

## تأثير استخدام ألعاب القوى للأطفال علي رفع مستوي كفاءة بعض عناصر اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الابتدائية الأزهرية.

\*أ.د/ حمدي محمد علي

\*\* محمد عبدالمنعم أحمد أبو زيد

### مقدمة ومشكلة البحث :

تعد ألعاب القوى من أهم الرياضات التي تترجم وتعكس بأسلوب موضوعي مدي التقدم الرياضي باعتبارها تتميز بموضوعية التقييم في صورة المستويات الرقمية من أزمته في مسابقات المشي والجري والحواجز والتتابعات إلي مسافات في مسابقات الوثب والرمي والقفز وإلي نقاط في المسابقات المركبة ، وتعتبر العناية بالطفولة والاهتمام بها من أهم المؤشرات علي تقدم المجتمع ورفقيه ، فتميز الدول المتقدمة وفقا للتقارير التي تصدرها الهيئات الدولية بأن أطفالها أكثر صحة ويتصفون بنمو جسمي وعقلي سليم ، كما أنهم أكثر تعليما وثقافة بالمقارنة بالدول النامية الأخرى ، لذا يلجأ المسئولون والمخططون لبرامج تربية الأطفال والمشرفون علي العملية التربوية إلي التفكير والتخطيط المنظم والدقيق ليتمكنوا من تصميم وإعداد برامج تربوية غنية بالمهارات والأنشطة الحركية والفنية والموسيقية التي تهدف إلي تحقيق النمو الشامل للطفل جسميا وبدنياً وحركياً . ( ٧ : ٤٦ )

وتعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل التعليمية الأساسية لما لها من أثر كبير في بناء القاعدة الأساسية التي يقوم عليها صرح نشأتهم السليمة في المراحل العمرية المتقدمة لأن الطفل في هذه المرحلة يكون شديد القابلية للتأثر بالعوامل البيئية المختلفة المحيطة به والتي تترك بصماتها علي حياته في مراحل العمر الأخرى . ( ١٣ )

واللياقة البدنية كانت وما زالت أحد الأهداف الهامة للتربية الرياضية وهي تعتبر القاعدة الأساسية التي تبنى عليها إمكانية ممارسة الأنشطة الرياضية، ومن قدراً من اللياقة البدنية أعلى مما يمتلكه غير الرياضي، والممارسة لا تأتي إلا إذا وجد الشخص الدافع الذي يدفعه نحو ممارسة النشاط الرياضي . ( ٩ : ٣٩ )

\*أستاذ ورئيس قسم نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية جامعة بنها.

\*\*أخصائي رياضي بالأزهر الشريف.

ويرى " وائل جلال الأسيوطي" (١٩٩٥م) أن اللياقة البدنية تعتبر الرياضة المفضلة لجميع الفئات لأنها لا تحتاج إلى ملاعب أو إمكانيات مادية كبيرة فتتم ممارستها في الحدائق والأندية ومراكز الشباب والمدارس والمنازل. (١١ : ٢)

ولأن عملية التعليم تركز علي وسيلة هامة لنقل المعلومات من المعلم إلي المتعلم وهذه الوسيلة كلما كانت مناسبة تمت عملية التعليم بصورة أفضل وأسرع وبجهد أقل , فهناك العديد من الطرق للتعليم التي يمكن استخدامها في نقل المعلومات والسؤال التقليدي الذي يمكن أن يوجهه المعلم إلي نفسه في هذا المقام هو ما هي أنسب الطرق لتعليم مادته . ( ١ : ٢٨ )

ويعتبر مشروع العاب القوي للأطفال الخاص بالاتحاد الدولي لألعاب القوي وسيلة رائعة لبدء رفع كفاءه اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الابتدائية الأزهرية . فهو يوفر أهداف محددة للتمارين الرياضية أثناء فصول التربية الرياضية .

تعد اللياقة البدنية من أهم البرامج التي تساهم في تكوين البناء الجسماني للفرد وتساعد علي تأدية مهامه في الحياة بيسر دون عناء، وهي ركيزة لحركة الحياة وقاعدة الرياضة في الألعاب المختلفة ،ويعد نصيب فئة التلاميذ في المدارس - والتي تبدأ من المرحلة الابتدائية من التمرينات والنشاط الرياضي والحركي قليل وذلك لأن التلميذ في هذه المرحلة التعليمية له ساعة واحدة فقط في الأسبوع يمارس خلالها الرياضة بمظاهرها المختلفة ونجد عدد قليل من التلاميذ هم الذين يشاركون في الفرق الرياضية المدرسية بينما لا تتاح هذه الفرصة لبقية التلاميذ، في حين يظل باقي التلاميذ ما يقرب من ٣٠ ساعة أسبوعيا بين جدران المدرسة والفصل في أوضاع مختلفة ما بين جلوس أو وقوف خاطئ مما ينتج عنه تشوهات وعيوب قواميه. وأصبح واجب علينا مدرسي التربية الرياضية في المدارس أن نجد بعض الأنشطة الرياضية التي تتناسب مع متطلبات هذه المرحلة العمرية ويشارك فيها جميع طلاب المدرسة وتكسبهم اللياقة البدنية والصحية وتعوضه عما فقده من بذل الطاقة والجهد وتحميه من ضعف قوته وقدرته على العمل.

ومن خلال عمل المسح الشامل للياقة البدنية لطلاب معهد كفر الشيخ الإبتدائي لوحظ أن عدد كبير من الطلاب يعانون من ضعف اللياقة البدنية هذا ما دفع الباحثان إلي القيام بهذه الدراسة ووضع برنامج تدريبي باستخدام برنامج الاتحاد الدولي لألعاب القوي للأطفال للارتقاء بمستوي اللياقة البدنية لهؤلاء التلاميذ.

حيث يتميز بجاذبيته للأطفال بما يحتويه من مسابقات متنوعة ومشوقة يتم خلالها إدخال روح المغامرة مما يعمل علي تنشيط عدد كبير من الأطفال في نفس الوقت ويسهل في رفع كفاءه اللياقة البدنية, كما أنه يتغلب علي النمطية والملل ويزيد من إقبال الأطفال ورفع كفاءه اللياقة البدنية ومن ثم الاشتراك في مشروع اللياقة البدنية الخاص بالمعاهد الابتدائية الأزهرية .

#### هدف البحث: -

١- التعرف على تأثير برنامج ألعاب القوي للأطفال على رفع كفاءه بعض عناصر اللياقة البدنية لدي طلاب المرحلة الابتدائية.

#### فروض البحث: -

١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في رفع كفاءه بعض عناصر اللياقة البدنية لأطفال المرحلة الابتدائية قيد البحث لصالح متوسط القياس البعدي.

٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في رفع كفاءه بعض عناصر اللياقة البدنية لأطفال المرحلة الابتدائية قيد البحث لصالح متوسط القياس البعدي.

٣- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في رفع كفاءه بعض عناصر اللياقة البدنية لأطفال المرحلة الابتدائية قيد البحث لصالح متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

#### المصطلحات المستخدمة: -

##### ١- برنامج ألعاب القوي للأطفال:

هو مجموعة من المسابقات وضعت مجموعة مختارة من الاتحاد الدولي لألعاب القوي لتلبية الاحتياجات التنموية للأطفال.

(١٠: ٢)

##### ٢- اللياقة البدنية:

يعرفها " محمد صبحي حسنين " ( ١٩٩٦م) بأنها ( مدى كفاءة البدن في مواجهة متطلبات الحياة ).

( ٨ : ٢٣٤ )

##### إجراءات البحث:

## أولاً - منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لمجموعتين تجريبية وضابطة بتصميم القياسين القبلي والبعدي وذلك لملائمة لطبيعة وأهداف البحث.

## ثانياً - مجتمع وعينة البحث:

### مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب معهد كفر الشيخ الابتدائياً الأزهرى بمركز الشهداء محافظة المنوفية وعددهم (١٠) طلاب وتتراوح أعمارهم ما بين ١٠ : ١٢ سنة مجموعة ضابطة بالإضافة إلى (١٠) طلاب مجموعة تجريبية من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث التجريبية وذلك لإجراء الدراسات الاستطلاعية والصدق، والثبات، والموضوعية للاختبارات قيد البحث.

### جدول ( ١ )

#### تصنيف مجتمع البحث

تصنيف أفراد العينة	عدد أفراد العينة التجريبية	عدد أفراد العينة الضابطة	عدد أفراد العينة الإستطلاعية	عدد الأفراد المستبعدون	الإجمالي
عدد أفراد كل تصنيف	١٠	١٠	٥	١٧٥	٢٠٠

والجدول (٢) التالي يوضح المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأفراد عينة البحث ككل للمتغيرات التوصيفية (السن ، الطول ، الوزن )

### جدول ( ٢ )

#### توصيف عينة البحث ككل

$$n = 20$$

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	11.050	11.000	1.191	-0.105
الطول	سم	136.050	135.500	9.174	0.342
الوزن	كجم	29.800	29.500	5.126	0.464

تشير نتائج الجدول إلى المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات النمو للمجموعتين ، كما يتضح تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات حيث تراوح معامل الالتواء بين (  $\pm 3$  ) .

**ثالثاً: أدوات ووسائل جمع البيانات :**

**\* الأجهزة والأدوات:**

- ( ١ ) جهاز الريستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر .
- ( ٢ ) ساعة إيقاف لقياس الزمن .
- ( ٣ ) شريط قياس لقياس المسافات المطلوبة لإجراء الاختبارات .
- (٤) الأدوات المستخدمة في مسابقات العاب القوي للأطفال ( السلم التدرج - أرماع تعليمية - مربعات - حواجز تعليمية - كرات طبية ) .

**\* الاستثمارات:**

- قام الباحث بإجراء المقابلة الشخصية مع بعض الخبراء في مجال العاب القوي لتحديد:
- أ - مكونات محتوى البرنامج التعليمي.
  - ب - أهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة لتعليم بعض مسابقات العاب القوي للمرحلة السنية قيد البحث.
  - ج - التعرف علي مدى صلاحية الاختبارات المصممة.

**(٤) الاختبارات المستخدمة:**

- أ - اختبار الجري في المكان (١٥ ثانية).
- ب - اختبار الجلوس من الرقود ( ٣٠ ثانية ).
- ج - اختبار الانبطاح المائل.
- د - اختبار الوثب داخل الدوائر المرقمة.

**رابعاً - الدراسات الاستطلاعية:**



### \*هدف الدراسة:

- ١-تحديد أهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالمرحلة السنية من ٨ : ١٢ سنة في مسابقات العاب القوي .
- ٢-مناسبة الاختبارات المصممة لقياس مستوى اللياقة البدنية لمرحلة السنية قيد البحث.
- ٣-تحديد مدة البرنامج وعدد الوحدات وزمن الوحدة التعليمية لتنفيذ برنامج العاب القوي للأطفال للمرحلة السنية قيد البحث.
- ٤- تعريف المساعدين كيفية إجراء وتنفيذ الإختبارات.
- ٥- حساب المعاملات العلمية ( الصدق والثبات ) للإختبارات قيد البحث.

### خامس: المعاملات العلمية:

#### الصدق والثبات:

قام الباحث بإجراء صدق وثبات الاختبارات المستخدمة في البحث عن طريق إجراء التطبيق وإعادة التطبيق على العينة الاستطلاعية وقوامها (٥) أطفال من نفس مجتمع البحث وذلك يوم الأحد الموافق ٢٠١٨/٤/١م وتم إعادة التطبيق يوم الأحد ٢٠١٨/٤/٨م.

### جدول (٣)

#### معامل الثبات والصدق الذاتي للمتغيرات قيد البحث

ن = ٥

الصدق الذاتي	معامل الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
*0.962	*0.925	2.387	17.200	1.789	17.200	العدد	الجري في المكان (١٥ ث)
*0.971	*0.943	1.140	3.400	0.837	3.200	الدرجة	الجلوس من الرقود (٣٠ ث)
*0.965	*0.931	1.304	18.200	1.483	17.800	العدد	الوثب في الدوائر المرقمة
*0.938	*0.880	0.548	3.400	0.707	3.000	الدرجة	الانبطاح المائل
*0.965	*0.932	0.373	7.040	0.402	6.890	العدد	مجموع الدرجات
*0.947	*0.896	0.837	2.800	1.000	3.000	الدرجة	
*0.981	*0.963	1.140	15.400	1.304	15.200	العدد	
*0.984	*0.969	0.707	3.000	0.837	2.800	الدرجة	
*0.970	*0.940	2.608	12.600	2.550	12.000		

\*قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ هي ٠,٨٧٨

تشير نتائج الجدول إلى أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للمتغيرات قيد البحث ، مما يدل على ثبات المتغيرات قيد البحث.

كما يتضح من الجدول أن المتغيرات قيد البحث تتمتع بدرجة مقبولة من الصدق الذاتي

### جدول (٤)

#### الخطة الزمنية المستخدمة في إجراء البحث

الهدف من القياس	عدد الأيام	الفترة الزمنية إلي	الفترة الزمنية من
الدراسات الاستطلاعية	٧ أيام	٢٠١٨/٤/٨	٢٠١٨/٤/١
القياس القبلي	٢ يوم	٢٠١٨/٩/٢٧	٢٠١٨/٩/٢٦
تطبيق البرنامج	٨ أسابيع	٢١٨/١١/٢٢	٢٠١٨/٩/٣٠
القياس ألبعدي	٢ يوم	٢٠١٨/١١/٢٦	٢٠١٨/١١/٢٥

#### ثامناً: القياس القبلي:

قام الباحث بإجراء القياسات القبلية على عينة البحث في الفترة الزمنية من يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٨/٩/٢٦ وحتى يوم الخميس الموافق ٢٠١٨/٩/٢٧ م جدول (٥).

### جدول (٥)

توصيف عينة البحث في المتغيرات قيد البحث في القياس القبلي للمجموعتين ن=١٠

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	المتغيرات	
0.780	2.259	16.500	16.550	العدد	الجري في المكان (١٥ ث)
1.096	1.170	3.000	3.000	الدرجة	
0.679	2.511	15.000	15.900	العدد	الجلوس من الرقود (٣٠ ث)
0.757	1.040	2.000	2.350	الدرجة	
0.614-	0.386	7.100	6.949	العدد	الوثب في الدوائر المرقمة
0.940	0.945	3.000	2.950	الدرجة	
0.850	2.881	14.000	14.750	العدد	الانبطاح المائل
0.812	1.392	2.000	2.600	الدرجة	
0.037	2.864	11.500	10.900	مجموع الدرجات	



تشير نتائج الجدول إلى المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث في القياس القبلي للمجموعتين عينة البحث .  
كما يتضح تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات حيث تراوح معامل الالتواء بين (  $\pm 3$  ).

### جدول ( ٦ )

توصيف عينة البحث في المتغيرات قيد البحث في القياس القبلي للمجموعة التجريبية

ن = ١٠

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الجرى في المكان (١٥ ث)	العدد	16.600	16.500	1.955
	الدرجة	3.000	3.000	1.054
الجلوس من الرقود (٣٠ ث)	العدد	15.100	15.000	1.969
	الدرجة	2.100	2.000	0.738
الوثب في الدوائر المرقمة	العدد	6.873	7.115	0.452
	الدرجة	3.100	3.000	1.101
الانبطاح المائل	العدد	14.800	14.000	3.011
	الدرجة	2.600	2.000	1.430
مجموع الدرجات		10.800	10.500	3.120

تشير نتائج الجدول إلى المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث في القياس القبلي للمجموعة التجريبية.  
كما يتضح تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات حيث تراوح معامل الالتواء بين (  $\pm 3$  ).

جدول (٧)

توصيف عينة البحث في المتغيرات قيد البحث في القياس القبلي للمجموعة الضابطة

ن = ١٠

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الجري في المكان (١٥ ث)	العدد	16.500	16.000	2.635
	الدرجة	3.000	2.500	1.406
الجلوس من الرقود (٣٠ ث)	العدد	16.700	16.000	2.830
	الدرجة	2.600	2.500	1.265
الوثب في الدوائر المرقمة	العدد	7.025	7.050	0.313
	الدرجة	2.800	3.000	0.789
الانبطاح المائل	العدد	14.700	14.000	2.908
	الدرجة	2.600	2.000	1.430
مجموع الدرجات		11.000	12.000	2.749

تشير نتائج الجدول إلى المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث في القياس القبلي للمجموعة الضابطة. كما يتضح تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات حيث تراوح معامل الالتواء بين  $(\pm 3)$ .

جدول ( ٨ )

دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

في المتغيرات قيد البحث في القياس القبلي

المتغيرات	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة " ذ "	احتمال الخطأ
الجرى في المكان (١٥ ث)	التجريبية	10	11.05	110.50	0.422	0.673
	الضابطة	10	9.95	99.50		
	المجموع	20				
الدرجة	التجريبية	10	10.80	108.00	0.241	0.810
	الضابطة	10	10.20	102.00		
	المجموع	20				
الجلوس من الرقود (٣٠ ث)	التجريبية	10	8.95	89.50	1.193	0.233
	الضابطة	10	12.05	120.50		
	المجموع	20				
الدرجة	التجريبية	10	9.40	94.00	0.875	0.382
	الضابطة	10	11.60	116.00		
	المجموع	20				
الوثب في الدوائر المرقمة	التجريبية	10	9.60	96.00	0.681	0.496
	الضابطة	10	11.40	114.00		
	المجموع	20				
الدرجة	التجريبية	10	11.10	111.00	0.487	0.626
	الضابطة	10	9.90	99.00		
	المجموع	20				
الانبطاح المائل	التجريبية	10	10.70	107.00	0.153	0.878
	الضابطة	10	10.30	103.00		
	المجموع	20				
مجموع الدرجات	التجريبية	10	10.50	105.00	0.000	1.000
	الضابطة	10	10.50	105.00		
	المجموع	20				
مجموع الدرجات	التجريبية	10	10.20	102.00	0.230	0.818
	الضابطة	10	10.80	108.00		
	المجموع	20				

\*قيمة " ذ " الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ هي ١,٩٦

تشير نتائج الجدول إلى أنه توجد فروق غير دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث، مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

### تاسعاً: البرنامج المستخدم:

#### أ - أهداف البرنامج:

يهدف البحث إلى استخدام النماذج التعليمية الخاصة بالمرحلة السنوية الخاصة بالاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال والخاصة بالمرحلة السنوية من ٨: ١٢ سنة وذلك للتعرف على تأثيرها على رفع كفاءة بعض عناصر اللياقة البدنية للمرحلة الابتدائية الأزهرية.

#### ب - أسس وضع البرنامج:

#### تم إعداد البرنامج التعليمي بإتباع الخطوات التالية:

قام الباحث بتجميع السباقات الخاصة بالمرحلة السنوية قيد البحث والخاصة بالاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال في سباقات (الجرى-الرمي - الوثب - الفورميولا - التحمل) وتم توزيعها على البرنامج وتم وضع السباقات بما يضمن أن تكون من السهل للصعب ومن البسيط للمركب.

#### ج - تنفيذ البرنامج المقترح:

تم تطبيق البرنامج التعليمي باستخدام النماذج التعليمية للاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال والخاصة بالمرحلة السنوية قيد البحث على عينة البحث التجريبية في الفترة من الأحد الموافق ٢٠١٨/٩/٣٠م إلى يوم الخميس الموافق ٢٠١٨/١١/٢٢م وذلك لمدة ٨ أسابيع بواقع ٣ وحدات تعليمية لكل أسبوع أيام (الأحد، الثلاثاء، الخميس).

#### عشرأً: القياس البعدي:

تم إجراء القياسات البعديّة على المجموعتين الضابطة والتجريبية بنفس شروط ومواصفات القياسات القبليّة بعد انتهاء مدة تطبيق البرنامج وذلك في الفترة من يوم الأحد ٢٠١٨/١١/٢٥م إلى يوم الاثنين الموافق ٢٠١٨ /١١/٢٦م.



## الحادي عشر: المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث في معالجة البيانات إحصائيا البرنامج الإحصائي SPSS باستخدام المعالجات

الإحصائية التالية:

١ - المتوسط الحسابي.

٢ - الانحراف المعياري.

٣ - معامل الالتواء.

٤ - معامل الارتباط.

٥ - اختبار " ذ " لحساب دلالة الفروق.

عرض النتائج

جدول ( ٩ )

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة  
التجريبية في المتغيرات قيد البحث

احتمال الخطأ	قيمة "ذ"	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الاتجاه	المتغيرات	
0.005	*2.807	0.00	0.00	0	-	العدد	الجري في المكان (١٥) (ث)
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.005	*2.831	0.00	0.00	0	-	الدرجة	
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.005	*2.814	0.00	0.00	0	-	العدد	الجلوس من الرقود (٣٠) (ث)
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.004	*2.850	0.00	0.00	0	-	الدرجة	
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.005	*2.803	55.00	5.50	10	-	العدد	الوثب في الدوائر المرقمة
		0.00	0.00	0	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.004	*2.850	0.00	0.00	0	-	الدرجة	
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.005	*2.812	0.00	0.00	0	-	العدد	الانبطاح المائل
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.005	*2.827	0.00	0.00	0	-	الدرجة	
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.005	*2.809	0.00	0.00	0	-	مجموع الدرجات	
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		

\*قيمة " ذ " الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ هي ١,٩٦



تشير نتائج الجدول إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة التجريبية في رفع مستوي كفاءة اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الإبتدائية الأزهرية وكانت قيمة ( ذ ) في الإختبارات الأتية ، الجري في المكان ( ١٥ ث ) ( ٢,٨٠٧ ) ، الجلوس من الرقود ( ٢,٨١٤ ) ، والوثب في الدوائر المرقمه ( ٢,٨٠٣ ) ، الإنبطاح المائل (٢,٨١٢) في القياسات ولصالح القياس البعدى في المتغيرات قيد البحث للمجموعة التجريبية .

جدول ( ١٠ )

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة  
الضابطة في المتغيرات قيد البحث

احتمال الخطأ	قيمة "ذ"	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الاتجاه	المتغيرات	
0.005	2.825*	0.00	0.00	0	-	العدد	الجري في المكان (١٥) (ث)
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.004	2.871*	0.00	0.00	0	-	الدرجة	
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.005	2.807*	0.00	0.00	0	-	العدد	الجلوس من الرقود (٣٠) (ث)
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.005	2.831*	0.00	0.00	0	-	الدرجة	
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.005	2.803*	55.00	5.50	10	-	العدد	الوثب في الدوائر المرقمة
		0.00	0.00	0	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.007	2.675*	0.00	0.00	0	-	الدرجة	
		45.00	5.00	9	+		
				1	=		
				10	المجموع		
0.005	2.831*	0.00	0.00	0	-	العدد	الانبطاح المائل
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.004	2.877*	0.00	0.00	0	-	الدرجة	
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		
0.005	2.814*	0.00	0.00	0	-	مجموع الدرجات	
		55.00	5.50	10	+		
				0	=		
				10	المجموع		

\*قيمة "ذ" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ هي ١,٩٦



تشير نتائج الجدول إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في رفع مستوي كفاءة اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الابتدائية الأزهرية وكانت قيمة ( ذ ) في الإختبارات الأتية ، الجري في المكان ( ١٥ ث ) ( ٢,٨٢٥ ) ، الجلوس من الرقود ( ٢,٨٣١ ) ، والوثب في الدوائر المرقمه ( ٢,٦٧٥ ) ، الإنبطاح المائل (٢,٨٧٧) في القياسات ولصالح القياس البعدي في المتغيرات قيد البحث للمجموعة الضابطة .

### جدول ( ١١ )

دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

في المتغيرات قيد البحث في القياس البعدي

احتمال الخطأ	قيمة " ذ "	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	المجموعة	المتغيرات	
0.000	3.801*	155.00	15.50	10	التجريبية	العدد	الجري في المكان (١٥ ث)
		55.00	5.50	10	الضابطة		
				20	المجموع		
0.000	4.054*	155.00	15.50	10	التجريبية	الدرجة	
		55.00	5.50	10	الضابطة		
				20	المجموع		
0.000	3.795*	155.00	15.50	10	التجريبية	العدد	الجلوس من الرقود (٣٠ ث)
		55.00	5.50	10	الضابطة		
				20	المجموع		
0.000	4.119*	155.00	15.50	10	التجريبية	الدرجة	
		55.00	5.50	10	الضابطة		
				20	المجموع		
0.000	3.780*	55.00	5.50	10	التجريبية	العدد	الوثب في الدوائر المرقمة
		155.00	15.50	10	الضابطة		
				20	المجموع		
0.000	4.049*	155.00	15.50	10	التجريبية	الدرجة	
		55.00	5.50	10	الضابطة		
				20	المجموع		
0.000	3.797*	155.00	15.50	10	التجريبية	العدد	الانبطاح المائل
		55.00	5.50	10	الضابطة		
				20	المجموع		
0.000	4.054*	155.00	15.50	10	التجريبية	الدرجة	
		55.00	5.50	10	الضابطة		
				20	المجموع		
0.000	4.045*	155.00	15.50	10	التجريبية	مجموع الدرجات	
		55.00	5.50	10	الضابطة		
				20	المجموع		

\*قيمة " ذ " الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ هي ١,٩٦

تشير نتائج الجدول إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

جدول ( ١٢ )

معدل تغير المتغيرات قيد البحث في القياس البعدي عن القبلي للمجموعة التجريبية

معدل التغير %	القياس البعدي	القياس القبلي	المتغيرات	
	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي		
١٠٢,٤١%	33.600	16.600	العدد	الجرى في المكان (١٥ ث)
٢٣٣,٣٣%	10.000	3.000	الدرجة	
١٢٧,١٥%	34.300	15.100	العدد	الجلوس من الرقود (٣٠ ث)
٣٧٦,١٩%	10.000	2.100	الدرجة	
٤٥,١٢%	3.772	6.873	العدد	الوثب في الدوائر المرقمة
٢٢٢,٥٨%	10.000	3.100	الدرجة	
162.84%	38.900	14.800	العدد	الانبطاح المائل
284.62%	10.000	2.600	الدرجة	
270.37%	40.000	10.800	مجموع الدرجات	

تشير نتائج الجدول إلى معدل التغير المتغيرات قيد البحث في القياس البعدي عن القياس القبلي للمجموعة التجريبية.

جدول ( ١٣ )

معدل تغير المتغيرات قيد البحث في القياس البعدي عن القبلي للمجموعة الضابطة

معدل التغير %	القياس البعدي	القياس القبلي	المتغيرات	
	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي		
٤٣,٠٣%	23.600	16.500	العدد	الجرى في المكان (١٥ ث)
١١٦,٦٧%	6.500	3.000	الدرجة	
٤٣,٧١%	24.000	16.700	العدد	الجلوس من الرقود (٣٠ ث)
١٤٦,١٥%	6.400	2.600	الدرجة	
١٣,٠٧%	6.107	7.025	العدد	الوثب في الدوائر المرقمة
٨٩,٢٩%	5.300	2.800	الدرجة	
40.82%	20.700	14.700	العدد	الانبطاح المائل
107.69%	5.400	2.600	الدرجة	
114.55%	23.600	11.000	مجموع الدرجات	

تشير نتائج الجدول إلى معدل التغير للمتغيرات قيد البحث في القياس البعدي عن القياس القبلي للمجموعة الضابطة.

ثانياً مناقشة النتائج:

بناء على التحليلات الإحصائية التي استخدمها الباحثان وفي ضوء أهداف البحث وحدود القياسات التي تم إجراؤها في الإطار المحدد لعينة البحث تم التوصل إلي النتائج التالية:

يشير جدول ( ٩ ) إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في الاختبارات قيد البحث للمجموعة التجريبية.

كما يشير جدول ( ١٠ ) إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي في الاختبارات قيد البحث للمجموعة الضابطة .

كما يشير جدول ( ١١ ) إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والقياس البعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في الإختبارات قيد البحث .

كما تشير نتائج الجدول ( ١٢ ) إلى أن معدل التغير للاختبارات قيد البحث في القياس البعدي عن القياس القبلي للمجموعة التجريبية قيد البحث حيث بلغ معدل التغير لاختبار الجري في المكان (١٥ ث) إلى (٤٣,٠٣%) في العدد،(١١٦,٦٧%) في الدرجة ومعدل التغير لاختبار الجلوس من الرقود (٣٠ ث) إلى (٤٣,٧١%) في العدد،(١٤٦,١٥%) في الدرجة ومعدل التغير لاختبار الوثب في الدوائر المرقمة إلي (١٣,٠٧%) قي العدد، (٨٩,٢٩%) في الدرجة ومعدل التغير لاختبار الانبطاح المائل إلي (٤٠,٨٢%) في العدد، (١٠٧,٦٩%) في الدرجة.

ويتضح من هذه النتائج أن هناك فرق في معدل التغير بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات قيد البحث حيث بلغ الفرق في لاختبار الجري في المكان (١٥ ث) إلى (٥٩,٣٨%) في العدد،(١١٦,٦٦%) في الدرجة ومعدل التغير لاختبار الجلوس من الرقود (٣٠ ث) إلى (٨٣,٤٤%) في العدد،(٢٣٠,٠٤%) في الدرجة ومعدل التغير لاختبار الوثب في الدوائر المرقمة إلي (٣١,٤٢%) قي العدد، (١٣٣,٢٩%) في الدرجة ومعدل التغير لاختبار الانبطاح المائل إلي (١٢٢,٠٢%) في العدد، (١٧٦,٩٣%) في الدرجة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

ويري الباحثان أن التحسن في معدل التغيير في القياس البعدي للمجموعة التجريبية عن معدل التغيير في القياس البعدي للمجموعة الضابطة يرجع إلي استخدام البرنامج التعليمي المقترح وما أشتمل عليه من مسابقات مبتكرة مثل (وثب المربعات ، رمي كرة طبية ، اتقان الرمي ، جري السلم ) حيث أنها تجذب الأطفال وتعمل علي رفع كفاءة اللياقة البدنية لديهم من جانب ومن جانب آخر تتميز بالحركة المستمرة والنشاط وهو ما يتمشى مع متطلبات واحتياجات هذه المرحلة السنوية من (١٠ : ١٢ سنة) مما أدى إلي رفع كفاءة اللياقة البدنية لدي الطلاب قيد البحث.

وهذا يتفق مع ماتذكره سلوي فكري (١٩٩١م) نقلا عن بنجامين بلوم Benjamin Bloom وسنجر Singer أن هناك العديد من الطرق والأساليب التي يمكن أن يستعين بها المعلم عند توصيلة فكرة وطبيعة المهارة الحركية حتى يسهل تعلمها، والمعلم الكفاء هو الذي يختار الطريقة التي تتناسب ومتطلبات كل مهارة وموقف تعليمي لإمكان التأثير في دافعية المتعلمين بطريقة فعالة بجدية تكسبهم بصيرة وفهما أكبر مما يساهم في إنجاز خبرة تعليمية عميقة.

(٥ : ٢٣٣)

كما يري الباحثان أن تعديل قوانين وأدوات مسابقات العاب القوي للأطفال لتتناسب المستوي المهارى للأطفال كان له الأثر في تقدم المستوي المهارى للأطفال وأن مشروع العاب القوي للأطفال الخاص بالاتحاد الدولي لألعاب القوي وسيلة رائعة لبدء ممارسة النشاط الرياضي والعمل علي رفع كفاءة اللياقة البدنية للطلاب في المدارس.

ويتفق ذلك مع ما ذكره شارلز جازولي على أن تغيير القوانين لتتناسب الأطفال يمكن أن تزيد من سرعة التعلم ويؤدي ذلك إلى استمتاعهم بالنشاط .

(٦ : ٧)

كما تتفق هذه النتائج مع ما ذكره كل من وائل محمد رمضان وتامر عويس الجبالي (٢٠٠٩) إن نظام العاب القوي للأطفال التابع لمشروع الاتحاد الدولي لألعاب القوي وما يتضمنه هذا النظام من أساليب تعليمية وتدريبية متنوعة فضلا عن تشكيلة الأدوات والأجهزة المستخدمة في التعليم والتدريب تؤدي بشكل فعال وملحوظ إلي زيادة مستوي أطفال المرحلة السنوية من ١٠:١٢ سنة في العديد من القدرات الحركية والتوافقية لهم



و يتيح هذا النظام الفرصة للتنمية الشاملة والمتوازنة للعديد من القدرات بدون التركيز علي قدرة أو عنصر أو مهارة معينة لأنها تتيح مبدأ الشمولية والتأسيس البدني والحركي لدي الأطفال .  
(١٢ : ٧٥)

كما تتفق هذه النتائج مع ما ذكره كل من غادة يوسف عبد الرحمن وياسر علي أبو حشيش  
(Ghada Yousef Abd el Rahman & Yasser Ali Abuhacich) (٢٠١٢) (١٤)، بشير  
محمد فودة (٢٠١٣) (٣)، رندا عادل صلاح (٢٠١٤) (٤) ، أحمد فوزي عبدالله عبد المغني (٢٠١٨م) (٢) ، حيث اتفقوا على أن برنامج الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال وما ويحتويه  
من مسابقات متنوعة أدى إلي تحسن في النواحي البدنية والنفسية والوظيفية والاجتماعية  
والمهارية.

وبذلك يكون الباحثان قد تحقق من صحة الفرض الثالث للبحث والذي ينص علي أنه توجد  
فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في رفع كفاءة اللياقة  
البدنية للأطفال المرحلة الابتدائية الأزهرية قيد البحث لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

أولاً : الاستخلاصات :

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث واستناداً إلي المعالجات الإحصائية وما  
أشارت اليه من نتائج يمكن أستخلاص الأتي  
١- أن البرنامج التعليمي قيد البحث الخاص بالاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال قد  
أثرا إيجابيا على رفع مستوي كفاءة اللياقة البدنية للأطفال المرحلة الابتدائية الأزهرية  
قيد البحث.

## ثانياً - التوصيات:

- في حدود النتائج التي أسفرت عنها الدراسة يوصي الباحثان بما يلي:
- ١ - ضرورة الاهتمام باستخدام برنامج الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال على رفع مستوى كفاءة اللياقة البدنية للأطفال للمرحلة الابتدائية الأزهرية .
  - ٢ - على الجهات المختصة تنظيم دورات تثقيفية للمعلمين للاطلاع على كل ما هو حديث في طرق التعليم الخاصة بهذه المرحلة السنية قيد البحث مما يساعد على التقدم بمستوي الأطفال والحالة الصحية والبدنية بصورة عامة.
  - ٣ - الاهتمام بالمراجع الخاصة بالاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال وما يحتويه من برامج تعليمية مختلفة تتناسب مع مختلف مراحل التعليم.
  - ٤ - إدراج مسابقات ألعاب القوى للأطفال ضمن المناهج الدراسية للمرحلة الابتدائية في المعاهد الأزهرية.
  - ٥ - فتح مجالات علمية جديدة في البحوث العلمية الخاصة بألعاب القوى للمرحلة الابتدائية للأزهريين المبتدئين.
  - ٦ - استخدام أسلوب أكثر تشويقاً وإثارة من أجل رفع كفاءة اللياقة البدنية للأطفال المرحلة الابتدائية بما يسمح بزيادة فاعلية الممارسة والإقبال على التدريب واكتشاف المواهب.
  - ٧ - إجراء دراسات مشابهة تتناول مراحل سنوية مختلفة.

- المراجع :
- ١- أحمد حامد منصور :  
تكنولوجيا التعليم وتنمية القدرة علي التفكير الابداعي, دار  
الوفاء للطباعة والنشر والتوزيع ,المنصورة , ط٢ , ١٩٨٩م .
  - ٢- أحمد فوزي عبدا لله  
عبدالغني :  
تأثير استخدام مشروع الإتحاد الدولي لألعاب القوي للأطفال  
علي تعليم بعض المهارات الأساسية لمسابقات الميدان  
والمضمار لمرحلة ما قبل المدرسة، رسالة دكتوراة غير  
منشورة كلية التربية الرياضية جامعة بنها ٢٠١٨م .
  - ٣- بشير محمد محمد فوده  
بشير :  
تأثير برنامج العاب القوي للأطفال علي بعض المتغيرات  
البدنية والوظيفية للمرحلة السنية من ١١ : ١٢ سنة  
والمستوي الرقمي للأطفال في مسابقات العاب القوي  
للأطفال رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية  
الرياضية بالسادات ٢٠١٢م .
  - ٤- رندا عادل صلاح  
رندا :  
تأثير برنامج العاب القوي للأطفال على تعديل السلوك  
العدواني للمرحلة السنية من ٩ : ١٢ سنة، رسالة ماجستير  
غير منشورة كلية التربية الرياضية بالسادات ٢٠١٤م .
  - ٥- سلوي فكري (١٩٩١)  
نقلاً عن كتاب  
(١٩٦٧)  
سلوي :  
اثر التعلم بالإيقاع علي مستوي أداء التصويب بالوثب  
للمبتدئين في كرة اليد محلة نظريات وتطبيقات العدد  
الحادي عشر ، كلية التربية الرياضية للبنين بالأسكندرية ،  
جامعة الأسكندرية ١٩٩١م
  - ٦- شارلز جوزولي  
واخرون :  
نظريات التدريب ، الإتحاد الدولي لألعاب القوي ، ترجمة ،  
مركز التنمية الإقليمي ، القاهرة(٢٠٠٦) .
  - غادة يوسف  
عبدالرحمن ، ياسر  
علي أبوحشيش :  
فاعلية ألعاب القوي للأطفال علي تقليل الشعور بالإنطوائية،  
بحث انتاج علمي ٢٠١٢م
  - ٧- فاطمة سعيد  
فاطمة :  
برنامج مقترح لتطوير بعض الحركات الأساسية وأثره في  
تعليم بعض مهارات ألعاب القوي لرياض الأطفال ، رسالة  
دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة  
الإسكندرية(١٩٩٤م) .
  - ٨- محمد صبحي  
حسانين :  
التقويم والقياس في التربية البدنية، ج١، دار الفكر  
العربي، ط٣، القاهرة ١٩٩٦م .



- ٩- مصطفى محمد كامل : العلاقة بين اللياقة البدنية والاتجاهات نحو التربية الرياضية والمستوى الاقتصادي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية بمحافظة القاهرة، رسالة ماجستير، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين،
- ١٠- ناصر سيد شلبي  
عبد اللطيف : تاثير استخدام الألعاب الغرضية علي تطوير مستوى اللياقة البدنية الخاصة لناشئي الكاراتيه من ١١:٩ سنة رسالة ماجستير (٢٠٠٤م) .
- ١١- وائل جلال الأسيوطي  
عبد المقصود : أوقات الفراغ والأنشطة الترويحية وعلاقتها بأنشطة المنازلات لطلاب جامعة الزقازيق، دراسة مسحية- جامعة الزقازيق، ١٩٩٥.
- ١٢- وائل محمد رمضان ,  
تامر عويس الجبالي : فعالية مشروع العاب القوي للأطفال علي بعض القدرات الحركية والتوافقية للمرحلة العمرية من ١٠ - ١٢ سنة ( المؤتمر العلمي الدولي الثالث نحو رؤية مستقبلية لثقافة مستقبلية شاملة ) مجلد البحوث - الجزء الثاني ( ٢٠٠٩ ) .
- ١٣- Internet : <http://www.iraqacad.org/journal/babil/babi1051.htm60>