

## تأثير برنامج للبراعة الحركية على درجة أداء بعض الحركات الأساسية في الجمباز للصف الثالث الابتدائي

\* مريم أسعد عبده توفيق

– المقدمة ومشكلة البحث :

ما يحدث اليوم من تطوير في مجال التعليم من تغير اساليب التدريس واساليب العرض للماده العلميه باستخدام أحدث التقنيات التكنولوجيه الحديثه فى تصميم برامج التربيه الرياضيه والحركيه يجعلنا نسعى جدياً لتطوير ومواكبه التحديث والتغير الذى نراه فى المجتمعات المتقدمه معتمدين فى ذلك على مضاعفة جهودنا فى اتجاه التعليم والتغير وتطوير الابحاث العلميه والبحث العلمى والمراجع العلميه والا سوف نصبح اشبه بالعداء الذى يجرى فى ماراتون وشريط النهايه يتحرك امامه.

وفى هذا الصدد يُشير أمين الخولي، وجمال الدين الشافعي (٢٠٠٠م) إلى أن منهج التربية المدرسية بكافة أشكاله يقدم كم هائل من المهارات والخبرات المعرفية والبدنية والذي يجب انتقاء منه ما هو وثيق الصلة بهذه الخبرات والتي ترتبط بنضج الأطفال وتكامل شخصيتهم وتكيفهم نفسياً واجتماعياً واشتراكهم فى النشاط البدني يطلق كل طاقتهم نحو التنمية والنضج والاكتمال لأن هناك صلات وثيقة تحدث من خلال التربية البدنية والرياضة. (٦٧، ٦٦ : ٧)

اما عن الحركة فتذكر عفاف عثمان (٢٠٠٨م) فهي تساعد فى تنمية عقول الأطفال، فالحركة تلعب دورا اساسيا فى خلق الخلايا العصبية والتي هى اساس فى عملية التعلم ، كما تساعد الحركة فى تكوين فكرة جيدة عن انفسهم . حيث ان تحسين صورة الذات تكون نتيجة للعملية المخططة لاداء النشاط الحركى الناجح والتي من الممكن أن يشارك بشكل فعال التربية الحركية التى تقدم أثناء عملية التعلم . (١٣:١٠)

يرى عبدالحميد شرف (٢٠٠١م) ان التربية الحركية معنية أساسا بالفرد فى المراحل الأولى من حياته منذ ولادته حتى نهاية المرحلة الابتدائية، ويمكن القول ان التربية الحركية هى نوع من أنواع التربية الرياضية ولكن فى المراحل الأولى من عمر الفرد يطلق عليها تربية حركيه حيث تكون معنية بتنمية الحركات الأساسية للطفل والتعلم من خلالها. اى يمكن إتمام عملية التعليم والتعلم لمواد أخرى مع تطوير الحركة هذا على اعتبار أن الحركة تمثل شيئاً هاماً فى حياة الطفل بل ومحبية اليه وعن طريقها يمكن تعليم الطفل كل ما سبق من خلال ما يحب ، هذا وقد أكدت الكثير من الدراسات العلمية على أن التربية الحركية أصبحت واسعة الانتشار فى دول العالم المتحضر. (٤٠، ٣٩: ٨)

وقد أشار أحمد الهادى أن الذى يغفل أنشطة رياضة الجمباز فى برنامج التربية الرياضية، يكون قد فقد فرصة ذهبية فى مساعدة الطفل على النمو المتكامل فهي تعمل على نمو الصفات البدنية المختلفة كالتوافق، الرشاقة، المرونة، القوة، والتوازن. ومما يؤكد الكثير أيضاً أن أطفال المدرسة ينتظرون بحماس ولهفة للفترة التي يقضونها فى ممارسة أنشطة رياضة الجمباز لما تتضمنه من اختبارات للقدرات البدنية والحركية ومدى شمولها وتأثيرها داخل البرنامج، وذلك لا يكتسب فى أي مجال آخر فى برنامج التربية الرياضية، وأنشطة رياضة الجمباز تتميز بتأثيرها الفعال فى تنمية عناصر اللياقة البدنية وتطور المهارات الحركية المركبة والمهارات الحركية الأساسية (١٦\_١٤ : ١)

يذكر مساعد لعليانى(٢٠١٥م) وتفتقر البراعة في النشاط الرياضي بالأشكال العامة للقدرات التوافقية ويتضح ذلك في توافق الحركات الكبيرة، وعلى هذا ترتبط مستويات التوافق الدقيق في النشاط الرياضي دائما بمستويات توافق الحركات الكبيرة بل وتتوقف نتائج كل منها على الأخرى هذا وتتشابه مقاييس البراعة من حيث المبدأ مع مقاييس القدرات التوافقية العامة إذ من الممكن اتخاذ صعوبة التوافق والزمن اللازم للتكيف والتغيير والوقت اللازم لتعلم النشاط الحركي الدقيق كمقياس للبراعة كما أن البراعة الحركية إحدى القدرات الأساسية المهمة في الابداع الحركي إلا أننا نلمس بوضوح أن مناهج التربية الرياضية المتبعة في المدارس الابتدائية تعمل على تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وتطوير بعض الصفات البدنية دون أن تولي نصيباً كافياً لتنمية البراعة.(١٧:٣)

ومن خلال عمل الباحثة في مجال التدريس لاحظت احتياج الأطفال لتمرين وأسلوب جديد لتنمية المهارات الحركية لديهم فالأسلوب التقليدي الذي يعتمد على تلقي التلميذ للأوامر وممارسة التمارين الموجودة في الكتاب المدرسي الذي يتبع في التدريس لهذه المرحلة لا يساعد الأطفال على البراعة في أداء الحركات المطلوبة وياخذوا وقت طويل لتنمية الجانب المهاري ووقت ومجهود من المدرس ، ومن خلال اطلاع الباحث على الدراسات السابقة والمراجع العلمية وجدت ان هناك قلة في وضع برامج البراعة الحركية للأطفال.

#### ثانياً- هدف البحث :

التعرف على تأثير برنامج للبراعة الحركية على درجة أداء بعض الحركات الأساسية في الجمباز للصف الثالث الإبتدائي

#### ثالثاً- فروض البحث :

- ١- يوجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في درجة أداء بعض الحركات الأساسية في الجمباز لتلميذات الصف الثالث الإبتدائي لصالح القياس البعدي .
- ٢- يوجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في درجة أداء بعض الحركات الأساسية في الجمباز لتلميذات الصف الثالث الإبتدائي لصالح القياس البعدي.
- ٤- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في درجة أداء بعض الحركات الأساسية في الجمباز لتلميذات الصف الثالث لصالح المجموعة التجريبية.

#### رابعاً\_المصطلحات العلمية المستخدمة :

- البراعة الحركية

يعرفها أمين الخولي وآخرون (٢٠٠٤م) بأنها عبارة عن القدرات والقابليات المتعددة التي تنتج وتحرك الفرد بسهولة. أو هي الاستجابة الحركية غير المخططة بمعنى التحرك بدون تقرير معين أو تخطيط مسبق بحيث يترك الفرد بغتة لمواقف غير متوقعة أو هي القدرة على ممارسة العديد من الرياضات أو أداء العديد من المهارات الحركية المتنوعة.(٥:٧٦)

#### خامساً\_الدراسات العربية:

١- فيصل بن عوض (٢٠٠٧م) بعنوان مستويات البراعة الحركية لدى التلاميذ ضعاف البصر المكفوفين مقارنة بالمبصرين (٩\_١٥ سنة) بمدينة الرياض هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات عناصر البراعة الحركية لدى عينة من التلاميذ السعوديين الذكور ضعاف البصر والمكفوفين ومقارنتهم بالمبصرين سن (٩\_١٥ سنه) بمدينة الرياض إستخدم الباحث المنهج الوصفي قوامها ٩٠ تلميذا وكانت نتائجها وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات المجموعات الثلاث (ضعاف البصر، المكفوفين ،المبصرين) فى جميع عناصر البراعة الحركية قيد الدراسة حيث تفوق التلاميذ المبصرين على التلاميذ ضعاف البصر والمكفوفين فى إختبار سرعة الإستجابة وعدم وجود دالة إحصائياً بين مجموعة التلاميذ ضعاف البصر والمبصرين فإختبار توافق الطرف العلوى ، وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات بإختلاف الفئة العمرية فى عنصرى التوافق الثنائى بين جانبي الجسم ،والقدرة العضلية لصالح التلاميذ الأكبر سناً ،وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات الثلاث مجموعات الأصغر سناً لصالح التلاميذ المبصرين فى جميع اختبارات البراعة الحركية قيد البحث ، وجود علاقة إرتباطية تنبؤية دالة إحصائياً بين درجة الإعاقة البصرية بإفتراض عمر معين على مستوى الأداء لخمسة عناصر للبراعة الحركية قيد الدراسة. (١٢)

٢\_أحمد عبدالله (٢٠١٢) بعنوان تأثير برنامج للبراعة الحركية على المهارات الحركية الأساسية ومستوى الكفاءة الإدراكية الحركية للأطفال ما قبل المدرسة يهدف البحث إلى تصميم برنامج للبراعة الحركية\_المهارات الحركية الأساسية (المشى\_الجرى\_القفز\_الحجل\_رمى ولقف الكرة \_الركل\_درجة وإيقاف الكره\_المحاورة)لأطفال ما قبل المدرسة ، ومستوى الكفاءة الإدراكية الحركية من خلال (الوعى الحس\_حركى والتفكير الإبتكارى لأطفال ما قبل المدرسة إستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها ١٢٥ طفل مقسمة إلى مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية وكانت من أهم النتائج وجود فروق ذات دلالات إحصائية بين القياسين القبلىوالبعدى فى بعض المهارات الحركية قيد البحث لأطفال المجموعة الضابطة إلى تتبع النشاط الحركى الموجة وذلك خلال إختبارات العدو ٢٥ متر ورمى كرة الهوكى لأقصى مسافة والجرىبالزجزالجوالمشى ١٠ متر على عارضة وإختبار باس المعدل للتوازن الديناميكي. (٣)

٣\_أحمد شويقه(٢٠١٧م) تأثير بعض أنشطة البراعة الحركية على ديناميكية تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية لمبتدئى الجمباز ، تم اجراء تجربة البحث على المجتمع الكلي للدراسة وعدد (١٤) طفل بالطريقة العمدية والتي تمثل اطفال أكاديمية الجمباز بحضانة الباسل بدمياط الجديدة للمرحلة السنية من (٥-٦) سنوات وتم تطبيق البحث على عدد (١٠) اطفال واستخدم المنهج التجريبي وكانت اهم النتائج ان أنشطة البراعة الحركية لها تأثير ايجابي على تنمية المتغيرات البدنية أن استخدام اسلوب البراعة الحركية ساعد على تعلم المهارات الحركية اسرع واسهل لانها نثير الطفل لانتاج أفضلما لديه (٢)

٤\_كابيو (٢٠١٤) Capio دراسة بعنوان أسباب وجود علاقة ارتباطية بين الحركات الأساسية والأنشطة البدنية للأطفال ذو الإعاقة والاسوياء ، قوام كل منهما (٢٥) طفل، استخدم المنهج التجريبي وكانت أهم النتائج وجود تحسن لاطفال المجموعة التجريبية فى الحركات الأساسية قيد البحث (٢٣)

- منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية

-مجتمع وعينة البحث:

- مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث من تلميذات الصف الثالث بمدرسة ٢٥ يناير الابتدائية المشتركة بدمياط الجديدة للعام الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩، وقد تم اختيار تلميذات الصف الثالث للأسباب الآتية:

أ- مقرر الجباز ضمن المواد المقررة على الصف الثالث في الفصل الدراسي الأول.

ب- جميع تلميذات المجتمع يخضعون لخطة دراسية واحدة.

ج- تلميذات المجتمع من المبتدئين في الدراسة بالصف الثالث الذي يتضمن خطته مقرر الجباز.

- عينة البحث:

قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية وذلك بعد أن حصلت على موافقة الكلية والمدرسة والإدارة التعليمية لتطبيق البحث وإجراء القياسات عليهن، وقد بلغ عددهم ( ٣٠ ) تلميذة وتم تقسيمهم كما يلي:

أ-العينة الأساسية:

قوامها (٢٠) تلميذة تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية لكل مجموعة، قوام كل مجموعة (١٠) تلميذات، وقد تم اختيار العينة بحيث يكون كل أفراد العينة من تلميذات الصف الثالث بالمدرسة.

ب-العينة الاستطلاعية:

قوامها (١٠) تلميذات من مدرسة ٢٥ يناير الابتدائية وقد تم اختيار العينة بحيث يكون كل أفرادها من تلميذات الصف الثالث وقد روعي عند اختيار العينة ما يلي:

١- حالات الإعفاءات الطبية.

٢- حالات التشوهات القوامية.

- تجانس وتكافؤ العينة الأساسية:

تم إجراء التجانس والتكافؤ على عينة البحث الأساسية للمجموعتين الضابطة والتجريبية والبالغ عددهم (٢٠) تلميذة من تلميذات الصف الثالث الابتدائي بمدرسة ٢٥ يناير الابتدائية المشتركة في الفترة من يوم الأحد ٢٠١٨/١٠/٧م إلى الثلاثاء ٢٠١٨/١٠/٩م

وذلك لقياس كل من معدلات النمو، ومستوى الذكاء، الاختبارات البدنية، وكان ذلك كالاتي:

أ- معدلات النمو: عن طريق حساب متغيرات (السن - الطول - الوزن).

ب- مستوى الذكاء: عن طريق اختبار رسم الرجل مرفق (١)

ج- الاختبارات البدنية: استخدمت الباحثة إستمارة إستطلاع رأى الخبراء لتحديد أنسب الإختبارات البدنية التي

تقيس مهارات الجباز قيد البحث

جدول (١)

النسبة المئوية للاختبارات البدنية المختارة لقياس المتغيرات البدنية قيد البحث وفقاً لآراء السادة الخبراء

العناصر البدنية	الاختبار	نسبة الإتفاق
الرشاقة	اختبار الجري الزجاجي	٧٢.٧٢
التوازن	اختبار الوقوف على مشط القدم	٨١.٨١
المرونة	اختبار ثني الجذع من الوقوف	٩٠.٩٠
القدرة	اختبار الوثب العريض من الثبات	٧٢.٧٢
التوافق	اختبار الدوائر الرقمية	٧٢.٦٤
القوة العضلية	اختبار الجلوس من الرقود	٦٣.٦٣
السرعة	اختبار العدو ٢٥ م	٦٣.٦٣

من خلال جدول (١) قد أمكن تحديد أهم عناصر اللياقة البدنية وفقاً لاستطلاع رأي الخبراء، وارتضت الباحثة اختيار العناصر التي حصلت على نسبة أعلى ٦٠% فأكثر، وبذلك أصبحت العناصر البدنية المختارة هي ( الرشاقة وحصلت على نسبة موافقة ٧٢.٧٢ ، التوازن الثابت وقد حصل على نسبة موافقة ٨١.٨١ ، المرونة وقد حصل على نسبة موافقة ٩٠.٩٠ ، القدرة وحصلت على نسبة موافقة ٧٢.٧٢ ، التوافق وقد حصل على نسبة موافقة ٧٢.٧٢ ، القوة العضلية وحصلت على نسبة موافقة ٦٣.٦٣ ، السرعة وحصلت على نسبة موافقة ٦٣.٦٣).

– تجانس عينة البحث في معدلات النمو (السن، الطول، الوزن، ودرجة الذكاء) للصف الدراسي الثالث:

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لمتغيرات السن والطول

والوزن ودرجة الذكاء للمجموعتين الضابطة والتجريبية للصف الدراسي الثالث  $n_1 = n_2 = 10$

المجموعة التجريبية					المجموعة الضابطة					وحدة القياس	الإحصاء المتغيرات
التفطح	الالتواء	الوسيط	$\pm$ ع	س <sup>-</sup>	التفطح	الالتواء	الوسيط	$\pm$ ع	س <sup>-</sup>		
١.٥٩-	٠.٣٧-	٨.٠٤	٠.٠٢	٨.٠٣	١.٧٨-	٠.٠٠	٨.٠٣	٠.٠٢	٨.٠٣	سنة/شهر	السن
٠.٠٤	٠.٧٤-	١٣٢.٠٠	١.٥٢	١٣١.٩٠	٠.٨٩-	٠.٠٠	١٣١.٥٠	١.٥٨	١٣١.٥٠	سم	الطول
٠.٤٣-	٠.١٦-	٢٧.٠٠	١.٢٩	٢٦.٩٠	١.١٦-	٠.١٠	٢٧.٠٠	١.٤٢	٢٦.٧٠	كجم	الوزن
١.٧٩-	٠.١٩	١٠١.٠٠	٢.٩٢	١٠١.٩٨	١.٩٣-	٠.٢٩	١٠٠.٥٠	٣.٠٢	١٠١.٨٣	درجة	درجة الذكاء

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = (٠.٦٨٧)

الخطأ المعياري لمعامل التفطح = (١.٣٣)

يوضح جدول (٢) أن معامل الالتواء للسن والطول والوزن ودرجة الذكاء قد بلغ للمجموعة الضابطة على التوالي (٠.٠٠)، (٠.٠٠)، (٠.١٠)، (٠.٢٩)، وللمجموعة التجريبية (٠.٣٧-)، (٠.٧٤-)، (٠.٣٢-)، (٠.٧٧-)، كما بلغ معامل التفطح للمجموعة الضابطة على التوالي (١.٧٨-)، (٠.٨٩-)، (١.١٦-)، (١.٩٣-)، وللمجموعة التجريبية (١.٥٩-)، (٠.٠٤-)، (٠.٤٣-)، (١.٧٩-)، حيث بلغ الخطأ المعياري لمعامل الالتواء (٠.٦٨٧)، كما بلغ الخطأ المعياري لمعامل التفطح (١.٣٣)، وجميع قيم معامل الألتواء تقترب من (الصفر)، كما تنحصر جميع قيم معامل التفطح ما بين ما بين (٣±) مما يدل على تجانس عينة البحث في تلك المتغيرات.

- تجانس عينة البحث في الاختبارات البدنية للصف الدراسي الثالث :

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للأختبارات البدنية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للصف الدراسي الثالث ن<sub>١</sub> = ن<sub>٢</sub> = ١٠

المجموعة التجريبية					المجموعة الضابطة					الإحصاء المتغيرات
التفطح	الالتواء	الوسيط	ع±	س-	التفطح	الالتواء	الوسيط	ع±	س-	
١.٨٦	١.١٠-	٢.٠٠	١.١٧	١.٦٠	١.٢٨	٠.٧٦-	١.٥٠	١.١٧	١.٥٠	المرونة المسطرة.
٠.٤٢-	٠.٥٨-	١.١٧	٠.١٠	١.١٦	٠.٥٥	١.٠٤-	١.١٩	٠.١٠	١.١٧	التوازن الوقوف علي قدم واحدة.
٠.٦٧	٠.٣٦	٦.٨٥	٠.٤٦	٦.٨٣	١.٧١	٠.٦٣	٦.٨٥	٠.٤١	٦.٨٧	الرشاقة الجري الزجراجي.
١.٦٦	٠.٨٦-	٩١.٠٠	١.٧٥	٩٠.٨٠	٠.١٠-	٠.٦٣-	٩١.٠٠	١.٩٥	٩٠.٦٠	القدرة الوثب العريض.
١.٤٦-	٠.٠٤-	٦.٥٠	١.١٧	٦.٦٠	١.٠٣-	٠.٠٠	٦.٥٠	١.١٠	٦.٥٠	القوة العضلية البطن.
١.٥٦-	٠.٤٣-	٦.٦٧	٠.٥٥	٦.٥٩	١.٤٤-	٠.٦١-	٦.٨٠	٠.٥٦	٦.٥٩	السرعة العدو ٢٥.
١.٠٢-	٠.٤٧-	١٢.٦٦	٠.٨٦	١٢.٤٧	٠.٤٧-	٠.٤٣-	١٢.٦٦	٠.٧٥	١٢.٥٥	التوافق الدوائر الرقمية.

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = (٠.٦٨٧)

الخطأ المعياري لمعامل التفطح = (١.٣٣)

يوضح جدول (٣) أن معامل الالتواء للإختبارات البدنية للمجموعة الضابطة قد تراوحت بين (-١.٠٤)، (٠.٦٣) وللمجموعة التجريبية (١.١٠-)، (٠.٣٦)، كما تراوح معامل التفطح للمجموعة الضابطة بين (-١.٤٤)، (١.٧١)، وللمجموعة التجريبية (-١.٥٦)، (١.٨٦)، حيث بلغ الخطأ المعياري لمعامل الالتواء (٠.٦٨٧)، كما بلغ الخطأ المعياري لمعامل التفطح (١.٣٣)، وجميع قيم معامل الألتواء تقترب من (الصفري)، كما تنحصر جميع قيم معامل التفطح ما بين ما بين (±٣) مما يدل على تجانس عينة البحث في الأختبارات البدنية بالنسبة للصف الدراسي الثالث.

– تجانس عينة البحث في الأداء المهاري للصف الدراسي الثالث:

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لإختبارات

الأداء المهاري للمجموعتين الضابطة والتجريبية للصف الدراسي الثالث ن<sub>١</sub> = ن<sub>٢</sub> = ١٠

المجموعة التجريبية					المجموعة الضابطة					وحدة القياس	الإحصاء المتغيرات
التفطح	الالتواء	الوسيط	ع±	س-	التفطح	الالتواء	الوسيط	ع±	س-	القياس	الأداء المهاري
١.٠٣-	٠.٠٠	٦.٥٠	١.١٠	٦.٥٠	-	٠.٢٣-	٧.٠٠	٠.٩٥	٦.٧٠	درجة	

الخطأ المعياري لمعامل الالتواء = (٠.٦٨٧)

الخطأ المعياري لمعامل التفطح = (١.٣٣)

يوضح جدول (٤) أن معامل الالتواء لإختبارات الأداء المهاري للمجموعة الضابطة قد بلغت (٠.٢٣-) وللمجموعة التجريبية (٠.٠٠)، كما بلغ معامل التفطح للمجموعة الضابطة (-٠.٣٥)، وللمجموعة التجريبية (١.٠٣-)، حيث بلغ الخطأ المعياري لمعامل الالتواء (٠.٦٨٧)، كما بلغ الخطأ المعياري لمعامل التفطح (١.٣٣)، معامل الألتواء تقترب من (الصففر)، كما ينحصر معامل التفطح ما بين ما بين (٣±) مما يدل على تجانس عينة البحث في اختبارات الأداء المهاري بالنسبة للصف الدراسي الثالث.

– تكافؤ عينة الدراسة في معدلات النمو (السن، الطول، الوزن، ودرجة الذكاء) للصف الدراسي الثالث:

جدول (٥)

قيمة (ي) لاختبار مان ويتني Mann –Whitney test ومستوى الدلالة الإحصائية لمتغيرات السن

والطول والوزن ودرجة الذكاء للمجموعتين الضابطة والتجريبية للصف الدراسي الثالث ن<sub>١</sub> = ن<sub>٢</sub> = ١٠

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة (U)	متوسط الرتب		مجموع الرتب		عدد المجموعة		البيانات الإحصائية المتغيرات	م
		تجريبية	ضابطة	تجريبية	ضابطة	تجريبية	ضابطة		
٠.٥٣	٤٢.٠٠	١١.٣٠	٩.٧٠	١١٣.٠٠	٩٧.٠٠	١٠	١٠	السن	١
٠.٥٤	٤٢.٠٠	١١.٣٠	٩.٧٠	١١٣.٠٠	٩٧.٠٠	١٠	١٠	الطول	٢
٠.٧٥	٤٦.٠٠	١٠.٩٠	١٠.١٠	١٠٩.٠٠	١٠١.٠٠	١٠	١٠	الوزن	٣
٠.٨٢	٤٧.٠٠	١٠.٨٠	١٠.٢٠	١٠٨.٠٠	١٠٢.٠٠	١٠	١٠	درجة الذكاء	٤

يوضح جدول (٥) أن قيم مان ويتني بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات السن والطول والوزن قد تراوحت بين (٤٧.٠٠)،(٤٢.٠٠) بمستوى دلالة إحصائية تراوحت بين (٠.٨٢)،(٠.٥٣)، وتلك القيم جميعها أكبر من (٠,٠٥) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وتكافؤ المجموعتين في تلك المتغيرات.

– تكافؤ عينة الدراسة في الأختبارات البدنية للصف الدراسي الثالث:



جدول (٦)

قيمة (ي) لاختبار مان ويتني Mann –Whitney test ومستوى الدلالة الإحصائية للاختبارات

البدنية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للصف الدراسي الثالثن<sub>١</sub> = ن<sub>٢</sub> = ١٠

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة (U)	متوسط الرتب		مجموع الرتب		عدد المجموعة		المتغيرات
		تجريبية	ضابطة	تجريبية	ضابطة	تجريبية	ضابطة	
٠.٧٨	٤٦.٥٠	١٠.٨٥	١٠.١٥	١٠.٨.٥٠	١٠.١.٥٠	١٠	١٠	المرونة المسطرة.
٠.٧٣	٤٥.٥٠	١٠.٠٥	١٠.٩٥	١٠.٠.٥٠	١٠.٩.٥٠	١٠	١٠	التوازن الوقوف علي قدم واحدة.
٠.٨٨	٤٨.٠٠	١٠.٣٠	١٠.٧٠	١٠.٣.٠٠	١٠.٧.٠٠	١٠	١٠	الرشاقة الجري الزجاجي.
٠.٩١	٤٨.٥٠	١٠.٦٥	١٠.٣٥	١٠.٦.٥٠	١٠.٣.٥٠	١٠	١٠	القدرة الوثب العريض.
٠.٨٦	٤٧.٥٠	١٠.٧٥	١٠.٢٥	١٠.٧.٥٠	١٠.٢.٥٠	١٠	١٠	القوة العضلية البطن.
٠.٩٤	٤٩.٠٠	١٠.٤٠	١٠.٦٠	١٠.٤.٠٠	١٠.٦.٠٠	١٠	١٠	السرعة العدو ٢٥.
٠.٨٨	٤٨.٠٠	١٠.٣٠	١٠.٧٠	١٠.٣.٠٠	١٠.٧.٠٠	١٠	١٠	التوافق الدوائر الرقمية.

يوضح جدول (٦) أن قيم مان ويتني بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الأختبارات البدنية قد تراوحت بين (٤٩.٠٠)،(٤٦.٥٠) بمستوى دلالة إحصائية تراوحت بين (٠.٩٤)،(٠.٧٣)، وتلك القيم جميعها أكبر من (٠.٠٥) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وتكافؤ المجموعتين في الأختبارات البدنية.

– تكافؤ عينة الدراسة في الأداء المهاري للصف الدراسي الثالث:

جدول (٧)

قيمة (ي) لاختبار مان ويتني Mann-Whitney test ومستوى الدلالة الإحصائية لاختبارات

الأداء المهاري للمجموعتين الضابطة والتجريبية للصف الدراسي الأولن<sub>١</sub> = ن<sub>٢</sub> = ١٠

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة (U)	متوسط الرتب		مجموع الرتب		عدد المجموعة		لبيانات الإحصائية
		تجريبية	ضابطة	تجريبية	ضابطة	تجريبية	ضابطة	
٠.٦٧	٤٤.٥٠	٩.٩٥	١١.٠٥	٩٩.٥٠	١١٠.٥٠	١٠	١٠	الاداء المهاري

يوضح جدول (٧) أن قيم مان ويتني بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات الأداء المهاري قد بلغت (٤٤.٥٠)، بمستوى دلالة إحصائية بلغ (٠.٦٧)، وتلك القيمة أكبر من (٠.٠٥) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وتكافؤ المجموعتين في اختبارات الأداء المهاري.

- أدوات البحث ( أدوات جمع البيانات ) :

تضمنت أدوات جمع البيانات ما يلي :

- الأجهزة والأدوات :

قامت الباحثة أثناء إجراء هذا البحث باستخدام الأجهزة والأدوات الآتية:

أ- كاميرا محمول ٢٠ بيكسل *pixels20Phone camera* ب- ساعة إيقاف.

ج - جهاز الرستاميتير لقياس الطول. د- الميزان الطبي المعايير لقياس الوزن.

هـ - إستمارة جمع البيانات للاختبارات البدنية. مرفق (٥)

و- إستمارة جمع البيانات للمهارات المقررة الخاصة بالجمباز. مرفق (٦)

ز- مجموعة من الأدوات اللازمة لتنفيذ الاختبارات البدنية:

- ساعة إيقاف. - صفارة. - متر للقياس. - جير وطباشير. - شريط قياس. - أقماع

- الاختبارات :

أ- إختبار الذكاء

قامت الباحثة بإجراء إختبار رسم الرجل من إعداد جودانف فلورنس (مرفق ١)

من أهداف الإختبار:

١\_ قياس القدرة العقلية للمفحوص من سن ( ٣-١٥ )

٢\_ التعرف على السمات الشخصية للمفحوص من سن ( ٣-١٥ )

ب- الإختبارات البدنية الخاصة بمهارة الجمباز:

تم إختيار أنسب الإختبارات البدنية عن طريق استمارة استطلاع رأى للخبراء مرفق (٤) وعرضها على عدد من

الخبراء (٩) خبير مرفق (٣) لتحديد أهم الاختبارات التي تقيس والاختبارات البدنية، وشروط اختيار الخبراء :

١- عضو هيئة تدريس في الجمباز أو طرق التدريس.

٢- حكم درجة أولى جمباز.

٣- سبق وأن كان له رسائل في مجال الجمباز ماجستير أو دكتوراه.

ويتضح من مرفق (٥) أن أهم الاختبارات التي تقيس كل قدرة من القدرات البدنية الخاصة بالجمباز وهي:

- إختبار ثنى الجذع من الوقوف\_ المسطرة (المرونة)
- إختبار الوقوف على مشط القدم (التوازن)
- إختبار الجرى الزججى (الرشاقة)
- إختبار الوثب العريض من الثبات (القدرة)
- إختبار الجلوس من الرقود (القوة العضلية)
- إختبار العدو ٢٥ م (السرعة)
- إختبار الدوائر الرقمية (التوافق)
- الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بأجراء تلك الدراسة وذلك في يوم الخميس ٢٧/٩/٢٠١٨ وذلك بهدف إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات البدنية.

- حساب معامل الصدق:

- صدق التمايز:

ج- حساب صدق التمايز لعينة الصف الدراسي الثالث

جدول (٨)

إختبار مان ويتني Mann-Whitney Test لدلالة الفروق بين المجموعتين

المميزة وغير مميزة في الأختبارات البدنية للصف الثالث ن<sub>١</sub> = ١٠ = ن<sub>٢</sub>

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة (U)	متوسط الرتب		مجموع الرتب		عدد المجموعة		المتغيرات
		مميزة	غير مميزة	مميزة	غير مميزة	مميزة	غير مميزة	
٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	١٥.٥٠	٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٥٥.٠٠	١٠	١٠	المرونة المسطرة.
٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	١٥.٥٠	٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٥٥.٠٠	١٠	١٠	التوازن الوقوف علي قدم واحدة.
٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	٥.٥٠	١٥.٥٠	٥٥.٠٠	١٥٥.٠٠	١٠	١٠	الرشاقة الجري الزججى.
٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	١٥.٥٠	٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٥٥.٠٠	١٠	١٠	القدرة الوثب العريض.
٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	١٥.٥٠	٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٥٥.٠٠	١٠	١٠	القوة العضلية البطن.
٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	٥.٥٠	١٥.٥٠	٥٥.٠٠	١٥٥.٠٠	١٠	١٠	السرعة العدو ٢٥.
٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	٥.٥٠	١٥.٥٠	٥٥.٠٠	١٥٥.٠٠	١٠	١٠	التوافق الدوائر الرقمية.

يوضح جدول (٨) أن قيم مان ويتني في للمجموعتين المميّزة والغير مميّزة قد بلغت في الأختبارات البدنية (٠.٠٠٠)، ويمستوى دلالة إحصائية بلغت (٠.٠٠٠) لجميع الاختبارات، وجميعها أصغر من (٠.٠٥) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين المميّزة والغير مميّزة لصالح المجموعة المميّزة ذات متوسط الرتب الأفضل، مما يدل على ارتفاع معامل صدق هذه الاختبارات، ويتبين من ذلك أن الأختبارات البدنية (قيد البحث) اختبارات صادقة.

ج- حساب الثبات لعينة الصف الدراسي الثالث

جدول (٩)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لإختبارات

القدرات التوافقية للصف الدراسي الثالث = ١٠

معامل الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الإحصاء الاختبارات
	ع±	م	ع±	م	
**٠.٩٥	١.٤٣	٠.٥٠	١.٣٤	٠.٤٠	المرونة المسطرة.
**٠.٩٣	٠.٢٢	١.٢٤	٠.٢٢	١.٢٣	التوازن الوقوف علي قدم واحدة.
**٠.٩٤	٠.٥٥	٩.٥١	٠.٥٧	٩.٥٣	الرشاقة الجري الزجراجي.
**٠.٩٦	١.٧٦	٦٨.٣٠	١.٦٨	٦٨.٢٠	القدرة الوثب العريض.
**٠.٩٦	١.١٣	٣.٨٠	١.١٥	٣.٧٠	القوة العضلية البطن.
**٠.٨٥	٠.٣٧	٨.٤٦	٠.٤٩	٨.٥٧	السرعة العدو ٢٥.
**٠.٩٧	٠.٨٣	١٦.٣٢	٠.٨٣	١٦.٣٤	التوافق الدوائر الرقمية.

\* قيمة (ر) الجدولية = (٠.٦٤٣) داله عند مستوى (٠.٠٥).  
\*\* قيمة (ر) الجدولية = (٠.٨٣٣) داله عند مستوى (٠.٠١).

يتضح من جدول (٩) أن معامل الارتباط الدال على معامل الثبات للأختبارات البدنية (قيد البحث) قد تراوحت ما بين (٠.٨٥) و(٠.٩٧) وجميعها دال عند مستوى معنوي (٠.٠٥)، حيث أنها أكبر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠.٦٤٣)، مما يدل على ثبات الأختبارات البدنية (قيد البحث).

- مهارات الجمباز:

المهارات قيد البحث من ضمن المقرر المنهجي على تلميذات الصف الثالث الابتدائي

من ضمن مهارات المنهج المقرر:

١- مهارة الدرجة الخلفية ٢- مهارة الميزان ٣- مهارة القبة.

برنامج البراعة الحركية:

تم تطبيق البرنامج الخاص بالبراعة الحركية على درجة مستوى أداء بعض الحركات الأساسية في الجمباز أ -  
أسس وضع البرنامج : عند تصميم برنامج البراعة الحركية قامت الباحثة بمراعاة الأسس العلمية التالية:

- ١- أن تكون محتويات البرنامج مناسبة لخصائص نمو التلميذات في هذه المرحلة.
- ٢- أن تتماشى محتويات البرنامج مع ميول التلميذات ورغباتهم.
- ٣- أن تتميز محتويات البرنامج بالإثارة والتشويق والتنوع.
- ٤- التدرج بشكل صحيح في حركات التوازن والقفز وفي المهارات قيد البحث.
- ٥- التدرج في زيادة سرعة أداء الحركات وزيادة المسافة بين الأدوات والأجهزة.
- ٦- العمل على توفير عوامل الأمن والسلامة.
- ٧- مراعاة الفروق الفردية بين الأطفال.
- ٨- تطبيق مبدأ الخصوصية بتدريب الأطفال بتدريبات أشبه بالمهارات الأساسية.
- ٩- تطبيق مبدأ الراحة.
- ١٠- أن يتجنب البرنامج عمل مقارنات بين مستويات الأطفال حتى لا يحدث استجابات انفعالية سلبية كالقلق والتوتر والخوف.

ب- أغراض البرنامج:

يهدف برنامج البراعة الحركية إلى تحقيق الأغراض التالية:

- ١- تنمية حواس التلميذات المختلفة وتدريبها.
  - ٢- تنمية القدرة على التفكير الإبتكارى لدى التلميذات.
  - ٣- توسيع مدارك الأطفال وفهمهم.
  - ٤- إكساب التلميذات الخصائص الإجتماعية المرغوبة.
  - ٦- تنمية قدرات التلميذات المهارية والعقلية.
  - ٧- مساعدة التلميذات على إشباع حاجاتهن النفسية.
  - ٨- الاندماج والتعاون مع الجماعة.
  - ٩- تقدير الطفل للفراغ المحيط به أثناء الحركة.
- ج- الإطار الزمني العام لتنفيذ البرنامج:

قامت الباحثة بوضع الإطار الزمني العام لتنفيذ البرنامج من خلال دروس تعليمية خاصة بمهارات الجمباز قيد البحث وذلك بطريقة التعلم التعاوني باستخدام برنامج البراعة الحركية للمجموعة التجريبية واستخدام البرنامج التقليدي للمجموعة الضابطة بواقع درسين في كل اسبوع لمدة (٨) اسابيع وكل درس لمدة ساعة ونصف وتم التوزيع الزمني على لاجزاء الدرس التعليمي للمجموعة التجريبية كالتالي:

- أعمال إدارية.
- ٢- الإحماء.
- ٣- الإعداد البدني.
- ٤- الجزء الرئيسي (برنامج البراعة مع الزميل وبراعة الاتزان والبراعة الفردية والاتزان المقلوب والبراعة الفردية).
- ٥- الختام.
- د- محتوى البرنامج:

إشتمل برنامج البراعة الحركية على :

١\_ جزء تمهيدي ومدته (١٥) دقيقة الاعمال الادارية والاحماء والغرض الرئيس منة تهيئة واحماء اجزاء الجسم ، ويشمل على الحركات الاساسية كالجري والحجل والوثب في صورة العاب صغيرة جزعتمهيدي :ومدته (١٥) دقيقة

٢\_ الاعداد البدني ومدته (٢٠) دقيقة والهدف منه تنمية مكونات اللياقة البدنية والحركية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الاساسي وذلك للمرحلة السنية قيد البحث

٣\_ الجزء الرئيسي ومدته (٥٠) دقيقة ويشمل تمرينات توافقية مرتبطة بالاداءالمهاري للجمباز وتعليم المهارات قيد البحث عن طريق البراعات المختلفة من حركات تقليد الحيوانات والتشقلب والاتزان وحركات براعة الاتزان وحركات البراعة الفردية وحركات البراعة مع الزميل.

٤\_ الجزء الختامي : ومدته (٥) دقائق ويشمل مسابقات والعاب صغيرة وتمرينات تهدئة بالإضافة الى ارشادات صحية والهدف منها الرجوع بالجسم إلى حالته الطبيعية.

- القياس القبلي:

قامت الباحثة بأجراء القياس القبلي على عينة البحث للمجموعتين ( الضابطة والتجريبية ) وذلك في يوم الأحد ٢٠١٨/١٠/٧م.إلى الثلاثاء ٢٠١٨/١٠/٩م

- التجربة الأساسية:

قامت الباحثة بتطبيق التجربة وذلك باستخدام برنامج البراعة الحركية للمجموعة التجريبية ، وإستخدام الأسلوب التعليمي التقليدي على المجموعة الضابطة وتم تطبيق التجربة وذلك في الفترة من يوم الثلاثاء ٢٠١٨/١٠/١٤م إلى الثلاثاء ٢٠١٨/١٢/١١م بواقع حصة أسبوعيا ولمدة (٨) أسابيع.

- القياس البعدي:

تم إجراء القياسات البعدية لأفراد العينة في يوم الأحد ٢٠١٣/١٢/١١م ، وتم تصوير المتعلمات لقياس المستوى المهاري لهن ، واستخدام طريقة المحلفين ووفقاً للتعليمات الفنية للاتحاد المصري للجمباز عن طريق حكام معتمدين من الاتحاد المصري للجمباز واعطائهم نسخة من الفيديوهات المصورة

- المعالجات الإحصائية:

استخدمت الباحثة البرنامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية ( spss ) وفق ما يلي:

- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الالتواء  
- معامل التفلطح - مان وتني - معامل الارتباط

- عرض ومناقشة النتائج

أولاً- عرض ومناقشة الفرض الأول:

أ. الفرض الأول لعينة الصف الدراسي الثالث( المجموعة الضابطة):

جدول (١٠)

اختبار ويلكسون Wilcoxon Test لدلالة الفروق بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات الأداء المهاري للصف الدراسي الثالث،  $n = 10$

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة (Z)	متوسط الرتب		مجموع الرتب		عدد المجموعة		البيانات الإحصائية
		+	-	+	-	+	-	
٠.٠٠٠	-٢.٨٥	٥.٥٠	٠.٠٠٠	٥٥.٠٠٠	٠.٠٠٠	١٠	٠	الاداء المهاري

يوضح جدول (١٠) أن قيمة ( Z ) المحسوبة بتطبيق اختبار الإشارة لويلكسون لدلالة الفروق بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات الأداء المهاري (قيد البحث) قد بلغت (-٢.٨٥)، ومستوى دلالة إحصائية بلغ (٠.٠٠٠) وهي أصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٠٥)، ويعني ذلك أن الفروق بين القياسيين حقيقية ولصالح القياس البعدي.

يشير جدول (١٠) والخاص بتطبيق اختبار ويلكسون لدلالة الفروق بين القياسيين القبلي والبعدي في الأداء المهاري إلى أن هناك فروقاً بين القياسيين (القبلي والبعدي) وهذه الفروق حقيقية ولصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة.

وتعزو الباحثة سبب تفوق أفراد المجموعة الضابطة في درجة اختبار الأداء المهاري على أن التعليم التقليدي يعتمد على الثقافة التقليدية التي تركز على إنتاج المعرفة، فيكون المعلم هو أساس التعلم ويمثل دوره في نقل وشرح التمارين وإداء المهارات المختلفة، حيث يستقبل جميع الطلاب في نفس الزمان والمكان، من أهم إيجابياته التقاء المعلم والمتعلم وجهاً لوجه. وكما هو معلوم في وسائل الاتصال فهذه أقوى وسيلة للاتصال ونقل المعلومة بين شخصين. ففيها تجتمع الصورة والصوت بالمشاعر والأحاسيس.

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن التدريس بالطريقة التقليدية والتي تقوم على شرح الأداء الفني وأداء النموذج العملي ثم قيام التلميذات بتنفيذ الأوامر وتعليمات المدرس، والممارسة والتكرار للمهارات ثم تقديم التغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء من قبل (المعلم) ، وذلك في تدريس جزء المهارات التعليمية لتلميذات المجموعة الضابطة أثناء التجربة الأساسية، كل ذلك أثر إيجابياً على كفاءة الأداء المهاري في الجميز لديهن، كما أن تعود التلميذات على (الطريقة التقليدية) في تعلم المهارات الخاصة بالجميز قيد البحث وأيضاً تكرار الأداء والتدريبات المختلفة مما يجعلهم يؤدون مهارات الجميز بأفضل شكل ممكن ، حيث تتميز هذه الطريقة بأن المعلمة هنالتي تتخذ القرارات والسيطرة عليهن، وأن دور التلميذات هو تلقي للمعلومات وتقليد الأداء حسب النموذج الذي يقدم لهن ، ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كلاً من " على البنا (٢٠٠٢م) (١١) "توال شلتوت ومحسن حمص (٢٠٠٨م) (١٩) مروة حسن (٢٠١٠م) (١٦) وسيمة هزاع (٢٠١٦م) (٢٢) والتي أكدت نتائجهم إلى أن الطريقة التقليدية التي اعتمدت على الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي لها تأثير إيجابي على المستوى المهاري لأنشطة الجميز.

وبناء على ما سبق ترى الباحثة أن الفرض الأول قد تحقق والذي ينص على أنه:

" يوجد فروق دالة إحصائية بين القياسيين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء بعض الحركات الأساسية في الجميز لتلميذات الصف الثالث الابتدائي لصالح القياس البعدي".

ثانياً عرض ومناقشة الفرض الثاني :

ت- الفرض الثاني لعينة الصف الدراسي الثالث ( المجموعة التجريبية)

ث-

### جدول (١١)

اختبار ويلكسون Wilcoxon Test لدلالة الفروق بين القياسيين القبلي والبعدي

للمجموعة التجريبية في اختبارات الأداء المهاري للصف الدراسي الثالث،  $n = 10$

مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة (z)	متوسط الرتب		مجموع الرتب		عدد المجموعة		البيانات الإحصائية
		+	-	+	-	+	-	
٠.٠٠	٢.٨٤-	٥.٥٠	٠.٠٠	٥٥.٠٠	٠.٠٠	١٠	٠	الاداء المهاري

يوضح جدول (١١) أن قيمة ( Z ) المحسوبة بتطبيق اختبار الإشارة لويلكسون لدلالة الفروق بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات الأداء المهاري (قيد البحث) قد بلغت (٢.٨٤-)، وبمستوى دلالة إحصائية بلغ (٠.٠٠) وهي أصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥)، ويعنى ذلك أن الفروق بين القياسيين حقيقية ولصالح القياس البعدي.

ويتضح من الجدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسيين القبلي والبعدي باختبارات الاداء المهاري للمهارات الخاصة بالجمباز قيد البحث لتلميذات المجموعة التجريبية التي تتبع برنامج البراعة الحركية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

وتعزو الباحثة هذا إلى تطبيق برنامج البراعة الحركية لتنمية وتحسن مستوى درجة الحركات الاساسية فى الجمباز لتلميذات الصف الثالث الإبتدائى وإشتمال البرنامج على أداء التمرينات الخاصة بتقليد الحيوانات والبراعة الفردية وبراعة الإتزان وحركات البراعة مع الزميل والدحرجات وربطها بالجمباز، واتباع فى وضعها الأسس التعليمية والتربوية وذلك عن طريق مراعاة الخصائص العمرية والجسمانية لكل مرحلة . كما أنها أدت إلى تفاعل الأطفال ومشاركتهم وإقبالهم على برنامج أنشطة البراعة الحركية المتنوع وكذلك إرتباط هذه الأنشطة بميول وإستعدادات وقدرات الأطفال وما تمثله للأطفال من تحدياً مركباً ، بالإضافة إلى الجزء المهارى وما يشمله من تدريبات للمهارات الحركية الأساسية فى الجمباز قيد البحث، إلى جانب التحسن الإيجابى فى درجات المهارى لدى مبتدئ الجمباز .

ويتفق مع ما ذكره أحمد شويقة (٢٠١٧م) وأمين الخولى وأسامة راتب (٢٠٠٧م) من أن أنشطة البراعة الحركية تهيئ الطفل وتعدده إعداداً تربوياً لإكساب وإتقان المهارات الحركية الأساسية الخاصة بالأنشطة الرياضية المختلفة بالإضافة للعديد من القيم النفسية والإجتماعية كالثقة بالنفس والقيادة وأيضاً تكسبهم المتعة والتحدى . (٢:٩٩)، (٦: ٤٥٤-٤٢٩-٣٧١)

- الفرض الثالث لعينة الصف الدراسي الثالث (بعدي ضابطة، بعدي تجريبية)



جدول (١٢)

إختبار مان ويتني Mann-Whitney Test لدلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة

والتجريبية في القياس البعدي لإختبارات الأداء المهاري للصف الدراسي الثالثن<sub>١</sub> = ن<sub>٢</sub> = ١٠

المتغيرات	عدد المجموعة		مجموع الرتب		متوسط الرتب		قيمة (U)	مستوى الدلالة إحصائية
	ضابطة	تجريبية	ضابطة	تجريبية	ضابطة	تجريبية		
الاداء المهاري	١٠	١٠	٥٥٠.٠	١٥٥.٠	٥.٥٠	١٥.٥٠	٠.٠٠٠	٠.٠٠٠

يوضح جدول (١٢) أن قيم مان ويتني في القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية قد بلغت (٠,٠٠)، وبمستوى دلالة إحصائية (٠,٠٠) وهي أصغر من (٠,٠٥) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية ذات متوسط الرتب الأفضل. ويتضح من الجدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين البعدي للمجموعة التجريبية والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء المهارات الأساسية، لصالح البعدي للمجموعة التجريبية، وترى الباحثة أن هذا التحسن يرجع إلى المتغير التجريبي والذي يتمثل في برنامج البراعة الحركية المقترح والذي طبق على المجموعة التجريبية دون الضابطة، وذلك لأن البرنامج المقترح يشتمل على حركات طبيعية متنوعة تثير مشاعر وإنفعالات وحماس الأطفال مما يزيد فاعلية الدروس ودافعية التعلم .

كما يشير محمد شحاته (٢٠٠٣م) إلى أن برنامج البراعة الحركية يهدف إلى إكساب الأطفال المهارات بدون أدوات على شكل ألعاب توافقية لها طابع التحدي الفردي، كما يعد من البرامج التي تتحدى الطفل لينجز أنواعاً محددة من الحركات كما تشتمل على تغيير مقبول للنشاط الإستكشافي والإبتكاري . (١٣:٨٩)

كما أن فاعلية برنامج البراعة الحركية من خلال مجموعة متنوعة من الألعاب التمهيدية والحركات التمثيلية وهي حركات البراعة الفردية والبراعة مع زميل ومما أثر بشكل مباشر على جذب الأطفال للأنشطة التي تلبي إحتياجاتهم ورغباتهم مما يتماشى مع قدراتهم الحركية

ويذكر أمين راتب وأسامة الخولى (٢٠٠٧م) ان برامج البراعة الحركية هالتمهدالطبيعيوالمنطقي لتعلم المهارات الخاصة بالأنشطة الرياضية المختلفة، ويتعرض الصف الأول الدراسي للبراعات المختلفة مثل حركات تقليد الحيوانات والتشقلب والإتزان وحركات براعة الإتزان وحركات البراعة الفردية وحركات البراعة مع الزميل (٦-٣٧١) ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كلا من وائل سلامة (٢٠٠٠م) (٢١)، وأدور ألفونس (٢٠٠٣م) (٤)، فيصل بن عوض (٢٠٠٧م) (١٢)، هالة فايز (٢٠٠٥م) (٢٠) على أن برامج البراعة الحركية والتربية الحركية ذات تأثير إيجابي وفعال على تحسين مستوى المهارات الحركية الأساسية بشكل يجعل من الأنشطة الحركية المتعة بالبرامج المدرسية وإلى قد تكون في صورة موجهة .

## - الاستخلاصات والتوصيات

### - الاستخلاصات

فى ضوء مناقشة النتائج توصلت الباحثة إلى الاستخلاصات الآتية:

- ١- أنشطة البراعة الحركية لها تأثير إيجابى على تحسن مستوى أداء الحركات الاساسية فى الجمباز لتلاميذ الصف الأول الإبتدائى
- ٢- إستخدام أسلوب البراعة الحركية ساعد على تعلم المهارات الحركية أسرع وأسهل لأنها تثير الطفل لإنتاج أفضل مادية .
- ٣- البرنامج المقترح بإستخدام أنشطة البراعة الحركية أدى إلى إرتفاع نسب تحسن الصفات البدنية وأداء الحركات الأساسية فى الجمباز قيد البحث بين القياسين البعدى والقبلى للمجموعة التجريبية .
- ٤- أظهرت النتائج أن البرنامج المطبق على أفراد العينة أثر إيجابياً على تنمية القدرات التوافقية
- ٥- أظهرت النتائج أن البرنامج المطبق على أفراد العينة أثر إيجابياً على رفع مستوى الأداء المهارى لدى التلميذات

### ثانياً التوصيات:

- بناء على نتائج البحث والإستنتاجاتالى توصلت لها الباحثة وفى حدود العينة قيد البحث أستطاعت التوصل إلى مجموعة من النتائج:
- ١- إعتاد أسلوب أنشطة البراعة الحركية كأسلوب أساسفى تعليم وتدريب المهارات الأساسية فى الجمباز لأطفال ٦\_٥ سنوات
  - ٢- يجب الإهتمام بتدريب القدرات التوافقية فى المراحل السنوية المختلفة وإدراجها ضمن برامج إعداد الناشئين فى ضوء ما توصلت إليه الباحثة من نتائج و استنتاجات فإنه يمكن الإشارة إلى التوصيات التالية:
    - ١- توصى الباحثة باستخدام أنشطة البراعة الحركية كمنشأط أساسى فى تعليم مهارات الجمباز .
    - ٢- إجراء بحوث مشابهة على التدريس القائم على أنشطة البراعة الحركية وربطها مع العديد من المتغيرات والمهارات فى الجمباز والعباب اخرى.
    - ٣- استخدام برنامج البراعة الحركية بما يتناسب مع احتياجات ورغبات الأطفال وتنمية قدرتهم على المشاركة فى العملية التعليمية

## المراجع

- ١\_ أحمد الهاديوسف :قراءات موجهه فى تدريب الجمباز
- ٢\_أحمد محمد شويقة : (٢٠١٧م) ،تأثير بعض أنشطة البراعة الحركية على ديناميكية تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية لمبتدئ الجمباز ،مجلة تطبيقات وعلوم الرياضة ،كلية التربية الرياضية جامعة دمياط .
- ٣\_أحمد محمد عبدالله: (٢٠١٢م) ، تأثير برنامج للبراعة الحركية على مالمهارت الحركية الأساسية ومستوى الكفاءة الإدراكية الحركية للأطفال ما قبل المدرسة ،مجلة دار المنظومة،العدد ٤١
- ٤\_أدور ألفونس زغلول: (٢٠٠٣م) تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على مستوى الكفاءة الإدراكية الحركية للأطفال ما قبلالمدرسة ،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الزقازيق
- ٥\_أمين انور الخولى واخرون:(٢٠٠٤م)دائرة معارف الرياضة وعلوم التربيه، دار الفكر العربى،القاهرة
- ٦\_أمين أنور الخولى، وأسامة كامل راتب: (٢٠٠٧م)، نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال، دار الفكر العربى، القاهرة
- ٧\_أمين أنور الخولى، وجمال الدين الشافعي: (٢٠٠٠م)، مناهج التربية البدنية المعاصرة، دار الفكر العربى، القاهرة
- ٨\_عبد الحميد غريب شرف: (٢٠٠١م)، التربية الرياضية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٩\_عبدالرؤف كامل الهجرسى وهدايات لحمد حسنين : (٢٠٠٨م) ،قواعد التدريب فى رياضة الجمباز الفنى
- ١٠\_عفاف عثمان عثمان: (٢٠٠٨م)، الاتجاهات الحديثة فى التربية الحركية، دار الوفاء، الاسكندرية.
- ١١\_على البنا : (٢٠٠٢م) " اتجاهات معاصرة فى طرق تدريس الجمباز " ، مركز الكتاب للنشر،القاهرة.
- ١٢\_فيصل بن عوض : (٢٠٠٧م) ،مستويات البراعة الحركية لدى التلاميذ ضعاف البصر المكفوفين مقارنة بالمبصرين (٩\_١٥)سنوات ،بحث منشور مجلة تطبيقات العلوم الرياضية ، بمدينة الرياض
- ١٣\_محمد ابراهيم شحاته: (٢٠٠٣م)أسس تعليم الجمباز ،ط١، دار الفكر العربى .كلية التربية الرياضية بنين جامعة الإسكندرية
- ١٤\_محمد السيد خليل واحمد عبد العظيم عبدالله:(٢٠٠٣م) التربية الحركية النظرية والتطبيق ط٣،مطبعة الامل للاوفست ،المنصوره
- ١٥\_محمد صبحي حسانين : (٢٠٠١م) ، " القياس والتفوييم فى التربية البدنية الرياضية " ، الجزء الأول ، دار الفكر العربى ، القاهرة.
- ١٦\_ مروة مدحت حسن : (٢٠١٠م) ، " برنامج تدريبي نوعى وتأثيره على بعض العناصر البدنية ومستوى أداء السلسلة الحركية الخلفية الإيجابية على جهاز الحركات الأرضية للاعبات الجمباز تحت (١٠) سنوات " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنى سويف.
- ١٧\_مساعد بن ناصر العليانى (٢٠١٥م) : دراسة العلاقة بين البراعة الحركية ومؤشر كتلة الجسم للأطفال السعوديين من سن ٦-٨ سنوات. مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية-مصر، ١٤٤ بحث منشور
- ١٨\_ميرفت فريد عثمان : (٢٠٠١م) تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية لتنمية القدرات الحركية الإدراكية لتلاميذ الصف الثانىالإبتدائى ،رسالة دكتوراة ،كلية التربية الرياضية للبنات،جامعة حلوان

١٩\_ نوال إبراهيم شلتوت ، محسن محمد حمص (٢٠٠٨م) ، " طرق أساليب التدريس فى التربية البدنية والرياضية ، دار الوفاء،الإسكندرية.

٢٠\_ هالة فايز محمد حسن:(٢٠٠٥م) تأثير برنامج للطلاقة الحركية على تنمية وتطوير اللياقة البدنية لتلاميذ

الصف الخامس الإبتدائى، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنات،جامعة حلوان

٢١\_ وائل سلامة مصطفى:(٢٠٠٠م) تأثير برنامج تربية حركية على بعض المهارات الاساسية وعناصر

الادراك الحركى لتلاميذ الصف الاول بمرحلة التعليم الاساسى، رسالة ماجستير ،كلية التربية البدنية، جامعه

الفتاح ،طرابلس

٢٢\_ وسمية ناصر مطلق هزاع الحمد:(٢٠١٦م) "تأثير برنامج للتمرينات بأسلوب حل المشكلات على عناصر

اللياقة الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٦-٩) سنوات بدولة الكويت"،رسالة ماجستير ،كلية التربية

الرياضية للبنين والبنات،جامعة بورسعيد

23\_

CapioC , Cindy H.P. Sit , Kathlyne F. Eguia, Bruce Abernethy, Richard activity inphysicalS.W. Masters., Fundamental movement skills training to promote and Health Science (2014) , Journal of Sport children with and without disability: Apilot study

## مستخلص البحث

# تأثير برنامج للبراعة الحركية على درجة أداء بعض الحركات الأساسية في الجمباز للفئة الثالث الابتدائي

\* مريم أسعد عبده توفيق

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج للبراعة الحركية على درجة أداء بعض الحركات الأساسية في الجمباز للفئة الثالث الابتدائي، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وبلغ عددهم ( ٣٠ ) تلميذة، إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، أظهرت النتائج أن البرنامج المطبق على أفراد العينة أثر إيجابياً على رفع مستوى الأداء المهاري لدى التلميذات.

الكلمات المفتاحية : البراعة الحركية

## **Abstract**

### **Effect of the motor proficiency program on performance degree of some basic skills performance in gymnastics for primary third grade**

**\*Maryam ass'ad Abdu Tawfik**

**This research aims to identify the impact of motor proficiency programme for a performance of some of basic skills in gymnastics for primary third grade, sample search by who chosen random purposive method ( n =30 ) pupils, the researcher used experimental method of experimental design to two groups, control and experimental, the results showed that the program applied on the sample has positive effect on development of skilful performance of female pupils**

**Key words: Motor proficiency**