



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الجبالي بونعامة خميس مليانة



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تخصص التربية وعلم الحركة

تحت عنوان :

أثر برنامج بالتربية الحركية في تنمية بعض القدرات
الحركية(التوازن، سرعة رد الفعل، التوافق الحركي)
والإدراكية (الاتجاهية) لتلاميذ الطور الأول (6-8) سنوات

دراسة ميدانية بابتدائيتي العربي بو عمران أحمد وديلمي جبالي -خميس مليانة-

تحت إشراف الدكتور:

- بودبزة مصطفى

إعداد الطالبين :

- بن علال حنان

- سماحي سمية

السنة الجامعية : 2019-2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الشكر والتقدير

قال صلى الله عليه وسلم (من لم يشكر الناس، لم يشكر الناس)

بسم الله وكفى والصلاة والسلام على الحبيب المصطفى

لله الشكر وحده وعليه الثناء، نحمده وتعالى على التوفيق في إنجاز هذا العمل

لا يسعنا ونحن نضع اللمسات الأخيرة لهذا العمل إلا أن نتقدم بأسمى عبارات الشكر

والتقدير

إلى الدكتور بودبز مصطفى الذي أشرف على مسيرة إنجاز هذه الدراسة

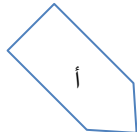
بفضل إرشاداته وتوجيهاته

وإلى أساتذة معهد علوم وتغذية النشاط البدنية والرياضية

تخمس ملبانة

كما لا نغوتنا أن تشنى على مدير وتلاميذ مدرسة العربي بو عمران (عينة الدراسة)

الذين تجاوبوا معنا .



الإهداء

إلى الذي يقدم عزما... ويتقد قوة... ويتدفق حلما...

ويفيض حرما... وينساب ساحة... ويتلفظ حكما

إلى أبي العزيز... رحمة الله عليه

إلى رمز الحنان ومنوان الأمومة

إلى التي أروضتني من لبنها وتحتني من ضانها

إل هبة الرب وكمال الود وصفاء القلب

إلى العائرة دوما عني... والمشتاقة دوما لي... والعنونة أبدا علي

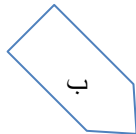
إلى أمي الغالية

إلى أختي ليلي حبيبة قلبي...إلى جميع من كانوا سندا لي في الحياة

إخواني... أخواتي... وإلى كل الأهل والأقارب

كما أهدي هذا العمل إلى أبناء أخوتي وأخواتي .

سماحي سمية



الإهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى الذي كان ينبوع الصفاء ورمز العطاء...

إلى من قال فيهما جلّ وعلا وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا

إلى التي حوتني أحشاؤها... وخذاني دما... واتصلت حياتي بحيلتها... وجمعني وإياها روحا

واحدة...

إلى أمي المحنونة مباركة

إلى الذي شقي لأجلي ولأجل راحتي وسعادتي... إلى الذي لم يبخل عليّ بحظفه وحنانه وتواضعه...

فنادني إيماناً بالحياة رافعا من معنوياتي... إلى الذي لا أتوقف عن حبه

والذي العزيز محمد

إلى الكثر الذي لا يفنى... جميع عائلة (بن علا) الإخوة والأخوات دائمية الله أن يطيل في

عمره متمنية أن يجعلهم من عباده الصالحين...

بن علا حنان



محتوى البحث

محتوى البحث	
	الشكر والتقدير
	الإهداء
	قائمة الجداول والأشكال البيانية
	مقدمة
مدخل عام للدراسة: التعريف بالبحث	
4	مشكلة البحث
5	الفرضيات
5	أهمية الدراسة
6	أهداف الدراسة
6	مصطلحات الدراسة
8	الدراسات السابقة والمشابهة
الباب الأول: الجانب النظري	
الفصل الأول: التربية الحركية وخصائص الفئة العمرية	
14	تمهيد
14	1- مفهوم التربية
14	1- 2- مفهوم الحركة
14	1- 3- تعريف ومفهوم التربية الحركية
16	1- 4- أهداف وأهمية التربية الحركية
17	1- 5- العلاقة بين التربية الحركية والحركة
18	1- 6- المقارنة بين التربية الرياضية والتربية الحركية
19	1- 7- محتوى وطرق تدريس التربية الحركية
21	1- 8- التقويم في التربية الحركية
23	1- 9- أسس يجب مراعاتها في بناء برنامج التربية الحركية
24	1-10- التربية الحركية للأطفال الابتدائي
25	1-11- مرحلة الطفولة المتوسطة (6-9) سنوات
25	1-12- تعريف مرحلة الطفولة المتوسطة
25	1-13- خصائص مرحلة الطفولة المتوسطة
26	1-14- مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المتوسطة

29	خلاصة
الفصل الثاني: القدرات الحركية والقدرات الإدراكية	
31	تمهيد
31	1-2- مفهوم الإدراك
31	2-2- عناصر الإدراك
32	2-3- أنواع الإدراك
33	2-4- مفهوم القدرات الإدراكية الحركية
33	2-5- عناصر القدرات الإدراكية الحركية
34	2-6- أهمية القدرات الإدراكية والحركية للطفل
35	2-7- مفهوم القدرات الحركية
35	2-8- تعريف القدرات الحركية
36	2-8-1- التوافق الحركي
37	2-8-2- التوازن
39	2-8-3- السرعة
41	خلاصة
الباب الثاني : الجانب التطبيقي	
الفصل الثالث: مدخل تمهيدي للجانب التطبيقي	
44	تمهيد
44	3-1- الدراسة الاستطلاعية
44	3-2- منهج البحث
45	3-3- متغيرات الدراسة
45	3-4- مجتمع وعينة البحث
45	3-5- مجالات البحث
46	3-6- الأدوات المستخدمة
46	3-7- الأساليب الإحصائية
46	3-8- الاختبارات المستعملة في الدراسة
48	3-9- الخصائص السيكومترية للاختبارات المستخدمة
48	3-10- صعوبات البحث
50	3-11- البرنامج التعليمي
52	3-12- نموذج وحدة تعليمية

الفصل الرابع: عرض وتحليل النتائج	
55	تمهيد
55	4-1- عرض نتائج الفرضيات قيد الدراسة
59	4-2- مناقشة فرضيات الدراسة
60	ملاحظة
61	اقتراحات
63	قائمة المراجع
	الملاحق
	الملخص



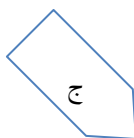
قائمة الجداول والأشكال

أولاً: قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
1	جدول رقم (01): يمثل الفرق بين التربية الحركية والرياضية.	18
2	جدول رقم (02): يمثل طرق قياس الإدراك الحركي.	23
3	جدول رقم (03): يمثل معامل الثبات لاختبارات القدرات الحركية والادراكية	47
4	جدول رقم (04): يمثل البرنامج التعليمي المطبق	50
5	جدول رقم (05): يمثل نموذج لوحدة تعليمية	52
6	جدول رقم (06) يوضح نتائج الاختبارات القبليّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية.	55
7	جدول رقم (07): يوضح نتائج الاختبارات القبلي-بعدي للعينة الضابطة.	56
8	جدول رقم (08) يوضح نتائج الاختبارات القبلي-بعدي للعينة التجريبية.	57
9	جدول رقم (09) يوضح نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية.	58

ثانياً: قائمة الصور والأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
1	الشكل رقم 1 : القدرات التوافقية وفقا لتقسيم بلوم (1978)	37
2	الشكل رقم 2: يمثل اختبار التوافق للرجلين	47
3		



مَعْرِفَةٌ

المقدمة:

تعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل في حياة الإنسان، نظرا لما تتميز به من مرونة وقابلية التعلم ونمو المهارات والقدرات المختلفة، فهي مرحلة إعداد وتكوين اللبنة الأولى لملامح ومقومات شخصية الطفل المستقبلية.

فلا شك أن الصحة والقوة وحسن اللياقة البدنية تسهم بصورة مباشرة أو غير مباشرة في النمو العقلي للفرد، وفي تكامل شخصيته وفي نجاحه في الحياة، حيث أن مصدر سعادة الإنسان تكمن في سلامة العقل والجسد معا (العقل السليم في الجسم السليم).

التربية من أهم عوامل التقدم لأي مجتمع من المجتمعات وعليها تقوم المواطنة الصالحة وتنهض الأجيال، كما تلعب التربية دورا هاما في حياة المجتمعات المتقدمة، حيث أصبح ينظر إليها في عالمنا المعاصر على أنها استثمار بشري، ولكونها من أفضل السبل لتحقيق نمو الفرد والمجتمع.

كما تهتم التربية بتنمية السلوك الإنساني وتطويره، أي أن هدفها إكساب أفراد الجيل الجديد المهارات والمعتقدات والاتجاهات والقيم والمعارف والمعلومات وأنماط السلوك المختلفة التي تجعل منهم مواطنين صالحين في مجتمعهم متكيفين ومتفاعلين مع أفراد الجماعة التي يعيشون بينهم.

وحدثا أصبحت التربية تمكن الطفل عن طريق مداركه، وصقل عواطفه أو شحن إرادته من اكتساب المعارف والمعلومات والمفاهيم، والقيم والمهارات والسلوك السليم، وهذا لا يتم دون جهد تربوي مقصود من قبل المؤسسات التربوية والتعليمية المعنية، مما يجعل الاهتمام بالتربية ضرورة ملحة لكل مجتمع يسعى إلى التقدم والرفاهية.

تعتبر التربية الحركية نظاما تربويا يعتمد على الحركة الأساسية الفطرية للطفل وهي كبرنامج لأطفال ما قبل المدرسة ولتلاميذ المرحلة الابتدائية، يعمل على إعداد الأطفال لمسارات حركية أكثر تعقيدا في المراحل القادمة.

إن التربية الحركية ليست نشاطا معزولا أو مستقلا، بل هو نشاط مرتبط بكل الأنشطة التي تهتم التعليم الأولى كالأنشطة الدينية واللغوية والرياضيات وأنشطة الخلق والإبداع، وذلك لكون أن مجالات التربية الحركية عديدة فهي تشمل محاور مختلفة في العمل على الجسد بدءا من الحركات العامة إلى الوعي بالزمن والتصور السليم للمكان والفرغ المحيط .

لقد أثارت عملية الإدراك اهتمام أطباء الأطفال، وعلماء النفس المتخصصين في مجال التربية والتعليم، فمنذ لحظة الولادة يبدأ الطفل بالتحرك ويتعرف على البيئة المحيطة به ويتعلم كيفية إتقان تفاعله مع ما يجري حوله، ويغيب هذا التفاعل عملية إدراكية وحركية في نفس الوقت. وقد دلت أبحاث " بياجيه 1932 وسميث 1970 وكراتيه" 1972، أن الطفل يدرك من حوله ويتفاعل مع البيئة التي حوله عن طريق الحركة، لهذا فإن عملية الإدراك والحركة مرتبطان مع بعضيهما

ارتباطا وثيقا، وهذا ما أكده "باور"، و ذلك لأمرين هامين :
أولا :يعتمد النشاط الحركي الذي يقوم به الطفل على المعلومات المدركة من حوله، معتمدا بذلك على الإحساس الحركي.
ثانيا :عندما يريد الطفل تنمية المعطيات الإدراكية يعتمد بذلك على النشاط الحركي، أي الوصول إلى مهارات متزايدة عن طريق النشاط الحركي، وهذا كله يكتسبه الطفل عن طريق مواقف مرتبطة بمواقف اللعب و مع زملائه و المساحة بينه وبين الهدف وهذه كلها معلومات مكتسبة. (الديري، 1999، صفحة 59)
إن في التخطيط للبرامج لتحقيق الأهداف المرجوة يتطلب ذلك وضوح الأهداف للمتعلم ووضوح أساليب قياسها وشمولها مما يستثير دافعية المتعلم إلى التحصيل المعرفي و العملي لها، و يحتاج المعلم إلى شيء يبين يديه لفهم أي مشكلة تقف أمامه، لذا يعتبر البرنامج هو الاستنارة و الاستزادة يضع أمام المعلم الكثير من نماذج الدروس المختلفة و أساليب تدريسية و تقييمية متنوعة ليستفيد منها أثناء عملية التعليم و بالتالي الإسهام في تطوير قدرات و مهارات المتعلم. (القادر، 2005، صفحة 16)
وعليه جاءت هذه الدراسة لتوضح العلاقة التي تربط بين كل هذه المتغيرات، حيث جاء في الباب الأول: التعريف بالبحث والدراسة النظرية التي تضمنت فصلين، تطرقنا في الفصل الأول إلى كل ما يخص التربية الحركية من مفاهيم وأهمية وأهداف وكذلك إلى خصائص الفئة العمرية، أما الفصل الثاني فلخصنا فيه أهمية القدرات الحركية قيد البحث وكذلك القدرات الحركية بالنسبة لعينة البحث، أما الباب الثاني فقد خصصناه للدراسة التجريبية ونتائج البحث واشتمل فصلين، الفصل الثالث مدخل للجانب التطبيقي والفصل الرابع لدراسة وتحليل النتائج.
وتوصلنا في الأخير واستنادا على ما تم وإجراءات ومعالجة إحصائية وتفسير للنتائج في نطاق مجتمع البحث: أن البرنامج التعليمي بالتربية الحركية له أثر في تحسين القدرات الحركية والقدرات الإدراكية لدى عينة البحث رغم الظروف(وباء الكورونا) التي أعاققت تقدم البرنامج في المنتصف.

مدخل عام للدراسة

التعريف بالبحث

1 مشكلة البحث:

إن التربية المتكاملة في تعليم و تدريب الأطفال بصورة متوازنة يجب أن تشمل جميع جوانب النمو والتطور المختلفة خصم بحاجة إلى رعاية و اهتمام في كل مرحلة من مراحل النمو بحيث تتناسب مع ما لديهم من إمكانيات و قدرات فالمجتمعات الحديثة أولت عناية فائقة وجادة في آن واحد بالنسبة لمرحلة الطفولة الوسطى بوصفها مرحلة البناء و التأهيل للمراحل اللاحقة، فقد اهتم الكثير من المختصين العلماء إلى الإدراكية و الحركية بما يتناسب مع مراحل تكوينهم للدعائم الأساسية. (الشديدة، صفحة 03) تستحوذ الأنشطة الحركية للطفل اهتمام كبيرا في أوساط التربويين و علماء نفس النمو (2009، Olsson) حيث انه من أهم أهداف التربية في هذه المرحلة غرس العادات الصحية والاجتماعية السليمة لدى الأطفال من جهة ورعايتهم عقليا وبنيا ونفسيا واجتماعيا وحيث أن الطفل في المناهج الحديثة يعتبر المحور الأساسي للعملية التربوية التعليمية التعلمية فانه من الأهمية بمكان تهيئة البيئة السليمة للطفل من خلال إتاحة الفرصة له للتعبير عن نفسه من خلال التجريب والحركة والاستكشاف واللعب عبر دعم النشاط الذاتي للطفل وتهيئة المجال أمامه لإطلاق إمكانياته الفطرية الطبيعية التي تظهر على شكل حركات أساسية تشمل الانتقال، الاتزان والتحكم.

ويرى جالهيو و دونللي (Gallhue and Donnelly 2007) انه عن طريق اللعب والحركة يبدأ الطفل في اكتشاف البيئة المحيطة به والتعرف عليها وبالتالي فان هذا الميل الطبيعي للحركة يمثل وسيطا تربويا فعالا لتطوير النمو المتكامل من النواحي الاجتماعية، العقلية والبدنية ، حيث أن التربية الحركية في مرحلة الطفولة تؤدي وظيفة تتعلق بالبعد المكاني (الوعي بالجسم والفراغ والاتجاهات) والبعد الزمني (التزامن، الإيقاع والتسلسل) حيث انه من خلال تعليم الطفل أصول الحركة فانه يكتسب اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة و اللياقة البدنية المرتبطة بالحركة بالإضافة إلى اكتسابه إلى مهارات الحركية الأساسية (مهارات الاتزان و التحكم و التنقل).

ومن هنا ارتأت الباحثتان تناول دراسة المرحلة الابتدائية من جهة القدرات الإدراكية-الحركية ومن جهة أخرى تنمية عناصر اللياقة البدنية وذلك نظرا لقلّة الدراسات في حدود ما يتطلبه البحث في هذه الجوانب خاصة في مرحلة الطفولة المتوسطة وذلك لإعطاء لمحة دقيقة عن بعض القدرات الإدراكية-الحركية ومن هنا توصلنا الى طرح إشكالنا العام:

- هل للتربية الحركية اثر في تنمية بعض القدرات الحركية-الإدراكية لدى تلاميذ مرحلة الطفولة المتوسطة ؟

الأسئلة الفرعية :

- هل هناك فروق بين الاختبارات قيد البحث القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية؟
- هل هناك فروق بين الاختبارات قيد البحث القبلية- البعدية للمجموعة الضابطة لصالح البعدي؟
- هل هناك فروق بين الاختبارات قيد البحث القبلية- البعدية للمجموعة التجريبية لصالح البعدي ؟
- هل هناك فروق بين الاختبارات قيد البحث البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية؟

الفرضية العامة:

للتربية الحركية اثر في تنمية بعض القدرات الحركية-الإدراكية لدى تلاميذ مرحلة الطفولة المتوسطة.

الفرضيات الجزئية:

- هناك فروق بين الاختبارات قيد البحث القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية.
- هناك فروق بين الاختبارات قيد البحث القبلية- البعدية للمجموعة الضابطة لصالح البعدي.
- هناك فروق بين الاختبارات قيد البحث القبلية- البعدية للمجموعة التجريبية لصالح البعدي.
- هناك فروق بين الاختبارات قيد البحث البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية.

2 أهمية الدراسة:

- إظهار واقع أن للتربية الحركية دور أساسي في تنمية القدرات الحركية والإدراكية لدى تلاميذ الطور الأول ابتدائي و أن دورها لا يقتصر في تنمية هذه الأخيرة فقط بل ينمي حتى القدرات العقلية و النفسية.
- التأكيد على ضرورة اللعب في حياة الطفل ودوره الهام في الحفاظ على حياة صحية خاصة وان التكنولوجيا أصبحت عائقا أمام حركته والسماح بتحقيق التوازن هو أمر ضروري وهو ما أكدته هوبرت في قوله أن الوقت المخصص للألعاب في مدرستنا هو الوقت الوحيد الذي يمضي على أحسن وجه.
- إثبات أن التربية الحركية هي الوسيلة المناسبة للتعليم في مرحلة الطفولة بصفة عامة و الوسطى بصفة خاصة نظرا لتعدد أنواعها و حسن ملائمتها مع متطلبات النمو الخاصة بهذه الفئة.

3- أهداف البحث:

- معرفة دور التربية الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية وخاصة المرحلة الأولى من (6-8) سنوات.
- معرفة الفروق بمدى تطور كل من القدرات الحركية (التوازن، سرعة رد الفعل، التوافق الحركي) والإدراكية (الاتجاهية) المقصودة في الدراسة.
- معرفة شتى التطورات والتحسينات الخاصة بتمارين التربية الحركية في السنوات الأخيرة.
- تزويد المعلمين والعاملين في قطاع التربية بمرجع يحتوي على مجموعة من الألعاب والتمارين الحركية المستندة على دراسة علمية.

4- مصطلحات الدراسة:

1 التربية الحركية:

اصطلاحاً: إن التربية الحركية تشير إلى تنمية القدرات الحركية للطفل، وهذا يعني إن الحركة تُعد هدفاً نسعى إلى تحقيقه وتنميته لدى الطفل، لأنه في إثناء تنمية أو تربية الحركة يمكن للطفل إن يكتسب أو يتعلم ضمناً صفات ومعارف معينة مثل (الشجاعة، حسن اتخاذ القرار، التعاون...الخ) من الصفات الاجتماعية والعقلية والمعرفية والبدنية والتي لا بد من تنميتها لديه في سن مبكرة حتى يتمكن من التعامل والتفاعل مع البيئة المحيطة به بشكل جيد وبصورة مناسبة ، فالحركة هي إحدى الدوافع الأساسية لنمو الطفل وعن طريقها يبدأ الطفل في التعرف على البيئة المحيطة به، وهذا الميل الطبيعي للحركة هو احد طرق التعلم. (الفتلي، 2019)

إجرائياً: هي جزء من التربية البدنية وهي منهج يهدف الى تنمية قدرات الطفل من جميع النواحي الحركية والعقلية والنفسية حسب متطلبات نموه من لعب وقصص وغيرها فهي تعلم عن طريق الحركة.

القدرات الإدراكية:

اصطلاحاً:

القدرة: وتعني إمكانية الفرد العقلية و الجسدية و النفسية و الاجتماعية للتكيف مع البيئة بشكل متكامل ومتناسق، وهي تخضع للخبرات والتدريب والممارسة. (الهادي، 1999، صفحة 57)

القدرة الإدراكية: وهي تتمثل في السرعة والدقة في إدراك تفاصيل الرسوم والأشكال أو بعبارة أخرى الدقة في إدراك أوجه الشبه و الاختلاف بين موضوعات العالم الخارجي. (البنين، 1995، صفحة 130)

إجرائياً: هي إمكانية الفرد على فهم واستيعاب المدخلات والمعلومات من المحيط والتكيف معها بسرعة وتكامل ويمكن تقويتها بالممارسة والتدريب.

3الاتجاهية:

اصطلاحاً: إن موضوع الاتجاه الذي يتخذه الجسم في الحركة يتطلب معرفة الأطفال للتعبيرات الفنية المستخدمة في ذلك. فمن خلال فهم و إدراك الوعي بالجسم و الفراغ يستطيع الطفل أن يطبق مختلف التعبيرات في الاتجاه أثناء الحركة في الفراغ، مثل تعبيرات نحو (الخلف-الأمام-الأعلى-الأسفل -للجانِب-قطرياً)أو تشكيلة من هذا كله (بومسجد، 2005، صفحة 46)

إجرائياً: هي وصول الطفل إلى درجة من النضوج العقلي لفهم وإدراك الاتجاهات والتعبير عنها أثناء الحركة في الفراغ كالمصطلحات: للأمام، للخلف، أسفل، أعلى، جانباً...

2 القدرات الحركية:

اصطلاحاً: يعرفها "جونسون" و"نيلسون" بأنها الاستعداد الفطري والمستوى الحركي الذي اكتسبه الفرد ويظهر في المهارات الحركية الأساسية في المسابقات والألعاب، ويعرفها "وجيه م حجاب" بأنها القدرات التي يكتسبها الإنسان من المحيط مثل المرونة والرشاقة والتوازن ويكون التدريب والممارسة أساس لها وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية. (العبيدي، 2008، صفحة 57)

إجرائياً: هي مجموع الاستعدادات الفطرية الحركية ومستواها المكتسب بالممارسة والتدريب مثل المرونة، السرعة، التوازن، التوافق... ويكون تطوير هذه الأخيرة بقابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية.

3-1 التوافق:

اصطلاحاً: هو قدرة الرياضي على سرعة الأداء الحركي مع دقة الأداء في تحقيق الهدف مع اقتصاد في الجهد وتحقيق ذلك من خلال عمليات عصبية عديدة تتلخص في استقبال المخ المعلومات المختلفة عن طبيعة الأداء الحركي من خلال المستقبلات الحسية. (الفتاح، 1997، صفحة 20)

ويعرف فليشمان Fleishman التوافق بأنه قدرة الفرد على أداء عدد من الحركات المركبة في وقت واحد. (شغاتي، 2014، الصفحات 379-380)

ويعرف التوافق أيضاً بأنه قدرة الجهاز العصبي على إعطاء أكثر من أمر في نفس الوقت أ مع فاروق زمني قليل جداً (ويذكر Singer) بان التوافق هو القدرة في السيطرة على عمل أجزاء الجسم المختلفة والمشاركة في أداء واجب حركي معين وربط هذه الأجزاء بحركة أحادية وبانسيابية ذات جهد فعال لإنجاز ذلك الواجب الحركي، وينقسم التوافق إلى توافق عام وتوافق خاص. (سليم، 2001، صفحة 52)

إجرائياً: هو التنسيق الحركي لأعضاء الجسم أثناء تأدية مجموعة من الحركات مع الاقتصاد في الجهد والوقت وبدقة دون ارتكاب الأخطاء وهو ما يدعى كذلك بالتحكم الحركي في الجسم أثناء الأداء الرياضي.

3-2 سرعة رد الفعل:

اصطلاحاً: وتدخل تحت نطاق السرعة وهي عبارة عن الفترة الواقعة بين المؤثر والتلبية، وتعتبر السرعة التي يستغرقها رد الفعل عاملاً هاماً في الرياضة عموماً تساعد على تجنب استخدام العضلات التي لا حاجة لعملها في أداء حركة ما. كما أنها تدل على مدى التوافق العضلي العصبي عند الرياضي. (الداوودي، 2014)

وهي أيضا قدرة الجهاز_العصبي العضلي على إنجاز رد الفعل لتنبه معطى في أقصر وقت كالجواب بحركة الإشارة مسبقة سواء كانت إشارة سمعية، بصرية أو لمسية. وسرعة رد الفعل تختلف من لاعب لآخر وهي لحد ما صفة خلقية، وطبيعية في الفرد دون إرادة منه. (مختار، 1974، صفحة 89)

إجرائيا: هي الزمن الفاصل ما بين حدوث المؤثر وأداء الاستجابة الخاصة به والمبينة لقدرة الجهاز العصبي عضلي في رد فعل ذلك التنبه، وهي وراثية تختلف من شخص لأخر وقابلة للتطوير بالممارسة والتدريب.

3-3- التوازن:

اصطلاحا: يعرفه "لارسون" و"يكم" بأنه قدرة الفرد في السيطرة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية العصبية ويعرفه "كيورتن" بكونه إمكانية الفرد للتحكم في القدرات الفسيولوجية والتشريحية التي تنظم للتأثير على التوازن مع القدرة على الإحساس بالمكان سواء باستخدام البصر أو بدونه وذلك عضليا وعصبيا. ويعرفه "روث" بأنه القدرة على الاحتفاظ بوضع معين للجسم أثناء الثبات أو الحركة.

إجرائيا: هو قدرة الفرد على الاحتفاظ بوضع الجسم أثناء الثبات أو الحركة من خلال السيطرة التامة على الأجهزة العضوية من الناحية العصبية والعضلية.

5- الدراسات السابقة والمرتبطة:

• الدراسة الأولى: لهدى شوقي

عنوان الدراسة: أثر برنامج مقترح للتربية الحركية على الكفاءة الإدراكية لأطفال مرحلة ما قبل التعليم الأساسي من 4-6 سنوات.

المنهج المتبع: المنهج التجريبي.

أداة البحث: اختبار دايتون للإدراك الحسي حركي.

عينة البحث: 200 طفل وطفلة تم اختيارهم عشوائيا.

الوسائل الإحصائية: اختبار "ت" ستيودنت.

نتائج الدراسة: وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي ووجود فروق دالة إحصائية بين البنين والبنات للمجموعة التجريبية لصالح البنين في بعض أبعاد اختبار دايتون وقد رجحت الباحثة هذه الفروق الى المتغير التجريبي المتمثل في برنامج التربية الحركية المقترح.

• الدراسة الثانية: لسامية ربيع وعزيزة عبد الغني

عنوان الدراسة: تأثير برنامج مقترح بالأدوات الصغيرة على تنمية القدرات الإدراكية الحس حركية وبعض المهارات الطبيعية لأطفال ما قبل المدرسة.

المنهج المتبع: المنهج التجريبي.

أداة البحث: اختبار دايتون لقياس الإدراك الحركي لسن 4-5 سنوات واختبارات لقياس بعض المهارات الطبيعية للأداء الحركي كالتوازن والوثب

عينة البحث: 80 طفل وطفلة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، 30 للعينة التجريبية و 30 للعينة الضابطة و 20 للعينة الاستطلاعية

الوسائل الإحصائية: اختبار "ت" ستيودنت.

نتائج الدراسة: أسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي في القدرات الإدراكية الحس حركية وفي أداء المهارات الطبيعية أي أن التمرينات بالأدوات أدت الى تحسن الأداء في المهارات الحركية المختارة في البحث كما أدت الى تنمية القدرات الإدراكية الحس-حركية.

• الدراسة الثالثة: نبال محمد

عنوان الدراسة: القدرات العقلية وعلاقتها بالقدرات الحركية لمرحلة الطفولة الوسطى (6-9 سنوات).

هدف الدراسة: التعرف على الفروق في مستويات القدرات العقلية والحركية لدى تلميذات مرحلة الطفولة الوسطى (6-9 سنوات)، بالإضافة للتعرف على العلاقة الارتباطية بين القدرات العقلية والقدرات الحركية لأفراد عينة الدراسة وفق متغير الفئة العمرية.

المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

أداة البحث: بطارية اختبار (درودل-كوخ) لقياس الاختبارات الحركية التي تحتوي الوثب جانبا لمدة (15) ثانية، الوثب الطويل من الثبات، الوقوف على قدم واحدة لمدة دقيقة، ثني الجذع من الجلوس الطويل لمدة 40 ثانية.

عينة البحث: 300 تلميذة

الوسائل الإحصائية: برنامج الحزمة الإحصائية (spss)، تحليل التباين الأحادي (anova)، اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية.

نتائج الدراسة:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى اقل من (0.05) في مستوى القدرات العقلية وكذا

الحركية لفئة الإناث بعمر (8-9.9) سنوات

- وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند مستوى اقل من 0.05 بين القدرات العقلية والحركية في كل من اختبار (الوثب جانبا، الوثب الطويل من الثبات، الوقوف على قدم واحدة) لدى عينة الإناث ذات الفئة العمرية (6-6.9) سنوات.

- وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند مستوى اقل من 0.05 بين القدرات العقلية والحركية في اختبار الوثب جانبا لمدة 15 ثانية لدى الإناث بعمر (7-8.9) سنوات.

• الدراسة الرابعة: أحمد سالم البطاينة، نهى عبد الرحيم مستريحي

عنوان الدراسة: مستوى الفروق في القدرات الحركية لدى تلاميذ المرحلة الأساسية الدنيا (6-9) سنوات في مدرسة بيت أيدس الأساسية المختلطة تبعا للفئة العمرية والجنس.

المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

أداة البحث: مقياس درودل-كوخ للقدرات الحركية تبعا لمتغيري الفئة العمرية والجنس.

عينة البحث: 200 تلميذ وتلميذة مختارين عشوائيا طبقا لفئة العمر (6-9) سنوات

الوسائل الإحصائية: برنامج الحزمة الإحصائية (spss)، تحليل التباين الأحادي (anova)، اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية.

نتائج الدراسة: وجود فروق ذات دلالة إحصائية لفئة الذكور في جميع الاختبارات الحركية ولصالح المرحلة العمرية 9 سنوات، ولفئة الإناث أيضا في جميع الاختبارات الحركية ما عدا اختبار الوقوف على قدم واحدة ولنفس الفئة العمرية.

وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند جميع الاختبارات الحركية لصالح الذكور عند فئات عمرية محددة باستثناء اختبار مرونة الجذع من الجلوس الطويل، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند اختبار الوثب جانبا لمدة 15 ثانية لصالح الإناث ذوات 9 سنوات.

• الدراسة الخامسة: حسن علي حسين

عنوان الدراسة: تقويم القدرات الإدراكية-الحركية لتلاميذ مركز محافظة كربلاء بعمر 11 سنة وفقا للجنس

المنهج المتبع: المنهج الوصفي

أداة البحث: مقياس بورديو للقدرات الإدراكية-الحركية

عينة البحث: 535 تلميذ و485 تلميذة بمجموع 1020

الوسائل الإحصائية: الوسط الحسابي، المنوال، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون،

اختبار T للعينات المستقلة، النسبة المئوية، معامل اتفاق كاندال.

نتائج الدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مجالي تصور الجسم والمزاوجة الإدراكية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية لكل من الجنسين في مجالات التوازن، القوام، التحكم البصري، إدراك الشكل والدرجة الكلية للمقياس.

• الدراسة السادسة: منى الأزهرى

عنوان الدراسة: تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على بعض الادراكات الحس حركية وبعض عناصر اللياقة البدنية لدى أطفال ما قبل المدرسة.


المنهج المتبع: المنهج التجريبي

أداة البحث: مقياس بورديو للقدرات الإدراكية-الحركية.

عينة البحث: 122 طفل حضانة مقسومين لمجموعتين تجريبية وضابطة.

الوسائل الإحصائية: معامل الارتباط بيرسون، اختبار T للعينات المستقلة، النسبة المئوية.

نتائج الدراسة: يوجد تأثير ايجابي للبرنامج المقترح بالتربية الحركية على الادراكات الحس حركية وكذا اللياقة البدنية.



الجانب النظري الخلفية النظرية

الفصل الأول

التربية الحركية وخصائص الفئة العمرية

تمهيد:

يأتي الطفل إلى المدرسة الابتدائية في السنة السادسة بعد أن قضى طفولته المبكرة في المنزل والبيئة المجاورة له ، اكتسب منها عاداته ومعلوماته وعواطفه وخبراته الأولى ، وبذلك تتشكل شخصيته وتختلف هذه الشخصية من تلميذ إلى آخر نظرا لاختلاف العادات والسلوك والخبرات السابقة فضلا عن قدراتهم العقلية والبدنية.

1 1 مفهوم التربية:

تعرف التربية بأنها: "إعادة بناء الأحداث التي تكون حياة الأفراد، حتى يصبح ما يستجد من عوارض وأحداث ذات عرض ومعنى" وهذا يعنى أن: تربية الطفل تتكون من كل شيء يفعله، أيضا تعني التربية "ظاهرة ممارسة" فالطفل يتعلم عن طريق الممارسة، التربية تحدث في كل مكان (المدرسة، الشارع، الروضة، الملعب...) وهي كذلك تعني النمو والتكيف. (بزيو، 2020، صفحة 122)

1 2 مفهوم الحركة:

تعتبر الحركة الطريقة الأساسية في التعبير عن الأفكار والمشاعر والمفاهيم وعن الذات بوجه عام، فهي استجابة بدنية لمثير ما سواء كان داخليا أو خارجيا، وأهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع في أشكالها وأساليب أدائها. (صابر، 2007، صفحة 15)

1 3 تعريف ومفهوم التربية الحركية:

- مفهوم التربية الحركية:

هي التعلم عن طريق الحركة، ففيه تسع دائرة التعلم فتشمل جميع جوانب نمو الفرد وتكون الحركة أداة هذه الدائرة في تحقيق الأهداف المرجوة، وهي اللياقة البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعية. (صابر، 2006، صفحة 25)

- تعريف التربية الحركية:

إن الوصول إلى مفهوم شامل ومتكامل للتربية الحركية يتطلب منا تعريفها، حيث قام العديد من الباحثين بتعريفها نذكر منها ما يلي:

عرف اتحاد التربية البدنية والرياضة والترويح والإيقاع الحركي AAHPER التربية الحركية على أنها (تلك الظروف الخصبة التي تنتجها التربية البدنية لإكساب الأطفال النواحي المعرفية والوجدانية واللياقة البدنية والحركية والصحية عن طريق الحركة). (فريده، 1985، صفحة 15)

ويعرفها كيفارت (1979) بأنها (ذلك الجانب من التربية البدنية أو التربية الأساسية التي تتعامل مع النمو والتدريب لأنماط الحركة الأساسية باعتبارها تختلف عن المهارات الحركية الخاصة بالأنشطة الرياضية). (محمد، 2009، صفحة 42)

كما عرفها الديري (1999) على أنها (ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط البدني الذي يستخدم الجهاز الحركي لجسم الطفل، وما ينتج عنه من اكتساب الفرد لبعض الاتجاهات السلوكية). (العزير، 2000، الصفحات 21-32)

ويذكر أمين أنور الخولي وأسامة كمال راتب انه اشتق مفهوم التربية الحركية من مفهوم قديم تحت اسم التربية النفسية حركية للأطفال، وهو مفهوم يستخدم في أوروبا الغربية كرد فعل الأفكار فروبل بستالونزي وجان جاك روسو وغيرهم من المفكرين التربويين ممن اهتم بتربية الطفل وتطبيعه اجتماعي

وثقافيا ويذكر قاموس علوم الرياضة 1992 أن التربية الحركية أخذت تنتشر تدريجيا في إنجلترا وبعض دول أوروبا على أنها تربية الفعل والأداء الرامية لأقصى تكيف ممكن الطفل مع البيئة والتغيرات البيئية. ولقد اتخذ مفهوم التربية هذه مسميات أطلقت عليها منها: التربية النفس حركية والتربية الحس حركية والتربية الإدراكية الحركية إلى أن المجال كان واسع المدى في تفسير مفهوم التربية الحركية ابتداء من أولئك الذين اعتبروها مجرد وحدة من الوحدات التعليمية لمنهج التربية البدنية في التعليم الابتدائي وصولا إلى أولئك الذي فسروها على أنها تعبر عن المجال الإجمالي لحركة الإنسان. (راتب، 2009، صفحة 159) ويرى كل من حسن عبد السلام محفوظ و نجلاء فتحي خليفة(2003) أن التربية الحركية كيان تربوي شامل متكامل، يعتمد في بنائه على الخبرات الحركية التربوية التي تتبع منها جميع الأنماط الحركية الأساسية الأصلية، والتي أساس للحركات المعقدة لأنشطة المختلفة، ويعتني هذا الكيان بتعليم الطفل بدءا من مرحلة ما قبل المدرسة وخلال المراحل التعليمية المختلفة، فهي لا تعتني بالطفل من جانب واحد بل تستهدف التربية الشاملة المتكاملة من جميع الجوانب المختلفة. (خليفة، 2013، صفحة 17) وبهذا نقول أن التربية الحركية هي نظام تربوي يبنى على الإمكانيات النفس حركية الطبيعية المتاحة للطفل، وتعتبر جزءا من التربية العامة تتم عن طريق ممارسة النشاط البدني أو الحركي، لأنها تعرف الطفل بجسمه ونفسه ومحيطه، ومن خلالها يستطيع تنمية لياقته البدنية والصحية ومفاهيمه وعلاقاته ومعارفه في ضوء الظروف المحيطة به.

ويرى أن للتربية الحركية مفهومين، الأول يرى أن التربية الحركية تشير إلى "تربية الإنسان من خلال الحركة" وهذا المفهوم ينظر إلى الحركة من حيث كونها وسيلة.

أما المفهوم الثاني فيرى أن التربية الحركية تشير إلى "تنمية القدرات الحركية للفرد" وهذا المفهوم ينظر للحركة على أنها هدف تسعى إلى تنميته لدى الطفل.

ويرى طلحة حسام الدين وآخرون أن المفهوم الثاني أكثر دقة وشمول، حيث أنه أثناء عملية تنمية أو تربية الحركة يمكن اكساب الفرد صفات ومعلومات معينة (الشجاعة، حسن اتخاذ القرار...).

(واخرون، 2020، صفحة 33)

1 4 أهداف وأهمية التربية الحركية:

1 4 1 أهداف التربية الحركية:

يشير أمين الخولي و أسامة ا رتب 2007 عن لوثر بان أهداف التربية الحركية تتمثل في:

-تنمية فهم الحركة.

-خبرة تحليل الحركة.

-الخبرة الحركية في حد ذاتها.

-الاستكشاف وحل المشكلات الحركية. (خليفة، 2013، الصفحات 18-19)

- إكساب الطفل اللياقة البدنية الصحية التي تأهله للقيام بمتطلبات العمل اليومي وذلك من خلال الاشتراك في النشاط الحركي من أجل الترويح.
- تنمية المهارات الحركية التي تؤهل الطفل للاشتراك في الأنشطة والألعاب الرياضية والجماعية.
- إكساب الطفل المهارات الاجتماعية عن طريق مشاركته في الأنشطة والألعاب الحركية والرياضية.
- إكساب الطفل مفاهيم السلامة العامة والخاصة المرتبطة بالممارسة البدنية.
- أهمية ممارسة النشاط البدني من أجل الصحة والوقاية من الأمراض.
- إكساب الطفل التحكم في الانفعالات في حالة التنافس مع أقرانه.
- تنمية وتطوير الإدراك الحسي الحركي لدى الأطفال في:

- الوعي بالجسم :معرفة الطفل بأجزائه جسمه وعلاقتها بالحركات المختلفة.
 - الوعي المكاني :معرفة الطفل بحجم الفراغ وعلاقته بالأشياء الخارجية.
 - الوعي ألتجاهي :معرفة الطفل بالاتجاهات (يمين، سار، أمام،خلف).
 - الوعي ألتزمني : معرفته بالوقت وعلاقته بالإيقاع والموسيقى وأنماط توقيتية مختلفة.
- (<http://childhood.ahlamontada.org/t50-topic>, 2017)

1 4 2 أهمية التربية الحركية:

تعد مرحلة الطفولة من المراحل الخصبة في تنمية وتوجيه القدرات البدنية والحركية، وذلك لتميز الطفل في هذه المرحلة بسرعة تعلمه للمهارات المتنوعة وبخاصة عند تحديد الهدف الحركي ، كما أن له القدرة على ربط الحركات الأساسية المختلفة ببعضها البعض.

ويؤكد ويرنر werner بأن أطفال المجتمعات المتقدمة يتصرفون بنمو جسدي وعقلي وانفعالي سليم، كما أنهم أكثر تعليماً وأكثر ثقافة بالمقارنة مع المجتمعات الأخرى.

ويؤكد فزاري أن مرحلة التعليم الأولى تلام فترة النمو الفسيولوجي والإدراكي والحركي للطفل حيث يبدأ خلالها في التدرج من مستوى الإدراك الكلي العام والشامل إلى مستوى التحديد والثبات والتحليل، حيث تنمو لديه أجهزة التحكم في العضلات والتنفس، وهذه العملية تحتاج إلى رعاية وإلى تنظيم بقصد المساعدة على تحقيق ترابط إجمالي لنضجه العضوي ولخبرته العصبية والحركية مما يساعد في إعداده لتعلم جميع المجالات المتاحة والمناسبة لعمره ، فالتربية الحسية الحركية أساس كل تعلم ومعرفة فهي تسمح للطفل لاكتشاف ذاته وفق تسلسل منظم.

ووفقاً لما سبق يمكن تحديد أهمية التربية الحركية في نقاط كالتالي:

- التربية الحركية هي جانب من التعليم العام.
- التربية الحركية تعطي الفرصة لتعبير عن النفس والإبداع.

- التربية الحركية تساعد على نمو الشخصية والتحكم بالعواطف.
- التربية الحركية تنمي المهارات العضلية والتوافقية.
- التربية حركية تعلم وتنمي عادات الصحة والسلامة.
- التربية الحركية تساعد على نمو الأفراد واكتساب اللياقة الحركية وتساعد على نمو العقلي .
(واخرون، 2020، الصفحات 45-46)

1 5 - العلاقة بين التربية الحركية والحركة:

أثبتت الأبحاث والدراسات أن مرحلة الطفولة هي الأساس لبنيان الطفل الحركي ،فإذا صلح الأساس صلح البناء، والتربية الحركية في تلك المرحلة هي الأساس بنا تحتويه من حركات أساسية تمثل تمهيدا قريبا لبرنامج التربية الرياضية التالية له. أما إذا أهملنا التربية الحركية في مرحلة الطفولة فان الطفل سوف يتأخر حركيا ، ويصبح دور التربية الرياضية في المراحل التالية هو إصلاح ما فاسد في مرحلة الطفولة، ويكون ذلك على حساب تحقيق أهدافها الأساسية. أما عن الفرق بينهما فيتمثل في الآتي:

- التربية الحركية تخاطب الطفل في مرحلتي ما قبل المدرس ة والتعليم الابتدائي ، أما التربية الرياضية تمارس بعد المرحلة الابتدائية، لتخطي المرحلة الإعدادية، ثانوية والجامعية.
- التربية الحركية تستمد محتواها من الحركات الأساسية (المهارات الحركية الأساسية) التي تمثل الأنماط الحركية الفطرية مثل الجري والقفز والرمي والتوازن والتسلق والتعلق...وغيره ا، أما التربية الرياضية فتهم بتعليم وممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة كالسباحة وكره القدم وكره اليد وكره السلة والطائرة والعباب القوى والجمباز والهوكي... وغيرهم.
- التربية الحركية تركز في صورة أكثر على التعلم الفردي ، فهي ترفع شعار (تربية حركية لكل طفل على حدا) وبالتالي لا يوجد أرقام قياسية ثابتة يحكم عليها ، أما التربية الرياضية تركز بصورة أكثر على التعلم الجماعي، حيث التنافس الوصول إلى أعلى المستويات.
- التربية الحركية تركز بصورة أكثر على التعلم الغير مباشر ، حيث تتاح للطفل فرصا متعددة للاستكشاف والمحاولة والخطأ بحيث يتلقى الطفل معلوماته بنفسه ، أما التربية الرياضية فتركز أكثر على التعلم المباشر حيث الإلقاء والأوامر المباشرة من قبل المعلم.
- أنشطة التربية الحركية بسيطة وسهلة ولا تصل بالطفل إلى التعب الأقصى ، أما أنشطة التربية الرياضية فتصل بالمتعلم إلى التعب الأقصى حيث الأحمال البدنية العالية والشدة المرتفعة.

- التربية الحركية تمارس في أي مكان وبأي تجهيزات حتى ولو كانت بسيطة ، أما التربية الرياضية فتتمارس في الملاعب والصالات وتحتاج إلى أدوات وأجهزة وبمواصفات قياسية . (واخرون، 2020، الصفحات 51-52)

1 6 - المقارنة بين التربية الرياضية والتربية الحركية: (صابر، 2007، صفحة 29)

التربية البدنية	التربية الحركية	عنصر المقارنة
وسط مرحلة الطفولة	أول مرحلة الطفولة	توقيت البدء
طرق تدريس التربية البدنية والرياضية	حل المشكلات، الاستكشاف	طرق التدريس
أدوات قياسية	أدوات بسيطة، أدوات محورة	الأدوات المستخدمة
ليس بالضرورة اختيار أوان محددة	تختار ألوان معينة مميزة تجذب الانتباه	ألوان والأدوات
تعتمد على البدن	تعتمد على الحركة	المنطق
تصل إلى التعب البدني	الأنشطة لا تصل بالطفل إلى التعب البدني	الجهد البدني
كبيرة	صغيرة	أعداد المشاركين
ملاعب أو صالة التربية البدنية	صالة ألعاب أو الملاعب المفتوحة	مكان تنفيذ النشاط
ترتكز على الجماعة	ترتكز على الفردية	طبيعة الممارسة

جدول رقم (01): يمثل الفرق بين التربية الحركية والرياضية.

1 7 - محتوى وطرق التدريس التربية الحركية:

1 7 1 محتوى برنامج التربية الحركية:

يعرف المحتوى بأنه مجموعة المعارف و المهارات التي يتم اختيارها و تنظيمها لتحقيق الأهداف التربوية. (العناني، 1999، صفحة 82)

يذكر كل من أسامة راتب وأمين الخولي 1982: انه يجب أن يتضمن برنامج التربية الحركية العديد من الخبرات التي تساهم في تنميته الإدراك الحركي مثل أنشطته الاتزان والشقلبات وهذا يجعل لأنشطته البراعة الحركية الأهمية القصوى في برنامج التربية الحركية للطفل.

والمحتوى البرنامجي هو كل ما يحتاجه الأطفال من خلال مجموعه من الأنشطة التي تحقق الهدف الذي يهدف إليه البرنامج، مع مراعاة قواعد للترتيب من خلال المحسوس إلى المجرد ومن البسيط إلى المعقد ومن التقليد إلى الابتكار.

ويشير كيفارت 1978: انه ينبغي أن تقدم للطفل في سن ما فرص التي تسمح له بتطوير المهارات المطلوبة والخبرات ومعرفة الاتجاهات، وان تتاح للطفل التجارب ويتعلم التكيف مع الجماعة. ويرى حسن معوض 1987: أن برنامج التربية الحركية يجب أن يتميز بالبساطة والسهولة نظرا للصغر سن الأطفال وضعف قدراتهم ، ويجب أن يحتوي على ألعاب وتمارين من النوع الشامل الخالي من الأوضاع الشكلية والمهارات الصعبة، وان يستعين بالبيئة المحيطة بالطفل من أشجار وحيوانات وطيور وتمثيل ويغلب عليه أنشطة التوقيت والغناء مع الموسيقى التي يشارك فيها الأطفال بصورة جماعية غالبية الوقت.

ويجب أن تتضمن برامج التربية الحركية للطفل أنشطة اللياقة البدنية، فاكتساب اللياقة البدنية للأطفال لا يتحقق تلقائياً وإنما وسيلته اللعب وممارسة الأنشطة.

كما أنها هي تلك المساحة من مناهج رياض الأطفال والمدرسة الابتدائية التي تقابل احتياجات هذه المرحلة السنوية بالأداء الحركي المتنوع من خلال إطار مرجعي يتحدث بالموضوعات التالية:

- الحركات الأساسية
- الكفاءة الإدراكية
- الطلاقة الحركية
- ميكانيكية الجسم والقوام (مصطفى، 2008، الصفحات 57-58)

1 7 2 طرق تدريس التربية الحركية:

1 الطرق المباشرة :

أ -التوجيه المباشر (الأمر المباشر):

هذه الطريقة من أفضل الطرق عند تعليم المهارات الحركية الأساسية بشكل مبنى، بمعنى أن المعلم وخصوصا المبتدأ يبدأ بها كمرحلة أولى عند تعليم الجري والقفز والرمي... وغيرها من الحركات الأساسية، فهي تعطي الأوامر واحد وراء الآخر على صورته خطوات صغيرة متتابعة، يجب على المعلم عدم المبالغة في استخدام هذه الطريقة، يستخدمها بصورة مؤقتة لمحة للانتقال إلى طرق الأخرى.

ب محطات العمل (مراكز العمل):

وتستخدم هذه الطريقة عندما يكون عدد الأطفال كبيرا ولا تكفي الأدوات والتجهيزات المتاحة لكل هذا العدد، فيتم تقسيم الأطفال إلى مجموعات ويوجه المعلم انتباهه على الأطفال بالتناوب مع كل مجموعة، وهذه الطريقة تتيح للأطفال فرصا جيدة للتدريب على القيادة والتبعية.

ت الاكتشاف الموجه وحل المشكلات:

الفرق الأساسية بين هذه الطريقة والطريقتين السابقتين هو أننا هنا لا نخبر الأطفال بالواجب الحركي المطلوب تنفيذه ، ولكن سوف نطلب منهم استجابات محددة من خلال مجموع ة أسئلة، لقيادة الأطفال بشكل تدريجي لاكتشاف الهدف المحدد سلفا، بمعنى أن المعلم يقدم للأطفال مشكلة حركية من ثم يطلب منهم التفكير في تقديم الحلول لهذه المشكلة ، يقوم الأطفال بتجربة الحلول المختلفة لإيجاد أحسنها، ومن ثم فإن هذا الأسلوب ينمي روح المبادرة والايجابية لدى الأطفال من خلال ما يقومون به من تفكير وتحليل وإدراك وفهم وعمل مع الزملاء ، ويجب على المعلم أن لا يسرف في هذه الطريقة لأنها تناسب الكبار أكثر من الصغار.

ث -الطريقة التعاونية:

تسمى هذه الطريقة بهذا الاسم لان عمليات التعليم والتعلم والتقييم والتنظيم الفصل وتجهيز الأدوات، تكون مشتركة بين المعلم وجميع الأطفال في الفصل بطريقه تعاونيه يساعد كل منهم الآخر لتحقيق الأهداف المطلوبة، تميز هذه الطريقة في التعلم بالجمع بين أسلوب الأمر في الطريقة التعلم المباشر وتنميته روح المبادرة والايجابية عند الأطفال الموجودون في طريقتين اكتشاف الموجه وحل المشكلات.

2 الطرق الغير مباشرة:

أ -اللعب الحر:

وتستخدم هذه الطريقة في بعض أوقات الدرس ، حيث يعطى المعلم للأطفال بعض الوقت من اجل اكتشاف حر وامن للأدوات والتجهيزات الجديدة بدون توجيهات محده ، ومن ثم تعزيز فرص اللعب الخلاق.

ب اللعب الحر المنتظم:

يمكن استخدام هذه الطريقة مع جميع الأعمار، حيث تفرض قيودا على الاستجابات الناتجة وتكون القيود في شكل متطلبات فراغية، وقت التعامل مع الأدوات والتجهيزات ، وعي بللجسم، وهذه الطريقة متطلب أساسي لحل المشكلات لكنها أكثر فريقي من طريقة الاكتشاف الموجه. (واخرون، 2020، الصفحات 213-215)

1 8 - التقويم في التربية الحركية:

التقويم في التربية الحركية يعتبر وسيلة وليس غاية، وسيله يمكننا بها معرفه ما حققناه من أهداف وترشدنا إلى مواطن الضعف لكي نعمل على إصلاحها فلا يكفي في تدريس التربية الحركية أن نضع البرامج والأنشطة الحركية على درجة عالية من الكفاءة، ولا يكفي أيضا أن نستخدم أحدث الطرق والأساليب في تدريسها إذ أن الفائدة لا تحقق إلا بمعرفة الطفل لمدى تقدمه نحو الأهداف المرجوة، كما

أن المعلم يحتاج لمعرفة نجاحه في التدريس ، وفي مساعده الأطفال على تحقيق أهدافهم، وبناء على ذلك فلا بد أن ننظر إلى عملية التقويم على أنها جزء متكامل في عملية التعليم والتعلم وبدونها لم تتم الفائدة المرجوة من العملية التعليمية والتربوية.

وأن الغاية النهائية من عملية التقويم هو كشف قدرات الطفل ، والعوامل التي تؤثر في نموه ، ولذلك يجب أن يشمل التقويم أكبر قدر ممكن من جوانب شخصية الطفل، ويمكن ان نعدد بعضها في النواحي التالية:

أ - المجال المعرفي : المعلم في حاجه إلى تكوين صورة واضحة عن نسبة ذكاء الطفل وقدراته المتعددة ليتمكن من توجيهه نحو النمو المناسب له ويشمل المجال المعرفي المفاهيم والمعلومات والقدرة على الفهم والتفكير وإدراك العلاقات بين الأشياء وتطبيق المعلومات والمهارات بصوره عملية في حل المشكلات ، من الأدوات المستخدمة في تقويم هذا المجال اختبارات التحصيل المقننة والاختبارات التحريرية المعنتى بتصميمها والملاحظة المقننة للأطفال ودراسة تصرفاتهم وإنتاجهم

ب - التكيف الاجتماعي: من أهم ما يجب أن تعنتي به المدرسة الحديثة تكيف الطفل الشخصي للحياة الجماعية مع غيره، من الأدوات المستخدمة في تقويم هذه الناحية هي اختبارات الشخصية مضاف إليها ملاحظات المعلمين.

ت - ميول الأطفال: المدرسة مسئولة عن اكتشاف ميول الأطفال ومساعدتهم في الكشف عنها وتمييزها وخلق ميول جديد عندهم ، من الأدوات المستخدمة في تقويم هذه الناحية هي الاستفتاءات وقوائم التفصيل بالإضافة إلى صور الأنشطة الحركية والرياضية المختلفة.

ث - الاتجاهات: يقصد بالاتجاهات في هذا الصدد هو شهور الطفل نحو الأشخاص والأشياء سواء كان لها أو عليها، بمعنى اتجاهات سلبية أم ايجابية، من الأدوات التي تستخدم في تقويم الاتجاهات والقيم والاستفتاءات، بالإضافة إلى ملاحظات المعلمين التي يسجلونها عن أعمال الأطفال مناقشتهم.

ج - القدرة على الابتكار: وتدخل في ذلك قدره الطفل على التعبير عن أفكاره بواسطة الفن أو الموسيقى أو الأسلوب الجيد في أداء حركته وتوافقه ، ومهمات حركيه مبتكره غير الطفل عن غيره من الأطفال، من الأدوات المستخدمة في التقويم تقدير المعلم لما يرد إليه من أعمال الأطفال من الأفكار المرتبطة أ التعبير المبتكر والاحتفاظ بعمل الأطفال أو تقديمه كنموذج للأداء الحركي المبتكر.

ح - مهارات الحركية: لما كانت المهارة هي القيام بعمل ما بأكثر إتقان ممكن بأقل جهد واقتصر مده ممكنه، فان قياسها يحتاج مبدئيا إلى أن يحدد المعلم مستوى الأداء ومستوى الإتقان

المطلوب والزمن المناسب ، وتختلف أدوات قياس المهارات الحركية والقدرات البدنية للاطفا تبعا لنوعها، وتقاس عادة باختبارات الأداء بعد تحديد المستويات.

خ - قياس الإدراك الحركي: ولهذا المقياس مكونات وبنود محددة بكل حركة من حركات الأطفال الأساسية التي تدل على درجه الإدراك الحركي لديك وتظهر في الجدول التالي : (صابر، التربية الحركية وتطبيقاتها، 2007، الصفحات 175-181)

البنود المقيمة	الطريقة
التوازن والقوام	- المشي أماما وخلفا وجانبا على لوح للمشي. - أداء سلسلة من ثمانية واجبات حركية لتقييم القدرة على الوثب - الوثب العالي الحاد مع الاحتفاظ بالتوازن
صورة الجسم وتمييزه	- التعرف على أجزاء الجسم المختلفة - تقليد الحركة - مهارات الموانع - اختبار كروس وبيبر
المزاوجة بين الجوانب الإدراكية والحركية	- عمل دائرة - عمل دائرتين - عمل خط جانبي وخط عمودي عل اللوح - أداء ثمانية إيقاعات
التحكم البصري	- المتابعة البصرية بالعينين - التتبع بالعين اليمنى - التتبع بالعين اليسرى - ويختبر الميل للإلتقاء العينين
التكوين الإدراكي	- سبعة أشكال هندسية: دائرة، التقاطع، المربع، المثلث، المعين الأفقي، والمعين الرأسى، المستطيل المقسم، وترسم على ورقة في شكل منفصل أو شكل مركب.

جدول رقم (02): يمثل طرق قياس الإدراك الحركي.

1 9 - أسس يجب مراعاتها في بناء برنامج تربية حركية:

- الأساس الحركي: والذي يركز على طبيعة الحركة من حيث الشكل والمضمون وما تتطلبه من قدرات وإمكانية الحركة وما يتعلق من نواحي فيزيولوجية.

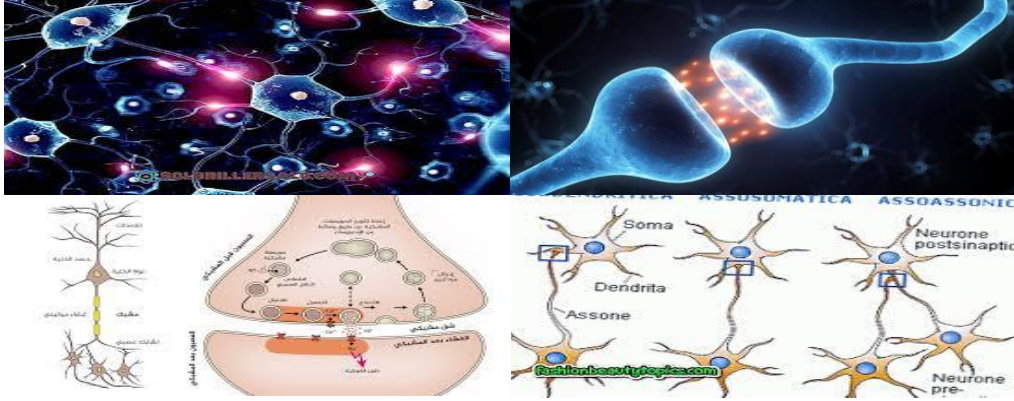
- الأساس النفسي: يحدد طبيعة المتعلم وخصائص نموه واتجاهاته واستعداده وقدرته على التعلم الحركي من خلال الحركة.
- الأساس الاجتماعي والثقافي: والذي يختص بالبيئة التي ينتمي إليها المتعلم في مجال التربية الحركية وذلك من عادات وقيام واتجاهات وإمكانات.
- الأساس الفلسفي: بأن الهدف الأساسي لبرنامج التربية الحركية هو الحصول على اللياقة والصحة، ويتحقق ذلك من خلال الأداء الحركي حتى يصبح عضو فعال في المجتمع . (عثمان، 2008، صفحة 60)
- ❖ ويؤكد الباحث كذلك على مراعاة الأسس التالية في بناء برنامج التربية الحركية :
 - يجب أن يكون البرنامج ممتع ومثير للأطفال.
 - استغلال المهارات الحركية الطبيعية الأساسية من زحف ومشى وجري وتسلق ووثب وقفز وحركات التوازن ورمي ولقف ولتحقيق الهدف من البرنامج.
 - مساعده الأطفال على حب العمل الجماعي من خلال التركيز على الألعاب الجماعية والمسابقات والألعاب الصغيرة.
 - أن يضمن البرنامج مشكلات في حدود قدرات الأطفال .
 - أن يساعد البرنامج الطفل على الاكتشاف حل المشكلات .
 - أن يساعد الطفل على الابتكار الحركي من خلال اللعب وحل المشكلات .
 - أن يساعد الطفل على الابتكار الحركي من خلال اللعب الحر .
 - أن تتوفر عوامل الأمن والسلامة أثناء الدرس .
 - أن تتوفر الإسعافات الأولية لاستخدامها عند الحاجة. (صابر، 2006، الصفحات 119-121)

10 1 - التربية الحركية لأطفال الابتدائي:

تعتبر التربية الحركية إحدى البرامج الحديثة التي تعتمد على الإمكانيات الأساسية الفطرية للطفل، وهي من أنسب الأساليب للتعامل مع الطفل في مرحلة التعليم الأساسي، وتؤدي بالشكل الرئيسي إلى تنميته ذكاء الطفل وتساعد على التفكير العلمي المنظم وسرعة البديهة والقدرة على الابتكار، فهي تجدد نشاط الطفل وتنمي عضلاته الكبيرة والصغيرة، وذلك تحت إشراف المعلم وتوفير الإمكانيات والأدوات بما يتناسب مع قدرته واحتياجاته في هذه المرحلة من تعلم الحركة والنمو الانفعالي-المعرفي- الحركي وبذلك تعد من أفضل الأساليب التعليمية التي تستهدف تعليم الأطفال وتدريبهم في هذه المرحلة. (بزيو، 2020، الصفحات 121-122)

توجد علاقة إيجابية بين ممارسة النشاط الحركي والتحصيل الدراسي ، وأن ممارسة الأنشطة البدنية المنتظمة تسهم بشكل إيجابي في تطوير القدرات العقلية والتحصيل الدراسي.

حيث قال الدكتور أسامه اللالا: أن النشاط الحركي منذ مرحلة الصغر يساعد كثيرا في تطوير الجهاز العصبي لدى الأطفال، فالطفل يولد ولديه ما يقارب 100 خلية عصبية بدون أي زيادة تلك الخلايا مع تقدم في العمر، لكن ما يحدث هو أن النشاط البدني والحركي يزيد عدد المشابك العصبية وهي نقاط التوصيل فيما بين تلك الخلايا العصبية مما يساهم في تطوير وسيلة التواصل ونقل الإشارات والمعلومات فيما بين الخلايا العصبية وبالتالي حدوث تطوير الجهاز العصبي للطفل بمعنى أن الجسم يعلم العقل. (مصطفى ب.، 2017-2018، صفحة 7)



1 1 - مرحلة الطفولة المتوسطة (6-9) سنوات :

يطلق مصطلح الطفولة المتوسطة على الأطفال الذين تقع أعمارهم بين العامين السادس والتاسع، وهو السن الذي يقبل فيه الأطفال إلى المدرسة ليبدأوا تعليمهم الابتدائي في الصفوف الثلاثة الأولى، فتتوسع مداركهم باتساع دوائرهم وبيئاتهم؛ إذ تكبر علاقات الطفل وتتسع دائرته الاجتماعية، ويكتسب العديد من المهارات والصفات والخصائص الجديدة، فتؤثر المرحلة باختلافاتها وتجديدها في نمو الطفل وتركيبته، ويزداد اعتماده على نفسه، لتتعاضم استقلاليته وانفصاله الذاتي عن الإتكالية على الوالدين، وتبرز هويته الذاتية وتتوضح فرديته، ويظهر في هذه المرحلة توحده مع دوره الجنسي وانتمائه الطبيعي له. (زهران، 1986، الصفحات 206-232)

1 2 - تعريف مرحلة الطفولة المتوسطة:

يعرفها الباحث عبد الفتاح دويدار: " نجد الطفولة المتوسطة تبدأ من 6 إلى 9 سنوات، فيها ينتقل الطفل من البيت إلى المدرسة، فتتوسع دائرة بيئته الاجتماعية وتتوسع تبعاً لذلك علاقاته، وتحدد ويكتسب الطفل معايير وقيم واتجاهات جديدة، والطفل في هذه المرحلة يكون مستعداً لأن يكون أكثر اعتماداً على نفسه وأكثر تحملاً للمسؤولية وأكثر ضبطاً لانفعالاته وهي أنسب مرحلة للتنشئة أكثر الاجتماعية وغرس القيم التربوية والتطبيع الاجتماعي. (دويدار، 1996، صفحة 218)

يقول الباحث توما جورج خوري أن: "هذه المرحلة تعرف بالاستقلالية النسبية عن الأم أو المربية بالنسبة للطفل، في أكثر من مجال وناحية بالإضافة إلى نشاط وحيوية ملحوظة تتمثل في اللعب، القفز والجري. (خوري، 2000، صفحة 57)

1 13 - خصائص مرحلة الطفولة المتوسطة:

- اتساع الآفاق العقلية المعرفية وتعلم المهارات الأكاديمية في القراءة والكتابة والحساب .
- تعلم المهارات الجسمية اللازمة للألعاب وألوان النشاط العادية.
- اطراد وضوح فردية الطفل واكتساب اتجاه سليم نحو الذات.
- اتساع البيئة الاجتماعية، الخروج الفعلي إلى المدرسة و المجتمع، الانضمام لجماعات جديدة واطراد عملية التنشئة الاجتماعية
- يتحد الطفل مع دوره الجنسي.
- زيادة الاستقلال عن الوالدين.
- يهتم بالنشاط في ذاته بصرف النظر في نتائجه، هو ممتلئ بالنشاط ولكنه يتعب بالسرعة.
- تزداد القدرة والثقة في هذه المرحلة نظرا لنمو الإمكانات الجسمية والعضلية الدقيقة .
- يبدأ في الاهتمام برأي الأصدقاء فيه أي أن إرضاء الأصدقاء عنه أهم من إرضاء الآباء والكبار. (بشناق، 2010، صفحة 85)

1 14 - مظاهر النمو في مرحلة الطفولة المتوسطة:

هنالك عدة مظاهر لنمو الطفل في هذه المرحلة والتي ذكرها الباحثين وذلك في عدة جوانب

وهي كالتالي:

1 14 1 - النمو الجسمي:

تعتبر هذه المرحلة العمرية مرحلة نمو بطيء من الناحية الجسمية ، ويقابله النمو السريع للذات، في هذه المرحلة تتغير الملامح العامة التي كانت تميز شكل الجسم في مرحلة الطفولة المبكرة، وتبدأ الفروق الجسمية بين الجنسين في الظهور ، يصل حجم الرأس إلى حجم رأس الراشد و يتغير الشعر الناعم إلى أكثر خشونة .

أما عن الطول فنجد في منتصف هذه المرحلة العمرية أي سن 8 سنوات يزيد طول الأطراف حوالي 50%، بينما طول الجسم نفسه يزيد بحوالي 25% فقط، و يزداد الطول بنسبة 5% في السنة، بينما يزداد الوزن 10% في السنة ، يكون الذكور أطول قليلا من الإناث، بينما ينزع الجنسان إلى التساوي في الوزن في نهاية هذه المرحلة، وتتساقت الأسنان اللبنية و تظهر الأسنان الدائمة.

يلغ طول الطفل في سن 6 سنوات و نصف 117.5 سم و وزنه 20.8 كغ، أما في سن 9 سنوات يصل إلى 130.0 سم ووزنه يبلغ 26.3 كغ. (بشناق، 2010، الصفحات 85-86)

1 14 2 -النمو الحركي:

في هذه المرحلة تنمو عضلات الطفل الكبيرة بشكل ملحوظ، ويمارس الأطفال تبعاً لذلك نشاطات حركية زائدة مثل: لعب الكرة، الجري، التسلق، الرقص، نط الحبل و التوازن والعموم في نهاية هذه المرحلة، ويستمر نشاط الطفل حتى يتعب، وتتميز حركات الذكور بأنها شاقة، عنيفة (تسلق، جري) وتكون حركات الإناث أقل كما وكيفا.

وفي بداية هذه المرحلة يستطيع الطفل السيطرة على عضلاته الكبيرة سيطرة تامة و يقدر على التحكم فيها، في حين أن سيطرته على عضلاته الدقيقة بشكل تام لا تحصل إلا في سن الثامنة.

مع تقدم الطفل في هذه المرحلة تنهذب الحركة وتختفي الحركات الزائدة غير المطلوبة، ويزيد التأزر الحركي بين العينين واليدين، ويقل التعب، وتزداد السرعة والدقة. ويحب الطفل العمل اليدوي، وامتلاك ما تقع عليه يداه، كما يستخدم طين الصلصال في تشكيل أشكال أكثر دقة من تلك التي كان يشكلها في المرحلة السابقة، إلا أنها لا تزال غير دقيقة بصفة عامة.

يزداد نمو التأزر بين العضلات الدقيقة، التأزر بين العين واليد وتزداد مهارة الطفل في التعامل مع الأشياء والمواد، وتزداد أهمية مهاراته الجسمية في التأثير على مكانته بين أقرانه، وعلى تكوين مفهوم إيجابي للذات، ويتقن الطفل تدريجياً المهارات الجسمية الضرورية للألعاب الرياضية المناسبة مفهوم المرحلة، و يتضح ذلك من خلال العمل اليدوي الذي يقوم به الطفل والألعاب الفردية و الجماعية الحركية والرياضية المختلفة التي تتضح فيها المهارات الحركية . (عجاج، 2008، صفحة 56)

1 14 3 -النمو الحسي:

يظل البصر طويلاً حوالي 80 % من الأطفال، بينما يكون 3 % فقط لديهم قصر النظر، ويزداد التوافق البصري اليدوي، يستمر السمع في طريقه إلى النضج، إلا أنه ما زال غير ناضج تماماً، و تكون حاسة اللمس قوية وأقوى منها عند الراشد، وتدل بعض البحوث حول الحاسة الكيميائية (الذوق والشم) أن التمييز ألشمي للطفل في سن السابعة لا يختلف كثيراً عن تمييز الراشد.

وينمو الإدراك الحسي عن المرحلة السابقة، فبالنسبة لإدراك الزمن، يلاحظ أن الطفل في سن السابعة يدرك فصول السنة. وفي سن الثامنة يعطي تاريخ اليوم، بينما يعرف اسم اليوم والشهر في سن التاسعة، و يتوقف إدراك الوزن على مدى سيطرة الطفل على أعضائه، وعلى

خبرته بطبيعة المواد التي تتكون منها الأجسام ، وتزداد قدرته على إدراك الإعداد فيتعلم العمليات الحسابية الأساسية.

ولرعاية النمو الجسمي يجب الاعتماد في التدريس على حواس الطفل وتشجيع الملاحظة والنشاط واستعمال الوسائل السمعية والبصرية في المدرسة على أوسع نطاق بالإضافة إلى توسيع نطاق الإدراك عن طريق الرحلات إلى المعارض و المتاحف وغيرها . (بشناق، 2010، صفحة 87)

1 14 4 -النمو العقلي:

يستمر النمو العقلي بصفة عامة في نموه السريع، ومن ناحية التحصيل يتعلم الطفل المهارات الأساسية في القراءة، الكتاب، والحساب ويهتم الطفل بمواد الدراسة ويحب الكتب و القصص . (بشناق، 2010، صفحة 87)

في هذه المرحلة تبدأ العمليات المنطقية الرياضية ولكن هذه العمليات تبقى محصورة في نشاطات الطفل على الوسائل الحسية ويكتشف الطفل خصائص الأشياء معتمدا على الحس . (سليم، 2002، صفحة 200)

بالإضافة إلى أن الطفل يسجل تطور كبير في تكيف التفكير الاجتماعي وفي إدراك المواضيع الواقعية برغم من أن الطفل ما زال يحتاج إلى الحدس المباشر للفعل الذاتي، إلا أنه أصبح قادرا على الموضوعية وهذا ما يؤثر على كافة المستويات المعرفية العاطفية والذهنية (p:1-2.com, [http://www.france/developpement intellectuel chez l'enfant/piafet/](http://www.france/developpement%20intellectuel%20chez%20l'enfant/piafet/)).

تنمو في هذه المرحلة قدرة الطفل على إدراك العلاقات بين الأشياء و ينمو لديه مفاهيم مثل: مفهوم الاحتفاظ (ملحم، 2002، صفحة 133)، بحيث التجارب الكلاسيكية ل Piaget حول عملية الاحتفاظ بالكميات هي الأساس في إنتقال تفكير الطفل من التفكير قبل المنطقي - قبل العملي إلى التفكير العملي الواقعي. (J, p. 493)

يكتسب الطفل في هذه المرحلة عمليات التفكير المنطقي التي يمكن أن يستخدمها في حل المشكلات الملموسة، وعندما يواجه الطفل تباينا بين التفكير والإدراك كما هو الحال في مشكلات الاحتفاظ فإن الطفل في هذه المرحلة يلجأ إلى القرارات المنطقية بدلا من الإدراكية التي يستخدمها في مرحلة ما قبل العمليات المادية، وتكون العمليات في هذه المرحلة مادية و ملموسة و ليست عمليات مجردة أو شكلية، وطفل هذه المرحلة ما زال غير قادر على التعامل مع المواد المجردة كالفرضيات و المسائل أو القضايا اللفظية. و الأطفال في هذه المرحلة ليسوا أكثر نكاه من أطفال المرحلة السابقة ، ولكنهم ببساطة اكتسبوا قدرات معينة لا يمكن بدونها حل المشكلات بطريقة صحيحة.

يذكر أبو جادو (2003) أن من خصائص الأطفال في هذه المرحلة الانتقال من اللغة المتمركزة حول الذات إلى اللغة ذات الطابع الاجتماعي وتطور مفهوم الاحتفاظ والمقلوبية و التصنيف وتكوين المفاهيم، وفشل التفكير في الاحتمالات المستقبلية دون خبرة مباشرة بالموضوعات الملموسة. (جادو، 2011، صفحة 162)

1 14 5 - النمو الانفعالي:

تهذب الانفعالات في هذه المرحلة نسبيا عن ذي قبل، تمهيدا لمرحلة الهدوء الانفعالي ، يلاحظ النمو في سرعة الانتقال من حالة انفعالية إلى أخرى نحو الثبات والاستقرار الانفعالي، إلا أن الطفل لا يصل في هذه المرحلة إلى النضج الانفعالي فهو قابل للاستثارة الانفعالية وتكون لديه بقية من الغيرة والعناد والتحدي.

يتعلم الأطفال كيف يشبعون حاجاتهم بطريقة بناءة، أكثر من محاولة إشباعها عن طريق نوبات الغضب كما كان في المرحلة السابقة.

يبيدي الطفل الحب و يحاول الحصول عليه بكافة السبل، ويحب المرح، وتتحسن علاقاته الاجتماعية والانفعالية مع الآخرين، و يقاوم بينما يميل إلى نقد الآخرين، ويشعر بالمسؤولية ويستطيع تقييم سلوكه الشخصي.

تتغير مخاوف الأطفال في هذه المرحلة من الأصوات والأشياء الغريبة والحيوانات والظلام ليحل محلها الخوف من المدرسة والعلاقات الاجتماعية و عدم الأمن اجتماعيا. (بدير، 2010، صفحة 152)

خلاصة:

نستخلص في الأخير أن للتربية الحركية أهمية كبيرة لا تقل عن المواد الأخرى في حياة الطفل بصفة عامة ونموه بصفة خاصة، فهي تعرفه بنفسه وجسمه ومحيطه، وكذلك من خلالها ينمي لياقته البدنية والصحية ومفاهيمه وعلاقاته وانفعالاته ومعارفه على ضوء النشاط الحركي الهادف الذي يقوم به. لهذا يجب أن نولي أهمية للتربية الحركية في مرحلة الطفولة، كأنها اللبنة الأولى والأساسية لبناء وتحقيق نمو متوازن وشخصية فعالة من جميع النواحي.

ويمكننا القول أن مرحلة الطفولة المتوسطة هي مرحلة تتوسط الطفولة المبكرة والمتأخرة، بحيث تتمثل أو تتميز بدخول الطفل إلى المدرسة في سن 6 سنوات فيستقل الطفل عن ذويه ويبدى استعدادا للتعلم والاعتماد على نفسه وتتميز هذه المرحلة بعدة خصائص منها العقلية والانفعالية والحركية، وتنتهي هذه المرحلة في سن 9 سنوات.

الفصل الثاني

القدرات الحركية والقدرات

الإدراكية

تمهيد:

لقد تطرقنا في الفصل الثاني إلى القدرات الإدراكية-الحركية حيث سنعرف الإدراك ونتطرق إلى أنواعه وعناصره وكذلك مفهوم القدرات الإدراكية وأهميتها للطفل، واصطحبنا بذلك موضوع القدرات الحركية من مفهوم وتعريف مع ذكر القدرات قيد البحث المتمثلة في السرعة التوازن والتوافق الحركي التي تعتبر من الصفات المهمة في حياة الفرد بمراحل عمره المختلفة، حيث كلما كانت هذه العناصر أفضل كلما كانت النتائج أحسن في الأداء مع التقليل من الجهد.

2-1- مفهوم الإدراك:

الإدراك هو عملية إعطاء معنى أو دلالة للإحساسات التي تنشأ عن استقبال الإنسان لمثيرات معينة، فأعطاء المعنى للإحساسات هو لب عملية الإدراك، ولا تتم هذه العملية دون تحديد دلالة للشيء المدرك. (الدماطي، 2006، صفحة 02)

الإدراك عبارة عن استجابة عقلية لمثيرات حسية معينة ويعد من أهم العوامل التي تشكل السلوك الإنساني، وأن سلوك الفرد يمثل انعكاساً لإدراكه، وأن الإدراك "هو قدرة في إدارة المعلومات التي تأتي له من خلال الحواس وعملية تشغيل المعلومات وردت الفعل في ضوء السلوك الحركي الظاهري". ويعتمد الإدراك على عاملين رئيسيين هما النشاط الذهني ووظائف الأعضاء الحسية، وقد تبين أن تفسير الفرد للمؤثرات الحسية يتوقف على:

- خبراته السابقة
- رغبته اتجاه ذلك المؤثر في تلك اللحظة
- حساسية الأعضاء الحسية للفرد تجاه ذلك المؤثر
- كمية ونوعية الدمج أو التكامل الذي يتم بين العوامل المذكورة

2-2- عناصر الإدراك:

الشكل التالي يوضح عناصر الإدراك الحركي كما وضعها الباحث (وليامز):

- 1 إدراك المهارات الحركية: يقصد بإدراك المهارات الحركية قدرة الطفل على استقبال المهارات الحركية عن طريق حواسه، وبصره، وسمعه، ولمسه عندما تشرح أمامه، فهو يستقبل المعلومات ويفسرها.
- 2 إدراك الطفل لجسمه: أي معرفة الطفل لأجزاء جسمه الرأس، الهيكل العظمي، وضع الجسم، علاقته مع الآخرين ومع زملاء.
- 3 التوازن: هو قدرة الطفل على أن يحتفظ بوضع معين والمحافظة عليه مع تثبيت الجسم على قاعدة الارتكاز.
- 4 توحيد البصر والحركة: هي قدرة الطفل على التحكم بالحركة بسهولة وفعالية من مكان لآخر عن طريق البصر.
- 5 إدراك الفراغ: الفراغ هو الشيء الذي يحيط بالطفل ويقسم إلى قسمين:
- فراغ عام: هو الفراغ الذي يحيط بجسم الطفل في جميع الاتجاهات.
- فراغ خاص: هو الفراغ الذي يتحرك فيه الطفل، وهو في حالة ثبات مع تحريك أجزاء جسمه.

- 6 إدراك الفرق بين جانبي الجسم : هو قدرة الطفل على التحكم في جانبي الجسم، والتميز بين الجانب الأيسر والأيمن.
- 7 +إحساس بالانحياحات: هو قدرة الطفل ومعرفته بالانحياحات يمين أو يسار أو فوق، وتحت وداخل الجسم، وخارج الجسم.
- 8 حدة الإحساس: هي قدرة الطفل على التميز بين الأشياء في الفراغ عن طريق الحواس.
- البصر :استقبال إشارات بصرية في الملعب. -
- السمع :التميز بين الأصوات في الملعب. (بودبزة، 2017-2018، صفحة 94)

2-3- أنوع الإدراك:

2-3-1- الإدراك الحسي:

الإدراك والإحساس ... يرجع تاريخ التفرقة بين الحس والإدراك الحسي إلى أرسطو وابن سينا والفارابي، وهناك فرق بين هاتين العمليتين في ضوء المستويات العقلية فالإدراك الحسي خطوة أرقى من الإحساس في سلم التنظيم العقلي المعرفي لأنه يضيف على الصور الحسية والبصرية والسمعية والشمية وغيرها معان تتبع من اتصال هذه الإحساسات بالجهاز العصبي المركزي. يعرف مصطلح الإدراك الحسي كونه عملية تصور المفردات الجزئية الخارجية بتأثير المرنهات الحسي مباشرة، فيتكون الإدراك الحسي من إدراك لأشياء وأحداث فردية جزئية خاصة. فأنت ترى منزلا معنا بالذات أو تسمع صوتا معنا بالتحديد أو تشم رائحة معينة مميزة، هذه هي الأشياء الماثلة أمام حواسك ولا تستطيع أن تتحدث أو تفكر إلا في الجزئيات الخاصة فقط (القادر، 2005، الصفحات 61-62).

2-3-2- الإدراك العقلي:

يتكون من الأفكار العامة التي نخرج بها نتيجة لخبراتنا بصنف معين من الأشياء تشتت وحدثاته في بعض الصفات وتختلف في بعض الصفات الأخرى، فنحن نفكر أو نتحدث عن البيوت أو عن الأصوات أو الروائح بوجه عام.

أما عن نجم الدين عباس فنقسم الإدراك إلى ثلاثة أنواع وهي:

-الإدراك الأولي: يأتي دائما في المهارات الحركية عن طريق الشرح والتوضيح وعرض الحركة.

-الإدراك التفصيلي: يأتي عن طريق الخبرة والممارسة.

-الإدراك الكامل: يأتي نتيجة التعلم والممارسة والخبرة الميدانية. (عباس، 2008، الصفحات 181-182)

2-4- مفهوم القدرات الإدراكية الحركية:

من الضروري ابتكار وسائل تتيح للطفل فرصا إضافية لاكتساب خبرات متعلقة بالنشاط الإدراكي الحركي، هذه الخبرات البديلة لها تأثير إيجابي هام في نمو قدراته الإدراكية وبخاصة البصرية

منها، فلا يمكن أداء الحركة بصورة سليمة دون الوعي بأبعاد هذه الحركة من حيث مسارها والفرغ الذي يؤدي فيه والجهد المطلوب لأدائها، وأعضاء الجسم التي تشارك في أداء الحركة ومستوى السرعة والتكامل مع غيرها من الحركات وهو ما يعرف بالإدراك الحس حركي أو القدرات الإدراكية الحركية. (الرحيم، 2015، صفحة 123)

2-5- عناصر القدرات الإدراكية الحركية:

وتتضمن القدرات الحركية أربعة عناصر تعبر جوانب وأبعاد الحركة:

أ - الوعي بالجسم: وهي تهتم بصورة الفرد عن جسمه، ويدل على القدرة المتزايدة للطفل في تمييز أجزاء جسمه بمزيد من الدقة والوضوح وتبدو هذه القدرة على تمييز أجزاء الجسم وزيادة فهم طبيعته.

ب الوعي المكاني: وهو يشتمل على معرفة حجم الفراغ الذي يشغله الجسم وعلاقة هذا الجسم بالأشياء الخارجية، ويمكن تمييزها عن طريق مجموعة من الأنشطة الحركية، وعن طريق ممارسة هذه الأنشطة يستطيع الأطفال أن ينتقلوا من تحديد مواقع الأشياء والأشخاص المحيطة بهم إلى تكوين صورة موضوعية عن مواقع الأشياء والأشخاص بعضها إلى بعض وهو ما يعرف بالتحديد المكاني الموضوعي.

ت الوعي الزمني: يركز على تنمية صورة أو بنية زمنية لهذا العالم عند الأطفال وهذه الصورة تنمو وتتطور وتزداد دقة في الوقت الذي ينمي فيه الطفل صورته وقدرته على التعامل مع عالم المكان.

و كلا البعدين (الزمني والمكاني) مكمل للآخر وضروريان للأداء الجيد ويرتبط الوعي الزمني ارتباطاً وثيقاً بعملية التوافق والتكامل بين النظام العضلي والأدوات الحسية للفرد، فالتوافق بين العين واليد أو بين العين والقدم يتضمنان بعد الزمن والوعي به.

أما العنصر المهم قيد البحث تمثل في:

ث الوعي الإتجاهي: هو قدرة الطفل على أن يعطي أبعاداً ذاتية (موقع الأشياء أو الأشخاص بالنسبة إليه في مكان ما)، وأن يعطي أبعاداً موضوعية (مكان الأشياء أو الأشخاص بعضهم لبعض أو اتجاه حركة شيء أو شخص ما)، وتحتاج تنمية الوعي الإتجاهي إلى وقت يمر فيه الطفل بمراحل، ويدخل فيه عاملان هما النضج والخبرة، فالطفل في سن الرابعة والخامسة يظهر خلطاً في التعرف على الاتجاه، وفي سن السادسة والسابعة ينبغي أن يزول هذا الخلط لأنه سن المعرفة القراءة والكتابة أو إتقانها، فإذا لم يكن لديه وعي بالاتجاه اختلطت عليه كثير من الكلمات في كتابها أو قراءتها. (عثمان، 2010)

إن موضوع الاتجاه الذي يتخذه الجسم في الحركة يتطلب معرفة الأطفال للتعبيرات الفنية المستخدمة في ذلك، فمن خلال فهم و إدراك الوعي بالجسم و الفراغ يستطيع الطفل أن يطبق مختلف التعبيرات في الاتجاه أثناء الحركة في الفراغ، مثل تعبيرات نحو (الخلف الأمام الأعلى-الأسفل-للجانِب-قطرياً) أو تشكيلة من هذا كله (القادر، 2005، صفحة 46).

نمو الوعي ألتجاهي بدرجة كافية مهارة أساسية من مهارات التهيؤ أو الاستعداد للقراءة بنجاح، ونفس الشيء يصدق على الحركة بعد نمو الجانبية لدى الطفل، ونمو إدراكه الداخلي بجانبي الجسم الأيمن و الأيسر، يصبح الطفل مستعداً لإسقاط هذه المفاهيم الأتجاهية على الفراغ المحيط به، و من تجاربه مع أنماط الحركة المباشرة اتجّاه الأشياء في الفراغ، يتعلم كيف يحول عملية تمييز اليمين اليسار من عملية داخلية إلى عملية تمييز اليمين اليسار بين الأشياء في الخارج، كما يتعلم أيضاً تمييز الأتجاهات الأخرى في الفراغ مثل أعلى أسفل أمام خلف، هذه القدرة على تمييز الأتجاهات في الفراغ بالنسبة لوضع الطفل، و تمييز الأتجاهات بالنسبة للأشياء و بعضها البعض تشكل ما يسمى بالأتجاهية. (بودبزة، 2017-2018، صفحة 101)

2-6- أهمية القدرات الإدراكية والحركية للطفل :

أكد كثير من علماء النفس حقيقة العلاقة بين الجانبين الحركي والإدراكي في السلوك الإنساني، وعلى سبيل المثال يري (بياجيه) أن الحركة تتأثر بالإدراك، كما يتأثر الإدراك بالحركة، ولا يمكن الفصل بينهما، وقد عبر (بياجيه) تعبيراً دقيقاً عن هذه العلاقة عند وضعه ما أسماه بالمخططات الحسية-الحركية للتعبير عن حقيقة التكامل الإدراكي في سلوك الطفل منذ طفولته المبكرة، كما يؤكد على أن أي تمييز بين كل الوظائف الحركية والوظائف الإدراكية ليس أكثر من استجابة لحاجات البحث والتحليل العلمي. (الروبي، 1995، صفحة 16)

ومن المعروف أن إدارة العمليات الحركية تتم في مراكز معينة في المخ، وكذلك تتم عمليات مثل القراءة والهجاء والكتابة والتي يسيطر عليها المخ في نفس هذه المنطقة من الجهاز العصبي، وعندما يمتلك الطفل مهارات إدراكية حركية بمستوى جيد فإن ذلك يعني نمو الجهاز العصبي الذي ينعكس على الجوانب الأخرى ويكون بمثابة مؤشر لها، وبذلك يكون الطفل مهياً للعملية العقلية التعليمية، وعلى ذلك فإن هناك نظرية تشير إلى أن الأطفال ممن نواحي النمو الإدراكي الحركي سوف يظهرون فشلاً وعدم قدرة لتحقيق الكفاءات في جوانب مثل القراءة والهجاء والكتابة. (بودبزة، 2017-2018، صفحة 99)

2-7- مفهوم القدرات الحركية:

القدرات الحركية هي صفات يكتسبها الفرد من البيئة المحيطة به أو قد تكون موجودة بشكل فطري، وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية، من خلال التدريب والممارسة وتعتمد هذه القدرات على السيطرة الحركية بشكل رئيسي، فإن السيطرة الحركية تأتي من خلال قدرة الجهاز العصبي المركزي والمحيطي، على إرسال إشارات دقيقة إلى العضلات لهدف انجاز الواجب الحركي. وتشير القدرة الحركية إلى مدى كفاءة الفرد في أداء المهارات الحركية الأساسية، كالجري والوثب والتسلق والرمي حيث يؤكد هذا المفهوم (سكوت وفرنش) عندما أشار إلى إن القدرة الحركية تشير إلى التحصيل في المهارات الحركية الأساسية كالجري والرمي والوثب، وغيرها بينما يشير آخرون إلى إن القدرة الحركية الحالة الوظيفية للأجهزة العضوية، والقياسات الجسمية كالطول والوزن وتركيب العظام والسمنة والمكونات الحركية اللازمة لأداء البدني ، كالقوة والسرعة والرشاقة والجلد والمرونة وغيرها. (جواد، 2004، صفحة 171)

2-8- تعريف القدرات الحركية:

وردت عدة تعاريف للقدرات الحركية منها :

القدرات الحركية "هي صفات مكتسبة من المحيط ويكون التدريب والممارسة أساسا لها، وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية ومن هذه الصفات يطلق عليها المهارة، الرشاقة، التوازن، المرونة. (الدليمي، 2008، صفحة 73)

وتسمى أيضا الصفات الحركية وهي صفات مكتسبة يكتسبها اللاعب أو المتعلم من البيئة أو تكون موجودة وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية من خلال التدريب والممارسة ، أن هذه الصفات لا تعتمد بالدرجة الأساس على الحالة البدنية وإنما تعتمد على السيطرة الحركية بشكل رئيس ، وإن السيطرة الحركية تأتي من خلال قدرة الجهاز العصبي المركزي (CNS) والجهاز العصبي المحيطي (PNS) على إرسال إشارات دقيقة إلى العضلات لغرض انجاز الواجب الحركي .

وتشمل القدرات أو الصفات الحركية على الرشاقة والتوافق والمرونة والتوازن والسرعة. (صلاح، 2015، صفحة 2)

أما القدرات الحركية قيد البحث فهي :

2 8 1 -التوافق الحركي :

يعتبر التوافق أحد القدرات البدنية الحركية التي لها أهمية في حياة الفرد بصفة عامة، وعند ممارسة الأنشطة الرياضية بصفة خاصة، حيث ان معظم الأنشطة الرياضية تتطلب عنصر التوافق

وخاصة الأنشطة التي يتميز فيها الأداء الحركي باستخدام أكثر من عضو من أعضاء الجسم في أكثر من اتجاه في وقت واحد.

ويعتمد التوافق على مدى سلامة الترابط والتكامل والتفاعل بين الجهازين العصبي والعضلي حتى تتم الحركة بدقة وتوقيت مناسب ويتحدد التوقيت المناسب بالقدرة المناسبة لربط حركة الأعضاء المشتركة في الأداء تبعاً للمسارات الحركية المطلوبة الانجاز باقتصاد الحركة ودقة في الأداء. (الخالق، 2003، صفحة 169)

ويعرفه عماد الدين عباس (2005) أن التوافق هو أداء حركات بأجزاء متماثلة من الجسم أو غير مماثلة في اتجاهات مختلفة في وقت واحد، وهو يعتبر عمل عصبي عضلي راقى، حيث يتطلب مستوى عالي من التحكم في الإشارات المخية حيث يتم الأداء الحركي المختلف الشكل. (الدين، 2005، صفحة 268)

كما يعرف التوافق في الموسوعة الرياضية بأنه "هو العنصر الذي تعمل فيه كل العضلات التي تتضمنها الحركة، بتعاون وتوالي طبيعي وذلك للحصول على حركة ذات كفاءة ودقة". (medicine, 1971, p. 29)

• أنواع التوافق الحركي:

- التوافق العام والخاص:

وهو قدرة الفرد على الاستجابة لمختلف المهارات الحركية بصرف النظر عن خصائص الرياضة ويعتبر كضرورة لممارسة النشاط كما يمثل الأساس الأول لتنمية التوافق الخاص، فالتوافق العام يلاحظ عند أداء بعض المهارات الحركية الأساسية مثل المشي والركض والوثب والدفع والتسلق. أما التوافق الخاص ويعني قدرة اللاعب على الاستجابة لخصائص المهارات الحركية للنشاط الممارس والذي يعكس مقدرة اللاعب على الأداء بفاعلية خلال التدريب والمنافسات، إنه ذلك النوع الذي يتمشى مع نوع وطبيعة الفعالية أو النشاط الحركي ففي جميع الفعاليات الرياضية مثل كرة القدم والطائرة...الخ. (<http://lamya.yoo7.com/t171-topic>)

- التوافق بين أعضاء الجسم:

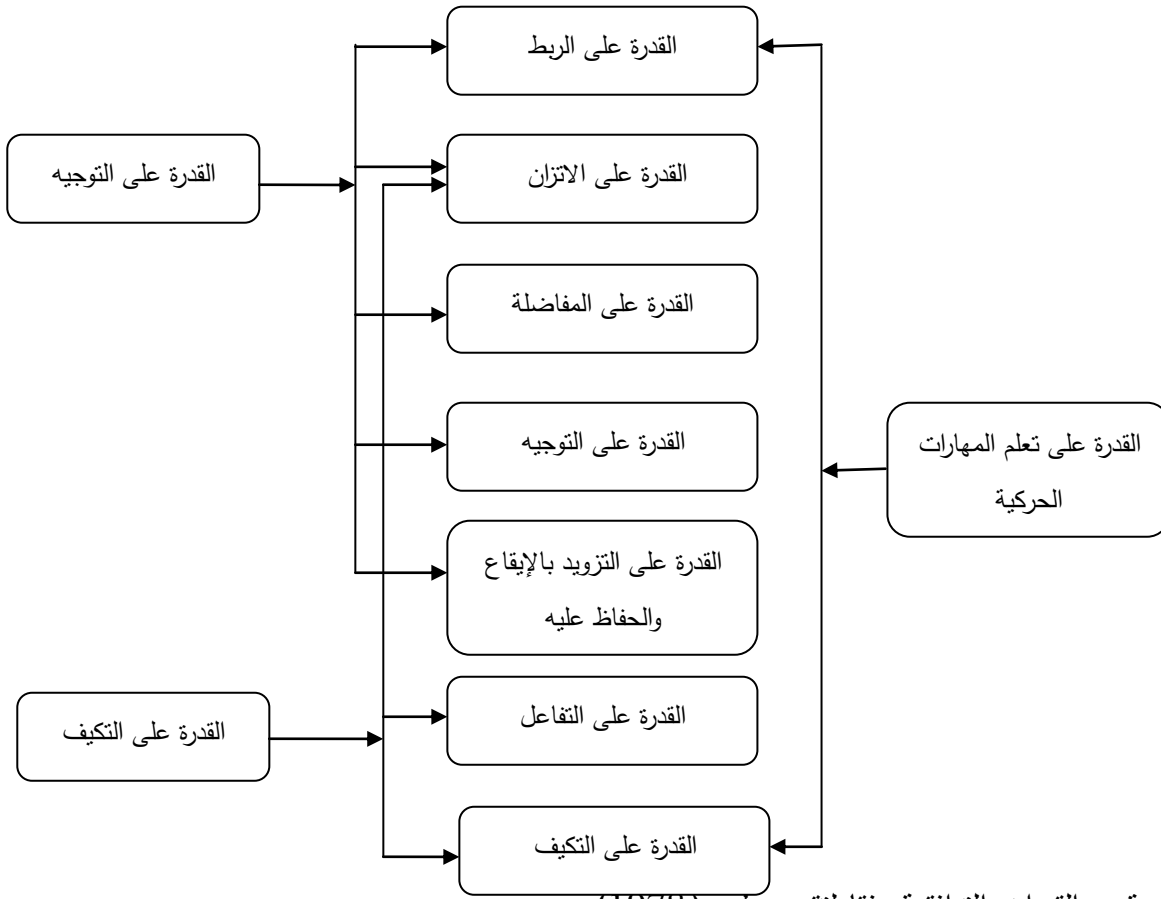
هذا التوافق يحدد طبقاً لعمل الجسم خلال أداء المهارات فهناك حركات أو مهارات تتطلب مشاركة وتوافق جميع أعضاء الجسم ككل، بينما هناك حركات تتطلب مشاركة القدمين أو الذراعين فقط.

- توافق القدمين-العين والذراعين-والعين:

ويحدد التوافق هنا بنوعين ويعتبران إحدى مكونات القدرة الحركية وهما:

أ -توافق القدمين - العين

ب توافق الذراعين - العين. (عان، 1995، صفحة 84)



الشكل رقم : القدرات التوافقية وفقا لتقسيم بلوم (1978)

2 8 2 - التوازن:

• معنى التوازن الحركي:

هو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء مختلف المهارات والحركات الرياضية سواء كانت من وضع الثبات أو الحركة والاحتفاظ بمركز ثقل الجسم ضمن خطه العمودي عند أداء اللاعب المهارات المعقدة والبسيطة، وأن التوازن لا يأتي اعتيادا وإنما من خلال التمرين والممارسة المتكررة لأداء الحركات المختلفة فهذا ما نلاحظه عندما يتعلم الطفل المشي نجده في البداية يتعثر بخطواته وذلك لضعف توازنه ولكن بتكراره لمحاولة المشي نجده يقوم بأداء حركات المشي بصورة صحيحة وبثبات وأن من شروط التوازن هو كبر قاعدة الارتكاز او اتساعه واقترب مركز ثقل الجسم

• انواع التوازن الحركي:

من الناحية الفيزيائية يقسم التوازن إلى:

- التوازن المستقر: الذي يحدث في حالة كبر قاعدة الارتكاز او اتساعه واقترب مركز ثقل الجسم من الأرض.

- **التوازن القلق:** الذي يحدث في حاله صغر أو ضيق قاعدة الارتكاز وابتعاد مركز ثقل الجسم عن الأرض.
 - **التوازن المنظم:** وفيه لا يتغير شكل التوازن ولكن يضيق تبعا لوضع الجذع مع رجل الارتكاز وهو إما أن يكون عمودي، أمامي جانبي، خلفي، وهذا النوع ذو صلة مباشرة باتصال الجسم بالأرض.
 - **التوازن المستمر:** يحدث في حالة استمرار الجسم بالحركة كما أن كتلة الجسم لها دور كبير في إحداث التوازن.
 - **التوازن المركب:** وفيه يتغير شكل التوازن لوضع الجذع أو الرجل الحرة أو الاثنين معا، وفي كلتا الحالتين لا تستطيع رجل الارتكاز تغيير وضعها لكن تستطيع القيام بحركة خفيفة بالتغير ما بين رفع الكعبين أو ثني ومد ركبة رجل الارتكاز وهذا النوع ذو صلة بفقد اللاعب اتصاله بالأرض.
- كما قسم التوازن المركب إلى قسمين: توازن ثابت وحركي. (سوزان، 2004، صفحة 130)

• عوامل تتحكم في التوازن :

- مركز الثقل: وهو نقطة وهمية يتوازن حولها جميع أجزاء الجسم ويعرفه البعض كونه النقطة التي إذا ارتكز عليها الجسم يتزن، ويرى آخرون انه النقطة الوهمية التي يتوازن أو يتعادل حولها جميع قوى الجاذبية الأرضية، ويرى بعض الأفراد أن مركز ثقل الفرد في حالة الوقوف عبارة عن نقطة وهمية تقع داخل الحوض وخلف الصرة وأمام الفقرة العجزية الثانية. (حسنين، 1995، صفحة 432)

- قاعدة الارتكاز: وهي عبارة عن مسافة السطح الذي يرتكز عليه الجسم في حاله الوقوف تكون قاعدة الاتزان هي المساحة التي يحددها الإطار الخارجي للقدمين ونذكر بعض العلاقات والعوامل التي تتحكم في التوازن في ما يلي :

نسبه ارتفاع مركز الثقل فوق قاعدة الارتكاز

مساحه قاعدة الارتكاز

العلاقة بين خط الجاذبيّ وقاعدة الارتكاز

- فقل الجسم: كلما كان وزن الجسم اكبر كان الاتزان أفضل.

- العوامل النفسية: وهي تؤثر بصفه مباشره على الفرد فالخوف مثلا من الارتفاعات يفقد الفرد السيطرة على اتزانه .

- العوامل الفيزيولوجية: التوازن من العناصر التي تتطلب سلامه الجهاز العصبي للفرد وأيضا الجهاز العضلي لذلك ودون أي خلل في أجهزة الجسم يؤدي بصورة مباشره في قدره الشخص على الاتزان. (صبحي، 2004، صفحة 337)

2 8 3 السرعة:

• تعريف السرعة:

السرعة عند لارسون وبوكم هي عدد الحركات في الوحدة الزمنية، وتبعاً لرأي كلارك فهي سرعة عمل حركات من نوع واحد بصورة متتابعة، فالسرعة يمكن التعبير عنها بأنها الاستجابات العضلية الناتجة عن التبادل السريع ما بين حالة الانقباض وحالة الاسترخاء العضلي. (صبي، 2004، صفحة 299)

وتعرف السرعة بأنها "القدرة على أداء حركات معينة في أقل زمن ممكن. (حسين، 1998، صفحة 530)

• أنواع السرعة:

-**السرعة الحركية (الأداء):** و التي يعرفها طه إسماعيل و آخرون بأنها السرعة القصوى لانقباض عضلة من سلسلة العضلات الأخرى عند أداء الحركات الوحيدة.

و يعرفها علي فهمي البيك بأنها تمثل في انقباض عضلة أو مجموعة عضلية لأداء حركة معينة في أقل زمن ممكن، و كثيراً ما يعتبرها البعض الآخر على أنها تعتبر سرعة الانطلاق و هي أن ينطلق اللاعب بقوة انفجارية تساعده في أعلى سرعة ممكنة خلال الأمتار القليلة الأولى، و يحتاج اللاعب إلى سرعة حركية حتى ينجز العمل بشكل جيد و ممتزن.

- **سرعة رد الفعل:** هناك من يطلق عليها كذلك سرعة الاستجابة لمختلف الإشارات و هذا لأن الرياضي يحتاجها كثيراً من أجل استجابة سريعة لمختلف الإشارات السمعية و البصرية ، يقول ناصر محسن و واثق ناجي هي قابلية الجسم لتغيير وضعه من حالة إلى أخرى نتيجة حافز خارجي يتأثر به فيأتي رد الفعل بأقل وقت ممكن.

- **سرعة الانتقال:** هناك من يطلق عليها سرعة العدو و التي يعرفها طه إسماعيل و آخرون بأنها القدرة على التحرك للأمام بأسرع ما يمكن، و يقول علي فهمي البيك حول سرعة الانتقال أنها تكرر أداء حركات متماثلة للانتقال من مكان إلى آخر. (علي، 2004، صفحة 57)

• العوامل المؤثرة في السرعة:

العضلية للألياف التكوينية الخصائص: يحتوي الجسم على ألياف عضلية حمراء و أخرى بيضاء، الألياف الحمراء تصدر انقباضات بطيئة لفترات طويلة، أما الألياف العضلية البيضاء فليديها القدرة على إحداث انقباضات سريعة لفترات قصيرة، و النوع الأبيض هو المطلوب للسرعة .
النمط العصبي للفرد (التوافق العضلي العصبي ي): هذا يتعلق بمدى نجاح عملية الكف و الإثارة للعضلات العاملة في الحركة، و المقصود بالكف و الإثارة هو مدى التناسق في الإشارات العصبية

الواصلة للمجموعات العضلية العاملة لتأمر بعضها البعض بالكف عن الحركة، في تأمر مجموعات اخرى بالحركة .


العضلية القوة: القوة العضلية هامة لضمان السرعة، حيث أثبت أزلين إمكانية تنمية سرعة الانتقال لمتسابقين المسافات القصيرة في ألعاب القوى كنتيجة لتنمية و تطوير صفة القوة العضلية لديهم، كما أثبت قنزفاي أن سرعة البدء و الدوران في السباحة تتأثر بدرجة كبيرة بقوة عضلات الساقين. **القدرة على الاسترخاء العضلي:** التوتر العضلي و خاصة في العضلات المقابلة من العوامل التي تعوق سرعة الأداء الحركي، و غالبا ما يعود التوتر العضلي إلى عدم إتقان الفرد للطريقة الصحيحة للأداء أو إلى ارتفاع درجة الاستثارة و التوتر الانفعالي، لذلك فالاسترخاء العضلي هام جدا في الحركات التي تتطلب السرعة.

قابلية العضلة للإمتطاط: إن العضلة القابلة للإمتطاط تستطيع أن تعطي انقباض سريع و قوي بعكس العضلات قليلة الامتطاط، و لا يقتصر أهمية الامتطاط على العضلات العاملة في الحركة فقط و لكن أهميته كبرى أيضا للعضلات المقابلة حتى تتم الحركة بسهولة و يسر و دون أي مقاومات من العضلات المقابلة.


قوة الإرادة: و هي سمة نفسية تركز على قابلية الفرد في التغلب على المقاومات الداخلية و الخارجية و التصميم على الوصول للهدف الذي ينشده. (حسنين ك.، 1997، الصفحات 88-87)

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه فيما يخص القدرات الإدراكية والقدرات الحركية يمكننا القول أنه يجب التعرف على مدى التفاعل بين كل الوظائف الإدراكية والوظائف الحركية خاصة في سلوك الطفل، فلا يمكن الاستغناء عن ما هو إدراكي وعن ما هو حركي، عندما يريد الطفل تنمية المعطيات الإدراكية يعتمد بذلك على النشاط الحركي أي الوصول إلى مهارات متزايدة عن طريق النشاط الحركي، وهذا كله يكتسبه الطفل عن طريق مواقف مرتبطة بمواقف اللعب ومع زملائه، ويعتبر درس التربية البدنية المبني على أساس التربية الحركية من الوسائل المناسبة التي تساعد الطفل في تنمية قدراته الإدراكية والحركية، وأن حرمان الطفل من الخبرات الإدراكية الحركية يمكن أن يعوق نمو قدراته الإدراكية الحركية.



الجانب التطبيقي الدراسة الميدانية



الفصل الثالث

مدخل للجانب التطبيقي

تمهيد:

في هذا الفصل سنتطرق إلى أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في دراستنا وسنقوم بعملية توضيحها، وذلك بهدف الوصول إلى نتائج علمية موثقة، إضافة إلى إمكانية اعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، ومنه الحصول على نفس النتائج الأولى في حالة إعادة التجريب، حيث أن ما يميز البحوث العلمية هو مدى قابليتها للموضوعية العلمية وهذا يتم بإتباع الباحث لمنهجية علمية دقيقة وموضوعية .

3-1- الدراسة الاستطلاعية:

إن ضمان السير الحسن للبحث الميداني لا بد أن يقوم بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية، وذلك بغرض التأكد من صلاحية البرنامج التعليمي المقترح، كما تعطي الباحث خبرة قبلية على تطبيق البرنامج والأدوات والاختبارات التي ينوي استخدامها ما يدفعه للقيام بتطبيق دراسته بمهارة عالية، إضافة إلى صلاحية الاختبار من حيث هل يقيس ما أعد لقياسه وكذا الصعوبات التي ستواجهها خلال الدراسة.

وقد كان الغرض من الدراسة الاستطلاعية التعرف على:

- التعرف على أفراد العينة ومعرفة حالتهم الصحية (عدم وجود أفراد مصابين بأمراض تمنعهم من النشاط البدني).
- معرفة الوقت الذي يتطلبه إنجاز الاختبارات.
- التعرف على المشكلات التي يمكن أن تواجهها في تنفيذ الاختبارات حتى نتفادها خلال التجربة الرئيسية.
- تطبيق الاختبارات وإعادة التطبيق لحساب الصدق والثبات.
- حالة الإطار المكاني المتمثلة في الملعب (ساحة المدرسة) عدم احتوائها على معيقات للممارسة الرياضية.
- صلاحية الوسائل المستعملة.

3-2- منهج البحث:

يعتبر اختيار منهج الدراسة مرحلة هامة في عملية البحث العلمي، إذ هو المحدد لكيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس، لذا لمنهج الدراسة علاقة بموضوع الدراسة (الرحمان، 1996، صفحة 76)، ومن إشكالية البحث حيث الموضوع هو المحدد لنوع المنهج المتبع، وبالتطرق لدراستنا: أثر برنامج تعليمي بالتربية الحركية في تحسين بعض القدرات الحركية (السرعة- التوازن- التوافق) والقدرات الإدراكية (الاتجاهية) لدي مرحلة الطفولة المتوسطة (6-9) سنوات. ومن هنا توصلنا إلى أن المنهج المستحسن إتباعه هو المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية، الذي يعرفه العساف على أنه هو المنهج الذي يستطيع الباحث بواسطته أن يعرف أثر السبب (المتغير المستقل) على النتيجة (المتغير التابع) (هويمل، 1434، صفحة 06).

3-3- متغيرات الدراسة:

3-1- المتغير المستقل: هو المتغير التجريبي أي المراد معرفة تأثيره على الظاهرة (عمر، 1996، صفحة 54)، ومن هنا نعتبر البرنامج التعليمي المقترح بالتربية الحركية بمثابة المتغير المستقل لهذه الدراسة.

3-2- المتغير التابع: هو المتغير الناتج عن تأثير المتغير التجريبي (محمد، 1986، صفحة 186)، ومن هنا نشير إلى أن القدرات الحركية (السرعة-التوازن-التوافق) والقدرات الإدراكية (الاتجاهية) هما المتغير التابع لهذه الدراسة.

3-4- مجتمع وعينة البحث:

يعرف محمد نصر الدين رضوان مجتمع البحث بأنه المجموعة الأصلية التي تؤخذ منها العينة. كما يعتبر مجتمع الدراسة المصدر الوحيد للعينة، بحيث تأخذ منه العينة التي تكون ممثلة لهذا المجتمع. ولقد قامت الطالبتين بتحديد مجتمع أصلي يتمثل في أطفال ابتدائية العربي بو عمران لولاية عين الدفلى. العينة هي الوحدة المصغرة التي تمثل تمثيلاً حقيقياً لمجتمع البحث ليقوم الباحث مجمل دراسته عليها. وفي بحثنا هذا اشتملت العينة على أطفال الطور الأول (سنة أولى و سنة ثانية) والبالغ عددهم 40 تلميذ وتلميذة، وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

3-5- مجالات البحث:**3-5-1-المجال البشري:**

بلغ عدد أفراد عينة البحث (40 تلميذ) للسنة الدراسية 2020/2019 من أقسام السنة الأولى والثانية ابتدائي يمثلون كل من:

- 20 تلميذ من ابتدائية العربي بو عمران كعينة تجريبية

- 20 تلميذ من ابتدائية كعينة ضابطة.

3-5-2-المجال المكاني:

لقد أجريت الدراسة على مستوى ابتدائيتين ببلدية خميس مليانة لولاية عين الدفلى. وأما بالنسبة للبرنامج التعليمي فقد طبق بساحة الاستراحة لابتدائية العربي بو عمران.

3-5-3- المجال الزماني:

اختير موضوع البحث بعد الموافقة عليه من قبل الأستاذ المشرف في شهر جوان 2019. شرعنا في العمل انطلاقاً بالجانب النظري في شهر ديسمبر 2020، ثم نلينا بعد ذلك الجانب التطبيقي وذلك مباشرة بعد حصولنا على الموافقة من السيد مدير التربية لولاية عين الدفلى (انظر الملحق رقم)، أما الدراسة الميدانية (تطبيق البرنامج التعليمي) فقد شرع في إجراء الاختبارات القبلية للأطفال يوم 2020/01/16، أما بالنسبة للاختبارات البعدية فتعذر تطبيقها بسبب جائحة كورونا(كوفيد 19)، استغرق تطبيق البرنامج لمدة 3 أشهر.

3-6- الأدوات المستخدمة:

"وهي الوسائل التي يستطيع بها الباحث جمع البيانات وحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه مهما كانت تلك الأدوات من بيانات، عينات، أجهزة، اختبارات و استبيان".
ومنه اعتمدت الطالبتان في إعدادهما لهذه المذكرة على:
-المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- المجلات العلمية الحديثة.
- استمارات البرنامج والاختبارات.
- حصص تشمل الألعاب المصغرة والاختبارات.
-10 أقماع كبيرة، 6 أقماع صغيرة، 5 كرات يد، صديريات، 20 حلقة، سلم، 10 صحن، ميقاتي، المقعد السويدي، صفارة، رسومات لألعاب شبه رياضية تم رسمها على أرضية الملعب.

3-7- الأساليب الإحصائية:

استخدمت الباحثتان برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS حيث استخدم كل من الاختبارات التالية:

- معامل بيرسون

- ت ستيودنت

3 8 الاختبارات المستعملة في الدراسة:

3-8-1- اختبار نلسن للاستجابة الحركية:

- اسم الاختبار : اختبار سرعة الاستجابة الحركية (نيلسون)
- الغرض من الاختبار : قياس القدرة على الاستجابة.
- الأدوات المستخدمة : مساحة بطول (20م) وعرض (2م) خالية من العوائق، شريط قياس، ساعة توقيت.
- طريقة الأداء: يقف المختبر عند إحدى نهايتي خط المنتصف في مواجهة المؤقت الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر للخط ويمسك ساعة توقيت بإحدى يديه ويرفعها للأعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه، إما إلى جهة اليسار أو اليمين وفي الوقت نفسه يقوم بتشغيل الساعة، وفي ذلك الوقت يقوم المختبر بالركض بأقصى سرعة إلى خط الجانب الذي أشار إليه المؤقت وعندما يصل إلى الخط الذي يبعد (6.4م) يقوم بإيقاف الساعة.
- التسجيل: يسجل للاعب اقل زمن لجهة اليمين واقل زمن لجهة اليسار من ثلاث محاولات لكل جانب. (الديوان، 2015)

3-8-2- اختبار التوافق الحركي:

- اسم الاختبار: اختبار الدوائر المرقمة
- الغرض من الاختبار: قياس توافق الرجلين والعينين
- الأدوات المستخدمة: ساعة إيقاف، عشر علامات، شريط لقياس الطول، يرسم على الأرض
- ثماني دوائر على أن تكون قطر كل منها 60سم ترقم الدوائر كما هي في الشكل التالي:



الشكل رقم (2): يمثل اختبار التوافق للرجلين

- طريقة الأداء: يقف المختبر داخل الدائرة رقم 1 وعند سماع إشارة اليد يقوم بالوثب بالقدمين معا إلى الدائرة رقم 2 ثم إلى الدائرة 3 وهكذا إلى أن يصل إلى الدائرة رقم 8 ويتم ذلك بأقصى سرعة.
- التسجيل: يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الدوائر الثمانية. (الداوودي، 2019)

3-8-3- اختبار الوقوف على مشط القدم:

- الغرض من الاختبار: قياس التوازن الثابت
- الأدوات المستخدمة: ساعة إيقاف
- طريقة الأداء: يتخذ المختبر وضع الوقوف على مشط إحدى القدمين ويفضل أن تكون قدم رجل الارتفاع، ثم يعتمد بوضع قدم الرجل الحرة على الجانب الداخلي لركبة الرجل التي يقف عليها ويقوم بأخذ وضع التخصص أثناء التطبيق.
- التسجيل: يسجل الزمن الذي يبدأ من لحظة رفع الرجل عن الأرض حتى ارتكاب الخطأ أو فقدان التوازن. (علي، 2010)

3-8-4- اختبار المجال والاتجاهات: (جزء من اختبار دايتون لقياس القدرات الإدراكية)

- الغرض من الاختبار: قياس الاتجاهية
- طريقة الأداء:

أ - يطلب من الطفل الإشارة إلى الاتجاهات التالية، فيقول الأستاذ أشر إلى:

الأمام	الخلف	الأعلى	الأسفل	الجانب
--------	-------	--------	--------	--------

ب يوضع مكعب على منضدة ويطلب من الطفل وضعه:

تحت المنضدة	أعلى المنضدة	يمين المنضدة	يسار المنضدة	بين مساند المنضدة
-------------	--------------	--------------	--------------	-------------------

- التسجيل: نصف درجة لكل اتجاه صحيح، أقصى درجة 5 درجات. (سراب اكرم لطف الله، 2014، صفحة 180)

9 3 الخصائص السيكومترية للاختبارات المستخدمة:

أ - صدق المحتوى:

اعتمدت الطالبان للتأكد من صدق محتوى الاختبارات على توجيه الأستاذ المشرف من اقتراحات حول مجموعة من الاختبارات المتعلقة بالقدرات الإدراكية والحركية، كما قمنا بالبحث والتمحيص حول أنسب الاختبارات لمتغيرات الدراسة وذلك بالاستعانة بالدراسات السابقة والمشابهة وكذا اعادت طرحها على الأستاذ المشرف وتأكيد عليه وعلى مصداقيتها.

ب الثبات : جدول رقم 3: يمثل معامل الثبات لاختبارات القدرات الحركية والادراكية

المقاييس الإحصائية الاختبارات	معامل الثبات	قيمة T المحسوبة
الاتجاهية	0.82	0.34
سرعة رد الفعل	0.89	0.59
التوافق الحركي	0.99	0.023
التوازن	0.99	0.007

- نلاحظ من الجدول أن قيمة بيرسون لكل الاختبارات (0,007-0,023-0,59-0,34) أنها تقترب من القيمة (1)، ومنه يمكن القول أن الاختبارات ترقى إلى الثبات اللازم لاعتمادها في دراستنا هذه.

10 3 - صعوبات البحث:

من الصعوبات التي واجهناها في ظل دراستنا:

- صعوبة الحصول على المراجع، وذلك بسبب غلق المكتبات العامة والجامعية في ظل هذه الظروف (كورونا-كوفيد 19).

- صعوبة ترجمة بعض الكتب الأجنبية.
- عدم توفر المدرسة على ميدان مهياً لممارسة التربية البدنية.

3 11 - البرنامج التعليمي:

تم مراعاة أسس عند وضع البرنامج التعليمي المقترح للتلاميذ، كالرجوع إلى المراجع العلمية والدراسات السابقة التي اهتمت بها الموضوع كدراسة الدكتور مصطفى بودبزة، و دراسة الدكتور بومسجدة عبد القادر، وكذلك كتب للمؤلفة فاطمة عوض صابر خاصة كتابها عن التربية الحركية وتطبيقاتها، بالإضافة إلى كتب أخرى مثل: التربية الحركية وبرامجها في المرحلة الابتدائية لـ د/جمال مزيو و د/سليم بزيو، وكتاب التربية النفس حركية للدكتور محمد صبرى وهبه.

وكذلك اعتمدنا في تصميمنا لهذا البرنامج التعليمي على المنهاج الدراسي للتربية البدنية والرياضية للسنة أولى والثانية ابتدائي، كما ركزت الطالبتين على خصائص النمو عند الأطفال في مرحلة الطفولة المتوسطة.

3 12 نموذج لوحدة تعليمية:

هدف الحصّة: أن يستطيع التلميذ التعرف على الاتجاهات الأساسية (أعلى - أسفل - يسار - يمين)

جدول رقم (5): يمثل نموذج لوحدة تعليمية

المراحل	محتوى التعلم	محتوى الانجاز	التوجيهات
المرحلة التحضيرية	- تنشيط عمل الجهازين القلبي والتنفسي	الاصطفاف على شكل خط مستقيم ، المناداة. مراقبة اللباس الرياضي ، شرح هدف الحصة، إعفاء المرضى. الجرى لمدة 3 إلى 5 دقائق حول الملعب ،ثم إجراء مختلف التمارين التسخينية + تمديد عضلي. (10')	- الاحماء الجيد - الطريقة الصحيحة للتنفس - الانضباط والالتزام بتوجيهات رئيس الفوج
المرحلة التعليمية	- التعرف على مختلف الاتجاهات	م 01 : لعبة مرر المندبل: تنافس فريقين أفرادهما يشكلون حلقة لكل منها مندبل، يحاول كل فريق تمرير المندبل حسب أوامر المعلم أمام، خلف، يمين ويسار ويسحب في كل مرة التلميذ المخطئ حيث يخسر الفريق الأقل عددا.(7')	- الإسراع في تمرير المندبل دون إسقاطه.
		م 02 : لعبة التسميات: مجموعتين متقابلين، أمام كل مجموعة خط مستقيم وفي وسطهما كرة بين كل اثنين، ثم يستجيب كل العناصر إلى تعليمات الأستاذ مثل اليدين فوق الرأس، تحت القدم، التفت يمين أو يسار، تقدم إلى الأمام، إلى الخلف وهكذا حتى يقول خذ الكرة، يفوز من يأخذها أولا(7')	- التنقل بسرعة مع تعليمات الأستاذ - التركيز وعدم الخلط بين الاتجاهات
		م 03 : أمر الكرة بسرعة: تنافس أربع مجموعات، تحاول كل واحدة منها إيصال الكرة إلى العنصر المتواجد في مؤخرة المجموعة استجابة لتعليمات الأستاذ الذي يحدد في البداية طريقة التمرير، مثلا التمرير من فوق الرأس، التمرير من اليمين من اليسار، مهم مصطفون داخل الممر ومحاولة إيصال الكرة قبل المجموعات الأخرى. (6')	- العمل الجماعي للوصول إلى الهدف - تمرير الكرة حسب تعليمات الأستاذ
المرحلة الختامية	الرجوع بأجهزة الجسم إلى الحالة الطبيعية	بعد جري خفيف حول الملعب تقوم بتمديدات لاسترخاء العضلات فرديا ثم مع الزميل. - الاصطفاف - حوصلة نهائية - التحية الرياضية - الانصراف.(10')	- التأكيد على الاسترخاء الجيد و التنفس العميق.

الرقم	التاريخ	طبيعة الحصة	أهداف المجال المهاري- الحركية	أهداف المجال المعرفي	أهداف المجال الاجتماعي- العاطفي
01	2020-01-20	تعليمية 01	تقويم تشخيصي	-تسجيل المكتسبات القبلية للتلاميذ - تعلم الأطفال القدرة على (التعاون، التنظيم، الاستعداد، النظافة المشاركة في اللعب)	-- يتعرف الأطفال على الفروقات الجسمية: الطول، الوزن.
02	2020-01-27	تعليمية 02	تحضير بدني عام		
03	2020-02-03	تعليمية 03	أن يستطيع التلميذ التعرف على الاتجاهات الأساسية (تحت-فوق-أعلى -أسفل -يسار- يمين)	- التعرف على مختلف الاتجاهات - يتفاعل مع الحركة	-يفرق بين اللباس الرياضي والمنزلي
04	2020-02-10	تعليمية 04	- أن يدرك وضع جسمه في الفضاء	-الوعي بالبيئة المحيطة به -يحترم قواعد اللعبة - يتأقلم مع الجري داخل الفوج	- الاكتشاف والتعرف على مدى أهمية العمل الجماعي والمساهمة الفعالة ضمن الجماعة
05	2020-02-17	حصة تعليمية إدماجية (4+3)	-يتعرف على الاتجاهات الأساسية ويسيطر على أطراف جسمه	- يفهم تعليمات تحتوي على أسماء مثل: يمين، يسار، خلف، وراء ... - ينفذ التعليمات	- يشارك في اللعب تلقائياً وبحماس
06	2020-02-24	تعليمية 05	-أن ينمي التلميذ صفة التوازن من الثبات	-الحفاظ على توازن الجسم -زيادة معلومات الطفل العلمية والعامة	- يتعلم الاتصا بالآخرين -يتعود على تنظيف ملابسه بعد كل ممارسة
07	2020-03-02	تعليمية 06	-أن ينمي التلميذ صفة التوازن من الحركة	- يدرك التغير في معدل التنفس والتفسير المبسط له أثناء المجهود البدني - الحفاظ على التوازن أثناء الحركة	- يثق في قدراته - يتعود على اخذ دوره كالأخرين
08	2020-03-09	حصة تعليمية إدماجية (6+5)	-أن يؤدي التلميذ سلسلة من الحركات الرياضية في التوازن بطريقة صحيحة	- يتفاعل مع الحركة - يتعلم تطبيق قواعد الأمن والسلامة	- يشجع الفائز - يتحكم في انفعالاته
09	2020-03-16	تعليمية 07	-أن يحسن التلميذ من مهارات الحركات الانتقالية كالمشي، الجري، القفز، الحجل.....	- يفهم عبارات تحتاج إلى اتخاذ قرار مثل قف..امشي.. تحرك... - يكتسب سلوكيات حركية جديدة	- تعزيز روح القيادة عند التلاميذ.

10	2020-03-23	تعليمية 08	- أن يتعلم التلميذ التنسيق بين أطراف جسمه (السفلية-العلوية)	- يفرق بين الاطراف السفلية والعلوية لجسمه. يتأقلم مع الجري مع الفوج	- يتعود على استخدام كلمات مهذبة
11	2020-03-30	حصة تعليمية إدماجية (8+7)	-تنمية التوافق العام	- تنمية التعبير الحركي	- يتعاون مع الزميل - يتعود على إنجاز العمل حتى نهايته
12	2020-04-06	تعليمية 09	الاستجابة لمنبهات سمعية – بصرية- لمسية.	- يعرف أنواع المنبهات و التفرقة بينها	- يتحمل المسؤولية - يبادر في تنظيم الفوج
13	2020-04-13	تعليمية 10	أن يستطيع التلميذ تنمية سرعة الاستجابة	-التعرف على إمكانيته البدنية -الاحساس بالمجهود وتمييز الاستجابات	- يثق في قدراته - يشجع على تحمل المجهود
14	2020-04-20	حصة تعليمية إدماجية (10+9)	إستجابة التلميذ لمنبهات مختلفة بطريقة صحيحة	- يعرف أنواع المنبهات السمعية والبصرية	-التحلي بروح المبادرة
15	2020-04-27	حصة تقويمية إدماجية (تقويم تحصيلي)	يكتسب بعض عناصر القدرات الحركية كالتوازن، السرعة، التوافق والقدرات الإدراكية كالوعي بالاتجاه	- يتعاون مع الزملاء - يتعود على بذل الجهد المتواصل	- يتنافس مع الزملاء - يشجع الفائز

الفصل الرابع

عرضه وتحليله ومناقشة النتائج

تمهيد:

إن أي بحث علمي يتطلب منا البرهنة على مصداقية النتائج وصحتها وكذا ان كان بالإمكان تعميم هذه النتائج، ولهذا لجأت الطالبتان الى اجراء دراسة تطبيقية في الميدان للتأكد من دلالة الفرضيات ودعمها بالبرهان ان تحققت وهذا هو ما يسمح من تعميم هذه النتائج.

4 1 عرض نتائج الفرضيات قيد الدراسة:

4 1 1 عرض نتائج الاختبارات القبليّة للمجموعتين:

جدول رقم (06) يوضح نتائج الاختبارات القبليّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

القدرات الحركية			القدرات الإدراكية	متغيرات الدراسة	
التوازن	التوافق الحركي	سرعة رد الفعل	الاتجاهية	الوسائل الإحصائية	
44.8765217	13.9368182	3.37652174	4.08695652	المتوسط الحسابي	العينة
7.29273898	1.80123605	0.32083143	0.61518981	الانحراف المعياري	الضابطة
46.2908696	13.8936364	3.16043478	4.13043478	المتوسط الحسابي	العينة
8.19663895	1.86666126	0.3484704	0.52694211	الانحراف المعياري	لتجريبية
0.00129287	0.99331018	1	0.99999301	T المحسوبة	
2.080				T الجدولية	
0.05				مستوى الدلالة	
21 = 2-23				درجة الحرية	
غير دال إحصائياً				الدلالة	

يبين الجدول رقم (06) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) للمجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبارات قيد الدراسة، حيث نجد أن قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في اختبار الاتجاهية تقدر بـ (4.08695652) وسرعة رد الفعل بـ (3.37652174) والتوافق الحركي بـ (13.9368182) وفي التوازن بـ (44.8765217)، أما قيمة الانحراف المعياري قدرت بـ (0.61518981) في اختبار الاتجاهية وبـ (0.32083143) في سرعة رد الفعل وبـ (1.80123605) في التوافق الحركي وبـ (7.29273898) في التوازن. أما المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في اختبار الاتجاهية تقدر بـ (4.13043478) وسرعة رد الفعل بـ (3.16043478) والتوافق الحركي بـ (13.8936364) وفي التوازن بـ (46.2908696)، أما قيمة الانحراف المعياري قدرت بـ (0.5269421) في اختبار الاتجاهية وبـ (0.3484704) في سرعة رد الفعل وبـ (1.86666126) في التوافق الحركي وبـ (8.19663895) في التوازن. وكانت قيمة (T) المحسوبة تقدر بـ (0.99999301) في اختبار الاتجاهية وبـ (1) في سرعة رد الفعل وبـ (0.99331018) في التوافق الحركي وبـ (0.00129287) في التوازن، في حين كانت قيمة (T)

الجدولية (2.080) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (21) فنلاحظ ان قيم (T) المحسوبة اقل من قيم (T) الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

4 ± 2 - عرض نتائج الاختبارات القبلي-بعدي للعينه الضابطة:

جدول رقم (07): يوضح نتائج الاختبارات القبلي-بعدي للعينه الضابطة.

القدرات الحركية		القدرات الادراكية		متغيرات الدراسة	
التوازن	التوافق الحركي	سرعة رد الفعل	الاتجاهية	الوسائل الاحصائية	
45.706087	13.84590909	3.37652174	4.608695652	المتوسط الحسابي	الاختبار
7.33853697	1.757602965	0.32083143	0.475693793	الانحراف المعياري	القبلي
44.8765217	13.9368182	3.38956522	4.17391304	المتوسط الحسابي	الاختبار
7.29273898	1.80123605	0.29445602	0.61438616	الانحراف المعياري	البعدي
0.00028091	6.5773E-05	0.29563602	2.4058E-06	T المحسوبة	
1.721				T الجدولية	
0.05				مستوى الدلالة	
21 = 2-23				درجة الحرية	
غير دال إحصائيا				الدلالة	

يبين الجدول رقم (07) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) للمجموعة الضابطة للاختبارات قيد الدراسة، حيث نجد أن قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي في متغير الاتجاهية تقدر بـ (4.608695652) وسرعة رد الفعل بـ (3.37652174) والتوافق الحركي بـ (13.84590909) وفي التوازن بـ (45.706087)، أما قيمة الانحراف المعياري قدرت بـ (0.475693793) في اختبار الاتجاهية وبـ (0.32083143) في سرعة رد الفعل وبـ (1.757602965) في التوافق الحركي وبـ (7.33853697) في التوازن.

اما المتوسط الحسابي للاختبار البعدي في متغير الاتجاهية تقدر بـ (4.17391304) وسرعة رد الفعل بـ (3.3895652) والتوافق الحركي بـ (13.9368182) وفي التوازن بـ (44.8765217)، أما قيمة الانحراف المعياري قدرت بـ (0.61438616) في اختبار الاتجاهية وبـ (0.29445602) في سرعة رد الفعل وبـ (1.80123605) في التوافق الحركي وبـ (7.29273898) في التوازن.

وكانت قيمة (T) المحسوبة للمجموعة الضابطة تقدر بـ (2.4058E-06) في اختبار الاتجاهية وبـ (0.29563602) في سرعة رد الفعل وبـ (6.5773E-05) في التوافق الحركي وبـ (0.00028091) في التوازن، في حين كانت قيمة (T) الجدولية (1.721) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (21)

فلاحظ ان قيم (T) المحسوبة اقل من قيم (T) الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

3 ± 4 - عرض نتائج الاختبارات القبلي-بعدي للعينه التجريبية:

جدول رقم (08) يوضح نتائج الاختبارات القبلي-بعدي للعينه التجريبية.

القدرات الحركية		القدرات الادراكية		متغيرات الدراسة	
التوازن	التوافق الحركي	سرعة رد الفعل	الاتجاهية	الوسائل الاحصائية	
50.08	13.7709091	3.035652174	4.695652174	المتوسط الحسابي	الاختبار
7.94801862	1.86145337	0.345027352	0.445664224	الانحراف المعياري	القبلي
46.2908696	13.893636	3.16043478	4.13043478	المتوسط الحسابي	الاختبار
8.19663895	1.8666612	0.3484704	0.52694211	الانحراف المعياري	البعدي
6.0871E-05	4.1664E-11	2.5144E-09	7.3581E-10	T المحسوبة	
1.721				T الجدولية	
0.05				مستوى الدلالة	
21 = 2-23				درجة الحرية	
غير دال إحصائيا				الدلالة	

يبين الجدول رقم (08) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) للمجموعة التجريبية للاختبارات قيد الدراسة، حيث نجد أن قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي في متغير الاتجاهية تقدر بـ (4.695652174) وسرعة رد الفعل بـ (3.035652174) والتوافق الحركي بـ (50.08) وفي التوازن بـ (13.7709091)، أما قيمة الانحراف المعياري قدرت بـ (0.44566422) في اختبار الاتجاهية وبـ (0.345027352) في سرعة رد الفعل وبـ (1.8614533) في التوافق الحركي وبـ (7.94801862) في التوازن.

اما المتوسط الحسابي للاختبار البعدي في متغير الاتجاهية تقدر بـ (4.1304347) وسرعة رد الفعل بـ (3.16043478) والتوافق الحركي بـ (13.893636) وفي التوازن بـ (46.2908696)، أما قيمة الانحراف المعياري قدرت بـ (0.52694211) في اختبار الاتجاهية وبـ (0.3484704) في سرعة رد الفعل وبـ (1.8666612) في التوافق الحركي وبـ (8.19663895) في التوازن.

وكانت قيمة (T) المحسوبة للمجموعة التجريبية تقدر بـ (7.3581E-10) في اختبار الاتجاهية وبـ (6.0871E-05) في سرعة رد الفعل وبـ (4.1664E-11) في التوافق الحركي وبـ (2.5144E-09) في التوازن، في حين كانت قيمة (T) الجدولية (1.721) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (21)

فلاحظ ان قيم (T) المحسوبة اقل من قيم (T) الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية.

4 ± 4 - عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين:

جدول رقم (09) يوضح نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

القدرات الحركية		القدرات الادراكية		متغيرات الدراسة	
التوازن	التوافق الحركي	سرعة رد الفعل	الاتجاهية	الوسائل الاحصائية	
45.706087	13.8459091	3.38956522	4.60869565	المتوسط الحسابي	للضابطة
7.33853697	1.7576029	0.29445602	0.47569379	الانحراف المعياري	
50.08	13.7709091	3.03565217	4.69565217	المتوسط الحسابي	للتجريبية
7.94801862	1.86145337	0.34502735	0.44566422	الانحراف المعياري	
1.2839E-05	0.99344033	1	0.99999999	T المحسوبة	
1.721				T الجدولية	
0.05				مستوى الدلالة	
21 = 2-23				درجة الحرية	
غير دال إحصائيا				الدلالة	

يبين الجدول رقم (09) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) للمجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبارات قيد الدراسة، حيث نجد أن قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في اختبار الاتجاهية تقدر بـ (4.60869565) وسرعة رد الفعل بـ (3.38956522) والتوافق الحركي بـ (13.8459091) وفي التوازن بـ (45.706087)، أما قيمة الانحراف المعياري قدرت بـ (0.47569379) في اختبار الاتجاهية وبـ (0.29445602) في سرعة رد الفعل وبـ (1.7576029) في التوافق الحركي وبـ (7.33853697) في التوازن. أما المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في اختبار الاتجاهية تقدر بـ (4.69565217) وسرعة رد الفعل بـ (3.03565217) والتوافق الحركي بـ (13.7709091) وفي التوازن بـ (50.08)، أما قيمة الانحراف المعياري قدرت بـ (0.44566422) في اختبار الاتجاهية وبـ (0.34502735) في سرعة رد الفعل وبـ (1.86145337) في التوافق الحركي وبـ (7.94801862) في التوازن. وكانت قيمة (T) المحسوبة للمجموعتين الضابطة والتجريبية تقدر بـ (0.99999999) في اختبار الاتجاهية وبـ (1) في سرعة رد الفعل وبـ (0.99344033) في التوافق الحركي وبـ (1.2839E-05) في التوازن، في حين كانت قيمة (T) الجدولية (1.721) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (21)

فلاحظ ان قيم (T) المحسوبة اقل من قيم (T) الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية.

4 2 مناقشة فرضيات الدراسة:

4 2 1 -الفرضية الأولى:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات قبلي- قبلي للمجموعتين في اختبارات قيد البحث. تبين لنا من خلال النتائج الإحصائية المتحصل عليها من الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات القدرات الادراكية (الاتجاهية) والقدرات الحركية (سرعة رد الفعل، التوافق الحركي، التوازن) قيد البحث، حيث كانت قيم (ت) ستيودنت المحسوبة كلها أصغر من قيمة (ت) الجدولية مما يظهر التكافؤ بين المجموعتين قبل تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية، وهذا ما يسهل معرفة الأثر الذي سوف يحدثه المتغير المستقل (برنامج التربية الحركية) على المتغير التابع القدرات الادراكية (الاتجاهية) والقدرات الحركية (سرعة رد الفعل، التوافق الحركي، التوازن)، وتتفق نتائج البحث الحالي مع دراسة بودبزة مصطفى (2013-2014) ومنه يمكننا تأكيد صحة الفرضية الأولى بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للاختبارات قيد البحث بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار القبلي.

4 2 2 - الفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات قبلي- بعدي للضابطة في اختبارات قيد البحث لصالح الاختبار البعدي.

يظهر لنا من خلال النتائج الإحصائية المتحصل عليها من الجدول غياب الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الاختبارات القبليية والبعديية للمجموعة الضابطة اختبارات القدرات الادراكية (الاتجاهية) والقدرات الحركية (سرعة رد الفعل، التوافق الحركي، التوازن) قيد البحث، حيث كانت قيم (ت) ستيودنت المحسوبة كلها أصغر من (ت) ستيودنت الجدولية، وذلك راجع إلى أن المجموعة الضابطة لم تمارس حصص تعليمية لتنمية هذه القدرات، بالإضافة لما كشف من خلال الزيارة الميدانية هو انعدام حصص التربية البدنية والرياضية بحجة عدم الاختصاص وعدم توفر الأجهزة والأدوات، رغم أنها مادة كبقية المواد كما يؤكد المنهاج، فالتربية الحركية تحتوي على انواع مختلفة من اللعب والذي يعرف بأنه نوع من التصرف الإنساني، قد يكون فردياً أو جماعياً تنحصر غايته في ما ينتج عنه من لذة، وهو لا يظهر في سن معينة بل يوافق جميع مراحل الحياة، غير أن مظاهره تختلف بنوع طاقة الفرد الجسدية واتجاهاته وتنوع بيئته.

4 2 3 -الفرضية الثالثة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات قبلي- بعدي للتجريبية في اختبارات قيد البحث لصالح الاختبار البعدي.

يظهر لنا من خلال النتائج الإحصائية في الجدول عدم وجود الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية اختبارات القدرات الإدراكية (الاتجاهية) والقدرات الحركية (سرعة رد الفعل، التوافق الحركي، التوازن) قيد البحث، حيث كانت قيم (ت) ستيودنت المحسوبة كلها أصغر من (ت) ستيودنت الجدولية، وذلك راجع إلى أن المجموعة التجريبية لم تكمل ممارسة الحصص التعليمية لتنمية هذه القدرات وذلك راجع لتداعيات فيروس كورونا، الا انه يمكننا ملاحظة التغير الحاصل على هذه العينة من خلال مقارنة المتوسط الحسابي لكل من الاختبار القبلي والاختبار البعدي الذي هو تقويم تكويني خاص بالحصص الإدماجية وذلك لصالح الاختبار البعدي.

4 2 4 -الفرضية الرابعة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات بعدي- بعدي للمجموعتين في اختبارات قيد البحث لصالح العينة التجريبية.

يتبين لنا من خلال النتائج الإحصائية في الجدول عدم وجود الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات القدرات الإدراكية (الاتجاهية) والقدرات الحركية (سرعة رد الفعل، التوافق الحركي، التوازن) قيد البحث، حيث كانت قيم (ت) ستيودنت المحسوبة كلها أصغر من (ت) ستيودنت الجدولية، وذلك راجع إلى أن المجموعة التجريبية لم تكمل ممارسة الحصص التعليمية لتنمية هذه القدرات وذلك راجع لتداعيات فيروس كورونا، الا انه يمكننا ملاحظة التغير الحاصل على هذه العينة من خلال مقارنة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (التكويني) للمجموعتين لصالح العينة التجريبية.

ملاحظة:

لم تتمكن الطالبتان من دعم النتائج المتحصل عليها بالبراهين اللازمة وذلك نظرا لوجود النقص الواضح بها والذي كان بسبب الظروف الصحية العامة لمجتمع البحث بصفة عامة وعينة البحث بصفة خاصة المتمثلة بالحجر الصحي للوقاية من فيروس كورونا وهذا جعل من تطبيق البرنامج مستحيلا وتوقف في المنتصف وهذه الإجراءات الإحصائية تم تطبيقها باستعمال معطيات آخر تقويم تكويني، ولهذا لم تكن النتائج حاسمة بدرجة واضحة.

اقتراحات:

- إجراء بحوث موسعة وعلى عينات أكبر بمساعدة فريق بحث يتكون من خبراء ومختصين في المجال الرياضي.
- التخطيط لبرنامج نشاط التربية الحركية وأثره في تحسين المهارات الأساسية لدى مرحلة التعليم الابتدائي.
- الاهتمام بالإعداد المهني لأساتذة الطور الابتدائي في مادة التربية البدنية والرياضية.
- العمل على تحسس المسؤولين على أهمية التربية الحركية من خلال الملتقيات والندوات العلمية.
- استشارة أهل الاختصاص من أخصائيين في التربية الحركية والتربية البدنية والرياضية ومن أساتذة جامعيين لصياغة منهاج التعليم الابتدائي والابتعاد عن الاستهتار الحاصل للمادة خاصة في هذه المرحلة العمرية الحساسة.
- الاهتمام بنظام التعليم الابتدائي بتوفير أساتذة من أهل الاختصاص لتدريس مادة التربية البدنية والرياضية.
- زيادة الحجم الساعي المخصص للمادة في التعليم الابتدائي لما لها من أهمية في العملية التربوية وانعكاساتها على شخصية الطفل ومستقبله بشكل عام.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- القرآن الكريم

أ -المجلات والدوريات العلمية:

- 1 المصطفى عبد العزيز. (2000). أثر ممارسة الأنشطة الحركية الموجهة على النمو الحركي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة. (مجلة جامعة القرى، المحرر)
- 2 جمال مزيو، سليم بزيو. (2020). التربية الحركية وبرامجها في مرحلة الابتدائية. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية (8).
- 3 إيمان نجم الدين عباس. (2008). الإدراك الحس-الحركي وعلاقته ببعض عناصر اللياقة البدنية والصفات المهارية لدى لاعبي الريشة الطائرة. مجلة علوم التربية الرياضية.

ب المراجع باللغة العربية:

- 4 ابتسام ناصر بن هويل. (1434). النهج التجريبي. الرياض-المملكة السعودية: جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- 5 العيساوي عبد الرحمان. (1996). مناهج البحث العلمي (الإصدار الطبعة 01). مصر: المكتب العربي الحديث.
- 6 محمد زيدان عمر. (1996). البحث العلمي مناهجه وتقنياته. الجزائر : ديوان المطبوعات الجزائرية.
- 7 محمد علي محمد. (1986). الاجتماع والنهج العلمي. الاسكندرية: دار المعارف الجامعية.
- 8 علي الديري. (1999). طرق تدريس التربية الرياضية في المرحلة الأساسية -التربية الحركية- (الإصدار طبعة 01). الأردن: دار الكندي للنشر والتوزيع.
- 9 ابو العلا احمد عبد الفتاح. (1997). التدريب الرياضي والاسس الفيسيولوجية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 10 حنفي محمود مختار. (1974). الأسس العلمية في تدريب كرة القدم . دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
- 11 ساري احمد حمدان ونورما عبد الرزاق سليم. (2001). اللياقة البدنية والصحية. دار وائل للطباعة والنشر.
- 12 عامر فاخر شغاتي. (2014). لم تدريب الرياضي (نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا . مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- 13 فاطمة عبد المالكي، نوال مهدي العبيدي. (2008). علم التدريب الرياضي. بغداد: دار الكتب والوثائق.
- 14 كلية التربية الرياضية للبنين. (1995). المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية. الهرم: جامعة حلوان.

- 15 نبيل عبد الهادي. (1999). *النمو المعرفي عند الطفل*. الأردن: دار وائل للنشر.
- 16 أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب. (2009). *نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال* (الإصدار الطبعة 1). دار الفكر العربي.
- 17 انشراح محمد. (2009). *التربية الحركية لطفل الروضة*. ام القرى.
- 18 توما جورج خوري. (2000). *سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق* (الإصدار الطبعة 01). بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسات.
- 19 حامد زهران. (1986). *علم نفس النمو-الطفولة والمراهقة*. مصر: دار المعارف.
- 20 حسن عبد السلام محفوظ ونجلاء فتحي خليفة. (2013). *منظومة التربية الحركية ونظريات وتكبيقات* (الإصدار الطبعة 01). الاسكندرية: منشأة المعارف.
- 21 حنان عبد الحميد العناني. (1999). *تخطيط برامج الطفل وتطويرها* (الإصدار طبعة 01). عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.
- 22 رأفت محمد بشناق. (2010). *سيكولوجية الأطفال (دراسة في سلوك الاطفال واضطراباتهم النفسية)* (الإصدار الطبعة 02). لبنان-بيروت: دار النفائس.
- 23 سامي محمد ملحم. (2002). *مشكلات طفل الروضة الأسس النظرية والتشخيصية والعلاجية* (الإصدار الطبعة 01). عمان-الأردن: دار الفكر.
- 24 سيد أحمد عجاج. (2008). *علم النفس النمو*. جامعة البر في الاحساء، مركز التنمية الاسرية، دبلوم الارشاد الاسري.
- 25 صالح محمد أبو جادو. (2011). *علم النفس النمو التطوري (الطفولة والمراهقة)* (الإصدار الطبعة 02). عمان-الأردن: دار المسيرة.
- 26 عبد الفتاح دويدار. (1996). *سيكولوجية النمو والارتقاء* (الإصدار الطبعة 01). الأزرايطة: دار المعرفة الجامعية.
- 27 عثمان فريدة. (1985). *التربية الحركية لمرحلة رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية*. الكويت: دار القلم.
- 28 عصام الدين متولي عبد الله واخرون. (2020). *التربية الحركية (مفاهيم-مبادئ-تطبيقات)*.
- 29 عفاف عثمان عثمان. (2008). *الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية* (الإصدار الطبعة 01). مصر: دار الوفاء لدنيا الطباعة.
- 30 عفاف عثمان عثمان مصطفى. (2008). *الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية* (الإصدار الطبعة 01). مصر: دار الوفاء لدنيا الطباعة.
- 31 فاطمة عوض صابر. (2006). *التربية الحركية وتطبيقاتها* (الإصدار الطبعة 1). الاسكندرية: دار الوفاء دنيا الطباعة.

- 32 فاطمة عوض صابر. (2007). *التربية الحركية وتطبيقاتها* (الإصدار الطبعة 2). الاسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- 33 كريمان بدير. (2010). *الأسس النفسية لنمو الطفل* (الإصدار الطبعة 02). عمان- الاردن: دار المسيرة.
- 34 مريم سليم. (2002). *علم تكوين المعرفة -استمولوجيا بياجية-* (الإصدار الطبعة 01). بيروت- لبنان: دار النهضة العربية.
- 35 أحمد عمر سليمان الروبي. (1995). *القدرات الإدراكية-الحركية للطفل النظرية والقياس*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 36 البحار ياسمين، طنطاوي، سوزان. (2004). *أسس الجميز الايقاعي*. مصر: دار المعارف للنشر.
- 37 حسين محمد صبحي. (2004). *القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية*. القاهرة- مصر: دار الفكر العربي.
- 38 عباس عماد الدين. (2005). *التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق في الألعاب الجماعية (نظريات وتطبيقات)*. الاسكندرية: منشأة المعارف.
- 39 عبد الغفار الدماطي. (2006). *صعوبات التعلم في ضوء النظريات*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 40 عصام عبد الخالق. (2003). *التدريب الرياضي "نظريات وتطبيقات"* (الإصدار الطبعة 09). الاسكندرية: منشأة المعارف.
- 41 عفاف عثمان عثمان. (2010). *الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية* (الإصدار طبعة 02). الاسكندرية -مصر: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- 42 علي سلوم جواد. (2004). *الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي*. جامعة القادسية.
- 43 قاسم حسن حسين. (1998). *أسس التدريب الرياضي* (الإصدار الطبعة 01). عمان: دار الفكر العربي للطباعة.
- 44 كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسنين. (1997). *أسس التدريب الرياضي لتنمية اللياقة البدنية في دروس التربية البدنية والرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي .
- 45 لهزيل خالد، بربوشي زكرياء. (2018-2019). *أثر الألعاب المصغرة في تنمية التوازن والتوافق الحركي عند المتمدرسين (11-13) سنة*. الجلفة: جامعة زيان عاشور.
- 46 مجدي محمود فهيم محمد، أميرة محمود طه عبد الرحيم. (2015). *تعليم المهارات الأساسية الرياضية في رياض الاطفال من خلال التربية الحركية* (الإصدار طبعة 01). الاسكندرية- مصر.

47 محمد صبحي حسنين. (1995). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة : دار الفكر العربي.

48 محمود عبد الفتاح عنان. (1995). سيكولوجية التربية البدنية والرياضية (الإصدار طبعة 01). القاهرة: دار الفكر العربي.

49 ناهدة الديلمي. (2008). أساسيات في التعلم الحركي (الإصدار الطبعة 01). النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة.

50 وسام صلاح. (2015). التعلم الحركي. جامعة كربلاء/التربية البدنية وعلوم الرياضة.

المراجع باللغة الأجنبية:

51 *the macmillan .encyclopedia of sports science and medicine* .(1971) .
new york .company

الأطروحات والرسائل العلمية:

52 بن قوة علي. (2004). تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم الناشئين (14-16) سنة. الجزائر.

53 بودبزة مصطفى. (2017-2018). إعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة وأثره في تحسين القدرات الإدراكية الحركية والانتباه لذوي صعوبات التعلم وعلاقته بالتحصيل الدراسي. الجزائر.

54 سلامة أحمد المجالي و ميلسون كامل الشديدة. اثر استخدام برنامج تعليمي مقترح في تطوير الادراك الحسي الحركي لدى طالبات مرحلة الطفولة الوسطى من (6-9) سنوات. وزارة التربية و التعليم. الاردن : المفوق.

55 مصطفى بودبزة. (2017-2018). إعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب المصغرة وأثره في تحسين القدرات الإدراكية الحركية والانتباه لذوي صعوبات التعلم وعلاقته بالتحصيل الدراسي. الجزائر: جامعة الجزائر 3.

مواقع من الشبكة المعلوماتية:

56 <http://childhood.ahlamontada.org/t50-topic> (17 03، 2017).

57 <http://lamya.yoo7.com/t171-topic>

58 <http://www.france/developpement%20intellectuel%20chez%20l'enfant/%20piaget>

59 [http://www.france/developpement intellectuel chez](http://www.france/developpement%20intellectuel%20chez%20l'enfant/piaget) [http://www.france/developpement intellectuel chez](http://www.france/developpement%20intellectuel%20chez%20l'enfant/piaget)

[http://www.france/developpement intellectuel chez](http://www.france/developpement%20intellectuel%20chez%20l'enfant/piaget)

p:1-2.com, [http://www.france/developpement intellectuel chez l'enfant/piafet](http://www.france/developpement%20intellectuel%20chez%20l'enfant/piafet)

61 *p:1-2.com, [http://www.france/developpement intellectuel chez l'enfant/piafet/](http://www.france/developpement%20intellectuel%20chez%20l'enfant/piafet/). (s.d.)*

stemberg ibi .robert J 62

63 تامر الداوودي. (25 اكتوبر، 2014). لمكتبة الرياضية الشاملة. تم الاسترداد من

www.sport.ta4a.us: [https://www.sport.ta4a.us/fitness/1018-speed-and-reaction-speed.html#:~:text](https://www.sport.ta4a.us/fitness/1018-speed-and-reaction-speed.html#:~:text=)

64 نغم صالح نعمه حسون الفتلي. (15 04، 2019). شبكة جامعة بابل. تاريخ الاسترداد 2019،

من physical.uobabylon.edu.iq:

<http://physical.uobabylon.edu.iq/lecture.aspx?fid=14>

فائمة اطلاق

قائمة الملاحق

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

جامعة الجبالي بونعامة- خميس مليانة

استمارة استطلاع رأي الخبراء حول محتوى البرنامج المقترح

السيد الأستاذ الدكتور /:.....

تحية طيبة و بعد،،،

تقوم الطالبان بن علال حنان و سماحي سمية بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بجامعة جبالي بونعامة - خميس مليانة ، بإجراء بحث ضمن متطلبات الحصول على درجة الماستر في التربية البدنية و الرياضية تخصص النشاط البدني الرياضي التريوي و عنوانه:

(أثر برنامج بالتربية الحركية في تنمية بعض القدرات الإدراكية والقدرات الحركية (التوازن، السرعة، التوافق) لدى تلاميذ الطور الأول ابتدائي (6-8 سنوات))

و نظرا لما يتطلبه البحث العلمي من الاستعانة بأراء ذوي الخبرة في مجال اختصاصهم للاستفادة بما لديهم من علم و تجربة، نأمل الطالبان مشاركة سيادتكم بتسجيل آرائكم للتعرف على مدى ملائمة أغراض و محتوى البرنامج المقترح للعينة المراد تجربته عليها (الطور الأول ابتدائي 6-8 سنوات).وما مدى صلاحية المقياس "بورديو" لقياس التوازن واختبار "نلسن" للاستجابة الحركية، ما هي الاختبارات المرشحة حسب خبرتكم و التي تقيس القدرات الادراكية الحركية وعناصر ؟

و لا يسع الطالب سوى أسمى آيات الشكر و التقدير لمساهمتم الإيجابية و رأيكم الذي سيثري البحث في الوصول إلى ما يهدف إليه.

- الطالبان :

- سماحي سمية

- بن علال حنان

قائمة الملاحق

الهدف من البرنامج:

يهدف البرنامج التعليمي إلى توفير فرصة لممارسة هذه الفئة للنشاط البدني الرياضي و ذلك لمعرفة مدى تأثيره على قدراتهم الإدراكية والحركية.

المحتوى	الاختبارات			رأي الخبير
مدة تطبيق البرنامج	شهرين	03 شهور	04 شهور	
عدد الأسابيع	08 أسابيع	12 أسابيع	14 أسابيع	
عدد الوحدات في الأسبوع	01 وحدات	01 وحدات	01 وحدات	
زمن الوحدة	30 دقيقة	45 دقيقة	60 دقيقة	
مجموع الوحدات	08 وحدات	12 وحدة	14 وحدة	

مقترحات أخرى تذكر:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

قائمة الملاحق

استمارة تحكم البرنامج

الإمضاء	الملاحظة	الدرجة العلمية	اسم و لقب الأستاذ(ة)
	مقبول	آستاذ مخاضير "ب"	محمد خالد
	مقبول	M.C.B	محمد بن محمد

قائمة الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة خنشلة
INSTITUT DES STAPS



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة خنشلة
معهد العلوم والتربية والبيانات الرياضية

خمس مائة: 2020/2021

الرقم: 3... ا.م.ع.ت.ن.ب.د.ج.ع.م

إلى السيد : مدير...
لولاية عين الشق

الموضوع : تمهين مهمة

بشرط أن نطلب منكم تمهين مهمة الطلبة:

الاسم واللقب:
الاسم واللقب:
الاسم واللقب:

والتأكد من قيام بتوارة ميدانية على مستوى مؤسساتكم تطبيق برنامج تعليمي على التلاميذ
والذي يقوم على مبادئ ميدانية بدراج خمس العار مذكورة بطرح الشهادة المعتمدة

تقبلوا منا أسامى عبارات التقدير والاحترام

رئيس القسم
رئيس قسم التتبع الطبي
إعداد: مختار بوعزيز

قائمة الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية وزارة التربية الوطنية

عن الدفلى في 2020/01/30

مديرية التربية لولاية عن الدفلى
مصلحة التكوين والتفويض
الرقم : 244 / م ت ت 2020

مدير التربية

الى

السيد / مدير المدرسة الابتدائية العربي بوعمران العيسى
السيدة/مدير المدرسة الابتدائية ايلس مبلاتي الطميس

الموضوع : ا س ا ح استقبال طلبة الجامعة لاجراء الترميز الميداني

المرجع : مراسلة رئيس معهد علوم و تقنيات الشبكات المدنية بجامعة الجزائر بوعامة العيسى

لما تم ايراد في المرجع المذكور اعلاه ، يشرفني ان اطلب منكم استقبال الطالبات : سمحي سمعة - بن حلال حسان
لعنصر : علوم وتقنيات الشبكات المدنية بجامعة الجزائر بوعامة العيسى - في مؤسساتكم قصد اجراء الترميز ميداني و ذلك
تحت امر : 2020/02/02 الى غاية نهاية الترميز .

مدير التربية


محمد بوزايد
مدير التربية



وصف الاختبار : يقف المختبر خلف خط البداية الأول من وضعية الوقوف ، وعند اشارة البدء يقوم المختبر بالركض ومحاولة الوصول إلى أقصى سرعة عند خط البدء الثاني ويستمر بالركض بالسرعة القصوى حتى يجتاز الخط الثالث ، كما في الشكل ادناه.
التسجيل : يسجل الزمن بالثانية من بداية الخط الثاني حتى لحظة اجتياز الخط الثالث.

اختبارات القدرات الحركية:-

❖ اختبار الدوائر المرقمة:-

الغرض من الاختبار :- قياس التوافق (الرجلين والعينين).

الادوات:- ساعة توقيت، يرسم على الارض (8) دوائر على أن يكون قطر كل منها (60) سم وترقم من (1-8).

طريقة الاداء:- يقف المختبر داخل الدائرة (1) وعند سماع اشارة البدء يبدأ بالوثب تبعاً الى الدائرة (2) ثم الى (3) حتى الوصول الى الدائرة (8).

حساب الدرجة:- يسجل الزمن الذي استغرقه المختبر في الانتقال على الدوائر الثمان.

❖ اختبار الوقوف على مشط القدم:-

الغرض من الاختبار :- قياس التوازن الثابت.

الادوات:- ساعة ايقاف.

الاداء: يتخذ المختبر وضع الوقوف على مشط احدى القدمين ويفضل ان تكون قدم رجل الارتقاء، ثم يعمد بوضع قدم الرجل الحرة على الجانب الداخلي لركبة الرجل التي يقف عليها ويقوم بأخذ وضع التخصص اثناء التطبيق.

الألعاب المستخدمة:

لعبه احسن توازن: ينتشر التلاميذ في انتشار الحر في الملعب وعندما يعطي المدرس الإشارة يقف التلاميذ على قدم واحده ويشجع المدرس الطالب صاحب أحسن توازن.

لعبه المرور من فوق المقعد السويدي: مقعد السويدي في منتصف الملعب ويقف الطلاب على شكل قاطرة خلف المقعد للمرور فوق المقعد واحد تلو الواحد محاولين الاتزان وعدم لمس الكره جسده بحيث يقف ستة طلاب على جانبه المقعد محاولين إصابة الطلاب الذين يحاولون المرور من فوق المقعد والطالب الذي تصيبه الكره يخرج من اللعبة حتى يبقى طالب يصبح هو الفائز.

لعبه العصا: كل تلميذين معا يتعلق عصا طويلة في رجليهما يحاولان المشي بها من خط البداية الى خط النهاية والرجوع بها دون إسقاطها والمحافظة على توازنهما.

لعبه الصحنون: وضع صحن فوق رأس التلميذ والمشي به دون إسقاطه البداية إلى خط النهاية وتكون على شكل منافسة بين فوجيين.

لعبه الدائرة: يتجمع التلاميذ على شكل حلقة ويقف كل واحد منهم على رجل واحده(مثلا الكل يقف على الرجل اليمنى) ويمسك زميله الذي أمامه من رجله الأخرى المرفوعة مع محاوله عدم السقوط.

لعبه الهبوط من فوق المقعد السويدي: ينتشر التلاميذ في ملعب انتشار الحر مع الجري المستمر وعند سماع الصفارة الوقوف على المقعد السويدي وعند الصفارة الأخرى الهبوط يشجع المعلم الطالب الذي يتزن بعد الهبوط.

لعبه صفاره وصفارتين: يتوزع التلاميذ في الملعب بشكل حر ، وعند إطلاق المعلم صفارة واحده يقف التلاميذ على رجل واحده وعند صفارتين يجلس التلاميذ على أربعة وهكذا ويتم التشجيع من قبل المدرس .

لعبه التمثال: يقف احد الطلاب مثل التمثال وظهره للتلاميذ يطلب منهم الأستاذ الحركة نحو التمثال ويتقدمون نحوه بخفه وهدوء دون أن يشعر بهم أو يراهم وعندما يلتفت للطلاب على الجميع أن يقفوا

قائمة الملاحق

ثابتين وإذا رأى الطالب حركه احدهم يطلب منه الرجوع خطوة أو خطوتين للوراء وهكذا إلى أن يصل احد التلاميذ إلى التمثال ويلمسه، ليجري خلفهم حتى يصطاد احدهم ليأخذ مكانه (التمثال).

لعبه الحلقات والاتجاهات: يقف التلاميذ على شكل قاطرات، كل تلميذ داخل حلقة، واتباع تعليمات الأستاذ مثل: يمين، يسار، خلف، أمام، وسط، (يخرج التلميذ من الحلقة نحو اليمين أو اليسار مثلا).

لعبه نقل الأشياء: فريقين متنافسين يقف كل تلميذ داخل حلقة ويرفع الشيء الموضوع بجانبه من اليمين ويضعه في الخط المتواجد في جهة اليسار وهكذا حتى يكمل ثم يأتي زميله خلفه لينقل الأشياء من الجهة اليسار إلى جهة اليمين وهكذا حتى الانتهاء الفريق الفائز من ينتهي أعضاءه أولا.

لعبه الكؤوس: فوجين متنافسين أمامهم مجموعة من الكؤوس بشكل خط مستقيم مقلوبة للأسفل يحاول المنافس الأول قلب الكؤوس من أسفل إلى الأعلى كلها قبل الفوج الآخر ثم التلميذ الذي يليه يعود ليقلبها للأسفل مجددا وهكذا حتى انتهاء أعضاء الفوج كلهم، الفريق الفائز من ينهي أولا.

لعبه السائق الماهر: يجري التلاميذ في انتشار حر داخل الملعب مقلدين صوت السيارة وهي تسير وعند سماع الصفارة يحاول كل تلميذ الوقوف في مكانه فجاء وبسرعة، ينجح كل تلميذ يوقف سيارته أسرع.

سباق النقل الكرات من وضع الجلوس: يقسم الفصل إلى فوجين برقمين سويا، وأمام كل قاطرة سله من الكرات، ينادي الأستاذ برقم معين ينهض صاحب الرقم من كلا الفوجين يحمل كرة من السلة ونقلها إلى السلة الأخرى الموجودة على خط النهاية ثم العودة، وهكذا حتى نقل جميع الكرات.

لعبه الغنم والذئب: يرسم خطان متوازيان بينهما مسافة مناسبة ويقسم الفصل إلى مجموعتين ويطلق عليهما الغنم، يقفون على الخطين ويختار المعلم طالبان يمثلان الذئب يقفان منتصف المسافة، عند الإشارة من الأستاذ يتبادل المجموعتين أماكنهما، يحاول كل من الذئب اصطياد اكبر عدد ممكن من الغنم وهكذا حتى يبقى طالبان في الأخير يصحانهم الذئب.

لعبه المروحة: يجري التلاميذ بشكل حر في الملعب وعند سماع الصفارة يقوم كل تلميذ بالوثب عاليا ومحاولة اللف في الهواء دوره كاملة للعودة لمواجهه المدرس (يكون الأداء مره لفة جهة اليمين والأخرى اليسار)

قائمة الملاحق

لعبه إيصال الزميل: يقف التلميذ (أ) داخل الحلقة التي تكون مربوطة بخيط طويل يشده التلميذ (ب) ويجره من نقطه البداية محاولا (أ) المشي بخط ثابتة إلى نقطة النهاية والعودة به.

لعبه الدائرة: يدخل تلميذ داخل حلقة موضوعه على الأرض ويحاول المشي داخلها للوصول إلى نقطة النهاية والعودة إلى نقطه الانطلاق.

لعبه إبقاء طائر في الهواء: تتكون هذه اللعبة من كرة قماشية أو بلاستيكية مزينة على هيئة طائر هدف اللعبة هو إبقاء طائر في الهواء أطول مدة ممكنة دون استخدام اليدين ويتم ذلك من خلال قصف الطائر في الهواء ثم إسقاطه إلى الركبة وضربها بها ليرتفع ثانية مع احتفاظ التلميذ بتوازنه و يمكن استخدام الرأس أو عقبه القدم أو تمرير الكرة بين اللاعبين مع مراعاة عدم سقوطها، اللاعب الفائز هو من يبقى الطائر في الهواء لأطول مدة ممكنة.

ملخص البحث

هدف بحثنا هذا إلى اقتراح برنامج تعليمي بالترقية الحركية يسعى إلى تحسين بعض القدرات الحركية والقدرات الإدراكية لأطفال التعليم الابتدائي الطور الأول (6-9 سنوات)، مستندا إلى أسس علمية وبعض النظريات التربوية المتممة بتربية الطفل وكذلك مراعاة الفروق الفردية بينهم، لذلك أجرينا دراسة مسحية للدراسات السابقة والمشابهة لموضوعنا وكذلك نظريات التعلم والتعلم الحركي، وبعض الأفكار والآراء التربوية لعلماء مهتمين بتربية الطفل، وأخذنا بعين الاعتبار منهاج التربية البدنية والرياضية لمرحلة التعليم الابتدائي، وخلصنا لوضع برنامج تعليمي مكون من (15) وحدة تعليمية، قمنا بترشيحها على الأساتذة المحكمين بعدها قمنا بتطبيق قمنا بتطبيق البرنامج خلال الفصل الثاني على عينة البحث المكونة من 40 تلميذ (20 عينة ضابطة، 20 عينة تجريبية)، لكن وللأسف الشديد لم يتم تطبيق جميع وحدات البرنامج بسبب جائحة كورونا كوفيد 19 وتم غلق المدارس .

استخدمنا المنهج التجريبي في دراستنا، واستعملنا أربع اختبارات لقياس القدرات الحركية والقدرات الإدراكية تمثلت في (اختبار نلسن للاستجابة الحركية ، اختبار الدوائر المرقمة لقياس التوافق الحركي ، اختبار الوقوف على مشط القدم لقياس التوازن الثابت، اختبار المجال والاتجاهات لقياس الاتجاهية)، وبعد معالجة البيانات بالاستعانة ببرنامج Excel توصلنا إلى النتائج التالية:

- لا توجد فروق بين الاختبارات قيد البحث القبلي للمجموعتين الضابطة والتجريبية.
- لا توجد فروق بين الاختبارات قيد البحث القبلي- البعدية للمجموعة الضابطة لصالح البعدي.
- لا توجد فروق بين الاختبارات قيد البحث القبلي- البعدية للمجموعة التجريبية لصالح البعدي.
- لا توجد فروق بين الاختبارات قيد البحث البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية..

الكلمات المفتاحية:

التربية الحركية، القدرات الإدراكية، القدرات الحركية، الطفولة المتوسطة، التوازن، التوافق الحركي، الإتجاهية، سرعة رد الفعل.

ملخص البحث

L'objectif de notre recherche est de proposer un programme d'éducation automobile qui vise à améliorer certaines des capacités motrices et cognitives des enfants dans l'enseignement primaire dans la première étape (6-9 ans), basé sur des bases scientifiques et certaines théories éducatives qui sont caractérisées par l'éducation des enfants ainsi que la prise en compte des différences individuelles entre eux, nous avons donc mené une enquête sur des études antérieures et similaires sur notre matière ainsi que sur les thèmes de l'apprentissage et de l'apprentissage moteur, des idées et des opinions éducatives de scientifiques intéressés par l'éducation des enfants, et nous avons pris en compte le programme d'éducation physique et physique pour l'étape éducative, et nous avons conclu avec le développement d'un programme éducatif composé de (15) unités éducatives, unités éducatives, unités éducatives, unités éducatives, etc. Nous l'avons nommé aux juges, puis nous avons appliqué le programme au cours du deuxième trimestre à l'échantillon de recherche de 40 élèves (20 échantillons contrôlés, 20 échantillons expérimentaux), mais malheureusement toutes les unités du programme n'ont pas été appliquées en raison de la pandémie de Corona Covid 19 et les écoles ont été fermées.

Nous avons utilisé la méthode pilote dans notre étude, et nous avons utilisé quatre tests pour mesurer les capacités motrices et cognitives (Nelson Motor Response Test, Numbered Circuit Test for Motor Compatibility Measurement, Metatarsal Test to Measure Fixed Balance, Field Test and Trend

ملخص البحث

ings), et après traitement des données à l'aide du programme Excel, nous sommes arrivés aux conclusions suivantes :

- Il n'y a aucune différence entre les tests pré-recherchés pour les groupes témoins et expérimentaux.
- Il n'y a pas de différence entre les tests considérés, pré-post, pour le groupe témoin, en faveur du poste.
- Il n'y a pas de différences entre les tests considérés, pré-post, pour le groupe expérimental en faveur du poste.

Il n'y a pas de différences entre les tests à l'étude dans la dimensionnalité du groupe témoin et expérimental en faveur du groupe expérimental.

les mots clés:

Éducation motrice, capacités cognitives, capacités motrices, enfance intermédiaire, équilibre, compatibilité motrice, directivité, vitesse de réaction