

تأثير برنامج مقترح اللعب في محطات لتطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لدى تلاميذ الصف الأول الابتدائي

م.د. ضمياء علي

م.د. بيريفان عبد الله

أ.م.د. خالد عبد المجيد

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث

تستند البرامج التربوية الحديثة في المدارس الابتدائية في تخطيطها وتنفيذها على مجموعة من الاسس العلمية التي تنادي باهمية السنوات الاولى في حياة الطفل في تشكيل شخصيته في المستقبل ، ومن اهم الاهداف للتربية الرياضية هو توفير وسائل ودعائم النمو المتكامل للطفل من النواحي البدنية والحركية والنفسية ، حيث تستخدم الحركة كوسيلة اساسية في العملية التربوية وخاصة في المراحل الابتدائية والتي تسعى الى تقديم طبق واسع متكامل من الخبرات الحركية للاطفال .

ولما كانت المرحلة الابتدائية من اهم مراحل التعليم كونها تمثل القاعدة البنوية للنمو والتطور نحو الافضل عبر مراحل التعليم الاخرى ، فان اكساب الاطفال القدرات الحركية بشكل متكامل يكون ذا تأثير فعال في نموهم الحركي وبالتالي نموهم المعرفي والوجداني كمنظومة تعليمية متكاملة . (العزة ، ١٩٩٧ ، ٢) ، لذا يجب ان تكون البرامج المقدمة في هذه المرحلة متكاملة وتهدف الى تربية الاطفال خلقيا وجسميا وعلقيا ، وعليه فاذا لم تهئ هذه البرامج الفرص لمساعدة الاطفال على النمو الحركي واكتساب بعض المهارات الى اقصى حد ممكن في هذه المرحلة فان لك يؤثر على حياة الطفل وبالتالي يؤثر على تعليمه وتدريبه بشكل عام (سعيد ، ١٩٩٠ ، ١٥٧)

وتبعاً لذلك فقد ظهرت برامج تعليمية جديدة كمنحنى جديد في عملية التعلم تهدف الى اخراج التعليم المدرسي من صيدته التقليدية في مناهج وطرق التعليم والتعلم الى صيغ اكثر ايجابية وفعالية في تنمية الفرد الى اقصى ما يمكن ، فاللعب في محطات هو اسلوب تعليمي حديث يقدم ألعاب متنوعة للاطفال على شكل محطات حيث يقسم التلاميذ الى مجموعات صغيرة وفيه تمارس على مجموعة ألعاب محدودة في محطة معينة ثم يتم الانتقال في المحطات الاخرى وهذا يزيد عنصر التشويق في الدرس .

فاللعب في محطات يعني تقسيم الدرس الى عدة محاط تعطي في كل محطة تعبئة معينة وفيه يقسم التلاميذ الى عدة مجاميع بعدد المحطات وتمارس كل مجموعة لعبة معينة في محطة خاصة ثم يتم الانتقال المتدرج بين المحطات الى نهاية الدرس ، وانطلاقاً من هذه الحقائق برزت اهمية البحث في عدم وجود برنامج تعليمي خاص باللعب في محطات تعنى بتلاميذ المرحلة الابتدائية الاولى مما دفع الباحثون الى اعداد برنامج تعليمي خاص باللعب في

محطات تهدف الى تطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لتلاميذ الصف الاول الابتدائي .

٢-١ مشكلة البحث

من ابرز الأسباب التي دفعت الباحثون لاجراء هذه الدراسة هي :-

١- النشاط السائد في درس التربية الرياضية يحافظ بـ للاف تقليدي في محتواه وذلك لكون المنهاج المستخدم يعتمد على الاسلوب الامري في التنفيذ فضلا عن ان المنهاج معد قبل نصف قرن ولكون الاطفال في ذلك الزمن يختلف احتياجاتهم عن الاطفال في هذا الزمن تولدت فكرت الدراسة .

٢- لاجراج الدرس التقليدي من الرتابة والملل والتنوع في استخدام العاب حديثة تشبع حاجات الاطفال الحركية .

٣- ندرة الدراسات حول اللعب في محطات في المراحل التعليم الاولي مما دفعت الباحثون لتوليد فكرت الدراسة .

وانطلاقا من تلك الاسباب برزت مشكلة البحث في التساؤل حول فاعلية برنامج مقترح اللعب في محطات في تطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لدى تلاميذ الصف الاول الابتدائي .

٣-١ هدفا البحث

١- الكشف عن تأثير برنامجي (اللعب في محطات) و(درس التربية الرياضية التقليدي) في تطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لدى تلاميذ مجموعتي البحث .

٢- المقارنة في الاختبارات البعدية بين تأثير برنامجي (اللعب في محطات) و(درس التربية الرياضية التقليدي) في تطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لدى تلاميذ مجموعتي البحث .

٤-١ فرضا البحث

١- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدى في تطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لبرنامجي (اللعب في محطات) و(درس التربية الرياضية التقليدي) لتلاميذ مجموعتي البحث .

٢- توجد فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية بين تأثير برنامجي (اللعب في محطات) و(درس التربية الرياضية التقليدي) في تطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لدى تلاميذ مجموعتي البحث .

٥-١ مجالات البحث

- ١-٥-١ المجال البشري : تلاميذ الصف الاول الابتدائي لمدرسة التطبيقات الابتدائية للبنين
٢-٥-١ المجال الزمني : من الفترة من ١٥/١٠/٢٠٠٧ إلى ٢٦/١١/٢٠٠٧
٣-٥-١ المجال المكاني : الساحة الرياضية لمدرسة التطبيقات الابتدائية للبنين

٦-١ تحديد المصطلحات

١-٦-١ اللعب :

عرفها (احمد ، ١٩٩٨) بانها :

نشاط موجه او غير موجه يقوم به الاطفال من اجل تحقيق المتعة والتسلية ويشد له الكبار عادة ليسهم في تنمية سلوكهم وشخصياتهم بابعادها المختلفة العقلية والجسمية والوجدانية ، وهي ظاهرة غريزية ثم تتحول الى نشاط حر معروف (احمد ، ١٩٩٨ ، ٣٨) .

٢-٦-١ اللعب في المحطات

يعرف بانه قيام المدرس بتقسيم الدرس الى عدة محطات في كل محطة يعطى تمرين معين وبعد الانتهاء منه يتم الانتقال الى تمرين اخر وهكذا الى الانتهاء من المحطات .

٣-٦-١ القدرات الحركية

عرفها (محجوب ، ١٩٨٧) بانها :

القدرات التي يكتسبها الانسان من المحيط مثل الرشاقة ثم المرونة والتوازن والمهارة والتكتيك ، أي انها تأتي عن طريق الممارسة والتدريب (محجوب ، ١٩٨٧ ، ٨٥)

٤-٦-١ النمو الحركي

عرفها (عثمان ، ١٩٨٧) بانها :

" مجموعة من الانشطة المتخصصة المقصودة التي تتدرج تحت مقولة الحركة والتي ينظمها الفرد او تنظم له وبالتعاون معه في مواقف تعليمية داخل المدرسة او خارجها " . (عثمان ، ١٩٨٧ ، ٤٠)

٥-٦-١ اطفال الصف الاول الابتدائي

عرفها (لطي ، ١٩٩٣) بانها :

مصطلح مرادف لاطفال الحلقة الاولى من مرحلة التعليم الاساسي وهي اول مرحلة نظامية لتعليم الطفل وتنقيفه وهو يمثل مكانة هامة في السلم التعليمي . (لطي ، ١٩٩٣ ، ٣١)

٢- الاطار النظري والدراسات السابقة

١-٢ الاطار النظري

١-١-٢ مفهوم اللعب في المحطات

ان العمل الحركي ينظم في مجال معين وهذا المجال يسمى بالمحطة وهناك انواع من المحطات تؤدي فيها المهارة .

١. محطة - عمل واحد .

٢. محطة - عدة اعمال .

٣. عدة محطات - عمل واحد

٤. عدة محطات - عدة اعمال

وان اللعب في محطات يهدف الى تطوير اللياقة البدنية والمهارات الحركية .
(محاضرات ، ماجستير ، ١٩٩٨)

٢-١-٢ مفهوم القدرات الحركية

يعد اصطلاح القدرات الحركية من اكثر الاصطلاحات اتساعا من حيث المكونات الاولية التي يتضمنها ن اذ يرى كثيرون ان القدرة الحركية اكثر اتساعا من اللياقة البدنية واللياقة الحركية ، ولقد تعددت الدراسات التي تناولت مفهوم ومضمون هذا الاصطلاح فاجتهدوا الدارسون في محاولة التعرف على مكونات القدرة الحركية وكيفية قياسها وتنميتها والاستفادة منها في زيادة التحصيل وزيادة القدرة على اداء المهارة الحركية (حسانين ، ١٩٩٦ ، ٣٦٨) ويكتسب الانسان القدرات الحركية من خلال تفاعله مع المحيط ان تكون موجودة مثل الرشاقة والمرونة والتوازن ، أي ان قدرته على الحركة تاتي وتتطور عن طريق التمرين ، ان الكثير من الباحثين يطلق كلمة الرشاقة على هذه القدرات باعتبارها جامعة للقدرات الحركية سميت بالقدرات لانها قدرة للحركة الانسانية التي تؤدي من قبل الكائن الحي وخاصة المستويات العالية (محبوب ، ١٩٨٩ ، ٨٥) .

٢-١-٣ مفهوم النمو الحركي

يعني النمو الحركي مجموعة التغيرات المقابلة التي تسير حسب اسلوب ونظام مترابط متكامل خلال حياة الانسان ، ويوجد مظهران رئيسيان للنمو هما النمو التكويني ويرتبط بالبناء والشكل الجسماني والنمو الوظيفي ويرتبط بالوظائف الجسمية والعقلية والاجتماعية ، ويقف معنى النمو الحركي مع المعنى العام للنمو فيما عدا ان التركيز يوجه اكثر نحو السلوك الحركي والعمليات المسؤولة ، وتهدف دراسة النمو الحركي الى معرفة الكيفية او الطريقة التي يسير عليها النمو الحركي ، ثم اخيرا التحكم في العوامل التي تؤثر فيه ، مما يضمن تحقيق التغيرات التي تفضلها على غيرها ويقلل او يوقف من التغيرات التي لا تفضلها . (راتب ، ١٩٩٩ ، ٦٤-٦٥)

٢- الدراسات السابقة

٢-٢-١ دراسة (الربضي ، والعبادي ، ١٩٩٣)

" فاعلية برنامج تدريب حركي على القدرات الحركية لدى اطفال الروضة "

هدفت الدراسة الى قياس فاعلي برنامج تدريب حركي في تطوير القدرات الحركية لاطفال الروضة ممن تتراوح اعمارهم بين (٥-٦) سنوات .

واستخدم الباحثون المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من (٥٤) طفلا ، بينهم (٣٢) طفلا من الذكور ، و (٢٢) طفلة من الاناث ، ثم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة ، بواقع (٢٧) طفلا لكل مجموعة (١٦) ذكرا و (١١) انثى .

وتم اخضاع المجموعة التجريبية الى البرنامج الحركي لمدة (٨) اسابيع بمعدل (٥) مرات اسبوعيا ، وبمعدل (٢٠) دقيقة في اليوم ، اما المجموعة الضابطة فطبق عليها البرنامج التقليدي وباستخدام الوسائل الاحصائية المناسبة اسفرت النتائج عن وجود فروقا ذات دلالة معنوية في الدرجات البعدية المعدلة على جميع الاختبارات ولمصلحة المجموعة التجريبية .

(الربضي ، والعبادي ، ١٩٩٣ ، ١٣٥-١٥٥)

٢-٢-٢ دراسة (العزة ، ١٩٩٧)

" تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على متغيرات النمو الحركي لدى طالبات الصفوف الثلاثة الاولى في مرحلة التعليم الاساسي "

هدفت الدراسة الى التعرف على مدى تأثير البرنامج المقترح للتربية الحركية على متغيرات النمو الحركي لدى طالبات الصفوف الثلاثة الاولى ، واشتملت عينة الدراسة على (٢٦٤) طالبة تراوحت اعمارهن (٦ - ٩) سنوات ، ثم تقسيمهن الى مجموعتين ، مجموعة تجريبية (١٣٥) طالبة ومجموعة ضابطة (١٢٩) طالبة ، ثم استخدم مقياس (النمو الحركي) كاداة للبحث واشتملت على الاختبارات الاتية (المشي ، الجري ، الرمي واللقف ، الوثب ، التوازن) ، واستخدم (الوسط الحسابي والانحراف المعياري وتحليل التباين الاحادي) كوسائل احصائية ، و تم التوصل الى اهم الاستنتاجات الاتية :-

١- البرنامج المقترح للتربية الحركية ذو تأثير ايجابي على متغيرات النمو الحركي .

٢- وجود فروق بين مجموعتي البحث لصالح المجموعة التجريبية في جميع متغيرات النمو الحركي . (العزة ، ١٩٩٧ ، ٢ - ٤٢)

٣- اجراءات البحث

٣-١ منهج البحث

تم استخدام المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث

٣-٢ عينة البحث

تكونت عينة البحث من تلاميذ الصف الاول الابتدائي في مدرسة التطبيقات الابتدائية والمسجلين للعام الدراسي ٢٠٠٧ - ٢٠٠٨ ممن تتراوح اعمارهم (٦-٧) سنوات والبالغ عددهم (٤٨) تلميذا ثم استبعاد (١٠) تلاميذ لاجراء التجارب الاستطلاعية و(٨) تلاميذ راسبين وغير متكافئين وبلغ العدد المتبقي (٣٠) تلميذا ثم تقسيمهم بالتساوي بالعدد احدهما تجريبية والاخرى ضابطة .

٣-٣ تكافؤ مجموعتي البحث

ثم عملية التكافؤ بين مجموعتي البحثي جميع المتدبرات ذات العلاقة بالبحث .

٣-٣-١ العمر الزمني مقاسا بالشهر

٣-٣-٢ الطول مقاسا بالسلم

٣-٣-٣ الكتلة مقاسا بالك م

٣-٣-٤ الذكاء مقاسا بالدرجة

يعد اختبار (جودانف - هارس) من الاختبارات المهمة لقياس ذكاء الاطفال ، يتميز بخلوه من التعقيدات الفنية ويمكن لجمهور العاملين مع الاطفال استخدامه (عطية ، ١٩٨٢ ، ٧) وقتنته (العبيدي ، ١٩٩٥) على البيئة العراقية وحصلت على معامل ثبات عال للاختبار والذي بلغ (٨٩) (٠) (العبيدي ، ١٩٩٥ ، ٨٠ - ٨١)

٣-٤-١ تعليمات الاختبار:

تبدأ تعليمات الاختبار بشكل شفوي وذلك يكلف الاطفال المراد اختبارهم باستبعاد كل ما قد يواجه امامهم ما عدا قلم الرصاص وقطعة من الورق الابيض ثم يطلب من كل طفل ان يرسم رجلا في الورقة البيضاء التي امامه مع عدم استعمال ممحاة.

٣-٤-٢ تصحيح الاختبار

يعطي المصحح درجة عن كل نقطة من النقاط الواردة في اختبار الذكاء والبالغ عددها (٧٣) مفردة وذلك بان يضع المصحح علامة (√) امام المفردة التي تمت الموافقة عليها ووضع علامة (x) امام المفردة التي لم يتم الموافقة عليها ، ويعطي (١) درجة للمفردة الموافق عليها ، و (صفر) للمفردة التي لم تتم الموافقة عليها ، ومن ثم تحول الدرجة الخام الى الدرجة المقابلة لها في شعبة الذكاء (عطية ، ١٩٨٢ ، ٨٢ - ٨٣) والملحق (١) يوضح اختبار (جودانف - هارس) ومفتاح التصحيح الخاص به ويتم حساب الذكاء للاطفال بالاعتماد على القانون الاتي :

العمر العقلي

$$\text{معامل الذكاء} = \frac{100 \times \text{العمر العقلي}}{\text{العمر الزمني}}$$

(ويتنح ، ١٩٧٧ ، ٢٧١)

٣-٣-٥ المستوى التعليمي للوالدين

لـ رض معرفة مدى التكافؤ لعينة البحث في المستوى التعليمي للوالدين (الاب ، الام)
فقد اعتمد الباحثون على عدد سنوات دراسة الابوين وكما مبين في الجدول (١)

الجدول (١)

يبين المستوى التعليمي وعدد سنوات الدراسة

عدد سنوات الدراسة	المستوى التعليمي
صفر	امي
٣	يقرأ ويكتب
٦	الابتدائية
٩	المتوسطة
١٢	الاعدادية او مايعادلها
١٤	المعهد
١٦	البكلوريوس
١٨	الماجستير
٢١	الدكتوراه

(العبيدي ، ١٩٩٥ ، ١٠٠٠)

والجدول (٢) يوضح التكافؤ في الممتدات التي لها علاقة بالبحث

الجدول (٢)

يوضح دلالة الفروق بين تلاميذ مجموعتي البحث في الممتدات ذات العلاقة بالبحث

قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المعالم الاحصائية ممتدات
	ع ±	س	ع ±	س		
٠ ٣٤٣	٣ ٩٩٧	٧٦ ٥٣٣	٣ ٤٢٢	٧٧ ٠٠٠	الشهر	العمر الزمني
٠ ٤٠٢	٤ ٨٠٢	١١٦ ٠٦٦	٤ ٢٧٢	١١٥ ٤٠٠	بالسم	الطول
٠ ٥١٤	٣ ٦٣٨	٢٢ ٣٣٣	٣ ٤٦٤	٤٣ ٠٠٠	بالك م	الكتلة
٠ ٨٨١	١٦ ٣٣٦	١٣٦ ٧٢٦	١٥ ٤٠٤	١٤١ ٨٣٣	درجة	الذكاء
٠ ٨١٩	٢ ٦٥١	٦ ٨٠٠	٣ ٩١٣	٧ ٨٠٠	درجة	المستوى التعليمي للاب

المستوى التعليمي للام	درجة	٤٠٠	٦	٥٠١	٢	٠٠٠	٧	١٧١	٢	٧٠٢	٠
-----------------------	------	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---	-----	---

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≥ 0.05 (٠) و امام درجة حرية (٢٨) ≤ 0.05 (٢)

يتضح من الجدول (٢) عدم وجود ذات دلالة معنوية بين تلاميذ مجموعتي البحث في كافة مهارات يرات مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث .

٦-٣-٣ اختبارات القدرات الحركية

تم اختبار العينة ببعض اختبارات القدرة الحركية والموضحة تفصيلها في الملحق (٣) وهذه الاختبارات تمثل المتغير التابع الاول وتشمل :

- ١- الركض المتعرج الزكزاكي
 - ٢- ثني الجذع الى الامام من الجلوس طويلاً .
 - ٣- الوقوف على قدم واحدة (وقوف اللقلق) .
 - ٤- دقة التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة .
 - ٥- ركل الكرة بالقدم .
 - ٦- التهديد باليد على الهدف الدائري المعلق .
- والجدول (٣) يوضح ذلك .

٧-٣-٣ اختبارات النمو الحركي

تم اختبار العينة ببعض اختبارات النمو الحركي والموضحة تفصيلها في الملحق (٤) وهذه الاختبارات تمثل المتغير التابع الثاني وتشمل :

- ١- رمي كرة التنس لابعد مسافة .
 - ٢- الجري لمسافة (٢٠) م .
 - ٣- الحجل يمين ويسار لمدة (١٠) ثانية .
 - ٤- الوثب الطويل من الثبات .
- والجدول (٣) يوضح ذلك .

الجدول (٣)

يوضح دلالة الفروق بين تلاميذ مجموعتي البحث في اختبارات القدرات الحركية والنمو الحركي لتلاميذ مجموعتي البحث

المعالم الاحصائية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
		ع ±	من	ع ±	من	
المتغيرات						
الركض المتعرج	ثا	١٤ ٤٩٧	١٤ ٦٨٠	٠ ٦٨٢	٠ ٧٦٥	
ثني الجذع	سم	١١ ٢٦٦	١١ ٧٣٣	١ ٤٨٦	٠ ٧٤٧	
الوقوف على قدم واحدة	ثا	١٠ ١٨١	١٠ ٢٢٢	٠ ١٥٣	٠ ٤٣٣	
دقة التصويب على المستطيلات	درجة	٣ ٤٠٠	٣ ٥٣٣	٠ ٧٤٣	٠ ٤٩٣	

المتداخلة	درجة	١٧ ٢٦٦	٣ ٧٣١	١٨ ٢٠٠	٣ ٩٨٥	٠ ٦٣٣
ركل الكرة بالقدم	درجة	١٧ ٢٦٦	٣ ٧٣١	١٨ ٢٠٠	٣ ٩٨٥	٠ ٦٣٣
رمي ولف		٢٠ ١٣٣	١ ٨٤٦	١٩ ٨٦٦	١ ٥٠٥	٠ ٤٣٣
رمي كرة تنس لابع مسافة	م	١١ ٤٧٢	١ ٥٠٥	١١ ٦٧٢	١ ٤٧٥	٠ ٩٦٥
الجرى (٢٠) م	ثا	٥ ١٠٠	٥ ٤٣٩	٥ ١٧٣	٥ ٣٦٠	٠ ٦٢١
حجل يمين	تكرار	٢١ ٧٣٣	٤ ١٣١	٢٢ ٤٠٠	٢ ٧٢٠	٠ ٥٢٢
حجل يسار	تكرار	١٨ ٦٦٦	٣ ٧٣٥	١٧ ٩٣٣	٣ ٦٩٢	٠ ٥٩٣
الوثب الطويل من الثبات	سم	١١٤ ٥٣٣	١١ ٥٩٣	١١٥ ٨٦٦	١١ ٢٦٨	٠ ٣١٩

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≥ 0.05 (٠) و امام درجة حرية (٢٨) ≤ 0.05 (٢)
يتضح من الجدول (٣) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين تلاميذ مجموعتي البحث في جميع اختبارات القدرات الحركية والنمو الحركي مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في تلك ملأ يرات .

٤-٣ التصميم التجريبي

تم استخدام التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم " تصميم المجموعة العشوائية الاختبار ذات الاختبار القبلي والبعدي " . والشكل (١) يوضح ذلك . (الزوبعي والقمام، ١١٢، ١٩٨١)

المجموعة التجريبية الاختبار القبلي + المتغير المستقل + الاختبار البعدي الفرق بين الاختبارين
المجموعة الضابطة الاختبار القبلي + _____ + الاختبار البعدي الفرق بين الاختبارين

الشكل (١)
التصميم التجريبي للبحث

٥-٣ ادوات البحث

١-٥-٣ اختبارات القدرات الحركية

من خلال تحليل محتوى المراجع العلمية والدراسات السابقة تم تحديد اهم القدرات الحركية للتلاميذ بعمر (٦-٧) سنوات (الخولي ، وراتب، ١٩٨٢) (الرومي، ١٩٩٩)
اذ قامت الباحثون بعرض تلك القدرات على السادة الخبراء والذين اقرؤا* بصلاحيه استخدامها على تلاميذ هذه المرحلة العمرية والملحق (٢) يوضح العناصر المرشحة للقدرات الحركية ، ثم تم تحديد اختبار لكل قدرة حركية وعرضت على الخبراء الذين وافقوا بالاجماع عليها كونها تناسب تلاميذ الصف الاول الابتدائي والملحق (٣) يوضح ذلك .

٢-٥-٣ اختبارات النمو الحركي

* أ.د فاطمة ناصر حسين - كلية التربية الرياضية جامعة بـ داد
أ.د عامر محمد سعودي - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل
أ.م.د طلال نجم عبدالله - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل

تم استخدام مقياس النمو الحركي لـ(منصور ، ١٩٧٩ ، ١٠٧) ،
والموضح في الملحق (٤) ، وتم عرض المقياس على السادة الخبراء المشار اليهم سابقا
والذين اقرروا بصلاحيته استخدامه على التلاميذ بعمر (٦-٧) سنوات .

٣-٥-٣ التجربة الاستطلاعية لاختبارات القدرات الحركية واختبارات النمو الحركي
اجريت التجربة الاستطلاعية على تلاميذ الصف الاول الابتدائي والبالغ عددهم
(١٠) تلاميذ وهم من مجتمع البحث وخارج العينة البحث الاساسية وذلك في يوم الاربعاء
الموافق ١٠/١٠/٢٠٠٧ وكان الهدف من التجربة هو :-
- التعرف على الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحثون اثناء تنفيذ الاختبارات الخاصة
بالبحث .
- تحديد الفترة الزمنية التي يسترقها كل اختبار من الاختبارات .
- مدى كفاءة الادوات والاجهزة المستخدمة في الاختبارات .

٣-٧ البرامج التعليمية

٣-٧-١ (برنامج اللعب في المحطات)

بعد الاطلاع على المراجع العلمية الخاصة باللعب للصدار (الخولي وراتب ، ١٩٨٢)
(عبد الكريم ، ١٩٩٥) (بلقيس ومرعي ، ١٩٨٢) (فرج ، ١٩٨٧) تم اعداد برنامج خاص
باللعب في محطات وتم عرض البرنامج على السادة الخبراء المشار اليهم سابقا والذين اقرروا
صلاحيته استخدامه بعد اجراء بعض التعديلات عليه ، وتم استخدام هذا البرنامج على تلاميذ
المجموعة التجريبية واشتمل على ما ياتي :
١- بلغ الوحدات التعليمية على (١٢) وحدة تعليمية لمدة (٦) اسابيع وبواقع (٢) وحدة
تعليمية اسبوعيا في يومي (الاثنين ، الخميس) ويتضمن الوحدة التعليمية (٤٠) دقيقة .
٢- مراعاة مبدأ التدرج من السهل الى الصعب في تنفيذ العاب البرنامج .
والملحق (٥) يوضح نموذج لوحدة تعليمية للبرنامج التعليمي المقترح .

٣-٧-٢ البرنامج التقليدي (درس التربية الرياضية) :

تم تطبيق درس التربية الرياضية التقليدي على تلاميذ المجموعة الضابطة واشتمل
على ما ياتي :
١- بلغ عدد الوحدات التعليمية (١٢) وحدة تعليمية ولمدة (٦) اسابيع وبواقع وحدتان
اسبوعيا في يومي (الاحد ، الاربعاء)
٢-شارك جميع التلاميذ في الدرس بوضوح النظر عن اختلاف امكانياتهم .
٣- تحديد الفائز في اللعبة وتعزيز سلوكه .

٨-٣ تجربة البحث الرئيسية

١-٨-٣ تم تنفيذ القياس القبلي باستخدام اختبارات القدرات الحركية والنمو الحركي على مجموعتي البحث في يوم الخميس المصادف ١١/١٠/٢٠٠٧ .
٢-٨-٣ تم تنفيذ وحدات البرنامجين (المقترح) و (التقليدي) الذي استرق (١٢) وحدة تعليمية في (٦) اسابيع من ١٥/١٠/٢٠٠٧ إلى ٢٢/١١/٢٠٠٧
٣-٨-٣ تم اخذ القياس البعدي لمجموعتي البحث في اختبارات القدرات الحركية والنمو الحركي في يوم الاثنين الموافق ٢٦/١١/٢٠٠٧

٩-٣ الوسائل الاحصائية

- ١- الوسط الحسابي
- ٢- الانحراف المعياري
- ٣- اختبار (ت) للعينتين المرتبطتين المتساويتين بالعدد
- ٤- اختبار (ت) للعينتين اللير المرتبطتين المتساويتين بالعدد
(التكريري والعبيدي ، ١٩٩٦ ، ١٠٢-٢٨٨)

٤- عرض النتائج ومناقشتها

٤-١ عرض ومناقشة نتائج تأثير برنامج اللعب في محطات في تطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لتلاميذ المجموعة التجريبية . والجدول (٤) يوضح ذلك .
الجدول (٤)

يوضح دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي في تطوير القدرات الحركية والنمو الحركي لتلاميذ المجموعة التجريبية

المتغيرات	المعالم الاحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة
			م	ع ±	م	ع ±	
ثني الجذع			١١ ٢٦٦	١ ٩٠٧	١٢ ٨٦٦	١ ٤٠٧	٦ ٢٨٧
ركل			١٧ ٢٦٦	٣ ٧٣١	٢٠ ٦٦٦	٢ ٨٩٤	٨ ٠٣٥
دقة التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة		٣ ٤٠٠	٠ ٧٣٦	٥ ٠٦٦	٠ ٩٦١	٨ ٩١٩
رمي ولف			٢٠ ١٣٣	١ ٨٤٦	٢٢ ٢٠٠	٢ ٢٤٢	٦ ٥٤٦
الركض المتعرج	ثا		١٤ ٤٧٩	٠ ٧٥١	١٣ ٧٤٨	٠ ٥٣٧	٣ ٢٠٨
الوقوف على قدم واحدة	ثا		١٠ ١٨١	٠ ٣٢٩	٩ ٩٧٢	٠ ٢٨٤	٧ ٧٧٨
الجرى (٢٠) م	ثا		٥ ١٠٠	٠ ٤٣٩	٥ ٤٤٠	٠ ٤١٥	٣ ٤٧٩
حجل يمين	تكرار		٢١ ٧٣٣	٤ ١٣١	١٦ ٠٦٦	١ ٨٣٠	٥ ١٨٠
حجل يسار	تكرار		١٨ ٦٦٦	٣ ٧٣٥	٢٢ ٦٦٦	٤ ٠٩٩	٣ ١١٦
الوثب الطويل من الثبات	سم		١١٤ ٥٣٣	١١ ٥٩٣	١١٩ ٢٢٦	٨ ٣٩٦	٢ ٢٦٣
رمي كرة تنس لايعد مسافة	م		١١ ٤٧٢	١ ٥٠٥	١٢ ٤٢٠	١ ٤٦١	٧ ٠٨٨

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≥ 0.05 (٠) و امام درجة حرية (١٤) ≤ 1 (٢)

يتضح من الجدول (٤) ان قيم (ت) المحسوبة في اختبارات القدرات الحركية والنمو الحركي هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≥ 0.05 (٠) و امام درجة حرية (١٤) ≤ 1 البالغة

٤ (٢) ، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية في جميع الاختبارات المعنوية بالدراسة ولمصلحة الاختبار البعدي وهذا يحقق صحة الفرض الاول ويعزو الباحثون ذلك الى عدة اسباب :

١- ان العاب البرنامج المقترح زود التلاميذ بخبرات حركية وساعد التلاميذ في نظائر العمل العقلي مع العمل الحركي اثناء تنفيذ اللعبة من خلال معرفة التلميذ بموقعه في المحطة وتكليفه بواجب حركي معين ثم الانتقال الى المحطة الاخرى .

٢- احتواء البرنامج على العاب ساعدت على تطوير (القوة العضلية) والتي بدورها طورت اختبار (رمي الكرة الناعمة) و (التصديق باليد على الهدف المعلق) ، كما ساعدت على تطور (السرعة الانتقالية) و (القوة الانفجارية) و (التوافق الحركي) وهذا بدوره طور اختبارات (الجري ٢٠م) (الجري المتعرج) (الوثب الطويل من الثبات) (الحجل يمين ويسار)

٣- ان اسلوب الدرس بالبرنامج المقترح كان قائم على الحرية الحركية ولا يعتمد على الاسلوب الامري في تنفيذ الدرس وهذا ساهم في تطور التلاميذ في تلك الاختبارات .

اذ ان اعطاء التلاميذ الحرية في الحركة يساعد على الابداع والتطور بشكل ملحوظ .

٤- تنوع الادوات المستخدمة في اللعب ساهم بشكل ملحوظ في حدوث التطور ، اذ تؤكد (فرج،١٩٨٧) بان من الاهمية توفير العوامل البيئية التي يجد فيها تلميذ هذه المرحلة القدر المناسب من المثيرات الحركية ، وكذلك توفير الفرص اللازمة للقيام بمختلف الاستجابات الحركية وذلك لما تحدثه من تاثيرات ايجابية في تطوير كل من النمو الحركي والقدرات الحركية لتلاميذ هذه المرحلة . (فرج،٧٦،١٩٨٧)

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج برنامج درس التربية الرياضية التقليدي في تطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لتلاميذ المجموعة الضابطة والجدول (٥) يوضح ذلك .

الجدول (٥)

يوضح دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي في تطوير القدرات الحركية والنمو الحركي لتلاميذ المجموعة الضابطة

المعالم الاحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة
		س	ع ±	س	ع ±	
المتغيرات						
ثني الجذع	سم	١١ ٧٣٣	١ ٤٨٦	١١ ٥٣٣	٠ ٨٣٣	٠ ٤٤٥
ركل	درجة	١٨ ٢٠٠	٣ ٩٨٥	١٧ ٤٦٦	٢ ٨٩٩	٠ ٦٦٨
دقة التصويب على المستطيلات المتداخلة	درجة	٣ ٥٣٣	٠ ٧٤٣	٤ ٣٣٣	٠ ٤٨٧	٤ ٠٠٠
رمي ولقف	درجة	١٩ ٨٦٦	١ ٥٠٥	٢٠ ٦٠٠	١ ٤٠٤	٤ ٠٣٦
الركض المتعرج	ثا	١٤ ٦٨٠	٠ ٦٨٢	١٤ ٣٤٣	٠ ٧١٧	١ ٨٤١
الوقوف على قدم واحدة	ثا	١٠ ٢٢٢	٠ ١٥٣	١٠ ١٦٨	٠ ١١٥	٢ ٠٩٨
الجري (٢٠) م	ثا	٥ ١٧٣	٠ ٣٦٠	٤ ٩٨٨	٠ ٥٥٢	٢ ٢٦٦
حجل يمين	تكرار	٢٢ ٤٠٠	٢ ٧٢٠	١٩ ٨٠٠	٢ ٦٥١	٣ ٣٨٩
حجل يسار	تكرار	١٧ ٩٣٣	٣ ٦٩٢	١٩ ٠٠٠	٣ ٦٦٤	٤ ٢٩٨
الوثب الطويل من الثبات	سم	١١٥ ٨٦٦	١١.٢٦٨	١٠.٧ ٧٣٣	٨ ١٦٣	٣ ٨٦١
رمي كرة تنس لابعد مسافة	م	١١ ٦٧٢	١ ٤٧٥	١٠ ٩٧٨	١ ١٠٣	١ ٥٣٦

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≥ 0.05 (٠) و امام درجة حرية (١٤) ≤ 0.05 (٢)
يتضح من الجدول (٥) ما يأتي :

١. ان قيم (ت) المحسوبة في اختبارات (دقة التصويب على المستطيلات ، الرمي واللقف ، والوقوف على قدم واحدة) واختبارات النمو الحركي هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≥ 0.05 (٠) و امام درجة حرية (١٤) البالغة ≤ 0.05 (٢) ، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية في تلك الاختبارات ولمصلحة الاختبار البعدي وهذا يحقق صحة الفرض الاول .

٢. ان قيم (ت) المحسوبة في اختبارات (ثني الجذع ، الركل ، الركض المتعرج هي اصغر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ ≥ 0.05 (٠) و امام درجة حرية (١٤) البالغة ≤ 0.05 (٢) ، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة غير معنوية في تلك الاختبارات وهذا لا يحقق صحة الفرض الاول .

ويعزو الباحثون سبب التفوق الحاصل في اختبارات (دقة التصويب على المستطيلات ، الرمي واللقف ، والوقوف على قدم واحدة) واختبارات النمو الحركي إلى احتواء درس التربية الرياضية على العديد من الالعاب الصيرة والحركية والتي ساهمت من خلال معطياتها الحركية الى جذب التلاميذ نحو الدرس وبناء التشويق لديهم ، كما ان الذكور بطبيعتهم يميلون الى الالعاب التي تنتم بطابع الدقة والرمي والجري والوثب فكانت العاب الدرس التقليدي مناسب لاحتياجاتهم لذا حدث التطور لديهم بشكل ملحوظ .

فضلاً عن ان الاطفال في هذه المرحلة يتميزون بالنمو السريع في عضلاتهم اذ يمكن استثمار ذلك بشكل ايجابي وفعال ، فضلاً عن ان الاطفال في هذه المرحلة يمتازون بالحركة النشطة ويتعطشون الى الالعاب مع زملائهم فجاءت العاب درس التربية الرياضية كفرصة لارواء ذلك التعطش بشكل علمي سليم .

كما اظهر الجدول (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات (ثني الجذع ، الركل ، الركض المتعرج) ويعزو الباحثون سبب ذلك الى افتقار درس التربية الرياضية الى العاب خاصة بمهارة الركل والمرونة فكل العابها هي عامة وتهدف الى تطوير اللياقة البدنية بشكل عام لذا لم يحدث التطور لدى التلاميذ في تلك المهارات ، كما ان الدرس التقليدي محاط بـ ١٠ الاف تقليدي في محتواه وهذا يزيد من عنصر الملل احياناً لدى التلاميذ لذا لم ترتقي النتائج الى حد المعنوية .

٣-٤ عرض و مناقشة نتائج المقارنة في الاختبار البعدي بين تاثير برنامجي (اللعاب في محطات) و (درس التربية الرياضية التقليدي) في تطوير بعض القدرات الحركية والنمو الحركي لدى تلاميذ مجموعتي البحث . والجدول (٦) يوضح ذلك .

الجدول (٦)

يوضح دلالة الفروق بين تلاميذ مجموعتي البحث في الاختبار البعدي في تطوير القدرات الحركية والنمو الحركي

المعالم الاحصائية	وحدة	تلاميذ المجموعة التجريبية	تلاميذ المجموعة الضابطة	قيمة (ت)
-------------------	------	---------------------------	-------------------------	----------

المحسوبة	ع ±	س	ع ±	س	القياس	لمة يرات
٣ ١٥٧	٠ ٨٣٣	١١ ٥٣٣	١ ٤٠٧	١٢ ٨٦٦	سم	ثني الجذع
٣ ٠٢٥	٢ ٨٩٩	١٧ ٤٦٦	٢ ٨٩٤	٢٠ ٦٦٦	درجة	ركل
٢ ٦٣٥	٠ ٤٨٧	٤ ٣٣٣	٠ ٩٦١	٥ ٠٦٦	درجة	دقة التصويب على المستطيلات المتداخلة
٢ ٣٤٢	١ ٤٠٤	٢٠ ٦٠٠	٢ ٢٤٢	٢٢ ٢٠٠	درجة	رمي وقف
٢ ٥٧٢	٠ ٧١٧	١٤ ٣٤٣	٠ ٥٣٧	١٣ ٧٤٨	ثا	الركض المتعرج
٢ ٤٧١	٠ ١١٥	١٠ ١٦٨	٠ ٢٨٤	٩ ٩٧٢	ثا	الوقوف على قدم واحدة
٢ ٥٢٨	٠ ٥٥٢	٤ ٩٨٨	٠ ٤١٥	٥ ٤٤٠	ثا	الجرى (٢٠) م
٤ ٤٨٨	٢ ٦٥١	١٩ ٨٠٠	١,٨٣٠	١٦ ٠٦٦	تكرار	حجل يمين
٢ ٥٨٢	٣ ٦٦٣	١٩ ٠٠٠	٤ ٠٩٩	٢٢ ٦٦٦	تكرار	حجل يسار
٣ ٨١٤	٨ ١٦٣	١٠٧ ٧٣٣	٨ ٣٩٦	١١٩ ٢٦٦	سم	الوثب الطويل من الثبات
٣ ٠٥١	١ ١٠٣	١٠ ٩٧٨	١ ٤٦١	١٢ ٤٢٠	م	رمي كرة تنس لابعاد مسافة

* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (٠) (٠)$ وامام درجة حرية $\geq (٢٨) (٠) (٢)$

يتضح من الجدول (٦) ان قيم (ت) المحسوبة في اختبارات القدرات الحركية والنمو الحركي هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (٠) (٠)$ وامام درجة حرية $\geq (٢٨) (٠) (٢)$ ، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية في جميع اختبارات القدرات الحركية والنمو الحركي في الاختبار البعدي ولمصلحة تلاميذ المجموعة التجريبية وهذا يحقق صحة الفرض الثاني .

ويعزو الباحثون ذلك الى عدة اسباب محتملة منها :

- اخضاع تلاميذ المجموعة التجريبية للبرنامج المقترح والذي ساهم بدوره ومن خلال العابه باكتساب التلاميذ خبرات حركية وبالتالي تنمية القدرات الحركية والنمو الحركي .
- كما ان اسلوب تنفيذ البرنامج المقترح اعتمد على الحرية الحركية اذا ما احسن تخطيطها في شكل برامج تضم مجموعة من الخبرات الحركية المعدة باسلوب علمي دقيق استطلاع الطفل من خلالها كيف يفهم ويتحكم في الطرق المختلفة التي يتحرك فيها جسمه وبالتالي يصبح الملعب معملا لتحقيق النمو الشامل المتكامل . (زهران، ١٩٩٧، ٣٢) .
في حيث ان اسلوب تنفيذ الدرس التقليدي اعتمد على الاسلوب الامري في التنفيذ وعليه فان النقد الذي يمكن ان يوجه للاسلوب التفكير في التدريس هو عدم الاهتمام بتنفيذ العمليات المعرفية المختلفة ، وعدم اتاحة الفرصة الكافية للنمو الانفعالي ، كما انه لا يتيح الا فرصا مفيدة للتطور البدني واحركي في مجال التربية الرياضية . (كامل، ١٩٩٣، ٦١) .
فضلا عن دور البيئة التي تحيط بالطفل والمتمثلة (بالمدرسة) فاذا كانت البيئة منتظمة فانها تثير بعض حاجات الطفل ودوافعه فانه يهتم بها وتصبح عنصرا مهما في ادراكه لها ، وبالعكس اذا كانت البيئة غير منتظمة بشكل لا تتعلق باهتماماته او حاجاته فانه لا يدركها " (الهدني، ٢٠٠٠، ٦٤) ، ويؤكد ذلك (الالوسي، ١٩٨٨) بان البيئة الصالحة لنمو قدرات الطفل هي البيئة المناسبة لاشباع حاجاته واهتماماته " (الالوسي، ١٩٨٨، ٢٣٣) .

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

- ١- البرنامج المقترح للعب في محطات ذو تأثير فعال حقق نتائج ايجابية في تطور القدرات الحركية والنمو الحركي لدى تلاميذ المجموعة التجريبية .
- ٢- حقق تلاميذ المجموعة الضابطة تفوقا في تطور القدرات الحركية والنمو الحركي لدى تلاميذ المجموعة الضابطة باستثناء اختبارات (ثني الجذع ، الركل ، الركض المتعرج) .
- ٣- تفوق تلاميذ المجموعة التجريبية الذين نفذوا البرنامج المقترح للعب في محطات على تلاميذ المجموعة الضابطة الذين نفذوا الدرس التقليدي للتربية الرياضية في الاختبار البعدي
- ٥-٢ التوصيات
- ١- استخدام البرنامج المقترح للعب في محطات على تلاميذ الصف الاول الابتدائي لماله من تأثير فعال في تطوير القدرات الحركية والنمو الحركي .
- ٢- اجراء مثل هذه الدراسة على اطفال الرياض ومقارنة نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية .
- ٣- ضرورة توفير ادوات مساعدة حديثة في الالعاب وذلك لتلبية حاجات الطفل الحركية .

المصادر العربية

- احمد ، ايمان حمد شهاب (١٩٩٨) : برنامج مقترح في التربية الحركية لرفع مستوى القابلية الذهنية والادراك الحركي عند الاطفال بعمر (٤-٥) سنوات ، اطروحة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بـ داد ، بـ داد .
- الالوسي، جمال حسين (١٩٨٨) بـ داد ، بـ داد ، بـ داد ، مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، بـ داد .
- التكريتي ، وديع ياسين محمد ، والعبيدي ، حسن محمد عبد(١٩٩٦) : التطبيقات الاحصائية في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، الموصل .
- الخولي ، امين ، وراتب ، اسامة كامل (١٩٨٢) : التربية الحركية للطفل ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- الربضي ، كمال جميل ، والعمادي ، جميل محمود (١٩٩٣) : فاعلية برنامج تدريب حركي على القدرات الحركية لدى اطفال الروضة ، مجلة دراسات ، المجلد العشرون ، العدد الاول ، الجامعة الاردنية ، عمان .
- الرومي ، جاسم محمد نايف (١٩٩٩) : اثر برنامجي الالعاب القصيرة والقصص الحركية في بعض القدرات البدنية والحركية لاطفال الرياض ، اطروحة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، الموصل .
- الرومي ، جاسم محمد نايف ، والمفتي ، بيريفان عبد الله (٢٠٠٢) : تأثير برنامج مقترح بالتربية الحركية في تنمية النمو الحركي لدى اطفال ما قبل المدرسة ، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية - المجلد الثامن ، العدد (٣١) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، الموصل .
- الزوبعي ، عبد الجليل ابراهيم ، والقتام ، محمد احمد (١٩٨١) : مناهج البحث في التربية ، ط١ مطابع جامعة بـ داد ، بـ داد .

- العبيدي ، ندى عبد الله (١٩٩٥) : اثر المنهج الاثرائي في القدرات العقلية لدى طلبة ثانوية المتميزين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، الموصل .
- العزة ، منال محمود (١٩٩٧) :تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على مهارات يارات النمو الحركي لدى طالبات الصفوف الثلاثة الاولى في مرحلة التعليم الاساسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الاردنية ، عمان ، الاردن .
- المفتي ، بيريفان عبدالله (٢٠٠٠) : اثر برنامج مقترح للتربية الحركية في تنمية القدرات الادراكية (الحس – حركية) لاطفال ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، الموصل .
- بلقيس ، احمد ، ومرعي ، توفيق (١٩٨٢) : الميسر في فيسكلوجية اللعب ، ط١ ، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، عمان
- حسنين ، محمد صبحي (١٩٩٦) : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ج٢ ، ط٣ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- راتب ، اسامة كامل (١٩٩٩) : النمو الحركي ، مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- زهران ، ليلي عبد العزيز (١٩٩٧) : التنمية الحركية وسيلة للتربية المتكاملة للطفل منذ سنوات حياته الاولى ، مقال منشور بمجلة المؤتمر العلمي الدولي الثاني لرياضة المرأة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية .
- سعيد ، سيجال (١٩٩٠) : تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية بمصاحبة الموسيقى على النمو الحركي لطفل ما قبل المدرسة ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد الثاني ، العدد الاول
- عبد الكريم ، عفاف (١٩٩٥) :إبرامج الحركية والتدريس للصدار ، منشأة المعارف ، الاسكندرية .
- عثمان ، فريدة ابراهيم (١٩٨٧) : التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية ، مكتبة العلم للنشر والتوزيع ، الكويت .
- عطية ، نعيم (١٩٨٢) : ذكاء الاطفال من خلال الرسوم ، دار الطليعة ، بيروت .
- فرج ، ايلين وديع (١٩٨٧) :خبرات في الالعاب للصدار والكبار ، ط١ ، منشأة المعارف ، الاسكندرية .
- كامل ، زكية ابراهيم احمد (١٩٩٣) : فاعلية استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في تدريس بعض مهارات الجمباز على التحصيل الحركي والمعرفي لتلميذات الصف الخامس الابتدائي ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، بحوث مؤتمر (رؤية مستقبلية للتربية البدنية والرياضية في الوطن العربي) ،المجلة (١) ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان، القاهرة .
- لطفي ، رابحة محمد (١٩٩٣) : تأثير برنامج مقترح للطلاقة الحركية على تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة السلة المصدر (الميني باسكت) ومستوى الرضا الحركي يدرس

- التربية الرياضية لتلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الاساسي المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية .
- محجوب ، وجيه (١٩٨٧) : التطور الحركي منذ الولادة ، وحتى سن الشيخوخة ، ج ٢ ، مطبعة جامعة ب داد ، ب داد .
- محجوب ، وجيه (١٩٨٩) : علم الحركة ، التلم الحركي ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، جامعة ب داد .
- منصور ، نبيلة السيد (١٩٧٩) : اثر النشاط الرياضي الموجه على النمو الحركي والتكيف الاجتماعي لمرحلة ما قبل المدرسة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة حلوان ، القاهرة .
- ويتنج ، ارنوف (١٩٧٧) : سلسلة ملخصات شوم نظريات ورسائل في مقدمة في علم النفس ، (ترجمة) عادل عز الدين الاشول وآخرون ، (مراجعة) عبد السلام عبد القادر ، ماكجر وهيل للنشر .

الملحق (١)

يوضح اختبار الذكاء (جودانف – هاريس)

١. وجود الرأس
٢. وجود الرقبة
٣. وجود الرقبة من بعدين
٤. وجود احدى العينين او كلاهما
٥. تفاصيل العين (توضح الرموش او الحواجب)
٦. تفاصيل العين (توضح لون العين)
٧. تفاصيل العين (توضح النسب)
٨. تفاصيل العين (توضح بريق او اتجاه العين)
٩. وجود الانف
١٠. وجود الانف من بعدين
١١. وجود الفم
١٢. وجود الشفاه من بعدين
١٣. وجود كل من الشفاه والانف من بعدين
١٤. وجود كل من الذقن والجبهة
١٥. بروز الذقن ووضوح تباينه مع الجزء السفلي للشفاه
١٦. توضيح خط الفك
١٧. وجود قنطرة الانف (منحنى الانف)
١٨. وجود الشعر (أي توضيح اعلى الراس يعبر عن الشعر)
١٩. وجود الشعر (توضيح أي نموذج للشعر / السوالف ، الخصلة الامامية ... الخ)

٢٠. وجود الشعر (توضيح الشعر في اكثر من محيط بلا اعتناء أو تضليل)
 ٢١. وجود الشعر (تنسيق وتضليل نموذج الشعر)
 ٢٢. وجود الاكتاف
 ٢٣. تناسب الاذن في موقعها الصحيح من الراس
 ٢٤. وجود الاصابع
 ٢٥. وجود الاصابع (توضيح العدد الصحيح للاصابع)
 ٢٦. وجود الاصابع (تفاصيل الاصابع)
 ٢٧. وجود الاصابع (الوضع الصحيح للابهام)
 ٢٨. وجود اليدين (توضيح راحة اليد)
 ٢٩. وجود معصم اليد او المفصل
 ٣٠. وجود الذراعين
 ٣١. وجود الاكتاف
 ٣٢. وجود الاذرع من الجانب او ترابطها في النشاط
 ٣٣. وجود مفصل المرفق (الكوع)
 ٣٤. وجود الساقين
 ٣٥. وجود الورك (تحديده بطريقة اكثر دقة)
 ٣٦. وجود الورك (الفخذ من الاعلى)
 ٣٧. وجود مفصل الركبة
 ٣٨. وجود الاقدام
 ٣٩. وجود الاقدام (توضيح التناسب في ابعاد القدم)
 ٤٠. وجود الاقدام (توضيح الكعب الخ)
 ٤١. وجود الاقدام (توضيح الرسم المنظوري للقدم)
 ٤٢. وجود الاقدام (توضيح تفاصيل القدم)
 ٤٣. توضيح اتصال كل من ذراعين والساقين بالجذع
 ٤٤. توضيح اتصال كل من الذراعين والساقين والجذع (بطريقة اكثر دقة)
 ٤٥. وجود الجذع
 ٤٦. توضيح تناسب الجذع من بعدين
 ٤٧. توضيح تناسب الراس من الجذع (على ان يكون ليس اكثر من نصف ولا اصـ ر من
 ١٠/١ الجذع)
 ٤٨. توضيح تناسب الراس من الجذع (على ان يكون ليس اكثر من نصف ولا اصـ ر من
 خمس اقدام)
 ٤٩. التناسب في ابعاد الوجه
 ٥٠. التناسب في ابعاد الذراعين
 ٥١. التناسب في ابعاد الذراعين (بطريقة اكثر دقة)
 ٥٢. التناسب في الساقين

٥٣. تناسب وجود الاطراف وان يكونوا من بعدين
٥٤. وجود الملابس (أي توضيح يعبر عن وجود الملابس)
٥٥. وجود الملابس (وجود قطعتين من الملابس على الاقل)
٥٦. وجود الملابس (عدمالشفافية مع تحديد نهاية الاسورة والبنطلون)
٥٧. وجود الملابس (وجود اربع قطع من الملابس على الاقل)
٥٨. وجود الملابس (رسم بدلة كاملة)
٥٩. الرسم الجانبي (البروفيل)
٦٠. الرسم الجانبي (البروفيل) بطريقة اكثر دقة
٦١. الرسم الكامل من الوجه الامامية
٦٢. التوافق الحركي للخطوط
٦٣. التوافق الحركي للاتصال
٦٤. افضل توافق حركي
٦٥. الشكل والخطوط المباشرة (الاطار الراسي)
٦٦. الشكل والخطوط المباشرة (الاطار الجذع)
٦٧. الشكل والخطوط المباشرة (الاطار الاطراف)
٦٨. الشكل والخطوط المباشرة (سمات وملامح الوجه)
٦٩. الرسم في صورة كروكيات (سكينشن)
٧٠. الرسم المثالي او النموذجي
٧١. توضيح حركة الذراعين
٧٢. توضيح حركة الساقين

مفتاح التصحيح الخاص باختبار الذكاء

العمر العقلي		الدرجة الخام	العمر العقلي		الدرجة الخام
سنة	شهر		سنة	شهر	
٨	٣	٢١	٣	٣	١
٨	٦	٢٢	٣	٦	٢
٨	٩	٢٣	٣	٩	٣
٩	-	٢٤	٤	-	٤
٩	٣	٢٥	٤	٣	٥
٩	٦	٢٦	٤	٦	٦
٩	٩	٢٧	٤	٩	٧
١٠	-	٢٨	٥	-	٨
١٠	٣	٢٩	٥	٣	٩
١٠	٦	٣٠	٥	٦	١٠
١٠	٩	٣١	٥	٩	١١
١١	-	٣٢	٦	-	١٢
١١	٣	٣٣	٦	٣	١٣
١١	٦	٣٤	٦	٦	١٤
١١	٩	٣٥	٦	٩	١٥
١٢	-	٣٦	٧	-	١٦

١٢	٣	٣٧	٧	٣	١٧
١٢	٦	٣٨	٧	٦	١٨
١٢	٩	٣٩	٧	٩	١٩
١٣	فما فوق	٤٠	٨	-	٢٠

الملحق (٢)

الترتيب حسب الاهمية					عناصر القدرات الحركية
٥	٤	٣	٢	١	
					١. الرشاقة
					٢. المرونة
					أ- مرونة المنكبين
					ب- مرونة العمود الفقري
					٣. التوازن
					أ- التوازن الثابت
					ب- التوازن المتحرك
					٣. الدقة
					أ- دقة التصويب على المستطيلات المتداخلة
					ب- دقة الرمي باليد على الهدف المعلق
					ج- دقة الركض بالقدم

الملحق (٣)

يوضح اختبارات القدرات الحركية

الاختبار الاول

- اسم الاختبار : الركض المتعرج (الزكزاكي)
- هدف الاختبار : قياس الرشاقة
- الادوات : (٥) صولجانا جمناستك أو شواخص ، ساعة توقيت ، خط البداية والنهاية ، ارض مستوية
- الاجراءات :
- تخطيط منطقة الاختبار بحيث تكون المسافة بين خط البداية واول صولجان (شاخص) (٨٠م) وكذلك المسافة بين صولجان و اخر .
- يقف الطفل خلف خطالبداية ، وعند سماع اشارة البدء يركض بين الصولجانا (الشواخص) مبتدئاً من جهة اليمين أو اليسار حتى يصل الصولجان (الشاخص) الخامس ويدور حوله عائداً الى خط النهاية بنفس الطريقة .
- تعطى للطفل محاولة تجريبية .
- تعطى للطفل محاولتان للاختبار .
- لا تعد المحاولة خطأ اذا توقف الطفل عن الاداء .
- وتعاد المحاولة اذا لم يركض الطفل بين أي شاخص .
- يقاس الزمن للطفل بين اشارة البدء للاختبار الى ان تتخطى قدم الطفل خط النهاية .

طريقة التسجيل :

قياس الزمن الى اقرب ١٠/١ ثانية لاحسن محاولة من المحاولتين .
(الخولي ، وراتب ، ١٩٨٢ ، ص ٤٠١)

الاختبار الثاني

- اسم الاختبار : ثني الجذع من الامام من الجلوس طوياً
- هدف الاختبار : قياس مرونة العمود الفقري والعضلات الخلفية للجسم
- الادوات : مقعد من دون ظهر ارتفاعه (٢٠سم) ، مسطرة غير مرنة مقسمة الى (٣٠سم) مثبتة عمودياً على المقعد بحيث يكون الرقم (١٠سم) عند حافة المقعد ، مؤشر خشبي يتحرك على سطح المسطرة ، بساط جمناستك .
- الاجراءات :

- يطلب من الطفل نزع الحذاء.
- ويطلب منه الجلوس على البساط بحيث تكون القدمان مضمومتين مع تثبيتهما على حافة المقعد .

يقوم احد المساعدين بالضبط على الركبتين لتبقياً مستقيمتين .

- عند اعطاء الاشارة من قبل الفاحص يقوم الطفل بثني جذعه الى الامام بحيث يدفع المؤشر باطراف اصابعه الى ابعد مسافة ممكنة .
- يحاول الطفل الثبات قليلاً عند اخر مسافة يصل اليها .
- يعطي للطفل محاولتين تجريبيتين .
- يعطي للطفل ثلاث محاولات عند اداء الاختبار .
- طريقة التسجيل :

- تسجل للطفل المسافة التي حققها بـ (السنتمرات) في المحاولات الثلاثة .
- تحتسب احسن محاولة للطفل من المحاولات الثلاث .
- (حسانين ، ١٩٨٧ ، ص ٣٢٧-٣٢٨)

الاختبار الثالث

- اسم الاختبار : الوقوف على قدم واحدة(وقوف اللقلق)
- هدف الاختبار : قياس التوازن الثابت
- الادوات : ساعة توقيت ، ارض مستوية يحدد عليها بخطوط واضحة مربع (٣٠سم X ٣٠سم)
- الاجراءات :

- يطلب من الطفل الوقوف داخل المربع .
- عند سماع اشارة البدء من الفاحص يقوم الطفل بالاتي :
- ١ . رفع القدم الحرة ووضعها خلف أو فوق ركبة القدم التي يرتكز عليها .
- ٢ . وضع اليدين على وسط الجسم بوضع (التخصر) .
- ٣ . البقاء في هذا الوضع (وقوف اللقلق) لاطول فترة ممكنة .
- نزول القدم الحرة وملامستها للارض معناه انتهاء المحاولة .

- يعطى لكل طفل محاولتان تجريبيتان .
- يعطى لكل لطفل (٣) محاولات متتالية عند اداء الاختبار .
- طريقة التسجيل :
- قياس الزمن لكل محاولة من المحاولات الثلاثة ولاقرب ١٠/١ ثانية .
- تحتسب احسن محاولة للطفل من المحاولات الثلاث .
- (التكريتي ، ومحمد علي ، ١٩٨٦، ص١٩٤)
- الاختبار الرابع
- اسم الاختبار : دقة التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة
- هدف الاختبار : قياس دقة التصويب باليد
- الادوات : خمس كرات تنس توضع داخل سلة نايلون ، حائط امامه ارض مستقيمة ، هدف يرسم على الحائط بثلاثة مستطيلات متداخلة ابعادها كما في الشكل ، الهدف يرتفع عن الارض بمقدار (١م) يحدد خط بطول (٣٠سم) يبعد عن الهدف بمسافة (٣م) .
- الاجراءات :-
- يقف الطفل خلف الخط الذي يبعد عن الهدف بمسافة (٣م) .
- يأخذ الطفل كرة من السلة التي توضع بجانب الخط وتحوي على الكرات الخمس .
- يقوم الطفل بتصويب الكرات الخمس بصورة متتالية على الهدف .
- للطفل الحق في استخدام أي من اليدين .
- يعطى للطفل محاولتان تجريبيتان .
- طريقة التسجيل :
- إذا اصابت الكرة المستطيل الصد ير (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للطفل (٣ درجات) - لون المستطيل احمر.
- ٢. اذا اصابت الكرة المستطيل الاوسط (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للطفل (درجتان) - لون المستطيل اصفر.
- ٣. اذا اصابت الكرة المستطيل الكبير (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للطفل (درجة واحدة) - لون المستطيل ازرق .
- ٤. اذا جاءت الكرة خارج المستطيلات الثلاثة يحسب للطفل (صفر) .
- ٥. الدرجة الكلية للمختبر تأتي من مجموع درجات الكرات الخمس .
- ٦. الدرجة العليا للاختبار (١٥ درجة)
- (حسانين ، ١٩٨٧، ص٤٥٠-٤٥١)
- الاختبار الخامس
- اسم الاختبار : ركل الكرة بالقدم
- هدف الاختبار : قياس دقة الركل بالقدم
- الادوات : كرة قدم مطاط العدد (٥) بوزن (٢٠٠غم) ومحيط (٥٣-٥٥سم) ، هدف يرسم على الحائط بارتفاع (٢م) ويعرض (٣م) ويقسم بشكل عرضي الى اربعة اقسام كل قسم (٥٠سم) ويعطى كل قسم (هدف) درجتان من الاسفل الى الاعلى (١،٢،٣،٤) . يرسم على

الارض المستوية المقابلة له خطان بطول (٣٠سم) في مواجهة منتصف الهدف يبعد الخط الاول عن الهدف (٣م) ويبعد الخط الثاني عن الهدف (٥م) .

- الاجراءات :-

- يؤدي الطفل (٥) ركلات من كل مسافة أي (١٠) ركلات في الاختبار كله .

- يسمح للطفل باداء محاولتين على سبيل التجربة من كل مسافة .

- يجب اداء المحاولة من خلف الخط المحدد واي خطأ في ذلك يتطلب اعادة المحاولة .

- طريقة التسجيل :

- اقصى درجة للاختبار (١٠x٤)=٤٠ درجة .

- تسجل كل ركلة تبعاً للرقم الذي تصل اليه على الحائط .

- عندما تلمس الكرة الخط بين درجتين يعطى الطفل الدرجة الاعلى .

(الخولي، وراتب، ١٩٨٢، ص ٤٠٣)

الاختبار السادس

- اسم الاختبار : الرمي واللقف

- هدف الاختبار : قياس التوافق ودقة رمي ولقف الكرة.

- الادوات : كرة مطاط متوسطة الحجم بوزن (٧٥غم) ومحيط (٥٠-٥٢ سم) ، ويرسم هدف

على الحائط بابعاد (١مx١م) يبعد الجانب السفلي منه عن سطح الارض مسافة (٢٠سم)

ويرسم داخل الهدف وعند اطرافه (زواياه) اربعة مربعات مساحة كل واحد منها

(٣٠سمx٣٠سم) بحيث تقع هذه المربعات في زوايا الهدف (المربع) الكبير . يرس على

الارض خط بداية يبعد عن الحائط مسافة (٩٠سم) . ويرسم وراء هذا الخط مربعين مساحة

كل منهما (٦٠سمx٦٠سم) وبين مربع واخر مسافة (٣٠سم) .

- الاجراءات :-

- يقف الطفل داخل المربع الاول (القريب من الهدف) ممسكاً الكرة بيده .

- يقوم الطفل باداء مهارة رمي الكرة على الحائط (الهدف) ولقفها من وضع الوقوف في

المربع .

- تعطى لكل طفل (٥) محاولات من كل مربع (٥x٢=١٠ محاولات) .

- تعطى لكل طفل محاولتان تجريبيتان من كل مربع .

- تعاد المحاولة اذا خرج الطفل من المربع اثناء الرمي .

- طريقة التسجيل :

أولاً : الرمي:

- يمنح الطفل درجتين اذا تمكن من تصويب الكرة على أي من المربعات الصيرة في

أطراف المربع الكبير .

- يمنح الطفل درجة واحدة اذا وصلت الكرة الى المربع الكبير .

- لا يمنح الطفل اية درجة اذا لم تصل الكرة الى الهدف .

ثانياً: اللقف :

- يمنح الطفل درجتين اذا تمكن من لقف الكرة التي رماها ولم يتترك المربع الذي قام بالرمي منه .
- يمنح الطفل درجة واحدة اذا تمكن من لقف الكرة التي رماها ولكنه خرج من داخل المربع الذي قام بالرمي منه ولو برجل واحدة .
- لا يمنح الطفل اية درجة اذا لم يتمكن من لقف الكرة .
- الدرجة النهائية تكون كالآتي : $20 = 2 \times 10$ درجة للرمي
 $20 = 2 \times 10$ درجة للرمي
الدرجة العليا = $20 + 20 = 40$ درجة
- الدرجة الكلية للطفل بالاختبار = مجموع الدرجات التي يسجلها من المربعين في الرمي واللقف.
(الخولي، وراتب، ١٩٨٢، ص ٤٠٤-٤٠٥)

الملحق (٤)

اختبارات النمو الحركي

الاختبار الاول

- اسم الاختبار : رمي كرة تنس لابعد مسافة
- هدف الاختبار : قياس القوة الانفجارية للذراعين الرامية
- الادوات : خط محدد (٢٠) م ، كرة تنس
- طريقة الاداء واحتساب الدرجة : / يقف المختبر في الدائرة مستعدا وحاملا الكرة ثم يحاول رمي الكرة لابعد مسافة افقية ممكنة وتحسب المسافة المقطوعة للرمي .
(الخولي، وراتب، ١٩٨٢، ص ٤٣٤)

الاختبار الثاني

- اسم الاختبار : الجري لمسافة (٢٠) م
- هدف الاختبار : قياس السرعة الانتقالية
- الادوات : تحديد خط طوله (٢٠) م يحدد فيه خط بداية ونهاية .
- طريقة الاداء واحتساب الدرجة : يقف المختبر خلف خط البداية عند سماع الاشارة يبيدا بالجري السريع ويحتسب الزمن الذي قطعه في الجري لاقرب (١/١٠٠) من الثانية .
(عبدالجبار وبسطويسي، ١٩٨٧، ص ٣٦٣)

الاختبار الثالث

- اسم الاختبار : الحجل يمين لمسافة (١٠) م والحجل يسار لمسافة (١٠) م
- هدف الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة لكل من الرجل اليمنى والرجل اليسرى .
- الادوات : لا تحتاج الى ادوات .
- طريقة الاداء واحتساب الدرجة : يقف المختبر للتهيؤ للحجل فعند اعطاء اشارة البدء يحاول القفز والهبوط على نفس القدم وللامام في عدد مرات التكرار للوثب والهبوط على

نفس القدم ويعد التكرار مؤشرا لاحتساب الدرجة وبعد الانتهاء من اختبار الحجل للرجل اليمنى يكرر نفس الاداء على الرجل اليسرى .
(المفتي ،٢٠٠٥، ص ١٥٠)

الاختبار الرابع

- اسم الاختبار : الوثب الطويل من الثبات

- هدف الاختبار : قياس القوة الانفجارية للرجلين في الوثب للامام

- الادوات : مكان مناسب للوثب بعرض ٥ (١) م وبطول ٥ (٣) م ويراعى ان يكون المكان مستويا وخالية من العوائق وغير املس ، شريط قياس ، وقطع ملونة من الطباشير .
تعليمات الاختبار :

١- يتم الارتقاء بالقدمين معا للامام .

٢- لكل مختبر ثلاث محاولات متتالية تحتسب له مسافة احسن محاولة .

- طريقة الاداء واحتساب الدرجة : يقف المختبر خلف خط البداية متباعدتين قليلا ومتوازيتين بحيث يلامس مشطا القدمين خط البداية من الخارج ثم يبدأ التلميذ بمرجحة الذراعين للخلف مع ثني الركبتين والميل للامام قليلا ثم يقوم بالوثب للامام لاقصى مسافة ممكنة عن طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين للامام ، ويكون القياس من خط البداية حتى اخر جزء من الجسم يلمس الارض ، كما تحتسب للمختبر مسافة احسن محاولة .

(التكريتي ومحمد علي ،١٩٨٦، ص ١٤٠-١٤١)

الملحق (٥)

نموذج للوحدة التعليمية خاصة لبرنامج اللعب في محطات

الدرس : الثاني

الاسبوع : الاول

المدرسة ابي ذر ال فاري

اليوم : الاربعاء

الوحدة : الرابعة

الصف : الاول الابتدائي

التاريخ : ٢٤/١٠/٢٠٠٧

زمن الوحدة : ٤٥ دقيقة

الشعبة : أ

الملاحظة	الادوات	الوقت	محتوى الدرس	اقسام الدرس
	التشكيلات			

<p>كونوا أكثر نظاماً وهدوء</p> <p>التأكيد على المسافات المتساوية أثناء الهزولة</p> <p>التأكيد على الأداء مع المعلم</p>	<p>***** + ***** + *****</p> <p>***** ***** ***** *****</p> <p>+</p>	<p>صافرة</p>	<p>١٥ د ٥٢ ٥٥ ٥٢ ٥٢ ٥٢</p>	<p>القسم الاعادي الجانب التنظيمي الاحماء</p> <p>الاحماء</p> <p>تمارين بدنية تمارين الرقية تمارين الزراعين تمارين الرجلين تمارين الجذع</p> <p>الحضور الى الساحة واخذ الابلات</p> <p>السير على رؤس الاصابع+ الهزولة العادية+تحريك السزراعين مثل حركة الطير+الهزولة مع لمس الارض عند سماع كلمة يسار أو يمين + هزولة</p> <p>دوران السريح(الوقوف فتحا)بالتبادل قتل الرقية للجنيين علقو الثياب لتجف (الوقوف)بالتعاقب رفع الزراعين اماماً عالياً (قفزة الضدع)(الجلوسمتربع)القفه ز اماماً باستمرار (تمثيل كالأهرة في مهب السريح)(الوقوف) بالتبادل ميل الجذع للجانيين</p>
		<p>١٦ شاخص رسم خطين طولهما ٨م وعرضها ١٠سم، ١٦ طوق، ١٢ صندوق</p> <p>٨ موانع، ٨ شاخص ٩ اعلام، ٤ سلات معلقة، ٤ كرات سلة حجم صغير للاطفال.</p> <p>رسم خط طولها ١٠م امام كل مجموعة، ٨ اعلام، ٤ حبال، ٤ موانع، ٤ اطواق، ٨ كرات سلة حجم صغير</p>	<p>٢٠ د ٥٥ ٥٥ ٥٥</p>	<p>القسم الرئيسي الالعب التنسيبة لعبة</p> <p>المحطة رقم ١ هدفاً تطوير مهارة المشي والجري والحجل والوثب بطريقة الاداء : يقسم الطلاب الي ٤ مجاميع يرسم خطين على الارض طولهما ٨م وعرضهما ١٠سم وتوضع اسام كل مجموعة ٤ شاخص المسافة بينهما ١م ثم وضع ٤ اطواق متلاصقة على الارض ثم وضع صندوقين بارتفاع ٢٠سم ، عند سماع اشارة البدء يبدأ التلميذ الاول بالمشي السريع على خطي الخطين ثم الجري السريع بين الشواخص ثم الحجل بين الاطواق والصعود على الصندوق للوثب بالقدمين مع اثم الهبوط بالعودة بوتيرة الضدع الى نهاية مجموعته لينبدأ التلميذ الثاني بالاداء .</p> <p>المحطة رقم ٢ هدف اللعبة : تطوير مهارة المشي والجري والحجل والوثب والزمي والقفق بطريقة الاداء : يقسم الطلاب الي ٤ مجاميع توضع امام كل مجموعة على بعد ١م موانع المسافة بينهما ٢م ثم يوضع شاخصين المسافة بينهما ١م ثم يوضع خطين المسافة بينهما ٢م ثم رسم خط طوله ١٠م ثم يتم تعليق سلة على ارتفاع ١م ووضع كرة على الارض وعند سماع اشارة البدء يبدأ التلميذ الاول مسن كل مجموعة بالمشي السريع من تحت المانع وعند الوصول الي الشاخص يبدأ بالحجل على احد القدمين وعن الوصول الي الاعلام يقوم بالوثب بالقدمين بين الاعلام ثم الجري مسافة ١٠م باتجاه الكرة محاولاً رمي الكرة بالسلة وارجاع الكرة الي مكانها والعودة الي نهاية مجموعته لينبدأ التلميذ الثاني بالاداء .</p>

	<p>للإطفال ، رسم ٤ اهداف كرة قدم على الحائط</p> <p>رسم خط طول ٨م اسم كل مجموعة ، ٤ كيباس من الحبوب ٣ ، شواخص ، ٤ عوارض توازن ، ٣ اطواق ، ٤ كرات قدم ، ٤ رسم اهداف كرة قدم على الحائط</p>			<p>المحطة رقم ٣ هدف اللعبة : تطوير مهارة المشي والجري والحجل والوثب والرسي والقفز والركل طريقة الاداء : يقسم الطلاب الى ٤ مجاميع توضع امام كل مجموعة على بعد ١٠م علمين المسافة بينهما ١م ويعلق حبل بارتفاع ٥٠سم على الارض ثم وضع مانع معلق فيه طوق وكرة على الارض وعلى بعد ١م توضع كرة على الارض على بعد ١م يرسم هدف كرة قدم على الحائط عند سماع إشارة البدء يبدأ التلميذ الأول بالمشي خلفاً لمسافة ١٠م ثم القفز بنصف دورة للامام محاولاً الوثب فوق الحبل ثم يرسي الكرة داخل الطوق ثم الجري لركل الكرة داخل الهدف ثم الحجل لمسافة ٦م لجلب الكرة ثم الجري لوضع الكرة على الارض والعودة الى نهاية مجموعته ليبدأ التلميذ الثاني بالاداء .</p> <p>المحطة رقم ٤ هدف اللعبة : تطوير مهارة المشي والجري والحجل والوثب والرسي والقفز والركل والتوازن طريقة الاداء : يقسم الطلاب الى ٤ مجاميع يرسم امام كل مجموعة خط طول ٨م يعرض ٥سم ومجموعة من الكياس الحبوب وزنها نصف ك م من الفاصوليا ثم وضع ٣ اطواق متلاصقة على الارض وعلى بعد ١م توضع ٣ شواخص المسافة بينهما ١م ثم توضع كرة على الارض ثم مسطوية توازن وفي نهايته على بعد ١م نضع كرة قدم على الارض وعلى بعد ٨م نرسم هدف كرة قدم على الحائط عند سماع إشارة البدء يأتي التلميذ الأول بالمشي السريع على الخط ٨م مع حمل الكيس على الرأس ثم الوثب بالقدمين معا بين اطواق ثم الحجل بين الشواخص ثم رسي الكرة للاعلى ولقفها ووضعها على الارض ثم المشي على عارضة التوازن والهبوط منها محاولاً ركل الكرة الى الهدف ثم الجري لجلب الكرة والجري للعودة الى نهاية مجموعته ليبدأ التلميذ الثاني بالاداء .</p>	
<p>التاكيد على الخروج بصورة منتظمة دون ان يعرقلوا بعضهم</p>	<p>اعادة الادوات الى غرفة الرياضة</p> <p>***** ***** + *****</p>	<p>٥٥ ٥٢ ٥٢</p>	<p>اعطاء تمارين تهيئة لاجهزة ومفاصل الجسم - اعطاء الإرشادات التربوية ، واعطاء الله ذية الراجعة - انتهاء الدرس بنشيد مع التصفيق ثم الانصراف</p>	<p>القسم الختامي</p>	

بعضاً ، مع تردد الشعر بصوت عال					
--	--	--	--	--	--

الملحق (٦)

نموذج لوحة تعليمية لدرس التربية الرياضية بالاسلوب التقليدي

المدرسة : الصف : الاول الابتدائي
الاسبوع : الاول
الوحدة : الثانية
الدرس : اليوم :
التاريخ : زمن الوحدة : ٤٥ دقيقة

الملاحظة	التشكيلات	الادوات	الزمن	محتوى الدرس	اقسام الدرس
كونوا اكثر نظاما وهندء	***** **** + *****	صافرة	١٥ ١٢ ٥٥	الحضور الى الساحة واخذ الايات	القسم الاعدادي الجانب التنظيمي
التاكيد على المسافات المتساوية اثناء الهرولة	***** + + *****		١٢	السير والهرولة المنظمة برتل مع استعمال المعطم	الاحماء
التاكيد على الاداء الموحد مع المعلم	***** ***** ***** *****		١٢ ١٢	الايجاز او الصافرة او التصفيق رقاص الساعة (وقوف)تسي الريقة الى الجانبين بالتعاقب	تمارين بدنية تمارين الريقة تمارين الذراعين تمارين الرجلين
	***** ***** ***** *****		١٢	الذراعين اماماً - اعطى والنق بالمعلم ، بالتعاقب لعونة الكرسي(جلوس) طويل،استناد خلفي،الكرسي امام فوق القدمين)تسي ومد الرجلين اسفل الكرسي التصفيق بين الساقين:(الوقوف) تجاه السراعا تخصر) اتحاء الجزع اماماً اسفل مع التصفيق بين الساقين	تمارين الذراعين الجزع
	***** ***** ***** *****	٢ شخص رسم خطان امام كل مجموع	٥٥ ٥٥	يقسم التلاميذ الى مجموعتين بحيث تقفان مقابلتين وكل منها في جانب من الساحة وتوضع شخصان داخل الساحة احدهما في جهة اليمينى والاخرى في الجهة اليسرى . ورسم خط امام كل مجموعة لاجوز	القسم الرئيسي لعبة (تبادل المراكز) لعبة رمى الكرة الى الزميل باليدين



	<p>كرة مطاطية</p> <p>كرة طائرة</p>	<p>٥٥</p>	<p>ان يتجاززه التلاميذ عند اداء اللعبة ، تبدأ بايعاز من المعلم ويقوم التلاميذ بتبادل المراكز</p> <p>يقسم التلاميذ الى مجموعتين بحيث تقابل كل منهما الأخرى والمسافة بينهما (٣) م ، وتخصص لكل لاعب كرة مطاطية صلبة واحدة ، يناول كل تلميذ الكرة باليدين من فوق الرأس عاليا نحو زميله الواقف امامه في الفرقة الثانية وهذا بدوره يعيدها رميا بنفس الطريقة ، تكرر اللعبة حسب الوقت المحدد.</p> <p>تكون كل مجموعة دائرة مناسبة ويقف داخلها تلميذان من المجموعة يطلق عليها (صبيان) ، يحاول التلاميذ الواقفون على محيط الدائرة مناوله الكرة فيما بينهم جاتبا واماماً عبر الدائرة بينما يحاول التلميذان الواقفان في الوسط (الصبيان) مسك الكرة أو مسها ، فإذا تمكن كل منهما من ذلك يبدل محله بمحل التلميذ الذي رمى الكرة آخر مرة . تستمر اللعبة حسب الوقت المحدد</p> <p>تكون كل مجموعة دائرة بقطر (٥)م ويجلس التلاميذ على محيطها بمسافة مناسبة بين الواحد والاخر للجلوس الطويل . يفتح الرجلين . يمسك احد التلاميذ كرة المطاطية أو كرة مطاطية ويعطيها للذي على التلميذ الذي على يمينه وهذا بدوره يعطيها الى التلميذ الاخر المجاور له وهكذا الى اخر تلميذ في المجموعة . تعاد اللعبة بتمرير الكرة بالاتجاه المعاكس وتستمر اللعبة حسب الوقت المحدد</p>	<p>لعبة (رمي الكرة) أو مسك (الكرة)</p> <p>لعبة (توير الكرة) بدائرة</p>
--	------------------------------------	-----------	--	--

التأكيد على الخروج بصورة منتظمة دون ان يعرقلوا بعضهم بعضا ، مع ترديد الشعار بصوت عال	***** + *****	د٥ د٣ د٢	اعطاء تمارين تهنئة لاجهزة ومفاصل الجسم - اعطاء الارشادات التربوية ، واعطاء التذرية الراجعة - انتهاء المدرس بنشيد مع التصفيق ثم الانصراف	القسم الختامي
--	---------------------	----------------	--	------------------