

أثر برنامج تدريب حركي مقترح في تنمية بعض القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة
بعمر (٤ - ٥) سنوات

أ.د. محمد خضر اسمر الحياي
م.د. عقيل يحيى هاشم الاعرجي

١. التعريف بالبحث

١ - ١ المقدمة وأهمية البحث

يتفق علماء النفس والتربية على إن مرحلة الطفولة من أهم مراحل النمو في حياة الإنسان، كما يتفقون على أن أهمية النظرة المتكاملة لتربية الطفل، بحيث يجب إن تشمل جميع جوانب نموه، لذا اتجه العلماء والباحثون إلى دراسة العلاقة بين الجوانب المختلفة لنمو الطفل بهدف التعرف على مدى التفاعل المتبادل بين هذه الجوانب وتأثيرها في شخصية الطفل وسلوكه، وتعتبر القدرات الحركية من الجوانب المهمة لنمو الطفل نظراً لتأثيرها على جوانب نموه الأخرى بوجه عام وعلاقتها بقدرته على التعلم بوجه خاص سواءً في المجالات الحركية أو المعرفية.

"وتستند البرامج التربوية الحديثة لرياض الأطفال في تخطيطها وتنفيذها على مجموعة من الأسس الفلسفية والنفسية والاجتماعية التي تنادي بأهمية السنوات الأولى من حياة الطفل في تشكيل شخصيته في المستقبل، وعليه فإن من الأهداف العامة والأساسية لهذه البرامج مساعدة الطفل على النمو المتكامل من جميع الجوانب الجسمية والمعرفية والاجتماعية والانفعالية" (١٧ : ١٢٢)

وتهتم التربية الحركية بنمو الطفل وتطوره لكي يستطيع التكيف الأمثل مع نفسه ومع بيئته ومجتمعه، وفي هذا المجال تحتل مفاهيم اللياقة البدنية والحركية مكاناً بارزاً في أهداف التربية الحركية كأحد إبعاد التكيف البيولوجي والنفسى للطفل، "إذ تتميز مرحلة رياض الأطفال بالنمو السريع في الجوانب النمائية جميعها، ومنها الجانب الحركي الذي يتأثر بنضج الجهازين العصبي والعضلي، حيث تنمو عضلات الطفل الكبيرة والصغيرة باضطراد مع التقدم بالعمر، وحسب قوانين النمو تنتقل حركات العضلات الكبيرة غير المنتظمة إلى إن تكون أكثر دقة وتنظيماً، فبدل إن تكون حركات اليدين والقدمين عشوائية تصبح أكثر دقة وتحكما في الإمساك ويتقن الطفل بعدها عملية المشي وينتهي بالقدرة على الركض" (١٦ : ٨٥)

وقد أشارت الدراسات في الجانب الحركي إلى إن التدريب على القدرات الحركية يسرع نمو الإدراك الحركي عند الأطفال في عمر الروضة ، ويكتسب الطفل من خلال هذا التدريب مفاهيم للأشياء التي يتعامل بها عن طريق الممارسة والتجريب، لذا فإن البيئة في الروضة دوراً مهماً في تنمية وتسريع هذه القدرات الحركية لدى الأطفال عند وصولها إلى مستوى كاف من النضج، وإن الاهتمام يجب أن لا يكون منصباً

على الجانب المعرفي وإنما يجب أن يتعداه إلى الجانب الجسمي والحركي، من هنا تكمن أهمية البحث والحاجة إليه في محاولة تجريب اثر برنامج تدريب حركي مقترح في تنمية بعض القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة بعمر (٤ - ٥) سنوات.

١ - ٢ مشكلة البحث

إن سلامة التخطيط للعملية التربوية تتطلب الدراسة الدقيقة لجميع جوانب نمو الطفل، إذ إن عمليات النمو المختلفة هي عمليات على درجة عالية من التعقيد، وتتضمن العديد من المتغيرات المترابطة فيما بينها ترابطاً وظيفياً، فبالإضافة إلى اهتمام رياض الأطفال بالجوانب المعرفية والإدراكية واللغوية للطفل ، فإنها يجب إن تهتم أيضاً بالجوانب الجسمية والحركية للطفل وان تساعد في تسريع نمو هذه الجوانب وتدريبها ، ويلاحظ عدم وجود برنامج تدريب حركي مقنن يعمل على تطوير بعض القدرات الحركية لدى أطفال الرياض بعمر (٤ - ٥) سنوات، باعتبار هذه المرحلة العمرية من المراحل الهامة لانطلاق الطفل بدنياً وحركياً وعقلياً ونفسياً.

١ - ٣ هدف البحث

١. الكشف عن أثر برنامج تدريب حركي مقترح في تنمية بعض القدرات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة بعمر (٤ - ٥) سنوات .

١ - ٤ فرضية البحث

١. يؤثر برنامج التدريب الحركي المقترح تأثيراً ايجابياً في تنمية بعض القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة بعمر (٤ - ٥) سنوات .

١ - ٥ مجالات البحث

١. المجال البشري: عينة من أطفال روضة الرياحين بعمر (٤ - ٥) سنوات.

٢. المجال الزمني: الفترة من ٢٢/٢/٢٠٠٧ ولغاية ٧/٤/٢٠٠٧.

٣. المجال المكاني: القاعة الداخلية في روضة الرياحين / محافظة نينوى.

١ - ٦ تحديد المصطلحات

١. القدرات الحركية: وهي صفات مكتسبة يتم تعلمها من المحيط ، وتأتي عن طريق التدريب والممارسة وتتطور وتشمل (الرشاقة والمرونة والتوازن والمهارة) (١١٧ : ١١).

٢. التربية الحركية: هي نظام مبني بشكل أساسي على الإمكانيات النفس حركية الطبيعية المتاحة للطفل (١٢٥ : ١٤).

٣. إجراءات البحث

٣ - ١ منهج البحث

استخدام المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث

٣ - ٢ عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من بين أطفال روضة الرياحين في محافظة نينوى للعام الدراسي ٢٠٠٦ - ٢٠٠٧ والبالغ عددهم (٥٠) طفلاً وطفلة ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين ، أحدهما تجريبية قوامها (٢٠) طفلاً وطفلة ، والأخرى ضابطة قوامها (٢٠) طفلاً وطفلة أيضاً ، بعد إن استبعد الباحثان عينة التجربة الاستطلاعية وتقنين الاختبارات والبالغ عددها (١٠) أطفال .

٣ - ٣ تكافؤ مجموعتي البحث

تمت عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات الآتية:

١. العمر الزمني مقاساً بالسنة .
٢. الطول مقاساً بالسنتيمتر .
٣. الوزن مقاساً بالكيلو غرام .
٤. القدرات الحركية .

الجدول (١)

يوضح دلالة الفروق بين مجموعتي البحث في متغيرات العمر الزمني والطول والوزن

والقدرات الحركية

قيمة " ت " المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المعالم الإحصائية المتغيرات
	ع±	س-	ع±	س-	
٠,٤٤٢	٠,٤٨	٤,٦٤	٠,٤٩	٤,٦٠	العمر الزمني / سنة
٠,١٠٢	٨,٢٥	١٠٦,١٧	٨,٦٧	١٠٦,٤٢	الطول / سم
٠,٢٥٦	٢,٦٤	١٦,٨٥	٢,٣٨	١٦,٦٢	الوزن / كغم
٠,٤٦١	١,٨٢	١٠,١٦	١,٧٢	١٠,٢٥	الركض (٣٠) قدم / ثا
٠,٥٨٦	٢١,٣٦	٦٦,٦٢	٢٦,١٤	٦٧,١٥	الوثب الطويل من الثبات / سم
٠,٠٢٨	١,٩٠	٥,٢٦	١,٨٧	٥,٣٦	التوازن / ثا
٠,٧٨٢	١,١٨	٥,٨٧	٢,١٧	٦,٥٦	اللقف / درجة
٠,١٩٠	٠,٩٣	٤,٧٥	١,١٢	٤,٨٢	رمي كرة تنس / متر

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq ٠,٠٥$ وإمام درجة حرية (٣٨) قيمة " ت " الجدولية = ٢,٠٣

يتضح من الجدول (١) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث في متغيرات العمر الزمني والطول والوزن وبعض القدرات الحركية قيد البحث مما يدل على تجانس وتكافؤ المجموعتين بتلك المتغيرات.

٣ - ٤ التصميم التجريبي

استخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم " تصميم المجموعة العشوائية الاختيار القبلي والبعدي " (٤ : ١١٢)، والتصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم ((تصميم المجموعات المتكافئة ذات الملاحظة البعدية)) (١٣ : ١٥٠) ويمكن تمثيل هذا التصميم في الشكل الآتي:

- المجموعة التجريبية - الاختبار القبلي + المتغير المستقبل + الاختبار البعدي
- المجموعة الضابطة - الاختبار القبلي + ----- + الاختبار البعدي

الشكل (١)

" التصميم التجريبي للاختبارين القبلي والبعدي "

٣ - ٥ أداة البحث

- اختبارات قياس القدرات الحركية :

اعتمد الباحثان على اختبارات القدرات الحركية المستخدمة من قبل (سامية ربيع وعزيزة عبد الغني) (١٩٨٩) على البيئة المصرية لقياس بعض المهارات الطبيعية للأداء الحركي المتناسب مع مرحلة ما قبل المدرسة بعمر (٤ - ٥) سنوات، ويتألف المقياس من الاختبارات الحركية الآتية:

١. سرعة الركض لمسافة (٣٠) قدم/ثانية.
٢. الوثب الطويل من الثبات/سم.
٣. التوازن: الوقوف على قدم واحدة (٧) محاولات، ويأخذ متوسط أفضل (٥) محاولات/ القياس اكبر زمن / ثانية .
٤. اللقف : قدرة الطفل على مسك كرة يد صغيرة مرسله له بباطن اليد في الهواء ، ويأخذ متوسط (١٠) محاولات/ الدرجة من (صفر) إلى (٣) درجات .
٥. رمي كرة تنس لأبعد مسافة / متر (٤٩:٢) .

٣ - ٦ المعاملات العلمية لاختبارات القدرات الحركية

١. الصدق

استخدام الباحثان أسلوب صدق المضمون (صدق المحتوى) وذلك بعرض اختبارات الأداء الحركي على مجموعة من المختصين* في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس، وكانت هناك نسبة اتفاق على صدق الاختبارات بمكوناتها المختلفة تتراوح بين (٠,٨٤ - ٠,٨٦).

* أ.د. عامر محمد سعودي - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل.

أ.د. جاسم محمد نايف - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل.

أ.م.د. ناظم شاكر الوتار - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل.

أ.م.د. وليد وعد الله علي - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل.

استخدم الباحثان طريقة تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار على (١٠) أطفال من غير عينة البحث الأساسية، وبفاصل زمني مدته أسبوع واحد ، تم استخراج معاملات الارتباط بين نتائج كل من التطبيق الأول والثاني، إذ تراوحت ما بين (٠,٨٣٥ - ٠,٩١٢) مما يشير الى كونها تمثل معاملات ثبات واستقرار عاليين .

٣ - ٧ برنامج التدريب الحركي المقترح

من خلال الدراسات والبحوث النظرية للمراجع العلمية المرتبطة بمجالات النمو الحركي للأطفال (٨,٧,١)، وبالرجوع إلى المختصين** في مجال التعلم الحركي وطرائق التدريس، تم وضع برنامج تدريب حركي مقترح لتنمية وتطوير بعض القدرات الحركية ينسجم والخصائص العمرية وميول وقدرات أطفال الرياض، الملحق (١) ، لاستطلاع آرائهم في الأسس الخاصة بالبرنامج المقترح من حيث (صدق البرنامج فيما وضع من اجله، مدى مناسيته لهذه الفئة العمرية ، مدة البرنامج الكلية، عدد مرات الممارسة أسبوعياً ، زمن الوحدة التعليمية الواحدة) ، وفي ضوء نتائج الاستطلاع صمم البرنامج المقترح، إذ تضمن الإحماء، والنشاط التعليمي والتطبيقي واخيراً النشاط الختامي، بحيث تكون مدته (٤) أسابيع، بواقع (٤) وحدات اسبوعياً، وزمن الوحدة التعليمية الواحدة (٢٠) دقيقة، وذلك للفترة من ٢٠٠٧/٣/١ ولغاية ٢٠٠٧/٣/٢٨، إذ قامت معلمة الرياضة في الروضة بتدريس كلا من البرنامج المقترح للمجموعة التجريبية والبرنامج المتبع حالياً في الروضة للمجموعة الضابطة وبمساعدة الباحثان خلال زيارتهما الميدانية للروضة .

٣ - ٨ التجربة الاستطلاعية للبرنامج المقترح

قام الباحثان بأجراء تجربة استطلاعية للبرنامج المقترح بتاريخ ٢٦/٢/٢٠٠٧ على عينة مؤلفة من (١٠) أطفال من غير أفراد العينة الأساسية ، وذلك للوقوف على مدى مناسبة محتوى البرنامج المقترح ومدى ملائمة مكان تطبيق البرنامج والوقت اللازم للتنفيذ، وكان من نتائج التجربة هو تعرف الوقت اللازم للتنفيذ وكيفية تطبيق مفردات البرنامج المقترح.

٣ - ٩ تجربة البحث الرئيسية

١. تم تنفيذ الاختبار القبلي للقدرات الحركية قيد البحث على المجموعتين التجريبية والضابطة على مدى يومين (٢٤ - ٢٥ / ٢ / ٢٠٠٧) .

٢. تم تنفيذ وحدات البرنامج المقترح لفترة (٤) أسابيع ، بواقع (٤) وحدات أسبوعياً، والزمن (٢٠) دقيقة لكل وحدة تعليمية .

٣. قامت المجموعة التجريبية بتطبيق برنامج التدريب الحركي المقترح للقدرات الحركية .

أ.م.د. خالد عبد المجيد الخطيب - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل.

** نفس المختصين الوارد ذكرهم في صدق اختبارات القدرات الحركية.

٤. قامت المجموعة الضابطة بتطبيق البرنامج المتبع في الروضة (وحدة الخبرة المتكاملة) (٩ : ١٠).

٥. تم أخذ الاختيار البعدي للقدرات الحركية للمجموعتين التجريبية والضابطة، وذلك بعد الانتهاء من تطبيق برنامج التدريب الحركي المقترح، على مدى يومين (٢٨ - ٢٩/٣/٢٠٠٧)، وتحت شروط الاختبار القبلي نفسها في متغيرات الأداء الحركي قيد البحث.

٣ - ١٠ المعالجات الإحصائية

١. الوسط الحسابي.
٢. الانحراف المعياري .
٣. معامل الارتباط البسيط .
٤. اختبار " ت " لمتوسطين مرتبطين ولعينتين متساويتين .
٥. اختبار " ت " لمتوسطين غير مرتبطين ولعينتين متساويتين . (١٢ : ١٠١ - ٢٧٩) .

٤. عرض ومناقشة النتائج

٤ - ١ عرض النتائج

الجدول (٢)

يوضح دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية

قيمة " ت " المحسوبة	الاختبار أبعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
	ع±	س -	ع±	س -	
* ٤,٢٢٠	١,٢٣	٨,٦٧	١.٧٢	١٠.٢٥	الركض (٣٠) قدم / ثا
* ٥,٥٧٦	٢٦,٢٤	١١٦,٦٧	٢٦.١٤	٦٧.١٥	الوثب الطويل من الثبات / سم
* ٦,٨١٠	١,٩٢	١٠,٣٦	١.٨٧	٥.٣٦	التوازن / ثا
* ٥,٧٦٠	٢,٦٤	١١,٣٠	٢.١٧	٦.٥٦	اللقف / درجة
* ٦,٤١٥	١,٣٢	٦,٦٥	١.١٢	٤.٨٢	رمي كرة تنس / متر

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq 0,05$ وإمام درجة حرية (١٩) قيمة " ت " الجدولية = ٢,٠٩

يتضح من الجدول (٢) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار أبعدي في جميع القدرات الحركية قيد البحث ، لكون قيمة " ت " المحسوبة اكبر من قيمة " ت " الجدولية عند نسبة خطأ $> 0,05$ وأمام درجة حرية (١٩) وباللغة ٢,٠٩ .

الجدول (٣)

يوضح دلالة الفروق بين الاختيارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرات الحركية

قيمة " ت " المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية الاختبارات
	ع ±	س -	ع ±	س -	
١,٢٠٧	١,٧٥	١٠,٠٨	١,٨٢	١٠,١٦	الركض (٣٠) قدم / ثا
٠,٨١٣	٢٠,٠٨	٦٨,٢٢	٢١,٣٦	٦٦,٦٢	الوثب الطويل من الثبات / سم
١,٢٩١	١,٩٦	١٥,٤٧	١,٩٠	٥,٢٦	التوازن / ثا
٠,٩٣٨	١,٨٥	٦,٦٨	١,١٨	٥,٨٧	اللقف / درجة
١,١٧٨	١,٢٠	٥,١٥	٠,٩٣	٤,٧٥	رمي كرة تنس / متر

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq ٠,٠٥$ وإمام درجة حرية (١٩) قيمة " ت " الجدولية = ٢,٠٩

يتضح من الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة

الضابطة في جميع القدرات الحركية قيد البحث ، لكون قيمة " ت " المحسوبة اصغر من قيمة " ت " الجدولية عند نسبة خطأ $> ٠,٠٥$ وإمام درجة حرية (١٩) والبالغة ٢,٠٩ .

الجدول (٤)

يوضح دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في القدرات الحركية

قيمة " ت " المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المعالم الإحصائية الاختبارات
	ع ±	س -	ع ±	س -	
*٣,٩١٢	١,٧٥	١٠,٠٨	١,٢٣	٨,٦٧	الركض (٣٠) قدم / ثا
*٥,٦١٨	٢٠,٠٨	٦٨,٢٢	٢٦,٢٤	١١٦,٦٧	الوثب الطويل من الثبات / سم
*٦,٦٥٤	١,٩٦	٥,٤٧	١,٩٢	١٠,٣٦	التوازن / ثا
*٤,٨٧٥	١,٨٥	٦,٦٨	٢,٦٤	١١,٣٠	اللقف / درجة
*٦,٦٣٢	١,٢٢	٥,١٥	١,٣٢	٦,٦٥	رمي كرة تنس / متر

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq ٠,٠٥$ وإمام درجة حرية (٣٨) قيمة " ت " الجدولية = ٢,٠٣

يتضح من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في

الاختبارات البعدية ولمصلحة المجموعة التجريبية في جميع القدرات الحركية قيد البحث، لكون قيمة " ت " المحسوبة اكبر من قيمة " ت " الجدولية عند نسبة خطأ $\geq ٠,٠٥$ وإمام درجة حرية (٣٨) والبالغة

. (٢,٠٣)

بعد تفرغ البيانات التي حصل عليها الباحثان وللتحقق من صحة فرضيتنا البحث، رصدت نتائج أداء المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لأداء الأطفال في القدرات الحركية قيد البحث وحسب التصميم التجريبي للبحث ، ثم حلت البيانات احصائياً باستخدام اختبار " ت " للعينات المرتبطة وغير المرتبطة ، إذ يتضح من عرض نتائج الجداول المرقمة (٥،٤،٣) وجود فروق ذات دالة معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية في جميع القدرات الحركية، وقد يعزو الباحثان ذلك إلى التأثير الإيجابي لبرنامج التدريب الحركي المقترح وتفوقه على البرنامج المتبع في الروضة ، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من (سامية ربيع وعزيزة عبد الغني، ١٩٨٩)^٢ و(منى احمد الأزهرى، ١٩٩٣)^١ إذ تشير هذه الدراسات إلى أهمية البرامج الرياضية في التأثير الإيجابي على مكونات الأداء الحركي، وقد يرجع ذلك إلى أهمية اللعب والحركة في تلك المرحلة التي تمتاز في القدرة على التعلم لأول وهلة مع سرعة الاستيعاب وتنمية المهارات الحركية والصفات البدنية وهذا ما يتطلبه برنامج التدريب الحركي، حيث يكون الأداء وفقاً للفروق الفردية والقدرات الخاصة وينعكس ذلك على الشعور بالرضا والمتعة في ممارسة النشاط الحركي " (٥ : ١٣٤).

وفي هذا الصدد يشير (Cratty,1968) " من إن الأنشطة الرياضية التي تتطلب التوافق والرشاقة والتوازن والحركات الانتقالية والمشي والركض والوثب والزحف تساهم في زيادة وعي الإدراك الحس - حركي " (١٥ : ٤٢).

ويمكن أيضاً تفسير التأثير الإيجابي الدال لمصلحة المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي إلى فاعلية برنامج التدريب الحركي المقترح في التأثير على مكونات الأداء الحركي، إذ تشمل البرنامج على تنمية الحركات الأساسية والمهارات الحركية وحركات براعة الاتزان والبراعة الفردية وحركات الرشاقة والحركات الانتقالية ، وانتقال اثر ذلك إلى التحسن في السرعة وفي مهارة الوثب والقدرة العضلية للرجلين والتوازن وانعكاس ذلك على القدرة التوافقية لدى أطفال المجموعة التجريبية ، " إذ إن التربية الحركية تعمل على تنمية الطلاقة الحركية واكتشاف طرائق متعددة للأداء الحركي مع اكتساب كمية كبيرة من المهارات الحركية " (١٠ : ١٨٩).

إما بالنسبة للتحسن النسبي الذي اكتسبه أطفال المجموعة الضابطة في القدرات الحركية، فإنه قد يعزى إلى إن لألعاب الحركية الممارسة في برنامج وحدة الخبرة المتكاملة والمتمثلة بالألعاب الخارج من (وحدة بلدي كانت اقل تنظيمياً في محتواها وغير موجهه نحو هدف محدد ، فضلاً عن إن أسلوب تنفيذ الواجب الحركي الخاص بالألعاب الحركية في برنامج وحدة الخبرة المتكاملة قد اعتمد على الأسلوب الامري في التنفيذ، لذا لم يحدث النمو والتطور في تلك القدرات الحركية قيد البحث.

٥ . الاستنتاجات والتوصيات٥ - ١ الاستنتاجات

١. اثر برنامج التدريب الحركي المقترح تأثيراً ايجابياً (معنوياً) على متغيرات القدرات الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة بعمر (٤ - ٥) سنوات .
٢. تفوق أطفال المجموعة التجريبية في الاختبار ألبعدي على أطفال المجموعة الضابطة في تنمية القدرات الحركية قيد البحث .
٣. حقق برنامج وحدة الخبرة المتكاملة تفوقاً نسبياً في تنمية بعض القدرات الحركية في الاختبار ألبعدي لأطفال المجموعة الضابطة .

٥ - ٢ التوصيات

١. العمل على تعميم تطبيق البرنامج المقترح للتدريب الحركي على أطفال الرياض لما له من تأثير ايجابي على تنمية القدرات الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة .
٢. العمل على تصميم العديد من برامج التدريب الحركي لمرحلة ما قبل المدرسة وعلى نواحي بدنية ومهارية ومعرفية أخرى .
٣. إجراء المزيد من الدراسات والبحوث التطبيقية لفئات عمرية مختلفة ومتغيرات مختلفة عن متغيرات البحث الحالي .
٤. مقارنة نتائج البحث مع دراسة لاحقة تعتمد على اختبارات خاصة بالقدرات الحركية والمهارية من خلال وصف الاداء

المصادر العربية والأجنبية

١. أمين أنور الخولي وأسامة كامل راتب (١٩٩٨): التربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٢. سامية ربيع وعزيزة عبد الغني علي (١٩٨٩): تأثير برنامج مقترح بالأدوات الصغيرة على تنمية القدرات الإدراكية (الحس - حركية) وبعض المهارات الطبيعية لأطفال ما قبل المدرسة ، بحث منشور في المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد الأول، جامعة حلوان، القاهرة.
٣. سعدي محمد بهادر (١٩٨٧): برامج تربية أطفال ما قبل المدرسة بين النظرية والتطبيق، الصدر لخدمات الطباعة، بيروت.
٤. عبد الجليل الزوبعي ومحمد احمد الغنام (١٩٨١): مناهج البحث في التربية، ط١، مطبعة التعليم العالي، جامعة بغداد.
٥. محمد حسن علاوي (١٩٩١): علم النفس الرياضي، ط٦، دار المعارف، القاهرة.

٦. منى احمد الأزهرى (١٩٩٣): تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على بعض الادراكات الحس - حركية وبعض عناصر اللياقة البدنية لأطفال ما قبل المدرسة ، بحث منشور في المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، المجلد الأول، جامعة حلوان، القاهرة.
٧. نادية حسن هاشم (١٩٩١): تأثير برنامج مقترح للطلاقة الحركية على النمو الحركي والإدراك الحس - حركي لأطفال ما قبل المدرسة، بحث منشور في المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد (١١) جامعة حلوان، القاهرة.
٨. نبيلة السيد منصور (١٩٧٩): اثر النشاط الرياضي الموجه على النمو الحركي والتكيف الاجتماعي لمرحلة ما قبل المدرسة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، القاهرة.
٩. نجم الدين علي مردان وآخرون (١٩٩٣): منهج وحدة الخبرة المتكاملة لرياض الأطفال، كتاب منهجي، مديرية مطبعة وزارة التربية، بغداد.
١٠. هديات محمد وصفية احمد (١٩٨٦): تأثير برنامج تدريبي مقترح في مواد التمرينات والجمباز والتعبير الحركي، المؤتمر الرياضي الأول، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
١١. وجيه محجوب جاسم (١٩٨٥) : علم الحركة (التعلم الحركي)، ج ١، مطابع التعليم العالي، جامعة الموصل.
١٢. وديع ياسين خليل وحسن محمد عبد (١٩٩٩): التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
١٣. Best , John .(1970) : Research in Education , second edition , Englewood Cliffs , prentic-Hall , New Jersey .
١٤. Bucher , Charles (1979) : Physical Education for children movement & Experience , Macmillan Company ,New York .
١٥. Cratty , Bryant (1968) : Psychology Physical Activity , Englewood Cliffs , prentic-Hall , Philadelphia .
١٦. Hussen , P. & Cagan , J. (1980) : Essentials of child development & Personality , Harper & Row publishers .
١٧. Leeper , S .& skipper , D (1979): Good Schools for young children, 4th edition, Macmillan publishing Company .

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الملحق (١)

((استبيان آراء المتخصصين في برنامج التدريب الحركي المقترح))

الأستاذ الفاضل المحترم

في النية إجراء البحث الموسوم " اثر برنامج تدريب حركي مقترح في تنمية بعض القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة بعمر (٤ - ٥) سنوات " ولكونهم من ذوي الخبرة والدارية في هذا المجال، يرجى بيان رأيكم في مدى صلاحية البرنامج المقترح للقدرات الحركية من خلال النموذج المرفق والمعد لهذا البحث من حيث النقاط الآتية:

١. تدوين ملاحظاتكم حول صحة الاتجاهات والمحاور العامة للبرنامج المقترح .
٢. مدى صحة زمن التدريس وحسب الأقسام (تحضير، رئيس، ختامي).
٣. تعديل الفقرات التي تحتاج إلى إضافة أو صياغة أو تعديل.
٤. أية ملاحظات علمية أخرى .

شاكرين تعاونكم مع التقدير

الباحثان

(نماذج لوحدات تعليمية من البرنامج المقترح))

(الوحدة التعليمية الأولى)

الوقت: (٢٠) دقيقة

العمر: (٤ - ٥) سنوات

الروضة : الرياضيين

الهدف التعليمي: تنمية وتطوير بعض القدرات الحركية التاريخ :

النشاط	الوقت	الصفة أو المهارة الحركية
الإحماء	٤ د	هرولة خفيفة مع حركات إيقاعية
التعليمي والتطبيقي (المشي)	١٥ د	١. المشى العادي ٢٠م ٢. المشى على الأمشاط ١٠م × ٣ مرات ٣. المشى على الكعبين ٥م × ٣ مرات ٤. المشى بعكس الإشارة ٥. المشى مع تغيير الاتجاه ٦. المشى على الأربع
الختام	١ د	حركات تهدئة

(الوحدة التعليمية الثانية)

النشاط	الوقت	الصفة أو المهارة الحركية
الإحماء	٤ د	هرولة خفيفة مع حركات إيقاعية
التعليمي والتطبيقي (الركض)	١٥ د	١. المشى العادي ٢٠م × ٢٠ مرة ٢. المشى على المشطين ٢٥م × ٢ مرة ٣. المشى على الكعبين ٥م × ٣ مرات ٤. المشى بعكس الإشارة ٥. المشى مع تغيير الاتجاه
الختام	١ د	حركات تهدئة

(الوحدة التعليمية الثالثة)

النشاط	الوقت	الصفة أو المهارة الحركية
الإحماء	٤ د	هرولة خفيفة مع حركات إيقاعية
التعليمي والتطبيقي (الوثب)	١٥ د	١. المشى العادي ٢٠م × ٢٠ مرة ٢. المشى على قدم واحدة للأعلى بالتبادل (٥) مرات ٣. المشى على الجانبين (يمين ويسار) ٤. الوثب فوق حاجز ٥. العاب صغيرة
الختام	١ د	حركات تهدئة

(الوحدة التعليمية الرابعة)

النشاط	الوقت	الصفة أو المهارة الحركية
الإحماء	٤ د	هرولة خفيفة مع حركات إيقاعية
التعليمي والتطبيقي (الرمي واللقف)	١٥ د	١. التهديد بكرات صغيرة على كرات كبيرة (٥) مرات ٢. العاب التصويب (الرمي) ، وضع إشارة كبيرة (مربع) ثم التهديد عليه بكرات صغيرة (٥) مرات . ٣. رمي الكرة على بعد ٢٠م ، والطلب من الأطفال إحضارها على شكل منافسة . ٤. لقف كرة اليد المرسله من مسافة (٥)م بباطن اليد في الهواء (٥) مرات .
الختام	١ د	حركات تهدئة

الباحثان