

## تأثير جمباز الموانع على خفض مستوى التتمر لتلاميذ المرحلة الابتدائية"

\*م.د/أحمد أمين لطفي متولي علي

### الملخص

التتمر هو سلوكاً مكتسباً من البيئة التي يعيش فيها الفرد ، ويأتي بنتائج وخيمة على جميع الأطراف المشاركين فيه، حيث يمارس طرف قوى (المتتمر) الأذى النفسي والجسمي واللفظي والاجتماعي تجاه فرد أضعف منه في القدرات الجسمية (الضحية أو المتتمر عليه) وتؤكد ذلك هالة إسماعيل(2010م) حيث ترى أن التتمر المدرسي بما يحمله من عدوان تجاه الآخرين سواء كان بصورة جسدية أو لفظية أو نفسية أو اجتماعية أو الكترونية من المشكلات التي لها آثار سلبية على القائم بالتتمر أو على المتتمر عليه (الضحية) أو على البيئة المدرسية بأكملها ،ويهدف البحث إلى تصميم برنامج حركي باستخدام جمباز الموانع والتعرف على تأثيره في خفض مستوى التتمر لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ،واستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة نظرا لملائمته لطبيعة البحث ،واشتمل مجتمع البحث على (155) تلميذ في المرحلة السنية ما بين (10: 11) سنة من مدرسة طه حسين الابتدائية المشتركة بشبين الكوم محافظة المنوفية تم تطبيق مقياس التتمر عليهم منهم (35)تلميذ متتمر تم تقسيمهم إلى (10) تلاميذ لإجراء الدراسات الاستطلاعية و(25) تلميذ لإجراء الدراسة الأساسية ،وتوصل الباحث إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين (القبلي والبعدي) لأفراد عينة البحث في مستوى التتمر لصالح القياس البعدي.

2-أثر البرنامج الحركي المقترح باستخدام جمباز الموانع تأثير ايجابيا في خفض مستوى التتمر لدى اطفال المرحلة السنية من (10:11) سنة.

## **The effect of gymnastics inhibitions on reducing the level of bullying for primary school students**

Bullying is a learned behavior from the environment in which the individual lives, and it brings dire consequences for all parties involved in it, as a strong party (the bully) practices psychological, physical, verbal and social harm towards an individual weaker than him in physical abilities (the victim or the bully) and this is confirmed by Hala Ismail ( 2010 AD) where you see that school bullying, with its aggression towards others, whether it is in a physical, verbal, psychological, social or electronic form, is one of the problems that has negative effects on the bully or the victim (the victim) or on the entire school environment, and the research aims to: Designing a movement program using gymnastics barriers and identifying its effect in reducing the level of bullying among primary school students. The researcher used the experimental method using the experimental design of one experimental group due to its suitability to the nature of the research, and the research community included 155 students in the Sunni stage between (10: 11) years from Taha Hussein Elementary Joint School in Shebin El-Koum, Menoufia Governorate, the bullying scale was applied to them. (35) bullying students were divided into (10) students to conduct exploratory studies and (25) students to conduct the basic study, and the researcher found - that there are statistically significant differences between the two measurements (pre and post) for the members of the research sample at the level of bullying in favor of the post measurement.

### المقدمة ومشكلة البحث.

أن ظاهرة التنمر تعود إلى عقد السبعينيات من القرن الماضي في بعض الدول الأوربية وخاصة الإسكندنافية التي قامت السلطات التعليمية فيها بدراسات استكشافية كثيرة حول ظاهرة التنمر في المدارس على أثر قيام ثلاثة مراقبين بالانتحار بسبب اضطهادهم وترويعهم من بعض رفقاء الدراسة، وفي فترة الثمانينات استحوذ التنمر في المدارس على قدر كبير من الاهتمام في اليابان حيث أظهرت نتائج العديد من الدراسات التي أجريت حول هذه الظاهرة أن ثلث تلاميذ المدارس المتوسطة كانوا ضحية لهذا النوع من العنف ، وبحلول عام (2000م) احتلت هذه الظاهرة درجة عالية من الاهتمام لدى الكثير من الدول كإنجلترا وغيرها من دول أوروبا الغربية وكذلك أمريكا الشمالية وأستراليا ونيوزيلندا وصاحب ذلك إجراء العديد من البحوث والدراسات التي أوصت بإجراء برامج لتدخل للحد من هذه الظاهرة والقضاء عليها. (13: 65)

التنمر هو سلوكاً مكتسباً من البيئة التي يعيش فيها الفرد ، ويأتي بنتائج وخيمة على جميع الأطراف المشاركين فيه، حيث يمارس طرف قوى (المتنمر) الأذى النفسي والجسمي واللفظي والاجتماعي تجاه فرد أضعف منه في القدرات الجسمية (الضحية أو المتنمر عليه) وتؤكد ذلك هالة إسماعيل (2010م) حيث ترى أن التنمر المدرسي بما يحمله من عدوان تجاه الآخرين سواء كان بصورة جسدية أو لفظية أو نفسية أو اجتماعية أو الكترونية من المشكلات التي لها آثار سلبية على القائم بالتنمر أو على المتنمر عليه (الضحية) أو على البيئة المدرسية بأكملها. (11: 531) .

ويعرف منير البعلبكي (2000م) في قاموس المورد أن المستقوي هو المتنمر أو المستأسد على من هم أضعف منه، بينما يعرف قاموس ويبستر كلمة Bullying على أنها الشخص الذي يستأجره الناس لتهديد من هم أضعف منه (8).

م.د/ احمد امين لطفي متولى على

ويعرف التتمر لغوياً بأنه التشبه بالنمر، يقال (نمر نمرًا) كان على شبه من النمر، وهو أنمر وهي نمراء (نمر) فلان أي غضب وساء خلقه، و (وتتمر) لفلان أي تنكر له وتوعده بالإيذاء (2).<sup>1</sup>

ويرى هياث Heath et al (2013م) أن التتمر المدرسي يؤثر على البناء النفسي والاجتماعي للمجتمع المدرسي ، حيث يشعر التلميذ ضحية التتمر بأنه مرفوض وغير مرغوب فيه كما أنه يشعر بالخوف والقلق وعدم الارتياح والانسحاب من الأنشطة المدرسية أو الهروب من المدرسة خوفاً من المتتمر ،وعندما يهاجم أطفال آخرون فإن رد فعلهم الشائع هو البكاء والانسحاب فهم نادراً ما يدافعون عن أنفسهم ويخافون من الذهاب إلى المدرسة باعتبارها مكان غير آمن يضاف إلى ذلك أن المتتمر يعرض نفسه للطرد من المدرسة وقد ينخرط مستقبلاً في أعمال إجرامية خطيرة.(14: 47)

ويُعد التتمر Bullying ظاهرة قديمة موجودة في جميع المجتمعات منذ زمن بعيد لدى أفراد الجنس البشري حيث يمارسونه بأشكال مختلفة وبدرجات متفاوتة وتظهر عندما تتوافر الظروف المناسبة ، وعلى الرغم من أن التتمر موجود في المجتمعات البشرية منذ القدم إلا أن البحث في هذا الموضوع حديثاً نسبياً ، ومن خلال إشراف الباحث على طلاب التدريب الميداني لاحظ تعمد بعض التلاميذ الإحتكاك جسدياً بتلميذاً معين وتعمدهم إلقاء بعض الكلمات التي تسبب الأذى النفسي له كما لاحظ تكرار هذه السلوكيات على العديد من التلاميذ مما دعا الباحث إلى محاولة تفسير هذه الظاهرة من خلال الإطلاع على المراجع والدراسات العلمية والتي أظهرت أن هذه السلوكيات تنطبق على ظاهرة التتمر وباطلاع الباحث على العديد من الدراسات التي تناولت ظاهرة التتمر مثل دراسة نهى الصواف(2020)(10)، محمد سمير(2018م)(5)، دراسة معتز عبد الكريم(2018م)(7) ،دراسة منى عبد العزيز (2018م)(9)، دراسة هانا وآخرون(2018م)(15)، دراسة كونيش(2018م)(16) حيث اعتمدت هذه الدراسات على النظريات العقلية في خفض مستوى التتمر باستخدام المنهج

الوصفي عدا دراستي صفوت على ، ورشا محمد (2019م) (4) التي اعتمدت على برنامج ترويجي باستخدام المنهج التجريبي في مجال التربية الرياضية و دراسة نهى الصواف (2020م) (10) التي استخدمت أحد البرامج الرياضية باستخدام المنهج التجريبي في مجال التربية الرياضية وهما الدراستين الوحيدتين في حدود علم الباحث لاحظا أن هذه الظاهرة تكون في أقصى ذروتها خلال فترة المراهقة المبكرة وتقل وتتلاشي في المرحلة الثانوية وتندعم في المرحلة الجامعية مما دعا الباحث إلى التفكير في تصميم برنامج حركي باستخدام جمباز الموانع والتعرف على تأثيره على خفض مستوى التتمر لتلاميذ المرحلة.

#### - هدف البحث.

يهدف البحث إلى تصميم برنامج حركي باستخدام جمباز الموانع والتعرف على تأثيره في خفض مستوى التتمر لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية.

#### - فرض البحث.

- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين (القبلي والبعدي) لأفراد عينة البحث في مستوى التتمر لصالح القياس البعدي.

#### - الدراسات السابقة.

- قامت نهى الصواف (2020م) (10) بدراسة بعنوان " تأثير برنامج حركي باستخدام العاب القوى للأطفال على خفض مستوى السلوك التمرري لتلاميذ الصف الأول الإعدادي " بهدف التعرف على تأثير برنامج حركي لألعاب القوى بهدف التعرف على تأثير برنامج حركي باستخدام العاب القوى للأطفال على خفض مستوى السلوك التمرري لدي تلاميذ الصف الأول الإعدادي على عينة بلغت (35) تلميذ ، استخدمت المنهج التجريبي وكانت أهم النتائج أن البرنامج الحركي لألعاب القوى أدى إلى خفض السلوك التمرري لدى عينة البحث.

- قام محمد سمير (2018م) (5) بدراسة بعنوان "فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي لفحص سلوك التتمر لدى الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة" بهدف التعرف على فاعلية برنامج عقلائي انفعالي لفحص سلوك التتمر لدى الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة على

عينة بلغت (22) طفلاً وطفلة ،استخدم المنهج التجريبي وكانت أهم النتائج أن البرنامج الإرشادي العقلاني أدى إلى خفض السلوك التتمر لدى عينة البحث.

- قام معتز عبد الكريم(2018م)(7) بدراسة بعنوان "التتمر المدرسي وعلاقته بصورة الجسم لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية" بهدف الكشف عن العلاقة بين التتمر المدرسي وصورة الجسم والفروق بين تلاميذ المدارس وفقا لنوع التعليم (حكومي-خاص) في التتمر المدرسي ، استخدم الباحث المنهج الوصفي ،اشتملت عينة البحث على(702) تلميذ وتلميذه وكانت أهم النتائج وجود فروق بين تلاميذ المدارس وفقا لنوع التعليم في التتمر المدرسي.

- قامت منى عبد العزيز(2018م) (9) بدراسة بعنوان "برنامج تعديل السلوك لخفض حدة التتمر لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية عن طريق برنامج تعديل السلوك، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، اشتملت عينة البحث على(80) تلميذ وتلميذه وكانت أهم النتائج فعالية برنامج تعديل السلوك في خفض حدة التتمر لدى عينة البحث.

- قام صفوت على جمعة، ورشا محمد عبد السلام(2019م) (4) بدراسة بعنوان "تأثير برنامج تروحي خلال درس التربية الرياضية لخفض حدة سلوك التتمر والانتماء الاجتماعي" بهدف التعرف على تأثير برنامج تروحي خلال درس التربية الرياضية لخفض حدة سلوك التتمر والانتماء الاجتماعي، استخدم الباحثان المنهج التجريبي على عينة قوامها(68) تلميذ وكانت أهم النتائج البرنامج التروحي أثر على خفض حدة سلوك التتمر والانتماء الاجتماعي.

- قام هانا وآخرون Hannah et al(2018م)(15) بدراسة بعنوان "تقييم فاعلية برنامج الوقاية من التتمر في المدارس" بهدف التعرف على فاعلية برنامج الوقاية من التتمر في المدارس، استخدم الباحثون المنهج الوصفي، اشتملت عينة البحث على(200) تلميذ وكانت أهم النتائج أن برنامج الوقاية من التتمر قلل من سلوكيات التتمر.

- قام كونيش وآخرون (konishi et al) (2018م) (16) بدراسة بعنوان "التغيرات في التمر وعلاقتها بالأصدقاء والتنافس والقيمة الذاتية" بهدف التعرف على العلاقة بين التمر والعلاقات الاجتماعية، استخدم الباحثون المنهج التجريبي، اشتملت عينة البحث على (220) تلميذ وكان من أهم النتائج أن التغيرات (عدد الأصدقاء- القدرة التنافسية- قيمة الذات) كانت مرتبطة بالتغيرات في سلوك التمر.

- إجراءات البحث.

- منهج البحث.

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة نظرا لملائمته لطبيعة البحث.

- مجتمع وعينة البحث.

اشتمل مجتمع البحث على (150) تلميذ في المرحلة السنية ما بين (10: 11) سنة من مدرسة طه حسين الابتدائية المشتركة بشبين الكوم محافظة المنوفية تم تطبيق مقياس التمر عليهم منهم (35) تلميذ متمر تم تقسيمهم إلى (10) تلاميذ لإجراء الدراسات الاستطلاعية و(25) تلميذ لإجراء الدراسة الأساسية.

- التجانس لأفراد عينة البحث.

### جدول رقم (1)

توصيف مجتمع وعينة البحث ن = 3

المتغيرات	وحدة القياس	س	ع	الالتواء
الطول	سم	148.60	3.416	0.042
السن	سنة	10.54	0.883	0.980
الوزن	كجم	51.86	0.076	0.014
التمر	درجة	106.97	3.982	0.923

م.د/ احمد امين لطفي متولى على

ينضح من جدول رقم(1) أن معامل الالتواء لعينة البحث في المتغيرات العمرية والتتمر قد انحصرت ما بين(3±) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في تلك المتغيرات.

- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.

\* أدوات برنامج جمباز الموانع :

(سلم ، حاجز ، صندوق مقسم ، أطواق ، أقماع ، كوينز ، كرسي ، صولجانات ، مرتبة ، مقعد سويدي ، حبل ، كرات يد وطائرة وقدم ، عصي ، مُهر ، كرة طبية)  
\* جهاز الرستاميتز لقياس الطول والوزن.

- الاستثمارات.

- استمارة تسجيل قياسات الطلاب في متغيرات (السن . الطول . الوزن . التتمر). مرفق رقم (1)

- مقياس السلوك التتمري للأطفال والمراهقين. إعداد مجدي محمد الدسوقي. مرفق رقم (2)  
- تحديد الزمن اللازم للمقياس.

لتحديد الزمن اللازم لتطبيق المقياس قام الباحث باستخدام المعادلة التالية.

الزمن اللازم للاختبار = الزمن الذي استغرقه أول تلميذ + الزمن الذي استغرقه آخر تلميذ

2

وبذلك أمكن تحديد الزمن اللازم لتطبيق المقياس وهو (10 ق) واتفق ذلك مع مصمم المقياس والذي حدد زمن تطبيق المقياس(10ق).

- المعاملات العلمية للمقياس.

- صدق المقياس.

قام الباحث بحساب صدق التمايز بين المجموعتين المميزة (تلاميذ عاديين(10) تلاميذ والغير مميزة عينة الدراسة الاستطلاعية والبالغ عددها(10) تلاميذ والجدول التالي يوضح صدق المقياس.

## جدول رقم (2)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة للعينة  
الاستطلاعية في مقياس التمر قيد البحث

متغيرات المقياس	المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "z"	احتمال الخطأ
التمر النفسي	المميزة	10	6,50	65,00	*3.954	0,00
	غير المميزة	10	17,50	175,00		
التمر اللفظي	المميزة	10	5,50	55,00	*3.653	0,00
	غير المميزة	10	15,50	155,00		
التمر الاجتماعي	المميزة	10	5,50	55,00	*3.318	0,00
	غير المميزة	10	15,50	155,00		
التمر الجسمي	المميزة	10	5,50	55,00	*2.954	0,00
	غير المميزة	10	15,50	155,00		
المجموع الكلي للمقياس	المميزة	10	38,654	386,54	*3.624	0,00
	غير المميزة	10	0,513	5,13		

قيمة "z" الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = (1.96)

يتضح من جدول رقم (2) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في التمر حيث أن قيم " Z " المحسوبة أكبر من قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) مما يشير إلى صدق المقياس وقدرته على التمييز بين المجموعات.

### - ثبات المقياس.

لحساب ثبات المقياس قيد البحث استخدم الباحث طريقة التطبيق وإعادة التطبيق وذلك على عينة قوامها (10) تلاميذ من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية بفارق زمني بين التطبيقين الأول والثاني مدته (7) أيام وقام الباحث بإيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين و جدول (3) يوضح معامل الارتباط بين التطبيقين.

### جدول رقم(3)

دلالة الفروق بين التطبيقين (الأول والثاني) لمقياس السلوك التمرى قيد البحث

ن = 10

قيمة "ر" المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	س	ع	س		
* 0.832	0.921	36.01	0.763	35.96	درجة	التمر النفسي
* 0.824	0.965	30.22	0.712	30.45	درجة	التمر اللفظي
* 0.854	0.931	9.19	0.943	9.05	درجة	التمر الاجتماعي
* 0.895	0.982	9.03	0.905	8.99	درجة	التمر الجسدي
* 0.843	5.035	107.45	4.852	108.09	درجة	السلوك التمرى

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية(0.05) = (0.632)

يتضح من جدول رقم(3) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيقين (الأول والثاني) حيث أن قيمة "ر" المحسوبة أكبر من قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية(0.05) وهو ارتباط عالي مما يدل على ثبات المقياس.

- البرنامج الحركي باستخدام جمباز الموانع للأطفال. مرفق(3)
- قام الباحث بتصميم البرنامج الحركي باستخدام جمباز الموانع.
- هدف البرنامج الحركي.
- يهدف البرنامج إلى خفض مستوى التمر لدى أفراد عينة البحث.
- أسس وضع البرنامج الحركي.
- راعى الباحث عند وضع البرنامج الحركي لأفراد عينة البحث من الأسس التالية: -
- أن يتناسب محتوى البرنامج مع أهدافه.
- أن يكون البرنامج في مستوي قدرات أفراد عينة البحث.
- مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ من حيث طريقة التقديم وأسلوب العرض للمهارات.
- مراعاة توفير المكان والإمكانيات المناسبة لتنفيذ البرنامج مع الاهتمام بعوامل الأمان.
- مراعاة مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب.
- مراعاة أن يحقق الشعور بالتشويق والسرور.

- أن تثير محتويات البرنامج قدرات أفراد عينة البحث بما يسمح باستثارة دافعيتهم لتحقيق العائد التعليمي والسلوكي.
- أن يتميز البرنامج بالبساطة والتنوع.
- الدراسات الاستطلاعية.
- الدراسة الاستطلاعية الأولى.
- تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى يوم الثلاثاء الموافق 2021/2/23م وذلك لإجراء المعاملات العلمية للمقياس (الصدق) قيد البحث.
- الدراسة الاستطلاعية الثانية.
- تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية يوم الثلاثاء الموافق 2021/3/2م وذلك لإجراء المعاملات العلمية (الثبات) للمقياس قيد البحث.
- القياس القبلي.
- قام الباحث بإجراء القياس القبلي يوم الأربعاء الموافق 2021/3/3م للتمتع لأفراد عينة البحث.
- تطبيق البرنامج قيد البحث.
- قام الباحث بتطبيق البرنامج المقترح في الفترة من يوم الاحد 2021/ 3/6م إلى يوم الاحد الموافق 2021/5 /2.

#### جدول رقم(4)

#### توزيع وحدات البرنامج المقترح

عدد شهور البرنامج	عدد أسابيع البرنامج	عدد الوحدات في البرنامج	عدد الوحدات في الأسبوع	زمن الوحدة
شهرين	8 أسابيع	24 وحدة	3 وحدة	45 ق

م.د/ احمد امين لطفي متولى على

- القياس البعدي .

تم إجراء القياس البعدي يوم الاثنين الموافق 2021 /5/3 م للتتمر لأفراد عينة البحث.

- المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث.

- المتوسط الحسابي. - الانحراف المعياري. - معامل الالتواء. - معامل ارتباط بيرسون. - معادلة ويليكسون لحاسب قيمة "Z".

- عرض ومناقشة النتائج.

- عرض النتائج.

### جدول رقم(5)

دلالة الفروق بين القياسين (القبلي والبعدي) لأفراد عينة

البحث في مستوى التتمر ن = 25

المتغير	الاتجاه	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	"z"	احتمال الخطأ
التتمر النفسي	-	25	13,00	325,00	*3.432	0,00
	+	0,00	0,00	0,00		
التتمر اللفظي	-	25	13,00	325,00	*3.904	0,00
	+	0,00	0,00	0,00		
التتمر الاجتماعي	-	25	13,00	325,00	*3.354	0,00
	+	0,00	0,00	0,00		
التتمر الجسمي	-	25	13,00	325,00	*3.142	0,00
	+	0,00	0,00	0,00		
المجموع الكلي للمقياس	-	25	38,00	950,00	*3.562	0,00
	+	0,00	0,00	0,00		

قيمة (z) الجدولية عند مستوى معنوية (0,05) = (1,96)

يتضح من جدول رقم(5) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين (القبلي والبعدى) لأفراد عينة البحث في مستوى التمر لصالح القياس البعدى حيث أن قيمة "Z" المحسوبة أكبر من قيمة "Z" الجدولية.

### جدول رقم (6)

نسبة التحسن بين متوسطي القياسين (القبلي والبعدى) لأفراد

عينة البحث في مستوى السلوك التمرى ن = 25

نسبة التحسن	بعدى		قبلي		المتغير
	ع	س	ع	س	
72.71 %	0.832	9.85	0.828	36.10	التمر النفسى
72.08 %	0.925	8.32	0.943	29.80	التمر اللفظى
72.99 %	0.257	6.05	2.075	22.40	التمر الاجتماعى
72.80 %	0.954	5.25	0.871	19.30	التمر الجسمى
72.47 %	2.493	29.14	3.812	105.83	السلوك التمرى

يتضح من جدول رقم(6) المتوسط الحسابى والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين

للقياسين (القبلي والبعدى) ونسبة التحسن في مستوى التمر لأفراد عينة البحث.

### - مناقشة النتائج.

يتضح من جدول رقم(5) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين (القبلي والبعدى)

لأفراد عينة البحث في التمر النفسى والتمر اللفظى والتمر الاجتماعى والتمر الجسمى ومستوى التمر للمقياس ككل لصالح القياس البعدى حيث أن قيمة "Z" المحسوبة أكبر من قيمة "Z" الجدولية.

م.د/ احمد امين لطفي متولى على

كما يتضح من جدول رقم(6) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين للقياسين (القبلي والبعدي) ونسبة التحسن في التتمر النفسي والتتمر اللفظي والتتمر الاجتماعي والتتمر الجسمي ومستوى التتمر للمقياس ككل لأفراد عينة البحث حيث بلغت نسبة التحسن في التتمر النفسي (72.71%) كما بلغت في التتمر اللفظي (72.08%) والتتمر الاجتماعي (72.99%) والتتمر الجسمي (72.80%) وللمقياس ككل بلغت (72.47%).

ويُرجع الباحث هذا الفرق إلى البرنامج الحركي المقترح لجمباز الموانع والخاص بالمرحلة السنية قيد البحث حيث يتميز بجاذبيته للتلاميذ بما يحتويه من أداءات متنوعة ومشوقة تعتمد على اداءات بدنية وحركية ومهارية متتالية تعمل على تفاعل التلاميذ مع بعضهم البعض وتشجيع بعضهم وكذلك مع المعلم والمساعدين ويظهر هذا في جدول (6) كما يتم من خلالها إدخال روح المغامرة في جو من التفائنية والاستمتاع عن طريق تجريب أشكال متنوعة للأداءات البدنية والمهارية والحركية مما يخلق مُناخ صحي بين التلاميذ ويؤثر ايجابيا في حالتهم النفسية مما يساهم في خفض مستوى التتمر النفسي ويظهر ذلك في جدول (6) و تعمل تشكيلات جمباز الموانع على تنشيط عدد كبير من التلاميذ وارتباط نجاحهم في الاداء بالعمل الجماعي فيما بينهم مما يدعوهم لعدم انتقاد بعضهم بل بالعكس يتبادلون التشجيع ودعم بعضهم البعض مما يساهم في خفض مستوى التتمر اللفظي كما ظهر لك في نتيجة جدول (6) كما اشتمل البرنامج على أداءات حركية و مهارية متميزة من حيث الهدف لكل نشاط من الأنشطة الرياضية للتلاميذ فمنها المسابقات التي ساعدت على التقليل من الحركة الزائدة الغير هادفة وجعلها حركات هادفة وموجهة لتحقيق هدف معين يركز التلميذ عليها لتحقيقها كالوثب العريض لتحقيق مسافة كبيره أو رمي الكرات على هدف معين أو المرونة بتمرير طوق من أسفل الجسم مما ساهم في خفض مستوى التتمر الجسمي .

وتشكيلات جمباز الموانع مُصممة بحيث تعمل على تحسين جميع عناصر اللياقة البدنية بشكل متزن مثل تدريب السلم حيث أنه أحد التدريبات الهامة لتنمية سرعة الأداء

وسرعة تردد الرجلين وكذلك مجموعة الأداءات التي ساهمت في تنميه عنصر الرشاقة مثل وثب المربعات المتقاطعة إلى جانب الأداءات التي ساهمت في تنمية عنصر التوافق مثل وثب الحبل إلى جانب أداءات الرمي التي ساهمت بشكل فعال في تنميه عنصر القوة المميزة بالسرعة للزرعيين وأداءات الوثب التي ساهمت في تنمية عنصر القوة المميزة بالسرعة للرجلين وكذلك أداءات وثب القرفصاء للأمام والزحف تحت صندوق مقسم التي ساهمت في تنمية عنصر التحمل مما يعكس بالإيجاب على التلميذ الذي يعاني من التئمر في توجيه نشاطه البدني إلى حركات هادفة وغير موجهة للإلحاق الأذى بزملائه.

ويتفق ذلك مع ما ذكرته نهى الصواف (2020م) بأن الأنشطة والممارسة الرياضية توفر تنافس جماعي مثير وبشكل متدرج للأطفال مما يتيح فرصه التعلم التدريجي ومواجهة الضغوط التنافسية التي تناسب هذه المرحلة وتشجيع الأطفال على القيام بدور المنظمين والمسؤولين مما ينتج الفرصة لتوجيه قدراتهم الانفعالية والإدراكية (10: 27).

إن المواقف الناتجة عن ممارسة الأنشطة الرياضية تساهم في تنمية المهارات الاجتماعية وتزيد من إحساس الفرد بذاته (6: 17)

والطفل يُفضل الاندماج مع جماعات الأصدقاء ونتيجة لاشتراكه في الأنشطة الرياضية فإن القيم الاجتماعية تأخذ في الظهور عنده فيبدأ في احترام القانون واحترام حقوق الغير (1: 35).

ولما كانت العملية التربوية تستهدف شخصية التلاميذ من جميع النواحي(البدنية-العقلية- الخلقية) فإن التربية الرياضية تسهم في نمو هذه الشخصية نمواً متزاناً شاملاً ولاسيما النشاط الرياضي الذي يمثل حجر الزاوية في التربية الرياضية حيث يتسم بالطابع التعليمي والتربوي فمن خلاله يكتسب التلميذ المهارات والمعارف والاتجاهات والميول كذلك فإن من أهداف النشاط الرياضي هو رعاية النمو النفسي للتلاميذ بالتوجيه السليم لإبراز الطاقات الخلاقة وتعديل بعض السلوكيات الغير مرغوبة وإكساب خبرات تعليمية واجتماعية تساعد التلاميذ للتوائم مع المجتمع.(3: 65)

م.د/ احمد امين لطفي متولى على

---

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج كل من "نهي الصواف (2020)"، "صفوت على ، ورشا محمد (2019)"  
وبذلك يتحقق فرض البحث والذي ينص على " وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين (القبلي والبعدي) لأفراد عينة البحث في مستوى التمر لصالح القياس البعدي".

#### - الاستنتاجات.

- 1-وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين (القبلي والبعدي) لأفراد عينة البحث في مستوى التمر لصالح القياس البعدي.
- 2-أثر البرنامج الحركي المقترح باستخدام جمباز الموانع تأثير ايجابيا في خفض مستوى التمر لدى اطفال المرحلة السنية من (10:11) سنة.

#### - التوصيات.

- تنفيذ برنامج جمباز الموانع بمراحله السنية المختلفة على الاطفال للحد من انتشار سلوك التمر بين الاطفال.
- تنفيذ برنامج جمباز الموانع للأطفال للمساعدة على توجيه سلوكيات الاطفال.
- إعداد معلمي التربية الرياضية وتدريبهم على الاهتمام ببرنامج جمباز الموانع للأطفال لما له من عظيم الأثر من النواحي البدنية والنفسية عليهم.
- الاهتمام بالأنشطة الرياضية بوجه عام للتلاميذ الذي يعانون من التمر.

## المراجع.

- 1-إلين وديع (2003م) "خبرات في الألعاب للصغار والكبار" ط2، منشأة المعارف، الاسكندرية.
- 2-المعجم الوجيز(2001م) " معجم اللغة العربية " القاهرة، الهيئة المصرية العامة لشئون المطابع الأميرية.
- 3-زينب عمر، وفاء مفرج(2008م) تطبيقات عملية في طرق تدريس التربية الرياضية "دار الفكر العربي، القاهرة.
- 4-صفوت على جمعة، ورشا محمد عبد السلام(2019) "تأثير برنامج تروحي خلال درس التربية الرياضية لخفض حدة سلوك التنمر والانتماء الاجتماعي" مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد 48.
- 5-محمد سمير (2018م) "فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي لفحص سلوك التنمر لدى الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية رياض الأطفال، جامعة المنصورة.
- 6-محمود عوض الله وآخرون(2003م)"صعوبات التعلم، التشخيص والعلاج" دار الفكر، عمان.
- 7-معتز عبد الكريم(2018م) "التنمر المدرسي وعلاقته بصورة الجسم لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة حلوان.
- 8-منير البعلبكي (2000م) "المورد (قاموس انجليزي -عربي) ط 34، بيروت، دار العلم للملايين

م.د/ احمد امين لطفي متولى على

- 9-منى عبد العزيز(2018م) "برنامج تعديل السلوك لخفض حدة التنمر لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية " رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- 10- نهى محمود محمد الصواف (2020م) " تأثير برنامج حركي باستخدام العاب القوى للأطفال على خفض مستوى السلوك التنمري لتلاميذ الصف الأول الإعدادي" المجلة
- 11-هالة خيرى سنارى إسماعيل(2010م)" فعالية العلاج بالقراءة في خفض التنمر المدرسي لدى الأطفال" المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 20، العدد 66.
- 12-وائل رمضان، تامر عويس الجبالي(2009) "فعالية مشروع العاب القوى للأطفال على بعض القدرات الحركية والتوافقية للمرحلة العمرية من 10 - 12 سنه" المؤتمر العلمي الدولي الثالث نحو رؤية مستقبلية لثقافته بدنيه شامله) مجلد البحوث - الجزء الثاني.
- 13-D,cruz,p.(2015)depersonalized bullying at work: from evidence to conceptualization .new dehi; springer.
- 14-Heath,M.A.dychesm T.T,pratermM.A(2013) CLASSROOM BULLYING prevention per-k-4th grade children's books ,lesson plants ,and activities ,santa Barbara ,California; linworth.
- 15- Hannah et al(2018)" Evaluating the effectiveness of school-bullying prevention programs; an updated meta-analytical review aggression and violent behavior.
- 16- Konishi et al(2018) Changes in bullying in relation to friends, competitiveness, and self-worth.canadian journal of school psychology.

