

أثر برنامج مقترح للتربية الحركية على تعلم بعض الصفات الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة (5-4) سنوات

د. غيث محمد كريم -- جامعة الكوفة- البلاد العراق الإيميل ghaithm.karim@uo.edu.iq

Abstract:

A proposed motor education program has affected the learning of certain motor traits for pre-school children (4-5) years.

The study contained four classes and included the first chapter presented and the importance of research, in which the importance of experimentation was addressed following a proposed motor education program on learning some of the motor qualities of preschool children (4-5) and also aims to fill the children's free time in a useful sports activity.

While we see that the second chapter contained the research method as the experimental method was used to suit the nature of the research and the research sample as it was a group of children of the kindergarten of the local loocate and the process of parity between the two research groups was done to adjust the variables.

The researcher used the following statistical means: computational medium, standard deviation, simple correlation coefficient, and average T testing linked to two equal eyes.

The results were then discussed in chapter three and in the light of the results the researcher drew several conclusions, including: The proposed training program has affected the learning of some motor qualities for pre-school children (4-5) years and this achieves the first imposition of research.

In the light of the conclusions, the researcher made its recommendations, including:

- 1- Work on the implementation of the proposed program of motor training on riyadh children because of its positive impact on the development of the motor abilities of preschool children.
- 2- Work on the design of many motor training programs for pre-school and on other physical, knowledge and knowledge aspects.
- 3- Conducting more studies and applied research for different age groups and variables different from the current research variables.

Key words: Kinetic education, Motor growth

ملخص:

أثر برنامج مقترح للتربية الحركية على تعلم بعض الصفات الحركية لأطفال مرحلة ما قبل الدراسة (5-4) سنوات . أحتوت الدراسة على اربعة فصول وقد تضمن الفصل الاول المقدمة وأهمية البحث والتي تم التطرق فيها الى أهمية تجريب اثر برنامج مقترح للتربية الحركية على تعلم بعض الصفات الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة (5-4) ومهدف كذلك الى شغل اوقات فراغ الاطفال في نشاط رياضي مفيد .في حين نرى ان الفصل الثاني احتوى على منهج البحث اذ تم استخدام المنهج التجريبي للملائمة لطبيعة البحث وعينة البحث اذ كانت مجموعة من اطفال روضة لولوكاتي الاهلية وتمت عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات .

واستخدم الباحث الوسائل الاحصائية التالية : الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط ، واختبار (T) المتوسطين مرتبطين ولعنتين متساويتين .وبعد ذلك تمت مناقشة النتائج في الفصل الثالث وعلى ضوء النتائج وضع الباحث العديد من الاستنتاجات ومنها:-

1- للبرنامج التدريبي المقترح اثر على تعلم بعض الصفات الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة (5-4) سنوات وهذا يحقق الفرض الأول من البحث .

وعلى ضوء الاستنتاجات وضع الباحث توصياتها ومنها :-

1- العمل على تطبيق البرنامج المقترح للتدريب الحركي على اطفال الرياض لما له من تاثير ايجابي على تنمية القدرات الحركية لاطفال مرحلة ما قبل المدرسة .

2- العمل على تصميم العديد من برامج التدريب الحركي لمرحلة ما قبل المدرسة وعلى نواحي بدنية ومهارية ومعرفية اخرى .

3- اجراء المزيد من الدراسات والبحوث التطبيقية لفئات عمرية مختلفة و متغيرات مختلفة عن متغيرات البحث الحالي
الكلمات المفتاحية: التربية الحركية ، النمو الحركي

- التعريف بالبحث

1-1- المقدمة وأهمية البحث:-

يعد درس التربية الرياضية الركن الأساسي في تكوين النشئ إذ يعمل على تنمية جوانب الشخصية وتعلم المهارات الحركية والعادات الصحية والاجتماعية بالإضافة الى اكتساب المعارف المتنوعة والعلوم الضرورية وتعتبر مرحلة الطفولة من أهم مراحل النمو ، حيث تشكل الركيزة الأساسية في تكوين شخصية الطفل وفي حياته المستقبلية ، فالطفل هو الذخيرة الأساسية التي يؤهلها المجتمع لتحمل المسؤولية ولارتياح آفاق المستقبل والتعامل مع متغيراته وحل مشكلاته ، ومن هنا كانت رعايته والاهتمام به مطلب حيوي أساسي لأي حركة تمويه تهدف ألى حياة أفضل.

لذا على المؤسسات التربوية بمختلف وسائطها التعليمية أن تولي أهتماما كبيرا بهذه المرحلة وأستثمارها بالشكل الذي يضمن لنا مردودا إيجابيا على الفرد والمجتمع .

وقد أوضع (Bucher، 1979) أن التربية الحركية طريقة يفترض فيها أثاره دوافع الأطفال وطاقاتهم نحو الأبداع والأبتكار كما تتيح للطفل أن يتحرك بسهولة وثقة عالية فالتربية الحركية هي نظام مبني بشكل أساسي على أمكانيات النفس – حركية الطبعية المتاحة للطفل (Bucher , 1979 , p132).

وقد أشارت الدراسات في الجانب الحركي ألى أن التدريب على القدرات الحركية يسرع نمو الأدرارك الحركي عند الأطفال في عمر الروضة ، ويكتسب الطفل من خلال هذا التدريب مفاهيم للأشياء التي يتعامل بها عن طريق الممارسة والتجريب لذا فأن البيئة في الروضة دورا مهما في تنمية وتسريع هذه القدرات الحركية لدى الأطفال عند وصولها ألى مستوى كاف من النضج وأن الأهتمام يجب أن لا يكون منصبا على الجانب المعرفي وإنما يجب أن يتعداه ألى الجانب الجسدي والحركي من هنا تكمن أهمية البحث في أيجاد برنامج مقترح التربية الحركية على تعلم بعض الصفات الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة (5-4) سنوات ويهدف كذلك ألى شغل أوقات فراغ الأطفال في نشاط رياضي مفيد .

2-1- مشكلة البحث :-

أن التخطيط السليم للعملية التربوية يتطلب الدراسة الدقيقة لجميع جوانب نمو الطفل إذ أن عمليات النمو المختلفة هي عمليات على درجة عالية من التعقيد وتتضمن العديد من المتغيرات المترابطة فيما بينها ترابطا وظيفيا فبالإضافة إلى اهتمام رياض الأطفال بالجوانب المعرفية واللغوية والإدراكية للطفل ، فأنها يجب أن تهتم أيضا بالجوانب الجسمية والحركية للطفل وأن تساعد في تسريع نمو هذه الجوانب وتدريبها ، وبالنظر لقلة وجود برامج تدريبية حركية مقننة على تطوير التربية الحركية لدى أطفال رياض الأطفال بعمر (5-4) سنوات باعتبار أن هذه المرحلة من أهم المراحل لانطلاق الطفل بدنيا وحركيا وعقليا ونفسيا ، ومن هنا تتجلى مشكلة البحث في الإجابة على التساؤل الآتي :-

ما هو تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة وتحديدا (5-4) سنوات من أجل توظيف نتائج البحث في خدمة العملية التعليمية لرياض الأطفال .

3-1- أهداف البحث:-

1- التعرف عن أثر برنامج مفتوح للتربية الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة بعمر (5-4) سنوات في تنمية بعض القدرات الحركية .

2- التعرف عن الفروق بين مجموعتين البحث في بعض القدرات الحركية في الاختبارين القبلي و البعدي .

4-1- فروض البحث :-

1- تأثير برنامج التدريب الحركي المقترح تأثير إيجابيا في تنمية بعض القدرات الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة بعمر (5-4) سنوات .

2- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث في تنمية بعض القدرات الحركية في الاختبارين القبلي و البعدي .

5-1- مجالات البحث :-

5-1-1- المجال البشري :- عينة من أطفال روضة لولوكاتي الأهلية بعمر (5-4) سنوات .

2-5-1- المجال المكاني :-الساحة الخارجية في روضة لولوكاتي الأهلية / حي كندة /محافظة النجف الأشرف

3-5-1- المجال الزمني: الفترة من 2021/1/2 ولغاية 2021/4/4

6-1- المصطلحات المستخدمة في البحث :-

1-6-1- التربية الحركية :-((هي مجموعة الأنشطة المتخصصة المقصودة والموجهة التي تندرج تحت مقولة الحركة والتي ينظمها الفرد أو تنظم له وبالتعاون معه في مواقف تعليمية داخل المدرسة وخارجها)) (سعدي, 1987, ص68)

2-6-1- النمو الحركي :-((هي مجموعة التغيرات المتتالية والتي تسير على وفق أسلوب ونظام مترابط ومتكامل خلال حياة الفرد من حيث التركيز على دراسة السلوك الحركي والعوامل المؤثرة فيه))(سامية, 1989, 23)

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:-

1-2- منهج البحث :-استخدم الباحث المنهج التجريبي ملائمة لطبيعة البحث ولاعتقاد الباحث ان هذا المنهج سيؤدي الهدف المنشود من هذه الدراسة وتحقيق افضل النتائج .

2-2-مجتمع وعينة البحث :- تم اختيار مجتمع وعينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من بين أطفال روضة لولوكاتي الأهلية في محافظة النجف الأشرف ممن تتراوح أعمارهم بين (5-4) سنوات للعام الدراسي 2020- 2021 والبالغ عددهم (45) طفلاً تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة وتضمنت كل مجموعة (20) طفلاً نصفهم من الذكور والنصف الآخر من الإناث وقد استبعد الباحث (5) أطفال لاسباب عدم الحضور والالتزام بمواعيد البرنامج والتدريب .

3-2-تكافؤ مجموعتي البحث:- تمت عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات الآتية :-

1-العمر الزمني -الطول بالسنتيمتر - الوزن بالكيلو غرام - متغيرات مقياس النمو الحركي

4-3- أدوات البحث والأجهزة المستخدمة: ((استخدم الباحث اختبارات قياس القدرات الحركية وقد اعتمد الباحث على اختبارات القدرات الحركية المستخدمة من قبل (سامية ربيع وعزيزة عبد الغني)(1989) على البيئة المصرية لقياس بعض المهارات الطبيعية للاداء الحركي المناسب مع مرحلة ما قبل المدرسة بعمر (4 – 5) سنوات ويتالف المقياس من الاختبارات الحركية الآتية :-

- 1- سرعة الركض لمسافة (30) م / ثانية .
 - 2- الوثب الطويل من الثبات مقاساً بالسنتيمتر .
 - 3- التوازن والوقوف على قدم واحدة(7) محاولات ، وياخذ متوسط افضل (5) محاولات ، لقياس اكبر زمن / ثانية .
 - 4- اللقف :- قدرة الطفل على مسك كرة التنس مرسلة له بباطن اليد في الهواء وياخذ متوسط (10) محاولات / الدرجة من (صفر) الى (3) درجات)).
 - 5- رمي كرة التنس لابعد مسافة / مقاساً بالمتر .
- واستخدم الباحث بعض الادوات البسيطة ومنها :- كرات تنس صفراء اللون عدد(10).شريط قياس لقياس المسافة المنجزة.طباشير ابيض اللون

2-5-التصميم التجريبي :- استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم ((تصميم المجموعة العشوائية الاختبار القبلي والبعدي)) (عبدالجليل, 1981, 112) ويمكن تمثيل هذا التصميم في الشكل الآتي :-

- المجموعة التجريبية – الاختبار القبلي + المتغير المستقل + الاختبار أبعدي
- المجموعة الضابطة – الاختبار القبلي + ..المحتوى الدراسي...+ الاختبار أبعدي

الشكل (1) التصميم التجريبي للاختبارين القبلي والبعدي

2-6- الاسس العلمية لأختبار:- من اجل تحقيق الاسس العلمية لهذا الاختبار من الصدق Validity وثبات Reality وموضوعية Objectivity وايجاد التطبيقات العملية لهذا الاختبار بناء على عينة البحث فقد عمد الباحث على ايجاد هذه المعاملات وكما يلي :-

1- صدق الاختبار :- 2- ثبات الاختبار:- 3- موضوعية الاختبار :-

جدول (1) يبين معامل الصدق والثبات والموضوعية للاختبار

ت	الاختبارات	معامل الصدق	معامل الثبات	معامل الموضوعية
1	الركض 30 م/ثا	0.85	0.83	0.80
2	الوثب الطويل من الثبات سم/			
3	التوازن/ثا			
4	اللقف/ درجة			
5	رمي الكرة التنس/م			

7-2- التجربة الاستطلاعية :- قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية للبرنامج المقترح بتاريخ 2021/1/16 على عينة مؤلفة من (5) أطفال من غير أفراد العينة الأساسية وذلك للتعرف كل المعوقات والسلبيات التي تواجه الباحث اثناء اداء التجربة مدى مناسبة محتوى البرنامج المقترح .

8-2- التجربة الرئيسية :اجرى الباحث التجربة الرئيسية بتاريخ 2021/1/22 في الساحة الخارجية لروضة لولوكاتي الاهلية بعد ان تم تحديد مدة بدء وانهاء الاختبارات وقد تم تنفيذ ما يلي :-

1- تم تنفيذ الاختبار القبلي للقدرات الحركية قيد البحث على المجموعتين التجريبية والضابطة على مدى يومين 22-23/1/2021 .

2- تم تنفيذ وحدات البرنامج المقترح لفترات 8 أسابيع وبواقع (2) وحدتين أسبوعيا ، والزمن (20) دقيقة لكل وحدة تعليمية .

3- قامت المجموعة التجريبية بتطبيق برنامج التدريب الحركي المقترح للقدرات الحركية .

4- قامت المجموعة الضابطة بتطبيق البرنامج المتبع في الروضة (وحدة الخبرة المتكاملة) (نجم الدين، 1993، ص10)

5- تم اجراء الاختبار البعدي للقدرات الحركية للمجموعتين التجريبية والضابطة ، وذلك بعد الانتهاء من تطبيق برنامج التدريب الحركي المقترح لمدة يومين 1-2/4/2021، وتحت شروط الاختبار القبلي نفسها في متغيرات الأداء الحركي نفسها قيد البحث .

الجدول رقم (2) يوضح دلالة الفروق بين مجموعتي البحث في متغيرات العمر الزمني ولطول والوزن والقدرات الحركية

قيمة (T) المحسوبة (*)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المعالم الأحصائية المتغيرات
	ع ±	س -	ع ±	س -	
0,103	1,48	4,54	0,49	4,60	العمر الزمني/سنة
0,257	8,25	108,17	8,47	108,42	الطول/سم
0,463	2,64	16,85	2,38	16,62	الوزن/كغم
0,566	1,82	10.16	1,72	10,25	الركض(30) قدم / ثا
0,026	21,36	16,72	26,14	17,15	الوثب الطويل من الثبات/سم
0,027	1,90	5,46	1,87	5,36	التوازن/ثا
0,784	1,18	5,67	2,17	6,56	اللقف/درجة
0,191	0,93	4.65	1,12	4,72	رمي كرة التنس / م

* معنوي عند نسبة خطأ > 0,05 وأمام درجة حرية (38) قيمة (ت) الجد ولية = 2,03

9-2 – برنامج التدريب الحركي المقترح:-

من خلال الدراسات والبحوث النظرية للمراجع العلمية المرتبطة بمجالات النمو الحركي للأطفال ، وبالرجوع إلى المختصين في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس ، تم وضع برنامج تدريب حركي مقترح لتنمية وتطوير بعض القدرات الحركية ينسجم والخصائص العمرية وميول وقدرات أطفال الرياض ، لاستطلاع آرائهم في الأسس الخاصة بالبرنامج المقترح من حيث (صدق البرنامج فيما وضع من أجله ، مدى مناسبته لهذه الفئة العمرية ، مدة البرنامج الكلية ، عدد مرات الممارسة الأسبوعية ، زمن الوحدة التعليمية الواحدة) ، وفي ضوء نتائج الاستطلاع صمم البرنامج المقترح ، إذ تضمن الإحماء ، والنشاط التعليمي والتطبيقي وأخيرا النشاط الختامي ، بحيث تكون مدته 8 أسابيع ، وبواقع (2) وحدتين أسبوعيا وزمن الوحدة التعليمية الواحدة (20) دقيقة وذلك للفترة من 2021/1/30 ولغاية 2021/3/30 ولقد قامت إحدى المعلمات في الروضة بتدريس البرنامج المقترح للمجموعة التجريبية و بمساعدة الباحث من خلال زيارته الميدانية للروضة .

10-2-المعالجات الإحصائية :-

من أجل التوصل إلى نتائج دقيقة بشكل يخدم البحث قام الباحث باستخدام الطريقة الإحصائية معروفة بالحقيبة الإحصائية الجاهزة (SSPS).

1-3 عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

الجدول رقم (3)

يوضح دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية

قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الاحصائية الاختبارات
	ع ±	س	ع ±	س	
*4,220	1,23	8,57	1,72	11,25	الركض (30) قدم /ثا
* 5,576	26,34	113,6	26,14	65,15	الوثب الطويل من الثبات ج /سم
* 6,810	1,92	10,26	1,87	5,36	التوازن / ثا
* 5,760	2,64	11,40	2,17	6,56	اللقف /درجة
* 6,415	1,32	9,45	1,12	4,82	رمي كرة التنس /متر

* معنوي عند نسبة خطأ $> 0,05$ وأمام درجة حرية (38) قيمة (ت) الجدولية = 2,03 .

2-1-3 عرض دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة .

الجدول (4)

يوضح دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرات الحركية

قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الاحصائية الاختبارت
	ع ±	س	ع ±	س	
* 1,207	1,75	9,50	1,72	10,25	الركض (30) قدم/ثا
* 0,813	20,08	69,44	26,1	67,15	الوثب الطويل من الثبات /سم
* 1,291	1,96	6,12	4	5,36	التوازن/ثا
* 0,938	1,85	6,58	1,87	6,56	اللقف/درجة
* 1,178	1,22	6,35	1,12	4,82	رمي كرة تنس/متر

* معنوي عند نسبة خطأ $> 0,05$ وأمام درجة حرية (38) قيمة (ت) الجدولية = 2,03 .

3-1-3 عرض دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار البعدي

الجدول(5)

يوضح دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في القدرات الحركية

قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المعالم الاحصائية الاختبارات
	ع ±	س	ع ±	س	
3,912	1,75	9,50	1,23	8,57	الركض (30) قدم /ثا
5,618	20,08	69,44	6,24	113,6	الوثب الطويل من الثبات /سم
6,654	1,96	6,12	1,92	10,26	التوازن/ثا
4,875	1,85	6,58	2,64	11,40	اللقف /درجة
6,632	1,22	6,35	1,32	9,45	رمي كرة التنس /متر

• معنوي عند نسبة خطأ >0,05 وأمام درجة حرية (38) قيمة (ت) الجدولية =2,03 .

2-3- مناقشة النتائج :- بعد تفريغ البيانات التي حصل عليها الباحث وللتحقق من صحة فرضيتا البحث ، وصدق نتائج أداء المجموعة التجريبية تم تحليل البيانات إحصائياً باستخدام (ت) للعينات المرتبطة إذ يتضح من عرض نتائج الجدول المرقمة (3-4-5) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية في جميع القدرات الحركية ، وقد يعزو الباحث ذلك إلى التأثير الايجابي لبرنامج التدريب الحركي المقترح وتفرقه على البرنامج المتبع في الروضة ، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من (سامية ربيع وعزيزة عبد الغني ، 1989، ص23) و(منى أحمد الأزهرى، 1993، ص 209) ، أذ تشير هذه الدراسات إلى أهمية البرامج الرياضية في التأثير الايجابي على مكونات الأداء الحركي ، وقد يرجع ذلك إلى ((أهمية اللعب والحركة في تلك المرحلة التي تمتاز في القدرة على التعلم لأول وهلة مع سرعة الاستيعاب وتنمية المهارات الحركية ولصفات البدنية وهذا ما يتطلبه برنامج التدريب الحركي ، حيث يكون الأداء وفقاً للفروق الفردية والقدرات الخاصة وينعكس ذلك على الشعور بالرضا والمتعة في ممارسة النشاط الحركي)) (محمد حسن ، 1990، ص134)

1-4 الاستنتاجات

- 1- للبرنامج التدريبي المقترح أثر على تعلم بعض الصفات الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة (5-4) سنوات وهذا يحقق الغرض الأول من البحث .
- 2- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث في بعض متغيرات النمو الحركي في الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة المجموعة التجريبية ، وهذا يحقق الغرض الثاني من البحث .
- 2-4 التوصيات :- العمل على تطبيق البرنامج المقترح للتدريب الحركي على أطفال الرياض لما له من تأثير ايجابي على تنمية القدرات الحركية للأطفال مرحلة ما قبل المدرسة .
- العمل على تصميم العديد من برامج التدريب الحركي لمرحلة ما قبل المدرسة وعلى نواحي بدنية و مهارية ومعرفية أخرى .
- إجراء المزيد من الدراسات و البحوث التطبيقية لفئات عمرية مختلفة ومتغيرات مختلفة عن متغيرات البحث الحالي .

المراجع والمصادر العربية والأجنبية :-

- 1- سامية ربيع وعزيزة عبد الغني علي ؛ تأثير برنامج مقترح بالأدوات الصغيرة على تنمية القدرات الإدراكية (الحس – حركية) وبعض المهارات الطبيعية لأطفال ما قبل المدرسة ، بحث منشور في المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد الأول ، القاهرة ، جامعة حلوان ، 1989.
- 2- سعدي محمد بهادر ؛ برامج تربية أطفال ما قبل المدرسة بين النظرية والتطبيق ، بيروت ، الصدر لخدمة الطباعة ، 1987 .
- 3- عبد الجليل الزوبعي ومحمد أحمد الغنام ؛ مناهج البحث في التربية ، ط1 ، جامعة بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1981.
- 4- علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس والأحصاء في المجال الرياضي ، دار الطيف للطباعة ، جامعة القادسية ، 2004 .
- 5- محمد حسن علاوي ، علم النفس الرياضي ، ط6: القاهرة ، دار المعارف للطباعة والنشر ، 1991.
- 6- منى أحمد الأزهرى ؛ تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على بعض الإدراكات الحس – حركية عناصر اللياقة البدنية لأطفال ما قبل المدرسة ، بحث منشور في المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، المجلد الأول ، القاهرة ، جامعة حلوان ، 1993.
- 7- نجم الدين علي مردان وآخرون ؛ منهج وحدة الخبرة المتكاملة لرياض الأطفال ، كتاب منهجي ، بغداد ، مديرية مطبعة وزارة التربية ، 1993 .
- 8- Bucher , charles (1979) : Physical Education for children . move ment and Experience , Macmillan company , New york .