

تأثير استخدام مسابقات ألعاب القوى للأطفال (٥ : ٧ سنوات) على تنمية بعض القدرات الإدراكية (الحس - حركية)

* د/ عاطف سيد أحمد

المقدمة ومشكلة البحث :

يعتبر العصر الذى نعيش فيه عصر يتميز بالتطور والطفرة التكنولوجية السريعة، واصبح طفل اليوم تختلف اهتماماته عن طفل الماضى واصبح ينشغل بالابتكارات التكنولوجية الحديثة، والالعب التى تعتمد على استخدامات التكنولوجيا والاعتماد على الألعاب التى لا تتطلب الحركة، أكثر منها الألعاب التى تتميز بالحركة والنشاط، والتى تتطلب تحريك أجزاء كثيرة من الجسم.

ويذكر "شارلز جوزولى وآخرون" (٢٠٠٦م) أن مسابقات الاتحاد الدولى لألعاب القوى للأطفال تتميز بجلب الإثارة فى ممارسة ألعاب القوى كما أن المسابقات الجديدة والمبتكرة تمكن الأطفال من اكتشاف الأنشطة الأساسية (العدو، جرى التحمل، الوثب، الرمي والدفع) فى أى مكان (الاستاد، الملعب، صاله الألعاب الرياضية أى منطقة رياضية متاحة)، وإن مسابقات ألعاب القوى على شكل ألعاب سوف تزود الأطفال بفرصة التدريب على ألعاب القوى بأفضل الطرق من الناحية الصحية، التعليمية وتحقيق الذات (٤ : ٦).

ويشير كل من "هالة على، منصور الطوقى، ماجد البوصافى" (٢٠١٢م) تعتبر ألعاب القوى للأطفال من البرامج التى تتميز بجاذبيتها للأطفال بما تحتويه من مسابقات متنوعه ومشوقه تعمل على تلبية الاحتياجات التنمويه للأطفال حيث أنها تعمل على توفير وإتاحه خبرات حركية جديدة ومتنوعه للأطفال فى جو من التلقائيه والاستمتاع وهو من البرامج الرياضية

* أستاذ مساعد بقسم ألعاب القوى - كلية التربية الرياضية - جامعة مدينة السادات

التي تعطى للطفل حق المشاركة في ممارسة ألعاب القوى بدون أيه تمييز فهي حق لجميع الأطفال (١٠ : ٣٣).

ويذكر "شارلز جوزولى وآخرون" (٢٠٠٦م) أنه فى بعض الحالات يتطلب الأمر استخدام أدوات خاصة متطورة لتنظيم برامج الاتحاد الدولى للألعاب القوى للأطفال. ويمكن وضع هذه المعدات معا بسهولة ونقلها بدون أى مشاكل وتركيبها أو تفكيكها بسرعة. وفى حالة عدم إمكانية الحصول على هذه الأدوات لأى سبب يمكن تنظيم البرنامج باستخدام أدوات مصنوعة من مواد محلية أو منتجات مصنوعة يدويا مع احترام الصفات والخواص الخاصة ببرنامج ألعاب القوى للأطفال (٤ : ١٠).

ويشير "وائل رمضان، تامر الجبالى" (٢٠٠٩م) أن مشروع الإتحاد الدولى لألعاب القوى للأطفال يتيح تنافس جماعى مثير وبشكل متدرج للأطفال مما يتيح فرصه التعلم التدريجى ومواجهة الضغوط التنافسية التى تناسب هذه المرحلة وتشجيع الأطفال على القيام بدور المنظمين والمسئولين مما يتيح الفرصة لتنمية قدراتهم الأنفعاليه والادراكيه. ومن أهم خصائص هذا المشروع هو التقدم والبساطة وفاعليه التطبيق (١١ : ١٤٢٧).

يذكر "عمر الروبى" (١٩٩٥م) أن علماء النفس والتربية أولو اهتماماً خاصاً بنمو القدرات الادراكية- الحركية لمعرفة مدى اهميتها فى حياة الطفل ومدى علاقتها بجوانب النمو الاخرى، فهي تعبر عن العلاقة بين كل من الوظائف الادراكية والوظائف الحركية فى سلوك الطفل، كما تؤكد على التفاعل والتكامل بين جانبيين اساسيين من جوانب نموه وهما الجانب الحركي والجانب الادراكي (٧ : ٩).

ويرى "سعد جلال، محمد علاوى" (١٩٨٢م) أن الطفل يمتلك كل الانواع الاساسية للمهارات الحركية فيستطيع المشي والتسلق والركض والوثب والرمي واللقف وغيرها، ويقوم بكل هذه المهارات الحركية الاساسية بدرجة من التوافق

لاحتجاج الالقليل من الصقل والالتقان، اذ يعتبر التعطش الجامح للحركة والنشاط من اهم مميزات هذه المرحلة واساس التعلم الحركي للطفل كنتيجة للتعامل مع الافراد والادوات في محيط البيئة التي يعيش فيها، كما تتسم حركات الطفل بالافراط في بذل الجهد باشتراك عدد كبير من العضلات في معظم الحركات، وفي السنة الرابعة يمكن للطفل ادراك التجانس والتشابه ويصل الى مرحلة من التفكير يتمكن خلالها من الاعتماد على نفسه، وفي الخامسة من عمره يتم نضجه الحركي ويقوم بالكثير من المهارات الحركية، كما يتصف الطفل في هذه المرحلة بعدم استمراره في مزاولة نشاط حركي معين لمدة طويلة بل نجده سريع التغيير، ويتطور النمو الحركي في سن الرابعة والخامسة بصورة كبيرة ويتخذ اشكالا متعددة، ولكن معظم حركاته لا تكون هادفة، "وتلعب خبرات النجاح دوراً ايجابياً هاماً في العمل على تثبيت الكثير من المهارات الحركية،

فـ نلاحظ ان الطفـ ل يميـ ل

الى تكرار الحركات التي تولد في نفسه او لدى الغير السرور والمرح، ونتيجة لتطور حواس البصر والسمع يؤدي ذلك الى الادراك الحسي للطفل. (٣: ١٣٥)

ويذكر "أبو العلا عبد الفتاح، أحمد الروبى" (١٩٨٦م) أن القدرات الادراكية هي اهم القدرات العقلية التي يقوم عليها النشاط الحركي للانسان بوجه عام والنشاط الرياضي بوجه خاص نظراً للعلاقة الوثيقة بين الحركة والادراك. (١ : ٧١).

ويعرف "جوزيف ب. B. Joseph" (١٩٨٠م) الادراك الحس- حركي هو الحاسة التي تمكننا من تحديد وضع اجزاء الجسم وحالتها وامتدادها واتجاهها في الحركة، فضلاً عن الوضع الكلي للجسم ومواصفات حركة الجسم. (١٤ : ٨٢).

ويصنف "بسطويسى أحمد" نقلا عن شنابل Schnabel (١٩٩٦) أن حوالي (٧٠%) من أطفال سن الرابعة قادرين على أداء حركات الجري بانسيابية وتوافق جيد وترتفع تلك النسبة من (٧٠%) في سن الخامسة إلى (٩٠%) في سن السادسة وبذلك يزداد طول الخطوة وترددها وهى مؤشرات للسرعة. (٢ : ١٦٤)

كما يعد سن السادسة هو محصله مرحلة ما قبل المدرسة ويمثل الانطلاقة الحركية نحو ممارسة النشاط الرياضي، مثلاً مهارة الرمي يمكن أدائها في سن الخامسة بنفس انسيابية الجري بينما في سن (٥-٦) سنوات يمكن أداء الحجل والوثب، فطفل هذه المرحلة يكتشف كيف يقوم بحركات ثابتة متزنة وأخرى انتقالية وثالته متحكمة كما يكتشف كيف يقوم بالعديد من هذه الحركات كل على انفراد أو مترابطة بعضها مع بعض (٨ : ٥٤).

ويشير كل من "ساتر Suter، عصام عبد الخالق، محمد علاوى، صبحي حسانين" نقلاً عن "طارق فاروق" (٢٠٠٥م) أن المهارات الحركية الأساسية تمثل القاعدة الأساسية لتحديد درجة وقدرة المبتدئ الطبيعية التي توضح مدى استعداداته كناشئ قبل أن يتلقى جرعات تدريبيه مهارية وخططية وضماناً لتحسين عملية الانتقاء، والتي تهدف للتعرف المبكر على المبتدئين ذوى الاستعدادات والقدرات العالية ممن تتوفر فيهم بعض المتطلبات البدنية والمهارية والنفسية وغيرها (٥ : ٣).

ويشير "مفتى إبراهيم" (١٩٩٦م) إن معدل النمو فى المرحلة السنية الواحدة يختلف من صغير إلى آخر. وهذا يعنى أن بعض الناشئين ينمون مبكرين عن اقرانهم وآخرين يكونون متأخرين عنهم. كما أن الاختلاف بين الصغار لا يكون فقط فى معدل النمو ولكن يكون أيضا فى الاختلاف فى تناسب هذا النمو بينهم وبين بعضهم البعض، والذي يمكن أن يؤثر فى القدرة على الأداء (٩ : ١١٣).

ويرى "مارتن لى **Martin Lee**" أن التطور النفسى والاجتماعى للأطفال يعتبر العنصر الرئيسى لتطور الأطفال للوصول إلى سن البلوغ ويعتبر تطور السلوك النفسى والاجتماعى جزء مهم للمشاركة فى كثير من الرياضات (١٥ : ٩١).

ومن خلال هذا العرض تتمثل مشكلة البحث فى أن بعض الأطفال قد لا يمتلكون القدرات الإدراكية (الحس - حركية) المناسبة التى تمكنهم من مواصلة الأداء بشكل جيد وقد يرجع هذا إلى انخفاض فى بعض المتغيرات البدنية لذا فقد فكر الباحث فى تطبيق برنامج تدريب ألعاب القوى للأطفال والخاص بالمرحلة السنية قيد البحث حيث يتميز بجاذبيته للأطفال بما يحتويه من مسابقات متنوعة ومشوقة تعتمد على عرض ألعاب القوى كمسابقة فرق يتم خلالها إدخال روح المغامرة فى جو من التلقائية والإستمتاع عن طريق تجريب أشكال متنوعة وأساسية للحركات الاساسية من الرمى والجرى والدرجة والوثب مما يعمل على تنشيط عدد كبير من الأطفال فى نفس الوقت ويساهم فى تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والقدرات الإدراكية (الحس - حركية) وتسهيل تعليم مسابقات ألعاب القوى، كما انه يتغلب على النمطية والملل فى تعليم وتدريب مسابقات ألعاب القوى وتنمية القدرات البدنية والإدراكية ويزيد من إقبال الأطفال على الإشتراك فى الألعاب التى تعتمد على الحركة والنشاط.

أهمية البحث :

- يعتبر هذا البحث دراسة علمية يتناول فيها الباحث مجالاً جديداً فى مجال ألعاب القوى للأطفال.
- فتح آفاق جديدة على أسس علمية فى مجال التربية وفى مجال ألعاب القوى للأطفال.
- تطبيق مسابقات ألعاب القوى للأطفال (٥ - ٧ سنوات) للأرتقاء بمستوى المتغيرات البدنية لدى الأطفال.

- تطبيق مسابقات ألعاب القوى للأطفال (٥-٧ سنوات) للارتقاء بمستوى القدرات الإدراكية (الحس- حركية) لدى الأطفال.

هدف البحث :

يهدف البحث إلى دراسة تأثير استخدام مسابقات ألعاب القوى للأطفال (٥ : ٧ سنوات) على تنمية بعض القدرات الإدراكية (الحس- حركية).

فروض البحث :

١- توجد فروق داله إحصائياً بين متوسط القياسين القبلى والبعدى فى بعض القدرات الإدراكية (الحس- حركية) للأطفال (٥ : ٧ سنوات) ولصالح متوسط القياس البعدى.

٢- يؤثر البرنامج التدريبي المقترح تأثيراً إيجابياً من خلال معدل التحسن بين القياسين القبلى والبعدى فى بعض القدرات الإدراكية (الحس- حركية) للأطفال (٥ : ٧ سنوات).

الدراسات السابقة :

١- قام "وائل رمضان وتامر الجبالى" (٢٠٠٩م) (١١) بدراسة بعنوان "فعالية مشروع ألعاب القوى للأطفال على بعض القدرات الحركية والتوافقية للمرحلة العمرية من (١٠ - ١٢ سنة)" واشتملت عينة الدراسة على (١٢٠) طفلا من البنين والبنات من المدارس والأنديه فى محافظة القاهرة والجيزة واستخدم الباحثان المنهج التجريبي، وكانت أهم النتائج أن نظام ألعاب القوى للأطفال التابع لمشروع الاتحاد الدولى لألعاب القوى وما يتضمنه هذا النظام من أساليب تعليمية وتدريبية متنوعة فضلا عن تشكيله الأدوات والأجهزه المستخدم فى التعليم والتدريب تؤدي بشكل فعال وملحوظ إلى زيادة مستوى أطفال المرحلة السنية من (١٠ - ١١ سنة) فى العديد من القدرات الحركية والتوافقية لهم، كما يتيح هذا النظام الفرصه للتنمية الشاملة والمتوازنة للعديد من هذه القدرات بدون التركيز على قدرة

أو عنصر أو مهاره معينه لانها تتيح مبدأ الشمولية والتأسيس البدنى والحركى لدى الأطفال.

٢- قامت "عزه العمرى" (٢٠٠٩) (٦) بدراسة بعنوان "تفعيل ممارسة ألعاب القوى الجماعية لدى أطفال مدارس المرحلة الابتدائية بشعبة بنى غازى- ليبيا" واشتملت عينة الدراسه على تلاميذ بعض المدارس الابتدائية بشعبه قاريونس- بنى غازى- ليبيا واستخدمت الباحثه المنهج الوصفى وكانت أهم نتائج الدراسة وجود أداء كمى وكيفى جيد للأطفال (تلاميذ وتلميذات) الصف الثانى الإبتدائى من خلال مشاركتهم الإيجابية فى مهرجان مسابقات الفرق الجماعيه لألعاب القوى للأطفال هذا مع الوضع فى الإعتبار أن الأطفال لم يتم تدريبهم قبل المشاركة الفعالة منهم وتعزى الباحثه ذلك إلى أن الحركة واللعب ضرورة وظيفية هامة للطفل وأن اللعب قاسم مشترك فى أنشطته وأن المدخل المباشر لتنمية القدرات الحركية الأساسية وذلك من خلال ممارسة الألعاب البسيطة وبعيدا عن الغوص فى التفاصيل التكنيكيه لمسابقات ألعاب القوى كما تم فى يوم مهرجان المسابقات للأطفال.

٣- قامت "عزه العمرى، سحر زيدان" (٢٠١٢) (١٢) بدراسه بعنوان "تأثير المسابقات الرياضيه الجماعيه لدى الاطفال على تقليل السلوك العدوانى للأطفال الصم فى منطقة الاحساء" واشتملت عينه الدراسة على (١٦) طالب من الصم من المدارس الابتدائية مقسمه الى (٨) مجموعة تجريبية و(٨) مجموعة ضابطة من المرحلة السببية (٩- ١٢) سنة. واستخدم الباحثان المنهج التجريبي وكانت اهم النتائج انها اوضحت عينة البحث الى فروق واضحة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعه التجريبية.

٤- قامت "غاده يوسف، ياسر ابو حشيش" (٢٠١٢) (١٣) بدراسة بعنوان "فعالية العاب القوى للاطفال على تقليل الشعور بالانطوائية". واشتملت عينة البحث على (٦٠) ولد و بنت مقسمين الى (٦) مجموعات كل مجموعة (١٠) أطفال، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي، وكانت اهم النتائج تصميم مقياس الانطوائية للاطفال، وان استخدام مسابقات العاب القوى للأطفال أدى الى تحسين مستوى الانطوائية لدى الأطفال وتحسين مستوى مفهوم الذات حيث توجد علاقة بين الانطوائية ومفهوم الذات.

إجراءات البحث :

منهج البحث :

إستخدم الباحث المنهج التجريبي بإستخدام اسلوب القياسين القبلي والبعدي لمجموعة تجريبية واحدة نظراً لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث من الأطفال المشاركين فى مدارس العاب القوى للأطفال بستاد شبين الكوم بمحافظة المنوفية وبلغ عدد مجتمع البحث (٩٠) طفل وطفلة فى المرحلة السنية (٥ : ٧ سنوات).

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من بين الاطفال المشاركين فى مدارس العاب القوى بمحافظة المنوفية والبالغ عددهم (٤٨) طفلاً وطفلة، فى المرحلة السنية من (٥ : ٧ سنوات) والمشاركين فى نشاط العاب القوى للأطفال بستاد شبين الكوم بمحافظة المنوفية، كما أستعان الباحث بعينة أستطلاعية من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث والبالغ عددهم (٢٠) طفلاً وطفلة.

جدول (١)

توصيف عينة البحث (ن = ٤٨)

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	6.0000	0.71459	0.000
الطول	106.3750	1.33089	-0.397
الوزن	12.1250	0.93683	0.714

تشير نتائج جدول رقم (١) إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات النمو "السن - الطول - الوزن"، كما يتضح من الجدول تجانس عينة البحث في هذه المتغيرات حيث تراوح معامل الالتواء بين (± 3) .

جدول (٢)
توصيف عينة البحث (ن = ٤٨)

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الجرى الارتدادي	6.0500	0.27211	0.000
سرعة الاستجابة	17.2500	1.49467	0.269
الوثب العريض	85.6250	8.16225	-0.577
الوقوف على القدم المفضلة	3.5125	0.14677	-0.983
رمى الكرة ولقفيها	3.1250	0.78889	-0.229

تشير نتائج جدول رقم (٢) إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات القدرات الإدراكية (الحس - حركية)، كما يتضح من الجدول تجانس افراد العينة في هذه المتغيرات حيث تراوح معامل الالتواء بين (± 3) .

وسائل وأدوات جمع البيانات :

- اختبارات القدرات الإدراكية (الحس - حركية) مرفق (١).
- سرعة الجرى الارتدادي ١٠ متر. (القدرة على إدراك الاتجاه).
- سرعة الإستجابة. مسطرة. (القدرة على إدراك الزمن).
- الوثب العريض من الثبات. (القدرة على إدراك المسافة).
- الوقوف على القدم المفضلة. (القدرة على إدراك الزمن).

- تمرير الكرة على الحائط ولقها باليدين. (القدرة على إدراك المكان).
 قام الباحث بأختيار القدرات الإدراكية (الحس - حركية) " القدرة على إدراك المكان - القدرة على إدراك الزمن - القدرة على إدراك المسافة - القدرة على إدراك الإتجاه) لأهميتها فى المرحلة السنية من ٥ : ٧ سنوات.

الأدوات المستخدمة فى البحث :

- جهاز الريستامير لقياس الطول بالسنتيمتر Restameter.
- ميزان طبى معايير لقياس الوزن للأقرب كجم.
- ساعه إيقاف لقياس الزمن تم معايرتها.
- شريط قياس لقياس المسافات المطلوبه لإجراء الاختبارات
- مسطرة مدرجه ٣٠ سم لقياس المرونة.
- جير لرسم العلامات والخطوط.
- صناديق كرتون مختلفه الأطوال والأحجام.
- عصى مختلفه الأطوال.
- أحبال وثب.
- خرطوم كهرباء لعمل أطواق.
- زجاجات بلاستيك مختلفه الأحجام والأطوال بديل عن الأقماع.
- مراتب إسفنجيه (١ متر × ٢ متر).
- الادوات المستخدمه فى مسابقات العاب القوى للأطفال (مربعات- السلم المتدرج- حواجز تعليميه- أرماع تعليمية- فورتكس- زانة معدلة للأطفال- كرات طبيه) مرفق (٤).

الدراسة الاستطلاعية الاولى :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية أولى وذلك فى الفترة من ١ - ٨/٦/٢٠١٤ على عينة استطلاعية من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، وبلغ قوامها (١٠) اطفال فى المرحلة السنوية (٥ - ٧ سنوات) وذلك للتأكد من :

- مناسبة وصلاحيه الأدوات المستخدمة فى البحث.
 - مناسبة مكان إجراء الاختبارات.
 - سهولة تطبيق الاختبارات ومناسبتها للعينة.
 - المعاملات العلمية للاختبارات.
- المعاملات العلمية :

صدق الاختبارات : Validity

قام الباحث بالتأكد من صدق الاختبارات المستخدمة فى البحث عن طريق صدق المضمون، حيث قام الباحث بأستطلاع رأى الخبراء (مرفق ٢) حول مدى مناسبة الاختبارات المستخدمة فى البحث لقياس القدرات الإدراكية (الحس - حركية) للأطفال (٥ - ٧ سنوات)، كما قام الباحث بحساب الصدق الذاتى للاختبارات المستخدمة فى البحث، كما هى موضحة فى جدول (٣).

ثبات الاختبارات : Reliability

قام الباحث بحساب ثبات الاختبارات المستخدمة فى البحث عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق على العينة الإستطلاعية وبفارق زمنى أسبوع بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى حيث قام الباحث بإجراء التطبيق الاول يوم ١/٦/٢٠١٤م، وقام الباحث بإجراء التطبيق الثانى يوم ٨/٦/٢٠١٤م على عينة البحث الإستطلاعية من مجتمع البحث ومن خارج العينة الاساسية وبلغ قوام العينة الإستطلاعية (١٠) أطفال (٥ - ٧ سنوات)، كما هى موضحة فى جدول (٣).

جدول (٣)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى فى متغيرات القدرات الإدراكية
(الحس- حركية) (ن = ١٠)

الصدق الذاتى	معامل الارتباط	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		المتغيرات
		ع	س	ع	س	
0.862°	*0.743	0.3541	6.0934	0.6731	6.1040	الجرى الارتدادى
0.860°	*0.739	1.59287	14.3750	1.49467	17.2500	سرعة الاستجابة
0.872°	*0.761°	3.02911	95.6250	8.16225	85.6250	الوثب العريض
0.929°	*0.863	0.07889	3.8875	0.14677	3.5125	الوقوف على القدم المفضلة
0.934°	*0.873	0.83793	5.7500	0.78889	3.1250	رمى الكرة ولقها

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٠٥ هى ٠.٦٣٢

تشير نتائج جدول رقم (٣) إلى أنه توجد علاقة داله إحصائياً بين التطبيقين الأول والثانى فى إختبارات القدرات الإدراكية (الحس- حركية) للأطفال (٥-٧ سنوات)، مما يدل على ثبات الإختبارات المستخدمة فى البحث.

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحث باجراء دراسة استطلاعية ثانية وذلك يوم الثلاثاء الموافق ١٠ / ٦ / ٢٠١٤ على عينة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وبلغ قوامها (١٠) اطفال فى المرحلة السنية (٥-٧ سنوات) وذلك لتطبيق وحده من البرنامج وذلك للتعرف على :

- مدى مناسبة البرنامج للأطفال عينة البحث.
- مدى تفهم واستيعاب الاطفال للالعاب القوى للاطفال.
- المشكلات التى تواجه الباحث عند اجراء التجربه الاساسيه

البرنامج التدريبي :

أهداف البرنامج :

يهدف البرنامج الى تصميم برنامج تدريبي بإستخدام مسابقات العاب القوى للاطفال (٥- ٧ سنوات) وذلك للتعرف على مدى تأثيرها على بعض القدرات الإدراكية (الحس- حركية) للأطفال.

اسس وضع البرنامج

تم إعداد البرنامج التدريبي بإتباع الخطوات التالية.

قام الباحث بتجميع السباقات الخاصه بالمرحلة السنيه (٥- ٧ سنوات) فى سباقات (الجرى- الرمى- الوثب- الفورميولا- التتابع) وتم توزيعها على البرنامج وتم وضع السباقات بما يضمن ان تكون من السهل للصعب ومن البسيط للمركب. مرفق (٣).

محددات البرنامج التدريبي المقترح.

جدول رقم (٤)

يوضح محددات البرنامج التدريبي

م	المتغيرات	التوزيع الزمني
١	عدد الاسباع	١٠ اسابيع
٢	عدد الوحدات	٣٠ وحده
٣	عدد الوحدات فى الاسبوع	٣ وحدات
٤	زمن التطبيق فى الوحده الواحد	٧٥ دقيقه
٥	زمن التطبيق فى الاسبوع	٢٢٥ دقيقه
٦	الزمن الكلى لتطبيق البرنامج	٢٢٥٠ دقيقه (٣٧.٥ ساعه)

القياس القبلى :

قام الباحث بإجراء القياس القبلى على عينة البحث الأساسية والبالغ عددهم (٤٨) طفل من الأطفال المشاركين فى مدارس العاب القوى للأطفال (٥ : ٧ سنوات) خلال يومى ١١، ١٢/٦/٢٠١٤م، وذلك بملعب ستاذ شبين الكوم بمحافظة المنوفية.

الدراسة الأساسية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية على عينة البحث والبالغ عددهم (٤٨) طفل من الأطفال المشاركين في مدارس العاب القوى للأطفال (٥ : ٧ سنوات) وذلك في الفترة من ٢٠١٤/٦/١٤م إلى ٢٠١٤/٨/٢٠ وذلك بتطبيق البرنامج المقترح بملعب ستاد شبين الكوم بمحافظة المنوفية.

القياس البعدى :

قام الباحث بإجراء القياس البعدى على عينة البحث الأساسية والبالغ عددهم (٤٨) طفل من الأطفال المشاركين في مدارس العاب القوى للأطفال (٥ : ٧ سنوات) خلال يومى ٢٣، ٢٤/٨/٢٠١٤م، بنفس أسلوب القياس القبلى وتحت نفس الظروف، وذلك بملعب ستاد شبين الكوم بمحافظة المنوفية.

المعالجات الإحصائية :

أستخدم الباحث فى معالج البيانات إحصائياً البرنامج الإحصائى SPSS Version 21 وأستخدم المعالجات الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابى.
- الإنحراف المعيارى.
- معامل الإلتواء.
- معامل الارتباط.
- أختبار دلالة الفروق بين المتوسطات " ت " .
- معدل التغير.

عرض النتائج :

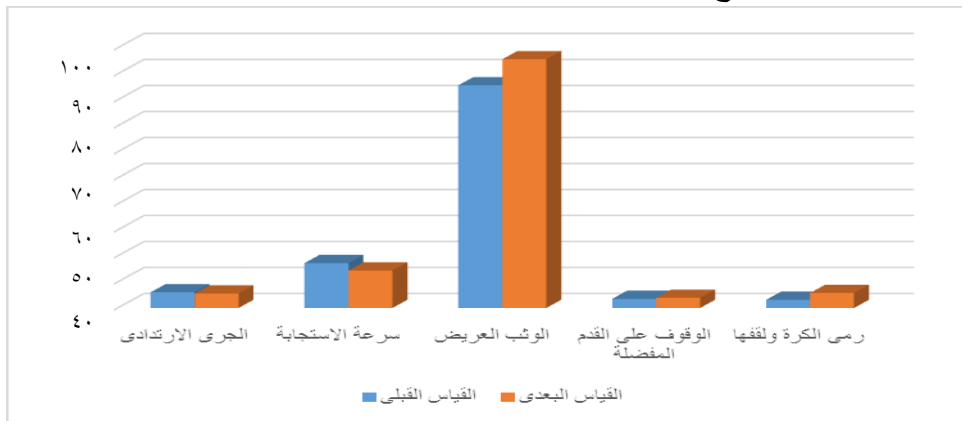
جدول (٥)

دلالة الفرق بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في متغيرات القدرات الإدراكية (الحس- حركية) (ن = ٤٨)

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
	ع	س	ع	س		
الجرى الارتدادى	0.27211	6.0500	0.25233	5.5375	0.51250	9.192°
سرعة الاستجابة	1.49467	17.2500	1.59287	14.3750	2.87500	7.392°
الوثب العريض	8.16225	85.6250	3.02911	95.6250	10.00000	7.916°
الوقوف على القدم المفضلة	0.14677	3.5125	0.07889	3.8875	0.37500	12.563°
رمى الكرة ولقفاها	0.78889	3.1250	0.83793	5.7500	2.62500	12.775°

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ هي ٢.٠٠٢

تشير نتائج جدول رقم (٥) إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في متغيرات القدرات الإدراكية (الحس- حركية) قيد البحث ولصالح متوسط القياس البعدي.



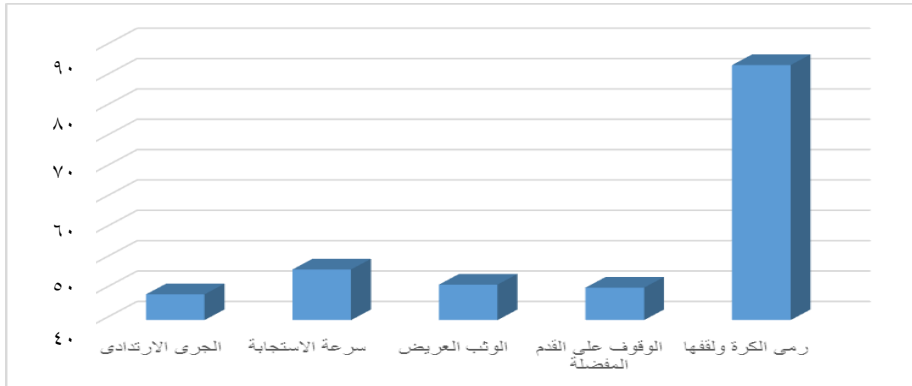
شكل (١)

متوسط القياسين القبلي والبعدي في القدرات الإدراكية (الحس- حركية)

جدول (٦)
متوسط القياسين القبلي والبعدي ومعدل التغير في القدرات الإدراكية (الحس-
حركية) (ن = ٤٨)

المتغيرات	القياس القبلي	القياس البعدي	معدل التغير
الجرى الارتدادي	6.0500	5.5375	٨.٤٧%
سرعة الاستجابة	17.2500	14.3750	١٦.٦٧%
الوثب العريض	85.6250	95.6250	١١.٦٨%
الوقوف على القدم المفضلة	3.5125	3.8875	١٠.٦٨%
رمى الكرة ولقها	3.1250	5.7500	٨٤.٠٠%

تشير نتائج جدول رقم (٦) إلى متوسط القياسين القبلي والبعدي ومعدل التغير في القدرات الإدراكية (الحس- حركية) قيد البحث.



شكل (٢)

معدل تغير القياسات البعدية عن القبليّة للقدرات الإدراكية (الحس- حركية)

مناقشة النتائج :

١- مناقشة نتائج فرض الأول للبحث والذي ينص على "توجد فروق داله إحصائياً بين متوسط القياسين القبلي والبعدي في بعض القدرات الإدراكية (الحس- حركية) للأطفال (٥ : ٧ سنوات) ولصالح متوسط القياس البعدي".

يتضح من جدول رقم (٥) وشكل رقم (١) إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي فى متغيرات القدرات الإدراكية (قدرة إدراك الزمن- قدرة إدراك المكان- قدرة إدراك الإتجاه- قدرة إدراك المسافة) قيد البحث ولصالح متوسط القياس البعدي.

ويرى الباحث أن هذه الفروق قد ترجع إلى إستخدام البرنامج التدريبي المقترح باستخدام مسابقات العاب القوى للأطفال حيث تم تصميم البرنامج ليراعى تنمية القدرات الإدراكية (الحس- حركية) للأطفال حيث أشتمل البرنامج على العاب فى شكل مسابقات وأنشطة حركية تنمى القدرات الإدراكية الحركية مثل الفروميولا والتي تتكون من الدرجة والجرى السريع والجزاح بين الأقماع والعدو من فوق الحواجز، وهى العاب تساعد على تنمية القدرات الإدراكية (الحس- حركية) حيث أن الحركة والإدراك لا ينفصلان والإدراك السليم يعتمد إعتماً مباشراً على إكتساب القدرات الحركية.

كما أشتمل البرنامج على العاب فى شكل مسابقات تساعد على تنمية السرعة الحركية مثل الجرى على سلم التردد حيث يساعد على زيادة سرعة تردد الرجلين وإدراك المسافة بين العلامات والربط بين قدرة الدراك المكانى المتمثل فى علامات السلم وقدرة الإدراك الزمانى والمتمثل فى إيقاع تردد الخطوات.

ويرى الباحث أن استخدام البرنامج التدريبي المقترح وما أشتمل عليه من العاب لتنمية القدرات الإدراكية (الحس- حركية) تساعد الأطفال على الاشتراك فى مسابقات العاب القوى فى شكلها الرسمى فى البطولات حيث تساعد الأطفال على البدء فى أداء بعض مسابقات العاب القوى بشكل مصغر وتساعد فى رسم المسارات العصبية والإشارات الصادرة من المخ والإشارات الواردة إلى المخ مما يساعد فى سهولة اشتراك الأطفال فى مسابقات العاب القوى الرسمية بشكل سريع ويساعد فى زيادة العمر التدريبي للأطفال عن

الأشتراك فى المسابقات الرسمية مما قد يؤهلهم فى الإشتراك فى البطولات العالمية مستقبلاً وأحراز الميداليات.

ويتفق ذلك مع ما ذكره "سعد جلال، محمد علاوى" (١٩٨٢) فى تعريف القدرات الإدراكية الحركية بأنها إستشارة الأعضاء الحسية فى المفاصل والأوتار تؤدى لإدراك شكل الحركة وتنفيذها. (٣: ٣٠٧)

كما يرى الباحث أن هذ النتيجة قد ترجع إلى استخدام البرنامج التدريبى وما اشتمل على العاب لتنمية قدرة تقدير المكان والإتجاه، والمتمثل فى مسابقة المربعات، حيث يتطلب الأداء فى هذه المسابقة الوثب للأمام وللخلف والوثب للجانبين من فوق العلامات المحددة، فتمكن الطفل من تقدير المكان والتقدير الأتجاه.

كما يرى الباحث أن البرنامج التدريبى قد ساعد فى تنمية القدرة على إدراك المسافة والمكان من خلال العاب الرمى والمتمثلة فى رمى الفورتكس، حيث يتطلب الأداء من الأطفال رمى الأداء لأبعاد مسافة ممكنة، كذلك العاب رمى الكرة الطيبة من الخلف، ومن الأمام، ومن وضع الجثو فتنمى لدى الأطفال القدرة على أدراك المكان والقدرة على إدراك المسافة.

ويتفق ذلك مع ما ذكره "أبو العلا عبد الفتاح" (١٩٨٦) فى أن القدرات الإدراكية هى أهم القدرات العقلية التى يقوم عليها النشاط الحركى للإنسان بوجه عام والنشاط الرياضى بوجه خاص نظراً للعلاقة الوثيقة بين الحركة والإدراك. (١ : ٧١)

كما أن الإدراك الحس- حركى هو الحاسة التى تمكننا من تحديد وضع أجزاء الجسم وحالتها وأمتدادها واتجاهها فى الحركة، فضلاً عن الوضع الكلى للجسم ومواصفات حركة الجسم.

وتتفق مع ما ذكره "بسطويسى أحمد" (١٩٩٦) أن حوالي ٧٠% من أطفال سن الرابعة قادرين على أداء حركات الجري بانسيابية وتوافق جيد وترتفع

تلك النسبة من ٧٠% في سن الخامسة إلى ٩٠% في سن السادسة وبذلك يزداد طول الخطوة وترددتها وهي مؤشرات للسرعة (٢: ١٦٤)

كما يرى الباحث أن البرنامج التدريبي المقترح قد ساهم في تنمية العلاقات الإجتماعية بين الأطفال وتنمية روح التعاون والعمل الجماعي من خلال حساب النقاط للفريق ككل وليس لكل طفل على حدى مما يساعد في رفع مستوى القدرات الإدراكية الحركية الأخرى، حيث أن القدرات الإدراكية (الحس- حركية) تساعد الطفل في تنمية الأتصال ببيئته الخارجية وتكيفه معها ويعتبر هو الاساس الذى يقوم عليه سائر العمليات العقلية حيث أن إنفعال الطفل مع بيئته هو التعرف على هذه البيئة لكي يتكيف معها ويساعد على إدراك الطفل بمظاهر نموه العضوى والفسىولوجى والعقلى والإنفعالى والإجتماعى وهو ما تتطلبه مسابقات العاب القوى.

وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه كل من "وائل رمضان وتامر الجبالى (٢٠٠٩م) (١١)، عزه العمرى (٢٠٠٩) (٦)، عزه العمرى، سحر زيدان (٢٠١٢) (١٢)، غاده يوسف، ياسر ابو حشيش" (٢٠١٢) (١٣)، حيث توصلوا إلى أن الالعاب الجماعية ومسابقات العاب القوى للأطفال قد ساهمت في النمو القدرات البدنية والتوافقية والحركية.

وبذلك يكون الباحث قد تحقق من صحة الفرض الأول للبحث والذي ينص على "توجد فروق داله إحصائياً بين متوسط القياسين القبلى والبعدى فى بعض القدرات الإدراكية (الحس- حركية) للأطفال (٥: ٧) سنوات ولصالح متوسط القياس البعدى".

٢- مناقشة نتائج فرض الثانى للبحث والذي ينص على "يؤثر البرنامج التدريبي المقترح تأثيراً إيجابياً من خلال معدل التحسن بين القياسين القبلى والبعدى فى بعض القدرات الإدراكية (الحس- حركية) للأطفال (٥: ٧ سنوات)".

يتضح من جدول (٦) وشكل (٢) والخاص المتوسط الحسابى للقياسين القبلى والبعدى ومعدلات التغير فى القياس البعدى عن القبلى فى متغيرات القدرات الإدراكية (الحس- حركية) قيد البحث، حيث بلغ معدل تغير السرعة والرشاقة والمتمثلة فى متغير الجرى الإرتدادى (٨.٤٧%)، كما بلغ معدل تغير سرعة الإستجابة الحركية والمتمثلة فى متغير سرعة الإستجابة (١٦.٦٧%)، ويرى الباحث أن هذا التحسن قد يرجع إلى أن طبيعة هذه المرحلة تحدث فيها تغيرات للجهاز العصبى للطفل ويبدأ فى أستكمال مرحلة نمو الجهاز العصبى لذلك تتحسن مرور الإشارات العصبية لذلك تتحسن السرعة الحركية لدى الأطفال، وذلك من خلال استخدام تدريبات تردد حركات الرجلين مثل تمرين جرى السلم السرعة.

كما بلغ معدل تغير فى القدرة العضلية والمتمثل فى متغير الوثب العريض (١١.٦٨%)، كما بلغ معدل تغير قدرة الرمى واللقف والمتمثل فى متغير رمى الكرة ولقفها (٨٤.٠٠%)، ويرى الباحث أن هذا التغير قد يرجع إلى أن أغلب مسابقات ألعاب القوى تتطلب القدرة العضلية مثل مسابقات الوثب ومسابقات الرمى، وقد أتاح البرنامج التدريبى المقترح تنمية عنصر القدرة للأطفال من خلال مجموعة مسابقات على شكل ألعاب مثل الوثب من فوق المربعات والوثب ورمى الكرة الطيبة من وضع الجثو وغيرها من المسابقات على شكل ألعاب.

كما بلغ معدل تغير قدرة التوازن الحركى والمتمثل فى الوقوف على قدم واحدة (١٠.٦٨%)، ويرجع الباحث ذلك إلى أن هناك بعض المسابقات المستخدمة فى البرنامج التدريبى المقترح تساعد على تنمية التوازن الحركى للأطفال مثل الدرجة والمتمثلة فى مسابقة الفورميولا وكذلك الوثب على المربعات للأمام والخلف والجانبين.

وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه كل من وائل رمضان وتامر الجبالي (٢٠٠٩م) (١١)، عزه العمرى (٢٠٠٩) (٦)، عزه العمرى، سحر زيدان (٢٠١٢) (١٢)، غاده يوسف، ياسر ابو حشيش" (٢٠١٢) (١٣)، حيث توصلوا إلى أن الالعاب الجماعية ومسابقات العاب القوى للأطفال قد ساهمت فى النمو القدرات البدنية والتوافقية والحركية.

وبذلك يكون الباحث قد تحقق من صحة الفرض الثانى للبحث والذى ينص على "يؤثر البرنامج التدريبى المقترح تأثيراً إيجابياً من خلال معدل التحسن بين القياسين القبلى والبعدى فى بعض القدرات الإدراكية (الحس-حركية) للأطفال (٥: ٧ سنوات)".

الإستنتاجات :

- فى ضوء مشكلة البحث وأهداف البحث وفى حدود عينة البحث وما توصل إليه الباحث من نتائج إستنتج الباحث ما يلى :
- توجد فروق ذات دالة احصائية بين متوسط القياس القبلى ومتوسط القياس البعدى فى بعض المتغيرات الإدراكية لصالح متوسط القياس البعدى للعينه قيد البحث.
 - أدى البرنامج التدريبى المقترح إلى تحسن فى مستوى القدرات الإدراكية قيد البحث حيث بلغ معدل تحسن متغير (الجرى الارتدادى) (الجرى ١٠ متر) (٨٠.٤٧%).
 - أدى البرنامج التدريبى المقترح إلى تحسن فى مستوى القدرات الإدراكية قيد البحث حيث بلغ معدل تحسن متغير (سرعة الإستجابة) (١٦.٦٧%).
 - أدى البرنامج التدريبى المقترح إلى تحسن فى مستوى القدرات الإدراكية قيد البحث حيث بلغ معدل تحسن متغير (الوثب العريض من الثبات) (١١.٦٨%).

- أدى البرنامج التدريبي المقترح إلى تحسن فى مستوى القدرات الإدراكية قيد البحث حيث بلغ معدل تحسن متغير (الوقوف على القدم المفضلة) (١٠.٦٨%).

- أدى البرنامج التدريبي المقترح إلى تحسن فى مستوى القدرات الإدراكية قيد البحث حيث بلغ معدل تحسن متغير (رمى الكرة ولقفها) (٨٤.٠٠%).

التوصيات :

فى ضوء مشكلة البحث وأهداف البحث وفى حدود عينة البحث وما توصل إليه الباحث من نتائج يوصى الباحث ما يلى:

- إستخدام البرنامج التدريبي المقترح للفئة العمرية (٥- ٧ سنوات) لتنمية القدرات الإدراكية.

- تطبيق برنامج العاب القوى للأطفال داخل مدارس محافظة المنوفية من خلال مديرية التربية والتعليم لتنمية القدرات الإدراكية (الحس- حركية) للأطفال (٥- ٧ سنوات).

- إجراء ندوات للمكتب الفنى لتوجيه التربية الرياضية للتوعية بأهمية الأهتمام بنشاط العاب القوى للأطفال (٥- ٧ سنوات) فى تنمية القدرات الإدراكية (الحس- حركية).

- الإهتمام بتنمية القدرات البدنية المختلفة لهذه المرحلة السنية باستخدام تدريبات العاب القوى للأطفال.

- الإهتمام بالتدريبات الحركية لتنمية المهارات الحركية المختلفة فى هذه المرحلة السنية.

- إجراء دراسات مشابهة للتعرف على تأثير تنمية القدرات الإدراكية (الحس- حركية) على مراحل سنية أخرى.

- إجراء دراسات مشابهة مع تناول متغيرات بدنية وفسيولوجية مختلفة.

((المراجــــــــــــــــــــع))

أولاً: المراجع العربية

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، احمد عمر الروبى (١٩٨٦): انتقاء المهوبين في المجال الرياضي، مطبعة عالم الكتب، القاهرة.
- ٢- بسطويسي أحمد بسطويسي (١٩٩٦): أسس نظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٣- سعد جلال، محمد حسن علاوى (١٩٨٢): علم النفس التربوي الرياضي، ط٧، دار المعارف، مصر.
- ٤- شارلز جوزولي واخرون (٢٠٠٦): العاب القوى للاطفال، مسابقات الفرق، مرشد تطبيقي لانشطه العاب القوى للاطفال، الاتحاد الدولي لالعاب القوى، ترجمه، مركز التنميه الاقليمي، القاهرة.
- ٥- طارق فاروق عبد الصمد (٢٠٠٥): البراعة الحركية الأساس الكينسيولوجي، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٥م.
- ٦- عزة محمد العمري (٢٠٠٩): "تفعيل ممارسة ألعاب القوى الجماعية لدى أطفال مدارس المرحلة الابتدائية بشعبة بنى غازى- ليبيا" بحث فردي منشور- المؤتمر العلمى لعلوم التربية البدنية والرياضة تحت شعار دور الثقافة البدنية والرياضة فى توسيع قاعدة الممارسة الرياضية جامعة السابع من إبريل كلية التربية البدنية، ليبيا - طرابلس.
- ٧- عمر سليمان الروبى (١٩٩٥): القدرات الادراكية- الحركية للطفل، النظرية والقياس، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٨- فريدة إبراهيم عثمان (١٩٨٧): التربية الحركية، ط١، دار القلم، الكويت، ١٩٨٧م.

- ٩- مفتى ابراهيم حماد (١٩٩٦): التدريب الرياضى للجنسين من الطفوله الى المراهقه، دار الفكر العربى
- ١٠ - هاله على مرسى ومنصور الطوقى وماجد البوصافى (٢٠١٢): "تجربة السلطنة فى تطبيق برنامج ألعاب القوى للأطفال" بحث منشور - المؤتمر العلمى المشترك الأول (بنشر دولى ومحلى) الرياضة والعباب القوى للأطفال فى ضوء تحديات العصر، جامعة حلوان.
- ١١- وائل رمضان، تامر عويس الجبالى (٢٠٠٩): فعاليه مشروع العباب القوى للاطفال على بعض القدرات الحركيه والتوافقيه للمرحله العمرية من ١٠ - ١٢ سنه (المؤتمر العلمى الدولى الثالث نحو رؤيه مستقبليه لثقافه بدنيه شامله) مجلد البحوث- الجزء الثانى.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 12- Azza Mohamed Elomari , Sahar Zidan Zayan (2012): The Effect of collective athletics competitions for children on reduction of deaf children aggressive behavior in ehsaa province"first Gathering scientific conference (national& international publication) sports and Athletics for children coping with nowadays challenges , for the training department of the track& field events of physical education for girls helwan university.

- 13- Ghada Yousef Abdel Rahman, Yasser ali Abuhacich (2012):** The effectiveness of Kid's Athletics competitions on reducing the feeling of loneliness" first Gathering scientific conference (national& international publication) sports and Athletics for children coping with nowadays challenges, for the training department of the track& field events of physical education for girls, helwan university.
- 14- Joseph, B. (1980):** Psychology of motor Learning, prentice –Hall, Inc, New York.
- 15- Martin lee (2003):** Coaching children in sport-principles and practice, Taylor & Francis group, London.