



كلية التربية للطفولة المبكرة
إدارة البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية)

=====

أثر برنامج أنشطة حركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والإبتكار الحركي لطفل الروضة

إعداد

أ.د/ كامل عبدالمجيد قنصوه

أستاذ المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية
ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون خدمة وتنمية البيئة الاسبق
جامعة اسيوط

أ.د/ ريهام رفعت الميلجي

أستاذة مناهج الطفل بقسم العلوم التربوية
وعميد كلية التربية للطفولة المبكرة
جامعة اسيوط

أ./ زينب عباس عبدالمصنف عبدالرحيم

معلم اول رياض أطفال بروضة السلام بمنقباد
ضمن متطلبات الحصول علي درجة دكتوراه الفلسفة في التربية
تخصص (تربية حركية)

{العدد الحادى والعشرون - الجزء الثالث- أبريل ٢٠٢٢م}

مستخلص البحث

عنوان البحث: أثر برنامج أنشطة حركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والابتكار الحركي لطفل الروضة.

جهة البحث: جامعة اسيوط- كلية التربية للطفولة المبكرة.

يهدف البحث الي تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لدي طفل الروضة في ضوء برنامج أنشطة حركية وأنشطة ابتكار حركي واقتصرت مجموعة هذا البحث علي مجموعة مكونة من (٤٠) طفلا وطفلة من أطفال المستوي الثاني من الروضة التابعة لوزارة التربية والتعليم بروضة مدرسة السلام للتعليم الاساسي التابعة لادارة أسيوط التعليمية في الفصل الدراسي الاول من العام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١م، وتضمنت ادوات ومواد البحث برنامج أنشطة حركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة، قائمة ببعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة، بطاقة ملاحظة عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة، اختبارات عناصر اللياقة البدنية المقترحة لطفل الروضة، اختبار الابتكار الحركي للاطفال (شعبان حلمي)، اختبار بريونكس للبراعة الحركية للاطفال (طارق فاروق).

نتائج البحث: توصل الي وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسط درجات مجموعة البحث في عناصر اللياقة البدنية المحسوب في التطبيق القبلي والبعدى لصالح التطبيق البعدى، مما يدل علي فاعلية البرنامج المقترح .

الكلمات المفتاحية:

البرنامج-أنشطة حركية-اللياقة البدنية-الابتكار حركي-طفل الروضة.

Kinetic –Activities-Based Program for Developing Some Fitness Aspects and Assessing Its Effect on Kinetic Innovation

Abstract

Objective of the research:

The objective lies in developing some fitness aspects of kindergarten child in the light of a kinetic-activities-based program and kinetic-innovation-based activities.

Participants:

The participants of the current study were 40 male and female second-grade kindergarten children in a nursery affiliated to the Ministry of Education—namely, the Nursery of Alsalam School for Basic Education, Assiut Education Directorate, during the first semester of the 2020-2021 academic year.

Instruments:

The following instruments were developed for the research purposes:

- 1- Children's intelligence test (by IglalSerry)
- 2- A scale of some fitness aspects of kindergarten child
- 3- An observation sheet on some fitness aspects of kindergarten child
- 4- Tests on the fitness aspects proposed for the kindergarten child
- 5- kinetic innovation test of kindergarten child (by ShabaanHelmy)
- 6- BrioNenux test on the motor proficiency of children (by Tarek Farouk)
- 7- A training program for developing some fitness aspects of kindergarten child

Results:

The current study showed that there were statistically significant differences between the mean scores of the research sample (participants) in the fitness aspects in the pre-post measurements in favor of the post-measurement, thus indicating the effectiveness of the proposed program.

مقدمة البحث:

تعد الطفولة مقياس حقيقي علي تطور المجتمعات فكلما كان الأهتمام بالطفل في صغره اهتماما شاملا لجميع جوانب حياته كلما أصبح طفلاً سوياً متوازناً في جميع جوانب شخصيته وبالتالي يؤثر ذلك عليه في المراحل الأخرى من حياته سواء كان عقلياً أو وجدانياً أو انفعالياً أو إجتماعياً أوحركياً أو جسديا لاسيما الجانب الحركي. فالاهتمام بالجانب الحركي للطفل يؤثر علي نمو وتطور جوانب أخرى تزيد من تفاعل الطفل بشكل سليم وتكسبه العديد من المهارات المختلفة، ومن هذه المهارات الهامة التي يجب تنميتها لدي الطفل عناصر اللياقة البدنية .

فمرحلة الطفولة المبكرة تعد فترة مهمة لتطوير المهارات الحركية لدي الطفل وتنمية السلوك الحركي الإيجابي لديه خلال هذه المرحلة، ويرتبط التطور الحركي للطفل ارتباطاً وثيقاً بكلاً من تطوره المعرفي والوجداني والاجتماعي. أثناء هذه المرحلة الحاسمة من حياة الطفل تبدأ المهارات الحركية الأساسية بالتطور التدريجي. فالطفل يمتلك كل الأنواع الأساسية للمهارات الحركية فيستطيع المشي والتسلق والركض والوثب والرمي واللقف وغيرها ويقوم بكل هذه المهارات الحركية الأساسية بدرجة من التوافق لاتحتاج إلا القليل من الصقل والاتقان. (عبدالله، ٢٠١٠، ص ١٦٠)

ويذكر "هزاع محمد" أن الأطفال يغلب عليهم حب النشاط البدني او الحركة، إلا أن بعض منهم قد لا يحصل علي ما يحتاجه من من أنشطة حركية ضرورية لصحتهم ونموهم ويقضون كل وقتهم اليومي في أنشطة غير حركية، مثل مشاهدة التلفزيون، أو اللعب بالعباب الفيديو والكمبيوتر. وعلي الرغم من أن هذه الألعاب غير الحركية قد تنمي لديهم الاكتشاف والخيال، إلا إنها بالتأكيد لا تطور المهارات الحركية ولا تنمي لياقتهم البدنية (الهزاع، ٢٠٠٤، ص ٤)

ويعد النشاط البدني أو (الحركي) عنصر مهم من العناصر المعززة لصحة الطفل ونموه في مرحلة الطفولة المبكرة، فالأنشطة الحركية توفر فرص ثمينة للطفل يتمكن من خلالها من التعبير عن نفسه، ومن اكتشاف قدراته، بل وتحديدها أحياناً، كما أن الأنشطة

الحركية توفر أيضاً الإحتكاك بالأخرين والتفاعل معهم، كما تقود التجارب والخبرات الحركية التي يمر بها الطفل في هذه المرحلة إلى مساعدته علي الشعور بالنجاح والاستمتاع بالمشاركة والثقة بالنفس (الهزاع، ٢٠٠٤، ص ٣)

وتذكر المشرفي (٢٠٠٩، ص ٣٧) أن تبني نمطاً حياتياً يتسم بالنشاط البدني في المراحل المبكرة من العمر يزيد من احتمالات تعلم الأطفال كيفية الحركة بمهارة، وسوف يساعد في تنمية وتشجيع التمتع بالحركة واكتساب الثقة والكفاءة في المهارات الحركية في سن مبكرة، علي ضمان تطور النمو بطريقة صحية .

وقد أشارت العديد من الدراسات والبحوث منها (Romanova,2002)، فوزي، محمد (٢٠٠٣)، سلامه (٢٠٠٦)، درويش، محمد (٢٠٠٨)، محمد، علي (٢٠١٠)، (عبدالله، ٢٠١٠)، إلياس، مرتضي (٢٠١٢)، الشمري، الزغبى (٢٠١٤)، عبدالرحمن (٢٠١٤)، محمد (٢٠١٥) الي أهمية استخدام الأنشطة الحركية في مناهج رياض الأطفال كوسيلة تعليمية وكطريقة لتدريس المحتوى التعليمي، وقد أثبتت هذه الدراسات نجاح الأنشطة الحركية تربوياً وتعليمياً وحركياً خاصة مع الأطفال في مرحلة الروضة.

ومن أهم الأهداف العامة التي تعمل الأنشطة الحركية علي تحقيقها هي اللياقة البدنية والمحافظة عليها والارتقاء بها فبقدر ممارسة الأنشطة في التربية الحركية تكون اللياقة البدنية ارتفاعاً وهبوطاً، واللياقة البدنية هدفاً رئيساً للتربية الحركية والتي تتكون من مكونات القوة والسرعة والمرونة والرشاقة والتحمل والتوازن والتوافق وتعتبر شرطاً أساسياً لصحة البدن ولياقة الجسم، فبقدر ما يملك الطفل من اللياقة البدنية والتي تعتمد علي المكونات السابقة يكون مستوي لياقته البدنية والصحية واستمتاعه باوقات فراغه مرتفعاً، وبذلك يمكن أن يحقق من خلال الأداء ذاته وكيانه وحتى يصبح عضواً نافعاً في مجتمعه. (محمد، ٢٠١٥، ص ١٤٨)

وأشار (Oppewel el at 2015) إلي أهمية الأنشطة الحركية في تنمية اللياقة البدنية والتي تعد منبئاً لانخفاض القدرة علي أداء أنشطة مفيدة للحياة اليومية لدي الأطفال ذوي الإعاقات العقلية، وأن هذه الأنشطة لها تأثيرات عديدة علي هؤلاء الأطفال

متمثلة في (البراعة اليدوية، التوازن، وسرعة المشي، التحمل العضلي، واللياقة التنفسية (تنبئ بصورة كبيرة بالقدرة علي أداء أنشطة مفيدة للحياة اليومية

ويعتبر ارتفاع مستوى اللياقة البدنية والحركية والصحة العامة أحد المؤشرات الهامة التي تحدد مستوى التقدم الحضاري للمجتمعات الحديثة حيث يعتبر ذلك غاية تسعى إليها المجتمعات المتقدمة، فهو المقياس المناسب الذي يمكن عن طريقه أن نتعرف علي مدي صحة وسلامة الفرد واستمتاعه باوقات فراغه، وحتى يصبح عضواً نافعاً في مجتمعه.(محمد، ٢٠١٥، ص ١٤٧)

فتعلم اللياقة البدنية واكتسابها بشكل صحيح يجعل الطفل يصل إلي مستوى أعلى من المهارات الحركية الاساسية التي تعطيه ثقة في نفسه وفي جسمه وفيما حوله من أشياء، كما تمنح اللياقة البدنية الطفل الذي لديه بعض القصور في المهارات الحركية الاساسية علي تنمية جوانب النقص لديه وتطورها بشكل افضل. لذلك من الضروري علينا كمربين الاهتمام بهذا الجانب في حياة اطفالنا.

والهدف من تنمية الصفات البدنية هو الوصول بالطفل الي القدر المناسب في المهارة الحركية كي تساعد علي رفع مستوى اللياقة البدنية والمهارات الحركية الاساسية.(السكري،مهران،عبدالرحمن، ٢٠٠٥، ص ٥٧)

ومن المؤكد ان الصحة العامة للأفراد كثيراً ما تتأثر بمستوي اللياقة البدنية، وعليه أصبحت المجتمعات علي قناعة كبيرة بأهمية وضرورة الإهتمام بأنشطة وبرامج اللياقة البدنية المختلفة من أجل المحافظة علي الوصول إلي حياة صحية وآمنة.(العلاونه، ابو زامع، ٢٠١٣، ص ٢)

كما يذكر "linden" أن برامج الأنشطة الحركية تساعد الأطفال علي مراقبة أنفسهم وتنظيمها، كما تساعدهم علي تعلم نماذج وأشكال حركية أكثر فعالية ورشاقة (Linden,2002,1).

ومما لا شك أن مجال الأنشطة الحركية بتنوعها واختلافها يمثل مدخلاً جديداً في التربية الحديثة التي تستطيع المعلمة من خلالها تعديل سلوك الطفل وإكسابه الكثير من

المفاهيم والمهارات التي تساعد الطفل علي تطور شخصيته بطريقة صحيحة؛ فهي أنشطة ممتعة بالنسبة للطفل يجب المشاركة فيها ليخرج مالمديه من ضغوط وقدرات كامنة صحيحة، لذلك تري الباحثة اهمية الانشطة الحركية في اكساب الطفل اللياقة البدنية اللازمة لصحته وتطوره الحركي المهاري.

ويشير العطار(٢٠٠٣،ص ١٨٧) علي ان الطفل من خلال الحركة ينمي ملاحظاته ومفاهيمه وقدراته الابداعية وادراكه للابعد والاتجاهات كالاحساس بالتوازن والمكان والزمان، ويكتسب المعرفة بكل مستوياتها فيتعود علي السلوك المنطقي وحل المشكلات واصدار احكام تقويمية.

كما أن الفترة التي يجب الكشف فيها عن الإبتكار والإبداع لدي الطفل في المراحل العمرية المبكرة ويتحقق ذلك إذا مكناه من الحركة والاستكشاف وأعطيناه حرية التجريب والممارسة وخففنا من وطأة الاحباطات المتكررة التي يتعرض لها بين الحين والآخر واستثناه بالمشيرات المتعددة التي تحدد قدراته وتدفعه الي التفكير والإبتكار.(مصلح، ٢٠٠٩،ص ١١٩)

والطفل يكتسب العلاقة الحركية ويفهم الكثير عن نفسه وعن بيئته والحركة تدفع الاطفال للإبداع والابتكار.(طلبة،٢٠٠٨،ص ١٤٧)

وتشير منسي، المنير (٢٠١١، ٤٩) ان الاطفال في مرحلة رياض الاطفال يتمتعون بالابتكار فهو يمثل قيمة بالنسبة لهم في هذه السن؛لانه يجعل لعبهم اكثر متعة، ويجعلهم اكثر سعادة ورضا، مما يؤدي لتوافقهم بصورة افضل . وهذا ما توصلت اليه نتائج دراسة (pagona,B.&Costa,M.,2008) علي أهمية الإبتكار الحركي لدي الطفل في مرحلة مبكرة. ولذلك اتجهت ايضا بعض الدراسات الاجنبية إلي تنمية التفكير الإبتكاري لدي أطفال ما قبل المدرسة مثل دراسة (Wang,J.,2003)، (Fessakis,G. et al, 2012)

وتري الباحثة ان الاهتمام بالجانب الابتكاري للطفل يعتبر غاية تسعى اليها المجتمعات ولا غني عنها فبدون الابتكار في حياتنا لما اصبحنا قادرين علي مواجهة

التحديات المعاصرة لذا ينبغي علينا تنمية الابتكار وخلق فرص الابتكار لدي اطفالنا حتي يستطيعوا التفكير بشكل مختلف في حياتهم ومن ثم القدرة علي التعامل مع الاخرين باختلاف افكارهم، فمن خلال الابتكار يخرج الطفل ما يمتلكه من قدرات خفيه في شخصيته وفي تفكيره وبالاخص لو زاد اهتمامنا بالابتكار الحركي لديه، فهناك علاقة ارتباطية بين الحركة والابتكار اذا ما تم التخطيط والاعداد لها بشكل مدروس.

واعمالا بالحكمة العربية والانجليزية التي تقول (العقل السليم في الجسم السليم) والتي تؤكد الاهتمام بالجسد السليم عن طريق الغذاء الصحي والرياضة حتي تكون عقولنا سليمة ودليلا علي العلاقة الوطيدة بين العقل والجسد.

وترى " نشوي محمود " أن الإبتكار الحركي هو أحد أنواع الإنتاج الإبتكاري في مجال الحركة بمعنى أن الناتج الإبتكاري للعملية الإبتكارية يظهر في استجابات حركية تعبر عن قدرات الفرد الإبتكارية ويخضع هذا الناتج الحركي لشروط الناتج الإبتكاري من الخبرة والأصالة والقيمة والفائدة الاجتماعية، كما أن الإبتكار الحركي يتضمن العوامل الاساسية للإبتكار وهي الطلاقة الحركية والمرونة الحركية والأصالة الحركية والتي يمكن أن تظهر في أبسط صورة كأداء حركة أو كجزء من تمرين. (نافع، ٢٠٠٥، ص ٦٤)

ويتفق ايفريديك واخرون (Evriddiki at el (2006,279) مع وانج وجون هيتز 3,2003 (Wang, JonneHui-tzu) علي أن ممارسة النشاط الحركي تعمل علي نمو الإبتكار، فالحركة بطبيعة الحال تسمح للأفراد بالتعبير عن مشاعرهم وأفكارهم دون تقييد ممايساعد علي إبتكار الفرد أثناء حركته.

الاحساس بالمشكلة:

من خلال الاتي:

اولا: من خلال عمل الباحثة كمعلمة روضة ملاحظة في روضات مختلفة عملت بيها وجدت أن الأطفال يقومون بحركات خاطئة تضعف من لياقتهم البدنية مثل حمل الحقيبة بطريقة خاطئة، وحركة انثناء الجسم عند تناول شئ ما من الأرض، وعدم استكمال الطفل في النشاط الحركي المكلف بيه وجلس الاطفال أمام الكمبيوتر أو داخل

القاعة بطريقة خاطئة، وتردد الاطفال من المشاركة في الأنشطة البدنية خوفا من عدم القيام بها بشكل صحيح.

- الحديث مع بعض اولياء الامور حول مدي اهتمام الاطفال بممارسة الانشطة البدنية في المنزل واسفر الحديث معهم عن اهتمام الاطفال بوسائل التكنولوجيا الحديث مثل التلفون ومشاهدة التلفزيون والجلوس ساعات طويلة امام اجهزة التكنولوجيا وقلة قيامهم بانشطة حركية حتي لو كانت بسيطة وعبر اولياء الامور عن استيائهم تجاه ذلك وابدوا بان الاطفال حاليا مدمني الاجهزة الحديثة ولا يريدون سماع الكلام ولا المشاركة الاجتماعية في امور المنزل ومساعدتهم والديهم في بعض الاعمال البسيطة.

- وعلي جانب الروضة فوجدت المعلمة قلة اهتمام المعلمات بانشطة الجانب الحركي لدي الاطفال مما ادي الي قصور في لياقتهم البدنية ومن خلال الحديث مع المعلمات في رياض قامت بالعمل بها ابدوا انهم مهتمين بتطبيق المنهج الحديث(2.0) في رياض الاطفال ولم يجدوا الوقت الكافي لحصص التربية الحركية داخل الروضة، وان قاموا باخراج الاطفال في الملعب فانهم يتركون الاطفال يقومون باللعب العشوائي دون التخطيط لانشطة حركية هادفة لنمو الاطفال بشكل صحيح.

ثانيا :- الاطلاع علي نتائج البحوث والدراسات السابقة وتوصيتها : قامت الباحثة بالاطلاع علي العديد من الدراسات والبحوث من خلال مكنتبات الجامعات المصرية وتصفح عدد من مواقع البحوث التربوية علي شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)، فوجدت ان الدراسات كانت قليلة في مجال اللياقة البدنية ومجال الابتكار الحركي في الدراسات العربية وخاصة لطفل الروضة ويتضح ذلك من خلال العرض التالي:

فالدراسات السابقة التي تناولت اللياقة البدنية في رياض الأطفال مازالت حتي اليوم قليلة بعكس الدراسات التي تناولتها في المراحل السنية الأخرى منها دراسة (فتحي، ٢٠٠٣) (Ramila Kostic,2005)، (محمد، ٢٠٠٧)، (حمودات، ٢٠٠٨)، (محمد، ٢٠٠٩)، (يعقوب، ٢٠١٢).

اما بالنسبة للدراسات السابقة التي تناولت الابتكار الحركي فتؤكد علي اهميته بالنسبة للطفل كنتائج هذه الدراسات مثل :دراسة (pagona,B.&Costa,M.,2008) أهمية الابتكار الحركي لدي الطفل في مرحلة مبكرة. لذلك اتجهت بعض الدراسات إلي تنمية التفكير الإبتكاري لدي أطفال ما قبل المدرسة مثل دراسة (Wang,J.,2003)، (Fessakis,G. et al, 2012).

كما تتفق نتائج دراسة ايفريديك واخرون (2006,279) Evridiki at el مع وانج وجون هيتز 3,2003 (Wang,JonneHui-tzu) علي أن ممارسة النشاط الحركي تعمل علي نمو الإبتكار، فالحركة بطبيعة الحال تسمح للأفراد بالتعبير عن مشاعرهم وأفكارهم دون تقييد ممايساعد علي إبتكار الفرد أثناء حركته.

وبالنسبة لدور الانشطة الحركية في حياة الاطفال فلها اهميتها من خلال الدراسات الاجنبية الاتية التي توضح مدي تاثير الانشطة الحركية في اكساب الاطفال العديد من القيم والمفاهيم عامة وبالاخص في اللياقة البدنية والابتكار الحركي مثل دراسة : (Stanish and temple,2012)، دراسة (Temin et al ,2015)، ودراسة (Oppewel el at ,2015)، والتي تؤكد علي دور الأنشطة الحركية في رفع مستوى اللياقة البدنية في فئات وأعمار مختلفة.

ثالثا:نتائج التجربة الاستكشافية:-وللوقوف علي حجم المشكلة ومعرفة مدي توفر اللياقة البدنية لدي الاطفال، وابرار اهمية تناولها بالبحث العلمي، فقد قامت الباحثة بعمل قائمة مبدئية لعناصر اللياقة البدنية المناسبة لطفل الروضة علي حد علم الباحثة . وشملت هذه القائمة علي (٧)عناصر وهي (السرعة-القوة-التحمل-التوازن-المرونة-الرشاقة- التوافق)،وقامت بعرضها علي (٣٠)معلمة من معلمات الروضة بمحافظة اسويط، لمعرفة مدي توفر هذه العناصر لدي طفل الروضة ومدي احتياج الاطفال لاكثر هذه العناصر مناسباً لعمرهم الزمني.

واسفرت نتائج نسب الاتفاق علي القائمة علي اهمية تلك العناصر المقترحة لطفل
الروضة واهميتها تنميتها لدي الاطفال وذلك من خلال حساب نسب الاتفاق والتي اسفرت
نتائجها الي:

- حصل عنصر السرعة علي ٩٠% من اراء المعلمات
- حصل عنصر القوة علي ٧٧% من اراء المعلمات
- حصل عنصر التوازن علي ٨٠% من اراء المعلمات
- حصل عنصر المرونة علي ٩٠% من اراء المعلمات
- حصل عنصر الرشاقة علي ٩٩% من اراء المعلمات
- حصل عنصر التحمل علي ٤٠% من اراء المعلمات
- حصل عنصر التوافق علي ٥٥% من اراء المعلمات

وجاءت النتائج السابقة تثبت اهمية تناول عناصر اللياقة البدنية لدي طفل
الروضة فقد اشارو المعلمات علي مدي استفادة الاطفال من التدريب علي هذه العناصر
فبالرغم من اهتمام المعلمة بالاطفال في جميع النواحي الا ان هناك قصور في تنمية
جانب اللياقة البدنية لديهم فالاطفال مازلو يعانون من نقص في بعض المهارات الحركية
التي تساعدهم علي المشاركة الفعالة في الانشطة المختلفة داخل الروضة وهذا ما يسعي
اليه هذا البحث لمعالجته

وتري الباحثة ان تنمية اللياقة البدنية والابتكار الحركي لدي الاطفال في السنوات
الاولي من عمرهم امر في غاية الاهمية والخطورة، لان هذه التنمية تنعكس عليهم بشكل
ايجابي وفعال في مراحل عمرهم التالية وبتالي قيام الاطفال بالادوار والمهام المستقبلية
المنوطة منهم، والمشاركة الايجابية والفعال في المجتمع وما يتطلبه من مسؤوليات تقع
علي عاتقهم وذلك لتمتعهم بصحة جسدية ونفسية صحيحة، ومن هنا استشعرت الباحثة
اهمية هذا البحث.

وفي ضوء ما سبق عرضه ومن هنا سعت الباحثة في تحديد مشكلة هذا البحث في محاولة تصميم برنامج أنشطة حركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية واثره علي الابتكار الحركي لطفل الروضة.

ولتحقيق اهداف البحث حاولت الباحثة الاجابة عن التساؤل الرئيس وهو: "برنامج أنشطة حركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية واثره علي الابتكار الحركي لطفل الروضة؟"

ويتفرع من هذا السؤال الاسئلة الفرعية التالية:-

تساؤلات البحث:-

يسعي هذا البحث للاجابة عن التساؤلات الاتية

١. ما عناصر اللياقة البدنية المناسب تنميتها لطفل الروضة ؟
٢. ما صورة برنامج الأنشطة الحركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية واثره علي الابتكار الحركي لطفل الروضة ؟
٣. ما فاعلية برنامج الانشطة الحركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة ؟
٤. ما أثر برنامج الانشطة الحركية علي تنمية الابتكار الحركي لطفل الروضة ؟

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث:

١. التعرف علي عناصر اللياقة البدنية المناسبة لطفل الروضة.
٢. إعداد برنامج أنشطة حركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة.
٣. التعرف علي فاعلية استخدام برنامج الأنشطة الحركية في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة.
٤. التعرف علي أثر استخدام برنامج الانشطة الحركية علي تنمية الإبتكار الحركي لطفل الروضة.

أهمية البحث:

تنبثق أهمية هذا البحث في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والإبتكار الحركي لطفل الروضة إلي نوعين من الأهمية
الأهمية النظرية :

- ١- إكساب الأطفال من (٤-٦) لبعض عناصر اللياقة البدنية المناسب تنميتها لديهم.
- ٢- الإهتمام بالأنشطة الحركية داخل الروضة لتنمية الجوانب المختلفة لطفل الروضة.
- ٣- قد يفتح هذا البحث لدراسات اخري في المستقبل أمام الباحثين لتناول عناصر اخري للياقة البدنية لتنميتها لطفل الروضة.
- ٤- المساهمة في إثراء المكتبة الجامعية بهذا النوع من الابحاث.

الأهمية التطبيقية:

- ١- اعداد برنامج الأنشطة الحركية الذي يساعد الأطفال في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لديهم.
- ٢- تصميم الأدوات التي تساعد في التعرف علي الأطفال الذين لديهم قصور في بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة.
- ٣- زيادة تفعيل دور الأنشطة الحركية باعتبارها مجال خصب وممتع للأطفال لتنمية جوانب اخري في شخصيتهم.
- ٤- استخدام مقاييس لقياس الإبتكار الحركي لطفل الروضة.
- ٥- للبحث أهمية حيث يمكن احداث تغير لدي الاطفال في شخصيتهم وتفكيرهم وبالتالي تمتعهم باللياقة بدنية صحيحة.

٦- للبحث اهمية حيث يمكن دمج الابتكار الحركي في اساليب التعليم المختلفة لما

يحتوي علي اسلوب شيق وممتع للطفل.

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج " التجريبي " القائم علي تصميم المجموعة الواحدة ذات القياسين القبلي والبعدي ليلائم متغيرات البحث متمثلة في: المتغير المستقل؛ وهو برنامج الانشطة الحركية المقترح، والمتغير التابع؛ وهو عناصر اللياقة البدنية والابتكار الحركي لدى طفل الروضة.

أدوات ومواد البحث:

قامت الباحثة بإعداد الأدوات الآتية :

اولا: أدوات جمع البيانات

١) قائمة ببعض عناصر اللياقة البدنية المناسب تنميتها لطفل الروضة.

ثانيا:- الاداة التعليمية

١) برنامج أنشطة حركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة واثره علي الابتكار

الحركي.

ثالثا: أدوات القياس

١ - بطاقة ملاحظة بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة.

٢ - اختبارات قياس بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة.

٣ - اختبار الابتكار الحركي للاطفال (شعبان حلمي).

٤ - اختبار بريونكس للبراعة الحركية للاطفال تعريب(طارق فاروق).

حدود البحث:

يقصر هذا البحث علي :

-الحدود البشرية:

❖ مجتمع البحث:-تكون مجتمع البحث من اطفال روضة محافظة اسيوط المستوى

الثاني للعام الدراسي ٢٠٢٠-٢٠٢١ م.

❖ عينة البحث:- تكونت مجموعة البحث من مجموعة من أطفال روضة السلام

للتعليم الاساسي بمنقباد المستوى الثاني KG2 وعدهم ٤٠ طفلا وطفلة.

-الحدود الزمنية :تم تطبيق أدوات البحثفي الفصل الدراسي الاول ٢٠٢٠-٢٠٢١م

-الحدود المكانية :تم تطبيق ادوات هذا البحث في روضة "السلام" للتعليم الاساسي
بمنقباد"

-الحدود الموضوعية: اقتصرهذا البحث علي بعض عناصر اللياقة البدنية وهي :

(القوة-السرعة -المرونة-الرشاقة -التوازن)

ومكونات الابتكار الحركي : وهي (الاصالة الحركية -الطلاقة الحركية -المرونة الحركية)

مصطلحات البحث:

برنامج الانشطة الحركية :

تعرفه الباحثة اجرائيا بانه هو" مجموعة من الأنشطة المتنوعة التي تقوم علي

الحركة تهدف الي تنمية عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة والتي تساعده بشكل ضروري

علي أداء مهام محددة بطريقة أكثر دقة".

اللياقة البدنية لطفل الروضة:

تعرفها الباحثة اجرائيا بانها " قدرة الطفل علي أداء مجموعة من الحركات في

نشاط حركي ما بدون الشعور بتعب أو جهد وتنفيذه بدرجة أكثر دقة".

عناصر اللياقة البدنية المقترحة :

اولا -السرعة: وهي "القدرة علي اداء نشاط حركي ما في اقل زمن ممكن".

ثانيا-القوة:- وهي "القدرة علي بذل اقصي طاقة في نشاط حركي ما".

ثالثا-الرشاقة:-وهي"القدرة علي تغيير اتجاهات الجسم بسرعة ودقة اثناء التحرك في نشاط حركي ما".

رابعا-المرونة:- وهي " قدرة الطفل علي اداء نشاط حركي في اوسع مدى للعضلات دون حدوث اصابات".

خامسا-التوازن:- وهو"قدرة الطفل علي الاحتفاظ باتزان الجسم في اوضاعه المختلفة في نشاط حركي ما في حالتي الثبات والحركة".

الإبتكار الحركي لطفل الروضة :

وتعرفه الباحثة اجرائيا بانه " قدرة الطفل علي انتاج اكبر عدد من الاستجابات الحركية المتنوعة وغير التقليدية والتي تتسم بالاصالة والطلاقة والمرونة الحركية والتي تعبر عن قدرات ابتكارية لطفل الروضة"
طفل الروضة:

وهو ذلك الطفل الذي يتراوح عمره من (٥-٦) سنوات ملتحق برياض الأطفال
إجراءات البحث:

للاجابة عن السؤال الاول الذي ينص علي " ما عناصر اللياقة البدنية المناسب
تنميتها لطفل الروضة ؟" :

سوف يتم اتخاذ الخطوات التالية :

- الإطلاع على الأدبيات والدراسات التي تناولت عناصر اللياقة البدنية لدي
الأطفال.

- من خلال الاطلاع علي الادبيات تم التوصل الي قائمة بعناصر اللياقة البدنية
المناسب تنميتها لطفل الروضة.

- إعداد القائمة ببعض عناصر اللياقة البدنية المناسب تنميتها لطفل الروضة

- عرض القائمة علي مجموعة من السادة المحكمين للإستفاده من آرائهم، وتقدير مدي مناسبة هذه الأدوات وصلاحيتها للتطبيق
- إجراء التعديلات اللازمة للقائمة
- القائمة في صورتها النهائية
- للإجابة عن السؤال الثاني الذي ينص علي " ما صورة برنامج الانشطة الحركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية"؟ :
سوف يتم إتخاذ الخطوات التالية:
- الإطلاع علي الدراسات والبحوث التي تناولت بناء برامج الأنشطة الحركية لطفل الروضة.
- عمل تصور مقترح للبرنامج المقترح.
- عرض البرنامج المقترح علي السادة المحكمين
- عمل التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمين
- صياغة البرنامج في صورته النهائية للتطبيق
- للإجابة علي السؤال الثالث الذي ينص علي " ما فاعلية برنامج الانشطة الحركية علي تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة"؟
سوف يتم اتخاذ الخطوات التالية :
- الاطلاع علي البحوث والدراسات السابقة التي تناولت برامج لتنمية اللياقة البدنية بشكل عام وعلي الاطفال بشكل خاص
- عداد بطاقة ملاحظة السلوكيات الدالة علي عناصر اللياقة البدنية واختبار عناصر اللياقة البدنية للطفل الروضة
- عرض الادوات علي السادة المحكمين لابداء الراي
- جراء التعديلات التي اوصي بها السادة المحكمين في الادوات

- صياغة الادوات في شكلها النهائي
 - إختيار مجموعة تجريبية من أطفال المستوي الثاني من الروضة
 - اجراء التطبيق القبلي للادوات علي الاطفال تطبيقا قبليا
 - تطبيق البرنامج المقترح الذي تم إعداده علي المجموعة التجريبية
 - تطبيق بطاقة ملاحظة بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة واختبارات عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة علي مجموعة البحث بعدياً، أي بعد استخدام برنامج الانشطة الحركية لتنمية بعد عناصر اللياقة البدنية
 - معالجة البيانات إحصائياً، وتحليل النتائج وتفسيرها
 - تقديم التوصيات والمقترحات في ضوء نتائج هذا البحث
- للإجابة علي السؤال الرابع الذي ينص علي " ما اثر برنامج الانشطة الحركية لطفل الروضة علي الابتكار الحركي"؟
- سوف يتم اتخاذ الخطوات التالية:
- الاطلاع علي الادبيات والبحوث التي تناولت الابتكار الحركي واهميته للاطفال
 - اختيار اختبار الابتكار الحركي (شعبان حلمي) للفئة العمرية الصف الاول الابتدائي لمناسبته لطفل الروضة
 - عرض الاختبار علي السادة المحكمين لابداء الراي لمعرفة مدي مناسبه لطفل الروضة.
 - عمل التعديلات التي اشار اليها السادة المحكمين في اختبار الابتكار الحركي.
 - تطبيق اختبار الابتكار الحركي لطفل الروضة علي مجموعة البحث قبل تطبيق البرنامج وبعده
 - معالجة البيانات إحصائياً، وتحليل النتائج وتفسيرها.
 - تقديم التوصيات والمقترحات في ضوء النتائج.

تمهيد:

أولاً: الأنشطة الحركية

تعريف الأنشطة الحركية

تعرف الباحثة الأنشطة الحركية لطفل الروضة اجرائيا بأنها "مجموعة من الأنشطة المتنوعة التي تقوم علي الحركة تهدف الي تنمية عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة والتي تساعده بشكل ضروري علي اداء مهام محددة تنتج منه اداء اكثر دقة " أهمية النشاط الحركي لطفل الروضة

ذكر كلا من (فضلون، ٢٠٠١، ص ٣٩ - ٤٠)، (شرف، ٢٠٠٥، ص ٢٨ -

٢٩)، (ابراهيم، ٢٠٠١، ص ١١١-١١٢) هذه الفوائد علي النحو التالي :

- ١ - المتعة والسعادة عند ممارسة الالعب الحركية
- ٢ - ينمو ذهنيا وتتطور لديه عديد الصفات كالانتباه والادراك والتصور والتفكير.....الخ
- ٣ - يتعلم كيف يبتكر ويبدع
- ٤ - اكساب الطفل القوام الجيد السليم
- ٥ - اكتساب العديد من المهارات الحركية المختلفة.
- ٦ - اكتساب الاطفال المهارات الحركية مثل التوازن والتأزر والتناول واصابة الهدف.
- ٧ - تقوية أجهزة الجسم المختلفة وتقويمها باتباع الأنشطة الحركية المنظمة.
- ٨ - الأنشطة الحركية تساهم في تنمية الطلاقة والمهارات الحركية للطفل واللياقة البدنية للطفل.
- ٩ - الأنشطة الحركية يمكن ان تستثير التفكير والابتكار.
- ١٠ - الأنشطة الحركية تساهم في التعبير عن الذات.
- ١١ - الأنشطة الحركية تساهم في توضيح مفاهيم الاطفال حول بيئتهم.

ثانياً: اللياقة البدنية لطفل الروضة

مفهوم اللياقة البدنية:-

تعرف الباحثة اللياقة البدنية لطفل الروضة اجرائيا بانها " قدرة الطفل علي أداء مجموعة من الحركات في نشاط حركي ما بدون الشعور بتعب أو جهد وتنفيذه بدرجة أكثر دقة"

أهمية نمو عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة

تعد اللياقة البدنية عنصراً مهماً في حياة الطفل، حيث تساعده علي التكيف مع متطلباته الحركية والصحية ؛ فاللياقة لا تعني نمو العضلات فقط بل انها تمثل مجموعة من العناصر الصحية والبدنية، ويرى كثير من الباحثين في علم الطفل الحركي ان اللياقة البدنية للاطفال تتكون مما ياتي:

- ١- اللياقة البدنية :- وهي درجة كفاية الاجهزة الحيوية للجسم في القيام بوظائفها المختلفة تحت اثر الممارسة الفعلية للنشاط الحركي، وعناصرها(التحمل، والقوة العضلية، والمرونة، والخلو من السمنة) وتتميز هذه العناصر بحماية الجسم من الامراض وامراض السكر، وغيرها من الامراض التي تؤثر علي سلامة وصحة الطفل
- ٢- اللياقة المهارية الحركية:-وهي تشير الي التوافق والقدرة علي اداء الانشطة الحركية والرياضية المختلفة، وعناصرها (الرشاقة، رد الفعل، والتوازن، والتوافق، والسرعة، وتعد هذه العناصر مهمة جدا لتعلم المهارات الرياضية الخاصة بالالعاب الجماعية والفردية، وخصوصا اذا توافرت الاستعدادات الخاصة عند الطفل، بالاضافة الي فرص الممارسة الحقيقية(الريبيعي واخرون، ٢٠١٦، ص ١٧٤-١٧٥)

عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة:

أولا السرعة:تعريفها

تعرف الباحثة السرعة اجرائيا بانها "القدرة علي اداء نشاط حركي ما في اقل زمن ممكن".

اهمية السرعة:-

١- السرعة مكون هام في العديد من الانشطة الرياضية

٢- المكون الاول لعدو المسافات القصيرة في السباحة والعباب القوي

٣- احد المكونات الرئيسية للياقة البدنية

ترتبط السرعة بالرشاقة والتوافق والتحمل ذلك في كرة القدم واليد.

(الجرواني،الصاوي،٢٠١٣،ص٣٠)

انواع السرعة:وتنقسم عنصر السرعة الي:-

١) السرعة الانتقالية:- وهي قدرة الطفل علي الانتقال من مكان لآخر في اقل زمن

ممکن كما هو الحال في المشي والجري

٢) السرعة الحركية :- وهي قدرة الطفل علي اداء الحركة الوحيدة بسرعة مثل

سرعة الوثب، وسرعة رمي الكرة

٣) سرعة الاستجابة :- وهي الفترة الزمنية بين ظهور مثير معين وبدء الاستجابة

الحركية(فهيم، طه، ٢٠١٥، ص ٦٨-٦٩)

٤) سرعة تغيير الاتجاه.(السكري واخرون،٢٠٠٥،ص ٥٧)

ثانيا- القوة:

وتعرف الباحثة عنصر القوة اجرائيا بانه"القدرة علي بذل اقصي طاقة في نشاط

حركي ما.

أهمية القوة العضلية:-

يعد عنصر القوة اساس النجاح عند ممارسة الانشطة الرياضية ومن فوائدها العديدة الناحية الاجتماعية والنفسية، فتدريب القوة يدعم الاعتزاز والثقة بالنفس ويعزز المثابرة ويمكن ان تكون تدريبات القوة مكون ايجابي في نشاط النمط الحياتي للاطفال، كما انها تساعد في تنمية وتطوير الصفات البدنية الاخرى (السرعة، التحمل، المرونة، الرشاقة). وايضا تقوي الاربطة والاورار ونتيجة لذلك يتمكن الطفل من اداء متطلبات الحركة واللعب والشعور بالامان وبانخفاض معدل الاصابات (السكري واخرون، ٢٠٠٥، ص ٥٨-٥٩)

انواع القوة العضلية:-

- ١) القوة العظمي :- هي اقصى كمية من القوة يمكن أن يبذلها الفرد لمرة واحدة
- ٢) القوة المميزة بالسرعة:- هي القدرة علي إظهار اقصى قوة في اقل زمن ممكن . تعد ضرورة للمهارات الحركية التي تتطلب عنصرين (القوة، والسرعة) معا مثل القفز للامام والقفز العمودي ورمي الكرة لابتعد مسافة
- ٣) تحمل القوة:-هي مقدرة العضلة علي العمل ضد مقاومة خارجية ولفترة زمنية طويلة دون حلول التعب. (فهيم، طه، ٢٠١٥، ص ٧٠)، (الجرواني، الصاوي، ٢٠١٣، ص ١٨)

ثالثا-الرشاقة:

تعريفها:-تعرف الباحثة عنصر الرشاقة اجرائيا بانه "القدرة علي تغيير اتجاهات الجسم بسرعة ودقة اثناء التحرك في نشاط حركي ما".
أهمية الرشاقة:-

- ١- الرشاقة مكون هام في الانشطة الرياضية عامة
- ٢- تسهم الرشاقة بقدر كبير في اكتساب المهارات الحركية واتقانها

٣- كلما زادت الرشاقة كلما استطاع اللاعب تحسين مستوي أدائه بسرعة
٤- تضم خليطا من المكونات الهامة للنشاط الرياضي كرد الفعل الحركي. (فهيم،
طه، ٢٠١٥، ص ٧١)
انواع الرشاقة:-

١- الرشاقة العامة:- وهي مقدرة الفرد علي اداء واجب حركي في عدة أنشطة
رياضية مختلفة بتصرف منطقي سليم
٢- الرشاقة الخاصة:- وهي القدرة المتنوعة في المتطلبات المهارية للنشاط الذي
يمارسه الفرد.(الجرواني، الصاوي، ٢٠١٣، ص ٢٥-٢٦)
طرق تنمية عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة:

تؤكد "الجرواني، الصاوي"(٢٠١١: ١١-١٣) ان نجاح برامج اللياقة البدنية
تتوقف الي حد كبير علي عدد من الاعتبارات التي يجب علي المعلم مراعاتها وهي
كالتالي:

- ١- الخبرة الحركية يجب ان تكون ذات معني للطفل.
- ٢- اعداد الانشطة الحركية للطفل يكون من خلال فرص التحدي والمتعة .
- ٣- مراعاة عامل الحمل في العمل مع الاطفال .
- ٤- إتاحة فرص الاشتراك والممارسة لجميع الاطفال .
- ٥- دمج الخبرة الحركية بالانشطة المدرسية والبيئة .
- ٦- توفير الوسط الملائم للممارسة الحركية للاطفال .
- ٧- توفير الامكانيات وكفاءة استخدامها .
- ٨- الابتعاد عن المقارنات بين الاطفال .
- ٩- إبراز فرص الفوز والنجاح من خلال الانشطة الحركية .

ثالثاً: الابتكار الحركي لطفل الروضة

مفهوم الابتكار الحركي :

وتعرفه الباحثة اجرائيا بانه " قدرة الطفل علي انتاج اكبر عدد من الاستجابات الحركية المتنوعة وغير التقليدية والتي تتسم بالاصالة والطلاقة والمرونة الحركية والتي تعبر عن قدرات ابتكارية لطفل الروضة
مكونات الابتكار الحركي لطفل الروضة :-

اتفق كلا من رجب (٢٠٠١، ص ١٧٧)، (Adair John, 2007, 12) علي ان الابتكار الحركي كمقدرة عقلية في مجال الحركة يعتمد علي العوامل الاساسية للابتكار وهي الطلاقة الحركية، المرونة الحركية، الاصالة الحركية وفيما يلي تعريف لكل مكون منهم:-

١) الطلاقة :-

وتعرف الطلاقة الحركية بانها " انتاج اكبر عدد ممكن من الاستجابات الحركية المناسبة وفي زمن محدد، استجابة لموقف ما وذات صلة بالنشاط الحركي المطلوب" (حافظ، ٢٠٠٤، ص ١٢)
٢) المرونة

والمرونة الحركية تعني "انتاج اكبر عدد ممكن من الاستجابات الحركية المتنوعة والمتباينة، علي ان تكون تلك الاستجابات الحركية مناسبة وذات صلة بالنشاط الحركي المطلوب" (حافظ، ٢٠٠٤، ص ١٢)
٣) الاصالة:-

والاصالة الحركية تعني "انتاج استجابات حركية نادرة واصيلة ومناسبة وتحقق الهدف من الاداء" (حافظ، ٢٠٠٤، ص ١٢)

أهمية تنمية الابتكار الحركي لطفل الروضة:-

يمثل الابتكار قيمة بالنسبة للاطفال في هذه السن ؛ لانه يجعل لعبهم اكثر متعه، ويجعلهم اكثر سعادة ورضا، مما يؤدي لتوافقهم بصورة افضل(منسي، المنير، ٢٠١١: ٤٩). فتتفق دراسة كلا من ربيع (٢٠٠٠)،دراسة عز الدين،عثمان (٢٠٠١)، دراسة (Pagona,B.&Costa,M.,(2008)علي اهمية تنمية الابتكار الحركي لطفل الروضة

عرض النتائج وتفسيرها

نتائج الفرض الأول وتفسيرها

والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبيه على بطاقة ملاحظة العناصر اللياقة البدنية لدى عينة البحث من"، وللتحقق من صحة الفرض تمكنت الباحثة من حساب الفروق بين المتوسطات الحسابية باستخدام اختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية للمجموعات المترابطة كما هو موضح بجدول (١) كما يلي:

جدول (١)

الفروق بين المتوسطات للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على بطاقة ملاحظة بعض عناصر اللياقة البدنية لدى عينة البحث من (ن = ٤٠)

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق	قيمة حجم الأثر	مستوى حجم الأثر
	ع	م	ع	م					
السرعة	١.٨٤	٩.٧٣	١.٨٤	١٥.٢٠	١٣.٣٠٠	٠.٠٠١	البعدي	٠.٨٢	كبير
القوة	١.٢٦	١٠.٩٥	١.٢٤	١٣.٨٠	١٠.١٧٩	٠.٠٠١	البعدي	٠.٧٣	كبير
الرشاقة	١.٦٦	١١.٩٥	١.٦٩	١٧.٣٥	١٤.٤١٢	٠.٠٠١	البعدي	٠.٨٤	كبير

قيمة ت: أقل من ١.٩٦ غير دال، من ١.٩٦ : ٢.٥٨ دال عند ٠.٠٥، من ٢.٥٩ : ٣.٢٧ دال عند ٠.٠١، من ٣.٢٨ فأكثر دال عند ٠.٠٠١

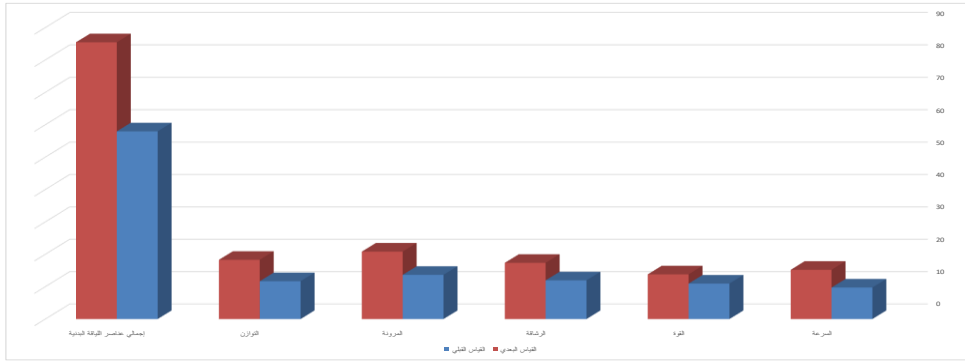
حجم التأثير: أقل من ٠.٥ تأثير ضعيف، من ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨ تأثير متوسط، من ٠.٨ فأكثر تأثير كبير

يتضح من خلال جدول (١) أن هناك فروق جوهرية بين القياس القبلي والبعدى لبطاقة عناصر اللياقة البدنية لدى عينة البحث حيث بلغت قيمة ت (١٣.٣٠٠) لمتغيرات (السرعة)،(القوة)،(الرشاقة). وكانت جميع الفروق دالة عند مستوى دلالة ٠.٠٠١ في اتجاه القياس البعدى مما يعطى مؤشر على التحسن الذى حدث بعد تطبيق البرنامج، وكما أمكن حساب مستوى حجم التأثير حيث تراوحت قيمة مستوى حجم التأثير ما بين ٠.٧٩ إلى ٠.٩٠ وهي قيم تتراوح ما بين المستوى المتوسط إلى المستوى الكبير. يتضح من الجدول السابق ما يلي:

(١) وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠١ بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدى لبطاقة ملاحظة عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة وذلك بالنسبة للابعاد وهي (عصر السرعة، القوة، الرشاقة) وكذلك وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠١ بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدى لبطاقة ملاحظة عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة وذلك بالنسبة للدرجة الكلية علي البطاقة وذلك لصالح التطبيق البعدى .

(٢) كما يتضح ايضا من الجدول السابق ايضا تاثير البرنامج المعد(برنامج أنشطة حركية) علي تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة كبير، حيث ثبت احصائيا أن قيمة حجم الأثر (ايتا تربيع) بلغت ٠.٩٠ وهي قيمة كبيرة مما يدل علي ان البرنامج ذا فاعلية كبيرة في تنمية عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة.

(٣) يوضح الشكل التالي متوسطات درجات اطفال المجموعة التجريبية علي ابعاد بطاقة ملاحظة عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة في القياس القبلي والبعدى



شكل رقم (١) متوسطات درجات اطفال المجموعة التجريبية علي ابعاد بطاقة ملاحظة
بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة في القياس القبلي والبعدي

٤) يتضح من شكل رقم (١) تحسن اداء اطفال المجموعة التجريبية في التطبيق
البعدي، ويتضح ذلك من خلال وجود فرق ذي دلالة احصائية عند مستوى
٠.٠٠١ بين متوسطي درجات التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية،
وذلك بالنسبة لكل بعد من ابعاد بطاقة الملاحظة، وذلك لصالح التطبيق البعدي

تفسير نتائج الفرض الاول ويرجع ذلك إلي :

١. إستخدام الانشطة الحركية للأطفال، وذلك ساهم في نمو بعض عناصر
اللياقة البدنية لدي مجموعة من الأطفال والذين كان لديهم قصور في
جوانب اللياقة البدنية مما ساهم في المشاركة في الانشطة بشكل ممتع
لهم.

٢. إنجذاب الأطفال للأنشطة المتضمنه داخل البرنامج المقترح خاصة وأنها
تسمح للأطفال بحرية التعبير عن أفكارهم وتكسبهم الثقة بالنفس
والمشاركة وحب العمل الجماعي.

٣. اعتماد البرنامج المقترح علي اكساب الاطفال اللياقة البدنية التي تتيح لهم الثقة في انفسهم ومعرفة جوانب القوة لديهم وقدرتهم علي استخدام الابتكار الحركي في اللعب .

٤. استخدام البرنامج علي أنشطة متنوعة تثير شغف ومباردة الاطفال للتفاعل والمشاركة. ويتفق نتائج الفرض الأول مع نتائج كل من دراسة (Oppewel et al ,2015).

نتائج الفرض الثاني وتفسيرها

والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على اختبار العناصر اللياقة البدنية لدى عينة البحث من"، وللتحقق من صحة الفرض تمكنت الباحثة من حساب الفروق بين المتوسطات الحسابية باستخدام اختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية للمجموعات المترابطة كما هو موضح بجدول (٢) كما يلي:

جدول (٢)

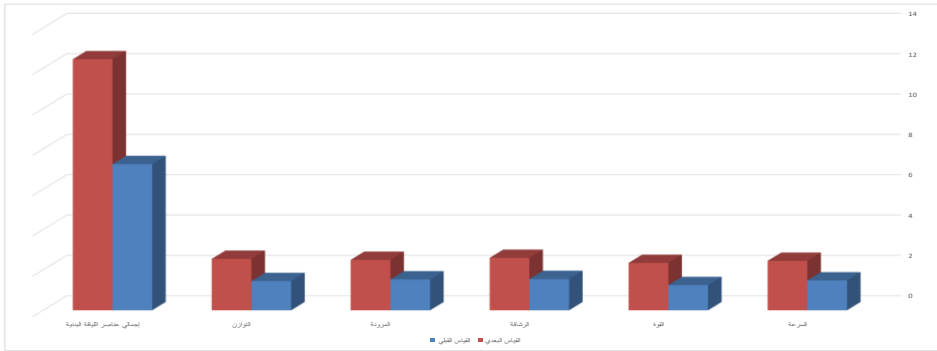
الفروق بين المتوسطات للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على اختبار بعض عناصر اللياقة البدنية لدى عينة البحث من (ن = ٤٠)

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق	قيمة حجم الأثر
	ع	م	ع	م				
السرعة	١.٤٨	٠.٥١	٢.٤٥	٠.٥٠	٨.٦٣٨	٠.٠٠١	البعدي	٠.٦٦
القوة	١.٢٥	٠.٤٤	٢.٣٥	٠.٤٨	١٠.٦٦٤	٠.٠٠١	البعدي	٠.٧٤
الرشاقة	١.٥٥	٠.٥٠	٢.٦٠	٠.٥٠	٩.٣٩١	٠.٠٠١	البعدي	٠.٦٩

قيمة ت: أقل من ١.٩٦ غير دال، من ١.٩٦ : ٢.٥٨ دال عند ٠.٠٥، من ٢.٥٩ : ٣.٢٧ دال عند ٠.٠١، من ٣.٢٨ فأكثر دال عند ٠.٠٠١

حجم التأثير: أقل من ٠.٥ تأثير ضعيف، من ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨ تأثير متوسط، من ٠.٨ فأكثر تأثير كبير

يتضح من خلال جدول (٢) أن هناك فروق جوهرية بين القياس القبلي والبعدي لاختبار عناصر اللياقة البدنية لدى عينة البحث حيث بلغت قيمة ت (٨.٦٣٨)، لمتغيرات (السرعة-القوة-الرشاقة)، وكانت جميع الفروق دالة عند مستوى دلالة ٠.٠٠١ في اتجاه القياس البعدي مما يعطي مؤشر على التحسن الذي حدث بعد تطبيق البرنامج، وكما أمكن حساب مستوى حجم التأثير حيث تراوحت قيمة مستوى حجم التأثير ما بين ٠.٦٦ إلى ٠.٨٥ وهي قيم تتراوح ما بين المستوى المتوسط إلى المستوى الكبير. يوضح الشكل التالي متوسطات درجات اطفال المجموعة التجريبية علي ابعاد اختبارات عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة في القياس القبلي والبعدي.



شكل رقم (٢) متوسطات درجات اطفال المجموعة التجريبية علي ابعاد اختبار بعض عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة في القياس القبلي والبعدي

يتضح من شكل رقم (٢) تحسن اداء اطفال المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي، ويتضح ذلك من خلال وجود فرق ذي دلالة احصائية عند مستوي ٠.٠٠١ بين متوسطي درجات التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، وذلك بالنسبة لكل بعد من ابعاد اختبار بعض عناصر اللياقة البدنية، وذلك لصالح التطبيق البعدي

تفسير نتائج الفرض الثاني:-

١- يتضح من نتائج الفرض الثاني ان هناك تحسنا في عناصر اللياقة البدنية لدي اطفال المجموعة التجريبية، وقد اتضح ذلك من التفاوت الذي وجدته الباحثة في استجابات

الاطفال قبل التطبيق وبعده ، حيث استمتع الاطفال بالانشطة البرنامج المقدمة لهم، ولاحظت الباحثة استرجاع بعض الانشطة التي قاموا بها بعد انتهاء البرنامج وما فاعلوه في الانشطة، فالباحثة معلمة في هذه الروضة وموجودة بشكل مستمر امامهم، وتدلل هذه النتيجة علي ان عنصر السرعة قد نمي نموا ملحوظا ومرتفعا لدي اطفال المجموعة التجريبية، وهذا يؤكد علي ان الاداء البعدي لعناصر اللياقة البنية قد تاثرت ببرنامج الانشطة الحركية، وهذا يؤكد اهمية الانشطة الحركية بشكل عام وعلي عناصر اللياقة البدنية(السرعة،القوة، الرشاقة) بشكل خاص.

٢- قدرة الاطفال علي تطبيق اختبارات عناصر اللياقة البدنية بسهولة ومتعة بعد تطبيق البرنامج فقبل تطبيق البرنامج لاحظت الباحثة ان الاطفال عندهم رهبة في تطبيق الاختبار الخاص بعناصر(السرعة-القوة-الرشاقة) اما بعد تطبيق البرنامج اصبح الاطفال لديهم حب لتنفيذ الانشطة والمشاركة في الالعاب

٣- لاحظت الباحثة في الابعاد عناصر (السرعة-القوة-الرشاقة) استمتع الاطفال اثناء اللعب في الانشطة لما تحتوي أنشطة السرعة علي العاب ممتعة وشيقة واثرت بشكل ملحوظ علي ادائهم الحركي وذلك من خلال السابقات والتنافس بينهم ويتفق ذلك معدراسة (Temin et al ,2015)

نتائج الفرض الثالث:-

والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الابتكار الحركي لدى عينة البحث من"، وللتحقق من صحة الفرض تمكنت الباحثة من حساب الفروق بين المتوسطات الحسابية باستخدام اختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية للمجموعات المترابطة كما هو موضح بجدول (٣) كما يلي:

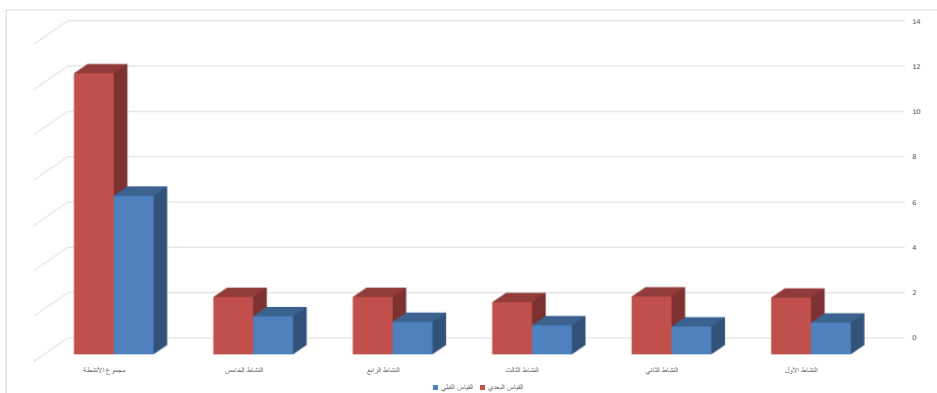
جدول (٣)

الفروق بين المتوسطات للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الابتكار الحركي لدى عينة البحث من (ن = ٤٠)

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق	قيمة حجم الأثر	مستوى حجم الأثر
	ع	م	ع	م					
النشاط الأول	١.٤٠	٠.٥٠	٢.٥٠	٠.٥١	٩.٨١٤	٠.٠٠١	البعدي	٠.٧١	متوسط

يتضح من خلال جدول (٣) أن هناك فروق جوهرية بين القياس القبلي والبعدي لمقياس الابتكار الحركي لدى عينة البحث حيث بلغت قيمة ت (٩.٨١٤) لمتغيرالنشاط الأول وكانت جميع الفروق دالة عند مستوى دلالة ٠.٠٠١ في اتجاه القياس البعدي مما يعطي مؤشر على التحسن الذي حدث بعد تطبيق البرنامج، وكما أمكن حساب مستوى حجم التأثير حيث تراوحت قيمة مستوى حجم التأثير ما بين ٠.٦١ إلى ٠.٨٥ وهي قيم تتراوح ما بين المستوى المتوسط إلى المستوى الكبير.

يوضح الشكل التالي متوسطات درجات اطفال المجموعة التجريبية علي ابعاد اختبار الابتكار الحركي (شعبان حلمي) لطفل الروضة في القياس القبلي والبعدي



شكل رقم (٣) متوسطات درجات اطفال المجموعة التجريبية علي ابعاد اختبار الابتكار الحركي (شعبان حلمي) لطفل الروضة في القياس القبلي والبعدي

يتضح من شكل رقم (٣) تحسن اداء اطفال المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي، ويتضح ذلك من خلال وجود فرق ذي دلالة احصائية عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطي درجات التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، وذلك بالنسبة لكل بعد من ابعاد اختبار الابتكار الحركي لطفل الروضة، وذلك لصالح التطبيق البعدي. تفسير نتائج الفرض الثالث للبحث:

يتضح من نتائج اختبار صحة الفرض الثالث للبحث أن هناك تحسناً في طريقة اداء الاطفال في البعد الاول لاختبار الابتكار الحركي وقد اتضح ذلك للباحثة من التفاوت الذي وجدته في استجابات الأطفال مابين التطبيق القبلي والبعدي للاختبار الابتكار الحركي لطفل الروضة، و كيف اثر البرنامج بالانشطة المقدمة فيه في طريقة تفكير الاطفال للتناولهم الانشطة بشكل مبتكر ومختلف، حيث لاحظت الباحثة ان الاطفال قادرين علي تطبيق جميع الانشطة باستخدامهم اسلوب وطريقة تفكير مختلفة، واستمر هذا الاختلاف بعد انتهاء البرنامج وبذلك وضح تحقيق البرنامج لهدفه العام وهو تأثير برنامج الانشطة الحركية علي تنمية عناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة في نمو الابتكار الحركي لدي طفل الروضة .

تعزو الباحثة نجاح ذلك الي :-

- ١- أن البرنامج الحركي المقترح باستخدام اسلوب الابتكار الحركي أثر بشكل واضح علي أطفال المجموعة التجريبية وذلك من خلال أنشطة البرنامج المتنوعة والجذابة للأطفال مقارنة بادائهم قبل تطبيق البرنامج.
- ٢- حرص الاطفال علي المشاركة في الانشطة واستمراهم حتي انتهاء النشاط.
- ٣- دأبت أنشطة البرنامج عقل الاطفال حيث اصبح محبين للعب بهذا الاسلوب .
- ٤- توفير الادوات والمساحة اللازمة لانشطة البرنامج والتأكد من توفير عامل السلامة والامان في تطبيق الانشطة ساعد الطفل اللع بسهولة وممتعة انعكس ذلك علي ثقته بنفسهم وبقدرتهم الجسمية .

٥- إستخدم الأنشطة الحركية والابتكار الحركي كمجالين أثبتت فاعليتهم في دراسات سابقة كما وضحت آثارهم علي الاطفال في هذا البحث من خلال آدائهم للأنشطة المقدمة للأطفال والتي تستند علي هذين الاسلوبين .ويتفق ذلك مع نتائج دراسة (حافظ، ٢٠٠٤)، (سعد، ٢٠١٤).

الاستنتاجات:-

- لخصت النتائج التي تم التوصل إليها في هذا البحث إلى أهمية تدريب الأطفال على عناصر اللياقة البدنية، وأن إتاحة الفرص للتفاعل مع المحتوى التعليمي للجانب النظري من البرامج بإيجابياته من خلال استخدام أسلوب الأنشطة الحركية، والابتكار الحركي، وكذلك من خلال ممارسة الأنشطة المتعددة المتضمنة بالبرنامج، والتي تنوعت في أهدافها واستخداماتها ومجالات تطبيقها، قد كان سبباً في إثارة المنافسة والدافعية بين الأطفال، مما ساهم في سهولة التعلم .
- وتشير النتائج في مجملها إلى فاعلية البرنامج المقترح في تنمية عناصر اللياقة البدنية لدي طفل الروضة في(الجانب النظري، الجانب العملي)، كما أن تنوع الأنشطة الحركية المتضمنة علي الابتكار الحركي المقدمة للأطفال أتاح الفرصة لأن ينغمس الأطفال في هذه الأنشطة، ويتحمسوا له ؛ مما أسهم في زيادة اللياقة البدنية لديهم، وبالتالي تحقيق هدف هذا البحث .
- كما يعزى فاعلية البرنامج الحركي لطفل الروضة واستخدام الابتكار الحركي للتفكير في تنمية عناصر اللياقة البدنية لدي طفل الروضة للأسباب التالية :
- استخدام وسائل ومصادر تعليمية متنوعة ساعدت على جذب إنتباه الأطفال للبرنامج .

- توفير جو من المرح والدعابة أثناء البرنامج أدى إلى تفاعل الاطفال مع البرنامج.
 - التهيئة الجيدة لكل عنصر في البرنامج الحركي المقترح أسهم فى تثبيت مفهوم اللياقة البدنية لدى الطفل.
 - التأكيد على دور الطفل فى البرنامج الحركي المقترح ومشاركته الإيجابية وممارسته الفعلية للأنشطة الموجودة بالبرنامج مما أدى إلى إكتسابها المهارات المختلفة .
 - مناسبة البرنامج لخصائص نمو طفل ما قبل المدرسة.
 - التعزيز المستمر من قبل الباحثة للأطفال.
- توصيات البحث :

بناء علي نتائج هذا البحث توصي الباحثة بالاتي:-

- ١- الاهتمام بتنمية اللياقة البدنية في كل المراحل العمرية بشكل عام وبمرحلة رياض الاطفال بشكل خاص.
- ٢- الاهتمام باعداد برامج تنموية لتنمية عناصر اللياقة البدنية يشارك في تنفيذها المعلمين والوالدين ومتابعتها.
- ٣- الاهتمام بتوعية معلمات رياض الاطفال علي اهمية تنمية اللياقة البدنية لدي طفل الروضة.
- ٤- مل دورات تدريبية لمعلمات رياض الاطفال لتدريبهن علي استراتيجيات التدريس الحديثة ومنها الانشطة الحركية، والابتكار الحركي في اكساب المهارات المختلفة في جميع جوانب الطفل، وكيفية تنفيذها بالشكل الذي يحقق النمو المتكامل للطفل.
- ٥- الاهتمام بادخال اسلوب الابتكار الحركي في جميع أنشطة تعلم الطفل حيث اثبت هذا الاسلوب فاعليته في تعليم الطفل من خلال هذا البحث .

٦- الاهتمام بتنفيذ الأنشطة الحركية لطفل المعد لهم داخل البرنامج اليومي للاطفال داخل الروضات لما اثبت من فاعلية في اكساب الاطفال سلوكيات ومهارات مهمة في حياتهم

٧- إعداد ورش عمل للمعلمة رياض الأطفال أثناء الخدمة للتدريبهن علي تنمية عناصر اللياقة البدنية لدي طفل الروضة.

٨- تخصيص وقت للأطفال في أثناء اليوم للتفكير كنشاط في الروضة يمارسون فيها الابتكار الحركي وأنشطة التفكير الجذابة والشيقة والتي تتمثل في الألعاب الحركية والاعاني الحركية والعاب الخيال الحركي والعاب التقليد والمحاكاة.

الدراسات المقترحة:

فيما يلي بعض المقترحات والدراسات المستقبلية ذات الصلة بهذا البحث:

١- مزيدا من الابحاث في مجال اللياقة اليدنية بشكل عام، وعناصر اللياقة البدنية لطفل الروضة بشكل خاص.

٢- اعداد برامج تدريبية للمعلمات والامهات لتنمية عناصر اللياقة البدنية لدي طفل الروضة.

٣- دراسة تتبعية عن اثر استخدام برنامج الأنشطة الحركية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والابتكار الحركي لطفل الروضة.

٤- استخدام الابتكار الحركي لطفل الروضة في تنمية العديد من المفاهيم والسلوكيات الاخري مثل (المفاهيم اللغوية والمفاهيم العلمية والمفاهيم الحسابية).

٥- اجراء مزيد من الدراسات حول اثر الأنشطة الحركية علي تنمية عناصر اللياقة البدنية التي لم تتطرق لها الرسالة

٦- برامج لتنمية عناصر اللياقة البدنية والابتكار الحركي لذوي الاحتياجات الخاصة.

المراجع:-

المراجع العربية:

- ١) ابراهيم، ريم احمد، عبد الغني، عيبر وحيد (٢٠١٦). "الابتكار الحركي وعلاقته بمستوي الطموح الرياضي والاداء الفني في التمرينات الايقاعية، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، مصر، العدد(٧٧)، ص ص ٥٣٣-٥١٢.
- ٢) ابراهيم، سعاد السيد (٢٠٠١). "فاعلية برنامج تربية حركية في تنمية بعض القيم الاخلاقية لدي مرحلة ما قبل المدرسة"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا
- ٣) السكري، خيرية ابراهيم، مهران، وسيلة محمد، عبدالرحمن، فاطمة فوزي (٢٠٠٥). المهارات الاساسية في التربية البدنية لرياض الاطفال(الاسوياء وذوي الاحتياجات الخاصة)، الاسكندرية، دار الوفاء للنشر للطباعة والنشر
- ٤) الشمري، حمد محمد، الزغبى، سودان حمد (٢٠١٤). "أثر الأنشطة الحركية في برنامج بورتاج للتدخل المبكر في تنمية مفهوم الذات لدي أطفال متلازمة داون في مرحلة رياض الأطفال في دولة الكويت، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مجلد(١٥)، عدد(٢)، ص ص ٤٠٩ -
- ٥) المشرفي، إنشراح إبراهيم (٢٠٠٩). التربية الحركية لطفل الروضة"، إحياء التراث الإسلامي للنشر والتوزيع، مكة المكرمة .
- ٦) الهزاع، هزاع بن محمد (٢٠٠٤). "النشاط الحركي في مرحلة الطفولة المبكرة -أهميته لصحة الطفل ونموه وتطوره الحركي"، إصدار الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية، الرياض.
- ٧) الجرواني، هالة ابراهيم، الصاوي، هشام محمد (٢٠١١). "الصحة واللياقة البدنية لطفل الروضة، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية
- ٨) الجرواني، هالة ابراهيم، الصاوي، هشام محمد (٢٠١٣). "تربية القوام لطفل ما قبل المدرسة"، الاسكندرية،المكتب الجامعي الحديث

- ٩) العطار، محمد محمود (٢٠٠٣). "اطفالنا واللعب في مرحلة الطفولة المبكرة"، مجلة الطفولة والتنمية، العدد ١٢، مجلد ٣، ص ص ١٨٧-٢٠٣
- ١٠) العلاونه، عمر احمد، ابو زامع، علي شحادة (٢٠١٣). "مدي توافر الكفايات الإدارية في مراكز اللياقة البدنية والصحية في عمان"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة مؤتة، الأردن.
- ١١) حافظ، شعبان حلمي (٢٠٠٤). "برنامج مقترح باستخدام القصص الحركية واثره في تنمية التحصيل المعرفي وبعض المهارات الحركية والابتكار الحركي لدي تلاميذ للصف الاول الابتدائي"، رسالة دكتوراه، كلية التربية، سوهاج.
- ١٢) حمودات، مكي محمد (٢٠٠٨). "أثر التدريب الدائري بطريقة التدريب الفترتي المنخفض الشدة في تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية"، مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية، المجلد (١٤)، العدد (٤٨).
- ١٣) درويش، صفاء مصطفى، محمد، سعاد السيد (٢٠٠٨). "فعالية برنامج أنشطة حركية مقترح لتنمية بعض المفاهيم التبولوجية والتصنيف لطفل مرحلة رياض الأطفال"، مجلة بحوث التربية الشاملة، مجلد (١)، ص ص ٨٥-١٠٤.
- ١٤) ربيع، مرام سراج الدين (٢٠٠٠). "فعالية برنامج حركات تعبيرية باستخدام اسلوب الاستكشاف علي تنمية الابتكار الحركي لطفل ما قبل المدارس"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة طنطا.
- ١٥) الربيعي، محمود داود، احمد، مازن عبدالهادي، محمد، سعيد صالح، كزار، مازن هادي (٢٠١٦). "الاتجاهات الحديثة لرياض الاطفال"، عمان، الدار المنهجية للنشر والتوزيع .
- ١٦) المصطفي، عبدالعزيز بن عبدالكريم (٢٠٠١). "أثر ممارسة الأنشطة الحركية الموجهه علي النمو الحركي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة"، مجلة جامعة أم القرى، مجلد (١٣)، عدد(١)، ص ص ٢١-٣٢.
- ١٧) رجب، محمد احمد (٢٠١٠). "تأثير برنامج للأنشطة الحركية علي تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدي المعاقين حركيا"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

١٨) سعد، ريم عماد الدين (٢٠١٤). "منظومة مقترحة من الحركات التعبيرية لتنمية الإبتكار الحركي لأطفال ما قبل المدرسة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق.

١٩) سلامة، جمال أحمد (٢٠٠٦). "تأثير درس تربية رياضية مقترح لتنمية السلوك الابتكاري بإستخدام اللعب والأنشطة الحركية والإيقاعية لدي طفل ما قبل المدرسة"، مجلة كلية التربية، العدد (٣٥)، ص ص ٤٦ - ٦٦ .

٢٠) شرف، عبدالحمد (٢٠٠٥). "التربية الرياضية والحركية للاطفال الاسوياء ومتحدي الاعاقة (بين النظرية والتطبيق)"، القاهرة: مركز الكتاب للنشر .

٢١) طلبه، ابتهاج محمود (٢٠٠٨): "لرماج طفل ما قبل المدرسة"، القاهرة : دار الزهراء للنشر والتوزيع.

٢٢) عبدالرحمن، أميرة عبدالقادر (٢٠١٤). "برنامج أنشطة حركية لتنمية بعض مفاهيم الأمن والسلامة لتقليل الإصابات الحركية لأطفال الروضة من ٥-٦ في ضوء المعايير القومية للرياض الأطفال" مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، العدد (٥٤)، ص ص ٥٤١-٥٦٢ .

٢٣) عبدالله، احمد محمد (٢٠١٠). "تأثير برنامج أنشطة إستكشافية حركية علي تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة وتعديل الإتجاه نحو البيئة لتلاميذ المرحلة الابتدائية" مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد (٤٤)، العدد (٨٤)، ص ص ١٦٠-١٩٠ .

٢٤) عز الدين، ابو النجا احمد، عثمان، عثمان مصطفى (٢٠٠١). "فاعلية برنامج تربية حركية علي التفكير الابتكاري وبعض القدرات البدنية لرياض الاطفال"، المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية، العدد ٢، المكتبة الرقمية للجامعات المصرية EG-EULE

٢٥) فتحي، هاني محمد (٢٠٠٣). "تأثير برنامج تعليمي للتربية الحركية علي بعض مكونات اللياقة الحركية لتلاميذ المرحلة الإبتدائية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.

- (٢٦) فضلون، حسان (٢٠٠١). "النشاط الحركي للطفل في مرحلة ما قبل ما بين ٦،٣ سنوات"،
مجلة كراسات الطفولة التونسية - المعهد العالي لإطارات الطفولة، تونس، العدد ١٠، ص ص
٤٤-٣٩
- (٢٧) فهيم، مجدي محمود، طه، اميرة محمود (٢٠١٥). "تعليم المهارات الأساسية الرياضية في
رياض الأطفال من خلال التربية الحركية"، الاسكندرية، مؤسسة عالم الرياضة ودار الوفاء
لذني الطباعة
- (٢٨) فوزي، آمال محمد، محمد، فاتن زكريا (٢٠٠٣). "برنامج أنشطة حركية مقترح لتنمية مكونات
الإبداع الحركي لطفل ما قبل المدرسة"، مجلة دراسات تربوية وإجتماعية، مجلد (٩)،
عدد(٤)، ص ص ١٨٩-٢١٧.
- (٢٩) محمد، حمزة عباس (٢٠١٥). "تأثير برنامج تعليمي للتربية الحركية علي بعض مكونات اللياقة
الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية"، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية،
مجلد ٥١، عدد ٩٧، ص ص ١٤٧-١٤٨.
- (٣٠) محمد، عبدالله عبد اللطيف (٢٠٠٧). "تأثير برنامج مقترح باستخدام القصة الحركية و
التمارين التمثيلية لتنمية اللياقة البدنية وبعض القدرات الحركية لتلاميذ الصفوف الاولى
للمرحلة الابتدائية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
- (٣١) محمد، عصام الدين، علي، رشا ناجح (٢٠١٠). "تأثير برنامج أنشطة حركية باستخدام الدراما
التعليمية المصورة في تحقيق بعض الأهداف في مرحلة رياض الأطفال"، المؤتمر العلمي
الدولي الثالث عشر (التربية البدنية والرياضة - تحديات الالفية الثالثة)، المجلد (٣)، ص ص
١٩٥-٢٢٧.
- (٣٢) محمد، مسعد حسن (٢٠٠٩). "تأثير برنامج بعض الحركات المركبة علي بعض المتغيرات
الفسولوجية ومكونات اللياقة البدنية الخاصة للاعبين المصارعة الحرة"، المؤتمر العلمي
الدولي الرابع لكلية التربية الرياضية جامعة اسيوط (الاتجاهات الحديثة لعلوم الرياضة في
ضوء سوق العمل)، مصر، مجلد (٢)، ص ص ١٧٦-١٤٧.

٣٣) مصلح، عدنان عارف (٢٠٠٩). "التربية في رياض الاطفال"، ط٢، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

٣٤) منسي، عبير محمود، المنير، راندا عبدالعليم (٢٠١١). "برامج طفل الروضة وتنمية الابتكارية"، القاهرة، عالم الكتب

٣٥) نافع، نشوي محمود (٢٠٠٥). "فاعلية استخدام الهيبرميديا علي تنمية التصور العقلي وتركيز الانتباه وعلاقتهم بتحسن الاداء الحركي الابتكاري في التمرينات الايقاعية لطلبات كلية التربية الرياضية"، مجلة نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، العدد (٥٦)

٣٦) الياس، اسما، مرتضي، سلوي (٢٠١٢). "دور الانشطة الحركية في حفظ جدول الضرب من قبل تلامذة الصف الثالث من التعليم الاساسي/ الحلقة الاولى (دراسة تجريبية في مدارس محافظة درعا)", مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، المجلد العاشر، العدد الرابع، ص ص ١٤٦-١٦٣

٣٧) يعقوب، إسحاق محمود (٢٠١٢). "اثر برنامج مقترح للياقة البدنية المرتبطة بالصحة في الكفاية الاجتماعية لدي التلاميذ المعاقين بصرياً"، مجلة التربية (جامعة الازهر)، ع(١٥١)، ج(١)، ص ص ١٩٦ - ١٣٧

المراجع الانجليزية :

- 38) Tamin, t. ,Idris , F.H, Mansyur,M.&Soegondo .S. (2015). " Model and effectiveness of endurance exercise to increase physical fitness intellectual disability subjects with obesity ", A randomized controlled trial , ActamedicaIndonesiana ,47(2), 35-12.
- 39) RadmilaKostic (2005). " fitnessgram activity gram, human kinetics , Fourth edition , the cooper institute
- 40) Stanish, H& Temple, V (2012). " Efficacy of a peer-guided exercise programme for adolescents with intellectual disability", Journal of applied research in intellectual disabilities ,25(4), 319-328 , Jul.
- 41) Fessakis,G.& Lappas,D.&Mavroudi,E.(2012). Could computer games-basd problem solving positivity affect the development of creativity in

- young children ? A mixed method case study, Springer Science + Business Media, pp.(207-225) .
- 42) Evridikizachopoulou,EfthimiosTrevlas, Elissavetkonstantinidou,(2005)." The design and implementation of physical education program children's creativity in the early years , volume 14, issue 3 ,pages 279-294.
- 43) Wang, Joanna Hui-tzu,(2003)." The Effect of a creative Movement program on motor creativity of children ages three to five", paper presented at the annual meeting of the American alliance for health, physical education ,recreation, and dance ,Philadelphia, PA,april 1-5 ,Taiwan.
- 44) Linden, P.(2002)." Body awareness training for children with attention difficit , Autism, or Aspergeres ", Columbus: Columbus center for movement studies ,www. Being –in-movement.com.
- 45) Romanova ,Assessing(2002)."physical condition as ameans of solving physical activity problems in pre-school children", preload 2002,7th annual congress of the European college of sport science Athens ,Greece, 24-25 July.
- 46) Oppewal, A.; Hilgenkamp, T.; Wijck,V.; Schoufour ,J. &Evenhuls,h(2015)."physical fitness is predictive for a decline in the ability to perform instrumentel activities of daily living in older adult with intellectual disabilities", Results of the HA-ID study , research in developmental disabilities, 41-42, 76-58.
- 47) Pagona,B&Costas,M.(2008). The development of motor creativity in elementary school children and its relation , Creativity Research Journal, Vol.(20),Issue.(1)
- 48) Adair John(2007).TheArt Of CreativeThinking,BritishLibrary Cataloguing120 PenonvilleRond,London NI 9JN ; United Kingdom