

## أثر استخدام برنامج تدريسي مقترح علي تحسين

### المهارات الحركية الأساسية لدي الأطفال

أ.د/ محسن رمضان علي

أ.د/ ايهاب عادل فوزي جمال

الباحث/ أحمد فؤاد عبد الفتاح سعد

#### المقدمة ومشكلة البحث:

يعتبر المجال التربوي من أكثر مجالات الحياة تأثراً بالثورة العلمية والتقنية التي اجتاحت العالم خلال القرن العشرين فلقد شهدت سنوات هذا القرن وخصوصاً العقود الأخيرة منه طفرة هائلة في العملية التربوية انعكست نتائجها في ظهور التربية الحديثة وما واكبها من اتجاهات وتقنيات تربوية مستحدثة كذلك التي استهدفت إخراج التعليم المدرسي من صيغته التقليدية إلى صيغ وآليات أكثر إيجابية و فاعلية في تكوين الفرد وتنميته إلي أقصى ما تؤهله إمكاناته وقدراته ، وتمثل التربية الحركية احدي تلك الاتجاهات الحديثة في التربية التي ظهرت خلال تلك الحقبة من الزمن فهي تعكس احدي نتائج النهضة العلمية في المجال التربوي.( ٥ : ٦ )

إن الوسيلة الأساسية للعملية التعليمية هي التحرك ، فهي تتضمن إظهار صورة الجسم في المساحة أو الفراغ الخارجى عن طريق العمل على تغيير المكان بالنسبة لنقاط ثابتة على السطح الخارجى ، وتشتمل مهارات التحرك والانتقال الأساسية على المشى والجرى والوثب والحبل والزحلقة ( ١١ : ٢٤٥ ) .

وتقوم عملية التدريس للمهارات الحركية على مساعدة الطفل علي التكيف مع بيئة التعلم بما تتضمنه من ممارسات حركية وأدوات وأجهزة كما تتيح له فرصة التحرك في بيئته التعليمية واكتشاف آفاقها والتزود بأصناف الأنشطة الحركية بمكوناتها المختلفة وينمي لديه إحساس عالي المستوى ببيئة التعلم بمكوناتها والتفاعل الإيجابي لما يحيطها من مؤثرات ، الذي يعطي له الفرصة للتجريب وتكرار المحاولات لأداء الواجب الحركي الموكل إليه حتى يصل للحل المناسب في ضوء قدراته الذاتية ، ويحتاج الأطفال في هذه المرحلة إلي تصميم مواقف تدريس بها تحديات حركية واعية

ودقيقة تعطي بصورة معينة واضحة تؤدي إلي تعزيز أدائهم الحركي بمستوي أعلي  
وبإتباع ذلك الأسلوب يكون الطفل قد تعرض إلي ممارسات حركية تحقق له النمو  
الشامل المتزن في ضوء تنوعاتها المختلفة وتقنيات تنفيذها( ٢ : ٤١، ١١)

ولقد استطاع العالم الأمريكي جالاهيو عام ١٩٨٢ (Gallahue 1982) تصنيف  
هذه الحركات ووضعها في ثلاث مجموعات أساسية هي (حركات الانتقال ، وحركات  
السيطرة ، وحركات الأتزان) (١١ : ١٣٧).

ويري " دوتري وودز Doughtery And Woods " (١٩٧٦) أن التربية الحركية  
نظرية أو اتجاه أو منحني ومفهوماً جديداً في التربية الرياضية تهدف في جوهرها إلي  
تكيف الطفل حركياً مع جسمه من خلال ما تتيح له من ممارسات حركية تمكنه من  
اكتساب النواحي والخبرات المعرفية وتشكيل المفاهيم لذا تمثل أهمية كبيرة في البرامج  
الموجهة إلي الأطفال لأن ما ينتج عنها هو إنتاجاً جديداً يحصل الطفل من خلاله علي  
إمكانية حركية ابداعية راقية المستوي (٣٩:١٠) .

ومن هذا المنطلق قد رأي الباحث ضرورة تحقيق مزيد من الدعم لأطفال تلك  
المرحلة وتوضيح الرؤية حول المتطلبات المنهجية الواجبة للرياضة المدرسية ومن هنا  
نبعت فكرة إجراء البحث بما ستحمله من معطيات بحثية.

### أهداف البحث:

يهدف هذا البحث لمحاولة التعرف على :-

١. تأثير البرنامج التدريسي المقترح علي تحسين المهارات الحركية الأساسية لدي الأطفال  
من (٦-٩) سنوات من تلاميذ وتلميذات الثلاث صفوف الأولى بالمرحلة الابتدائية .
٢. نسب التغيير في مستوي أداء المهارات الحركية الأساسية للأطفال من (٦-٩) سنوات من  
تلاميذ وتلميذات الثلاث صفوف الأولى بالمرحلة الابتدائية .

٣. الاختلاف فى نسبة التغير بمستوى أداء المهارات الحركية الأساسية بين الأطفال من الجنسين .

### فروض البحث :

١- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي فى تحسين مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية للعينه قيد البحث من تلاميذ الصف الاول الابتدائى من الجنسين لصالح القياس البعدي .

٢- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي فى تحسين مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية للعينه قيد البحث من تلاميذ الصف الثانى الابتدائى من الجنسين لصالح القياس البعدي .

٣- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي فى تحسين مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية للعينه قيد البحث من تلاميذ الصف الثالث الابتدائى من الجنسين لصالح القياس البعدي .

٤- توجد فروق دالة إحصائية فى نسب التغير فى مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية بين عينه البحث من (البنين - البنات) من تلاميذ الصف الأول الابتدائى لصالح عينه البنين .

٥- توجد فروق دالة إحصائية فى نسب التغير فى مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية بين عينه البحث من (البنين - البنات) من تلاميذ الصف الثانى الابتدائى لصالح عينه البنين .

٦- توجد فروق دالة إحصائية فى نسب التغير فى مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية بين عينه البحث من (البنين - البنات) من تلاميذ الصف الثالث الابتدائى لصالح عينه البنين .

٧- توجد فروق دالة إحصائية توضح تغير مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية لدى عينه البحث من الجنسين لصالح القياس البعدي .

## مصطلحات البحث:

### ١ - البرنامج التدريسي : Teaching Program

هو مجموعة من الوحدات التدريسية تهدف في جوهرها إلى تعليم وتنمية مهارة أو مجموعة من المهارات المحددة سلفاً يراعى في وضعه سمات المرحلة العمرية والفروق الفردية وكذلك المساحات والامكانات المتاحة لتنفيذه (تعريف إجرائي).

### ٢- المهارات الحركية الأساسية Basic Movement Skills :

هي بعض مظاهر الإنجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو، والمشى، والجري، والدحرجة، والوثب، والرمي، والتسلق، والتعلق، ولأن هذه الأنماط Patterns الحركية تظهر عند الإنسان في شكل أولي، لذا يطلق عليها أسم المهارات الحركية الأساسية Fundamental Movement Skills أو الرئيسية Basic Movement Skills (٦ : ٣٠).

### ٣- المهارات الحركية الانتقالية Locomotion Movement Skills

هي المهارات التي ينتقل فيها الجسم من مكان لآخر مثل : (الجرى - الوثب - الحجل...) (١ : ١٣٧).

### ٤- المهارات الحركية غير الانتقالية Un Locomotion Movement skills

هي المهارات التي تؤدي في المكان أى دون انتقال مركز ثقل الجسم من مكان لآخر مثل : (المد - الثنى - المرجحة - اللف - الدوران) (٨ : ٧٥) .

### ٥- المهارات الحركية للمناولة Movement Skills Manipulative

هي المهارات التي تتطلب المناولة بالأطراف اليدين و الرجلين و كذلك الرأس مثل: (الرمى - اللقف - الخبط - الركل...) (١ : ٣٥) .

### ٦- المهارات الحركية للإتزان Balance Movement Skills

أ- الإتزان الثابت : Static Balance

هو القدرة التي تسمح للفرد بالبقاء في وضع ثابت ، أو هو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو إهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة ( ٧ : ٣٠).

ب- الإتيان الحركي Dynamic Balance :

هو القدرة على الاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة ( ٧ : ٣٢ ).

## ٧- التدريس بأسلوب التربية الحركية Movement Education Style of Teaching :

هو ذلك النشاط المنهجي الذي يحتوى على المكونات المعرفية النظرية والتطبيقات العملية لتدريس المهارات الحركية الاساسية والكفاءة الإدراكية الحركية متضمنا كفاءات تدريسها من خلال مجموعة من الاهداف والمبادئ والاعتبارات وطريقة التدريس والأنشطة الحركية وأسلوب تنفيذها ( ٣ : ١٢ )

### الدراسات المرتبطة:

حيث قام الباحث بتناول بعض الدراسات التي تتفق وطبيعة بحثه سواء من حيث المجتمع أو المنهج المستخدم بالبحث ، وقد تناولها زمنياً من الأقدم إلى الأحدث كما يلي :

١- قامت "هدى شوقي" (١٩٨٧م) (٢١) بدراسة بعنوان "وضع برنامج للتربية الحركية والتعرف علي تأثيره علي الكفاءة الإدراكية الحركية للأطفال ٦:٤ سنوات" وهدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على الكفاءة الإدراكية الحركية للأطفال ، وقد استخدمت المنهج التجريبي بنظام المجموعتين التجريبية والضابطة ، وبتطبيق البرنامج تحسنت مقدرة الطفل علي معرفة ذاته الجسمية ووعيه بالفراغ والاتجاهات من حوله كما أدي إلي زيادة التوازن والتحكم العضلي العصبي والتوافق بين العين والقدم والعين واليد وكذلك تحسن إدراك الطفل للأشكال والتعرف عليها والتمييز السمعي .

٢- وأجري " محمد رمضان مسلوب " (١٩٨٩م) (١٥) دراسة بعنوان " تأثير برنامج تربية حركية علي كل من الوعي الحس حركي واللياقة الحركية لأطفال ما قبل المدرسة " هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام برنامج التربية الحركية على الوعي الحس حركي واللياقة الحركية لأطفال ما قبل المدرسة وكانت قوام العينة (٥٠) طفل (بنين- بنات)(٤: ٥) سنوات تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وتم استخدام المنهج التجريبي وكانت أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في الوعي الحس حركي واللياقة الحركية مما يشير إلى فاعلية البرنامج المقترح وأوصت بضرورة الأخذ ببرامج التربية الحركية في مرحلة التعليم الابتدائي لما لها من أثر ايجابي في الارتقاء بمستوي الأداء الحركي للأطفال .

٣- قامت " نبيلة الشرباني " (١٩٩٠م) (١٩) بدراسة بعنوان " تأثير برنامج مقترح للنشاط الحركي على تنمية التفكير الابتكاري والمهارات الحركية الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة "، هدفت الدراسة إلى قياس تأثير البرنامج المقترح على كل من التفكير الابتكاري والمهارات الحركية الأساسية لطفل ما قبل المدرسة وكان قوام العينة (٦٢) طفل (بنين وبنات) (٤-٦) سنوات وقد استخدم المنهج التجريبي بحيث انقسمت العينة إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة فكان قوام كل منهما (٣١) طفل من الجنسين ، وكانت أهم نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في كل من نتيجة [اختبار الجري ٢٠م - الوثب الطويل من الثبات - الرمي ] وكذلك أبعاد التفكير الابتكاري مما يشير إلى مساهمة البرنامج الفعالة وتأثيره الإيجابي على المتغيرات.

٤- دراسة " فان بردن " ( ٢٠٠٢ ) ( ٢٩) بعنوان " أثر استخدام برنامج مصمم لتحسين أداء المهارات الحركية الأساسية على الأداء الحركي لطلبة المدارس

الابتدائية فى رورال - أستراليا " على عينة قوامها ١٠٤٥ من ١٨ مدرسة من كلا الجنسين ومختلف الصفوف بالمرحلة الدراسية ، وكانت المهارات المنتقاة كمحاور للبرنامج هى (الاتزان الثابت والمتحرك - الرمى - اللقف - الحجل - الركل - الوثب - الجرى المتعرج) وكانت النتائج كالتى :-

- متوسط نسبة تحسن الأداء ٢٧.٧٪.
- أعلى نسبة تحسن فى الأداء كانت ٦٥.٤٪ فى مهارات الاتزان المتحرك .
- نسبة التحسن فى الأداء كانت ٤٠.١٪ فى مهارات الاتزان الثابت .
- نسبة التحسن فى الأداء كانت ١٩.٨٪ فى مهارة الجرى المتعرج .
- كانت أعلى نسبة لتحسن الأداء فى مهارات الحجل لمهارات الحجل المتبادل والحجل الجانبى لدى البنات وأدائها لدى البنين مقارنة بنسبة التحسن بالمهارات الأخرى .

• أظهرت النتائج أعلى نسبة لتحسن الأداء فى مهارات الركل والرمى لدى البنين وأدائها لدى البنات مقارنة بنسبة التحسن بالمهارات الأخرى .

٥- دراسة قام بها قسم التربية الرياضية وعلوم الحركة - جامعة أرسطو - اليونان (٢٠٠٢)(٢٢) بعنوان " مدى فعالية مجموعة من الاختبارات لقياس نسبة التحسن فى أداء المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال الصف الأول الإبتدائى بعد تطبيق برنامج مقترح" مدة البرنامج (١٢) أسبوع لعينة (٢٣) طفل لكل من المجموعتين الضابطة والتجريبية، وكانت أهم التوصيات ضرورة وضع مجموعة من الاختبارات الدولية الموحدة لتقييم برامج التربية الحركية للمرحلة .

٦- دراسة قام بها قسم التربية البدنية بجامعة بافيا - ايطاليا - (٢٠٠٣)(٢٧) "انحرافات الأداء الحركى لدى الأطفال " ، وقد تم خلال البحث اختبار العلاقة بين (السن والجنس والخبرة الحركية) وانحرافات الأداء الحركى وقد هدف البحث إلى وضع برنامج لتصحيح أداء الأنماط الحركية الأساسية لتقليص انحرافات الأداء الحركى لعينة (٤٠) طفل من كلا الجنسين من (٤ : ٨) سنوات، وكانت

أهم أدوات البحث اختبارات الأداء الحركى ، استبيان يتم استيفائه من قبل  
الوالدين ، التحليل الحركى .

### إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج التجريبي (التصميمات التجريبية) بطريقة القياسين القبلي  
والبعدي للمجموعة الواحدة وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة .

#### عينة البحث:

يتمثل مجتمع البحث فى تلاميذ الصفوف الدراسية الثلاثة الأولى من التعليم  
الأساسى من الأطفال سن (٦-٩) سنوات بمعهد تاجان الأزهرى الخاص بالقاهرة الجديدة  
(محافظة حلوان) حيث يتالف كل صف دراسي بالتعليم الابتدائى من ثلاث فصول متوسط  
عدد كل منها ٢٥ تلميذ فيكون العدد الاجمالى للصفوف الثلاث الأولى ٢٢٥ تلميذ تقريباً.  
أما عينة البحث فهم مجموعة من التلاميذ تم اختيارهم بالطريقة العمدية وذلك  
لعمل الباحث بالمدرسة فى إدارة النشاط الرياضى ما بعد اليوم الدراسى بالمعهد المذكور  
والمستمر طوال العام بما فى ذلك الاجازات الرسمية وأجازة نصف العام والاجازة الصيفية  
، وكذلك لتوفر الامكانيات المطلوبة للتطبيق ، والعينة هى متوسط الاعداد المتاحة لتطبيق  
الاختبار وقوامها (٥٤) تلميذاً من الثلاث صفوف الأولى للمرحلة الابتدائية بنسبة (٢٢٪)  
من عدد التلاميذ فى مجتمع البحث الفعلى ، وقد تم تقسيم عينة البحث بالشكل التالى :  
عدد (١٨) تلميذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية بواقع تصنيفى (٦) تلاميذ من  
كل صف دراسى ( ٣ بنين ، ٣ بنات ) لاجراء الدراسة الاستطلاعية لحساب الصدق  
والثبات.

عدد (٣٦) تلميذ بواقع تصنيفى (١٢) تلميذ بكل صف دراسى (٦ بنين ، ٦ بنات) ،  
وكانت العينة متجانسة من حيث السن ، وذلك هو معيار التجانس الوحيد الذى يتطلبه



تطبيق بطارية روبرت جونسون لقياس المهارات الحركية الأساسية ، حيث أكد الخبراء فى المجال أنه لا توجد فروق قد تؤثر على تطبيق الاختبارات ونتائجها

**الوسائل المستخدمة :**

**أدوات جمع البيانات :**

لجمع بيانات هذه الدراسة استعان الباحث بالقياسات والأدوات التالية ،

- ١- تحليل المراجع لتحديد المهارات الحركية الأساسية .
- ٢- اختبار روبرت جونسون لقياس تحصيل المهارات الحركية الأساسية لأطفال المدرسة الابتدائية (٣ : ٢٦٥)
- اختبار الجرى الزجراجى - اختبار الركل.
- اختبار الرمى واللقف. - اختبار الوثب العمودى.
- اختبار ضرب الكرة بالمضرب.
- ٣- اختبارات الاتزان (٩ : ٣٢)
- اختبار الإتزان المتحرك (اختبار الشكل الثمانى).
- اختبار الإتزان الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب).

**ويرجع الباحث اختيار هذه المجموعة من الاختبارات للأسباب التالية :**

- ١- قياسها لمجموعة المهارات الحركية الأساسية المختارة .
  - ٢- لا تحتاج الى أجهزة او أدوات معقدة ، وتتسم بعوامل الأمن والسلامة .
  - ٣- سهولة تطبيقها على عينة البحث .
- وقد تم عرض مجموعة المهارات الحركية الأساسية المختارة وكذلك الاختبارات التى تم اختيارها لقياس تطور تلك المهارات على السادة المشرفين والخبراء.

**الأدوات المستخدمة فى تنفيذ البرنامج :**

- مراتب هبوط
- صولجانات بلاستيكية
- أطواق بلاستيكية
- مراتب تمرينات أرضية .
- جهاز عقلة
- مكعبات خشبية ١٠×١٠×١٠
- صندوق مقسم
- طباشير ألوان
- مشابك
- كرات قدم
- حواجز من الورق المقوى
- حبل من الألياف القطنية
- عارضة اتران
- درج من الخشب
- عقل حائط
- مقاعد سويدية
- بالونات ملونة
- كرات تنس أرضي
- كرات يد أصغر حجم
- شبكة الكرة الطائرة
- حبال بلاستيكية
- ألواح اتران
- كرات سلة
- أقماع
- كرات طائرة
- سلال بلاستيكية
- جهاز ترحلق
- كرات مطاطية خفيفة الوزن
- كرات تنس
- أكياس حبوب
- جهاز مهر

### البرنامج المقترح:

تم اختيار محتوى البرنامج التدريسي المقترح من خلال الإطلاع على بعض المراجع المتخصصة والبحوث المرتبطة ويتضمن البرنامج التدريسي المقترح أنشطة حركية متنوعة بهدف تنمية المهارات الحركية الأساسية قيد البحث ويؤديها التلميذ بمفرده أو مع الزميل أو ضمن جماعة بأدوات أو بدون أدوات أو على الأجهزة ، وقد تم التوصل لذلك البرنامج من خلال الخطوات التالية :

١- تحليل المراجع والبحوث.

- ٢- تصميم استمارة مبدئية بها محاور البرنامج التدريسي وعرضها على الخبراء لابداء الرأى وقد تم الموافقة عليها بنسبة (١٠٠٪).
- ٣- وضع أنشطة حركية مناسبة لتنمية المهارات الحركية الاساسية تتدرج تحت المحاور التى تم الموافقة عليها من قبل الخبراء مستمدة من المراجع ذات الصلة وخبرة الباحث فى المجال .
- ٤- استمارة لاستعراض رأى الخبراء حول الأنشطة الحركية داخل البرنامج التدريسي المقترح وقد تم الموافقة عليها بنسبة (١٠٠٪).
- ٥- تم عرض الاختبارات المختارة لقياس التحسن فى أداء المهارات الحركية الأساسية وقد تم الموافقة عليها بنسبة (١٠٠٪).
- ٦- تطبيق الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (١٨) تلميذ بواقع (٦) تلاميذ لكل مرحلة . صف دراسى . (٣) بنين ، (٣) بنات .
- ٧- حساب معاملى الصدق والثبات والخروج بالبرنامج بالصورة المناسبة للتطبيق.

### المعالجات الإجرائية المستخدمة:

#### المعاملات الاحصائية للاختبارات

لحساب الصدق للاختبارات قام الباحث بتطبيق اختبار دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة من الاطفال من (٦-٩) سنوات والممارسين لانشطة رياضية بالأندية وغير المميزة فى الاختبارات المختارة وجاءت النتائج كما فى جدول (١)

جدول (١)

المتغيرات	المجموعات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z الدلالة	P احتمالية الخطأ
الجرى الزجراجى	المميزة (ن=٦)	٩.٥٠	٥٧.٠	*٢.٨٨٧	٠.٠٠٠٤
	غير المميزة (ن=٦)	٣.٥٠	٢١.٠		
اختبار الركل	المميزة (ن=٦)	٩.٥٠	٥٧.٠	*٢.٨٩٨	٠.٠٠٠٤
	غير المميزة (ن=٦)	٣.٥٠	٢١.٠		
الرمى و اللقف	المميزة (ن=٦)	٩.٥٠	٥٧.٠	*٢.٩١٣	٠.٠٠٠
	غير المميزة (ن=٦)	٣.٥٠	٢١.٠		

٠.٠٠٤	*٢.٨٨٧	٥٧.٠	٩.٥٠	المميزة (ن=٦)	الوثب العمودي
		٢١.٠	٣.٥٠	غير المميزة (ن=٦)	
٠.٠٠٣	*٢.٩٣٤	٥٧.٠	٩.٥٠	المميزة (ن=٦)	ضرب الكرة بالمضرب
		٢١.٠	٣.٥٠	غير المميزة (ن=٦)	
٠.٠٠٦	*٢.٧٧٦	٢٢.٠	٣.٦٧	المميزة (ن=٦)	الإتزان المتحرك (اختبار الشكل الثماني)
		٥٦.٠	٩.٣٣	غير المميزة (ن=٦)	
٠.٠٢٤	*٢.٢٥٨	٥٣.٠	٨.٨٣	المميزة (ن=٦)	الإتزان الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب)
		٢٥.٠	٤.١٧	غير المميزة (ن=٦)	

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات المختارة

يتضح من الجدول السابق وجود فروق داله إحصائياً لصالح المجموعة المميزة عن غير المميزة في الاختبارات المختارة مما يدل على صدق الاختبارات.

ولحساب الثبات لاختبارات المهارات الحركية الأساسية قام الباحث بحساب معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبار واعادة تطبيقه Test-Retest بفارق زمني اسبوع بين التطبيقين وجاءت النتائج كما في جدول (٢)

### جدول (٢)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات المختارة (ن=٦)

معاملات الارتباط	التطبيق الثاني Re test		التطبيق الأول Test		المتغيرات
	ع	م	ع	م	
٠.٨٤٧	٠.٤٠٨	٧.٩٣٣	٠.٤٥٩	٧.٨٣٣	الجرى الزججى
٠.٩٤٣	٢.٣٦٦	١٨.٠٠	٢.٥١٠	١٧.٥٠	اختبار الركل
٠.٩٨٠	١.٧٢٢	١٩.٨٣٣	٢.٠٧٣	١٩.٥٠٠	الرمى و اللقف
٠.٩٨٧	٠.٥٢٠	٦.٢٦٦	٠.٥١١	٦.٢١٦	الوثب العمودي
٠.٨٠٧	٠.٥١٦	١.٦٦٦	٠.٥٤٧	١.٥٠٠	ضرب الكرة بالمضرب
٠.٨٦٦	٠.٥١٦	٤.٣٣٣	٠.٨٩٤	٤.٠٠٠	الإتزان المتحرك (اختبار الشكل الثماني)
٠.٩٩٦	١٩.٨٣ ٣	١٩.٨٣٣	٥.٥٧٣	١٩.٣٣٣	الإتزان الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب)

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للاختبارات المستخدمة قد تراوحت ما بين ( ٠.٨٠٧ ، ٠.٩٩٦ ) مما يشير الى إنها ذات معاملات ثبات عالية.

### جدول ( ٣ )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لعينه البحث الكلية فى متغيرات البحث المختارة .

( ن = ٣٦ )

الاختبارات	م	ع	و	ل
الجرى الزججى	١٠.١١٣	١.٠٨٢	١٠.٣٥٠	٠.٢٨٩-
اختبار الركل	٢٠.٥٥٥	٥.٢٦١	٢١.٠٠٠	٠.٠٠٥
الرمى و اللقف	٢٤.١٩٤	٩.٧٧٧	٢٣.٥٠٠	٠.١١٥
الوثب العمودى	٦.٩٣٠	١.٥٥٤	٦.٩٠٠	٠.٠١٩
ضرب الكرة بالمضرب	١.٩١٦	١.٥١٨	٢.٠٠٠	٠.٤٥٩
الإتزان المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	٣.٨٦١	١.٢٢٢	٤.٠٠٠	٠.١٨٠
الإتزان الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب)	١٦.٧٥٠	٧.١٣٢	١٦.٥٠٠	٠.٤٢٧

يتضح من الجدول أن معاملات الالتواء لعينه البحث فى المتغيرات المختارة قد

انحصرت بين (٣+، ٣-) مما يشير إلى تجانس العينة فى هذه المتغيرات.

### المعالجات الإحصائية المستخدمة

بعد ان حصل الباحث على البيانات اللازمة بعد تطبيق التجربة ، استخدم الأساليب الإحصائية المناسبة ، والتي تتمشى مع طبيعة البحث والبيانات وكانت كما يلي:

(المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري- الوسيط- معامل الالتواء - دلالة الفروق لحساب الصدق- معامل الارتباط لإيجاد الثبات- نسب التحسن المئوية)

عرض ومناقشة النتائج:

فى ضوء أهداف الدراسة واعتمادا على البيانات التى تم الحصول عليها باستخدام الاختبارات الخاصة و التى تم معالجتها احصائيا توصل الباحث إلى ثلاث مجموعات من النتائج سيتم عرضها وفقا لما يلى :

١. نتائج دراسة تأثير البرنامج على تلاميذ الصف الأول الإبتدائى(بنين- بنات)
  ٢. نتائج دراسة تأثير البرنامج على تلاميذ الصف الثانى الإبتدائى (بنين- بنات)
  ٣. نتائج دراسة تأثير البرنامج على تلاميذ الصف الثالث الإبتدائى(بنين- بنات)
- وقد اشتمل تطبيق اختبارات ( الجرى الزجزاجى- الركل- الرمى والقف- الوثب العمودى- ضرب الكرة بالمضرب- الإلتزان الثابت- الإلتزان المتحرك) على كل من البنين و البنات على ثلاث أصناف من الجداول :

- الأول : يشير إلى دلالة الفروق بين القياسين القبلى و البعدى.
- الثانى : يشير إلى نسبة التغير بين القياسين القبلى و البعدى.
- الثالث : يشير إلى دلالة الفروق بين نتائج البنين و البنات.

#### عرض وتفسير ومناقشة نتائج

أولا : تأثير البرنامج التدريسى المقترح علي تحسين المهارات الحركية الأساسية لدي الأطفال من تلاميذ الصف الأول الإبتدائى (بنين - بنات )

#### جدول (٤)

دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى فى الاختبارات قيد البحث لتلاميذ الصف الاول بنين بطريقة ولكوكسون ( ن = ٦ )

المتغيرات	القياس	متوسط الرتب	الاتجاه	القيم	مج القيم	قيمة z	P احتمالية الخطأ
١- الجرى الزجزاجى	القبلى	٣.٥٠	-	٦	٢١.٠٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدى	٠.٠٠	+	٠	٠.٠٠		
٢- اختبار الركل	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
٣- الرمى و القف	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		

٠.٠٢٨	*٢.٢٠١	٠.٠	٠	-	٠.٠٠	القبلي	٤- الوثب العمودى
		٢١.٠٠	٦	+	٣.٥٠	البعدي	
٠.٠٢٦	*٢.٢٣٢	٠.٠	٠	-	٠.٠٠	القبلي	٥- ضرب الكرة بالمضرب
		٢١.٠٠	٦	+	٣.٥٠	البعدي	
٠.٠٢٦	*٢.٢٢٠	٢١.٠٠	٦	-	٣.٥٠	القبلي	٦- الإلتزان المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)
		٠.٠٠	٠	+	٠.٠٠	البعدي	
٠.٠٢٧	*٢.٢٠٧	٠.٠	٠	-	٠.٠٠	القبلي	٧- الإلتزان الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب)
		٢١.٠٠	٦	+	٣.٥٠	البعدي	

القيمة الجدولية لاختبار Z عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٩٦

تشير نتائج الجدول السابق إلى إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الأول الابتدائى - بنين) وقد ظهر ذلك واضحا بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى و البعدى فى جميع الاختبارات قيد البحث فى إتجاه القياس البعدى حيث سجلت قيمة Z لاختبارى ( الجرى الزجراجى - الإلتزان الثابت ) انخفاض زمن الأداء و زيادة زمن الأداء على الترتيب .

وسجلت قيمة Z لاختبارات ( الركل - الرمى و اللقف - ضرب الكرة بالمضرب - الإلتزان المتحرك ) زيادة عدد المحاولات الصحيحة ، كما سجلت قيمة Z لاختبار الوثب العمودى زيادة فى الارتفاع وكانت قيمة Z اعلى فى جميع الاختبارات عن القيمة الجدولية لها عند مستوى معنوية (٠.٠٥).

وهذا يتوافق مع الفرض البحثى الأول القائل بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى والبعدى لتلاميذ الصف الاول بنين لصالح القياس البعدى.

نسبة التغير بين متوسط القياسين القبلي والبعدي فى الاختبارات قيد البحث للصف الاول بنين

الاختبارات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التغير
١- الجرى الزجراجى	٨.٥٠٠	٦.٦٠٠	٪٢٢.٠
٢- اختبار الركل	٢٥.٠٠	٣٧.٦٦	٪٥٠.٦
٣- الرمى و اللقف	٣٨.٥٠٠	٥١.٠٠	٪٣٢.٥
٤- الوثب العمودى	٨.٦٣٣	١٤.٦٥٠	٪٦٩.٧
٥- ضرب الكرة بالمضرب	٣.٨٣٣	٨.١٦٦	٪١١٣.٠
٦- الإتران المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	٣.٣٣٣	١.٣٣٣	٪٦٠.٠
٧- الإتران الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب)	١٥.٥٠٠	٢١.٠٠٠	٪٣٥.٥

وتشير نتائج الجدول السابق إلى انخفاض متوسط قيم القياس البعدي عن القبلي لاختبارى الجرى الزجراجى والإتران المتحرك (٨.٥٠٠ - ٦.٦٠٠) و (٣.٣٣٣ - ١.٣٣٣) على الترتيب كما أشارت نتائج الجدول إلى زيادة متوسط قيم القياس البعدي عن القبلي لاختبارات: الركل - الرمى واللقف - الوثب العمودى - ضرب الكرة بالمضرب - الإتران الثابت (٣٧.٦٦ - ٢٥.٠٠) و (٣٨.٥٠٠ - ٥١.٠٠) و (٨.٦٣٣ - ١٤.٦٥٠) و (٣.٨٣٣ - ٨.١٦٦) و (١٥.٥٠٠ - ٢١.٠٠٠) على الترتيب

وهذا يتوافق مع الفرض البحثى السابع القائل بأن معدل التغير فى المهارات الحركية الأساسية لصالح القياس البعدي.

وقد سجل متوسط نسبة التحسن الكلى للأداء (٦٧.٥ ٪) ، وكانت أعلى نسبة تحسن فى مهارة ضرب الكرة بالمضرب بنسبة (١١٣ ٪) يليها نسبة تحسن مهارة الركل (٥٠.٦ ٪) ثم الرمى واللقف وبلغت (٣٢.٥ ٪) بترتيب تنازلى للمهارات الحركية التى تحتاج إلى التوافق بين العين واليد ، والتوافق بين العين والقدم.



تتقارب نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسات مشابهة مثل دراسة (فان بردن) فى الجوانب الآتية (الإتزان المتحرك ، الإتزان الثابت ، الجرى المتعرج ).

كانت نتيجة الوثب العمودى ٦٩.٧٪ ويرجع الباحث هذه النسبة العالية من التحسن إلى تعلم الأداء الصحيح للمهارة.

#### جدول (٥)

دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى فى الاختبارات قيد البحث لتلاميذ الصف الاول بنات بطريقة ولكوكسون ( ن = ٦ )

المتغيرات	القياس	متوسط الرتب	الاتجاه	القيم	مج القيم	قيمة z	P احتمالية الخطأ
١- الجرى الزجراجى	القبلى	٣.٥٠	-	٦	٢١.٠	*٢.٢٠١	٠.٠٢٨
	البعدى	٠.٠٠	+	٠	٠.٠		
٢- اختبار الركل	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠٠		
٣- الرمى و اللقف	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠٠		
٤- الوثب العمودى	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠	*٢.٢٠١	٠.٠٢٨
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠٠		
٥- ضرب الكرة بالمضرب	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠	*٢.٢٣٢	٠.٠٢٦
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠٠		
٦- الإتزان المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	القبلى	٣.٥٠	-	٦	٢١.٠٠٠	*٢.٢٦٤	٠.٠٢٤
	البعدى	٠.٠٠	+	٠	٠.٠٠٠		
٧- الإتزان الثابت الوقوف بمشط القدم على مكعب	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠٠		

القيمة الجدولية لاختبار Z عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٩٦

تشير نتائج الجدول السابق إلى إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الأول - بنات) وقد ظهر ذلك واضحا بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى و البعدى فى جميع الاختبارات قيد البحث فى إتجاه القياس البعدى حيث سجلت قيمة Z لاختبارى ( الجرى الزجراجى - الإتزان الثابت ) انخفاض زمن الأداء و زيادة زمن الأداء على الترتيب ، وسجلت قيمة Z لاختبارات ( الركل - الرمى و اللقف - ضرب الكرة بالمضرب - الإتزان المتحرك ) زيادة عدد المحاولات الصحيحة ، كما سجلت قيمة Z

لاختبار الوثب العمودى زيادة فى الارتفاع وكانت قيمة Z أعلى فى جميع الاختبارات عن القيمة الجدولية لها عند مستوى معنوية (0.05) ، وهذا يتوافق مع الفرض البحثى الأول القائل بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى والبعدى لتلاميذ الصف الاول لصالح القياس البعدى.

### جدول (٦)

نسبة التغير بين متوسط القياسين القبلى والبعدى فى اختبارات قيد البحث للصف الاول بنات

الاختبارات	م القياس القبلى	م القياس البعدى	نسبة التغير
١- الجرى الزجزجى	٩.٣٨٣	٧.٦٨٣	%١٨.١
٢- اختبار الركل	٢١.٨٣٣	٣٥.٣٣	%٦١.٨
٣- الرمى و اللقف	٣١.٣٣	٤٧.٠٠	%٥٠.٠
٤- الوثب العمودى	٨.٣٠٠	١٣.٧٣٣	%٦٥.٥
٥- ضرب الكرة بالمضرب	٣.٥٠٠	٦.٦٦٦	%٩٠.٥
٦- الإتران المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	٣.٦٦٦	٢.١٦٦	%٤٠.٩
٧- الإتران الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب)	١٧.٣٣٣	٢٧.٦٦٦	%٥٩.٦

وتشير نتائج الجدول السابق إلى انخفاض متوسط قيم القياس البعدى عن القبلى لاختبارى الجرى الزجزجى و الإتران المتحرك (٩.٣٨٣ - ٧.٦٨٣) و (٣.٦٦٦ - ٢.١٦٦) على الترتيب ، كما أشارت نتائج الجدول إلى زيادة متوسط قيم القياس البعدى عن القبلى لاختبارات (الركل - الرمى و اللقف - الوثب العمودى - ضرب الكرة بالمضرب - الإتران الثابت) (٢١.٨٣٣ - ٣٥.٣٣) و (٣١.٣٣ - ٤٧.٠٠) و (٨.٣٠٠ - ١٣.٧٣٣) و (٣.٥٠٠ - ٦.٦٦٦) و (١٧.٣٣٣ - ٢٧.٦٦٦) على الترتيب.

وقد سجل متوسط نسبة تحسن الأداء (٥٤.٣ %) ، وكانت أعلى نسبة تحسن فى مهارة ضرب الكرة بالمضرب بنسبة (٩٠.٥%) يليها نسبة تحسن مهارة الركل وبلغت (٦١.٨%) ثم الرمى و اللقف وبلغت (٥٠%) بترتيب تنازلى لنسب التحسن التى أظهرتها

نتائج اختبارات المهارات الحركية التي تعتمد على التوافق بين العين واليد ، والتوافق بين العين والقدم.

وكانت نتيجة الوثب العمودي (٦٥.٥٪) ويرجع الباحث هذه النسبة العالية من التحسن إلى تعلم الأداء الصحيح لأداء المهارة.

### جدول رقم (٧)

دلالة الفروق بين البنين والبنات في الصف الاول في اختبارات البحث بطريقة مان - وتني

P	Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	المجموعات	المتغيرات
٠.٠٢٤	*٢.٢٥٠	٢٥.٠٠	٤.١٧	البنين (ن=٦)	١- الجرى الزجراجي
		٥٣.٠٠	٨.٨٣	البنات (ن=٦)	
٠.٣٣٣	٠.٩٦٨	٤٥.٠٠	٧.٥٠	البنين (ن=٦)	٢- اختبار الركل
		٣٣.٠٠	٥.٥٠	البنات (ن=٦)	
٠.٠٦٥	١.٨٤٥	٥٠.٥٠	٨.٤٢	البنين (ن=٦)	٣- الرمي و اللقف
		٢٧.٥٠	٤.٥٨	البنات (ن=٦)	
٠.٥٢٢	٠.٦٤١	٤٣.٠٠	٧.١٧	البنين (ن=٦)	٤- الوثب العمودي
		٣٥.٠٠	٥.٨٣	البنات (ن=٦)	
٠.١٢١	١.٥٤٩	٤٨.٥٠	٨.٠٨	البنين (ن=٦)	٥- ضرب الكرة بالمضرب
		٢٩.٥٠	٤.٩٢	البنات (ن=٦)	
٠.٠٥٠	١.٩٠٣	٢٨.٠٠	٤.٦٧	البنين (ن=٦)	٦- الإلتزان المتحرك (اختبار الشكل الثماني)
		٥٠.٠٠	٨.٣٣	البنات (ن=٦)	
٠.١٤٧	١.٤٥١	٣٠.٠٠	٥.٠٠	البنين (ن=٦)	٧- الإلتزان الثابت الوقوف بمشط القدم على مكعب
		٤٨.٠٠	٨.٠٠	البنات (ن=٦)	

القيمة الجدولية لاختبار Z عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٩٦

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث البنين والبنات بالصف الاول في متغير ( الجرى الزجراجي ) في اتجاه عينة البنين ، وكانت

قيمة الرتب لاختبار الجرى الزجراجى (٤.١٧ للبنين)، (٨.٨٣ للبنات) ويرجع ذلك إلى زيادة الاستجابة الحركية لدى البنين عن البنات.

ثانيا : نتائج تأثير البرنامج التدريسى المقترح علي تحسين المهارات الحركية الأساسية لدي الأطفال من تلاميذ الصف الثانى الإبتدائى (بنين - بنات)  
جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى فى الاختبارات قيد البحث لتلاميذ الصف الثانى بنين بطريقة ولكوكسون (ن=٦)

المتغيرات	القياس	متوسط الرتب	الاتجاه	القيم	مج القيم	قيمة z	P احتمالية الخطأ
١- الجرى الزجراجى	القبلى	٣.٥٠	-	٦	٢١.٠٠	*٢.٢٠١	٠.٠٢٨
	البعدى	٠.٠٠	+	٠	٠.٠٠		
٢- اختبار الركل	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢١٤	٠.٠٢٧
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
٣- الرمى و اللقف	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٠١	٠.٠٢٨
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
٤- الوثب العمودى	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٠١	٠.٠٢٨
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
٥- ضرب الكرة بالمضرب	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٧١	٠.٠٢٣
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
٦- الإتران المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	القبلى	٣.٥٠	-	٦	٢١.٠٠	*٢.٢٣٢	٠.٠٢٦
	البعدى	٠.٠٠	+	٠	٠.٠٠		
٧- الإتران الثابت الوقوف بمشط القدم على مكعب	القبلى	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدى	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		

القيمة الجدولية لاختبار Z عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٩٦

تشير نتائج الجدول السابق إلى إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الثانى - بنين) وقد ظهر ذلك واضحا بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى والبعدى فى جميع الاختبارات قيد البحث فى إتجاه القياس البعدى حيث سجلت قيمة Z لاختبارى ( الجرى الزجراجى - الإتران الثابت ) انخفاض زمن الأداء و زيادة زمن الأداء على الترتيب .

جدول (٩)

نسبة التغير بين متوسط القياسين القبلي والبعدي فى اختبارات قيد البحث للصف الثانى بنين  
بطريقة ولكوكسون (ن=٦)

الاختبارات	م القياس القبلي	م القياس البعدي	نسبة التغير
١- الجرى الزجراجى	١٠.٩٠٠	٨.٩٠٠	٪١٨.٣
٢- اختبار الركل	١٦.٠٠	٢٧.٠٠	٪٦٨.٨
٣- الرمى و اللقف	١٧.٨٣٣	٣١.٦٦	٪٧٧.٥
٤- الوثب العمودى	٥.٩٦٦	١٠.٤٠٠	٪٧٤.٣
٥- ضرب الكرة بالمضرب	١.١٦٦	٢.٢٣٢	٪٩١.٤
٦- الإتران المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	٤.٠٠٠	١.٨٣٣	٪٥٤.٢
٧- الإتران الثابت (الوقوف بمشط القدم على	١٦.٣٣٣	٢٤.٠٠٠	٪٤٦.٩

وسجلت قيمة Z لاختبارات ( الركل- الرمى و اللقف- ضرب الكرة بالمضرب - الإتران المتحرك ) زيادة عدد المحاولات الصحيحة ، كما سجلت قيمة Z لاختبار الوثب العمودى زيادة فى الارتفاع وكانت قيمة Z اعلى فى جميع الاختبارات عن القيمة الجدولية لها عند مستوى معنوية (٠.٠٥) وهذا يتوافق مع الفرض البحثى الأول القائل بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى والبعدي لتلاميذ الصف الثانى بنين لصالح القياس البعدي.

وتشير نتائج الجدول السابق إلى انخفاض متوسط قيم القياس البعدي عن القبلى لاختبارى الجرى الزجراجى والإتران المتحرك على الترتيب كما أشارت نتائج الجدول إلى زيادة متوسط قيم القياس البعدي عن القبلى لاختبارات ( الركل - الرمى و اللقف - الوثب العمودى - ضرب الكرة بالمضرب - الإتران الثابت) على الترتيب ، وهذا يتوافق مع الفرض البحثى القائل بأن معدل التغير فى المهارات الحركية الأساسية لصالح القياس البعدي.

وقد سجل متوسط نسبة تحسن الأداء (٥٤.٨٥ ٪) ، وكانت أعلى نسبة تحسن فى مهارة ضرب الكرة بالمضرب بنسبة (٩١.٤ ٪) يليها مهارة الرمى واللقف وبلغت (٧٧.٥ ٪) ثم الركل وبلغت (٦٨.٨ ٪) بترتيب تنازلى لنسب التحسن التى أظهرتها نتائج اختبارات المهارات الحركية التى تعتمد على التوافق بين العين واليد ، والتوافق بين العين والقدم. وكانت نتيجة الوثب العمودى (٧٤.٣ ٪) ويرجع الباحث هذه النسبة العالية من التحسن إلى تعلم الأداء الصحيح لأداء المهارة .

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي فى الاختبارات قيد البحث لتلاميذ الصف الثانى بنات بطريقة ولكوكسون ( ن = ٦ )

المتغيرات	القياس	متوسط الرتب	الاتجاه	القيم	مج القيم	قيمة Z	P احتمالية الخطأ
١- الجرى الزجراجى	القبلي	٣.٥٠	-	٦	٢١.٠	*٢.٢١٤	٠.٠٢٧
	البعدي	٠.٠٠	+	٠	٠.٠		
٢- اختبار الركلى	القبلي	٠.٠٠	-	٠	٠.٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدي	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
٣- الرمى و اللقف	القبلي	٠.٠٠	-	٠	٠.٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدي	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
٤- الوثب العمودى	القبلي	٠.٠٠	-	٠	٠.٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدي	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
٥- ضرب الكرة بالمضرب	القبلي	٠.٠٠	-	٠	٠.٠	*٢.٣٣٣	٠.٠٢٠
	البعدي	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
٦- الاتزان المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	القبلي	٣.٥٠	-	٦	٢١.٠٠	*٢.٢٢٠	٠.٠٢٦
	البعدي	٠.٠٠	+	٠	٠.٠٠		
٧- الاتزان الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب)	القبلي	٠.٠٠	-	٠	٠.٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدي	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		

القيمة الجدولية لاختبار Z عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٩٦

تشير نتائج الجدول السابق إلى إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الثانى - بنات) وقد ظهر ذلك واضحا بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى و البعدى فى جميع الاختبارات قيد البحث فى إتجاه القياس البعدى حيث سجلت قيمة Z لاختبارى ( الجرى الزجراجى - الإلتزان الثابت ) انخفاض زمن الأداء و زيادة زمن الأداء على الترتيب ، وسجلت قيمة Z لاختبارات ( الركلى - الرمى و اللقف - ضرب الكرة بالمضرب - الإلتزان المتحرك ) زيادة عدد المحاولات الصحيحة ، كما سجلت قيمة Z لاختبار الوثب العمودى زيادة فى الارتفاع وكانت قيمة Z أعلى فى جميع الاختبارات عن القيمة الجدولية لها عند مستوى معنوية (٠.٠٥) ، وهذا يتوافق مع الفرض البحثى القائل بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى والبعدى لتلاميذ الصف الثانى بنات لصالح القياس البعدى.

جدول رقم (١١)

نسبة التغير بين متوسط القياسين القبلي والبعدي فى اختبارات قيد البحث للصف الثاني بنات

الاختبارات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التغير
١- الجرى الزجراجى	١١.٢٣٣	٨.٧١٦	٪٢٢.٤
٢- اختبار الركل	١٥.١٦٦	٢٦.٨٣٣	٪٧٦.٩
٣- الرمى و اللقف	١٧.١٦٦	٢٧.٨٣٣	٪٦٢.١
٤- الوثب العمودى	٥.١٦٦	٩.١٣٣	٪٧٦.٨
٥- ضرب الكرة بالمضرب	٢.١٦٦	٤.٠٠٠	٪٨٤.٧
٦- الإلتزان المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	٤.٣٣٣	٢.٣٣٣	٪٤٦.٢
٧- الإلتزان الثابت الوقوف بمشط القدم على مكعب	١٣.١٦٦	٢٣.٨٣٣	٪٨١.٠

وتشير نتائج الجدول السابق إلى انخفاض متوسط قيم القياس البعدي عن القبلي لاختبارى الجرى الزجراجى والإلتزان المتحرك (١١.٢٣٣ - ٨.٧١٦) و (٤.٣٣٣ - ٢.٣٣٣) على الترتيب كما أشارت نتائج الجدول إلى زيادة متوسط قيم القياس البعدي عن القبلي لاختبارات (اختبار الركل - الرمى و اللقف - الوثب العمودى - ضرب الكرة بالمضرب - الإلتزان الثابت (١٥.١٦٦ - ٢٦.٨٣٣) و (١٧.١٦٦ - ٢٧.٨٣٣) - (٥.١٦٦ - ٩.١٣٣) و (٢.١٦٦ - ٤.٠٠٠) و (١٣.١٦٦ - ٢٣.٨٣٣) على الترتيب ، وهذا يتوافق مع الفرض البحثى القائل بأن معدل التغير فى المهارات الحركية الأساسية لصالح القياس البعدي.

وقد سجل متوسط نسبة تحسن الأداء (٥٣.٥٥٪) ، وكانت أعلى نسبة تحسن فى مهارة ضرب الكرة بالمضرب بنسبة (٨٤.٧٪) يليها نسبة تحسن مهارة الركل وبلغت (٧٦.٩٪) ثم الرمى واللقف وبلغت (٦٢.١٪) بترتيب تنازلى لنسبة التحسن التى أظهرتها نتائج اختبارات المهارات الحركية التى تعتمد على التوافق بين العين واليد ، والتوافق بين العين والقدم.

وكانت نتيجة الوثب العمودى (٧٦.٨٪) ويرجع الباحث هذه النسبة العالية من التحسن إلى تعلم الأداء الصحيح لأداء المهارة.

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين البنين والبنات في الصف الثاني في اختبارات البحث بطريقة مان - وتني

المتغيرات	المجموعات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	P احتمالية الخطأ
١- الجرى الزجراجى	البنين (ن=٦)	٧.٠٠	٤٢.٠٠	٠.٤٨٦	٠.٥١٠
	البنات (ن=٦)	٦.٠٠	٣٦.٠٠		
٢- اختبار الركل	البنين (ن=٦)	٦.٣٣	٣٨.٠٠	٠.١٦١	٠.٨٧٢
	البنات (ن=٦)	٦.٦٧	٤٠.٠٠		
٣- الرمى و اللقف	البنين (ن=٦)	٨.٠٨	٤٨.٥٠	١.٥٢٤	٠.١٢٨
	البنات (ن=٦)	٤.٩٢	٢٩.٥٠		
٤- الوثب العمودى	البنين (ن=٦)	٧.٩٢	٤٧.٥٠	١.٣٦٣	٠.١٧٣
	البنات (ن=٦)	٥.٠٨	٣٠.٥٠		
٥- ضرب الكرة بالمضرب	البنين (ن=٦)	٧.٦٧	٤٦.٠٠	١.١٦٤	٠.٢٤٤
	البنات (ن=٦)	٥.٣٣	٣٢.٠٠		
٦- الإتران المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	البنين (ن=٦)	٥.٥٠	٣٣.٠٠	١.٠١٧	٠.٣٠٩
	البنات (ن=٦)	٧.٥٠	٤٥.٠٠		
٧- الإتران الثابت الوقوف بمشط القدم على مكعب	البنين (ن=٦)	٦.٧٥	٤٠.٥٠	٠.٢٤٢	٠.٨٠٩
	البنات (ن=٦)	٦.٢٥	٣٧.٥٠		

القيمة الجدولية لاختبار Z عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٩٦

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث البنين والبنات بالصف الثاني في جميع الاختبارات قيد البحث.



ثالثا : نتائج تأثير البرنامج التدريسي المقترح علي تحسين المهارات الحركية الأساسية لدي الأطفال من تلاميذ الصف الثالث الإبتدائي ( بنين - بنات )

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الاختبارات قيد البحث لتلاميذ الصف الثالث بنين بطريقة ولكوكسون ( ن = ٦ )

احتمالية الخطأ P	قيمة Z	مج القيم	القيم	الاتجاه	متوسط الرتب	القياس	المتغيرات
٠.٠٢٧	*٢.٢٠٧	٢١.٠	٦	-	٣.٥٠	القبلي	الجرى الزجراجي
		٠.٠	٠	+	٠.٠٠	البعدي	
٠.٠٢٧	*٢.٢٠٧	٠.٠	٠	-	٠.٠٠	القبلي	اختبار الركب
		٢١.٠٠	٦	+	٣.٥٠	البعدي	
٠.٠٢٨	*٢.٢٠١	٠.٠	٠	-	٠.٠٠	القبلي	الرمى و اللقف
		٢١.٠٠	٦	+	٣.٥٠	البعدي	
٠.٠٢٨	*٢.٢٠١	٠.٠	٠	-	٠.٠٠	القبلي	لوثب العمودي
		٢١.٠٠	٦	+	٣.٥٠	البعدي	
٠.٠٢٦	*٢.٢٣٢	٠.٠	٠	-	٠.٠٠	القبلي	ضرب الكرة بالمضرب
		٢١.٠٠	٦	+	٣.٥٠	البعدي	
٠.٠٤١	*٢.٠٤١	١٥.٠٠	٥	-	٣.٠٠	القبلي	الإتزان المتحرك ( اختبار الشكل الثماني)
		٠.٠٠	٠	+	٠.٠٠	البعدي	
٠.٠٢٧	*٢.٢٠٧	٠.٠	٠	-	٠.٠٠	القبلي	الإتزان الثابت الوقوف بمشط القدم على مكعب
		٢١.٠٠	٦	+	٣.٥٠	البعدي	

القيمة الجدولية لاختبار Z عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٩٦

تشير نتائج الجدول السابق إلى إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الثالث - بنين) وقد ظهر ذلك واضحا بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي في جميع الاختبارات قيد البحث في إتجاه القياس البعدي حيث سجلت قيمة Z لاختباري ( الجرى الزجراجي - الإتزان الثابت ) انخفاض زمن الأداء و زيادة زمن الأداء على الترتيب .

وسجلت قيمة Z لاختبارات ( الركل - الرمي و اللقف - ضرب الكرة بالمضرب - الإلتزان المتحرك ) زيادة عدد المحاولات الصحيحة ، كما سجلت قيمة Z لاختبار الوثب العمودي زيادة فى الارتفاع وكانت قيمة Z اعلى فى جميع الاختبارات عن القيمة الجدولية لها عند مستوى معنوية (٠.٠٥) ، وهذا يتوافق مع الفرض البحثى الأول القائل بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى والبعدى لتلاميذ الصف الثالث بنين لصالح القياس البعدى.

### جدول (١٣)

نسبة التغير بين متوسط القياسين القبلى والبعدى فى اختبارات قيد البحث للصف الثالث بنين

الاختبارات	متوسط القياس القبلى	متوسط القياس البعدى	نسبة التغير
١- الجرى الزجراجى	١٠.٠٦٦	٨.٠٣٣	%٢٠.٢
٢- اختبار الركل	٢٤.٠٠	٣٤.١٦٦	%٤٢.٤
٣- الرمي و اللقف	٢٣.٦٦	٤٤.٣٣	%٨٧.٤
٤- الوثب العمودى	٧.٣٦٦	١٢.٣٦٦	%٦٧.٩
٥- ضرب الكرة بالمضرب	٤.١٦٦	٧.٣٣	%٧٥.٩
٦- الإلتزان المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	٤.٠٠٠	٢.١٦٦	%٤٥.٩
٧- الإلتزان الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب)	١٩.٣٣٣	٢٩.٥٠٠	%٥٢.٦

وتشير نتائج الجدول السابق إلى انخفاض متوسط قيم القياس البعدى عن القبلى لاختبارى الجرى الزجراجى والإلتزان المتحرك (١٠.٠٦٦ - ٨.٠٣٣) و (٤.٠٠٠ - ٢.١٦٦) على الترتيب كما أشارت نتائج الجدول إلى زيادة متوسط قيم القياس البعدى عن القبلى لاختبارات: اختبار الركل - الرمي و اللقف - الوثب العمودى - ضرب الكرة بالمضرب - الإلتزان الثابت (٣٤.١٦٦-٢٤.٠٠) و(٤٤.٣٣-٢٣.٦٦) و(٧.٣٦٦-٤.١٦٦) و(١٢.٣٦٦) و(٧.٣٣-٤.١٦٦) و(٢٩.٥٠٠ - ١٩.٣٣٣) على الترتيب

وهذا يتوافق مع الفرض البحثي القائل بأن معدل التغيير في المهارات الحركية الأساسية لصالح القياس البعدي.

وقد سجل متوسط نسبة تحسن الأداء (٥٣.٨%) ، وكانت أعلى نسبة تحسن في مهارة الرمي واللقف بنسبة (٨٧.٤%) يليها نسبة تحسن ضرب الكرة بالمضرب وبلغت (٧٥.٩%) ثم وبلغت نسبة تحسن في مهارة الركل (٤٢.٤%) بترتيب تنازلي لنسب التحسن التي أظهرتها نتائج اختبارات المهارات الحركية التي تعتمد على التوافق بين العين واليد ، والتوافق بين العين والقدم ، وكانت نتيجة الوثب العمودي (٦٧.٩%) ويرجع الباحث هذه النسبة العالية من التحسن إلى تعلم الأداء الصحيح لأداء المهارة.

#### جدول (١٤)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الاختبارات قيد البحث لتلاميذ الصف الثالث بنات بطريقة ولكوكسون (ن = ٦)

المتغيرات	القياس	متوسط الرتب	الاتجاه	القيم	مج القيم	قيمة Z	P احتمال الخطأ
- الجرى الزجراجي	القبلي	٣.٥٠	-	٦	٢١.٠٠	*٢.٢٢٦	٠.٠٢٦
	البعدي	٠.٠٠	+	٠	٠.٠٠		
- اختبار الركل	القبلي	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٠١	٠.٠٢٨
	البعدي	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
- الرمي و اللقف	القبلي	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٠٧	٠.٠٢٧
	البعدي	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
- الوثب العمودي	القبلي	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٠١	٠.٠٢٨
	البعدي	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
- ضرب الكرة بالمضرب	القبلي	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٥١	٠.٠٢٤
	البعدي	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		
- الإرتان المتحرك (اختبار الشكل الثماني)	القبلي	٣.٠٠	-	٥	١٥.٠٠	*٢.٠٤١	٠.٠٤١
	البعدي	٠.٠٠	+	٠	٠.٠٠		
- الإرتان الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب)	القبلي	٠.٠٠	-	٠	٠.٠٠	*٢.٢٠١	٠.٠٢٨
	البعدي	٣.٥٠	+	٦	٢١.٠٠		

## جدول (١٥)

نسبة التغير بين متوسط القياسين القبلي والبعدي فى اختبارات قيد البحث للصف الثالث بنات

الاختبارات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التغير
١- الجرى الزجزاجى	١٠.٦٠٠	٨.٤٨٣	٪٢٠.٠
٢- اختبار الركل	٢١.٣٣	٣١.٨٣٣	٪٤٩.٢
٣- الرمى و اللقف	٢٢.٣٣٣	٣٧.٠٠٠	٪٦٥.٧
٤- الوثب العمودى	٦.١٥٠	١١.٠٣٣	٪٧٩.٤
٥- ضرب الكرة بالمضرب	٣.٠٠٠	٥.٥٠٠	٪٨٣.٣
٦- الإلتزان المتحرك (اختبار الشكل الثمانى)	٣.٨٣٣	٢.٠٠٠	٪٤٧.٨
٧- الإلتزان الثابت (الوقوف بمشط القدم على مكعب)	١٨.٨٣٣	٢٨.٦٦٦	٪٥٢.٢

القيمة الجدولية لاختبار Z عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٩٦

تشير نتائج الجدول السابق إلى إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الثالث - بنات) وقد ظهر ذلك واضحا بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي و البعدي فى جميع الاختبارات قيد البحث فى إتجاه القياس البعدي حيث سجلت قيمة Z لاختبارى ( الجرى الزجزاجى - الإلتزان الثابت ) انخفاض زمن الأداء و زيادة زمن الأداء على الترتيب ، وسجلت قيمة Z لاختبارات ( الركل - الرمى و اللقف - ضرب الكرة بالمضرب - الإلتزان المتحرك ) زيادة عدد المحاولات الصحيحة ، كما سجلت قيمة Z لاختبار الوثب العمودى زيادة فى الارتفاع وكانت قيمة Z أعلى فى جميع الاختبارات عن القيمة الجدولية لها عند مستوى معنوية (٠.٠٥) ، وهذا يتوافق مع الفرض البحثى القائل بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي لتلاميذ الصف الاول بنات لصالح القياس البعدي.

وتشير نتائج الجدول السابق إلى انخفاض قيم القياس البعدي عن القبلي لاختبارى الجرى الزجزاجى والإلتزان المتحرك (١٠.٦٠٠ - ٨.٤٨٣) و (٣.٨٣٣ - ٢.٠٠٠) على الترتيب كما أشارت نتائج الجدول إلى زيادة متوسط قيم القياس البعدي عن القبلي لاختبارات: اختبار الركل - الرمى و اللقف - الوثب العمودى - ضرب الكرة بالمضرب - الإلتزان الثابت (٣١.٨٣٣-٢١.٣٣) و(٣٧.٠٠٠-٢٢.٣٣٣) و(٦.١٥٠-١١.٠٣٣) و(١١.٠٣٣) و(٥.٥٠٠-٣.٠٠٠) و(١٨.٨٣٣-٢٨.٦٦٦) على الترتيب وهذا يتوافق مع الفرض البحثى القائل بأن معدل التغير فى المهارات الحركية الأساسية لصالح القياس البعدي.

وقد سجل متوسط نسبة تحسن الأداء (٥١.٦ %) ، وكانت أعلى نسبة تحسن في مهارة ضرب الكرة بالمضرب بنسبة (٨٣.٣%) يليها نسبة تحسن مهارة الرمي واللقف وبلغت (٦٥.٧%) ثم مهارة الركل وبلغت (٤٩.٢%) بترتيب تنازلي للمهارات الحركية التي تحتاج إلى التوافق بين العين واليد ، والتوافق بين العين والقدم وهذا الترتيب يتميز عن نظيره في الصف الأول والثاني من حيث تقدم نسبة الرمي واللقف على الركل . وكما هو وارد في خصائص المرحلة السنوية (مرحلة الطفولة المتأخرة ٦:٦ سنة) أنها تتصف ببطء زمن رد الفعل عند الأطفال ، وصعوبة في كل من التوافق بين العين واليد ، والتوافق بين العين والقدم خلال بداية هذه الفترة إلا أن نتائج الدراسة توضح وجود طفرة في الأداء يرجعها الباحث إلى فرصة التعلم والتدريب التي توفرت لعينة البحث. كانت نتيجة الوثب العمودي (٧٩.٤%) ويرجع الباحث هذه النسبة العالية من التحسن إلى تعلم الأداء الحركي الصحيح لأداء المهارة .

#### جدول (١٦)

دلالة الفروق بين البنين والبنات في الصف الثالث في اختبارات البحث بطريقة مان - وتني

المتغيرات	المجموعات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	P احتمالية الخطأ
١- الجرى الزجلجى	البنين (ن=٦)	٥.١٧	٣١.٠٠	١.٢٨٦	٠.١٩٩
	البنات (ن=٦)	٧.٨٣	٤٧.٠٠		
٢- اختبار الركل	البنين (ن=٦)	٧.٥٨	٤٥.٥٠	١.٠٤٤	٠.٢٩٦
	البنات (ن=٦)	٥.٤٢	٣٢.٥٠		
٣- الرمي و اللقف	البنين (ن=٦)	٩.٠٠	٥٤.٠٠	*٢.٤١٩	٠.٠١٦
	البنات (ن=٦)	٤.٠٠	٢٤.٠٠		
٤- الوثب العمودي	البنين (ن=٦)	٧.٧٥	٤٦.٥٠	١.٢٠٣	٠.٢٢٩
	البنات (ن=٦)	٥.٢٥	٣١.٥٠		
٥- ضرب الكرة بالمضرب	البنين (ن=٦)	٨.٤٢	٥٠.٥٠	١.٨٧٥	٠.٠٦١
	البنات (ن=٦)	٤.٥٨	٢٧.٥٠		
٦- الإثزان المتحرك (اختبار الشكل الثماني)	البنين (ن=٦)	٦.٦٧	٤٠.٠٠	٠.١٦٧	٠.٨٦٧
	البنات (ن=٦)	٦.٣٣	٣٨.٠٠		

٠.٥١٧	٠.٦٤٧	٤٣.٠٠	٧.١٧	البنين (ن=٦)	٧- الإيزان الثابت الوقوف بمشط القدم على مكعب
		٣٥.٠٠	٥.٨٣	البنات (ن=٦)	

القيمة الجدولية لاختبار Z عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٩٦  
يتضح من نتائج الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي  
البحث البنين والبنات بالصف الثالث في اختبار (الرمي واللقف) في اتجاه عينة البنين،  
وقد سجل متوسط الرتب لاختبار الرمي واللقف (٩.٠ للبنين)، (٤.٠ للبنات).

### الاستنتاجات والتوصيات

#### أولاً: الاستنتاجات

في ضوء هدف البحث وفي حدود العينة والإجراءات التي قام بها الباحث  
والمعالجة الإحصائية المستخدمة ، وما توصل إليه من نتائج يمكن استخلاص وجود  
فروق دالة إحصائياً لصالح القياس البعدى في جميع اختبارات البرنامج الموضوع للبنين  
والبنات ومن أبرزها:

- فيما يتعلق بتأثير البرنامج على تلاميذ الصف الأول الإبتدائى بنين.  
إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الأول - بنين) وقد ظهر ذلك  
واضحا بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى و البعدى فى جميع الاختبارات  
قيد البحث فى إتجاه القياس البعدى
- فيما يتعلق بتأثير البرنامج على تلاميذ الصف الأول الإبتدائى بنات.  
إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الأول - بنات) وقد ظهر  
ذلك واضحا بوجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى و البعدى فى جميع الاختبارات  
قيد البحث فى إتجاه القياس البعدى
- فيما يتعلق بتأثير البرنامج على تلاميذ الصف الثانى الإبتدائى بنين.

إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الثانى - بنين) وقد ظهر ذلك واضحاً بوجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى فى جميع الاختبارات قيد البحث فى إتجاه القياس البعدى

• فيما يتعلق بتأثير البرنامج على تلاميذ الصف الثانى الإبتدائى بنات.

إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الثانى - بنات) وقد ظهر ذلك واضحاً بوجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى و البعدى فى جميع الاختبارات قيد البحث فى إتجاه القياس البعدى

• فيما يتعلق بتأثير البرنامج على تلاميذ الصف الثالث الإبتدائى بنين.

إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الثالث - بنين) وقد ظهر ذلك واضحاً بوجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى فى جميع الاختبارات قيد البحث فى إتجاه القياس البعدى

• فيما يتعلق بتأثير البرنامج على تلاميذ الصف الثالث الإبتدائى بنات.

إيجابية تأثير البرنامج على عينة الدراسة (الصف الثالث - بنات) وقد ظهر ذلك واضحاً بوجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى و البعدى فى جميع الاختبارات قيد البحث فى إتجاه القياس البعدى

• معدل التغير فى المهارات الحركية الأساسية وذلك لصالح القياس البعدى.

توجد فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث البنين والبنات بالصف الاول فى متغير ( الجرى الزجراجى ) فى اتجاه عينة البنين.

عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث البنين والبنات بالصف الثانى فى جميع الاختبارات قيد البحث.

توجد فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث البنين والبنات بالصف الثالث فى اختبار ( الرمي واللقف ) فى اتجاه عينة البنين.

## ثانياً: التوصيات

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها يوصي الباحث بما يلي :

- ضرورة وضع معايير ثابتة لتقييم الأداء الأطفال للمهارات الحركية الأساسية تقوم على التحليل الحركي للأداء
- ضرورة وضع مجموعة من الاختبارات الدولية الموحدة لتقييم برامج التربية الحركية
- ضرورة نشر البرنامج موضوع الدراسة وتعميمة بين تلاميذ المدارس الحكومية والخاصة لنفس المراحل السنية (٦-٩) سنوات بما يحقق النمو الحركي المتوازن وتمكين التلاميذ من اكتساب بنية حركية متنوعة تساعدهم على مواجهة متطلبات الحياة المدرسية والتكيف مع البيئة ومن خلال تدريس تلك الأنشطة الحركية بمختلف جوانبها وتنوعاتها بطرق وأشكال متعددة بغرض تنميتها وتوجيهها لتؤهلهم لمرحلة الممارسة المهارية المتخصصة في الألعاب الرياضية التي ستأتي في مرحلة لاحقة في برنامج التدريس الموجه لمراحل التعليم التالية.
- أن تكون برامج تدريس التربية الحركية متنوعة ومرتجة و تتميز بالتشويق والإثارة .
- توفير جميع الأدوات التي يمكن استخدامها في درس التربية الحركية بالمدارس .
- عمل دورات تدريبية لمدرسي التربية الرياضية المعنيين بالمرحلة السنية قيد البحث حول التربية الحركية وأهميتها وأساليب تنفيذ برامجها .
- توفير عوامل الأمان والسلامة داخل المدارس بكل من القطاعين العام والخاص لتسهيل عملية إقامة أي نوع من أنواع دروس التربية الحركية .
- توجيه اهتمام الإدارات التعليمية بعمل متابعة دورية خلال فترة الدراسة على القائمين بتنفيذ الأنشطة الرياضية.
- يجب الاهتمام بزيادة عدد المرافق الرياضية المختلفة الموجودة داخل المدارس حتى تتناسب مع أعداد التلاميذ .
- محاولة إقامة مناشط التربية الحركية في مناطق طبيعية مفتوحة من فترة لأخرى لزرع روح حب الطبيعة وحياء الخلاء المفقودة لدى معظم الجيل الجديد من النشء.
- الاستعانة بالكليات المتخصصة لصفق القادة المؤهلين ووضع البرامج الرياضية المناسبة لهذه المرحلة السنة المهمة



•  
مراجع البحث:

- المراجع العربية

أمين أنور الخولي ، أسامة كامل راتب : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .

أمين أنور الخولي : أثر برنامج للتربية الحركية علي الرضا الحركي لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي بمكة المكرمة ، بحوث مؤتمر التربية في مصر، المجلد الثاني ، كلية التربية ، جامعة قناة السويس ، بالإسماعيلية، في الفترة من ( ٢٤ - ٢٦ ) سبتمبر ١٩٨٨ م .

عماد مصطفى العزباوي ، دراسة تجريبية لتطوير مستوى معلمى التربية الرياضية بالحلقة الاولى من التعليم الاساسى ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ١٩٩٥ م

فوزية دياب محمد : تصميم البرنامج التربوي للطفل في مرحلة ما قبل المدرسة، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٠ م .

ماجدة محمد إسماعيل ، بدور عبد الله : فاعلية درس التربية الرياضية باستخدام أسلوب التربية الحركية في المرحلة الابتدائية للبنات بدولة الكويت ، بحوث مؤتمر (رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية)، المجلد الأول ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان، من ٢٣ - ٢٥ ديسمبر ، القاهرة ، ١٩٩٢ م .

محمد حسن علاوى ، نصر الدين رضوان : الاختبارات المهارية والنفسية فى المجال الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٨٧ م .

محمد صبحى حسانين : القياس و التقويم فى التربية البدنية و الرياضة ، دار الفكر العربى ، ط ٤ ، ٢٠٠٠ م .

محمد عبد الغنى عثمان : التعلم الحركى والتدريب الرياضى ، دار القلم، الكويت ، ط ٢ ، ١٩٩٤ م .

منى أحمد الأزهرى : تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية علي بعض الادراكات الحس حركية وبعض عناصر اللياقة البدنية لدي أطفال ما قبل المدرسة ، بحوث مؤتمر مستقبلية للتربية

البدنية والرياضة في الوطن العربي ، المجلد الأول ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، في الفترة من ٢٢-٢٤ ديسمبر ، القاهرة ، ١٩٩٣م

### - المراجع الأجنبية

١٠. doughtrety & Woods : Physical education and intra mural Programs , and – edPhiladelphia : W.B. Saunders company, 1976.١٠
١١. Gallahue, Daivd L.: Developmental Experiences for Children, John Wiley & Sons, New York, Toronto, Chapter 4. 1982.١١
- ١٢ Kephart , Vewell C., : The slow learner in the classroom . Merrill pupil shing Co., Columbus, 6 hio, puvli, 1960.
١٣. Aristotle University - Greece -Department of Physical Education & Biomechanics: The effectiveness of using group of tests to meager the percentage of development of fundamental movement skills of first grade of primary children after application off suggested program, (2002).

## المرفقات

أ - قائمة الخبراء

ب - استطلاع رأى الخبراء حول محاور البرنامج التدريسى

ج - استطلاع رأى الخبراء حول أنشطة البرنامج التدريسى المقترح

د - الاختبارات

هـ - البرنامج

مرفق أ - قائمة الخبراء

الاسم	م	الوظيفة
أ.د/ سعيد الشاهد	١	أستاذ التعلم الحركي بقسم علوم الحركة بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان
أ.د/ أمين الخولى	٢	أستاذ المناهج وطرق التدريس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان
أ.د/ جمال الشافعى	٣	أستاذ المناهج وطرق التدريس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان
أ.د/ على حسب الله	٤	أستاذ المناهج وطرق التدريس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان
أ.د/ أشرف هلال	٥	أستاذ علم الحركة بقسم علوم الحركة بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان
أ.د/ على عبد المجيد	٦	أستاذ المناهج وطرق التدريس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان
أ.د/ أحمد معارك	٧	أستاذ المناهج وطرق التدريس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان
أ.م.د/ عماد العزباوى	٨	أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان

مرفق (ب) استطلاع رأى الخبراء حول

المحاور والبنود التي تمثل المهارات الحركية الأساسية  
كمدخلات لتصميم الهيكل البنائي للبرنامج التدريسي المقترح  
الموجهة لتلاميذ الثالث صفوف الأولي بالمرحلة الابتدائية من سن (٦-٩) سنوات  
محاور البرنامج التدريسي

تلك المحاور والبنود مناسبة لتصميم هيكل البرنامج التدريسي			المحاور والبنود المقترحة	م
أوافق	أوافق إلى حد ما	غير موافق	لتصميم بنية البرنامج التدريسي المقترح	
			<p><b>Fundamental movement skills</b></p> <p>تقوم بنية البرنامج التدريسي علي المهارات الحركية الأساسية وهي المفردات الأولية الأصلية في حركة الطفل ولعل أهم القدرات الحركية الأساسية التي ينبغي تلمينتها و التدريب عليها في هذه المرحلة وفيما يتعلق :</p>	
			<p>المحور الأول : - المهارات الحركية الانتقالية</p> <p><b>locomotor movement skills</b></p> <p>وتتضمن الحركات الانتقالية التي تستخدم تحرك الجسم من مكان إلى آخر أو انطلاق الجسم لأعلى وتتضمن :-</p>	
			الزحف Crawling	١
			الحيبو Creeping	٢
			المشي Walking	٣
			الجرى Running	٤
			الوثب Jumping	٥
			وثبة الفجوة Leaping	٦
			النط Skipping	٧
			الحجل Hopping	٨
			التسلق Climbing	٩
			التزلق Sliding	١٠
مهارات حركية أخرى تراها سيادتكم مناسبة لتغطية بنود هذا المحور				

			<p>المحور الثاني: - المهارات الحركية غير الانتقالية</p> <p><b>Un locomotion movement skills</b></p> <p>وهي تلك الحركات التي تؤدي في المكان أي بدون انتقال من مكان لآخر وتتضمن</p> <p>-:</p>	
			المد	١١
			الثني	١٢
			اللف	١٣
			الدوران	١٤
			الانحناء	١٥
			المرجحة	١٦
مهارات حركية أخرى تراها سيادتكم مناسبة لتغطية بنود هذا المحور				
			<p>المحور الرابع - المهارات الحركية لثبات و اتزان الجسم</p> <p><b>Stability &amp; Balance movement skills</b></p> <p>الاتزان هو قدرة الفرد على الاحتفاظ بعلاقته مع قوة الجاذبية الأرضية ويتضمن :-</p>	
			<p>( الاتزان الثابت Static Balance ) : ويعني القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة كما هو الحال عندما يطلب من الطفل الوقوف على عارضة أوازن بمشط القدم .</p>	١٧
			<p>( الاتزان المتحرك : Dynamic Balance ) : ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالتوازن أثناء أداء حركي كما هو الحال عندما يطلب من الطفل المشي على عارضة توازن</p>	١٨

<p>المحور الثالث :- المهارات الحركية للتحكم والسيطرة</p> <p><b>Control and Domination movement skills</b></p> <p>حيث يتطلب هذا المجال توافقاً بين العين و اليدين ، و العين و الرجلين أكثر</p> <p>ما تطلبه في المجالات الأخرى وتتضمن :-</p>			
		Throwing	الرمي ١٩
		Catching	اللقف ٢٠
		Striking	الضرب ٢١
		Kicking	الركل ٢٢
		Pulling	الدفع ٢٣
		Pushing	الشد ٢٤
		Dragging	الجذب ٢٥
		Hanging	التعلق ٢٦
		Bouncing	التنطيط ٢٧
		Rolling (implement)	دحرجة الأداة ٢٨
		Trapping (implement)	إيقاف الأداة ٢٩



## مرفق ج

المحور الأول : المهارات الحركية الانتقالية

المحور الثاني : المهارات الحركية غير الانتقالية

المحور الثالث : المهارات الحركية للمناولة

المحور الرابع : المهارات الحركية للثبات والأثزان

رقم	المحور الأول: المهارات الحركية الانتقالية	
	أوافق	لا أوافق
		المشى
١		(وقوف الوضع أماما) المشى أماما مع مرجحة الذراعين بالتبادل (زيادة اتساع الخطوة باستخدام الأطواق)
٢		(وقوف الوضع أماما) المشى أماما مع مرجحة الذراعين أماما
٣		(وقوف الوضع أماما) المشى أماما مع مرجحة الذراعين جانبا
٤		(وقوف الوضع أماما) المشى أماما مع مرجحة الذراعين عاليا
٥		(نصف وقوف) والمشى أماما مع رفع الركبتين عاليا بالتبادل ( استخدام الحواجز و زيادة الأرتفاع تدريجيا)
٦		(وقوف) المشى (أماما - خلفا - جانبا) : :: باستخدام الحبال و الأطواق
٧		(وقوف) المشى الزجراجى (باستخدام الأقماع)
٨		(وقوف) المشى أماما بأسرع ما يمكن - بأبطأ ما يمكن حسب الإشارة
٩		(وقوف) المشى حول دائرة (باستخدام الأقماع)
		الجرى
١٠		(وقوف) الجرى أماما بأسرع ما يمكن - بأبطأ ما يمكن حسب الإشارة
١١		(وقوف) الجرى أماما و خلفا (مكوكى) (باستخدام الأقماع)
١٢		(وقوف) الجرى جانبا و تغيير الاتجاه عند سماع الإشارة
١٣		(وقوف) الجرى أماما و جانبا فخلفا باتجاه الأقماع
١٤		(وقوف) الجرى أماما بأقصى اتساع للخطوة (باستخدام الأطواق)
١٥		(وقوف) الجرى أماما مع رفع الركبتين عاليا بالتبادل (باستخدام الأطواق)
١٦		(وقوف) الجرى أماما مع رفع الركبتين عاليا بالتبادل ( باستخدام الحواجز و زيادة الأرتفاع تدريجيا)
١٧		(وقوف) الجرى بين الأقماع (زجراجى)
١٨		(وقوف) الجرى و الجلوس فالرفود ثم الانبطاح (حسب الإشارة)
١٩		(وقوف) الجرى مع تغيير الاتجاه (حسب الإشارة)

رقم	الحجل	أوافق	لا أوافق
٢٠	(نصف وقوف - ثبات الوسط) الحجل أماما		
٢١	(نصف وقوف - ثبات الوسط) الحجل بالتبادل		
٢٢	(نصف وقوف) الحجل أماما لأبعد مسافة ممكنة (باستخدام الأطواق و زيادة المسافة تدريجيا)		
٢٣	(نصف وقوف) الحجل بين الأقماع (الزجاجي)		
٢٤	(نصف وقوف) الحجل أماما مع تغيير وضع الذراعين (حسب الإشارة)		
٢٥	(نصف وقوف - مسك القدم) الحجل أماما		
٢٦	(نصف وقوف) الحجل أماما فوق مانع		
٢٧	(نصف وقوف) الحجل أماما مع دوران الجسم ( ربع - نصف - لفة كاملة )		
٢٨	(نصف وقوف) الحجل بسرعات مختلفة		
٢٩	(نصف وقوف) الحجل مع تنطيط الكرة		
٣٠	(نصف وقوف) الحجل مع لقف و رمى الكرة		
٣١	(نصف وقوف - تشبيك الأيدي) الحجل أماما : ::		
٣٢	(نصف وقوف) الحجل جانبا (باستخدام الأطواق و زيادة المسافة تدريجيا)		
	<b>الوثب</b>		
٣٣	(وقوف ثنى - ثبات الوسط) الوثب أماما (باستخدام الأطواق و زيادة المسافة تدريجيا)		
٣٤	(وقوف ثنى) الذراعين خلفا الوثب لأعلى مع رفع الذراعين عاليا		
٣٥	(وقوف ثنى) الوثب فتحا مع رفع الذراعين جانبا (استخدام الترامبولين)		
٣٦	(وقوف ثنى) الوثب عاليا مع قبض الركبتين الى الصدر		
٣٧	(وقوف ثنى) الوثب عاليا مع التقوس للخلف		
٣٨	(وقوف ثنى) الوثب عاليا مع قبض إحدى الركبتين الى الصدر		
٣٩	(وقوف ثنى) الوثب مع مد الرجلين أماما للمس اليدين		
٤٠	(وقوف ثنى) الوثب أماما مع الدوران (ربع لفة - نصف لفة - لفة كاملة)		
٤١	(وقوف ثنى) الوثب أماما لعبور مانع		

رقم	الهبوط	أوافق	لا أوافق
٤٨	(وقوف) الصعود على الدرج و الهبوط بالقدمين معا		
٤٩	(وقوف ثنى) الوثب بالقدمين معا على الدرج و الهبوط بالقدمين معا		
٥٠	(وقوف ثنى) الوثب بالقدمين معا على الدرج والهبوط بالقدمين معا لأبعد مسافة ممكنة مع مرجحة الذراعين		
٥١	(وقوف ثنى) الوثب بالقدمين معا على الدرج و الوثب لأقصى ارتفاع مع مرجحة الذراعين عاليا فالهبوط بالقدمين معا		
٥٢	(وقوف ثنى) الوثب بالقدمين معا على الدرج و الهبوط بالقدمين معا فلوثب على الدرجة التالية (زيادة المسافة تدريجيا)		
٥٣	(وقوف ثنى) الوثب بالقدمين معا على الدرج و الهبوط بالقدمين معا فى اتجاهات مختلفة (باستخدام الأطواق و زيادة المسافات تدريجيا)		
٥٤	(وقوف) الصعود بقدم واحدة على الدرج و الحجل لأعلى مع رفع أحد الركبتين واليد المقابلة عاليا		
٥٥	أداء ما سبق أثناء لقف الكرة		
	<b>التسلق</b>		
٥٦	تسلق المستويات المختلفة فى درجة الميل		
٥٧	تسلق الأسطح المختلفة (خشن - ناعم )		
٥٨	تسلق الجبال		
٥٩	تسلق الشبك		
٦٠	تسلق الأعمدة		
٦١	تسلق السلم العمودى		

رقم	المحور الثاني : المهارات الحركية غير الانتقالية	أوافق	لا أوافق
٦٤	(وقوف) رفع الذراع اليمنى مع رفع الركبة اليسرى بالتبادل		
٦٥	(وقوف) رفع الركبتين بالتبادل بأبطأ ما يمكن		
٦٦	(وقوف) رفع الركبتين بالتبادل بأسرع ما يمكن		
٦٧	(وقوف) رفع الركبتين بالتبادل مع مد الذراعين أماما و جانبا فعليا		
٦٨	(وقوف) رفع الركبتين بالتبادل مع دوران الذراعين للأمام بأقل اتساع (زيادة سرعة الدوران حسب الإشارة)		
٦٩	(وقوف) رفع الركبتين بالتبادل مع دوران الذراعين للأمام بأقصى اتساع (زيادة سرعة الدوران حسب الإشارة)		
٧٠	(وقوف) رفع الركبتين بالتبادل مع دوران الذراعين خلفا بأقل اتساع (زيادة سرعة الدوران حسب الإشارة)		
٧١	(وقوف) رفع الركبتين بالتبادل مع دوران الذراعين خلفا بأقصى اتساع (زيادة سرعة الدوران حسب الإشارة)		
٧٢	(وقوف) رفع الركبتين بالتبادل مع دوران الذراعين أحدهما للخلف والأخرى للأمام بأقل اتساع		
٧٣	رفع الركبتين بالتبادل مع دوران الذراعين أحدهما للخلف والأخرى للأمام بأقصى اتساع		
٧٤	(وقوف) رفع الركبتين بالتبادل مع دوران أحد الذراع للخلف وقبض الأخرى على العضد		
٧٥	(وقوف) رفع الركبتين بالتبادل مع مرجحة الذراعين أماما خلفا		
٧٦	(وقوف فتحا - أنثناء عرضا) لف الجذع		
٧٧	(الوقوف فتحا) الانثناء جانبا		
٧٨	(وقوف فتحا) التقوس خلفا		
٧٩	(وقوف فتحا) الانحناء أماما		
٨٠	(وقوف قرفصاء - ثبات الوسط) مد الرجلين		
٨١	(وقوف) النط فى المكان بأقصى سرعة ممكنة		
٨٢	(وقوف) النط مع دوران الجسم ( ربع - نصف - دورة كاملة )		

رقم	المحور الثالث : المهارات الحركية للمناولة	
	أوافق	لا أوافق
		الرمى – اللقف
٨٣		(وقوف) رمى الكرة باليدين معا من فوق الرأس (لأبعد مسافة ممكنة - للزميل - تجاه الحائط - الى هدف)
٨٤		(وقوف) رمي الكرة باليدين معا من فوق الرأس في مسارات مختلفة (مرتدة - مستقيمة - منحنية)
٨٥		(وقوف) رمى الكرة باليدين معا من أمام الصدر (لأبعد مسافة ممكنة - للزميل - تجاه الحائط - الى هدف)
٨٦		(وقوف) رمي الكرة باليدين معا من أمام الصدر في مسارات مختلفة (مرتدة - مستقيمة - منحنية)
٨٧		(وقوف) رمى الكرة بيد واحدة من فوق الرأس (لأبعد مسافة ممكنة - للزميل - تجاه الحائط - الى هدف - من فوق مانع)
٨٨		(وقوف ثنى) رمى الكرة باليدين معا لأعلى مسافة ممكنة
٨٩		(جلوس طويل) رمي الكرة باليدين معا من فوق الرأس الى أبعد مسافة ممكنة
٩٠		(وقوف) رمي الكرة بيد واحدة و لقفها بنفس اليد
٩١		(وقوف) رمي الكرة بيد واحدة و لقفها باليد لأخرى
٩٢		(وقوف) لقف كرات بسرعات مختلفة
٩٣		(وقوف) لقف كرات من اتجاهات مختلفة
٩٤		(وقوف) لقف كرات من مسارات مختلفة (مرتدة - مستقيمة - منحنية)
٩٥		(وقوف) لقف كرات من مسافات مختلفة
٩٦		(وقوف) رمى (أكياس الحبوب - الصولجانات البلاستيكية) بيد واحدة ( لأبعد مسافة ممكنة - للزميل - الى هدف - من فوق مانع )
		ملاحظة : استخدام كرات بأحجام و أوزان مختلفة

رقم	الركل – الايقاف	أوافق	لا أوافق
٩٧	(وقوف) ركل الكرة بأجزاء مختلفة من القدم		
٩٨	(وقوف) ركل الكرة الى هدف (زميل - للمرور بين قمعين - قمع واحد)		
٩٩	(وقوف) ركل الكرة فى اتجاهات مختلفة		
١٠١	(وقوف) ركل الكرات المتحركة		
١٠١	(وقوف) ركل الكرة الى الحائط ومتابعة ركل الكرة المرتدة		
١٠٢	(وقوف) ركل الكرة في مسارات مختلفة (مستقيمة - منحنية - مرتدة)		
١٠٣	(وقوف) ركل الكرة لأبعد مسافة ممكنة		
١٠٤	(وقوف) رمي الكرة و ركلها		
١٠٥	(وقوف) ايقاف الكرة بأجزاء مختلفة من الجسم (القدم – الصدر – الركبة الكتف - اليدين)		
١٠٦	(وقوف) ايقاف كرات أتية من اتجاهات مختلفة		
	ملاحظة : استخدام أنواع و أوزان و أحجام مختلفة من الكرات		

رقم	تنطيط ( الكرة )	أوافق	لا أوافق
١١٤	(وقوف فتحا) تنطيط الكرة باليدين معا ثم بيد واحدة		
١١٥	(وقوف الوضع أماما) تنطيط الكرة بيد واحدة		
١١٦	(وقوف) المشى أماما مع تنطيط الكرة بيد واحدة		
١١٧	(وقوف) المشى أماما مع تنطيط الكرة بيد واحدة فتغيير الأتجاه حسب الاشارة		
١١٨	(وقوف الوضع أماما) تنطيط الكرة بيد واحدة حول الجسم		
١١٩	(وقوف الوضع أماما) تنطيط الكرة بيد واحدة حول القدمين		
١٢٠	(وقوف) تنطيط الكرة بيد واحدة مع الدوران		
١٢١	(وقوف الوضع أماما) تنطيط الكرة بيد واحدة لأقصى عدد من المرات		
١٢٢	(وقوف) الجري أماما مع تنطيط الكرة بيد واحدة (بسرعات مختلفة حسب الاشارة)		
١٢٣	(وقوف الوضع أماما) تنطيط الكرة بيد واحدة مع تغيير ارتفاعات الكرة		
١٢٤	(وقوف الوضع أماما) تنطيط الكرة بيد واحدة غلي أسطح مختلفة (صلبة - رملية - نجيلة)		
١٢٥	تنطيط الكرة مع أتحاذ الجسم أوضاع مختلفة		
١٢٦	(وقوف) الجرى فى مسارات مختلفة (خط مستقيم - دائرى - زجاجى) مع تنطيط الكرة بيد واحدة		
١٢٧	(وقوف) تنطيط الكرة باليدين معا الى الحائط		
١٢٨	دحرجة ( الأداة )		
١٢٩	(جلوس فتحا) ايقاف الكرة و دحرجة الكرة الى الزميل		
١٣٠	(جلوس فتحا) دحرجة الكرة أماما الى الحائط و ايقاف الكرة المرتدة		
١٣١	(وقوف الميل) دحرجة الكرة أماما الى هدف (للمروق بين قمعين - لاصابة الصولجانات)		
١٣٢	(وقوف) ايقاف الطوق و دحرجة الطوق أماما		



رقم	الدفع - الشد	أوافق	لا أوافق
١٣٣	(وقوف الظهر الى الظهر) دفع الزميل خلفا مع محاولة الزميل مقاومة الدفع :		
١٣٤	(وقوف الميل) دفع الصناديق و الأجهزة المناسبة فى الوزن		
١٣٥	(وقوف الوضع أماما) شد الحبل :::: ::::		
١٣٦	(وقوف الوضع أماما) شد الحبل فى مجموعة واحدة من طرف والطرف الآخر مربوط فى جسم بوزن مناسب		
	<b>المحور الرابع : المهارات الحركية للأتزان و الثبات</b>		
	<b>الأتزان</b>		
١٣٧	(وقوف الوضع أماما) المشى على عارضة الأتزان باتجاهات مختلفة (أماما - خلفا - جانبا)		
١٣٨	(وقوف الوضع أماما) المشى على عارضة الأتزان باتجاهات مختلفة (أماما - خلفا - جانبا) بوضع كيس من الرمل أو الحبوب علي الرأس		
١٣٩	(وقوف الوضع أماما) المشى أماما على العقبين مع تغيير وضع الذراعين أماما و جانبا فعليا		
١٤٠	(وقوف الوضع أماما) المشى أماما على مشطى القدمين مع تغيير وضع الذراعين أماما و جانبا فعليا		
١٤١	(وقوف على أربع) الحيو أماما على عارضة الأتزان		
١٤٢	(وقوف الوضع أماما) المشى على عارضة الأتزان مع لقف و رمى الكرة		
١٤٣	المشى على حافة الأطواق		
١٤٤	(وقوف انحناء) الدحرجة الأماما		
١٤٥	(وقوف) جلوس و الدحرجة خلفا		
١٤٦	(رقود) الدحرجة جانبا		

رقم	الثبات	أوافق	لا أوافق
١٤٧	الوقوف على مشطى القدمين الوقوف على مشطى القدمين مع غمض العينين		
١٤٨	الوقوف على العقبين الوقوف على العقبين مغمض العينين		
١٤٩	(نصف وقوف) (نصف وقوف) مغمض العينين		
١٥٠	الوقوف على لوح الأتزان محافظا على ثبات الجسم الوقوف على لوح الأتزان محافظا على ثبات الجسم مغمض العيني		
١٥١	(نصف وقوف) على مكعب خشبي (نصف وقوف) على مكعب خشبي مغمض العينين		
١٥٢	(الوقوف على الكتفين)		
١٥٣	(جنو) رفع القدمين عاليا		
١٥٤	(نصف وقوف) مد الرجل أماما (نصف وقوف) مد الرجل جانبا (نصف وقوف) مد الرجل خلفا (نصف وقوف) مد الرجل أماما و جانبا فخلفا حسب الإشارة		
١٥٥	(الانبطاح المائل) رفع الرجل عاليا (الانبطاح المائل) رفع الذراع عاليا (الانبطاح المائل) رفع الرجل والذراع المقابلة عاليا		
١٥٦	(الانبطاح المائل الجانبي)		
١٥٧	(الانبطاح المائل المعكوس) (الانبطاح المائل المعكوس) رفع الرجل عاليا		
١٥٨	الثبات بعد الهبوط من مستوى مرتفع (زيادة الأرتفاع تدريجيا)		

## مرفق ه البرنامج

نماذج لدرس من البرنامج المقترح

الهدف الأساسى للدرس : تحسين مهارة الرمى

الأدوات المستخدمة : أطواق - كرات سلة - طباشير ألوانالدرس رقم ٢

محتويات الدرس	أجزاء الدرس و الوقت المخصص لتنفيذه
<ul style="list-style-type: none"> <li>- (وقوف) رفع الركبتين عاليا بالتبادل مع مرجحة الذراع المقابلة أماما.</li> <li>- (وقوف) رفع الركبتين عاليا بالتبادل مع رفع الذراع المقابلة عاليا.</li> <li>- (وقوف) رفع الركبتين عاليا بالتبادل مع رفع الذراعين جانبا.</li> <li>- (وقوف) رفع الركبتين عاليا بالتبادل مع ...</li> <li>(مد الذراعين أماما و رفع الذراعين عاليا فوضع الذراعين جانبا) حسب النداء.</li> <li>- (الوقوف فتحا) الانحناء أماما مع الاحتفاظ باستقامة الركبتين والثبات.</li> <li>- (الوقوف فتحا) الانثناء جانبا والثبات.</li> <li>- (الوقوف فتحا) التقوس خلفا والثبات.</li> <li>- (الوقوف فتحا) لف الجذع بالتبادل.</li> </ul>	<p>الجزء التمهيدي (إحماء) ١٥ ق</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- (وقوف) رمى الكرة باليدين من فوق الرأس لتصطدم بالحائط . ( زيادة المسافة بين الرامى والحائط تدريجيا )</li> <li>- (وقوف) رمى الكرة من أمام الصدر لتصطدم بالحائط . ( زيادة المسافة بين الرامى والحائط تدريجيا )</li> <li>- (وقوف) رمى الكرة من أمام الصدر إلى الهدف المرسوم على الحائط . ( دوائر أو مستطيلات متداخلة )</li> <li>- (وقوف) رمى الكرة باليدين من فوق الرأس إلى الهدف المرسوم على الحائط ( دوائر أو مستطيلات متداخلة )</li> </ul>	<p>الجزء الرئيسي ٢٠ ق</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- (وقوف) دحرجة الأطواق إلى أبعد مسافة .</li> <li>- الجرى لجمع أكبر عدد من الأطواق دون استخدام اليدين .</li> </ul>	<p>الجزء الختامي (التهدئة) ٥ ق</p>