

تأثير الأنشطة الرياضية الإضافية على القدرات الحركية والإدراك الحركي وبعض الصفات البدنية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

١ د/محمد بيلى ابراهيم بيلى *

المقدمة ومشكلة البحث

يعتبر المجال التربوي من أكثر مجالات الحياة تأثراً بالثورة العلمية التي اجتاحت العالم وأحدثت طفرة كبيرة في العملية التربوية كان من نتائجها ظهور التربية الحديثة وما صاحبها من إتجاهات تربوية متعددة أثرت في إخراج التعليم المدرسي من الصورة التقليديه التي كان عليها إلى إستخدام أساليب جديدة أكثر فاعلية (٢ : ٩)

ويتحدد مستقبل أي مجتمع إلى حد بعيد بالخبرات التربوية التي يكتسبها أطفال هذا الجيل والدول المتقدمه تهتم بدراسة وإستيعاب كل ما هو جديد في عالم التربية وتطبيقه في إعداد الأجيال الناشئه ومن ثم فإن الطفوله هي البداية التي تتميز بالتشكيل والتغيير بفعل التجربة والخبرات ويرى كثير من العلماء أن مرحلة الطفولة لها دور هام في تكوين شخصية الفرد من خلال الخبرات التي يمر بها ويتفاعل معها كما ذكر أمين أنور ومحمود عبد الفتاح نقلا عن "بيترارنولد" (P.Arnold) أن التنشئه الجيدة للطفل تتأسس على المعرفة الشاملة لمختلف العوامل التي يمكن أن تؤثر في هذا الصدد (٤ : ٣٧)

كما أن التقدم العلمي الآن يحتم علينا أن نركز اهتمامنا على العناية بالطفولة حيث تعتبر مرحلتي رياض الأطفال والمرحلة الإبتدائية من أهم المراحل التي تلعب دورا كبيرا ومؤثرا في تعلم الحركة وذلك لأن الحركة هي التي تشكل حياة الطفل كلها وقد تميز وزاد في الوقت الحالي إهتمام بالغ من الآباء والمربين بالعمل على إكساب الأطفال الخبرات الحركية لما وجدوا من تأثير بالغ الأثر لها على النحو المتكامل للطفل (٢ : ٥٩)

والحركة هي وسيلة الطفل في التعرف على البيئة المحيطه به وإكتساب النواحي المعرفية حيث تطورت الى التربيه الحركية وأصبحت أسلوب تربوي بهدف الى التعلم حيث يتم عن طريقها النمو المتكامل والمتوازن أي أن التربيه الحركيه أدت إلى إيجاد عملية توازن بين النموالعقلي والجسمي فيتم الترابط بين اللياقة البدنيه والحركيه والعقلية والوجدانية وذلك عن طريق إستثارة دوافع الطفل لإبراز قدراته ومهاراته (٢ : ٩) ومن هنا رأى الباحث أن مرحلة التعليم الإبتدائي تعتبرالقاعدة الأولى والأساسية لتعلم المهارات الحركيه بإعتبارها مرحلة تكوين وإكتساب ما قد يمارسه الفرد طوال حياته فالمدارس تعتبر حقا خصباً ومناسبا لتقديم صورة مختلفة للأنشطه وتعتبرالتربيه الرياضيه في هذه المرحلة من أهم المواد الدراسيه للطفل لإشباع ما

بداخله من دوافع طبيعية تجاه الحركة ومن هنا رأى الباحث أهمية الدور الذي تلعبه التربية الرياضية في المرحلة الابتدائية ويجب أن نلقي الضوء على كيفية تنمية المهارات الحركية للأطفال وذلك عن طريق تطوير النشاط الرياضي المدرسي وذلك بتنفيذ وتطبيق نشاط رياضي إضافي ممنهج حيث أصبح الآن يطبق في معظم المدارس وأصبح يخصص له يوم محدد ووقت محدد بخلاف منهج التربية الرياضية التقليدي

مشكلة البحث

تهتم سياسة التعليم الآن بجمهورية مصر العربية بمجال التربية الرياضية والرياضة المدرسية فقد أكدت على إعداد الطلاب إعداداً تربوياً يتوافر فيه بناء متكامل من النمو العقلي والنفسي والبدني كما تهدف مناهج التربية الرياضية لمراحل التعليم المختلفة إلى بناء جيل يتمتع بالصحة واللياقة ويمثل النشاط الرياضي الإضافي هنا في البرنامج المدرسي جانبا أساسيا وحيويا في العملية التربوية وتكمن قيمة دراسة تأثير الأنشطة الإضافية على القدرات الحركية وبعض الصفات البدنية أهميه بالغة في الإرتقاء بمهارات الطفل الحركية التي تقيده في عملية التعلم حيث أنها تساعد في نمو الإدراك عند الطفل ومن هنا ظهرت أهميه النشاط الرياضي الإضافي لبرامج ومناهج التربية الرياضية وتدريبها بحيث تجمع أنشطة حركية ومهارية كثيرة ومتعددة تمد الطفل بخبرات حركية وإدراكية تساعده على إشباع حاجاته وتسهم في نمو قدراته الإدراكية حيث إتضح للباحث أثناء حضوره لبعض فاعليات الأنشطة الرياضية المدرسية أن هناك بعض القصور لدى الأطفال في المهارات الحركية والإدراكية وكذلك بعض المشاكل والصعوبات التي تؤثر في العمل المدرسي للطفل لذلك وجب الإهتمام بالأنشطة الرياضية الإضافية لبرنامج التربية الرياضية المدرسي لهذه المرحلة السنية مما لها بالغ الأثر في نمو القدرات الإدراكية الحركية والمهارية وكذلك تحسن في الصفات البدنية للتغلب على المشكلات والصعوبات التي تواجه الطفل في العمل المدرسي

أهداف البحث

- يهدف البحث للتعرف على تأثير الأنشطة الرياضية الإضافية علي تنمية
- أ- القدرات الحركية والإدراك الحركي لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي
- ب- بعض الصفات البدنية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

فروض البحث

- في ضوء أهداف البحث يضع الباحث الفرض التالي
- يؤثر النشاط الرياضي الإضافي تأثيرا إيجابيا على
- أ- القدرات الحركية والإدراك الحركي لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

ب- بعض الصفات البدنية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

مصطلحات البحث :-

الإدراك : هو عملية عقلية تتضمن التأثير على الأعضاء الحسية بمؤثرات معينة ويقوم الفرد بإعطاء تفسير وتحديد لهذه المؤثرات في شكل رموز أو معاني مما يسهل عملية تفاعله مع البيئه التي يعيش فيها (٧ : ٢٠٦)

- الإدراك الحركي : إدارة المعلومات التي تأتي للفرد من خلال الحواس وعملية المعلومات ورد الفعل في ضوء السلوك الحركي الظاهري (٣ : ١٩٩)
- القدرة الإدراكية : هي السرعة والدقة في إدراك تفاصيل الرسوم أو الأشكال وهي الدقة في إدراك أوجه الشبه والإختلاف بين موضوعات العالم الخارجي (١ : ٥٩٨)
- القدرة الحركية : هي الإستعداد الفطري والمستوى الحركي المكتسب للفرد والذي يظهر في الحركات الأساسية مثل الجري والوثب والتسلق (٨ : ١٧٧)
- النشاط الرياضي الإضافي : هي عبارة عن تلك الأنشطة التي يؤديها التلاميذ باختيارهم الحرواحسب قدراتهم المختلفة وميولهم ورغباتهم والتي تختلف من شخص لأخر ويمارسونها بحيث تحقق لهم الرضا المباشر بشرط ان تكون انشطه بناءه (٩ : ٧)

الدراسات السابقة :-

- ١- أجرت نبيله محمد خليفة (١١) ١٩٨٠م دراسه بعنوان " أثر تدريب جمباز الموانع في تنميه القدرات الإدراكية الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية " وكان من أهداف هذه الدراسة وضع برنامج جمباز موانع ومعرفة تأثيره في تنميه القدرات الإدراكية الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية وذلك على عينه قوامها ٦٤ طفلا وطفله من تلاميذ الصف الأول الابتدائي وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما ضابطهو الأخرى تجريبية وقد إستخدمت الباحثه المنهج التجريبي وكان من أهم النتائج أن البرنامج المقترح له تأثير إيجابي في تنميه القدرات الإدراكية الحركية وكذلك البرنامج التجريبي أكثر تأثيرا إيجابيا في نسبه التحسن من البرنامج التقليدي في مستوي القدرات الإدراكية الحركية
- ٢- قامت ايلين وديع فرج (٥) ١٩٨٣م بدراسه بعنوان " تأثير برنامج مقترح في الألعاب لتنميه القدرات الحركية في المرحلة الابتدائية " وكان من أهداف هذه الدراسة وضع برنامج للألعاب ومعرفة تأثيره على القدرات الإدراكية الحركية مقارنة بالبرنامج التقليدي المتبع وذلك على عينه قوامها ٦٠ تلميذا وتلميذة بالصف الثالث الابتدائي باستخدام المنهج التجريبي وكان من أهم النتائج ان البرنامج المقترح

- والبرنامج التقليدي له تأثيرا إيجابيا في تنهيه القدرات الإدراكية الحركية لدى التلاميذ والبرنامج المقترح أكثر فاعلية وتأثيرا من البرنامج الحالي
- ٣- قامت نادية عبد الحميد (١٠) ١٩٨٧م بدراسة بعنوان " تأثير برنامج مقترح للألعاب الشعبية على تنمية القدرات الإدراكية الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية " وكان من أهداف هذه الدراسة وضع برنامج للألعاب الشعبية ومعرفة تأثيره على تنمية القدرات الإدراكية الحركية وذلك على عينه قوامها ٦٠ تلميذا وتلميذة بالصف الثالث الابتدائي وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وكان من أهم النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي في جميع متغيرات البحث وهذا يوضح مدى التأثير الإيجابي للبرنامج المقترح في تنمية القدرات الإدراكية الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية وخاصة المجموعه التجريبية
- ٤- أجرت " تريزا سميث Theresa L . smith " (١٤) ١٩٩٨م دراسة بعنوان " المهارات الحركية والإدراك الذاتي لأطفال الصف الثالث الابتدائي بعد برنامج تربيته بدنيه " وكان من أهم الأهداف وضع برنامج للتدريب البدني القصير ومعرفة تأثير ذلك على الإدراك الذاتي والمهارات الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية وذلك على عينه قوامها ٦٦ طفلا بالصف الثالث الابتدائي تم إختيارهم بالطريقة العشوائية وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وراعت الباحثة تجانس العينه في الجنس والحاله الإجتماعية وكان من أهم النتائج عدم وجود اي إختلافات في الإدراك الذاتي بين مجموعتي البحث تبعا للجنس ولكن هناك تأثيرا إيجابيه للبرنامج المقترح على المجموعه التجريبية بنسبه أفضل من المجموعه الضابطة
- ٥- قام " بروكير ناهان وفرانك فيلاري prueker nahan ,Frank Fillary " (١٣) ١٩٩٩م بدراسه بعنوان " تأثير برنامج مدرسي للأطفال ذوي المشكلات الإدراكية الحركية " وكان من أهم أهداف هذه الدراسه وضع برنامج حركي إدراكي على مجموعه من الأطفال أظهروا مشكلات إدراكيه حركيه وذلك لمدة ٨ أسابيع على عينه قوامها ٨٢ طفلا ما بين ٥ - ٨ سنوات بالطريقه العمديه وقد إستخدم الباحث في هذه الدراسه المنهج التجريبي وقد توصل الباحث لهذه النتائج حيث أثبت البرنامج المدرسي التجريبي المقترح تقدما وتأثيرا إيجابيا في جميع المجالات وهي (وضع الجسم - تقليد الحركه- تناسق حركه اليد والعين - إصابه الهدف - التوازن - الوثب الطويل - القفز) كما دل البرنامج المقترح أيضا أنه يسهل أداء الأطفال الذين يعانون من مشكلات إدراكيه حركيه

إجراءات البحث :-

• منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعه الواحدة بإستخدام القياس القبلي البعدي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث

• مجتمع البحث : قام الباحث بتحديد إدارة أكتوبر التعليميه وإدارة الهرم التعليميه وقام الباحث بإختيار مدرستين من كل إدارة تعليميه كالتالي :

١- مدرسه رابسينج ستار الخاصه للغات إدارة أكتوبر التعليميه

٢- مدرسه ماستر الخاصه للغات إدارة أكتوبر التعليميه

٣- مدرسه فيتشر بايونيرز الخاصه للغات إدارة الهرم التعليميه

٤- مدرسه رويال بيراميدز الخاصه للغات إدارة الهرم التعليميه

وقد حدد الباحث الصف الرابع الإبتدائي والذي يتراوح سنهم من ٩ الى ١٠ سنوات كمجتمع للبحث حيث أن هذا السن هو السن المناسب لتطبيق مقياس الإدراك الحركي لبوردو (مرفق ١)

• عينه البحث: قام الباحث بإختيار عينه البحث وممثله من مجتمع البحث بالطريقة العشوائيه وعددهم (٢٠٠) تلميذ وتلميذة

• تجانس العينه: وقد قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد العينه في الفترة من ٢٠١٧/٩/١٧ إلى ٢٠١٧/٩/٢١ وذلك فى جميع متغيرات البحث (السن - الطول - الوزن - الذكاء - الصفات البدنيه - مقياس الإدراك الحركي لبوردو) وتم قياس الذكاء باستخدام إختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح (مرفق ٢) وتم تحديد الصفات البدنيه وقياس الإدراك الحركي عن طريق السادة الخبراء (مرفق ٣) وذلك عن طريق استمارة إستطلاع رأي الخبراء وقد إتفقوا جميعا على مقياس الإدراك الحركي لبوردو وعلى الصفات البدنيه التاليه:-

١- قوة عضلات البطن

٢- القوة العضليه الثابته (- قوة القبضة اليمنى - قوة القبضة اليسرى - قوة عضلات الظهر - قوة عضلات الرجلين)

٣- السرعة الإنتقاليه

٤- الرشاقه

٥- القوة المميزه بالسرعة (القدرة)

جدول (١) تجانس عينه البحث في متغيرات السن والطول والوزن والذكاء ن = ٢٠٠

م	المتغير	المتوسط الحسابي	انحراف معياري	وسيط	الإلتواء
١	السن بالشهور	١١٢.٨	٥.١١	١١٣	٠.١١٢-
٢	الطول بالسلم	١٢٩.٧	٥.٨٦	١٢٧	١.٤١٣
٣	الوزن بالكجم	٢٨.٦	٤.٢٣	٢٧	١.١٣٥
٤	الذكاء/ بالدرجة	١٢٨.٧	٥.٧٧	١٣٠	٠.٦٦٠-

يتضح من جدول (١) أن معاملات الإلتواء لعينه البحث قد إنحصرت بين (-٠.٦٦٠ ، ١.٤١٣) أي إنحصرت ما بين (-٣ ، +٣) مما يدل على أن عينه البحث تمثل مجتمعاً إعتدالياً متجانساً في هذه المتغيرات

جدول (٢) تجانس عينه البحث في الصفات البدنية ن = ٢٠٠

م	المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الإلتواء
١	القدرة	متر/ثانيه	١٣٠.٣	٥.٩٨	١٣٠	٠.١٩١
٢	السرعة	ثانيه	٦.٦	٠.٤٩	٦.٢	٠.٨٥٧
٣	الرشاقه	ثانيه	١٢.٤	١.٧٩	١٢.٥	٠.٠٥٠-
٤	قوة عضلات البطن	عدد مرات	١٤.٨	٣.٨٦	١٥	٠.١٤٧-
٥	القبضه اليمنى	درجة	١٩.٥	٢.٨١	٢٠	٠.٥٠٢-
٦	القبضه اليسرى	درجة	١٨.٣	٢.٧	١٨	٠.٣٥٦
٧	قوة عضلات الرجلين	درجة	٢١.٩	٣.٧٦	٢٠	١.٥٨٠
٨	قوة عضلات الظهر	درجة	٢٠.١	٣.٠٣	٢٠	٠.١٢٩

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الإلتواء للصفات البدنية لعينه البحث تراوحت بين (-٠.٥٠٢ ، ١.٥٨٠) مما يدل على تجانس عينه البحث في هذه المتغيرات

جدول (٣) تجانس عينه البحث في محاور مقياس الإدراك الحركي لبوردو

م	محاور مقياس الإدراك الحركي لبوردو	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الإلتواء
١	التوازن والقوام	٤.٨٨	٠.٩٩	٥	٠.٣٦٤-
٢	صوره الجسم وتمييزه	٦.٠٥	١.١٧	٦	٠.١٢٨
٣	المزوجة بين الجوانب الإدراكيه والحركيه	٨.٧٣	١.٢٠	٩	٠.٦٧٥-
٤	التحكم البصري	٤.٨٧	١.١١	٥	٠.٣٥١-
٥	إدراك الشكل	٢.٥٤	٠.٧٧	٣	١.٧٩٢-

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الإلتواء لمحاور مقياس بوربدو قد انحصرت ما بين (-٣، +٣) مما يدل على تجانس العينه في تلك المتغيرات

- وسائل جمع البيانات: استخدم الأدوات والوسائل التي تساعد على تحقيق هدف البحث كالتالي :-
- أولاً الأجهزة : جهاز الريستاميتير - ميزان طبي - ديناموميتر القبضه- ديناموميتر ذو السلسله المعدنيه
- شريط قياس - ساعه إيقاف
- ثانياً الإختبارات :

- ١- إختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح ولهذا الإختبار معاملات علميه مرتفعة وطبق علي البيئه الشرقيه في كثير من الأبحاث
- ٢- إختبارات الصفات البدنيه

العدو ٣٠ متر - الجلوس الطويل من الرقود من وضع مد الرجلين - الوثب العريض من الثبات - الإنبطاح المائل من الوقوف ١٠ ث - قوة القبضه اليمنى واليسرى - قوة عضلات الرجلين قوة عضلات الظهر

وقد تم إختيار هذه الإختبارات بناء على آراء السادة الخبراء للأسباب التاليه:

- ١- تتمتع الإختبارات بمعاملات صدق مرتفعه بالنسبه للخصائص والقدرات التي تقيسها
- ٢- تم تطبيقها في البيئه المصريه في بحوث كثيره سابقه
- ٣- مناسبتها للمرحله السنيه لعينه البحث
- ٤- لا يحتاج تطبيقها إلى أدوات معقدة أو صعبه الإستخدام مما يسهل إمكانيه إستخدامها عند التطبيق على عينه البحث
- مقياس الإدراك الحركي لبوردو (مرفق ٤) :

وقد قام بإعداد هذا المقياس كل من نيوييل سي كيفارت newll c.kephart وايجين روش eygne كوسيله للتحديد الكيفي للقدرات الإدراكيه الحركيه للأطفال في المرحله الإبتدائيه وهذا الإختبار فردي وغير محدد بزمن وقد إختار الباحث هذا المقياس للإعتبارات الآتية :

- ١- يناسب الهدف من البحث
- ٢- شامل يقيس كل عناصر القدرات الإدراكيه الحركيه
- ٣- سهوله وبساطه تنفيذه وعدم إحتياجه لأدوات صعب الحصول عليها

٤- يراعي النماذج والأشكال التي يفضلها الأطفال في هذا السن

٥- يتطلب أقل قدر من التريب لتنفيذه

- صدق مقياس الإدراك الحركي لبوردو :

لإيجاد صدق المقياس الحركي لبوردو قام الباحث باستخدام طريقه صدق التمايز عن طريق إيجاد التمايز بينم الصفوف الدراسية الأربعة (الفرقة الأولى والثانية والثالثة والرابعة) وقد إختار الباحث عينه إستطلاعية قوامها ٣٠ تلميذا وتلميذة من كل صف دراسي وقد تم القياس لهذه الصفوف في

الفترة من ٢٠١٧/٩/٢٤ إلى ٢٠١٧/٩/٢٨

جدول (٤) تحليل التباين بين المجموعات الأربعة في مقياس بوردو للإدراك الحركي ن = ١٢٠

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف
بين المجموعات	٣.٧٠٩	٣	١.٢٣٦	*٣.٨٥١
داخل المجموعات	٣٧.٢٣٦	١١٦	٠.٣٢١	
بين المجموعات	٤.٠١٩	٣	١.٣٤٠	*٤.٦٢٠
داخل المجموعات	٣٣.٦٤	١١٦	٠.٢٩٠	
بين المجموعات	٥.٠٨٠	٣	١.٦٩٣	*٤.١٧١
داخل المجموعات	٤٧.٠٩٦	١١٦	٠.٤٠٦	
بين المجموعات	٣.٦٤٠	٣	١.٢١٣	*٤.٣١٨
داخل المجموعات	٣٢.٥٩٦	١١٦	٠.٢٨١	
بين المجموعات	١.٣٣٧	٣	٠.٤٤٦	*٥.٠٠٧
داخل المجموعات	١٠.٣٢٤	١١٦	٠.٠٨٩	

قيمه ف الجدوليه (٢.٦٨) عند مستوى معنويه (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٤) أن قيمه ف المحسوبه أكبر من قيمه ف الجدوليه عند مستوى معنويه

(٠.٠٥) في جميع محاور مقياس الإدراك الحركي لبوردو بين مجموعات الصفوف الدراسيه الأربعة

وهذا يعني التمييز بين المجموعات وهذا يشير إلى صدق المقياس

- ثبات المقياس :

للتعرف على ثبات المقياس قام الباحث بإعادة تطبيق الإختبار على عينه الصف الرابع الإبتدائي

التي إختارها الباحث لإجراء الصدق عليها وذلك بعد تطبيق المقياس بأسبوع أي يوم ٢٠١٧/١٠/١

جدول (٥) معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في مقياس الإدراك الحركي لبوردو ن = ٣٠

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		عناصر المقياس
	ع	م	ع	م	
٠.٨٧	١.١٣	٤.٩٦	١.٠٢	٤.٩٣	التوازن والقوام
٠.٩٢	١.١٨	٦.٢١	١.٢٣	٦.١٧	صورة الجسم وتمييزه
٠.٨٤	١.٢٧	٨.٦٥	١.٢١	٨.٥٧	المزاجه بين الجوانب الإدراكية والحركية
٠.٩٠	١.٢٩	٤.٧١	١.٣٢	٤.٧٦	التحكم البصري
٠.٨٥	٠.٨٩	٤.٦٩	٠.٩١	٢.٧٢	إدراك الشكل

يتضح من جدول (٥) أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للعينه الإستطلاعية في مقياس بوردو قد تراوحت ما بين (٠.٨٤ ، ٠.٩٢) مما يدل على ثبات محاور المقياس

القياسات القبليه :

قام الباحث بإجراء القياسات القبليه على عينه البحث في الفترة من ٢٠١٧/١٠/٢ الى ٢٠١٧/١٠/٥ التطبيق :

قام الباحث بتطبيق وحدات النشاط الإضافي (مرفق ٥) وذلك تبعاً لمنهج التربية الرياضية المطور والمقرر من وزارة التربية والتعليم (مرفق ٦) في الفترة من ٢٠١٧/١٠/٨ حتى ٢٠١٧/١٢/١٧ وذلك بواقع حصتان اسبوعياً وذلك بإختيار يوم محدد مع كل مدرسه لتطبيق النشاط الرياضي الإضافي بجانب الحصص التدريسيه للمنهج المقرر كالتالي

١- مدة تطبيق البرنامج : (١٢) أسبوع بواقع وحدتين نشاط رياضي بكل أسبوع

٢- عدد الوحدات : (٢٤) وحدة

٣- الزمن الكلي للوحدة : (٣٥) دقيقة

زمن أداء كل جزء من أجزاء الوحدة : الجزء التمهيدي (٥) دقائق والجزء الرئيسي (٢٥) دقيقة والجزء الختامي (٥) دقائق

عدد مرات التطبيق بالأسبوع : يوم واحد كل أسبوع بواقع وحدتين نشاط في اليوم

القياسات البعديه :

قام الباحث بإجراء القياسات البعديه بعد الإنتهاء من تطبيق وتنفيذ وحدات النشاط الإضافي وذلك في

الفترة من ٢٠١٧/١٢/١٨ إلى ٢٠١٧/١٢/٢١

المعالجات الإحصائية : قام الباحث بالإستعانة بالأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي
- معامل الإلتواء
- الوسيط
- معامل الارتباط
- الانحراف المعياري
- إختبار (ت)

عرض ومناقشه النتائج :

• عرض النتائج :

جدول(٦) دلالة الفروق بين القياسات القبليه والبعديه لعينه البحث في القدرات الحركيه

لمقياس الإدراك الحركي لبوردو ن = ٢٠٠

قيمه ت	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		عناصر المقياس	محاور المقياس
		ع	م	ع	م		
١٦.٢٩	١.١٤	٠.٨٤	٢.٤١	٠.٥٣	١.٢٧	المشي أماما	التوازن و القوام
١٦.٥٧	١.١٦	٠.٨٠	٢.٣٦	٠.٤٨	١.٢	المشي جانبا	
١٦.٧١	١.١٧	٠.٧٨	٢.٤٣	٠.٥٣	١.٢٦	المشي خلفا	
١٨.١٤	١.٢٧	٠.٨٢	٢.٤٣	٠.٥٠	١.١٦	الوثب	
٢٠.٦٧	١.٢٤	٠.٧٢	٢.٥٢	٠.٥٧	١.٢٨	تمييز أجزاء الجسم	صورة الجسم وتمييزه
١٥.٨٦	١.١١	٠.٨٢	٢.٤٢	٠.٥٢	١.٣١	تقليد الحركه	
١٤.٣٨	١.١٥	٠.٨٣	٢.٤٦	٠.٨٧	١.٣١	الموانع	
١٨.٠٠	١.٢٦	٠.٨٢	٢.٥٠	٠.٥٩	١.٢٤	كروس وبيير	
١٣.٠٠	٠.٩١	٠.٨٣	٢.٠٨	٠.٥٨	١.١٧	زوايا على الأرض	
١٥.٥٧	١.٠٩	٠.٨٢	٢.٣٧	٠.٥٦	١.٢٨	دائرة	المزاوجه بين الجوانب الإدراكيه والحركيه
١٧.٢٩	١.٢١	٠.٧٩	٢.٤٦	٠.٥٢	١.٢٥	دائرتين	
١٦.٤٣	١.١٥	٠.٨٧	٢.٣٨	٠.٥٠	١.٢٣	خط أفقي	
١٦.٤٣	١.١٥	٠.٨٠	٢.٤٠	٠.٥٥	١.٢٥	خط عمودي	
١٤.١٣	١.١٣	٠.٨٥	٢.٣٧	٠.٥٧	١.٢٤	الكتابة الإيقاعية (الإيقاع)	
١٥.٤٣	١.٠٨	٠.٨٢	٢.٣٤	٠.٥٥	١.٢٦	الإنتاج	

١٧.٢٩	١.٢١	٠.٨٣	٢.٤٧	٠.٥٩	١.٢٦	التوجيه	
١٨.٢٩	١.٢٨	٠.٧٥	٢.٥٥	٠.٥٤	١.٢٧	المتابعة البصريه (العينان)	التحكم البعدي
١٦.٥٧	١.١٦	٠.٨٣	٢.٣٧	٠.٤٧	١.٢١	العين اليمنى	
١٧.٥٧	١.٢٣	٠.٨٥	٢.٣٩	٠.٤٨	١.١٦	العين اليسرى	
١٦.٤٣	١.١٥	٠.٨٦	٢.٣٨	٠.٥١	١.٢٣	المتابعة	
١٤.٨٦	١.٠٤	٠.٨٧	٢.٣٥	٠.٥٥	١.٣١	الشكل	إدراك الشكل
١٦.٠٠	١.١٢	٠.٨٤	٢.٣٦	٠.٥١	١.٢٤	التنظيم	

*ت الجدوليه عند (٠.٠٥) = ١.٩٦

يتضح من الجدول السابق وجود فروق داله إحصائيا لصالح القياسات البعديه لعينه البحث حيث جاءت قيم (ت) المحسوبه أكبر من قيمه (ت) الجدوليه عند مستوى معنويه (٠.٠٥) في جميع محاور مقياس القدرات الحركيه الإدراكيه لبورودو

جدول (٧) دلالة الفروق بين القياسات القبليه والبعديه لعينه البحث في الصفات البدنيه

قيمه ت	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		الصفات البدنيه
		ع	م	ع	م	
٧.٤٥	٥.٩٥	٨.٧٥	١٣٥.٩٧	٥.٩٨	١٣٠.٣٨	القدرة
١٧.٧٥	٠.٧١	٠.٣٩	٥.٩٢	٠.٤٩	٦.٦٣	السرعة
٥.٢٨	٠.٩٥	١.٨٧	١١.٥٢	١.٧٩	١٢.٧٤	الرشاقة
١٨.٩	١١.٧٢	٧.٩٢	٢٦.٥٤	٣.٦٨	١٤.٨٢	قوة عضلات البطن
٣٥.٦١	١٩.٢٣	٧.٠٦	٣٨.٧٦	٢.٨١	١٩.٥٣	قوة القبضة لليد اليمنى
٢١.٩	١.٥١	٦.٢٠	٢٨.٨٣	٢.٧٠	١٨.٣٢	قوة القبضة لليد اليسرى
٢٣.٤٨	١٣.٦٢	٧.٢٤	٣٥.٦	٣.٧٦	٢١.٩٨	قوة عضلات الرجلين
١٧.٢٤	٨.٧٩	٦.٥٨	٢٨.٩٢	٣.٠٣	٢٠.١٣	قوة عضلات الظهر

*قيمه ت الجدوليه عند (٠.٠٥) = ١.٩٦

يتضح من جدول (٧) وجود فروق داله إحصائيا لصالح القياسات البعديه لعينه البحث في جميع الصفات البدنيه حيث جاءت قيم (ت) المحسوبه أكبر من قيم (ت) الجدوليه عند مستوى معنويه (٠.٠٥)

• مناقشه النتائج :

في ضوء نتائج البحث التي تم التوصل اليها الباحث وفي حدود عينة البحث والفترة الزمنية التي تم تطبيق البحث فيها يتضح من عرض النتائج لجدول (٦) وجود فروق داله إحصائيا بين القياسات القبليه والبعديه

لصالح القياسات البعديه في مقياس القدرات الحركيه لبوردو ويرى الباحث أن هذه الفروق ترجع إلى تأثير الأنشطة الرياضيه الإضافيه التي تم تطبيقها

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل اليه كل من ايلين وديع (١٩٨٣م) وناديه عبد الحميد (١٩٨٧م) وبروكير ناهان وفرانك فيلاري (١٩٨٦م) وهذا ما يؤكد كل من فوستر فانير في أن الأنشطة الرياضيه التي تحتوى على سلوك حركي تسهم بقدر كبير في تنميه القدرات الحركيه والإدراك الحركي ولقد ثبت أن نشاط القراءة والكتابه والرسم والموسيقي فقط وحرمان الطفل من خبرات الإدراك الحركي والنشاط البدني يعوق تنميه القدرات الإدراكيه الحركيه (١٢ : ٥٤ ، ٥٦ ، ٦٤)

وهذا ما يشير إليه ايضا كل من أحمد عبد الرحمن وفريده إبراهيم (١٩٩٠م) حيث أن القدرات الحركيه في أول مراحل تعلمها تكون عمياء بدون إدراك حيث تحتاج إلى توجيه منظم وموجه من خلال عدة عوامل اهمها النشاط الرياضي الذي يعطي الطفل الفرصه في إخراج طاقاته من الحركه وتساعد على تنميه قدراته الحركيه (٣ : ٤٦،٤٧)

ويوضح جدول (٧) وجود فروق داله إحصائيا بين القياسات القبليه والبعديه لصالح القياسات البعديه في الصفات البدنيه قيد البحث حيث يرجع الباحث هذه الفروق إلى تأثير الأنشطة الرياضيه الإضافيه التي تم تطبيقها بما تحتويه من أنشطة منها الإحماء والتمرينات والإعداد البدني والمهاري حيث هذه الأنشطة لها تأثير فعال وإيجابي على اجهزة الجسم ومنها الجهاز العضلي

وهذا ما يؤكد حامد عبد السلام زهران (١٩٧٧م) إذ انه من المسلم به أن التربيه البدنيه في هذه المرحلة السنيه من أهم المواد والأنشطه المدرسيه نظرا للدافع الطبيعي في الأطفال إلى الحركة وضرورة العمل على تنشيط العضلات وبناء قاعدة سليمة من المهارات بالجسميه (٦ : ٨٠)

وهذا ما ذكره وأكده أسامه كامل، وأمين أنور نقلا عن مورهاوس وميلر أن هناك علاقة بين تنميه المهارات الحركيه والجهاز العضلي والعصبي فتتميه المهارة الحركيه يحسن من السؤعه والدقه وبعض المتغيرات البدنيه وبالتالي يستطيع الجهاز العصبي والعضلي التكيف مع ألوان النشاط المختلفه (٣ : ٢٠٩، ٢١٠،

مما سبق يتضح أن فرض البحث قد تحقق كليا والذي ينص على :

يؤثر النشاط الرياضي الإضافي تأثيرا إيجابيا على

أ- القدرات الحركيه والإدراك الحركي لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

ب- بعض الصفات البدنيه لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

وفي ضوء ما سبق يري الباحث أن استخدام الأنشطة الرياضيه الإضافيه بالمدارس بجانب منهج التربيه الرياضيه يعمل على تنميه القدرات الحركيه والإدراك الحركي وكذلك ينمي ويطور من الصفات البدنيه للأطفال في تلك المرحلة السنيه الهامه

الإستنتاجات والتوصيات :

• الإستنتاجات :

في ضوء أهداف البحث وفروضه وأستنادا إلى المعالجات الإحصائية وتحليل النتائج وفي حدود عينه البحث والإجراءات المستخدمه يمكن للباحث إستخلاص ما يلي :

١- النشاط الرياضي الإضافي له تأثير إيجابي على تنميه القدرات الحركيه بالحلقه الأولى من التعليم الأساسي

٢- بالرغم من أن هناك منهج للتربيه الرياضيه وله برنامج زمني إلا أن النشاط الرياضي الإضافي أدي الى تنميه الصفات البدنيه المختاره لعينه البحث

٣- التدريس المنظم والأنشطه الحركيه المتمثله في النشاط الرياضي الإضافي له دور إيجابي في تنميه الإدراك الحركي للمرحله السنيه بعينه البحث

• التوصيات :

١- الإهتمام بالأنشطه الحركيه التي تساعد في تنميه القدرات الحركيه والإدراك الحركي للأطفال المرحله الإبتدائيه

٢- الإهتمام بالأنشطة التي تساعد على تنميه إدراك الجسم والإتجاهات والقدرة المكانية

٣- إجراء قياسات خاصة بالإدراك الحركي والمهارات الحركيه الأساسية للطفل عند دخوله للمرحله الإبتدائيه

٤- إعطاء الأطفال في المرحله الإبتدائيه فرصه للإستكشاف والإبتكار والتعبير عن أنفسهم من خلال زياده الأنشطة الحركيه

٥- دراسه طبيعه النمو للأطفال في هذه المرحله من كافة جوانبها النفسية والحركيه والإجتماعية

٦- إعطاء دراسات صقل وتدريب للمدرسين الذين يقومون بالتدريس لهذه المرحله السنيه للوقوف على أحدث الأساليب وطرق التدريس والوسائل المعينه للتربيه الحركيه مع توفير الأماكن الفسيحه لإنطلاق الأطفال في لعبهم

قائمة المراجع :

- ١- أحمد زكي صالح ١٩٧٢م : علم النفس التربوي - ط١٠ مكتبة النهضة المصرية
 - ٢- أحمد عبد الرحمن ، فريدة إبراهيم ١٩٩٠م : الأسس العلمية للتربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والمرحلة الإبتدائية - ط١ دار القلم - الكويت
 - ٣- أسامه كامل ، أمين أنور ١٩٨٩م : التربية الحركية - دار الفكر العربي - القاهرة
 - ٤- أمين أنور ، محمود عبد الفتاح : التربية الرياضية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية - ط٢ دار الفكر العربي - القاهرة ١٩٩٠م
 - ٥- إيلين وديع ١٩٨٢م : تأثير برنامج مقترح في الألعاب لتنمية القدرة الحركية في المرحلة الإبتدائية "بحث منشور" المؤتمر العلمي الأول للدراسات والبحوث العربية - كلية التربية الرياضية للبنات - الإسكندرية
 - ٦- حامد عبد السلام زهران ١٩٨٧م : علم النفس النمو "الطفولة والمراهقة" ط٤ - عالم الكتب القاهرة
 - ٧- سيد خير الله ١٩٨٦م : سلوك الإنسان أسسه النظرية والتجريبي - مكتبة الأنجلو - القاهرة
 - ٨- محمد صبحي حسنين ١٩٨٩م : نموذج الكفاية البدنية ط٣- دار الفكر العربي - القاهرة
 - ٩- مرام شوقي عبد الفتاح ٢٠١٣م : تأثير برنامج تروحي رياضي على مستوى الضغوط النفسية لطالبات الثانويه العامه - رساله ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية جامعه السادات
 - ١٠- نادية عبد الحميد ١٩٨٧م : تأثير برنامج مقترح للألعاب الشعبية علي تنمية القدرات الإدراكية الحركية لأطفال المرحلة الإبتدائية - بحث منشور - المؤتمر العلمي الأول للتربية الرياضية والبطولة - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعه حلوان
 - ١١- نبيله محمد خليفة : أثر تدريب جمباز الموانع على تنمية القدرات الإدراكية الحركية لتلاميذ المرحلة الإبتدائية- رسالة دكتوراة - كلية التربية الرياضية للبنات - القاهرة ١٩٨٠م
- 12 – Foster vannier ,and Gallahue :teaching physical education in elementary School, fifth edition, Philadelphia, London, Toronto, 2001

- 13 – Prueker nahan , Frank fillary : effect of school based intervention
Program for children with perceptual –
Motor difficulties – Christchurch 1999
- 14 – Theresa L smith : self-concepts and movement skills of third
Grade children after physical education
Program, New Orleans, la, 1998