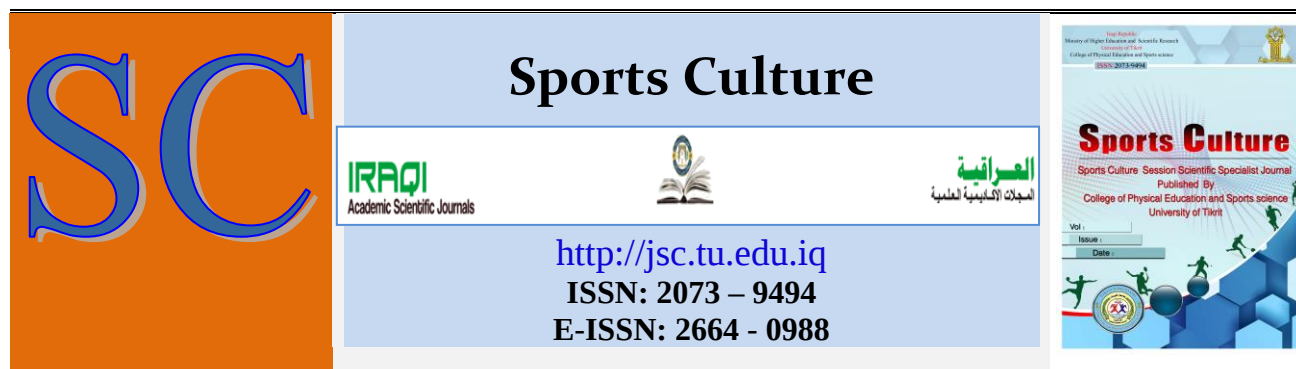




A comparative study of basic movements and some elements of physical fitness among primary school students aged 11-12 years in Kirkuk Governorate

Ali Hussein ali ^{1*}

1- Ministry of Education / Directorate of Education of Kirkuk

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.31>

Article info.

Article history:

-Received:12/12/2022

-Accepted: 29/12/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- elements of physical fitness

- basic movements

- primary school students

© 2022 This is an open access

article under the CC by

licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The importance of the current research in studying the differences in the basic movements and some elements of physical fitness between male and female students at the primary stage, aged 11-12 years, in the center of Kirkuk Governorate.

The problem of the current study emerged for the researcher as being an exploratory study to know the level of some elements of physical fitness and some basic movements, and then to identify the differences in these variables between male and female students in the center of Kirkuk Governorate.

The research aims to identify:

- Statistical differences between male and female students in some elements of physical fitness and basic movements at the ages of 11-12 years in the center of Kirkuk Governorate.

The researcher assumed:

- There are no statistically significant differences between male and female students in some elements of physical fitness and basic movements at the ages of 11-12 years in the center of Kirkuk Governorate.

The researcher used the descriptive approach in the manner of appropriate comparisons and the nature of the current research.

The research community included fifth and sixth grade students in the mixed schools of Blisa and Kazio in the center of Kirkuk governorate for the academic year 2022/2023, whose ages ranged from (11-12) years, and the number was (58) students from Blisa school and (62) students from Kazio School, and thus the research community reached (120) male and female students, and the research sample reached (100) male and female students after excluding (20) students.

The researcher concluded

Pupils outperformed the pupils in the age group 11-12 years in the center of Kirkuk governorate in the elements of physical fitness studied in the current research.

Pupils outperformed the pupils in the age group 11-12 years in the center of Kirkuk Governorate in the basic movements studied in the current research.

The researcher recommends:

- The possibility of using experimental programs among male and female students of the fifth and sixth years of primary school to develop basic movements and elements of physical fitness.

1- Corresponding Author ali.husin199a@gmail.com, Ministry of Education / Directorate of Education of Kirkuk.

دراسة مقارنة في الحركات الأساسية وبعض عناصر اللياقة البدنية بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار 11 - 12 سنة في محافظة كركوك

م.م. علي حسين علي / مديرة تربية كركوك

الخلاصة:

تبرز أهمية البحث الحالي في دراسة الفروقات في الحركات الأساسية وبعض عناصر اللياقة البدنية بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار 11 - 12 سنة في مركز محافظة كركوك، وبرزت مشكلة الدراسة الحالية لدى الباحث كونها دراسة استكشافية لمعرفة مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية وبعض الحركات الأساسية ومن ثم التعرف على الفروقات في هذه المتغيرات بين التلاميذ والتلميذات في مركز محافظة كركوك، ويهدف البحث إلى التعرف على: الفروقات الإحصائية بين التلاميذ والتلميذات في بعض عناصر اللياقة البدنية والحركات الأساسية بأعمار 11 - 12 سنة في مركز محافظة كركوك، وافترض الباحث: عدم وجود فروقات ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ والتلميذات في بعض عناصر اللياقة البدنية والحركات الأساسية بأعمار 11 - 12 سنة في مركز محافظة كركوك، واستخدام الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المقارنات الملائمة وطبيعة البحث الحالي، واشتمل مجتمع البحث على تلامذة الصف الخامس والسادس الابتدائي في مدرستي بليسه وكازيوه المختلطة في مركز محافظة كركوك للعام الدراسي 2023/2022 مما تتراوح أعمارهم من (11 - 12) سنة والبالغ عددهم (58) تلميذا وتلميذة من مدرسة بليسه و (62) تلميذاً وتلميذة من مدرسة كازيوه وبهذا يبلغ مجتمع البحث (120) تلميذاً وتلميذة، وبلغت عينة البحث (100) تلميذ وتلميذة بعد استبعاد (20) تلميذ، واستنتج الباحث: تفوق التلاميذ عن التلميذات في المرحلة العمرية 11 - 12 سنة في مركز محافظة كركوك في عناصر اللياقة البدنية المدروسة في البحث الحالي، تفوق التلاميذ عن التلميذات في المرحلة العمرية 11 - 12 سنة في مركز محافظة كركوك في الحركات الأساسية المدروسة في البحث الحالي، ويوصي الباحث: إمكانية استخدام برامج تجريبية بين التلاميذ والتلميذات للسنوات الخامسة والسادسة المرحلة الابتدائية لتطوير الحركات الأساسية وعناصر اللياقة البدنية.

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت

2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- عناصر اللياقة البدنية

- الحركات الأساسية

- تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث وأهميته:

تعد المدرسة الوسيلة المباشرة للاتصال بالطفل بعد الأسرة التي يمكن عن طريقها وضع برامج التربية البدنية والحركات الأساسية الموجهة تحت إشراف المدرسين التربويين الذين يعملون على بث روح الممارسة الحركية في نفوس الأطفال التي تهدف إلى رفع مستوى اللياقة البدنية والصحية للأطفال. وتعد التربية الرياضية من بين الميادين التي لا تقتصر أهداف تدريسها على الجانب المعرفي فقط، بل تجاوز ذلك إلى الصفات البدنية والحركية والمهارات الأساسية الحركية لدى التلاميذ. (القائمي، 1996، 181)

ويعتبر درس التربية البدنية احد أهم الوسائل التي تسهم في مجال بناء وتنشئة التلاميذ، فهي تسهم في نموهم نمواً شاملاً في مختلف الجوانب الجسمية والعقلية والصحية والنفسية والاجتماعية والانفعالية، والمرحلة الابتدائية هي النبتة الأولى في بناء وتطوير اللياقة البدنية والحركية للتلاميذ، إضافة إلى بناء مستوى جيد من الناحية المهارية، وهكذا لا يمكن أن يتحقق إلا من خلال درس التربية البدنية الذي يوفر العديد من الخبرات التي تساعدهم على التكيف السليم وتهيئ الفرص لهم لاكتساب مزايا كثيرة تساعدهم في تحقيق التوازن الصحي والنفسي والعقلي والاجتماعي، وتعد الحركات الأساسية احد المحاور المهمة التي يهتم بها درس التربية الرياضية في مرحلة الطفولة لمصاحبتها لتلميذ في معظم أوقات حياته فضلاً عما يتسم به التلميذ في هذه المرحلة من حيوية حركية عالية وقابلية على تعلم المهارات الرياضية الجديدة، ذلك أن درس التربية الرياضية يعد الركن الأساسي في عملية التعلم الموجهة لتلاميذ هذه المرحلة والتي بدورها تهدف إلى تطوير قابليتهم البدنية والحركية والذهنية والاجتماعية، فالحركات الأساسية للتلميذ تشكل القاعدة لجميع المهارات الرياضية المتقدمة وهي أساس لاكتساب القدرات البدنية والحركية وممارسة الأنشطة الرياضية في درس التربية الرياضية والذي يهدف إلى تنمية قدرات التلاميذ وإمكانياتهم البدنية والحركية والتي تساعد في الإسهام ببناء المجتمع وتطويره. (احمد، 1996، 42).

ومن خلال ما تقدم يمكن للباحث تحديد أهمية البحث الحالي في دراسة الفروقات في الحركات الأساسية وبعض عناصر اللياقة البدنية بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية بأعمار 11 - 12 سنة في مركز محافظة كركوك للتشابه بين العينتين في المرحلة العمرية.

1-2 مشكلة البحث:

أن لدرس التربية الرياضية الدور الفعال في المؤسسات التربوية والتي بدورها تساهم في رفع المستوى البدني والحركي للتلاميذ في التعليم والتطور الحركي والمعرفي، والتلاميذ في هذه المرحلة العمرية 11 - 12 سنة (الصف الخامس والسادس) الابتدائي يكونوا في حالة حركة دائمة ومفعمين بالطاقة والنشاط وهذا يؤدي إلى أن التلاميذ يرغبون في إثبات قدراتهم البدنية والحركية.

لذا برزت مشكلة الدراسة الحالية لدى الباحث كونها دراسة استكشافية لمعرفة مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية وبعض الحركات الأساسية ومن ثم التعرف على الفروقات في هذه المتغيرات بين التلاميذ والتلميذات في مركز محافظة كركوك.

1-3 هدف البحث:

1-3-1 الفروقات الاحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية والحركات الأساسية للتلاميذ والتلميذات في أعمار 11 - 12 سنة في مركز محافظة كركوك.

1-4 فرض البحث:

1-4-1 عدم وجود فروقات ذات دلالة إحصائية بين بعض عناصر اللياقة البدنية والحركات الأساسية للتلاميذ والتلميذات في أعمار 11 - 12 سنة في مركز محافظة كركوك.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: تلاميذ وتلميذات الصف الخامس والسادس الابتدائي بأعمار 11 - 12 سنة في مدرستي بليسة الابتدائية المختلطة ومدرسة كازيوه الابتدائية المختلطة في مركز محافظة كركوك.

1-5-2 المجال الزمني: المدة من 2022/11/1 ولغاية 2022/12/15.

1-5-3 المجال المكاني: الساحة الخارجية في مدرستي بليسة وكازيوه الابتدائية المختلطة في مركز محافظة كركوك.

2- إجراءات البحث**2-1 منهج البحث**

استخدام الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المقارنات الملائمة وطبيعة البحث الحالي.

2-2 مجتمع البحث وعينه:

تم اختيار مجتمع البحث بصورة عمدية من تلامذة الصف الخامس والسادس الابتدائي في مدرستي بليسة وكازيوه المختلطة في مركز محافظة كركوك للعام الدراسي 2023/2022 مما تتراوح أعمارهم من (11-12) سنة والبالغ عددهم (58) تلميذاً وتلميذة من مدرسة بليسة و (62) تلميذاً وتلميذة من مدرسة كازيوه وبهذا يبلغ مجتمع البحث (120) تلميذاً وتلميذة، وبلغت عينة البحث (100) تلميذ وتلميذة بعد استبعاد (20) تلميذاً وتلميذة من مجتمع البحث وذلك للأسباب الآتية:

1- التلاميذ الذين تغيبوا عن الدوام أيام تطبيق الاختبارات الخاصة بالبحث وعددهم (7).

2- التلاميذ الراسبين وعددهم (3).

3- التلاميذ الذين تم اجراء التجربة الاستطلاعية عليهم وعددهم (10) منهم (5) ذكور و(5) اناث.

وبذلك فقد تكونت عينة البحث على (100) تلميذاً وتلميذة، والجدول (1) يبين عينة البحث.

جدول (1)**مجتمع البحث وعينه**

المدرسة	ذكور	إناث	العدد الكلي	المستبعدين	العينة
بليسة	32	26	58	9	49
كازيوه	41	21	62	11	51
المجموع	73	47	120	20	100

2-3 الأدوات المستخدمة:

- 1- صافرة.
- 2- علم.
- 3- شريط قياس
- 4- ساعة توقيت
- 5- كرة تنس

2-4 وسائل جمع البيانات :

استخدم الباحث وسائل بحثية عدة للوصول إلى البيانات المطلوبة في البحث وهي :

- 1-المصادر العلمية.
- 2- الاستبيان
- 3-الاختبار

وقد تم الحصول على البيانات المطلوبة بالخطوات الآتية:

2-4-1 تحديد عناصر اللياقة البدنية والحركات الأساسية:

من اجل تحديد أهم عناصر اللياقة البدنية والحركات الأساسية الملائمة لهذه المرحلة العمرية قام الباحث بمراجعة عدد من الأدبيات والدراسات.

ثم قام الباحث بوضعها في صورة استبيان (الملحق 1) وتم عرضه على عدد من المختصين في مجال التدريب الرياضي طرائق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي¹ بهدف تحديد أهم الحركات الأساسية الملائمة للتلاميذ عينة البحث . وبعد جمع الاستبيان تم حذف قسم من هذه العناصر والحركات، وحسب نسب اتفاق المختصين تم اعتماد الحركات التي حصلت على نسبة اتفاق أكثر من 75 % من آراء المختصين . إذ يشير (بلوم واخرون ، 1983) " إلى انه على الباحث الحصول على الموافقة بنسبة (75 %) فأكثر من آراء الخبراء " (بلوم واخرون ، 1983 ، 126) ، والعناصر البدنية والحركات التي تم اعتمادها هي :

عناصر اللياقة البدنية:**1- السرعة الانتقالية.**

¹ الخبراء هم:

- أ.د. قصي حازم محمد جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية
- أ.د. سعد فاضل عبد القادر جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية
- أ.د. صفاء دنون الامام جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
- أ.م.د. احمد مؤيد حسين جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية
- أ.م.د. احمد هشام احمد جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية
- أ.م.د. امينة كريم جامعة كركوك / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
- أ.م.د. علي فتاح رشيد جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية
- أ.م.د. فواز جاسم حمدون جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية

2- الرشاقة.

3- المرونة.

الحركات الأساسية:

1- الحبل.

2- اللقف.

3- الرمي.

2-4-2 اختبارات عناصر اللياقة البدنية والحركات الأساسية:

بعد أن حددت عناصر اللياقة البدنية والحركات الأساسية المهمة والملائمة للتلاميذ (عينة البحث)، تم تثبيت الاختبارات الخاصة والملائمة لهذه الحركات في استبيان ثم عرضت على مجموعة من المختصين في مجال التدريب طرائق التدريس والقياس والتقويم والتعلم الحركي ، وبعد جمع الاستبيان تم حذف قسم من هذه الاختبارات ، وحسب نسب اتفاق المختصين تم تبني الاختبارات التي حصلت على نسبة اتفاق (75%) فأكثر من آراء المختصين ، والاختبارات التي اعتمدت هي :

اختبارات الحركات الأساسية هي اختبارات مقننة اخذت من مصادر علمية على هذه المرحلة العمرية. أما عناصر اللياقة البدنية

- اختبار الجري (15م) / ثانية من بداية عالية : لقياس الجري (الرومي ، 1999 ، 186).

- المرونة ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف على صندوق

-الرشاقة الجري الارتدادي 4 × 10م

2-5 الشروط العلمية للاختبارات:

إن اختبارات الحركات الأساسية المستخدمة في البحث هي اختبارات مقننة وحسب الأدبيات في مجال طرائق تدريس التربية الرياضية والاختبار المقنن " هو الذي إذا ما جرب استخدامه لعينات مشابهة للعينة المراد اختبارها أثبتت درجة عالية من المعنوية من حيث الصدق والثبات والموضوعية تحت الظروف والإمكانات المتاحة نفسها " (عبد الجبار واحمد ، 1987 ، 139) .

وفي هذا البحث تعد الاختبارات الثلاثة مقننة صالحة وملائمة لتلاميذ عينة البحث ، حيث سبق وان تم تطبيقها في دراسة السبعوي ، كما سيقوم الباحث بتطبيق إجراءات الصدق والثبات والموضوعية على عناصر اللياقة البدنية النحو الآتي :

2-5-1 صدق الاختبارات:

يقصد بالصدق هو قياس ما وضعت لأجله أي أن تقيس الهدف الذي صممت من أجله. (دروزة،1995،81)

وللتحقق من صدق الأداة اعتمد الصدق الظاهري وذلك بعرض الاختبارات على عدد من السادة الخبراء والمحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص لإبداء آرائهم حول مدى صلاحية هذه الاختبارات. وقد اعتمد الباحث على نسبة اتفاق (75%) فما فوق لقبول الاختبار للدلالة على صدق اختبارات عناصر اللياقة البدنية والتي بلغت نسبة الاتفاق (0.81)، أذا أشار (بلوم، 1983) انه إذا حصل المكون على نسبة اتفاق (0.75) أو أكثر يعد الاختبار صادقا. (بلوم، 1983، 125)

2-5-2 ثبات الاختبارات:

استخدم الباحث طريقة اتفاق محكمين لحساب ثبات الاختبارات، والثبات هو : لو أعيد تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم فانه يعطي النتائج نفسها أو نتائج مقاربة وهذا يشير إلى أن الثبات يعني اتساق نتائج الاختبار مع نفسه لو كررت مرة أو عدة مرات أخرى ويمكن أن يقصد به الاستقرار أي انه لو أعيد تطبيق الاختبار نفسه على الفرد الواحد فانه يعطي شيئا من الاستقرار في النتائج، ومعامل ثبات الاختبار هو معامل ارتباط بين نتائج المرات المختلفة لإجرائه أي بين الاختبار نفسه. (إبراهيم، 1999، 70)

ولحساب معامل الثبات اختار الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعاد تطبيقه، واذ تم تطبيق الاختبارات البدنية على عينة التجربة الاستطلاعية البالغة (10) تلاميذ وتم إعادتها بالأسلوب نفسه على العينة بعد مرور (3) أيام من التطبيق الأول، وقام الباحث بحساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الاختبارين وتراوح معامل الارتباط (0.83 - 0.87) وهذا يدل أن هناك علاقة ارتباط عالية في جميع الاختبارات مما يؤكد ثباتها .

2-6 التجربة الاستطلاعية للاختبارات:

أجريت التجربة الاستطلاعية للاختبارات على عينة مؤلفة من (10) تلاميذ اختيروا بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وكان الهدف من هذه التجربة التعرف على الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحث أثناء تنفيذ الاختبارات الرئيسية للاختبارات عناصر اللياقة البدنية لتلاميذ البحث ، ومن الأهداف الرئيسية للتجربة الاستطلاعية:

- 1-تحديد الفترة الزمنية التي ستستغرقها تنفيذ الاختبارات.
- 2-الأبعاد والمسافات للاختبارات فيما بينها.
- 3-كفاية فريق العمل من ناحية الأداء والعدد.
- 4-مدى كفاءة الأجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبارات وصلاحيتها.
- 5-مدى استجابة التلاميذ وتفاعلهم مع الاختبارات ومدى ملاءمتها لهم.

2-7 التطبيق النهائي للاختبارات

تم إجراء الاختبارات الخاصة بالبحث على عينة البحث الرئيسية البالغة (100) تلميذ وتلميذة للمدة من 14 / 11 / 2022 ولغاية 2022/12/6 في مدرستي بليسة وكازيوه الابتدائية المختلطة في مركز كركوك.

8-2 الوسائل الإحصائية

استخدام الباحث الوسائل الإحصائية التالية عن طريق البرنامج الإحصائي spss:

- 1- الوسط الحسابي
- 2- الانحراف المعياري
- 3- اختبار (T-test) لعينتين غير مرتبطتين
- 4- معامل بيرسون

(التكريري والعبيدي، 1999، 101-279)

3 - عرض النتائج ومناقشتها:

في ضوء التحليل الإحصائي المستخدم من قبل الباحث ظهرت لدينا مجموعة من النتائج سوف نتناول مناقشتها تباعا.

الجدول (2)

يبين المعالم الإحصائية والفروقات الإحصائية في متغيرات البحث بين التلاميذ والتلميذات

sig	ت	إناث		ذكور		المعالم الإحصائية المتغيرات
		ع±	س	ع±	س	
0.001	*5.12	4.33	21.15	2.03	27.42	الحجل
0.001	*10.22	3.41	13.75	2.45	21.33	الرمي
0.001	*4.22	3.87	13.98	1.74	19.55	اللقف
0.001	*3.42	0.75	5.03	0.25	3.15	السرعة الانتقالية
0.001	*4.52	1.10	16.54	0.87	13.74	الرشاقة
0.001	*2.98	3.05	4.35	2.51	7.05	المرونة

* معنوي عند مستوى معنوية (0.05)

يتبين من الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة معنوية في اختبارات التلاميذ الذكور والتلميذات الإناث في متغيرات الحركات الأساسية وعناصر اللياقة البدنية ولصالح الذكور في الاختبارات (الحجل ، الرمي، اللقف، السرعة الانتقالية، الرشاقة، المرونة)، وبهذا ترفض الفرضية الصفريّة للبحث وتقبل الفرضية البديلة.

اذ بالنسبة لمتغير الرمي أن تطور متغير الرمي عند التلاميذ الذكور أفضل كثيرا من التلميذات الإناث وذلك كون الذكور يمارسون الأنشطة الرياضية والحركات المختلفة سواء في المدرسة أو المنزل وفي الحي السكني الذي يسكنون فيه على العكس من التلميذات الإناث اللاتي لا يزاولن النشاط الرياضي بصورة مستمرة لأسباب اجتماعية التي تمنعهن من ممارسة الأنشطة الرياضية، ومهارة الرمي بصفة خاصة لتلك الظروف بالإضافة إلى ذلك قلة دروس التربية الرياضية في تلك المدارس وكذلك عدد حصص درس التربية الرياضية ومكانه في الجدول الأسبوعي، حيث يشير بسطويسي (1996) "إن سبب الفروق بين الجنسين

قصور منهج التربية البدنية المدرسية المتمثل في قلة الدروس الخاصة، حيث أن درسين أو ثلاثة أسبوعيا غير كافية على التطوير، كذلك الظروف البيئية والمستوى الاقتصادي والصحي للطفل الذي يعيق التقدم". (بسطويسي، 1996، 171)

وفيما يخص حركة الحجل أن سبب تفوق التلاميذ الذكور على التلميذات الإناث في هذه المرحلة العمرية هو نمو القوة العضلية للإطراف السفلى هي أكبر من الإطراف العليا ولكلا الجنسين مع أفضلية للذكور عن الإناث نتيجة مزاوله الأنشطة والفعاليات المختلفة، حيث يشير بسطويسي (1996) "أن الأنشطة المتمركزة على الأطراف السفلى هي أكثر من الأنشطة المتمركزة للأطراف العليا مما يؤدي إلى تطور الأطراف السفلى قياسا بالأطراف العليا فمستوى الجري والوثب والحجل في هذه المرحلة أحسن من السحب والدفع والرمي والقوة العضلية عند الذكور في هذه المرحلة العمرية أفضل من الإناث" (بسطويسي، 1996، 155)

أما بالنسبة لمتغير السرعة فإن الباحث يعزو سبب ذلك للتطور الحاصل في قدرات الذكور التلاميذ قياسا بالتلميذات الإناث من مزاوله الأنشطة الرياضية المختلفة وإن تفوق الذكور في متغير الحجل الذي بدوره إلى تطور السرعة والعلاقة بين هذين المتغيرين علاقة طردية وثيقة وهذا يدل على تفوق التلاميذ الذكور في عنصر السرعة لأن الحجل والوثب هو أساس لتطوير صفة السرعة، "أن مهارة الحجل والوثب لا يمكن فصلها عن الجري (السرعة الانتقالية) لدى الأطفال حيث تتأثر كل منهم بالأخرى تأثرا مباشرا، فالتدريب للوثب والحجل يعمل على تطور صفة القدرة وهي صفة أساسية لتحسين السرعة، والعكس صحيح". (بسطويسي، 1996، 158)

فيما يخص عنصر الرشاقة فقد أظهر التلاميذ الذكور تفوقا على التلميذات الإناث في هذا العنصر، ويعزو الباحث سبب أن عنصر الرشاقة عند الذكور في هذه المرحلة العمرية أفضل من الإناث بالإضافة إلى التطور للذكور في هذه المرحلة العمرية قياسا بالإناث كما أظهرته نتائج السرعة من تفوق التلاميذ الذكور على التلميذات الإناث في ذلك العنصر نتيجة للأنشطة التي يزاولونها في المدرسة والبيت قياسا بالإناث اللاتي لا يمارسن الأنشطة المختلفة، وإن معدل النمو هذا المتغير في هذه المرحلة العمرية عند الذكور هي أفضل وأسرع من الإناث. "أن أعلى معدل للنمو وتطور عنصر الرشاقة يصل في مرحلة الطفولة الوسطى حيث يتفوق الذكور على الإناث في هذه المرحلة" (بسطويسي، 1996، 156)

أما بالنسبة لمتغير اللقف توجد فروق بين التلاميذ الذكور والتلميذات الإناث وذلك لأن الذكور يمارسون الألعاب الرياضية المختلفة قياسا بالإناث حيث إن الذكور يمارسون الفعاليات (كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد، وكرة الطائرة) التي تعمل على تطور مهارة اللقف وذلك لتعود التلميذ على مسك الكرة ورميها وكيف السيطرة عليها في الفعاليات المذكورة آنفا حيث يشير بسطويسي "أن تطور هذه المهارة يحدث عن طريق تدريب ومزاوله مهارات ضمن مهارات الألعاب المختلفة ككرة القدم والسلة واليد" (بسطويسي، 1996، 161)

وعنصر المرونة هو الآخر اظهر تفوقا للتلاميذ الذكور على التلميذات الإناث ويعزو الباحث سبب ذلك إلى أن المفاصل والقوة العضلية للتلاميذ الذكور هي أفضل ليس بالكثير عن التلميذات الإناث في هذه المرحلة العمرية وكذلك عامل الطول والوزن فالأولاد الذكور أطول وانحف من البنات في هذه المرحلة ولصالح الذكور وكذلك تلعب الظروف تربية الطفل ومستوى الدراسة السابقة هل هي في البيت أم في الحضانة. حيث يشير بسطويسي(1996) " أن البنين أكثر طولاً من البنات بنسبة قليلة في هذه المرحلة حيث يتوقف ذلك على أسلوب التربية للبنات والأولاد .. وكل هذا له تأثير كبير على مستوى تلك الفروق والتي تميزهم، تطور ملحوظ في عنصر المرونة لكثير من مفاصل الجسم الكبيرة كمفصلي الحوض والعمود الفقري في هذه المرحلة العمرية " (بسطويسي، 153، 1996-163).

4 -الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات:

- 1-تفوق التلاميذ عن التلميذات في المرحلة العمرية 11 - 12 سنة في مركز محافظة كركوك في عناصر اللياقة البدنية المدروسة في البحث الحالي.
- 2- تفوق التلاميذ عن التلميذات في المرحلة العمرية 11 - 12 سنة في مركز محافظة كركوك في الحركات الأساسية المدروسة في البحث الحالي.

4-2 التوصيات

- 1- إمكانية استخدام برامج تجريبية بين التلاميذ والتلميذات للسنوات الخامسة والسادسة المرحلة الابتدائية لتطوير الحركات الأساسية وعناصر اللياقة البدنية
- 2- ضرورة مراعاة موقع درس التربية الرياضية من الجدول الأسبوعي وكذلك من حيث اليوم الدراسي.
- 3- توجيه الاهتمام بالتلميذات الإناث في البرامج الرياضية والعمل على تطوير قدراتهن.

المصادر

- إبراهيم، مروان عبد المجيد(1999): الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- بسطويسي، احمد (1996) : أسس ونظريات الحركة ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- بلوم، بنيامين وآخرون(1983): تقييم تعليم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة: محمد المفتي وآخرون، دار ماكجروهيل للنشر -القاهرة.
- التكريتي ، وديع ياسين والبيدي ، حسن محمد عبد (1999) : التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية ، ط2 ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
- دروزة، أفنان نظير(1995): إجراءات في التصميم المناهج، ط2، جامعة النجاح الوطنية في نابلس.

- الرومي ، جاسم محمد نايف (1999) : اثر برنامجي الألعاب الصغيرة والقصص الحركية في بعض القدرات البدنية والحركية لأطفال الرياض ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- السبعائي، فائق يونس(2006): رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، كلية التربية الأساسية، دار ابن الأثير للطباعة والنشر، الموصل.
- عبد الجبار ، قيس ناجي واحمد ، بسطويس (1987) : الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد .
- فاندالين ، ديوبولد وآخرون (1984) : مناهج البحث في التربية وعلم النفس، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخرون ، ط3 ، مكتبة ألا نجلو المصرية ، القاهرة .
- القائمي، علي (1996): الأسرة والطفل المشاكس، ط1، دار النبلاء، بيروت.

Sources

1. Ibrahim, Marwan Abdel-Majid (1999): Scientific foundations and statistical methods for tests and measurement in physical education, Dar Al-Fikr for printing, publishing and distribution, Amman, Jordan.
2. Bastawisi, Ahmed (1996): Foundations and Theories of Movement, 1st Edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
3. Bloom, Benjamin, and others (1983): Assessment of the student's synthesis and formative education, translated by: Muhammad Al-Mufti and others, McGrawhill Publishing House - Cairo.
4. Al-Takriti, Wadih Yassin and Al-Obaidi, Hassan Muhammad Abd (1999): Statistical Applications in Physical Education Research, 2nd edition, Directorate of Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, University of Mosul.
5. Darwazeh, Afnan Nazir (1995): Procedures in Curriculum Design, 2nd Edition, An-Najah National University in Nablus.
6. Al-Roumi, Jassim Muhammad Nayef (1999): The effect of the small games and motor stories programs on some physical and motor abilities of Riyadh children, unpublished doctoral thesis, College of Physical Education, University of Mosul.
7. Al Sabawi, Faeq Younis (2006): Unpublished Master Thesis, University of Mosul, College of Basic Education, Dar Ibn Al Atheer for Printing and Publishing, Mosul.
8. Abdul-Jabbar, Qais Naji and Ahmed, Bastawisi (1987): Tests and Principles of Statistics in the Mathematical Field, Higher Education Press, Baghdad.
9. Vandalen, Diebold and others (1984): Research Methods in Education and Psychology, (translated by) Muhammad Nabil Nofal and others, 3rd edition, Al-Anglo Egyptian Bookshop, Cairo.
10. Al-Qaimi, Ali (1996): The Family and the Quarrelsome Child, 1st Edition, Dar Al-Nubala', Beirut.

ملحق (1)

اختبارات عناصر اللياقة البدنية والحركات الأساسية

الاختبارات عناصر اللياقة البدنية

الاختبار الأول:

ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف على صندوق

الهدف من الاختبار : قياس مرونة العمود الفقري وعضلات خلف الفخذ.
أداء الاختبار : يقف المختبر على مقعد مرتفع مع ضم القدمان ومد الركبتان كاملاً ، يثني المختبر الجذع أماماً أسفل محاولاً تمرير أطراف أصابع اليدين في مستوى أقل من سطح المقعد والثبات في هذا الوضع ، تحسب القراءة بالسنتيمتر ، أما السالب أو الموجب ، وذلك عن مستوى سطح المقعد فإذا لم تصل أطراف الأصابع مستوى سطح المقعد كانت القراءة بالسالب وإذا تخطت مستوى السطح إلى أسفل المقعد كانت القراءة بالموجب.
التقويم : المسافة مؤشر المرونة. (التكريتي، 1987، 189)

اختبار ركض 15م من وضع الوقوف

اسم الاختبار :اختبار ركض 15م من وضع الوقوف.

-الهدف من الاختبار: قياس السرعة الانتقالية

- الأدوات والإمكانات: ساحة ملعب كرة قدم مؤشر عليها مسافة 15م ويحدد من خط البداية

والنهاية، ساعة توقيت، صافرة، أعلام، شواخص

-طريقة الأداء: يقف اللاعب خلف خط البداية من وضع الوقوف

عند سماع إشارة البدء يقوم اللاعب بالركض بأقصى سرعة ممكنة إلى أن يجتاز خط النهاية

طريقة التسجيل: يسجل للطالب الوقت الذي قطع فيه مسافة 15م .

-يعطى اللاعب محاولة واحدة. (الرومي ، 1999 ، 186).

- اختبار الرشاقة

الجري الارتدادي 4 × 10م

الغرض من الاختبار : قياس الرشاقة.

الأدوات : ساعة إيقاف - خطان متوازيان المسافة بينهما 10م.

مواصفات الأداء : يقف المختبر خلف خط البداية وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بالجري بأقصى سرعة إلى

الخط المقابل يتجاوزه بكتلة قدميه ثم يستدير ليعود مرة أخرى ليتخطى خط البداية بنفس الأسلوب ، ثم يكرر مرة

أخرى ، أي أن المختبر يقطع مسافة 40م ذهاباً وعودة

الشروط : غير مسموح بتعدية خط البداية قبل سماع إشارة البدء .

التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي يقطعه في جري مسافة 4 × 10م من لحظة صفارة البدء حتى يتجاوزه خط

البداية.(انترنت37)

اختبارات الحركات الأساسية

أولاً:الرمي :

الاختبار : رمي كرة التنس إلى أقصى مسافة ممكنة / م .

الغرض من الاختبار : قياس القوة الانفجارية لذراع الرمي .

الأدوات : شريط قياس ، كرة تنس ، يرسم خط على الأرض ويحدد أمام هذا الخط قطاع الرمي حيث يتم تقسيمه بعد مسافة (18) متر إلى خطوط عرضية موازية لخط الرمي ، المسافة بين كل منها (9) أمتار .
طريقة الأداء : يقف التلميذ خلف خط الرمي ، ثم يقوم برمي الكرة إلى أقصى مسافة ممكنة
التسجيل : تقاس المسافة عموديا بين خط الرمي إلى مكان سقوط الكرة على الأرض
(الحكيم ، 2004 ، 161) .

ثانيا:الحجل :

الاختبار : الحجل لأقصى مسافة في (10) ثانية / م .

الغرض من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة لتقديم الحجل .

الأدوات : شريط قياس ، حبل لرسم خطوط بالطباشير على الأرض ، ملعب صغير بطول 20-25 مترا تقريبا .
طريقة الأداء : يقف التلميذ على قدم واحدة ، ثم يقوم بالحجل لأقصى مسافة على خط مستقيم مرسوم على الأرض في زمن قدره (10) ثوان ، مع عدم التوقف أو ملامسة الأرض بأي جزء من أجزاء الجسم غير قدم الحجل .
التسجيل : المسافة في زمن قدره (10) ثوان مؤشر للقدرة العضلية لقدم الحجل ، يعاد الاختبار ثلاث مرات وتؤخذ أفضل محاولة . (عبد الجبار وبسطويسي ، 1987 ، 345)

ثالثا: اللقف:

الاختبار : رمي الكرة المطاطية للأعلى ولقفها / عدد :

الغرض من الاختبار : قياس دقة اللقف .

الأدوات : كرة مطاط صغيرة الحجم بمحيط (33) سم ، أرض مستوية ، طباشير ، شريط قياس ، ترسم دائرة على الأرض المستوية بقطر (1) متر .

طريقة الأداء : يقف التلميذ داخل الدائرة المرسومة على الأرض ويبدد الكرة ، وعند سماع إشارة البدء يقوم التلميذ برمي الكرة للأعلى وبارتفاع (2) متر ثم لقفها قبل سقوطها على الأرض من وضع الوقوف داخل الدائرة .

-تعطى لكل تلميذ (10) محاولات .

-تعطى لكل تلميذ محاولتين تجريبيتين .

-تعاد المحاولة إذا خرج التلميذ أثناء الرمي من الدائرة .

التسجيل :

-يمنح التلميذ درجتين إذا تمكن من رمي الكرة للأعلى ولقفها دون الخروج من الدائرة .

-يمنح التلميذ درجة إذا تمكن من رمي الكرة للأعلى ولقفها بعد خروجه من الدائرة .

-لا يمنح التلميذ أي درجة إذا تمكن من رمي الكرة للأعلى ولم يلقفها .

-الدرجة النهائية للاختبار (20) درجة (الهلالي ، 2004 ، 94) .