

تأثير برنامج حركي مقترح بالألعاب الرياضية الصغيرة على تنمية القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة
(4-5) سنوات

**The effect of a proposed movement program with small sports on
developing the motor abilities of preschool children (4-5) years**

طبي حسين^{1*}، آيت لونيس مراد²

¹جامعة بومرداس، (الجزائر)، h.taibi@univ-boumerdes.dz

²جامعة بومرداس، (الجزائر)، maitlounis69@gmail.com

تاريخ النشر: 2021/07/15

تاريخ القبول: 2021/07/02

تاريخ الاستلام: 2021/05/07

ملخص:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج حركي مقترح بالألعاب الرياضية الصغيرة على تنمية القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات. وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة، حيث بلغت عينة البحث الأساسية (56) طفلا من أطفال التحضيري للعام الدراسي (2019/2018) تم إختيارهم بطريقة عمدية وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (28) طفل. وكانت أهم النتائج التي أظهرتها هذه الدراسة هو أن البرنامج الحركي المقترح له تأثير إيجابي في تنمية القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات ويوصي الباحث بإستخدام البرنامج الحركي لتأثيره الفعال في تطوير القدرات الحركية ، الاهتمام بتطوير المناهج وبرامج التربية الحركية في رياض الأطفال و التعليم التحضيري .

الكلمات المفتاحية: البرنامج الحركي، الألعاب الرياضية الصغيرة ،القدرات الحركية ، أطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات.

Abstract:

The research aims to identify the effect of a proposed movement program with small sports on developing the motor abilities of preschool children (4-5) years. The researcher used the experimental approach to suit the nature of this study, as the basic research sample reached (56) children from preparatory school for the academic year (2018/2019). They were deliberately chosen and they were divided into two groups, one experimental and the other controlling the strength of each group (28) children And the most important results shown by this study is that the proposed movement program has a positive effect on developing the motor abilities of preschool children (4-5) years, and the researcher recommends using the locomotor program for its effective effect on developing motor abilities, paying attention to the development of curricula and education programs. Kinetic in kindergarten and preparatory education.

Keywords: Motor program, small sports, motor abilities, preschool children (4-5) years.

1- مقدمة البحث وأهميته:

إن الاهتمام بالطفل ورعايته وتقديم السبل الكفيلة لتطوير قابلياته، لم تعد مسألة شخصية أو اجتهادية ، بل أصبح اليوم علم قائم بحد ذاته يهتم بدراسة الخبرات الحركية والمعرفية والعقلية والبدنية للطفل بجميع جوانبها لأن الطفل هو اللبنة الأولى في البناء التربوي والصحي والاجتماعي لأي مجتمع ،و لقد اتجهت معظم دول العالم المتقدم إلى الاهتمام بالطفل وتنشئته وتهيئة الجو المناسب له لكي ينمو نموا طبيعيا في شتى المجالات من خلال توفير البيئة الغنية المتمثلة بدور رياض الأطفال التي تعمل من خلال برامجها على استثارة دوافع الطفل وتنمية قدراته في تعلم الحركات والمهارات الأساسية وتدفعه للنشاط وتزيد من قدراته الإبداعية والابتكارية (المجد مسلم مهدي، 2002، ص18). تعد مرحلة الطفولة المبكرة (مرحلة ما قبل المدرسة) من أهم مراحل النمو الإنساني وذلك لأن الطفل يكون سريع التأثير بما يحيط به الأمر الذي يجعلها تترك أثرا عليه طيلة حياته وتعد هذه المرحلة هي القاعدة الأساس لبناء شخصية الأطفال اعتمادا على الخبرات التي تمر بنا في هذه المرحلة وتكون الأساس لما بعدها من المراحل فإذا ما أهملت أو تم تجاهلها فإن أضرارا كثيرة سوف تلحق بالمراحل التي تليها وتسبب العديد من المشكلات ولرعاية الأطفال في هذه المرحلة أهمية كبيرة وأن توفير الفرص المناسبة لهم لسد احتياجاتهم ونموهم نمو جسمي و عقلي سليم سوف يساعد في تكوين جيل سليم يتمتع بصحة جيدة وتفكير سليم والأطفال يتعلمون كثيرا من خلال العمل وتقليب الأشياء وتقسيمها وتصنيفها كلا حسب سرعته الخاصة ، وإعطاء الطفل كل ما يحتاجه من الإهتمام فإن ذلك سوف يؤدي إلى تطويره من جميع النواحي البدنية والجسمية والاجتماعية والنفسية والعقلية فمن الناحية البدنية يتميز الطفل بدرجة عالية من النشاط وبقدرة كبيرة على تطوير قدراته .ومن الناحية الجسمية فإن ممارسة الأنشطة الحركية المختلفة بشكل سليم وبما يتلاءم مع قدرات الطفل الجسمية والحركية سوف يساعد على نموه وتطوير جسمه وبالتالي زيادة ثقته بنفسه وهذا ينعكس اجتماعيا ونفسيا على الطفل وبصورة إيجابية، ومن الناحية العقلية فإن الطفل يتميز في هذه المرحلة بالذكاء وحب الإستطلاع والتعرف على المحيط به والرغبة بعمل كل شيء سواء كان قادر على عمله أو لم يقدر وتكثر في هذه المرحلة أسئلته وتزداد قدرته على التخيل والإبداع إذا ما أعطيت له الفرصة المناسبة (رنا تركي ناجي و ميادة خالد جاسم ، 2013 ، ص118). وبما أن مرحلة الطفولة المبكرة من المراحل المهمة في حياة الإنسان لما لها من أثر واضح في حياته المستقبلية، وكان لابد من الاهتمام بالمنهج التعليمية التي تساهم إسهاما فعالا في تحقيق النمو المتكامل للطفل بشكل عام من خلال النشاط الحركي الذي تتطور فيه القدرات البدنية والحركية بشكل خاص ، وعليه يتطلب من المتخصصين والباحثين الاهتمام بالأطفال والعمل على إعداد مناهج تعليمية تساعد على إكسابهم تلك القدرات ،فضلا عن ذلك فإن المختصين في مجال التربية الرياضية يرون أن من الضروري أن تبدأ التربية الحركية للطفل بوقت مبكر من عمره، وان إهمال هذه الفترة من الناحية الحركية تساعد الطفل على إصابته بضعف المهارات الحركية وقدراتها (أسعد حسين عبد الرزاق ، 2009، ص167).

وبذلك تكمن أهمية البحث في إقتراح برنامج تعليمي بالألعاب الرياضية الصغيرة من أجل تنمية القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة بعمر (4-5) سنوات بمختلف أنواعها الرشاقة و التوافق الحركي و التوازن الثابت بحيث يتمكن الطفل من أداء الحركات وفق إمكاناته وقدراته من خلال حرية الحركة وبعيدا عن الأمر في الأداء الحركي، مما يساهم مستقبلا في زيادة تطوير هذه القدرات الحركية.

2- إشكالية البحث:

لقد أثبتت الدراسات و الأبحاث الحديثة في مجال التربية الحركية أنها تساهم في نماء جميع جوانب طفل التحضيري (الحركية ، المعرفية ، الاجتماعية) ما إذا فهمنا مغزاها و الأهداف المرجوة من ورائها و وضعنا لها البرامج المدروسة و المناسبة مستخدمين الحركة كوسيلة لذلك ، وهو ما أشارت إليه (عفاف عبد الكريم ، 1995) بأن الحركة تكون دائما وسيلة تعليمية ممتازة للتنمية المعرفية إذا نفذت بطريقة صحيحة كما أنها المدرسة الأولى التي تعلم الطفل ضبط النفس و الإخلاص و الصدق و كيفية التعامل مع الآخرين. (فؤاد بن فاضل ، 2019 ، ص66). تهدف التربية الحركية إلى تنمية المهارة الحركية للطفل، وهذا هو الهدف المحوري للتربية الحركية، وقد أكد لابان(laban) على أهمية السيطرة على الجسم أثناء الحركة الحرة في الفراغ. كما يشير بيكا (Pica .R) أن من أهداف التربية الحركية للطفل هو تنمية المهارات الحركية الخاصة به، حيث أن الممارسة المنتظمة والتعليمات المبنية على أسس علمية يمكنها أن ترفع من مستوى أداء الطفل لتلك المهارات، وبرامج التربية الحركية يمكن أن تساهم بصورة مباشرة في تنمية عناصر اللياقة الحركية واكتمال النضج الاجتماعي، وتشجيع الجانب الإبداعي لدى الطفل.(مالك رضا، 2018، ص44). و يعد النشاط الرياضي لأطفال ما قبل المدرسة وسيلة مهمة لتحقيق النمو للطفل وخاصة أن مرحلة الطفولة المبكرة هي مرحلة تكوين وإعداد نغرس فيها مقومات شخصية الطفل المستقبلية و يعد التعليم التحضيري من بين المراحل التربوية المهمة التي يرى الطفل وتبدأ في التأثير في عاداته وسلوكه ونشاطاته المختلفة ومنها الحركية لذا ينبغي الاهتمام بهذه المرحلة العمرية المهمة وتنظيم برنامج علمي متقن يعمل على التسريع في عملية النمو الحركي الذي يؤدي إلى الإسراع في عملية التعلم الحركي من خلال تطوير القدرات الحركية المتمثلة باللياقة الحركية لأطفال ما قبل المدرسة . و تعد اللياقة الحركية جزء من اللياقة الشاملة للفرد حيث تهدف إلى تنمية الفرد تنمية شاملة وبشكل خاص تنمية القدرات الحركية لدى الفرد وحسب (محجوب، 1989) فالإنسان يكتسب القدرات الحركية من خلال تفاعله مع المحيط أو تكون موجودة مثل الرشاقة والمرونة والتوازن والمهارة، أي أن قدراته على الحركة تأتي وتتطور عن طريق التمرين، وسميت بالقدرات لأنها قدرة للحركة الإنسانية التي تؤدي من قبل الكائن الحي وخاصة بالمستويات العالية. (محجوب وجيه ، 1989 ، ص85). ولهذا يجب التفكير في صياغة و بناء المحتويات التربوية على أسس علمية ولما كانت المرحلة الابتدائية من أهم مراحل التعليم كونها تمثل القاعدة البنيوية للنمو والتطور نحو الأفضل عبر مراحل التعليم الأخرى، فإن إكساب الأطفال القدرات الحركية بشكل متكامل يكون ذا تأثير فعال في نموهم الحركي وبالتالي نموهم المعرفي والوجداني كمنظومة تعليمية متكاملة.(آمنة مصطفى الشبكشي ، 2002، ص18).و رغم أهمية تطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال ومن سن مبكرة وبوسائل وطرق تتناسب وإمكانيات الطفل المختلفة، لكن نجد أن حصة التربية الحركية في مرحلة التعليم التحضيري و رياض الأطفال إن وجدت لا تحقق الأهداف المنشودة بحيث أنه ما زال يقدم بالطرق التقليدية رغم فائدتها المحدودة في بعض العمليات التعليمية وتمرينات مقيدة ذات تشكيلات محددة كالهزولة حول ملعب ثم المشي وبعض القفزات مولدين الإحباط لرغباته وميوله بكل جوانبه المختلفة مبتعدين بذلك عن الأهداف المنشودة في بناء النشء وتطويره، والتي نجدها مشكلة علينا نحن كتربويين و باحثين دراستها بما يتفق ومتطلبات المرحلة من كافة الجوانب والاهتمام ببرامج الرياضة للطفل وخاصة مرحلة ما قبل المدرسة بما يتناسب مع قدراتهم الحركية والعقلية والنفسية مع التشجيع المستمر لهم، في إطار برنامج علمي مدروس وموجهة لتعليم وتطوير مهاراتهم و قدراتهم في مختلف الأنشطة الرياضية وبطرق تدريس حديثة تتخللها بعض التمارين التنافسية المشوقة والمتنوعة

للطفل تتناسب مع ميوله ورغباته و سنه من جهة و تبعد عنه الملل والتعب من جهة أخرى. ونظرا للدور الذي تؤديه المهارات الحركية الأساسية في حياة الطفل من خلال القيام بمختلف الحركات للتعبير عن ذاته وتكييفها مع الواقع الذي يعيش فيه و يتجسد هذا تطبيقيا من خلال برامج التربية الحركية المقدمة للطفل وهذا هو الإشكال الذي قادنا إلى اقتراح برنامج تعليمي للتربية الحركية وهذا بناء على ملاحظة عدة نقائص في محتويات تقديم هذا البرنامج في مرحلة ما قبل المدرسة (التعليم التحضيري) بهدف تنمية القدرات الحركية التي يتميز بها طفل هذه المرحلة، وهذه التنمية والتطوير للقدرات الحركية جزء منها يقع على عاتق المربي الذي يعتبر هو المسؤول عن تطوير و تنمية هذه القدرات الحركية ، الشيء الذي جعلنا نفكر في هذا الموضوع وهو ما قادنا إلى تحديد وطرح مشكلة الدراسة لمعرفة ما مدى فاعلية برنامج حركي بالألعاب الصغيرة على تنمية القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات ؟

ويندرج تحت هذا المشكل التساؤلات الجزئية التالية:

- 1- هل توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للعينة الضابطة في قياسات أداء القدرات الحركية ؟
- 2- هل توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في قياسات أداء القدرات الحركية ؟
- 3- هل توجد فروق دالة إحصائية في القياس البعدي بين العينتين التجريبية و الضابطة في قياس أداء القدرات الحركية ؟
- 4- هل نسبة التحسن في إختبارات القدرات الحركية للعينة التجريبية أفضل من نسبة التحسن للعينة الضابطة ؟

3- الفرضيات:

من خلال التساؤلات السابقة الذكر في الإشكالية قمنا بوضع الفرضيات التالية:

- 3-1- الفرضية العامة: البرنامج الحركي المقترح بالألعاب الصغيرة له تأثير إيجابي في تنمية القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات .

3-2- الفرضيات الجزئية:

- 1- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للعينة الضابطة في قياسات أداء القدرات الحركية .
- 2- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في قياسات أداء القدرات الحركية ولصالح القياس البعدي.
- 3- توجد فروق دالة إحصائية في القياس البعدي بين العينة التجريبية والضابطة في قياس أداء القدرات الحركية قيد البحث ولصالح العينة التجريبية .
- 4- نسبة التحسن في المتغيرات قيد البحث لدى أطفال العينة التجريبية أفضل من نسبة التحسن لدى أطفال العينة الضابطة.

4- أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج حركي بالألعاب الرياضية الصغيرة في تنمية القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات من خلال:

- 1- تصميم برنامج حركي بالألعاب الصغيرة لتطوير بعض القدرات الحركية.
- 2- معرفة الفرق بين الإختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة و التجريبية في إختبارات القدرات الحركية.
- 3- معرفة الفرق في الإختبار البعدي بين العينة الضابطة و التجريبية في إختبارات المتغيرات قيد البحث.

4- معرفة نسبة التطور و التحسن بين العينة الضابطة و التجريبية.

5- التعرف على تأثير برنامج حركي بالألعاب الرياضية الصغيرة في تنمية بعض القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة
قيد البحث (الرشاقة، التوافق الحركي، التوازن الثابت)

5- تحديد المفاهيم والمصطلحات الأساسية للبحث:

5-1- التربية الحركية: "هي شكل من أشكال التربية البدنية للأطفال لتعليم الحركات الأساسية واكتساب اللياقة البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعية باستثارة قدراتهم المعرفية والحركية واستخدام أسلوب الاستكشاف الفردي في حدود إمكانياتهم وقدراتهم".

و ينظر إليها كوسيلة تربوية للطفل أو أنها تربي الطفل عن طريق الحركة و تأخذ الطفل بشمولية وتنطلق من ملاحظة سلوك الطفل لمساعدته على حل مشاكله الخاصة خلال الحركة و الخبرات البدنية و تساعد الطفل أيضا على إستكشاف قدراته الذاتية بشكل تدريجي وإستغلالها في تحقيق الإستقلالية الجسدية مما يستدعي ممارسة نشاطات تقوم على أسس نفسية حركية. (فؤاد بن فاضل ، 2013 ، ص63)

و التربية الحركية أو التربية من خلال الحركة (تعمل على تكيف الطفل مع جسمه) وهو نظرية جديدة أو اتجاه جديد في التربية مثل التعلم عن طريق الخبرة أو النشاط وقد ظهرت منذ ظهور العقود الأخيرة بقصد إخراج التعليم المدرسي من صيغته التقليدية العقيمة في مناهج طرق التعليم إلى صيغ أكثر فاعلية وإيجابية في تكوين الفرد وتنميته إلى أقصى ما تؤهله له إمكانياته وقدراته ومواهبه. (عفاف عثمان، 2008، ص43).

يعرف الديري (1999) التربية الحركية على أنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق الإتجاهات السلوكية (دحماني نعيمة ، 2015، ص609)

التعريف الإجرائي: التربية الحركية هي نوع من التربية البدنية تهتم بالطفل من خلال تطوير مختلف المهارات الحركية الأساسية لديه وهذا من خلال معرفة كيفية تحريك والتحكم في جسمه.

5-2- التعلم الحركي: عبارة عن " عملية تهدف إلى اكتساب المهارات الحركية والقدرات البدنية وتحسين عملية اختيار السلوك المناسب للمواقف المختلفة". (صلاح السيد حسن، 1993، ص69).

أو "هو التغيير النسبي الثابت والتعديل والسيطرة على الحصيللة السلوكية والحركية للفرد فسيولوجيا، نفسيا ديناميكيا، استاتيكيًا، والمبني على الخبرة والمران". (بسطويسي أحمد، 1996، ص189). والتعلم في الرياضة هو عملية إكتساب إمكانيات السلوك التي لا يمكن الإستدلال عليها عن طريق المستويات الحركية ، هو أيضا عملية التحسين التوافق الحركي ويهدف إلى إكتساب المهارات الحركية والقدرات البدنية والسلوك. (نجد مجيدي ، 2015، ص444)

التعريف الإجرائي: هو عبارة عن عملية داخلية لا يمكن مشاهدتها أو ملاحظتها وإنما يستدل عليها من خلال الأداء للتعلم، أو هي سلسلة من التغيرات التي تحدث داخل الجسم لتعديل سلوك الإنسان نتيجة للمعارف المكتسبة.

5-3- الحركة: الحركة هي الطريقة الأساسية في التعبير عن الأفكار والمشاعر والمفاهيم وعن الذات بوجه عام فهي استجابة بدنية ملحوظة لمثير ما سواء كان داخليا أو خارجيا، و أهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع في أشكالها وأساليب أدائها. (عفاف عثمان، 2008، ص25).

التعريف الإجرائي: هي عبارة عن التغير في حالة الجسم من حالة معينة إلى أخرى و هذا نتيجة لدوافع داخلية أو خارجية من أجل تحقيق سلوك معين.

4-5- المهارة الحركية: هي مجموعة من الحركات التي تؤدي وفق سلوك معين بتناسق دقيق في ظروف متباينة، والمهارة الحركية في نظر ستالين Staline هي الفعالية العضلية الموجهة باتجاه غرض محدد. هو نشاط حركي محدود ويشمل على حركة واحدة أو مجموعة من الحركات المحدودة و المنجزة بدرجة عالية من الثقة. (موفق أسعد محمود الهيبي، 2008، ص20)

التعريف الإجرائي: تلك النشاطات التي تستلزم استخدام العضلات الكبيرة والصغيرة بنوع من التآزر والتناسق يؤدي إلى الكفاية والجودة في الأداء الحركي.

5-5- القدرات الحركية : يستخدم مصطلح القدرات الحركية عادة للدلالة على مدى كفاءة الطفل في أداء المهارات الحركية الأساسية والمهارات المرتبطة بنشاط رياضي معين وتتضمن مكوناتها (السرعة والقوة العضلية والتوافق والرشاقة والتوازن) ويضيف (راتب، 1999) بان هناك علاقة متداخلة بين كل من قدرات اللياقة الحركية وقدرات اللياقة البدنية من جهة وبين قدرات الطفل على اكتساب المهارات الحركية من جهة أخرى، بحيث إذا تحسن مستوى الطفل في نوع معين من القدرات ينعكس تأثيره على القدرات الأخرى، بمعنى آخر إذا كان الطفل يتمتع بمستوى جيد من ناحية اللياقة الحركية سوف يساعده ذلك على اكتساب المهارات الحركية، والطفل الذي يتميز بالضعف والهبوط في مستوى اللياقة الحركية سوف يؤثر سلباً على كفاءته ولياقته الحركية. (أسامة كامل راتب، 1999، ص281).

التعريف الإجرائي: القدرات الحركية تعبر عن مختلف الصفات الحركية من سرعة ورشاقة ومرونة وتوافق حركي وتوازن التي يكتسبها الفرد من أجل أداء حركات مختلفة.

5-6- البرنامج التعليمي: هو مجموعة من حصص التربية البدنية والرياضية والتي تتضمن في مجملها مجموعة من النشاطات البدنية والرياضية والمتمثلة في المواقف الحركية والسلوكية المختلفة المشتقة من الرياضات الجماعية والفردية، بالإضافة إلى الألعاب شبه الرياضية و لكل وحدة تعليمية هدف أو أهداف محددة تسعى إلى تحقيقها. (جوبر مروان، 2018، ص322).

و يعرفه عبد الحميد شرف بأنه تلك الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطوة صممت سلفاً و ما يتطلفه ذلك التنفيذ من توزيع زمني و طرق تنفيذ و إمكانات تحقيق هذه الخطوة. (نقاز محمد، 2017، ص250)

التعريف الإجرائي: فهو عبارة عن مجموعة من الوحدات التعليمية تتضمن أنشطة حركية و التي يسطرها الأستاذ إنطلاقاً من مجموعة من المؤشرات من أجل الوصول إلى هدف تربوي.

5-7- الألعاب الصغيرة : هي جميع الألعاب التي يمارسها الأفراد صغاراً و كباراً ومن كلا الجنسين في مجاميع مختلفة العدد لأجل التسلية و المرح و قضاء وقت فراغ ممتع و مفيد. (جمال حمادي ، يعقوبي فاتح ، 2014، ص244)

التعريف الإجرائي: هي مجموعة من الأنشطة الرياضية في مواقف و وضعيات تعليمية مختلفة والتي تتميز بالمتعة و المنافسة من أجل تحقيق أهداف تعليمية معينة. (فؤاد بن فاضل ، 2016، ص214)

5-8- طفل ما قبل المدرسة (4-5) سنوات: هي امتداد للطفولة الأولى في مراحل النمو المختلفة وتتميز بزيادة الحركة ومحاولة التعرف على البنية عن طريق اللعب، كما تلاحظ حب الاستطلاع والفضول والرغبة في الاستكشاف، وتتميز بنسبية سرعة النمو حيث تكون أقل سرعة مقارنة بسرعه في المرحلة السابقة.

التعريف الإجرائي: وهي المرحلة التي تمتد من عامين إلى خمسة أعوام وفيها يكتسب الطفل المهارات الحركية الأساسية مثل المشي واللغة مما يحقق قدراً كبيراً من الاعتماد على النفس.

5-9- التعليم التحضيري:

هي مرحلة تربوية غير إجبارية تسبق المرحلة الابتدائية و تعتبر من بين أهم المراحل التربوية و التعليمية فهي تشكل الأسس الأولى لنمو الطفل في مختلف المجالات. (فؤاد بن فاضل ، 2018 ، ص 41)

التعريف الإجرائي: هي مرحلة عمرية تمتد من (4-5) سنوات و التي فيها يتم تنمية مختلف الجوانب الحركية و الإجتماعية و العقلية و غيرها إنطلاقاً من مجموعة من المناهج و البرامج المسطرة من وزارة التربية و التي تتماشى مع خصائص النمو لديهم.

6- الدراسات السابقة والمشاهدة:

6-1- دراسة الرضي والصماد(1993).

موضوع الدراسة: "فاعلية برنامج تدريب حركي على القدرات الحركية لدى أطفال الروضة".

1- الهدف من الدراسة: هدفت الدراسة إلى قياس فاعلية برنامج تدريب حركي في تطور القدرات الحركية لأطفال الروضة ممن تتراوح أعمارهم ما بين (5-6) سنوات .

2- عينة الدراسة: وتكونت عينة البحث من (54) طفلاً منهم (32) طفلاً من الذكور (22) طفلة من الإناث تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بواقع (27) طفلاً لكل مجموعة بواقع (16) ذكر و(11) أنثى. وتم إخضاع المجموعة التجريبية إلى البرنامج الحركي لمدة (8) أسابيع بمعدل (5) مرات أسبوعياً وبمعدل (20) دقيقة في اليوم، أما المجموعة الضابطة تطبق عليها البرنامج التقليدي.

3- المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج التجريبي متبعاً التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة لمناسبتها لطبيعة هذه الدراسة.

4- أدوات جمع المعلومات: اختبارات القدرات الحركية مكونة من خمسة اختبارات وهي (ثني الذراعين من الانبطاح، الوثب الطويل من الثبات، الجلوس من الرقود، الركض (30) م، الرشاقة).

5- الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثان تحليل التباين المشترك لمتوسطات المجموعتين أسلوباً إحصائياً، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري.

6- نتائج الدراسة: وتوصلت الدراسة إلى الاستنتاج الآتي : توجد فروق ذات دلالة معنوية في الدرجات البعدية المعدلة على جميع اختبارات القدرات الحركية ولمصلحة المجموعة التجريبية. (خالد عبد المجيد ، 2009 ، ص 292)

6-2- دراسة طارق عبد الرحمان محمود (2002).

موضوع الدراسة: "تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-5) سنوات".

1- الهدف من الدراسة:

1- التعرف على تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-6 سنوات) " قيد البحث " (المشي - الجري - الوثب - التنطيط - الرمي - الركل - الاتزان).

2- التعرف على تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض القدرات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-6 سنوات) " قيد البحث " (التوافق العضلي العصبي - التوازن - الرشاقة).

2- عينة الدراسة: تكونت عينة البحث من (50) طفلاً من أطفال ما قبل المدرسة. وتم تقسيمهم بالطريقة العشوائية البسيطة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (25) طفلاً لكل مجموعة.

3- منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي.

4- أدوات جمع المعلومات: اختبارات القدرات الحركية و المهارات الحركية (اختبار الجري والوثب والرمي والتوازن والرشاقة).

5- الوسائل الإحصائية: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري اختبار (ت) للعينتين المرتبطتين المتساويتين بالعدد اختبار (ت) للعينتين الغير المرتبطتين المتساويتين بالعدد، معامل ارتباط بيرسون، معامل الالتواء.

6- نتائج الدراسة: وكانت أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الجري والوثب والرمي والتوازن والرشاقة لصالح المجموعة التجريبية مما يشير إلى فاعلية البرنامج المقترح. (طارق عبد الرحمان محمود درويش، 2002، ص 49).

6-3- دراسة ناهده عبد زيد الدليمي (2010).

عنوان الدراسة " تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنوات".

1- الهدف من الدراسة : كان الهدف من الدراسة اختيار مجموعة ألعاب صغيرة لتطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنوات، معرفة تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنوات.

2-عينة البحث : تكونت عينة البحث من تلميذات الصف الثاني الابتدائي في مدرسة بنت الهدى للبنات وبلغ عددها (36)، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين أحدهما تجريبية وبعدها (18) تلميذة والأخرى ضابطة وبعدها (18) تلميذة أيضاً.

3-منهج البحث : استعملت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة الدراسة الحالية، كونه أحد المناهج الأساسية في البحوث التجريبية.

4- أدوات جمع المعلومات : كانت عبارة عن اختبارات الحركات الأساسية الآتية (المشي، الركض، القفز، الرمي)، واختبارات القدرات الحركية الآتية (الرشاقة، المرونة، التوافق، التوازن).

5- الوسائل الإحصائية: و استعانت الباحثة بالوسائل الإحصائية الآتية في معالجة نتائج البحث: النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الارتباط (بيرسون)، معامل الاختلاف، اختبار (T. test) للعينات المتناظرة، اختبار (T. test) للعينات المستقلة.

6- نتائج الدراسة: وكانت أهم نتائج هذه الدراسة هي ظهور الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية لدى أفراد المجموعة الضابطة بشكل ملحوظ والتي خضعت للمنهج المتبع في الصفوف الأولى من المرحلة الابتدائية ، ممارسة الألعاب الصغيرة الترويجية تقلل من درجة إحجام التلميذات عن تطوير المهارات الأساسية والقدرات الحركية المحددة.(ناهدة عبد زيد الدليمي، 2010، ص 207)

6-4- دراسة أميمة أحمد "أطروحة دكتوراه" (2004).

موضوع الدراسة: "تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية و الحركية"

1- الهدف من الدراسة:هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية و الحركية.

2- عينة الدراسة:اشتملت عينة البحث على 48 تلميذ عشوائيا ،24 تلميذ و تلميذة لكل من المجموعة الضابطة و التجريبية و ثم استخدام منهج الألعاب الصغيرة المقترح.

أدوات البحث ووسائل جمع المعلومات:المراجع والمصادر،مقاييس اختبارات.

3- المنهج المستخدم:استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة المشكلة.

4- نتائج الدراسة: ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هي:

1- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة و التجريبية، حيث منهج الألعاب الصغيرة حققت تطورا أفضل للقدرات البدنية و الحركية. (أميمة أحمد، 2004).

7- التعليق على الدراسات السابقة :

في حدود إجراءات الدراسات السابقة نستخلص ما يلي:

- جميع الدراسات السابقة استخدمت المنهج التجريبي.

- أجريت جميع الدراسات في بيئات مختلفة.

- استخدمت الدراسات المنهج الوصفي والمنهج التجريبي.

- اعتمدت الدراسات على الاختبارات و المقاييس كأداة لجمع البيانات.

- اختلاف البيئات التي أجريت فيها الدراسات والأبحاث.

- اختلاف في حجم وجنس العينة فبعض الدراسات شملت أعداد محددة و الأخرى كبيرة.

- تنوع الدراسات في إختيار المرحلة العمرية بين أطفال ما قبل المدرسة(4-5) سنوات و المدرسة الإبتدائية (7-8) سنوات.

- إختلفت معظم الدراسات في طريقة إختيار العينة فبعض الدراسات استخدمت العينة العشوائية وبعض الدراسات الأخرى العينة غير العشوائية (القصدية).

ومما سبق نرى أن معظم هذه الدراسات أجريت بهدف التعرف على تأثير بعض البرامج الرياضية على تطور القدرات الحركية.

* من خلال مراجعة الدراسات السابقة و الأبحاث العلمية ، فقد إستفاد الباحث منها فيما يلي :

- كيفية تناول المشكلة موضوع البحث والخطوات الواجب إتباعها في البحث من خلال بناء الإشكالية والفرضيات.

- تأثير برنامج حركي مقترح بالألعاب الصغيرة على تنمية القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات -

- تحديد المنهج العلمي المناسب لطبيعة هذه الدراسة، وهو المنهج التجريبي و التصميم ذو القياسين القبلي والبعدي لمجموعتين إحداها ضابطة و الأخرى تجريبية.
- تحديد عينة البحث بما يتناسب مع طبيعة الدراسة، وهم أطفال ما قبل المدرسة.
- تحديد الأسلوب الإحصائي المستخدم في هذه الدراسات وتحديد ما يناسب البحث من خلال المعالجات الإحصائية المناسبة لأهداف الدراسة في الجانب التطبيقي للتأكد من صحة الفرضيات.
- تحديد زمن البرنامج المقترح وزمن الوحدة التعليمية.
- كيفية الحصول على البيانات و الاختبارات لقياس متغيرات البحث.
- الاستعانة بنتائج الدراسات السابقة في عرض الجداول الإحصائية وتحليل و تفسير و مناقشة نتائج هذه الدراسة.
- اختيار الوسائل و الأدوات المستخدمة في جمع البيانات كاختبارات القدرات الحركية و المهارات الحركية الأساسية ومقياس القدرات الإدراكية الحركية المناسبة لمرحلة ما قبل المدرسة (4-5) سنوات.
- الاستفادة من الدراسات السابقة في تصميم وتحديد الاختبارات الخاصة لعينة البحث من حيث المدة و الزمن الاختبار والتعليمات الخاصة لتنفيذ الاختبار لكل مهارة حركية أو قدرة حركية منتقاة.
- طريقة بناء البرامج المقننة التي تسمح بتطوير هذه المهارات و القدرات باستعمال الطرق والوسائل الحديثة.
- و على ضوء ما سبق تظهر الحاجة إلى هذه الدراسات بهدف التعرف على تأثير برنامج حركي مقترح بالألعاب الرياضية الصغيرة في تنمية بعض القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات .

8- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

8-1- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث ولكون المنهج التجريبي " محاولة لضبط كل العوامل الأساسية المؤثرة في المتغيرات التابعة في التجربة ما عدا عاملاً واحداً يتحكم فيه الباحث ويغيره على نحو معين بقصد تحديد وقياس تأثيره على المتغير أو المتغيرات التابعة". (نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي، 2004، ص59).

واستخدمنا في هذا البحث تصميم المجموعتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختبار القبلي والبعدي ، وتتلخص بإجراء الاختبار القبلي للمجموعتين ثم يدخل المتغير التجريبي على المجموعة التجريبية ومن ثم يتم إجراء الاختبار البعدي للمجموعتين (التجريبية والضابطة) وتحسب الفروق بين الاختبارين وبين المجموعتين لإيجاد تأثير المتغير التجريبي .

8-2- عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والتي " يتم اختيارها اختياراً حراً على أساس أنها تحقق أغراض الدراسة التي يقوم بها الباحث" . (ذوقان عبيدات وآخرون، 1988، ص116).

تكونت عينة البحث من أطفال التعليم التحضيري في مدرستي قوراري عمارة مُجد وحسين مُجد الابتدائية بولاية الشلف والمسجلين للعام الدراسي (2018/2019) ممن تتراوح أعمارهم بين (4-5) سنوات ذكور و إناث والبالغ عددهم (66) طفلاً، تم استبعاد (10) أطفال من مدرسة حسين مُجد من أجل تكافؤ و تجانس العينتين من حيث العدد و السن و الطول وكذا تكافؤ مجموعتي البحث في اختبارات المهارات الحركية الأساسية في التجربة الاستطلاعية وبلغ العدد

المتبقي (56) طفلا تم تقسيمهم بالتساوي في العدد إحداها تجريبية وعددها (28) طفل (18 طفل ذكور و 10 إناث) والأخرى ضابطة قوامها (28) طفل (18 طفل ذكور و 10 إناث).

9- الأسس العلمية لأدوات الدراسة :

9-1- تكافؤ وتجانس عينة البحث:

ومن أجل التحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة تم إجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات الآتية:

1- العمر الزمني مقاسا بالسنة.

2- الطول مقاسا بالمتري.

3- الوزن مقاسا بالكيلو غرام.

الجدول (1): يبين تكافؤ عينة البحث في متغيرات السن و الوزن و الطول.

نوع الدلالة	معنوية الفروق	قيمة (t) المحسوبة	العينة الضابطة		العينة التجريبية		وحدة القياس	المجموعة المتغيرات
			± ع	- س	± ع	- س		
غير معنوي	0.54	0	0.41	4.78	0.41	4.78	سنة	السن
غير معنوي	0.10	0.61	3.06	21.17	2.56	20.71	كلغ	الوزن
غير معنوي	1	1.66	5.85	117.6	6.18	114.92	متر	الطول
قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (54) = (2.02)								

يتضح من الجدول (1) أن قيم (t) المحسوبة في متغيرات السن والوزن والطول كانت على التوالي (0)، (0.61)، (1.66) وهي أقل من قيمة (t) الجدولية البالغة (2.02) وتحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (54) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية (إحصائية) بين أطفال مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات (السن-الوزن-الطول) ومنه نستنتج أن عينة البحث متكافئة في المتغيرات السابقة الذكر.

قبل البدء بتطبيق برنامج التربية الحركية على مجموعة البحث التجريبية لجأنا إلى إجراء عملية التجانس بين مجموعتي البحث لضمان البدء بخط شروع واحد، وكما هو مبين في الجدول (2) الذي يبين تكافؤ وتجانس مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات قيد البحث والمتمثلة في اختبارات بعض القدرات الحركية قيد البحث.

الجدول (2): يبين التكافؤ والتجانس بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات قيد البحث.

نوع الدلالة	معنوية الفروق	قيمة (t) المحسوبة	الضابطة		التجريبية		وحدة القياس	المجموعة الاختبارات
			± ع	- س	± ع	- س		
غير معنوي	0.59	0.53	1.07	8.07	1.38	8.25	ثانية	الجري المتعرج
غير معنوي	0.12	1.54	1.34	0.39	0	0	عدد	القفز فوق الحبل
غير معنوي	0.92	0.09	10.64	14.28	12.14	13.98	ثانية	التوازن الثابت
قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) وإمام درجة حرية (54) = (2.02)								

- تأثير برنامج حركي مقترح بالألعاب الصغيرة على تنمية القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات -

يتبين من الجدول (2) إن قيم (t) المحسوبة في اختبار الجري المتعرج ، اختبار القفز فوق الحبل ، اختبار التوازن الثابت كانت على التوالي (0.53) ، (1.54) ، (0.09) كانت أقل من القيمة الجدولية البالغة (2.02) عند درجة حرية (54) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية (معنوية) بين المجموعتين التجريبية والضابطة وإنهما متكافئتين و متجانستين في هذه المتغيرات (الاختبارات).

9-2- الأسس العلمية لأدوات الدراسة :

*** إرتباط و ثبات و صدق الاختبارات :**

الجدول (3) : يبين معاملات الإرتباط والثبات والصدق لإختبارات القدرات الحركية .

المعاملات الإختبارات	test		retest		قيمة (R) المحسوبة	معامل الثبات	معامل الصدق	دلالة الفروق	الدلالة الإحصائية
	-س	±ع	-س	±ع					
الجري المتعرج	9.29	1.69	8.54	0.84	0.38	0.55	0.74	0.27	غير معنوي
القفز فوق الحبل	0	0	2.4	5.92	-	-	-	-	-
التوازن الثابت	11.78	7.8	32.17	30.37	0.27	0.42	0.64	0.44	غير معنوي
قيمة (R) الجدولية (0.60) عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05)									

يتبين من الجدول (3) أن قيمة معامل الارتباط لبرسون (R) المحسوبة في اختبارات الجري المتعرج، التوازن الثابت كانت على التوالي (0.38)، (0.27) وهي أقل من قيمة (R) الجدولية (0.60) عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على أن الإرتباط غير معنوي و لا يوجد إرتباط في اختبار القفز فوق الحبل. في حين بلغ معامل الثبات ألفا (α) كرونباخ (0.55) في اختبار الجري المتعرج مما يدل على أن الإختبار ثابت بدرجة متوسطة ، أما في إختبار التوازن الثابت فبلغ (0.42) مما يدل على الإختبار ثابت بدرجة متوسطة . أما قيمة معامل الصدق الذاتي في اختبارات الجري المتعرج ، التوازن الثابت فبلغت على التوالي (0.74)، (0.64) إذن فهي تتميز بدرجة صدق عالية.

*** الصدق الظاهري:**

ولإيجاد صدق الاختبارات قمنا باعتماد الصدق الظاهري، إذ تم عرض اختبارات القدرات الحركية، على مجموعة من السادة الأساتذة والمختصين في مجالات التعلم الحركي والاختبارات والقياس، وقد أجمعوا على أن هذه الاختبارات تتمتع بدرجات صدق عالية وكذا البرنامج الحركي قابل للتطبيق.

*** موضوعية الإختبار :**

تعد صفة الموضوعية بالنسبة للاختبارات من الأسس العلمية للاختبار الجيد، والموضوعية في مجال القياس هي " تطابق الآراء لأكثر من جيد عند تقويم الاختبار. إذ يجب أن تتمتع الاختبارات بدرجة عالية من الموضوعية مهما اختلف المقومون لها مع افتراض أن المقومين القائمين بالاختبارات متساوون بالكفاءة والتأهيل ويعد الاختبارات موضوعية كونها ثابتة،" إذ إنه كلما كان معامل الثبات عالياً أدى ذلك إلى ارتفاع معامل الموضوعية والعكس صحيح".

10- أسس و إعتبرات برنامج التربية الحركية المقترح لأطفال ما قبل المدرسة:

قام الباحث بوضع الأسس العلمية لتصميم البرنامج المقترح بالإستعانة بالعديد من الأبحاث و الدراسات التي تناولت أسس و خصائص إعداد و تصميم برامج التربية الحركية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، أمثال جراهام وآخرون (graham et al,1993)، جالهيو (gallahue,1989,1985,1982)، وتوماس و آخرون (Thomaset al...,1989)، بومسجد عبد القادر (2005)، فؤاد بن فاضل (2018)، رنا تركي ناجي و ميادة خالد جاسم (2013)، طارق عبد الرحمان محمود (2002) لإختيار محتوى البرنامج الحركي المقترح، حيث تحتاج هذه النوعية من البرامج إلى

- تنظيم وتصميم يتمشى مع الخصائص والمواصفات التي يتصف بها أطفال ما قبل المدرسة فهي تحتاج إلى مزيد من الصبر وكذلك العناية والرعاية حتى يتحقق العائد من البرنامج المقترح، وقد راعى الباحث عدة اعتبارات هامة وهي:
- أن يتناسب البرنامج مع خصائص و صفات المرحلة العمرية للأطفال (4-5) سنوات.
- أن يحقق البرنامج المقترح أهداف الدراسة.
- أن يشتمل البرنامج على مجموعة من الألعاب و التمارين الخاصة بالرشاقة و التوافق الحركي و التوازن الثابت.
- أن تراعي أنشطة البرنامج مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب ، ومن البسيط إلى المركب .
- أن يتناسب البرنامج مع خصائص و صفات المرحلة العمرية للأطفال.
- أن يحقق البرنامج المقترح أهداف الدراسة.
- أن يستخدم أدوات سهلة ، وذات ألوان جذابة وتكون مناسبة من حيث الوزن و الحجم .
- أن يشتمل البرنامج على أنشطة متنوعة ومشوقة بما يتناسب مع ميول ورغبات الأطفال.
- أن يراعي عامل الأمن و السلامة للأطفال .
- أن يكون الأطفال قادرين بدنياً على الأداء، و أن يكون مناسباً لنضج ودوافع الأطفال ودرجة فهمهم.
- مراعاة الأسس الفسيولوجية للبرنامج.
- الإقلال من الشرح اللفظي وأداء النموذج بطريقة بسيطة و مفهومة و واضحة.

11- الوسائل الإحصائية:

- 1- المتوسط الحسابي.
- 2- الانحراف المعياري.
- 3- إختبار (ت) ستيودنت (T-TEST)
- إختبار (ت) ستيودنت لعينتين مستقلتين متجانستين. (Independent Samples T test)
- إختبار (ت) ستيودنت لعينتين مرتبطتين. (Paired Samples T test)
- 4- معامل الارتباط لبيرسون.
- 5- معامل الثبات ألفا (α) كرونباخ.
- 6-الصدق الذاتي الإختبار .
- 7- نسبة التطور.

- تأثير برنامج حركي مقترح بالألعاب الصغيرة على تنمية القدرات الحركية لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات -

حيث استخدمنا الرزم الإحصائية (SPSS)، لحساب المعالجات الإحصائية السابقة.

12- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

12-1- عرض نتائج إختبارات القدرات الحركية لمجموعة البحث الضابطة وتحليلها .

الجدول (4): يبين دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الإختبارات القبليّة والبعدية لمجموعة البحث الضابطة في إختبارات القدرات الحركية.

المعالم الإحصائية الإختبارات	وحدة القياس	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
		س-	ع±	س-	ع±		
إختبار الجري المتعرج	ثانية	8.07	1.07	7.79	0.70	1.29	غير دال إحصائيا
إختبار التوافق الحركي	عدد	0.67	3.01	0.39	1.34	0.85	غير دال إحصائيا
إختبار التوازن الثابت	ثانية	9.12	4.57	14.28	10.64	2.39	دال إحصائيا
قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (27) و مستوى دلالة (0.05) = (1.70)							

يتبين من الجدول (4) أن قيم (t) المحسوبة لإختبارات القدرات الحركية و المتمثلة في إختبار الجري المتعرج كانت (1.29) و إختبار القفز فوق الحبل (0.85)، جاءت أقل من قيمتها الجدولية البالغة (1.70) عند درجة حرية (27) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الإختبارات القبليّة والبعدية بينما في إختبار التوازن الثابت كانت (t) المحسوبة (2.39) جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (1.70)، مما يدل على وجود فروق معنوية بين الإختبارات القبليّة والبعدية ولصالح الإختبارات البعدية.

12-2- عرض نتائج إختبارات القدرات الحركية لمجموعة البحث التجريبية وتحليلها .

الجدول (5): يبين دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الإختبارات القبليّة والبعدية لمجموعة البحث التجريبية في إختبارات القدرات الحركية.

المعالم الإحصائية الإختبارات	وحدة القياس	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
		س-	ع±	س-	ع±		
إختبار الجري المتعرج	ثانية	8.25	1.38	7.25	0.72	3.99	دال إحصائيا
إختبار التوافق الحركي	عدد	0	0	7.28	15.37	2.50	دال إحصائيا
إختبار التوازن الثابت	ثانية	13.98	12.14	62.2	66.20	4.10	دال إحصائيا
قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (27) ومستوى دلالة (0.05) = (1.70)							

يتبين من الجدول (5) أن قيم (t) المحسوبة لإختبارات القدرات الحركية قيد البحث لمجموعة البحث التجريبية و المتمثلة في إختبار الجري المتعرج كانت (3.99) ، و إختبار القفز فوق الحبل (2.50)، إختبار التوازن الثابت (4.10) حيث جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (1.70) عند درجة حرية (27) و مستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية (دالة إحصائية) بين الإختبارات القبليّة والبعدية و لصالح الإختبارات البعدية.

12-3- عرض نتائج إختبارات المهارات الحركية الأساسية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية وتحليلها.

الجدول (6) : يبين دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية للقفزات الحركية.

المعالم الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	العينة التجريبية		العينة الضابطة		قيمة (t) الاحتسابية	الدلالة الإحصائية
		س-	ع±	س-	ع±		
إختبار الجري المتعرج	ثانية	7.25	0.72	7.79	0.7	2.82	دال إحصائيا
إختبار القفز فوق الحبل	عدد	7.28	15.37	0.39	1.34	2.36	دال إحصائيا
إختبار التوازن الثابت	ثانية	62.20	66.20	14.28	10.64	3.78	دال إحصائيا
قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (54) ومستوى دلالة (0.05) = (2.02)							

يتضح من الجدول (6) أن قيم (t) المحسوبة لاختبارات القدرات الحركية قيد البحث في الإختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة و المتمثلة في إختبار الجري المتعرج كانت (2.82) ، و إختبار القفز فوق الحبل كانت (2.36)، وإختبار التوازن الثابت كانت (3.78) حيث جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.02) عند درجة حرية (54) و مستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود فروق معنوية (دالة إحصائية) في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة و لصالح المجموعة التجريبية.

12-4- عرض نتائج نسبة التطور في إختبارات القدرات الحركية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة وتحليلها

جدول (7) : يبين نسبة التطور بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لعينة البحث التجريبية والضابطة في إختبارات القدرات الحركية.

نسبة التطور الاختبارات	العينة	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		مقدار التغير بين المتوسطات	نسبة التطور (%)
		س-	ع±	س-	ع±		
إختبار الجري المتعرج (الرشاقة)	التجريبية	8.25	1.38	7.25	0.72	1	12.12 %
	الضابطة	8.07	1.07	7.79	0.70	0.28	3.46 %
إختبار القفز فوق الحبل (التوافق)	التجريبية	0	0	7.28	15.37	7.28	100 %
	الضابطة	0.67	3.01	0.39	1.34	0.28	41.79 %
إختبار التوازن الثابت	التجريبية	13.98	12.14	62.2	66.20	48.22	344.92 %
	الضابطة	9.12	4.57	14.28	10.64	5.16	56.57 %

يوضح الجدول رقم (7) مقدار التغير بين المتوسطات الحسابية و نسبة التطور في اختبارات القدرات الحركية بين الاختبارين القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية و الضابطة، حيث بلغ مقدار التغير بين المتوسطات الحسابية (القبليّة والبعدية)

للعيينة التجريبية في اختبار الجري بين الحواجز (الرشاقة) (1ثا) أما نسبة التطور فكانت (13.79%)، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فكان مقدار التغير بين المتوسطات الحسابية (0.28) أما نسبة التطور فكانت (3.59%). أما اختبار الوثب فوق الحبل (التوافق) كان مقدار التغير بين المتوسطات الحسابية للعيينة التجريبية (7.28) أما نسبة التطور فكانت (100%)، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فكان مقدار التغير بين المتوسطات (0.28) أما نسبة التطور فكانت (71.79%).

أما اختبار التوازن الثابت فبلغ مقدار التغير بين المتوسطات الحسابية للعيينة التجريبية (48.22) أما نسبة التطور فكانت (77.52%) ، أما بالنسبة للمجموعة الضابطة فكان مقدار التغير بين المتوسطات (5.16) أما نسبة التطور فكانت (36.13%).

ومنه نستخلص من الجدول (22) أن الفرق بين المتوسطات الحسابية (القبلي والبعدي) بالنسبة للمجموعة التجريبية كان بدرجة كبيرة وبنسبة أعلى مقارنة بالمجموعة الضابطة وهذا يعني تطور القدرات الحركية في الاختبارات البعدية بالنسبة للمجموعة التجريبية بدرجة كبيرة مقارنة بالمجموعة الضابطة، ومقدار نسبة التطور كان أعلى وبدرجة كبيرة بالنسبة للمجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة والتي كان فيها مقدار نسبة التطور ضئيل وبدرجة منخفضة مقارنة بالمجموعة التجريبية، وهذا يدل على فاعلية برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية القدرات الحركية (الرشاقة)، التوافق الحركي، التوازن الثابت) ولصالح المجموعة التجريبية.

13- تفسير و مناقشة النتائج :

13-1- تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

" توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في قياسات أداء القدرات الحركية ".
من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجداول (4) لإختبارات القدرات الحركية للعيينة الضابطة عدم وجود فروق دالة إحصائية عند درجة حرية (27) و مستوى دلالة (0.05) بين الاختبارات القبلي والبعدي ما عدا إختبار التوازن الثابت فكانت هناك فروق دالة إحصائية، ويفسر الباحث هذه النتائج إلى طبيعة محتوى الحصة والأسلوب التدريسي الذي يتبعه المعلم، حيث كانت تعطى حصة التربية الرياضية بشكل غير منظم للأطفال فيما يخص محتوى الأنشطة الحركية وخاصة في ضوء عدم وجود برامج متخصصة تساعد المعلم في إعطاء تمارين تتناسب وخصائص المرحلة العمرية، ومن جهة أخرى قد يعود السبب أيضاً إلى قلة الخبرة الأكاديمية لدى المعلم في التعامل مع أطفال هذه المرحلة بالأسلوب المناسب الذي يحتاج إلى التشويق والتحفيز لتعلم شيء جديد، فالمعلم لم يتلقَ أي مواد دراسية أثناء دراسته الجامعية تتعلق بهذه المرحلة العمرية، كما أن وزارة التربية الوطنية لم تقدم للمدرس أي دورات تدريبية أو نشرات تفيده في تعليم هذه المرحلة، وفي كيفية وضع البرامج المناسبة لها، وهو ما أثر سلباً على أدائه وإن كان تقديمه محتوى حصة التربية الحركية مقتصر على معلومات سطحية تحتوي الأنشطة الحركية الممارسة والتي يتم اختيارها من محيط الطفل فقط دون التركيز على أنشطة حركية أخرى و التي من شأنها تعمل على تطوير مختلف القدرات الحركية و رغم النقص في تقديم هذه الأنشطة الحركية للطفل إلا أحيانا قد تعود بالفائدة ولو بنسبة قليلة في تنمية بعض المهارات والقدرات الحركية للطفل وهذا ما أكدته الباقي (2001) بأن منهج الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة يعتمد على النشاط الفعال وإيجابية الطفل واشتراكه في اللعب الموجه، وتقع مسؤولية

التوجيه على عاتق القائمين بتخطيط البرامج للأطفال في هذا السن. (بيان محمود حمودة وصادق خالد الحايك، 2009، ص165).

أما في إختبار التوازن الثابت فيعزو الباحث دلالة الفروق إلى أن أطفال هذه المرحلة يميلون إلى ممارسة الأنشطة البدنية التي تلبي دوافعهم ورغباتهم والتي تحسّسهم بذاتهم فنجد إن من أهم شروط التعلم الحركي هو وجود الدافع للتعلم إذ انه " حالة من حالات التوتر الناتجة عن حاجات أساسية تدفع الفرد أو الطفل لممارسة وتعلم مهارة ما " . (نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي، 2006، ص911) . ويرجع السبب في ذلك التطور إلى احتواء برنامج التربية لأطفال ما قبل المدرسة على بعض الألعاب و التمرينات و الأنشطة الحركية الحرة كالجري العشوائي و القفز و اللعب الحر و التوازن في المكان التي أسهمت في تطوير التوازن الثابت.

و تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كل من طارق عبد الرحمان محمود (2002)، رشيد عامر مُجد عامر (2003)، دراسة أميمة أحمد (2004)، دراسة ناهده عبد زيد الدليمي (2010). و هذا ما يحقق صحة الفرضية الجزئية الأولى في بعض المتغيرات نسبيا .

13-2- تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

" توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في قياسات أداء القدرات الحركية". من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجدول (5) لإختبارات القدرات الحركية للعينة التجريبية وجود فروق دالة إحصائية عند درجة حرية (27) ومستوى دلالة (0.05) بين الاختبارات القبلي والبعدي و لصالح الإختبارات البعدي لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات لجميع إختبارات القدرات الحركية، ويعزى الباحث ذلك إلى فعالية البرنامج المقترح للتربية الحركية المطبق على العينة التجريبية ، حيث أظهرت النتائج أن البرنامج المقترح له تأثير إيجابي على تنمية القدرات الحركية معتمدا على حقيقة أساسية وهي استعمال مجموعة من الألعاب و التمارين التي تمثل من أفضل الأساليب التعليمية في مرحلة ما قبل المدرسة (4-5) سنوات فضلاً عن كونها الأسلوب الأمثل لدفع التربية الحركية عن طريق إستعمال الطفل للحركات المتعددة بهدف حل المشكلات الحركية والتي تتطلب بالضرورة مشاركته الإيجابية، وهذا يعني إعطاء أهمية كبيرة في تنفيذ النشاط التعليمي بإستعمال الألعاب و التمارين الصغيرة ، إذ " لابد من التركيز على تنفيذ النشاط التعليمي من الدرس بأسلوب التربية الحركية عن طريق استعراض الحلول من المعلمين والقيام بالترتيب والتدريب للمهمة الحركية إلى جانب الاستفادة القصوى من زمن التنفيذ في الدرس وتحقيق زيادة الفاعلية".

كما يرجع سبب هذه الفروق إلى ما يحتويه البرنامج الحركي المقترح بالألعاب الرياضية الصغيرة وتمارين وحركات محببة إلى نفسية الطفل وبسيطة يستطيع أداؤها بسهولة إضافة إلى عوامل التشويق والتشجيع والترغيب وممارسة مبدأ الثواب دون العقاب لكي يشعر الطفل بالأمان، مما يدل على أن إستعمال الألعاب الصغيرة والتمارين في برنامج التربية الحركية المقترح لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات كان له تأثير إيجابي في تطور القدرة الانفجارية من خلال تمارين الوثب والقفز والتوازن وكذلك تطوير الجري بمختلف أشكاله في مختلف الإتجاهات للمجموعة التجريبية ، وهنا لابد لنا أن نشير إلى أن الطفل في هذه المرحلة يحب حركات الركض والوثب والحجل والرمي والقفز و التغيير في اتجاه الجري ، ويفضل الألعاب التي تكثر فيها هذه الحركات. كما يرجع سبب هذه الفروق إلى ما يحتويه البرنامج الحركي المقترح بالألعاب الصغيرة و تمارينات

وحركات محبة إلى نفسية الطفل وبسيطة يستطيع أدائها بسهولة إضافة إلى عوامل التشويق والتشجيع والترغيب وممارسة مبدأ الثواب دون العقاب لكي يشعر الطفل بالأمان. كما ساعدهم على تطور النمو الحركي ككل، إذ إن "احتواء الألعاب الرياضية الصغيرة على القفزات المختلفة والجري والحجل بالتبادل والحجل برجل واحدة قد ساعد على تقوية عضلات الرجلين مع اكتساب عامل السرعة مما أدى إلى تطوير حركة القفز". (نادية حسن هيثم، 1991، ص 266). ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كل من طارق عبد الرحمان محمود (2002)، رشيد عامر محمد عامر (2003)، ناهدة عبد زيد الدليمي (2010) بيريفان عبد الله (2009)، أسعد حسين عبد الرزاق (2009)، أميمية أحمد (2004)، وهذا ما يحقق صحة الفرضية الجزئية الثانية.

13-3- تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة :

" توجد فروق دالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في قياس أداء القدرات الحركية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية ".

تشير نتائج الجدول (6) على وجود فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى (0.05) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية لجميع متغيرات القدرات الحركية. ويعزو الباحث ذلك التحسن في القدرات الحركية لدى أطفال المجموعة التجريبية يرجع إلى المتغير التجريبي (البرنامج الحركي المقترح) والذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية دون الضابطة، وذلك نظراً لأن البرنامج الحركي المقترح للتربية الحركية اشتمل على حركات وتمارين متنوعة ومختلفة تثير مشاعر وانفعالات وحماس واستجابات الأطفال مما يميز من فاعلية الدرس ودافعية الأطفال للممارسة حيث أن الألعاب مشوقة ومتنوعة ومختارة لتنمية القدرات الحركية للطفل و وجود ما يثير دوافع الطفل نحو اللعب والحركة التي هي ميل طبيعي في هذه المرحلة السنية مما كان له تأثير إيجابي على تنمية القدرات الحركية لدى الأطفال من (4-5) سنوات وهذا يعني أن البرنامج الحركي المقترح قد حقق تطوراً أفضل من البرنامج التقليدي لأطفال ما قبل المدرسة ، و سبب ذلك التطور أيضاً هو فاعلية الألعاب الرياضية الصغيرة و التمارين و الحركات الرياضية الهادفة التي تضمنتها الوحدات التعليمية لبرنامج التربية الحركية والتي أسهمت في تطوير هذه القدرات الحركية كما أسهمت في إشباع رغبة الأطفال في الحركة والنشاط وذلك من خلال النشاط الحركي الصحيح الذي أدى إلى التطور الحركي لمختلف القدرات. كما يفسر الباحث هذه النتائج أيضاً معتمداً على حقيقة أساسية وهي استعمال مجموعة من الألعاب الرياضية الصغيرة و التمارين التي تمثل من أفضل الأساليب التعليمية في مرحلة التعليم التحضيري فضلاً عن كونها الأسلوب الأمثل لدفع التربية الفردية عن طريق استعمال الطفل للحركات المتعددة بهدف حل المشكلات الحركية والتي تتطلب بالضرورة مشاركته الإيجابية. ويعزو الباحث ذلك أيضاً إلى احتواء البرنامج الحركي إلى العديد من الألعاب التي نمت و طورت عضلات الرجلين والكتفين مما ساعد على تطور اختبار الجري المتعرج، واختبار القفز فوق الحبل واختبار التوازن الثابت، كما أن البرنامج الحركي كان له الخصوصية في استخدام أسلوب التنويع والتجديد، واستثمار جيد للوقت من خلال زيادة التكرارات التي تخدم تطور اختبار الجري والقفز والتوازن الثابت ويؤكد (الالوسي، 1988) " إذا كانت البيئة منظمة بشكل يشبع حاجات الفرد ودوافعه فإنه يهتم فيها وتصبح عنصراً مهماً في إدراكه لها، فحاجات الطفل هي البيئة المناسبة لإشباع حاجاته وإهتماماته ". (طلال نجم عبد الله و آخرون، 2006 ، ص 150).

كما اتفقت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كلمنرشيد عامر مُجد عامر (2003)، دراسة ناهدة عبد زيد الدليمي (2010)، دراسة أميمة احمد (2004)، دراسة الرضي والصمادي (1993)، طارق عبد الرحمان محمود (2002)، والتي أجمعت على التأثير الإيجابي للبرنامج الحركي المقترح في تنمية القدرات الحركية لطفل ما قبل المدرسة، وهذا ما يحقق صحة الفرضية الثالثة.

13- 3- تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة :

" نسبة التحسن في المتغيرات قيد البحث لدى أطفال المجموعة التجريبية أفضل من نسبة التحسن لدى أطفال المجموعة الضابطة".

تشير نتائج الجداول (07) على أن نسبة التحسن لدى أطفال المجموعة التجريبية أعلى و أفضل من نسبة التحسن لدى أطفال المجموعة الضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث لأطفال ما قبل المدرسة ويرجع الباحث ذلك إلى فاعلية البرنامج الحركي المقترح للتربية الحركية والذي اشتمل على حركات وتمارين تساعد الطفل على اكتساب القدرات الحركية كما احتوى البرنامج على تمارين و ألعاب الرشاقة و ذلك من خلال الجري في مختلف الاتجاهات، تمارين التوافق الحركي من خلال القفز من الثبات وبالحركة، تمارين التوازن الثابت، والتي ساعدت الطفل على اكتساب التحكم في الأداء الحركي، كما احتوى أيضاً على الأنماط الحركية الأساسية للطفل كالجري والقفز والوثب و التوازن وقد اتفقت هذه النتائج مع ما أشار إليه مُجد حسن علاوى و مُجد نصرالدين رضوان (1989) إلى أن الألعاب الصغيرة والمتنوعة هي إحدى وسائل الخروج بالدرس من صورته الجامدة لكي تناسب قدرات وإمكانيات وحواس وانفعالات الأطفال وتساعد على عدم تسرب الملل إلى نفوس الأطفال مما يزيد من فاعلية الممارسة، كما أنها تؤثر في تنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية الأطفال.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كل من طارق عبد الرحمان محمود (2002)، رشيد عامر مُجد عامر (2003)، دراسة ناهدة عبد زيد الدليمي (2010)، دراسة أميمة احمد (2004) وهذا ما يحقق صحة الفرضية الجزئية الثالثة. فمن خلال عرض نتائج البحث وتحليلها و تفسيرها و مناقشتها، تحقق هدف البحث وفرضياته اللذان وضعهما الباحث وأن " البرنامج الحركي بالألعاب الرياضية الصغيرة قد ساهم في تنمية القدرات الحركية لأطفال التعليم التحضيري بعمر (4- 5) سنوات".

14- الإستنتاج العام:

في ضوء نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :

- 1- التأثير الإيجابي لبرنامج التربية الحركية المقترح حيث انه ساهم في تنمية اختبارات القدرات الحركية لدى أطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات و ذلك لوجود فروق معنوية بين الإختبار القبلي والبعدي.
- 2- لم يحقق برنامج التربية الحركية التقليدي تطوراً في تنمية القدرات الحركية لدى أطفال المجموعة الضابطة و ذلك لعدم وجود فروق معنوية بين الإختبار القبلي والبعدي ما عدا اختبار التوازن.
- 3- دلت نتائج الاختبارات البعدية لاختبارات المهارات الحركية الأساسية لأطفال المجموعتين التجريبية والضابطة على تفوق المجموعة التجريبية مما يؤكد على أن محتوى التربية الحركية المقترح من الألعاب الصغيرة و التمارين التي تم استخدامها من قبل أطفال المجموعة التجريبية قد عملت على تطوير هذه المهارات الحركية الأساسية بشكل مؤثر.

4- نسب التحسن في اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث لدى أطفال المجموعة التجريبية أفضل من نسبة التحسن لأطفال المجموعة الضابطة.

خاتمة:

لقد أصبحت التربية البدنية و الرياضية في صورتها الجديدة و مضامينها وأهدافها و غاياتها الحالية ضمن المنظومة التربوية عامة و لأطفال المرحلة التحضيرية و رياض الأطفال خاصة ميدانا هاما من ميادين التربية الحديثة وأحد عناصرها القوية لما لها من أثر بالغ في مساعدة شخصية الطفل على التفتح و الاندماج الاجتماعي و النمو في كل جوانبها الجسمية و العقلية و النفسية و الاجتماعية . وإن بناء البرامج و المناهج التجريبية الحديثة أصبح يعتمد على أسس علمية دقيقة في اختيار التمارين و الألعاب المناسبة و الوسائل الملائمة ، و التي يجب أن تتوافق مع هذه المرحلة العمرية من الطفولة. ويندرج بحثنا في هذا السياق ، و الذي نهدف من خلاله إلى تطوير و تنمية القدرات الحركية لدى أطفال ما قبل المدرسة (التعليم التحضيري) بغرض صياغة برنامج حركي بالألعاب الرياضية الصغيرة يتناسب مع هذه المرحلة العمرية من مراحل تعليم الطفل .

15- الإقتراحات والتوصيات :

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في البحث يوصي الباحث بما يأتي:

- 1- إعداد مربين متخصصين في هذا المجال وذلك من خلال إقامة دورات تعليمية و تدريبية لأساتذة التربية الرياضية للارتقاء بمستواهم وإتاحة الفرصة لهم للتواصل مع كل المستجدات.
- 2- تهيئة كافة الأجهزة و المستلزمات الضرورية الحديثة التي تحتاجها المدرسة الابتدائية و رياض الأطفال من أجل إنجاح العمل التعليمي ولتلبية حاجات الطفل الحركية أثناء تطبيق برامج التربية الحركية.
- 3- إجراء دراسات و بحوث مماثلة وموسعة (نفسية و تربوية وصحية) لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات وذلك لمقارنة نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية لتأكيد أهمية التربية الحركية و برامجها بإستعمال الألعاب الصغيرة في هذه المرحلة.
- 4- إعادة النظر في منهج درس التربية الرياضية التقليدي لمرحلة التعليم التحضيري و كذا رياض الأطفال بحيث يتلاءم مع التقدم الحاصل في المجتمع .
- 5- اعتماد المناهج الموحدة والحديثة والثابتة والمستمدة من محيط الطفل والتي تتناسب مع قدراته وإمكاناته .

* قائمة المصادر والمراجع:

- 1- أكرم خطايبية، التربية الرياضية للأطفال و الناشئة ، دار اليازوري للنشر و التوزيع،الأردن ،2011.
- 2- أسعد حسين عبد الرزاق، تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات مجلة علوم التربية الرياضية ،المجلد الثاني، العدد الثاني ، 2009.
- 3- أسامة كامل راتب: مدخل للنمو المتكامل للطفل و المراهق، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- 4- آمنة مصطفى الشبكشي: تأثير برنامج تربية حركية مقترح على التفكير الإبتكاري لأطفال الحضانة، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد الثالث، جامعة حلوان، القاهرة، 2002 .
- 5- بسطويس أحمد ، أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي القاهرة، 1996 .

- 6- جمال حمادي ، يعقوبي فاتح ، أثر برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة لتنمية بعض عناصر الصفات البدنية (مرونة ، سرعة ، رشاقة) لدى تلاميذ الصف الخامس ابتدائي ، مجلة الإبداع الرياضي ، المجلد 5، العدد 2، جامعة المسيلة (الجزائر) ، 2014.
- 7- جوير مروان ، أثر برنامج تعليمي مقترح في زيادة الدافعية نحو درس التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي ، مجلة الإبداع الرياضي ، المجلد 9 ، العدد 2، جامعة المسيلة (الجزائر) ، 2018 .
- 8- خالد عبد المجيد، بيريفان عبد الله، ضمياء علي، تأثير برنامج مقترح اللعب في محطات لتطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لدى تلاميذ الصف الأول الابتدائي ، مجلة الفتح، العدد 39، 2009.
- 9- دحماني نعيمة ، معوقات ممارسة التربية الحركية بالمدرسة الابتدائية ، مجلة الإبداع الرياضي ، المجلد 6، العدد 3 ، جامعة المسيلة (الجزائر) ، 2015.
- 10- دلال فتحي عيد ، التربية الحركية في رياض الأطفال، ط1، المكتب الجامعي الحديث، القاهرة، 2006.
- 11- ذوقان عبيدات وآخرون ،البحث العلمي ، دار الفكر للنشر والتوزيع،عمان، 1988.
- 12- رناد الخطيب، تربية طفل الروضة،الهيئة المصرية العامة للكتاب،القاهرة،1991.
- 13- صلاح السيد حسن ، قاموس الأسس العلمية الحديثة للتقويم في الأداء الحركي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1993.
- 14- طارق عبد الرحمان محمود درويش ، تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية و الصفات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة ، مجلة التربية الرياضية ، العدد الرابع، المجلد 11، 2002.
- 15- طلال نجم عبد الله و آخرون، اثر برنامج حركي مقترح في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي ، مجلة الراصد للعلوم الرياضية، المجلد 12 ، العدد 42، 2006.
- 16- عباس احمد صالح ، طرق تدريس التربية الرياضية ، ج2، ط2، جامعة بغداد ،دار الكتب للطباعة والنشر،2000.
- 17- عفاف عثمان،الاتجاهات الحديثة في تدريس التربية الحركية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2008.
- 18- فؤاد بن فاضل ، تأثير برنامج للتربية النفس حركية في تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية، مجلة التحدي ، عدد 06 ، جامعة أم البواقي ، الجزائر ، 2013.
- 19- فؤاد بن فاضل ، أثر برنامج تربية حركية مقترح على النمو الاجتماعي لدى أطفال التحضيري(5-6) سنوات، مجلة التحدي ، مجلد 11، عدد 01 ، جامعة أم البواقي ، الجزائر ، 2019.
- 20- فؤاد بن فاضل ، برنامج مقترح في التربية الحركية و أثره على تحقيق بعض الأهداف التربوية لدى أطفال التعليم التحضيري (5-6) سنوات ، أطروحة دكتوراه ، جامعة المسيلة ، الجزائر ، 2018.
- 21- مازن عبد الهادي احمد ،مؤشرات النمو البدني والتطور الحركي لأطفال العراق بعمر (25-36) شهر: أطروحة دكتوراه،كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1996.
- 22- مالك رضا ، اقتراح برنامج تعليمي في التربية الحركية لتطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية (6-9) سنوات، مجلة الممارسة الرياضية و المجتمع ، المجلد 01 ، العدد 01 ، 2018.

- 23- مُجَد حمودة، تأثير برنامج مقترح للطلاقة الحركية على تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير، جامعة القاهرة.
- 24- مُجَد مجيدي ، صعوبات تطوير مستوى تعلم المهارات الحركية من خلال حصة التربية البدنية لدى تلاميذ الطور الابتدائي بالجزائر ، مجلة الإبداع الرياضي ، المجلد 6 ، العدد 3 ، جامعة المسيلة (الجزائر) ، 2015 .
- 25- محجوب وجيه : علم الحركة و التعلم الحركي، دار الحكمة للطباعة و النشر، 1989.
- 26- موفق أسعد محمود الهيبي ، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم ، ط1، دار دجلة ، عمان ، 2008 .
- 27- ناهدة عبد زيد الدليمي: تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنوات، مجلة علوم التربية الرياضية ، المجلد الثالث ، العدد الرابع ، 2010 .
- 28- نادية حسن هاشم : تأثير برنامج مقترح للطلاقة الحركية على النمو الحركي و الإدراك الحس الحركي لطفل ما قبل المدرسة ، المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية ، جامعة حلوان ، 1991.
- 29- نجاح مهدي شلش ومازن عبد الهادي، مبادئ التعلم الحركي ، ط1، العراق، مطبعة، دار ألوان للطباعة والنشر، 2006.
- 30- نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي، دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية، 2004.
- 31- نواز مُجَد ، تقييم تشتت الإنتباه على أساس برنامج مقترح بالتربية النفسية الحركية لدى أطفال ما قبل المدرسة ، مجلة التحدي ، عدد 12، 2017.