

الانتباه المستقيم وعلاقته بالتوقع الحركي في استقبال الكرة لدى لاعبي تنس الطاولة

أحمد حسن راضي

سيف محمد جاسم

بأشراف د. أحمد علاوي

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث

ان الثروة البشرية هي الثروة الحقيقية لاي مجتمع من المجتمعات ويعد الاطفال على راس تلك الثروة في مواجهة تحديات العصر الحديث ، ولما كانت الطفولة هي عماد المستقبل وان العناية بالاطفال في المرحلة العمرية الاولى هي القاعدة التي تقوم عليها نشاتهم السليمة في مراحل نموهم التالية ، كذا يجي الاهتمام بهذه المرحلة وعدم اهمالها والعمل على الاستفادة منها من خلال استثمار طاقات الافراد وتوجيههم الوجهة التربوية السليمة(المفتي،١٠،٢٠٠٥). ويعد اللعب عمليات ديناميكية تعبر عن حاجات الفرد الى الاستمتاع والسرور واشباع الميل العصري للنشاط ، ويؤكد (فرج ، ١٩٨٧) بان اللعب يعد من اشجع الوسائل التربوية اذ انه اسلوب الطبيعة في مرحلة الطفولة المبكرة ذات الحاجة الملحة الحركة (فرج ، ١٩٨٧ ، ١٩) .

وتعد الدراسة الابتدائية ميدانا خصبا لتعليم انماط مختلفة من الانشطة الاستكشافية حيث انها القاعدة الاساسية لتعليم الحركات المختلفة ، وكما يعد درس التربية الرياضية في المدارس الابتدائية من المجالات المهمة في تقديم الانشطة الرياضية المختلفة للاطفال اذ تتقدم الحركة شكل اساسية في عملية التعلم ويمكن ان تقدم هذه الحركة على شكل العاب تنافسية حركية وتؤكد (العنبتاوي والغرة ، ٢٠٠٠) على ان احدي الاهداف الاساسية لدرس التربية الرياضية تتمثل في توفير وسائل ودعائم النمو المتكامل للطفل من حيث النواحي البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية والاستكشافية حيث تستخدم الحركة كوسيلة اساسية في العملية التربوية (العنبتاوي والغرة ، ٢٠٠٠ ، ٧٥) .

تعد الانشطة الاستكشافية التي تهتم بها درس التربية الرياضية هي الانشطة الاكثر ممارسة من قبل الاطفال لان من خلالها تتاح الفرصة للاطفال لممارسة تجريب الواجبي الحركي الموكل اليهم ، حيث يؤكد (الحياني والرومي ، ٢٠٠٢) بان الانتباه المستقيمتيح الفرصة للاطفال لمحاولة تجريب الواجبي الحركي الموكل اليهم في بيئة ذاتية تفاعلية مبنية على حرية الحركة كما يتمكن الطفل من معرفة معطيات كل حركة يقوم بادائها (الحياني والرومي ، ٢٠٠٢ ، ٧٣) .

وتعد الانتباه المستقيمنشاط تقليص استكشافي في موجة قائم على حرية الحركة حيث تقدم المادة التعليمية على شكل مشكلة حركية ويقوم التلميذ بتجربة الحلول الحركية لمرات متعددة الى ان يصل

الى الحل الافضل ، وهو مصطلح يعبر عن الاستكشاف الحركي والذي يعني ذلك الموقف التعليمي الذي يتطلب من المتعلم ان يكتشف المكون الاساسي لموضوع التعلم قبل ان يستوعبه في بنيته المصرفية (الخولي وراتب ، ١٩٨٢ ، ٦١) .

وتعد اللياقة الحركية جزء من اللياقة الشاملة للفرد وتهدف الى تنمية الفرد تنمية شاملة وبشكل خاص تنمية القدرات الحركية لدى الفرد ويضيف (محجوب ، ١٩٨٩) بان الانسان يكتسب القدرات الحركية مع خلال تفاعله مع المحيط او تكون موجودة مثل الرشاقة والمرونة والتوازن والمهارة ، أي ان قدراته على الحركة تاتي وتتطور عن طريق التمرين ، وسميت بالقدرات لانها قدرة للحركة الانسانية التي تؤدي من قبل الكائن الحي وخاصة بالمستويات العالية (محجوب ، ١٩٨٩ ، ٨٥) .

وانطلاقا من هذه الحقائق برزت اهمية البحث في عدم وجود برنامج بالانتباه المستقيمتعنى بتلاميذ المرحلة الابتدائية مما دفع الباحث الى اعداد برنامج بالانتباه المستقيموالتي تهدف الى تعليم التلميذات أنشطة متنوعة قائمة على كشف المجهول بانفسهن من خلال اعطائهن الحرية الكاملة لحل المشكلة الحركية المقدمة اليهن في اللعبة وتهدف بشكل خاص الى تنمية اللياقة الحركية لدى تلميذات الصف الاول الابتدائي .

٢-١ مشكلة البحث

يعد النشاط الرياضي لتلاميذ المرحلة الابتدائية وسيلة مهمة لتحقيق النمو المتترب للطفل وخاصة ان مرحلة الطفولة المبكرة هي مرحلة تكوين واعداد نغرس فيها مقومات شخصية الطفل المستقبلية .

وتعد المرحلة الابتدائية من المؤسسات التربوية التي يربى 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 الى الاسراع في عملية التعلم الحركي من خلال تطوير القدرات الحركية المتمثلة باللياقة الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، ونظرا لقلّة الدراسات في البيئة العراقية على اللياقة الحركية وخاصة لتلاميذ المرحلة الاولى الابتدائية لذا جاءت هذه الدراسة كمحاولة متواضعة تهدف الى اعداد برنامج بالانتباه المستقيموالتي تنمي اللياقة الحركية لدى تلميذات الصف الاول الابتدائي .

٣-١ هدفا البحث

- ١- الكشف عن اثر برنامج مقترح بالانتباه المستقيم في تنمية اللياقة الحركية لدى تلميذات الصف الاول الابتدائي .
- ٢- المقارنة بين اثر برنامجي (الانتباه المستقيمالمقترح) (ودرس التربية الرياضية التقليدي) في تنمية اللياقة الحركية لدى تلميذات الصف الاول الابتدائي .

٤-١ فرضا البحث

- ١- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختيار البعدي كي تتميز اللياقة الحركية لكل من برنامجي الانتباه المستقيمالمقترح ودرس التربية الرياضية التقليدي لدى تلميذات الصف الاول الابتدائي .
- ٢- وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين برنامجي (الانتباه المستقيمالمقترح) و (درس التربية الرياضية التقليدي) في تنمية اللياقة الحركية لتلميذات الصف الاول الابتدائي ولمصلحة البرنامج المقترح .

٥-١ مجالات البحث

- ١-٥-١ المجال البشري : تلميذات الصف الاول الابتدائي في مدرسة المناهل الابتدائية.
- ٢-٥-١ المجال الزمني : الفترة من ١ / ١٢ / ٢٠١٧ ولغاية ٤ / ١٥ / ٢٠١٨ .
- ٣-٥-١ المجال المكاني : الساحة الرياضية لمدرسة المناهل الابتدائية في محافظة الديوانية .

٦-١ تحديد المصطلحات

١-٦-١ الانتباه المستقيم:

عرفتها (المفتي ، ٢٠٠٥) بانها نشاط تعليمي قائم على حرية الحركة وذلك من خلال تقديم خبرات حركية معدة بالاساليب الاستكشافية حيث يقوم التلميذ بتجربة الحلول الحركية لمرارة متعددة الى ان يصل الى الافضل ، كما ان المشكلة الحركية التي تقدم الى التلميذ تساعده في اعادة تنظيم المعلومات المخزونة لديه وترتيبها وتمثلها ودمجها في بيته المصرفية (المفتي ، ٢٠٠٥ ، ١٥) .

٢-٦-١ اللياقة الحركية

عرفها (راتب ، ١٩٩٩) بأنها مدى كفاءة الطفل في اداء المهارات الحركية الاساسية والمهارات المرتبطة بنشاط رياضي معين وتتضمن مكوناته (السرعة ، القدرة العضلية ، التوافق ، الرشاقة ، التوازن) (راتب ، ١٩٩٩ ، ٢٨١) .

٢- الإطار النظري والدراسات الشائعة

٢-١ الإطار النظري

٢-١-١ مفهوم الانتباه المستقيم

تعد الانتباه المستقيم طريقة للتعلم بحيث يضع المعلم من خلالها عدد من التحديات التي تمكن الاطفال من التحرك بحرية في مواقف التعلم من خلال مرجعيات كفاءة وعناصر الحركة (المفتي ، ٢٠٠٠ ، ٦٤ أ) .

ويتفق (صالح وآخرون ، ١٩٩١) ، (مدكور ، ١٩٩٨) بان التعليم باستخدام هذه الطريقة يساعد المتعلم على كشف المعلومات بنفسه فالبحث والتنقيب يشير جزء كبير من النشاط الفعلي ، لان التنقيب والبحث حالة ايجابية يكون عندها العقل في اقصى درجات نشاطه وكلما كان المتعلم نشطا ومنتبها كلما امكنه الحصول على المعلومات الكاملة وتثبيتها في ذهنه بدقة (صالح وآخرون ، ١٩٩١ ، ٢٧٣) ، (مدكور ، ١٩٩٨ ، ١٥١) .

وان اسلوب التعلم المستخدمة في الانتباه المستقيم في هذه الدراسات هو الاسلوب الاستكشافي الموجه ، والذي يعني (التعلم القائم على بعض المساعدة من جانب المعلم للتلميذ، فالمتعلم هو الذي يقوم بالدور الاساسي في عملية تعلمه ، اما دور المتعلم فيتحدد في توجيه المتعلم وتحفيزه على القيام بعملية الاستكشاف (ابراهيم ، ١٩٩٣ ، ٦١) .

٢-١-٢ مفهوم اللياقة الحركية

يستخدم مصطلح اللياقة الحركية عادة للدلالة على مدى كفاءة الطفل في اداء المهارات الحركية الاساسية والمهارات المرتبطة بنشاط رياضي معين وتتضمن مكوناتها (السرعة والقوة العضلية والتوافق والرشاقة والتوازن) ويضيف (راتب، ١٩٩٩) بان هناك علاقة متداخلة بين كل من قدرات اللياقة الحركية وقدرات اللياقة البدنية من جهة وبين قدرات الطفل على اكتساب المهارات الحركية من جهة اخرى ، بحيث اذا تحسن مستوى الطفل في نوع معين من القدرات ينعكس تأثيره على القدرات الاخرى، بمعنى اخر اذا 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 سلبا على كفاءته ولياقته الحركية (راتب، ١٩٩٩ ، ٢٨١) . كما يؤكد (الديري، ١٩٩٩) بان اللياقة الحركية والبدنية لهما صلة ببعضهما البعض ، لان لهما هدف رئيس في خدمة برامج اللياقة

البدينية الموجهة نحو نمو الطفل نمواً متزناً لمواجهة متطلبات الحياة اليومية وانشطة الطفل الحركية في المدرسة او في وقت الفراغ(الديري،١٩٩٩،٢٠٢)

٢-٢ الدراسات السابقة

١-٢-٢ دراسة (الحياني والرومي ، ٢٠٠٢)

" اثربرنامج مقترح للاستكشاف الحركي في بعض متقيدات النمو الحركي لأطفال ما قبل المدرسة " هدفت الدراسة إلى الكشف عن اثر برنامج مقترح في الاستكشاف الحركي في بعض متقيدات النمو الحركي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة بعمر (٤-٥) سنوات وكذلك الكشف عن الفروق في بعض متقيدات النمو الحركي بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة ، واستخدام المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من (٤٨) طفلاً وطفلة قسموا الى مجموعتين متساويتين بالعدد وتم استخدام الاختبارات الاتية كاداة للبحث (ركض ٢٠ من الوضع الطائر ، الوثب للامام من الثبات ، رمي كرة التنس لايعد مسافة ، الرجل بالرجل اليمنى ، والرجل بالرجل اليسرى) ، واستخدام (الوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، واختيار (ت) للعينتين المرتبطتين الغير متساويتين بالعدد ، ومعامل الارتباط البسيط) كوسائل احصائية ، وتوصلت الدراسة الى الاستنتاجات الاتية :

- ١- ان استخدام البرنامج المقترح له اثر ايجابي على متغيرات النمو الحركي .
- ٢- وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغيرات النمو الحركي بين مجموعتي البحث في الاختيار القبلي والبعدى لمصلحة الاختيار البعدى .

٢-٢-٢ دراسة (الربضي والصمادي ، ١٩٩٣)

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

هدفت الدراسة الى قياس فاعلية برنامج تدريب حركي في تطور القدرات الحركية لاطفال الروضة ممن تتراوح اعمارهم ما بين (٥-٦) سنوات . واستخدام الباحثان المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من (٥٤) طفلاً منهم (٣٢) طفلاً من الذكور (٢٢) طفلة من الاناث تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة بواقع (٢٧) طفلاً لكل مجموعة بواقع (١٦) ذكر و(١١) انثى . وتم اخضاع المجموعة التجريبية الى البرنامج الحركي لمدة (٨) اسابيع بمعدل (٥) مرات اسبوعياً وبمعدل (٢٠) دقيقة في اليوم ، اما المجموعة الضابطة تطبق عليها البرنامج التقليدي ، وتكونت اختبارات القدرات الحركية من خمسة اختبارات هي (ثني الذراعين من الانبطاح الوثب الطويل من الثبات ، الجلوس من الرقود ، الركض (٣٠) م ، الرشاقة) ، واستخدم الباحثان تحليل التباين المشترك لمتوسطات المجموعتين اسلوباً احصائياً ، وتوصلت الدراسة الى الاستنتاج الاتي :

توجد فروق ذات دلالة معنوية في الدرجات البعدية المعدلة على جميع الاختبارات ولمصلحة المجموعة التجريبية .

٣- إجراءات البحث

٣-١ منهج البحث :

تم استخدام المنهج التجريبي لملائمة وطبيعية البحث .

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من التلميذات المستمرات بالدوام بمدرسة المناهل الابتدائية والمسجلات للعام الدراسي ٢٠٠٦-٢٠٠٧ ممن تتراوح اعمارهن ما بين (٦-٧) سنوات ، وتم اختيار هذه المدرسة بصورة عمدية من بين مجموعة من المدارس الابتدائية في محافظة نينوى لعدة ضوابط اعتمدها الباحث :

- توفر الادوات المتنوعة اضافة الى الادوات التي وفرها الباحث.
- وجود ساحة رياضية واسعة في المدرسة .
- تعاون ادارة المدرسة مع الباحث.

وقد بلغ مجتمع البحث (٦٠) تلميذة بواقع (٣) شعب دراسية وتم استبعاد مجموعة من التلميذات من مجتمع البحث والبالغ عددهم (٢٠) تلميذة للأسباب الآتية :

- تنفيذ التجارب الاستطلاعية لاختبارات اللياقة الحركية عليهن .
- تنفيذ وحدة تعليمية من البرنامج المقترح عليهن .
- التلميذات الراسبات .

وعليه بلغ عدد افراد عينة البحث (٤٠) تلميذة وتم تقسيمهن الى مجموعتين متساويتين بالعدد اذ تمارس المجموعة الاولى البرنامج المقترح بالانتباه المستقيم بينما تمارس المجموعة الثانية درس التربية الرياضية التقليدي .

٣-٣ تكافؤ مجموعتي البحث

تحت عملية التكافؤ بين مجموعتين البحث في المتغيرات ذات العلاقة بالبحث :

- ١- العمر الزمني مقاسا بالشهر .
- ٢- الوزن مقاسا بالكيلو غرام .
- ٣- الطول مقاسا بالسنتيمتر .
- ٤- اختيارات اللياقة الحركية .

وكما موضح في الجدول (١)

قيمة ت المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المتغيرات
	ع	س	ع	س	
0.417	0.28	77.34	0.31	77.21	العمر الزمني/شهر
1.51	2.62	23.82	3.10	24.41	الكتلة/كغم
0.97	4.95	118.71	5.92	119.12	الطول/سم

قيمة (ت) الجدولية عند به خطأ $> (0,05)$ وإمام درجة مئوية (38) = (2.02) .

يتضح من الجدول (١) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين تلميذات مجموعتي البحث في متغيرات (العمر-الكتلة-الطول).

٣-٤ التصميم التجريبي

تم استخدام التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم المجموعات المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدي ويمكن تمثيل هذا التصميم على النحو الآتي :

المجموعة التجريبية الاختبار القبلي + المتغير المستقل + الاختبار البعدي
المجموعة الضابطة الاختبار القبلي + الاختبار البعدي

(الزويبي والغنام، ١٩٨١، ١٠٢)

الشكل (١)

يوضح التصميم التجريبي لمجموعتين البحث

٣-٥ أداء البحث

بعد الاطلاع على المصادر والمراجع العلمية الخاصة بقياس اللياقة الحركية وتم الحصول على مجموعة من الاختبارات التي تقيس عناصر اللياقة الحركية ، اذ تم عرض هذه الاختبارات على السادة الخبراء والمحكمين* والذين اقرروا صلاحية استخدامها لغرض البحث والمطلق (١) يوضح اختيارات اللياقة الحركية . ولغرض التعرف على تكافؤ مجموعتي البحث في اختبارات اللياقة الحركية فقد عمد الباحث إلى إجراء الاختبار القبلي في الاختبارات التي حددت من قبل السادة الخبراء والمختصين والجدول (٢) يبين ذلك

- أ. د. وديع ياسين التكريتي - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل
- أ. د. عبد الله المشهداني - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد .
- أ. د. عامر سعودي - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل .
- أ. د. فاطمة ناصر حسنين - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد .
- أ. د. صفاء الدين طه - كلية التربية الرياضية - جامعة صلاح الدين .
- أ. د. عبد الكريم قاسم غزال - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل .
- أ. م. د. اياد محمد شيت - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل .

قيمة ت المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	س	ع	س		
0.87	0.29	5.11	0.34	5,08	ثا	جري ٢٠/م
0.92	3.91	21.81	4.12	22.32	تكرار	الحجل على قدم اليمين
1.51	3.15	17.01	3.29	17.91	تكرار	الحجل على قدم اليسار
1.21	8.01	111.85	7.81	112.31	سم	الوثب الطويل من الثبات
1.05	2.67	13.92	2.52	14.01	م	رمي كرة ناعمة
0.88	0.80	7.92	0.79	7.85	درجة	المشي على عارضة التوازن

الجدول (٢)

يبين تكافؤ تلميذات مجموعتي البحث في اختبارات اللياقة الحركية

*معنوي عند نسبة خطأ $> (0,05)$ وامام درجة حرية (١٩) قيمة (ت) الجدولية = $(2,09)$

يتبين من الجدول (٢) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث في اختبارات اللياقة الحركية حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة ولجميع الاختبارات اصغر من قيمة الجدولية البالغة $(2,09)$ مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في اللياقة الحركية

٣-٦ التجربة الاستطلاعية على اختبارات اللياقة الحركية :

اجريت التجربة الاستطلاعية على تلميذات الصف الاول الابتدائي والبالغ عددهن (١٥) تلميذة

وذلك في يوم الاثنين الموافق ٢٧ / ٣ / ٢٠٠٧ وكان الهدف من التجربة :

- معرفة مدى ملائمة الاختبارات الخاصة باللياقة الحركية على تلميذات هذه المرحلة .
- تحديد الفترة الزمنية التي يستغرقها كل اختبار من الاختبارات .
- التعرف على الصعوبات التي تواجه الباحث اثناء تنفيذ الاختبارات الخاصة باللياقة الحركية .

٣-٧ البرامج التعليمية

٣-٧-١ البرنامج المقترح بالانتباه المستقيم :

بعد الاطلاع على المراجع العلمية والخاصة بالانتباه المستقيم(الرheid وعثمان ، ١٩٩٩) (الكعبي ، ٢٠٠١) ، (المفتي ، ٢٠٠٥) تم اعداد برنامج خاص بالانتباه المستقيمتم عرضه على مجموعة من الخبراء والمتخصصين والمشار اليهم سابقا والذين اقرروا صلاحية استخدامه بعد اجراء بعض التعديلات عليه واشتمل البرنامج المقترح على ما ياتي :

١- وحدات التعليمية عددها (١٨) وحدة تعليمية ولمدة (٦) اسابيع وبواقع (٣) وحدات تعليمية في ايام (لاحد ، الثلاثاء ، الخميس) وزمن الوحدة التعليمية (٤٠) دقيقة .

٢- مراعاة مبداء التدرج من السهل الى الصعب في تنفيذ البرنامج التعليمي والمطلق (٢) يوضح نموذج لوحدة تعليمية للبرنامج المقترح بالانتباه المستقيم.

٣-٧-٢ البرنامج التقليدي لدرس التربية الرياضية

تم تطبيق درس التربية الرياضية التقليدي على تلميذات المجموعة الضابطة والمقرر من قبل وزارة التربية ، واشتمل البرنامج التقليدي ملحق (٣) على ما ياتي :

١- بلغ عدد الوحدات التعليمية (١٨) وحدة تعليمية ولمدة (٦) اسابيع وبواقع (٣) وحدات تعليمية اسبوعيا في ايام (الاحد ، الثلاثاء ، الخميس) وزمن الوحدة التعليمية (٤٠) دقيقة .

٢- تحديد الفائزة في اللعبة وتقدير سلوكها فضلا عن اشراكها في معظم الالعاب دون سواها .

٣-٨ تجربة البحث الرئيسية

٣-٨-١ تم تنفيذ القياس القبلي باستخدام اختبارات اللياقة الحركية في يوم الخميس الموافق ٢٩ / ٣ / ٢٠٠٧ .

٣-٨-٢ تم تنفيذ وحدات البرنامج المقترح في يوم الأحد الموافق ١ / ٤ / ٢٠٠٧ ولغاية يوم الموافق الأحد ١٣ / ٥ / ٢٠٠٧ .

٣-٨-٣ تم تنفيذ القياس البعدي باستخدام اختبارات اللياقة الحركية في يوم الاثنين الموافق ١٥ / ٥ / ٢٠٠٧ .

٣-٩ الوسائل الإحصائية

١- الوسط الحسابي .

٢- الانحراف المعياري .

٣- اختبار (ت) لعينتين المرتبطتين المتساويتين بالعدد .

٤- اختبار (ت) لعينتين الغير مرتبطتين المتساويتين بالعدد.

(التكريتي، العبيدي، ١٩٩٦، ١٠١-٢٧٣)

٤- عرض النتائج ومناقشتها

٤-١ عرض النتائج

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج المقترح واجراء الاختبارات البعدية عمد الباحث الى اجراء المعالجات الاحصائية للتوصل الى النتائج وكما هو مبين في الجداول (٣-٤-٥)

الجدول (٣)

يبين المعالم الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدى لاختبارات اللياقة الحركية لتلميذات المجموعة التجريبية

قيمة ت المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	س	ع	س		
4.61	0.39	4.59	0.34	٥,٠٨	ثا	جري ٢٠/م
5.92	3.82	27.01	4.12	22.32	تكرار	الحجل على قدم اليمين
6.13	4.07	20.18	3.29	17.91	تكرار	الحجل على قدم اليسار
3.93	6.14	116.82	7.81	112.31	سم	الوثب الطويل من الثبات
2.82	1.97	14.92	2.52	14.01	م	رمي كرة ناعمة
3.04	0.62	9.63	0.79	7.85	درجة	المشي على عارضة التوازن

*معنوي عند نسبة خطأ $> (٠,٠٥)$ وامام درجة حرية (١٩) قيمة (ت) الجدولية = (٢,٠٩)

يتبين من الجدول (٣) ان قيمة (ت) المحتسبة لاختبارات اللياقة البدنية هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية ، وهذا يعني ان هناك فروقا ذات دلالة معنوية بين متوسط درجات الاختبارين القبلي والبعدى ولمصلحة الاختبار البعدى في اختبارات اللياقة الحركية للتلميذات اللاتي نفذت برنامج الانتباه المستقيم بهذا يتحقق الفرض الاول .

الجدول (٤)

يبين المعالم الإحصائية للاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات اللياقة الحركية لتلميذات المجموعة الضابطة

قيمة ت المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	س	ع	س		
3.32	0.38	4.93	0.29	5.11	ثا	جري ٢٠/م
2.87	3.56	23.21	3.91	21.81	تكرار	الحجل على قدم اليمين
5.23	3.02	19.74	3.15	17.01	تكرار	الحجل على قدم اليسار
4.12	7.68	115.93	8.01	111.85	سم	الوثب الطويل من الثبات
2.68	2.53	14.83	2.67	13.92	م	رمي كرة ناعمة
2.74	0.69	8.35	0.80	7.92	درجة	المشي على عارضة التوازن

*معنوي عند نسبة خطأ $> (0,05)$ وأمام درجة حرية (١٩) ، قيمة (ت) الجدولية = (٢,٠٩)
يتبين من الجدول (٤) ان قيمة (ت)المحتسبة لاختبارات اللياقة الحركية هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية ، وهذا يعني ان هناك فروقا ذات دلالة بين متوسط درجات الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي في اختبارات اللياقة الحركية للتلميذات اللاتي نفذت درس التربية الرياضية التقليدي وبهذا يتحقق الفرض الاول .

الجدول (٥)

يبين معالم الإحصائية للاختبار أبعدي لاختبارات اللياقة الحركية لتلميذات مجموعتي البحث

قيمة ت المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	س	ع	س		
1.85	0.38	4.93	0.39	4.59	ثا	جري ٢٠/م
3.21	3.56	23.21	3.82	27.01	تكرار	الحجل على قدم اليمين
1.64	3.02	19.74	4.07	20.18	تكرار	الحجل على قدم اليسار
0.97	7.68	115.93	6.14	116.82	سم	الوثب الطويل من الثبات
0.83	2.53	14.83	1.97	14.92	م	رمي كرة ناعمة
2.93	0.69	8.35	0.62	9.63	درجة	المشي على عارضة التوازن

*معنوي عند نسبة خطأ $> (0,05)$ وامام درجة حرية (٣٨) ، قيمة (ت) الجدولية = (٢,٠٢) .

يتبين من الجدول (٥) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين تلميذات مجموعتي البحث في الاختبار البعدي ولمصلحة تلميذات المجموعة التجريبية اللواتي نفذت برنامج الانتباه المستقيما المقترح في اختباري (الحجل يمين لمدة (١٠) ثانية والمشي على اللوحة) بينما لم تظهر فروقات معنوية بين تلميذات مجموعتي البحث في اختبارات (الجرى لمسافة (٢٠) م ، الحجل يسار ، الوثب الطويل من الثبات، رمي كرة ناعمة لابعد مسافة) .

٤-٢ مناقشة النتائج

يتبين من الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة معنوية لتلميذات المجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث سبب التطور الحاصل إلى التأثير الايجابي لبرنامج الانتباه المستقيما المقترح إذ انه مبني على عنصر التشويق والاثارة والتجدد والبحث عن كل ما هو غير مالوف فضلا عن ان تلك الالعب كانت منبثقة من واقع البيئة التي يعيش فيها الطفل لذا ساهمت في حصول التطور ويؤكد (الالوسي، ١٩٨٨) إذا كانت البيئة منظمة بشكل تثير حاجات الفرد ودوافعه فانه يهتم فيها وتصبح عنصرا مهما في ادراكه لها والعكس صحيح (الالوسي ، ١٩٨٨ ، ٢٣٣) كما ان تنوع ادوات اللعب ساعد على حدوث التطور إذ يؤكد (الحمامي ومصطفى ، ١٩٨٨) إلى ان اللعب يتوقف على نوع ادوات اللعب على خيال الطفل ومدى حريته في اللعب ، ولذا يفضل تزويده بتلك الادوات وتنويعها وذلك حتى يتبع ميول الطفل وتنمو لديه موهبة الابتكار (الحمامي ومصطفى ، ١٩٨٨ ، ٦٤).

في حين يتبين من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة معنوية لتلميذات المجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث سبب ذلك التطور إلى احتواء درس التربية الرياضية على العديد من الالعب الصغيرة والحركية والتي بدورها ساعدت في تنمية اللياقة الحركية بصورة مباشرة كما ان هذه الالعب ساعدت على بث روح المرح والتشويق في اداء الدرس لانها قامت على عنصر المنافسة فضلا عن ان الممارسة المنتظمة للالعب ادى إلى تظافر العمل الفعلي مع العمل الحركي مما ادى إلى تحسن الاداء بشكل ملموس ،فضلاً عن ذلك فان النمو السريع التي تتميز به هذه المرحلة العمرية في عضلاتها ادى الى تفوقها في الاختبار البعدي وبهذا الخصوص يؤكد (درويش ، ١٩٩٩) الى ان الاطفال في هذه المرحلة العمرية يتميزون بسرعة النمو بصفة عامة وبسرعة نمو العضلات بصفة خاصة (درويش، ١٩٩٩، ١٩٩).

اما الجدول (٥) فيبين تفوق تلاميذ المجموعة التجريبية على تلاميذ المجموعة الضابطة في اختباري (الحجل يمين لمدة (١٠) ثانية والمشي على اللوحة) بينما لم تظهر فروقات معنوية بين تلميذات

مجموعتي البحث في اختبارات (الجري لمسافة (٢٠)م ، الحجل يسار ، الوثب الطويل من الثبات ، رمي كرة ناعمة لابعد مسافة) .

ويعزو الباحث سبب ذلك التطور إلى ان الاناث بطبيعتهن اكثر ميلا إلى تعلم مهارة الحجل وبما ان اغلبيتهن ستقدم الرجل اليمنى بكثرة في الارتقاء والاعتماد عليها في اثناء ذلك فقد حدث التطور في الحجل بالقدم اليمنى مقارنة بالحجل بالقدم اليسرى. فضلا عن ذلك فان احتواء البرنامج المقترح على العديد من الانتباه المستقيمالحديثة التي تخص مهارة (الحجل يمين والتوازن) وان الطفل في هذه المرحلة العمرية يتمكن من استيعاب الواجب الحركي الموكل اليه إذا تم توجيهه التوجيه السليم وبهذا الخصوص يؤكد (سلطان ،٢٠٠٠) إلى ان الطفل في هذه المرحلة يمكن ان ينمي عنده القابلية لاستيعاب واجب حركي يتناسب مع سنة فيحدث نتيجة للدوافع الحركية لدى الطفل وكذلك من قبل توجيهه السليم من قبل المربي (سلطان ،٢٠٠٠ ،١٢٨).

كما يتبين من الجدول (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين تلميذات مجموعتي البحث في اختبارات (الجري لمسافة (٢٠)م ، الحجل يسار ، الوثب الطويل من الثبات ، رمي كرة ناعمة) ويعزو الباحث سبب ذلك إلى ان محتوى البرنامج المقترح ودرس التربية الرياضية التقليدي تساوت في شدة العابها حيث تميز كلاهما بعنصر التشويق والمرح والمنافسة بين الاطفال ، كما ان الاطفال في هذه الفئة العمرية تعرضوا إلى فرص متكافئة في اللعب حيث ان شدة العاب البرنامجين كانت متساوية وهذا ادى إلى تفاعل الاطفال مع البيئة المحيطة بهم ، فضلا عن الحرية الحركية المتوخاة للاطفال في اللعب كانت متساوية وهذا ادى حدوث التطور الحاصل لديهن.

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

١. التأثير الايجابي للبرنامج المقترح بالانتباه المستقيمحيث انه ساهم في تنمية اختبارات اللياقة الحركية لدى تلميذات الصف الأول الابتدائي.
٢. حقق البرنامج المقترح للألعاب الاستكشافية تطورا في تنمية اللياقة الحركية لدى تلميذات المجموعة الضابطة.
٣. حقق برنامج دري التربية الرياضية التقليدي تطورا في تنمية اللياقة الحركية لدى تلميذات المجموعة الضابطة.
٤. تفوق تلميذات المجموعة التجريبية على تلميذات المجموعة الضابطة في اختباري (الحجل ، التوازن) في حيث لم يظهر التفوق في اختبارات (الجري لمسافة (٢٠)م ، الحجل يسار ، الوثب الطويل من الثبات ، رمي كرة ناعمة لأبعد مسافة).

٥-٢ التوصيات

- ١- استخدام برنامج الانتباه المستقيمتأثيره الفعال في تطوير عناصر اللياقة الحركية على تلاميذ الصف الأول الابتدائي .
- ٢- إجراء بحوث مشابهة على تلاميذ الصف الأول الابتدائي ومقارنة نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية .
- ٣- إعادة النظر في منهاج درس التربية الرياضية التقليدي بحيث يتلاءم مع التقدم الحاصل في المجتمع .
- ٤- زيادة فترة أداء التجربة لدور التكرارات في تنمية عناصر اللياقة الحركية لدى تلاميذ الصف الأول الابتدائي.

المصادر العربية :

- ١- إبراهيم، زكية ، (١٩٩٣) : فاعلية استخدام الاكتشاف الموجه في تدريس بعض مهارات الجمباز ، بحوث مؤثر رؤية مستقبلية للتربية البدنية الرياضية ، الوطن العربي ، ج١، القاهرة .
- ٢- آل لوسي ،جمال حسين (١٩٨٨): علم النفس العام، مطابع التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد ، بغداد .
- ٣- التكريتي ، وديع ياسين والعيدي، حسن محمد (١٩٩٦) :التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية ،مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، الموصل.
- ٤- الحماحمي، محمد محمد ومصطفى، عايدة عبد العزيز (١٩٩٨): الترويج بين النظرية والتطبيق، ط٢، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٥- الحياياني ،محمد خضر الأسمر ، والرومي ، جاسم محمد نايف (٢٠٠٢) : اثر برنامج مقترح للاستكشاف الحركي في بعض متغيرات النمو الحركي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، مجلة ديالى الرياضية ، المجلد ١، جامعة ديالى ، ديالى .
- ٦- الخولي ،امين، وراتب، اسامة كامل (١٩٨٢) :التربية الحركية للطفل ، ط٢، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٧- درويش ،هدى مصطفى (١٩٩٩):تأثير النشاط الحركي المنظم على بعض المهارات الحركية الأساسية والتكيف العام لمرحلة رياض الأطفال،المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد ١٦، التربية الرياضية للبنات ،القاهرة.
- ٨- الديري ،علي، (١٩٩٩) :طرق تدريس التربية الرياضية في المرحلة الأساسية(التربية الحركية) ، ط١، دار الكندي للنشر والتوزيع، اربد، الأردن .
- ٩- راتب ، سامة كامل (١٩٩٩) : النمو الحركي ، مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٠- الربضي ،كمال جميل ، والصمادي ، جميل محمود (١٩٩٣) : فاعلية برنامج تدريب حركي على القدرات الحركية لدى اطفال الروضة ، مجلة دراسات ، المجلد (٢٠) ، العدد (١) ، الجامعة الاردنية ، عمان .
- ١١- الزوبعي ،عبد الجليل ، والغنام ، محمد احمد (١٩٨١) : مناهج البحث في التربية ، ط١، مطابع جامعة بغداد ، بغداد .
- ١٢- السرهيد ،احمد عبد الرحمن وعثمان ، فريدة ابراهيم (١٩٩٠):الاسس العلمية للتربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والمرحلة الابتدائية، ط١، دار القلم للنشر والتوزيع، الكويت.

- ١٣- سلطان ،محمد ابراهيم (٢٠٠٠): المهارات الحركية الاساسية كمؤشر لممارسة وتعليم بعض المهارات الاساسية في كرة القدم(دراسة تتبعية)،المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية،العدد ١٨ ،كلية التربية الرياضية ،جامعة القاهرة.
- ١٤- صالح ،جمال ، واخرون(١٩٩١) : تدريس التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، الموصل .
- ١٥- العنبتاوي ، حازم ، والغرة ، منال(٢٠٠٠) : اثر برنامج مقترح للتربية الحركية على بعض متغيرات النمو الحركي لدى طالبات الصفوف الثلاثة الاولى من مرحلة التعليم الاساسي، مجلة الدراسات للعلوم التربوية ، المجلد ٢٧، العدد ١، الجامعة الاردنية ، الاردن .
- ١٦- فرج، ايلين وديع(١٩٨٧):خبرات في الألعاب للصغار والكبار، ط١، منشأة المعارف،الإسكندرية .
- ١٧- الكعبي ،بسمة نعيم(٢٠٠١):تأثير مناهج مقترح في التربية الحركية لتطوير بعض المهارات الحركية الاساسية لاطفال ما قبل سن المدرسة،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية،جامعة بغداد،العراق.
- ١٨- محجوب ،وجيه (١٩٨٩) : علم الحركة ، التعلم الحركي ، ج١، ط٢، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، الموصل
- ١٩- مذكور ،علي احمد (١٩٩٨) : مناهج التربية اسسها وتطبيقاتها ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- ٢٠- المفتي ،ابراهيم حماد (٢٠٠٠) : طرق تدريس العالي الكرات وتطبيقاتها بالمرحلتين الابتدائية والإعدادية (دليل المعلمين والمربين واولياء الامور) ، ط١١، دار الفكر العربي ،القاهرة .
- ٢١- المفتي ،بيريفان عبد الله (٢٠٠٥) : اثر استخدام برنامجين بالالعاب الحركية والانتباه المستقيمي تطوير بعض المهارات الحركية الاساسية والسلوك الاستكشافي الرياضي لدى تلاميذ الصف الثاني الابتدائي ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، الموصل.