

تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7- 8) سنوات م.م أسعد حسين عبد الرزاق

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته:-

تعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان من الميلاد حتى البلوغ فهي بمثابة الركيزة الأساسية للبناء السليم والمتكامل للطفل وعلى كافة المستويات المهارية والبدنية والمعرفية والنفسية والوجدانية، كما أنها تؤثر على سلوكه وشخصيته بكل إبعادها ، إلا أن الاهتمام بتنمية القدرات البدنية والحركية لدى الأطفال أصبحت من الأمور التي يهتم بها العلم الحديث من خلال العلاقة الوثيقة بينها وبين تطور الإنسان ، لذلك فأن هذا الاهتمام يتطلب إعدادا متكاملًا من مرحلة الطفولة المبكرة حتى الوصول إلى أعلى المستويات وفي جميع النواحي العقلية والنفسية والمهارية والوجدانية والبدنية.

كما تعد الأفكار والنظريات التربوية التي جاء بها (رودولف لابان) و(أفلاطون) و(باجيه) خير دليل على أهمية القدرات البدنية والحركية وعلاقتها بالأداء الحركي للإنسان ودورها في تنمية المستوى الحركي والوجداني والمعرفي للطفل .

وأن التربية الرياضية والحركية نوع من أنواع التربية العامة والتي تسعى إلى تحقيق النمو المتكامل والمتزن (اجتماعيا،وعقليا،ونفسيا،وبدنيا) وذلك من خلال النشاط الحركي عن طريق استخدام أسلوب الألعاب الصغيرة وهو احد أساليب التربية الحركية وتستخدم لتعليم الأنشطة الحركية من سن السادسة فما فوق وهي العاب تتميز بالسهولة في أدائها ويصاحبها الفرح والسرور والتنافس الشريف بين الأطفال .

وبما أن مرحلة الطفولة من المراحل المهمة في حياة الإنسان لما لها من أثر واضح في حياته المستقبلية ، وكان لابد من الاهتمام بالمنهج التعليمية التي تساهم إسهاما فاعلا في تحقيق النمو المتكامل للطفل بشكل عام من خلال النشاط الحركي الذي تتطور فيه القدرات البدنية والحركية بشكل خاص ، وعليه يتطلب من المتخصصين والباحثين الاهتمام بالأطفال والعمل على إعداد مناهج تعليمية تساعد على إكسابهم تلك القدرات.

وبذلك تكمن أهمية البحث في استعمال الألعاب الصغيرة من اجل تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات حيث يتمكن الطفل من أداء الحركات وفق إمكاناته وقدراته من خلال حرية الحركة وبعيدا عن الأمر في الأداء الحركي ، مما يساهم مستقبلا في زيادة تطوير تلك القدرات.

2-1 مشكلة البحث:-

تماشياً مع التطورات والتوجيهات الجديدة في مرحلة رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية كمرحلة حرجة في عمر الناشئة ، كان لابد من الاهتمام بالنشاط الحركي والذي هو جزء لا يتجزأ من المنهج العام لرياض الأطفال والمرحلة الابتدائية ، وأن تنمية القدرات البدنية والحركية لدى الأطفال أمر مهم في تطوير حياتهم المستقبلية .

ومن خلال خبرة الباحث واطلاعه على عدد من الدراسات والبحوث الخاصة بالعملية التعليمية في هذه المرحلة وجد هنالك مشكلة تكمن في ضعف أداء الأطفال للقدرات البدنية والحركية الأمر الذي دفع الباحث إلى إيجاد حلا لهذه المشكلة من خلال اعتماده على الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية و الحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات.

1-3 أهداف البحث:-

- 1- إعداد ألعاب صغيرة لتطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات.
- 2- التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات.

1-4 فروض البحث:-

- 1- هنالك فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة للمجموعة التجريبية في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات.
- 2- هنالك فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعديّة لتطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات.

1-5 مجالات البحث:-

- 1-5-1 المجال البشري:- تلاميذ مدرسة المضرية الابتدائية للبنين، الصف الثاني بعمر (7-8) سنوات في مركز محافظة بابل.
- 1-5-2 المجال الزمني:- المدة من (2009/2/23) ولغاية (2009/5/4).
- 1-5-3 المجال المكاني:- الساحة الخارجية لمدرسة المضرية الابتدائية للبنين.

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

2-1 الدراسات النظرية:-

2-1-1 الألعاب الصغيرة :-

تعد الألعاب الصغيرة من الأساليب التي يمكن استخدامها في تعليم الأنشطة الحركية وهي من الأساليب المسلية والمفيدة بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا ويمكن للأب أو الأم أو المعلمة أن تجمع شمل أسرتها حول لعبة مسلية نافعة وتلقى قبولا من الكبار والصغار في وقت واحد وتستخدم الألعاب الصغيرة لتعليم الأنشطة الحركية من سنه فما فوق.(1)

وللمحافظة على سلامة الطفل لابد من توفير الألعاب المختلفة المناسبة لنموه واللعب يكسبه مهارات فكرية ومنطقية وإدراكية مختلفة بالإضافة إلى متعة الحركة وحررتها والتعامل المتنوع مع الأطفال، ويقوي اللعب من مجموعات روح الفريق ويغرس الشعور بالانتماء إليهم مما يحسن العلاقة بين الأفراد ويقوي أواصر الصداقة. (2)

وتعرف الألعاب الصغيرة بأنها "العاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة في أدائها يصاحبها البهجة والسرور وتحمل بين طياتها تنافس شريف في نفس الوقت لا تحتوي على مهارات حركية مركبة والقوانين التي تحكمها تتميز بالمرنة والبساطة". (3)

أنواع الألعاب الصغيرة :-

هنالك وجهات نظر متعددة تحاول تقسيم (الألعاب الصغيرة) إلى مجموعات متجانسة بالرغم من تعدد أنواعها ومجالاتها مما لا يدخل تحت حصر أو تحديد. وعموما لا يوجد لدينا -الآن- تقسيم مثالي لأنواع متعددة للألعاب الصغيرة ولكننا نحذب وجهة نظر (ديبلر) رئيس قسم الألعاب بمعهد (ليبيج) بألمانيا الشرقية في تقسيمه للألعاب الصغيرة إلى عدة مجموعات متجانسة تختلف عن غيرها بالنسبة لتأثيرها التربوي والتعليمي وبالنسبة لطبيعة نشاطها إلى ما يلي:- (4)

1- العاب الغناء :- وتحتوي على الألعاب التمثيلية والالعاب الرقص بمصاحبة الغناء.

2- العاب الجري :- وتشتمل على العاب السباقات والتتابعات، والالعاب المسك واللمس والمطاردة، والالعاب البحث عن المكان.

3- العاب الكرات :- وتحتوي على مختلف العاب الكرات تسعى لتعليم الرمي واللقف ودقة التصويب، أو تجنب وتقادي الإصابة، والالعاب الكرات لإصابة المرمى أو للوصول بالكرة إلى علامة معينة.

(1) عبد الحميد شرف: التربية الرياضية والحركة للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق. ط2، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2005، ص147.

(2) www.childhood.gov.sa/vb/archive/imdex

(3) عبد الحميد شرف. المصدر السابق نفسه، ص147.

(4) www.diwami.alazraq.com

4- ألعاب القوى والرشاقة:- وتشتمل على ألعاب المنازلات والشد والدفع والجذب والمفاداة وألعاب التوازن.

5- ألعاب تدريب الحواس:- وتتكون من الألعاب التي تهدف لتدريب ودقة الملاحظة وسرعة الاستجابة(رد الفعل)والانتباه والى ما ذلك.

6- الألعاب الصغيرة في الماء:- وهي تلك الألعاب التي تمارس في المياه والألعاب الصغيرة باستخدام القوارب أو معينات السباحة.

7- ألعاب الشتاء:- وهي الألعاب التي تمارس على الجليد أو ألعاب التزلج.

8- ألعاب الخلاء:- وتتمثل في ألعاب تعقب الأثر والبحث عن الكنز وألعاب الهجوم والدفاع والانقضاض.

2-2-2 القدرات الحركية والبدنية :-

تعد القدرات الحركية والبدنية من المواضيع المهمة في المجال الرياضي حيث كانت ومازالت لحد الآن محور نقاش وجدل حول تحديد مكوناتها وكيفية التمييز بينها، فلو أمعنا النظر في القدرات الحركية والبدنية لوجدنا أن بعضها مرتبط بالحالة الفسلجية والبدنية بشكل كبير والبعض الآخر يعتمد على الجهاز العصبي المركزي والمحيطي من أجل التحكم بالحركة.

وعلى هذا الأساس وضع العالم (كالاهو) القدرات التي تعتمد على الكفاية الفسيولوجية بالقدرات البدنية وتشمل (القوة، السرعة، والتحمل، المرونة) أما القدرات التي لاتخضع إلى التغير في الحالة الفسلجية وإنما في قدرة التحكم في الحركة وأن هذه القدرة تعتمد على استثمار الإحساس الحركي واستعمال الجهاز العصبي المركزي والمحيطي من أجل التحكم في القدرات الحركية وتشمل (التوازن، التوافق، الدقة الحركية، الرشاقة، المرونة الحركية).⁽¹⁾

وتعرف القدرات الحركية بأنها "القدرات التي يكتسبها الإنسان من المحيط أو تكون موجودة مثل المرونة والرشاقة والتوازن ويكون التدريب والممارسة أساسا لها وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية".⁽²⁾

أما القدرات البدنية فتعرف بأنها "القدرات التي لها علاقة بالحالة الفسلجية بشكل أساسي فنجد إن السرعة لها علاقة بنوع الألياف العضلية أما التحمل فله علاقة بالجهاز الدوري التنفسي في حين إن القوة لها علاقة بعدد الوحدات الحركية المستتارة والمقطع العرضي للعضلة وأخيرا المرونة لها علاقة بمطاطية الأنسجة حول المفصل لتحديد المدى الحركي للمفصل".⁽³⁾

(1) يعرب خيون: التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق. بغداد، مكتب الصخرة، 2002، ص21.

(2) وجيه محبوب (وأخرون): نظريات التعلم والتطور الحركي. ط2، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2000، ص57.

(1)www. shbabnahda. com

وتكمن أهمية القدرات البدنية والحركية في أنها الوسيلة التي تمكن الفرد من أداء الحركات بكل ماتحتاجه من قوة وسرعة ومرونة وتوافق، وذلك من خلال الخصائص الوظيفية والحيوية للجسم.

- مكونات القدرات البدنية:-

- القدرة الانفجارية :-

وهي " أعلى قوة ديناميكية يمكن أن تنتجها العضلة أو مجموعة عضلية لمرة واحدة"⁽¹⁾.

- السرعة الانتقالية :-

ويقصد بها " القدرة على التحرك من مكان لآخر في اقصر زمن ممكن وتقسّم إلى نوعين

الجري لمسافة قصيرة والسرعة القصوى في الجري.⁽²⁾

- مكونات القدرات الحركية:-

- الرشاقة:-

ويقصد بها " القدرة على تغيير اتجاه الجسم أو بعض أجزائه بسرعة " .⁽³⁾ كما إن للرشاقة

مكانه خاصة لدى العديد من الصفات البدنية إذ ترتبط بكافة القدرات الحركية فهي قدرة ذات طبيعة

مركبة.⁽⁴⁾

- التوافق :-

يعرف التوافق الحركي بأنه " القدرة على إدماج حركات من أنواع مختلفة في إطار واحد يتميز

بالانسياابية والتناسق وحسن الأداء " .⁽⁵⁾ ومن أنواعه توافق الأطراف والتوافق الكلي للجسم.

- الدقة الحركية:-

يعرف لارسون ويوكم الدقة بكونها " قدرة الفرد على التحكم في حركاته الإرادية نحو هدف

معين، ويعرفها آخرون بكونها التحكم في الانجاز الحركي باتجاه هدف معين".⁽⁶⁾ مما سبق يتضح أن

الدقة تعني الكفاءة في إصابة هدف معين.

2-1-3 خصائص المرحلة السنوية من 6-9 سنة:-

وتشتمل على النقاط التالية :-⁽⁷⁾

(2) بسطويسي احمد : أسس ونظريات التدريب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي 1999 ، ص 450 .

(3) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : اختبارات الأداء الحركي. القاهرة، دار الفكر العربي، 1994، ص 232.

(4) مهند حسين واحمد إبراهيم : مبادئ التدريب الرياضي. ط 1، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، 2005، ص 340.

(5) مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث، تخطيط وتطبيق وقبادة ، ط 2، القاهرة، دار الفكر العربي، 2001، ص 199.

(6) الين وديع فرج : خبرات الألعاب للصغار والكبار . ط 2، الإسكندرية، منشأة المعارف، 2002، ص 256.

(1) علي جواد سلوم الحكيم: الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، الطيف للطباعة 2004 ، ص 152.

(2) عبد الحميد شرف. مصدر سبق ذكره ، ص 93-95.

- 1- أن يكون النشاط الرياضي الذي يعطى للطفل من النوع غير العنيف وذلك حتى لا يتعرض الطفل لأثار وخيمة تؤثر على أجهزته الحيوية.
- 2- يبدأ في هذه المرحلة تحسن التوافق العصبي العضلي فليس هناك ما يمنع من إعطاء الطفل بعض الحركات التي تتطلب التوافق بين الأعصاب والعضلات.
- 3- تتشابه هذه المرحلة مع المرحلة السابقة (رياض الأطفال) حيث يظل النمو الجسمي بطيئاً نسبياً.
- 4- الأطفال في هذه المرحلة يحبون كثيراً ممارسة الأنشطة الرياضية التي يمارسها الكبار فمن الممكن إن يؤدي الأب مع ابنه بعض الأنشطة ولكن بشرط إن تتناسب مع مستوى نضجهم.
- 5- يميل الطفل في هذه المرحلة إلى المنافسة، ومن هنا ننصح إن تكون الأنشطة الرياضية التي يمارسها أبناؤنا على شكل تنافسات أو ألعاب مطاردة أو مصارعة ويفضل الألعاب الصغيرة بدلاً من القصص الحركية.
- 6- يكبر عالم الخيال الذي ينسجه الطفل لنفسه والذي بدأ في المرحلة السابقة.
- 7- لا يزال محباً للاستطلاع حيث يفضل إن يقدم له الجديد من الأنشطة الرياضية التي يسعى إلى معرفة جوانبها.
- 8- القدرات العقلية العليا عند الطفل لا تزال ضعيفة نسبياً مثل (الانتباه، والإدراك، والتركيز).
- 9- يظهر الميل إلى القراءة والمعرفة.
- 10- يظهر في هذا السن الميل إلى احترام الكبار.
- 11- يميل إلى التعاون مع زملائه ويحب العمل الجماعي.
- 12- يحب الانتماء إلى الهيئات والمنظمات.

2-2 الدراسات المشابهة

2-2-1 دراسة ميثم محسن ألكلابي (2008م).⁽¹⁾

العنوان : اثر الألعاب الصغيرة في تطوير الإدراك الحس حركي لدى أطفال الرياض بعمر (5) سنوات. سنوات.

أهداف الدراسة:-

1- إعداد ألعاب صغيرة لتطوير الإدراك الحس-حركي لدى أطفال الرياض بعمر (5) سنوات في مركز محافظة بابل.

(1) ميثم محسن ألكلابي : اثر الألعاب الصغيرة في تطوير الإدراك الحس حركي لدى أطفال الرياض بعمر (5) سنوات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية - جامعة بابل، 2008.

2- التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير الإدراك الحس-حركي لدى أطفال الرياض بعمر (5) سنوات في مركز محافظة بابل.

العينة: -أطفال الرياض بعمر (5) سنوات في مركز محافظة بابل حيث بلغ حجم عينة البحث في التجربة الرئيسية 190 طفلا من مجتمع الأصل والبالغ (865).

المنهج: -استخدام الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي كما استخدم المنهج التجريبي وبأسلوب المجموعات المتكافئة.

ابرز النتائج:-

1- استعمال الألعاب الصغيرة كان له تأثير ايجابيا في تطوير الإدراك الحس - حركي لدى أطفال الرياض بعمر (5) سنوات.

2- للألعاب الصغيرة أفضلية واضحة في تطوير الإدراك الحس - حركي لدى أطفال الرياض بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

2-2-2 مناقشة الدراسات المشابه:-

تتفق الدراسة الحالية مع الدراسة المشابه باستخدام أسلوب الألعاب الصغيرة،فضلا عن الاتفاق معها من حيث المنهج التجريبي للبحث.

2-2-3 أوجه الاختلاف:-

اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسة المشابه من حيث حجم العينة إذ بلغ حجم عينة الدراسة الحالية (60) تلميذا بعمر (7-8)سنوات والدراسة المشابه بلغ حجم عينتها (190) طفلا بعمر (5) سنوات كذلك اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسة المشابه إذ اعتمدت الدراسة الحالية تطوير القدرات البدنية و الحركية في حين الدراسة المشابه اعتمدت على تطوير الإدراك الحس حركي فقط.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث:-

استخدم الباحث المنهج التجريبي معتمداً تصميم المجموعات المتكافئة " وهو نظام لاختبار أو مقارنة بين مجموعتين أو أكثر " (1) لملائمته طبيعة مشكلة البحث المراد حلها.

3-2 مجتمع البحث وعينه :-

تحدد مجتمع البحث بتلاميذ الصف الثاني الابتدائي وبعمر (7-8) سنوات في مدرسة المضرية الابتدائية للبنين في مركز محافظة بابل البالغ عددهم (90) تلميذ للعام الدراسي (2008-2009) وبعد استبعاد التلاميذ المشاركين في التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (20) تلميذ كما تم استبعاد (10) تلاميذ لتغييبهم لأكثر من ثلاثة أيام وبذلك أصبح عدد تلاميذ عينة البحث (60) تلميذاً. وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية البسيطة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (30) تلميذ لكل مجموعة وبهذا تكون النسبة المئوية لعينة البحث هي (66.66%) وهي نسبة مناسبة لتمثيل المجتمع تمثيلاً حقيقياً وصادقاً.

3-3 تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث:-

3-3-1 تجانس العينة:-

ومن أجل ضبط جميع المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج البحث لجأ الباحث إلى التحقق من تجانس عينة البحث في متغيرات الطول والوزن والعمر وعن طريق استخدام معامل الالتواء وكما هو مبين في الجدول (1)

الجدول (1)

يبين متغيرات (الطول، الوزن، العمر) ومعامل الالتواء

| المعامل الإحصائية المتغيرات | وحدة القياس | س | ع+ | المنوال | معامل الالتواء |
|-----------------------------|-------------|---------|-------|---------|----------------|
| الطول | سم | 117.211 | 2.812 | .115.5 | 0.608 |
| الوزن | كغم | 21.380 | 1.919 | 20.25 | 0.588 |
| العمر | سنة | 7.366 | 0.240 | 7.2 | 0.691 |

يبين الجدول (1) أن قيم معامل الالتواء تنحصر بين (1) مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات أي بمعنى اعتدالية التوزيع الطبيعي لهم.

(1) وجيه محبوب : البحث العلمي ومناهجه . بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر، 2002، ص315.

3-3-2 تكافؤ مجموعتي البحث:-

ومن اجل إرجاع الفوارق إلى العمل التجريبي عمل الباحث على التحقق من تكافؤ مجموعتي البحث باختبارات أهم القدرات البدنية والحركية عن طريق استخدام قانون (t) لمتوسطين غير مرتبطين ولعينتين متساويتين وكما هو مبين في الجدول (2)

الجدول (2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث في اختبارات أهم القدرات البدنية والحركية في الاختبارات القبلية

| نوع الدلالة الإحصائية | قيمة t المحسبة | المجموعة الضابطة | | المجموعة التجريبية | | وحدة القياس | المجموعة الاختبارات | ت |
|-----------------------|----------------|------------------|--------|--------------------|--------|-------------|---------------------|----|
| | | ± ع | س | ± ع | س | | | |
| غير معنوي | 1.129 | 0.643 | 53.80 | 0.771 | 54.01 | سم | القدرة الانفجارية | .1 |
| غير معنوي | 0.877 | 0.684 | 11.279 | 0.487 | 11.415 | ثا | السرعة الانتقالية | .2 |
| غير معنوي | 0.881 | 0.994 | 9.5 | 1.007 | 9.269 | ثا | الرشاقة | .3 |
| غير معنوي | 1.779 | 1.025 | 17.35 | 1.316 | 16.8 | ثا | التوافق | .4 |
| غير معنوي | 1.293 | 1.07 | 11.2 | 0.650 | 10.9 | ثا | الدقة الحركية | .5 |

الدرجة الجدولية = (2.00) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (58)

يبين الجدول (2) بان جميع الفروق في اختبارات أهم القدرات البدنية والحركية بين مجموعتي البحث قد ظهرت غير معنوية وذلك لان قيم (t) المحسبة اقل من قيمتها الجدولية والبالغة (2.00) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(58) مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في هذه الاختبارات.

3-4 وسائل البحث والأجهزة والأدوات المستخدمة

3-4-1 الوسائل البحثية:-

- 1- المراجع والمصادر العربية.
- 2-الانترنت (شبكة المعلومات الدولية).
- 3-الاختبار والقياس.
- 4-استبانه لرأي الخبراء والمتخصصين حول تحديد أهمية مكونات واختبارات القدرات الحركية والبدنية.

5- فريق العمل المساعد. **

3-4-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:-

- 1- ميزان طبي لقياس وزن الجسم.
- 2-حاسبة الكترونية.
- 3-ساعة توقيت الكترونية عدد(2).
- 4-شريط قياس لقياس الأطوال والمسافات.
- 5-صفارة عدد (1).
- 6-كرات تنس عدد(5).
- 7-حبال ومراتب عدد (2).

3-5 تحديد أهم القدرات البدنية والحركية واختباراتها:-

لغرض تحديد أهم القدرات البدنية والحركية واختباراتها قام الباحث بترشيح مجموعة من القدرات البدنية والحركية وتم عرضها باستمارة استبانه إذ عرض الباحث استمارة الاستبيان على مجموعة من الخبراء والمتخصصين وبلغ عددهم (7) *** خبراء وبعد جمع البيانات وتفريغها استبعدت القدرات البدنية والحركية واختباراتها التي حصلت على أهمية نسبية اقل من (20) أو اقل من(57.142%) من النسبة المئوية وبذلك يكون عدد القدرات البدنية والحركية واختباراتها المرشحة للتطبيق قد بلغ (5) قدرات و(5) اختبارات .

3-6 التجربة الاستطلاعية :-

* ينظر الملحق (1)

** أسماء فريق العمل المساعد

- 1-عمار حمزة هادي-مدرس-ماجستير تربية رياضية-مديرية التربية الرياضية والفنية-جامعة بابل.
- 2-ميثم صالح- مدرس مساعد- ماجستير تربية رياضية-مديرية التربية الرياضية والفنية-جامعة بابل.
- 3-سحر ياسين- م.باحث علمي-بكالوريوس تربية رياضية-مديرية التربية الرياضية والفنية-جامعة بابل.

*** ينظر الملحق (2)

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الأثنين 2009\2\23 في تمام الساعة (9) صباحا على عينة من خارج عينة البحث وعددها (20) تلميذا والهدف من هذه التجربة هو التعرف على كافة المعوقات التي قد تواجه الباحث عند تنفيذ التجربة الرئيسية ومن اجل التعرف على صلاحية الاختبارات قام الباحث بإيجاد معامل الثبات وذلك من خلال إعادة الاختبار بعد مرور (7) أيام حيث استخدم الباحث معامل ارتباط (بيرسون) كما قام الباحث بإيجاد معامل الصدق والموضوعية وكما هو مبين بالجدول (3).

الجدول (3)

يبين المعاملات العلمية ومعامل الثبات ومعامل الصدق ومعامل الموضوعية

وقيمته المحسوبة والدلالة الإحصائية

| ت | المعاملات العلمية الاختبارات | وحدة القياس | معامل الثبات | معامل الصدق الذاتي | قيمة (ت) المحسوبة | معامل الموضوعية | قيمة (ت) المحسوبة | الدلالة الإحصائية |
|--|---------------------------------|----------------|-----------------|--------------------------|----------------------|--------------------|----------------------|----------------------|
| 1 | القدرة الانفجارية | سم | 0.87 | 0.93 | 7.84 | 0.91 | 9.31 | معنوي |
| 2 | السرعة الانتقالية | ثا | 0.83 | 0.91 | 6.31 | 0.89 | 8.28 | معنوي |
| 3 | الرشاقة | ثا | 0.82 | 0.905 | 6.07 | 0.89 | 8.28 | معنوي |
| 4 | التوافق | ثا | 0.85 | 0.92 | 6.84 | 0.90 | 8.75 | معنوي |
| 5 | الدقة الحركية | درجة | 0.81 | 0.90 | 5.86 | 0.92 | 9.95 | معنوي |
| قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) تبلغ (2.10) | | | | | | | | |

7-3 إجراءات البحث الرئيسية

1-7-3 الاختبارات القبليّة :-

قام الباحث بأجراء الاختبارات القبلية لأهم القدرات البدنية والحركية في يوم الأثنين المصادف (2009/3/2) في تمام الساعة (9) صباحا . وللمجموعة الضابطة والتجريبية .

حيث تضمنت الاختبارات الآتية :-*

- 1- اختبار التصوير باليد على المستطيلات المتداخلة .
- 2- اختبار الجري لمسافة 20م من وضع الوقوف .
- 3- اختبار الجري حول الدائرة .
- 4- اختبار الوثب العريض من الثبات .
- 5- اختبار الجري على شكل 8 .

3-7-2 منهج الألعاب الصغيرة :- **

تم البدء بتنفيذ المنهج بتاريخ (2009/3/3) وأستمر لمدة (8) أسابيع ويواقع (16) وحدة تعليمية أي بمعدل وحدتين كل أسبوع حيث تم إدخال الألعاب الصغيرة في القسم الرئيسي فقط من الوحدة التعليمية ، وبلغ وقت الوحدة التعليمية (45) دقيقة أما وقت القسم الرئيسي فقط بلغ (35) دقيقة .

3-7-3 الاختبارات البعدية :-

قام الباحث بإجراء الاختبارات البعدية بعد إكمال مدة تنفيذ المنهج وللمجموعتين التجريبية والضابطة في يوم الأثنين (2009/5/4) وفي تمام الساعة (9) صباحا .

3-8 الوسائل الإحصائية :-

- 1- النسبة المئوية 0⁽¹⁾
- 2- معامل ارتباط بيرسون .
- 3- الوسط الحسابي .
- 4- الانحراف المعياري .
- 5- معامل الالتواء .⁽²⁾
- 6- اختبار (t) لوسطين حسابيين غير مرتبطين ولعينتين متساويتين .
- 7- اختبار (t) لوسطين حسابيين مرتبطين (العينات المتناظرة) .⁽³⁾
- 8- الأهمية النسبية .⁽⁴⁾

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

* ينظر الملحق(3).

** ينظر الملحق(4).

(1) محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد: الأساليب الإحصائية في مجالات البحوث التربوية . ط1، عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001، ص137، 171، 172، 185.

(2) وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية . الموصل ، دار الكتب، 1999، ص102، 178، 272.

(3) وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه . بغداد ، دار الكتب للطباعة والنشر، 2002، ص234.

(4) رائد عبد الأمير : نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية في انتقاء براعم الجمناستك بعمر (4-5) سنوات ،رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة بابل - كلية التربية الرياضية، 2006، ص65.

1-4 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة لأهم القدرات البدنية والحركية للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها:-

لغرض معرفة معنوية الفروق للاختبارات القبلية والبعديّة لاختبارات أهم القدرات البدنية والحركية وللمجموعتين التجريبية والضابطة، استخدم الباحث اختبار (T.test) للعينات المتناظرة وكما هو مبين في الجدول (4)

الجدول (4)

يبين الأوساط الحالية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية والدلالة الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات أهم القدرات البدنية والحركية

| ت | الاختبارات | وحدة القياس | المجموعة | الاختبار القبلي | | الاختبار البعدي | | قيمة t المحسوبة | الدلالة الإحصائية |
|---|-------------------|-------------|----------|-----------------|-------|-----------------|-------|-----------------|-------------------|
| | | | | س- | ع± | س- | ع± | | |
| 1 | القدرة الانفجارية | سم | تجريبية | 54.01 | 0.771 | 92.43 | 5.27 | 13.48 | معنوي |
| 2 | السرعة الانتقالية | ثا | تجريبية | 11.415 | 0.487 | 6.30 | 1.485 | 11.36 | معنوي |
| 3 | الرشاقة | ثا | تجريبية | 9.269 | 1.007 | 5.54 | 0.956 | 5.78 | معنوي |
| 4 | التوافق | ثا | تجريبية | 16.8 | 1.316 | 9.53 | 0.955 | 8.82 | معنوي |
| 5 | الدقة الحركية | درجة | تجريبية | 10.9 | 0.650 | 16.53 | 3.95 | 10.76 | معنوي |
| 1 | القدرة الانفجارية | سم | ضابطة | 53.80 | 0.643 | 75.44 | 5.00 | 3.03 | معنوي |
| 2 | السرعة الانتقالية | ثا | ضابطة | 11.279 | 0.684 | 7.69 | 0.884 | 6.67 | معنوي |
| 3 | الرشاقة | ثا | ضابطة | 9.5 | 0.994 | 8.12 | 4.236 | 1.04 | غير معنوي |
| 4 | التوافق | ثا | ضابطة | 17.35 | 1.025 | 15.59 | 4.936 | 1.61 | غير معنوي |
| 5 | الدقة الحركية | درجة | ضابطة | 11.2 | 1.07 | 12.71 | 0.953 | 1.74 | غير معنوي |

وقيمة (t) الجدولية (2.04) عند درجة حرية (29) ومستوى دلالة (0.05)

يبين الجدول (4) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولكلا المجموعتين التجريبية والضابطة والبالغ عدد تلاميذ لكلا منهما (30) تلميذا ففي اختبار القدرة الانفجارية بلغت قيمة (t) المحسوبة ولكل من المجموعتين التجريبية والضابطة وعلى التوالي (13.38)(3.03) وهما أكبر من الجدولية والبالغة (2.04) مما يدل على

معنوية النتائج ولصالح الاختبار ألبعدي ، إما في اختبار السرعة الانتقالية بين الاختبار القبلي والبعدي ولكل من المجموعتين التجريبية والضابطة إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة وعلى التوالي (11.36) (6.67) وهما أكبر من الجدولية والبالغة (2.04) مما يدل على معنوية الفروق ولصالح الاختبار ألبعدي ، إما في اختبار الرشاقة فقد ظهرت معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار ألبعدي حيث بلغت قيمة (t) المحتسبة (5.78) وهي أكبر من الجدولية (2.04)، في حين كانت قيمة (t) المحتسبة للمجموعة الضابطة (1.04) وهي أقل من الجدولية البالغة (2.04) وهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ، إما في اختبار التوافق فقد ظهرت معنوية النتائج بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية حيث بلغت قيمة (t) المحتسبة (8.82) وهي أكبر من الجدولية (2.04) مما يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار ألبعدي ، في حين ظهرت عشوائية الفروق للمجموعة الضابطة إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (1.61) وهي أقل من الجدولية (2.04) إما في اختبار الدقة الحركية فقد ظهرت معنوية النتائج للمجموعة التجريبية إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (10.76) وهي أكبر من الجدولية (2.04) مما يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار ألبعدي ، في حين ظهرت عشوائية الفروق للمجموعة الضابطة إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة (1.74) وهي أقل من الجدولية (2.04) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين.

2-4 عرض نتائج الفروق بين المجموعتين في الاختبارات البعدية لاختبارات أهم القدرات البدنية والحركية وتحليلها:-

ولغرض معرفة معنوية الفروق للاختبارات البعدية لاختبارات أهم القدرات البدنية والحركية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ، قام الباحث باستخدام اختبار (t) بين عينتين متساويتين (مستقلتين) وكما هو مبين في الجدول (5)

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة والجدولية والدلالة الإحصائية للاختبارات البعدية لأهم القدرات البدنية والحركية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

| ت | المعالم الإحصائية الاختبارات | وحدة القياس | المجموعة التجريبية | | المجموعة الضابطة | | قيمة t المحتسبة | الدلالة الإحصائية |
|---|------------------------------|-------------|--------------------|-------|------------------|-------|-----------------|-------------------|
| | | | س- | ع± | س- | ع± | | |
| 1. | القدرة الانفجارية | سم | 92.43 | 5.27 | 75.44 | 5.00 | 12.60 | معنوي |
| 2. | السرعة الانتقالية | ثا | 6.30 | 1.485 | 7.69 | 0.884 | 4.34 | معنوي |
| 3. | الرشاقة | ثا | 5.54 | 0.956 | 8.12 | 4.236 | 3.20 | معنوي |
| 4. | التوافق | ثا | 9.53 | 0.955 | 15.59 | 4.936 | 6.48 | معنوي |
| 5. | الدقة الحركية | درجة | 16.53 | 3.95 | 12.71 | 0.953 | 5.06 | معنوي |
| قيمة (t) الجدولية (2.00) عند درجة حرية (58) ومستوى دلالة (0.05) | | | | | | | | |

يبين الجدول (5) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة والجدولية للاختبارات البعدية وللمجموعتين التجريبية والضابطة (عينة البحث) والبالغ عددها (60) تلميذاً. فقد أظهرت النتائج معنوية الفروق بين الاختبارات البعدية وللمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات (القدرة الانفجارية ، السرعة الانتقالية ، الرشاقة ، التوافق ، الدقة الحركية) . ولصالح الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية ، إذ بلغت قيمة (t) المحتسبة لكافي الاختبارات وعلى التوالي (5.06، 6.48، 3.20، 4.34، 12.60) وهي أكبر من الجدولية البالغة (2.00) عند درجة حرية (58) ومستوى دلالة (0.05)

3-4 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث والاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث :-

فمن خلال مناقشة نتائج البحث التي تم عرضها وتحليلها في الجدولين (4،5) للاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية ، وكذلك للاختبارات البعدية بين مجموعتي

البحث، ظهرت هناك فروق معنوية في تطور القدرة الانفجارية والسرعة الانتقالية وللمجموعتين ويظهر هذا واضحا من خلال فرق الأوساط الحسابية للاختبارين مما يدل على إن استعمال الألعاب الصغيرة ومنهج التربية للصف الثاني الابتدائي تأثيرا في تطور القدرة الانفجارية والسرعة الانتقالية للمجموعتين وتطوير (الرشاقة، والتوافق، والدقة الحركية) للمجموعة التجريبية فقط.

ففي اختبار القدرة الانفجارية يعزو الباحث سبب ذلك التطور ولمجموعتي البحث إن أطفال هذه المرحلة يميلون إلى ممارسة الأنشطة البدنية التي تلبى دوافعهم ورغباتهم والتي تحسسهم بذاتهم فنجد إن من أهم شروط التعلم الحركي هو وجود الدافع للتعلم إذ انه " حالة من حالات التوتر الناتجة عن حاجات أساسية تدفع الفرد أو الطفل لممارسة وتعلم مهارة ما " (1). وإما ما يخص المجموعة التجريبية فيعزو الباحث سبب ذلك التطور إلى الألعاب الصغيرة لما تتصف به من تطوير فعال للقدرة الانفجارية ، إذ إن التمرينات التي تحتويها مثل (الركض، والقفز، والوثب) واستعمالها بطريقة موجهة كل ذلك أسهم في تطوير هذه القدرة.

وإما ما يخص المجموعة الضابطة فيعزو الباحث سبب ذلك التطور، إلى احتواء منهج التربية للصف الثاني الابتدائي على مجموعة من التمرينات التي أسهمت في تطوير هذه القدرة.

أما في اختبار السرعة الانتقالية فقد ظهر تطور لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة ويعزو الباحث سبب ذلك التطور بالنسبة للمجموعة التجريبية إلى إن قدرة السرعة الانتقالية هي من الأنشطة التي تتميز بطابع الحركة والمنافسة إذ أنها تلبى حاجات الأطفال في إشباع رغباتهم فضلا عن تحقيقها للمنافسة الشريفة بينهم، إذ استطاع الباحث إن يوظف ذلك من خلال الألعاب الصغيرة التي تحمل في طياتها التنافس الشريف وهذا ما يؤدي إلى التطور الحركي حيث أكد (مازن عبد الهادي) على إن " التطور الحركي للطفل يأتي من خلال إعطاء الطفل الإمكانية الحركية الكافية وكذلك حرية الحركة مع توفير المحيط الذي يطابق رغباته وقناعاته وعند ذلك نكون قد قدمنا التطور الطبيعي للطفل " (2).

إما بالنسبة للمجموعة الضابطة فيعزو الباحث سبب ذلك التطور إلى ما يحتويه درس التربية الرياضية من ألعاب وتمارين أسهمت في توفير فرصة للتلاميذ لممارسة النشاط واللعب مما أدى إلى تطوير السرعة الانتقالية.

إما في اختبار الرشاقة فقد ظهر هناك فروق معنوية وتطور الرشاقة ولصالح الاختبار ألبعدي للمجموعة التجريبية وكما هو مبين في الجدولين (4-5) ويعزو الباحث سبب ذلك التطور إلى الألعاب الصغيرة من خلال اعتماد الباحث على ألعاب احتوت على تمارين تشتمل على (الركض والقفز والدرجة والركض مع تغير الاتجاه) معتمدا على مبدأ التشويق والإثارة مما جعل التلاميذ لا يشعرون بالملل بل أسهم في زيادة الدافعية والرغبة لديهم في أداء هذه القدرة

(1) نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي : مبادئ التعلم الحركي ، ط1، العراق، مطبعة، دار ألوان للطباعة والنشر، 2006، ص911،

(1) مازن عبد الهادي احمد : مؤشرات النمو البدني والتطور الحركي لأطفال العراق بعمر (25-36) شهر: أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد، 1996، ص15-16.

وتطويرها ، فالمنهاج الجيد للتربية الرياضية يتضمن إطارا واسعا يوفر لكل التلاميذ تقريبا فرصة للتعلم والاشتراك في الألعاب الرياضية المختلفة إن كانت فردية أو اجتماعية مختارة⁽¹⁾.

أما في اختبار التوافق فظهر هناك فروق معنوية في تطور التوافق ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وكما مبين في الجدول (4-5) ويعزو الباحث سبب ذلك التطور إلى إن أطفال هذه المرحلة يفضلون المهارات الحركية المركبة مثل (الركض والوثب،الخطو والحجل بالتبادل)وهذه جميعها تتطلب قدرا من التوافق وهذا يؤكد(عبد الحميد شرف) بقوله " يبدأ في هذه المرحلة تحسن التوافق العصبي العضلي فليس هناك ما يمنع من إعطاء الطفل بعض الحركات الصعبة والتي تتطلب التوافق بين الأعصاب والعضلات مما يساعد على زيادة تحسن التوافق العصبي العضلي"⁽²⁾. وهذا ما اعتمده الباحث من خلال اعتماده على الألعاب الصغيرة التي ساعدت في زيادة تطور التوافق.

إما في اختبار الدقة الحركية وظهر هناك فروق معنوية في تطور الدقة الحركية للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي،وكما مبين في الجدول (4-5) ويعزو الباحث سبب ذلك التطور إلى قابلية التعلم الحركي السريعة للأطفال بعمر (7-8) سنوات نتيجة لعمل النضج وطبيعة النمو ، وهذا ما يؤكد (شفيق فلاح) بقوله إن التدريب إذا جاء في الوقت المناسب وهو الوقت الذي يكون فيه الطفل مستعدا من الناحية النضجية للاستفادة والتلقي كان مفيدا وناجحا وأسهم في التطور الحركي عند الطفل⁽³⁾. كما يعزو الباحث سبب ذلك التطور إلى فاعلية الوحدات التعليمية فضلا عن تأثير الألعاب الصغيرة لتطوير قدرة الدقة الحركية.

وعند مناقشتنا للنتائج التي تم عرضها وتحليلها في الجدول (5) للاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبارات القدرات البدنية والحركية ظهرت هناك فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية، وهذا يعني إن استعمال الألعاب الصغيرة، قد حققا تطوراً أفضل من منهج التربية للصف الثاني الابتدائي، وإن سبب ذلك التطور هو فاعلية الألعاب الصغيرة التي تضمنتها الوحدات التعليمية أسهمت في تطوير هذه القدرات وذلك لاحتوائها على تمارين هادفة أسهمت في إشباع رغبة التلاميذ في الحركة والنشاط وذلك من خلال النشاط الحركي الصحيح الذي أدى إلى التطور الحركي.

فمن خلال عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها، تحقق هدف البحث وفرضياته اللذان وضعهما الباحث وإن الألعاب الصغيرة قد حققت إغراضها في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات.

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

5-1 الاستنتاجات :-

في ضوء نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:-

(2) عباس احمد صالح : طرق تدريس التربية الرياضية . ج2، ط2، جامعة بغداد ، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000، ص191.

(3) عبد الحميد شرف . مصدر سبق ذكره، ص93.

(1) شفيق فلاح حسان : أساسيات علم النفس التطوري ، ط1، بيروت ، دار الجيل، 1989، ص185.

- 1- أن استعمال الألعاب الصغيرة التي تتميز بطابع المرح والسرور، أثر بشكل ايجابي وكبير في فاعلية أداء التلاميذ ، الأمر الذي أدى إلى تطوير القدرات البدنية والحركية موضوع البحث.
- 2- أن النتائج التي حققتها الاختبارات أثبتت صلاحية الوحدات التعليمية التي أعدها الباحث من خلال التطور الواضح في أهم القدرات البدنية والحركية.
- 3- حققت الألعاب الصغيرة تطورا أفضل من منهج التربية للصف الثاني الابتدائي وبذلك حققت الأهداف والإغراض التي وضعت من اجل تحقيقها.
- 4- إن القدرات الحركية (الرشاقة،التوافق،الدقة الحركية) لاتحظى والاهتمام الكافي خلال تطبيق درس الرياضة في المدارس الابتدائية.

5-2 التوصيات:-

- في ضوء ما تقدم من نتائج يوصي الباحث بما يأتي:-
- 1- اعتماد الألعاب الصغيرة في المدارس الابتدائية لما لها من تأثير ايجابي في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات.
 - 2- من الضروري إعادة النظر في مناهج المدارس الابتدائية لكي تسهم بشكل كبير في تطوير القدرات البدنية والحركية عند الأطفال.
 - 3- الاهتمام بتدريب (الرشاقة،التوافق،الدقة الحركية) لان هذه القدرات ضرورية ومهمة لبناء القاعدة الأساسية لأي فعالية رياضية.
 - 4- إجراء بحوث مشابهة لمعرفة مستوى اللياقة الحركية لأطفال المدارس الابتدائية بين المركز والإطراف في محافظة بابل.

المصادر العربية والأجنبية:

- الين وديع فرج : خبرات الألعاب للصغار والكبار . ط2،الإسكندرية،منشأة المعارف، 2002.
- بسطويسي احمد : أسس ونظريات التدريب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1999 .

- رائد عبد الأمير :نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية في انتقاء براعم الجمناستك بعمر (4-5) سنوات ،رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة بابل -كلية التربية الرياضية، 2006.
- شفيق فلاح حسان : أساسيات علم النفس التطوري ، ط1، بيروت ،دار الجيل،1989.
- عباس احمد صالح : طرق تدريس التربية الرياضية .ح2،ط2،جامعة بغداد ،دار الكتب للطباعة والنشر ،2000.
- عبد الحميد شرف:التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق.ط2،القاهرة،مركز الكتاب للنشر،2005.
- علي جواد سلوم الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي،جامعة القادسية،الطيف للطباعة،2004.
- مازن عبد الهادي احمد : مؤشرات النمو البدني والتطور الحركي لأطفال العراق بعمر (25-36) شهر : أطروحة دكتوراه،كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد،1996.
- محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد :الأساليب الإحصائية في مجالات البحوث التربوية . ط1،عمان ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001 .
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان :اختبارات الأداء الحركي. القاهرة،دار الفكر العربي،1994.
- مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث،تخطيط وتطبيق وقيادة ،ط2،القاهرة،دار الفكر العربي،2001 .
- مهند حسين واحمد إبراهيم : مبادئ التدريب الرياضي . ط1،عمان،دار وائل للنشر والتوزيع،2005 .
- ميثم محسن الكلابي : اثر اللعاب الصغيرة في تطوير الإدراك الحس حركي لدى أطفال الرياض بعمر (5)سنوات. رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية - جامعة بابل،2008.
- نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي:مبادئ التعلم الحركي ،ط1،العراق،مطبعة،دار ألوان للطباعة والنشر ،2006.
- وجيه محجوب(وآخرون):نظريات التعلم والتطور الحركي.ط2،بغداد،دار الكتب والوثائق،2000 .
- وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه . بغداد،دار الكتب للطباعة والنشر،2002.
- وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد أعبدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية . الموصل ، دار الكتب، 1999 .
- يعرب خيون :التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق.بغداد،مكتب الصخرة،2002.

- www.childhood.gov.sa/vb/archive/imdex

- www.shbabnahda.com

- www.diwami.alazraq.com

الملحق (1)

استمارة استبانته لتحديد الأهمية النسبية لأهم القدرات البدنية والحركية لأطفال

بعمر (7-8) سنوات

الأستاذ..... المحترم

تحية طيبة:

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم (تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات) ونعرفكم من ذوي الخبرة والاختصاص في هذا المجال يود الباحث استشارتكم في تحديد الأهمية النسبية لأهم القدرات البدنية والحركية وأدناه مجموعة من القدرات أرجو وضع علامة () في احد الحقول لتحديد الأهمية النسبية وضمن الترتيب الموضوع من (1-5) ويمكن إضافة (عنصر) وتحديد درجة أهميه أو أية ملاحظة.

مع التقدير

| ت | الأهمية النسبية | | | | |
|---|-----------------|---|---|---|---|
| | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |

التوقيع:

الاسم:

اللقب العلمي:

الاختصاص:

مكان العمل :

الباحث

اسعد حسين عبد الرزاق

الملحق (2)

أسماء الخبراء والمختصين الذين حددوا أهمية القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات

| مكان العمل | الاختصاص | الاسم | اللقب العلمي | ت |
|---|--------------------------|--------------------|--------------|----|
| كلية التربية الرياضية / جامعة بابل | تعلم حركي/الكرة الطائرة | ناهدة عبد زيد | أستاذ مساعد | .1 |
| كلية التربية الرياضية / جامعة بابل | التدريب الرياضي /كرة يد | احمد يوسف متعب | أستاذ مساعد | .2 |
| كلية التربية الرياضية / جامعة بابل | تعلم حركي /كرة قدم | ضياء جابر محمد | أستاذ مساعد | .3 |
| كلية التربية الرياضية / جامعة بابل | بايو ميكانيك/جمناستك | علي عبد الحسن حسين | أستاذ مساعد | .4 |
| كلية التربية الرياضية / جامعة بابل | تعلم حركي/ساحة وميدان | محمد جاسم محمد | أستاذ مساعد | .5 |
| كلية التربية الرياضية / جامعة بابل | التدريب الرياضي /كرة قدم | احمد عبد الأمير | مدرس | .6 |
| كلية التربية الرياضية / جامعة ذي قار | تعلم حركي/ساحة وميدان | علي خضير عبيس | مدرس | .7 |

الملحق (3)

(اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة).⁽¹⁾

- **غرض الاختبار:** - قياس دقة الذراع .
- **الأدوات:** - خمس كرات تنس، حائط إمامه ارض ممددة، يرسم على الحائط ثلاث مستطيلات متداخلة إبعادها الحد السفلي للمستطيل الكبير يرفع عن الأرض بمقدار (180)سم، يرسم خط على الأرض يبعد عن الحائط بمقدار (3)م.
- **مواصفات الأداء:** - يقف المختبر خلف خط البداية، ثم يقوم بتصويب الكرات الخمس (متتالية) على المستطيلات محاولاً إصابة المستطيل الصغير. للمختبر الحق في استخدام أي من اليدين في التصويب.
- **حساب الدرجات:** -
- إذا أصابت الكرة المستطيل الصغير (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر ثلاث درجات.
- إذا أصابت الكرة المستطيل الأوسط (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر درجتان.
- إذا أصابت المستطيل الكبير (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر درجة واحدة وإذا خرج المستطيلات يحسب للمختبر صفراً.

(اختبار الجري لمسافة 20 م).⁽²⁾

- **الغرض من الاختبار:** - قياس السرعة الانتقالية.
- **الأدوات:** - صفارة عدد (1) ، ساعة توقيت.
- **توصيف الأداء:** -
- يقف المختبر في الأماكن المحددة وهي خلف خط الانطلاق.
- يقف المختبر للانطلاق من الوقوف (البداية العالية) وعند سماع صوت الصافره يبدأ المختبر بالركض وبالسرعة القصوى لنهاية المسافة المحددة.
- ممكن أن يؤدي عدد من المختبرين الاختبار في الوقت نفسه في حاله وجود عدد من المحكمين وعدد من ساعات التوقيت.
- **حساب الدرجات:** -
- الوقت الذي يستغرقه المختبر لقطع المسافة بين خط البداية إلى خط النهاية لأقرب 0.1 ثانية.

(اختبار الوثب العريض من الثبات).⁽¹⁾

-
- (1) علي جواد سلوم . مصدر سبق ذكره، ص154.
 - (2) راند عبد الأمير : نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية في انتقاء براعم الجمناستك بعمر (4-5) سنوات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية - جامعة بابل، 2006، ص204.

- **غرض الاختبار:** - قياس القدرة الانفجارية للرجلين.
- **الأدوات:** - مكان مناسب للوثب، بعرض (1.5)، وبطول (3.5)م، ويراعى على إن يكون المكان مستوي وخال من الطباشير، شريط قياس، وقطع ملونة من الطباشير.
- **وصف الأداء:** - يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدتان قليلا ومتوازنتان. بحيث يلامس مشط القدمين خط البداية من الخارج. ويبدأ المختبر بمرجحة الذراعين للخلف مع ثني الركبتين والميل للأمام قليلا ثم يقوم بالوثب للإمام لأقصى مسافة ممكنة عن طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين للإمام.
- **حساب الدرجات:** - يكون القياس من خط البداية آخر جزء يلمس الأرض ناحية هذا الخط.
- تحتسب للمختبر درجات أحسن محاولة.

(2). (8) اختبارا لجري على شكل (8).

- **الغرض من الاختبار:** قياس التوافق .
- **الأدوات:** قائما وثب عالي المسافة بينهما (2م) ، توضع عليهما عارضة بارتفاع وسط المختبر ، ساعة توقيت.
- **توصيف الأداء:**
- يقف المختبر على الجانب الأيمن لأحد القائمين ، وعند سماع إشارة البدء يقوم بالجري على شكل (8) ، حيث يقوم المختبر بعمل دورتين .

- احتساب الدرجات :

- يتم تسجيل الزمن الذي يقطع فيه المختبر دورتين .

(3). (8) اختبارا لجري حول الدائرة.

- **الغرض من الاختبار:** قياس الرشاقة .
- **الأدوات:** صفارة ، ساعة توقيت ، طباشير .
- **توصيف الأداء:**
- رسم دائرة على الأرض قطرها (2) م .
- يقف المختبر عند احد بدايات قطر الدائرة وعد سماع صفارة البدء يركض المختبر مع امتداد نصف الدائرة مرورا بقطر الدائرة و ثم يكمل الركض مع امتداد منحنى نصف الدائرة الثاني مرورا أيضا بقطر الدائرة وصولا إلى نقطة بداية الانطلاق ، علما إن ركض نصف الدائرة يعد ركض للدائرة مرة واحدة.
- **احتساب الدرجات :**
- يسجل الزمن الذي يقطعه المختبر عند ركض الدائرة لمرة متتاليتين .

(4) الملحق

(1) علي جواد سلوم الحكيم. مصدر سيق ذكره، ص 91.

(2) رائد عبد الأمير. مصدر سيق ذكره، ص 207.

(1) رائد عبد الأمير. مصدر سيق ذكره، ص 207.

نموذج وحدة تعليمية للمجموعة التجريبية

المرحلة العمرية:- (7- 8) سنوات. عدد تلاميذ المجموعة (30) تلميذ.

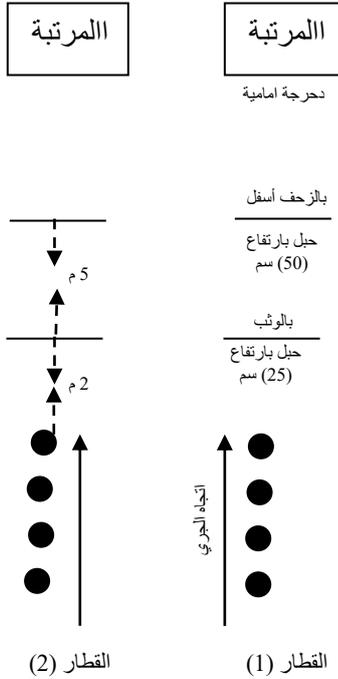
الوحدة التعليمية :- (1). زمن الوحدة (45) دقيقة.

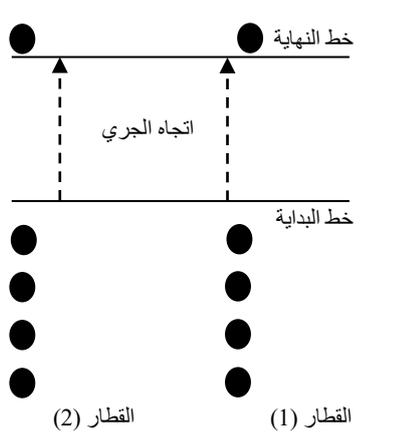
الأهداف التربوية:- التعويد على النظام والانضباط .

الأهداف التعليمية :- تطوير (التوافق ، الرشاقة ، المرونة ، القدرة الانفجارية ، السرعة الانتقالية ، الدقة الحركية) .

الأدوات :- قوائم- أحبال- شريط قياس- مراتب - طباشير- صفارة - كرة طائرة .

| الملاحظات | المحتوى | الزمن بالدقائق | أقسام الوحدة التعليمية |
|---|--|----------------|----------------------------------|
| | - الحضور. - إجراء حركات إحماء بسيطة للجسم . | 5 | القسم التحضيري |
| | - يتضمن شرح مسابقة الموانع والتتابع وتصحيح الأداء مع استعمال نموذج من التلاميذ. | 35 10 | القسم الرئيسي الجانب التعليمي |
| - تقطع المسافة بين الموانع بالجري. - عدم ترك أي مانع . - عبور الموانع حسب التعليمات. - التلميذ التالي لا يتحرك حتى يلمسه التلميذ السابق. | - يتضمن تقسيم التلاميذ إلى مجموعتين متساويتين من أجل تطبيق الألعاب الصغيرة وهما مسابقة الموانع والتتابع. إذ يقومون بتطبيق مسابقة الموانع أولاً ثم مسابقة التتابع. - مسابقة الموانع. - يقف التلاميذ على هيئة قطارين خلف خط البداية وعلى بعد (2م) من الموانع الثلاثة والمسافة بين الموانع (5م) ، المانع الأول جبل على ارتفاع (25 سم) عن الأرض والمانع الثاني على ارتفاع (50 سم) والمانع الثالث مرتبة وطبعاً إمام كل مجموعة نفس مجموعة الموانع وب نفس الشروط . - عند سماع الإشارة يجري التلميذ من كل مجموعة ليعبر المانع الأول بالوثب والمانع الثاني زحفاً تحت الحبل ثم يجري ويؤدي الدرجات الأمامية ثم يعود بالجري ويلمس زميله الذي يليه في المجموعة ليجري ويؤدي نفس التمرين وهكذا بقية المجموعة والمجموعة التي ينتهي أفرادها أولاً من الأداء الصحيح هي المجموعة الفائزة . | 25 | الجانب التطبيقي |



| | | | |
|---|--|---|---------------|
| <p>- لايجوز إن يبدأ الزميل التالي في الجري إلا بعد اللمس واستلام الكرة.</p> <p>- لايجوز سقوط الكرة على الأرض كما لايجوز اخذ الكرة إلا بعد عبور الخط الثاني وفي حالة حدوث احد الأخطاء السابقة يعاد الأداء مرة أخرى.</p>  | <p>- مسابقة التتابع.</p> <p>- يقف التلاميذ على هيئة قطارين متساويين خلف خط البداية .</p> <p>- توضع خلف خط النهاية كرة الطائرة مقابلة لكل قطار من التلاميذ.</p> <p>- وعند سماع الإشارة يجري التلميذ الأول من كل قطار ليلتقط الكرة المواجهة له ويعود بسرعة لتسليمها إلى زميله.</p> <p>- يجري الزميل الذي تسلم الكرة ليضعها مكانها خلف الخط ويعود بالجري ليلمسه زميله الذي يليه فيجري ويلتقط الكرة ويعود بها لتسليمها إلى زميله الذي يليه وهكذا.</p> <p>- القطار الذي ينتهي أولاً أي يؤدي جميع أفراده يكون هو الفائز.</p> | | |
| | <p>- هرولة خفيفة حوله الساحة .</p> <p>- إعطاء بعض النصائح والإرشادات التربوية وكلمات التشجيع والتأكيد على النظام والانضباط.</p> | 5 | القسم الختامي |

أسماء الألعاب الصغيرة

1. لعبة الأطواق .
2. لعبة التتابع .
3. لعبة الموانع .
4. لعبة نقل الكرات .
5. لعبة اجتياز الحواجز .
6. لعبة عبور النهر .
7. لعبة أكياس الرمل .
8. لعبة دحرجة الكرة .
9. لعبة عبور الأشواك .
10. لعبة لمس الزميل .
11. لعبة خروج الملموس .
12. لعبة النفق .
13. لعبة استلام وتسليم الكرة .