

## " اللياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية " (دراسة مقارنة بين المصريين والألمان )

م.د/ احمد عبد العظيم عبد الله

### المقدمة ومشكلة البحث :

تعتبر اللياقة البدنية أحد مكونات اللياقة الشاملة التي تتضمن اللياقة العقلية و اللياقة النفسية و اللياقة الاجتماعية وغيرها من اللياقات، كما تعتبر من الجوانب الحيوية التي تمكن الأجهزة التربوية من الوصول إلى هدفها ، واللياقة البدنية تعنى سلامة البدن وكفاءته في مواجهة التحديات التي تواجه الإنسان خلال تعامله في الحياة ( ٨ : ٢٤ ) .

فيعرفها كلارك " Clarke " على أنها القدرة على أداء الواجبات اليومية بحيوية وبقظة، دون تعب لا مبرر له ، مع توافر جهد كاف للتمتع بهوايات وقت الفراغ ومقابلة الطوارئ غير المتوقعة . ويعرفها صبحي حسانين بأنها مدى كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة ( ١٠ : ١٦٧ ) .

ولقد أوضح جلاجر و بروها " Glager&Bruha " أن اللياقة البدنية مفهوم يشتمل على ثلاث مكونات ( ٢ : ٢٦٩ ) :

١- اللياقة الطبية الثابتة .

٢- اللياقة الديناميكية الوظيفية .

٣- اللياقة المهارية الحركية .

ولقد نالت المدرسة الابتدائية من فكر المربين ما لم تتله غيرها لأنها اللبنة الأولى في بناء المجتمع وأصبحت مهمتها شاملة ترمى إلى تربية وتنمية العقل و تهذيب الخلق وتكوين المهارات وغرس مبادئ السلوك حتى تخلق المواطن الصالح الذي يشعر بوجوده متفاعلا مع الجماعة متعاوننا معها .

ولقد اهتمت دول العالم المتحضرة باللياقة البدنية ، ففي فرنسا وضعت المدارس الابتدائية تنمية عناصر اللياقة البدنية هدف هام وأساسي ضمن أهداف التربية البدنية ، كذلك في ألمانيا و إنجلترا اهتم المسئولون باللياقة البدنية واعتبروها الأساس الأول في ممارسة كافة الأنشطة الرياضية ، وفي الاتحاد السوفيتي وضعت تنمية القوة والرشاقة والابتكار والجلد

\* مدرس بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة

كهدف من أهداف التربية البدنية، وفي مصر وضعت لجنة تطوير المناهج بوزارة التربية والتعليم (١٩٨٧) تنمية اللياقة البدنية هدف رئيسي في المدارس الابتدائية (٢ : ٢) .

واللياقة الشاملة " **Total Fitness** " هي مجموعة المكونات التي تؤهل الفرد للعيش بصورة متوازنة ، فهي تتضمن جميع الأبعاد المكونة للإنسان السعيد سواء كانت نفسية أو عقلية أو اجتماعية أو بدنية (١٠ : ١٦٥) .

تظهر أهمية اللياقة البدنية من ارتباطها الطردى بعدد من المجالات الحيوية كالذكاء والتحصيل و النضج الاجتماعي ، والنضج البدني والعاطفي ، والقوام الجيد و الإنتاج البشري ، والصحة البدنية والعقلية والاجتماعية والنمو والتكيف وتأخير التعب والإجهاد وأمراض الشيخوخة وحسن استخدام وقت الفراغ ومواجهة الطوارئ غير المتوقعة (١ : ٦٢) .

كما أن اللياقة البدنية تلعب دورا هاما و أساسيا في ممارسة جميع الأنشطة الرياضية وقد اتفق علماء التدريب علي أن اللياقة البدنية العامة هي المكون الأساسي الذي يبنى عليه بقية المكونات اللازمة للوصول إلى ما يعرف بالفورمة الرياضية (١٢ : ١) .

لذا كانت اللياقة البدنية ومازالت محور اهتمام الباحثين في المجال الرياضي إذ أنه عن طريق تحقيق اللياقة البدنية لدى التلاميذ يمكن الوصول إلي تحقيق بعض الأهداف الأخرى التي تهدف إليها العملية العلمية .

ويرى الباحث من خلال دراسته في جامعة بون بألمانيا الاتحادية في الفترة من (٢٠٠٠-٢٠٠٢) مدى اهتمام المسؤولين في المدارس الابتدائية باللياقة البدنية للتلاميذ ومدى تحقيق الأهداف والأعراض الموضوعية لها ومواعمتها للمناهج المقررة علي المرحلة الابتدائية و أن هناك فروق بين محتوى درس التربية البدنية بين مصر وألمانيا حيث يعكس ذلك على مستوى اللياقة البدنية لدى التلاميذ، فقام الباحث بمقارنة مستوى اللياقة البدنية بين التلاميذ المصريين في ثلاث مراحل بأقرانهم من التلاميذ الألمان للوقوف على الحالة البدنية لهم بهدف مقارنة تأثير الجزء البدني في درس التربية البدنية في مصر و ألمانيا .

حيث قام العالمان " نادية شوت ، كلاوس بيس " الألمان الجنسية " **Nadi schott** و **Klaus Boes** بعمل دراسة تحت عنوان ( تشخيص اللياقة البدنية في المدرسة الابتدائية ) تم نشرها في المؤتمر العلمي في ألمانيا في الفترة من (١٢-١٤) نوفمبر (١٩٩٨) عن طريق وضع ( ٦ ) اختبارات تقيس القدرات الحركية للتلاميذ في هذه المرحلة حيث يساعد ذلك في وضع مقاييس تعبر عن حركة العضلات و المقدرة الرياضية لهم حيث تعتمد هذه الاختبارات عل الحركة أساساً و ستكون النتيجة في هذه الحالة إما ايجابية أو سلبية بمعنى أن

التلاميذ الذين تكون حركتهم غير منضبطة ولا تتسم بالنشاط تعد سلبية، في حين التلاميذ الذين تكون حركتهم منضبطة و تتسم بالنشاط تعد ايجابية ( ١٤ : ١٩٠ ).

وسوف يقوم الباحث بتطبيق هذه الاختبارات على المصريين في المدارس الابتدائية ومقارنة نتائجها بنتائج البحث الألماني للوقوف على مستوى اللياقة البدنية للمرحلة الابتدائية في مصر.

كما لاحظ الباحث من خلال متابعته لدرس التربية البدنية في المدارس الابتدائية المصرية اشترك البنين مع البنات في الدرس ولاحظ تقارب مستواهم البدني وخاصة في المراحل الأولى بل قد تتفوق البنات على البنين أحيانا في بعض الصفات البدنية مما دعا الباحث لمحاولة تحديد هذه الفروق والتعرف على الصفات التي قد يتفوق فيها أحد الجنسين على الآخر.

### هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى :-

- مقارنة مستوى اللياقة البدنية للتلاميذ المصريين بمستوى اللياقة البدنية للتلاميذ الألمان في المراحل السنية الثلاثة ( ٦-٧ ) ، ( ٨-٩ ) ، ( ١٠-١١ ) سنوات .
- مقارنة مستوى اللياقة البدنية للتلاميذ البنين المصريين بمستوى اللياقة البدنية للتلميذات البنات المصريات في المراحل السنية ( ٦-٧ ) ، ( ٨-٩ ) ، ( ١٠-١١ ) سنوات .

### فروض البحث :

- توجد فروق دالة إحصائياً بين قياسات تلاميذ المجموعة الألمانية و قياسات تلاميذ المجموعة المصرية لصالح المجموعة الألمانية في بعض الاختبارات البدنية المختارة قيد البحث ولصالح المجموعة المصرية في بعض الاختبارات البدنية المختارة قيد البحث .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائياً بين قياسات البنين والبنات المصريين لصالح البنين في بعض الاختبارات البدنية المختارة قيد البحث، ولصالح البنات في بعض الاختبارات البدنية قيد البحث.

**المصطلحات المستخدمة في البحث :**

**" Physical Fitness " : اللياقة البدنية :**

يعرفها كلارك " Clarke " بكونها :القدرة على أداء الواجبات اليومية بحيوية ويقظة ، دون تعب لا مبرر له ، مع توافر جهد كاف للتمتع بهوايات وقت الفراغ ومقابلة الطوارئ غير المتوقعة ( ١٠ : ١٦٧ ) .

**" Total Fitness " : اللياقة العامة :**

يعرفها خاطر والبيك بأنها :الحالة الشاملة للاعب من حيث قوته العضلية وتحمله وسرعته ورشاقته ومرونته ( ١ : ٢٧ ) .

**" Special Physical Fitness " : اللياقة البدنية الخاصة :**

هي كفاءة البدن في مواجهة العمل المعين ( ١٠ : ١٦٨ ) .

**" Test " : الاختبار :**

يعرفه كرونباك " Cronbach " بأنه : طريقة منظمة لمقارنة سلوك شخصين أو أكثر ( ٩ : ٤٥ ) .

**" Physical test " : الاختبار البدني :**

هو تمرين مقنن يعطى بهدف التأكد من معرفة الفرد أو قدراته أو استعداداته أو كفاءته البدنية ( ١١ : ٥٦ ) .

جدول رقم ( ١١ )

الدراسات المرتبطة العربية والأجنبية

أولاً: الدراسات المرتبطة العربية:

رقم	اسم الباحث	رقم المراجع	نوع الدراسة	عنوان البحث	هدف البحث	المنهج المستخدم	الفترة		
							طريقة التدريس	نوعها	عددنا
١	أحمد عبد العزيز	٧	إنتاج علمي (١٩٩١)	تأثير ممارسة الألعاب الشعبية على التعلم الحركي والمعرفي للطلاب الابتدائيين في المرحلة الابتدائية.	التعرف على تأثير ممارسة الألعاب الشعبية على التعلم الحركي وبعض الصفات البدنية.	الوصفي	تقنيات المرحلة الابتدائية	(١٦)	طريقة التدريس
٢	سادة رضا عبد العزيز	٦	مجمعي (١٩٩٢)	دراسة تقييمية للبيئة البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة المنيا.	تطبيق مقدمات البيئة البدنية المقترحات لمحافظة المنيا.	الوصفي	تقنيات المرحلة الابتدائية	(٩٥٨)	الطريقة
٣	حسن عبد أمين	٣	إنتاج علمي (١٩٩٤)	التأثير بمستوى بعض القدرات البدنية بدالة السن والطول والوزن.	التعرف على أكثر الأولاد الأولية تأثيراً في مستوى بعض القدرات البدنية.	المنهج الوصفي	تلاميذ المرحلة الابتدائية	-	عقد الية

أهم النتائج

يرتفع الأداء الفسيولوجي لدى تلميذتين بعض الصفات البدنية

- يرتفع معدل معدل قوة مقبولة لمؤشرات بطارية الطاقة البدنية.  
- لا توجد ارتباطات موجبة دلالية بين مؤشرات الطاقة البدنية

لا توجد اختلافات ملحوظة بين مستويات القدرات البدنية.

تایم جدول رقم ( ١ )

الدراسات المرتبطة التربية و الأجنبة

م	اسم الباحث	رقم المرجع	نوع الرسالة و سنة النشر	عنوان البحث	هدف البحث	المنهج	المجال			أهم النتائج
							طريقة التدريس	نوعها	عددها	
٤	زهام علي علي	٥	ماجستير (١٩٩٩) نوع الرسالة و سنة النشر	مستوى اليقظة الحركية للتلاميذ هدف البحث التحليل الابداعي لطايات منطقة شرق القطيفه الابتدائية - دراسة مقارنة	الوقوف على مستوى اليقظة الحركية للتلاميذ هدف البحث الابداعي لطايات منطقة شرق القطيفه الابتدائية المرتبطة التربية	التدريس و الوصف	تطبيقية المرحلة الابتدائية	(٦٥٥)	العمل تطبيقية لطايات فصوله الابتدائية في نفس العمر على ثلاثين في اليقظة الحركية	
٥	مصطفى محمد العنلق	١٣	ماجستير (١٩٩٩)	دراسة مقسومة لتطور بعض القدرات الحركية والقدرات الابداعية للاطفال من ٩-٦ سنوات بمنطقة الإسكندرية وطرابلس	التعرف على مستوى القدرات الحركية والقدرات الابداعية للاطفال من ٩-٦ سنوات بمنطقة الإسكندرية وطرابلس	الوصف	مصفوف الاول ، الثاني ، الثالث ، الابتدائي	(١٢٠٠)	توجد فروق ذات دلالة معنوية في بعض القدرات والقدرات الجماعية بين عينة كل من المدينتين.	
٦	رهاب إبراهيم محمد	٤	ماجستير (٢٠٠٠)	دراسة تحليلية لبعض القدرات الحركية لدى تلاميذ المرحلة السنية من ١١-٦ سنة	التعرف على مستوى القدرات الحركية السنية لتلاميذ المرحلة السنية من ١١-٦ سنة	المنهج التجريبي	١٣٢٧ تطبيق و ١٣١٢ تطبيقية	(٢١٣٩)	تفوق البنين على البنات في مستوى القدرات البدنية كوز اليجت	

تأريخ جدول رقم ( ١ )

الدراسات المرتبطة العربية والأجنبية

رقم	اسم المؤلف	رقم المرجع	نوع الرسالة و سنة النشر	عنوان البحث	هدف البحث	التدريب	المرحلة			اسم المؤلف
							عددنا	نوعها	طريقة التقييم	
٨	الويست ، بوس ، Obers & Bros	١٦	(١٩٩٩)	حصة رياضية لطلاب في المدارس الابتدائية	دراسة موضوعية لآراء الطلاب الثانوية لخدمة التربية الرياضية ومدى تأثير الخدمة على التحصيل	التدريب	الاطفال من المرحلة الابتدائية من أوسلي إلى أوسلي (١-٤)	تكررت ورقيات	صفوف لدية	كثا زلت حصص التربية الرياضية تضمنت لعبة التوكو والاستغلاف و بطاريات الكرة للخدمة للخدمة في الفس الابتدائية
١١	ميرسل جينز Narcis Jennet	١٥	(٢٠٠٠)	الخدمة في يوم الاطلاق.	دراسة الخدمة وفعاليتها ببعض الاطفال السفلى وطرسيها الطاقم في حوزة الوردية.	التدريب	تلاميذ من الصف الثالث الابتدائي	تكررت ورقيات	صفوية	- لخدمة من أهم الوسائل التي تساهم في نموها في حوزة الاطفال الوردية. - تضمن لخدمات الطاقم للخدمة يكون معلوم في جميع حوزات صفات نفس الوقت لتعطي للخدمة لودجا في الايام. - تدع الاطفال ان في تنمية وتطويع لخدمات من الاطفال.

## إجراءات البحث :

### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة.

### مجتمع البحث:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم تلاميذ الصفوف الأولى والثالثة والخامسة وهي نفس الثلاث مراحل السنية التي تم تطبيق البحث الذي يستخدم الباحث نتائجه في المقارنة بين المجتمع المصري و المجتمع الألماني وهي المراحل من (٦-٧) ، (٨-٩) ، (١٠-١١) سنوات وقد اختار الباحث مجتمع بحثه من مدرسة الناصرية الابتدائية المشتركة بمدينة المنصورة والمقيدون بسجلات المدرسة للعام الدراسي (٢٠٠٣-٢٠٠٤) وذلك لتواجد الباحث في هذه المدرسة بصفة مستمرة للإشراف على طلاب الكلية في التدريب الميداني كما أنها من المدارس الحكومية النموذجية من حيث الملاعب والأدوات .

وقد روعي استبعاد بعض التلاميذ قبل إجراء أي خطوة بالبحث كالآتي:

- تلاميذ مصابون إصاباتهم تمنعهم من الاشتراك في البحث.
- التلاميذ المتغيبون أكثر من حصتين.
- التلاميذ المشتركون في الدراسات الاستطلاعية.

### عينه البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من تلاميذ الصفوف الأولى والثالثة والخامسة من مدرسة الناصرية الابتدائية المشتركة بمدينة المنصورة بمحافظة الدقهلية العام الدراسي ٢٠٠٣/٢٠٠٤م حيث بلغ عددهم (١٥٠) تلميذ و تلميذة ، حيث تم تقسيمهم عشوائياً إلى (٥٠) الصف الأول (٥٠) الصف الثاني (٥٠) الصف الثالث ويمثلون ثلاث فصول في كل من المراحل الثلاث بواقع فصل لكل مرحلة ويمثل عدد كل فصل ٢٥% من إجمالي مجتمع البحث في كل مرحلة وبالتالي يمثل عدد أفراد العينة ٢٥% من إجمالي عدد مجتمع البحث في الصفوف الثلاثة وهو عدد كافي بالنسبة لعدد مجتمع البحث.

- تم اختيار عشرة تلاميذ ( ٥ بنين ، ٥ بنات ) من كل صف لإجراء الدراسات الاستطلاعية عليهم .

- تم استبعاد ( ٢٠ ) تلميذ وتلميذة من الذين يمارسون الأنشطة الرياضية والحالات المرضية



- تم اختيار مدرسة الناصرية المشتركة لتوافر الأدوات والامكانات اللازمة لتطبيق الاختبارات.

### أدوات جمع البيانات :

▪ الاختبارات المستخدمة في البحث : تم استخدام بطارية اختبار اللياقة البدنية التي وضعها الألمانيان نادية شوت، كلاوس بيس "Nadia Schott& Klaus Boes" في دراسة بعنوان " التشخيص البدني في المدارس الابتدائية " "Fitnessdiagnostik in der Grundschule" ( ١٤ : ١٩٠ - ١٩٥ ) (مرفق ١ ) وقد أختار الباحث المجتمع الألماني لكون الباحث كان مبعوثا في ألمانيا للحصول على درجة الدكتوراه .

- ١- اختبار العدو ٢٠م 20m - Lauf ( السرعة ) .
- ٢- اختبار قذف الهدف Zielwerfen ( الدقة ) .
- ٣- اختبار الكرة - السيقان - الحائط Ball- Beine - Wand ( التوافق العضلي العصبي ) .
- ٤- اختبار جري الموانع Hindrnislauf (الرشاقة) .
- ٥- اختبار دفع الكرة الطبية Medizinball-Stoss ( القدرة العضلية) .
- ٦- اختبار الجري لمدة ٦ دقائق 6- Minuten-Lauf ( التحمل الدوري التنفسي) .

### ▪ المسح المرجعي :

تم الإطلاع على العديد من المراجع المتخصصة العربية والأجنبية في مجال مناهج التربية الرياضية والبرامج المتخصصة في اللياقة البدنية للمرحلة الابتدائية.

### ▪ الأدوات لمستخدمة في البحث :

- ١- ساعة إيقاف لقياس الزمن لأقرب ١/١٠٠ ثانية .
- ٢- كرة تنس .
- ٣- لوحة خشبية .
- ٤- كرة طائرة .
- ٥- أقماع .
- ٦- كرة طبية .
- ٧- شريط قياس .

## اختيار المساعدين :

تم اختيار المساعدين من طلاب التدريب الميداني بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة المنصورة بالتعاون مع مدرسي التربية الرياضية بالمدرسة ، حيث تم تعريفهم بجوانب البحث من اختبارات وأدوات مستخدمة في البحث فضلا عن إمدادهم بالمعلومات التي تمكنهم من القيام بتطبيق جميع الاختبارات على التلاميذ في مختلف المراحل السنوية الثلاث بدقة .

## ■ الدراسات الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة في الفترة من ٢٠٠٣/١٢/٦م إلى ٢٠٠٣/١٢/١١م على عدد ( ٣٠ ) تلميذ و تلميذة من تلاميذ الصفوف الأولى والثالثة والخامسة بمدرسة الناصرية الابتدائية المشتركة بمدينة المنصورة بمحافظة الدقهلية مماثلة لعينه البحث وخارج عينه البحث الأساسية بهدف إيجاد معاملي الصدق والثبات للاختبارات المستخدمة قيد البحث .

في حين لم يتم نشر البيانات الكافية لإيجاد معاملي الصدق والثبات للاختبارات في المجتمع الألماني، لذلك رأى الباحث إجراء الدراسات الاستطلاعية بهدف إيجاد معاملي الصدق والثبات للاختبارات قيد البحث على المجتمع المصري كما أكتفى بالرجوع إلى نتائج البحث الألماني والتي تثبت صدق وثبات هذه الاختبارات على المجتمع الألماني .

وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة إلى إيجاد معاملي الصدق والثبات للاختبارات المستخدمة قيد البحث عن طريق تطبيق الاختبار و إعادة التطبيق ( Test Retest ) بفارق زمني بين التطبيق الأول و الثاني (٣) أيام بنفس الظروف أي في نفس التوقيت و المكان والأدوات والمساعدين لإمكانية ضبط المتغيرات وذلك لإيجاد ثبات الاختبارات ومقارنة نتائج الثلاث صفوف ببعضها وذلك لإثبات قدرة هذه الاختبارات على التمييز بين المستويات بطريقة صدق التمايز.

## ■ الدراسة الأساسية :

قام الباحث بإجراء الدراسة في الفترة من ٢٠٠٣/١٢/١٣م إلى ٢٠٠٣/١٢/١٨م بمدرسة الناصرية الابتدائية المشتركة بمدينة المنصورة - محافظة الدقهلية- حيث قام بتطبيق الاختبارات قيد البحث على المراحل السنوية الثلاث بواقع يومان لكل مرحلة.

## ■ المعالجات الإحصائية :

تمت بإجراء المعالجات الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط ( بيرسون ).
- اختبار " ت " لدلالة الفروق.
- اختبار " ف " .
- اختبار أقل فرق معنوي L.S.D

## ■ عرض ومناقشة النتائج :

جدول رقم ( ٢ )

معامل صدق الاختبارات

ن - ٣٠

الاختبارات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف
العدو ٢٠م	بين المجموعات	٢,٣٣٣	٢	١,١٦٦	٥٥,٨١٥
	داخل المجموعات	١١,٤٣٣	٥٧	٠,٢٠١	
قذف الهدف	بين المجموعات	٤٧٦,١٠٠	٢	٢٨,٠٥٠	٥٢١,٨٤٥
	داخل المجموعات	٦٢١,١٥٠	٥٧	١٠,٨٩٧	
الكرة- السيقان-الحائط	بين المجموعات	٤٣٤٤,٦٣٦	٢	٢١٧٢,٣١٨	٥٨٢,٣٣٩
	داخل المجموعات	١٥٠٣,٨٠٦	٥٧	٢٦,٣٨٣	
جري الموانع	بين المجموعات	١٨٦,٣٤٨	٢	٩٣,١٧٤	٥١١,٤٧٠
	داخل المجموعات	٤٦٣,٠١٧	٥٧	٨,١٢٣	
دفع الكرة الطبية	بين المجموعات	٦٤,٦٦٣	٢	٣٢,٣٣٢	٥٤٦,٠٩١
	داخل المجموعات	٣٩,٩٨٤	٥٧	٠,٧٠١	
الجري ٦ دقائق	بين المجموعات	١٧٩٢٧٠,٩٣	٢	٨٩٦٣٥,٤٦٧	٥١١,٤٢٣
	داخل المجموعات	٤٤٧٢٥٧,٤٠	٥٧	٧٨٤٦,٦٢١	

قيمة ف الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٣,١٥

يتضح من الجدول رقم ( ٢ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعات البحث الثلاث في الاختبارات قيد البحث وبالتالي أمكن للاختبار التفرقة بين المستويات الثلاث مما

يؤكد صدق الاختبارات في انه يستطيع التمييز بين المستويات المختلفة ، والجدول رقم (٣) يوضح اتجاه هذه الفروق لإثبات ما إذا كان الاختبار يعطي للمرحلة الأفضل درجة أفضل من عدمه حيث أن قيمة "ف" المحسوبة اكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

### جدول ( ٣ )

#### معنوية دلالة الفروق بين المتوسطات لمجموعات البحث الثلاث للعبة الاستلاعية

٣٠-٥

الاختبارات	وحدة القياس	س	المرحلة ٧-٦ سنوات	المرحلة ٩-٨ سنوات	المرحلة ١١-١٠ سنة	قيمة LSD
العدو ٢٠ متر	الثانية	٤,٨٥٠		٠,٣٤٦	٠,٤٦٥	٠,٢٣٢
		٤,٥٠٤			٠,١٢٠	
		٤,٣٨٥				
قذف الهدف	المتر	٨,٨٠٠		٠٣,٤٥٠	٠٦,٩٠٠	١,٧٠٥
		١٢,٢٥٠			٠٣,٤٥	
		١٥,٧٠				
الكرة- السيقان- الحائط	درجة	١١,٧٠٠		٠٦,٩٨٥	٠٢٠,٥٠٠	٢,٦٥٢
		١٨,٦٨٥			٠١٣,٥١٥	
		٣٢,٢٠٠				
جري الموانع	الثانية	٢٣,٧٥٦		٠٢,٨٩٦	٠٤,٢٢٠	١,٤٧٢
		٢٠,٨٦٠			١,٣٢٥	
		١٩,٥٣٥				
دفع الكرة الطبية	المتر	٢,٧٢٠		٠١,٠٤٤	٠٢,٥٣٠	٠,٤٣٢
		٣,٧٦٤			٠١,٤٨٧	
		٥,٢٥٠				
الجري ٦ ق	المتر	٨٣٦,٣٠٠		٠١٢٢,٤	٠١٠٨,٢	٤٥,٧٤
		٩٥٨,٧٠٠			١٤,٢	
		٩٤٤,٥٠٠				

يتضح من الجدول رقم ( ٣ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات المراحل الثلاث و لصالح المرحلة من (١٠-١١) سنة في جميع المتغيرات عن المرحلتين من (٧-٦) ، (٨-٩) و كذلك وجود فروق ذات دلالة معنوية لصالح المجموعة من (٨-٩) عن المرحلة من (٦-٧) في جميع المتغيرات ما عدا (العدو ٢٠ م ،جري الموانع ،الجري ٦ ق ) وهذا يثبت قدرة الاختبارات على التمييز بين المستويات الثلاثة للصفوف الدراسية الثلاثة.

جدول رقم (٤)

معامل ثبات الاختبارات

ن-٣٠

قيمة 'ر'	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الجنس	المتغيرات
	الاحرف المعاري	المتوسط الحسابي	الاحرف المعاري	المتوسط الحسابي		
٠٠,٨٠٨	٠,٣١٥	٤,٨٥٦	٠,٢١٧	٤,٢٢٠	بنين	العدو ٢٠ م
٠٠,٧٩٠	٠,٣٣٥	٤,٩٥٣	٠,٣١٤	٤,٥٢٧	بنات	
٠٠,٩٣٥	٣,٢٣٩	١٠,٠٦٦	٣,٤١١	١٤,٨٦٧	بنين	قذف الهدف
٠٠,٨٥٨	٢,٣٨٧	٧,٤٨٣	١,٨٥١	١١,٧٦٧	بنات	
٠٠,٧١٤	٩,٠٢٩	١٩,٧٣٦	١٠,٠٨٦	٢٢,٥٥٤	بنين	الكرة-السفان- الحائط
٠٠,٧٨٩	٥,٠٥١	١٢,٩٣٣	٤,٧٨٥	١٤,٨٣٣	بنات	
٠٠,٩٠٣	٢,٤٣٦	٢٣,٤١٥	١,٨٦٨	١٩,٠١٦	بنين	جري الموانع
٠٠,٩١٨	١,٢٦٤	٢٥,١٧٥	١,٩١٢	٢١,٥٠٨	بنات	
٠٠,٨٩٩	١,٢١٦	٣,٣١٤	١,١١١	٤,٥٤١	بنين	دفع الكرة الطبية
٠٠,٩٥٠	٠,٦٩٢	٢,٧٢٥	٠,٧٥٩	٣,٦٧٢	بنات	
٠٠,٧٥٢	٥٢,١٦٩	٨٤٧,٥٣٣	٦٥,٥١١	٩٨٥,٤٦٦	بنين	الجري ٦٠ ق
٠٠,٥٩١	٤٧,٣٩١	٧٩٥,٠٦٧	٦٥,٥١١	٨٩٨,٢٠	بنات	

قيمة 'ر' الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٦١

يتضح من الجدول رقم (٤) وجود ارتباط قوي بين نتائج التطبيق الأول ونتائج التطبيق الثاني ما يدل على ثبات الاختبارات البدنية قيد البحث.

جدول رقم (٥)

مقارنة بين التلاميذ المصريين والتلاميذ الألمان في المرحلة من (٦ - ٧) سنوات بنين في الاختبارات البدنية قيد البحث

قيمة 'ت'	الألمان		المصريين		الاختبارات
	ع	س	ع	س	
٠٢,٦١٨	٠,٤٧٨	٤,٦٥	٠,٥٩٦	٤,٨٥	العدو ٢٠ م
٠,٨٦٨	٣,٤٥٩	٩,٢٣٠	٣,٥٤٧	٨,٨٠	قذف الهدف
١,٢٢٥	٥,٣٢١	١٢,٦٢٠	٥,٣٠	١١,٧٠	الكرة - السفان - الحائط
٠,٨١٤	٢,٥٤٣	٢٤,٠٩٣	٣,٢٦٧	٢٣,٧٥	جري الموانع
١,١٧٦	٠,٨٣٨	٢,٨٤٤	٠,٦٣٩	٢,٧٢	دفع الكرة الطبية
٠٢,٥٥٤	١٢٠,٥٧٥	٨٧٥,٢٠	٩٣,٠٧١	٨٣٦,٣٠	الجري لمدة ٦ ق

قيمة 'ت' الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٩٦

يتضح من الجدول رقم ( ٥ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين التلاميذ المصريين والتلاميذ الألمان البنين في متغيري العدو ٢٠ م والجري لمدة ٦ دقائق لصالح المجموعة الألمانية في حين لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين في متغيرات قذف الهدف والكرة-السيقان - الحائط وجري الموانع وندف الكرة الطبية.

#### جدول رقم ( ٦ )

مقارنة بين التلميذات المصريات والتلميذات الألمانيات في المرحلة من ( ٦ - ٧ ) سنوات بنات

ن = ١٠٠

في الاختبارات البدنية قيد البحث

قيمة ت	الألمانيات		المصريات		الاختبارات
	ع	س	ع	س	
٠٤,٠٧٥	٠,٥٠٤	٤,٦٧٠	٠,٥٨٦	٤,٩٨٥	العدو ٢٠ م
١,٨٢٣	٢,٨٠١	٦,٥٠٠	٣,٠١٣	٧,٢٥٠	قذف الهدف
٠,٠١٥	٤,٩٧١	٩,٠١٠	٤,٤٨٣	٩	الكرة-السيقان-الحائط
٠,٢٠١	٢,٧١٢	٢٥,٠٤٧	٢,٣٣٤	٢٤,٩٧٥	جري الموانع
٠٢,٢٨٢	٠,٨٠٩	٢,٥٧٧	٠,٥٧٩	٢,٣٥٠	ندف الكرة الطبية
٠٣,١٤٤	٩٦,٧٤٥	٨٤١,٧٠	٨٩,٥٧٦	٨٠٠,٢٥	الجري لمدة ٦ ق

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ( ٠,٠٥ ) = ١,٩٦

يتضح من الجدول ( ٦ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين التلميذات المصريات والتلميذات الألمانيات في متغيرات العدو ٢٠ م وندف الكرة الطبية والجري لمدة ٦ ق لصالح مجموعة التلميذات الألمانيات في حين لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين في متغيرات قذف الهدف والكرة-السيقان-الحائط وجري الموانع.

#### جدول رقم ( ٧ )

مقارنة بين التلاميذ البنين والتلميذات البنات المصريين في المرحلة من ( ٦ - ٧ ) سنوات

ن = ١٠٠

في الاختبارات البدنية قيد البحث

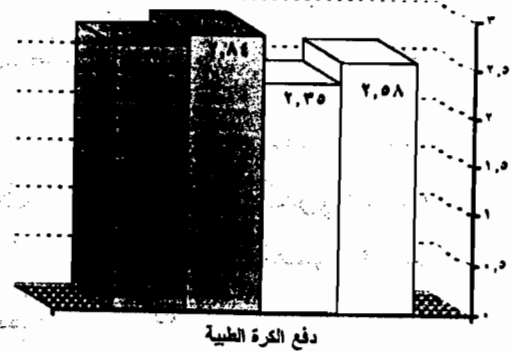
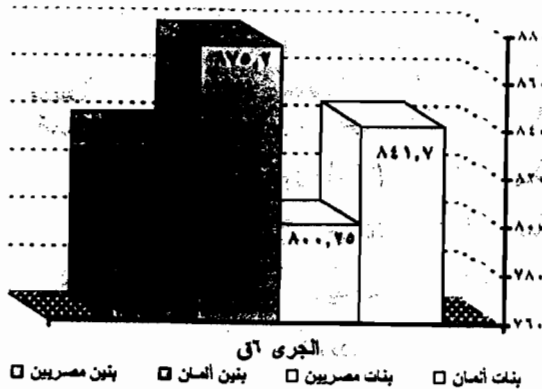
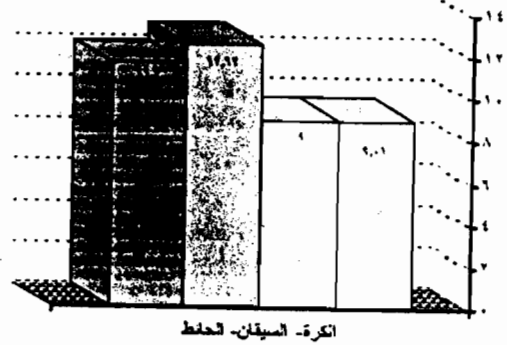
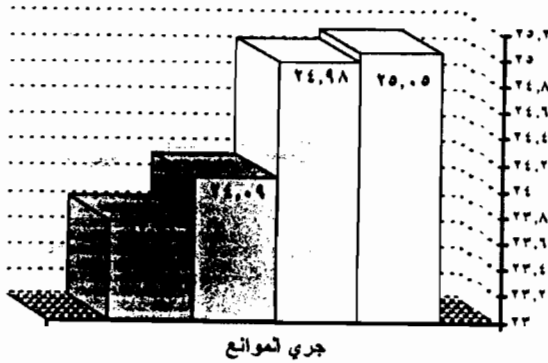
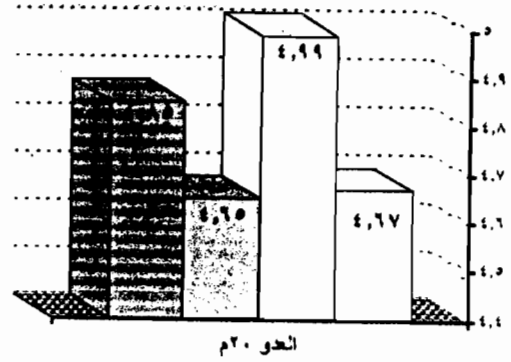
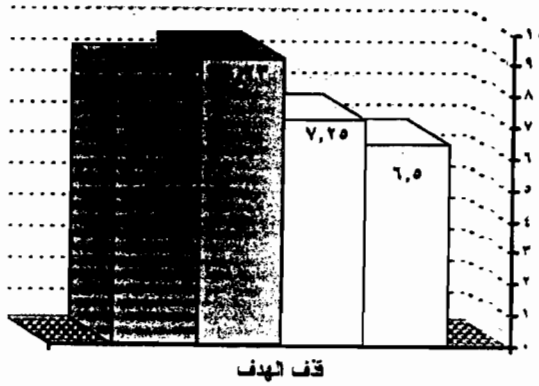
قيمة ت	البنات		البنين		الاختبارات
	ع	س	ع	س	
١,٦١٥	٠,٥٨٦	٤,٩٨٥	٠,٥٩٥	٤,٨٥٠	العدو ٢٠ م
٠٣,٣٣٠	٣,٠١٣	٧,٢٥٠	٣,٥٤٧	٨,٨٠	قذف الهدف
٠٣,٨٨٩	٤,٤٨٣	٩,٠٠	٥,٣٠٠	١١,٧٠	الكرة-السيقان-الحائط
٠٣,٠٣٦	٢,٣٣٣	٢٤,٩٧٥	٣,٢٦٧	٢٣,٧٥٦	جري الموانع
٠٤,٢٨٨	٠,٥٧٩	٢,٣٥٠	٠,٦٣٩	٢,٧٢٠	ندف الكرة الطبية
٠٢,٧٩١	٨٩,٥٧٦	٨٠٠,٢٥٠	٩٣,٠٧١	٨٣٦,٣٠	الجري لمدة ٦ ق

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ( ٠,٠٥ ) = ١,٩٦

يتضح من جدول ( ٧ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين البنين والبنات المصريين في متغيرات قذف الهدف والكرة - السيقان - الخائط وجري الموانع ودفع الكرة الطيبة والجري لمدة ٦ دقائق لصالح مجموعة البنين في حين لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في متغير العدو ٢٠ م .

### أشكال بيانية توضح

فروق متوسطات الاختبارات البدنية للتلاميذ والتلميذات المصريين والألمان  
للمرحلة السنوية من ٦-٧ سنوات



بنات ألمان □ بنات مصريين □ بنين ألمان □ بنين مصريين

جدول رقم ( ٨ )

مقارنة بين التلاميذ المصريين والتلاميذ الألمان في المرحلة من ( ٨-٩ ) سنوات  
في الاختبارات البدنية قيد البحث

ن = ١٠٠

قيمة ت	الألمان		المصريين		الاختبارات
	ع	س	ع	س	
٢٢,٧٤٥	٠,٤٨٥	٤,٣٥٨	٠,٢٨٨	٤,٥٠٥	العدو ٢٠ م
١٤,٤٢٩	٤,٥٥٧	١٣,٥٥٠	٢,٨٠٥	١٢,٢٥٠	قذف الهدف
٥٥,٩٢٦	٧,٥٩٦	٢٤,٠٠٠	٤,٧٦٩	١٨,٦٨٥	الكرة-السيقان-الحائط
٠,١٦٢	٢,٠٢٢	٢,٨٠٦	٢,٦٨٠	٢,٠٨٦٠	جري الموانع
١,٧٤٠	٠,٧٢٥	٤,٠٠٠	١,١٤٩	٣,٧٦٤	دفع الكرة الطبية
٠,٥٥٠	٧٩,٦٠١	٩٦٥,٠٠٠	٨٢,٣٥٤	٩٥٨,٧	الجري لمدة ٦ ق

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ( ٠,٠٥ ) = ١,٩٦

يتضح من الجدول رقم ( ٨ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين التلاميذ المصريين والتلاميذ الألمان في متغيرات العدو ٢٠ م و قذف الهدف والكرة-السيقان-الحائط لصالح المجموعة الألمانية في حين لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين في متغيرات جري الموانع ودفع الكرة الطبية والجري لمدة ٦ دقائق .

جدول رقم ( ٩ )

مقارنة بين التلميذات المصريات والتلميذات الألمانيات في المرحلة من ( ٨-٩ ) سنوات  
في الاختبارات البدنية قيد البحث

ن = ١٠٠

قيمة ت	الألمانيات		المصريات		الاختبارات
	ع	س	ع	س	
١,٨٨١	٠,٤٧٥	٤,٣٩٩	٠,٣٥٥	٤,٥١٠	العدو ٢٠ م
١,٧٨٩	٢,٧٩٩	١٠,٢٠٠	٣,١٢٢	٩,٤٥٠	قذف الهدف
٤,٣٨٨	٥,٧٩٥	١٧,٥٠٠	٤,١٢٥	١٤,٤٥٠	الكرة-السيقان - الحائط
١,٩٧٢	٢,٠١٨	٢٢,٥٦٠	٢,٣٦١	٢٣,١٧٣	جري الموانع
١,٥٧٨	٠,٧٢٤	٣,٣٣١	٠,٦١٥	٣,١٨١	دفع الكرة الطبية
٤,٨٢٠	٧٤,٤٢٧	٩٠٠,٠٠٠	٤٣,٧١٣	٨٥٨,٤٠	الجري لمدة ٦ ق

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ( ٠,٠٥ ) = ١,٩٦

يتضح من الجدول ( ٩ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين التلميذات المصريات والتلميذات الألمانيات في متغيرات الكرة-السيقان-الحائط وجري الموانع والجري لمدة ٦ دقائق لصالح مجموعة التلميذات الألمانيات في حين لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين في متغيرات العدو ٢٠ م وقذف الهدف ودفع الكرة الطبية.



جدول رقم ( ١٠ )

مقارنة بين التلاميذ والتلميذات المصريين في المرحلة من ( ٨ - ٩ ) سنوات  
في الاختبارات البدنية قيد البحث

ن = ١٠٠

قيمة 'ت'	البنات		البنين		الاختبارات
	ع	س	ع	س	
٠,٤٧٨	٠,٣٥٥	٤,٥١١	٠,٢٨٨	٤,٥٠٥	العدو ٢٠ م
٠٦,٦٧٢	٣,١٢٢	٩,٤٤٠	٢,٨٠٤	١٢,٢٥٠	قذف الهدف
٠٦,٧١٦	٤,١٢٥	١٤,٤٥٠	٤,٧٦٩	١٨,٦٨٥	الكرة - السيقان - الحائط
٠٦,٤٧٣	٢,٣٦١	٢٣,١٧٣	٢,٦٨٠	٢٠,٨٦١	جري الموانع
٠٤,٤٦٦	٠,٦١٥	٣,١٨١	١,١٤٩	٣,٧٦٣	دفع الكرة الطبية
٠١٠,٧٦٨	٤٣,٧١٣	٨٥٨,٤٠	٨٢,٢٥٤	٩٥٨,٧٠	الجري لمدة ٦ ق

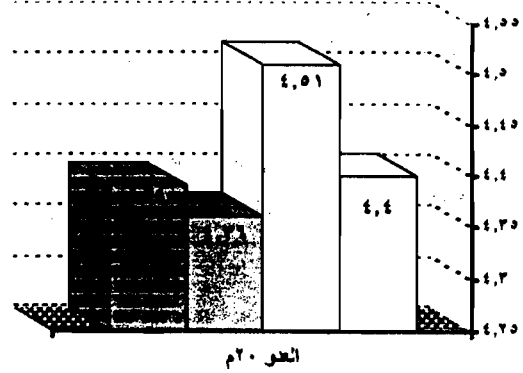
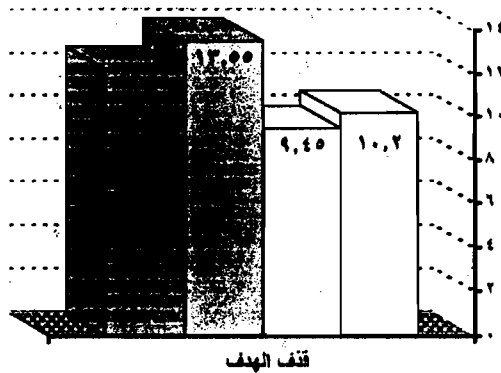
قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦

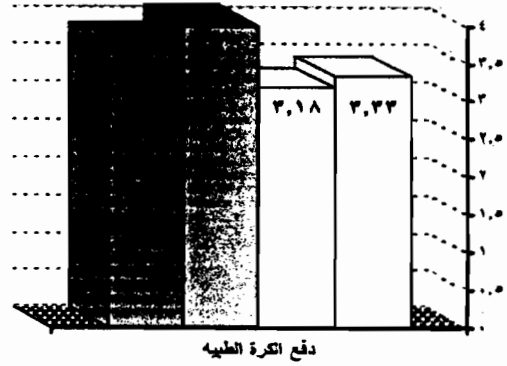
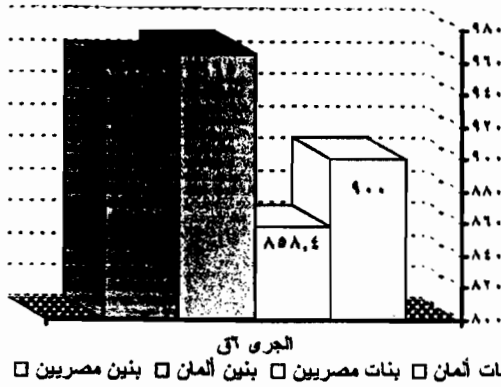
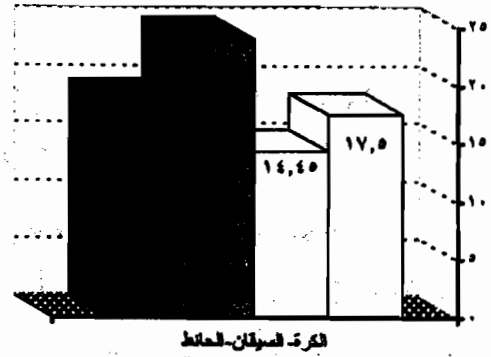
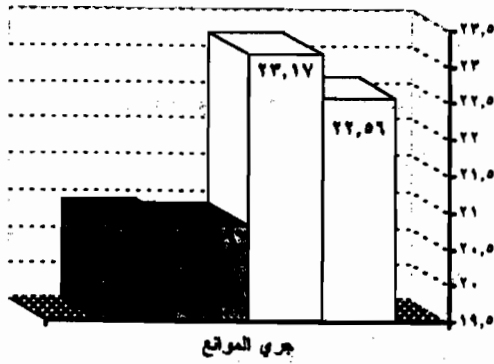
يتضح من جدول ( ١٠ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين التلاميذ والتلميذات المصريين في متغيرات قذف الهدف والكرة - السيقان - الحائط وجري الموانع ودفع الكرة الطبية والجري لمدة ٦ دقائق لصالح مجموعة التلاميذ ، في حين لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين في متغير العدو ٢٠ م .

أشكال بيانية توضح

فروق متوسطات الاختبارات للجنسين المصريين والأمان للمرحلة السنية من

٨ - ٩ سنوات





### جدول رقم ( ١١ )

مقارنة بين التلاميذ المصريين والتلاميذ الألمان في المرحلة من ( ١٠-١١ ) سنوات  
في الاختبارات البدنية قيد البحث

ن = ١٠٠

قيمة ت	الألمان		المصريين		الاختبارات
	ع	س	ع	س	
٠٦,٠٢٦	٠,٤٥٤	٤,١٥٠	٠,٣٧٤	٤,٣٨٥	العدو ٢٠ م
١,٥٠٨	٤,٢١٧	١٦,٥٠٨	٣,٣٠٤	١٥,٧٠٠	قذف الهدف
٠,٢٢٧	٧,٢٤٧	٣٢,٠٠٠	٥,٠١١	٣٢,٢٠٠	الكرة-السيفان- الحائط
٠٢,٢٩٧	٢,٦٤٩	١٩,٥٣٦	٢,٣٥١	٢٠,٣٤٩	جري الموانع
٠,٥٥٤	٠,٧٢٥	٥,٢٠٠	٠,٥٣٧	٥,٢٥٠	دفع الكرة الطيبة
٠٣,٧٤٣	٨٧,٢٧٠	٩٩٠,٠٠٠	٨٤,٦٢١	٩٤٤,٥٠٠	الجرى لمدة ٦ ق

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦

يتضح من الجدول رقم ( ١١ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين التلاميذ المصريين والتلاميذ الألمان في متغيرات العدو ٢٠ م وجرى الموانع والجرى لمدة ٦ق لصالح مجموعة التلاميذ الألمان في حين لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات قذف الهدف والكرة- السيفان - الحائط ودفع الكرة الطيبة .

جدول رقم ( ١٢ )

مقارنة بين المصريات والألمانيات في المرحلة من ( ١٠ - ١١ ) سنوات بنات

ن = ١٠٠

الاختبارات	المصريات		الألمانيات		قيمة 'ت'
	ع	س	ع	س	
العدو ٢٠ م	٤,٣٩٠	٠,٣٣٩	٤,٣٤٦	٠,٤٥٧	٠,٧٧٢
قذف الهدف	١١,٥٢٥	٢,١٨٧	١١,٩٩٨	٣,٧٧١	١,٠٨٥
الكرة- السيقان - الحائط	١٧,٣٠٠	٣,٩٤٥	٢٠,٤٠٠	٤,٦١٦	٠,٠٢٤*
جري الموانع	٢٢,٢٩٨	٢,٤١٧	٢١,٣٥٠	٢,٩٠١	٠,٩٢٠
دفع الكرة الطبية	٣,٩٨٠	٠,٦٠٦	٤,٠٠٠	٠,٦٢٣	٠,٢٣٠
الجري لمدة ٦ ق	٨٧٦,٧٥٠	٧٣,٩١٨	٨٩٠,٠٠٠	٨٦,٨٥٣	١,١٦٢

قيمة 'ت' الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ١,٩٦

يتضح من الجدول ( ١٢ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المصريات والألمانيات في متغير الكرة- السيقان - الحائط لصالح مجموعة البنات الألمانيات في حين لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين في متغيرات العدو ٢٠ م وقذف الهدف وجري الموانع ودفع الكرة الطبية والجري لمدة ٦ دقائق.

جدول رقم ( ١٣ )

مقارنة بين البنين والبنات المصريين في المرحلة من ( ١٠ - ١١ ) سنوات

ن = ١٠٠

الاختبارات	البنين		البنات		قيمة 'ت'
	ع	س	ع	س	
العدو ٢٠ م	٤,٣٨٥	٠,٣٧٤	٤,٣٩٠	٠,٣٣٩	١,٠٠٦
قذف الهدف	١٥,٧٠٠	٣,٣٠٤	١١,٥٢٥	٢,١٨٧	٠,٠٥٣٥*
الكرة- السيقان - الحائط	٣٢,٢٠٠	٥,٠١١	١٧,٣٠٠	٣,٩٨٥	٠,٢٣,٣٦٢*
جري الموانع	٢٠,٣٤٩	٢,٣٥١	٢٢,٢٩٨	٢,٤١٧	٠,٨,١٩١*
دفع لكرة طبية	٥,٢٥٠	٠,٥٣٧	٣,٩٨٠	٠,٦٠٦	٠,١٥,٦٨١*
الجري لمدة ٦ ق	٩٤٤,٥٠٠	٨٤,٦٢١	٨٧٦,٧٥٠	٧٣,٩١٨	٠,٠٦,٠٣٠*

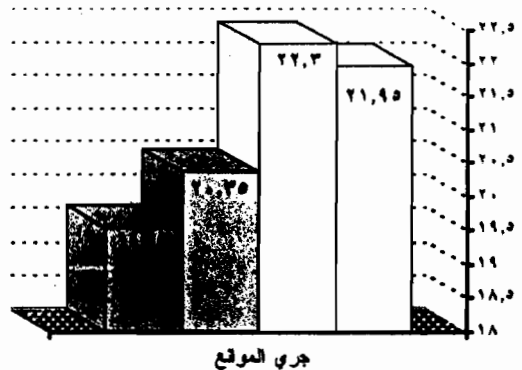
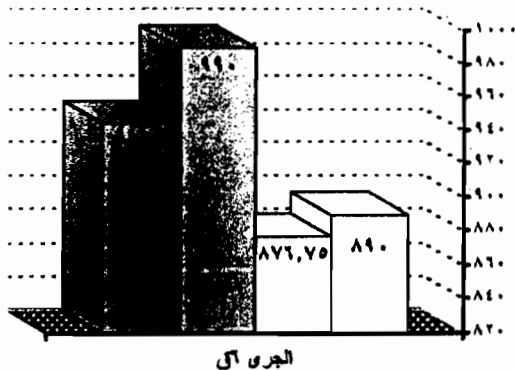
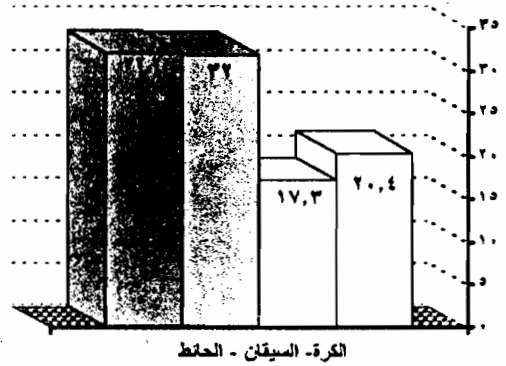
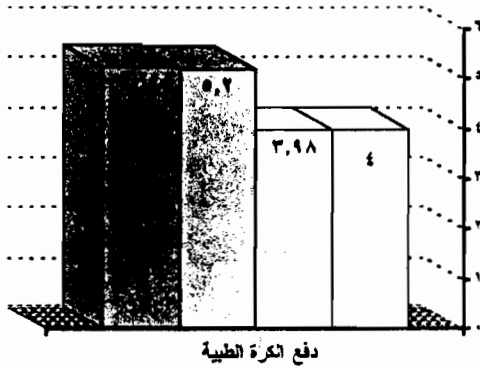
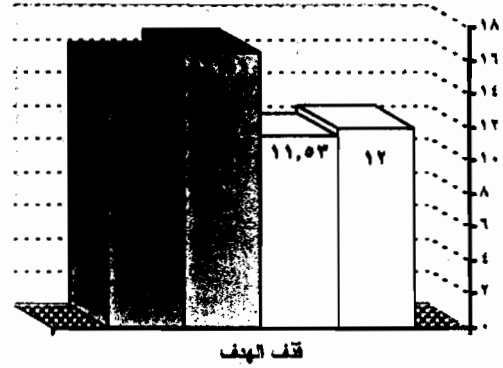
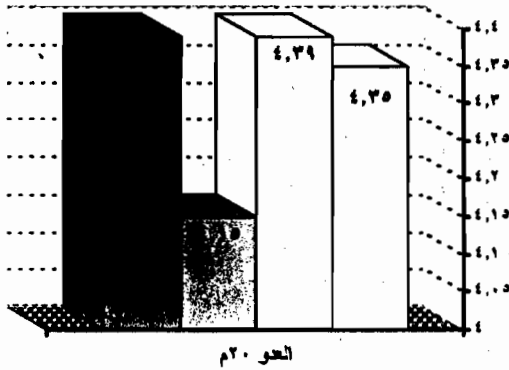
قيمة 'ت' الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٩٦

يتضح من جدول ( ١٣ ) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين البنين والبنات المصريين في متغيرات قذف الهدف والكرة- السيقان - الحائط وجري الموانع ودفع الكرة الطبية والجري لمدة ٦ دقائق لصالح مجموعة البنين في حين لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في متغير العدو ٢٠ م .

## أشكال بيانية توضح

فروق متوسطات الاختبارات للجنسين المصريين والألمان للمرحلة السنوية من

١٠-١١ سنوات



بنات ألمان □ بنات مصريين □ بنين ألمان □ بنين مصريين □

## مناقشة النتائج :

يتضح من الجداول أرقام ( ٥-٦ ) الخاصة بمقارنة مستوى البنين والبنات من التلاميذ المصريين بمستوى كل من البنين والبنات من التلاميذ الألمان للمرحلة السنية من ( ٦-٧ ) سنوات ، وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات ( العدو ٢٠ م ، الجري لمدة ٦ ق ) لصالح التلاميذ الألمان، وفروق ذات دلالة معنوية في متغيرات ( العدو ٢٠ م، دفع الكرة الطبية ، الجري لمدة ٦ ق ) لصالح التلميذات الألمانيات ، في حين لم تظهر فروق في باقي المتغيرات ، ويرجع الباحث هذه الفروق نظرا لاهتمام المدارس الابتدائية الألمانية بتدريس منهاج التربية الرياضية مع التركيز على الجزء البدني في الدرس، كما أن قصور البنين والبنات من التلاميذ المصريين قد يعزى إلى الضغوط الاجتماعية والعاطفية والعادات والتقاليد المصرية ويؤثر في ذلك تفهم التلميذ لذاته وصورته عن جسمه ومعلوماته عن الإمكانات الحركية البدنية المتاحة له خلال جسمه وبهذا يمكن القول أن اللياقة البدنية لها بعدها الانفعالي الذي تتأثر به ( ٢٧٠:٢ ) .

ويتفق ذلك مع دراسة ريهام على ( ١٩٩٩ ) في تفوق تلاميذ الولايات المتحدة الأمريكية على تلاميذنا في اللياقة البدنية .

كما يتضح من جدول ( ٧ ) والخاص بمقارنة مستوى البنين المصريين والبنات المصريات للمرحلة السنية ( ٦-٧ ) سنوات ، وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات ( قذف الهدف، الكرة- السيقان- الحائط، جري الموانع ، دفع الكرة الطبية ، الجري لمدة ٦ ق ) لصالح التلاميذ البنين ، في حين لم تظهر فروق في متغير ( العدو ٢٠ م ) ، ويرجع الباحث ذلك إلى أن البنين تشترك باستمرار في درس التربية الرياضية أكثر من اشترك البنات ، كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغير ( العدو ٢٠ م ) وقد يرجع الباحث ذلك إلى التقارب في مرحلة النمو وربما يظهر فروقا في مراحل سنية متقدمة حيث يتفق ذلك مع دراسة رحاب إبراهيم (٢٠٠٠) ( ٤ ) في تفوق التلاميذ البنين على التلميذات البنات في مستوى القدرات البدنية .

ويتضح من الجداول ( ٨-٩ ) الخاصة بمقارنة مستوى البنين والبنات المصريين بمستوى كل من البنين والبنات الألمان للمرحلة السنية من ( ٨-٩ ) سنوات وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات ( العدو ٢٠ م ، قذف الهدف، الكرة- السيقان- الحائط ) لصالح البنين الألمان وفروق ذات دلالة معنوية في متغيرات ( الكرة- السيقان- الحائط، جري الموانع، الجري لمدة ٦ ق ) لصالح البنات الألمانيات ، في حين لم تظهر فروق في باقي المتغيرات وقد يفسر الباحث هذه الفروق إلى اهتمام المسؤولين بالإدارات التعليمية ومن ثم

بالمدارس الابتدائية الألمانية بأهداف درس التربية الرياضية وبالقائمين على تدريس هذا  
الدرس وخاصة تحقيقه للأهداف الموضوعية بالنسبة لجزء الإعداد البدني ، كما أن الإمكانيات  
الموجودة في المدارس الابتدائية الألمانية تساعد بقوة على تحقيق البرامج الموضوعية لدرس  
التربية الرياضية ، كما أن زيادة عدد حصص التربية الرياضية وعدم استبدالها بخصص  
لمواد أخرى يلعب دورا رئيسيا في ارتفاع مستوى اللياقة البدنية عند التلاميذ ويتفق ذلك مع  
دراسة ريهام على (١٩٩٩) (٥) ودراسة أوبست وبوس (١٩٩٩) (١٦) في تفوق  
تلاميذ الولايات المتحدة الأمريكية في نفس العمر على تلاميذنا في اللياقة الحركية وكلما زادت  
حصص التربية الرياضية كلما تحسنت قدرة التركيز والاستكشاف الغريزي تطورت القدرة  
الحركية للتلاميذ .

كما يتضح من جدول ( ١٠ ) الخاص بمقارنة مستوى البنين المصريين والبنات  
المصريات للمرحلة السنية ( ٨ - ٩ ) سنوات وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات  
(قذف الهدف، الكرة- السيقان- الحائط، جري الموانع ، دفع الكرة الطيبة ، الجري لمدة ٦ ق)  
لصالح البنين ، في حين لم تظهر فروق في متغير ( العدو ٢٠ م ) ، ويرجع الباحث ذلك إلى  
أن البنين يحبون الاشتراك دائما في درس التربية الرياضية عن البنات كما تؤثر العادات  
والتقاليد في البيئة المصرية في اشتراك البنات في درس التربية الرياضية ويتفق ذلك أيضا مع  
دراسة رحاب إبراهيم ( ٢٠٠٠ ) في تفوق البنين على البنات في مستوى القدرات البدنية قيد  
البحث .

كذلك يتضح من الجداول أرقام ( ١٢،١١ ) الخاصة بمقارنة مستوى البنين والبنات  
المصريين بمستوى كل من البنين والبنات الألمان للمرحلة السنية من ( ١٠ - ١١ ) سنة ،  
وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات (العدو ٢٠ م ،جري الموانع ، الجري لمدة ٦ ق)  
لصالح البنين الألمان ، وفروق ذات دلالة معنوية في متغير (الكرة- السيقان- الحائط )  
لصالح البنات الألمانيات ، في حين لم تظهر فروق في باقي المتغيرات ، ويرجع الباحث هذه  
الفروق نظرا لاهتمام الحكومة الألمانية بالنشء وخاصة وزارة التربية والتعليم واهتمامها  
بالمدارس الابتدائية بصفة خاصة و كثرة الإمكانيات التي تتناسب مع أعداد التلاميذ ، وكذلك  
التطوير المستمر لمناهج التربية الرياضية و إعداد برامج حديثة باستمرار لتواكب متطلبات  
العصر والسعي لتحقيق الأهداف الموضوعية لتلك المرحلة بدقة . كما أن انخفاض مستوى  
البنين والبنات المصريين في اللياقة البدنية قد يرجع إلى بعض الضغوط الاجتماعية التي  
تعانها الأسرة المصرية ، كذلك عدم الوعي الكافي من جهة أولياء الأمور لأهمية اشتراك  
أبنائهم في درس التربية ، حيث تم ملاحظة تكرار غياب بعض التلاميذ في هذه المرحلة  
السنية ( ١٠ - ١١ ) في الأسابيع الأخيرة من العام الدراسي ، نظرا لاهتمام أولياء الأمور

بهذه السنة الدراسية التي ينتقل فيها التلاميذ إلى المرحلة الإعدادية ، حيث ينعكس الغياب المتكرر علي انخفاض مستواهم البدني ، حيث يتفق ذلك مع دراسة زيهام علي ( ١٩٩٩ ) في تفوق تلاميذ الولايات المتحدة الأمريكية علي تلاميذنا في اللياقة البدنية .

كما يتضح من جدول ( ١٣ ) والخاص بمقارنة مستوى البنين المصريين و البنات المصريات للمرحلة السنية من ( ١٠ - ١١ ) سنة ، وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات (قذف الهدف، الكرة- السيقان- الحائط، وجري الموانع، دفع الكرة الطبية ، الجري لمدة ٦ ق) لصالح التلاميذ البنين المصريين ، في حين لم تظهر فروق في متغير ( العدو ٢٠ م ) و قد يرجع الباحث ذلك إلي أن البنين تشترك عادة في درس التربية الرياضية أثر من البنات ، كما أن أكثر أولياء الأمور في المدن والقرى الصغيرة لا يريدون اشتراك بناتهم في درس التربية الرياضية و ربما يرجع ذلك إلي العادات والتقاليد ، كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغير (العدو ٢٠ م ) يرجع الباحث ذلك إلي التقارب في مراحل النمو و ربما يظهر فروقا في مراحل سنية متأخرة حيث يتفق ذلك مع دراسة رحاب إبراهيم ( ٢٠٠٠ ) (٤) في تفوق البنين علي البنات في مستوى القدرات البدنية .

## الاستخلاصات والتوصيات

### أولا : الاستخلاصات

في ضوء ما تجمع لدى الباحث من معلومات وفي ضوء التحليل الإحصائي للبيانات التي حصل عليها الباحث يستطيع أن يستخلص ما يلي :

١- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات ( العدو ٢٠ م ، الجري لمدة ٦ ق ) لصالح البنين الألمان ، وفروق ذات دلالة معنوية في متغيرات ( العدو ٢٠ م ، دفع الكرة الطبية ، الجري لمدة ٦ ق ) لصالح البنات الألمانيات في المرحلة السنية من (٦-٧) .

٢- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات ( قذف الهدف ، الكرة- السيقان- الحائط،جري الموانع ، دفع الكرة الطبية، الجري لمدة ٦ ق ) لصالح البنين المصريين، في حين لم تظهر فروق في متغير ( العدو ٢٠ م ) في المرحلة السنية من (٦-٧) سنوات بين البنين و البنات المصريين.

٣- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات (العدو ٢٠م، قذف الهدف، الكرة- السيقان- الحائط) لصالح البنين الألمان، وفروق ذات دلالة معنوية في متغيرات

(الكرة- السيقان -الحائط، جري الموانع، الجري لمدة ٦ق) لصالح البنات  
الألمانيات في المرحلة السنوية (٨-٩) سنوات .

٤- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات(قذف الهدف ، الكرة- السيقان-  
الحائط، جري الموانع، دفع الكرة الطبية ، الجري لمدة ٦ ق ) لصالح البنين  
المصريين عن البنات المصريات، في حين لم تظهر فروق في متغير (العدو  
٢٠م) في المرحلة السنوية من (٨-٩) سنوات بين البنين والبنات المصريين.

٥- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات (العدو ٢٠ م ، جري الموانع، الجري  
لمدة ٦ ق ) لصالح البنين الألمان، وفروق ذات دلالة معنوية في متغير ( الكرة-  
السيقان- الحائط ) لصالح البنات الألمانيات، في حين لم تظهر فروق في باقي  
المتغيرات ، في المرحلة السنوية من (١٠- ١١) سنة.

٦- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات (قذف الهدف، الكرة- السيقان-  
الحائط،جري الموانع، دفع الكرة الطبية ، الجري لمدة ٦ ق ) لصالح البنين  
المصريين عن البنات المصريات، في حين لم تظهر فروق في متغير ( العدو  
٢٠م)، في المرحلة السنوية من (١٠- ١١) سنة بين البنين و البنات المصريين.

#### ثانيا : التوصيات

في ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج يوصي الباحث بما يلي :

- ١- ضرورة الاهتمام باللياقة البدنية بالمرحلة الابتدائية في جميع الأنشطة الرياضية .
- ٢- إجراء اختبارات دورية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ( كل ٣ أشهر ) للياقة البدنية وإنشاء سجل لكل تلميذ لمتابعته أولا بأول.
- ٣- توجيه الاهتمام إلي درس التربية الرياضية بصفة عامة وإلي اللياقة البدنية وأنشطتها بصفة خاصة عن طريق إعداد برامج إعلامية تساعد على نشر الوعي بأهمية تنمية عناصر اللياقة البدنية.
- ٤- يجب أن تثير برامج اللياقة البدنية التحدي لدى التلاميذ ، و يجب أن تتناسب وعمر التلميذ وجنسه وحالته البدنية و يجب تصميم برامج مكثفة تتناسب مع التلاميذ ضعاف المستوى في اللياقة البدنية .
- ٥- تزويد المدارس الابتدائية بالأدوات والأجهزة اللازمة لتنفيذ برامج التربية الرياضية وبرامج اللياقة البدنية ، كذلك تزويد المدارس الابتدائية بمدرسين متخصصين يتم صقلهم من وقت لآخر عن طريق الدراسات المتقدمة ، وحضور المؤتمرات والاجتماعات، ودورات التدريب المتخصصة في اللياقة البدنية.



- ٦- البيئة المحيطة لابد أن تشجع التلاميذ على ممارسة الأنشطة الحركية وعلى رفع مستوى اللياقة البدنية .
- ٧- يجب الاهتمام بمكونات اللياقة البدنية كلها ، كما يجب أن تؤدي التمرينات و الأنشطة الخاصة ببرامج اللياقة بطريقة سليمة و فعالة .
- ٨- يجب أن نوعى التلاميذ بقيمة اللياقة البدنية و القوام و أن نكسبهم الاتجاهات الايجابية نحو ذلك عن طريق المعلومات البسيطة الواضحة .
- ٩- ضرورة معالجة أي خلل عضوي في أجهزة الجسم .
- ١٠- ضرورة الاهتمام بالتغذية الصحية السليمة . .
- ١١- ضرورة التركيز على جزء اللياقة البدنية في برامج التربية الحركية في المرحلة الابتدائية.
- ١٢- لابد من عمل ندوات لأولياء الأمور لإعلامهم بأهمية اشتراك البنات في درس التربية الرياضية و انعكاس ذلك على إشباع ميولهم ورغباتهم.

### قائمة المراجع

#### أولاً : المراجع العربية

- ١- احمد محمد خاطر ، على فهمي البيك (١٩٧٦م) : القياس في المجال الرياضي، القاهرة ، دار المعارف.
- ٢- أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب (١٩٨٢م) : التربية الحركية للطفل ، القاهرة، دار الفكر العربي .
- ٣- حسين عمر السمري (١٩٩٤م) : التنبؤ بمستوى بعض القدرات البدنية بدلالة السن، الطول، الوزن . "المجلة العلمية للتربية البدنية" ، العدد التاسع عشر ، إنتاج علمي كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ابريل ، القاهرة.
- ٤- رحاب إبراهيم العجمي (٢٠٠٠م) : دراسة دينامية لبعض القدرات البدنية لدى تلاميذ المرحلة السنية من ( ٦-١١ ) سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، الزقازيق.
- ٥- ريهام على (١٩٩٩م) : مستوى اللياقة الحركية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي لقطاعات منطقة شرق التعليمية بالإسكندرية، " دراسة مقارنة "، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية ،الإسكندرية.
- ٦- سارة رضا عبد العزيز (١٩٩٢م) : دراسة تقويمية للياقة البدنية لتلميذات المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة.

- ٧- فريال عبد العزيز (١٩٩١م) : تأثير ممارسة بعض الألعاب الشعبية على التعلم الحركي وبعض الصفات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، " مجلة علوم وفنون الرياضة " ، المجلد الثالث ، العدد الثالث ، إنتاج ، علمي كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، سبتمبر ، القاهرة .
- ٨- كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حساتين (١٩٧٨م) : اللياقة البدنية ومكوناتها، الأسس النظرية ، الإعداد البدني ، طرق القياس ، القاهرة ، دار الفكر العربي .
- ٩- محمد صبحي حساتين (١٩٧٩م) : التقويم والقياس في التربية البدنية ، الجزء الأول، القاهرة ، دار الفكر العربي.
- ١٠- محمد صبحي حساتين (١٩٧٩م) : التقويم والقياس في التربية البدنية ، الجزء الثاني، القاهرة، دار الفكر العربي .
- ١١- محمد صبحي حساتين (١٩٨٢م) : طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية ، القاهرة، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والمدرسية والرسائل التعليمية.
- ١٢- محمد طارق عبد المنعم الجندي (١٩٨٨م) : بناء بطارية اختبار لقياس اللياقة البدنية للتلاميذ التعليم الأساسي بمحافظة الجيزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة .
- ١٣- مصطفى محمد العاشق (١٩٩٩م) : دراسة مقارنة لتطور بعض القدرات الحركية القياسات الانثروبومترية للتلاميذ من ٦-٩ سنوات بمدينة الإسكندرية وطرابلس ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية، الإسكندرية .

### ثانيا المراجع الأجنبية : (الألمانية)

- 14-Boes, K.,Schott, N. (1998 ): Fitnessdiagnostik in der Grundschule. In Bös, K.,Scott, N. (Hrsg). Bd. 117. Czwalina-Verlag, Hamburg.
- 15-Jennes, M. (2000): Bewegung im Alltag von Kindern; Eine Tagesverlaufstudie. Diplomarbeit. Deutsch Sporthochschule Köln
- 16-Obst,F., Bös, K. (1999): Tägliche Sportstunde in der Grundschule. In Bös, K.,Scott, N. (Hrsg). Bd. 117. Czwalina-Verlag, Hamburg.