

## تأثير برنامج للنشاط الحركي على تعلم بعض المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الصف السادس الابتدائي

\* أ / محمد عبد الحميد الدعدر

### - المقدمة ومشكلة البحث :

يتميز هذا العصر الذي نعيش فيه بالتقدم العلمي الكبير، وتتجه مصر وهي تعيد بناء المجتمع على أسس علمية إلى تطوير التعليم واستخدام أحدث الأساليب المتطورة لبناء الشخصية المتكاملة المتزنة لأبنائها من جميع الجوانب، فتلاميذ اليوم هو دعامة الغد وعماد المستقبل وثروة الوطن وارتقائه، وأصبح أحد أهم معايير الحضارة بين الأمم هو مقدار اهتمام كل أمة بتلاميذها، ولم تعد تستطيع الدول التي تضع التلاميذ في درجة متأخرة من اهتماماتها أن تواكب ركب الحضارة والتقدم، ومن ثم فإن التلاميذ هم البداية حيث يتميزون بقابليتهم للتشكيل الحركي.

يشير أحمد عبدالله (٢٠٠٢م) إلى أن المرحلة الابتدائية يجب ان تصبح منتدى للألعاب والحركة والرياضة البدنية وليس لربط التلاميذ على الكراسي في الفصول، فجوهر الإصلاح والتغيير في مناهج تلك المرحلة التعليمية هو أخذ التلاميذ على طبيعتهم بإمكانياتهم وتنمية هذه القدرات المختلفة وبذلك يتعلم التلاميذ في المدرسة تجارب الحياة ويستطيعون أن يواكبوا التغيرات المستمرة الطارئة على مجتمعاتهم ويضيف أنه لا بد أن تصبح المدرسة مجالاً للحركة والترييض واستخراج الطاقة الكامنة في التلاميذ، فالمدرسة جزء من التربية الحركية وعلى المدرسين والمدرسات إيجاد تمارين وبرامج جديدة حتى تصبح المدرسة أكثر إثارة وجاذبية. (٤ : ٢٥)

ويتفق كل من محمد خليل وأحمد عبدالله (٢٠٠٣م)، وخالد عوض (٢٠١٣م) على أن التربية الحركية توصف بأنها البرامج الحركية الأساسية أو الاستكشاف الحركي والتي يفترض فيها إثارة دوافع التلاميذ وطاقاتهم نحو الإبداع والابتكار، فالتربية الحركية نظام تربوي وتعليمي يهدف إلى إعداد التلاميذ إعداداً شاملاً متزناً من كافة جوانب التعلم ، ويعتمد على الإمكانيات النفس حركية والفطرية الموروثة والمكتسبة المتوفرة لديهم. (١٧ : ٤)، (٩ : ١)

ومن خلال عمل الباحث كمدرس تربية رياضية ببلطيم بمحافظة كفر الشيخ خلال العام الدراسي ٢٠١٥م / ٢٠١٦م لاحظ انخفاض في مستوى الأداء المهارى لبعض مسابقات الميدان والمضمار والذي ظهر من خلال الاشتراك في بعض الأنشطة الخارجية بين المدارس والتي تدرج

\* مدرس تربية رياضية بإدارة بلطيم التعليمية - بلطيم - كفر الشيخ .

بالنشرة التعليمية للعام الدراسي وكذلك عدم الاهتمام بتنمية القدرات الحركية للمهارات الأساسية (العدو - الوثب - الرمي) وذلك بالرغم من دعوة الاتحاد الدولي لألعاب القوى للاهتمام بضرورة تنمية عناصر اللياقة البدنية للأطفال تمهيداً للممارسة التخصصية.

وفي حدود علم الباحث أن هذا البرنامج لم يسبق تناوله من قبل على المتغيرات قيد البحث لتلاميذ المرحلة الابتدائية وهذا مما دعى الباحث للقيام بهذا البحث لمحاولة تحسين تلك القدرات الحركية والمهارات الأساسية في ألعاب القوى ( العدو - الرمي - الوثب) عن طريق إعداد برنامج للنشاط الحركي المقترح لتنمية بعض المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية في ألعاب القوى لتلاميذ المرحلة الابتدائية، ولذا فهذا البحث محاولة للتعرف على " تأثير استخدام برنامج للنشاط الحركي على تعلم بعض المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية".

#### - هدف البحث :

التعرف على تأثير برنامج للنشاط الحركي على تعلم بعض المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

#### - فروض البحث :

1. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض مسابقات الميدان والمضمار بدرس التربية الرياضية (العدو، الوثب الطويل، رمي ثقل ٥٠٠ جرام) لصالح القياس البعدي.
2. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض مسابقات الميدان والمضمار بدرس التربية الرياضية (العدو، الوثب الطويل، رمي ثقل ٥٠٠ جرام) لصالح القياس البعدي.
3. توجد فروق دالة إحصائياً في القياسين البعديين لمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في بعض مسابقات الميدان والمضمار بدرس التربية الرياضية (العدو، الوثب الطويل، رمي ثقل ٥٠٠ جرام) لصالح المجموعة التجريبية.

## - مصطلحات البحث:

### - البرنامج :

يُعرف أبو النجا عز الدين (٢٠٠٣م) البرنامج بأنه عبارة عن "الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطة ما صممت سلفاً والخبرات التعليمية المتوقعة التي تتبع من المنهاج وكل ما يتعلق بتنفيذه من (متعلم - معلم - طرق التدريس - الإمكانيات - الزمن - تكنولوجيا التعليم - المحتوى - التقويم)". (٢: ١٢)

### - النشاط الحركي\*:

هو ذلك النشاط الذي يعمل على اشباع حاجات و الاستجابة لميول التلاميذ من خلال الألعاب الصغيرة وبعض القصص الحركية والعمل على تنمية المهارات الحركية الخاصة بهم والتي يستطيعوا من خلالها الاشتراك في الألعاب والمنافسات الخاصة بمسابقات الميدان والمضمار (العدو، والوثب، والرمي).

### - المهارات الحركية الأساسية:

يُعرف كل من محمد خليل وأحمد عبد الله (٢٠٠٣م) المهارات الحركية الأساسية بأنها "الحركات التي تؤدي لتحرك الجسم وانتقاله من نقطة إلى نقطة أخرى أو من مكان إلى مكان آخر سواء كان ذلك عن طريق المشي أو الجري أو الوثب أو القفز". (١٧: ١٩٧)

### - الدراسات السابقة:

#### أ - الدراسات العربية :

١- دراسة هبة إمبابي (٢٠١٠م) استهدفت هذه الدراسة التعرف على تأثير البرنامج المقترح على تنمية بعض القدرات البدنية، واكتساب بعض مهارات مسابقات الميدان والمضمار للتلاميذ، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، وبلغ عدد العينة (٤٠) تلميذاً وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من تلاميذ الصف الأول الإعدادي بمدرسة الشاطبي الإعدادية للبنين بالإسكندرية ، وكانت أهم النتائج أن استخدام البرنامج المقترح للألعاب التمهيدية له تأثير على تحسن القدرات البدنية، والمهارات الحركية لمسابقات الميدان والمضمار. (٢٢)

\* تعريف إجرائي.

٢- دراسة نرمين خالد (٢٠١٢م) استهدفت هذه الدراسة التعرف على فاعلية برنامج تروحي رياضى على تعلم بعض المهارات الأساسية لألعاب القوى والحالة النفسية للمرحلة السنّية من (٩-١٢) سنة، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية العشوائية من الناشئين المشتركين فى المشروع القومى للناشئين بالشرقية، وبلغ عدد العينة (٤٠) ناشئاً وكانت أهم النتائج وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية فى تعلم بعض المهارات الأساسية لألعاب القوى والحالة النفسية للمرحلة السنّية من (٩-١٢) ولصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية. (٢١)

٣- دراسة مريم إسماعيل (٢٠١٤م) واستهدفت هذه الدراسة التعرف على مدى تأثير برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية فى ضوء محددات البراعة الحركية لسن (٦-٩) سنوات، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، وبلغ عدد العينة (٥٠) تلميذاً وتلميذة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وكانت أهم النتائج هى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات تلاميذ المجموعتين الضابطة والتجريبية للمهارات الحركية المقترحة على تحسين وتطوير المهارات الحركية الأساسية فى ضوء محددات البراعة الحركية عن البرنامج المتبع. (٢٠)

٤- دراسة قاسم صالح (٢٠١٥م) استهدف هذا البحث التعرف على معرفة تأثير برنامج الألعاب التمهيدية على الجوانب البدنية والمهارية والمعرفية والوجدانية لتلاميذ الصف الخامس الابتدائى، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، وبلغ عدد العينة (٤٨) تلميذاً موزعين على المجموعتين بالتساوى، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من بين تلاميذ الصف الخامس الابتدائى، وكانت أهم النتائج تحسن فى مستوى الاختبارات البدنية والأداء المهارى للمسابقات الثلاث ( العدو - الوثب الطويل - الدفع) وتحسن فى التحصيل المعرفى والمعلومات المرتبطة بالمسابقات قيد البحث، وتحسن فى مستوى الجانب الوجدانى. (١٥)

#### ب - الدراسات الأجنبية :

١- دراسة فاطمة كياينار **Fatma Celik Kayapnar** (٢٠١١م) استهدفت هذه الدراسة التعرف على تأثير برنامج التربية الحركية على مهارات التوازن الثابت لأطفال ما قبل المدرسة، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، وبلغ عدد العينة (٨٠) تلميذاً وتلميذة وكانت أهم النتائج أن برنامج التربية الحركية (قيد الدراسة) له تأثير إيجابى على التوازن الثابت لأطفال ما قبل المدرسة. (٢٤)

٢- دراسة هرموز كوك ، على تيكن وامرى ايكورا **Hurmuz Koc, Ail Tekin And Emre Aykora** (٢٠١٢م) واستهدفت هذه الدراسة التعرف على تأثير دروس التربية البدنية على مهارات حركية مختارة للأطفال وقد استخدم الباحثين المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لثلاث مجموعات مجموعتين تجريبيتين والأخرى ضابطة، وبلغ عدد العينة (١٣٨) تلميذاً، وكانت أهم النتائج تحسن المجموعة المنتظمة على الممارسة في الصف الأول في مهارات الوثب العريض من الثبات والوثب العمودي ، بينما تحسن تلاميذ الصف الثاني في مهارات الاتزان، أما المجموعة الغير منتظمة من طلاب السنة الأولى والثانية فقد تحسن لديهم قوة الذراع فقط. (٢٥)

٣- دراسة سنغ. اس بي **S. P. Singh** (٢٠١٣م) واستهدفت هذه الدراسة التعرف على تطوير برنامج تربية حركية ومدى تأثيره على التحصيل الدراسي العلمى وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وبلغ عدد العينة (١٦٨) طفلاً من سن (٥-٦) سنوات، وكانت أهم النتائج أن برنامج التربية الحركية المطور له تأثير إيجابي على تحسين التحصيل الدراسي للأطفال قيد البحث. (٢٦)

- إجراءات البحث:

أ- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي، وذلك بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية.

ب- مجتمع البحث:

تلاميذ الصف السادس بالمرحلة الابتدائية بمدرسة رزق حمامو ببلطيم بمحافظة كفر الشيخ خلال العام الدراسي (٢٠١٥-٢٠١٦م)، والبالغ عددهم (١٣٠) تلميذاً.

ج - عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من تلاميذ الصف السادس الابتدائي بمدرسة رزق حمامو ببلطيم محافظة كفر الشيخ خلال العام الدراسي (٢٠١٥/٢٠١٦م) وبلغ عددهم (١٣٠) تلميذاً بنسبة (١٠٠%) من تلاميذ الصف السادس الابتدائي تم توزيعهم كالاتي:

١- العينة الأساسية قوامها (٤٠) تلميذاً ، تم تقسيمهم إلي (٢٠) تلميذاً مجموعة ضابطة، و(٢٠) تلميذاً مجموعة تجريبية.

٢- العينة الاستطلاعية (٨٠) تلميذاً.

٣- وقد قام الباحث باستبعاد الفئات التالية:

- التلاميذ الباقين للإعادة لسابق خبرتهم وعددهم (٧) تلاميذ.

- التلاميذ ذو الحالات المرضية المزمنة وعددهم (٣) تلاميذ.

د- تجانس وتكافؤ العينة:

- تجانس مجموعتي البحث في معدلات النمو:

جدول (١) معامل الالتواء للمجموعتين الضابطة والتجريبية  
في السن والطول والوزن والذكاء

$$N_1 = N_2 = 20$$

م	الإحصاء المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية			
			س-	ع ±	الوسيط	الالتواء	س-	ع ±	الوسيط	الالتواء
١	السن	سنة/شهر	11.02	0.03	11.01	1.34	11.04	0.03	11.04	0.58
٢	الطول	سم	145.45	5.12	144.50	0.32	145.85	9.22	147.00	0.33-
٣	الوزن	كجم	39.05	5.48	39.00	0.23	40.50	7.41	39.50	0.04
٤	الذكاء	درجة	37.60	5.33	37.50	0.15	37.55	6.09	39.00	0.65-

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = (٠.٥١)

يتضح من الجدول (١) أن قيم معامل الالتواء للمجموعة الضابطة في السن والطول والوزن والذكاء تراوحت ما بين (٠.١٥) إلى (١.٣٤)، كما يتضح أن قيم معامل الالتواء لتلك المتغيرات للمجموعة التجريبية تراوحت ما بين (- ٠.٦٥) إلى (٠.٥٨) وجميع قيم معامل الالتواء انحصرت ما بين (- ٣ إلى + ٣) مما يدل على تجانس أفراد المجموعة الضابطة والتجريبية في تلك المتغيرات.

- تجانس مجموعتي البحث في الصفات البدنية:

جدول (٢) معامل الالتواء للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الصفات البدنية قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 20$$

م	الإحصاء	وحدة القياس	المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية			
			س-	ع ±	الوسيط	الالتواء	س-	ع ±	الوسيط	الالتواء
١	الانبطاح المائل ثنى ومد الذراعين (القوة)	عدد	1.38	0.67	1.50	0.82-	1.53	0.66	2.00	1.33-
٢	الوثب العريض من الثبات (القدرة)	متر	1.15	0.10	1.11	0.38	1.18	0.14	1.20	0.26-
٣	عدو ٣٠ من البدء العالي (السرعة)	ثانية	7.28	0.43	7.13	0.65	7.03	0.57	6.92	0.55
٤	ثنى الجذع من الوقوف (المرونة)	درجة	1.40-	1.76	1.50-	0.02-	0.30-	1.78	0.00	1.05-
٥	الجرى في شكل 8 (التوافق)	ثانية	11.58	0.41	11.67	0.18-	11.54	0.26	11.53	0.37

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = (٠.٥١)

يتضح من الجدول (٢) أن قيم معامل الالتواء للمجموعة الضابطة في ( القوة، والقدرة، والسرعة، والمرونة، والتوافق) قد تراوحت ما بين (- ٠.٨٢) إلى (٠.٦٥)، كما يتضح أن قيم معامل الالتواء لتلك الصفات للمجموعة التجريبية تراوحت ما بين (- ١.٣٣) إلى (٠.٥٥) وجميع قيم معامل الالتواء انحصرت ما بين (- ٣ إلى + ٣) مما يدل على تجانس أفراد المجموعة الضابطة والتجريبية في تلك الصفات.

- تجانس مجموعتي البحث في المهارات الأساسية:

جدول (3) معامل الالتواء للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المهارات الأساسية قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 20$$

م	الإحصاء	وحدة القياس	المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية			
			س-	ع ±	الوسيط	الالتواء	س-	ع ±	الوسيط	الالتواء
١	عدو مسافة ٥٠ م	ثانية	11.09	0.58	11.14	0.19	10.83	0.62	10.90	0.73
٢	الوثب الطويل بطريقة القرفصاء	متر	2.04	0.09	2.02	0.12	1.89	0.39	2.05	1.47-
٣	الرمي (ثقل ٥٠٠ جرام)	متر	4.55	0.46	4.50	0.25	4.75	0.60	4.75	1.14

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = (٠.٥١)

يتضح من الجدول (٣) أن قيم معامل الالتواء للمجموعة الضابطة في مهارات العدو مسافة ٥٠م والوثب الطويل بطريقة القرفصاء ورمي ثقل ٥٠٠ جرام قد تراوحت ما بين (٠.١٢) إلى (٠.٢٥)، كما يتضح أن قيم معامل الالتواء لتلك المهارات للمجموعة التجريبية تراوحت ما بين (- ١.٤٧) إلى (١.١٤) وجميع قيم معامل الالتواء انحصرت ما بين (- ٣ إلى + ٣) مما يدل على تجانس أفراد المجموعة الضابطة والتجريبية في تلك المهارات.

- تكافؤ مجموعتي البحث في معدلات النمو:

جدول (٤) قيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في السن والطول والوزن ودرجة الذكاء

$$n_1 = n_2 = 20$$

م	المتغيرات	الإحصاء		المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة
		ع ±	س-	ع ±	س-	ع ±	س-		
١	السن	11.02	0.03	11.04	0.03	-0.02	١.٧٣		
٢	الطول	145.45	5.12	145.85	9.22	-٠.٤٠	٠.١٧		
٣	الوزن	39.05	5.48	40.50	7.41	-١.٤٥	٠.٧٠		
٤	الذكاء	37.60	5.33	37.55	6.09	-٠.٠٥	٠.٠٣		

قيمة (ت) الجدولية = (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥)

يتضح من الجدول (٤) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في السن (١.٧٣) وفي الطول (٠.١٧) وفي الوزن (٠.٧٠) وفي الذكاء (٠.٠٣) وتلك القيم جميعها أصغر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في تلك المتغيرات.

- تكافؤ مجموعتي البحث في الصفات البدنية:

جدول (٥) قيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الصفات البدنية

$$n_1 = n_2 = 20$$

م	الصفات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة
		س-	ع ±	س-	ع ±		
١	الاتباحت المائل ثنى ومد الزراعين(القوة)	1.38	0.67	1.53	0.66	-0.15	٠.٧٢
٢	الوثب العريض من الثبات(القدرة)	1.15	0.10	1.18	0.14	-0.03	٠.٩٢
٣	عدو ٣٠ م من البدء العالي(السرعة)	7.28	0.43	7.03	0.57	0.25	١.٥٩
٤	ثنى الجذع من الوقوف (المرونة)	1.40-	1.76	0.30-	1.78	-1.10	١.٩٧
٥	الجرى في شكل 8 (التوافق)	11.58	0.41	11.54	0.26	0.04	٠.٣١

قيمة (ت) الجدولية = (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٥) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الصفات البدنية (القوة، والقدرة، والسرعة، والمرونة، والتوافق) (٠.٣١)، وتلك القيم جميعها أصغر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في تلك الصفات.

- تكافؤ مجموعتي البحث في المهارات الأساسية:

جدول (٦) قيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المهارات الأساسية

$$n_1 = n_2 = 20$$

م	المهارات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة
		س-	ع ±	س-	ع ±		
١	عدو مسافة ٥٠ م	11.09	0.58	10.83	0.62	٠.٢٦	١.٣٩
٢	الوثب الطويل بطريقة القرفصاء	2.04	0.09	1.89	0.39	٠.١٥	١.٧٣
٣	الرمي (ثقل ٥٠٠ جرام)	4.55	0.46	4.75	0.60	-٠.٢٠	١.١٩

قيمة (ت) الجدولية = (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٦) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في مهارة العدو مسافة ٥٠ م (١.٣٩) وفي الوثب الطويل بطريقة القرفصاء (١.٧٣) وفي رمي ثقل ٥٠٠ جرام (١.١٩) وتلك القيم جميعها أصغر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في تلك المهارات.

#### أدوات البحث (أدوات جمع البيانات):

##### أ- القياسات الخاصة بمعدلات النمو:

- ١- السن (الرجوع إلى تاريخ الميلاد من واقع سجلات المدرسة).
- ٢- الطول باستخدام شريط قياس.
- ٣- الوزن باستخدام الميزان الطبي.

##### ب- اختبار الذكاء المصور:

قام الباحث باختيار اختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح (١٩٨٨م) (٣) مرفق (١) وذلك لعدة أسباب أهمها:

- ١- يعتبر من الاختبارات الخاصة بتصنيف وتقدير القدرة العقلية لدى الأفراد في الأعمار من سن الثامنة إلى السابعة عشر.
- ٢- مناسبته لعينة البحث حيث أن متوسط أعمار عينة البحث (11.02) سنة.
- ٣- يعتبر من الاختبارات غير اللفظية ولا يعتمد على إجادة اللغة العربية.
- ٤- يمكن تطبيقه على عدد كبير في نفس الوقت.
- ٥- يتسم بمعاملات علمية عالية من صدق وثبات وتم استخدام هذا الاختبار على دراسات أجريت على عينات مشابهة لعينة البحث الحالي وهي دراسة كل من خالد ثابت (٢٠٠٥م) (٨) علا عبد العال (٢٠١٠م) (١١) والحسيني ندا (٢٠١١م) (٧) إبراهيم محمد (٢٠١٤م) (١) والتي تمتعت بمعاملات علمية عالية في صدقه وثباته تراوحت من (٠.٨٧ - ٠.٩٨) (٠.٨٦ - ٠.٩٩) ، والتي تدل على صدق وثبات هذا الاختبار، مما دعا الباحث إلى استخدامه وتطبيقه على تلاميذ الصف السادس الابتدائي قيد البحث.

### ج- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- ساعة إيقاف حساسية ١/١٠٠ من الثانية - صافرة - أقماع رياضية.
- ميزان طبي عادي لقياس الوزن. - كرات طبية. - مقعد سويدي.
- استمارة جمع البيانات. - شريط قياس لقياس الطول.

### د- استطلاع رأي الخبراء:

قام الباحث باستطلاع رأي الخبراء في مجال التربية الرياضية في الفترة الزمنية من

٢٠١٥/٥/١١م إلى ٢٠١٥/٥/٢٥م وذلك بهدف تحديد الآتي:

- ١- تحديد الاختبارات البدنية والمدة الكلية للبرنامج التعليمي لتلاميذ الصف السادس الابتدائي. مرفق (٣)
- ٢- تحديد المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار الموجودة ضمن المحتوى المقرر للصف السادس الابتدائي والذي يشمل على (٥) مهارات في مسابقات الميدان والمضمار. مرفق (٤)

وقد راعي الباحث الشروط التالية عند اختيار الخبير:

- أن يكون حاصلًا على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية.
- أن يكون عضو هيئة التدريس ومن العاملين بقسم المناهج وطرق التدريس، أو قسم التدريب الرياضي تخصص ألعاب قوى بإحدى كليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية.
- وقد تم عرض الاستمارات الخاصة بأراء الخبراء على (١٠) خبراء بقسم المناهج وطرق التدريس التربية الرياضية وقسم التدريب الرياضي تخصص ألعاب قوى من بعض كليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية. مرفق (٢)

### - البرنامج التعليمي المقترح باستخدام النشاط الحركي:

قام الباحث بوضع البرنامج التعليمي الخاص بتعليم وحدة مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ الصف السادس الابتدائي قيد البحث، وذلك عن طريق برنامج النشاط الحركي (الألعاب الصغيرة و القصص الحركية) وذلك في ضوء خصائص النمو لهذه المرحلة السنّية وقد وضع الباحث البرنامج على الأسس والخطوات التالية:

#### أ- هدف البرنامج:

يهدف البرنامج إلي تعليم وحدة مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ الصف السادس الابتدائي من خلال برنامج تعليمي باستخدام النشاط الحركي (الألعاب الصغيرة و القصص الحركية)، وينقسم الهدف العام للبرنامج إلي أهداف بدنية ومهارية .

## ب- محتويات البرنامج:

- يشير على عبد المجيد (٢٠٠٦-٢٠٠٧م) إلى أن دليل معلم التربية الرياضية للصف السادس الابتدائي يتضمن تعليم وحدة مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ الصف السادس الابتدائي على المهارات التالية:
- ١- العدو لمسافة ٥٠م.
  - ٢- الوثب الطويل بطريقة القرفصاء.
  - ٣- التتابع الدائري (التسليم والتسلم).
  - ٤- الوثب العالي بالطريقة المقصية.
  - ٥- الرمي (دفع ثقل وزنه ٥٠٠ جرام). (٣٩: ١)

## ج- الأدوات المستخدمة في البرنامج:

- ١- صافرة.
- ٢- ساعة إيقاف.
- ٣- كرات طبية.
- ٤- جير.
- ٥- ملعب خماسي.
- ٦- شريط قياس.
- ٧- أقماع رياضية.
- ٨- حفرة وثب.
- ٩- ملعب قدم.
- ١٠- مقعد سويدي.

## د- الإطار العام لتنفيذ البرنامج:

قام الباحث بوضع الدروس التعليمية المقترحة في كل أسبوع لوحدة مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ الصف السادس الابتدائي قيد البحث لكل من المجموعتين الضابطة والتجريبية، وقسمت إلى (٨) دروس لكل مجموعة وكانت دروس المجموعة التجريبية عبارة عن (٦) دروس ألعاب صغيرة ودرسين عن طريق القصة الحركية وذلك وفقاً لخصائص نمو ومستوى قدرات المتعلمين ولمدة (٨ أسابيع) شهرين، بواقع فترة واحدة أسبوعياً حسب الخطة الموضوعية من قبل وزارة التربية والتعليم وزمنها (٩٠) دقيقة.

## - وكان التوزيع الزمني لأجزاء الدرس بالبرنامج التعليمي على النحو التالي:

- ١- المقدمة والأعمال الإدارية (٢٥ ق).
- ٢- الإعداد البدني (٢٠ ق).
- ٣- الجزء الرئيس والبرنامج التعليمي المقترح وتدرجات للتقدم بالمهارة (٤٠ ق).
- ٤- الجزء الختامي (٥ ق).

حيث يتم تنفيذ الجزء الرئيسي في المجموعة التجريبية بتدريس المهارة في الدرس التعليمي عن طريق الأنشطة الحركية من خلال الألعاب الصغيرة والقصص الحركية وذلك في نفس المهارة الواحدة وبذلك كان الاختلاف بين المجموعتين في الجزء الرئيسي فقط للمجموعة التجريبية.

#### و- الدراسة الاستطلاعية الخاصة بالبرنامج التعليمي:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية لدروس البرنامج من يوم الأحد الموافق ٢٠١٥/١٠/١٨م إلى يوم الخميس الموافق ٢٠١٥/١٠/٢٢م على عينة الدراسة الاستطلاعية وعددها (٨٠) تلميذ من نفس مجتمع البحث وخارج عينته الأساسية وذلك بتطبيق أحد دروس البرنامج التعليمي لمعرفة مدى مناسبة البرنامج لقدرات التلاميذ، واختبار صلاحية المكان المستخدم لتنفيذ البرنامج، وفهم التلاميذ للبرنامج المقترح وقد أسفرت نتائج التجربة على ملاتمة البرنامج للهدف الذي وضع من أجله.

#### - القياس القبلي:

قام الباحث بإجراء القياسات القبلية على عينة البحث الأساسية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث في معدلات النمو (السن والطول والوزن والذكاء) وكذلك الاختبارات البدنية والمهارات الأساسية في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠١٥/١٠/٢٥م إلى يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٥/١٠/٢٧م.

#### - الدراسة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق هذه الدراسة في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠١٥/١١/١م إلى يوم الإثنين الموافق ٢٠١٥/١٢/٢٨م على عينة قوامها (٤٠) تلميذاً تم تقسيمهم إلى مجموعتين قوام كل منهما (٢٠) تلميذاً كما يلي:

- أ- المجموعة الأولى (الضابطة) باستخدام أسلوب الأوامر وفقاً لمنهاج التربية الرياضية بدليل المعلم لتلاميذ الصف السادس الابتدائي. مرفق (٦)
- ب- المجموعة الثانية (التجريبية) باستخدام الأنشطة الحركية (الألعاب الصغيرة والقصص الحركية). مرفق (٧)

وقد قام الباحث بعمل تدوير للمجموعات الضابطة والتجريبية في كل أسبوع من أسابيع تطبيق البرنامج وكذلك في توقيتات مختلفة من الحصص بحيث لا يوجد تمييز لمجموعة عن مجموعة في الأيام ولا في التوقيت مما يجعل التجربة متساوية في الضبط العلمي لمتغير الزمن وعدم تحيز الباحث لمجموعة عن الأخرى.

#### - القياس البعدي:

قام الباحث بإجراء القياسات البعدية على عينة البحث الأساسية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البدنية والمهارات الأساسية في الفترة الزمنية من يوم الأحد الموافق ٢٠١٦/١/٣م إلى يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٦/١/٥م.

#### - الأساليب الإحصائية:

للتحقق من أهداف البحث واختبار الفروض، تم استخدام جهاز الحاسب الآلي بواسطة البرنامج الإحصائي للعلوم الإجتماعية (SPSS) Statistic Program For Social Science وذلك باستخدام ما يلي:

- أ- المتوسط الحسابي. ب- الوسيط.
- ج- اختبار (ت). د- الانحراف المعياري.
- هـ- معامل الالتواء.

#### - عرض ومناقشة النتائج:

##### أ- عرض نتائج الفرض الأول:

جدول (٧) قيمة (ت) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي

للمجموعة الضابطة في المهارات الأساسية قيد البحث

$$ن = ٢ = ١ = ٢٠$$

م	الإحصاء	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة
		س-	ع ±	س-	ع ±		
١	عدو مسافة ٥٠ م	11.09	0.58	10.74	0.57	0.35	9.29
٢	الوثب الطويل بطريقة القرفصاء	2.04	0.09	2.31	0.09	-0.27	17.77
٣	الرمي (ثقل ٥٠٠ جرام)	4.55	0.46	6.68	0.77	-2.13	15.73

قيمة (ت) الجدولية = (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٧) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مهارة العدو مسافة ٥٠ م (٩.٢٩) والوثب الطويل بطريقة القرفصاء (١٧.٧٧) ورمى ثقل ٥٠٠ جرام (١٥.٧٣)، وتلك القيم جميعها أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين لصالح القياس البعدي ذي المتوسط الحسابي الأفضل في تلك المهارات.

#### ب- مناقشة نتائج الفرض الأول:

يتضح من خلال عرض جدول رقم (٧) تقدم المجموعة الضابطة في القياس البعدي لبعض المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث، ويعزى الباحث ذلك التقدم إلى تأثير الممارسة على الأداء الذي يؤدي إلى حدوث التقدم، إذ أن ممارسة المجموعة الضابطة لعملية التعليم باستخدام الأسلوب المتبع داخل المدرسة، والذي يعتمد على الشرح النظري وأداء النموذج العملي للمهارات المطلوب تعلمها وإصلاح الأخطاء والتوجيه المستمر كل هذه العوامل يمكن أن يكون لها دور ملحوظ في حدوث تحسن في مستوى وكفاءة الأداء بالنسبة لتلاميذ المجموعة الضابطة، ثم يقوم المعلم بطريقة التقديم النظري للتلاميذ مما يؤدي إلى اكتساب التلاميذ معلومات ومعارف عن المهارة فتعمل هذه المعلومات على زيادة معرفتهم بالمهارة ومراحلها الفنية وكيفية الأداء مما يؤثر على الأداء الحركي نفسه.

وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج دراسة كل من هرموز كوك، على تيكن وامرى ايكورا HurmuzKoc, Ail Tekin And EmreAykora (٢٠١٢م)، قاسم صالح (٢٠١٥م)، والتي أشارت جميعها إلى أن الأسلوب المتبع (أسلوب الأوامر) ساهم بطريقة إيجابية في تعلم المجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية للمهارات قيد البحث. (٢٥)، (١٥)

وفي هذا الصدد ترى ليلي فرحات (٢٠٠١م)، أن المعرفة تعتبر جزءاً أساسياً لتعلم المهارة والاحتفاظ بها وارتفاع مستوى أدائها حيث تعد المرحلة المعرفية من أولى مراحل التعلم الحركي للمهارات وأكثرها أهمية والتي من خلالها يلم التلاميذ بالمهارة وأبعادها المختلفة مما يساعد على تحقيق الهدف المنشود، وتلعب الوسائل والأدوات المختلفة، والغير تقليدية في تنمية وتطوير الجانب المعرفي للتلاميذ. إن استخدام أساليب وأشكال مبتكرة للتعلم يؤدي بالضرورة إلى تحسن المستوى المعرفي لدى التلاميذ. (١٦: ٣٣ - ٣٤)

وبذلك يتحقق الفرض الأول للبحث والذي ينص على أنه:

" توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة (أسلوب الأوامر) في بعض مسابقات الميدان والمضمار بدرس التربية الرياضية (العدو، الوثب الطويل، رمى ثقل ٥٠٠ جرام) لصالح القياس البعدي".

- عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

أ- عرض نتائج الفرض الثاني:

جدول (٨) قيمة (ت) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات الأساسية قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 20$$

م	المهارات الأساسية	الإحصاء		القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة
		س-	ع ±	س-	ع ±	س-	ع ±		
١	عدو مسافة ٥٠ م	10.83	0.62	9.67	0.61	1.16	13.99		
٢	الوثب الطويل بطريقة القرفصاء	1.89	0.39	3.01	0.16	1.12-	11.81		
٣	الرمي (ثقل ٥٠٠ جرام)	4.75	0.6	8.80	0.57	4.05-	26.39		

قيمة (ت) الجدولية = (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٨) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مهارة العدو مسافة ٥٠ م (١٣.٩٩) والوثب الطويل بطريقة القرفصاء (١١.٨١) ورمي ثقل ٥٠٠ جرام (٢٦.٣٩)، وتلك القيم جميعها أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين لصالح القياس البعدي ذا المتوسط الحسابي الأفضل في تلك المهارات.

ب- مناقشة نتائج الفرض الثاني:

يتضح من جدول (٨) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد أدت إلى تحسن المجموعة التجريبية في القياس البعدي لبعض المهارات الأساسية لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث وذلك من خلال الاختبارات المهارية، ويعزى الباحث هذا التحسن والفرق الإحصائي الكبير في الأداء المهارى إلى التأثير الإيجابي لبرنامج النشاط الحركى وما يحتويه من أنشطة حركية تتكامل مع بعضها البعض في منظومة تعليمية.

وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج دراسة كل من نرمين خالد (٢٠١٢م)، سنغ. اس بي S. P. Singh (٢٠١٣م)، والتي أشارت جميعها إلى أن برنامج النشاط الحركي له تأثير إيجابي دال في تعلم المهارت الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث. (٢١)، (٢٦)

وفي هذا الصدد يرى عمرو أبو المجد وجمال النمكي (٢٠٠١م)، أن الألعاب الصغيرة تتميز بالثراء الواضح بالنسبة لنواحي التعلم الحركي فهي تعمل على إكساب التلاميذ الكثير من المهارات الحركية المركبة ويسهم في ترقية التوافق العقلي العصبي والقدرة على الاستيعاب الحركي وتنمية صفات الرشاقة والسرعة والمرونة. (١٣ : ٤٤)

وبذلك يتحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص على أنه:

" توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (النشاط الحركي) في بعض مسابقات الميدان والمضمار بدرس التربية الرياضية (العدو، الوثب الطويل، رمي ثقل ٥٠٠ جرام) لصالح القياس البعدي".

- عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

أ- عرض نتائج الفرض الثالث:

جدول (٩) قيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المهارات الأساسية قيد البحث في القياس البعدي

$$ن = ٢ = ٢٠$$

م	الإحصاء	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة
		س-	ع ±	س-	ع ±		
١	عدو مسافة ٥٠ م.	10.74	0.57	9.67	0.61	1.07	5.72
٢	الوثب الطويل بطريقة القرفصاء.	2.31	0.09	3.01	0.16	0.70-	17.04
٣	الرمي (ثقل ٥٠٠ جرام).	6.68	0.77	8.80	0.57	2.12-	9.95

قيمة (ت) الجدولية = (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٩) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد بلغت بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في مهارة العدو لمسافة ٥٠ م (٥.٧٢) وفي الوثب الطويل بطريقة القرفصاء (١٧.٠٤) وفي رمي ثقل ٥٠٠ جرام (٩.٩٥) وتلك القيم جميعها أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.١٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية ذات المتوسط الحسابي الأفضل في تلك المهارات.

## ب- مناقشة نتائج الفرض الثالث:

يتضح من جدول (٩) أن قيمة (ت) المحسوبة باختبار (T-TEST) قد أظهرت وجود تحسن كبير بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية، ويعزى الباحث هذا التحسن الواضح إلى مميزات القصة الحركية فى إثارة الحماس والدافعية لتكرار الأداء وتركيز الانتباه وعدم تشتيته طوال فترة الدرس.

وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج دراسة كل من هبة إمبابي (٢٠١٠م)، فاطمة كيايينار Fatma Celik Kayapnar (٢٠١١م)، هرموز كوك، على تيكن وامرى ايكورا Hurmuz Koc, Ail Tekin And Emre Aykora (٢٠١٢م)، مريم إسماعيل (٢٠١٤م)، والتي أشارت جميعها إلى أن برنامج النشاط الحركي له تأثير إيجابي دال فى تعلم المهارت الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الابتدائية لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث.

(٢٢)، (٢٤)، (٢٥)، (٢٠)

ويوضح الاتحاد الدولي لألعاب القوى لأطفال (٢٠٠٦م) أن مسابقات ألعاب القوى تؤدي على شكل ألعاب تزيد فرص تعلم هذه المسابقات فى جو من الإثارة والتشويق مما يساهم فى تحقيق نتائج جيدة. (٥ : ٥)

ويوضح كل من عادل عبد الحافظ ومرفت خفاجة (٢٠١٣م)، أن الألعاب التمهيدية يغلب عليها طابع المرح والسرور كما أنها تعمل على إكساب التلاميذ كثيراً من الصفات الإرادية والنفسية والاجتماعية مثل (الشجاعة- الثقة بالنفس- تحمل المسؤولية- الواقعية- الاتزان الانفعالي)، والاجتماعية مثل (الصدق - النظام- التعاون- انكار الذات- احترام القوانين- احترام النظام) ، وتساهم فى التربية العقلية وتنمية عناصر الانتباه والتذكر والقدرة، كما تعمل على تنمية وترقية الصفات البدنية والحركية والوظيفية، وهى ممهدة للألعاب الكبيرة. (١٠ : ٤٨ - ٤٩)

وفى هذا الصدد يرى قاسم صالح (٢٠١٥م)، أن الألعاب التمهيدية تلعب على توفير الحاجات النفسية والاجتماعية للأفراد حيث يستطيع كل فرد الاشتراك فى العديد من الأنشطة والأداء الحركي والتي تتشابه مع ألعاب الفرق ولاينقصها إلا التحدى أو المنافسة وهى توفر الدافع لإنجاز هذه الأنشطة وتبعث لديهم روح المرح والسرور. (١٥ : ١٠٣)

وبذلك يتحقق الفرض الثالث للبحث والذي ينص على أنه:

"توجد فروق دالة إحصائية في القياسين البعديين لمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في بعض مسابقات الميدان والمضمار بدرس التربية الرياضية (العدو، الوثب الطويل، رمي ثقل ٥٠٠ جرام) لصالح المجموعة التجريبية".

## - الاستنتاجات والتوصيات

### أولاً: الاستنتاجات :

في حدود هدف البحث ومن واقع البيانات التي تجمعت لدى الباحث وفي إطار المعالجات الإحصائية المستخدمة وفي حدود عينة البحث وفي ضوء تفسير النتائج التي تم التوصل إليها ومناقشتها فقد توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:

- أ- أسلوب الأوامر له تأثير إيجابي دال في تعلم المهارات الأساسية في درس التربية الرياضية لتلاميذ الصف السادس الابتدائي لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث.
- ب- برنامج النشاط الحركي له تأثير إيجابي دال في تعلم المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الصف السادس الابتدائي لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث.
- ج- برنامج النشاط الحركي له تأثير إيجابي دال أكثر من أسلوب الأوامر في تعلم المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الصف السادس الابتدائي لمسابقات الميدان والمضمار قيد البحث.

### ثانياً: التوصيات:

- في ضوء ما أسفرت عنه الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصى الباحث بما يلي:
- أ- تطبيق برنامج النشاط الحركي في تعلم المهارات الأساسية بدرس التربية الرياضية في تعليم وحدة مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ الصف السادس الابتدائي.
  - ب- استخدام الألعاب الصغيرة والقصص الحركية في تعلم مختلف مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

## المراجع

### - المراجع العربية:

- ١- إبراهيم الدسوقي محمد : (٢٠١٤م)، "تأثير برنامج تعليمي باستخدام الهيرميديا على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لتلاميذ المرحلة الابتدائية" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بورسعيد.
- ٢- أبو النجا أحمد عز الدين : (٢٠٠٣م)، المناهج فى التربية الرياضية (للأسوياء . الخواص) مكتبة شجرة الدر، المنصورة.
- ٣- أحمد زكي صالح : (١٩٨٨م)، علم النفس التربوي، ط١٣، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- ٤- أحمد عبد العظيم عبد الله : (٢٠٠٢م)، " تأثير برنامج تربية حركية باستخدام الألعاب الصغيرة الترويحية على المتغيرات الحركية والرضا الحركي لأطفال من (٦-٩) سنوات"، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة .
- ٥- الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال مسابقات الإقليمي، القاهرة . الفرق
- ٦- الإتحاد الدولي لألعاب القوى : (٢٠١٢م)، "ألعاب القوى للأطفال (مسابقات الفرق) مرشد تطبيقي لأنشطة ألعاب القوى للأطفال"، ترجمة مركز التنمية الإقليمي، ط ٣، القاهرة .
- ٧- الحسينى السيد ندا : (٢٠١١م)، "تأثير استخدام الأسلوب المتباين على الأداء المهارى لبعض مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين والبنات، جامعة بورسعيد.
- ٨- خالد ثابت عوض : (٢٠٠٥م)، "تأثير أسلوبى الواجب الحركي والإستكشاف الموجه على مستوى بعض المتغيرات البدنية والأداء المهارى بدرس بالتربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة قناة السويس.

- ٩- خالد ثابت عوض : (٢٠١٣م)، "تأثير استخدام ثلاث برامج للتربية الحركية على مستوى عناصر اللياقة الحركية والحركات الأساسية والمهارات الحياتية للأطفال من (٤-٦) سنوات"، إنتاج علمي، بحث منشور، المجلة العلمية، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- ١٠- عادل عبد الحافظ، : (٢٠١٣م)، "أسس ونظريات ونماذج تطبيقية في العاب التمهيدية"، ومرفت على خفاجة دار السلام للنشر، الإسكندرية.
- ١١- علا عبد العال إبراهيم : (٢٠١٠م)، "فعالية أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات والاكتشاف الموجه على تعلم بعض مهارات الجمباز لتلميذات الحلقة الأولى من التعليم الاساسي"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- ١٢- على محمد عبد المجيد : (٢٠٠٦م/٢٠٠٧م)، "دليل معلم التربية الرياضية للصف السادس الابتدائي"، مركز تطوير المناهج والمواد التعليمية، القاهرة.
- ١٣- عمرو أبو المجد، جمال : (٢٠٠١م)، "الألعاب التكتيكية والترويحية الحديثة لتطوير برامج التدريب للكبار والناشئين في كرة القدم"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٤- فراج عبد الحميد توفيق : (٢٠٠٠م)، "موسوعة ألعاب القوى (٥) نماذج من القصص الحركية"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٥- قاسم محمد صالح : (٢٠١٥م)، "تأثير برنامج ألعاب تمهيدية على جوانب التعلم ببعض مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ المرحلة الابتدائية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
- ١٦- ليلى السيد فرحات : (٢٠٠١م)، "القياس المعرفي الرياضى"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٧- محمد السيد خليل وأحمد عبد العظيم عبد الله : (٢٠٠٣م)، "التربية الحركية النظرية والتطبيق، ط٣، مطبعة الأمل للأوفست، المنصورة.
- ١٨- محمد صبحى حسانين : (٢٠٠٠م)، "القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة"، ط٤، الجزء الأول دار الفكر العربى، القاهرة.
- ١٩- محمد صبحى حسانين : (٢٠٠١م)، "القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة"، ط٤ مزيدة ومنقحة، دار الفكر العربى، القاهرة.

- ٢٠- مريم عيسى إسماعيل : (٢٠١٤م)، "برنامج تربية حركية مقترح للمهارات الحركية الأساسية في ضوء محددات البراعة الحركية للأطفال سن (٦-٩) سنوات"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة أسيوط.
- ٢١- نرمين محمد خالد : (٢٠١٢م)، "فاعلية برنامج ترويحى على تعلم بعض المهارات الأساسية لألعاب القوى والحالة النفسية للمرحلة السنّية من (٩-١٢) سنة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق.
- ٢٢- هبة عبد العظيم إمبابى : (٢٠١٠م)، "تأثير برنامج ألعاب تمهيدية على أداء بعض مهارات مسابقات الميدان والمضمار لتلاميذ المرحلة الإعدادية"، المجلة العلمية للبحوث والدراسات، العدد ٦٨، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية.
- ٢٣- وديع ياسين التكريتي : (٢٠١٢م)، "المرشد في الألعاب الصغيرة لكافة المراحل الدراسية"، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر، الإسكندرية.

#### - المراجع الأجنبية :

- 24- Fatma,K : (2011) The Effect of Movement Education Program on Static Balance Skills of Pre- School Children, World Applied Sciences Journal 12 (6) ISSN 1818-4952.
- 25- Hurmuz,K, Ali TekinanfEmreA ykora : (2012), Impact of Physical Education Classes on Selected Motor Skills, Middle-East Journal of Science Research 11 (3) 386-390, ISSN 1990-9233.
- 26- S.P.Singh : (2013), Development of Movement Education Program and its Impact on Academic Achievement, International Journal of Movement Education and Social Science Vol. 2 No.1.