دور التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال (9-12 سنة)

د. بلال بوذينة ، جامعة أم البواقي، الجزائر billalboudina@gmail.com

ملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على الدور الذي تلعبه مادة التربية البدنية والرياضية في تنمية المهارات الحركية الأساسية لدى الاطفال ، حيث تم استخدام امنهج التجريبي بتطبيق برنامج لمدة شهرين على مجموعة من التلاميذ 9-12 سنة بمعدل حصتين في الأسبوع ، يبلغ عددهم 58 تلميذ منقسمين بالتساوي إلى عينة تجريبية وأخرى ضابطة . توصلت الدراسة إلى وجود فروق معنوية بين العينتين في (الجري ، القفز ، المناولة) لصالح العينة التجريبية وهذا راجع إلى البرنامج التعليمي المقدم في مادة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للعينة التجريبية.

الكلمات المفتاحية:

التربية البدنية والرياضية ، المهارات الحركية الأساسية ، الأطفال .

Abstract:

The study aimed at the role played by education and sports in developing basic motor skills, as this product was used in the first stage, as this group was used by 7-12 years, coloring, coloring, 7-12 years, the hippocampus was done per week, swallowed Their number is 58 students divided equally into an experimental and a control sample. The study found significant differences for the experimental sample.

Key words:

Physical education and sports, basic motor skills, children

ISBN:978-9931-9721-1-2

1- مقدمة

يعتبر الطفل في المناهج الحديثة هو المحور الاساسي في جميع نشاطاتها فهي تدعوه دائما الى النشاطات الذاتية ، وتنمي فيه عنصر التجريب والمحاولة والاكتشاف ، وتشجعه على اللعب الحر ، وترفض مبدا الاجبار والقسر ن بل تركز على مبدا المرونة والابداع والتجديد والشمول، وهذا كله يستوجب وجود نظام تربوي يستند على احدث ما دفعت به نتائج البحث التربوي في المجالات التربوي، والرياضية، وعلم النفس وغيرها من المجالات،" حيث تعتبر التربية أهم العلوم التي تهتم بتكوين فرد صالح يخدم نفسه ومجتمعه.(أنور الخولي 1996 ص39) كما تعتمد التربية البدنية والرياضية على الامكانات الحركية الفطرية الطبيعية المتاحة من خلال جسم الطفل والتي يطلق عليه المهارات الحركية الاساسية.

فالتمارين الرياضية ضرورية للأطفال مثلما هي ضرورية للبالغين ويحتاجأكثر الاطفال الى ساعة على الاقل من النشاط البدني في كل يوم، ان ممارسة التمارين على نحو منتظم تساعد الاطفال على تخفيف التوتر، النفسية الشعور برضى اكبر عن انفسهم. الشعور باستعداد أكبر للتعلم في المدرسة، المحافظة على وزن صحي ، بناء عظام وعضلات ومفاصل سليمة والمحافظة عليها، النوم ليلا بشكل أفضل، ومع قضاء الاطفال وقتا أكبر في مشاهدة التلفزيون. فالنمو الحركي للطفل يتوقف على نموه الجسدي ويرتبط به ويتصف النمو الحركي لأطفال التحضيرية بعدم الاستقرار والنشاط المستمر وتمتاز حركاته بالشدة وسرعة الاستجابة والتنوع وزيادة التوافق الحسي الحركي الذي يساعد على اكتساب مهارات جديدة لهذا فاغلب علماء النفس يتفقون على اعتبار الطفل في هذه المرحلة يتسع عالمه، ويبدأ باكتساب العديد من المهارات في جميع النواحي المعرفية والحركية والفنية، ويبدأ حياته الاجتماعية، حيث يرتبط بصداقات خارج نطاق الاسرة. ويحول دائما التأكيد على استقلاله وقدرته على التكييف مع المجتمع. لهذا يرى المختصون في مجال التربية البدنية والرياضية بان حصة التربية البدنية والرياضية تحقق للتلميذ نتائج أفضل في تطوير مهارته الحركية الاساسية، وهذا ما دفعنا في بحثنا هذا الى طرح الاشكال التالي: هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية (الجري، القفز) لتلاميذ المرحلة الابتدائية (9 ـ12) سنوات؟

وعلى ضوء هذا التساؤل جاءت تساؤلاتنا الفرعية.

1-2. الأسئلة الجزئية:

1. هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية حركة الجري لتلاميذ المرحلة الابتدائية (9 .12) سنوات؟

2 . هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية حركة القفز لتلاميذ المرحلة الابتدائية (9 .12) سنوات؟

3- هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية التوازن لتلاميذ المرحلة الابتدائية (9 . 12) سنوات

1-3. الفرضية العامة:

لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض الحركات الأساسية (الجري، القفز) لتلاميذ المرحلة الابتدائية (9 . 12)سنوات.

الفرضيات الجزئية:

. لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية حركة الجري لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (9. 12) سنوات.

. لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية حركة القفز لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (9. 12) سنوات.

. لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية التوازن لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (9. 12) سنوات.

1-4- أهداف الدراسة

. محاولة ابراز أثر حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض الحركات الأساسية (الجري، القفز، التوازن) لتلاميذ المرحلة الابتدائية (9 . 12) سنوات.

1-5- مصطلحات البحث :

أ- مفهوم التربية البدنية:

لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية عند العلماء وإن نجدها تختلف في شكلها فإن مضمونها لم يتغير، فالتربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح أو اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني (مختار العضاضة، ص123)

ISBN:978-9931-9721-1-2

ب - الطفولة المتأخرة

تبدأ من سن التاسعة السن الثانية عشر حيث تبدأ علامات البلوغ في الظهور في اخر هذه المرحلة تقل سرعة النمو بصفة عامة حيث يزداد نمو العضلات وتصبح العظام اقوى وايضا تتساقط الاسنان اللبنية ليحل محلها الاسنان الدائمة. ويتسع النمو الحركي فيزيد نشاط الطفل ويبدأ بممارسة العديد من الالعاب الرياضية وهذا ما يمكنه من الإستقلال جزئيا عن اسرته اذ يصبح قادرا على القيام بنفسه بكثير من حاجاته ومتطلباته ومواجهة الاحداث والمواقف العديدة التي ممكن ان يواجهها خلال هذه المرحلة

ج- المهارات الحركية الأساسية:

وتعرف الحركات الأساسية (الأصلية) بأنها المفردات الأولية الأصلية في حركة الإنسان والناتجة عن الخطة الوراثية للنوع الإنساني، وهي حركة تؤدى من أجل ذاتها، فالمشي من أجل المشي، والرمي من أجل الرمي. (Stephen,Elder2009.p4)

1-6- الدراسات السابقة:دراسة الطالب الحاج قادري بعنوان " واقع الممارسة الرياضية في الطور الابتدائي وأثره على النمو النفسي الاجتماعي للتلاميذ" ، 2011 وكانت الدراسة الميدانية بالمدارس الابتدائية لولاية سطيف، باستخدام المنهج الوصفي معتمدا على الاستبيان في جمع البيانات حيث وجهت الأسئلة إلى المعلمين والمدراء بصفتهم الطرف المباشر في العملية التربوية ،وتوصل في ختام بحثه إلى نتائج تؤكد الفرضيات التي وضعها من بينها ، إن واقع الممارسة الرياضية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي لايبعث على الارتياح رغم القوانين التي تلح على إلزاميتها حيث أن إهمال المادة وعدم الاهتمام بها يتزايد خصوصا وان تكوينهم بعيد كل البعد عن الانشطة البدنية والرياضية .

المحور الاول : التربية البدنية والرياضية

1- مفهوم درس التربية البدنية والرياضية

هو الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمناهج التربية الرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة وأن يكتسبوا المهارات التي تنظمها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من مصاعب مباشرة وغير مباشرة.

وبما أن المنهاج المباشر العام لا يمكن القيام بتدريسه و إكساب التلاميذ كل المهارات المتعددة التي يتضمنها دفعة واحدة لذلك لجأ المختصون إلى تقسيم هذا المنهاج العام إلى مناهج متعددة كل سنة دراسية، وهي الأخرى جزأت إلى أقسام صغرى أي إلى مراحل يمكن تنفيذ كل مرحلة (دورة) في شهر مثلا، ثم قسمت هذه الخطة (الدورة) الشهرية إلى أجزاء أصغر حتى وصلنا إلى وحدة التدريس أو وحدة اكتساب المهارات الحركية وما يصاحبها من تعليم مباشر وغير مباشر وهذه الوحدة هي درس التربية البدنية والرياضية، والدرس بهذا المعنى هو حجز زاوية في كل مناهج التربية البدنية و الرياضية به هي الخطة الأولى والهامة ولو أردنا أن نجني الفائدة الموجودة من المناهج كلها.

لذا وجب أن ندرس درس التربية البدنية والرياضية إجمالا وتفصيلا وأن نلم بكل ما يمكن من معلومات عن هذا الحجز الأساسي في بناء مناهج التربية البدنية والرياضية. (أحمد شلتوت ص106)

2- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: علوم الطبيعية والكمياء واللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمد أيضا الكثير من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة وإلى المعلومات التي تغطي الجوانب المعرفية لتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة البدنية مثل التمرينات والألعاب المختلفة: الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي للأساتذة الذين أعدوا لهذا الغرض. (البسيوني وآخرون.1992.ص94)

وحصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية في المدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد الأستاذ أن يمارسها التلاميذ في هذه المدرسة، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة، بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر. (شلتوت.معوض ص102)

من خلال هذين التعريفين نستنتج أن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الأولى برنامج التربية البدنية والرياضية في مختلف المدارس التعليمية والتي من حلالها يتسنى للأستاذ تعليم وتطوير مستوى الجانب الحركي والمهارى لمختلف الفعاليات الرياضية، وذلك في حدود أساليب وطرق تعليمية من تمرينات وألعاب بسيطة.

3- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية:

تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيق ولو جزء من الأهداف التعليمية والتربوية مثل الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الداخلية للمتعلم وكذا إكسابه المهارات الحركية وأساليب السلوكات السوية، وتتمثل أهداف الحصة فيما يلي:

أ : أهداف تعليمية

إن الهدف التعليمي العام لحصة التربية البدنية والرياضية هو رفع القدرة الجسمانية للتلاميذ بوجه عام وذلك بتحقيق الأهداف الجزئية التالية:

- تنمية الصفات البدنية مثل: القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة والمرونة.
- تنمية المهارات الأساسية مثل: الجري، الوثب، الرمي، التسلق والمشي.
- تدريس وإكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية، صحية وجمالية
- والتي يتطلب انجازها سلوكا معينا وأداءًا خاصا، بذلك تظهر القدرات العقلية للتفكير والتصرف، فعند تطبيق خطة في الهجوم والدفاع في لعبة من الألعاب يعتبر موقفا يحتاج إلى تصرف سليم والذي يعبر عن نشاط عقلي إزاء الموقف. (السمرائي وآخرون.1984.ص80)

ب : أهداف تربوية إن حصة التربية البدنية والرياضية لا تغطي مساحة زمنية فقط، ولكنها تحقق الأهداف التربوية التي رسمتها السياسات التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على المستويات وهي كالآتي:

ج : أهداف اجتماعية واخلاقية

إن الهدف الذي تكتسبه التربية البدنية في صقل الصفات الخلقية، والتكيف الاجتماعي يقترن مباشرة مما سبقه من أهداف في العملية التربوية، وبما أن حصة التربية البدنية والرياضية حافلة بالمواقف التي تتجسد فيها الصفات الخلقية وكان من اللازم أن تعطي كلامها صيغة أكثر دلالة، ففي الألعاب الجماعية يظهر التعاون، التعاون، التضحية، إنكار الذات، الشجاعة والرغبة في تحقيق إجازات عالية

حيث يسعى كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل صديقه وهذا قصد تحقيق الفوز، وبالتالي يمكن لأستاذ التربية البدنية أن يحقق أهداف الحصة. (درويش وآخرون.1994.ص30)

المحور الثاني : المهارات الحركية الساسية

أولا : مفهوم المهارات الحركية الأساسية

وتعرف الحركات الأساسية (الأصلية) بأنها المفردات الأولية الأصلية في حركة الانسان والناتجة عن الخطة الوراثية للنوع الإنساني، وهي حركة تؤدى من أجل ذاتها، فالمشي من أجل المشي، والرمي من أجل الرمي(Stephen,Elder - 2009.p4)

وهي حركات ملازمة لنماذج الجسم وتبقى في أثناء السنوات الأولى من العمر، بشكل غريزي أكثر مما تعلم أو تكتسب إراديا (وديع فرج.2002.ص34)

كما تعرف بالأنماط الحركية الفطرية وهي أساس الحركات المهارية الخاصة المعقدة، وهذه الأنماط تعد نقطة انطلاق لتحسين القدرات البدنية والإدراك الحسي أساس الحركات المركبة الماهرة والأغراض في هذا النوع من الحركات تكون القدرة على التزحلق، المشي، الجري، وأداء التمرير في مستوى الكتف والتعامل مع الكرات، وهي حركة طبيعية موروثة في النوع الإنساني وهي لا تعلم وأن كانت قابلة للتعلم والتجديد وصولا بها الى الأنماط الحركية المختلفة والتي تمهد تعلم المهارة الحركية ويعرفها (pangrazidauer)بأنها حركة تؤدى من أجل ذاتها فالمشي يؤدى من اجل المشي والرمي يؤدى بغرض الرمي (ابراهيم خليفة وآخرون .2008.ص107)

إن مصطلح المهارات الحركية الأساسية يطلق على النشاطات الحركية الأساسية التي تبدو عامة عند معظم الأطفال وتتضمن نشاطات مثل رمي الكرات والتقاطها، القفز والوثب، الحجل، التوازن، وتعد ضرورية للألعاب المختلفة التي يقوم بها الأطفال، ويضيف علاوي ورضوان أن مصطلح المهارات الحركية الأساسية يشير الى بعض مظاهر الإنجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو، المشي، الجري، الدحرجة، الوثب، التسلق، التعلق، لأن هذه الأنماط الحركية التي تظهر عند الانسان في شكل أولي، لذا يطلق عليها المهارات الحركية الأساسية أو الرئيسية، كما عرفها السامرائي بأنها تلك الحركات الطبيعية الفطرية التي يزاولها الفرد ويؤديها بدون أن يقوم أحد بتعليمه إياها مثل المشي، والجري، والقفز، والتعلق، بينما عرفت ماجدة علي المهارات الحركية الأساسية بأنها أشكال ومشتقات الحركات الطبيعية والتي يمكن التدريب عليها واكتسابها في عديد من الواجبات الحركية التي تشكل تحديا لقدرات الطفل من أجل اكتساب حصيلة جديدة من مفردات المهارات الحركية (الجرواني ،الصاوي.2009ص114).

ISBN:978-9931-9721-1-2

ثانيا : تصنيف المهارات الحركية الأساسية

لقد تعددت التصنيفات الخاصة بالمهارات الحركية الأساسية وذلك نظرا لتباين وتنوع وجهات النظر حيث يرى كل من (bruton&miller) بأنه يوجد جزئين من المهارات الحركية الأساسية التي تمثل الوضع العمودي أو وضعية القدمين: تحركي وهدف التحكم في المهارة (Catherine et Esmerita 2010.p18) ولكن يمكن تصنيف المهارات الحركية الأساسية إلى ثلاث فئات رئيسية اعتمادا على وجهة نظر كل من (دافيد جاليلهو،1982)، (الخولي وراتب،1982)، (فريدة عثمان 1984)، (أسامة راتب1999)،(عبد الوهاب النجار1999) حيث صنفت المهارة الحركية الأساسية في الجدول رقم01 : (يوسف كماش 2011.ص216)

الحركات الانتقالية تحرك الجسم من مكان لآخر	الحركات غير الانتقالية التوازن الثبات السيطرة	حركات التعامل مع الأداة أو الزميل
المشي	الوقوف	المسك
الجري	التوازن	الرمي
الوثب	التسلق	اللقف
الجري والوثب على قدم واحدة	الدحرجة الواحدة	الركل
الحجل	التقوس	الضرب
تبادل الحجل والخطو	اللف	الخبط
القفز	المرجحة	الرفع
المراوغة	الجثو	التمرير
الانزلاق	الدوران	الاستقبال
الحبو	الضغط	الالتقاط
الدحرجة عدة مرات	التكور	الاستلام
السباحة	الامتداد	
الارتكازات /التمايل	الشد/ الدفع	

ثالثا :أهمية المهارات الحركية الأساسية

تساعد المهارات الحركية الطفل على تنمية عالمه المكاني والزماني، وتنمي قدراته على التفكير السليم والتحليل والدراسة هذا بجانب تنمية الطلاقة والمهارة الحركية ومهارات التفكير الابتكاري وتنظيم المعلومات المختلفة عن البيئة المحيطة به ثم تراكمها في ذهن الطفل حتى يعبر عنها في صورة حركات بدنية الأمر الذي يحقق النمو الشامل المتزن للطفل من النواحي الآتية:

- الجانب البدني والحركي: ويتمثل في تطوير الإيقاع الحركي والتحكم العصبي العضلي والاتزان والتمييز السمعي وإدراك المكان والمجال والتوجيه الهادف.

- الناحية الصحية: فتتمثل في سلامة القوام الناتج عن التآزر المتوازن عضليا وعصبيا وتنظيم واستقرار الأجهزة الحيوية ورفع مقدرة الطفل على مقاومة المرض.

- الناحية الإدراكية: فانه يتمثل في تطوير الإدراك الحسي حركي وتنمية مهارات التفكير ألابتكاري والابتكار الحركي من أصالة وطلاقة وتخيل ة قدرة على حل المشكلات.

- الناحية الانفعالية: فهي تتمثل في التكيف الشخصي والاجتماعي وحسن استغلال الوقت والطاقة (خيرية وآخرون .2005 ص32)

لذا يتم تخطيط البرامج و الأنشطة المختلفة في شكل برامج تهدف إلى تحقيق التربية الحركية من خلال اكتساب العديد من المهارات الحركية الأساسية ، وهذه البرامج تضم مجموعة من الخبرات المعدة بأسلوب الاستكشاف و حل المشكلات الموجهة داخل نظام تربوي مبني أساسا على الإمكانات النفسية حركية الطبيعية المتاحة لدى الطفل والتي من خلالها يتعلم الطفل كيف يفهم ويتحكم في الطرق العديدة التي يتحرك فيها جسمه، ومن ثم تلعب التربية الحركية دورا رئيسيا في تزويد الطفل بالخبرات الحركية التي تعمل على تدعيم الحركة وتطويرها بواسطة أسلوب فعال مرتبط ارتباطا وثيقا بحياة الطفل ولذلك يجب إن يصمم برنامج التربية الحركية بحيث يستغل جميع الإمكانات والأدوات التي تستثير دافعية الطفل على التحرك بإيجابية (خيرية وآخرون .2005 ص33)

ويشير(bucher)إلى أن المهارات الحركية يفترض فيها إثارة دوافع الأطفال وقدراتهم نحو الإبداع والابتكار، كما تتيح للطفل أن يتحرك بسهولة ويسر وثقة فهي تؤكد على تساؤلات مثل كيف تتحرك؟ لماذا نتحرك؟ وهي أسئلة تشكل الأساس الفلسفي للمهارات الحركية كنظام تربوي

ISBN:978-9931-9721-1-2

مبني بشكل أساسي على الإمكانات النفسية الحركية لدى الطفل (عبد الرؤوف عافانا 2005ص31)

المحور الثالث : الجانب التطبيقي للدراسة :

أولا : المنهج المتبع : تم اختيار المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة ، ويمكن تعريفه بما يلي : ويمكن تعريف المنهج التجريبي بأنه "الملاحظة الموضوعية لظاهرة معينة تحدث في موقف يتميز بالضبط المحكم ويتضمن متغيرا (عاملا) أو أكثر متنوعا بينما تثبت المتغيرات (العوامل) الأخرى . (بوداود عبد اليمين.128)

ثانيا :مجالات البحث :

1- المجال البشري : : تتكون عينة البحث من 56 تلميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مدرستين ابتدائيتين، بحيث 29 تلميذ من قسم الثالثة ابتدائي(ب) اختيروا كعينة ضابطة من مدرسة طهاري محمد الشيخ و29 تلميذ الأخرى من مدرسة عبد الحميد بن باديس(بلدية شلالة العذاورة ولاية المدية- الجزائر) وهم قسم الثالثة ابتدائي(أ) اختيروا كعينة تجريبية، والعينة كلها ذكور وإناث تتراوح أعمارهم من 09 إلى 12سنة.)

2-المجال المكاني: لقد قمنا بتطبيق برنامجنا المقترح وحل الاختبارات القبلية والبعدية بساحتي المدرسة حيث ان المدرستين تحتوي على ميزات الملعب(ماتيكو)

3- المجال الزماني: استغرقت فترة العمل من2019/02/26 إلى 2019/05/03 حيث أجرينا الاختبارات القبلية بتاريخ 2019/02/26 ودامت مدتها ساعة بالنسبة للمجموعة(أ) وساعة أخرى للمجموعة(ب)بعدها قمنا بتطبيق البرنامج المقترح على العينة التجريبية إلى غاية 2019/04/26 بحجم حصتين في الأسبوع، الأولى كانت يوم الأثنين من (12:15 إلى 13:00) والثانية يوم الخميس من (14:15 إلى 15:00) حيث كانت مدة الحصة 45 دقيقة، ثم أجرينا الاختبارات البعدية بتاريخ 2019/04/30 ودامت مدتها هي الأخرى ساعة لكل مجموعة.

ثالثا : أداة البحث : تتمثل في برنامج تربوي تعليمي مقترح بمعدل حصتين اسبوعيا مدة كل منهما 45د ، لمدة شهرين . بنيت الوحدات التعليمية اعتمادا على خبرات مجموعة البحث (لأنهم أساتذة تربية بدنية) كما تم الاستعانة بخبراء في مجال التربية البدنية والرياضية والتدريب الرياضي للفئات الصغرى ، كما جرى تطبيق الاختبارات لتقييم البرنامج :

الاختبار الأول : اختبار السرعة الجري 20م

الاختبار الثاني: الجري المكوكي 20م 4X

الإختبار الثالث:الوثب العريض من الثبات

الاختبار الرابع : الاتزان على قدم واحدة فوق عارضة بعرض 6سم

المحور الرابع : تحليل ومناقشة النتائج

أولا : الفرضية الأولى : للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية المهارات الحركية "الجري"

الجدول رقم 02 يمثل نتائج الاختبار الاول 20م والاختبار الثاني 20*4

العينة	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري		درجة الحرية	مستوى الدلالة	ت محسوبة	ت جدولية	القرار
	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي					
20م للضابطة	5.34	4.68	0.54	0.46	56	0.05	8.00	2.00	دال
20م التجريبية	4.70	4.02	0.65	0.49					
20*4 للضابطة	14.69	14.62	0.86	0.63	56	0.05	2.56		دال
20*4 للتجريبية	13.00	12.24	0.94	0.95					

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي للعينة الضابطة بلغ في الاختبار البعدي 4.68 وهو الذي كان 5.34 في حين أن الانحراف المعياري بلغ 0.46 بعد أن كان 0.54 ، أما بالنسبة للعينة التجريبية فقد تحسن متوسطها الحسابي البعدي من 4.70 إلى 4.02 ثا بانحراف معياري قدره 0.95. بينما بلغت قيمة ت المحسوبة 8.00 مقارنة بالجدولية 2.00 فيمكننا القول بوجود فروق معنوية عدن مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 56 لصالح العينة التجريبية.

التطور المسجل لصالح العينة التجريبية هو نتيجة العمل المطبق في البرنامج التعليمي والمتضمن وضعيات وألعاب تعتمد على الحركة والانتقال مما جعل التلميذ أكثر تحكما في حركته وهو الامر الذي زاد من سرعة تنقله وهو ما نراه كذلك حاصلا في مشاهدة نتائج الاختبار المكوكي 20*4 حيث سجلت العينة الضابطة متوسطا بعديا قدره 14.62 وهو تقريبا مشابه للاختبار القبلي 14.69 بانحراف معياري قدره 0.63 بعد أن كان 0.86، بينما العينة التجريبية سجلت تحسنا في المتوسط البعدي قدره 12.24 بعد ان سجلت قبلا 13.00 بانحراف معياري متشابه 0.95. أما بالنسبة لقيم ت فقد كانت 2.56 وهي أكبر من الجدولية

ISBN:978-9931-9721-1-2

2.00 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 56 ، وعليه يمكننا القول بإن الفروق المسجلة هي فروق معنوية لصالح العينة التجريبية.

حيث اشار امين الخولي، اسامة راتب (1982. ص352) انه الاطفال خلال مراحل طفولتهم يجب ان يتميز برنامج التربية الحركية للأطفال بتنوع الانشطة ومقابلة احتياجات الاطفال وذلك بما يتصفون به من ضعف اللياقة البدنية مما يدفعنا الى الاهتمام بالأنشطة الحركية التي من شانها تحسين الكفاءة البدنية ومهاراتهم الحركية

ثانيا : تحليل ومناقشة الفرضية الثانية : للتربية البدنية والرياضية دورفي تنمية المهارة الحركية " القفز"

الجدول رقم 03 يممثل نتائج اختبار القفز العريض من الثبات

العينة	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري		درجة الحرية	مستوى الدلالة	ت محسوبة	ت جدولية	القرار الاحصائي
	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي					
العينة الضابطة	1.10	1.17	0.06	0.05	56	0.05	2.10	2.00	دال
العينة التجريبية	1.20	1.34	0.16	0.14					

من خلال الجدول 03 يمكننا القول بأن المتوسط الحسابي بالنسبة للعينة الضابطة بلغ 1.17 بعد أن كان 1.10م في الاختبار القبلي بينما لم يتغير الانحراف المعياري كثير 0.05 ولكن إذا نظر إلى العينة التجريبية فنلاحظ أن المتوسط الحسابي قد تحسن إلى 1.34 بعد أن سجلنا 1.20م في القبلي بانحراف معياري قدره 0.14وهو أقل من القبلي 0.16.

اعتمادا على نتائج اختبار ت المحسوبة 2.10 وهي أكبر من الجدولية 2.00 ، يمكننا القول بأن الفروق المسجلة ذات معنوية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 56، وتعود هاته الفروق إلى الوضعيات والمواقف المطبقة ضمن البرنامج التعليمي المسطر في مادة التربية البدنية والرياضية ، حيث أن غناه بالتمارين والالعاب التي تحتوي على حركات القفز والوثب نمى تلك المهارة الحركية لدى الاطفال المنتمين للعينة التجريبية وجعلها سهلة الممارسة والتطبيق مما حسن من مستوياتهم في اختبار الوثب العريض من الثبات

حيث يعزز الباحث في دراسته ومنال محمود (1997) ان مهارة الوثب تتطلب من الطفل ان يمتلك قدر ملائم من القوة التي تسمح بدفع الجسم في الهواء وان يمتلك قدر كافي من التوافق العصبي العقلي الذي يسمح باحتفاظ الجسم بتوازنه اثناء الطيران والهبوط وايضا معرفة التقنية الصحيحة للوثب (العزة محمود..1997.ص31)

وهذا ما اكدته دراسة الرومي (1999) حيث هدفت دراسته الى التعرف على تأثير البرامج المختلفة(الالعاب الصغيرة، ألعاب بدنية، البرامج الرياضية)في تطوير بعض المهارات الحركية الاساسية لهذه المرحلة. حيث توصل بعد استخدام مقياس لايزاني للمهارات الحركية الاساسية للأطفال عمر 6 سنوات واشتملت اختبار المشي، التوازن الحركي، الغير حركي والوثب من الثبات على فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي، حيث يعزز الباحث ذلك الى ان الالعاب المقترحة كانت منبثقة من البيئة التي يعيش فيها التلميذ وكانت مسلسلة الواحدة تلو الاخرى (الرومي . نايف 1999 ص50)

ثالثا : تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة : لتربية البدنية والرياضية دور في تنمية التوازن لدى الاطفال 9-12سنة

الجدول رقم 04 يمثل نتائج اختبار الاتزان على عارضة 6سم

العينة	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري		درجة الحرية	مستوى الدلالة	ت محسوبة	ت جدولية	القرار الاحصائي
	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي					
العينة الضابطة	10.95	11.66	3.75	3.60	56	0.05	5.69	2.00	دال
العينة التجريبية	11.10	16.88	3.55	3.43					

يتضح لنا من خلال الجدول 04 أن المتوسط الحسابي لزمن الاتزان على العارضة بالنسبة للعينة الضابطة 11.66 بعد أن كان 10.95 بانحراف معاري قدره 3.60، أما بالنسبة للعينة التجريبية فقد شهدت تطور ملحوظ بلغ 16.88 بعد أن كان 11.10 بانحراف معياري قدره 3.43 . اما بالنسبة لمعنوية الفروق فقد بلغت قيمة ت المحوسبة 5.69 وهي أكبر من

ISBN:978-9931-9721-1-2

الجدولية 2.00 وعليه فإن الفروق المسجلة بين العينتين في اختبار الاتزان على عارضة 6 سم تحمل الدلالة الاحصائية وهي لصالح العينة التجريبية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 56.

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية الوحيدة بين المواد التعليمية التي يتواصل فيها التلاميذ عن طريق الحركة ، والحركة هي القلب النابض لكل المواقف التعليمية والوضعيات الرياضية للتمارين والالعاب ، لذلك فإن أداء التلاميذ لمختلف محتويات البرنامج المقترح والذي يضم مجموعة كبيرة من الوضعيات والحركات والأداءات قد ساهم في تنمية صفة التوازن لدى الأطفال مما أدى أن تحسين ازمنتهم في اختبار الاتزان على عارضة 6سم.

يؤكد أيضا كامل راتب أن الاطفال بحاجة ماسة للعب والنشاط البدني الذي يزودهم بالقدرة على التوازن أثناء الاداء الحركي ، وتشمل مهارة الثبات واتزان الجسم المهارات التالية : الثني والمد ، المرجحة واللف ، الدوران والدحرجة ، الاتزان المقلوب والمشي عى عارضة التوازن (اسامة راتب 1999 ص267) ، وكل هاته المهارات كانت في صلب البرنامج التعليمي للنشاط البدني الرياضي المقترح للاطفال ، وهذا ما يفسر النمو الواضح للعينة التجريبية في صفة الاتزان.

خاتمة وتوصيات

تعتبر مادة التربية البدنية والرياضية من المواد التعليمية الاساسية في بناء شخصية الطفل وضمان نموه المتوازن بين المهارة الحركية والبنية الجسمية والسمات الشخصية والنفسية وما فعلناه في برنامجنا وما سجلناه من نتائج ما هو إلى قطرة من بحر خمسة سنوات من التعليم الابتدائي الذي تدرس فيه التربية البدنية بشكل لا يليق بوزنها خصوصا عندما يتعلق الامر باسناد تدريسها لغير أخصائيين في الانشطة البدنية والرياضية .

إن النمو الحركي للطفل ينبغي أن لا يكون في ذيل ترتيب اولويات المنهاج التبروي بل يجب أن يتحل مكانة اساسية فيه وذلك لما له من تأثير مباشر على حياة الطفل ناهيك عن الاكتشاف المبكر للمواهب المخزنة في هذا السن من حياة الطفل التي ستكون مفتاح نجاحه وبلوغه رياضة النخبة غذا تم الاعتناء به في هاته المرحلة بالذات .

لذلك نوصي القائمين على الشؤون التربوية في بلادنا أن يدرجوا هذا التخصص ضمن التخصصات المهمة وكذا اسناد تدريسه إلى خريجي معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية

والرياضية وكذا توفير العتاد والامكانيات اللازمة لتحقيق اهداف حصة التربية البدنية والرياضية بما يكفل تحقيقها الملمح المرجو منها .

المراجع

-ابراهم خليفة واخرون ،سلسلة المراجع في التربية البدنية والرياضية،دارالفكرالعربي،القاهرة، 2008،
-أحمد مختار العضاضة: العملية التطبيقية في المدارس الابتدائية التكميلية، ط.3، بيروت، 1963.
-أحسن شلتوت، أ.د حسن عوض "التنظيم والادارة في التربية الرياضية"(ط1)، دار الفكر العربي، القاهرة.
-أمين انور الخولي،اسامة كامل راتب،التربية الحركية للاطفال،ط2،القاعرة،دار الفكرالعربي،1982،
-الين وديع فرج .خبرات في الألعاب للصغار والكبار،منشأةالمعارف،ط 2 ،اسكندرية، 2002،
-بوداود عبد اليمين، مناهج البحث العلمي في العلوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، ديوان المطبوعات الجامعية ، 2015
- خيرية إبراهيم السكرى وآخرون ،المهارات الأساسية في التربية البدنية لرياض الأطفال الأسوياء وذوي الاحتياجات الخاصة ،دارالوفاء ،الإسكندرية، 2005.
-محمود عوض البسيوني وآخرون: نظريات وطرق التدريس، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992م،
-عباس أحمد السمرائي، أحمد بسطويسي طرق التدريس في مجال التربية البدنية ،بغداد،1984م.
-عدنان درويش و آخرون: التربية الرياضية المدرسية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994م،
- هالةالجرواني، وهشام الصاوي ،محاضرات تطبيقية للمهارات الأساسية في التربية البدنية ،ماهى للنشر والتوزيع ،الاسكندرية، 2009.
-يوسف لازم كماش،أسس النمو الإنساني التكويني و الوظيفي،دار دجلة،ط1،الأردن، 2011
-العزة منال محمود، تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على متغيرات النمو الحركي لدى طالبات الصفوف الثلاث الاولى لمرحلة التعليم الابتدائي، رسالة ماجستير غير منشورة، عمان الاردن،1997
- جاسم محمد نايف الرومي ، اثر برنامج الالعاب الصغيرة والقصص الحركية في بعض القدرات البدنية الحركية لأطفال الرياض، اطروحة دكتورة غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل 1999
- منى عبد الرؤوف عفانة ،بناء مستويات معيارية لبعض مظاهر النمو الحركي لدى طلبة الصفوف الأربعة الأولى في محافظة نابلس ،رسالة ماجستير،كلية الدراسات العليا ،جامعة النخاع الوطنية ،عمان ، 2012.
-Catherine M.capio&Esmerita R.Rotor,(2010),fundamental movement skills among filipino children with down syndrome,vol 8,No 1,institute of human Performance, the university of hong Kong,p18
-Stephen,Elder,Fundamental Motor Skills A Manuall for classroom Teachers, Department of Education, Victoria, Australia, 20

ISBN:978-9931-9721-1-2