



تأثير بعض العاب البنات كمحطات في الجزء التحضيري في تطوير بعض القدرات الحركية والاتجاه نحو درس التربية الرياضية للبنات للمرحلة العمرية (10-12) سنة

ناظم كاظم جواد
كلية التربية البدنية جامعة

ماجدة حميد كمبش
كلية التربية البدنية جامعة ديالى
ديالى

سامي علي كاظم
المديرية العامة لتربية ديالى

الملخص :

تعد القدرات الحركية من المفردات المهمة في درس التربية الرياضية اذ يسعى المربون الى تنميتها ومن هنا جاءت اهمية البحث في معرفة تأثير العاب البنات في تطوير القدرات الحركية والاتجاه الايجابي نحو درس التربية الرياضية ، وقد عمد الباحثان في استخدام العاب البنات في الجزء التحضيري من الدرس على شكل محطات والغاية من هذه الالعاب هو زرع المرح والسعادة لدى التلميذات وكذلك استثمار الوقت باقصى مايمكن في النشاط الحركي من خلال تطبيق التلميذات هذه الالعاب البسيطة والمحبيه لتطوير لقدرات الحركية ، وكذلك الاتجاهات الايجابية نحو الدرس ، وقد طبق المنهج على عينة من (60) تلميذه واستخدم الباحثان المنهج التجريبي وبتاريخ 2017/10/2 قام الباحثان بالاختبار القبلي واستخدم الباحثان الحقيبة الاحصائية (SPSS) لاستخراج النتائج وقد توصل الباحثان الى ان العاب البنات كان لها اثر في تطوير القدرات الحركية وكذلك الاتجاه الايجابي نحو درس التربية الرياضية. **الكلمات المفتاحية : تأثير العاب البنات ، القدرات الحركية ، الاتجاه نحو درس التربية الرياضية**

The Effect of Some Girl's Games as Stations in the Preparatory Part on the Development of Some Motor Abilities and the Trend Towards the Lesson of Sport Education for Girls of the Age Group (10-12) Years

Sami Ali Kadhim

Majeda Hameed Kambash

General Directorate of Diyala Education

University of Diyala/ College of Physical Education and Sport Sciences

samialiabd30@yahoo.com

Nadhim Kadhim Jawad

University of Diyala/ College of Physical Education and sport sciences

Abstract

Motor abilities are among the important vocabularies in the lesson of sport education as educators seek to develop it. The importance of the research is to know the effect of girl's games in developing motor abilities and the positive trend towards the lesson of sport education. The researchers deliberately used girl's games in the preparatory part of the lesson in the form of stations. The aim of these games is to instill fun and happiness among students as well as to invest time as far as possible in the motor activity through applying these simple and lovely games by the students to develop the motor abilities and the positive trend towards the lesson. This method was applied on a sample of (60) students. The researchers used the experimental method. On



2/10/2017, the researchers conducted the pre- test. They used the statistical package (Spss) to reach to the results. They concluded that girl's games had an effect in developing the motor abilities as well as the positive trend towards the lesson of sport education

Key words: the effect of Girl's games, motor abilities, trend towards the lesson of sports education

1- المقدمة:

يعد درس التربية الرياضية الاداة المنفذه للمنهاج المدرسي فهو الاساس في تطوير قابلية التلاميذ في المجالات المختلفة تحقيق الاهداف التربوية المطلوبة ، فمن " الضروري الاهتمام بدرس التربية الرياضية ومكوناته لغرض تحقيق اعلى مستوى من التعلم ، فضلا عن الاغراض التربوية والبدنية لانه يمثل الركن الاساس في كل مناهج التربية الرياضية " (ابوهرجة وز غول ، 1999 ، 95) . والقدرات الحركية من المفردات المهمة في درس التربية الرياضية الذي يسعى المربون الى تنميتها ، فعليه يجب ايجاد العاب تميل اليها التلميذات تنمي الديهن الاتجاهات الايجابية نحو الدرس حيث ان " الاتجاهات الايجابية نحو النشاط الرياضي تلعب دورا هاما في الارتقاء بهذا النوع من النشاط البشري لانها تمثل القوى التي تحرك الفرد وتستثيره لممارسة هذا ممارسته بصورة منتظمة (علاوي، 1992 ، 118) " وطبيعة الاتجاهات التي تحملها التلميذات نحو الدرس تتوقف على نوع المعاملة والتمارين والالعاب التي تتلقاها خلال الدرس ، واقبال التلميذات نحو الدرس او نفورهن يتحدد على ضوء اشباع غاياتهن الاساسية" (شمعون، 1999، 115). والتلميذه التي يكون اتجاهها ايجابي وتحب درس التربية الرياضية فمن الطبيعي ان تتطور لديها القدرات الحركية والمهارية . وهناك العاب كثيرة يمكن ان يمارسها التلاميذ خلال درس التربية الرياضية قد تستثيرهم وتنمي لديهم الاتجاه الايجابي نحو الدرس ومنها العاب البنات التي عادة تكون من البيئة المحلية التي تعيش فيها التلميذات فعلى بسطتها تتميز هذه الالعاب بقيمتها التربوية والنفسية والاجتماعية كسمات التعاون والولاء والاخاء والطاعة والامانة والاعتماد على النفس وكذلك الكفاح في سبيل الفوز والشعور بالسعادة والمرح ، لذلك سيتم استخدام بعضها خلال الجزء التحضيري والتعرف على اهميتها في تطوير بعض القدرات الحركية وتأثيرها في الاتجاه نحو درس التربية الرياضية. ومن خلال مشاهدة الباحثان الطريقة التقليدية في اخراج درس التربية الرياضية في المدارس بان اغلب الدروس وبشكل خاص الجزء التحضيري لم يتناسب مع ميول ورغبات التلميذات مما ينعكس على اتجاهاتهن نحو الدرس لان الجزء التحضيري رتيب وغير مشوق لذلك حاول الباحثان ايجاد اسلوب باختيار العاب خاصة للبنات ومن البيئة التي تعيش فيها التلميذه لكي تبني اتجاه ايجابي نحو درس التربية الرياضية وبالتالي يؤدي الى تغيرات مختلفة بدنية ونفسية ومهارية وحركية واجتماعية وغيرها ، ومن هذا المنطلق جاءت فكرة البحث.

وهدف البحث معرفة اثر اداء العاب البنات على تطوير القدرات الحركية وكذلك معرفة اثر اداء العاب البنات على الاتجاه نحو درس التربية الرياضية ، واما الفرضيات فهناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي وهناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية والصالح البعدية.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

ان طبيعة المشكلة المراد دراستها التي تحدد المنهج المستخدم للوصول الى تحقيق اهداف البحث ، اذ يعد المنهج الملائم لطبيعة المشكلة من الامور المهمة في نجاح البحث ، لذلك فقد استخدم الباحثان

المنهج التجريبي لملائمة مشكلة البحث فهو "الملاحظة الموضوعية لظاهرة معينة تحدث في مواقف يتميز بالضبط المحكم ويتضمن متغيرا او اكثر متنوعا بينما نثبت المتغيرات الاخرى" (علاوي وكامل، 1999، 17).

2-2 عينة البحث:

ان طبيعة المشكلة التي يراد دراستها ادت الى اختيار العينة اذ اختيرت عينة من تلميذات الصف الخامس الابتدائي من مدرسة الاصاله الابتدائية ويتكون الصف من شعبتين عددهن (67) تلميذه تم تقسيم الشعبتين الى مجموعتين ضابطة وتجريبية ، اذ كان عدد التلميذات لكل مجموعة (30) تلميذه بعد استبعاد التلميذات الراسبات والمصابات بامراض مزمنة وكان عددهن (7) تلميذات كما مبين في الجدول (1).

الجدول (1)

العينة	حجم العينة	المستبعدون	حجم العينة بعد الاستبعاد
التجريبية	34	4	30
الضابطة	33	3	30

2-2-1 تكافؤ العينة:

تم اجراء التكافؤ للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات الحركية (سرعة الاستجابة والرشاقة والمرونة والتوافق) وقياس الاتجاه نحو الدرس لتلميذات الصف الخامس الابتدائي في ضوء الاختبار القبلي اذ " التكافؤ هو تساوي القياسات بين المجموعات قبل الشروع بالتجربة اي لا توجد فروق معنوية في المتغيرات المدروسة بين المجموعات الخاصة للتجربة " (جواد وكمبش وهيدان ، 2015، 84).

الجدول (2)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (ت) الجدولية	الدالة الاحصائية
		س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]			
سرعة الاستجابة الحركية	ثا	7.1	0.83	7.12	0.58	0.106	1.67	غير معنوي
الرشاقة	ثا	12.02	1.11	11.98	1.25	0.823		غير معنوي
المرونة الحركية	درجة من 20	9.3	8.99	9.6	8.98	0.381		غير معنوي
التوافق	ثا	8.89	1.12	8.91	1.03	0.562		غير معنوي
الاتجاه نحو درس التربية الرياضية	اجابات يتم تحويلها الى ارقام	41.4	16.3	41.5	16.4	0.023		غير معنوي

من خلال الجدول (2) نلاحظ ان درجة (ت) المحتسبة وهي على التوالي (0.106) (0.823)



(0.381) (0.562) (0.023) وعند مستوى (0.05) اصغر من (ت) الجدولية والبالغة (1.67) مما يدل على ان تكافؤ العينة في سرعة الاستجابة والرشاقة والمرونة والتوافق والاتجاه نحو درس التربية الرياضية .

2-3 الوسائل والاجهزة والادوات المستعملة في البحث:

المصادر العربية والاجنبية ، القياسات والاختبارات والمقابلات الشخصية ، شواخص بلاستيكية ، اقلام ، صافرة نوع Fox، ساعة توقيت الكترونية (Csio) حاسبة الكترونية نوع (لابتوب)

2-4 اجراءات البحث الميدانية:

لغرض تحقيق اهداف البحث عمد الباحثان الاتباع الخطوات الاتية :

- 1- تحديد متغيرات البحث وذلك بالاعتماد على بعض المصادر والمراجع العلمية ، فضلا عن اراء المختصين في مجال الاختبارات والقياس.
- 2- تحديد اهم الاختبارات لقياس سرعة الاستجابة الحركية والرشاقة والمرونة والتوافق للتلميذات.
- 3- اجراء الاختبارات القبلية لمتغيرات قيد البحث.
- 4- تطبيق العاب البنات في القسم التحضيري.
- 5- اجراء الاختبارات البعدية لمتغيرات قيد البحث.

2-5 الاختبارات المستخدمة في البحث:

اعتمد الباحثان على الاختبارات مطبقة على البيئة العراقية وكذلك استخدمت في كثير من دراسات الماجستير والدكتوراه وتتوفر فيها الاسس العلمية فضلا عن ذلك توفر الامكانيات لتطبيقها في المدرسة .

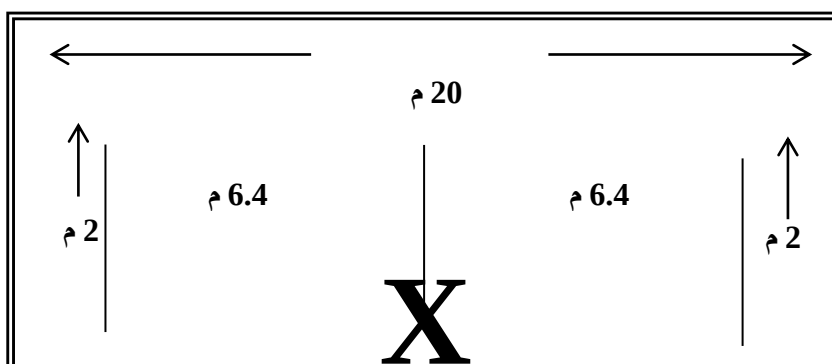
2-5-1 اختبار سرعة الاستجابة الحركية (علاوي ورضوان ،1982،254).

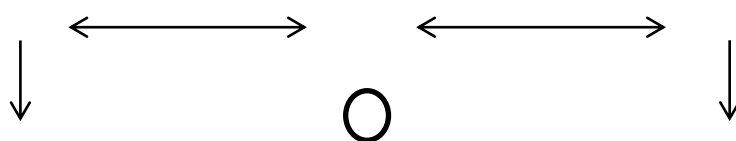
الهدف من الاختبار : قياس القدرة على الاستجابة ورد الفعل في لحظة الانطلاق .

الادوات المستخدمة : مساحة بطول 20 متر وعرض 2 متر خالية، وشريط قياس ، وساعة توقيت ، شواخص عدد (49) .

طريقة الاداء : تقف المختبره عند نهايتي خط المنتصف بمواجهة المحكم الذي يقف عند نهاية الطرف الاخر للخط ويمسك ساعة الايقاف باحدى يديه ويرفعها الى الاعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه اما الى جهة اليسار او الى الجهة اليمين وفي نفس الوقت يقوم بتشغيل الساعة وفي ذلك الوقت تقوم المختبره بالركض في اقصى سرعة الى خط الجانب الذي اشار اليه المحكم وعندما تصل يقوم بايقاف الساعة ، كما هو موضح في الشكل (2)

طريقة التسجيل : تسجل اللاعبة افضل محاولة يمين وافضل محاولة يسار من اصل (3) محاولات من كل جانب ، بقرب وقت الى اقرب 100/1 ثانية .





شكل (1) يوضح اختبار المحكم متجابه الحركية

شكل (1) يوضح اختبار نيلسون للاستجابة الحركية

2-5-2 اختبار الرشاقة بين الشواخص لمسافة (20م) (مجيد ، 1989 ، 155).
هدف الاختبار_ قياس الرشاقة.

الادوات المستعملة: شريط قياس، شواخص عدد(10)، ساعة توقيت، صافرة
طريقة الاداء: الوقوف على خط البداية الذي يبعد 2م من الشاخص الاول تنطلق اللاعبة بعد سماع
الصافرة بالركض قاطعة(10) الشواخص لمسافة(20م) حيث يبعد كل شاخص عن الاخر مسافة (2م)
حيث تقوم اللاعبة باداء حركة (الزكزاك) بين الشواخص التي تقوم بها اللاعبة من خلال اجتياز
الشواخص.
طريقة التسجيل : يبدأ المؤقت باحتساب الوقت لحظة انطلاق اللاعبة الى حد اجتياز اللاعبة الشاخص
الاخير. يقرب الوقت الى اقرب 100/1 ثانية . اذ تعطى محاولة واحدة لكل لاعبة.



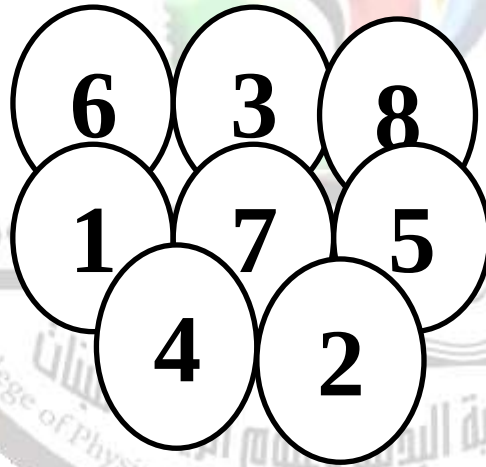
شكل (2) يوضح اختبار ركض (20) م بين الشواخص

3-5-2 اختبار المرونة الديناميكية: (الطرفي ، 2013 ، 138).
الغرض من الاختبار :- قياس المرونة الديناميكية (ثني ومد وتدوير).
الادوات:- ساعة ايقاف – حائط.
مواصفات الاداء:- ترسم علامة (x) على نقطتين مكانهما.
1- على الارض بين قدمي المختبر.



2- على الحائط خلف ظهر المختبر (في المنتصف).
شرح الاختبار:- عند سماع اشارة البدء يقوم المختبر بثني و مد الجذع نحو الامام حتى تلامس اطراف الاصابع عند علامة (x) الموجودة بين القدمين، ثم يقوم بمد الجذع عاليا مع الدوران لجهة اليسار لمس علامة (x) الموجودة خلف الظهر باطراف الاصابع ثم يقوم بالدوران الجذع وثنيه للأسفل للمس علامة (X) الموجودة بين القدمين مرة اخرى خلف الظهر .
يكرر هذا العمل الى اكبر عدد ممكن من المرات في ثلاثين ثانية مع ملاحظة ان يكون لمس العلامة التي خلف الظهر مرة من جهة اليسار والاخرى من جهة اليمين .
الشروط :-

- يجب عدم تحريك القدمين في اثناء الاداء .
 - يجب اتباع التسلسل المحدد للمس طبقا لما جاء ذكره في المواصفات .
 - يجب عدم ثني الركبتين نهائي في اثناء الدوران.
- 2-4-5 اختبار التوافق: (الطرفي ، 2013 ، 182).
الغرض من الاختبار : قياس توافق الرجلين والعينين.
الادوات : ساعة ايقاف ، يرسم على الارض ثنائي دوائر على ان يكون قطر كل منها ستين (60) سنتمتر . ترقم الدائرة كما هو وارد في الشكل(3) ادناه .



اختار الدوائر المرقمة

شكل(3) يمثل اختبار الدوائر المرقمة

- مواصفات الاداء : يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1) ، عند سماع اشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا الى الدائرة رقم (2) ثم الى دائرة رقم (3) ثم الى دائرة رقم (4)..... حتى دائرة رقم (8) يتم ذلك باقصى سرعة .
- التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الدوائر الثمانية .



2-6 ألعاب البنات المستخدمة في البحث:

هناك ألعاب كثيرة تلعبها البنات في المدرسة وهذه الألعاب غالباً ما تكون من البيئة المحلية للتلميذات ، وقد اختار الباحثان بعض من هذه الألعاب وقد وقع الاختيار على الألعاب الأكثر تنافس وحركة وتمارين للاستفادة منها في موضوع البحث وهي:

1- التوكي

2- هبلا هوب

3- القفز بالحبل

4- لعبة وان تو (القدمين بالتبادل على درجة الدرج أو رصيف)

5- لعبة تبديل المواقع على مربع مرسوم على الأرض

6- شدة ياورد شدة

7- القوري القوري

2-7 التجربة الاستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية " تجربة صغيرة أو عمل للدراسة يقوم بها الباحث بغية الوقوف على السلبيات والإيجابيات التي قد ترافق إجراء التجربة الرئيسة " (الشوك والكبيسي ، 2004، 89) فقد قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية للاختبارات يوم الاثنين الموافق 2017/10/2 في تمام الساعة العاشرة صباحاً على عينة مكونة من (27) تلميذة من مدرسة سيبويه الابتدائية وجرى من خلالها التعرف على طبيعة الاختبارات وإمكانية تنفيذها من قبل التلميذات والتعرف على الوقت اللازم لتنفيذ التجربة وكذلك معرفة مدى قدرة الكادر المساعد عند تنفيذ الاختبار ، والتعرف على ملائمة الاستمارة الخاصة بتسجيل الدرجات .

2-8 الاختبار القبلي:

تم إجراء الاختبارات القبلي يومي الثلاثاء والأربعاء الموافق (2017/10/4-3) في ساحة مدرسة الاصلية ، وقد قام الباحثان بتثبيت الظروف وطريقة إجراء الاختبارات وفريق العمل المساعد من أجل تحقيق الظروف نفسها قدر الامكان عند إجراء الاختبارات البعدي وقد تم من خلاله ماياتي:

1- شرح جميع الاختبارات المستخدمة في البحث.

2- تم اعطاء فرصة للتلميذات الغرض الاحماء.

3- تم تسجيل النتائج طبقاً للشروط والمواصفات المحددة لكل اختبار.

2-9 اعداد منهج التعليمي:

قام الباحثان باعداد خطط وفق منهاج وزارة التربية المقرر للمرحلة الابتدائية وتكونت من (24) وحدة تعليمية بمعدل وحدتين تعليميتين في الاسبوع الواحد بوقت (40) دقيقة للوحدة.

2-10 تطبيق التجربة:

طبق الباحثان الخطط التدريسية ابتداءً من 2017/10/4 وقد راعى الباحثان في تطبيق الوحدة التعليمية استخدام ألعاب البنات في الجزء التحضيري .

2-11 الاختبارات البعدي:

تم إجراء الاختبارات البعدي بعد اكمال المنهج التعليمي ووحداته البالغة (24) في يوم الثلاثاء والأربعاء الموافق (2018/1/4-3) مراعيًا في ذلك جميع الظروف والشروط من حيث الزمان والمكان والجهزة والادوات وفريق العمل المساعد وطريقة تنفيذ الاختبارات ، التي اجريت فيها الاختبارات القبلي.

2-12 الوسائل الاحصائية:

استخدام الباحثان الوسائل الاحصائية المناسبة لمعالجة نتائج البحث بالبرنامج الجاهز (Spss)

3-1 عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة جدول (3) يبين مجموع الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي وقيمة (ت) المحتسبة وقيمة (ت) الجدولية في اختبارات (سرعة الاستجابة الحركية والرشاقة والمرونة والتوافق والاتجاه نحو درس التربية الرياضية للمجموعة الضابطة) وجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3)

معنوية الفروق	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحتسبة	مج ف ²	مج ف	المعالم الاحصائية
معنوي	1.69	7.23	51.749	31.6	سرعة الاستجابة الحركية
معنوي		7.36	122.28	54.55	الرشاقة
معنوي		7.95	74	39	المرونة الحركية
معنوي		10.99	87.76	46.07	التوافق
معنوي		1.89	132	21	الاتجاه نحو درس التربية الرياضية

من الجدول (3) بلغت قيمة (ت) المحتسبة وعلى التوالي (7.23) (7.36) (7.95) (10.99) (1.89) وعند مقارنتها مع قيمة (ت) الجدولية وعند درجة حرية (29) وتحت مستوى دلالة (0.05) بلغت (1.69) وهذا يدل على وجود فروق معنوية والصالح الاختبار البعدي .

3-1-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية:

والجدول (4) يبين مجموع الفروق ومجموع مربع الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي وقيمة (ت) المحتسبة وقيمة (ت) الجدولية في الاختبارات (سرعة الاستجابة الحركية والرشاقة والمرونة والتوافق والاتجاه نحو درس التربية الرياضية) للمجموعة التجريبية.

الجدول (4)

معنوية الفروق	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحتسبة	مج ف ²	مج ف	المعالم الاحصائية
معنوي	1.69	10.73	136.19	57.13	سرعة الاستجابة الحركية
معنوي		14.09	464.71	110.3	الرشاقة
معنوي		10.13	394	96	المرونة
معنوي		14.97	525.44	118.14	التوافق
معنوي		11.19	13750	568	الاتجاه نحو درس التربية الرياضية

في الجدول (4) بلغت قيمة (ت) المحتسبة وعلى التوالي (10.73) (14.09) (10.13) (14.97) (11.19) وعند مقارنتها مع قيمة (ت) الجدولية وعند درجة حرية (29) وتحت مستوى دلالة (0.05) بلغت (1.69) وهذا يدل على وجود فروق معنوية والصالح الاختبارات البعدي .

3-1-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة والتجريبية:

الجدول (5) بين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة وقيمة (ت) الجدولية في اختبارات (سرعة الاستجابة الحركية والرشاقة والمرونة والتوافق والاتجاه نحو درس التربية الرياضية) للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

الجدول (5)



معنوية الفروق	قيمة(ت) (الجدولية	قيمة (ت) المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات
			±ع	-س	±ع	-س	
معنوي	1.67	5.12	0.921	5.16	1.342	6.59	سرعة الاستجابة الحركية
معنوي		7.5	1.750	4.85	0.801	7.07	الرشاقة
معنوي		2.37	12.2	21.6	10.32	14.7	المرونة
معنوي		5.091	0.86	7.97	3.356	10.63	التوافق
معنوي		11.17	26.3	82.6	17.8	44.3	الاتجاه نحو درس التربية الرياضية

في الجدول (5) بلغت قيمة (ت) المحتسبة وعلى التوالي (5.12) (7.5) (2.37) (5.091) (11.17) وعند مقارنتها مع قيمة (ت) الجدولية وعند درجة حرية (58) وعند مستوى دلالة (0.05) وهذا يدل على وجود فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية .

2-3 مناقشة النتائج:

1-2-3 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة:

من خلال مقارنة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة وكما هو موضح في الجدول (3) اظهرت هذا النتائج بان هناك فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي ، ويعزو الباحثان هذه الفروق الى انتظام التلميذات بالدرس مما انعكس على تطور القدرات البدنية ، فعن طريق ممارسة التلاميذ الانشطة الرياضية الصفية وذلك في مجال الدرس او للصفية للتلاميذ (بسطويسي وعباس ، 1987، 72).

2-2-3 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية:

من خلال مقارنة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية كما هو موضح في الجدول (4) حيث اظهرت هذه النتائج فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحثان سبب هذه الفروق الى ممارسة التلميذات العاب البنات في الجزء التحضيري على شكل محطات والذي كان لهذه العاب الاثر واضح في تشويق التلميذات للدرس مما اسهم بشكل كبير في تنمية القدرات الحركية المختلفة ، واستخدام التمرينات والالعاب في درس التربية الرياضية يؤدي الى تنشيط الجهاز العصبي والبدني وانها تلعب دورا في تنمية الجوانب النفسية (حلمي وآخرون ، 2000، 125).

3-2-3 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة والتجريبية:

من خلال ماتم عرضه من نتائج في جدول (5) وبعد مقارنة الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية ظهر هناك وجود فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحثان سبب ذلك هو استخدام العاب البنات في الجزء التحضيري الذي كان له الدور كبير في زيادة حماس وحركة التلميذات خلال الدرس وكذلك كان لهذه الالعاب الاثر النفسي الايجابي اتجاه درس التربية الرياضية ، حيث اعطاء الحرية الكافية للتلميذات في اداء هذه الالعاب دون تدخل المعلم وقد لاحظ الباحثان ان التلميذات يستكشفن حركات وفقرات اثناء تطبيق الالعاب وبانماط حركية مختلفة يستمتعن بادائها وهذا ما جعل التلميذات يستثمرن الوقت بالحركة ، فضلا عن ذلك فان هذه الالعاب محبة الى نفوس التلميذات وبسيطة وسهلة الاداء ومن نفس البيئة المدرسية " اذ الابد من التركيز على النشاط التعليمي من الدرس بأسلوب الالعاب عن طريق الحلول من المتعلمين والقيام بالتكرار والتدريب للمهمة الحركية الى جانب الاستفادة القصوى من زمن التنفيذ في الدرس وتحقيق زيادة الفاعلية " (محمد ومطوع ، 1992، 86) وكذلك هذه الالعاب تحقق للتلميذات التنمية الشاملة والمتوازنة من خلال توفيرها الفرص الكافية لاكتساب الخبرات والمهارات التي تحتاجها التلميذه خلال فعاليتها التي تنسم بالمتعة والسرور لجميع التلميذات (ERIC.1997.4).

4- الخاتمة:

في ضوء النتائج توصل الباحثان بان الالاعاب البنات تائثرا ايجابيا في تنمية القدرات الحركية لدى التلميذات في المجموعة التجريبية افضل من المجموعة الضابطة ، وان الالاعاب البنات قد استثارة دافعية التلميذات نحو الدرس وفضلا عن ذلك هذه الالاعاب ادت الى استثمار الوقت في المجموعة التجريبية بشكل افضل من المجموعة الضابطة ، ويوصي الباحثان با ستخدام العاب البنات في الجزء التحضيري كمحطات في تنمية القدرات الحركية والبدنية وكذلك اجراء دراسات مشابهة على عينات مختلفة لتعميق مسار البحث باستخدام العاب البنات لتنمية القدرات الحركية والاتجاه الايجابي نحو الدرس التربوية الرياضية.

المصادر والمراجع :

- 1- بسطويسي، احمد، واحمد عباس: طرق التدريب في مجال التربية الرياضية: (جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1974).
- 2- حلمي ،مكارم (واخرون) ؛ موسوعة التدريب الميداني في التربية الرياضية ط1: (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2000).
- 3- الطرفي، علي سلمان عبد؛ الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية: (بغداد ، المكتبة الوطنية ، 2013).
- 4- زيدان، وفاء ناجي ؛ تأثير التمرينات الهوائية الايقاعية في تعديل اتجاه الطالبات نحو درس التربية الرياضية: (جامعة ديالى ، كلية التربية الاساسية ، 2007).
- 5- عبد الخالق عصام ؛ التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999).
- 6- العربي، محمد شمعون ؛ علم النفس الرياضي والقياس النفسي: (القاهرة ،مركز الكتاب ،1999).
- 7- مجيد ريسان خريط ؛ موسوعة الاختبارات في التربية البدنية والرياضية: (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، 1982).
- 8- محمد بدور، وماجده المطوع ؛ فاعلية درس التربية الرياضية باستخدام التربية الحركية في مرحلة رياض الاطفال والابتدائية بدولة الكويت: (القاهرة ، مجلة دراسات والبحوث البدنية والرياضية ، 1992).
- 9- علاوي، محمد حسن ؛ علم النفس الرياضي ط1: (مصر ، دار المعارف ،1992).
- 10- علاوي ، محمد حسن ، محمد نصر الدين رضوان ؛ اختبارات الاداء الحركي ط1: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1982).
- 11- علاوي، محمد حسن واسامة كامل راتب ؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999).
- 12- جواد، ناظم كاظم ،ماجده حميد كمبش، ،حسام محمد هيدان ؛ المبسطة في استيعاب البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة: (مطبعة ديالى ، 2015).
- 13- ابوهرجة، مكارم حلمي، محمد سعد زغلول ؛ مناهج التربية الرياضية ط1: (القاهرة ، مركز الابحاث للنشر ، 1999).
- 14- الشوك، نوري ابراهيم، رافع صالح الكبيسي ؛ دليل الباحث لكتابة الابحاث في التربية: (بغداد ، باب المعظم ، 2004).

1- ERI: Why should physical Education Taueht in the school wahin, ton
DC.V.S.A.19, 7.