

دراسات وبحوث العلوم الأساسية

تأثير برنامج حركي مقترح لتنمية
بعض الصفات البدنية والمهارات
الحركية الخاصة لأطفال الروضة

إعداد

عبد محمد إبراهيم محمد

مدرس تربية حركية - قسم رياض الأطفال

كلية التربية - جامعة دمياط



المستخلص:

يهدف البحث إلى التعرف علي تأثير برنامج حركي مقترح علي تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الخاصة لأطفال الروضة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من مدرسة تفتيش كفر سعد مرحلة رياض الأطفال التابعة لإدارة كفر سعد التعليمية بمديرية التربية والتعليم بمحافظة دمياط حيث بلغ عدد أفراد عينة البحث (٦٠) طفل تم تقسيمهم إلى مجموعتين عشوائيًا (١٥) مجموعة تجريبية والتي طبق عليها البرنامج المقترح (١٥) مجموعة ضابطة والتي طبق عليها البرنامج التقليدي وتم اختيار عدد (١٠) أطفال لإجراء الدراسة الاستطلاعية ، ولتجانس عينة البحث قام الباحث بتطبيق الاختبارات قيد الدراسة وتم معالجة البيانات إحصائياً. وأظهرت أهم النتائج البرنامج المقترح له تأثير ايجابي علي تنمية بعض الصفات البدنية لدي عينة البحث التجريبية ، كما أن البرنامج له تأثير ايجابي علي تنمية المهارات الحركية الأساسية لدي عينة البحث التجريبية.

الكلمات المفتاحية: برنامج حركي، الصفات البدنية والمهارات الحركية الخاصة

Abstract

The research aims to identify the effect of a proposed movement program on the development of some physical characteristics and special motor skills for kindergarten children, and the research sample was randomly chosen from the Kafr Saad Inspection School Kindergarten stage of the Kafr Saad Educational Administration in the Directorate of Education in Damietta Governorate, where the number of members of the research sample reached (60) children were divided into two groups randomly (15) experimental group and on which the proposed program was applied (15) control group and on which the traditional program was applied and (10) children were chosen to conduct the exploratory study, and for the homogeneity of the research sample the researcher applied the tests under study and was Statistical data processing and the most important results showed the proposed program has a positive effect on the development of some physical characteristics of the experimental research sample, and the program has a positive impact on the development of the basic motor skills of the experimental research sample

Key words: movement program, physical characteristics and special motor skills

مقدمة

تعد مرحلة رياض الأطفال من أهم مراحل النمو وأكثرها في حياة الطفل كونها مرحلة حاسمة وقاعدة أساسية لتكوين شخصية الطفل ففي هذه المرحلة يكتسب الطفل كثيراً من المهارات الاجتماعية والعقلية واللغوية والجسمية والحركية والانفعالية التي تبني مهاراته كما يكتسب من خلالها مهارات حركية وخبرات حياتية تساعده علي بناء شخصيته وتطويرها وتنمية أدائه الحركي لتحقيق النمو الشامل والمناسب لعمره وقدراته واستعداداته .

إن عملية تنمية الصفات البدنية والاهتمام بالنمو البدني لدى الأطفال أصبح من الأمور التي يهتم بها العلم الحديث للعلاقة الوثيقة بينها وبين تطور الإنسان، لذلك فإن هذا الاهتمام بتنمية تلك الصفات يتطلب إعداداً كاملاً من بداية مرحلة الطفولة حتى الوصول إلى المستويات العالية ولجميع النواحي البدنية(علي، ٢٠٠٦، ٧٤).

وتعتبر التربية الحركية هي نقطة البداية لتعلم الأطفال المهارات الحركية والصفات البدنية التي يحتاجها الطفل في الروضة وتعليم الطفل في هذه المرحلة تبني برامج في ضوء أسس التربية الحركية لاعتبارات تتعلق بخصائص النمو كما تساهم في تعلم الأطفال العلوم التربوية نظراً لجاذبية الأنشطة بالنسبة للأطفال فهي يربطها صلة قوية بالعلوم المختلفة(عبدالفتاح، ٢٠١٠، ٥).

والتربية الحركية هي الطريقة المثلى والأسلوب الأفضل لتعزid القدرة علي الاستكشاف والابتكار للوصول إلي أفضل الطرق لأداء الحركي وحل المشكلات الحركية بما يتناسب مع القدرات

والإمكانيات والاستعدادات الفردية للأطفال ، كما تتماشى مع مراحل التطور الحركي والنمو الجسمي التي يمر بها الطفل أثناء تعلمه وإتقانه للحركات المختلفة بهدف ملاحقة قدراته ومراعاة إمكانياته الجسمانية والحركية دون التركيز علي ناتج الحركة كأساس للعملية التعليمية كما أصبحت التربية موضوعاً حيويًا وهاماً من عناصر التربية البدنية ومدخلاً لها وهي من أنسب الأساليب للتعامل مع الأطفال في المراحل التعليمية الأولى (عثمان ، ٢٠٠٨ ، ٢٤٦).

كما أن التربية الحركية تلعب دور بارز في الإعداد المتكامل لأطفالنا من خلال ما توفره من قدرات عملية تطبيقية فهي نظام تربوي يعتمد لشكل أساسي علي الإمكانيات الحركية المتاحة للطفل التي تعمل علي تحقيق الأهداف السلوكية والحركية والمعرفية والوجدانية من خلال إدارة العملية التعليمية للمراحل السنية المبكرة (أبو عبده ، ٣٠٠٣ ، ٧).

وتعتبر الصفات البدنية الجيدة والنمو المتزن أحد الموضوعات التي لها علاقة بالأداء الحركي للطفل لذلك أجريت بحوث ودراسات للكشف عن أحسن الطرق التي تؤدي للوصول بالطفل إلى ضبط إمكانياته الحركية على أكمل وجه ، وتعد عملية اختيار الحركات والتمرينات السليمة وخصوصاً لدى الأطفال عاملاً أساسياً من عوامل نموهم نمواً صحيحاً خالياً من العيوب والتشوهات التي تلحق بهم جراء الحركات غير الصحيحة التي تلزمهم عادة منذ الطفولة ، لذلك فإن للعمل الحركي تأثير كبير على تقدم حياتهم وتطورهم مستقبلاً وبناء الشخصية المتكاملة (علي ، ٢٠٠٦ ، ٧٤).

وتعتبر المهارات الحركية التي يزاولها أطفال الروضة عبارة عن إعداد لمهارات ألعاب القوي والألعاب الجماعية الكبيرة وتشمل تلك المهارات علي حركات الاتصال التي يتم بها عبور الجسم للفضاء مثل المشي والجري والوثب والقفز والحجل والدرجة والتوازن والتسلق والتعلق والزحف والقف وال صعود والهبوط (طلبه ، ٢٠٠٨ ، ١١٢) .

ويعد النشاط الحركي جزءاً لا يتجزأ من المنهج العام لرياض الأطفال ، وأن تنمية المهارات الحركية الأساسية والنمو البدني لدى الأطفال أساس في تطوير حياتهم المستقبلية ، وحيث أن الاهتمام بمناهج وأنشطة رياض الأطفال وخصوصاً الحركية منها يؤدي إلى إتمام حلقة الوصل بين أشد المراحل حساسية في حياة الإنسان وهي مرحلة ما قبل المدرسة والمراحل اللاحقة من حياته والعكس صحيح حيث أن نجاح هذه المناهج والأنشطة يتوقف على (نوع النشاط الممارس - الكادر المتخصص - المكان والتجهيزات) ، كل هذه الأدوات والإمكانيات يمكن أن نطلق عليها الكفاءات الوظيفية لرياض الأطفال .

ويعتبر الطفل في المناهج الحديثة هو المحور الأساسي لجميع أنشطتها فهي تدعوه دائماً إلى النشاطات الذاتية وتنمي فيه عنصر التجريب والمحاولة والاكتشاف وتساعده علي اللعب الحر وهذا كله يستوجب وجود نظام تربوي يستند علي أحدث ما وصلت إليه نتائج البحوث التربوية في المجالات التربوية والرياضية حيث تعتمد التربية الحركية علي الإمكانيات الحركية الفطرية الطبيعية المتاحة

من خلال جسم الطفل والتي يطلق عليها الحركة الأساسية (إبراهيم ، ٢٠٠٩، ٧) .

واكتساب المهارات الحركية وامتلاك التوافق الحركي يتطلب أن يمر الطفل بخبرات وتجارب حركية متعددة ضمن برامج موجهة غير أننا نلاحظ في بعض مجتمعاتنا العربية أن مهارتنا الحركية الأساسية لدي العديد من الأطفال لا تتطور بالشكل المناسب مما يعني أنهم لن يمتلكوا التوافق الحركي المطلوب لممارسة أنشطة بدنية متقدمة في المستقبل (عثمان ، ٢٠١٣ ، ١١١) .

وتعد مرحلة الطفولة مرحلة تكوين شخصية الطفل من جميع الجوانب سواء كانت بدنية أو اجتماعية أو نفسية ، حيث يتميز الطفل بسرعة تعلمه للمهارات المتنوعة وله القدرة على ربط الحركات الأساسية المختلفة كالوثب من العدو أو الرمي ، وحل العديد من الواجبات الحركية وله امكانيه تصحيح الأخطاء التي تعد من أهم المعايير في الألعاب الرياضية .

وتعتبر العناية بالطفولة وضرورة توفير سبل الرعاية المتكاملة لتحقيق أفضل نمو لها من العوامل المهمة في إعدادهم إعداداً سليماً مما سبق يتضح أن الاهتمام بأطفالنا واختيار الوسيلة التعليمية المناسبة لهم حسب المرحلة السنية يشكل عاملاً هاماً في إعدادهم جيداً فلأطفال هم أمل المستقبل الذي تبني له الخطط ، ومن خلال الإشراف علي طالبات التربية الميدانية (الفرقة الثالثة والرابعة) وملاحظة الأطفال وهم يمارسون المهارات الحركية وجود ضعف في مستوي الأداء ووجود صعوبة لدي الأطفال في اكتساب المهارات الحركية الأساسية ، ومن خلال الاطلاع علي

الدراسات المرجعية وفي حدود ما تم التوصل إليه الباحث ، وجد أن الدور الذي تلعبه الأنشطة الحركية لا ينفصل عن التدريس داخل العملية التعليمية بل يمكن أن يكون ذلك بمثابة حلقة من سلسلة تتابعات التدريس التي تحتويها .

ومن خلال اهتمام العلماء بعمليات التعلم والنمو الحركي في المجالات التربوية التي تعتمد على النشاط الحركي ونظراً لهذا الاهتمام اتجه العلماء إلى دراسة القدرات الحركية التي أظهرت مفاهيم ونظريات وأدوات لقياس هذه القدرات وعلاقتها بجوانب نموها المختلفة الحركية والمعرفية والوجدانية لتحديد المشكلات التي يواجهها الطفل نتيجة القصور في نمو هذه القدرات حيث يعتبر ذلك أحد الدوافع لإجراء هذا البحث في محاولة للتعرف على مدى تأثير برنامج حركي مقترح لتنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الخاصة لأطفال الروضة .

هدف البحث

التعرف على تأثير برنامج حركي مقترح لتنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الخاصة لأطفال الروضة .

فروض البحث:

- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحركية الأساسية (العدو ٣٠ م - دفع كرة

طبية لأقرب مسافة - الوثب العريض من الثبات) لصالح المجموعة التجريبية.

- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية المجموعة الضابطة في القياس البعدي في بعض الصفات البدنية والحركية (اختبار الوثب من فوق الحبل - اختبار التوازن الثابت - اختبار الجري بين الحواجز - اختبار اللمس السفلي والجانبى لقياس المرونة) لصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث

التربية الحركية :

هي شكل من أشكال التربية البدنية للأطفال لتعليم الحركات الأساسية واكتساب اللياقة البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعية باستثارة قدراتهم المعرفية والحركية واستخدام أسلوب الاستكشاف الفردي في حدود إمكانياتهم وقدراتهم (أبو عبده ، ٢٠٠٣ ، ١٣٢) .

المهارات الحركية :

المفردات الأولية الفطرية للحركات الإنسانية وهي مهارات تؤدي كطريقة للتعبير والاستكشاف ولتفسير ذاتية الفرد وتنمية قدراته وذلك عن طريق تشكيل وتصميم المواقف التي تكون حافزا للطفل لمواجهة تحديات قدراته (الخولي ، ٢٠٠٧ ، ١٤٤) .

دراسات وبحوث سابقة

دراسة أسماء عيسي (٢٠١٧) بعنوان برنامج باستخدام النمذجة الحركية المصورة وأثره علي بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة ويهدف إلى تصميم برنامج باستخدام النمذجة الحركية المصورة بالحاسب الآلي ومعرفة تأثيره على تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية قيد البحث لأطفال ما قبل المدرسة من سن (٥ - ٦) سنوات ومن أهم النتائج التي توصل إليه البحث أن البرنامج المقترح باستخدام النمذجة الحركية المصورة ساهم بطريقة ايجابية في تحسين تعلم المهارات الحركية الأساسية والتحصيل المعرفي " قيد البحث " للمجموعة التجريبية الأسلوب التقليدي (المتبع) " الشرح وأداء النموذج " ساهم بطريقة ايجابية في تحسين وتعلم الأطفال لبعض المهارات الحركية الأساسية والتحصيل المعرفي (قيد البحث) لدى المجموعة الضابطة لكون الباحثة قدمت مهارات جديدة للأطفال وكذلك التكرار والتدريب والممارسة خلال فترة البرنامج .

ومن أهم توصيات البحث استخدام البرنامج المقترح باستخدام النمذجة الحركية المصورة بواسطة الحاسب الالى لتوضيح أسس التعلم الذاتي لدى المتعلمين ، والذي له أهميته في العملية التعليمية وضع برامج إعداد معلم التربية الرياضية قبل الخدمة بحيث تراعي تعليم الطلاب على كيفية تصميم البرامج التعليمية باستخدام الحاسب الالى للمهارات الحركية الأساسية تمهيدا لاستخدامها في المستقبل.

دراسة أحمد سليمان (٢٠١٥) بعنوان تأثير برنامج تربية حركية مقترح لتعديل بعض المظاهر السلوكية وتنمية التفكير الإبتكارى لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة يهدف البحث لبناء برنامج تربية حركية مقترح لتعديل بعض المظاهر السلوكية وتنمية التفكير الإبتكارى لأطفال ما قبل المدرسة وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة بحثه، على عينة تجريبية قوامها ٢٥ طفل من المرحلة الثانية بالروضة بمدرسة الحامول الرسمية للغات التابعة لإدارة الحامول التعليمية بمديرية التربية والتعليم بكفر الشيخ ، وقد تم اختيار هذه العينة بالطريقة العشوائية وقد استخدم الباحث اختبار تورانس باستخدام الحركات والأفعال واختبار السلوك المشكل لطفل الروضة والبرنامج المقترح كأدوات للدراسة وقد أسفرت نتائج الدراسة عن مدي تأثر البرنامج المقترح تأثيراً إيجابياً على السلوك المشكل لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة (عينة البحث) بنسبة تحسن ٣٥.٩١% ، وكذلك تأثيره على تنمية التفكير الإبتكارى بنسبة ٧٤.٠٦% لإجمالى نسب أنشطة اختبار تورانس باستخدام الحركات والأفعال وأسفرت نتائج البحث :

- تحسين بعض المظاهر السلوكية لدي عينة البحث
- تنمية التفكير الإبتكارى لدي عينة البحث .

دراسة إيمان عصام الدين (٢٠١٥) بعنوان تأثير برنامج الألعاب التربوية علي بعض الأنماط الحركية الأساسية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، ويهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج للألعاب التربوية علي بعض الأنماط الحركية الأساسية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة للمرحلة السنوية (٤-٦) سنوات، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لهدف وفروض البحث، وذلك باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (١٥) طفلاً، واستخدمت الباحثة الوسائل والأدوات التي عملت على تحقيق هدف البحث، وأشارت أهم النتائج إلى أن برنامج الألعاب التربوية قيد البحث والذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية كان له تأثير دال إحصائياً في تنمية بعض الأنماط الحركية الأساسية قيد البحث لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة، وتوصى الباحثة بتطبيق برنامج الألعاب التربوية المقترح وتعميمه على أطفال المرحلة السنوية (٦ - 4) سنوات.

دراسة إبراهيم الدويبي (٢٠١٤) بعنوان فاعلية وحدات دراسية باستخدام القصص الرقمية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والمفاهيم المعرفية لمرحلة رياض الأطفال ، يهدف البحث إلى تصميم وحدات تعليمية في التربية الحركية قائمة علي الصور والقصص الرقمية الحركية لأطفال مرحلة رياض الأطفال من (٤ - ٦ سنوات) وذلك للتعرف علي : تأثير البرنامج المقترح علي تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية (كالمشي- الجري الوثب- الرمي- اللقف -الركل- الاتزان وكانت أهم النتائج

زيادة كفاءة الأطفال في تأدية المهارات الحركية الأساسية قيد البحث للمجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة وذلك بعد استخدام برنامج الوحدات الدراسية القائمة على الوسائط المتعددة (القصص الرقمية).

منهج البحث وإجراءاته

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة
مجتمع البحث وعينته :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من مدرسة تفتيش كفر سعد مرحلة رياض التابعة لإدارة كفر سعد التعليمية بمديرية التربية والتعليم بمحافظة دمياط الأطفال وبلغ عدد إجمالي أفراد عينة البحث (٦٠) طفلاً تم اختيار (١٠) أطفال لإجراء الدراسة الاستطلاعية وتم اختيار (٣٠) لإجراء الدراسة الأساسية تم تقسيمهم إلى مجموعتين عشوائياً (١٥) مجموعة تجريبية وطبق عليها البرنامج المقترح (١٥) مجموعة ضابطة .

جدول (١)

توصيف عينة البحث

إجمالي عدد الأطفال بالروضة	الدراسة الاستطلاعية	الدراسة الأساسية
٦٠	١٠	٣٠
النسبة المئوية	%١٦.٦٦	%٥٠

ولتجانس عينة البحث قام الباحث بتطبيق الاختبارات كما في الجدول رقم (٢) (٣).

جدول (٢)

الدلالات الإحصائية بين قياسات المجموعتين التجريبية والضابطة
(الطول - الوزن - السن)

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحسوبة
	س ١	ع ١	س ٢	ع ٢	
الطول / سم	١١٠.٤٦	٤.٥٥	١١٠.٩	٤.٧٦	٠.١٧
الوزن / كجم	١٨.٥٢	١.٨٥	١٩.٠٤	١.٨٤	٠.٨١
السن / سنة	٤.٦٠	٨.٢١	٤.٥٤	٧.٨٣	٠.١٤

ت الجدولية عند مستوي $0.05 = 1.71$

يتضح من خلال الجدول رقم (١) أن جميع قيمة (ت) المحسوبة

غير دالة معنوياً بالنسبة لجميع متغيرات للطول والوزن والسن وهذا

يؤكد على أن المجموعتين متكافئتين.

جدول (٣) الدلالات الإحصائية بين قياسات المجموعتين التجريبية والضابطة
في متغيرات البحث البدنية والمهارية

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحسوبة
	س ١	ع ١	س ٢	ع ٢	
العدو ٣٠ م من بداية متحركة	١٠.٤٢	١.٤٥	١٠.٦٠	١.٣٨	٠.٣٩
رمي كرة طبية لأقرب مسافة	٢٨٤.٦	٩.١٩	٢٤٨	٧.٩١	٠.٢٥
الوثب العريض من الثبات	٢٩.٠١	٦.٧٧	٩٢.٤٠	٦.٣٠	٠.٢١
اختبار اللمس السفلي والجانبى لقياس المرونة	٤.٨٦	٠.٨٨	٤.٧٢	١.٠٢	٠.٥٨
اختبار الوثب من فوق الحبل	١.٤١	٠.٥٠	١.٢٨	٠.٤٥	٠.٦٨
اختبار التوازن الثابت	٢٢.٦٥	٢.٥١	٢٢.٠٤	٢.٧٨	٠.٨٤
اختبار الجري بين الحواجز	٩.٨٢	١.٣٢	١٠.١٢	١.٤٦	٠.٨٠

ت الجدولية عند مستوي $0.05 = 1.71$

يتضح من خلال الجدول رقم (٣) أن جميع قيمة (ت) المحسوبة أقل من الجدوليه وبذلك تكون الفروق عشوائية بين المجموعتين مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

وسائل جمع البيانات

أدوات البحث :

- ١- المصادر العربية والأجنبية .
- ٢- فريق عمل مساعد لتنفيذ الاختبارات .
- ٣- استمارة مفردات الاختبار والتسجيل .
- ٤- أجهزة قياس الطول والوزن (شريط قياس - ميزان طبي).
- ٥- ساعة توقيت عدد (٢) - كرة تنس .

الاختبارات المستخدمة:

استعان الباحث بالدراسات والمراجع العلمية؛ دراسة: أسماء عيسى (٢٠١٧)، إيمان عصام الدين (٢٠١٥)، أحمد إبراهيم (٢٠١٥)، عفاف عثمان (٢٠١٣)، علي حسن (٢٠٠٦) ورأي السادة الخبراء حول تحديد أهم المتغيرات البدنية والمهارات الحركية الخاصة وكذلك الاختبارات التي تقيسها.

- الاختبار الأول : العدو ٣٠ م من بداية متحركة
- الاختبار الثاني : الوثب العريض من الثبات
- الاختبار الثالث : اختبار رمي كرة طبية لأقرب مسافة
- الاختبار الرابع: اختبار اللمس السفلي والجانبى لقياس المرونة
- الاختبار الخامس : اختبار الوثب من فوق الحبل
- الاختبار السادس : اختبار التوازن الثابت
- الاختبار السابع : اختبار الجري بين الحواجز

المعاملات العلمية للاختبار:

ثبات الاختبار:

تم حساب ثبات الاختبارات المختارة بتطبيقها يوم الأحد الموافق ٢٥/٩/٢٠١٩ على عينة من الأطفال من مجتمع البحث من غير عينة البحث الأصلية وعددهم (٦) أطفال وقد تم التأكد من درجة ثبات الاختبار Test-Retest إعادة تطبيق الاختبار .

صدق الاختبار:

تم حساب صدق الاختبارات باستخدام الجذر التربيعي لمعامل الثبات
جدول (٤)

جدول (٤)

صدق الاختبارات باستخدام الجذر التربيعي

المتغيرات	وحدة القياس	معامل الثبات	معامل الصدق
العدو ٣٠ م من بداية متحركة	ث	٠.٩٣	٠.٩٦
رمي كرة طبية لأقرب مسافة	سم	٠.٩٠	٠.٩٥
الوثب العريض من الثبات	سم	٠.٩٣	٠.٩٦
اختبار اللمس السفلي والجانبى لقياس المرونة	سم	٠.٩٦	٠.٩٨
اختبار الوثب من فوق الحبل	عدد	٠.٩٣	٠.٩٧
اختبار التوازن الثابت	ث	٠.٩٢	٠.٩٦
اختبار الجري بين الحواجز	ث	٠.٩١	٠.٩٤

يتضح من الجدول (٣) ان جميع معاملات الارتباط ذات ارتباط موجب عالي حيث تنحصر درجات معاملات الارتباط بين ٠.٩٠ إلى ٠.٩٦ ، كذلك الجذر التربيعي للصدق والثبات (٠.٩٤ - ٠.٩٨) وهذا يدل على ثبات وصدق لاختبارات المستخدمة.

برنامج التربية الحركية المقترح :

تم إعداد البرنامج المقترح بعد علي البرامج العلمية المتخصصة وكذلك الرجوع إلى بعض الدراسات والبحوث المرجعية: أمين الخولي، أسامة راتب (٢٠٠٧)، عفاف عثمان (٢٠٠٨)، محمد بهادر ، سعديّة علي (٢٠٠٣)، وتم عرض البرنامج المقترح على مجموعة من خبراء التربية الرياضية لاستطلاع آراءهم في الأسس الخاصة بالبرنامج المقترح ومناسبته لهذه الفئة، ومدة البرنامج، وعدد مرات الممارسة أسبوعياً يتم تثبيت الجزء الختامي في كل الوحدات.

التجربة الاستطلاعية :

للتعرف على المشاكل والصعوبات التي تواجه الباحث أثناء تطبيق الاختبارات ، وللتعرف على الفترة الزمنية التي يستلزمها الاختبار، تم إجراء تجربة استطلاعية بتاريخ ٢٩/٩/٢٠١٩م بمدرسة كفر سعد مرحلة رياض الأطفال، وأسفرت عن :

- مدى استجابة عينة البحث للبرنامج المقترح .
- مدى ملائمة أسلوب وعرض البرنامج بالنسبة للأطفال.
- مدى مناسبة الأدوات والإمكانات المستخدمة في تطبيق البرنامج .
- مدى مناسبة الأنشطة الحركية لمستوى الأطفال وقدراتهم .
- الصعوبات التي تعترض تطبيق تجربة البحث على الأطفال .
- مناسبة الزمن لتطبيق البرنامج .

القياسات القبليّة :

تم إجراء القياس القبلي يوم ٢٠١٩/١٠/١ م للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية والمهارات الحركية الأساسية قيد البحث .

تجربة البحث الأساسية :

تم تطبيق البرنامج المقترح على عينة البحث من خلال دروس التربية الحركية لمدة (٨) أسابيع من يوم الأحد الموافق ٢٠١٩/١٠/٦ إلى ٢٠١٩/١٢/١ م بواقع وحدتين أسبوعياً.

القياسات البعدية :

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج المقترح تم إجراء القياسات البعدية في يوم ٢٠١٩/١٢/٤ للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية والمهارات الحركية الأساسية قيد البحث .

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

أولاً : عرض النتائج :

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والاحتراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة (ت) بين

القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في الصفات البدنية

الفرق بين قيمة		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات
المحسوبة	المتوسطين	٢ع	٢س	١ع	١س	
١.٠٢	٠.٢٨	٠.٨٧	٥.٠٠	١.٠٢	٤.٧٢	اختبار اللمس السفلي والجانبى لقياس المرونة
١.١٤	٠.١٦	٠.٥١	١.٤٤	٠.٤٦	١.٢٨	اختبار الوثب من فوق الحبل
٠.٦١	٠.٤٨	٢.٦٦	٢٢.٥٢	٢.٧٨	٢٢.٤	اختبار التوازن الثابت
٠.٢٩	٠.١٢	١.٣٨	١٠.٠٠	١.٤٥	١٠.١٢	اختبار الجري بين الحواجز

ت الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ١.٧١

يتضح من الجدول رقم (٥) أن قيمة (ت) غير دالة معنوياً لمتغيرات الصفات البدنية، وان ظهرت بعض الفروق بين المتوسطات وكانت لصالح القياس البعدي ولكنها غير دالة معنوياً.

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة (ت) بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الحركية الأساسية

الفرق بين قيمة ت		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات
المحسوبة	المتوسطين	٢ع	٢س	١ع	١س	
٠.٣٠	٠.١٢	١.٤٠	١٠.٤٨	١.٣٨	١٠.٦	العدو ٣٠ م من بداية متحركة
١.١٢	٢.٠٦	٨.٢١	٢٥٠.٦	٧.٩١	٢٤٨.٠	رمي كرة طبية لأقرب مسافة
٠.٢١	٠.٤٠	٦.٦٣	٩٢.٨	٦.٣١	٩٢.٤	الوثب العريض من الثبات

ت الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ١.٧١

يشير الجدول رقم (٦) إلى أن قيمة (ت) غير دالة معنوياً بالنسبة لمتغيرات المهارات الحركية الخاصة، وان بعض الفروق بين المتوسطين لصالح القياس البعدي ولكن غير دالة معنوياً.

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والاحتراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة (ت) بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في الصفات البدنية

الفرق بين قيمة ت		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات
المحسوبة	المتوسطين	٢ع	٢س	١ع	١س	
٤.٢٦	١.٣٢	١.٢٢	٦.٢٠	٠.٨٨	٤.٨٨	اختبار اللمس السفلي والجانبى لقياس المرونة
٥.٤٧	٠.٨٨	٠.٦١	٢.٢٨	٠.٥	١.٤٠	اختبار الوثب من فوق الحبل
٦.٥٤	٤.١٢	١.٨٠	٢٦.٨٠	٢.٥١	٢٢.٦٨	اختبار التوازن الثابت
٣.٥٢	١.١٦	٠.٩١	٨.٦٤	١.٣٢	٩.٨٠	اختبار الجري بين الحواجز

ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٧١

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود فروقاً ذات دلالة معنوية عند مستوى ٠.٠١ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغيرات مهارات الصفات البدنية، ولصالح القياس البعدي، وهذا يؤكد على فعالية استخدام برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية بعض الصفات البدنية لدى الأطفال .

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والاحتراف المعياري والفرق بين المتوسطين وقيمة (ت) بين
القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية
في المهارات الحركية الخاصة

الفرق بين قيمة ت		المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات
المحسوبة	المتوسطين	٢ع	٢س	١ع	١س	
٤.٣٢	١.٦٠	١.٠٧	٨.٨٤	١.٤٥	١٠.٤٤	العدو ٣٠ م من بداية متحركة
٧.٢٩	٢٠.٨٠	١٠.٤٥	٢٦٩.٤	٩.١٩	٢٤٨.٦	رمي كرة طبية لأقرب مسافة
٧.٠٢	١٤.٤٠	٧.٤٣	١٠٦.٤	٦.٧٧	٩٢.٠٠	الوثب العريض من الثبات

ت الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٧١

يتضح من الجدول (٨) وجود فروقاً ذات دلالة معنوية عند مستوى ٠.٠١ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغيرات المهارات الحركية الأساسية، ولصالح القياس البعدي ، وهذا يؤكد على فعالية استخدام برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال .

جدول (٩)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحسوبة
	س١	ع١	س٢	ع٢	
العدو ٣٠ م من بداية متحركة	٨.٨٤	١.٠٧	١٠.٤٨	١.٤٠	٤.٥٦
رمي كرة طبية لأقرب مسافة	٢٦٩.٤	١٠.٥٤	٢٢.٦	٨.٢١	٦.٨٩
الوثب العريض من الثبات	١٠٦.٤	٧.٤٣	٩٢.٨٠	٦.٦٣	٦.٧٠

ت الجدولية عند مستوي $0.05 = 1.71$

يتضح من الجدول رقم (٩) أن معدلات قيمة ت الجدولية عند مستوي معنوية 0.05 تراوحت ما بين 4.56 ، 6.89 في الاختبارات المهارات الحركية الأساسية.

جدول (١٠)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في الصفات البدنية

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحسوبة
	س١	ع١	س٢	ع٢	
اختبار اللمس السفلي والجانبى لقياس المرونة	٦.٢٠	١.٢٢	٥.٠٠	٠.٨٧	٣.٨٧
اختبار الوثب من فوق الحبل	٢.٢٨	٠.٦١	١.٤٤	٠.٥١	٥.١٩
اختبار التوازن الثابت	٢٦.٨٠	١.٨٠	٢٢.٥٢	٢.٦٦	٦.٤٨
اختبار الجري بين الحواجز	٨.٦٤	٠.٩١	١٠.٠٠	١.٣٨	٤.٠٠

ت الجدولية عند مستوي $0.05 = 1.71$

يتضح من الجدول رقم (١٠) أن قيم قيمة ت الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ تراوحت ما بين ٣.٨٧ : ٦.٤٨ في الصفات البدنية قيد البحث .

ثانياً : مناقشة النتائج

أوضحت النتائج السابقة فعالية برنامج التربية الحركية لمرحلة رياض الأطفال ، والذي طبق من خلال دروس التربية البدنية والذي استمر لمدة (٨) أسابيع متواصلة .

حيث يتضح من جدول (٥ ، ٦) الخاصة بالمجموعة الضابطة عدم وجود فروق معنوية في القياسات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة، وهذا يؤكد على عدم فعالية البرنامج التقليدي المتبع ، وكذلك عدم مناسبه لطبيعة هذه الفئة من الأطفال، ويؤكد ذلك كل من أمين الخولي ، أسامة راتب (٢٠٠٧م) أن الطفل في هذه المرحلة لا يستطيع اكتساب المهارة بدرجة عالية ولذلك ينبغي التأكد على تعلم المهارات الحركية الأساسية باعتبارها حركات أساسية هامة لتكيفها البيئي مع محاولة تعليمه بعض المهارات الخاصة التي تتناسب وحالته والتي تتطلب أبعاد معرفية كثيرة أو توافقاً عالياً بين أجزاء جسمه وفي نفس الوقت تعمل على رفع مستوى اللياقة البدنية .

ومن خلال استعراض نتائج جدول (٧ ، ٨) الخاصة بالمجموعة التجريبية يتضح وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى ٠.٠١ بين القياس القبلي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في جميع متغيرات البحث، وهذا يؤكد على فعالية البرنامج المقترح للتربية الحركية الذي طبق على المجموعة التجريبية .

ومن خلال نتائج جدول (٩) يتضح وجود فروق معنوية عند مستوى دلالة ٠.٠١ بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات المهارات الحركية الأساسية لصالح المجموعة التجريبية الذي طبق عليها البرنامج المقترح وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الأول.

ويعزي الباحث هذه النتائج للمجموعة التجريبية إلى فعالية برنامج التربية الحركية المقترح قيد البحث، وتفوق نتائجه على نتائج البرنامج التقليدي المتبع في تنمية المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة .

وتعتبر التربية الحركية ذات أهمية بالغة في إعداد الطفل من جميع النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية والنفسية وفي هذا الصدد أشار إلى أن التربية الحركية تلعب دور بارز في الإعداد المتكامل لأطفالنا من خلال ما نوفرة من خبرات عملية تطبيقية فهي نظام تربوي يعتمد بشكل أساسي على الإمكانيات النفس حركية المتاحة للطفل التي تعمل على تحقيق الأهداف السلوكية والحركية (أبو عبده ، ٢٠٠٣) .

ومن خلال استعراض نتائج جدول (٩) يتضح وجود فروق معنوية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية و القياس البعدي للمجموعة الضابطة في جميع متغيرات الصفات البدنية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية، وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الثاني.

ويعزي الباحث هذه النتائج للمجموعة التجريبية إلى فعالية برنامج التربية الحركية المقترح قيد البحث، وتفوقه على البرنامج التقليدي المتبع في تنمية الصفات البدنية لدى عينة البحث ، حيث أشار محمد بهادر (٢٠٠٣) انه يجب ان يتميز برنامج التربية الحركية للأطفال بتنوع الأنشطة ومقابلة احتياجات الأطفال وذلك لما يتصفون به من ضعف اللياقة البدنية، مما يدفعنا إلى الاهتمام بالأنشطة الحركية لتحسين الكفاءة البدنية والحركية للأطفال .

الاستخلاصات والتوصيات :

الاستخلاصات : في ضوء نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث إلى الاستخلاصات التالية :

- البرنامج المقترح له تأثير إيجابي علي تنمية بعض الصفات البدنية لدي عينة البحث التجريبية .
- البرنامج المقترح له تأثير فعال وإيجابي علي تنمية المهارات الحركية الأساسية لدي عينة البحث التجريبية .

التوصيات :

- تطبيق البرنامج المقترح لتطوير مستوى المهارات الحركية الخاصة للأطفال .
- تطبيق البرنامج المقترح لتنمية الصفات البدنية (المرونة - الرشاقة - التوافق - السرعة)
- عقد ندوات للمعلمات لتوضيح أهمية البرامج الرياضية لزيادة النشاط الحركي للأطفال .
- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث في مجال التربية الحركية لمرحلة رياض الأطفال من ٤-٦ سنوات .

المراجع :

أولاً : المراجع باللغة العربية

الدويبي، إبراهيم (٢٠١٤). فاعلية وحدات دراسية باستخدام القصص الرقمية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والمفاهيم المعرفية لمرحلة رياض الأطفال، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الاسكندرية .

طلبة، ابتهاج (٢٠١٤). المهارات الحركية لطفل الروضة ، عمان ، دار المسرة للنشر والتوزيع.

إبراهيم، أحمد (٢٠١٥). تأثير برنامج تربية حركية مقترح لتعديل بعض المظاهر السلوكية وتنمية التفكير الابتكاري لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة كفر الشيخ .

حسن، أحمد ؛ إبراهيم، شفيق(١٩٩٦) . أطفال ما قبل المدرسة ، الطبعة الثانية ، بيروت ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.

الخولي، أمين ؛ راتب، أسامة (٢٠٠٧). نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال. ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي.

عيسى، أسماء (٢٠١٧) . برنامج باستخدام النمذجة الحركية المصورة وأثره علي بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بني سويف .

إبراهيم، انشراح (٢٠٠٩) . التربية الحركية لطفل الروضة ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية ، دار المجتمع الجامعي.

عصام الدين، إيمان (٢٠١٥). تأثير برنامج الألعاب التربوية علي بعض الأنماط الحركية الأساسية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .

أبو عبده، حسن (٢٠٠٣) . أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية ، الاسكندرية ، دار النشر والتوزيع .

علي، حسن (٢٠٠٦). أثر برنامج رياض الأطفال علي النمو البدني وبعض الصفات الحركية ، مجلة علوم التربية الرياضية ، جامعة بابل كلية التربية الرياضية ، المجلد(٢)(٥) ص. ٧٤-٨٧ ، ١٤ ص . .

سلطان، سميرة (٢٠٠٥) . تأثير منهاج مقترح للتربية الحركية في بعض الحركات الأساسية لأطفال الرياض عمر (٤-٥) سنوات في محافظة البصرة ، رسالة ماجستير ، جامعة البصرة ، كلية التربية الرياضية .

عثمان، عفاف (٢٠٠٨) . الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية ، الاسكندرية ، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر .

عثمان، عفاف (٣٠١٣) . المهارات الحركية لطفل الروضة ، الاسكندرية ، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر.

بهادر، محمد ؛ علي، سعدية (٢٠٠٣) . برامج تربية أطفال ما قبل المدرسة ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .

عبدالحليم، ميادة (٢٠١٤) . فاعلية برنامج أنشطة حركية ترويحوية علي السلوك التكيفي وبعض جوانب النمو لدي أطفال الروضة ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق

عبدالفتاح، نجوان (٢٠١٠) . فاعلية برنامج للتربية الرياضية في خفض حدة السلوك العدواني لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ، رسالة دكتوراه ، جامعة عين شمس ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية .

ثانياً : المرجع الأجنبية :

Ann , pleper , 1993 . (perceptions of low kindergarten through third – grade Teachers regarding early childhood teacher preparation and in – service training . edo . university of south Dakota , dissertation abstracts . (51 – 84) , 8993 , P 2882.

Young , Gane , F . (1996) " Hand book for final internship " University of South folrida , college of education , Tempa .

ثالثاً: مصادر شبكة المعلومات :

https://www.researchgate.net/publication/331642563_altrbyt_albdnyt_wdwrha_fy_tnmyt_ajhzt_aljasm_1l1fl_Dr_Saeed_Ghani_Noori