استخدام هذا الاختبار في دراسات أجريت علي عينات مشابهة لعينة البحث الحالي كدراسة جاد (٢٠٠٧) ؛ دراسة محمد (٢٠٠٩) ؛ دراسة محمد (٢٠١١).

- اختبارات الحركات الأساسية:

تم تحديد أهم المهارات الحركية الأساسية والمتمثلة في (الجري، المشي، الوثب، الرمي) والتي تتناسب مع المرحلة السنية قيد البحث وأنسب الاختبارات التي تقيسها ملحق (٤) من خلال استمارة استطلاع آراء الخبراء.

وقد ارتضى الباحثان باختيار أهم الحركات الأساسية والاختبارات التي تقيسها والتي حصلت على نسبة (٦٥%) فأكثر بناء على استطلاع آراء الخبراء وكانت كالآتي:

- الجري: اختبار جري مسافة (٢٠م) (ثانية).

- المشي: اختبار سرعة المشي مسافة (٢٠م) (ثانية).

- الوثب: اختبار الوثب العريض من الثبات (سم).

- الرمي: اختبار رمي كرة تنس لأقصى مسافة (متر).

٦- المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة قيد البحث:

- المعاملات العلمية للاختبارات الحركات الأساسية:

تم إجراء المعاملات العلمية للاختبارات الحركات الأساسية في الفترة من الاحد ٢٢ /٩/ ٢٠١٩ إلى الاحد ٢٩ /٩/ ٢٠١٩، وذلك على عينة أخرى غير عينة البحث ومن نفس مجتمع البحث.

أ- معامل الصدق:

تم حساب صدق اختبار الحركات الأساسية عن طريق صدق التمايز (مجموعة مميزة وغير مميزة) وذلك بتطبيق الاختبار على مجموعة من التلاميذ المتميزين والمشاركين في أنشطة رياضية ومجموعة من التلاميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وقوامها (٢٠) تلاميذ، كل مجموعة (١٠) تلاميذ، يوم الأحد الموافق ٢٢/٩/٢٠١٩، ويوضح جدول (٦) معامل صدق التمايز لاختبارات الحركات الأساسية.

جدول (٦) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ومعامل الصدق لاختبارات الحركات الأساسية قيد البحث

$$\text{قيمة "ت" الجدولية عند } 0,05 = (2,23)$$

ينضح من جدول (٦) أن معامل الصدق دال إحصائياً عند مستوي دلالة ٠,٠٥ لدلالة الطرفين بين المجموعة المتميزة والمجموعة الغير متميزة حيث بلغت قيمة معامل الصدق ما بين (٠,٧٢، ٠,٩٤) مما يشير إلى أن الاختبارات تقيس ما وضعت من أجله.

• معامل الثبات :

تم حساب معامل ثبات اختبارات الحركات الأساسية عن طريق تطبيق الاختبارات على مجموعة من التلاميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وقوامها (٢٠) تلميذ، يوم الاحد ٢٢/٩/٢٠١٩، وإعادة تطبيقها على نفس التلاميذ مرة أخرى بعد مضي أسبوع من التطبيق الأول، يوم الأحد الموافق ٢٩/٩/٢٠١٩، لحساب معامل ثبات اختبارات الحركات الأساسية ويوضح جدول (٧) ثبات اختبارات الحركات الأساسية قيد البحث.

بيانات إحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة غير مميزة		المجموعة المميزة		معامل صدق التمايز الاحتمالي	الدلالة الإحصائية
		س-	ع ±	س-	ع ±		
الجري مسافة ٢٠م	ث	٨,٧٨	٠,٤٢	٦,٢٤	٠,٣١	٠,٩٢	٠,٠٠٠
سرعة المشي مسافة ٢٠م	ث	١٧,١٠	٠,٦٢	١٠,١٥	٠,٥٧	٠,٩٤	٠,٠٠٠
الوثب العريض من الثبات	سم	٥٥,٢٢	٠,٣٦	٨٠,٧١	٠,٨٨	٠,٨٨	٠,٠٠١
رمى كرة تنس	سم	٨,١٥	٠,٥٨	٦,٠٠	٠,٧٧	٠,٧٢	٠,٠٠٣

جدول (٧) معامل ثبات اختبارات الحركات الأساسية قيد البحث

ن=٢٠

مستوي الدلالة	معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	البيانات الإحصائية المتغيرات
		ع ±	س-	ع ±	س-		
٠,٠٠٠	٠,٩٩	٠,٥٦	٨,٤٧	٠,٥٤	٨,٤٦	ثانية	الجري مسافة ٢٠م
٠,٠٠١	٠,٨٩	٠,٧٢	١٦,٦٤	٠,٦٧	١٦,٢٣	ثانية	سرعة المشي مسافة ٢٠م
٠,٠٠٠	٠,٩٩	٣,٩٤	٥١,٦٦	٣,٦٨	٥١,٤٧	سم	الوثب العريض من الثبات
٠,٠٠٢	٠,٨٥	٠,٢٨	٥,٣٨	٠,٣٠	٥,٠٠	متر	رمي كرة تنس

قيمة (ر) الجدولية عند ٠,٠٥ = (٠,٤٤٤)

يتضح من جدول رقم (٧) أن قيمة معامل الثبات لاختبارات الحركات الأساسية تراوحت من (٠,٨٥) إلى (٠,٩٩)، وبمستوي دلالة (٠,٠٠٢ ، ٠,٠٠٠) وجميعها أكبر من (٠,٠٥) مما يشير إلى ثبات اختبارات الحركات الأساسية بدرجة عالية.

٧- الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى على عينة قوامها (٢٠) تلميذاً من خارج عينة البحث الأساسية في الفترة من الأحد ٢٠١٩/٩/٢٢ وحتى الاحد ٢٠١٩/٩/٢٩ على عينة الدراسة الاستطلاعية، وذلك بهدف:

- تحديد المعاملات العلمية الخاصة بالاختبارات المستخدمة في البحث.
- التأكد من صلاحية الأدوات و الأجهزة المستخدمة في قياسات البحث.
- تجهيز أماكن إجراء القياسات الخاصة بالبحث والأماكن الخاصة بتطبيق البرنامج.
- تجريب (وحدتين تعليميتين) باستخدام البرنامج النفس حركي وذلك للتعرف على مدى مناسيته لقدرات التلاميذ ومدى فهمهم واستيعابهم له.

٨- برنامج التربية النفس حركية المقترح: ملحق (٧)

قام الباحثان بالاطلاع على المراجع والدراسات السابقة وذلك لدراسة الفئة التي سيتم تطبيق البرنامج المقترح بها وهم (تلاميذ الصف الثالث الابتدائي) وذلك من أجل التعرف على خصائص النمو الخاصة بهم وقدراتهم واتجاهاتهم ومستوياتهم التعليمية من أجل توفير الفرص التعليمية والحركية المناسبة لهم تبعاً لإمكانياتهم وقدراتهم الجسمية والحركية والعقلية، وأيضاً للوقوف على كافة الأسس والمبادئ التي تبنى وتصمم عليها البرنامج النفس حركي.

واعتمد الباحثان في إعداد وتصميم برنامج التربية النفس حركية المقترح على مجموعة من

المصادر ومنها ما يلي:

- القراءات النظرية والتي أعطت الباحث نظرة تحليلية لمتغيرات البحث ودور البرامج الحركية في تطويرها.

- الدراسات السابقة والتي شملت علي الدراسات العربية والدراسات الاجنبية ومنها، كيسي بريسايين Case Breslin (٢٠٠٩) ؛ ميشيل جولدبرجر وآخرون Michael Goldberger, et al (٢٠١٣) ؛ زيدان (٢٠١٤) ؛ عبدالله (٢٠١٦م) ؛ تسيمارس وآخرون Tsimaras, et al (٢٠١٧).

- الاطلاع على العديد من المراجع العلمية المتخصصة في مجال إعداد وتقييم البرامج الحركية والنفس حركية، حتى يتمكن الباحث في اختيار وتحديد محتوى البرنامج النفس حركي ومنها الروبي (١٩٩٦) ؛ الخولي وراتب وعلاوي (١٩٩٨) ؛ برانتوني (٢٠٠١) ؛ بيناري (٢٠٠٨) ؛ التكريتي (٢٠١٢).

- محتوى برنامج التربية النفس حركية المقترح:

ومن خلال ما سبق فإن البرنامج النفس حركي المقترح يشمل عدداً من الفنيات والأنشطة والمهام الحركية المختلفة والتي تقوم علي مبادئ التربية النفس حركية لدي عينة البحث، وانطلاقاً من مبدأ أن التربية النفس حركية تتضمن برامج مقدمة للتلاميذ في ضوء قدراتهم واحتياجاتهم، فقد اعتمد الباحثان على مجموعة من الألعاب والأنشطة كأشطة نفس حركية لتحقيق الهدف من البرنامج، تم وضع محتوى البرنامج في مجموعة من الدروس التي تهدف إلى تحسين وتطوير الحركات الأساسية قيد البحث لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي، وتم تقسيم كل درس إلى مجموعة من الأنشطة النفس حركية في ألعاب حركية على شكل تتابعات او تقليد حركي او سباقات او محطات، وبعد استطلاع رأي الخبراء، ملحق (٦) لتحديد المدة الكلية للبرنامج النفس حركي، وعدد الدروس في الأسبوع، وزمن الدرس، توصل الباحثان إلي ان اشتمل البرنامج النفس حركي المقترح على (١٦) درس حيث كان زمن كل درس (٦٠) دقيقة بواقع (٢) وحدة أسبوعياً.

٩- القياس القبلي:

قام الباحثان بإجراء القياس القبلي للمجوعتين (التجريبية والضابطة) يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٩/٣٠ وذلك بتطبيق اختبارات الحركات الأساسية قيد البحث.

١٠- تطبيق التجربة الأساسية:

تم تطبيق التجربة لمدة (٨) أسابيع، في الفترة من الاثنين الموافق ٢٠١٩/١٠/١، وحتى يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/١١/٢١، بواقع (٢) وحدة أسبوعياً، حيث بلغ زمن الوحدة (٦٠) ساعة.

١١- القياس البعدي:

قام الباحثان بعد الانتهاء من تطبيق التجربة بإجراء القياس البعدي للمجوعتين (التجريبية والضابطة) يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/١١/٢٣ ذلك بتطبيق اختبارات الحركات الأساسية قيد البحث.

١٢- المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحثان حزمة البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية SPSS باستخدام التحليلات الإحصائية التالية: (المتوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري - معامل الالتواء - اختبار "ت" T-test - معامل صدق التمايز - معامل الارتباط لبيرسون).

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

جدول (٨) قيمة (ت) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات الحركات الأساسية قيد البحث

ن=٢٠

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	بيانات إحصائية الاختبارات
			ع ±	س-	ع ±	س-		
٠,٠٠	٩٤,٠٩	٠,٣٥	٠,٥١	٨,١٩	٠,٥٧	٨,٥٤	ثانية	الجري مسافة ٢٠ م
٠,٠٠	١٢٧,٣٢	٠,٤٥	٠,٧٩	١٦,١٥	٠,٧٩	١٦,٦٠	ثانية	سرعة المشي مسافة ٢٠ م
٠,٠٠	٦٩,٢٧	١,٤٦-	٤,٧٢	٥٢,٣٤	٤,٧٠	٥٠,٨٨	سم	الوثب العريض من الثبات
٠,٠٠	٥٧,٤٦	٠,٥٤-	٠,٣٥	٦,٠٤	٠,٣٤	٥,٥٠	متر	رمي كرة تنس

قيمة "ت" الجدولية عند $0,05 = (2,09)$

يتضح من جدول (٨) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الجري مسافة ٢٠ م (٩٤,٠٩) وفي سرعة المشي مسافة ٢٠ م (١٢٧,٣٢) وفي الوثب العريض من الثبات (٦٩,٢٧) وفي رمي كرة تنس (٥٧,٤٦)، وتلك القيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية ، كما تبين أن قيم مستوى الدلالة الإحصائية قد بلغ (٠,٠٠) لكل القيم وهي أصغر من مستوى الدلالة الإحصائية (٠,٠٥) مما يدل على أن الفروق ذات الدلالة الإحصائية لصالح القياس البعدي ذا المتوسط الحسابي الأفضل في تلك المتغيرات

ويعزو الباحثان هذا التحسن في مستوى الحركات الأساسية قيد البحث للمجموعة الضابطة إلي التأثير الإيجابي للبرنامج التقليدي المتبع داخل المؤسسة التعليمية بما يحتويه من أنشطة ومهارات ساعدت في تطوير الحركات الأساسية بنسبة ضعيفة وذلك لان التلاميذ في هذه المرحلة السنوية لا يستطيعون اكتساب الحركات الأساسية بدرجة عالية بدون تحديد ووضع برامج حركية مناسبة لها، لذلك لابد من الاستعانة بالبرامج الحركية وأنشطتها المختلفة في هذه المرحلة.

ومن هذا المنطق تؤكد كل من شلتوت وخفاجة (٢٠٠٢) "أن التدريس باستخدام الأسلوب التقليدي يؤدي إلى زيادة مستوى الفرد نتيجة للممارسة والأداء المتكرر والاسترجاع المباشر للمعلومات أثناء عملية التعلم" (ص، ٨٠).

ويتفق ذلك ما نتائج دراسة فتحي (٢٠٠٧) "والتي تشير إلى أن البرنامج المتبع في المؤسسات التعليمية قد يساعد في تنمية بعض جوانب الكفاءة الإدراكية الحركية، بينما لم يؤثر بدرجة معنوية كبيرة وقد يكون السبب في ذلك عدم اشتغال البرنامج التقليدي المتبع على الألعاب الصغيرة والمسابقات والأنشطة الحركية المتنوعة" (ص،١٦).

وتؤكد ذلك عثمان (٢٠٠٨) "أن برنامج البرامج الحركية بمثابة المدخل الطبيعي للممارسة الفعلية للأنشطة الرياضية المتعددة وذلك من خلال استخدام التلاميذ أو الأطفال للحركات المتعددة بهدف حل المشكلات الحركية والتي تتطلب المشاركة الايجابية حيث تعطي الفرصة للأطفال كي يتحركوا بأسلوب يتصف بالمتعة والابتكار" (ص،٥٧).

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كل من عبده (٢٠١٠)؛ فتحي (٢٠٠٧)؛ هزاع (٢٠١٦)؛ مصطفى (٢٠١٧) علي ان البرنامج التقليدي المتبع في المؤسسات التعليمية كان له الأثر الايجابي في تنمية الحركات الأساسية لتلاميذ هذه المرحلة، وان كان للبرنامج التجريبي الأثر الأكبر من البرنامج التقليدي الذي يمارسه التلاميذ داخل المؤسسات التعليمية.

ومما سبق نجد أن الفرض الأول للبحث والذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائية عند (٠,٠٥) بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في مستوي بعض الحركات الأساسية (الجري، المشي، الوثب، الرمي) قيد البحث لصالح القياس البعدي" قد تحقق كلياً.

ثانياً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

جدول (٩) قيمة (ت) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الحركات الأساسية قيد البحث

ن = ٢٠

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	بيانات إحصائية الاختبارات
			ع ±	س -	ع ±	س -		
٠,٠٠	٥٧,٢٠	١,٤١	٠,٤١	٧,١١	٠,٥٧	٨,٥٢	ثانية	الجري مسافة ٢٠م
٠,٠٠	٣٧,٢٣	٤,٢	١,٦٧	١٢,٤٢	٠,٦١	١٦,٦٢	ثانية	سرعة المشي مسافة ٢٠م
٠,٠٠	٥٢,٥٠	١٢,١٤-	٢,٤١	٦٢,٩٨	٣,٦٣	٥٠,٨٤	سم	الوثب العريض من الثبات
٠,٠٠	٣٥,٢٨	١,٩٤-	٠,٣٨	٧,٠٥	٠,٤٢١	٥,١١	متر	رمي كرة تنس

قيمة "ت" الجدولية عند ٠,٠٥ = (٢,٠٩)

يتضح من جدول (٩) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الجري مسافة ٢٠م (٥٧,٢٠) وفي سرعة المشي مسافة ٢٠م (٣٧,٢٣) وفي الوثب العريض من الثبات (٥٢,٥٠) وفي رمي كرة تنس (٥٢,٥٠)، وتلك القيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، كما تبين أن قيم مستوى الدلالة الإحصائية قد بلغ (٠,٠٠) لكل القيم وهي أصغر من مستوى الدلالة الإحصائية (٠,٠٥) مما يدل على أن الفروق ذات الدلالة الإحصائية لصالح القياس البعدي ذا المتوسط الحسابي الأفضل في تلك المتغيرات

ويعززي الباحثان الفرق بين القياسين إلى الأنشطة النفس حركية التي أشتمل عليها البرنامج فقد قدم البرنامج كم من الخبرات الحركية للتلاميذ يتوافق مع قدراتهم وإمكاناتهم العقلية والحركية الامر الذي ساعد في تطوير الحركات الأساسية بشكل سليم، فتنوعت الخبرات الحركية التي يقدمها البرنامج والتي تتطلب إجراء العديد من العمليات العقلية العليا كالإدراك والتحليل والفهم ومن ثم تم إتقان تلك المهارات بشكل يسمح للتلاميذ من استخدامها وأدائها بشكل تلقائي.

وفي هذا الصدد تري عثمان (٢٠٠٨) "أن البرامج الحركية هي جزء من منهاج رياض الأطفال والثلاث صفوف الأولى من المرحلة الابتدائية التي تقابل احتياجات هذه المرحلة العمرية ويؤدي إهمال هذه المرحلة تربوياً وحركياً إلى كثير من الانحرافات القواميه وضعف الحركات الأساسية بالإضافة الي أن هذه البرامج إذا ما أحسن أعدادها تنفيذها وتقديمها تساعد الطفل على تنميه وعيه وإدراكه لأبعاد وجوانب الحركة، بالإضافة إلى تنميه طاقته الحركية ومهارات التفكير الابتكاري وتساعده على الملاحظة والتخيل وتنظيم معلومات عن البيئة المحيطة به" (ص، ٣٥-٥٨).

وتشير بيكا Pica (٢٠١٢) "أن البرامج الحركية تعمل مع الطفل ككل عقلياً وبدنياً واجتماعياً، وتقدم محتوى منظم وممتع لكل الأطفال، وهي الأساس لمهارات أكثر تعقيداً وكذلك تسمح بإجراء التقويم دون استبعاد المتعة وزمن التعلم ، فعن طريق البرامج الحركية يستطيع الطفل حل مشكلة حركية في مهارة حركية معينة واستكشافها يجعله يستغرق وقتاً أطول في التذكر والاختزان، كما تعمل علي توفير مجال واسع للاستكشاف والابتكار في الألعاب الرياضية وأداء المهارات بطريقة سلسلة" (ص، ١١٧).

ويضيف سليمان (٢٠١٤) "أن التلاميذ هم مصدر الثروة الحقيقية وهم الأمل في تحقيق مستقبل أفضل، فالاهتمام برعاية التلميذ وتنشئته وتحقيق أمنه أمر حيوي تتحدد علي ضوءه معالم المستقبل، ولهذا يجب ألا تدخر الدولة أو الجمعيات الخيرية أي جهد في توفير الاحتياجات الأساسية التي تؤمن له حياته المستقبلية، وتشكل دراسة الطفولة جزء كبير من اهتمام العلم والعلماء في الوقت الراهن وتعتبر واحدة من المعالم التي يستدل بها علي تبلور الوعي العلمي في المجتمع" (ص، ٩).

ويذكر متولي، احمد (٢٠١٦) "إن المهارات الحركية الأساسية تعد بمثابة القاعدة الأساسية للممارسة الحركية للطفل فهي الأساس المتين الذي تبني عليه غالبية الألعاب الرياضية، لذلك فمن الأهمية إن تتبؤ مناهج تطوير المهارات الحركية الأساسية وأنماطها الملائمة والمبكرة من حياة الطفل، وإن هذه المهارات يجب ان لا تنال منا هذا الإهمال من خلال افتراض غير سليم مغزاه إن الطبيعة كفيلة بتنميتها، فعلي الرغم من أن تطورها يرجع إلى عوامل وراثية، إلا إن البيئة وما يتصل بها من تعليم وتدريب لها دور كبير في تطويرها، لذلك فمن الأفضل إن تكسب ظروفًا بيئية مناسبة لتطوير هذه المهارات" (ص، ١٥٩).

ويؤكد وهبه (٢٠١٨) "أن برامج التربية النفس حركية تجد داخل مؤسسات التعليم الأساسي مجالاً خصباً، حيث تلازم الطفل في حياته الاعتيادية باعتباره كائناً حياً يمشي، يتسلق، يجري، يقفز، يركب ويفكك، وهذا يحتاج

إلى لرعاية وتنظيم حتى يتمكن من تحقيق ترابط إجمالي بين نضجه العضوي وخبرته العصبية الحركية، وباعتبار التربية النفس حركية أساساً لكل تعلم، فإنها تكتسب أهمية بالغة في مجال التعليم، حيث تعتمد البرامج النفس حركية بدورها على الحركة كأساس وظيفي لها" (ص، ٢١).

ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه دراسات كل من فتحي (٢٠٠٧)؛ هزاع (٢٠١٦)؛ مصطفى (٢٠١٧)؛ صابر (٢٠١٨) والتي أشارت إلى تفوق المجموعات التجريبية والتي استخدمت البرامج الحركية المختلفة على المجموعات الضابطة، وذلك لما تتمتع به البرامج الحركية من كم ثري من الأنشطة والالعاب الحركية المختلفة والتي ساهمت في تطوير الحركات الأساسية قيد البحث.

ومما سبق نجد أن الفرض الثاني للبحث والذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائية عند (٠,٠٥) بين القياسيين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في مستوي بعض الحركات الأساسية (الجري، المشي، الوثب، الرمي) قيد البحث لصالح القياس البعدي" قد تحقق كلياً.

ثالثاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

جدول (١٠) قيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياسين البعديين لاختبارات الحركات الأساسية قيد البحث

$$٢٠ = ٢٠ - ١ = ١$$

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	بيانات إحصائية الاختبارات
			ع ±	س -	ع ±	س -		
٠,٠٠	٧,٤٥	١,٠٨	٠,٤١	٧,١١	٠,٥١	٨,١٩	ثانية	الجري مسافة ٢٠م
٠,٠٠	٩,٠٥	٣,٧٣	١,٦٧	١٢,٤٢	٠,٧٩	١٦,١٥	ثانية	سرعة المشي مسافة ٢٠م
٠,٠٠	٨,٩٧	١٠,٦٤-	٢,٤١	٦٢,٩٨	٤,٧٢	٥٢,٣٤	سم	الوثب العريض من الثبات
٠,٠٠	٨,٧٠	١,٠١-	٠,٣٨	٧,٠٥	٠,٣٥	٦,٠٤	متر	رمي كرة تنس

قيمة "ت" الجدولية عند ٠,٠٥ = (٢,٠٩)

يتضح من جدول (١٠) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الجري مسافة ٢٠م (٧,٤٥) وفي سرعة المشي مسافة ٢٠م (٩,٠٥) وفي الوثب العريض من الثبات (٨,٩٧) وفي رمي كرة تنس (٨,٧٠)، وتلك القيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، كما تبين أن قيم مستوى الدلالة الإحصائية قد بلغ (٠,٠٠) لكل القيم وهي أصغر من مستوى الدلالة الإحصائية (٠,٠٥) مما يدل على أن الفروق ذات الدلالة الإحصائية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية ذا المتوسط الحسابي الأفضل في تلك المتغيرات.

ويعزو الباحثان تقدم تلاميذ المجموعة التجريبية على تلاميذ المجموعة الضابطة في القياسات البعدية لمستوي الحركات الأساسية قيد الباحث إلى البرنامج النفس الحركي والذي تعامل مع التلاميذ كوحدة واحدة متكاملة فإدراك الحركات الأساسية قد مر بمجموعة من المراحل والتي وفرها البرنامج حيث تم تحليل تلك الحركات وربط

أجزائها معاً وتكرارها ثم إدراكها بشكل كلي، إستناداً إلي العمليات العقلية العليا وبالتالي تخزينها بالذاكرة الحركية لدي التلاميذ بالإضافة إلي توافر عامل الدافعية والتشويق أثناء عملية التعلم مما ساعد في إتمام عملية التعلم بصورة أفضل.

وتشير عثمان (٢٠١٣) "إلي أن اكتساب الحركات الأساسية وامتلاك التوافق الحركي يتطلب أن يمر الطفل بخبرات وتجارب حركية متعددة، ضمن برامج موجهة، غير أننا نلاحظ في بعض مجتمعاتنا العربية، إن المهارات الحركية الأساسية لدي العديد من الأطفال لا تتطور بالشكل المناسب ، مما يعني أنهم لن يمتلكوا التوافق الحركي المطلوب لممارسة أنشطة بدنية متقدمة في المستقبل فأن ممارسة التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة للأنشطة الحركية علاجية، ولكنها بالنسبة للأطفال الأسوياء وقائية" (ص، ١١١).

وتؤكد عثمان (٢٠١٦) "علي انه من الضروري ابتكار وسائل تتيح للطفل فرصة اضافية لاكتساب خبرات متعلقة بالنشاط الإدراكي الحركي وهذا يضاعف من قيمة عمل معلم التربية الرياضية حيث يتيح لهذا الطفل الحركة وتنمية قدراته الإدراكية ويبلغ التفاعل بين الاثنين وهما الحركة والإدراك حد التكامل والاندماج فيما يعرف بالقدرات الإدراكية الحركية" (ص، ١٩٣).

وتوضح كلا من يحيى والسيد (٢٠١٤) "أن البرامج النفس حركية من أنجح الوسائل التربوية التي تهدف إلي تحقيق النمو المتكامل للطفل من مختلف الجوانب، حيث يؤكد الباحثون بأن الحركة هي إحدى الدوافع الأساسية للإنسان، فمن طريقها يبدأ في التعرف علي العالم المحيط به، وهذا الميل الطبيعي للحركة هو احدي طرق التعلم، وهو عبارة عن مدخل وظيفي لعالم الطفولة، ووسيط تربوي فعال لتحسين وتطوير النمو العقلي والاجتماعي والنفسي والحركي" (ص، ١٣٣).

ويضيف وهبه (٢٠١٨) "علي أن التربية النفس حركية ليست نشاطاً معزولاً أو مستقلاً عن تربية وتعليم الطفل، بل هي نشاط مرتبط بكل الأنشطة التي تهتم بالتعليم الأولي كالأنشطة الاجتماعية، اللغوية والرياضيات وأنشطة الابتكاري والإبداع، وذلك لكون أن مجالات التربية النفس حركية عديدة، فهي تشمل محاور مختلفة في العمل علي الجسد بدءاً من الحركات الكبرى إلي الوعي بالزمن والتصور السليم للمكان والفرغ المحيط" (ص، ٢١).

وتتفق هذه النتائج مع نتائج كل من هاني فتحي (٢٠٠٧)؛ هزاع (٢٠١٦)؛ البرجيسي (٢٠١٦)؛ مصطفى (٢٠١٧) ؛ صابر (٢٠١٨) التي توصلت إلي التأثير الإيجابي للبرامج الحركية المستخدمة قيد أبحاثهم حيث أنها تستغل حب وشغف التلاميذ للحركة واللعب في توظيفها لتطوير القدرات الحركية المختلفة، وذلك في ضوء قدرات واحتياجات التلاميذ في هذه المرحلة، الأمر الذي ترتب عليه تفوق المجموعات التجريبية علي المجموعات الضابطة قيد أبحاثهم.

ومما سبق نجد أن الفرض الثالث للبحث والذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائية عند (٠,٠٥) بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوي بعض الحركات الأساسية (الجري، المشي، الوثب، الرمي) قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية" قد تحقق كلياً.

الاستنتاجات:

- ١- أثر البرنامج التقليدي المتبع في المؤسسات التعليمية تأثيراً إيجابياً على مستوى بعض الحركات الأساسية (قيد البحث) لدى المجموعة الضابطة.
- ٢- أثر البرنامج النفس حركي تأثيراً إيجابياً على مستوى بعض الحركات الأساسية (قيد البحث) لدى المجموعة التجريبية.
- ٣- تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مستوى بعض الحركات الأساسية قيد البحث.

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث والاستنتاجات يوصي الباحثان بما يلي:

- ١- استخدام البرنامج النفس حركي المقترح له تأثيره فعال في تطوير بعض الحركات الأساسية على تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- ٢- إجراء بحوث مشابهة على تلاميذ المرحلة الابتدائية ومقارنة نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية.
- ٣- استخدام الأنشطة النفس حركية لأنها تساعد التلاميذ على سرعة التعلم والتفكير مما يزيد من دافعيتهم للتعلم ويساعدهم في تنشيط الذاكرة الحركية.
- ٤- توفير الامكانيات المادية والبشرية لتنفيذ برامج التربية النفس الحركية.
- ٤- اعداد وتأهيل مدرسي التربية الرياضية لاستخدام البرامج النفس حركية داخل دروس التربية الرياضية.

قائمة المراجع

قائمة المراجع العربية:

عز الدين، أبو النجا ، و أحمد ، إبراهيم. (٢٠١٧)، *الحركة والتربية الحركية* ، دار الكتاب الحديث للنشر ، القاهرة.

Abu al-Naja, Ezzedine and Ahmed, Ibrahim. (2017), *Movement and Kinetic Education*, Modern Book Publishing House, Cairo.

أبو عبدة ، حسين . (٢٠٠٦)، *أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية* ، الإشعاع الفنية، الإسكندرية.

Abu Obeida, Hussein. (2006), *Basics teaching motor and physical education, artistic radiation*, Alexandria..

البرجيسي ، علي . (٢٠١٦)، "تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على تنمية بعض المهارات الحركية لمرحلة رياض الأطفال من (٤-٦ سنوات)"، (رسالة ماجستير) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بورسعيد.

Al barbarians, ali. (2016), *"Impact of a proposed motor education program on the development of some motor skills for kindergarten (4-6 years)*, Master's thesis, Faculty of Sports Education, Port Said University.

التكريتي ، وديع . (٢٠١٢م) ، *المرشد في الألعاب الصغيرة لكافة المراحل الدراسية*، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.

Al Cretan, Wadea. (2012), *Guide in small games for all levels of study*, Dar Al Wafa for The World of Printing and Publishing, Alexandria.

الخولي ، أمين و راتب ، أسامة. (٢٠٠٩) ، *التربية الحركية للطفل*، الطبعة الخامسة ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

Al-Kholi, Amin and Rateb, Osama. (2009), (1998), *Child Dynamic Education*, Fifth Edition, Arab Thought House, Cairo.

الروبي ، أحمد. (٢٠٠٠)، "الأهداف التربوية في المجال النفس حركي"، (١٩٩٦م) ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

Al-Ruby, Ahmed. (2000), (1996), *Educational goals in the field of psychodynamic psychology*, Arab Thought House, Cairo.

السكري ، خيرية و مهران ، وسيلة و عبد الرحمن ، فاطمة. (٢٠٠٨م) ، *المهارات الأساسية في التربية البدنية لرياض الأطفال الأسوياء ونوبي الاحتياجات الخاصة* ، دار الوفاء للنشر، الإسكندرية.

Al-Sukkari, Khairia and Mehran, Wassila and Abdul Rahman, Fatima. (2008), *Basic Skills in Physical Education for Kindergartens and People with Special Needs*, Al Wafa Publishing House, Alexandria.

برانتوني ، جوليا . (٢٠١٥)، (٢٠٠١) ، *التربية النفسحركية والبدنية والصحية في رياض الاطفال النظرية والتطبيق* ، ترجمة عبد الفتاح حسن ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

Perantoni, Julia. (2015), (2001), *motor, physical and health education in theoretical and applied kindergartens*, translated by Abdel Fattah Hassan, Arab Thought House, Cairo.

بيناري ، ناعومي. (٢٠٠٨) ، المهارات الحركية المبكرة ، ترجمة د. خالد العامري ، الطبعة الثانية ، دار الفاروق للنشر والتوزيع ، القاهرة.

Pinari, Naomi. (2008), *Early Motor Skills*, translated by Dr. Khaled Al Ameri, Second Edition, Al-Faruq Publishing and Distribution House, Cairo.

جاد ، عادل. (٢٠٠٧) ، "تأثير استخدام الاسلوب المتباين علي مستوى أداء بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في كرة القدم" ، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس.

Gaad. Adel (2007), "The effect of the use of the different method on the performance of some basic skills for beginners in football", Master's thesis, unpublished, Faculty of Sports Education in Port Said, Suez Canal University.

حسانين ، محمد . (٢٠٠٣) ، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، دار الفكر العربي، الطبعة الخامسة ، القاهرة.

Hassanein, Muhammad. (2003), "Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports", Arab Thought House, Fifth Edition, Cairo.

زيد ، ناهد. (٢٠٠٩م) ، مفاهيم في التربية الحركية ، دار الكتب والوثائق ، بغداد.

Zeid, Nahed. (2009), *Concepts in Motor Education*, House of Books and Documents, Baghdad.

زيدان ، عصام. (٢٠١٤م) ، أثر البرامج الحركية والنفس حركية في تنمية بعض النواحي الأكاديمية ، وتعديل السلوك ، مركز كيان للتنمية والاستشارات ، جمعية كيان لذوي الإعاقة ، القاهرة.

Zidane, Essam. (2014), *Impact of motor and self-motor programs in the development of some academic aspects, behavior modification*, Kian Center for Development and Consultancy, Kian Association for People with Disabilities, Cairo.

سليمان ، عبدالرحمن. (٢٠١٤م) ، التدخل المبكر لذوي الاحتياجات الخاصة المفهوم والتطبيقات ، عالم الكتاب للنشر ، القاهرة.

Suleiman, Abdul Rahman. (2014), *Early Intervention for The Concept and Applications*, World book publishing, Cairo.

شلتوت ، نوال و خفاجة ، ميرفت . : (٢٠٠٢م) ، طرق التدريس في التربية الرياضية ، التدريس للتعليم والتعلم ، ج ٢ ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية.

Shaltot, Nawal and Khafaja, Mervat. : (2002), *teaching methods in sports education, teaching for teaching and learning*, C2, Art Radiation Library and Printing Press, Alexandria.

صابر ، أية. (٢٠١٨م) ، "تأثر استخدام اسلوبين للقصة الحركية علي مستوى بعض الحركات الأساسية والمهارات الحياتية لمرحلة رياض الاطفال" ، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بورسعيد.

Saber, aya. (2018), "The use of two kinetic story styles was influenced at the level of some basic movements and life skills for kindergarten", Master's thesis, unpublished, Faculty of Sports Education, Port Said University.

صالح ، أحمد . (١٩٨٨م) ، " نظريات التعلم " ، الطبعة الثالثة عشر ، مكتبة النهضة العربية ، القاهرة.

Saleh, Ahmed. (1988), "*Learning Theories*", 13th Edition, Arab Renaissance Library, Cairo.

عبدالله ، حنين . (٢٠١٦م) ، "برنامج نفس حركي للحد من اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة لدى طفل الروضة" ، (رسالة دكتوراه غير منشورة) ، قسم العلوم النفسية ، كلية التربية للطفولة المبكرة ، جامعة القاهرة.

Abdullah, hanin. (2016), "*Psychoactive Program to Reduce Attention and Hyperactivity Disorder in kindergarten children*", Ph.D., Unpublished, Department of Psychological Sciences, Faculty of Early Childhood Education, Cairo University.

عبدالله ، عصام الدين و أحمد ، إبراهيم . (٢٠١٦م) ، أسس وطبيعة المهارات الحركية ، مركز الكتاب الحديث ، القاهرة.

Abdullah, Isam alddin and Ahmed, Ibrahim. (2016), *Foundation sands and nature of motor skills*, Modern Book Center, Cairo.

عبد ، حبيب . (٢٠١٠م) "تأثير أسلوب التربية الحركية على الإبداع الحركي للأطفال من (٦-٩) سنوات" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .

Abdo, Habib. (2010) "*The Effect of motor education on the motor creativity of children from (6-9) years*", Master's Thesis, Faculty of Sports Education for Boys, Helwan University.

عثمان ، عفاف . (٢٠٠٨م) ، الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية ، دار الوفاء ، الإسكندرية.

Osman, Afaf. (2008), *Modern Trends in Motor Education*, Dar Al Wafa, Alexandria..

عثمان ، عفاف . (٢٠١٣م) ، المهارات الحركية للأطفال ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية.

Osman, Afaf. (2013), *Motor Skills for Children*, Al-Wafa House for The World of Printing and Publishing, Alexandria.

عثمان ، عفاف . (٢٠١٦م) ، الحركة هي مفتاح التعلم ، الطبعة الثانية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية .

Osman, Afaf. (2016), *Movement is the Key to Learning*, Second Edition, Dar Al Wafa Printing and Publishing, Alexandria.

علي ، ياسمين . (٢٠١٤م) ، "تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية باستخدام أسلوب حل المشكلات على بعض مكونات اللياقة الحركية لتلميذات المرحلة الابتدائية" ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين والبنات ببورسعيد ، جامعة بورسعيد .

Ali, Jasmine. (2014), "*The impact of a proposed program of motor education using problem-solving method on some components of motor fitness for primary school girls*", Master's thesis, unpublished, Faculty of Physical Education for Boys and Girls in Port Said, Port Said University.

عمر ، زينب و مفرج ، وفاء . (٢٠١٠م) ، "تطبيقات عملية في طرق تدريس التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

Omar, Zainab and Mufraj, Wafa. (2010), "*Practical Applications in The Teaching Methods of Sports Education*, Arab Thought House, Cairo.

فتحي ، هاني. (٢٠٠٧م) ، " تأثير برنامج تربيته حركيه على الكفاءة الإدراكية الحركية على الأطفال ما قبل المدرسة " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة.

Fathi, Hani. (2007), "Impact of a Motor Education Program on Motor Cognitive Competence on Pre-School Children", Ph.D., Faculty of Physical Education, Mansoura University.

فرحات ، ليلي. (٢٠٠١م) ، القياس والاختبار في التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.

Farhaat, Lily. (2001), Measurement and Testing in Sports Education, Book Publishing Center, Cairo.

محمد ، السيد. (٢٠٠٩م) ، " فاعلية استخدام اسلوب النظم لتعلم سباحة الزحف علي (البطن والظهر) للمبتدئين " ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس.

Muhammad, Elsaid. (2009), "The effectiveness of using the method of systems to learn the tourism of crawling on (abdomen and back) for beginners", PhD, unpublished, Faculty of Physical Education in Port Said, University of the Suez Canal.

محمد ، داليا. (٢٠١١م) ، " فاعلية تطوير العاب تعليمية الكترونية في تنمية التفكير الإبداعي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية النوعية ، جامعة بورسعيد.

Muhammad, Dalia. (2011), "The Effectiveness of the Development of Electronic Learning Games in the Development of Creative Thinking for Primary School Students", Unpublished Master's Thesis, Faculty of Quality Education, Port Said University.

مصطفى ، رنا. (٢٠١٧م) ، " تأثير برنامج تربية حركية على بعض مكونات الادراك الحركي والقدرات الحركية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي " ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بورسعيد ، بورسعيد.

Mustafa, Rana. (2017), "The Impact of a Motor Education Program on Some Components of Motor Cognition and Motor Abilities of Third Grade Primary Students", Master's Thesis, Unpublished, Faculty of Physical Education, Port Said University, Port Said.

هزاع ، وسمية. (٢٠١٦م) ، " تأثير برنامج للتمرينات بأسلوب حل المشكلات على عناصر اللياقة الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٦-٩) سنوات بدولة الكويت " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بورسعيد .

Hazaha, Wasmia. (2016), "The impact of a problem-solving exercise program on the elements of motor fitness for primary school students from (6-9) years in Kuwait", Master's thesis, Faculty of Physical Education, Port Said University.

وهبه ، محمد. (٢٠١٨م) ، التربية النفس حركية للأطفال ذوي الإعاقة الاضطرابات النمائية (ذوي الإعاقة الفكرية ، وذوي التوحد) (بين النظرية والتطبيق) ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة.

Wahba, Muhammad. (2018), Mobility Self-Education for Children with Developmental Disabilities (IntellectualLy Disabled, Autistic) (Between Theory and Practice), Anglo-Egyptian Library, Cairo.

يحيى ، خولة و غيب ، ماجدة. (٢٠١٤م) ، " أنشطة للأطفال العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة " ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان، الأردن.

Yahya, Khawla and Obeid, Magda. (2014), "Activities for Ordinary Children and People with Special Needs", Al-Samar Apublish and Distribution House, Amman, Jordan.

٢- قائمة المراجع الأجنبية:

Case Marie Breslin , (2009) Effect Of visual support on the performance of the test of gross motor development by children with autism spectrum disorder , degree of doctor philosophy the graduate faculty of auburn university .

Michelle Sowa , Ruud Meulenbroek, (2012) Effect of physical exercise on children of the autism spectrum Disorder : A meta –analysis Research in Autism Spectrum Disorder , 6-46-57.

Rae Pica (2012): Moving and learning using Movement Across The Curriculum, Early childhood NEWS.

R.Ferudun Dorak , Lale Yildiz ,Civan Sortullu, (2012), The effects of eight weeks of sports activities on self sufficiency , social skills and som physical fitness parameters in children 9-10 years of age , procedia –Social and Behavioral Sciences 47 (2012) 1286-1291.

Tsimaras Fotiadou , EG , Neofotistou , KH & Giagazoglou VK. J Strength Cond Res : (2017) The Effect of a Psychomotor Education Program on the Static Balance of Children With Intellectual Disability , The Journal of Strength & Conditioning Research: June 2017 - Volume 31 - Issue 6 -.

HürmüzKoç , Ali Tekin and EmreAykora :(2003), Impact of Physical Education Classes on Selected Motor Skills of Children , Middle-East Journal of Scientific Research 11 (3): 386-390.