

برنامج تربية حركية لتنمية التوافق الحركي لاطفال ما قبل المدرسة (٥-٦) سنوات

م.م. رافت سامي حميد

وزارة التربية
مديرية تربية كركوك

أ.د. سرمد احمد موسى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة تكريت

المقدمة واهمية البحث:

ان للتربية الحركية مكانة كبيرة في بداية حياة الأطفال حيث تلعب دورا مهما واساسيا في تنمية وتطوير الاطفال من حيث اكتساب المهارات الحركية الاساسية وأدائها بين القوى الجسمية والعقلية والخلقية والنفسية. فممارسة النشاط الحركي المتمثلة بالتمارين البدنية تجعل الطفل يمتلك نشاطا حركيا قائما بذاته ويجعل الجسم صحيا قادرا على العمل وتوظيف عمله بشكل انسيابي ، بالإضافة الى استثمار أوقات الفراغ للتدريب وتنشيط اجهزة الجسم الحيوية. ومن ابرز الاهداف الاساسية للنشاط الحركي لأطفال ما قبل المدرسة (رياض الاطفال) هو تنمية التوافق الحركي باستخدام ادوات مختلفة وبالوان زاهية ومن هنا ظهرت اهمية البحث فعند قيام أي طفل بأداء حركات فانه يحتاج الى توافق بين اجزاء الجسم المختلفة ومنها التوافق الحركي العام و الخاص وهي مهمة جدا عند قيام الطفل باستخدام اجزاء الجسم المختلفة حيث يحتاج الى دقة حركية عالية تتطلب توافق الحركي باقتصاد الجهد عند ضبط اداء المهارات الحركية الاساسية.

مشكلة البحث:

تمثل مرحلة رياض الاطفال (ما قبل المدرسة) مرحلة تتميز بخصوصيتها وبالرفق في معاملة اعمار هؤلاء الاطفال. حيث لاحظ الباحثان ومن خلال خبرتهما المتواضعة والاحتكاك المباشر والغير المباشرة برياض الاطفال ان هنالك ضعف في التوافق الحركي العام و الخاص من خلال اداء الاطفال الحركات الني تتطلب ذلك وبالتالي ينتج حركات عشوائية كثيرة ليس لها واجب حركي اساسي ومن هنا يأتي السؤال (هل يمكن تنمية التوافق الحركي العام و الخاص لأطفال الرياض (ما قبل المدرسة) .

أهداف البحث:-

- ١- اعداد برنامج تربية حركية في تنمية التوافق الحركي العام و الخاص .
- ٢- التعرف على تأثير البرنامج المقترح في تنمية التوافق الحركي العام و الخاص لاطفال الرياض (ما قبل المدرسة).

فرض البحث:-

- ١- هناك فروق دالة احصائية بين درجات اختبارات التوافق الحركي القياسي القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة التجريبية و لصالح القياس البعدي .

مجالات البحث:

- المجال البشري:-أطفال الرياض في روضة ججيكلر.
- المجال الزماني:- ٢٥ / اذار
- المجال المكاني:-ساحة روضة(ججيكلر) في مركز محافظة كركوك.

التمارين الخاصة:

"تعد التمارين الخاصة من الوسائل المهمة التي تعمل على تطوير القدرات والقابليات الحركية للإنسان، ويرتكز ويركز واجبها في مراحل التعلم على تنمية امكانيات وقدرات المتعلم بما يتناسب مع متطلبات الأنشطة الحركية الممارسة،

لذا تستعمل التمرينات الخاصة في الأنشطة والألعاب والفعالية الرياضية، وتكون ضرورية لأنها تعمل على البناء المباشر للأداء الحركي، لأنها وسيلة جيدة ذات متطلبات متعددة لنواحي الجسم البدنية والحركية والعقلية". (١٤)

"وتحتل التمارين الخاصة كنوع من أنواع النشاط الحركي مكانة مهمة لأهميتها لمختلف المراحل العمرية ولاسيما مرحلة الطفولة المبكرة (رياض الأطفال)، لأنها تساعد في النمو الشامل والمتزن للجسم، وتسهم في اكتساب الجسم اللياقة البدنية المطلوبة، فضلاً عن مساهمتها في المحافظة على سلامة القوام". (٢)

"وتؤدي التمرينات الخاصة بغرض إعداد القدرات الحركية والبدنية والمهارية وتطويرها لنشاط معين أو لعبة معينة ويمكن استعمال التمرينات الأساسية كتمرينات خاصة، إذا ما تم مراعاة المتطلبات المرتبطة بنوع النشاط الممارس من حيث العضلات العاملة واتجاه العمل العضلي والجهد المبذول في الأداء". (١١)

التوافق الحركي العام و الخاص :

يعد التوافق الحركي واحداً من القدرات الحركية المهمة في مراحل حياة الإنسان، ولاسيما المراحل الأولى من حياته، إذ يعد التوافق الحركي للطفل من العناصر المعززة لصحته ونموه، حيث يوفر التوافق الحركي الفرصة الثمينة للطفل التي يتمكن عن طريقها من التعبير عن نفسه، كما يعد التوافق من القدرات المهمة للألعاب الرياضية جميعها من دون استثناء، إذ يعني التوافق الحركي "مقدرة الجهاز العصبي الحركي على أداء عدة حركات في وقت واحد بدرجة عالية من الدقة والرشاقة والانسائية بالجهد البدني المبذول". (٤)، (١٣)

ويعتبر التوافق بين العام و الخاص أكثر العوامل أهمية بالنسبة لاداء الطفل حيث انه خلال الاداء يكون هناك انتقال للإشارات العصبية بين الجهازين العصبي والعضلي ولذلك فإن جميع الحركات التي يقوم بها الفرد سواء كانت الحركات العادية اليومية او حركات ترتبط بمجال الاداء الرياضي انما تتطلب قدر من التوافق بين الجهاز العصبي والجهاز العضلي ان التوافق الجيد يتطلب عناصر التوازن والرشاقة والمرونة والاحساس الحركي ودقة الاداء الحركية، وضرورة تميز اللاعب بالتوافق الكلي للجسم حيث يعتبر عنصر التوافق من أهم الآليات التي تساهم في نجاح اللاعب في القيام بالواجبات الحركية. (٨)

اسهامات رياض الاطفال: (١)

هنالك عدة اسهامات في رياض الاطفال من ضمنها الانشطة الحركية حيث أن هناك اهتمام بالأنشطة التي تعتمد على الحركة لدى طفل ما قبل المدرسة نظراً لما تمثله من مصدر للمتعة والاستمتاع باعتبارها طريقة لتنمية العلاقات مع الآخرين حيث يستمتع الاطفال من خلالها وان الاهتمام المتزايد بالأنشطة الحركية ما هو إلا وسيلة مباشرة لاثراء وتنمية الجانب الحركي لديه والذي يظهر جلياً في النقاط الآتية:

- تساعد الطفل على تنشيط وتقوية عضلاته مع إكسابه المهارات الحركية .
- تساعد الطفل على زيادة التأزر الحسي والعضلي بن اليد والعين والرجلين والعين ما يساعد في العملية التعليمية فيما بعد .
- تجعل الطفل قادراً على الوثب والجري والتزحلق للأمام والخلف .
- تمكنه من استكمال الأشكال والصور المرسومة والتعرف على القطع الناقصة منه .
- جعل الطفل قادراً على لف مجموعة من الخيط حول بعض الأعمدة الخشبية وبشكل يوحى بالابتكار والتجديد .
- تساعد الطفل على حفظ توازنه ومحاولاته البعد عن المخاطر التي تواجهه عند الجري .

منهجية البحث واجراءات الميدانية:

أولاً: منهج البحث:

استخدام الباحثان المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) لملائمتها وطبيعية مشكلة البحث المراد حلها حيث يعد المنهج التجريبي (من أكثر الوسائل كفاية من الوصول الى المعرفة وذلك عندما يمكن استخدامه في حل المشكلات)(١)

ثانياً: مجتمع البحث وعينته :

تم اختيار مجتمع البحث بالأسلوب العمدي من اطفال روضة (ججيكلر) الحكومية في محافظة كركوك بأعمار من (٥-٦) سنوات واختار الباحثان هذه الروضة عمدياً لموافقة مديرية تربية كركوك قسم رياض (ججيكلر) وكذلك توفر فيها القاعات والأجهزة المناسبة لتنفيذ البحث وكان عدد مجتمع البحث (١٠٠) طفل، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وكان عددهم (٣٦) طفل تم اختيارهم عن طريق القرعة وتم استبعاد (٦) اطفال لاشتراكهم في التجربة الاستطلاعية حيث تم تقسيم الاطفال الباقون الى مجموعتين متساويتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) وبواقع (١٥) طفل لكل مجموعة وبذلك مثلت عينة البحث نسبة ٣٦% من المجتمع الكلي والجدول رقم (١) يبين ذلك.

جدول (١) يبين تفاصيل المجتمع

مجتمع البحث	عينة البحث	المجموعات	المستبعدون	النسبة المئوية
١٠٠	٣٦	ضابطة	٦٤ طفل	٣٦%
طفل	طفل	تجريبية		
		استطلاعية	٦ اطفال	

ثالثاً : الوسائل والادوات المستخدمة :-

١- المقابلات الشخصية :-

قام الباحثان بأجراء مقابلات الشخصية مع عدد من المختصين في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة وباختصاصات مختلفة (تعلم حركي) للاستفادة من آراءهم فيما يخص المعلومات المتعلقة بموضوع الدراسة .

٢- تحديد اختبارات التوافق الحركي :-

تم ترشيح مجموعة من الاختبارات لمتغير البحث قيد الدراسة وعرضها على مجموعة من السادة والخبراء في مجال (رياض الاطفال، التعلم الحركي ، التطور الحركي) على شكل استبيان وتم الاتفاق على الاختبارات التوافق الحركي العام و الخاص ، والجدول رقم (٢) يبين ذلك .

جدول (٢) يوضح اختبار التوافق الحركي المعتمد عليه من قبل السادة الخبراء ونسب الاتفاق

نسبة الاتفاق	عدد الخبراء		الاختبار	نوع التوافق	ت
	المتفقيين	الكلي			
١٠٠%	٥	٥	اختبار البالون	التوافق الحركي العام و الخاص	١-

اختبار التوافق الحركي العام و الخاص : (٨)

- الغرض من الاختبار : قياس التوافق الحركي العام و الخاص .
- الادوات : صالة العاب رياضية ,بالون ,رسم دائرة قطرها (١م) .
- مواصفات الاداء :يقوم الطفل بنطح الكرة بالراس و محاولة ابقائها في الهواء بالقفز داخل الدائرة و تحقيق اكثر عدد من المرات .
- التسجيل : تسجل عدد نطح الكرة في الهواء و عدم اسقاطها داخل دائرة قطرها (١م) .

٣- تحديد التمرينات الخاصة بالتوافق الحركي :-

تم ترشيح عدد من التمرينات الخاصة بالتوافق الحركي وعرضها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين بالتعلم والتطور الحركي على شكل استبيان ، يوضح ذلك وتم الاتفاق على مجموعة من التمرينات الخاصة ملحق (٧) والجدول رقم (٣) يبين ذلك .

جدول (٣) يوضح التمرينات المتفق عليها من قبل الخبراء والمختصين ونسبة الاتفاق.

نسبة الاتفاق	عدد الخبراء		اسم التمرين	ت
	المتفقيين	الكلي		
١٠٠%	٥	٥	لقف الكرة من المعلمة ثم الجري والتهديف داخل السلة	١
١٠٠%	٥	٥	رمي الكره على الجدار	٢
١٠٠%	٥	٥	رمي الكرات على حلقة امامة	٣
١٠٠%	٥	٥	حمل كاس ماء	٤
١٠٠%	٥	٥	حمل الكرة في ورق مقوى	٥
١٠٠%	٥	٥	نقل وتصنيف الكرات	٦
١٠٠%	٥	٥	رمي ولقف الكرة على خط مستقيم وإصابة الهدف (شاخص،طوق،مربع).	٧
١٠٠%	٥	٥	رمي البالون في الهواء	٨
١٠٠%	٥	٥	طبطبة الكره على الأرض	٩
١٠٠%	٥	٥	جمع الكرات الملونة وفق الشارة	١٠
١٠٠%	٥	٥	إصابة الأشكال الهندسية الملونة	١١

رابعاً: الاجهزة والادوات المستخدمة والوسائل المستعملة بالبحث:-

استعان الباحثان بالوسائل والادوات التالية في دراسته :

١- الاجهزة :

- ساعة توقيت كورية الصنع عدد(١) - جهاز حاسبة لابتوب (hp) عدد(١)
- كاميرا تصوير فديو نوع سوني عدد (١)

٢- الادوات:

- شريط قياس(١٠) متر . - شبكة المعلومات الالكترونية. - صالة العاب للروضة.
- سلال بلاستيك. - كرات صغيرة ملونة (احمر، ازرق، اصفر) عدد (٥) لكل لون. اشربة لاصقة ملونة (احمر ، ازرق، اصفر) عرض (٥) سم. اطواق بلاستيك قطر ٧٠ سم.
- شواخص عدد (٥). صافره عدد واحد. - كرات مطاطية ملونة عدد (١٥). بالونات ملونة عدد (١٥).

٣- وسائل جمع البيانات:-

- المصادرة والمراجع العربية والاجنبية.
- الملاحظة .
- الخبراء والمختصين الذين تم الاستعانة بهم لعرض الاستبيانات.

خامساً: التجربة الاستطلاعية :

- اجرى الباحثان بمساعدة فريق العمل المساعد تجربة استطلاعية خاصة للاختبارات المستخدمة على عينة من الاطفال ، بلغ عددهم (٦) اطفال وتم استبعادهم من التجربة الرئيسية ، وكان الهدف منها :
- التحقق من مدى ملاءمة الوحدات التعليمية واسلوب تنفيذه المستوى الاختبارات. أكد من قدرة المعلمة على السيطرة والضبط في اثناء تنفيذهم الوحدة التعليمية وايجاد الحلول للمشكلات التي تواجههم .
 - امكانية الباحثان من ضبط الوقت اللازم لتنفيذ الوحدة التعليمية.
 - التحقق من مدى ملاءمة المكان لتنفيذ الوحدة التعليمية والاختبارات المستخدمة في البحث.
 - تهيئة جميع المتطلبات وفريق عمل المساعد لتنفيذ الوحدة التعليمية والاختبارات .
 - معرفة المعوقات القبلي: وتلافي الاخطاء التي تحدث في تنفيذ الاختبارات القبليّة والبعدية .

سادساً: الاختبارات القبلي :

تم اجراء الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية والضابطة حيث قام الباحثان وفريق العمل المساعد بشرح كيفية اداء الاختبارات للمجموعتين .

سابعاً: تجربة البحث الرئيسية:

قام الباحثان بالتعاون مع معلمة الرياض وفريق عمل المساعد بالبدء في تنفيذ الوحدات التعليمية ، كما مبين بالجدول (٤)، اذ تم تطبيق الوحدات التعليمية على عينة البحث ، وتم تطبيق التمرينات الخاصة على المجموعة التجريبية ومنهاج الرياض التقليدي على المجموعة الضابطة.

جدول (٤) يبين الوحدات التعليمية الاسبوعي

المجموعة	المنهاج	اليوم	الوقت
المجموعة التجريبية	التمارين المقترحة	الاحد	١٠,٣٠-١٠,٠٠ (تجريبية)
			١١.٠٠-١٠.٣٠ (الضابطة)
		الثلاثاء	١٠,٣٠-١٠,٠٠ (تجريبية)
			١١.٠٠-١٠.٣٠ (الضابطة)
والمجموعة الضابطة	المنهاج التقليدي	الخميس	١٠,٣٠-١٠,٠ (تجريبية)
			١١.٠٠-١٠.٣٠ (الضابطة)

ثامناً: الخطة الزمنية للبرنامج التعليمي

البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية تضمن ١٢ وحدة تعليمية موزعة على ٤ اسابيع ، بواقع (٣) وحدات تعليمية في الاسبوع الواحد ، وكان زمن كل وحدة تعليمية (٣٠) دقيقة.

تاسعاً: الاختبار البعدي :

تم اجراء الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية اذ تم اجراء الاختبارات بنفس الظروف التي تم فيها اجراء الاختبارات القبلية من حيث المكان والاجهزة والادوات واسلوب التنفيذ .

عاشراً: الوسائل الاحصائية : استخدم الباحثان البرنامج الاحصائي spss، وذلك لمعالجة البيانات الخاصة بالبحث .

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-

١- عرض وتحليل نتائج الفروق (ت) بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) لتوافق العام و الخاص لأطفال ما قبل المدرسة .

- عرض نتائج فروق (ت) بين الاختبار القبلي والبعدي لمجموعة البحث التجريبية (توافق عام و خاص) لأطفال ما قبل المدرسة.

جدول (٥)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالة الاحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار التوافق الحركي (العام و الخاص)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t)	مستوى دلالة (sig)	دلالة الفروق
			ع	س	ع	س			
١-	اختبار البالون	عدد	٣,١٢	٠,١٩	٨,٦٦	٠,٤٨	٦,١٨٣	٠,٠٠	معنوي

*معنوي اذا كان مستوى (sig) اصغر من ٠,٠٥

يبين جدول (٥) الوسط الحسابي لاختبار التوافق الحركي العام و الخاص في الاختبار القبلي قد بلغ (٣,١٢) وبانحراف معياري قد بلغ قيمته (٠,١٩) في حين بلغ الوسط الحسابي لاختبار التوافق الحركي العام و الخاص في الاختبار البعدي قد بلغ (٨,٦٦) وبانحراف معياري قيمته (٠,٤٨) علما ان قيمة مستوى دلالة (sig) (٠,٠٠) وقيمة (t) (٦,١٨٣) مما يدل على هنالك فروق معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية ٤.

- عرض النتائج فروق(ت) بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لتوافق الحركي(العام والخاص) لأطفال ما قبل المدرسة. جدول (٦) يبين ذلك.

جدول (٦) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار التوافق الحركي العام و الخاص.

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t)	مستوى دلالة (sig)	دلالة الفروق
			ع	س	ع	س			
١-	اختبار البالون	عدد	٣,٠١	٠,١٨	٥,٣٥٣	٠,٤٢٠	٣,٢٢٨	٠,٠٢	معنوي

*معنوي اذا كان مستوى (sig) اصغر من ٠,٠٥

يبين جدول (٦) ان الوسط الحسابي لاختبار التوافق الحركي العام و الخاص في الاختبار القبلي قد بلغ (٣,٠١) وبانحراف معياري قد بلغ قيمته (٠,١٨) في حين بلغ الوسط الحسابي لاختبار التوافق الحركي العام و الخاص في الاختبار البعدي قد بلغ (٥,٣٥٣) وبانحراف معياري قيمته (٠,٤٢٠) علما ان قيمة مستوى دلالة (sig) (٠,٠٢) وقيمة (٠,٠٢) مما يدل على هنالك فروق معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة .

- مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين (التجريبية ، والضابطة) للتوافق الحركي (العام و الخاص).

بعد ان تم عرض النتائج الاختبارية للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبارات للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها من محاور السابقة يتبين من نتائج الجدولين (٦ و٥) وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبدي للمجموعة التجريبية التوافق الحركي ولصالح الاختبارات البعدية ، ويعزو الباحثان سبب ذلك الى تنفيذ الاطفال هذه المجموعة لتمارين الخاصة المقترحة والتي اثرت بشكل مباشر في سرعة تنمية التوافق الحركي، ويجد الباحثان ان هذا السلوك المهاري قد اثر ايجابيا على الشكل الظاهري لاداء هذا التمارين من قبل هذه المجموعة فكان الاداء جيدا واكثر انسيابية وهذا ما أظهرت لمجموعة التجريبية بين الاختبار البدي .

اما في جدول ما يخص المجموعة الضابطة فقد كانت دلالات(في الاختبارات القبليّة والبعدية لتوافق الحركي العام والخاص لصالح الاختبار البدي التي تتبع الاسلوب التقليدي ، ويعزو الباحثان السبب في ذلك الى الممارسة المستمرة في سير منهج التقليدي المتبع في هذه المجموعة وما يحوي من شرح وعرض لبعض التمرينات التقليدية مما ادى الى تحسن طفيف في التوافق الحركي ولكن ليس مثل التمرينات المعدة والمقترحة من قبل الباحث التي تم على اساس العلمية اذ ان (التدريب او التعلم المنتظم والمبرمج على اساس العلمية يؤدي الى تحسن في مستوى اداء بشكل افضل) (٥)

٢- عرض نتائج فروق (ت) بين الاختبارين البعديين لمجموعة البحث التجريبية والضابطة للتوافق الحركي العام والخاص لاطفال ما قبل المدرسة

- عرض نتائج الفروق (ت) بين الاختبارين البعديين لمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ، التوافق الحركي العام و الخاص لأطفال بأعمار(٥-٦) سنوات .

جدول (٧)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة ومستوى دلالة الاحصائية بين الاختبارين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في اختبار التوافق الحركي العام و الخاص

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t)	مستوى دلالة (sig)	دلالة الفروق
			ع	س	ع	س			
١-	اختبار البالون	عدد	٨,٦٦	٠.٤٨	٥.٣٥٣	٠.٤٢٠	٨.١٣٨	٠.٠٠٨	معنوي

*معنوي اذا كان مستوى (sig) اكبر من ٠.٠٥

يبين جدول (٧) ان الوسط الحسابي لاختبار التوافق الحركي العام و الخاص للمجموعة التجريبية قد بلغ(٨,٦٦) وبانحراف معياري قد بلغ قيمته (٠.٤٨) في حين الوسط الحسابي لاختبار التوافق الحركي العام و الخاص للمجموعة الضابطة قد بلغ (٥.٣٥٣) وبانحراف معياري قيمته (٠.٤٢٠) علما ان قيمة مستوى دلالة (sig) (٠.٠٠٨) وقيمة (t) (٨.١٣٨) مما يدل على وجود فروق معنوية .

- مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية للمجموعتين (التجريبية والضابطة) لبعض للتوافق الحركي العام والخاص لاطفال ما قبل المدرسة

من خلال ملاحظتنا للجدول (الاختبار البدي) تبين لنا تفوق مجموعة التجريبية على الضابطة في الاختبارين البعديين للتوافق الحركي ، ويعزو الباحثان سبب في ظهور تلك الفروق الى تأثير التمرينات المقترحة التي استخدمها الباحثان مع المجموعة التجريبية والتي اسهمت بعمل مجموعة الاعضاء بشكل منظم ومنسق مما ادى الى تحسن التوافق

الحركي وهذا ما أشار إليه محمد صبحي حسنين حيث أكد ان ((التوافق يعتمد على سلامة ودقة وظائف العضلات والاعصاب وارتباطهما معا في عمل واحد)) (٩)

والتمرينات المقترحة من قبل الباحثان قد قللت من امكانية اشراك مجموعات عضلية غير مطلوبة في اداء الحركات معا مما جعلت الحركة اكثر انسيابية وأدت الى تحسن ((وان من اكثر الاخطاء التي يقع فيها المبتدئ بالنسبة لبعض الحركات التي تستلزم توفر عنصر التوافق هي اشراك مجموعات عضلية غير مطلوبة في اداء الحركات فيتسبب ذلك في حدوث اضطرابات في الحركة فتخرج في صورة مرتبكة وغير متناسقة)) وان هذه التمرينات تعمل على ((تنمية القدرات الفرد بدنيا وعقليا حيث تنمي عناصر اللياقة البدنية بصورة عامة وتنمي القدرات العقلية كالإحساس والأدراك ٠٠٠ الخ)) (١٠)

حيث ان ((التوافق هو عملية مقرونة بإمكانيات الجهاز الحركي على تنظيم القوة الداخلية مع القوة الخارجية المؤثرة وتختلف القوة باختلاف الفعل الحركي وبالتجارب السابقة لدى الافراد)). (١١)

من خلال النتائج التي حصل عليها الباحثان نرى تطور ملحوظ للمجموعة التجريبية في الاختبارين البعديين في اختبار (العين مع الذراعين) حيث ((يعد التوافق الحركي من الصفات المهمة لنمو الطفل حركيا في مرحلة الطفولة اذ يبدأ احتياج الطفل لهذه الصفة لما يتعرض له في حياته اليومية من الحركات والمهارات المختلفة)) (١١)

الاستنتاجات والتوصيات :

الاستنتاجات:

من خلال النتائج التي تحصل عليها الباحثان استنتجا ما يلي :

- ١- ان للتمرينات الخاصة لمقترحة تأثير ايجابي في تطور صفة التوافق الحركي لأطفال ما قبل المدرسة .
- ٢- ان استخدام التمرينات المقترحة الخاصة ساهم في زيادة دافعية الاطفال نحو اداء التمرينات الجديدة المقترحة .

التوصيات : يوصي الباحثان بما يلي :

- ١- مراعاة التنوع في استخدام التمارين المختلفة لأطفال ما قبل المدرسة وذلك لتشويقهم اكثر والحصول على خبرات متنوعة .
- ٢- ضرورة اهتمام المختصين برياض الاطفال بتنمية التوافق الحركي للأطفال من خلال برامج حركية مبنية على اسس علمية منظمة.
- ٣- اشباع حاجات الطفل الحركية عن طريق توفير بيئة متنوعة تعليمية هادفة اذ يجد الطفل الفرص المتنوعة المناسبة للممارسة التمارين الحركية.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

- ١- احمد بن رجم؛ العراقي الي تواجه ممارسة النشاط البدني و الحركي الرياضي داخل رياض الاطفال:(مجلة الابداع،العدد٤، المجلد ٣،جامعة مسيلة، الجزائر).
- ٢- بسطويسي أحمد وعباس أحمد. طرق التدريس في المجال الرياضي، الموصل، مطبعة جامعة الموصل، (١٩٨٤).
- ٣-ديولوب فان دالين ؛ مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس،ترجمة محمد نبيل نوفل واخرون ،ط٣: (القاهرة ،مكتبة الأنجلو المصرية ،(١٩٨٥)
- ٤- ساري احمد حمدان ونورما عبد الرزاق سليم_ اللياقة البدنية والصحية ، ط١ ،(دار وائل للطباعة والنشر، (٢٠٠١).
- ٥- عبد علي نصيف، قاسم حسن حسين، علم التدريب الرياضي:- (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، (١٩٨٠).
- ٦- كمال درويش واخرون: الدفاع في كرة اليد،(مركز الكتاب للنشر، القاهرة، (١٩٩٩).
- ٧- كامران عبد الرحمن ناريمان ؛ تأثير منهج بالألعاب الحس- حركية في تنمية بعض عناصر الذكاء الحركي ومهارات الإدراك البصري لدى أطفال ما قبل المدرسة : (مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد ٢ ، المجلد ٨ ، جامعة كويه ، العراق، (٢٠١٥).
- ٨- محمد قاسم جميل؛ العاب حركية نوعية في التآزر البصري-العضلي وبعض الرؤية، الاساسية المركبة لدى اطفال الرياض بعمر ٥-٦ سنوات:(اطرواحة دكتوراه، جامعة الانبار، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، (٢٠١٧).
- ٩- محمد صبحي حسنين. التقويم والقياس في التربية البدنية ، ج١، ط٢، دار الفكر العربي، (١٩٨٧).
- ١٠- محمد سعد محمود عبد الله ؛ الشخصية والقدرات العقلية (السعودية ، دار الاصلاح للطباعة ، (٢٠٠٣).
- ١١- ناهدة عبد زيد أساسيات في التعلم الحركي ، جامعة بابل ، (دار المنهجية للنشر والتوزيع ، (٢٠١٦).
- ١٢- ناهدة عبد زيد الدليمي (وأخرون). تأثير تداخل تمرينات خاصة بالإيقاع الموسيقي في تطوير التوافق الحركي وتعلم المراحل الفنية للضرب الساحق بالكرة الطائرة للطالبات، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد٧، العدد ٣، (٢٠١٤) ..
- ١٣- وجيه محجوب (وأخرون). نظريات التعلم والتطور الحركي ، ط٢، (بغداد ، دار الكتب والوثائق ، (٢٠٠٠).

ثانياً: المراجع الأجنبية

14- Matawan.lp. Gyundlogen dose sport lichjen training sport overly,Berlin ,(2010),.

الملخص

برنامج تربية حركية لتنمية التوافق الحركي لاطفال ما قبل المدرسة (٥-٦) سنوات

م.م. رافت سامي حميد
وزارة التربية
مديرية تربية كركوك

أ.د. سرمد احمد موسى
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة تكريت

هدفت الدراسة الى :-

- * أعداد تمارين خاصة لتنمية التوافق الحركي العام و الخاص لأطفال الرياض بأعمار (٥-٦) سنوات .
- * التعرف على تأثير التمارين الخاصة في تنمية التوافق الحركي العام و الخاص لأطفالبأعمار (٥-٦) سنوات .
- * التعرف على نتائج الاختبار البعدي لمجموعي البحث التجريبية و الضابطة في تنمية التوافق الحركي العام و الخاص لأطفال الرياض بأعمار (٥-٦) سنوات .

فروض البحث :-

- وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي لمجموعي البحث التجريبية و الضابطة .
- منهج البحث : استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (التجريبية و الضابطة) . اما مجتمع البحث فتمثل بأطفال روضة ججيكلر في محافظة كركوك بأعمار (٥-٦) سنوات و البالغ عددهم (٣٦) طفل تم اختيارهم بالطريقة العشوائية .
- استنتج الباحثان ان التمارين الخاصة لها تأثير واضح في تنمية التوافق الحركي العام و الخاص لا فراد البحث في المجموعة التجريبية .
- و اوصى الباحثان بضرورة استخدام التمارين الخاصة المقترحة ضمن منهاج رياض الاطفال الحركية .والبحت عن تمارين حديثة او تصميمها تتلائم مع انواع اخرى من التوافق الحركي لأطفال الرياض.
- الكلمات الافتتاحية : برنامج حركي , التنمية , التوافق الحركي , الاطفال .

Summary

Movement education programme on Improving Motor Compatibility for Children Age (5-6) Years

Prof. Dr . Sarmad Ahmed Musa

College of Physical Education and Sport Sciences
Tikrit University

Assist. Lecturer . Raafat Sami Hamid

Ministry of Education
Kirkuk Education Directorate

The study aimed to:

* Preparing special exercises for the development of general and specific motor coordination for kindergarten children at the ages of (5-6) years.

*Identifying the effect of special exercises on the development of general and specific motor coordination for children aged (5-6) years.

*Identifying the results of the post-test for the experimental and control research groups in the development of general and specific motor coordination for kindergarten children at the ages of (5-6) years.

Research hypotheses-:

-There are statistically significant differences in the post-test of the experimental and control research groups.

Research methodology: The researchers used the experimental approach by designing the two equal groups (experimental and control). As for the research community, it was represented by the children of the Cjiklar Kindergarten in Kirkuk Governorate, at ages (5-6) years, and they numbered (36) children, who were chosen randomly.

The researchers concluded that the special exercises have a clear effect on the development of general and specific motor coordination of the research individuals in the experimental group.

The two researchers recommended the need to use the proposed special exercises within the kindergarten's motor curriculum, and to search for modern exercises or design them that are compatible with other types of motor coordination for kindergarten children.

Introductory words: motor program, development, motor coordination, children.