



The effect of a physical recreation curriculum on developing some motor skills among third-grade primary school students

Asst. Dr Alaa Hadi Ali Al-Quraishi *

Wasit Governorate Education Directorate, Iraq

alaa.let.33@gmail.com

Research submission date: 18/7/2023

Publication date: 12/25/2023

Abstract

The problem of the research is summarized in the appearance of a decline in the level of important motor skills necessary for third grade primary school students in the physical education lesson in particular and in their daily lives in general, which require continuous growth and development. The importance of the research lies in using a physical recreation approach in order to develop their motor skills. The objectives of the research are: preparing a physical recreation curriculum to develop some motor skills among third-grade primary school students and identifying the effect of the prepared physical recreation curriculum in developing their motor skills. Its hypotheses are summarized in two hypotheses: There are statistically significant differences between the pre- and post-tests and for the experimental and control groups and in favor of the post-tests. For the experimental group, there are significant differences between the experimental and control groups in the post-tests of some motor skills among third-grade primary school students, in favor of the experimental group. The experimental method was used for its suitability and research procedures. The research population consisted of (60) students, and a sample of (40) students was divided into two groups. (Experimental and controlled) as tests of the scientific foundations (honesty, consistency, objectivity) were conducted on (6) members of the indigenous community, and the researcher concluded the following: The prepared physical recreation approach has an effect in developing some of the motor skills investigated, and the emergence of development in some Motor skills for the experimental group. It was recommended that it is necessary to use a physical recreation curriculum prepared by the researcher in primary schools in order to develop motor skills from multiple aspects, as well as the necessity of preparing programs concerned with various games and exercises and applying them in physical education lessons because they contribute to developing students' physical skills and abilities. In addition, mobility.

Keywords: physical recreation, motor skills, motor skills tests

تأثير منهج للترويح البدني في تنمية جس المهارات الحركية لدى تلاميذ هف الثالث الابتدائي

م. د علاء هادي علي القرشي*

مديرية تربية محافظة واسط، العراق

alaa.let.33@gmail.com

تاريخ النشر/2023/12/25

تاريخ تسليم البحث /2023/7/18

الملخص

تتلخص مشكلة البحث في ظهور تدني في مستوى المهارات الحركية المهمة الضرورية لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي في درس التربية الرياضية بشكل خاص وفي حياتهم اليومية بشكل عام والتي تحتاج الى تنمية وتطوير مستمر، وتكمن اهمية البحث في استخدام منهج للترويح البدني من اجل تنمية المهارات الحركية لديهم، اما اهداف البحث فهي: اعداد منهج للترويح البدني لتنمية بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي والتعرف على تأثير المنهج الترويح البدني المعد في تنمية المهارات الحركية لديهم، وتتلخص فرضياته بفرضيتين: هنالك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبالية والبعديية وللمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبارات البعديية للمجموعة التجريبية و هنالك فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعديية لبعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي ولصالح المجموعة التجريبية، وتم استخدام المنهج التجريبي لملائمته واجراءات البحث، وتكون مجتمع البحث من (60) تلميذاً وعينته البالغة (40) تلميذاً قسموا الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) اذ تم إجراء اختبارات الاسس العلمية(الصدق، الثبات، الموضوعية) على (6) من افراد المجتمع الاصلي، و استنتج الباحث ما يأتي: ان لمنهج الترويح البدني المعد تأثير في تنمية بعض المهارات الحركية المبحوثة، و ظهور تطور في بعض المهارات الحركية للمجموعة التجريبية، وقد اوصى بأنه من الضروري استخدام منهج للترويح البدني المعد من قبل الباحث في المدارس الابتدائية من اجل تنمية المهارات الحركية من جوانب متعددة وكذلك ضرورة إعداد برامج تهتم بالألعاب والتمرينات المختلفة وتطبيقها في دروس التربية الرياضية لأنها تساهم في تنمية مهارات وقدرات التلاميذ البدنية والحركية.

الكلمات المفتاحية: الترويح البدني، المهارات الحركية، اختبارات المهارات الحركية

1- المقدمة واهمية البحث:

ازداد في السنوات الاخيرة الاهتمام بالمناهج والبرامج الرياضية بشكل واسع لأهميتها في تنمية المهارات والقدرات الخاصة بالأفراد ويرجع ذلك الاهتمام الى تزايد الوعي بأهمية نظام الحياة في تطوير الافراد نحو الافضل والى الحاجة الى استحداث مناهج وطرق حديثة مثل التمرينات والبرامج والرياضية المختلفة ومنها ما يستهدف الفئات العمرية الصغيرة ومنهم تلاميذ المرحلة الابتدائية بشكل عام، اذ أن الاهتمام بتطوير وتنمية القدرات والمهارات الحركية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية عدت من الضروريات المهمة بالنسبة للتطور العلمي ألدِيث من خلال العلاقة الوثيقة بينها وبين التطور الكبير في امكانات التلاميذ عند الممارسة الصحيحة للرياضة، اذ تعد المرحلة الابتدائية مرحلة عمرية مهمة يمرُّ بها الإنسان في بمثابة الركيزة الأساسية للبناء السليم والمتكامل للتلميذ، كما أنها تؤثر على السلوك والشخصية الخاصة بهم، لان دروس التربية الرياضية لها دور فاعل ومؤثر في تنمية قدرات التلاميذ في كافة جوانبها ومنها الحركية والعقلية والنفسية باعتبارها نشاط تربوي هادف وموجه له تأثير مباشر على التلاميذ في مختلف النواحي السابقة وصولا الى التربية المتكاملة عن طريق تقويم السلوك الانساني، وتعد المدرسة الابتدائية مكانا مناسباً لتقديم نماذج متعددة من الانشطة الحركية المحببة للتلاميذ لأنها تعنى بتعليم المهارات الحركية باعتبارها مرحلة تكوين واكتساب لما قد يمارسه طول حياته، فعند هذه المرحلة تنمو قدرات التلميذ وتتضح مواهبه ويكُون قابلاً للتأثير والتوجيه والتشكيل وتحديد اتجاهاته في المستقبل اذ ان الاهتمام بهذه المرحلة العمرية هو في الواقع اهتمام بمستقبل الامة كلها، كما ان اعداد التلاميذ وتربيتهم هو اعداد لمواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها حتمية التطور، وتتركز اهمية البحث في استخدام منهج للترويج البدني لتنمية المهارات الحركية لتلاميذ مرحلة الثالث الابتدائي عند تطبيق المنهج " لكون هذه المرحلة العمرية تميل الى الانشطة الحركية والالعاب اكثر من الالعاب الرياضية المعروفة وبالتالي ينعكس ذلك ايجابيا على النواحي الحركية لديهم بشكل واضح ومثمر " (عبد الحميد:2005، 147).

1-2 مشكلة البحث:

لاحظ الباحث ان الاساليب المتبعة في درس التربية الرياضية اغلبها تقليدي ومعتمدة على الخبرة الشخصية لمعلم التربية الرياضية والتي تحتاج الى تنمية وتطوير مستمر وبالتالي ادت الى ظهور تدني في مستوى المهارات الحركية المهمة الضرورية في درس التربية الرياضية بشكل

خاص وفي حياتهم اليومية بشكل عام لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي وهذا الامر يتطلب تطبيق منهج للترويح البدني معد من قبل الباحث.

3-1 اهداف البحث:

- 1- اعداد منهج للترويح البدني لتنمية بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي.
- 2- التعرف على تأثير منهج الترويح البدني في تنمية المهارات الحركية لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي.

4-1 فرضيات البحث:

- 1- هنالك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجموعتين التجريبيّة والضابطة ولصالح الاختبارات البعديّة.
- 2- هنالك فروق معنوية بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة في الاختبارات البعديّة لبعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي ولصالح المجموعة التجريبيّة.

5-1 مجالات البحث:

- 1- 5-1 المجال البشري / تلاميذ الصف الثالث الابتدائي.
- 1- 5-2 المجال الزمني / للمدة من 9 / 10 / 2022 ولغاية 12 / 6 / 2023.
- 1- 5-3 المجال المكاني / ساحة اللعب الخاصة بالمدرسة.

1-3 منهج البحث:

تعد المنهجية ذات اهمية في البحوث العلمية، ذلك ان قيمة البحث ونتائجه ترتبط ارتباطا وثيقا بالمنهج الذي يتبعه الباحث، ولما كانت مشكلة البحث الحالي تتطلب تطبيق منهج للترويح البدني وكانت مشكلة البحث ذات طبيعته تجريبية، لذا يعد المنهج التجريبي اقرب مناهج البحث العلمي واكثرها صلاحية لحل المشكلة التي بصدها الباحث منطلقاً من ان البحوث التجريبية تهدف الى أحداث (تغيير عمدي ومضبوط للشروط المحددة لحدث ما، مع ملاحظة التغيرات الواقعية في ذلك الحدث وتفسيرها) (سامي محمد: 2000، 359-360)، وبذلك يعد المنهج التجريبي باستخدام نظام المجموعتين التجريبية والضابطة أكثر ملائمة لاهداف البحث وفرضياته.

2-3 مجتمع البحث وعينته:

أن عملية اختيار العينه من الخطوات الرئيسة لجمع البيانات والمعلومات وكثيراً ما يلجأ الباحث لتحديد مجتمع بحثه بناء على الظاهرة أو المشكلة التي يختارها أي (أن يختار الباحث عينه يرى فيها انها تمثل المجتمع الأصلي الذي يقوم بدراسته تمثيلاً صادقاً) (علاوي ونصر الدين: 2000، 222)، اذ بلغ افراد مجتمع البحث (60) تلميذاً، تم إجراء اختبارات الاسس العلمية (الصدق، الثبات، الموضوعية) على (6) من افراد المجتمع الاصلي، وبلغ عدد افراد العينة التي اختارها الباحث من تلاميذ الصف الثالث الابتدائي (40) تلميذاً قسموا الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) (20) تلميذاً

تم تطبيق المنهج التجريبي للترويح البدني عليهم، (20) تلميذاً المجموعة الضابطة، وبهذا شكلت العينة ما نسبته 66% من المجتمع الاصلي لعينة البحث.

3-3 تجانس العينه:

لجأ الباحث إلى استخراج معامل الألتواء للمتغيرات (العمر، الوزن، الطول) وظهرت جميع النتائج محصورة ما بين + 3 و 0 وكما موضح في الجدول (1) مما يدل على أن العينة متجانسة.

معامل الالتواء	المنوال	ع+	س-	وحدة القياس	المعالم الاحصائية المتغيرات
0.691	7.2	0.240	7.366	سنة	العمر
0,76	108,25	2,626	11,25	سم	الطول
0,56	18,24	1,77	19,27	كغم	الوزن

4-3 التكافؤ: قام الباحثُ بالتحقق من تكافؤ مجموعتي أبحاثِ بأختباراتِ أهم المهارات الحركية عن

طريق استخدام قانون (T) وكما هو مبين في الجدول (2)

الدلالة	قيمة T المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المجموعة الاختبارات
		ع+	س-	ع+	س-	
غير معنوي	1,024	0,406	3,325	0,35	3,45	المشي
غير معنوي	1,15	0,25	2,8	0,55	2,95	الحجل
غير معنوي	1,42	0,67	10,28	0,719	9,96	الوثب

الدرجة الجدولية = 2,03 عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 38

4-3 الاجهزة والادوات

1-4-3 الوسائل

1- المراجع والمصادر العربية.

2- شبكة المعلومات الأترنت

4- استبانته لرأي الخبراء والمتخصصين حول تحديد أهم اختبارات المهارات الحركية.

5- فريق العمل المساعد.

3-4-2 الادوات والاجهزة

1- ميزان لقياس الوزن

2- حاسبه الكترونية.

3- ساعة توقيت إلكترونية عدد (2)

4- شريط لقياس الأطوال والمسافات.

5- صفارة عدد (1)

6- حبال عدد (2).

3-5 تحديد اهم المهارات الحركية واختباراتها:

لغرض تحديد أهم المهارات الحركية واختباراتها عمد ألباحث ألى ترشيح مجموعة من المهارات الحركية وعرضت بأستمارة أستبانة لمجموعة من الخبراء والمتخصصين وبلغ عددهم (5) خبراء وبعد جمع ألبينات وتفرغها استبعد الباحث المهارات الحركية وأختباراتها التي حصلت على أهميه نسبيه اقل من (20) أو أقل من (57.142%) من ألسببه ألتويه وبذلك يكون عدد المهارات الحركية وأختباراتها ألمرشحة للتطبيق قد بلغ (3) مهارات (3) اختبارات.

الجدول رقم (3) يبين المهارات الحركية التي تم اختيارها والنسبة المئوية.

يوضح نسبة الاتفاق للاختبارات بين الخبراء

ت	اختبارات المهارات الحركية	نسبة اتفاق الخبراء
1	التحمل العضلي للرجلين	95%
2	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	87%
3	القدرة العضلية للرجلين	95%

3-5-1 توصيف اختبارات المهارات الحركية المستخدمة في البحث:

الاختبار الاول: اختبار مشي القرفصاء (15) ثانية (ماجد مجيد: 1990، 46)

أ- ألعرض: قياس ألتحمل العضلي للرجلين

ب- الإمكانيات والأدوات: أرض منبسطة، شريط قياس، ساعة توقيت
ت- وصف الأداء: يقوم المختبر بأخذ وضع جلوس القرفصاء على خط البدايه شابكاً أصابع يديه خلف رأسه، وعند سماع إشارة البدء يقوم بالمشي من هذا الوضع للأمام بأقصى ما يمكن من قوة، ضمن مدة الاختبار المقرر.

ث- **الشروط:** عدم ترك اليدين بشكلٍ حر، عدم محاولة الوقوف أثناء المشي.

ج- **التسجيل:** تسجيل للمختبر لمسافه المقطوعة بالمتر وأجزائه.

الاختبار الثاني: اختبار الحجل لأقصى مسافة في 10 ثوان (حميد عبد النبي: 1990، 28)

اسم الاختبار: الحجل لأقصى مسافة في (10) ثانيه

غرض الاختبار: قياس ألقوة المميزة بالسرعة للرجلين

الأدوات: ساحة أو ملعب وساعة توقيت وصافرة وشريط قياس.

وصف الأداء:-

- يقف الطالب خلف خط البدايه، وعند سماع الصافرة يقوم بالحجل على إحدى الرجلين ليقطع

أطول مسافه ممكنه خلال (10) ثوان.

- يعطى محاولتين لكل طالب وتؤخذ أفضلهما.

- التأكيد على عدم ملامسة الرجل الأخرى للأرض أثناء تادية الاختبار.

التسجيل:- يتم قياس المسافه المقطوعه بشريط قياس ولأقرب متر وأجزائه.

الاختبار الثالث: اختبار الوثب الطويل من الثبات (علاوي ونصر الدين، 1994، 93)

- الغرض من الاختبار: قياس القدرة العضليه للرجلين في الوثب للإمام.

- الأدوات:

1- المكان المناسب للوثب بعرض 1,5م وبطول 3,5م. ويراعى أن يكون المكان

مستوي وخال من العوائق وغير أملس.

2- شريط قياس وقطع ملونه من الطباشير.

الاجراءات:

1- يخطط مكان الوثب بخطوط متوازيه يدل كل خط منها على مسافه بيئه وبين

خط الارتقاء بالمتر , كما تقسم المسافه بين الامتار بخطوط اخرى متوازيه،

المسافه بين كل خط والأخر 5سم، وتدل ايضاً على المسافه بينهما وبين خط

الارتقاء.

2- تختلف المسافه بين خط الارتقاء والخط الأول باختلاف السن والجنس.

وصف الأداء:

1- يقف المختبر خلف خط البدايه، والقدمان متباعدين قليلاً ومتوازيتان، اذ يلامس مشط القدمين خط البدايه من الخارج.

2- يبدأ المختبر بمرجحة الذراعين للخلف مع ثني الركبتين والميل للإمام قليلاً، ثم يقوم بالوثب للإمام لأقصى مسافه ممكنه، عن طريق مد الركبتين والدفغ بالقدمين مع مرجحة الذراعين للإمام.

*لكل مختبر ثلاث محاولات متتالية تحتسب له درجة احسن هذه المحاولات.

3-6 التجربة الاستطلاعية:

تمت تجربته الاستطلاعيه في يوم الثلاثاء المصادف 10\11\2022 في تمام الساعة (9) صباحاً على عينه من خارج عينه البحث وعددها (6) تلاميذ والهدف من هذه تجربته هو التعرف على كافه المعوقات التي قد تواجه الباحث عند تنفيذ تجربته الرئيسييه ومن اجل التعرف على صلاحية الاختبارات قام الباحث بإيجاد معامل الثبات وذلك من خلال إعادة الاختبار بعد مرور (4) أيام، وقام الباحث بإيجاد معامل الصدق والموضوعية وكما هو مبين بالجدول (4).

3-7 المعاملات العلمية للاختبارات

3-7-1 الثبات: لحساب معامل الثبات قام الباحث بأجراء طريقة اعادة الاختبارات فقد طبق الباحث الاختبارات الاولى بتاريخ 2022/10/15، ثم اعيد تطبيقها مرة ثانية بعد (6) ايام على عينة من مجتمع البحث نفسه، (6) تلاميذ لم يدخلوا ضمن عينة البحث الاساسية، وقام الباحث بحساب معامل الارتباط البسيط بين درجات الاختبارين واطهرت نتائج معامل الارتباط ان هناك علاقة ارتباط عالية مما يؤكد ثبات الاختبارات.

3-7-2 الصدق: من اجل ان يتأكد الباحث من صدق الاختبارات تم عرضها على مجموعة من المختصين السابق ذكرهم، وتم انتقاء الاختبارات الصالحة للدراسة بواسطة الصدق المنطقي للمختصين، وذلك بترشيح الاختبارات التي كانت نسبة الاتفاق عليها (75%) فاكثر، فضلا عن احتساب الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار.

3-7-3 الموضوعية: ان موضوعية الاختبار تعني عدم تأثر الاختبار بتغير المحكمين، او ان الاختبار يعطي النتائج نفسها أياً كان القائم بالتحكيم، وان من اهم سمات الاختبار الجيد هو الدرجة العالية من الموضوعية، وان موضوعية الاختبار ترجع في الاصل الى مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار، وحساب الدرجات والنتائج الخاصة به، ولما كان الباحث قد استخدم اختبارات ذات اجراءات

واضحة ومفهومة، (الطالب والسامرائي: 1981، 139) ،ولذا فان هذه الاختبارات تعد ذات موضوعية جيدة.

الجدول رقم (4) يبين المعاملات العلمية

معامل الصدق والثبات والموضوعية لاختبارات المهارات الحركية

الموضوعية	الثبات	الصدق	الشروط العلمية الاختبارات
0.99	0.87	0.93	اختبار المشي
0.96	0.94	0.96	اختبار الحجل
0.99	0.95	0.97	اختبار الوثب

9-3 اجراءات البحث الرئيسية:

1-9-3 الاختبارات آقبلية: قامَ الباحثُ بأجراءَ آاختبارات آقبلية لأهم المهارات الحركية في يوم الأثنين المصادف (2022/10/23) في تمام آساعة (9) صباحاً وللمجموعة الضابطه وآتجريبيه، أذ تضمنت آاختباراً آآليه:-

1- آختبار مشي القرفصاء (15) ثانية

2- اختبار الحجل لأقصى مسافة في 10 ثوان

3- اختبار الوثب الطويل من الثبات

2-9-3 منهج الترويح البدني: تم البدء بتنفيذ منهج الترويح البدني بتاريخ (2022/10/31) وأستمر لمدة (8) أسابيع وبواقع (3) وحدات اسبوعيا مع اضافة اسبوع اخر للمنهج لتعويض ايام العطل التي صادفت تنفيذ المنهج، اذ تم استخدام التمرينات والوسائل التي تتضمن التركيز على المهارات الحركية للتلاميذ، وبلغ وقت الوحدة(45) دقيقة وهو الوقت المقرر لدرس التربية الرياضية مع الاخذ بنظر الاعتبار وقت الفرصة للاستفادة منه عند تطبيق مفردات منهج الترويح البدني، ومن اجل اتباع السياق العلمي السليم للتوصل الى ادق النتائج لحل المشكلة وضع الباحث منهجاً للترويح البدني يرمي الى تنمية المهارات الحركية المؤثرة في الاداء لدى التلاميذ وقد استمر تطبيقه مدة ثمانية اسابيع ابتداء من 2022/10/31 لغاية 2022/12/29، اذ بلغ مجموع عدد وحدات منهج الترويح البدني الكلية (24) وحدة، وبزمن قدره (45) دقيقة للوحدة الواحدة، وقد قسمت الى:

- **الجزء الاعدادي:** استغرق (10) دقيقة، والهدف منه رفع درجة حرارة جسم التلاميذ من خلال تمرينات الاحماء والتمرينات العامة والخاصة.

- **الجزء الرئيسي:** استغرق زمنه (30) دقيقة.
- **الجزء الختامي:** استغرق زمنه (5) دقائق وهدفه عودة التلاميذ الى الحالة الطبيعية من خلال تمارين الاسترخاء والتهدئة.

3-9-3 الاختبارات البعدية: تم اجراء الاختبارات البعدية على تلاميذ عينة البحث البالغ عددهم (20) تلميذ في يوم الاربعاء المصادف 2023/1/4 وفي الساعة التاسعة صباحا، وعند انقضاء فترة تطبيق منهج الترويح البدني، وحرص الباحث بتهيئة نفس الظروف التي اجريت بها الاختبارات اقبلية من الكادر المساعد والزمان والمكان والأجهزة والادوات المستخدمة عند تطبيق مفردات الاختبارات.

10-3 الوسائل الاحصائية: تم استخدام الحقيبة الاحصائية ال spss.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

1-4 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية لبعض المهارات

الحركية للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها

1-1-4 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعدية لبعض المهارات الحركية

للمجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدوليه والدلالة الاحصائية للاختبارات اقبلية والبعدية لبعض المهارات الحركية للمجموعه الضابطه

ت	المعالم الاحصائية الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة t المحسوبة	الدلالة
			س-	ع ±	س-	ع ±		
1	اختبار مشي القرفصاء (15) ثا	درجة	11,9	1,07	13,45	0,887	1,11	غير معنوي
2	اختبار الحجل لأقصى مسافة في 10 ثوان	درجة	2,875	0,275	4,125	0,723	1,625	غير معنوي
3	اختبار الوثب الطويل من الثبات	درجة	3,9	0,307	5,375	0,646	1,839	غير معنوي

يوضح جدول (5) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) محسوبة وجدوليه بين الاختبارات القبليه والبعديه للمجموعه الضابطه البالغة (٢٠) تلميذ، و كانت نتائج كالتالي:- في اختبار المشي:- وبلغ وسطه ألسابي في الأختبار ألقبلي (11,9) و أنحراف المعيارى (1,07)، و بلغ ألسط ألسابى للأختبار البعدى (13,45) و أنحراف معيارى (0,887)، و قيمه (T) المحسوبه فهى (1,11) وهى اقل من قيمة (T) ألسطوله عند درجه حريره (19) و مستوى دلاله (0,05) و التى تبلغ (2,09)، و هذا يؤكد بعدم وجود فروق معنويه..

وبالنسبة لاختبار مهارة الحجل بلغ الوسط ألسابى فى الأختبار القبلى (2,875) و أنحراف معيارى قدره (0,275)، و قد بلغ ألسط ألسابى فى الأختبار البعدى (4,125) و أنحراف معيارى (0,723)، اما قيمه (T) المحسوبه فكانت (1,625) و بذلك تكون أقل من قيمه (T) ألسطوله عند درجه حريره (19) و مستوى دلاله (0,05) و التى تبلغ (2,09)، و هذا يدل على عدم وجود فروق معنويه.

و فى أختبار مهارة الوثب بلغ الوسط ألسابى فى الأختبار ألقبلى (3,9) و أنحراف معيارى قدره (0,307)، و بلغ ألسط ألسابى فى الأختبار ألبعدى (5,375) و أنحراف معيارى (0,646)، اما قيمه (T) المحسوبه فكانت (1,839) وهى أقل من قيمة (T) ألسطوله عند درجه حريره (19) و مستوى دلاله (0,05) و التى تبلغ (2,09)، مما يدل على عدم وجود فروق معنويه 0

4-1-2 مناقشة نتائج الأختبارات القبليه والبعديه للمجموعه الضابطه فى المهارات الحركية

يتبين لنا من خلال النتائج التى عرضت فى الجدول (5) بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبليه والبعديه للمهارات الحركية التى تم تطبيقها من خلال اجراءات البحث بالنسبة للمجموعه الضابطه ويعزو الباحث سبب ذلك إلى عدم تنمية هذه المهارات الحركية بشكل جيد بسبب البقاء على دروس التربية الرياضيه اليومية بدون تغير دون الاهتمام بتنوع طرائق ووسائل التدريس بما يتلائم والتقدم الكبير فى مجالات وطرق التدريس الحديثه لان الدروس اليومية الاعتيادية لا تتخللها أى العاب جديدة تسهم بشكل مستمر ومباشر فى تنمية المهارات الحركية للتلاميذ.

2-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في لمهارات الحركية في

الجدول (6)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية والدلالة الإحصائية للاختبارات القبليّة والبعدية لبعض المهارات الحركية للمجموعة التجريبية

ت	المعالم الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدية		قيمة t المحسوبة	الدلالة
			ع ±	س-	ع ±	س-		
1	اختبار مشي القرفصاء (15) ثا	درجة	١٢,٢	٠,٦٩٥	٢١,١٥	٠,٧٤٤	٨,٩٦٧	معنوي
2	اختبار الحجل لأقصى مسافة في 10 ثوان	درجة	٥,٩	٠,٧١	١١,٠٥	٠,٨٢٥	٥,٥١٩	معنوي
3	اختبار الوثب الطويل من الثبات	درجة	٢٨,٣٨	٠,٦٩٦	٢١,٢٣	٠,٥٧٠	٥,١٨٤	معنوي

ففي اختبار المشي بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (12,2) وبانحراف معياري قدره (0,695)، في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (21,15) وبانحراف معياري (0,744) أما قيمة (T) المحسوبة فكانت (8,967)، وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية عند درجة حريه (19) ومستوى دلالة (0,05) والتي تبلغ (2,09) مما يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

وفي اختبار (الحجل) بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (5,9) وبانحراف معياري قدره (0,71)، في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (11,05) وبانحراف معياري (0,825) أما قيمة (T) المحسوبة فكانت (5,519)، وهي أكبر من قيمة (T) الجدوليه عند درجة حريه (19) ومستوى دلالة (0,05) والتي تبلغ (2,09) مما يدل على وجود فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدي.

وفي اختبار (الوثب) بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (28,38) وبانحراف معياري قدره (0,696)، في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (21,23) وبانحراف معياري (0,570) أما قيمة (T) المحسوبة فكانت (5,184)، وهي أكبر من قيمة (T)

لجدولية عند درجة حرية (19) ومُستوى دلالة (0,05) والثي تبلغ (2,09) مما يدل على وجود فروقٍ معنويةٍ ولصالح الاختبار البعدي

1-2-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية للمهارات الحركية:

يتبين لنا من خلال النتائج التي ظهرت في الجدول (6) بوجود الفروق المعنوية بين الاختبارات ألقبليه وأبعديه للمجموعه التجريبية وهي لصالح الاختبارات البعديّة ويعزو الباحث السبب الى ان تلاميذ المجموعة التجريبية تم تطبيق وحدات منهج الترويح البدني عليهم بشكل منتظم والذي تضمن العديد من الالعاب والتمرينات الخاصة بتنمية المهارات الحركية لدى التلاميذ، وكذلك لان التمرينات تضمنت العديد من الالعاب الحركية التي ساهمت بتنمية مهارات المشي والحجل والوثب

وهذا ما أكده العقول، (العقول: 2010، 122) بأن الالعاب والتمرينات الحركية تهدف على نحو أساسي الى تزويد التلاميذ بالمهارات الحركية المهمة والضرورية لهم في هذه المرحلة العمرية ومنها المهارات الحركية الخاصة بمجال البحث كالمشي، والحجل، والوثب، وكذلك لان حصص ووحدات منهج الترويح البدني المخصصة لهذه المرحلة كانت تخدم على نحو كبير المهارات الحركية لأنها تتضمن ألعاب صغيرة حركية تعتمد على المشي والجري والوثب والحجل وغيرها من الالعاب التي تتطلب الانتقال من مكان الى اخر وبسرعة وهذا ما أكده الشهراني، (الشهراني: 2002، 35)، ان من المهم توفير ظروف بيئية جيدة للتلاميذ في المرحلة الابتدائية بغرض اعطائهم فرصة لتنمية مهاراتهم الحركية، ولذلك فمن الضروري التركيز بشكل كبير على الالعاب والتمرينات التنافسية بين التلاميذ وبشكل منتظم لتكون لدى التلاميذ القدرة العالية من المعرفة بالنشاطات والتمرينات التي تحتاج الى تنمية مستمرة وهذا ما اكدته عفاف (عفاف عثمان: 2008، 69) انه من الصعب على التلميذ ان يصبح ناجحًا في الاداء الحركي للمهارات الحركية الخاصة بالألعاب الرياضية اذا لم تصل مهاراته الحركية في المشي والحجل والوثب الى مستوى النضوج، وهنا يعزو الباحث الفروق الواضحة بين المجموعتين بسبب تأثير منهج الترويح البدني

والذي تضمن العديد من التمرينات والالعاب الحركية التي ساهمت في تنمية قدراتهم البدنية والحركية والوصول لأفضل اداء.

1-5 الاستنتاجات

1. ان لمنهج الترويح البدني تأثير في تنمية بعض المهارات الحركية المبحوثة.
2. ظهور تطور في بعض المهارات الحركية للمجموعة التجريبية.

2-5 التوصيات:

- 1- من الضروري استخدام منهج للترويح البدني في المدارس الابتدائية من اجل تنمية شاملة للمهارات البدنية والحركية من جوانب متعددة.
- 2- ضرورة إعداد برامج تهتم بالألعاب والتمرينات المختلفة وتطبيقها في دروس التربية الرياضية لأنها تساهم في تنمية قدرات التلاميذ وامكاناتهم البدنية.
- 3- اعداد لوحات ونشرات في المدارس الابتدائية تتضمن اهمية توعية التلاميذ بدروس التربية الرياضية.
- 4- اجراء البحوث والدراسات المشابهة على عينات واعمار مختلفة.

المصادر

- (1) حسن العقول: التربية البدنية للأطفال، جامعة الملك سعود، كلية المعلمين، السعودية، 2010.
- (2) حميد عبد النبي عبد الكاظم: برنامج تدريبي مقترح للقوة المميزة بالسرعة وأثرها في انجاز ركض 400 متر: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1990.
- (3) سامي محمد ملحم: مناهج البحث في التربية وعلم النفس. ط1، عمان: دار المسرة للنشر والتوزيع، 2000.
- (4) سعيد موسى الشهراني: تأثير برنامج للمهارات الحركية الأساسية باستخدام أسلوب تحليل الواجب على بعض عناصر القدرة الحركية، الرياض: المملكة العربية السعودية، جامعة الملك سعود، اطروحة دكتوراه، 2002.
- (5) عفاف عثمان: الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، ط 1، الاسكندرية: دار الوفاء للطباعة، 2008.
- (6) ماجد مجيد رفو عيسو: علاقة بعض القياسات الجسمية بأنواع القوة العضلية لبعض اللاعبين الفرقيّة: رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة البصرة، 1990.
- (7) محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين: اختبارات الاداء الحركي , ط3، مطبعة دار الفكر العربي، 2001.
- (8) محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. عمان: دار الفكر العربي، 2000.
- (9) نزار الطالب و محمود السامرائي: مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية و الرياضية، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1981.