

” برنامج تربية حركية كمدخل لإكساب الثقافة القوامية لتلاميذ

الحلقة الأولى من التعليم الأساسي ”

- أ.د / ماجدة عقل صاير (*)
أ.م.د / أسماء طاهر نوفل (**)
د / ميلودي محمد سعد زغلول (***)
الباحثة / بسمة محمد ماضي (****)

- مقدمة ومشكلة البحث :

تشير فاتن عبد اللطيف محمود (٢٠١٩م) إلى أن التربية الحركية برنامجا تمهيديا ملائما للتربية الرياضية باعتبارها تبدأ مبكرا من الميلاد حتى البلوغ ، حيث توج المفهوم التقدمي الجديد للتربية الحركية ليعبر عن اتجاه تخصص حديث في التربية الرياضية له اصوله وفلسفته وميراثه من منطلق اطار مرجعي واضح ومحدد . وعلى الرغم من ان التربية الرياضية تعتمد بشكل أساسي على انماط الحركة الأساسية اكثر من اعتمادها على المهارات الحركية الخاصة ، وخاصة في المدرسة الابتدائية ، الا ان مفكرى التربية الحركية اوضحوا ان الحركات الأساسية وانماطها انما تعتبر مطلبا قليا ورئيسيا وتمهيديا لاغلب المهارات الحركية بأنواعها ، كما ان التربية الحركية هي اكثر برامج التربية الرياضية تحقيقا لأهداف التربية العامة بمفهومها الشامل . (١٢ : ٤٩)

وهناك دراسات تناولت برامج التربية الحركية منها دراسة كلاً من حبيب أحمد الصنوي (٢٠١٠م) ، عبد الحكيم على الزبيدي (٢٠١١م) ، منى طه السيد (٢٠١٤م) ، عباس أزييل الجياشي (٢٠١٥م) ، وفاء محمد الصيفي Wafaa Mohamed El-Seifi (٢٠١٦م) ، أسماء عبد المنعم بقلول (٢٠١٨م) ، أشرف عباس رمضان (٢٠١٨م) ، جورجوس زاروتيس Georgios F. Zarotis (٢٠١٨م) ، إيمان سيد سويلم (٢٠١٩م) ، ميلودي محمد سعد زغلول

(*) استاذ المناهج بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا .

(**) استاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا .

(***) مدرس بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا .

(****) باحثة بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا .

(٢٠١٩م) ، بوسى إبراهيم قاسم (٢٠٢٠م) وقد أكدت نتائج هذه الدراسات على أهمية برامج التربية الحركية في إكساب النواحي التربوية للأطفال ، ولم تتناول أى دراسة إستخدام مسرحة المناهج كمدخل لبرنامج تربية حركية لإكساب الثقافة القوامية .

ويذكر صالح بشير سعيد (٢٠١٢م) أن القوام السليم من أهم الدعائم الأساسية فى حياه الانسان فعن طريق القوام المعتدل السليم يستطيع الانسان ان يبني مجدا ويحي تراثا ويمارس شتى انواع الأنشطة البدنية التى تساعد على بناء جسم قوى خالى من الانحرافات والنشوهات والامراض ويساهم فى بناء حضاره فما من حضاره قامت وازدهرت ونمت الا وكانت الرياضة سمه من سمتها وما من حضارة اضمحلت واندثرت الا واهملت الجانب البدنى ، وأن إهتمام الانسان من قديم الازل بجسمه وصحته ولياقته وشكله كما تعرف عبر الثقافات المختلفة على الفوائد التى تعود من جراء ممارسه الأنشطة الرياضية والتى اتخذت اشكال اجتماعيه كالألعاب والتمرينات والتدريب الرياضى وتعرف على الآثار الإيجابية النافعة كالنفسية والاجتماعية والعقلية والمعرفية والحركية والجمالية والفنية وهذه الجوانب فى مجملها تشكل شخصيه للفرد تشكلا شاملا (١٠ : ١١) .

ويشير كلاً من أحمد محمد عبد السلام وعاصم صابر راشد (٢٠٠٣م) أن المدرسة الإبتدائية تعد هي أنسب مكان لغرس العادات الصحية السليمة وذلك لأن الطفل يمضي بها ست سنوات كاملة أو أكثر يتكون من خلالها جسميا وعقليا واجتماعيا ويمكن تشكيله وتغيير عاداته وتحسينها في تلك الحقبة من الزمن إذا توافرت له البرامج المناسبة الموضوعه بإتقان والمبنية علي الأسس العلمية السليمة . (٢ : ٤)

وتمثل الحلقة الاولى من التعليم الاساسي قاعدة البناء التعليمي ، والتي تهدف الي تحقيق النمو الشامل والمتزن والمتكامل للطفل والبرنامج الجيد في التربية الرياضية هوالذي يعمل علي توازن الخبرات المقدمة للمتعلم محفزا للنمو في المجالات الحركية والمعرفية والوجدانية باستخدام الاساليب التعليمية لتحقيق الاغراض التي يرمي اليها من تنمية وتطوير قدرات ومهارات الطفل الحركية الطبيعية من خلال ممارسة حرة وموجهة لانشطة ومهارات اساسية لتحقيق النمو الشامل المتزن بدنيا ومهاريا ومعرفيا وسلوكيا الا ان درس التربية الرياضية لايزال بعيد عن احتياجات التلاميذ من حب الاستطلاع والاستكشاف الحركي والبحث عن المعلومات والتجريب

والابتكار والتي هي من خصائص هذه المرحلة السنية ولذلك يعد استخدام المسرح احد المداخل التعليمية التي تسهم في تحقيق مستوى الجودة وفي خلق جيل واعى وذلك من خلال تجسيد الطفل للشخصية التي يؤدي دورها فيتقمصها مما يساعد في تعديل سلوكه نحو الافضل واكتساب المهارات الحركية والاجتماعية وتحقيق الاهداف السلوكية والمعرفية .

ويتعرض الأطفال في مراحل الدراسة إلي الكثير من المشاكل الصحية نتيجة لوجودهم في جو المدرسة وعلي ذلك فإن المدرسة مكان تجمع كبير وعادة تكون أماكن التجمع هذه مجالاً لانتقال الأمراض والعادات والاتجاهات التي قد يكون أكثرها غير مستحب لذلك فإن هذه المؤسسات التربوية قد تصبح أماكن ذات تأثير كبير في انحراف الأفراد بدلاً من حسن توجيههم ورعايتهم .

وهناك دراسات تناولت الثقافة القوامية منها دراسة كلاً من وائل محمد دسوقي (٢٠٠٨م) ، فايز محمد هادي (٢٠١١م) ، أحمد محمد عمارة (٢٠١٢م) ، هانى أحمد جادو (٢٠١٣م) ، هيلين أوشانا أنويا (٢٠١٤م) ، بافاريان وآخرون Bavarian et al (٢٠١٦م) ، مروة أحمد كشك (٢٠١٦م) ، هاكي وآخرون Haque et al (٢٠١٦م) ، هشام محمد الزواغى ونوال عبد الله الفتلى (٢٠١٨م) ، أحمد محمد سليمان (٢٠١٩م) ، دنيا حنق الصديق (٢٠٢٠م) وقد أكدت نتائج هذه الدراسات على أهمية إكتساب الثقافة القوامية للتلاميذ ولم تتناول أى دراسة استخدام مسرح المناهج كمدخل لبرنامج تربوية حركية لإكساب الثقافة القوامية .

وقد قامت الباحثات بعمل دراسة إستطلاعية لعدد (٢٠) تلميذ وتلميذة في الصف السادس الإبتدائي من مجتمع البحث تتضمن توجيه عدد من الأسئلة التى تتناول الثقافة القوامية ومدى الإلمام به ، وقد أكدت الدراسة على ضعف مستوى التلاميذ فى الثقافة القوامية وعدم الإلمام به بشكل مقبول .

وقد لاحظ الباحثات أن هناك إنخفاض في مستوى الثقافة القوامية بين تلاميذ المرحلة الاولى من التعليم الاساسي لذا اختارت الباحثة مرحلة التعليم الابتدائي لإنها تمثل بداية مرحلة التعليم الأساسي في مصر لما لها أيضا من أهمية خاصة كمرحلة هامة في تشكيل وتكوين العادات الصحية السليمة لدي الأطفال .

وهذا ما دعى الباحثات الى الاهتمام الجاد بدور التربية الحركية فى خلق فرص للإبداع والابتكار ، حيث تكون نتائج التلاميذ اكثر تنظيما واتقاناً ، ولما كانت مسرحه المناهج من اهم الاساليب المشوقة التى تبسط المعلومة وتعمل على التنمية الشاملة للتلاميذ وقدراتهم وميولهم واتجاهاتهم والاعداد العلمى الجاد ، وهناك دراسات تناولت الأنشطة الحركية مثل دراسة أماني إبراهيم خليفة (٢٠٠٩م) ، ودراسة هبة سعيد عبد المنعم (٢٠١٣م) والتي أكدت نتائجها على أهمية الأنشطة الحركية فى التحصيل المعرفى واكتساب المفاهيم والقيم وتعديل السلوك واكتساب الثقافات والسلوكيات الصحيحة .

(٣ : ٩٢) (٢٠ : ٧٤)

- هدف البحث :

بناء برنامج تربية حركية والتعرف على تأثيره فى إكساب الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .

- فرض البحث :

توجد فروض ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي فى اكتساب الثقافة القوامية لصالح القياس البعدي بعد تطبيق برنامج التربية الحركية على تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .

- مصطلحات البحث :

- التربية الحركية : هي مظهر من مظاهر التربية الرياضية للمراحل الاولى من عمر الطفل

تهدف الي تعليم الحركة وتنميتها والتعلم من خلالها . (١١ : ٤٠)

- الثقافة القوامية : هي مجموعة من المفاهيم والمعارف المرتبطة بالعادات القوامية ومواصفات

القوام السليم والتي من شأنها أن الحث على الإلتزام بالأوضاع السليمة والصحيحة فى

أساسيات الحياة اليومية مثل المشى والوقوف والجلوس الصحيح لعدم التعرض إلى

الإنحرافات القوامية . (تعريف إجرائى)

- الدراسات المرجعية :

١- دراسة إيمان سيد سويلم (٢٠١٩م) (٥) بعنوان " برنامج تربية حركية إلكترونى للأطفال

ذوى الإحتياجات الخاصة " تهدف إلى بناء برنامج تربية حركية إلكترونى باستخدام (الداتا

شو ، اللاب توب ، فيديو ، صور متحركة) لدى الأطفال الصم وضعاف السمع (٤ : ٦ سنوات ، وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة قياس قبلى وبعدى على عينة عمدية قوامها (١٩) طفل من (٤ : ٦) سنوات مرحلة رياض الاطفال منهم (٩) أطفال عينة أساسية بمدرسة الأمل للصم وضعاف السمع بشبرا - القاهرة و (١٠) أطفال عينة إستطلاعية ، وإستخدمت الباحثة أدوات الدراسة (الإختبار المعرفى - استمارات الاستبيان) ، وكانت أهم نتائج الدراسة هى : (فاعلية برنامج التربية الحركية الإلكتروني المقترح على عينة البحث واستخدام البرنامج للصور والفيديو والوسائل التعليمية المرئية المختلفة اثر بشكل ايجابى فى إكساب وتطوير المهارات الحركيه الأساسيه قيد البحث ، وأثر البرنامج المقترح بشكل واضح وفعال على تطوير وإكساب بعض المعلومات والمعارف الخاصه بالتربية الحركية على العينة قيد البحث فى الاختبار المعرفى ، وأثر البرنامج المقترح بشكل قوى وفعال على اكساب وتطوير بعض الجوانب الوجدانية والاجتماعية على العينه قيد البحث) .

٢- دراسة ميلودى محمد سعد زغلول (٢٠١٩م) (١٩) بعنوان " مسرحة العرائس القفازية كمدخل لبرنامج تربية حركية لإكتساب بعض المظاهر السلوكية والآداب والفضائل للأطفال المعاقين ذهنياً " تهدف إلى بناء برنامج تربية حركية بإستخدام العرائس القفازية كمدخل له والتعرف على دوره فى إكتساب بعض المظاهر السلوكية الإيجابية والآداب والفضائل للتلاميذ المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم ، وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية من المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم وبلغ عددهم (١٠) تلاميذ فى العام الدراسى ٢٠١٧/٢٠١٨م ، وإستخدمت الباحثة أدوات الدراسة (بطاقة المعلم فى المظاهر السلوكية - اختبار تحصيل معرفى مصور فى الآداب والفضائل - برنامج تربية حركية) ، وكانت أهم نتائج الدراسة هى : (أن مسرح العرائس القفازية كمدخل لبرنامج تربية حركية له تأثير إيجابى على تعديل بعض المظاهر السلوكية السلبية بالإضافة إلى إكتساب بعض الآداب والفضائل للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم) .

- إجراءات البحث :

- منهج البحث :

استخدمت الباحثات المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث وذلك لمعرفة تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع ، وقد استعانن بالتصميم التجريبي ذو مجموعة تجريبية واحدة باستخدام القياسات القبليّة والبعدية .

- مجتمع وعينة البحث :

يتمثل مجتمع البحث في تلاميذ الصف السادس الابتدائي من الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمدرسة الشهيد محمد السيد إسماعيل رمضان الابتدائية بإدارة كفر الزيات التعليمية بمحافظة الغربية في العام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١م البالغ عددهم (٢١٨) تلميذاً وتلميذة ، وقامت الباحثات بإختيار العينة بالطريقة العشوائية وبلغ عددهم (٣٠) تلميذاً وتلميذة لعينة الدراسة الأساسية بنسبة قدرها ١٣.٧٦% من إجمالي مجتمع البحث ، وقد قامت الباحثات باختيار (٢٠) تلميذاً وتلميذة لإجراء المعاملات العلمية وللدراسة الإستطلاعية بنسبة قدرها ٩.١٧% من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية .

- أسباب إختيار عينة البحث :

- توافر الإمكانيات المناسبة لتطبيق البحث .
- وجود عدد كبير من أطفال المرحلة السنوية (١٠ - ١٢) سنوات لعينة البحث .
- تعاون إدارة المدرسة مع الباحثات في تطبيق البحث .
- جميع أفراد العينة يخضعون لخطة دراسية واحدة .
- تقارب المستوى الإقتصادي والإجتماعي لدى أطفال المرحلة حيث أنهم جميعاً من مدرسة الشهيد محمد السيد إسماعيل رمضان الابتدائية بمركز كفر الزيات - محافظة الغربية .

- تجانس أفراد عينة البحث :

قامت الباحثات بالتأكد من اعتدالية توزيع عينة البحث ككل في ضوء بعض المتغيرات التي ربما يكون لها تأثير على المتغير التجريبي وتتمثل فيما يلي : معدلات النمو (العمر الزمني - الطول - الوزن) ، ومقياس الثقافة القوامية ، وجدول (١) يوضح معامل الإلتواء والتجانس بين عينة البحث ككل

جدول (١)

الدلالات الإحصائية لتوصيف إجمالي عينة البحث في المتغيرات الأساسية لبيان إعتدالية البيانات

ن = ٣٠

م	متغيرات الدراسة	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل التقلطح	معامل الالتواء
معدلات دلالات النمو							
١-	السن	شهر	١١.٦٢٥	١١.٧٥٠	٠.٤٢٣	١.٤٩٤-	٠.٤١٣-
٢-	الطول	سم	١٣١.٩٥٠	١٣١.٥٠٠	١.٧٣١	٠.٩٥٠-	٠.٣٢٣
٣-	الوزن	كجم	٣٤.٨٥٠	٣٤.٥٠٠	٢.٠٤٩	١.٠٣٩-	٠.٠٨٤-
مقياس الثقافة القوامية							
٤-	العادات القوامية	درجة	٤.٩٠٠	٥.٠٠٠	١.٤٥٠	٠.٨٤٤	٠.٨١١
٥-	المواصفات البدنية للقوام السليم	درجة	٦.٦٦٧	٦.٠٠٠	١.٦٦٨	٠.٥٣١	٠.٨٠٧
٦-	صحة القوام	درجة	١١.٥٦٧	١٢.٠٠٠	٣.١٨١	١.٠١٦-	٠.٠٢٦
	الإجمالي	درجة	٢٣.١٣٤	٢٣.٠٠٠	٥.٤٩٦	٠.٥٠٩-	٠.٤٤٩

الخطا المعياري لمعامل الالتواء = ٠.٣٧٤

حد معامل الالتواء عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٧٣٣

يوضح جدول (١) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية قيد البحث ، ويتضح قرب البيانات من إعتدالية التوزيع وتمائل المنحنى الاعتدالي حيث تراوحت قيم معامل الالتواء ما بين (± ٣) مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات الغير إعتدالية .

- مواد المعالجة التجريبية :

وتتضمن هذه المرحلة الخطوات التالية :

- إعداد وسائل جمع البيانات .
- برنامج تربية حركية بإستخدام مسرحة المناهج .

أولاً : إعداد وسائل جمع البيانات :

- معدلات النمو (الطول - الوزن - العمر الزمني) .
- مقياس الثقافة القوامية .

وقد إستخدمت الباحثات الوسائل التالية لمناسبتها لطبيعة البحث :

أولاً : أدوات للدلالة على معدلات النمو : وتمثلت فى القياسات التالية :

- العمر الزمنى : بالرجوع إلى تاريخ الميلاد " لأقرب سنة " .
- الطول : بواسطة إستخدام جهاز الرستاميتير " لأقرب سنتيمتر " .
- الوزن : بواسطة الميزان الطبى " لأقرب كيلو جرام " .

ثالثاً : مقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى :

- صدق مقياس الثقافة القوامية :

- صدق المحكمين لمقياس الثقافة القوامية :

إستخدمت الباحثات صدق المحكمين بعرض المقياس على عدد (٩) خبراء ، وقد حددت الباحثة شروط إختيار الخبير أن يكون عضو من السادة أعضاء هيئة التدريس من كليات التربية الرياضية قسمى (المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية - علوم الصحة الرياضية) وألا تقل عدد سنوات خبرته عن ١٠ سنوات ، وذلك بغرض التحقق من أن المقياس يقيس بالفعل الهدف الذى وضع من أجله ، وذلك فى الفترة من ٢٠٢٠/٩/١٩م إلى ٢٠٢٠/١٠/١٥م ، وقد تفضلوا بإبداء الرأى سواء بالتعديل أو الحذف أو الإضافة إلى أن إنتهى المقياس إلى صورته النهائية الحالية .مرفق ()

تم عرض الأبعاد المبدئية على الخبراء وذلك لإضافة أو حذف أو تعديل أى محور من تلك المحاور مستخدماً فى ذلك مقياس ثنائى التقدير (مناسب - غير مناسب) ، وجاء رأى الخبراء حول أبعاد المقياس فى صورته المبدئية ، كما هو موضح بجدول رقم (٢) .

جدول (٢)

آراء الخبراء حول أبعاد مقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى

ن = ٩

الأهمية النسبية	الوزن النسبى	غير أوافق		أوافق		البيان	البُعد
		%	ك	%	ك		
١٠٠.٠٠	٩	٠.٠٠	٠	١٠٠.٠٠	٩	العادات القوامية	الأول

الثاني	المواصفات البدنية للقوام السليم	٩	١٠٠.٠٠	٠	٠.٠٠٠	٩	١٠٠.٠٠٠
الثالث	صحة القوام	٩	١٠٠.٠٠	٠	٠.٠٠٠	٩	١٠٠.٠٠٠
الرابع	إنحرافات القوام	٤	٤٤.٤٤	٥	٥٥.٥٦	٤	٤٤.٤٤

يوضح جدول رقم (٢) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية لآراء الخبراء حول أبعاد مقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي حيث تراوحت الآراء ما بين (٤٤.٤٤ % - ١٠٠ %) وقد إرتضت الباحثات والمشرفين بالمحاور التي حصلت على أهمية نسبية قدرها ٧٠ % فأكثر ، لذا تم إستبعاد البُعد الرابع (إنحرافات القوام) حيث تم الموافقة عليه من قُبل السادة الخبراء بنسبة ٤٤.٤٤ % وهى أقل من النسبة التي أرتضت بها الباحثة والسادة المشرفين .

ثم قامت الباحثات بصياغة مجموعة من العبارات بكل بُعد حيث بلغ عدد العبارات (٥٣) عبارة تم عرضها على الخبراء لإبداء الرأى فيها - فى صورته المبدئية - ويوضح الجدول رقم (٣) آراء الخبراء حول عبارات المقياس .

جدول (٣)

آراء الخبراء حول عبارات مقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

ن = ٩

البُعد الأول		البُعد الثانى		البُعد الثالث	
م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %
١	١٠٠.٠٠	١٤	١٠٠.٠٠	٢٧	٨٨.٨٩
				٤١	٨٨.٨٩

١٠٠.٠٠٠	٤٢	١٠٠.٠٠٠	٢٨	١٠٠.٠٠٠	١٥	٨٨.٨٩	٢
٧٧.٧٨	٤٣	٨٨.٨٩	٢٩	٨٨.٨٩	١٦	١٠٠.٠٠٠	٣
٥٥.٥٦	٤٤	١٠٠.٠٠٠	٣٠	٨٨.٨٩	١٧	١٠٠.٠٠٠	٤
١٠٠.٠٠٠	٤٥	١٠٠.٠٠٠	٣١	٧٧.٧٨	١٨	١٠٠.٠٠٠	٥
٨٨.٨٩	٤٦	١٠٠.٠٠٠	٣٢	١٠٠.٠٠٠	١٩	٨٨.٨٩	٦
٧٧.٧٨	٤٧	٤٤.٤٤	٣٣	٧٧.٧٨	٢٠	٧٧.٧٨	٧
٨٨.٨٩	٤٨	١٠٠.٠٠٠	٣٤	٨٨.٨٩	٢١	١٠٠.٠٠٠	٥
١٠٠.٠٠٠	٤٩	٨٨.٨٩	٣٥	١٠٠.٠٠٠	٢٢	٧٧.٧٨	٩
١٠٠.٠٠٠	٥٠	١٠٠.٠٠٠	٣٦	١٠٠.٠٠٠	٢٣	١٠٠.٠٠٠	١٠
٨٨.٨٩	٥١	١٠٠.٠٠٠	٣٧	٨٨.٨٩	٢٤	١٠٠.٠٠٠	١١
١٠٠.٠٠٠	٥٢	١٠٠.٠٠٠	٣٨	١٠٠.٠٠٠	٢٥	٧٧.٧٨	١٢
١٠٠.٠٠٠	٥٣	٨٨.٨٩	٣٩	١٠٠.٠٠٠	٢٦	٨٨.٨٩	١٣
		١٠٠.٠٠٠	٤٠				

يوضح جدول رقم (٣) النسبة المئوية لآراء الخبراء حول عبارات المقياس ويتضح تراوح النسبة المئوية للعبارات ما بين (٤٤.٤٤ % - ١٠٠ %) وقد إرتضت الباحثات بالعبارات التي حصلت على أهمية نسبية قدرها ٧٠ % فأكثر .

جدول (٤)

العدد المبدئي وعدد العبارات المستبعدة وأرقامها وعدد العبارات المعدلة وأرقامها والعدد النهائي

لمقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

م	الْبُعد	العدد المبدئي للعبارات	عدد العبارات المستبعدة	أرقام العبارات المستبعدة	عدد العبارات المعدلة	أرقام العبارات المعدلة	العدد النهائي للعبارات
١	العادات القوامية	١٣	-	-	١	١	١٣

١٣	٢١	١	-	-	١٣	المواصفات البدنية للقوام السليم	٢
٢٥	٥١، ٣٠	٢	٤٤، ٣٣	٢	٢٧	صحة القوام	٣
٥١	-	٢	-	١١	٥٣	الإجمالي	

يوضح جدول رقم (٤) العدد المبدئي وعدد العبارات المستبعدة وأرقامها وعدد العبارات

المعدلة وأرقامها والعدد النهائي لمقياس الثقافة القوامية .

- صدق الإتساق الداخلي لمقياس الثقافة القوامية :

قامت الباحثات بحساب معامل صدق الإتساق الداخلي لمقياس الثقافة القوامية عن طريق تطبيق المقياس على مجموعة من تلاميذ الصف السادس الإبتدائي من الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمدرسة الشهيد محمد السيد إسماعيل رمضان الإبتدائية بمركز كفر الزيات - محافظة الغربية ، وعددهم (٢٠) تلميذاً ممثلة لمجتمع البحث ، وذلك بغرض تقدير صدق عبارات المقياس وقد تم ذلك بحساب معاملات الإرتباط بين كل عبارة ومجموع البُعد وبين كل عبارة والمجموع الكلي للأبعاد وبين البُعد والمجموع الكلي للأبعاد .

جدول (٥)

صدق الاتساق الداخلي بين العبارة ومجموع البُعد وبين العبارة والمجموع الكلي لأبعاد مقياس

الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

ن = ٢٠

البُعد الأول			البُعد الثاني			البُعد الثالث		
م	العبارة	مع	م	العبارة	مع	م	العبارة	مع
م	العبارة	مع	م	العبارة	مع	م	العبارة	مع

المحور	المجموع	المحور	المجموع	المحور	المجموع	المحور	المجموع	المحور	المجموع	المحور	المجموع
٠.٨٩	٤٠	٠.٨٣	٢٧	٠.٨٤	١٤	٠.٩١	١٤	٠.٨٩	١		
٠.٨٦	٤١	٠.٩١	٢٨	٠.٨٥	١٥	٠.٩٠	١٥	٠.٨٤	٢		
٠.٩٠	٤٢	٠.٨٧	٢٩	٠.٨٩	١٦	٠.٨٤	١٦	٠.٨٦	٣		
٠.٨٦	٤٣	٠.٧٨	٣٠	٠.٨٣	١٧	٠.٨٧	١٧	٠.٨٩	٤		
٠.٨٤	٤٤	٠.٩٠	٣١	٠.٨٥	١٨	٠.٨٩	١٨	٠.٩٢	٥		
٠.٨٦	٤٥	٠.٨٩	٣٢	٠.٩٢	١٩	٠.٨٦	١٩	٠.٨٧	٦		
٠.٨٤	٤٦	٠.٨٩	٣٣	٠.٩٠	٢٠	٠.٨٦	٢٠	٠.٨٥	٧		
٠.٨١	٤٧	٠.٩١	٣٤	٠.٨٨	٢١	٠.٨٣	٢١	٠.٨٤	٨		
٠.٩١	٤٨	٠.٨٣	٣٥	٠.٨٧	٢٢	٠.٨٤	٢٢	٠.٩١	٩		
٠.٨٧	٤٩	٠.٨٨	٣٦	٠.٨٩	٢٣	٠.٨٤	٢٣	٠.٩٠	١٠		
٠.٨٧	٥٠	٠.٩١	٣٧	٠.٩٢	٢٤	٠.٨٨	٢٤	٠.٨٣	١١		
٠.٨٩	٥١	٠.٨٩	٣٨	٠.٨٥	٢٥	٠.٨٩	٢٥	٠.٨٨	١٢		
		٠.٨٣	٣٩	٠.٨٨	٢٦	٠.٩٠	٢٦	٠.٨٠	١٣		

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول رقم (٥) وجود إرتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة ومجموع البُعد حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٨١ - ٠.٩٢) ، وبين العبارة والمجموع الكلى للأبعاد حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٧٨ - ٠.٩٢) مما يشير إلى صدق الإتساق الداخلى لمقياس الثقافة القوامية وذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥ .

جدول (٦)

صدق الإتساق الداخلى بين مجموع البُعد والمجموع الكلى لأبعاد مقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى

ن = ٢٠

معامل الارتباط	البيان	الأبعاد
٠.٨٧	العادات القوامية	الأول
٠.٩١	المواصفات البدنية للقوام السليم	الثانى
٠.٩٠	صحة القوام	الثالث

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول رقم (٦) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين مجموع البُعد وبين المجموع الكلي لأبعاد مقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٨٧ - ٠.٩١) مما يشير إلى صدق مقياس الثقافة القوامية وذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥ .

- ثبات مقياس الثقافة القوامية :

- حساب معامل الثبات عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق Test – Retest :

قامت الباحثات بحساب معامل الثبات بمقياس الثقافة القوامية عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق Test – Retest حيث تم تطبيق المقياس على مجموعة من تلاميذ الصف السادس الابتدائى من الحلقة الأولى من التعليم الأساسى الشهيد محمد السيد إسماعيل رمضان الابتدائية بمركز كفر الزيات - محافظة الغربية وعددهم (٢٠) تلميذاً ممثلة لمجتمع البحث ، وقد قامت الباحثات بإجراء التطبيق الأول ، ثم قامت الباحثة بإجراء إعادة التطبيق مرة أخرى بفصل الزمنى بين التطبيقين قدره (١٠) أيام ، وقد تم ذلك باستخدام معادلة سبيرمان للرتب.

جدول (٧)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لبيان معامل ثبات مقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى

ن = ٢٠

البُعد الأول		البُعد الثانى		البُعد الثالث	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٠.٩٣	١٤	٠.٩١	٢٧	٠.٨٩
٢	٠.٨٧	١٥	٠.٨٩	٢٨	٠.٩٢
٣	٠.٩١	١٦	٠.٩٠	٢٩	٠.٨٩

البُعد الأول		البُعد الثاني		البُعد الثالث	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
٤	٠.٨٦	١٧	٠.٩١	٤٣	٠.٨٩
٥	٠.٩٢	١٨	٠.٩٣	٤٤	٠.٩٢
٦	٠.٩١	١٩	٠.٨٧	٤٥	٠.٩٠
٧	٠.٨٩	٢٠	٠.٩٣	٤٦	٠.٩١
٨	٠.٨٧	٢١	٠.٩٤	٤٧	٠.٨٧
٩	٠.٩١	٢٢	٠.٨٩	٤٨	٠.٨٩
١٠	٠.٨٦	٢٣	٠.٩٢	٤٩	٠.٩٢
١١	٠.٩٣	٢٤	٠.٩١	٥٠	٠.٩٠
١٢	٠.٨٩	٢٥	٠.٨٩	٥١	٠.٩١
١٣	٠.٩١	٢٦	٠.٩٣		

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول رقم (٧) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق لمقياس الثقافة القوامية حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٨٦ - ٠.٩٤) وهى معاملات ارتباط ذو دلالة عالية مما يشير إلى ثبات مقياس الثقافة القوامية .

- حساب معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية معامل ألفا كرونباخ :

استخدمت الباحثات التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ لبيان معامل ثبات مقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى ، والجدول التالى يوضح ذلك .

جدول (٨)

التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ لبيان معامل الثبات لمقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى

ن = ٢٠

البُعد	البيان	اختبار التجزئة النصفية		معامل ألفا
		سبيرمان - براون	جتمان	
الأول	العادات القوامية	٠.٨٧٢	٠.٨٥٩	٠.٨٨٩
الثانى	المواصفات البدنية للقوام	٠.٨٤٩	٠.٨١٨	٠.٨٩٤

			السليم	
٠.٩٠١	٠.٨٦٦	٠.٨٦٦	صحة القوام	الثالث
٠.٩٠٢	٠.٨٦٩	٠.٨٨٣	الدرجة الكلية	

يوضح جدول رقم (٨) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين عبارات كل بُعد من مقياس الثقافة القوامية واجمالي عبارات المقياس لبيان معامل الارتباط الكلي ، حيث حقق اختبار التجزئة النصفية بطريقتي سبيرمان - براون ، وجتمان ، وكذلك معامل ألفا كرونباخ لبيان معامل الثبات لمقياس الثقافة القوامية ، ويتضح وجود دلالات إحصائية ذو دلالة عالية مما يشير إلى ثبات مقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي .

ثانياً : برنامج التربية الحركية :

خطوات إعداد مسرحية المناهج لبرنامج التربية الحركية :

- ١ - بعد الاطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة كدراسة مني عطية عوض (٢٠٠٢م) ، سوزان عبد الله العيسوي (٢٠٠٤م) ، نجية أحمد مرموش (٢٠٠٦م) ، عصام الدين عزمي (٢٠٠٨م) ، دوتيب و اوبوز Duatepe and Ubuz (٢٠٠٩م) ، كوكدارا و يلماز Cokadar and Yilmaz (٢٠١٠م) ، ووكر وآخرون Walker, et al (٢٠١١م) ، تاسكين كان Taskin Can (٢٠١٢م) ، منال على تعيلب (٢٠١٤م) ، رشا سيد حمدي (٢٠١٨م) ، نسرين محمد حامد (٢٠١٨م) ، بوسى إبراهيم قاسم (٢٠٢٠م) .
- ٢ - إستطلاع آراء الخبراء لتحديد أهم عبارات أبعاد مقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الاساسي .
- ٣ - قامت الباحثات بمسرحية التربية الحركية في حصة التربية الرياضية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الاساسي من خلال مراجعة المراجع العلمية والدراسات السابقة كدراسة حبيب أحمد الصنوي (٢٠١٠م) ، عبد الحكيم على الزبيدي (٢٠١١م) ، منى طه السيد (٢٠١٤م) ، عباس أزييل الجياشي (٢٠١٥م) ، أسماء عبد المنعم بقلول (٢٠١٨م) ، أشرف عباس رمضان (٢٠١٨م) ، إيمان سيد سويلم (٢٠١٩م) ، ميلودي محمد سعد زغلول (٢٠١٩م) ، بوسى إبراهيم قاسم (٢٠٢٠) .

- ٤ - وقد إشتهل برنامج التربية الحركية المقترح على عدد (١٤) أربعة عشر مسرحية وتم أخذ رأى خبراء ميادينيين فى المسرح التعليمى .
- ٥ - تم اطلاع بعض المتخصصين فى المناهج وطرق التدريس وعلوم الصحة الرياضية ببعض كليات التربية الرياضية على محتوى وحدات مسرحية التربية الحركية وتم موافقتهم على محتوى الوحدات
- ٦ - قامت الباحثة بتطبيق بعض محتوى وحدات مسرحية التربية الحركية المقترح للتأكد من مناسبتها وأنها تتناسب مع تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى ، وهذا بمسرح المدرسة للتأكد من توفير كل الامكانيات والوسائل التي تتعلق بوحدات المسرحية .
- ٧ - الإطار الزمنى لتنفيذ البرنامج : إستغرق تنفيذ برنامج التربية الحركية من خلال حصص التربية الرياضية وقد استغرق تنفيذ البرنامج شهر وثلاث أسابيع بواقع (٣) ثلاث وحدات وتحتوي الوحدات على مايلى :

جدول (٩)

الإطار الزمنى لوحدات البرنامج

الوحدة	الهدف	عدد الدروس	المدة الزمنية
الأولى	العادات القوامية	٦	ثلاث أسابيع
الثانية	المواصفات الفنية للقوام السليم	٣	أسبوع ونص
الثالثة	صحة القوام	٥	أسبوعين ونص
الإجمالى		١٤	٧ أسابيع بما يعادل شهر وثلاث أسابيع

- وقد بلغ عدد الدروس الخاصة بالبرنامج (١٤) أربعة عشر درساً موزعاً على (٢) درسان إسبوعياً ، وقد اشتمل كل الدرس على الاجزاء التالية :
- أعمال إدارية : (تغيير الملابس - أداء التحية - أخذ الغياب) (٣ دقائق) .
 - مشاهدة المسرحية : فى مسرح المدرسة (١٢ دقيقة) .
 - جزء الإحماء : (٥ دقائق) .
 - الجزء الرئيسى : الأنشطة التي تتعلق بالبرنامج المقترح (١٧ دقيقة) .
 - الجزء الختامى : (تهدئة - إرشادات - إنصراف) (٨ دقائق) .
- وبذلك يكون إجمالى الزمن المخصص للدرس الواحد (٤٥ دقيقة) .

٨ - وقد حرصت الباحثات على مقابلة المحكمين أثناء فحصهم للبرنامج حتى تتمكن من مناقشتهم والإجابة على إستفساراتهم ومن خلال إستعراض آرائهم وتحليلها إتضح موافقتهم على صلاحية البرنامج للتطبيق بكل ما تتضمن بنسبة مئوية قدرها ١٠٠% .

- الدراسة الإستطلاعية :

بعد موافقة المحكمين على البرنامج المقترح قيد البحث ، قامت الباحثة بتجريب أجزاء من البرنامج (مسرحية المناهج) على عينة ممثلة لمجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وبلغ عددها (٢٠) عشرون تلميذاً من تلاميذ الصف السادس الإبتدائي من الحلقة الأولى من التعليم الأساسى بمدرسة الشهيد محمد السيد إسماعيل رمضان الابتدائية بمركز كفر الزيات - محافظة الغربية ، وذلك في الفترة من ٢٠٢٠/١١/١م إلى ٢٠٢٠/١١/٥م من أجل التعرف على :

- مدى استجابة تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الاساسي في المرحلة السنية من (١٠ - ١٢) للبرنامج المقترح .
- مدى ملائمة أسلوب وعرض البرنامج بالنسبة للتلاميذ .
- الصعوبات التي تعترض تطبيق تجربة الدراسة على التلاميذ .
- مناسبة الزمن لتطبيق البرنامج ومناسبته لقدرة التلاميذ وفهمهم له .

وبناءً على نتائج الدراسة تم التأكد من ملائمة البرنامج المقترح قيد البحث للهدف الذي تم وضعه وأصبح مكتمل وملائم تماماً للتطبيق الفعلى على عينة البحث الأصلية .

- خطوات إجراءات البحث الأساسية :

أولاً : القياسات القبليّة :

بعد أن تم التأكد من المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) المستخدمة قيد البحث ، قامت الباحثة بإجراء القياسات القبليّة لمتغيرات البحث على (مجموعة البحث) والبلغ عددهم (٣٠) ثلاثون تلميذاً في يوم ٢٠٢٠/١١/١٢م للتعرف على إعتدالية بيانات العينة الاساسية في

معدلات النمو (العمر الزمني - الطول - الوزن) ، ومقياس الثقافة القوامية في صورته النهائية على عينة الدراسة الاساسية .

ثانياً : تنفيذ البرنامج (الدراسة الأساسية) :

تم تطبيق برنامج التربية الحركية باستخدام اسلوب مسرحية المناهج على تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الاساسي (قيد الدراسة) على عينة الدراسة الاساسية (المجموعة التجريبية) بواقع (٣٠) ثلاثون تلميذاً في الفترة من ٢٠٢٠/١١/١٦ م وحتى ٢٠٢٠/١٢/٣١ م ، وقد راعى الباحثات ما يلي أثناء تنفيذ البرنامج :

- مشاهدة المسرحيات التي تعبر عن التربية الحركية .
- الخروج إلى الملعب لتطبيق باقي البرنامج من خلال الانشطة الحركية .
- الالتزام بالخطة المحددة في الصف السادس من الحلقة الاولى من التعليم الاساسي وهي درسان إسبوعياً ويستغرق كل درس (٤٥) خمسة واربعون دقيقة .
- قامت الباحثة بتدريس البرنامج المقترح طول فترة البرنامج .

ثالثاً : القياس البعدي :

تم إجراء القياس البعدي على أفراد البحث الاساسية (المجموعة التجريبية) في يوم ٢٠٢١/١/٤ م حيث قامت الباحثات بتطبيق مقياس الثقافة القوامية في صورته النهائية على عينة الدراسة الاساسية بنفس الشروط المتبعة في القياس القبلي وذلك لمعرفة مدى التحسن الذي طرأ على عينة الدراسة التجريبية بعد تطبيق برنامج التربية الحركية باستخدام مسرح المناهج .

- المعالجات الإحصائية المستخدمة :

استخدمت الباحثات المعالجات الإحصائية الملائمة لطبيعة بيانات البحث وذلك من

خلال البرنامج الإحصائي SPSS وكانت كالتالي :

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- فروق المتوسطات .
- إختبار (ت) .

- ايتا^٢ .
 - معامل الصدق .
 - معامل الارتباط .
 - النسبة المئوية .
 - معامل الثبات (التطبيق وإعادة التطبيق Test – Retest) .
 - معامل الثبات (اختبار التجزئة النصفية – ألفا كرونباخ) .
 - الوزن النسبي .
 - الأهمية النسبية .
 - الخطأ المعياري للمتوسط .
 - فروق المتوسطات .
 - نسبة التحسن .
 - حجم التأثير .
- عرض ومناقشة النتائج :
- عرض النتائج :

جدول (١٠)

دلالة الفروق ونسب التحسن المئوية بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث
التجريبية في البعد الأول الخاص بالعادات القوامية

ن = ٣٠

م	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %
	ع ±	س	ع ±	س				
-١	٠.٤٦٦	٠.٣٠٠	٠.٤٣٠	٠.٧٦٧	٠.٤٦٧	٠.٠٦٨	٦.٩١٠	١٥٥.٥٦٧
-٢	٠.٥٠٤	٠.٤٣٣	٠.٤٥٠	٠.٧٣٣	٠.٣٠٠	٠.٠٦٥	٤.٦٠٩	٦٩.٢٣٦
-٣	٠.٤٥٠	٠.٢٦٧	٠.٤٣٠	٠.٧٦٧	٠.٥٠٠	٠.٠٦٥	٧.٦٨١	١٨٧.٤٧٧
-٤	٠.٤٥٠	٠.٢٦٧	٠.٤٦٦	٠.٧٠٠	٠.٤٣٣	٠.٠٧٢	٦.٠١٦	١٦٢.٤٦٧
-٥	٠.٤٧٩	٠.٦٦٧	٠.٣٠٥	٠.٩٠٠	٠.٢٣٣	٠.٠٥٤	٤.٣٥٧	٣٤.٩٩٣
-٦	٠.٥٠٧	٠.٤٦٧	٠.٤٣٠	٠.٧٦٧	٠.٣٠٠	٠.٠٦٥	٤.٦٠٩	٦٤.٢٨١

م	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %
	ع ±	س	ع ±	س				
-7	0.498	0.400	0.479	0.667	0.267	0.062	4.293	66.675
-8	0.479	0.333	0.430	0.767	0.433	0.072	6.018	130.033
-9	0.466	0.300	0.479	0.667	0.367	0.069	5.277	122.233
-10	0.498	0.400	0.346	0.867	0.467	0.073	6.425	116.675
-11	0.466	0.300	0.407	0.800	0.500	0.073	6.864	166.667
-12	0.498	0.400	0.305	0.900	0.500	0.073	6.864	125.000
-13	0.490	0.367	0.430	0.767	0.400	0.071	5.636	109.081
مجموع البعد	1.450	4.900	1.278	10.067	5.167	0.291	17.733	105.449

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 1.699

يتضح من الجدول رقم (١٠) دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في عبارات البعد الأول الخاص بالعادات القوامية ، وقد تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٤.٢٩٣ - ٧.٦٨١) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين لصالح القياس البعدي ، كما تراوحت قيمة نسبة التحسن ما بين (٣٤.٩٩٣ % إلى ١٨٧.٤٧٧ %) .

جدول (١١)

دلالة الفروق ونسب التحسن المئوية بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية

في البعد الثاني الخاص بالموصفات البدنية للقوام السليم

ن = ٣٠

م	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %
	ع ±	س	ع ±	س				
-14	0.509	0.500	0.450	0.733	0.233	0.064	3.659	46.660

م	القياس القبلي		القياس البعدي	فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %
	ع ±	س					
-١٥	٠.٤٧٩	٠.٦٦٧	٠.٩٠٠	٠.٣٠٥	٠.٢٣٣	٤.٤٨٥	٣٤.٩٩٣
-١٦	٠.٤٩٨	٠.٤٠٠	٠.٨٦٧	٠.٣٤٦	٠.٤٦٧	٧.٢٥٧	١١٦.٦٧٥
-١٧	٠.٤٩٠	٠.٣٦٧	٠.٨٠٠	٠.٤٠٧	٠.٤٣٣	٨.٣٣٠	١١٨.١٦٢
-١٨	٠.٤٦٦	٠.٧٠٠	٠.٩٠٠	٠.٣٠٥	٠.٢٠٠	٣.٣٠٢	٢٨.٥٧١
-١٩	٠.٥٠٤	٠.٥٦٧	٠.٩٠٠	٠.٣٠٥	٠.٣٣٣	٧.٠١١	٥٨.٨١٤
-٢٠	٠.٤٩٠	٠.٦٣٣	٠.٩٣٣	٠.٢٥٤	٠.٣٠٠	٦.٦٥٢	٤٧.٣٧١
-٢١	٠.٤٩٠	٠.٦٣٣	٠.٩٠٠	٠.٣٠٥	٠.٢٦٧	٤.٠١١	٤٢.١١٣
-٢٢	٠.٤٩٨	٠.٤٠٠	٠.٧٦٧	٠.٤٣٠	٠.٣٦٧	٧.٤١٠	٩١.٦٧٥
-٢٣	٠.٥٠٤	٠.٥٦٧	٠.٩٠٠	٠.٣٠٥	٠.٣٣٣	٥.٥٧٣	٥٨.٨١٤
-٢٤	٠.٤٩٨	٠.٤٠٠	٠.٨٦٧	٠.٣٤٦	٠.٤٦٧	٧.٢٥٧	١١٦.٦٧٥
-٢٥	٠.٥٠٩	٠.٥٠٠	٠.٩٣٣	٠.٢٥٤	٠.٤٣٣	٨.٣٣٠	٨٦.٦٦٠
-٢٦	٠.٤٧٩	٠.٣٣٣	٠.٩٣٣	٠.٢٥٤	٠.٦٠٠	١١.٧٧١	١٨٠.٠١٨
مجموع البعد	١.٦٦٨	٦.٦٦٧	١١.٣٣٣	١.٠٦١	٤.٦٦٧	١٥.٧٢٥	٦٩.٩٩٩

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 1.699$

يتضح من الجدول رقم (١١) دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية 0.05 بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية فى عبارات البعد الثانى الخاص بالموصفات البدنية للقوام السليم ، وقد تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين ($3.302 - 11.771$) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين لصالح القياس البعدي ، كما تراوحت قيمة نسبة التحسن ما بين ($28.571\% \text{ إلى } 180.018\% \text{) .}$

جدول (١٢)
دلالة الفروق ونسب التحسن المئوية بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث
التجريبية
فى البعد الثالث الخاص بصحة القوام

ن = ٣٠

م	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %
	ع ±	س	ع ±	س				
-٢٧	٠.٤٧٩	٠.٦٦٧	٠.٩٠٠	٠.٣٠٥	٠.٢٣٣	٠.٠٧٤	٣.١٦٣	٣٤.٩٩٣
-٢٨	٠.٥٠٤	٠.٤٣٣	٠.٨٦٧	٠.٣٤٦	٠.٤٣٣	٠.٠٧٤	٥.٨٧٦	١٠٠.٠٢٣
-٢٩	٠.٥٠٤	٠.٤٣٣	٠.٧٠٠	٠.٤٦٦	٠.٢٦٧	٠.٠٥٢	٥.١١٧	٦١.٥٥١
-٣٠	٠.٥٠٧	٠.٤٦٧	٠.٧٦٧	٠.٤٣٠	٠.٣٠٠	٠.٠٥٥	٥.٤٤٥	٦٤.٢٨١
-٣١	٠.٤٩٠	٠.٣٦٧	٠.٨٣٣	٠.٣٧٩	٠.٤٦٧	٠.٠٦٣	٧.٤٤٩	١٢٧.٢٤٣
-٣٢	٠.٤٩٨	٠.٤٠٠	٠.٧٠٠	٠.٤٦٦	٠.٣٠٠	٠.٠٥٥	٥.٤٤٥	٧٥.٠٠٠
-٣٣	٠.٤٧٩	٠.٣٣٣	٠.٧٣٣	٠.٤٥٠	٠.٤٠٠	٠.٠٦١	٦.٥٦٠	١٢٠.٠١٢
-٣٤	٠.٥٠٧	٠.٥٣٣	٠.٨٣٣	٠.٣٧٩	٠.٣٠٠	٠.٠٦٨	٤.٤٣٣	٥٦.٢٥٤
-٣٥	٠.٤٧٩	٠.٣٣٣	٠.٨٠٠	٠.٤٠٧	٠.٤٦٧	٠.٠٦٣	٧.٤٥٠	١٤٠.٠٢٤
-٣٦	٠.٥٠٩	٠.٥٠٠	٠.٩٠٠	٠.٣٠٥	٠.٤٠٠	٠.٠٦١	٦.٥٦٠	٨٠.٠٠٠
-٣٧	٠.٤٦٦	٠.٧٠٠	٠.٩٦٧	٠.١٨٣	٠.٢٦٧	٠.٠٦٥	٤.٠٩٧	٣٨.١٠٠
-٣٨	٠.٤٩٠	٠.٦٣٣	٠.٩٠٠	٠.٣٠٥	٠.٢٦٧	٠.٠٧٦	٣.٤٨٧	٤٢.١١٣
-٣٩	٠.٤٩٠	٠.٣٦٧	٠.٨٠٠	٠.٤٠٧	٠.٤٣٣	٠.٠٦٢	٦.٩٨٧	١١٨.١٦٢
-٤٠	٠.٥٠٧	٠.٥٣٣	٠.٨٠٠	٠.٤٠٧	٠.٢٦٧	٠.٠٩٦	٢.٧٧١	٥٠.٠٠٩
-٤١	٠.٤٩٨	٠.٤٠٠	٠.٨٠٠	٠.٤٠٧	٠.٤٠٠	٠.٠٦١	٦.٥٦٠	١٠٠.٠٠٠
-٤٢	٠.٤٩٨	٠.٤٠٠	٠.٧٠٠	٠.٤٦٦	٠.٣٠٠	٠.٠٦٨	٤.٤٣٣	٧٥.٠٠٠
-٤٣	٠.٤٩٠	٠.٣٦٧	٠.٧٣٣	٠.٤٥٠	٠.٣٦٧	٠.٠٧٢	٥.١٢٦	٩٩.٩٧٣
-٤٤	٠.٤٥٠	٠.٧٣٣	٠.٩٣٣	٠.٢٥٤	٠.٢٠٠	٠.٠٤٤	٤.٥١٧	٢٧.٢٧٤
-٤٥	٠.٥٠٤	٠.٤٣٣	٠.٨٠٠	٠.٤٠٧	٠.٣٦٧	٠.٠٥٩	٦.١٦٥	٨٤.٦٣٠
-٤٦	٠.٤٩٠	٠.٣٦٧	٠.٧٣٣	٠.٤٥٠	٠.٣٦٧	٠.٠٥٩	٦.١٦٣	٩٩.٩٧٣
-٤٧	٠.٤٩٠	٠.٣٦٧	٠.٩٠٠	٠.٣٠٥	٠.٥٣٣	٠.٠٦٣	٨.٥١٤	١٤٥.٤٣٢
-٤٨	٠.٤٩٨	٠.٤٠٠	٠.٨٠٠	٠.٤٠٧	٠.٤٠٠	٠.٠٧٣	٥.٤٩٢	١٠٠.٠٠٠
-٤٩	٠.٤٩٠	٠.٣٦٧	٠.٨٣٣	٠.٣٧٩	٠.٤٦٧	٠.٠٦٣	٧.٤٤٩	١٢٧.٢٤٣
-٥٠	٠.٥٠٤	٠.٤٣٣	٠.٨٣٣	٠.٣٧٩	٠.٤٠٠	٠.٠٧٣	٥.٤٩٢	٩٢.٣١٥
-٥١	٠.٤٩٨	٠.٦٠٠	٠.٨٣٣	٠.٣٧٩	٠.٢٣٣	٠.٠٧٤	٣.١٦٣	٣٨.٨٨٣
مجموع البعد	٣.١٨١	١١.٥٦٧	٢٠.٤٠٠	٢.٤١٥	٨.٨٣٣	٠.٥٥١	١٦.٠١٧	٧٦.٣٦٨

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٦٩٩

يتضح من الجدول رقم (١٢) دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية فى عبارات البعد الثالث الخاص بصحة القوام ، وقد تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٢.٧٧١ - ٨.٥١٤) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين لصالح القياس البعدي ، كما تراوحت قيمة نسبة التحسن ما بين (٢٧.٢٧٤ % إلى ١٤٥.٤٣٢ %) .

جدول (١٣)

دلالة الفروق ونسب التحسن المئوية بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية فى مجموع البعد الإجمالى العام لمقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى

ن = ٣٠

م	الأبعاد	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة (ت)	نسبة التحسن %
		ع ±	س	ع ±	س				
١-	العادات القوامية	٤.٩٠٠	١٠.٠٦٧	١.٢٧٨	١٠.٠٦٧	٥.١٦٧	٠.٢٩١	١٧.٧٣٣	١٠٥.٤٤٩
٢-	المواصفات البدنية للقوام السليم	٦.٦٦٧	١١.٣٣٣	١.٠٦١	١١.٣٣٣	٤.٦٦٧	٠.٢٩٧	١٥.٧٢٥	٦٩.٩٩٩
٣-	صحة القوام	١١.٥٦٧	٣.١٨١	٢.٤١٥	٢٠.٤٠٠	٨.٨٣٣	٠.٥٥١	١٦.٠١٧	٧٦.٣٦٨
	الإجمالى العام للمقياس	٢٣.١٣٤	٥.٤٩٦	٣.٨٣٩	٤١.٨٠٠	١٨.٦٦٦	١.٠٥٤	١٧.٧١٠	٨٠.٦٨٦

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٦٩٩

يتضح من الجدول رقم (١٣) دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية فى أبعاد والمتوسط العام لمقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى ، وقد تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (١٧.٧١٠) وإجمالى (١٧.٧٣٣ - ١٥.٧٢٥) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين لصالح القياس البعدي ، كما تراوحت قيمة نسبة التحسن ما بين (٦٩.٩٩٩ % إلى ١٠٥.٤٤٩ %) وإجمالى (٨٠.٦٨٦ %)

جدول (١٤)

دلالة الفروق ونسب التحسن المئوية بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث
التجريبية في مجموع البعد الإجمالي العام لمقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من
التعليم الأساسي

ن = ٣٠

م	الأبعاد	وحدة القياس	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	معامل أيتا ^٢	حجم التأثير	دلالة حجم التأثير
١-	العادات القوامية	درجة	١٧.٧٣٣	٠.٠٠٠	٠.٩١٦	٢.٦٣٦	مرتفع
٢-	المواصفات البدنية للقوام السليم	درجة	١٥.٧٢٥	٠.٠٠٠	٠.٨٩٥	٢.٢١٩	مرتفع
٣-	صحة القوام	درجة	١٦.٠١٧	٠.٠٠٠	٠.٨٩٨	٢.٣٤١	مرتفع
	الإجمالي العام للمقياس	درجة	١٧.٧١٠	٠.٠٠٠	٠.٩١٥	٢.٥٤٦	مرتفع

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٦٩٩

مستويات حجم التأثير : (٠.٢٠ = منخفض) ، (٠.٥٠ = متوسط) ، (٠.٨٠ = مرتفع)

يتضح من الجدول رقم (١٤) أن قيم حجم التأثير لأبعاد مقياس الثقافة القوامية قيد
البحث لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي لدى مجموعة البحث التجريبية أكبر من
(٠.٨٠) وقد حققت قيم تراوحت ما بين (٢.٢١٩ - ٢.٦٣٦) كما حقق إجمالي المقياس قيمة
قدرها (٢.٥٤٦) وهي دلالات مرتفعة ، مما يدل على فاعلية البرنامج بشكل كبير على المتغير
التابع .

- مناقشة النتائج وتفسيرها :

في ضوء هدف وفرض البحث ومن واقع البيانات والنتائج التي تم التوصل إليها ومن
خلال معالجتها إحصائياً ، توصل الباحثات إلى مناقشة النتائج وتفسيرها على النحو التالي :

أولاً : العادات القوامية :

يتضح من نتائج الجدول رقم (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية
٠.٠٥ بين متوسطى القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في
عبارات البعد الأول الخاص بالعادات القوامية ، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة
(ت) الجدولية وقد تراوحت ما بين (٤.٢٩٣) كأصغر قيمة دلالة إحصائية في العبارة رقم (٧) ،
(٧.٦٨١) كأكبر قيمة دلالة إحصائية في العبارة رقم (٣) ، كما يتضح أن نسبة

التحسن لمجموعة البحث فى العادات القوامية (١٠٥.٣٣٣ %) كما يتضح وجود فروق فى نسبة التحسن بالإضافة إلى وجود دلالة مرتفعة تشير إلى التأثير النسبى القوى للمعالجة التجريبية المستخدمة مما يؤكد على فاعلية البرنامج المقترح .

وتعزو الباحثات إلى ذلك التحسن الإيجابى فى العادات القوامية إلى تطبيق برنامج التربية الحركية بإستخدام مسرحة المناهج كمدخل له على مجموعة البحث ، بالإضافة إلى إنتظام أفراد البحث على مدار فترة تطبيق البرنامج ، كما أن هذا البرنامج الذى تم وضعه كان من أهدافه الأساسية هو إكتساب الثقافة القوامية وبناءا على ذلك تعلم السلوكيات الصحية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى بشكل إيجابى ، بالإضافة إلى أن المحتوى المتنوع له قد ساعد على جذب الأطفال وبالتالي ساعد ذلك على تفاعلهم بشكل متميز مما ساعد بالتالى على كسر حالة الجمود التى يتم من خلالها التدريس فى هذا المستوى العقلى البسيط بالإضافة إلى أن محتوى أنشطة البرنامج قد ركزت بشكل أساسى على الثقافة القوامية (قيد البحث) والذى ساعد البرنامج على تعديلها بشكل به تحسن .

وفى هذا الصدد يشير رماناندا نينغثوجام Ramananda Ningthoujam (٢٠١٥م) (٢٢) أن العادات القوامية لها تأثير قوى على مستوى التعرض للانحرافات القوامية فإن ممارسة الأنشطة الرياضية وإرتداء الأحذية المناسبة ومراعاة العلاقة الصحية بين عدد ساعات النوم والعمل وإتخاذ الأوضاع السليمة للمشى والجلوس والنوم والذاكرة تؤثر بصورة إيجابية على عدم تعرض الشخص للإصابة بالانحرافات القوامية ، ويشير كلاً من محمد صبحى حسانين ومحمد عبد السلام راغب (٢٠٠٣م) (١٦) أن ممارسة الطفل للعادات القوامية الخاطئة خلال مراحل الطفولة تؤدى لحدوث العديد من الانحرافات القوامية فى الطرف العلوى .

وتتفق تلك النتائج مع ما توصلت إليه دراسة مرام الحسبان وآخرون (٢٠١٦م) (١٧) إلى أن السبب الرئيسى لوجود تشوهات قوامية للتلاميذ هو الحقيبة المدرسية حيث أدى إنخفاض مستوى العادات القوامية لإنتشار الانحرافات القوامية بسبب ضعف العادات القوامية لدى التلاميذ

بينما أشارت نتائج دراسة إيهاب محمد عماد الدين (٢٠١١م) (٦) أن من أسباب إنتشار الانحرافات القوامية الممارسة السيئة مثل (الوقوف والمشى الخاطى - المقاعدة المدرسية غير المناسبة - إستخدام الأسرة للمراتب غير الصحية) ، ودراسة أمانى إبراهيم خليفة

(٢٠٠٩م) (٣) إلى أن برنامج الأنشطة الحركية المقترح والمستخدم فى البحث يؤثر تأثيراً إيجابياً وفعالاً على إكتساب وتنمية السلوك الصحى لأفراد العينة من أطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والبعدى فى أبعاد السلوك الصحى لصالح القياس البعدى ، ودراسة **أميرة محمد خطاب** (٢٠٠٨م) (٤) أشارت إلى أن برنامج التقيف الصحى المقترح بإستخدام الحاسب الآلى له تأثير إيجابى على تحسين السلوك الصحى لأفراد العينة وأنه توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى فى السلوك الصحى الشخصى لصالح القياس البعدى ، ودراسة **محمد أحمد سليمان** (٢٠٠٥م) (١٥) أشارت إلى أن تدريس برنامج السلوك الصحى المقترح قد أدى إلى تنمية المعلومات والمعارف والمفاهيم تجاه الصحة الشخصية ، ودراسة **كلأ من ماجدة عقل صابر وفاطمة سعد عبد الفتاح** (٢٠٠٣م) (١٤) ، **أحمد محمد عبد السلام وعاصم صابر راشد** (٢٠٠٣م) (٢) أشارت إلى أثر برامج التربية الصحية على الثقافة الصحية لتلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية إلى أن تلك البرامج قد تؤدى إلى تحسين مستوى الثقافة الصحية لديهم ، ودراسة **مروة أحمد كشك** (٢٠١٦م) (١٨) أشارت إلى تأثير برنامج للتوجيه والإرشاد الصحى الغذائى فى العادات الصحية بالتلاميذ الممارسين للنشاط الرياضى خلال التعرف على تأثير العادات الصحية الشخصية ، الصحية الغذائية ، الصحية القوامية ، الصحية الرياضية فى العادات الصحية الغذائية للتلاميذ الممارسين رياضياً فى المرحلة الأولى من التعليم الأساسى ، ودراسة **أحمد محمد سليمان** (٢٠١٩م) (١) أشارت إلى أن هناك تأثير إيجابى لبرنامج الثقافة القوامية باستخدام الوسائط فائقة التداخل المدمج مع برنامج التمرينات العلاجية الموجه لتلاميذ عينة البحث والذي أدى إلى رفع مستوى الثقافة القوامية لديهم ومعالجة العادات القوامية الخاطئة واكسابهم معلومات ومعارف قوامية تساعدهم فى المحافظة على قوامهم سليماً وخالى من الانحرافات القوامية ، ودراسة **دنيا حندق الصديق** (٢٠٢٠م) (٨) أشارت أن مستوى العادات القوامية للتلاميذ ذوى القوام المعتدل أعلى من التلاميذ ذوى الإنحرافات القوامية .

مما يشير إلى إرتفاع مستوى العادات القوامية بعد تطبيق برنامج التربية الحركية بإستخدام مسرحة المناهج لإكساب الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى لصالح القياس البعدى مما يوضح التأثير الإيجابى للأساليب المتنوعة للإرتقاء بالعادات القوامية ، لذا تكون الباحثة قد تحققت من الجزئية الفرعية لفرض البحث .

ثانياً : الموصفات البدنية للقوام السليم :

يتضح من نتائج الجدول رقم (١١) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطى القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في عبارات البعد الثاني الخاص بالموصفات البدنية للقوام السليم ، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية وقد تراوحت ما بين (٣.٣٠٢) كأصغر قيمة دلالة إحصائية في العبارة رقم (١٨) ، (١١.٧٧١) كأكبر قيمة دلالة إحصائية في العبارة رقم (٢٦) ، كما يتضح أن نسبة التحسن لمجموعة البحث في الموصفات البدنية للقوام السليم (٦٩.٩٩٩ %) كما يتضح وجود فروق في نسبة التحسن بالإضافة إلى وجود دلالة مرتفعة تشير إلى التأثير النسبي القوي للمعالجة التجريبية المستخدمة مما يؤكد على فاعلية البرنامج المقترح .

وتعزو الباحثات إلى ذلك التحسن الإيجابي في الموصفات البدنية للقوام السليم إلى تطبيق برنامج التربية الحركية باستخدام مسرحية المناهج كمدخل له على مجموعة البحث ، بالإضافة إلى إنتظام أفراد البحث على مدار فترة تطبيق البرنامج ، كما أن هذا البرنامج الذي تم وضعه كان من أهدافه الأساسية تعديل الثقافة القوامية بشكل إيجابي لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي ، بالإضافة إلى أن المحتوى المتنوع له قد ساعد على جذب الأطفال وبالتالي ساعد ذلك على تفاعلهم بشكل متميز مما ساعد بالتالي على كسر حالة الجمود التي يتم من خلالها التدريس في هذا المستوى العقلي البسيط بالإضافة إلى أن محتوى أنشطة البرنامج قد ركزت بشكل أساسي على الثقافة القوامية (قيد البحث) والذي ساعد البرنامج على تعديلها بشكل به تحسن .

يوضح كلاً من فيسنتي مينانا وآخرون Vicente Minana et al (٢٠١٨م) أن القوام السليم احد اهم مكونات الصحة ، ولذلك تهتم المؤسسات التربوية في الدول الناهضة بنشر الرياضة بين التلاميذ واثاحة الفرصة لهم لممارستها وفقاً لاسس علمية ، لان الهدف الأساسي من ممارسة الرياضة يجب ان يكون تحسين الصحة والمحافظة علي القوام السليم لدي الافراد ، ومن الاهمية بمكان ان يكون للاطفال الدور المرموق في جميع عمليات الاهتمام بالقوام واكسابهم تربية قوامية تستمر معهم في غدهم ، فهم عدة المستقبل وامل الامه في حاضرها السعيد ومستقبلها المشرق . (٢٣ : ٣)

وتتفق نتائج دراسة كلاً من حياة عيد روفائيل وصفاء صفاء الدين الخربوطلي

(٢٠٠٠م)

(٧) إلى أن القوام الجيد هو الذى تكون فيه حالة توازن ثابتة بين القوة العضلية له والجاذبية الأرضية ، ويكون ترتيب العضلات والعظام فى وضع طبيعى بحيث تحفظ انحناءات الجسم الطبيعية دون أية زيادة أو نقصان حتى يقوم الإنسان بعمله اليومي ويؤدى جميع الحركات التى يحتاج لها دون أى تعب وبسهولة ومع أقل مجهود ، ودراسة دنيا حندق الصديق (٢٠٢٠م) (٨) أشارت أن مستوى الثقافة القوامية لأولياء أمور التلاميذ ذوى القوام المعتدل أعلى من مستوى أولياء الأمور التلاميذ ذوى الإنحرافات القوامية

مما يشير إلى إرتفاع مستوى المواصفات البدنية للقوام السليم بعد تطبيق برنامج التربية الحركية باستخدام مسرحية المناهج لإكساب الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى لصالح القياس البعدى مما يوضح التأثير الإيجابى للأساليب المتنوعة للإرتقاء بالمواصفات البدنية للقوام السليم ، لذا تكون الباحثة قد تحققت من الجزئية الفرعية لفرض البحث

ثالثاً : صحة القوام :

يتضح من نتائج الجدول رقم (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطى القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى فى عبارات البعد الثالث الخاص بصحة القوام ، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية وقد تراوحت ما بين (٢.٧٧١) كأصغر قيمة دلالة إحصائية فى العبارة رقم (٤٠) ، (٨.٥١٤) كأكبر قيمة دلالة إحصائية فى العبارة رقم (٤٧) ، كما يتضح أن نسبة التحسن لمجموعة البحث فى صحة القوام (٧٦.٣٦٨ %) كما يتضح وجود فروق فى نسبة التحسن بالإضافة إلى وجود دلالة مرتفعة تشير إلى التأثير النسبى القوى للمعالجة التجريبية المستخدمة مما يؤكد على فاعلية البرنامج المقترح .

وتعزو الباحثات إلى ذلك التحسن الإيجابى فى صحة القوام إلى تطبيق برنامج التربية الحركية باستخدام مسرحية المناهج كمدخل له على مجموعة البحث ، بالإضافة إلى إنتظام أفراد البحث على مدار فترة تطبيق البرنامج ، كما أن هذا البرنامج الذى تم وضعه كان من أهدافه

الأساسية تعديل الثقافة القوامية بشكل إيجابي لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي ، بالإضافة إلى أن المحتوى المتنوع له قد ساعد على جذب الأطفال وبالتالي ساعد ذلك على تفاعلهم بشكل متميز مما ساعد بالتالي على كسر حالة الجمود التي يتم من خلالها التدريس في هذا المستوى العقلي البسيط بالإضافة إلى أن محتوى أنشطة البرنامج قد ركزت بشكل أساسي على الثقافة القوامية (قيد البحث) والذي ساعد البرنامج على تعديلها بشكل به تحسن .

وفي هذا الصدد يذكر **فاروق عبد الوهاب (٢٠٠٠م) (١٣)** أن التلميذ يقضى في المدرسة وقتاً طويلاً مقارنة بما يقضيه مع والديه في المنزل ، ويجب على القائمين من خلال إدارة المدرسة أن يتعهدوا بكل ما يمنع حدوث تشوه في أجسام التلاميذ ، وأهم شئ لذلك هو توفير أسباب الراحة والجلوس على مقاعد مناسبة وإلا فإنهم سوف يصابون بعيوب قوامية كثيرة ، ودراسة **محمد أحمد سليمان (٢٠٠٥م) (١٥)** إلى أن تدريس برنامج السلوك الصحي المقترح قد أدى إلى تنمية المعلومات والمعارف والمفاهيم تجاه الصحة البيئية ، ودراسة **أميرة محمد خطاب (٢٠٠٨م) (٤)** إلى أن برنامج التنقيف الصحي باستخدام الحاسب الآلي له تأثير إيجابي على تحسين السلوك الصحي لأفراد العينة وأنه توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في السلوك الصحي البيئي لصالح القياس البعدي ، ودراسة **مروة أحمد كشك (٢٠١٦م) (١٨)** إلى تحسن العادات الصحية الغذائية للتلاميذ الممارسين رياضياً في الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بنسبة مئوية (١٦٥,٣٤ %) الصحة القوامية ، ودراسة **دنيا حندق الصديق (٢٠٢٠م) (٨)** أشارت أن هناك فروق دالة إحصائية بين مستوى التلاميذ ذوي الإنحرافات القوامية والتلاميذ ذوي القوام المعتدل في مستوى الثقافة القوامية وهو ما يوضح وجود ارتباط قوى بين إرتفاع مستوى الثقافة القوامية وانخفاض الإنحرافات القوامية .

مما يشير إلى إرتفاع مستوى صحة القوام بعد تطبيق برنامج التربية الحركية باستخدام مسرح المناهج لإكساب الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي لصالح القياس البعدي مما يوضح التأثير الإيجابي للأساليب المتنوعة للإرتقاء بصحة القوام ، لذا تكون الباحثة قد تحققت من الجزئية الفرعية لفرض البحث .

رابعاً : مقياس الثقافة القوامية ككل :

يتضح من نتائج الجدول رقم (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطى القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في أبعاد والمتوسط العام لمقياس الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى ، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية وقد تراوحت ما بين (١٥.٧٢٥) كأصغر قيمة دلالة إحصائية في مجموع البعد الثانى الخاص بالمواصفات الفنية للقوام السليم ، (١٧.٧٣٣) كأكبر قيمة دلالة إحصائية في مجموع البعد الأول الخاص بالعادات القوامية ، كما يتضح أن نسبة التحسن لمجموعة البحث في مقياس الثقافة القوامية (٨٠.٦٨٦ %) كما يتضح وجود فروق في نسبة التحسن ، وكان الترتيب النسبى لتأثير البرنامج في أبعاد الثقافة القوامية هي العادات القوامية في المرتبة الأولى يليه صحة القوام وأخيراً بعد المواصفات البدنية للقوام السليم وترجع الباحثة تلك النتائج إلى تطبيق برنامج التربية الحركية باستخدام مسرح المناهج لإكتساب أبعاد الثقافة القوامية لدى عينة البحث (المجموعة التجريبية) تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة رشا محمود دويدار (٢٠٠٨م) (٩) أن المنزل والمدرسة هما البيئة التربوية المتعددة الجوانب التى تتعهد بتربية الطفل وغرس العادات الصحية السليمة لذلك فالعبء الأكبر يقع على المدرسة فى نشأة الإحتكاك حيث أن الطفل يقضى أكبر فترة ممكنة فى المدرسة ، كما تشير إلى أن إنتشار الإنحرافات القوامية بين التلاميذ وخاصة فى البيئة الريفية عن الحضرية يرجع إلى إنخفاض السلوك الصحى والقوامى وذلك بعدم الإهتمام بالثقافة وعدم الإهتمام بالوعى الصحى والبيئى وأيضاً إنخفاض المستوى الإجتماعى والإقتصادى .

برنامج التربية الحركية الذى طبق على المجموعة التجريبية قد ساهم فى تنمية الثقافة القوامية (العادات القوامية ، المواصفات الفنية للقوام السليم ، صحة القوام) ، وأشارت دراسة محمد أحمد سليمان (٢٠٠٥م) (١٥) إلى أن تدريس برنامج السلوك الصحى المقترح قد أدى إلى تنمية المعلومات والمعارف والمفاهيم تجاه الصحة الشخصية والتغذية الصحية والوقاية من الأمراض والحوادث وأهمية الرياضة وصحة البيئة ، ودراسة كلاً من براونسون وآخرون Brownson R. et al (٢٠٠٧م) (٢١) إلى تأثير نشر برامج موثقة برفع المستوى النشاط البيئى والوعى الصحى بالولايات المتحدة الأمريكية فى إرتفاع مستويات النشاط البدنى والوعى

الصحة كنتيجة للنشر ، وإرتفاع المستويات بين المستجيبين المحليين مقارنة بمؤسسات الولايات
والسمات المرتبطة بالوعي أكثر ميلا للإرتفاع بين المؤسسات القروية

مما تقدم ترى الباحثات أنه تعود الثقافة القوامية للتلاميذ إلى العديد من العوامل المؤثرة
فيها ، بالإضافة إلى العوامل الإجتماعية والبيئية والأسلوب التي تعيش بها الأسرة ، والعادات
السلوكية الصحية والقوامية التي يمارسها يومياً تعد من المتغيرات الرئيسية والمؤثرة في حالته
القوامية ، ويمكن القول بأن العديد من الإنحرافات القوامية التي يتعرض لها التلميذ تعود إلى
ضعف الثقافة القوامية الذي يمارسه في حياته اليومية بجانب مسببات أخرى لا تقل أهمية عن
العوامل السلوكية ، وتوصلت البحوث العلمية والطبية إلى تحديد العوامل المؤثرة في قوام الإنسان
وصنفت على النحو التالي : الوراثة - البيئة - النظام الصحي أو الطبى - نمط الحياة ، وأعتبر
الممارسات القوامية كالنشاط البدنى وساعات النوم والممارسات الغذائية والمشى والوقوف
والجلوس من العوامل المؤثرة في القوام والصحة في المجتمعات الحديثة .

وبذلك يتحقق صحة فرض البحث والذي ينص على : توجد فروض ذات دلالة
إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في اكتساب الثقافة القوامية لصالح القياس
البعدي بعد تطبيق برنامج التربية الحركية على تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى (قيد
البحث) .

- الإستخلاصات والتوصيات :

- إستخلاصات البحث :

- فى ضوء هدف الدراسة وفى حدود العينة والمنهج المستخدم تم إستخلاص ما يلى :
- ١- برنامج تربية حركية بإستخدام مسرحة المناهج له تأثير إيجابى على إكتساب الثقافة القوامية قيد البحث (العادات القوامية ، المواصفات البدنية للقوام السليم ، صحة القوام) لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .
 - ٢- كان الترتيب النسبي لتحسن نتائج الثقافة القوامية فى محاور البحث (١٠٥.٤٤٩ %) العادات القوامية ، (٧٦.٣٦٨ %) صحة القوام ، (٦٩.٩٩٩ %) المواصفات البدنية للقوام السليم ، كما كان مجمل التحسن فى مستوى الثقافة القوامية بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي (٨٠.٦٨٦ %) .

- توصيات البحث :

- فى ضوء هدف البحث وفروضه وهكذا المعالجات الإحصائية وبعد عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها وما تم إستخلاصه منها توصى الباحثات بما يلى :
- ١- تطبيق برنامج التربية الحركية المقترح بإستخدام مسرحة المناهج كمدخل له والذي كان له تأثير إيجابى فى إكتساب الثقافة القوامية (قيد البحث) على تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى
 - ٢- ضرورة إدراج موضوعات تضمن محاور التربية الحركية كمحوراً رئيسياً عند بناء مناهج التربية الرياضية فى الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .
 - ٣- يجب أن يتضمن محتوى مناهج التربية الحركية فى الحلقة الأولى من التعليم الأساسى على أنشطة تعليمية تعمل على إكساب جوانب الثقافة القوامية .
 - ٤- إستخدام مسرحة المناهج فى إكساب بعض الإتجاهات التربوية المعاصرة فى التربية الرياضية .
 - ٥- إعداد دورات لصقل مفاهيم الثقافة القوامية والصحية للمعلمات فى مرحلة الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .
 - ٦- دعوة القائمين على إعداد وتنفيذ البرامج البدنية والصحية بإتباع إستراتيجية للحد من الأمراض عن طريق الثقافة القوامية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .

٧- التوعية بأهمية نشر الوعى الصحى عن طريق وسائل الإعلام المختلفة نحو خطوة العادات السلوكية الصحية السيئة ولما لها من أثر بالغ الخطورة على حالة التلاميذ الصحية والبدنية .

٨- ضرورة تفعيل الكشف الطبى الدورى والإهتمام بإنشاء وحدة تحاليل طبية بالمدارس حتى يتمكن من إجراء مثل هذه الدراسة والإستفادة منها فى متابعة وتقييم وتطوير البرامج الصحية المدرسية ، ومحاولة التشخيص المبكر للأمراض المزمنة من بدايتها ومحاولة علاجها أو وقف خطورتها .

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- ١ - أحمد محمد سليمان : تأثير التمرينات العلاجية والثقافة القوامية باستخدام الوسائط فائقة التداخل علي انحراف استدارة الظهر لتلاميذ الصف السادس الابتدائي ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بورسعيد ، ٢٠١٩م .
- ٢ - أحمد محمد عبد السلام ، عاصم صابر راشد : أثر برنامج في التربية الصحية علي اكتساب الثقافة الصحية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، بحث منشور ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة أسيوط ، العدد الخامس عشر ، الجزء الثاني ، نوفمبر ، ٢٠٠٣م .
- ٣ - أماني ابراهيم خليفة : برنامج أنشطة حركية وتأثيره علي السلوك الصحي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٩م .
- ٤ - أميرة محمد خطاب : تأثير برنامج تثقيف صحي باستخدام الحاسب الآلى لتحسين السلوك الصحي لأطفال مؤسسة (S.O.S) للأيتام بالعربية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٨م .
- ٥ - إيمان سيد سويلم : برنامج تربية حركية إلكتروني للأطفال ذوى الإحتياجات الخاصة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنى سويف ، ٢٠١٩م .
- ٦ - إيهاب محمد عماد الدين : الانحرافات القوامية الشائعة ومسبباتها لتلاميذ المرحلة الاعدادية بمحافظة القليوبية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها ، ٢٠١١م .
- ٧ - حياة عيد روفائيل ، صفاء صفاء الدين الخربوطلي : اللياقة القوامية والتدليك الرياضي ، منشأه المعارف ، الإسكندرية ، ٢٠٠٠م .
- ٨ - دنيا حندق الصديق : الثقافة القوامية لدى تلاميذ المرحلة السنية (٩ - ١٢) سنة وعلاقتها بالصحة القوامية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بأبو قير ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٢٠م .
- ٩ - رشا محمود دويدار : دراسة مقارنة للسلوك الصحي بين تلاميذ الريف والحضر وأثره على الحالة القوامية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٨م .
- ١٠ - صالح بشير سعيد : القوام وسبل المحافظة عليه ، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر ،

الإسكندرية ، ٢٠١٢م .

- ١١ - عبد الحميد شرف : التربية الرياضية والحركية للأطفال الاسوياء ومتحدي الاعاقة بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٥م .
- ١٢ - فانتن عبد اللطيف محمود : طرق واساليب فى التربية الرياضية ، دار الحامد للنشر ، عمان ، ٢٠١٩م .
- ١٣ - فاروق عبد الوهاب : الرياضة صحة ولياقة بدنية ، دار الشروق ، القاهرة ، ٢٠٠٠م .
- ١٤ - ماجدة عقل صابر ، فاطمة سعد عبد الفتاح : برنامج تربية حركية مقترح لتنمية الوعى الصحى لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، بحث منشور ، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٣م .
- ١٥ - محمد أحمد سليمان : برنامج إرشادى مقترح للسلوك الصحى فى التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة قنا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ٢٠٠٥م .
- ١٦ - محمد صبحى حسانين ، محمد عبد السلام راغب : القوام السليم للجميع ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠٣م .
- ١٧ - مرام الحسبان ، روعة أبو هزيم ، محمد أبو حويلة : التشوهات القوامية لدى طلبة المدارس من وجهة نظر معلمى ومعلمات التربية الرياضية فى مديرية تربية عين الباشا ، بحث منشور ، مؤتمر كلية التربية الرياضية الحادى عشر ، الجامعة الأردنية ، ٢٠١٦م .
- ١٨ - مروة أحمد كشك : برنامج للتوجيه والارشاد الصحى واثره على العادات الصحية الغذائية للتلاميذ الممارسين رياضيا فى المرحلة الاولى من التعليم الأساسى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠١٦م .
- ١٩ - ميلودى محمد سعد زغلول : مسرحية العرائس القفازية كمدخل لبرنامج تربية حركية لإكتساب بعض المظاهر السلوكية والآداب والفضائل للأطفال المعاقين ذهنياً ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠١٩م .
- ٢٠ - هبة سعيد عبد المنعم : تأثير برنامج أنشطة استكشافية حركيه على تعلم بعض القدرات الحركية وتعديل السلوك لأطفال ما قبل المدرسة ، بحث منشور ، مجله اسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، كليه التربية الرياضية ، جامعه اسيوط ، ٢٠١٣م .

ثانياً : المراجع الاجنبية :

Brownson R. et al : The Impact Of Dissemination Of Programs Document To Raise

The Level Of Physical Activity and Health Awareness, Usa, 2007.

Ramananda Ningthoujam : Postural Deformities In Lower Extremities On School Going Children : Common Leg Deformities In School Children Paperback – June 23, 2015.

Vicente Minana-Signes, Manuel Monfort-Panego, : Improvement Of Knowledge And Postural Habits After An Educational Intervention Program In School Students, University Of Valencia, Spain, Journal Of Human Sport & Exercise, 2018.