



A movement education program to develop some physical abilities and basic skills in handball for primary school students."

Dr. Heba Gaber Ahmed Mohamed Eldrshaby¹, Dr. Saied Osman Abass Hassan²

^{1,2}Faculty of Physical Education, Alexandria University, Egypt

Correspondent Author: saidosman8@gmail.com

Abstract

Physical education programs work with the student as a whole mentally, physically, and socially, providing organized and enjoyable content for all students. They form the basis for more complex skills and allow for evaluation without excluding fun and learning time. The research aims to develop some physical abilities and basic handball skills for primary school students for the academic year 2023. To achieve the research goal, the researchers used the experimental method to suit the problem and its nature. The research group consisted of (30) students enrolled in the fourth grade of primary school. The following tools were used to collect research data: physical fitness tests – basic handball skills tests. The researchers concluded that the proposed physical education program had a positive effect on the physical abilities and basic handball skills of primary school students. The researchers recommended conducting further similar studies on different age groups not covered by the current study, as well as benefiting from specialized scientific research in physical education practically and applicably in handball.

Keywords: movement education – physical abilities – handball.



برنامج تربية حركية لتنمية بعض القدرات البدنية والمهارات الاساسية فى كرة اليد لتلاميذ المرحلة الابتدائية

م. د هبه جابر أحمد محمد الدرشابي¹ م. د سعيد عثمان عباس حسن²

^{1,2}كلية التربية الرياضية - جامعة الإسكندرية - جمهورية مصر العربية

ملخص البحث

أن برامج التربية الحركية تعمل مع التلميذ ككل عقلياً وبدنيا واجتماعياً، وتقدم محتوى منظم وممتع لكل التلاميذ، وهي الأساس لمهارات أكثر تعقيداً وكذلك تسمح بإجراء التقويم دون استبعاد المتعة وزمن التعلم. ويهدف البحث الى تنمية بعض القدرات البدنية والمهارات الاساسية فى كرة اليد لتلاميذ المرحلة الابتدائية، للعام الدراسي 2023. ولتحقيق هدف البحث إستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة المشكلة، وتكونت مجموعة البحث من (30) تلميذاً مقيدين بالصف الرابع الابتدائي، ولجمع بيانات البحث تم استخدام الأدوات التالية: إختبارات القدرات البدنية - إختبارات المهارات الاساسية بكرة اليد. وقد استنتج الباحثان الى ان برنامج التربية الحركية المقترح كان له تأثير ايجابى على القدرات البدنية والمهارات الاساسية بكرة اليد لتلاميذ المرحلة الابتدائية. وقد اوصى الباحثان بالقيام بدراسات أخرى مشابهة على مراحل سنية مختلفة لم تتناولها الدراسة الحالية كذلك الإستفادة من الأبحاث العلمية المتخصصة في التربية الحركية بشكل عملي وتطبيقي فى كرة اليد.

الكلمات الافتتاحية: التربية الحركية- القدرات البدنية - كرة اليد



تعتبر كرة اليد إحدى الألعاب الكبيرة، والتي توسعت بشكل كبير خاصة بعد ما زادت معرفة الجماهير لفوائدها الصحية والتربوية والتنافسية، رغم اختلاف الواقع بينهم من ناحية أعمارهم وثقافتهم وطبقاتهم، كما عرفت كرة اليد تطوراً كبيراً، وذلك عبر مختلف العصور وبشكل فعال في تحسين اللياقة البدنية للفرد أو اللاعب الممارس لها، وذلك للحصول على بنية رياضية جيدة.

وقد أطلق الاتحاد الدولي لكرة اليد برنامج تدريب وتعليم شامل لمدرسي ومدربي التربية البدنية في المدارس عبر جميع القارات يسمى برنامج كرة اليد في المدرسة والهدف هو تعريف وتعليم كرة اليد بقواعد مكيفة لجعل هذه الرياضة أكثر سهولة وتحدياً ومنتعة للتلاميذ الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و 17 عامًا. شعار البرنامج؟ "المرح والعاطفة والصحة" دعوة للتلاميذ للمشاركة والاستمتاع بفوائد كرة اليد.

وفي إطار برنامج كرة اليد في المدرسة، تم إجراء تغييرات وتعديلات مختلفة على قواعد كرة اليد، مما مكن التلاميذ من الاستمتاع بهذه الرياضة بشكل أكبر، تم تصغير الملاعب وتقليل عدد اللاعبين في كل فريق، حيث تم لعب ثلاث مقابل ثلاثة، وأربعة مقابل أربعة، وخمسة مقابل خمسة، وحرصاً على حماية اللاعبين وتطورهم ككل، لا يسمح بأي احتكاك في كرة اليد للتلاميذ، مما يحولها إلى واحدة من أكثر الرياضات أماناً للتلاميذ في الأيام الحالية، كان الهدف هو مساعدة اللاعبين على التطور بشكل أفضل، ودمجهم في اللعبة، من خلال التأكد من أن كل لاعب يمتلك الكرة لفترة كافية من الوقت (info/media-center).

وبرامج التربية الحركية وما تحتويه هو كل ما يحتاجه التلاميذ من خلال مجموعة من الأنشطة الحركية التي تحقق الهدف الذي يرمى إليه البرنامج مع مراعاة قواعد الترتيب من المحسوس إلى المجرد ومن البسيط إلى المعقد ومن التقليد للابتكار، وهو بمثابة المدخل الطبيعي للممارسة الفعلية للأنشطة الرياضية المتعددة عن طريق استخدام التلميذ للحركات المتعددة بهدف حل المشكلات الحركية والتي تتطلب المشاركة الإيجابية (المصطفى، 1995، ص. 46).

ويذكر جينسن، إيريك Jensen, Eric (2000)، أن برامج التربية الحركية تعمل مع التلميذ ككل عقلياً وبدنياً واجتماعياً، وتقدم محتوى منظم وممتع لكل التلاميذ، وهي الأساس لمهارات أكثر تعقيداً وكذلك تسمح بإجراء التقويم دون استبعاد المتعة وزمن التعلم، فعن طريق برامج التربية الحركية يستطيع التلميذ حل مشكلة حركية في



مهارة معينة واستكشافها يجعله يستغرق وقتاً أطول في التذكر والاختزان، كما تعمل على توفير مجال واسع للاستكشاف الحركي الابتكار في الألعاب الرياضية وأداء المهارات بطريقة سلسة. (المصطفى 1995، ص.46) (Jensen, Eric2000)

فالتربية الحركية: هي التعلم عن طريق الحركة ففيه تسع دائرة التعلم فتشمل جميع جوانب نمو التلميذ وتكون الحركة أداة هذه الدائرة في تحقيق الأهداف المرجوة، وهي اللياقة البدنية والحركية، والعقلية، والانفعالية، والاجتماعية. (فاطمة عوض صابر 2006. ص 25)

مشكلة البحث

تعد المدارس الابتدائية ميدانا خصبا لتعليم أنماط مختلفة من الأنشطة الحركية، وإن من أهم مراحل حياة الانسان هي المرحلة الابتدائية التي تنمو فيها قدراته وتتضج مواهبه ويتم توجيهها تربويا، وبما أن التربية الرياضية تحتوي على نشاطات وفاعليات بدنية وعقلية مختلفة لذا كان بإمكاننا وعن طريقها ننمي القدرات الإبداعية التي يمتلكها التلاميذ.

وقد أثبتت العديد من نتائج الدراسات العالمية أن مرحلة التعليم الابتدائي تمثل مرحلة سنية هامة للتعلم، من خلال ما تقدمه للتلاميذ، من فرص تربوية وما تتيحه من مجالات تعليمية متعددة تساعد على إكساب التلاميذ العديد من المفاهيم والمهارات الأساسية الضرورية لنموهم ، وهذا ما أثبتته دراسات "جان بياجيه Paige و بينجامين بلوم Bloom ودراسات وكتابات كفيكر هانت Hint والتي تناولت جميعا أثر السنوات الأولى في حياة التلميذ، كما أنها مرحلة تربوية تعليمية هادفة قائمة بذاتها ، وإنما هي مدرسة حقيقية ذات قيمة تربوية ولها أهداف تعليمية سلوكية وبرامج وأنشطة هادفة تشبع حاجات الطفولة الأساسية ، وتنمي الشخصية المتكاملة. (Karen weiller 2014.ص74)

ومن خلال ما سبق يعد تعليم مهارات كرة اليد ذا أهمية وذلك من خلال أنشطة حركية محببة لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، حيث يرى الباحثان أن لعبة كرة اليد بالمرحلة الابتدائية لم تنال الاهتمام الكافي من قبل الباحثين في هذه المرحلة ، وكذلك البرامج الموجودة بالمدارس الابتدائية لم تتطور منذ فترة طويلة ، وتقوم في الغالب على بعض التمرينات البدنية وبعض الألعاب الصغيرة في أحسن حالات التدريس، الأمر الذي يستدعي تطوير اتجاهات هذه المرحلة بالأساليب الحديثة في طرق التدريس والأنشطة المحببة للتلميذ والتي تتسم بالطابع الترويحي



مع التعديل في محتوى الأنشطة الرياضية وطرق التدريس بصورة تتناسب مع التلاميذ والتي تتناسب مع خصائص المرحلة السنية حتى يمكن الارتقاء بالعملية التعليمية في هذه المرحلة.

وتأسيسا على كل ما سبق فقد تم تحديد مشكلة البحث الحالي، وتوجه الباحثان الى بناء برنامج تربية حركية لتنمية القدرات البدنية والمهارات الاساسية بكرة اليد للتلاميذ بالمرحلة الابتدائية.

هدف البحث

" تنمية بعض القدرات البدنية والمهارات الاساسية فى كرة اليد لتلاميذ المرحلة الابتدائية "وذلك عن طريق:

- بناء برنامج تربية حركية مقترح لتنمية بعض القدرات البدنية والمهارات الاساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية للقدرات البدنية (قيد الدراسة) ولصالح القياس البعدى.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية للمهارات الاساسية بكرة اليد (قيد الدراسة) ولصالح القياس البعدى >

الدراسات السابقة:

ونعرض الدراسات السابقة من خلال محورين رئيسيين هما:

الدراسات التي تناولت التربية الحركية:

- دراسة ياسمين عيد عبد المالك. (2024): تأثير برنامج تربية حركية في ضوء نظرية الذكاءات المتعددة على تطوير بعض المهارات الحياتية والوعي البيئي لدى اطفال ما قبل المدرسة. جامعة حلوان.
- (Yuldasheva, G., & Mohidilxon, M. (2024) استخدام تكنولوجيا المعلومات في عملية أداء النشاط الحركي لدى أطفال ما قبل المدرسة.
- لمياء ياسر محمد أبو الفتوح (2023): تأثير برنامج تربية حركية مدعم بالنمذجة الالكترونية على بعض متغيرات درس التربية الرياضية.



- (Arvola, O., Liljeroth, P., & Reunamo, J. (2023): هل يعد النشاط البدني طريقاً لمشاركة الأطفال المتنوعة ثقافياً ولغوياً في التعليم والرعاية في مرحلة الطفولة المبكرة؟
- (Kamaruddin, I., Tannady, H., & Aina, M. (2023): الجهود المبذولة لتحسين القدرة الحركية لدى الأطفال من خلال الاستفادة من دور الألعاب التقليدية

الدراسات تناولت كرة اليد:

- دراسة كمال عبد اللطيف، & همت عزت. (2024). تأثير تطوير مهارات المعالجة والتناول على مستوى أداء مهارة (التمرير - الاستلام - التصويب) وبعض الصفات البدنية الخاصة لبراعم كرة اليد من (6-9) سنوات المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة.
- دراسة همت عزت كمال عبد اللطيف (2024): بعنوان تأثير تطوير بعض مهارات المعالجة والتناول على مستوى أداء مهارة (التمرير - الاستلام - التصويب) والصفات البدنية الخاصة لبراعم كرة اليد من (6-9) سنوات
- دراسة محسن أبو قريش، سالم حسين درويش، & محمد. (2023). تأثير استخدام برنامج تدريبي للتصور العقلي المعزز بنموذج الواقع الافتراضي والقدرة العضلية على تطوير بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة اليد
- عصام الدين على رزق (2023). فاعلية برنامج تربية حركية مدعوم بالوسائط المتعددة على بعض القدرات الحركية والإدراك الحركي لطفل الروضة .
- (Kamaruddin, I., Tannady, H., & Aina, M. (2023)) الجهود المبذولة لتحسين القدرة الحركية لدى الأطفال من خلال الاستفادة من دور الألعاب التقليدية
- (Paakkari, A., Paananen, M., & Grieshaber, S. (2023)) مجموعات تتبع الأنشطة في التعليم والرعاية في مرحلة الطفولة المبكرة الفنلندية.

إجراءات البحث

منهج البحث:

- استخدم المنهج التجريبي، باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة، باستخدام القياسات القبلية - البعدية.



عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة من تلاميذ الصف الرابع الابتدائية من مدرسة الشهيد الشحات فاروق عبد ربه بإدارة الرحمانية التعليمية بمحافظة البحيرة، والمقيدون بسجلات المدرسة للعام الدراسي 2023م، والبالغ عددهم (30) تلميذاً، للمرحلة السنية (10-13) سنة، حيث بلغ عدد الدراسة الاستطلاعية (15) تلميذاً، وبلغت عينة الدراسة الفعلية (15) تلميذاً في الصف الرابع الابتدائي تراوحت أعمارهم الزمنية بين (10-13 سنة)، بمتوسط عمري قدرة (11.5 سنوات)، كما استثمرا الملعب والامكانيات الموجودة بالمدرسة، واستعان الباحثان بالمعلمين العاملين بالمدرسة لمساعدتهما في تطبيق التجربة.

تجانس عينة البحث:

قام الباحثان بالتعاون مع الأخصائية النفسية بالمدرسة بإجراء التجانس لعينة البحث في متغيرات السن، الطول، الوزن والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (1) التوصيف الإحصائي لعينة البحث في المتغيرات الأساسية قيد البحث قبل التجربة $n = 15$

المتغيرات	الدلالات الإحصائية	وحدة القياس	أقل قيمة	أكبر قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
السن	(سنة)	10.00	13.00	11.07	0.88	0.57	0.09	
الطول	(سم)	118.00	148.00	130.53	8.48	0.24	-0.17	
الوزن	(كجم)	25.00	52.10	36.94	7.64	0.05	-0.29	

يتضح من الجدول رقم (1) الخاص بالتوصيف الإحصائي لعينة البحث في المتغيرات الأساسية قيد البحث قبل التجربة أن قيم معامل الالتواء لجميع المتغيرات جاءت قريبة من الصفر حيث إنحصرت قيم معامل الالتواء ما بين (0.05 إلى 0.57) وبهذا يتبين وقوع تلك القيم ما بين (± 3) ، وهذا يؤكد على خلو العينة من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية.



أدوات جمع البيانات:

- 1- السجلات المدرسية
- 2- القياسات الخاصة: (السن - الطول - الوزن)
- 3- الاختبارات المستخدمة في البحث.
- 4- المقابلة الشخصية
- 5- الاستبانة

الاختبارات المستخدمة في البحث.

1- اختبارات القدرات البدنية:

تم اختيار الاختبارات المستخدمة في البحث من خلال الخطوات التالية:

- بالاطلاع على بعض المراجع والدراسات السابقة:
- قام الباحثان باستطلاع رأى الخبراء حول المتغيرات البدنية والاختبارات والتي أفادت باختيار القدرات البدنية والاختبارات الآتية:
- اختبار (عدو 30 متر من بداية متحركة) لقياس السرعة الانتقالية.
- اختبار (المكوكي 4×10) لقياس الرشاقة.
- اختبار (تمرير الكرة على الحائط 30ث) لقياس التوافق
- 2- المهارات الأساسية بكرة اليد
- التمرير (اختبار التمرير والاستلام على الحائط 30ث)
- التنطط (التنطط المستمر في اتجاهات متعددة)
- التحركات الدفاعية (اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة)
- التوصيف الإحصائي في الاختبارات المستخدمة لعينة البحث قبل التجربة.
- حساب المعاملات الاحصائية:
- صدق الاختبار:

لحساب الصدق تم استخدام طريقة: صدق المحكمين: تم عرض الاختبارات على الخبراء جدول (2).



جدول (2) صدق المحكمين على الاختبارات المهارات الحركية الأساسية بكرة اليد ن = 15

م	المهارات الحركية الأساسية	الاختبارات	موافق		غير موافق		نسبة الموافقة %
			النسبة %	تكرار	النسبة %	تكرار	
1	القدرة البدنية	السرعة	90.91 %	10	9.09 %	1	90.91 %
2		الدقة	100 %	11	0.00 %	0	100 %
3		الرشاقة	72.73 %	8	27.27 %	3	72.73 %
4	المهارات الأساسية بكرة اليد	التمرير	81.82 %	9	18.18 %	2	81.82 %
5		التنطيط	72.73 %	8	27.27 %	3	72.73 %
6		التحركات الدفاعية	100 %	11	0.00 %	0	100 %

يتضح من الجدول رقم (2) الخاص بصدق المحكمين في الاختبار الحركية الأساسية أن تراوحت نسبة الموافقة للمحاور ما بين (72.73 %، 100 %) وهي أكبر من نسبة 70.00 % وقد أرتضا الباحث نسبة 70.00 % كنسبة إتفاق بين المحكمين.

إجراءات تنفيذ التجربة (الدراسة الأساسية):

أ- القياس القبلي:

تم إجراء القياس القبلي على عينة البحث الأساسية في الفترة من 2023/10/15م إلى 2023/10/18م، عن طريق الاختبارات المستخدمة بالبحث.

ب- التجربة:

تم تنفيذ البرنامج المقترح في ضوء آراء الخبراء بواقع (6) أسابيع وبواقع (12) درس، درسان لكل أسبوع وزمن الحصة (45) دقيقة طبقا لخطة الجدول الدراسي بالمدرسة.

حيث تم تنفيذ البرنامج على تلاميذ عينة البحث ووزعت على (6) أسابيع واشتمل البرنامج على (12) درس مكتوبة بواقع (2) درسين في الأسبوع واستغرق تنفيذ الدرس الواحد (45) دقيقة.



ج-القياس البعدي:

تم إجراء القياس البعدي على عينة البحث بعد الانتهاء من تطبيق الدراسة الأساسية في الفترة من 18-2023/12/21م، عن طريق الاختبارات المستخدمة بالبحث بنفس الظروف التي استخدمت في القياس القبلي.

جدول (3) الدلالات الإحصائية لقياسات القدرات البدنية لعينة البحث قبل التجربة. $n = 15$

الدلالات الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
30م عدو	ثانية	6.74	7.02	.787	-.583	-.676
التصويب على المستطيلات المتداخلة	عدد	1.47	1	1.13	.296	-1.273
الجري المكوكي 3مرات×9م	ثانية	20.62	20.80	1.56	-.354	-.504

يتضح من جدول (3) أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة، حيث بلغ معامل الالتواء فيها ما بين (-0.583 إلى 0.296)، وهذه القيم تقترب من الصفر، وتقع في المنحنى الاعتدالي بين (± 3)، مما يؤكد على إعتدالية العينة في إختبارات القدرات البدنية قبل إجراء التجربة.

جدول (4) الدلالات الإحصائية لقياسات المهارات الأساسية لكرة اليد لعينة البحث قبل التجربة $n = 15$

الدلالات الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح
اختبار التمرير والاستلام على الحائط 30ث	عدد	2	2	1.60	.360	-.977
التنطيط المستمر في اتجاهات متعددة	ثانية	1.80	1.95	.199	-1.035	.987
اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة	عدد	1.90	1	1.42	.917	.394



يتضح من جدول (4) أن البيانات الخاصة بعينة البحث الكلية معتدلة وغير مشتتة وتتسم بالتوزيع الطبيعي للعينة، حيث بلغ معامل الالتواء فيها ما بين (-1.035 إلى 0.91). وهذه القيم تقترب من الصفر، وتقع في المنحنى الاعتدالي بين (± 3)، مما يؤكد على إعتدالية العينة في إختبارات المهارات الأساسية بكرة اليد قبل إجراء التجربة.

المعالجات الإحصائية:

تم إيجاد المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج SPSS version 22 فيما يلي:

- المتوسط الحسابي. Mean
 - الانحراف المعياري Stander Deviation
 - الوسيط. Median
 - معامل الالتواء. Skewness
 - معامل التفلطح. Kurtosis
 - اختبار (ت) الفروق للقياسات القبلية البعدية. Paired Samples T test
 - النسبة المئوية % Percentage
 - نسبة التحسن % The percentage of improvement
- عرض ومناقشة النتائج

1- عرض نتائج الفرض الأول:

وينص على: " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية للقدرات البدنية (قياد الدراسة) ولصالح القياس البعدي".

جدول (5) الدلالات الإحصائية الخاصة بقياسات القدرات البدنية لعينة البحث قبل وبعد التجربة

نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدي		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية الإختبارات
			ع $\pm$	س	ع $\pm$	س	ع $\pm$	س	
96.88	.000	18.98	.740	3.628	.758	3.113	.787	6.74	30م عدو
90.2	.000	- 14.71	2.193	-8.33	2.54	9.80	1.13	1.47	التصويب على المستطيلات المتداخلة
89.6	.000	19.010	2.083	10.22	2.63	10.40	1.56	20.62	الجري المكوكي 3مرات×9م



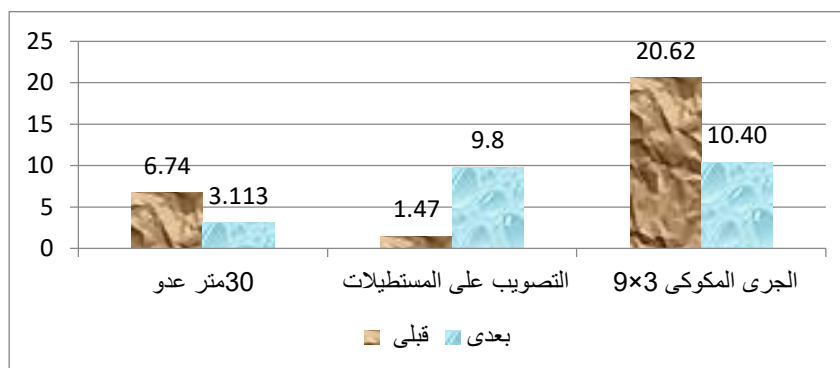
*معنوى عند مستوى $0.05 = (0.09, 2)$

يتضح من الجدول رقم (5) والشكل البياني رقم (1) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصه بالقدرات البدنية ونسبة التحسن لعينة البحث قبل وبعد التجربة : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) ، فى إختبار (30م عدو- التصويب على المستطيلات المتداخلة- الجري المكوكي 3مرات×9م) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (19.9 ، 14.7) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $(0.05) = (2.09)$ وبمستوى دلالة أقل 0.05 ، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (1.32) وهى أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $(0.05) = (2.09)$ وبمستوى دلالة أكبر من 0.05 وتراوح نسب التحسن فى جميع الإختبارات مابين (89.6 % إلى 96.88 %) وذلك لصالح القياس البعدى

جدول (6) معنوية حجم التأثير فى القدرات البدنية لعينة البحث وفقاً لمعادلات كوهن. $n = 15$

الاختبارات	الدلالات الإحصائية	وحدة القياس	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	ايتا2	دلالة حجم التأثير
30م عدو		ثانية	19.16	0.00	.57	متوسط
التصويب على المستطيلات المتداخلة		عدد	35.73	0.00	0.68	متوسط
الجري المكوكي 3مرات×9م		ثانية	1.32	0.20	0.159	متوسط

حجم التأثير : - 0.2 - 0.5 : منخفض 0.5 - 0.8 : متوسط 0.8 فأكثر : مرتفع



الشكل البياني (1) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات القبليه والبعدية الخاصة باختبارات القدرات البدنية قبل وبعد التجربة



باستعراض نتائج الجدول رقم (5) و(6) والشكل البياني (1) والخاص بالقياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في قياسات اختبارات القدرات البدنية تبين أنه قد حدث تقدم ملحوظ في قياسات اختبارات القدرات البدنية للمجموعة التجريبية، حيث تشير النتائج إلى ظهور تحسناً بين القياسين القبلي والبعدي وتراوحت نسب التحسن في جميع الاختبارات ما بين (96.88% إلى 89.6%) وذلك لصالح القياس البعدي. ويعزى الباحثان حدوث التحسن المعنوي في كل من قياسات اختبارات القدرات البدنية قيد البحث إلى فاعلية البرنامج المقترح، وأن الوحدات الدراسية أدت إلى تحسن في اختبارات القدرات البدنية ورفع مستوى أداء التلاميذ الحركي.

عرض نتائج الفرض الثاني:

وينص على: " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية للمهارات الاساسية بكرة اليد (قيد الدراسة) ولصالح القياس البعدي ".

جدول (7) الدلالات الإحصائية الخاصة بقياسات المهارات الاساسية بكرة اليد لعينة البحث قبل وبعد التجربة

نسبة التحسن %	مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدي		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية الإختبارات
			ع±	س	ع±	س	ع±	س	
85.46	.000	- 16.07	3.020	-12.53	3.044	14.533	1.60	2	اختبار التمرير والاستلام على الحائط 30 ث
95.41	.308	1.05-	10.25	2.80-	10.33	4.588	1.199	1.80	التنطيط المستمر في اتجاهات متعددة
91.13	.000	- 13.81	1.980	7.06-	2.199	8.866	1.90	1.90	اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة

*معنوي عند مستوى 0.05 = (2.09)

يتضح من الجدول رقم (7) والشكل البياني رقم (2) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة باختبارات المهارات الاساسية بكرة اليد ونسبة التحسن لعينة البحث قبل وبعد التجربة : وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) ، في إختبار (اختبار التمرير والاستلام علي الحائط 30ث- التنطيط المستمر في اتجاهات متعددة- اختبار التحركات

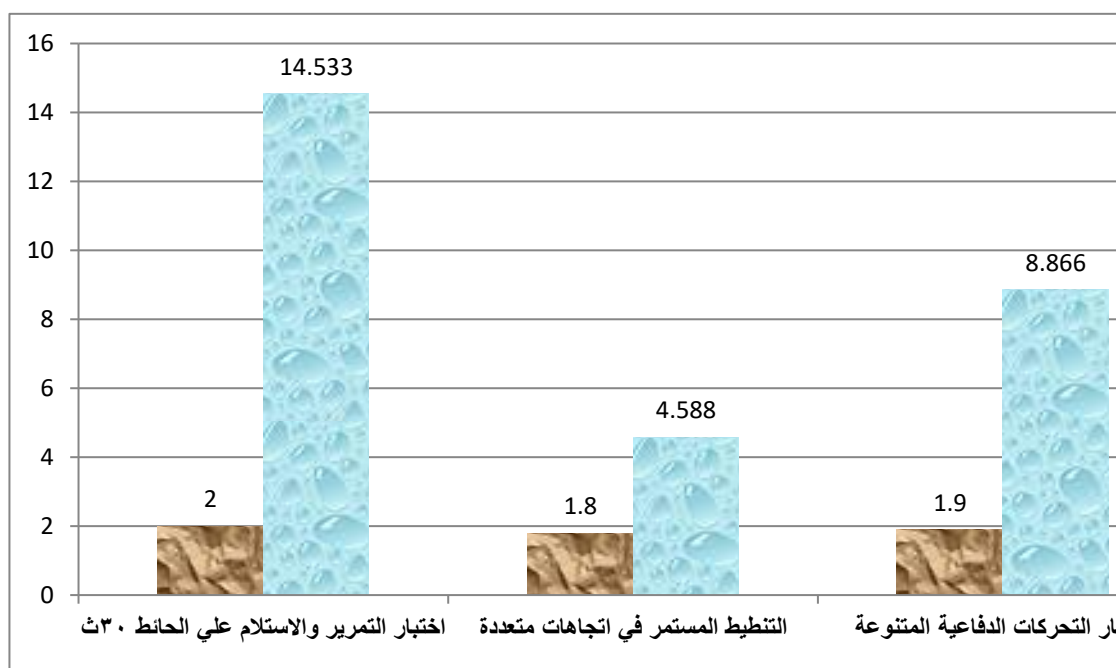


الدفاعية المتنوعة) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (1.058 ، 16.070) وهذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = (2.09) وبمستوى دلالة أقل 0.05، وتراوحت نسب التحسن في جميع الإختبارات ما بين (85.46% إلى 95.412%) وذلك لصالح القياس البعدي .

جدول (8) معنوية حجم التأثير في المهارات الاساسية بكرة اليد لعينة البحث وفقاً لمعادلات كوهن.

الاختبارات	الدلالات الإحصائية	وحدة القياس	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	ايتا2	دلالة حجم التأثير
اختبار التمرير والاستلام على الحائط 30ث	عدد	19.16	0.00	0.61	متوسط	
التنطيط المستمر في اتجاهات متعددة	ثانية	35.73	0.00	0.70	متوسط	
اختبار التحركات الدفاعية المتنوعة	عدد	1.32	0.20	0.66	متوسط	

حجم التأثير: - 0.2 - 0.5: منخفض 0.5 - 0.8: متوسط 0.8 فأكثر: مرتفع



الشكل البياني (2) يوضح الفروق بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية الخاصة باختبارات المهارات الحركية الاساسية بكرة اليد قبل وبعد التجربة



- كما تبين بدراسة جدول (8)، والشكل (2) القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية لمتغير اختبارات المهارات الأساسية بكرة اليد أن: مستوى التلاميذ قد تحسن في الاختبارات وتراوحت نسب التحسن في جميع الاختبارات ما بين (85.46% إلى 95.412%)

وعلى هذا يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية لمتغير المهارات الأساسية بكرة اليد لصالح القياسات البعديّة عند مستوى معنوية 0.05. وبهذا توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين البرنامج المقترح وتحسن مستوى التلاميذ في (اختبارات المهارات الأساسية بكرة اليد)؛ ويعزى الباحثان هذه النتائج إلى فاعلية أنشطة الحركة من إعداد الباحث والذي تم تطبيقه، وما تضمنته وحداته من مهارات حركية مثل (تتابع الجري) حيث ساهمت في تحسن متغير المهارات الأساسية بكرة اليد عينة البحث،

ويرى الباحثان أن تنوع الأنشطة الحركية والتمارين والألعاب الصغيرة التربوية والترفيهية في البرنامج المقترح أدى إلى رفع مستوى التلاميذ في المهارات قيد الدراسة، مما يؤكد أن البرنامج المقترح له تأثير إيجابي في تنمية المهارات الأساسية بكرة اليد، إلى جانب تحقيق الالتزام بالنظام والتوافق مع الجماعة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

الاستنتاجات: -

في ضوء هدف البحث وما تم التوصل إليه من نتائج توصل الباحثان إلى الاستخلاصات التالية:

- 1- برنامج التربية الحركية المقترح كان له تأثير إيجابي على القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- 2- برنامج التربية الحركية المقترح كان له تأثير إيجابي على المهارات الأساسية بكرة اليد لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

التوصيات: -

في ضوء نتائج واستنتاجات البحث يوصي الباحثان بالتوصيات الآتية:

- 1- القيام بدراسات أخرى مشابهة على مراحل سنوية مختلفة لم تتناولها الدراسة الحالية.
- 2- الاستفادة من الأبحاث العلمية المتخصصة في التربية الحركية بشكل عملي وتطبيقي في كرة اليد.



3- تطبيق البرامج الحركية لتعليم المهارات الاساسية لكرة اليد بإستخدام أساليب التربية الحركية على مراحل سنوية أخرى.

4- استخدام التربية الحركية لتنمية باقي عناصر القدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

أولا المراجع العربية:

- أحمد عبد الرحمن السرهيد فريدة إبراهيم عثمان (1993م): الأسس العلمية للتربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والمرحلة الابتدائية، ط2، دار القلم، الكويت.
- إسماء شكري عبد الله بحيري (2015): تأثير برنامج تعليمي باستخدام الأنشطة الحركية في اكساب الوعي الصحي لدى تلاميذ الصم والبكم بالحلقة الأولى من التعليم الأساسي، رسالة ماجستير، جامعة طنطا.
- أمين أنور الخولى وأسامة كامل راتب (2007): نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال، الطبعة الاولى، دار الفكر العربي، القاهرة .
- أمين أنور الخولى، أسامة كامل راتب، محمد حسن علاوى (1998): التربية الحركية للأطفال، دار الفكر العربي، ط5، القاهرة.
- بدر الدين مقنين، رباح اليسرى (2019): علاقة تقدير الذات ببعض القدرات المهارية لدى لاعبي كرة اليد اقل من 17 سنة، الجزائر، جامعة اكلى محند اولحاج، البويرة.
- حسن عبد السلام محفوظ، نجلاء فتحي خليفة (2013): منظومة التربية الحركية، منشاء المعارف، الاسكندرية.
- حسين عبد السلام محفوظ، نجلاء فتحي خليفة 2007: منظومة التربية الحركية نظريات للأطفال، دار الفكر العربي، القاهرة،
- حسين عبد السلام محفوظ، نجلاء فتحي خليفة 2007: منظومة التربية الحركية نظريات للأطفال، دار الفكر العربي، القاهرة.



- دراسة كمال عبد اللطيف، & همت عزت. (2024). تأثير تطوير مهارات المعالجة والتناول على مستوى أداء مهارة (التمرير-الاستلام-التصويب) وبعض الصفات البدنية الخاصة لبراعم كرة اليد من (6-9) سنوات المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة.
- عصام الدين على رزق، إ. (2023). فاعلية برنامج تربية حركية مدعوم بالوسائط المتعددة على بعض القدرات الحركية والإدراك الحركي لطفل الروضة. مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، (1)64 , 334-362.
- عفاف عثمان (2016): التربية الحركية للأطفال، دار الوفاء للطباعة والنشر، الاسكندرية.
- عفاف عثمان عثمان مصطفى (2010): الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، ط2، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية.
- عفاف عثمان عثمان مصطفى (2017): التربية الحركية للأطفال، الطبعة الاولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة، الاسكندرية.
- عيد عبد المالك (2024). تأثير برنامج تربية حركية في ضوء نظرية الذكاءات المتعددة على تطوير بعض المهارات الحياتية والوعي البيئي لدي اطفال ما قبل المدرسة. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة. جامعة حلوان.
- فاطمة الزهرة خليل، عبدالقادرعثمانى (2016): اهمية التربية الحركية في رياض الاطفال، عدد17، كلية العلوم الانسانية، جامعة خيضر بسكره.
- فاطمة عوض صابر 2007: التربية الحركية وتطبيقاتها، الطبعة الثانية، دار الوفاء، الاسكندرية.
- فاطمة عوض صابر 2006: التربية الحركية وتطبيقاتها، دار الوفاء دنيا الطباعة، الطبعة الأولى، الإسكندرية.
- كمال عبد اللطيف، & همت عزت (2024): تأثير تطوير مهارات المعالجة والتناول على مستوى أداء مهارة (التمرير-الاستلام-التصويب) وبعض الصفات البدنية الخاصة لبراعم كرة اليد من (6-9) سنوات. المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة.



- محسن أبوقريش، سالم حسين درويش، & محمد. (2023). تأثير استخدام التصور العقلي المعزز بنموذج الواقع الافتراضي والقدرة العضلية في تطوير بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة اليد. المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية المتخصصة، 14(3).
- المصطفى عبد العزيز: 1995 علم النفس الحركي، دار الإبداع الثقافي، الرياض.
- مفتي إبراهيم حماد (1998): التربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والابتدائية، مؤسسة المختار للنشر والتوزيع، القاهرة.
- مقبل الريمي عبد السلام وآخرون (2019): علاقة تركيز الانتباه بأداء الفريق الوطني لكرة اليد اقل من 21 سنه في البطولات العالمية، مجله علوم الرياضة والتدريب، 03(04)، 89.
- ياسر محمد أبو الفتوح، لمياء. (2023). تأثير برنامج تربية حركية مدعم بالنمذجة الالكترونية على بعض متغيرات درس التربية الرياضية. مجلة بحوث التربية الرياضية، 75(150)، 240-262.

ثانيا المراجع الأجنبية:

- Arvola, O., Liljeroth, P., & Reunamo, J. (2023). Is physical activity a pathway to culturally and linguistically diverse children's participation in early childhood education and care. Journal of Early Childhood Education Research, 12(1), 150-168.
- <https://www.ihf.info/media-center/news/boom-childrens-handball-handballs-future-looks-bright>
- Kamaruddin, I., Tannady, H., & Aina, M. (2023). The efforts to improve children's motoric ability by utilizing the role of traditional games. Journal on Education, 5(3), 9736-9740.
- Kamaruddin, I., Tannady, H., & Aina, M. (2023). The efforts to improve children's motoric ability by utilizing the role of traditional games. Journal on Education, 5(3), 9736-9740.



- Kirmani, A. R. (2022). Artificial intelligence-enabled science poetry. ACS Energy Letters, Vol 8, PP 574–576.
- Paakkari, A., Paananen, M., & Grieshaber, S. (2023). Activity-tracking assemblages in Finnish early childhood education and care. Childhood, 09075682231172861.
- Yuldasheva, G., & Mohidilxon, M. (2024). Use information technology in the process of performing physical activity in preschoolers. American Journal of Technology and Applied Sciences, 20, 26–30.