

تأثير برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادها في تعلم مهارات السبعة لممارعي الحرة بأعمار [6-7] سنة

م.د. علي فؤاد فائق

الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية

الملخص :

ويسعى الباحث إلى توضيح أهمية هذا البحث في تطوير جوانب الحركة وإبعادها بهدف تعلم المهارات السبعة في لعبة المصارعة، فالمشكلة البحث أن الأطفال بهذا العمر يجدون صعوبة في تعلم لعبة المصارعة وما تتناولها من مهارات ومسكات فنية .

أهداف البحث :-

- 1 - وضع برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادها يهدف إلى تعلم المهارات السبعة في المصارعة الحرة .
- 2 - معرفة تأثير البرنامج التعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادها في تعلم المهارات السبعة في المصارعة الحرة .

فرضيات البحث :

- 1 - توجد فروق دالة إحصائية في نتائج اختبارات القبليّة والبعدية في تعلم المهارات السبعة في المصارعة الحرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية .
- 2 - توجد فروق دالة إحصائية في نتائج اختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في تعلم المهارات السبعة في المصارعة الحرة لصالح المجموعة التجريبية .

مجالات البحث :

المجال البشري:- مصارعو فتيان أندية بغداد بأعمار من 6-7 سنوات .

المجال الزمني:- المدة من 1-2-2012 لغاية 31-3-2012 .

المجال المكاني:- قاعة نادي الاعظمية الرياضي للمصارعة .

تم استخدام المنهج التجريبي وتم اختيار عينة البحث من مصارعى نادي الاعظمية لفئة الناشئين ، وأسفرت النتائج هناك فروق معنوية بين الاختبارات البعدية لكلا المجموعتين البحث ولصالح المجموعة التجريبية في متغيرات قيد البحث ، التأكيد على وضع برنامج مقترح للتدريب على جوانب الحركة ضمن خطة التدريبية لمراحل السنية في تعلم الجانب الفني في لعبة المصارعة من قبل مدربي الفئات العمرية .

الباب الأول

التعريف بالبحث :

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

الحركة هي نشاط وهي الشكل الأساسي للحياة ، فالحركة هي البهجة والسعادة وهي الحياة بالنسبة للإنسان ومصدر حياته ولو نظرنا إلى المفهوم الأبعد للحركة ، نرى أنها جوهر الحياة وسيدتها ، ولا يمكن للحياة أن تسير أو تتطور بدونها ، فمن خلال الحركة نستطيع تطوير وتنمية قدراتنا وطاقتنا فينمو الذكاء ، وتعزز الإرادة ، وينمو الجهاز الحركي للطفل ويتفاعل مع البيئة المحيطة به . التربية الحركية أو التربية من خلال الحركة – نظرية جديدة ومنحى أو اتجاه جديد في التربية ، مثلها مثل التعلم عن طريق الخبرة أو النشاط وكلها ظهرت منذ ظهور التربية الحديثة خلال القرن الماضي وبخاصة خلال العقود الأخيرة ، بقصد إخراج التعليم من صيغته التقليدية العقيمة في مناهج وطرق التعليم والتعلم إلى صيغ أكثر إيجابية وفاعلية في تكوين الفرد وتنميته إلى أقصى ما تؤهله له إمكاناته وقدراته ومواهبه ، تعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل في حياة الإنسان ، ففي هذه المرحلة تنمو قدرات الطفل وتتضح مواهبه ويكون قابلاً للتأثير والتوجيه والتشكيل. لذا فإن العناية بالطفولة والاهتمام بأنشطتها من أهم المؤثرات التي تسهم في تقدم المجتمعات ، إذ أن أطفال المجتمعات المتقدمة يتصفون بنمو جسمي وعقلي وانفعالي سليم .

كما أنهم أكثر تعليماً وأكثر ثقافة بالمقارنة مع المجتمعات الأخرى . إذ أن يحتاج المتعلم خلال مرحلة الطفولة إلى تعلم الحركة واتقانها بحيث يمكنه بالحركة ان يزيد من دائرة تعلمه ومعارفه وخبراته .

رياضة المصارعة من الرياضات التي يتحرك فيها الجسم كله في الفراغ ويكون المصارع مهتماً باستغلال هذا الفراغ وتصور شكل الجسم والتمييز بين أماكن وضع أجزاء الجسم مع الاهتمام بالتحكم في حركاته والاتجاه الصحيح للمنافس كما ، وإيجاد العلاقات المختلفة لمكونات مسكة المصارعة ، كما أن هذا النوع من الرياضات يتطلب إدراك المساحات والحيز والمسافات ، فضلاً عن تصور التسلسل الحركي للمسكة .
وقد حدثت في الآونة الأخيرة طفرة كبيرة في التقديم في لعبة المصارعة مما أدى إلى زيادة الصعوبات وسرعة التوقيت الحركي للأداء ، مما يبرز أهمية هذا البحث في تطوير جوانب الحركة وإبعادها بهدف تعلم المهارات السبعة في لعبة المصارعة.

1-2 مشكلة البحث :

أن الدراسات والبحوث في مجال التعلم الحركي التي تناولت لعبة المصارعة كثيرة ومتنوعة ، ومن خلال اطلاع الباحث على المناهج التعليمية والتدريبية وجد أن كل هذه المناهج تبدأ بأعمار متقدمة بالتالي يتطلب الأمر وجود قاعات كبيرة وأدوات وأجهزة كثيرة مما يجعل استخدام تلك الأدوات لفئة عمرية صغيرة صعبة ومملة أي أن النجاح في المراحل المبكرة غير متحقق بالتالي يصبح استمرار الطفل للعبة شيء صعب جداً وهذا يعود إلى أن الأطفال يجربون العديد من الرياضات ولا يستمرون إلا في الفعالية التي يجدون أنهم سينجحون بها لذا فإن الانتقال إلى مناهج تعليمية للصغار هو أساس مشكلة البحث النابعة من عدم استخدام.

فالمشكلة أن الأطفال بهذا العمر يجدون صعوبة في تعلم لعبة المصارعة وما تتناولها من مهارات ومسكات فنية ، وهذه مشكلة ارتأى الباحث الخوض في غمارها كي تصبح لعبة المصارعة موضع ترحاب في نفوس الأطفال بالتالي الاستمرار وبنجاح كبير في مسيرة هذه اللعبة.

1-3 أهداف البحث :

1 - وضع برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادها يهدف إلى تعلم المهارات السبعة في المصارعة الحرة .

تأثير برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادها في تعلم مهارات السبعة لمصارعي الحرة
بأعمار (6-7) سنة م.د. علي فؤاد فائق

2 - معرفة تأثير البرنامج التعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادها في تعلم المهارات
السبعة في المصارعة الحرة .

4-1 فرضيات البحث :

1 - توجد فروق دالة إحصائية في نتائج اختبارات القبليّة والبعدية في تعلم المهارات
السبعة في المصارعة الحرة للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

2 - توجد فروق دالة إحصائية في نتائج اختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة
والتجريبية في تعلم المهارات السبعة في المصارعة الحرة لصالح المجموعة التجريبية
1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري:- مصارعو فتيان أندية بغداد بأعمار من 6-7 سنوات .

1-5-2 المجال الزمني:- المدة من 1-2-2012 لغاية 31-3-2012

1-5-3 المجال المكاني:- قاعة نادي الاعظمية الرياضي للمصارعة .

الفصل الثاني

2- الدراسات النظرية والمشابهة

1-2 الدراسات النظرية :

2 - 1-1 جوانب الحركة وأبعادها :¹

إن أبعاد الحركة وجوانبها يحتوي على أربعة عناصر يمكن التعبير بالآتي:-
أولاً:- "الوعي بالفراغ(أين يتحرك الجسم؟)"

1- الفراغ :-جميع المهارات تتم في الفراغ ويوجد نوعان من الفراغ هما:-

أ- الفراغ الشخصي

ب- الفراغ العام

2- الاتجاه

3-المستوى :- يتحرك الجسم من خلال مستويات أفقية مختلفة فقد تكون عالية أو
متوسطة منخفضة.

4- المسار

¹ ناهده عبد زيد. مفاهيم في التربية الحركية: (نجف الاشرف ، مطبعة دار الضياء ، 2009م) ، ص28.

ثانياً:- الوعي بالجسم (ما الذي يستطيع الجسم عمله؟)

ثالثاً:- نوع الحركة (كيف يتحرك الجسم؟)

ويعتمد على الخصائص والصفات المعينة للحركة عند الإنسان متضمنة الزمن والجهد والانسيابية والفراغ فضلاً عن عوامل أخرى مثل شكل الجسم وكذلك العلاقة بين الجسم وأجسام الناس والأشياء المحيطة التي تؤثر في حركة الجسم وكما يأتي:-

1- الزمن .

2- الجهد .

3- الانسيابية .

4- شكل الجسم .

رابعاً:- العلاقات الحركية (مع من يترك الجسم أو مع ماذا يتحرك الجسم؟)

2-1-2 المهارات السبعة الأساسية في لعبة المصارعة :

تستخدم المهارات السبعة كإطار عام لتعليم الجانب المهاري أو الفني في لعبة المصارعة ، وتعد بمثابة القواعد الأساسية التي يبنى عليها الجوانب الفنية التفصيلية الدقيقة والمركبة للمصارع ، وإتقان المصارع لهذه المهارات والتدريب عليها باستمرارية يحسن من قدراته البدنية والوظيفية والفنية ، ويوصله إلى بداية سلم الانجاز والبطولة .

وقد قسم المختصون والخبراء اللعبة هذه المهارات إلى سبعة أنواع أساسية وفقاً لما يلي¹ :

1 - وضع الجسم ، 2 - تحركات المصارع ، 3- تغيير مستوى الجسم ، 4- الغطس ،

5- الرفع لأعلى ، 6- الخطو خلفاً ، 7- التقوس خلفاً .

دراسات السابقة

2-2 الدراسات السابقة :

2-2-1 دراسة ماجدة (2004)¹ " برنامج مقترح للتدريب على جوانب الحركة وأبعادها

باستخدام تصنيف لاجان المعدل وتأثيره على مستوى أداء بعض مهارات التمرينات

الفنية والإيقاعية لتلاميذ الصف الرابع "

¹ مسعد علي محمود . المبادئ الأساسية للمصارعة الرومانية والحرة للهواة : (جامعة المنصورة ، دار الطباعة والنشر ، 1997م) ، ص 84 .

تأثير برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وأبعادها في تعلم مهارات السبعة لمصارعي الحرة
بأعمار (6-7) سنة م.د. علي فؤاد فائق

هدفت الدراسة إلى وضع برنامج مقترح للتدريب على جوانب الحركة باستخدام تصنيف لابان المعدل لتحسين مستوى أداء بعض مهارات التمرينات الفنية الإيقاعية والتي ترتبط بموضوعات المنهاج المطور للصف الرابع الابتدائي، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي مستعينة بالتصميم التجريبي مع القياس القبلي والبعدي لكل مجموعة ، واختيرت بالطريقة العمدية من طلاب أربعة شعب من المرحلة الرابعة ، وبلغ عدد أفراد العينة (70) طالبا ، واتضح من خلال النتائج التأثير الإيجابي للتدريب على جوانب الحركة باستخدام تصنيف لابان المعدل على مستوى الأداء لبعض مهارات التمرينات الفنية والإيقاعية في الجانب العملي والتطبيقي .

الفصل الثالث

إجراءات البحث :

المنهج المستخدم :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعات المتكافئة ، لملاءمته طبيعة المشكلة المراد حلّها ، لأن " أهم ما يميز النشاط العلمي الدقيق هو استخدام أسلوب التجربة "2 .

2-3 عينة البحث :

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية وهم مجموعة من مصارعي نادي الاعظمية فئة البراعم ، إذ وقع الاختيار على 14 مصارعا (للبراعم) وتم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وعن طريق القرعة بواقع (7) لاعبين لكل مجموعة (ومن أجل إرجاع الفروق إلى العامل التجريبي لابد أن تكون المجموعتان التجريبية والضابطة متكافئتين تماما في الظروف جميعاً ما عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر على المجموعة التجريبية)، ادخل المتغير التجريبي تمرينات النوعية على المجموعة التجريبية كما تم تدريب المجموعة الضابطة بالأسلوب الاعتيادي المتبع من قبل المدرب ، وقبل البدء في العمل

¹ ماجدة على محمد رجب ، برنامج مقترح للتدريب على جوانب الحركة وأبعادها باستخدام تصنيف لابان المعدل وتأثيره على مستوى أداء بعض مهارات التمرينات الفنية والإيقاعية لتلاميذ الصف الرابع. جامعة المنيا، كلية التربية . مجلة البحث وعلم النفس . المجلد (15) ، العدد (4) ، 2004 ، ص. 186-212.

² وجيه محبوب. طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط 2 ، بغداد : دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 ، ص 33 .

تأثير برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادهما في تعلم مهارات السبعة لمصارعى الحرة
بأعمار (6-7) سنة م.د. علي فؤاد فائق

بالتحليلات تم حساب التجانس للعينة والتكافؤ بين المجموعتين بالقياسات والاختبارات
وكما يأتي .

3-3 تجانس عينة البحث وتكافؤها :

1-3-3 تجانس العينة :

من اجل ضبط المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج البحث لجأ الباحث إلى التحقق من
تجانس عينة البحث في المتغيرات التي تتعلق بالقياسات المورفولوجية وهي (الطول ،
الكتلة ، العمر ، العمر التدريبي) وكما مبين في الجدول (1) .

جدول (1)

يبين المعالم الإحصائية (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والوسيط،

ومعامل الالتواء)

العدد	المتغيرات	س	ع+	الوسيط	معامل الالتواء
14	العمر الزمني	6,64	1,11	6,60	1,53
	الطول (سم)	134,4	7,23	131	2,27
	الكتلة (كغم)	31,9	2,90	31	2,69
	العمر التدريبي (شهر)	1,25	2,61	1	2,03

2- تكافؤ عينة البحث :

قبل البدء بتنفيذ المنهج التجريبي ، لجأ الباحث إلى التحقق من تكافؤ مجموعتي البحث
في متغيرات أكثر أهمية بالنسبة لتعليم المهارات السبعة في المصارعة قيد البحث كما
مبينة في ملحق (2).

جدول (2)

يبين المعالم الإحصائية (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وقيمة (ت) المحسوبة و الجدولية

دلالة الفروق للاختبارات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبارات القبلية

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة T المحسوبة	دلالة الفروق
		ع+	س	ع+	س		
القوة المميزة بالسرعة للرجلين (الوثب العمودي)	سم	1,24	19,17	1,05	20,12	0,74	غير معنوي
مرونة العمود الفقري	سم	1,78	7,43	1,17	7,8	0,04	غير معنوي
الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق العام	تكرار	1,19	1,44	1,65	1,29	0,41	غير معنوي
قياس التوازن	ثانية	1,39	11,14	1,83	12,33	1,15	غير معنوي
مستوى الأداء	درجة	0,78	1,57	0,88	1,71	0,69	غير معنوي

4-3-4 - الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة :

3-4-1- الوسائل البحثية :- استعان الباحث بالوسائل البحثية الآتية :

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

- استمارة تقويم اختبارات الأداء الفني للمهارات قيد البحث .

3-4-2- الأدوات والأجهزة المستخدمة منها :

1- بساط مصارعة .

2- ميزان لقياس الكتلة .

3- شريط قياس لقياس الطول .

4 - الحاسبة اليدوية نوع Enko .

5 - الحاسبة الالكترونية نوع Dell .

3-4-4 الاختبارات المستخدمة في البحث :-

أولاً : تم اختيار اختبارات البدنية والحركية قيد البحث الآتية :

- القوة المميزة بالسرعة للرجلين (الوثب العمودي) ¹.

- اختبار مرونة العمود الفقري ².

- اختبار الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق العام ³.

- اختبار التوازن ⁴.

ثانياً : اختبار مستوى الاداء . ملحق (1)

3-5-5 الأسس العلمية للاختبارات :-

¹ أيلين وديع فرج ، خيرات في الألعاب للصغار والكبار ، منشأة المعارف ، إسكندرية ، 1987 . ص283.

² فريدة إبراهيم عثمان ، التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية ، دار القلم ، الكويت الطبعة الأولى ، 1984 ، ص53 .

³ صفية منصور وآخرون ؛ اثر اسلوب التربية الحركية ولاسلوب التقليدي على مستوى بعض المهارات الحركية الخاصة بالألعاب لتلميذات المرحلة الابتدائية ، المؤتمر الدولي الرياضة للجميع في الدول النامية كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1985 ، ص91 .

⁴ صفية منصور احمد ، اثر أسلوب التربية الحركية والأسلوب التقليدي على مستوى بعض المهارات الحركية الخاصة بالألعاب لتلميذات المرحلة الابتدائية ، مجلد الأول ، المؤتمر الدولي الرياضة للجميع في الدول النامية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، 1985 ، ص148 .

تأثير برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادهما في تعلم مهارات السبعة لمصارعى الحرة
بأعمار (6-7) سنة م.د. علي فؤاد فائق

لغرض التعرف على الأسس العلمية من (صدق وثبات وموضوعية) للاختبارات الموضوعية وصلاحياتها وملاءمتها لإفراد عينة البحث ، سعى الباحث إلى اعتماد هذه الأسس في عملية تطبيق الاختبارات على الرغم من كون هذه الاختبارات مقننة وورودها في أكثر من مصدر ، واستعملت في كثير من البحوث .

3-4-1 ثبات الاختبارات :-

يعتمد ثبات الاختبار على إعادة تطبيق الاختبار لمرتين، وفي يومين مختلفين، وعلى نفس الأفراد على أن يعطي النتائج نفسها أو مقاربة لها أي إن ((الارتباط بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني يدل على معامل ثبات الاختبار)) وعليه قام الباحث بتطبيق الاختبارات في يوم على عينة مؤلفة من (4) مصارعين وإعادة الاختبار بعد مرور سبعة أيام بعدها تم استخراج معامل الارتباط بين الاختبارين باستخدام قانون الارتباط (بيرسون) Pearson ولكل اختبار ، وكما موضح في الجدول (3).

3-4-2 صدق الاختبارات :-

لكي يؤدي الاختبار الغرض الموضوع من اجله يجب إن يتصف بالصدق والذي يعتبر من أهم المعايير التي يعتمد عليها في نتائج الاختبارات. فالاختبار ((يعد صادقا عندما يقيس ما يدعي قياسه)).

وبما إن معمل الصدق يتوقف على معامل الثبات ، فان الباحث استخدم الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار عليه تم حساب معامل الصدق لكل اختبار وكما مبين في الجدول (3).

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \text{معامل الثبات}$$

جدول (3)

ت	الاختبارات	معامل الثبات	الصدق الذاتي
1	القوة المميزة بالسرعة للرجلين (الوثب العمودي)	0.97	0.98
2	مرونة العمود الفقري	0.95	0.97
3	الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق العام	0.93	0.96
4	قياس التوازن	0.96	0.97
5	مستوى الأداء	0.90	0.94

معامل الصدق والثبات والموضوعية للاختبارات

3-4-3 موضوعية الاختبار:-

تعد الدرجة التي نحصل عليها من مجموعة نتائج عند استخدام نفس الاختبار ونفس المجموعة هي معامل موضوعية الاختبار. فالاختبار ((يعد موضوعيا إذا كان يعطي في جميع الحالات نفس الدرجات بغض النظر عن صحته))¹، فضلا عن طريقة تنفيذ الاختبار ومستوى فهم الاختبار من قبل أفراد العينة.

3-5- التجربة الاستطلاعية :-

من اجل ضبط متغيرات الدراسة والوقوف على معوقات العمل والتأكد من التمرينات النوعية لتعليم المهارات السبعة الاساسية في لعبة المصارعة ، أجرى الباحث تجربة استطلاعية قبل التجربة الرئيسية للبحث ، وذلك في يوم السبت 2014/1/18 على عينة من خارج عينة البحث الأصلية عددها (3) مصارعين يمثلون نادي الاعظمية الرياضي ومن الذين لم يشتركوا في التجربة الأساسية . وكان الهدف من إجراء هذه التجربة والاتي:-

1- معرفة مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث.

2- معرفة الوقت المستغرق لأداء الاختبارات.

3- معرفة مدى ملائمة الأدوات المستعملة.

4- معرفة المعوقات التي قد تواجه مجريات البحث.

5 - إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات .

3-7 الاختبارات القبليّة :-

أجرى الباحث اختباره القبليّة على عينة البحث في يوم السبت الثالثة عصرا الموافق 2014 /2/1 بعد تنفيذ وحدتين تعليميتين أوليتين ، تضمن فيها شرح مهارات السبعة في لعبة المصارعة بعد الاستعانة بالأنموذج الحي المثالي في عرض المهارات ، ومن ثم عمدت عينة البحث بتطبيق هذه المهارات خلال الوجدتين التعليميتين ، وفي نهاية الوحدة

¹ محمد صالح محمد: برنامج تدريبي مقترح بالانتقال لتطوير القوة العضلية وتأثيره في بعض المهارات الفردية والمركبة بكرة اليد، أطروحة دكتوراه مقدمة إلى مجلس كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1999 ، ص 44 .

تأثير برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادهما في تعلم مهارات السبعة لمصارعى الحرة
بأعمار (6-7) سنة م.د. علي فؤاد فائق

التعليمية الثانية تم إجراء الاختبارات القبلية الخاصة، بعدها نفذ الباحث البرنامج التدريبي
على المجموعتين البحث .

3-8 البرنامج التدريبي :-

بعد إطلاع الباحث على المصادر العلمية المتوافرة واستعانته بآراء بعض السادة
الخبراء والمتخصصين في مجال علم التدريب الرياضي وتعلم الحركي ولعبة
المصارعة**¹ ، وذلك للاستفادة من آرائهم وتوجهاتهم في وضع المناهج التدريبية ،
وقد راعا الباحث في أثناء تنفيذ البرنامج التدريبي مستوى القابلية البدنية والفنية والذهنية
لأفراد العينة، مع مراعاة توفير المستلزمات المستخدمة والظروف المحيطة لمجموعة
البحث ، وقد تم تنفيذ البرنامج تحت الإشراف المباشر لباحث .

لقد تم وضع البرنامج التدريبي بناء على المتغيرات البدنية والفنية التي تم ترشيحها
من قبل الخبراء وذوي الاختصاص .

بدء تنفيذ البرنامج التدريبي يوم الاحد الموافق 2 / 2 / 2014 لغاية يوم الاحد
الموافق 30 / 3 / 2014. ملحق (2)

1- مدة البرنامج التدريبي شهرين .

2- عدد الوحدات التدريبية الكلية (8) وحدة تدريبية .

3- عدد الوحدات التدريبية في الأسبوع الواحد (2) وحدة تدريبية .

4- أيام التدريب الأسبوعية الاحد والأربعاء .

5- زمن الوحدة التدريبية الواحدة (60) دقيقة .

3-9- الاختبارات البعدية :

أجريت الاختبارات البعدية للمجموعتين الأولى والثانية ، في ظروف نفسها التي كانت
عليها الاختبارات القبلية ، أجريت الاختبارات البعدية يوم الاثنين بتاريخ 2014/3/31 .

3-10- الوسائل الإحصائية :-

تم استعمال نظام الحقيبة الإحصائية (SPSS) لاستخراج الوسائل الإحصائية التالية :

¹ ** ا.د.حمدان رحيم الكبيسي - تدريب مصارعة .

ا.د. ماهر احمد عاصي - فسلجة تدريب .

ا.د. ناهده عبد زيد الدليمي - تعلم حركي .

تأثير برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادهما في تعلم مهارات السبعة لمصارعى الحرة
بأعمار (6-7) سنة م.د. علي فؤاد فائق

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- اختبار (ت) للعينات المستقلة .
- اختبار (ت) للعينات المتناظرة .

الباب الرابع

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

4-1 عرض وتحليل النتائج :-

بعد تطبيق المنهج المقترح وإجراء الاختبارات والحصول على النتائج ، تم معالجتها إحصائياً وتوصل الباحث إلى النتائج التالية :

الجدول (4)

دلالة الفروق	قيمة T المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	الاختبارات
		ع+	س	ع+	س		
معنوي	3.62	2.53	22.4	1,05	20,12	سم	القوة المميزة بالسرعة للرجلين
معنوي	4.58	1,17	9.7	1,17	7.8	سم	مرونة العمود الفقري
غير معنوي	1.44	1,65	1.82	1,65	1,29	تكرار	الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق العام
غير معنوي	1,15	1,83	13.02	1,83	12.33	ثانية	قياس التوازن
معنوي	3.03	2.33	2.71	0,88	1,71	درجة	مستوى الأداء

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالاتها بين الاختبارات القبليّة والبعديّة لمتغيرات الدراسة للمجموعة الضابطة

*قيمة (ت) الجدولية 2.447 عند مستوى معنوية (0.05) ودرجة حرية (6)

الجدول (4) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالاتها بين القياسين (القبلي والبعدي) لمتغيرات الدراسة للمجموعة الضابطة .

تأثير برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادهما في تعلم مهارات السبعة لمصارعي الحرة
بأعمار (6-7) سنة م.د. علي فؤاد فائق

الجدول (5)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالاتها بين الاختبارات القبليّة والبعدية لمتغيرات الدراسة للمجموعة التجريبية

دلالة الفروق	قيمة T المحسوبة	البعدية		القبلي		وحدة القياس	الاختبارات
		ع+	س	ع+	س		
معنوي	5.3	1,05	24.55	1,24	19,17	سم	القوة المميزة بالسرعة للرجلين
معنوي	4.64	1,17	12.36	1,78	7.43	سم	مرونة العمود الفقري
معنوي	6.4	1,65	4.55	1,19	1,44	تكرار	الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق العام
معنوي	5.61	1,83	14.67	1,39	11,14	ثانية	قياس التوازن
معنوي	4.36	0,88	4.7	0,78	1,57	درجة	مستوى الأداء

*قيمة (ت) الجدولية 2.447 عند مستوى معنوية (0.05) ودرجة حرية (6)

الجدول (5) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالاتها بين القياسين (القبلي والبعدية) لمتغيرات الدراسة للمجموعة التجريبية .
بعد إن فرغ الباحث من اختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية عمد إلى تفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً كما في الجدول (6) .

جدول (6)

يبين معنوية الفروق بين الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث

دلالة الفروق	قيمة T المحسوبة	مجموعه التجريبية		مجموعه الضابطة		وحدة القياس	الاختبارات
		ع+	س	ع+	س		
معنوي	4.52	1,05	24.55	2.53	22.4	سم	القوة المميزة بالسرعة للرجلين (الوثب العمودي)
معنوي	5.32	1,17	12.36	1,17	9.7	سم	مرونة العمود الفقري
معنوي	5.67	1,65	4.55	1,6	1.82	تكرار	الوثب من فوق الحبل لقياس التوافق العام
معنوي	3.31	1,83	14.67	1,83	13.02	ثانية	قياس التوازن
معنوي	5.66	0,88	4.7	2.33	2.71	درجة	مستوى الأداء

*قيمة (ت) الجدولية 2.197 عند مستوى معنوية (0.05) ودرجة حرية (12)

4-2 مناقشة نتائج .

يتضح من عرض الجدول (4) الخاص بنتائج الاختبارات القبلية للمجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة وجود فروق ذات دلالة معنوية ولصالح الاختبارات البعدية لبعض القدرات قيد البحث المطبقة عند مستوى دلالة 0,05 وهذا ما يؤكد وجود حالة من التطور الذي حصل للاعبين من جراء المنهج التدريبي المتبع من قبل مدرب الفريق ويعزو الباحث هذه الفروق لهذه المجموعة قد تلقت جرعات مناسبة من النشاط البدني .

ويتضح من الجدول (5) إن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعة التجريبية في الاختبارات قيد البحث ولصالح الاختبار البعدي ، ويعزو الباحث إلى تأثير البرنامج المقترح في تحسين وتطوير تلك المهارات وان الأطفال عندما أتيح لهم فرصة الممارسة الحركية المنظمة من خلال الأنشطة والألعاب المتنوعة والمسابقات التنافسية المشوقة التي تزيد فرص المتعة والرضا وتحدي الطفل لقدراته قد أدت إلى تضافر العمل الذهني مع العمل الحركي مما كان له بالغ الأثر في تحسين الأداء، ويتفق هذا مع ما شارته إليه دراسة هدى مصطفى " من أن الأطفال في هذه المرحلة يستطيعون أظهر نتائج ملموسة في الأنشطة الحركية عن طريق الممارسة المنظمة تحت إشراف الكبار وذلك بشيء من الصبر والمعاملة الطيبة والابتعاد عن المقارنات إذ يتميزون بحماس جاد للتعلم " ¹.

ويتضح من عرض الجدول (6) الخاص بنتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين البحث ظهر لنا إن هناك فروقا معنوية ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات قيد البحث ، ويعزو الباحث إلى أن للعب دورا هاما في تنمية المهارات للطفل فضلا عن تحسين توافقه العصبي العضلي ، وفي نمو واستقرار مهاراته الحركية وكذلك يساعد اللعب في تطوير قدراته البدنية وتأثير ايجابي في أجهزته الحيوية وينفق هذا مع دراسة ميرفت الجوهري "انه يجب العناية بعناصر اللياقة البدنية والحركية والأنشطة الترويحية في برنامج تروحي للتربية الحركية لأنها مرتبطة بنشاط الطفل والعمل على تطوير وتحسين هذه

¹ هدى مصطفى درويش ، تأثير النشاط الحركي المنظم على بعض الحركات الأساسية والتكيف العام لمرحلة رياض الأطفال ، بحث منشور ، مجلة التربية البدنية والرياضية ، جامعة الإسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 1999، ص 281 .

تأثير برنامج تعليمي على وفق جوانب الحركة وإبعادهما في تعلم مهارات السبعة لمصارعى الحرة
بأعمار (6-7) سنة م.د. علي فؤاد فائق

المهارات من خلال برامج الحركية التي لها تأثير الايجابي على لياقة الطفل البدنية
والحركية.¹

وذلك تقبل الفرضيات البديلة التي اتبعها الباحث في كافة المتغيرات المبحوثة لظهور
الفروق الدالة إحصائيا بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة
ولصالح البعديّة ، وبين الاختبارات البعديّة للمجموعتين البحث ولصالح التجريبية .

الفصل الخامس

5-الاستنتاجات والتوصيات :

5-1الاستنتاجات :

1 - اظهرت النتائج التأثير الايجابي للتدريب على جوانب الحركة في تعلم المهارات
السبعة في لعبة المصارعة .

2 - اظهرت النتائج ان البرنامج المقترح للتدريب على جوانب الحركة على درجة مقبولة
من الكفاءة في تحسين مستوى اداء وتعلم المهارات السبعة قيد الدراسة في الجانب التطبيقي .

5-2 التوصيات :

1 - وضع برنامج مقترح للتدريب على جوانب الحركة ضمن خطة التدريبية لمراحل
السنية في تعلم الجانب الفني في لعبة المصارعة من قبل مدربي الفئات العمرية .

2 - اجراء ابحاث اخرى باستخدام البرنامج الحركية من قبل الباحثين في نفس المجال
هذا البحث ولكن بمراحل عمرية مختلفة .

3- زيادة خبرات الاطفال من خلال الممارسة والمشاركة في الانشطة الرياضية التي
تساهم في اكتسابهم المهارات والمهارات والقدرات من اجل بناء قابلياتهم وقدراتهم البدنية
والذهنية .

¹ ميرفت الجوهري ، تأثير برنامج حركية على كل من التكيف العام وبعض جوانب الإدراك للأطفال (5-6) سنوات ،
مجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، العدد (1) 1994 ، ص 57 .

المصادر

- أيلين وديع فرج ، خبرات في الألعاب للصغار والكبار ، منشأة المعارف ، إسكندرية ، 1987.
- صفية منصور احمد ، اثر أسلوب التربية الحركية والأسلوب التقليدي على مستوى بعض المهارات الحركية الخاصة بالألعاب لتلميذات المرحلة الابتدائية ، بحث منشور ، مجلد الأول ، المؤتمر الدولي الرياضة للجميع في الدول النامية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
- هدى مصطفى درويش ، تأثير النشاط الحركي المنظم على بعض المهارات الأساسية والتكيف العام لمرحلة رياض الأطفال ، بحث منشور ، مجلة التربية البدنية والرياضية ، جامعة الإسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنات ، 1999 .
- ماجدة على محمد رجب ، برنامج مقترح للتدريب على جوانب الحركة وأبعادها باستخدام تصنيف لابان المعدل وتأثيره على مستوى أداء بعض مهارات التمرينات الفنية والإيقاعية لتلاميذ الصف الرابع. جامعة المنيا، كلية التربية . مجلة البحث وعلم النفس . المجلد (15) ، العدد (4) ، 2004 .
- محمد صالح محمد: برنامج تدريبي مقترح بالانتقال لتطوير القوة العضلية وتأثيره في بعض المهارات الفردية والمركبة بكرة اليد، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1999.
- ميرفت الجوهري ، تأثير برنامج حركية على كل من التكيف العام وبعض جوانب الإدراك للأطفال (5-6) سنوات ، مجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، العدد (1) 1994 .
- فريدة إبراهيم عثمان ، التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية ، دار القلم ، الكويت الطبعة الأولى ، 1984 .
- مسعد علي محمود . المبادئ الأساسية للمصارعة الرومانية والحره للهواة : دار الطباعة والنشر ، جامعة المنصورة ، 1997م .
- ناهده عبد زيد. مفاهيم في التربية الحركية : نجف الاشرف ، مطبعة دار الضياء ، 2009 .
- وجيه محجوب. طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط 2 ، بغداد : دار الحكمة للطباعة والنشر، 1993 ، ص 33 .