

تأثير تمارين بأدوات حقيبة الاتحاد الدولي للعبة القوى للأطفال المطورة لتنمية بعض الصفات الحركية للتلاميذ بأعمار (١٠-١٢) سنة

الباحث الباحث  
أ.د منى عبد الستار م. أسراء كامل حسن

[Israakamil88@yahoo.com](mailto:Israakamil88@yahoo.com)

الكلمات الافتتاحية : تمارين تعليمية، حقيبة الاتحاد الدولي للعبة القوى للأطفال  
ملخص البحث

مقدمة البحث وأهميته: تطرقت الباحثتان فيها الى اهمية استخدام تطوير بعض أدوات حقيبة الاتحاد الدولي للعبة القوى للأطفال ومدى ايجابية هذه الأدوات في تطوير بعض الصفات الحركية في العاين القوى لعمر (١٠-١٢) سنة ومدى فاعلية التلاميذ مع الأدوات المطورة. مشكلة البحث: من خلال مشاهدة الباحثتان والأخذ بأراء الخبراء والتجربة الميدانية اتضح أن المرحلة الأبتدائية لعمر (١٠-١٢) سنة وجود ضعف في بعض الصفات الحركية وان هذه الصفات الحركية تلعب دورا مهما في فعاليات العاين القوى لذلك كان لابد من إيجاد وسيلة جديدة لسد هذا النقص.

اهداف البحث:

- ١- تطوير بعض أدوات حقيبة الاتحاد الدولي للعبة القوى.
- ٢- أعداد تمارين تعليمية لبعض أدوات حقيبة الاتحاد الدولي للعبة القوى للأطفال.
- ٣- معرفة تأثير استخدام التمارين التعليمية على الصفات الحركية للتلاميذ.

فروض البحث:

- ١- هنالك فروق ذات دلالة احصائية بين الأختبار القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية.
  - ٢- هنالك فروق ذات دلالة احصائية بين الأختبار البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في أختبارات حقيبة الاتحاد الدولي للعبة القوى للأطفال.
- مجالات البحث: المجال البشري: عينة تلاميذ منتخبات تربيات (الكرخ الثالثة-الكرخ الثانية-الرصافة الثانية) من عمر (١٠-١٢) سنوات بنين وبنات والبالغ عددهم (٥٤)، المجال الزمني: للمدة من (٢٩/١٢/٢٠١٨) الى (١٠/٤/٢٠١٩)، المجال المكاني: منتدى شباب البياع/ ملعب سليم العواد.

الباب الثالث: تضمن هذا الباب عرضاً لنتائج المعالجة الاحصائية باستخدام مجموعة من الجداول ومن ثم تحليلها ومناقشتها بأسلوب علمي دقيق ومدعم بالمصادر العلمية من خلال هذه المناقشة تم التوصل الى اهداف البحث والتحقق من فرضيه البحث.

الباب الرابع : الخاتمة اشتملت على الاستنتاجات منها (تأثير الوحدات التعليمية بأستخدام الأدوات المطورة ضمن التمارين التعليمية ومدى تأثير الأدوات على تنمية بعض الصفات الحركية) والتوصيات (أستخدام الأدوات في تنمية الصفات الحركية والمهارية تنويع التمارين في أستخدم الأدوات)

**The impact of exercises with the equipment of the International Federation of Athletics Federation for children developed to develop some of the kinetic characteristics of students age (10-12) years**

Professor Mona Abdel Sattar israa kamil hassan

[Israakamil88@yahoo.com](mailto:Israakamil88@yahoo.com)

Introduction and importance of the research: The researchers discussed the importance of using the development of some of the tools of the IAAF's children's bag and how positive these tools are in the development

of some athletic characteristics in athletics for the age of 10-12 years and the effectiveness of students with developed tools.

The problem of the research: By watching the researchers and taking the opinions of experts and field experience it became clear that the initial stage of the age (10-12) years there is a weakness in some of the kinetic qualities and that these kinetic qualities play an important role in athletics activities so it was necessary to find a new way to fill this shortfall.

Search Target:

- 1-Development of some of the IAF bag.
- 2-the preparation of training exercises for some of the instruments of the International Federation of Athletics Federations for children.
- 3-To know the effect of the use of educational exercises on the qualities and mobility of students.

Search Hypothesis:

- 1-There are statistically significant differences between the tribal and remote tests of the control and experimental groups.
- 2-There are statistically significant differences between the two dimensional test of the control and experimental groups in the IAF bag tests for children.

Areas of research: The human field: The sample of students of educational teams (Karkh III - Karkh II - Rusafa II) of the age of (10-12) years of boys and girls (54), temporal domain: for the period (29/12/2018) (10/4/2019), Spatial area: Bayaa Youth Forum.

Part III: This section included a presentation of the results of statistical processing using a set of tables and then analyzed and discussed in a scientific manner accurate and supported by scientific sources through this discussion was reached the objectives of research and verification of the hypothesis of research.

Chapter 4: Conclusion The conclusions included (the effect of educational units on the use of tools developed within the educational curriculum and the extension of the effects of tools on the development of certain motor characteristics) and recommendations (use of tools in the development of motor skills and skills).

#### ١ - التعرف بالبحث

##### ١ - ١ مقدمة البحث وأهميته

تعد الصفات الحركية من القواعد الأساسية أذ أن أي فعالية رياضية تحتاج الى أن يمتلك التلاميذ صفات من المرونة والرشاقة والدقة والتوازن والتوافق من أجل خدمة الفعاليات الرياضية، وان تنمية هذه الصفات يحتاج الأستمرار في أداء التمرينات وان أي ضعف في هذه الصفات يؤدي الى ضعف في أداء التلاميذ، أن أستخدام الأدوات يزيد من درجة حماس التلاميذ واقبالهم على الممارسة والأداء، وتكون عامل من عوامل التشويق، فهي تسهم بقدر كبير في تنمية عمل المفاصل والعضلات واكسابها الرشاقة والدقة والمرونة وتعمل على تنمية التوافق العضلي والعصبي، والأدوات تعد أحد عوامل زيادة التوافق في اداء التمرينات، حيث يتطلب العمل بها

دقة وتوافق وقدرة على الأداء، أن أستثمار الصفات الحركية للتلاميذ وتوظيف الطاقة الحركية بصورة علمية وبشكل الصحيح ضمن تمارين تعليمية وبأستخدام أدوات مطورة لحقيبة الأتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال.

وتكمن أهمية البحث في أستخدام تمارين والأدوات المطورة الذي تعمل على تنمية وتطوير الصفات الحركية لدى التلاميذ الذي تساعدهم على التعلم الصحيح للمهارة الملائمة في هذه المرحلة العمرية وبالتالي تساعده على تطويرها في المراحل القادمة.

#### ١ - ٢ مشكلة البحث

من خلال مشاهدة الباحثان والأخذ بأراء الخبراء والتجربة الميدانية اتضح أن هناك ضعف لدى التلاميذ في الصفات الحركية وأن الصفات الحركية تلعب دور مهم في هذا العمر وفي فعاليات ألعاب القوى.

لذا أرتنت الباحثان دراسة هذه الصفات الحركية المهمة دراسة ميدانية من أجل الوقوف على تنمية بعض الصفات الحركية ومدى تأثير التمارين والأدوات المطورة على تنمية الصفات الحركية للتلاميذ، ومن أجل مواكبة التطورات العلمية التي تشهدها الحركة الرياضية في بلدان العالم المتقدم من خلال وضع تمارين تعليمية بأستخدام الأدوات المطورة لحقيبة الأتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال.

#### ١ - ٣ أهداف البحث

- ١- تطوير بعض أدوات حقيبة الأتحاد الدولي لألعاب القوى.
- ٢- أعداد تمارين تعليمية لبعض أدوات حقيبة الأتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال.
- ٣- معرفة تأثير أستخدام التمارين التعليمية على الصفات والحركية للتلاميذ.

#### ١ - ٤ فرضا البحث

- ١- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأختبار القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية.
- ٢- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأختبار البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في أختبارات حقيبة الأتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال.

#### ١ - ٥ مجالات البحث

١ - ٥ - ١ المجال البشري: عينة تلاميذ منتخبات تربيان (الكرخ الثالثة-الكرخ الثانية-الرصافة الثانية) (١ - ٥ - ١ المجال الزمني: للفترة من (٢٠١٨/١٢/٢٩) الى (٢٠١٩/٤/١٠).

١ - ٥ - ٣ المجال المكاني: منتدى شباب البياع/ ملعب سليم العوادي

٢- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

#### ٢ - ١ منهج البحث

أستخدمتا الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الأختبارين القبلي والبعدي، وذلك لملائمة طبيعة مشكلة البحث لغرض وصول الى خصائص مبنية على أسس موضوعية لحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه. ويعد المنهج التجريبي " هو منهج البحث الوحيد الذي يمكنه الأختبار الحقيقي لفروض العلامات الخاصة بالسبب والأثر، كما أن هذا المنهج يمثل الأقترب الأكثر صدقا لحل العديد من المشاكل العلمية بصورة علمية ونظرية فضلا عن إسهاماته في تقدم البحث العلمي في العلوم الأنسانية والأجتماعية ومن بينها علم الرياضة". (٤٢:٢٥)

#### ٢ - ٢ عينة البحث

تكون مجتمع البحث من منتخبات المديرية العامة لتربيان محافظة بغداد الست بألعاب القوى، وقد أختارت الباحثان بطريقة العمدية ثلاث من هذه المديرية والتي هي (كل من منتخب تربية الكرخ الثالثة ومنتخب تربية الكرخ الثانية ومنتخب تربية الرصافة الثانية) لألعاب القوى للفئة العمرية من (١٠-١٢) سنة من البنين والبنات وكان عدد مجتمع البحث (٦٨) تلميذ وتلميذة وقت تم اختيار عينة البحث بعد استبعاد التلاميذ الذي لا تتناسب اعمارهم ولم يلتزموا بالتدريب بشكل

منتظم، وبهذا اصبح عدد افراد العينة (٥٤) تلميذ وتلميذه بعد ذلك قامت الباحثتان بتقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية حيث ان قوام كل مجموعة (٢٧) تلميذ وتلميذه، وقد تم دمجهم في مجموعة واحدة بسبب البرنامج المعد من الأتحاد الدولي للتلاميذ والتلميذات على حد سواء، وذلك لان الأعمار (١٠-١٢) سنة لا يوجد بينهم فروقات عالية المستوى في الصفات الحركية حيث أن الخصائص الجنسية تظهر وتسير متوازياً مع أختلافات بسيطة وأن مسار القيمة الوسطية للمنحنى تثبت أن الطفل في العمر المتأخر مقارنة مع الطفل في السنة الدراسية الأولى لديه أستمراية في زيادة نسبة النمو السنوية، أما الفرق بين الخصائص الجنسية يبقى قليل جداً" (٢٥:٧٤)، فضلا عن ذلك تم توزيع عدد التلميذات والتلاميذ في التساوي والتقارب في المجموعتين، كما موضح بالجدول (١)

جدول (١) عينة البحث

عدد عينة البحث	عدد التلميذات	عدد التلاميذ	عدد المستبعدين	عدد الكلي لعينة البحث	العدد الكلي لمجتمع البحث
٥٤	١٨	٣٦	١٤	٦٨	١١٦

#### ٢-٣ الاجهزة والأدوات البحث

#### ٢-٣-١- وسائل جمع المعلومات

- ١- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- ٢- شبكة المعلومات الدولية (الأنترنت).
- ٣- المقابلات الشخصية مع الأساتذة المختصين.
- ٤- استمارة تسجيل النتائج.
- ٥- فريق العمل المساعد.

#### ٢-٣-٢ الأجهزة المستخدمة في البحث

- ✓ كامرة فيديو، نوع (Nikon) صنع يابان
- ✓ كامرة صور (Nikon) صنع يابان
- ✓ ساعة توقيت، نوع (sewan) صنع يابان

#### ٢-٣-٣ الادوات المستخدمة في البحث

- ✓ شريط قياس (٣٠متر).
- ✓ ميزان الكتروني.
- ✓ حواجز عدد (١٠).
- ✓ شريط قياس مسافة
- ✓ أرماع عدد (٣)

أما الادوات التي قامت الباحثتان بتطويرها ضمن حقبة الأتحاد الدولي لالعب القوى

- الحواجز

- الرمح

#### ٢-٤ تحديد الأدوات التي قامت الباحثتان بتطويرها:

- الحواجز

#### شرح الأداة

يتكون من أربع قطع أسفنجية يتم تركيبها على شكل حاجز وتفكيكها الى قطع تحوي على ارتفاعين يتم وضع العارضة بها يتم اجتياز الحاجز من المنتصف، خفيف الوزن، وملون.



صورة (٥) توضح (الحواجز) والحواجز أثناء الأداء

شرح كيفية تطوير الأداة

تم صنع حاجز يشبه الحاجز الأصلي حيث تم صنع الحاجز من نوع من أنواع مادة الفوم ويغلفها مادة الكارتون المقاوم وطبقة من الأسفنج الملون يتكون من أربع قطع، قطعة قاعدة للحاجز واثنان للجانب وقطعة تكون عارضة في المنتصف نقوم بادخال نابض حلزوني ذي نابضية عالية، ثم بعد ذلك أدخله في القطعتين الجانبيتين للحاجز للمنتصف، والنصف الثاني من النابض الحلزوني ندخل قطعة العارضة به من الجانبين أيضاً، ويمكن من خلال هذا النابض زيادة ارتفاع الحاجز أو تقليل الارتفاع حسب الارتفاع المطلوب وايضا عندما يقوم التلميذ بمس العارضة من الوسط لا تكون عائق للتلميذ ولا يشعر بالخوف عند الأجتياز لان عند مس العارضة سوف تميل الى الأسفل من الجهة الثانية وبعد أجتياز الرجل تعود إلى وضعها الطبيعي، اثقل من الحاجز الأصلي، وذلك لتلافي طيران الحاجز عند وجود رياح، حيث تم وضع داخل قاعدة الحاجز قطع معدنية لزيادة من وزن قاعدة الحاجز.



صورة (٦) توضح الحواجز المطورة (وكيفية الأداء عليها)

• رمح

شرح الأداة

عبارة عن رمح أسفنجي يكون بداخله أنبوب بلاستيكي وفي نهاية الرمح توضع ثلاثة أجنحة له، طول الرمح (٩٠سم) وزن الرمح (١٢٦ غرام).



صورة (١٠) توضح الرمح

شرح كيفية تطوير الأداة

تم أخذ الرمح نفسه ووضع قطعة تشبه الكرة بلاستيكية وزن (٢٠ غرام) يتم وضعها في رأس الرمح من الداخل في داخل الأنبوب البلاستيكي وذلك لأظهار القابلية الحقيقية لرمي الرمح عند التلاميذ، حيث أصبح وزن الرمح المطور (١٤٦ غرام) وأيضا تم تحديد مكان مسكة للرمح لأصبع السبابة والأبهام.



صورة (١١) توضح (الرمح المطور) وكيفية الأداء عليها

٢-٥ اختبارات حقيقية الأتحاد الدولي للالعاب القوى للأطفال المستخدمة في البحث:

بعد الأطلاع على الكثير من المصادر والمراجع والأخذ بأراء المختصين، فقد تم اعداد الأختبارات لقياس الصفات الحركية من قبل الباحثان، اذ تم اعداد أختبارين بعد أستشارت مجموعة من خبراء متخصصة في برنامج الأتحاد الدولي للالعاب القوى اذ تم الأتفاق على الأختبارات التالية:

### أ-أختبار الحواجز

#### الهدف من الأختبار: التوافق

الأدوات اللازمة: حواجز عدد (٨) لكل مجال الحواجز عدد(٤)، ارتفاع الحاجز (٥٠سم)، شريط لتحديد مكان النهاية والبداية، شريط قياس لقياس المسافة، ساعة توقيت، صافرة.

وصف الأداء: المسافة بين الحواجز (٧م) عدد الحواجز في المجال الواحد (٤) والمسافة من خط البداية الى الحاجز الأول (١٠م) والمسافة بين الحاجز الأخير وخط النهاية (٩م) حيث أن مجموع المسافة الكلية (٤٠م)، يقوم كل تلميذ بالركض في المجال المخصص له يتم عمل الأختبار على مجالين لاختبار تلميذين في أن واحد للحصول على نتائج أفضل، يقف التلميذ مستعداً قبل خط البداية ليبدأ الأنطلاق بعد اعطاء الإشارة، وعليه إكمال المسافة لأجتياز خط النهاية بأقصى سرعة ممكنة للحصول على نتيجة.

التسجيل: يسجل للتلميذ الزمن الذي استغرقه في استمارة التسجيل.

المساعدون: مطلوب لهذا الأختبار ميقاتي خبير، ويقوم شخص واحد بإعطاء إشارة البدء وعلى (المسجل) يقوم بتسجيل النتائج في استمارة التسجيل، وتسجيل الوقت في استمارة تسجيل النتائج.



صورة (٢٢) توضح أختبار الحواجز

### ب-أختبار رمي الرمح:

#### الهدف من الأختبار: الدقة

الأدوات اللازمة: رمح عدد (١)، شريط قياس، اقمام عدد(٢) لتحديد مسافة الاقتراب وخط البداية.

وصف الأداء: يتم أداء رمي رمح من مسافة إقتراب ٥ متر ويتم أداء الرمي بعد الإقتراب القصير إلى منطقة الرمي مع عدم إجتياز خط البداية، ولكل تلميذ محاولتان.

ملحوظة للأمان: نظراً لأهمية الأمان في أختبار رمي الرمح غير مسموح سوى للمساعد فقط بالتواجد في منطقة الرمي أو منطقة هبوط الرمح، ويمنع تماماً رمي الرمح في الاتجاه العكسي أي في اتجاه ممر الإقتراب.

التسجيل: يتم قياس المسافة بطريقة عمودية على خط الرمي، ويتم أخذ القياس الأعلى في حالة الهبوط بين خطين، ويسجل أفضل محاولة من محاولتين.

المساعدين: يتطلب وجود مساعدين إثنين من أجل تنظيم هذا الأختبار بكفاءة ويجب عليهما القيام بالمهام التالية: أن ينظم ويشرف على طريقة أداء الأختبار، قياس مسافة الرمي من نقطة هبوط الرمح وبطريقة عمودية على خط الرمي، أن يعيد الرمح إلى منطقة خط الرمي، أن يسجل النتائج في استمارة التسجيل.



صورة (٢٥) توضح اختبار رمي الرمح

## ٢-٦- التجربة الاستطلاعية:

من أجل العمل بطريقة منظمة بعيدة عن الأخطاء وتنفيذ جميع إجراءات البحث وفق ما خطط له في هذه الدراسة قامت الباحثتان بإجراء تجربة استطلاعية للوقوف على كثير من الأمور التي الممكن أن تساعدنا في مجريات البحث والتي منها:

- ١- التعرف على الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات.
  - ٢- التعرف على صلاحية المكان وتوفير شروط السلامة والأمان.
  - ٣- التعرف على مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.
  - ٤- معرفة الوقت المستغرق في كل اختبار.
  - ٥- ملائمة الأجهزة المطورة للتلاميذ ومراعاة شروط السلامة والأمان.
- لذلك تم تنفيذ إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ (٢٩/١٢/٢٠١٨) الموافق يوم (السبت) لحقيبة الأتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال وطريقة أدائها فضلا عن آلية العمل على الأدوات الحديثة التي قامت الباحثتان بتطويرها من هذه الحقيبة بما يخدم الأداء الحركي.

## ٢-٧- إجراءات البحث الميداني

## ٢-٧-١- الاختبارات القبليّة

قامت الباحثتان بتنفيذ الاختبارات القبليّة للحقيبة التعليمية للأتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال، تم التنفيذ بتاريخ (٢٠١٩/٢/٢) المصادف يوم السبت أذ تمت فيه اختبارات الحقيبة التعليمية.

## ١- اختبار الحواجز

## ٢- اختبار رمي الرمح

## ٢-٧-٢- التمرينات التعليمية

- قامت الباحثتان بأعداد تمرينات تعليمية ملحق (١) منوعة الهدف منها تطوير الصفات الحركية للتلاميذ بأعمار (١٠-١٢) سنة، حيث تم وفق الآتي:
- أستمر تطبيق التمرينات التعليمية شهرين وللمدة من (٦/٤/٢٠١٩) يوم الأربعاء ولغاية (٦/٤/٢٠١٩) يوم السبت، اي بواقع (٨) أسابيع.
  - تم تنفيذ وحدتين تعليمية في كل أسبوع أي (١٦) وحدة تعليمية نفذت ليومي الأربعاء والسبت من كل أسبوع.
  - أستغرقت الوحدة التعليمية من (٦٠) دقيقة، تم تنفيذ بها القسم التحضيرى والرئيسى والختامى.
  - مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ مع قدراتهم على الأداء.
  - تم تنفيذ التمرينات التعليمية يومي الأربعاء والسبت أذ كان يوم الأربعاء صباحا المجموعة الضابطة ، وظهرها المجموعة التجريبية، أما يوم السبت فتؤدي المجموعتين التجريبية والضابطة خلال الفترة الصباحية.



- تم استخدام الأدوات المطورة على المجموعة التجريبية واستخدام المنهاج المتبع على المجموعة الضابطة.
- تم إعطاء تمارين لتطوير الصفات الحركية.
- تم إعطاء تمارين متنوعة باستخدام الأدوات المطورة وكان الوحدات التعليمية كما يأتي : ملحق (٢)
- ١- القسم التحضيري: نفذ هذا القسم من (١٥) دقيقة، كان يؤدي فية ركض لمسافة (٣٠٠م-٤٠٠م) متبوع بتمارين تمطية ومرونة ومن ثم أداء بعض التعجيلات مسافة (١٥-٢٠م).
- ٢- القسم الرئيسي: نفذ هذا القسم من (٣٥) دقيقة، تم فيه أداء مجموعة من التمارين بشأن الأدوات المطورة التي قامت الباحثتان بتطويرها، يتم تعليم المجموعة التجريبية على هذه الأدوات من خلال مجموعة تمارين تدرج من السهل الى الصعب، مع مراعاة الزيادة في عدد التكرارات بشكل تدريجي، أما المجموعة الضابطة فقد تم استخدام المنهاج المعتاد المتبع من قبل المدرس
- ٣- القسم الختامي: نفذ هذا القسم من (١٠) دقيقة تم تنفيذ لعبة ترفيهية تخدم الصفات الحركية مع مراعاة التنوع بين واحدة وأخرى.
- ٢-٧-٣- الأختبارات البعدية
- تم تنفيذ الأختبارات البعدية بتاريخ (٩-١٠/٤/٢٠١٩) المصادف يوم (الثلاثاء) بالأدوات التي تم بها أداء الأختبارات القبلية.
- ٢-٨- الوسائل الأحصائية
- قامت الباحثتان باستخدام الحقيبة الأحصائية الجاهزة الحديثة والمطورة باصدارها (V24) لمعالجة النتائج والبيانات التي تم الحصول عليها من أختبارات القبلية والبعدية
- ٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج
- ٣-١ عرض وتحليل النتائج
- من خلال استخدام الباحثتان للوسائل الإحصائية المستخدمة في الحقيبة الأحصائية (Spss) ظهرت لنا النتائج الآتية لمتغيرات البحث.

## جدول (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للأختبارين القبلي والبعدى والوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق بين الأختبارين القبلي والبعدى والخطأ المعياري وقيم (t) المحتسبة لأختبارات حقيبة الأتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال المطورة

المتغيرات	قبلي		بعدى		س ف	ع ف	قيمة المحسوبة	Sig	دلالة الفروق
	ع	س	ع	س					
أختبار الرمح	٣.٩٨	١٠.١٨	٦.٤٠	١٤.٥٦	٤.٣٨	٢.٠٣	١١.٢٣	٠.٠٠٠	معنوي
أختبار الجواجز	١.٠٧	٨.٥١	١.٠٥	٧.٥٠	١.٠١	٠.٢٨	٢٠.٢	٠.٠٠٠	معنوي

يتبين من الجدول (١) بان الأوساط الحسابية للاختبار القبلي لعينة البحث في أختبارات حقيبة الأتحاد الدولي لألعاب القوى المطورة بلغ (١٠.١٨) و(٨.٥١) وبانحرافات معياري بالتسلسل قدرها (٣.٩٨) و(١.٠٧) والأوساط الحسابية للاختبار البعدى لعينة البحث في أختبارات حقيبة الأتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال (١٤.٥٦) و (٧.٥٠) وبانحرافات معيارية (٦.٤٠) و (١.٠٥) وبلغت فرق الوسط الحسابي (٤.٣٨) و (١.٠١) وفروق الانحراف المعياري (١١.٢٣) و (٠.٢٨) وبلغت قيمة (t) المحسوبة (١١.٢٣) (٢٠.٢)، في حين قيم (t) المحسوبة

كانت ذات مستوى دلالة معنوية (٠.٠٥) وبلغة قيمة (sig) (٠.٠٠٠٠)(٠.٠٠٠٠)، ولما كانت قيمة (sig) اصغر من مستوى دلالة (٠.٠٥) دل ذلك على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات البحث ولصالح الاختبار البعدي.

### ٣-٢- مناقشة النتائج.

تبين من الجدول (١) دلالة الفروق ما بين الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في متغيرات البحث من خلال مستوى دلالة (٠.٠٥) دل ذلك على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات البحث ولصالح الاختبار البعدي، وتعزو الباحثان تلك النتائج الى تأثير التمرينات التعليمية باستخدام أدوات حقيبة الأتحاد الدولي المطورة لتنمية بعض الصفات الحركية الذي تم تطبيقه على عينة البحث والتي كانت ذات شدد متدرجة واهداف مختلفة في الوحدات التعليمية المتنوعة قد اسهمت في رفع مستوى التلاميذ حركيا ومهاريا.

وفي ضوء النتائج المستخلصة فإن تطبيق التمرينات التعليمية باستخدام الأدوات جاء منسجما مع مستوى التلاميذ وأعمارهم وجنسهم وقابلياتهم وظهر ذلك واضحا خلال النتائج المعنوية، وان رغبة التلميذ في الممارسة والتفاعل، فضلا عن ان التمرينات التعليمية المتنوعة كانت له الخصوصية باستخدام الأدوات المطورة التي ساهمت بشكل مباشر في تطوير بعض الصفات الحركية، "يبين لنا ذلك أن التعليم لأي نوع من أنواع الأنشطة البدنية ينبغي أن يكون له قاعدة واسعة من الاستعدادات البدنية والمتعددة الجوانب والتي يكون أساسا لتطوير جانب من الجوانب أو صفة من الصفات والتي تلعب دورا كبيرا في تطوير الصفة الحركية بشكل خاص" (٢٥:٧٣) وتعزو الباحثان سبب التطور الى امتلاك التلميذ في هذه المرحلة الدافعية والرغبة في أداء التمرينات بصورة عامة فضلا عن قابليته السريعة في التعلم وحيه لهذا التعلم والتطور الحركي، حيث "يحدث معظم التعلم والتطور في المراحل الابتدائية لأن التلميذ يتعلم ويتطور وهذا ما يجعل التعلم في هذه المرحلة عملية مجدية" (٤:٦٢)

وعند مناقشتنا التي تم عرضها وتحليلها في الجدول (١) للأختبارات القبالية والبعدي نرى تحسن مستوى الأداء في الأختبار البعدي عنه في القبلي وتعزو الباحثان سبب ذلك الى استخدام الأدوات المطورة في التمرينات التعليمية لتحسين بعض الصفات الحركية للتلاميذ وأيضا كانت الأدوات المطورة تناسب أعمارهم وقابلياتهم المتاحة مما جعل تطبيق التمارين واستخدام الأدوات بالصورة الصحيحة وأن التنوع في التمارين وطريقة عمل الوحدة التعليمية على شكل محطات جعل التلاميذ أكثر أثارة وتفاعل معها.

لذا فالتلاميذ بهذا العمر يمتازون بذكاء والقدرة على الأداء الصحيح في استخدام الأدوات المطورة مما ساعد في تنمية الصفات الحركية "فإن الصفات الحركية التي تتولد عن طريق تنمية الأحساس العضلي لها أهمية كبيرة وتساعد على تحسين الأداء وبناء على هذه الصفات فكلما زادت تنمية الصفات الحركية زادت صحة الأداء" (١٤:٧١)

وذلك لأن الأدوات المطورة استخدم عليها تمرينات متنوعة ومناسبة لعمر التلاميذ أذوها دون أكراه أو ملل إذ كانت التمارين على هذه الأدوات المطورة تتم بنوع من التشويق والتحفيز عند إعادة تكرارها في الوحدات التعليمية مما أدى الى أنقان التلاميذ لها وأدى الى تحسين أدائهم في الأختبارات البعدي.

أن صفة الدقة في الرمي نحصل عليها من خلال (أختبار رمي الرمح) هي الصفة "المهارات التي تتطلب الدقة في الأداء لا تحتاج غالبا الى قوة كبيرة أو حركات عنيفة ولكنها تحتاج الى قدرة كبيرة على التركيز والتوافق العضلي العصبي العالي". (٧:٤٧) وكذلك أهمية هذه الصفة في تنمية (رمي الرمح)، مما حتم على الباحثان من التركيز على بعض الصفات الحركية خلال الوحدات التعليمية باستخدام الأدوات المطورة لكي تضمن التنمية السريعة والمقننة التي ظهرت أثرها واضحا في نتائج الأختبار البعدي.

أن صفة التوافق في الحواجز عند تلاميذ قد تطورت بشكل ملحوظ بسبب أنظام تمريناتهم بشكل مستمر ومقنن من خلال استخدام الأدوات التعليمية المطورة في الوحدات التعليمية التي أتبعنها

الباحثان وطبقته على تلاميذ هذه المجموعة، حيث أن تنمية صفة التوافق " هو قدرة الفرد على التنسيق لحركات مختلفة الشكل والاتجاه بدقة وأنسيابية لأداء حركي واحد" (٩٣:١٢)

الخاتمة:

#### ١- الاستنتاجات:

- من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية:
- ❖ تأثير الوحدات التعليمية بأستخدام الأدوات المطورة لبعض الصفات الحركية.
- ❖ أن الأدوات المطورة كان لها تأثير إيجابي في تنمية الصفات الحركية للتلاميذ
- ❖ ظهرت فروق معنوية بين الأختبار القبلي والبعدي ولصالح الأختبار البعدي وللمجموعتين التجريبية والضابطة.

#### ٢- التوصيات:

- ❖ أستخدام الأدوات المطورة في تنمية بعض الصفات الحركية في ألعاب القوى.
- ❖ ضرورة تعميم مفردات الوحدات التعليمية بأستخدام الأدوات المطورة على جميع منتخبات التربية لألعاب القوى لما حققته من نتائج جيدة تفيد هذه الفئة العمرية.
- ❖ تهيئة الأدوات المطورة في منتخبات التربية وضمن الإمكانيات المتوفرة فيها.

#### المصادر

- ١- محمد حسن علاوي، واسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩).
- ٢- شارلز جوزولي؛ ترجمة جمال سى محمد، عبد المالك الهبيل؛ العاب القوى للأطفال: (المركز التنمى الأقليمي، ٢٠١٢).
- ٣- كورت ماينل؛ التعلم الحركي، (ترجمة) عبد علي نصيف، ط٢: (الأسكندرية، دار المعارف للنشر، ١٩٨٧).
- ٤- حلمي حسين؛ اللياقة البدنية- مكوناتها- العوامل المؤثرة عليها- أختباراتها: (بغداد، دار المتنبي، ١٩٨٥).
- ٥- أبو العلا احمد عبد الفتاح، محمد نصر الدين؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٣).
- ٦- عنايات محمد احمد؛ مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية: (القاهرة، دار العمل العربي للنشر، ١٩٩١).
- ٧- دين سيتزر، ترجمة نجم الدين علي وشاكر نصيف؛ تكوين المفاهيم والتعلم في مرحلة الطفولة المبكرة: (الموصل، مطبعة التعليم العالي، ١٩٩٠).

#### ملحق (١)

#### التمرينات المستخدمة

#### تمرينات الحواجز

- ١- تعلم كيفية اجتياز الحاجز من المشي والأحاساس بأرتفاع الحاجز وكيفية اجتياز الرجل القائدة وكيفية اجتياز رجل التغطية.
- ٢- اجتياز الحاجز من الهرولة بأرتفاع (٥٠سم)، مسافة بين حاجز والآخر ٢متر عدد الحواجز (٤) المسافة من خط البداية للحاجز الأول ٥ متر ومن الحاجز الأخير لخط النهاية ٤ متر المسافة الكلية ١٥ متر.
- ٣- تقليل أرتفاع الحاجز وأجتياز الحاجز من الهرولة (مسافة بين الحواجز ٣ متر عدد الحواجز (٤) مسافة من خط البداية للحاجز الأول ٦ متر، والمسافة من الحاجز الأخير الى خط النهاية ٥ متر المسافة الكلية ٢٠ متر).
- ٤- تمرين الحواجز البدء من الوقوف تقسيم المحطة الى فريقين كل فريق يكون أمامه ثلاث حواجز، يكون أرتفاع الحاجز (٥٠ سم) المسافة من خط البداية الى أول حاجز ٨متر،

والمسافة بين الحواجز ٥ متر، ومن الحاجز الأخير الى خط النهاية ٧ متر المسافة الكلية (٣٠ متر).

### تمريبات الرمح

- ١- تعلم كيفية مسك الرمح بأحكام وبطريقة مريحة (مسكة الأبهام والسبابة) تلف اليد حول الرمح توجه راحة اليد الى الأعلى تكون اليد الماسكة مسترخية.
- ٢- رمي الرمح من الثبات الى الأمام على هدف محدد (حمل الرمح بشكل افقي فوق الكتف تكون مقدمة الرمح عند ارتفاع الراس والأحتفاظ بالذراع ثابتة).
- ٣- رمي الرمح من الحركة بأخذ خطوة وبعدها رمي الرمح الى الأمام الأعلى (بسحب الرمح للخلف والأحتفاظ براحة اليد فوق مستوى الكتف).
- ٤- رمي الرمح من ثلاث خطوات و ثم رمي الرمح الى الأمام وانطلاق الرمح من فوق الراس ومواجهة لمنطقة الرمي.

### ملحق (٢)

#### أنموذج الوحدة التعليمية

عدد التلاميذ: ٥٤

المكان: ملعب سليم العوادي

اليوم: يوم الاربعاء

الزمن: ٦٠ دقيقة

الهدف التعليمي: تنمية التوافق والدقة

الملاحظات	التشكيلات والتنظيم	زمن الراحة	زمن الأداء	الفعالية	الوقت دقيقة	أقسام الوحدة التعليمية
					١٥ دقيقة	١- القسم التحضيري
التأكيد على النظام والتعاون في الوحدة التعليمية	XXXXXXXX X مدرب		٢٢	- تهيئة الأدوات وحضور التلاميذ	٢ د	المقدمة
			٣٣	الهرولة لمسافة ٣٠٠-٤٠٠ متر	٣ د	أحماء عام
التأكيد على الأداء الصحيح	XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX مدرب X		١٠	تمارين تهيئة أجزاء الجسم مع تمارين متنوعة لتنمية الصفات البدنية والحركية ثم اجراء تمرينات سرعة لمسافة ١٥-٢٠ متر	١٠ د	احماء خاص
			٣٥		٣٥ د	٢- القسم الرئيس
التأكيد على تصحيح الأخطاء من قبل المدرب	X مدرب XXXX XXXX XXXX XXXX		٦	يقوم المدرب بشرح فعالية كل محطة من المحطات أمام جميع التلاميذ وعرض الأداء أمام التلاميذ ثم بعد ذلك تقسم التلاميذ الى (٤) فرق على عدد المحطات واعطاء إشارة البدء في التطبيق كل محطة	٦ د	الجزء التعليمي

الملاحظات	التشكيلات والتنظيم	زمن الراحة	زمن الأداء	الفعالية	الوقت دقيقة	أقسام الوحدة التعليمية
مساعدة الفريق المساعد في إدارة المحطات وتصحيح الأخطاء للتلاميذ والأداء بالشكل الصحيح	X مدرّب محطة (١) محطة (٢)	د ٣	د ٥	يقوم التلاميذ بتطبيق على المحطات جميع الفرق في أن واحد. المحطات: ١- المحطة الأولى: تمرين (٢) ٢- المحطة الثانية: تمرين (٤) ٣- المحطة الثالثة: تمرين (١) ٤- المحطة الرابعة: تمرين (٣) لكل محطة (٥) دقائق وفترات الراحة بين محطة وأخرى (٣) دقائق ثم بعد ذلك أنتقل الفريق إلى المحطة التالية.	٢٩ دقيقة	الجزء التطبيقي
التأكيد على السرعة عند أداء اللعبة	X X X X X X <del>X</del> — مدرّب — — — — —	د ٢	د ٨	لعبة ترفيهية تخدم تطوير الصفات البدنية والحركية - عمل فريقين أمام كل فريق (٤) خطوط يقوم التلاميذ بالقفز من فوق الخطوط بسرعة وإلى نهاية والفريق الفائز هو الذي ينتهي أولاً هرولة خفيفة لتهدئة عضلات الجسم	د ١٠ د ٨ د ٢	٣- القسم الختامي