

### تأثير برنامج تدريبي بليومتري لتنمية القدرة العضلية للناحيين والرجلين ودقة أداء الضربة الساحقة

د. كيلة أبو لقاسم العموري

أ.د. ناجي الهادي خليفة

د. سهير علي خميس

**المقدمة وأهمية البحث :-** هناك أنواع عديدة من طرق وأساليب التدريب الرياضي التي يهدف جميعها إلى تطوير القدرات البدنية ومستوى الأداء المهاري وصولاً لتحقيق نتائج متقدمة تتناسب مع المجهود المبذول للاعب والمدرّب وهذا يدفع المدربين بالسعي لاختيار أحدث أنواع طرق التدريب للارتقاء بالمستوى الرياضي واستخدام إحدى هذه الطرق يتوقف على الهدف المراد تحقيقه وبما يجدر ذكره بهذا الصدد آراء عبد لرزاق الرماح وآخرون. (2002) الذين قالوا بأن المتغيرات العلمية السريعة المعاصرة في كافة المجالات والبحوث العلمية أدت إلى إضافة معلومات حديثة غير مكتشفة سابقاً ، ولعل المجال الرياضي أحد هذه المجالات حيث ساعدت على تطوير العملية التدريبية وتحقيق قفزات كبيرة لتحسين مستوى الأداء وتمتية القدرات البدنية. (10: 1)

ومن الأساليب الحديثة في التدريب الرياضي الأسلوب الذي يعتمد على استخدام تمارين البلومترية التي تعتبر واحدة من أنسب الأساليب التي تنمي القدرة العضلية وهذا ما أكده الباحث بسطويسي أحمد (1999) الذي يرى بأن كثيراً من المدربين من بلدان مختلفة استخدم أسلوب التدريب البلومترية حيث حقق به نتائج متقدمة في الكرة الطائرة واليد والسباحة والسلة والقدم والجهاز (2 : 294)

كما يؤكد زكي محمد حسن (1998) على أهمية القدرة العضلية في رياضة الكرة الطائرة المتمثلة أهميتها أثناء الوثب عند أداء محارة الضربة الساحقة. (5: 152) وتذكر ألين ودع فرج (1990) بأن رياضة الكرة الطائرة احتلت حيزاً كبيراً في هذا المجال لما تتميز به من خصائص دون غيرها من الرياضات الأخرى ، المتمثلة في مكانتها لدى مختلف الفئات العمرية في المجتمع إذ أنها شهدت تطوراً سريعاً وأصبحت من أكثر الرياضات انتشاراً في العالم بالرغم من حداثة ذلك بمقارنتها بالرياضات الأخرى . (1: 7)

ويرى سعد حماد (2002) بأن الضربة الساحقة تعتبر السلاح الأول في تحقيق نقطة لصالح الفريق المهاجم وذلك بطريقة ضرب الكرة بأنواع مختلفة من فوق الشبكة نحو ملعب الفريق المنافس وإحدى الذراعين (6: 181)

ويذكر محمود متولي بنداوتي (1992) أن الضربة الساحقة تعتبر سلاح الهجوم في الكرة الطائرة وتحتل وضعاً رئيسياً في اللعب لأهميته في تفوق الفرق المتنافسة حيث أن نسبة حدوث تكرارها من جميع المهارات خلال اللعب 31:39 % وهي تمثل أكلة نسبة تكرر كما بلغت نسبة تأثير الإيجابي حوالي 61.89% وهي تمثل أعلى نسبة تأثير إيجابي عن باقي محارات الكرة الطائرة (18: 65)

**مشكلة البحث :-** إن هذا البحث محاولة من الباحثون لحل مشكلة النقص في استغلال الطاقات المتوفرة لدى فريق الكرة الطائرة لطلاب كلية التربية البدنية عن طريق استخدام التدريب البليومتري لتنمية القدرة العضلية للناحيين والرجلين والتي تعتبر غالباً هي الأساس في حسم المباراة لصالح الفريق الذي يتفنن أداءها . والقدرة العضلية لها أهميتها في التعلم الحركي حيث لا بد من توافرها لدى اللاعبين حتى يتم الأداء بشكل جيد ودقيق ويؤكد ذلك ويلك (Willk) (1975) القائل بأن توجد علاقة طردية قوية بين تنمية القدرة العضلية والأداء الحركي وأن سرعة التعلم تتأثر بمقدار القدرة العضلية. (22: 284)

ويعزي الباحثان فوزي يعقوب وعادل عبدالصير (1971) هذا الاتجاه حيث يقولان أن اللاعب عند أدائه لحركته المختلفة في نوع النشاط الرياضي الممارس فإنه يحتاج إلى درجة كبيرة من القوة المقرونة بالسرعة القدرة العضلية. (11: 181)

الأهداف:ع الباحثون على العديد من الدراسات والبحوث وجدت أن أفضل أسلوب تدريبي لتنمية القدرة العضلية هو استخدام تمارين البليومتري وهذا ما أكده الباحثان محمد جابر عبدالمجيد وعاطف رشاد (2001) نقلاً عن نتائج دراسة كل من بن Pen (1987) وبيور Bauer (1990) القائلة إن تمارين دورة (الإطالة – التقصير) (البليومتري) واحد من أنسب الأساليب لتنمية القدرة العضلية وتمتاز عن غيرها من تدريبات تنمية القدرة العضلية كونها تجمع في طبيعة أدائها بين صفتي القوة العضلية والسرعة معاً. (14: 423)

ومن خلال عمل الباحثون في مجال التدريس للكرة الطائرة وخبرتهم العملية لاحظوا عدم قدرة لاعبي فريق الكرة الطائرة بكلية التربية البدنية على أداء الضربة الساحقة بدقة وبالشكل المطلوب وهذا يعود إلى ضعف القدرات البدنية بشكل عام والقدرة العضلية بشكل خاص والتي تعتبر أهم الصفات البدنية لتنفيذ الضربة لساحقة .

#### الأهداف :

- تأثير البرنامج التدريبي البليومتري على بعض القدرات البدنية (القدرة العضلية) للناحيين والرجلين .
- تأثير البرنامج التدريبي البليومتري على دقة أداء الضربة الساحقة .

#### فروض البحث :

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في القدرة العضلية للناحيين والرجلين لصالح القياس البعدي
- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية على دقة أداء الضربة الساحقة بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي .

#### أهم الملاحظات: مستخدمات في البحث:

- الضربة الساحقة: "عبارة عن ضرب اللاعب بأحدي اليدين بقوة لعبورها بالكامل فوق المستوي الراسي وتوجيهها لأسفل نحو ملعب المنافس". (1: 116)
- البليومتري: "نظام يتميز بتخزين واستخدام طاقة مطاطية العضلية عن طريق الانقباض اللامركزي والمركزي والذي يؤثر إيجابياً على (القدرة العضلية)". (13: 21)

(7 : 98)

- القدرة العضلية "هي مقدرة الجهاز العضلي العصبي على التغلب على مقامات بسرعة عالية".

**الدراسات السابقة:**

**دراسة مها أحمد أمين (2000) (20) - العنوان:** "تأثير التدريب البيوميكانيكي وتحسين أداء محارة الشقبة الأمامية على اليدين - الهدف:" التعرف على أثر استخدام أسلوب التدريب البيوميكانيكي في تنمية القدرة العضلية وأثر على بعض المتغيرات البيوميكانيكية وتحسين محارة الشقبة الأمامية على اليدين - العينة: تم اختيار العينة بالطريقة العمدية قوامها 6 لاعبات - المنهج: استخدم المنهج الوصفي باستخدام التحليل الحركي لإبراز متغيرات البحث ، والمنهج التجريبي **أهم النتائج:** فاعلية برنامج التدريب البيوميكانيكي على بعض المتغيرات البيوميكانيكية لمهارة الشقبة الأمامية على اليدين حيث يؤثر برنامج التدريب البيوميكانيكي تأثيراً إيجابياً . على تنمية القدرة العضلية المتفجرة لكل من الذراعين والجذع والرجلين . ب) على مستوى الأداء المهاري للاعبات عينه البحث .

**دراسة عبدالزهرة حميدي وحسام الدين أحمد خليفة (2000) ، (10) العنوان:** " تأثير استخدام تدريبات البيوميكانيكي على القوة المميزة بالسرعة ومستوى أداء بعض المهارات الهجومية في الكرة الطائرة . مجلة الثقافة الرياضية دراسات وبحوث كلية التربية البدنية غات / سبها العدد(2) لسنة 2000 ف **الأهداف:** - التعرف على تأثير استخدام تدريبات البيوميكانيكي على القوة المميزة بالسرعة للرجلين ومستوى أداء ممارتي الضربة الساحقة والإرسال الساحق لدى اللاعبين تحت (19 سنة ) - التعرف على العلاقة بين القوة المميزة بالسرعة للرجلين والذراعين وكل من ممارتي الضربة الساحقة والإرسال الساحق - **العينة:** (28) لاعباً تحت سنة (19) سنة من نادي الشرقية الرياضي ونادي عمر الرياضي - **المنهج:** استخدم المنهج التجريبي للملاءمة لطبيعة هذه الدراسة . **أهم النتائج:** برنامج تدريبات البيوميكانيكي له تأثير إيجابي دالة على تنمية القوة المميزة بالسرعة للرجلين والذراعين ومستوى أداء الضربة الساحقة والإرسال الساحق لدى المجموعة التجريبية

**دراسة رياض محمد عبدالرحمن (2001) (4) العنوان:** " تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية القوة الانفجارية على مستوى الأداء للمهارات الحركية الأساسية على حضان القفز. **الهدف:** يهدف البحث للتعرف على تأثير البرنامج المقترح على كل من : عنصر القوة الانفجارية على عضلات الذراعين والرجلين - مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية على حضان حضان القفز - **العينة:** 60 طالباً من طلاب السنة الثالثة بكلية التربية البدنية بجامعة طرابلس - **المنهج:** استخدم المنهج التجريبي للملاءمة لطبيعة الدراسة . - **أهم النتائج:** توجد علاقة إيجابية بين عصري القوة الانفجارية للذراعين والرجلين ومستوى الأداء المهاري على حضان القفز . إن أفضل طريقة لتنمية عنصر القوة الانفجارية هي طريقة التدريب بالأسلوب البيوميكانيكي . (3) التقدم بمستوى الأداء المهاري نتيجة استخدام تمارين البيوميكانيكي .

**دراسة عبدالرزاق جبار الرمحي وسالم الكوني وعبدالوهاب راشد(2002)،(8) العنوان:** " أثر تمارين البيوميكانيكي على تحسين القدرات البدنية والمستوى الرقي لفعالية الوثب العالي بالطريقة الظهريّة لطلاب السنة الثالثة بكلية التربية البدنية - **الهدف:** " التعرف على أثر استخدام تمارين البيوميكانيكي على تنمية القدرات البدنية وتحسين المستوى الرقي للوثب العالي - **العينة:** " 15 طالباً من السنة الثالثة بكلية التربية البدنية بالزاوية .

\***المنهج:** " استخدم المنهج التجريبي للملاءمة لطبيعة الدراسة - **أهم النتائج:** إن لتمرينات البيوميكانيكي الأثر الكبير في تنمية القدرات البدنية وخاصة القوة الانفجارية ومستوى الأداء والمستوى الرقي لفعالية الوثب العالي بالطريقة الظهريّة للمجموعة التجريبية .

**إجراءات البحث:** - **منهج البحث:** - يعد اختيار المنهج الملائم لبحث المشكلة التي يتوقف عليها تحقيق أهداف وفروض البحث اختيار المنهج المناسب لها ، ولهذا

استخدم الباحثون " المنهج التجريبي بنظم المجموعة الواحدة " (3 : 428)

- **عينة البحث:** - اختار الباحثون عينة البحث بالطريقة العمدية حيث تم اختيار منتخب كلية التربية البدنية بالزاوية بالكرة الطائرة والبالغ عددهم (14) طالباً من مختلف المراحل الدراسية وهم يمثلون المجموعة التجريبية .

**وقد وقع اختبار الباحثون لهذه العينة للأسباب التالية:** - تشكيل العينة منتخب كلية التربية البدنية بالكرة الطائرة ولهذا سيكون الالتزام مؤكداً لحضور الجرعات التدريبية . تواجد أفراد العينة جميعهم تحت ظروف تدريبية واحدة . تجاوب أفراد العينة مع الباحثة وسهولة الاتصال بهم باعتبارها مدربة الفريق .- توفير الأدوات والأجهزة المطلوبة لإجراء البحث .

- **تجانس عينة البحث:** قام الباحثون بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية وتشمل (العمر ، الطول ، الوزن ) كذلك في بعض عناصر اللياقة البدنية (القدرة العضلية للطن ، السرعة الانتقالية ، والقدرة العضلية للذراعين والرجلين ) إضافة إلى مستوى أداء الضربة الساحقة في الكرة الطائرة وكما مبين في الجدول (1)

جدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء في المتغيرات البدنية ومستوى الأداء المهاري في الكرة الطائرة

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
العمر	سنة	22.14	2.35	22	0.329
الطول	سم	178.64	6.18	179	0.174-
الوزن	كجم	71.78	7.52	70	0.710
الوثب العمودي	سم	49.57	5.72	47	1.347
رمي كرة طبية من فوق الرأس بكلتا الذراعين وزن (3) كجم	م	12.15	0.91	11.80	1.153
الجلوس من الرقود خلال (10) ث	تكرار	9.07	1.09	9.0	0.192
عدو 30 م من البدء المنطلق	ث	4.47	0.22	4.32	2.045
اختبار الضربة الساحقة	درجة	15	2.36	14	1.271

يتضح من بيانات جدول (1) أن معامل الالتواء لعينة البحث في كل متغيرات البحث قد انحصر ما بين (0.174- 2.045) وهو أقل من (3) وهذا يدل على تجانس عينة البحث في جميع المتغيرات مما عزز في البدء بتجربة البحث وإخضاعهم للبرنامج التدريبي المعد.

- **خطوات البحث:** اتخذ الباحثون عدة خطوات قبل القيام بإجراءات البحث وكانت كما يلي :-  
- إعداد الكوادر المساعدة في تطبيق الاختبارات .

- إعداد المتطلبات الخاصة بتسجيل البيانات والنتائج للاختبارات التي يؤديها اللاعبون أثناء التجربة .

- تهيئة البرنامج المقترح باستخدام البليومتريك وعرضه على مجموعة من الخبراء .

- تهيئة التجهيزات الخاصة بالاختبارات والتدريب وملعب للكرة الطائرة .

- القيام بتجربتين استطلاعتين لمعرفة مدى إمكانية تنفيذ إجراءات البحث .

- إجراء التجربة الأساسية بعد التغلب على الصعوبات التي أظهرت في التجربتين الاستطلاعتين الأولى والثانية

**أدوات البحث:**

- رستاميتير لقياس الطول .

- ميزان طبي لقياس الوزن .

- ساعة إيقاف لقياس الزمن .

- حواجز .

- كرات طبية (3 كجم )

- مقاعد سويدية .

- صناديق جبار مختلفة الارتفاعات .

\* الاختبارات المستخدمة في البحث:

بعد الأطلاع على بعض المراجع العلمية ومنها : محمد صبحي حسانين (2000) وقيس فاضل (1995) ومحمد صبحي حسانين (1975) وحمدى عبدالمعتم (1997) قام الباحثون باختبار مجموعة من الاختبارات البدنية التي تقيس عناصر اللياقة البدنية ذات الارتباط بالقدرة العضلية للذراعين والرجلين إضافة إلى اختبار الأداء المهاري للضربة الساحقة وهي مايلي :-

1- اختبار الوثب العمودي لقياس القدرة العضلية للرجلين (16: 80-81)

2- اختبار رمي الكرة الطبية من فوق الرأس وزن (3 كجم) لقياس القدرة العضلية للذراعين (13: 31).

3- اختبار عدو(30م) من البدء المنطلق لقياس السرعة الانتقالية. (15: 381)

4- اختبار الجلوس الطويل من الرقود في (10) ثانية القوة العضلية لعضلات البطن (16: 245).

5- اختبار الضربة الساحقة لقياس المستوى المهاري والدقة . (17: 247-249)

\* **المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث:** لايجاد معامل الثبات والصدق فقد قام الباحثون بتطبيق الاختبارات على عينة من طلاب السنة الرابعة تخصص الكرة الطائرة (خارج عينة البحث) ثم إعادة تطبيقها مرة ثانية بعد يومين وكما مبين في الجدول (2) . **جدول (2) معاملات الثبات والصدق للاختبارات المختارة**

الصدق الباطني	معامل الثبات	
0.92	0.88	اختبار الوثب العمودي
0.93	0.86	اختبار رمي الكرة الطبية بكتنا الذراعين من فوق الرأس (3كجم)
0.92	0.85	الجلوس الطويل من الرقود في (10)ث
0.91	0.83	عدو 30 م من البدء المنطق
0.90	0.82	اختبار الضربة الساحقة

من معطيات جدول (2) يتضح إن جميع الاختبارات المستخدمة ذات معامل ثبات وصدق عاليين مما يدل على تمتع الاختبارات بالشروط العلمية اللازمة

\* **البرنامج التدريبي المقترح:** قام الباحثون بتطبيق الوحدات التدريبية للبرنامج التدريبي المقترح لمدة ثمانية أسابيع للفترة من 3-1 ولغاية 3-2003/5-3 بلعب كلية التربية البدنية وتم تنفيذ محتوى البرنامج التدريبي بواقع وحدتين تدريبيتين في الأسبوع زمن الوحدة (90) دقيقة وتم التوزيع الزمني منا مبين بالجدول ادناه :

**جدول (3)التوزيع الزمني للوحدة التدريبية**

الزمن (90) ق	أجزاء الوحدة
20/ق	الإحماء العام مع تمارينات الإطالة
30-35/ق	الأداء المهاري
30-35/ق	تمارين القدرة العضلية (تمارينات البليومتريك)
10/ق	التهدئة
90/ق	المجموع

\* المعالجات الاحصائية: استخدم الباحثون المعالجات الاحصائية التالية:-

- الوسط الحسابي. الوسيط. الانحراف المعياري. معامل الالتواء. اختبار (ت) الفروق.

عرض ومناقشة النتائج :-

\* عرض النتائج : يعرض الباحثون نتائج القياسين القبلي والبعدي للاختبارات قد البحث وكما هو موضح بالمجداول التالية :-

جدول (4)الوسيط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحتسبة لاختبار الوثب العمودي في القياسين القبلي والبعدي

المعالجة الإحصائية المتغير	وحدة القياس	القياس قبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة الاحصائية
		ع	س	ع	س			
اختبار الوثب العمودي	سم	49.57	5.72	56.5	5.23	3.23	2.16	معنوي

يتضح من جدول رقم (4) أن الوسط الحسابي لاختبار الوثب العمودي من الثبات في القياس القبلي قد بلغ (49.57) وانحراف معيار (5.72) أما في القياس البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (56.5) وانحراف معياري (5.23) وقد بلغت قيمة (ت) المحتسبة (3.23) وهي أكبر من القيمة الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) والبالغة (2.16) وبذلك تكون هنالك فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي

جدول (5)الوسيط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحتسبة لاختبار رمي الكرة الطبية في القياسين القبلي والبعدي

المعالجة الإحصائية المتغير	وحدة القياس	القياس قبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة الاحصائية
		ع	س	ع	س			
اختبار رمي الكرة الطبية بكلتا الذراعين من فوق الرأس (6 كجم)	(م)	12.15	0.91	13.96	0.98	4.16	2.16	معنوي

يتضح من جدول (5) أن الوسط الحسابي لاختبار رمي الكرة الطبية بكلتا الذراعين من فوق الرأس (3كجم) في القياس القبلي قد بلغ (12.15) وانحراف معيار (0.91) أما في القياس البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (13.69) وانحراف معياري (0.98) وقد بلغت قيمة (ت) المحتسبة (4.16) وهي أكبر من القيمة الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) والبالغة (2.16) وبذلك تكون هنالك فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي .

جدول (6)

الوسيط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحتسبة في اختبار الجلوس الطويل الرقود (10 ث) في القياسين القبلي والبعدي

المعالجة الإحصائية المتغير	وحدة القياس	القياس قبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة الاحصائية
		ع	س	ع	س			
اختبار الجلوس الطويل من الرقود في (10 ث)	تكرار	9.07	1.09	11.07	1.16	4.54	2.16	معنوي

يتضح من جدول (6) أن الوسط الحسابي لاختبار الجلوس الطويل من الرقود في (10) ثانية في القياس القبلي قد بلغ (9.07) وانحراف معياري (1.09) أما في القياس البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (11.07) وانحراف معياري (1.16) وقد بلغت قيمة (ت) المحتسبة (4.54) وهي أكبر من القيمة الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) والبالغة (2.16) وبذلك تكون هنالك فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي .

جدول (7)الوسيط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحتسبة في اختبار عدو 30 م من البدء المنطلق في القياسين القبلي والبعدي

المعالجة الإحصائية المتغير	وحدة القياس	القياس قبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحتسبة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة الاحصائية
		ع	س	ع	س			
اختبار عدو (30م) من البدء المنطلق	(ث)	4.47	0.22	4.24	0.25	2.5	2.16	معنوي

يتضح من جدول (7) أن الوسط الحسابي لاختبار عدو(30م) من البدء المنطلق في القياس القبلي قد بلغ (4.47) وانحراف معياري (0.22) أما في القياس البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (4.24) وانحراف معياري (0.25) وقد بلغت قيمة (ت) المحتسبة (2.5) وهي أكبر من القيمة الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) والبالغة (2.16) وبذلك تكون هنالك فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي .

جدول (8) لوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة في اختبار الضربة الساحقة في القياسين القبلي والبعدى

المعالجة الإحصائية المتغير	وحدة القياس	س		ع		قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	الدالة الاحصائية
		القبلي	البعدى	القبلي	البعدى			
اختبار الضربة الساحقة	درجة	14.60	1.29	17.42	2.25	3.922	2.16	معنوي

يتضح من جدول (8) أن الوسط الحسابي لاختبار الضربة الساحقة في القياس القبلي قد بلغ (14.60) وانحراف معيار (1.29) أما في القياس البعدى فقد بلغ الوسط الحسابي (17.42) وانحراف معياري (0.25) وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (2.5) وهي أكبر من القيمة الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) وبذلك تكون هناك فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى .

جدول (9) لمتوسط الحسابي الموزون للأختبارات البدنية واختبار الضربة الساحقة تبعاً لاهميتها

الأختبارات	المتوسط الموزون	الترتيب
الوثب العمودي	791	الأول
الضربة الساحقة	234	الثاني
رمي الكرة الطبية (3 كجم)	183	الثالث
الجلوس الطويل من الرقود في (10 ث)	155	الرابع
عدو 30 م من البدء المنطلق	58.4	الخامس

يتضح من جدول (9) والذي يوضح الأوساط الحسابية الموزونة لأختبارات قيد البحث والذي يبين أن اختبار الوثب العمودي حصل على الترتيب الأول من حيث تأثيره بالبرنامج التدريبي البليومتري المقترح وجاء اختبار الضربة الساحقة بالمرتبة الثانية بعد ذلك جاء اختبار رمي الكرة الطبية بالمرتبة الثالثة بهذه وفي المرتبة الرابعة جاء اختبار الجلوس الطويل من الرقود وأخيراً حصل اختبار عدو 30 م من البدء المنطلق على الترتيب الخامس .

#### \* مناقشة النتائج :

يتضح من معطيات الجداول (4)، (5)، (6)، (7) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى حيث بلغت قيمة (ت) المستحقة للاختبار قيد البحث كالاتي في اختبار الوثب العمودي بلغت (3.23) وفي اختبار رمي الكرة الطبية بكتلة الذراعين من فوق الرأس بلغت (4.16) وفي اختبار الجلوس من الرقود في (10 ث) بلغت (4.54) وفي اختبار عدو (30 م) من البدء المنطلق . بلغت (2.50) وبذلك تكون قيمة (ت) المحسوبة لكافة اختبارات القدرة العضلية للذراعين والرجلين والبطن أكثر من قيمتها الجدولية عند مستوى دالة 0.05 وهذا ما يؤكد وجود فروق معنوية ولصالح القياس البعدى .

ويعزز الباحثون سبب ذلك إلى البرنامج التدريبي البليومتري المستخدم وتتفق تلك النتائج مع النتائج التي توصلت إليها بعض الدراسات المشابهة فدراسة مها أحمد أمين (2000) التي توصلت إلى أن تدريبات البليومتر لها تأثير إيجابي على تنمية القدرة العضلية المنفجرة لكل الذراعين والجذع والرجلين ودراسة رياض محمد عبد الرحمن (2001) التي توصلت إلى أن التدريب البليومتري أفضل طريقة لتنمية عنصر القوة الانفجارية ودراسة عبدالرزاق جبار الرمحي وآخرون (2002) التي توصلت إلى أن لتدريبات البليومتر الأثر الكبير في تنمية القدرات البدنية وخاصة القوة الانفجارية .

(26) (6) (13)

ومن خلال معطيات جدول (8) يتضح وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى في اختبار الضربة الساحقة بالكرة الطائرة حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (3.92) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.16) عند مستوى دلالة 0.05 وبذلك تكون هناك فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى ، ويعزز الباحثون سبب ذلك إلى البرنامج التدريبي البليومتري المستخدم . وعليه فإن الباحثون يتفقون مع النتائج التي توصلت إليها دراسة عبدالزهرة حميدي وحسام الدين أحمد خليفة (2000) التي أسفرت دراستها على أن برنامج تدريبات البليومتر له تأثير إيجابي دال على تنمية القوة المميزة بالسرعة للميزة بالسرعة للرجلين والذراعين ومستوى أداء الضربة الساحقة والإرسال الساحق . (14)

وبذلك قد تحقق الفرض الثاني حيث افترضه الباحثون (أن هناك فروقاً دلالة إحصائية على دقة أداء الضربة الساحقة بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي) ولكي يتحقق الباحثون من نسبة التحسن في القدرات البدنية والأداء المهاري للضربة الساحقة بالكرة الطائرة لجؤ الى قياس نسبة التحسن وكما يتضح في جدول رقم (9) حيث كان أكثر القدرات البدنية تحسناً في قوة عضلات البطن اتضح ذلك من خلال اختبار الجلوس الطويل من الرقود في عشرة ثواني، حيث بلغت نسبة التحسن 18,06 يليه مستوى الاداء المهاري للضربة الساحقة حيث بلغت نسبة التحسن 13,89، وبأبي بعدها القدرة العضلية للرجلين في اختبار الوثب العمودي حيث بلغت نسبة التحسن 12,26 فالقدرة العضلية للذراعين في اختبار رمي الكرة الطبية بكلتا الذراعين من فوق الرأس وزن (3 كجم) حيث بلغت نسبة التحسن 11,24، ثم السرعة القصوى في اختبار عدو (30 م) من البدء المنطلق حيث بلغت نسبة التحسن 5,42.

ولغرض معرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريب البليومتري لجأ الباحثون إلى حساب المتوسط الحسابي الموزون لمعرفة ترتيب مدى التأثير في تنمية القدرات البدنية ومستوى الأداء المهاري من جراء تنفيذ برنامج التدريب البليومتري لذلك يتضح في جدول رقم أن أكثر القدرات تأثراً هي القدرة العضلية للرجلين وكما

يتضح من اختبار الوثب العمودي حيث كان الترتيب الأول حيث بلغ المتوسط الحسابي الموزون (56.5) أما مستوى الأداء المهاري المتمثل في اختبار الضربة الساحقة فقد حصل على الترتيب الثاني بمتوسط حسابي موزون بلغ (16.71) ولهذا نجد مدى العلاقة الوثيقة بين القدرة العضلية للرجلين وأداء الضربة الساحقة كون اللاعب يعتمد على الوثب عمودياً عند أداء الضربة الساحقة بمهارة ودقة عاليتين .

وكذلك نلاحظ أن الترتيب الثالث كان من نصيب القدرة العضلية للذراعين ويتضح ذلك من خلال اختبار رمي الكرة الطبية الذي بلغ المتوسط الحسابي الموزون (13.07) لذلك يرى الباحثون أن البرنامج التدريبي المقترح تأثيراً فعالاً على القدرة العضلية للذراعين والرجلين وهذا ما يحتاجه لاعب الكرة الطائرة فعلاً في تنفيذ المتطلبات الهامة للمقابلة على عاتقه ومنها أداء الضربة الساحقة بمهارة ودقة وكذلك بقية المهارات الهجومية أو الدفاعية وهذا ما أكدته نتائج الاختبارات الثلاث (الوثب العمودي، الضربة الساحقة، رمي الكرة الطبية) ولهذا يعتقد الباحثون بمصداقية بناء البرنامج البليومتري المستخدم .

واستكمالاً لحصولنا على نتائج المتوسط الحسابي الموزون لبقية الاختبارات فقد حصلت القدرة العضلية للبطن على الترتيب الرابع والذي يمثلها اختبار الجلوس الطويل من الرقود في (10 ث) فقد بلغ المتوسط الحسابي الموزون (11.07) والقدرة العضلية للبطن تعتبر مهمة جداً لكونها تعتبر الجسر الذي يربط بين عضلات الطرف العلوي والطرف السفلي .

أما الترتيب الخامس فقد حصلت عليه صفة السرعة والمثمنة باختبار عدو 30 م من البدء المنطلق حيث بلغ المتوسط الحسابي الموزون (4.17) ويعتقد الباحثون أن هذا الترتيب منطقي ومتسلسل الأهمية بالنسبة للاعب الكرة الطائرة . وهذه النتائج تتفق مع النتائج التي توصلت إليها دراسة مها أحمد أمين (2000) والتي أسفرت عن أن التدريب البليومتري يؤدي إلى تنمية القدرة العضلية لكل من الذراعين والجذع والرجلين :

#### \* الاستنتاجات والتوصيات :

- **الاستنتاجات :** اعتماداً على النتائج التي توصل إليها الباحثون في حدود عينة البحث من خلال المعالجة الإحصائية للقياسات القبالية والبعدي للاختبارات قيد البحث توصل الباحثون إلى الاستنتاجات التالي :-
- 1- وجود فروق معنوية لدى عينة البحث في القياسات البعدية عنه في القياسات القبالية في اختبارات القدرة العضلية للذراعين والرجلين والسرعة وقوة عضلات البطن .
  - 2- نتيجة لفاعلية برنامج التدريب البليومتري المستخدم فقد كانت هنالك فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في اختبار دقة الأداء المهاري للضربة الساحقة .
  - 3- أثبت استخدام التدريب البليومتري تحسين القدرة العضلية ومستوى دقة الأداء المهاري للضربة الساحقة حيث تبين أن نسبة التحسن في اختبار الجلوس الطويل من الرقود في (10 ث) بلغت (18.06) وفي اختبار الضربة الساحقة بلغت (13.89) وفي اختبار الوثب العمودي بلغت (12.26) وفي اختبار رمي الكرة الطبية بلغت (11.24) وفي اختبار عدو (30م) من البدء المنطلق بلغت (5.42) .
  - 4- من خلال المتوسط الحسابي الموزون للاختبارات قيد البحث أتضح أن اختبار الوثب العمودي أحتل المرتبة الأولى وجاء اختبار الضربة الساحقة لدقة الأداء المهاري بالمرتبة الثانية، وجاء اختبار رمي الكرة الطبية بكلتا الذراعين من فوق الرأس بالمرتبة الثالثة، وفي المرتبة الرابعة جاء اختبار الجلوس الطويل من الرقود (10 ث)، أما اختبار عدو (30م) من بدء المنطلق فقد جاء بالمرتبة الخامسة .

#### \* التوصيات :

- استناداً إلى النتائج التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة فإن الباحثون توصي بما يأتي :-
- 1- ضرورة استخدام التدريب البليومتري لتنمية القدرة العضلية للذراعين والرجلين للاعبين فريق الكرة الطائرة .
  - 2- استخدام نتائج هذه الدراسة من قبل العاملين في مجالات التربية البدنية للاستفادة منها في مجال عملهم في التدريس والتدريب .
  - 3- ضرورة استخدام التدريب البليومتري لتنمية القدرة العضلية للذراعين والرجلين للألعاب الرياضية المختلفة التي يعتمد أداؤها المهاري على الوثب والقفز والرمي والعدو والضرب .
  - 4- ضرورة إجراء بحوث مشابهة تهدف إلى تنمية القدرة العضلية في ألعاب رياضة أخرى وعينات من مستوى مختلف عن عينة البحث .

## المراجع العربية:-

- 1- ألين وديع فرج : الكرة الطائرة - دليل العال والمدرب واللاعب ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، 1990ف.
- 2- بسطويسي أحمد : أسس نظريات التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999ف.
- 3- جمال علاء الدين : تحليل بيوميكانيكي للتركيب الرتيمي ( الداخلي ، الخارجي ) للأداءات الحركية في مسابقات الرمي (على مثال مسابقة دفع الجلة) ، ملحق الرسالة المقدمة للحصول على درجة دكتوراة الفلسفة في التربية الرياضية ، المعهد المركزي للثقافة البدنية والرياضية موسكو ، 1976ف.
- 4- رياض محمد عبدالرحمن : تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية القوة الانفجارية على مستوى الأداء للمهارات الحركية الأساسية على حضان القفز ، المجلة العلمية الاولى ، كلية التربية البدنية جامعة الفاتح ، طرابلس ، 2001ف.
- 5- زكي محمد محمد حسن : الكرة الطائرة استراتيجية تدريبات الدفاع والهجوم ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، 1998 ف.
- 6- سعد حماد : الكرة الطائرة والاعداد المهاري والحططي ، دار زهران للنشر والتوزيع ، عمان ، 2002ف.
- 7- عادل عبدالصير علي : التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية ولتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1999 ف.
- 8- عبدالرزاق جبار الرمحي : أثر ترمينات البيومترك على تحسين القدرة العضلية والمستوى الرقي لفعالية الوثب العالي بالطريقة الظهرية ، المؤتمر العلمي الثاني ، كلية التربية البدنية ، جامعة الساع من أبريل ، 2002ف.
- 9- عبدالزهرة حميدي : تأثير استخدام تدريبات البيومترك على القوة المميزة بالسرعة ومستوى أداء بعض المهارات الهجومية في الكرة الطائرة ، مجلة الثقافة الرياضية ، دراسات وبحوث كلية التربية البدنية غات ، سبها ، العدد (2) ، 2000 ف.
- 10- عبدالسلام جابر حسين : بطارية اختبارات لتطوير القوة المميزة بالسرعة عند ناشئ الكرة الطائرة ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كوستنار ، روسيا ، 2001ف.
- 11- فوزي يعقوب : النظريات والأسس العلمية لتدريب الجمباز ، مكتبة القاهرة الحديثة ، الجزء الأول ، 1971ف.
- 12- عادل عبد البصير : علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة ، دار الفكر للنشر 1998ف.
- 13- قاسم حسن حسين : تأثير أحوال مختلفة الشدة في تطوير القوة السريعة ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1995ف.
- 14- محمد جابر عبدالمحميد : تأثير بعض أنواع تدريبات دورة (الإطالة-التقصير) على القدرة العضلية للرجلين والسرعة الانتقالية ، المؤتمر العلمي الدولي الرياضة والعولمة ، كلية التربية الرياضية بالأهرام ، القاهرة ، 2001ف.
- 15- محمد صبحي حسابين : التقييم والقياس في التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995ف.
- 16- التقييم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000ف.
- 17- محمد صبحي حسابين : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم بدني مهاري ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر 1997ف.
- 18- حمدي عبدالمنعم : دراسة تحليلية لبعض المهارات الهجومية وعلاقتها بإحراز النقاط للاعب الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 1992ف.
- 19- محمود متولي بنداري : التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1998ف .
- 20- مفتي إبراهيم حماد : تأثير التدريب البيومترتي على بعض المتغيرات البيوميكانيكية وتحسين أداء مهارة الشقلبة الأمامية على الين ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الأسكندرية ، 2000ف.

ثانياً: المراجع الأجنبية:-

- 21- Gambetta,V : Principle of plyometric training,track technique,fall,1987.
- 22- Wilk,E. : “a study to determine the relationship between an increase in crawl stroke swimming the crawl stroke for a speed in swimming the crawl stroke for a distance of forty yards”,in Taylor,M.W:the scientific aspects of sports,Charles,C.Tomas,U.S.A. 1975.



## تقييم المشاركة بالأنشطة الترويحية (الرياضي والاجتماعي)

لدى المعاقين ذهنياً من (12-15 سنة)

\*د / ميلود محمد وادي

\*\*/أ/ عواد رمضان كعيب

**مقدمة ومشكلة البحث :-** إن دول العالم اليوم تهتم برعاية المعاقين على اختلاف أنواع إعاقتهم البدنية سواء أكانت الإعاقة نتيجة لأسباب مرضية أو وراثية أو حوادث أو حروب حيث أصبح اهتمام تلك الدول بالمعاقين بديناً أو صحياً والاستفادة من إمكانياتهم المتبقية بأقل جهد ممكن وتقع مسؤولة رعاية الأطفال المعاقين على عاتق التربويين بالدرجة الأساسية من خلال وضع برنامج للمواقف التعليمية التي تناسب نوع الإعاقة .

وتشير بهاني عبد السلام (2001) بأن الطفل مخلوق غير مكتمل تنقصه الخبرة والتجربة في عالم الوجود ولكنه في تقدم دائم من حيث قدرته على الاعتماد على نفسه والتكيف مع بيئته مع بيئته ومحيطه ، وإن جميع هذه الخصائص تتطلب نوعاً من الرعاية والاهتمام . (19:2) .

لذا كان لزاماً أن تتظافر الجهود من جميع الجهات في سبيل إعداد هذا الإنسان باعتباره عنصر التنوير والتطوير سواء كان سوياً أو غير سوي ، وقد اتجهت العديد من الدراسات أو الأبحاث العلمية إلى دراسة هذه الفئة الخاصة بالأفراد (المعاقين) كونهم يشكلون قطاعاً كبيراً من المجتمع .

ويذكر إبراهيم رحومة (1984) أصبح المعاق جزء لا يتجزأ من المجتمع السوي تماماً لأن الفرد هو الأساس الذي تعتمد عليه التنمية في جميع مجالات المجتمع الذي تكفل بضمان توفير الحياة للجميع وبذلك اندمج المعاق في المجتمع وأظهر المعاقون مقدرتهم على المساهمة الفعلية في جميع الحالات (17:1) .

ويذكر ميلود وادي نقلاً عن إساعيل القرعة غولي ومروان عبد المجيد (2001) أن ممارسة الأنشطة الترويحية العديد من التأثيرات البدنية والسيكولوجية على الفرد ، كما أن لها أيضاً تأثيراتها الاجتماعية ، والتي من أهمها القيم الاجتماعية

المرغوبة كاللعاون واحترام الغير والمواعيد ، كما تعمل على تكوين الصداقات من خلال المشاركة في جماعات اللعب أو جماعات الهوايات مما يتيح الفرص للتعاون والتقارب بين الأفراد ، وشعورهم بالانتماء والولاء للجماعة وتنمية القدرة على التفاهم مع الآخرين واحترام آرائهم (24:9-25) .

ويرى كمال درويش (1990) أن الترويح يسهم في تحقيق العادة للإنسان ، ويعمل على تطوير صحته البدنية وصحته العقلية وكذلك ترقية إنفعالاته وأخلاقه ، كما يسهم الترويح في رفع الروح المعنوية والشعور بالأمان لدى الفرد (37:5) . يلقي المعاقين في ليبيا رعاية واهتماماً ملحوظين وذلك من خلال فتحها للمؤسسات والمراكز الخاصة بالمعاقين على اختلاف إعاقتهم الحسية والذهنية والحركية إيماناً منها بحق المعاقين في أن يتلقوا رعاية تكفل لهم حقهم وتؤهلهم لكي يكونوا أعضاء فاعلين في المجتمع الليبي مندمجين فيه لا عالية عليه إذ لا يتحقق الاندماج إلا عن طريق مساهمتهم ومشاركتهم في شتى مناسبات الحياة المختلفة منها الأنشطة الرياضية فالإعاقة الحركية قد تعيق الجسم في تأدية وظائفه الجسمية بشكل متكامل وتمنعه من المحافظة على الاتزان وتؤدي إلى الشعور بالضيق النفسي والذي يؤثر بدوره على رغبة الطفل المعاق في إقامة علاقات اجتماعية مع آخرين لذا فإن ممارسة الأنشطة الرياضية تعمل على إعادة ثقته بنفسه ومن ثم تشجيعه على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين .

وكما يعمل الترويح على مساعدة المعاقين ذهنياً على الارتقاء بقدراتهم البدنية والذهنية من خلال تعديل وتوجيه سلوك الطفل المعاق ونظراً لعدم وجود أي قياسات لتقييم المشاركة في الأنشطة الترويحية للمعاقين ذهنياً بالمجتمع الليبي ، نشأت فكرة هذا البحث .

**أهمية البحث :-** إن رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة كأحدى الأنشطة الترويحية تهيئ الفرد وتؤهله كي يساعد نفسه والمجتمع الذي يعيش فيه ن وهي بهذا مكملة للأنشطة الترويحية التربوية الأخرى ، لأنها تسعى إلى استثمار أوقات الفراغ استثماراً نافعاً وتتمى صفات القيادة الصالحة وتحمل المسؤولية .

والنشاط الترويحي يعتبر من الأساليب الهامة في العلاج ، حيث أن اللعب هو أحد الميول الفطرية العامة التي تنطلق منها الطاقة الانفعالية ، كما أنه يفيد في توسيع دائرة العلاقات الاجتماعية ، يساعد على كيفية التعامل مع الآخرين ويقضي على العزلة الاجتماعية ، وذلك بإعادة اختلاطهم عن طريق وسائل الترويح المختلفة (48:7) .

ولقد خطب ليبيا العظمى خطوات واسعة في هذا الميدان ، من خلال صدور القانون رقم (5) لسنة (1987ف) بشأن المعاقين والذي جسد اهتمامات ثورة الفاتح من سبتمبر في مجال رعاية المعوقين فقد مكن المعوقين في مؤسسات مختصة ، لرعايتهم اجتماعياً ونفسياً ورياضياً وصحياً .

**أهداف البحث :-** التعريف على المشاركة بالنشاط الرياضي والاجتماعي .

**تساؤلات البحث:-** ما هي الأهمية النسبية لكل من الترويح الرياضي والاجتماعي في ضوء مشاركة المعاقين ذهنياً في كل منها .

**مصطلحات البحث :- المقام :-** بأنه كل شخص لا يستطيع أن يكفل نفسه كلياً أو جزئياً من ضرورات الحياة الفردية والاجتماعية نتيجة نقص فطري في قوته الجسمية أو العقلية .

**النشاط الترويحي :-** هو تلك الأنشطة أو الخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ ، والتي يتم اختيارها وفقاً لإرادة الفرد وذلك بغرض تحقيقه المتعة وللسرور لذاته واكتساب العديد من القيم الشخصية والاجتماعية (9: 36) .

#### الدراسات السابقة :-

1- دراسة **Oliver (1958) (11)** عنوانها "تأثير التمارين الرياضية المشروطة على الصفات الذهنية للطلبة المتخلفين عقلياً " **أهدافها :** مدى تأثير البرنامج الرياضي على الصفات الذهنية للطلبة ذات التخلف العقلي الثانوي . **المنهج المستخدم :** استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك بمجموعتين قوام الواحدة عشرون طالباً ولفترة تعليمية دامت (10 أسابيع) وخلال تلك الفترة استمرت المجموعة الضابطة على البرنامج المدرسي المقرر بينما عملت المجموعة التجريبية على البرنامج المخصص لها . **النتائج :** دلت النتائج على أن المجموعة التجريبية أفضل من الضابطة وأسباب ذلك يرجع إلي حجم التحفيز الذي أعطي إلي المجموعة التجريبية إضافة إلى الثقة بالنفس .

2- دراسة **Corder (1996) (10)** عنوان " تأثير برامج التربية البدنية على التطوير الذهني والاجتماعي " **أهداف الدراسة -** مدى تأثير برنامج التربية البدنية على التطوير الذهني . **المنهج التجريبي** على عينة قوامها (24) وزعوا على ثلاث مجموعات الأولى تجريبية والثانية ضابطة والمجموعة التجريبية الثالثة شاركت في التحكم والتنظيم والتحفيز . **النتائج :-** هنالك واضح المستوى الذهني للمجموعة التجريبية الأولى التي شاركت مشاركة فعالة في تنفيذ البرنامج الرياضي . - ليس هنالك أي تطور المجموعة الضابطة . - هنالك تطور بسيط للمجموعة التجريبية الثانية التي شاركت في التحكم والتنظيم والتحفيز .

3- دراسة **Prangle Soloman (1967) (12)** عنوانها " تأثير برامج التربية البدنية على العمل الذهني . **أهداف الدراسة -** تأثير البرنامج الرياضي على سرعة العمل الذهني - تأثير البرنامج الرياضي على القابلية الحركية . **المنهج المستخدم :-** المنهج التجريبي لمجموعتين الأولى تجريبية وتعرضت لممارسة برنامج متكامل لتمارين التربية والأخرى مجموعة ضابطة . **النتائج :-** 1- دلت النتائج على أن المجموعة التجريبية أفضل من الضابطة في القابلية الحركية . - ليس هناك سرعة في العمل الذهني لكلا المجموعتين .

#### الاجراءات:

**منهج البحث :-** استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي للملائمة لطبيعة البحث .

**عينة البحث :-** تم اختيار عينة بالطريقة العشوائية من التلاميذ المعاقين في مركز الضمان الاجتماعي وقد بلغ عدد أفراد العينة (20) من التلاميذ وكذلك عينة من المعلمات اختيرت بالطريقة المعدية بلغ عدده (4)

جدول (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء في نسبة الذكاء لعينة البحث

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الذكاء	62.13	3.96	63.00	0.74

يضح من جدول (1) أن معامل الالتواء لنسبة الذكاء قد انحصر ما بين (3+) (3-) وهذا ما يدل على تجانس عينة البحث في هذا المتغير .

#### وسائل جمع البيانات

1-1 **استارة الاستبيان :** قام الباحثان بالإطلاع على العديد من المراجع والدراسات العلمية بغرض إعداد استارة الاستبيان يمكن من خلالها تقييم المشاركة في الأنشطة الترويحية فقد قام الدارسون بتحديد محاور الاستبيان في محورين أساسيين هما :

1- الترويح الرياضي .

2- الترويح الاجتماعي .

جدول (2) النسبة المئوية لآراء الخبراء حول مدى مناسبة محاور الاستبيان

النسبة المئوية	عدد آراء الموافقة	المحاور
100%	10	الترويج الرياضي
80%	8	الترويج الاجتماعي

يتضح من جدول (2) أن نسبة موافقة الخبراء على المحاور الأساسية قد تراوحت بين (80-100%) وهذا ما يؤكد صلاحية محاور الاستبيان للهدف الموضوع من أجله .

**الدراسة الأساسية:-** قام الدارسون بالخطوات التنفيذية لمشروع البحث في الفترة من (3-4-2016ف) لغاية (5-4-2016ف) بتطبيق الاستبانة بتقييم المعلمات وعددهن (4) على عينة البحث بواقع (5) تلاميذ لكل معلمة . حيث تقوم المعلمة والمشرفة على الأنشطة الترويجية بتقييم التلاميذ عن طريق وضع درجات تنحصر ما بين (3-1) حيث تعبر الدرجة (1) أقل درجة للمشاركة ، وتعبر الدرجة (3) عن أقصى درجة للمشاركة .

### أولاً : عرض النتائج

جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لأهمية محوري الاستبيان

المحور	عدد الصادات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	الترتيب
الترويج الرياضي	10	28.15	13.67	53.70	الأول
الترويج الاجتماعي	10	24.27	13.39	46.30	الثاني
المجموع	20	52.42	27.06	100%	

يتضح من الجدول (4) الخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لأهمية محوري الاستبيان بأن الترويج الرياضي قد حصل على أعلى نسبة مشاركة في الأنشطة الترويجية بنسبة (35.70%) ثم جاء بعدها لترويج الاجتماعي بنسبة (46.30%).

جدول (5) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لأهمية محوري الترويج الرياضي لعينة البحث (ن = 20) .

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
1	هل لديك القدرة على تمييز حركاتك بالتوافق والاتزان	1.95	0.92	6.93
2	هل لديك القدرة للمشاركة في أنشطة السرعة	2.15	1.17	7.64
3	هل لديك القدرة للمشاركة في ألعاب بسيطة التنظيم	3.21	1.42	11.40
4	هل لديك القدرة للتمييز بالإدراك الحركي للأنشطة	2.64	1.31	9.38
5	هل لديك القدرة للجلوس بطريقة صحيحة	2.93	1.57	10.41
6	هل لديك القدرة على إدراك الأوضاع الأساسية للتوام	3.06	1.33	10.85
7	هل لديك القدرة على التصويب	3.70	1.78	13.14
8	هل لديك القدرة على إدراك الاتجاهات المكانية	2.81	1.33	9.98
9	هل لديك القدرة على أداء الحركات بمصاحبة الموسيقى	2.60	1.25	9.27
10	هل لديك القدرة على الاتزان والتحرك في خط مستقيم	3.10	1.59	11.01

يتضح من الجدول (5) الخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لأهمية الأنشطة الترويج الرياضي لعينة البحث ، بأن هناك أنشطة قد حصلت على أعلى نسبة مئوية تمثلت في الفقرة (8) .

جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لأهمية محوري الترويج الرياضي لعينة البحث (ن = 20) .

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
1	هل لديك المشاركة في نشاط الأسرة	1.95	0.92	6.93
2	هل يمكنك في الرحلات المدرسية	2.15	1.17	7.64
3	هل يمكنك المشاركة في حفلات السمر	3.21	1.42	11.40
4	هل يمكنك المشاركة في حفلات المدرسية	2.64	1.31	9.38
5	هل لديك القدرة على التفاهم مع الآخرين	2.93	1.57	10.41
6	هل لديك القدرة على الطاعة عند تلقي الأوامر	3.06	1.33	10.85
7	هل يمكنك المحافظة على البيئة المدرسية	3.70	1.78	13.14
8	هل يمكنك مراعاة مشاعر الآخرين	2.81	1.33	9.98
9	هل يمكنك المشاركة في الألعاب الترويحية الجماعية	2.60	1.25	9.27
10	هل يمكنك التعاون مع أفراد الفصل	3.10	1.59	11.01
		28.15	13.67	

يتضح من الجدول (6) الخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لأهمية الأنشطة الترويج الرياضي لعينة البحث ، بأن هناك أنشطة قد حصلت على نسبة مئوية عالية في ضوء مشاركة المعاقين والتي تمثلت في الفقرة (7) .

#### ثانياً : مناقشة النتائج

يتضح من خلال عرض الجدول (4) الخاص بالمتوسط بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمشاركة عينة البحث من المعاقين في الأنشطة الترويحية بأن الترويج الرياضي قد حصل على أعلى نسبة مشاركة في الأنشطة الترويحية قد بلغت (53.70%) ن ثم جاء في المرتبة الثانية الترويج الاجتماعي بنسبة مئوية قدرها (46.30%) وهذه النتيجة تتفق مع دراسة مني الحماحي (1987) من أن انتظام المعاق في الأنشطة الترويحية الرياضية تساعده على تحقيق التوازن النفسي الذي يؤدي إلى الرضا عن نفسه ويسهم في سرعة اندماجه في المجتمع (27:8) . كذلك فإن للأنشطة الاجتماعية دورها الفعال في تعديل سلوك المعاق ذهنياً ، من خلال إثراء القيم الاجتماعية . تخفيض رمضان محمد الفذافي (1996) بأن الأنشطة الاجتماعية تهدف إلى تخفيض مستوى التوقعات التي يفرضها الناس على الآخرين ، وإلى زيادة قدرة المعاقين ذهنياً على مقابلة توقعات ومطالب الناس تجاههم مما يمكنهم من التفاعل بنجاح في المواقف الاجتماعية (169:4) .

ويشير الجدول (5) الخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لأهمية الترويج الرياضي إلى أن نسبة مشاركة المعاقين ذهنياً في الأنشطة الترويحية قد بلغت أعلى نسبة في الفقرة (8) .

وهذا يتفق مع ما ذكره إبراهيم رحومة زايد وآخرون (1984) بأن الحركة هي العامل الأساسي المساعد في العمليات الترويحية للمعاقين لكي يصبحوا قادرين على التحرك والتغلب مع الارتفاع بمستوى اللياقة الصحية العامة ، والبدنية والارتقاء بعناصر اللياقة البدنية كالتوافق الفعلي العصبي والمرونة وقوة التحمل مع إكسابهم بعض المهارات الأخرى لتصحيح الأخطاء التي قد نظراً على قواهم نتيجة لنوع الإعاقة (82:1) .

ويشير الجدول (6) الخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لأهمية الترويج الرياضي إلى أن نسبة مشاركة المعاقين لاحتوى الأنشطة الترويحية الاجتماعية للمعاقين ذهنياً قد بلغت أعلى نسبة في الفقرة رقم (7) .

فهذا يتفق مع ما ذكره حلمي إبراهيم ولبلى السيد فرحات (1998) يجب أن تهدف برامج المعاقين إلى خلق الظروف التي تدفعهم إلى المشاركة في البرامج الاجتماعية ، ويجب إشراكهم في التخطيط لهذه البرامج وإفهامهم الممارسة والفائدة التي ستعود عليهم وتتمية روح المنافسة والتنافس بينهم ، ولا شك أن عجز المعاق يؤثر على ممارسته لبعض أنواع الأنشطة مما يؤثر على نموه واندماجه في المجتمع ، لذلك فقد تؤثر استجابات أفراد المجتمع ونظرتهم للمعاق على شخصيته وتكيفه الاجتماعي ن لذا يجب إعداد المعاق للحياة معتمد على نفسه ومنتقلاً عجزه وإبعاد الشعور بالخوف عنه وتكيفه مع المجتمع ويجب مساعدته على التوافق السوي من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية الاجتماعية (42:3) .

وبهذا يكون قد تحقق الإجابة على تساؤل البحث حول نوعيات الأنشطة المفضلة لدى المعاقين ذهنياً في كل من الترويج الرياضي والترويج الاجتماعي .

#### أولاً : الاستنتاجات في ضوء عرض النتائج ومناقشتها وفي حدود عينة البحث توصل الدارسون إلى الاستنتاجات الآتية :-

1- حققت مشاركة المعاقين ذهنياً أعلى معدلاتها بنسبة (53.70%) للأنشطة الترويحية الرياضية .

- 2- حققت مشاركة المعاقين ذهنياً أعلى معدلاتها بنسبة (46.30%) للنشطة الترويجية الاجتماعية .
- 3- حققت المشاركة الترويجية الرياضية أعلى نسبها المتوية وكانت متمثلة في الفقرة رقم (8) .
- 4- حققت المشاركة الترويجية الاجتماعية أعلى نسبها المتوية وكانت متمثلة في الفقرة (7) .

ثانياً : التوصيات

- 1- ضرورة استخدام استمارة الاستبيان لتقييم المشاركة في الأنشطة الترويجية الرياضية والاجتماعية للمعاقين ذهنياً .
- 2- التأكيد على توفير الأجهزة والأدوات الخاصة بالأنشطة الترويجية الرياضية المختلفة والتي تراعي فيها جانب السلامة والأمان للمعاقين ذهنياً .
- 3- التأكيد على إعداد برامج ترويجية رياضية واجتماعية والتي تراعي فيها القدرات العقلية والبدنية للمعاقين ذهنياً
- 4- التأكيد على إدخال المعلمين والمشرفين على العملية التعليمية للمعاقين ذهنياً في دورات إعداد وصقل في مجال الأنشطة الترويجية الرياضية والاجتماعية .
- 5- إجراء دراسات مشابهة على مجالات الترويج الأخرى ومختلف أنواع الإعاقة .

### المراجع

- 1- إبراهيم أرحومة زايد وآخرون (1984) المعاقون ومجالات الأنشطة الرياضية ، المنشأة العامة للنشر والتوزيع ، طرابلس ، ليبيا .
- 2- تهازي عبد السلام (2001) الترويج والتربية الترويجية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ن القاهرة .
- 3- حلمي إبراهيم ، ليلي السيد فرحات (1998) التربية الرياضية والترويج للمعوقين ن دار الفكر العربي ، القاهرة
- 4- رمضان محمد القذافي (1996) رعاية المتخلفين ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية .
- 5- كمال درويش (1990) الترويج وأوقاف الفراغ في المجتمع المعاصر ، مكتبة الطالب الجامعي ، مكة المكرمة
- 6- كمال درويش ومحمد المحامي (1997) رؤية عصرية للترويج الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 7- محمد المحامي وعائدة عبد العزيز الترويج بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب ، الطبعة الثانية ، القاهرة .
- 8- منى محمد المحامي (1987) التوافق الحركي وعلاقته بالنمو العقلي واللغوي لدى أطفال التربية الفكرية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية للبنات جامعة عين الشمس .
- 9- ميلود محمد وادي (2004) تأثير برنامج مناشط ترويجية رياضية مقترح على مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي ، ماجستير ، جامعة طرابلس .
- 10-CorderW.O.Effects of physical education program on the intellectual physical and social 32:357-64(1966) .
- 11- Oliver , J N the effect of physical conditioning exercises and activates on the mental characteristics 28,155-165(1958).
- 12- Soloman A, and prangle , R Demonstration of physical fitness improvement E, M, R Exceptional children 34:81(1967)

## وضع مستويات معيارية لبطارية اختبارات مستخلصة

## لقياس الاستعداد البدني في كرة اليد

\*د. لطفية إحمد شقلايو

\*\*د. فاطمة جمعة بن سعود

**مقدمة ومشكلة البحث:** تعتبر المدرسة هي المؤسسة التي أنشأها المجتمع لتربية صغاره وشبابه، فهي المكلفة بإعداد النشء وفق تصور شامل ومنهج مخطط ومحكم، فالمدرسة هي المرجع الأعلى في كل ما يتعلق بعملية التربية فهي تلعب دورا قياديا في حياة المجتمع، وتعتبر المرحلة الابتدائية من أهم المراحل التي تظهر فيها أوجه نمو الطفل البدني والحركي والعقلي، كما أنه في هذه المرحلة يكتسب الطفل العديد من المهارات وتكون لديه القابلية لتعلم الأنشطة الرياضية.

ويتفق كل من موريس وستايل Morris & Stiehl (1985)، ومصطفى باهي (2002)، وأحمد أمين (2003) على أن في هذه المرحلة السنية يزداد تطور النمو الحركي بصورة ملحوظة إذ نجد أن الطفل يتمكن بدرجة كبيرة من التوجيه الهادف لحركته ومن القدرة على التحكم فيها كما تتسم حركات الطفل بقدر كبير من الرشاقة والسرعة والقوة (21: 195-196)، (16: 97)، (2: 60).

ويضيف أسامة راتب وإبراهيم عبد ربه (2005) أن الطفل في هذه المرحلة يتمكن من أداء معظم الحركات الانتقالية وتحسن قدرته على تركيز البصر ومتابعة الأشياء والتناول وتمييز بمقدرته على سرعة اكتساب وتعلم المهارات والقدرات الحركية المتنوعة (3: 106).

ويؤكد إفريت كوب Everett Koop (2002) على أن تلاميذ هذه المرحلة يظهر لديهم نمو المهارات الحركية بصورة سلسة وقوية ولكن قد يظهر تباين كبير بينهم من حيث التوافق والتوازن والتحمل البدني (20).

ويشير مارك Mark (2003) على أن هذه المرحلة تتميز بنمو القدرة على التفكير الابتكاري وبداية ظهور الميول ويبدو ذلك واضحا في اهتمام الأطفال بالأنشطة الرياضية التي تمارس بحضرة تتحدى تفكيرهم وتتطلب ابتكارهم مثل كرة القدم والسلة واليد (22).

ويضيف أسامة راتب، إبراهيم عبد ربه (2005) نظرا لأن هناك فروق فردية متوقعة بين التلاميذ في خصائص النمو الجسمي وقدراتهم الحركية ومدى استعدادهم وقابليتهم للتعلم والتدريب فإنه يتوقع أن يكون هناك تميز واضح لبعض التلاميذ في تلك الخصائص الجسمية والحركية، وبذلك يمكن للبري الرياضي التنبؤ بإمكانية تفوقهم في بعض الأنشطة الرياضية، ومن ثم اختيارهم ضمن الفرق الرياضية المدرسية (3: 19).

وتلعب معرفة الاستعدادات والقدرات الخاصة دورا هاما في عملية التوجيه والإرشاد لاختيار الأنشطة الرياضية المختلفة لذا من الضرورة قياس الاستعدادات للطفل الذي يريد ممارسة نشاط رياضي معين قبل أن يبدأ في التدريب الفعلي في نوع النشاط المختار حتى نستطيع بذلك أن نوفر الوقت والجهد الذي يبذل في التدريب، كما يجب أن تخضع عملية التوجيه إلى أسس علمية سليمة والتي من أهمها عمليات القياس والتقييم، فالتقييم عملية لازمة لأي مجال من المجالات.

ويؤكد كمال الدين درويش وآخرون (2002) على أن التقييم وبرامجه في العصر الحديث أصبح ملازما لكل العمليات التربوية حتى صار جزءا لا يتجزأ من النظم التعليمية أو التدريبية فمنذ بداية القرن العشرين ظهر الاهتمام بعملية التقييم نتيجة لإيمان المرين بأن أي تقدم لا يمكن إحرازه في المجال التربوي دون الاستناد إلى برنامج تقويمي، ولقد شمل التقييم أغلبية المجالات وأصبح ملازما لكل عمل ينشده منه التقدم والرقى (9: 17).

والتربية الرياضية هي إحدى المجالات التي تستوجب ضرورة استخدام القياس والتقييم، وتعتبر كرة اليد إحدى الأنشطة الرياضية التي لا بد وأن تستخدم الأسلوب العلمي للتعرف على مدى تقدم وتحقيق مستوى محاري أفضل، وبطريقة علمية دقيقة تتحرر من مجرد الخبرات الشخصية الذاتية لكثير من المتخصصين، وباستخدام الاختبارات في رياضة كرة اليد للتلاميذ من (9-12 سنة) لا يخرج عن الهدف الأساسي للتقييم، فهو وسيلة هامة لإحداث التغيير والتطوير فيها سواء كان من حيث تعلم المهارات الحركية واكتساب القدرات البدنية وتطويرها أو من حيث اختيار التلاميذ للمشاركة في الفرق الرياضية المدرسية سواء بالنشاط الداخلي أو الخارجي.

ولقد تمت العديد من الدراسات العلمية لتحديد اختبارات موضوعية في كرة اليد مثل بريان برجان Brian bargeman (1995) (19)، ولطفية إحمد شقلايو (1997) (11)، وأكرم عيد زغلي (1999) (4)، ومحمد خالد حمودة وهالة يوسف مندور (1999) (13)، ودراسة حازم العامري (2006) (6)، ودراسة تيسير منسي وآخرون (2013) (5).

وينظرة سريعة إلى مستوى لعبة كرة اليد بليبيا نجد أن المستوى متدني بصورة واضحة إذا قورن بمستوى الدول العربية والأفريقية، وقد يرجع السبب الرئيسي في هذا التدني لعجز المدرسة عن القيام بدورها الفعال في الإعداد والتوجيه المبكر لتلاميذ المرحلة الابتدائية لممارسة الأنشطة المناسبة لإمكانياتهم واستعداداتهم، ومن خلال الحصر المكتبي للدراسات السابقة في مجال كرة اليد لاحظنا الباحثان قلة الدراسات التي تناولت بناء بطارية اختبارات في كرة اليد وبناء مستويات معيارية للاختبارات المستخلصة، وهذا ما دعا الباحثان إلى إجراء هذه الدراسة لتلاميذ المرحلة السنية من (9: 12 سنة) بمدارس بلدية الزاوية بليبيا وذلك للاستفادة من هذه الدراسة كؤشر لاختيار التلاميذ لتشكيل الفرق الرياضية المدرسية لكرة اليد للمشاركة في النشاط الداخلي والنشاط الخارجي بالمدرسة والتي تعد نواة للفرق المحلية بالأندية،

حيث أن مهمة مدرس التربية الرياضية ليست قاصرة على تنفيذ درس التربية الرياضية فحسب بل الإدارة الفعالة للنشاط الداخلي والخارجي للمدرسة والذي يعد جزءاً أساسياً من برنامج التربية الرياضية المدرسية .

**أهداف البحث :** يهدف البحث إلى بناء مستويات معيارية لبطارية الاختبارات المستخلصة لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية من (9-12 سنة) ببلدية الزاوية وذلك من خلال:

- 1- التعرف على مكونات الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية من (9-12 سنة) .
- 2- تحديد أهم الاختبارات التي تقيس الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية من (9-12 سنة).
- 3- استخلاص بطارية اختبارات لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية من (9-12 سنة) ببلدية الزاوية .
- 4- بناء مستويات معيارية لبطارية الاختبارات المستخلصة لقياس الاستعداد البدني للعبة ككل (بنين / بنات) ولأفراد العينة بنين وبنات كلاً على حده .

### تساؤلات البحث :

- 1- ما هي مكونات الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية قيد البحث؟
- 2- ما هي أهم الاختبارات التي تقيس الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية قيد البحث؟
- 3- هل الاختبارات البدنية المرشحة قابلة للتجمع نحو عوامل يمكن قبولها واستخلاص بطارية لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد لعينة الدراسة ؟
- 4- هل يمكن اشتقاق مستويات معيارية من بطارية الاختبارات المستخلصة لقياس الاستعداد البدني لأفراد العينة ككل (بنين / بنات) ولأفراد العينة بنين وبنات كلاً على حده ؟

### إجراءات البحث :

**منهج البحث :** استخدمت الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي للملائمة وطبيعة وأهداف الدراسة .

**عينة البحث :** تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية الطبقية وبلغ حجم العينة (2107) تلميذ وتلميذة بنسبة (16.60%) من تلاميذ الصف الرابع والخامس والسادس من المرحلة الابتدائية للتعليم الأساسي والتي تتراوح أعمارهم من (9-12 سنة) من تلاميذ مدارس بلدية الزاوية ، حيث تم تقسيم أفراد العينة على الدرستين الأساسيتين (الأولى دراسة استخلاص البطارية وبلغ عددهم 293 تلميذ وتلميذة ) و(الثانية دراسة اشتقاق المعايير وبلغ عددهم 1814 تلميذ وتلميذة).

**أدوات البحث :** استخدمت الباحثان عدداً من الأدوات التي ساعدتها في جمع بيانات البحث ومنها ما يلي:

استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد مكونات الاستعداد البدني في كرة اليد وأهم الاختبارات التي تقيسها والمناسبة لتلاميذ المرحلة السنية من (9-12 سنة)، الاختبارات البدنية المستخدمة في البحث ، بطاقات تسجيل الاختبارات البدنية ، الأدوات المستخدمة في تنفيذ الاختبارات .

**جدول (2) النسبة المئوية لأراء الخبراء في مكونات الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية قيد البحث**

النسبة المئوية لتكرارات ترشيحات الخبراء	مكونات الاستعداد البدني	مسلسل
81%	القوة العضلية	1
100%	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين	2
100%	القوة المميزة بالسرعة للذراع الرامية	3
86%	السرعة الانتقالية	4
81%	التحمل العضلي	5
81%	التحمل الدوري التنفسي	6
100%	الرشاقة	7
95%	المرونة	8
66%	التوازن	9
100%	التوافق	10
95%	الدقة	11

وقد تم تحديد مكونات الاستعداد البدني التي حصلت على موافقة الخبراء بنسبة أعلى من (50%) من رأي الخبراء وهي (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين ، القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية ، الرشاقة ، التوافق ، الدقة ، المرونة ، السرعة الانتقالية ، التحمل العضلي ، التحمل الدوري التنفسي ، القوة العضلية ، التوازن) ، وبذلك تم الإجابة على التساؤل الأول والذي ينص على ما هي مكونات الاستعداد البدني لكرة اليد للتلاميذ المرحلة السنوية قيد البحث؟

الاختبارات التي تقيس مكونات الاستعداد البدني : حددت الباحثان ثلاثة اختبارات تقيس كل مكون من مكونات الاستعداد البدني لكرة اليد وبشروط ألا تقل نسبة كل اختبار عن (50%) من رأي الخبراء .

جدول (3)النسبة المئوية لأراء الخبراء في الاختبارات المختارة لقياس مكونات الاستعداد البدني لكره اليد

٢٠	مكونات الاستعداد البدني	الاختبارات	وحدة القياس	النسبة المئوية لرأي الخبراء
1	القوة العضلية	قوة عضلات الرجلين	ك/ج	%89
		قوة عضلات الظهر	ك/ج	%88
		الجلوس من الرقود 30ث	ك/ج	%82
2	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين	الوثب العمودي من الثبات	سم	%100
		الوثب العريض من الثبات	سم	%100
		الوثبة الثلاثية من الثبات	سم	%88
3	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية	رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة	متر	%83
		رمي كرة طيبيه لأقصى مسافة	متر	%94
		رمي كرة يد قانونيه لأقصى مسافة	متر	%90
4	السرعة الانتقالية	عدو 50 متر من البدء المنخفض	زمن /ث	%80
		عدو 30 متر من البدء العالي	زمن /ث	%89
		عدو 20 متر من البدء العالي	زمن /ث	%99
5	التحمل العضلي	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين	عدد مرات	%72
		الانبطاح المائل ثني الذراعين	عدد مرات	%77
		الوثب العمودي من الوقوف والركبتين نصف ثني	عدد مرات	%70
6	التحمل الدوري التنفسي	الجرى لمسافة 400 متر	زمن / ث	%76
		المشي أو الجري لمدة 12 دقيقة	متر	%69
		الجرى أو المشي لمسافة 800 متر	زمن / د	%83
7	الرشاقة	الخطوة الجانبية 10ث	عدد/تكرار	%80
		الجرى الزجاجي بطريقة بارو	زمن / ث	%85
		رايت بومراخ للرشاقة	زمن / ث	%76
8	المرونة	ثني الجذع للأمام من الوقوف	سم	%90
		مرونة المتكبين	سم	%84
		مرونة دوران الجذع للجانبين	سم	%81
9	التوازن	الوقوف على العارضة بمشط القدم بالطريقة المتعامدة	زمن / ث	%77
		التوازن الحركي بمعرفه باس	زمن / ث	%78
		الوثب والتوازن فوق العلامات	زمن / ث	%74
10	التوافق	النط من فوق الحبل	عدد مرات	%76
		الدوائر المرقمة	زمن / ث	%90
		رمي الكرات على الحائط	درجة	%90
11	الدقة	التصويب على المربعات المتداخلة	درجة	%95
		التصويب على الدوائر المتداخلة	درجة	%88
		التصويب على زوايا المرى المرسومة على الحائط	درجة	%95

جدول (3) يوضح الإجابة على التساؤل الثاني للبحث وهو ما هي أهم الاختبارات التي تقيس الاستعداد البدني لكرة اليد للتلاميذ المرحلة السنوية قيد البحث ؟



الدراسة الاستطلاعية : قامت الباحثان بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من (16 : 2012/9/26) على عينة من تلاميذ المرحلة السنية من (9-12 سنة) بلغ حجمها (30 تلميذ وتلميذه) ، تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية الطبقية من الصفوف الرابع والخامس والسادس للمرحلة الابتدائية بواقع (5 تلاميذ) و(5 تلميذات) من كل صف دراسي من مدرسة أسماء بنت أبي بكر، ومن خارج عينة الدراسات الأساسية.

المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث : أولا : صدق الاختبارات : استخدمت الباحثان ما يلي للحصول على معامل الصدق للاختبارات :

أ- الصدق المنطقي : وهو ما يطلق عليه أيضا بصدق المضمون أو المحتوى وتم حسابه طبقا لأسلوب التفكير المنطقي عن طريق استطلاع رأي الخبراء ويتضح ذلك من الجدول (3) .

ب- الصدق العاملي : من خلال التحليل العاملي والتعرف على درجة تشبع الاختبارات على العوامل وهو ما يعبر عنه بالصدق العاملي ، ويتضح ذلك من الجدول (14).

ثانيا - ثبات الاختبارات : تم حساب ثبات الاختبارات بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بعد فترة زمنية مدتها (ثلاث أيام) على عينة الدراسة الاستطلاعية و البالغ حجمها (30) تلميذ وتلميذة ، وقد استخدمت الباحثان معامل ألفا كرونباخ للثبات لكل من التطبيقين الأول والثاني .

جدول (4) الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل ألفا كرونباخ للثبات لكل من التطبيقين الأول والثاني للاختبارات

معامل ألفا للثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الاختبارات	م	مكونات الاستعداد البدني
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي			
0.981	35.499	94.874	36.777	93.106	قوة عضلات الرجلين	.1	القوة
0.988	15.131	45.993	15.165	44.816	قوة عضلات الظهر	.2	
0.975	5.246	9.874	5.196	9.379	الجلوس من الرقود في 30 ث	.3	
0.964	5.291	21.164	4.975	20.195	الوثب العمودي من النبات	.4	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين
0.515	0.224	1.286	0.509	1.298	الوثب العريض من النبات	.5	
0.927	0.498	3.262	0.475	3.224	الوثبة الثلاثية من النبات	.6	
0.980	6.959	17.156	6.937	17.187	رمي كرة هوكي لأقصى مسافة	.7	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الراحية
0.944	1.894	5.970	1.897	5.965	رمي كرة طيبة لأقصى مسافة	.8	
0.989	4.446	11.289	4.450	11.255	رمي كرة يد لأقصى مسافة	.9	
0.974	1.102	10.543	1.110	10.702	عدو 50 متر من البدء المنخفض	.10	السرعة الاختيالية
0.880	0.630	6.199	0.605	6.403	عدو 30 متر من البدء العالي	.11	
0.775	0.644	4.632	0.660	4.755	عدو 20 متر من البدء العالي	.12	
0.986	6.799	5.778	6.870	4.901	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين	.13	التحمل العضلي
0.985	8.908	16.096	8.885	15.505	الابتطاح المائل ثني الذراعين	.14	
0.976	7.839	16.331	7.828	15.638	الوثب العمودي من الوقوف والركبتين نصف ثني	.15	
0.731	43.070	142.793	28.012	144.137	الجري لمسافة 400 متر	.16	التحمل الهوائي التنفسي
0.982	623.865	22169	645.815	2082.413	المشي والجري لمدة 12 دقيقة	.17	
0.852	1.04	5.05	1.02	5.14	المشي والجري لمسافة 800 متر	.18	
0.799	2.775	14.972	2.500	14.471	الخطوة الجانبية 10 / ث	.19	الرشاقة
0.914	0.822	8.696	0.775	8.873	الجري الزجاجي بطريقة بارو	.20	
0.837	2.414	20.375	2.470	20.706	رايت بومراخ للرشاقة	.21	
0.957	5.410	2.307	5.507	2.113	ثني الجذع للأمام من الوقوف	.22	المرونة
0.976	10.756	31.894	11.289	32.288	مرونة المنكبين	.23	
0.979	8.694	33.980	9.181	34.181	مرونة دوران الجذع لليمين للشمال	.24	
0.985	8.938	43.119	8.812	33.621			
0.774	9.609	15.292	6.069	14.648	الوقوف على العارضة بمشط القدم	.25	التوازن
0.940	18.151	74.903	17.926	74.571	التوازن الحركي بعرفة بأس	.26	
0.963	15.346	45.747	15.24	42.710	الوثب والتوازن فوق العلامات	.27	
0.659	3.637	2.860	1.824	2.317	النظ من فوق الحبل	.28	التوافق
0.988	5.956	18.277	5.954	18.465	الدوائر المرقمة	.29	
0.961	5.810	9.680	6.044	9.044	رمي الكرات على الحائط	.30	
0.943	4.564	7.645	4.418	6.894	التصويب على المربعات المتناخلة	.31	الدقة
0.963	5.191	11.768	5.081	11.362	التصويب على البوابز المتداخلة	.32	
0.959	4.294	8.137	4.171	7.437	التصويب على زوايا المرى المرسومة على الحائط	.33	

يوضح الجدول السابق ثبات اختبارات الاستعداد البدني حيث تراوحت قيمة معامل ألفا كرونباخ للثبات بين (0.515 : 0.994) وكانت أغلب الاختبارات ذات درجة عالية من الثبات.

**الدراسة الأساسية الأولى** (دراسة استخلاص بطارية اختبارات لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد):

**حجم العينة:** بلغ حجم العينة (293) تلميذ وتلميذة من الصفوف (الرابع والخامس والسادس) للمرحلة الابتدائية للتعليم الأساسي من المدارس بلدية الزاوية .

**تنفيذ الدراسة الأساسية الأولى:** قامت الباحثان بتطبيق الاختبارات على عينه البحث في الفترة من 2012/10/14 حتى 2012/11/15 .

**الدراسة الأساسية الثانية** (دراسة اشتقاق المعايير) :

**حجم العينة:** بلغ حجم عينة الدراسة الأساسية الثانية (1814) تلميذ وتلميذة من تلاميذ المرحلة الابتدائية للتعليم الأساسي ببلدية الزاوية .

**تنفيذ الدراسة الأساسية الثانية:** قامت الباحثان بتطبيق الدراسة في الفترة من 2013/1/27 وحتى 2013/4/25، وقد حرصت الباحثان على تطبيق القواعد التي تم تطبيقها أثناء إجراء الدراسة الأساسية الأولى والجدول التالي يوضح الخطة الزمنية لإجراء الدراسة الأساسية الثانية .

**المعالجات الإحصائية:** لتحقيق أهداف البحث والتوصل إلى النتائج قد تم استخدام حزمة البرامج الخاصة بالمعالجات الإحصائية في العلوم الاجتماعية (SPSS) وقد تم استخراج المعالجات التالية: الوسط الحسابي - الوسيط - المنوال - الانحراف المعياري - معامل ألفا كرونباخ للثبات - التحليل العاملي باستخدام طريقة المكونات الأساسية لهوتلنج في تحليل المصفوفة العاملية للمتغيرات البحث - المتينيات.

**عرض النتائج ومناقشتها:** في ضوء أهداف وتساؤلات البحث يتم عرض ومناقشة النتائج التي توصلت إليها الباحثان حسب ترتيب الأهداف قيد البحث.

**نتائج التحليل العاملي للاختبارات التي تقيس مكونات الاستعداد البدني:** كانت أول خطوات التحليل العاملي هي استخراج مصفوفة معاملات الارتباطات البينية للثلاثة وثلاثون متغيراً تشمل ثلاث اختبارات لكل مكون من مكونات الاستعداد البدني لكرة اليد، حيث أن التحليل العاملي يبدأ بالمصفوفة الارتباطية الشاملة للاختبارات البحث وينتهي إلى تلخيصها في المصفوفة الارتباطية وأن مصفوفة الارتباطات البينية للاختبارات الاستعداد البدني قد تضمنت (561) معامل ارتباط منها (101) ارتباطاً معنوياً ينقسم إلى (73) معامل ارتباط معنوي عند مستوى دلالة 0.01، ومنها (52) معامل ارتباط موجب و(21) معامل ارتباط سالب، و(28) معامل ارتباط معنوي عند مستوى دلالة 0.05 منها (14) معامل ارتباط موجب و(14) معامل ارتباط سالب، وكذلك هناك (460) معامل ارتباط غير معنوي، منها (252) معامل ارتباط موجب و(208) معامل ارتباط سالب .

وكانت أعلى الارتباطات الموجبة بين اختبار رمي كرة اليد القانونية لأقصى مسافة، واختبار رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة، حيث بلغ (0.765)، كما أن أعلى الارتباطات السالبة كانت بين اختبار عدو 50 متر من البدء المنخفض واختبار رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة حيث بلغ (-0.512)، وتبين أن هناك تجمعات ذات ارتباطات بينية عالية تدل على عدد من العوامل المستقلة، وحيث أن الحصول على الارتباطات بين متغيرات الاختبارات يمثل الخطوة الأولية للتحليل العاملي، وهذا ما يؤكد محمد صبحي حسنين (1996) أن أهمية الارتباطات بين المتغيرات تمثل في كونها خطوة تمهيدية للوصول إلى صورة ملخصة لمجموعة من الارتباطات في عملية التحليل العاملي (14: 23) .

وقد استخدمت الباحثان مصفوفة الارتباطات البينية للاختبارات الدراسة للتوصل إلى المصفوفة العاملية التي تصنف الاختبارات إلى فئات أو تجمعات متجانسة بحيث تقيس كل فئة عاملاً من تلك العوامل، وقد استخلص من التحليل العاملي عشرة عوامل، وقد لوحظ أن القيم ثابتة قبل التدوير وبعده، وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي المباشر على عشرة عوامل استخلصت من ثلاثة وثلاثون متغير لتحديد العوامل وتوقف الحاسب عن استخراج أي عوامل إضافية معتمداً في ذلك على محك كايزر، ثم تم تدوير العوامل العشرة المستخلصة للوصول إلى البناء البسيط simple structure باستخدام ألفا ريمكس Kaiser Varimax لكايزر .

وتوصلت الباحثان إلى أن القيم العددية لتسبعات اختبارات الاستعداد البدني بعواملها المشتركة قد تغيرت أساسياً، ويهدف التحليل العاملي في هذه الدراسة إلى محاولة فصل العوامل الطائفية التي تتمايز فيما بينها إلى الحد الذي يصلح إلى تفسير هذه العوامل ولكي يمكن إدراك العلاقة بين العوامل المستخلصة وتفسيرها بالقدرة التي تستدل عليها الباحثان بتسجيل النتائج النهائية للتدوير المتعامد بحيث تحذف جميع التسبعات التي تزيد أو تقل عن  $\pm 0.3$  وذلك حتى تتضح المكونات الاختبارية لكل عامل.



رقم ب	الإختبارات (للشبال)	العوامل													
		الاول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	الثامن	التاسع	العاشر				
25	الوقوف على عارضة بمشط التدم بالطريقة المتعامدة					0.479								0.300	0.523
26	التوازن الحركي بمعرفة باس		-0.325	0.315											0.675
27	الوثب والتوازن فوق العلامات													0.836	0.769
28	النط من فوق الحبل		0.555												0.500
29	الدوائر المرقمة														0.503
30	رمي الكرات على الحائط	0.598	0.398												0.627
31	التصويب على المربعات المتداخلة		0.531												0.507
32	التصويب على الدوائر المتداخلة		0.588												0.479
33	التصويب على زوايا المرمى المرسومة على الحائط		0.619												0.540
	المجموع الكامن	5.663	2.187	2.088	1.796	1.700	1.700	1.115	1.423	1.272	1.260				20.704
	نسبة التباين بعد الاستخلاص	16.655	6.433	6.141	5.281	5.001	5.001	4.749	4.184	3.742	3.705				60.892
	نسبة التباين المجموع	16.655	23.088	29.230	34.511	39.512	44.513	49.262	53.447	57.189	60.894				408.300

ويتضح من الجدول (5) أنه قد تشبع على العامل الأول (13) اختبار من مجموع الاختبارات المختارة قيد الدراسة ، والعامل الثاني قد تشبع عليه (7) اختبارات من مجموع الاختبارات والعامل الثالث قد تشبع عليه (3) اختبارات ، والعامل الرابع قد تشبع عليه (5) اختبارات ، والعامل الخامس قد تشبع عليه (4) اختبارات ، والعامل السادس قد تشبع عليه (5) اختبارات ، والعامل السابع تشبع عليه (4) اختبارات ، والعامل الثامن قد تشبع عليه (4) اختبارات ، أما العامل التاسع والعامل العاشر فقد تشبع عليها اختباران فقط.

وفي ضوء شروط قبول العامل نستطيع أن نشير إلى أن العوامل المستخلصة بعد التدوير المتعامد ثمانية عوامل فقط ، حيث تم استبعاد العامل التاسع والعاشر نتيجة لعدم تشبع ثلاثة اختبارات أو أكثر عليها.

مناقشة نتائج التحليل العامل للاختبارات التي تقيس مكونات الاستعداد البدني : استندت الباحثان في تفسير العوامل المستخلصة عن طريقة التدوير المتعامد المستخدمة على إتباع تعليقات ترستون Thurston .

#### جدول (6) الترتيب التنازلي لتشعبات الاختبارات الاستعداد البدني لكرة اليد بالعامل الأول

التشعب	اسم الاختبار	رقم الاختبار	مسلسل
0.848	رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة	7	1
0.808	رمي كرة طلبة لأقصى مسافة	8	2
0.795	رمي كرة يد قانونية لأقصى مسافة	9	3
0.773	قوة عضلات الظهر	2	4
0.690	قوة عضلات الرجلين	1	5
0.598	رمي الكرات على الحائط	31	6
0.519	الجلوس من الرقود في 30 ث	3	
0.478	الجلوس من الرقود من وضع نتي الركبتين	13	8
0.464	الوثبة الثلاثية من النبات	6	9
0.362	الجري والمشي لمدة 12 دقيقة	17	10
-0.509	الجري الزجاجي بطريقة بارو	20	11
-0.514	رايت يومرالج للرشاقة	21	12
-0.515	عدو 50 متر من البدء المنخفض	10	13

وضع الجدول (6) الترتيب التنازلي لتشعبات الاختبارات الدالة على العامل الأول باستخدام التدوير المتعامد ، كما يتضح من الجدول أن الاختبارات التي تشعبت على العامل الأول باستخدام التدوير المتعامد قد بلغت (13) اختبار من مجموع الاختبارات الكلية قيد البحث التي بلغ عددها ( 33 ) اختبار حيث تراوحت قيم تشعباتها على هذا العامل ما بين ( 0.515 - : 0.848 ) ، وكان أعلى تشعب هو لاختبار رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة حيث بلغ (0.848) ، كما يتضح من الجدول أن أعلى التشعبات كانت لاختبار رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة و اختبار رمي كرة طيبة لأقصى مسافة واختبار رمي كرة يد قانونية لأقصى مسافة حيث بلغت قيمة التشعبات الثلاثة على التوالي (0.848)،(0.808)،(0.795) ، ومن الملاحظ أن الاختبارات الثلاث الأولى الغرض منها هو قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع ، وبالتالي يمكن تسمية هذا العامل بعامل القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع وهذه القدرة هي إحدى مكونات الاستعداد البدني التي حددها الخبراء بنسبة 100 % وهذا يتفق مع دراسة محمد عبد المجيد ( 1992 ) حيث حدد عنصر القوة المميزة بالسرعة على أنها إحدى أهم العناصر البدنية لناشئين كرة اليد ( 15 : 34 ) ، كما تتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كمال عبد الحميد وصبحي حسنين (2001)، وكال الدين درويش وآخرون ( 2002 ) على أن من أهم العناصر البدنية الخاصة في كرة اليد تتمثل في ( القوة المميزة بالسرعة والسرعة الانتقالية ... الخ ) ( 10 : 69 ) ، ( 9 : 135 ) ، ولأهمية السرعة في كرة اليد يشير كمال عبد الحميد وصبحي حسنين (2001) إلى أن القدرة ( القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين) تؤهل اللاعب لأداء التمريزات الطويلة القوية والتصويب بقوة على المرمى ( 10 : 70 ) .

جدول ( 7 ) الترتيب التنازلي لتشعبات اختبارات الاستعداد البدني لكرة اليد بالعامل الثاني .

التشعب	أسم الاختبار	رقم الاختبار	مسلسل
0.619	التصويب على زوايا المرمى المرسومة على الحائط	33	1
0.558	التصويب على الدوائر المتداخلة	32	2
0.554	النط من فوق الجبل	28	3
0.531	التصويب على المربعات المتداخلة	31	4
0.398	رمي الكرات على الحائط	30	5
0.325	التوازن الحركي بمعرفة باس	26	6
0.341	عدو 20 متر من البدء العالي	12	7

يبين الجدول (7) ترتيب الاختبارات التي تشعبت على العامل الثاني ترتيباً تنازلياً وقد بلغت (7) اختبارات، حيث تراوحت قيم تشعباتها ما بين ( 0.619 : 0.341 ) وكان أفضل اختبار كشفت عنه الدراسة هو اختبار التصويب على زوايا المرمى المرسومة على الحائط ، وقد احتوى العامل على ( 3 ) اختبارات تقبس عنصر الدقة ، واختباران يقبسان عنصر التوافق واختبار يقبس التوازن واختبار يقبس السرعة الانتقالية ؛ وبما أن أكثر الاختبارات تشعباً هي التي تقبس عنصر الدقة ، كما أن أعلى تشعب هو لاختبار التصويب على زوايا المرمى المرسومة على الحائط، والذي حصل على تشعب ( 0.619 ) والغرض منه هو قياس الدقة فبذلك يمكن تسمية هذا العامل بعامل الدقة ، وبذلك تعتبر الدقة هي المكون الثاني لمكونات الاستعداد البدني ، ولأهمية الدقة في كرة اليد فقد حددت دراسة سعاد جبر ( 1992 ) ( 7 ) ، وبريان بيرجان ( 1995 ) ( 19 ) ، اختبار لقياس الدقة ، كذلك يتفق كل من كمال عبد الحميد وصبحي حسنين ( 2001 ) ، وكال الدين درويش وآخرون ( 2002 ) على أن الدقة هي إحدى العناصر البدنية اللازمة لكرة اليد ( 10 : 70 ) ، ( 9 : 75 ) .

جدول ( 8 ) الترتيب التنازلي لتشعبات اختبارات الاستعداد البدني لكرة اليد بالعامل الثالث.

التشعبات	أسم الاختبار	رقم الاختبار	مسلسل
0.895	مرونة دوران الجذع للجانبين (لليمين)	24	1
0.885	مرونة دوران الجذع للجانبين (للشمال)	24	2
0.315	الوثب والتوازن فوق العلامات	27	3

يبين الجدول ( 8 ) الترتيب التنازلي لاختبارات الاستعداد البدني التي تشعبت على العامل الثالث باستخدام التدوير المتعامد ، ويتضح من الجدول أن العامل الثالث أعتمد على (3) اختبارات تراوحت تشعباتها ما بين (0.895 : 0.315)، حيث احتوى العامل على اختباران يعتمد في جوهرها على قياس مرونة دوران الجذع للجانبين واختبار واحد يقبس التوازن الحركي ، كما يبين الجدول أن أكثر الاختبارات التي تشعبت تشعباً جوهرياً بهذا العامل هو اختبار مرونة دوران الجذع للجانبين حيث بلغت قيمة التشعب ( 0.895 ) وهذا الاختبار يقبس المرونة ولذلك يعتبر عنصر المرونة إحدى المكونات البدنية الخاصة لكرة اليد وهذا يتفق مع كل من دراسة محمد عبد المجيد ( 1992 ) ( 15 ) ، ومحمد حسن ( 1992 ) ( 12 ) ، كما يشير كمال عبد الحميد وصبحي حسنين ( 2001 ) إلى أن المرونة هي أساس تعلم المهارات الحركية الرياضية ( 10 : 70 ) .

جدول (9) الترتيب التنازلي لتشعبات اختبارات الاستعداد البدني لكرة اليد بالعامل الرابع

التشعبات	أسم الاختبار	رقم الاختبار	مسلسل
0.633	عدو 30 متر من البدء العالي	11	1
0.492	عدو 50 متر من البدء المنخفض	10	2
0.485	عدو 20 متر من البدء العالي	12	3
-0.447	الوثب العمودي من الثبات	4	4
-0.505	مرونة المنكبين	23	5

يوضح الجدول (9) اختبارات الاستعداد البدني التي تشعبت على العامل الرابع باستخدام التدوير المتعامد ترتيباً تنازلياً، كما يبين الجدول إن العامل الرابع قد تشعب عليه (5) اختبارات تتراوح قيمة التشعبات ما بين (0.633 : -0.505)، وبالنظر إلى هذه الاختبارات يلاحظ أن (3) اختبارات تتسم بقياس السرعة الانتقالية، واختبار يقيس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين واختبار يقيس مرونة المنكبين ونظراً لأن أعلى تشعب بلغ (0.633)، لاختبار عدو 30 متر من البدء العالي، وهو اختبار يقيس السرعة الانتقالية، كما أن أكثر الاختبارات تشعباً على هذا العامل الاختبارات التي تقيس السرعة الانتقالية لذلك رجحت الباحثة تسميته هذا العامل بعامل السرعة الانتقالية، حيث أن السرعة الانتقالية هي من العناصر الهامة التي تحتاجها كرة اليد، وهذا يتفق مع دراسة كل من محمد عبد الحميد (1992) (15)، وعزه على (1993) (8)، وأحمد ياقوت (1992) (1)، ومحمد حسن (1992) (12)، وأكرم زغلي (1999) (4)، ويشير منير جرجس (2004) إلى أن السرعة الانتقالية من العوامل الحاسمة التي تؤثر بشكل مباشر ومستمر على نتيجة المباراة، بل أن أي تطوير نسيم عنه في اللعب غالباً ما يكون عامل السرعة ورائه (58:17)

جدول (10) الترتيب التنازلي لتشعبات اختبارات الاستعداد البدني لكرة اليد بالعامل الخامس

التشعبات	أسم الاختبار	رقم الاختبار	مسلسل
0.725	الوثب العريض من الثبات	5	1
0.479	الوقوف على العارضة بمشط القدم بالطريقة المتعامدة	25	2
0.471	الجلوس من الرقود في 30/ث	3	3
0.315	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين	13	4

يوضح الجدول (10) الترتيب التنازلي للاختبارات التي تشعبت بالعامل الخامس باستخدام التدوير المتعامد، ويلاحظ من الجدول أن العامل الخامس يتضمن أربع اختبارات، منهم اختبار لقياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين، والثاني لقياس التوازن الثابت، والاختبار الثالث لقياس قوة عضلات الجذع والبطن، والاختبار الرابع لقياس التحمل العضلي، وبما أن أعلى تشعب في العامل الخامس بلغ (0.725) لاختبار الوثب العريض من الثبات، وحيث أن هذا الاختبار يقيس عنصر القدرة (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين) سمي هذا العامل بعامل القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين وهي إحدى المكونات البدنية الأساسية في كرة اليد وهذا ما يتفق مع دراسة كل من محمد عبد الحميد (1992) (15)، وبيرجان (1995) (19)، وتيسير منسي- وآخرون (2013) (5) يذكر كمال عبد الحميد وصبحي حساين (2001) أن أهمية القدرة العضلية (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين تكمن في مدى استطاعت اللاعب من الوثب (عالي - طويل) ليتمكن من الاستحواذ على الكرات العالية وفي أداء التمير أو التصويب من الوثب (10:70)

جدول (11) الترتيب التنازلي لتشعبات اختبارات الاستعداد البدني لكرة اليد بالعامل السادس

التشعبات	أسم الاختبار	رقم الاختبار	مسلسل
0.741	ثني الجذع الأمام من الوقوف	22	1
0.591	الانبطاح المائل ثني الذراعين	14	2
0.451	جري ومشى لمدة 12 دقيقة	17	3
0.301	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين	13	4
-0.451	جري لمسافة 400 متر	16	5

يوضح الجدول (11) الترتيب التنازلي لتشعبات الاختبارات بالعامل السادس حيث تراوحت التشعبات ما بين (0.741 : -0.451)، وقد احتوى العامل السادس على (5) اختبارات تنقسم كل منها عنصر من العناصر البدنية الخاصة لكرة اليد، حيث أن الاختبار رقم (22) يقيس مرونة الجذع للأمام والاختبار رقم (13)، (14) يقيس التحمل العضلي (تحمل القوة)، والاختبار رقم (16)، (17) يقيس عنصر التحمل الدوري التنفسي، كما يبين الجدول أن أكثر الاختبارات تشعباً هو الاختبار رقم (22) وهو اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف وهذا الاختبار يقيس مرونة العمود الفقري للأمام، وذلك يؤكد أن عنصر- المرونة من العناصر الخاصة لرياضة كرة اليد، وهذا ما يؤكد كل من ياسر دبور (1996)، وكمال عبد الحميد وصبحي حساين (2001)، وكمال الدين درويش وآخرون (2002) على

أن المرونة هي إحدى العناصر البدنية الخاصة لكرة اليد (18 : 11)، (10 : 70)، (9 : 135) ويشير منير جرجس (2004) إلى أن المرونة تسهم في تطوير الصفات البدنية الأخرى ، فالمرونة تعتبر من الأسس الجوهرية في اكتساب وإتقان الأداء الحركي (17 : 59) .

جدول (12) الترتيب التنازلي لتشعبات اختبارات الاستعداد البدني لكرة اليد بالعامل السابع

التشعبات	رقم الاختبار	أسم الاختبار	مسلسل
0.758	19	الخطوة الجانبية 10 / ث	1
0.318	6	الوثبة الثلاثية من الثبات	2
- 0.324	26	التوازن الحركي بمعرفة باس	3
- 0.614	29	الدوائر المرقمة	4

يبين الجدول (12) ترتيب الاختبارات التي تشعبت على العامل السابع وقد بلغ عددها (أربع) اختبارات من مجموع الاختبارات الكلية المرشحة للتحليل العاملي ، حيث تراوحت قيم تشعباتها على العامل السابع ما بين ( 0.758 : -0.614) وكان أفضل اختبار كشفت عنه الدراسة هو اختبار الخطوة الجانبية الذي يقيس عنصر- الرشاقة وهي إحدى العناصر البدنية اللازمة للأداء المهاري في كرة اليد ، وذلك يتفق مع آراء الخبراء حيث تحصل عنصر الرشاقة على نسبة 100% من آراء الخبراء باعتبار الرشاقة هي إحدى المكونات البدنية للاستعداد البدني في كرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية من (9 : 12) سنة، وكذلك تتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من أحمد ياقوت (1992) (1)، ومحمد حسن (1992) (12)، وأكرم زغلي (1992) (4)، ويذكر كمال عبد الحميد وصبحي حسانين (2001) على أن الرشاقة تمكن اللاعب من تغيير اتجاهه وأوضاع جسمه بسرعة وفقا للفرص الحركي المطلوب ، هذا بالإضافة إلى ما تتطلبه التحركات الدفاعية من مكون الرشاقة (10 : 70) .

جدول (13) الترتيب التنازلي لتشعبات اختبارات الاستعداد البدني لكرة اليد بالعامل الثامن

التشعبات	رقم الاختبار	اسم الاختبار	مسلسل
0.739	18	الجري والمشي لمسافة 800 متر	1
0.515	26	التوازن الحركي بمعرفة باس	2
0.367	23	مرونة المنكبين	3
0.313	16	جري لمسافة 400 متر	4

يوضح الجدول (13) الاختبارات الأكثر تشعبا وهي مرتبة ترتيبا تنازليا من الأعلى إلى الأقل تشعبا ، وقد بلغت عدد الاختبارات التي تشعبت على العامل الثامن (4) اختبارات من مجموع الاختبارات الكلية المرشحة لقياس الاستعداد البدني للمرحلة السنية قيد البحث ، حيث تراوحت قيم التشعبات ما بين ( 0.313 : 0.739 ) ، وكان أفضل اختبار كشفت عنه الدراسة هو اختبار الجري والمشي لمسافة 800 متر ، كما يبين الجدول إن أكثر الاختبارات تشعبا على هذا العامل الاختبارات التي تقيس عنصر التحمل الدوري التنفسي ، وبذلك يمكن تسمية هذا العامل باسم عامل التحمل الدوري التنفسي وهي إحدى العناصر البدنية اللازمة للأداء المهاري في كرة اليد وهذه النتيجة تتفق مع دراسة عزة سعيد (1993) (8) ، وبريان بيرجان (1995) (19).

جدول (14) العوامل المستخلصة وأهم تشعبات اختبارات الاستعداد البدني لكرة اليد على كل عامل

م	العوامل	رقم الاختبار	أسم الاختبار	التشعبات
1	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية	7	رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة	0.848
2	الدقة	33	التصويب على زوايا المرمى المرسومة على الحائط	0.619
3	مرونة الجذع للجانبين	24	دوران الجذع للجانبين	0.895
4	السرعة الانتقالية	11	عدو 30 متر من البدء العالي	0.633
5	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين	5	الوثب العريض من الثبات	0.725
6	مرونة الجذع الأمام	22	ثني الجذع للأمام من الوقوف	0.741
7	الرشاقة	19	الخطوة الجانبية 10 / ث	0.758
8	التحمل الدوري التنفسي	18	الجري والمشي لمسافة 800 متر	0.739

يوضح جدول (14) العوامل المستخلصة من التحليل العاملي للاستعداد البدني ، وبالتالي فإن أهم المكونات البدنية المكونة للاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية قيد البحث تتمثل في (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الرامية وعضلات الرجلين والدقة ومرونة الجذع للجانبين وللأمام والسرعة الانتقالية والرشاقة والتحمل الدوري التنفسي) ، كما يبين الجدول أن أهم الاختبارات التي تقيس مكونات الاستعداد البدني تتمثل في (اختبار رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة - اختبار التصويب على زوايا المرمى المرسومة على الحائط - اختبار دوران الجذع للجانبين - اختبار عدو 30 متر من البدء العالي - اختبار

الوثب العريض من الثبات - اختبار نثي الجذع للأمام من الوقوف - اختبار الخطوة الجانبية 10/ث - اختبار الجري والمشي لمسافة 800 متر، وبهذه النتائج تم الإجابة على التساؤل الثالث لهذه الدراسة وهو: هل الاختبارات البدنية المرشحة قابلة للتجمع نحو عوامل يمكن قبولها واستخلاص بطارية لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد لعينة الدراسة؟

وترى الباحثان إن الاختبارات المستخلصة يجب أن تمثل وحدات البطارية معظم العوامل المستخلصة المقبولة وحيث أن معايير وحدات البطارية المستخلصة يجب أن تكون الارتباطات البينية بين وحداتها مختلفة، بمعنى إن كل وحدة من وحدات البطارية تقيس صفة مستقلة عن الصفات الأخرى، وهذا ما تحقق بالفعل في هذه الدراسة.

جدول (15) مصفوفة الارتباطات البينية لوحدات بطارية الاختبارات المستخلصة لقياس الاستعداد البدني

م	وحدات البطارية	1	2	3	4	5	6	7	8
1	رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة	1.00							
2	التصويب على زوايا المرمى المرسومة على الحائط	0.390	1.00						
3	دوران الجذع للجانبين	0.017	0.070	1.00					
4	عدو 30 متر من البدء العالي	-0.378	-0.190	-0.076	1.00				
5	الوثب العريض من الثبات	0.091	0.242	0.032	0.115	1.00			
6	نثي الجذع للأمام من الوقوف	0.104	0.097	0.158	-0.001	0.041	1.00		
7	الخطوة الجانبية 10/ث	0.134	0.105	0.153	-0.112	-0.001	0.098	1.00	
8	الجري والمشي لمسافة 800 متر	-0.290	-0.201	0.071	0.240	-0.093	0.017	-0.089	1.00

يتضح من جدول (15) أن الارتباطات البينية بين وحدات بطارية الاختبارات المستخلصة لقياس الاستعداد البدني ضعيفة، لذا تمثل وحدات الاختبارات المستخلصة صلاحية عالية في قياس ثمانية اختبارات مستقلة لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية من (9 : 12 سنة).

جدول (16) الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل ألفا كرونباخ للثبات بين كل من التطبيق

الأول والثاني للاختبارات المستخلصة لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد

مسلسل	رقم الاختبار	الاختبارات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل ألفا كرونباخ للثبات
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	7	رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة	18.35	6.818	17.95	7.346	0.982
2	33	التصويب على زوايا المرمى المرسومة على الحائط	8.35	4.382	9.47	4.297	0.924
3	24	مرونة دوران الجذع للجانبين (اليمنى).	24.73	6.465	22.50	7.006	0.859
		مرونة دوران الجذع للجانبين (اليسار).	24.43	6.986	22.43	7.104	0.842
4	11	عدو 30 متر من البدء العالي.	6.47	0.652	6.35	0.670	0.973
5	5	الوثب العريض من الثبات.	1.22	1.439	1.23	1.522	0.980
6	22	نثي الجذع للأمام من الوقوف.	2.53	3.235	2.967	3.200	0.944
7	19	الخطوة الجانبية 10 /ث	16.27	2.02	16.17	2.61	0.899
8	18	الجري والمشي لمسافة 800 متر	5.13	0.707	5.02	0.641	0.977

يبين الجدول ( 16 ) أن معامل ثبات الاختبارات تراوح ما بين (0.842 : 0.982) وبذلك يتبين أن معدل عامل الثبات لهذه الاختبارات عالي. اشتقاق معايير للاختبارات المستخلصة لقياس الاستعداد البدني: في ضوء ما أسفرت عنه نتائج هذه الدراسة اتضحت في شكل تحديد اختبارات لقياس الاستعداد البدني، اتجهت الباحثان إلى وضع معايير للاختبارات المستخلصة على مجتمع تلاميذ المرحلة السنية قيد البحث.



جدول (17) المستويات المعيارية للاختبارات المستخلصة لقياس الاستعداد البدني لمجموع العينة ككل للمرحلة السنوية من ( 9 : 12 ) سنة ، ن = (1814)

الدرجات المقابلة									الاختبارات
الاستعداد البدني								المعينيات	
التصويب على زوايا المرى	الخطوة الجانبية	رمي كرة الهوكي	ثني الجذع للأمام	الوثب العريض من الثبات	مرونة الجذع للجانبين		عدو 30 م		
درجة	متر	متر	سم	متر	سم	سم	ث	دقيقة	
2	11	10.00	-6	1.00	15.00	14.50	7.37	6.08	10
4	13	11.90	-4	1.07	19.00	18.00	7.00	5.44	20
5	14	12.70	-3	1.10	20.00	20.00	6.87	5.35	25
5	14	13.73	-1	1.12	21.00	21.00	6.75	5.27	30
7	15	15.70	0	1.17	24.00	25.00	6.56	5.13	40
8	15	17.80	2	1.21	27.00	28.00	6.37	5.02	50
9	16	20.30	3	1.25	31.00	31.00	6.25	4.49	60
11	17	22.60	4	1.32	35.00	35.00	6.06	4.35	70
12	18	23.80	5	1.35	37.00	38.00	5.93	4.29	75
13	18	25.15	6	1.40	40.00	40.00	5.84	4.22	80
15	19	28.10	8	1.50	48.00	48.00	5.59	4.05	90

جدول (18) المستويات المعيارية للاختبارات المستخلصة لكل من الاستعداد البدني

لمجموع عينة البنين (من 9 : 12 سنه) ن = (908)

الدرجات المقابلة									الاختبارات
اختبارات لقياس الاستعداد البدني								المعينيات	
التصويب على زوايا المرى	الخطوة الجانبية	رمي كرة الهوكي	ثني الجذع للأمام من الوقوف	الوثب العريض من الثبات	مرونة الجذع للجانبين		عدو 30 م		
درجة	متر	متر	سم	متر	سم	سم	ث	دقيقة	
4	11	16.99	- 7	1.5	16	14	7.06	5.48	10
6	13	19.10	-4	1.13	19	18	6.71	5.23	20
6	14	20.20	-3	1.15	20	20	6.62	5.14	25
7	14	20.89	-2	1.19	21	21	6.50	5.07	30
9	15	22.30	0	1.22	24	25	6.31	4.53	40
10	16	23.63	1	1.26	27	28	6.18	4.42	50
11	17	25.10	3	1.31	31	31	6.03	4.30	60
13	18	26.53	4	1.37	35	35	5.87	4.18	70
14	18	27.38	5	1.40	39	38	5.78	4.13	75
15	18	28.10	5	1.45	42	41	5.68	4.08	80
17	20	30.40	8	1.55	50	49	5.46	3.56	90

جدول (19) المستويات المعيارية للاختبارات المستخلصة لقياس الاستعداد البدني لمجموع عينة البنات (9 : 12 سنة) ن = (906)

الاستعداد البدني								الاختبارات	المئينيات
النصوب على زوايا المرمى	الخطوة الجانبية	رمي كرة الهوكي	ثني الجذع للأمام من الوقوف	الوثب العريض من الثبات	مرونة الجذع للجانبين		عدو 30 م		
					للشمال	لليمين			
درجة	متر	متر	سم	متر	سم	سم	ث	دقيقة	
1	11	9	-6	0.95	15	15	7.65	6.19	10
3	13	10.10	-3	1.01	18	19	7.21	5.58	20
3	14	10.68	-2	1.05	20	20	7.09	5.52	25
4	14	11.01	-1	1.08	21	22	6.98	5.43	30
5	15	11.90	-1	1.10	24	25	6.75	5.30	40
6	15	12.83	2	1.15	27	28	6.59	5.17	50
8	16	13.90	3	1.20	30	32	6.43	5.06	60
9	17	15.10	4	1.25	34	35	6.25	4.56	70
10	17	15.90	5	1.30	36	37	6.18	4.50	75
11	18	16.60	6	1.32	39	40	6.06	4.41	80
14	19	18.73	9	1.40	47	47	5.81	4.27	90

يوضح الجدول (17) المستويات المتدرجة لبطارية الاختبار لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد لعينة الدراسة ككل ، كما يوضح الجدول (18) المستويات المعيارية المتدرجة لبطارية الاختبار لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد للبنين فقط ، ويوضح الجدول (19) المستويات المعيارية المتدرجة لبطارية الاختبارات لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد للبنات قيد الدراسة وبهذه النتائج تم الإجابة على التساؤل الرابع لهذا البحث وهو هل يمكن اشتقاق مستويات معيارية من بطارية الاختبارات المستخلصة لقياس الاستعداد البدني لأفراد العينة ككل (بنين / بنات) ولأفراد العينة بنين وبنات كلاً على حده ؟

**الاستنتاجات :** في ضوء أهداف وتساؤلات البحث وفي حدود عينة البحث وخصائصها و نتيجة للمعالجات الإحصائية التي أجريت وبعد عرض ومناقشة النتائج وتفسيرها توصلت الباحثان إلى الاستنتاجات التالية :

#### 1) استنتاجات المتعلقة بالاستعداد البدني لكرة اليد :

أ- توصل التحليل العاملي الذي أجرى على ( 33 ) متغير يقيس مكونات الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية من ( 9 : 12 سنة) التي تم ترشيحها بناء على آراء الخبراء ، تم التأكد منها في ضوء الشروط الموضوعية لقبول العوامل تم الحصول على ثمانية عوامل فقط .

ب- العوامل التي استخلصت من خلال التحليل العاملي للاختبارات البدنية المرشحة ، والتي تم قبولها تم إطلاق الأسماء التالية عليها :

العامل الأول ( القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراع الراحية) العامل الثاني ( الدقة ) .

العامل الثالث ( مرونة الجذع للجانبين) . العامل الرابع ( السرعة الانتقالية ) .

العامل الخامس ( القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين ) العامل السادس ( مرونة الجذع للأمام) .

العامل السابع ( الرشاقة ) . العامل الثامن ( التحمل الدوري التنفسي) .

وهذه العوامل تمثل مكونات الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية من (9 : 12 سنة) .

ج- يشير الاستخلاص العام لعوامل قياس الاستعداد البدني إلى أن الوحدات التالية أفضل للاختبارات المرشحة لقياس العوامل المقبولة في الدراسة :

- العامل الأول ( اختبار رمي كرة الهوكي لأقصى مسافة )

- العامل الثاني ( اختبار التصويب على زوايا المرمى المرسومة على الحائط )
- العامل الثالث ( اختبار دوران الجذع للجانبين )
- العامل الرابع ( اختبار عدو 30 متر من البدء العالي )
- العامل الخامس ( اختبار الوثب العريض من الثبات )
- العامل السادس ( اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف )
- العامل السابع ( اختبار الخطوة الجانبية 10/ث )
- العامل الثامن ( اختبار الجري والمشي لمسافة 800 متر )

وهذه الاختبارات تمثل بطارية لقياس الاستعداد البدني لكرة اليد لتلاميذ المرحلة السنية قيد البحث.

د- تعتبر هذه البطارية ذات وحدات نقية حيث أن الارتباطات بين وحداتها الثمانية ارتباطات ضعيفة وغير دالة إحصائية وهذا يعني أنه لا يوجد تداخل وظيفي بين وحدات البطارية أي لا يوجد اختبارين يقبسا نفس القدرة أو المكون البدني ، وتميز هذه البطارية بالبساطة وعدم التعقيد ، لهذا فهي مناسبة من حيث سهولة أدائها وتنفيذها ومدى تقبل المختبرين لها .

(2) استنتاجات تتعلق بالمعاملات العلمية لوحدة البطارية البدنية : ثبت صدق وحدات البطارية من خلال المعالجات الإحصائية التي أجريت ، حيث اعتمدت الباحثان على معامل الصدق العاملي لوحدة البطارية . وقامتا بحساب معامل الفأكونباح للثبات بين التطبيق الأول والثاني لوحدة البطارية.

(3) استنتاجات تتعلق باشتقاق المعايير : تم بناء جداول معيارية لمجموع أفراد عينة البحث ككل ومجموع العينة من البنات فقط ومجموع العينة من البنين فقط .

التوصيات : في ضوء نتائج البحث وفي حدود عينة البحث توصي الباحثان بما يلي :

- 1- استخدام اختبارات البطارية بغرض اتقاء الفرق الرياضية المدرسية لكرة اليد للمشاركة في النشاط الداخلي والخارجي .
- 2- الاستعانة بالمستويات المعيارية في عملية انتقاء تلاميذ المرحلة السنية لتشكيل الفرق الرياضية المدرسية لكرة اليد .
- 3- إعادة بناء معايير جديدة للتلاميذ من (9 : 12 سنة ) لوحدة البطارية كل ثلاث سنوات لمسيرة التقدم الحادث في مكونات الاستعداد البدني .
- 4- إجراء مثل هذه الدراسة للأنشطة الرياضية الأخرى بالمرحلة السنية من (9 : 12 سنة )
- 5- إجراء مثل هذه الدراسة للمراحل السنية المختلفة .

#### قائمة المراجع

#### أولا - المراجع العربية :

1. أحمد أحمد ياقوت العربي : تأثير برنامج مقترح لتطوير القدرات الحركية العامة على مستوى أداء محتوى المنهاج المطور للتلاميذ من (9 : 12 سنة)، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 1992 .
  2. أحمد أمين فوزي : سيكولوجية التعلم الحركي في المجال الرياضي ، منشأ المعارف ، الإسكندرية ، 2003 .
  3. أسامه كامل راتب : النمو والفاعلية في توجيه النشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2005 .
  4. إبراهيم عبد ربه خليفة : إبراهيم عبد رزقي : وضع اختبارات لمراحل النظام الشامل لمبتدئ كرة اليد ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 1999 .
  5. تيسير منسي : المواصفات البدنية والمهارية والجسمية لانتقاء لاعبي كرة اليد الموهوبين في الأردن ، مجلة الدراسات التربوية والنفسية ، جامعة السلطان قابوس ، المجلد السابع ، العدد الأول ، 2013 .
- عبد السلام جابر  
رامي حلاوة

6. حازم موسى العامري : تصميم وتقنين اختبارات لقياس مستوى الإدراك الحس - حركي في لعبة كرة اليد ، مجلة علوم التربية الرياضية ، جامعة بابل ، العدد الثاني ، المجلد الخامس ، 2006 .
7. سعد محمد جبر : وضع اختبارات مقننه ومستويات معيارية في كرة اليد للمتقدمات للالتحاق بالصف الأول الإعدادي بالمدرسة الرياضية التجريبية بالإسكندرية ، بحث فردي منشور بالمجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضة ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الإسكندرية العدد الثاني ، يناير / 1992.
8. عزة علي محمد سعيد : بناء بطارية اختبارات بدنيه محاربه لناشئات كرة اليد ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 1993
9. كمال الدين عبد الرحمن درويش : القياس والتقييم وتحليل المباريات في كرة اليد \_ نظريات \_ تطبيقات ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2002 .
- قدري سيد مرسي  
عاد الدين عباس أبو زيد
10. كمال عبد الحميد إسماعيل : رباعية كرة اليد الحديثة \_ الماهية والأبعاد التربوية - أسس القياس والتقييم - اللياقة البدنية ، الجزء الأول ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2001 .
- محمد صبحي حسانين
11. لطفية إلهام شقلايو : تحديد مستويات معيارية لبعض اختبارات المهارات في كرة اليد لطالبات كلية التربية البدنية للبنات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة السبع من أبريل بالزاوية ، 1997 .
12. محمد حسن إسماعيل : تحليل البرنامج التدريبي لكرة اليد في بعض مراكز تدريب الناشئين ، رسالة ماجستير غير منشوره ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 1992 .
13. محمد خالد حمودة : بناء اختبارات لقياس الأداءات الحركية المركبة لناشئ كرة اليد ، نظريات وتطبيقات ، العدد الثاني والثلاثون ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 1999 .
14. هاله يوسف مندور : التحليل العاملي للقدرات البدنية في مجالات التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1996 .
- محمد صبحي حسانين
15. محمد عبد الحميد مرسي سنجاب : وضع مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية والعناصر البدنية لرياضة كرة اليد لمراكز تدريب الناشئين بمحافظة شرق الدلتا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، 1992 .
16. مصطفى حسين باهي : المرجع في علم النفس التربوي في المجال الرياضي ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، 2002 .
17. منير جرجس : كرة اليد للجميع - التدريب الشامل والتميز المهاري ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2004 .
18. ياسر دبور : حقوق الطبع والنشر محفوظة لدى المؤلف ، 1996 .

19. Brian Bergemann : Analysis of selected physical and performance attributes of the united states Olympic team Handball players preliminary study , Campbell university ,1995  
www. Thesportjournal.org
20. Everett koop, m,d : School bags children development , Henry ford health system Article, 2002  
[WWW.DRkoop.com/ency/article/002017.htm](http://WWW.DRkoop.com/ency/article/002017.htm)
21. G.s.donmoris&Jim Stiehl : Physical Education form intern to Action chanlese Merrill publishing company  
Abele & khow ell company Columbus - Toronto- London - Sydney, 1985
22. Mark seaborn : Leader ship in community sport , medical society of nova scotia , 2and edition , april 2003  
[http://WWW.sprnova scotia, com / Contns/sport\\_web.pdf](http://WWW.sprnova scotia, com / Contns/sport_web.pdf)

\* د. زينب سالم جمعة

\*\*د. ابراهيم محمد ابو عجيبة

\*\*\*أ. عادل مفتاح هبيب

**المقدمة ومشكلة البحث:-** ان التطور العلمي الذي يشهده العالم في شتى مجالات الحياة قد أصبح السمة المميزة للقرن الحالي ومن المجالات التي شملها هذا التطور والتغيير هي المناهج وأساليب تدريسها حيث أصبح المتعلم هو محور العملية التعليمية وله الدور الفعال والنشط فيها ولم يعد دوره منصباً على تنفيذ الأوامر والتعليمات التي يصدرها صاحب السلطة العليا في العملية التعليمية الا وهو المعلم

حيث تذكر وداد المفتي (2004) ان عملية التعلم بشكل عام من اهم العمليات التربوية التي تحتاج الى التخطيط العلمي السليم لكي تصل الى اهدافها وهي توصيل المعلومات الى المتعلم بافضل اسلوب ممكن ويعتمد التعلم الحركي على مدى فاعلية الاساليب المستخدمة في تعليم المهارات الحركية للوصول الى المستوى المطلوب في ال اداء ضمن الوقت المحدد لها (17: 1)

ويشير صادق خليل الحايك (2004) لقد أصبح التربويون في القرن الحادي والعشرون يعنون بالكيفية التي تمكن الطلبة من تحقيق تعلم افضل أكثر من عنايتهم بالكيفية التي تمكن المعلم تقديم درس افضل (8: 16)

ويرى هشام حمجازي عبد الحميد(2004) انه بالرغم من كثرة اساليب التدريس وتعددتها والتطور المستمر لها نتيجة الدراسات العلمية الا ان الأسلوب التقليدي هو المتبع في تدريس التربية البدنية وفيه يكون المعلم صاحب القرار في كل العمليات المرتبطة (بالتخطيط والتنفيذ والتقييم للدرس) فالعبء والمجهود الأكبر يقع على عاتق المعلم وبالتالي يحول بينه وبين الإبداع والتميز فتكون عملية التدريس مباشرة حيث تعتمد على اوامر المدرس واستجابات التلميذ (16: 6)

ومن هنا تبرز أهمية هذا البحث في التأكيد على ضرورة استخدام الوسائل التعليمية لاسيما التي تمتاز بمحاكاة التقنية كالصور المتسلسلة لغرض ترسيخ عملية تعليم الأداء المهاري لفعاليات العاب القوى بشكل عام وعدو 110م حواجز بشكل خاص لما لهذه المسابقة من خصوصية في صعوبة تعلمها من الناحية الفنية (التكنيك) اذا مقارناها بالمسابقات الأخرى . وكذلك يعتبر هذا البحث اضافة جديدة تضاف الى الوسائل التعليمية التي يندر استخدامها في دروس العاب القوى .

تعتبر الوسائل التعليمية البصرية احد أفضل الوسائل التي تستخدم في درس التربية البدنية لما لها من مردود ايجابي في اتقان الأداء المهاري لمختلف المسابقات الرياضية ومنها مسابقات العاب القوى وبالرغم من أهميتها الا ان استخدامها محدود بكليات علوم التربية البدنية والرياضة في الوقت الذي أكد على هذه الأهمية الكثير من الباحثين في مجال التربية البدنية . ولذا يرى الباحثون في حدود اطلاعهم على بعض من الأبحاث والدراسات السابقة التي اهتمت بدراسة تأثير الوسائل التعليمية في تعلم مسابقات العاب القوى عموماً ومسابقة الحواجز خاصة لم يجد الباحثون ايه دراسة استخدمت الصور المتسلسلة كوسيلة لتحسين عملية التعلم في مسابقة عدو 110م حواجز هذا مما دفع الباحثون الى استخدام هذه الوسيلة والتعرف على تأثيرها في تعلم عدو 110م حواجز وخاصة ان المهارة تعتبر من المهارات الصعبة والوعاء الزمني المخصص لها ضمن مقررات هذه المادة محدود مما يستدعي البحث في الوسائل التعليمية للتواصل الى الوسيلة الأسرع والأفضل في عملية تعلم هذه المسابقة بالشكل المطلوب وفي حدود الوعاء الزمني المقرر لها من خلال استخدام الصور المتسلسلة باعتبارها وسيلة تعليمية لم يسبق استخدامه من قبل أعضاء هيئة التدريس بمادة العاب القوى بكلية التربية البدنية والرياضة بالزاوية لذلك رآى الباحثون دراسة هذه المشكلة .

**أهداف البحث** يهدف البحث للتعرف على :

-تأثير استخدام الصور المتسلسلة كوسيلة تعليمية على مستوى تعلم مسابقة عدو 110م حواجز .

-الفرق بين استخدام الصور المتسلسلة والشرح اللفظي والنموذج كوسيلتان تعليميتان في مستوى تعلم مسابقة عدو 110م حواجز .

**فروض البحث**

-توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدى .

-توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدى .

-توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في القياس البعدى بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

## الدراسات السابقة

دراسة عبد الوهاب الصادق راشد (2000) (10) عنوان الدراسة :- تأثير استخدام بعض الوسائل التعليمية على مستوى تعلم فعالية القفز بالزانة بمرحلة التعليم المتوسط بليبيا) هدف الدراسة :- التعرف على تأثير استخدام بعض الوسائل التعليمية على تعلم فعالية القفز بالزانة بمرحلة التعليم المتوسط بالجماهيرية العظمى منهج الدراسة :- استخدم الباحث المنهج التجريبي باعتباره تصميم يناسب طبيعة الدراسة من حيث تصميم مجموعتين احدها تجريبية وأخرى ضابطة حيث تخضع المجموعة التجريبية لتغير تجريبي " الوسائل التعليمية " عينة الدراسة :- تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وعددهم ( 33 ) تلميذاً من الصف الثالث بشعبية الجفارة والبالغ حجم العينة ( 26 ) تلميذاً

نتائج الدراسة :- 1- التأثير ايجابي للوسائل التعليمية على تنمية مكونات الصفات البدنية والمستوى الانجاز الرقمي للمجموعة البحث التجريبية في القياس البعدية

2- اقتصر التعليم على البرامج التقليدية دون استخدام الوسائل التعليمية أدى الى تحسن المستوى الرقمي لفاعلية القفز بالزانة ولكن بمستوى أقل من في حالة استخدام الوسائل التعليمية

دراسة جمال إمام السيد علي ( 2001 ) ( 4 ) عنوان الدراسة ( تأثير استخدام بعض الوسائل التعليمية على سرعة تعلم مهارة الوثب العالي بطريقة فوسبري ) هدف الدراسة :- التعرف على 1- تأثير استخدام الفيديو كوسيلة بصرية عند تعلم مهارة الوثب العالي بطريقة فوسبري على مستوى الأداء المهاري والمستوى الرقمي لدى عينة البحث-تأثير استخدام الصور المتسلسلة والرسوم الايضاحية كوسيلة بصرية عند تعلم مهارة الوثب العالي بطريقة فوسبري على مستوى الأداء المهاري والمستوى الرقمي لدى عينة البحث

3-الفروق بين تأثير الفيديو والصور المتسلسلة والرسوم الايضاحية والطريقة التقليدية عند تعلم مهارة الوثب العالي بطريقة فوسبري في مستوى الأداء المهاري والمستوى الرقمي لدى عينة البحث منهج الدراسة :- استخدم المنهج التجريبي للملاءمة لطبيعة هذه الدراسة عينة الدراسة :- بلغ مجتمع عينة البحث ( 256 ) طالباً، هم مجموعة طلبة الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق اختار الباحث من بينهم عينة عشوائية قوامها ( 60 ) طالباً تم توزيعهم عشوائياً الى ثلاث مجموعات مجموعتين تجريبية ومجموعة ضابطة

نتائج الدراسة :- 1- وجود فروق دالة احصائياً بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة التي استخدمت الفيديو كوسيلة تعليمية في متغير مستوى الأداء المهاري

2-أن استخدام الوسائل التعليمية قد وفر للقاء عملية التدريس الكثير من الجهد والوقت وأصبح تركيزه موجهاً فقط الى إصلاح الأخطاء

دراسة عبدالرزاق جبار الرماحي وآخرون ( 2001 ) ( 9 ) عنوان الدراسة :- ( تأثير بعض الوسائل التعليمية على تحسن مستوى الأداء والانجاز الرقمي لعدو 100 م حواجز ) هدف الدراسة :- تهدف الدراسة الى معرفة تأثير بعض الوسائل التعليمية على تحسن مستوى الأداء والانجاز الرقمي لعدو 100 م حواجز منهج الدراسة استخدم الباحثون المنهج التجريبي للملاءمة لطبيعة الدراسة عينة الدراسة :- اشتملت عينة الدراسة على ( 38 ) طالبة من طالبات السنة الثالثة بكلية التربية البدنية بالزاوية وقسمت الى مجموعتين تجريبية وضابطة بواقع (19) طالبة لكل مجموعة نتائج الدراسة :- 1- أن استخدام الوسائل التعليمية ( سلسلة الصور ) أدى الى تحسن مستوى الأداء الفني وزمن عدو 100م حواجز -استخدام الوسائل التعليمية تخلق التشويق والرغبة لدى الطالبات

دراسة زينب سالم جمعة ( 2005 ) ( 7 ) عنوان الدراسة :- ( تأثير استخدام الحاسب الالي كوسيلة تعليمية على مستوى عدو 110 حواجز )هدف الدراسة :- تهدف الدراسة للتعرف على تأثير الحاسب الالي كوسيلة تعليمية على مستوى تعلم مسابقة عدو110 م حواجز منهج الدراسة :- استخدم الباحثة المنهج التجريبي للملاءمة لطبيعة الدراسة عينة الدراسة :- اشتملت عينة الدراسة على ( 32 ) طالباً موزعين على مجموعتين ، مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة ، قوام كل منها ( 16 ) طالباً نتائج الدراسة :- وجود فروق دالة احصائياً في مستوى الأداء المهاري للمجموعة التجريبية التي استخدمت الحاسب الالي كوسيلة تعليمية بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى

## اجراءات البحث

منهج البحث : تم استخدام المنهج التجريبي للمجموعتين التجريبية والضابطة باستخدام القياسات القبليّة والبعدية .

عينة البحث :تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلبة السنة الثانية بكلية التربية البدنية جامعة الزاوية والبالغ عددهم 30 طالب وتم تقسيمهم الى مجموعتين متساويتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة قوام كل منها 15 طالب

## القياسات المستخدمة في البحث

القياسات الاثروبومترية :- الطول الوزن العمر

## القياسات البدنية

الوثب الطويل من الثبات الوثب العمودي

الجري المتعرج عدو 200م

## الاختبارات المهارية

عدو 110م حواجز

## الادوات المستخدمة في البحث

مقياس رستاميتز لقياس الطول ميزان طلي لقياس الوزن

شريط قياس حواجز

ساعة إيقاف مكعبات بداية

شواخص جير

اسس وضع البرنامج اعتمد الباحثون عند وضع البرنامج التعليمي على الاسس الاتية :-

-مراعاة الفروق الفردية في الاداء المهاري بين الطلاب

-مراعاة التدرج في التعليم من السهل الى الصعب

-مراعاة مبادئ تعليم المراحل الفنية للمهارة

**تكافؤ عينة البحث :-** قد تم اجراء التكافؤ لافراد العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات الجسمية التي قد تؤثر في المتغير التابع الجدول (1) يوضح ذلك

جدول (1) اجراءات التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات الجسمية

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ( ت ) المحسبة
	م	ع	م	ع	
الطول	165.5	8.3	168.3	7.1	0.9
العمر	23.3	2.5	22.4	2.0	1.0
الوزن	68.1	10.2	70.0	8.0	0.5

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.48

يتضح من الجدول (1) ان قيمة (ت) المحسبة في جميع المتغيرات اقل من قيمة (ت) الجدولية والبالغ (2.048) عند مستوى الدلالة (0.05) وبذلك يكون مستوى الدلالة غير دال احصائيا مما يدل على تكافؤ المجموعتين .

**خطوات تنفيذ الدراسة الاساسية :-** اجريت القياسات القبليّة في الفترة من 25\_26\_2\_2015 وذلك لغرض التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة وبعد الانتهاء من القياس القبلي و اجراء التكافؤ قام الباحثون بالبدء في البرنامج التعليمي المقترح لمدة اربعة اسابيع بواقع وحدتين في الاسبوع حيث بلغ عدد الوحدات ثمانية وحدات تعليمية وقد استخدمت المجموعة التجريبية سلسلة الصور كوسيلة تعليمية و بينما استخدمت المجموعة الضابطة الطريقة التقليدية الشرح والنموذج . وتقوم المجموعة التجريبية بمشاهدة تمارين الاداء المهاري عن طريق سلسلة الصور الخاصة بتمارين الاداء المهاري مع الشرح وتقوم المجموعة الضابطة بالطريقة التقليدية المعتادة الشرح والنموذج ، وبعد ذلك يتم تطبيق التمارين من قبل الطلاب .وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي قام الباحثون باجراء القياس البعدي لافراد العينة بالمتغيرات قيد البحث ولقد تم تنفيذ القياس البعدي من 29\_31\_3\_2015 بنفس الطريقة والظروف التي اجريت فيه القياسات القبليّة .

التحليل الإحصائي :- استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية (spss) في تحليل بيانات البحث واستخلاص الإجراءات الإحصائية المناسبة من خلال مايلي :

المتوسط الحسابي \_ الانحراف المعياري \_ قيمة (ت) الفروق

عرض النتائج

الجدول (2) الدلالات الإحصائية للمتغيرات البدنية والمهارية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة ن=15

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ( ت ) المحتسبة
	م	ع	م	ع	
الوثب الطويل من الثبات	1.8	0.1	1.8	0.1	0.7
الوثب العمودي	22.3	4.2	26.0	4.6	2.2
عدو 200م	33.1	1.5	31.9	1.2	2.4
الجري المتعرج	6.6	0.5	6.5	0.5	0.4
عدو 110م حواجز	24.1	0.8	22.8	0.5	5.3

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.14

يتضح من الجدول ( 2 ) الخاص بالدلالات الإحصائية للمتغيرات البدنية والمهارية للمجموعة التجريبية قبل وبعد التجربة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الوثب العمودي وعدو 200 م وعدو 110 م حواجز لصالح القياس البعدي حيث كانت قيمة ( ت ) المحتسبة أكبر من قيمة ( ت ) الجدولية بينما كان اختبار الوثب الطويل من الثبات واختبار الجري المتعرج كان يوجد تحسن بينا لا توجد فروق معنوية لان قيمة ت الجدولية أكبر من قيمة ت المحتسبة .

جدول ( 3 ) الدلالات الإحصائية للمتغيرات البدنية والمهارية للمجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة ن=15

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ( ت ) المحتسبة
	م	ع	م	ع	
الوثب الطويل من الثبات	1.9	0.2	1.8	0.2	1.7
الوثب العمودي	26.1	4.7	26.0	4.7	0.0
عدو 200م	31.1	1.3	31.9	1.3	0.7
الجري المتعرج	6.4	0.6	5.6	0.5	0.5
عدو 110م حواجز	24.9	0.6	23.6	0.4	4.9

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.14

يتضح من الجدول ( 3 ) الخاص بالدلالات الإحصائية للمتغيرات البدنية والمهارية للمجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في متغير المهاري عدو 110 م حواجز ولصالح القياس البعدي لان قيمة ( ت ) الجدولية أكبر من قيمة ( ت ) المحتسبة بينما لا توجد فرق معنوي في باقي المتغيرات لان قيمة ( ت ) الجدولية أكبر من المحتسبة

جدول ( 4 ) الدلالات الإحصائية للمتغيرات البدنية والمهارية للمجموعتين الضابطة والتجريبية بعد التجربة ن=15

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ( ت ) المحتسبة
	م	ع	م	ع	
الوثب الطويل من الثبات	1.8	0.2	1.9	0.1	2.2
الوثب العمودي	20.4	3.6	26.1	4.6	3.8
عدو 200م	32.5	0.8	31.1	0.2	2.5
الجري المتعرج	7.0	0.7	6.4	0.6	2.4
عدو 110م حواجز	22.7	0.4	23.2	0.4	2.7

قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.14



يتضح من الجدول ( 4 ) الخاص بالدلالات الإحصائية للمتغيرات البدنية والمهارة للمجموعة التجريبية والضابطة بعد التجربة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع المتغيرات البدنية حيث كانت قيمة ( ت ) المحسوبة أكبر من قيمة ( ت ) الجدولية

**مناقشة النتائج:** يتضح من الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الوثب العمودي وعدو 200م وعدو 110م حواجز بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الوثب الطويل من الثبات ومتغير الجري المتعرج بين القياسين القبلي والبعدي .

يتضح من الجدول (3) الخاص بالدلالات الإحصائية للمتغيرات البدنية والمهارة للمجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة . يتضح من الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات عدو 110م حواجز بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في باقي المتغيرات للمجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة . يتضح من الجدول رقم 4 الخاص بالدلالات الإحصائية للمتغيرات البدنية والمهارة للمجموعتين التجريبية والضابطة بعد إجراء التجربة .

يتضح من الجدول 4 وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع المتغيرات البدنية والمهارة بعد إجراء التجربة لان قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية يعزي الباحثون هذا الى البرنامج التعليمي المستخدم وما يتضمنه من تدريبات ووسائل تعليمية لتحسين مستوى الأداء البدني والمهاري لعدو 110م حواجز

ويعزي الباحثون ذلك الى البرنامج التعليمي وما يتضمنه من تدريبات القدرة والسرعة ورشاقة ويتفق هذا ما ذكره عصام عبد الخالق (1992) على القدرة العضلية تحدد مستوى الأداء في كثير من المسابقات الرياضية ذات الحركة الوحيدة خاصة التي تتعلق في المستوى بسرعة الارتفاع او بسرعة الدفع او بسرعة الرمي مثل حركات العدو والوثب والرمي في ألعاب القوى حيث ان الدفع يعتمد في المقام الأول على سرعة انطلاق الجسم او الاداء والذي يتعلق بمقدار اللاعب على بذل قوة كبيرة بأقصى سرعة والقدرة على الربط بينها والمسافة التي تقطعها الأداة تعتمد ايضا على سرعة الانطلاق لنا يهدف اللاعب الى إكساب الأداة أقصى سرعة ممكنة لحظة الانطلاق من خلال بذل قتي كبيرة بأقصى سرعة (12: 144) ويذكر محمد لطفي السيد وآخرون (2008) ان الربط بين القوة العضلية والسرعة من اهم متطلبات الأداء الرياضي وهي من اهم ما يميز الرياضيين المتفوقين اذ انهم يمتلكون قدرا كبيرا من القوة والسرعة ويمتلكون القدرة على الربط بينها في شكل متكامل لإحداث الحركة الانفجارية القوية السريعة من اجل تحقيق الأداء الأمثل (15: 44)

أشار كل من عصام حلمي ومحمد جابر بريقع (2000) ان الرشاقة ذات أهمية في كل الأنشطة التي تتطلب التغيير السريع في مواضع الجسم او احد أجزاءه فالديابات السريعة والتوقيت والتغيير السريع في الاتجاهات أساس للأداء الجيد ، فاهمية الرشاقة في الأداء الرياضي يمكن ان تلخص في القول انه في أنشطة معينة تكون أساسية وضرورية للأداء الجيد وربما تكون الصفة الحاسمة والعلامة المميزة الوحيدة في الأداء والتي بدونها لا يمكن النجاح في اداء النشاط (11: 122 ، 123)

ويعزي الباحثون هذا التحسن في مستوى التعلم للأداء المهاري ومستوى الحسني الرقي الى الوسيلة التعليمية التي استخدمتها المجموعة التجريبية عند تلقيها التغذية الراجعة وهي عرض الصور المتسلسلة والنموذج وإصلاح الأخطاء من قبل المعلم ، ويتفق هذا ما ذكرته رمزية الغريب (1977) حول أهمية الوسائل التعليمية في مجال الفهم والإدراك لان الشرح اللفظي وحده لا يكفي لعملية إيصال المادة للتعلم لعدم وجود أسلوب واحد يناسب كل الطلبة ولكنه باستخدام الوسيلة التعليمية يمكن للمدرس تهيئة المناخ الجيد للمهارات الرياضية المراد تعلمها (5: 354)

وتشير دراسة : Austin-s; miller- I (1992) ان ارتفاع نسبة التحسن في المستوى التعليمي للمجموعة التجريبية التي استخدمت الصور المتسلسلة كوسيلة للتعلم عم المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة المتبعة . ( 18 )

ويؤكد هذه النتيجة دراسة عبد الرزاق الرمحي وآخرون (2001) التي استخلصت ان الوسائل التعليمية (الصور المتسلسلة) أدى الى تحسين مستوى الأداء الفني وزمن عدو 110م حواجز وتتفق مع دراسة ابراهيم امين (1999) التي استخلصت الى ان الكتيب المبرمج الخطي والصور المتسلسلة قد اثبتت فعاليتها في تعليم المتدربين ومشاركهم الإيجابية وزيادة دافعيتهم نحو التعلم (1) وتتفق مع دراسة عنايات احمد عبد الفتاح (1982) والتي استخلصت ان استخدام الوسائل التعليمية (الصور المتسلسلة) في تعليم المهارات الحركية افضل من استخدام النموذج الحي (13) وتتفق مع ما ذكره قاسم حسن واقتنار السامرائي (2000) بان الوسائل البصرية تكسب المتعلم التصوير البصري للمهارة الحركية وهذا يساعد على تعلم التوافق الحركي لاداء اي مهارة (14)

وتتفق أيضا مع نتائج دراسة : Ulrich jonath (1997) Sariscsany-m-j; pettgrew-f (1995) ان البرنامج التعليمي بالصور المتسلسلة كان أكثر فاعلية بالمقارنة بطرق التدريس التقليدية ( 19 ) ( 20 )

**الاستنتاجات:** اعتاداً على نتائج البحث ومن خلال المعالجات الإحصائية للقياسات القبالية والبعدي للاختبارات قيد البحث توصل الباحثون الى الاتية

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار الوثب العمودي وعدو 200 م والاختبار المهاري عدو 110 م حواجز ولصالح القياس البعدي
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار الوثب الطويل من الثبات والجري المتعرج
- 3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبار المهاري 110 م حواجز ولصالح القياس البعدي
- 4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في جميع الاختبارات البدنية
- 5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية

## التوصيات :- بناء على نتائج البحث يوصي الباحثون بالاتي

- 1- ضرورة استخدام الصور المتسلسلة كوسيلة تعليمية عند تعلم فعالية الحواجز
- 2- مراعات استخدام الصور المتسلسلة من قبل أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية البدنية في عمليات تعلم مسابقات ألعاب القوى
- 3- إجراء أبحاث مشابهة على الجنسين في فعاليات رياضية أخرى

## المراجع

- 1- إبراهيم عصمت مطاوع
- 2- احمد خيرى كاظم
- 3- جابر عبد الحميد جابر
- 4- ارنوف وينج (ترجمة) عادل الاشول واخرون
- 5- جمال امام السيد علي
- 6- رمزية الغريب
- 7- زكية إبراهيم كامل
- 8- نوال ابراهيم شلتوت
- 9- ميرفت علي خفاجة
- 10- زينب سالم جمعة
- 11- صادق خليل الحايك
- 12- عبد الرزاق جبار الرمحي
- 13- عبد الله الاحرش
- 14- ليلى الصويبي
- 15- عبد الوهاب الصادق راشد
- 16- عصام حلمي ومحمد جابر بريقع
- 17- عصام عبد الخالق
- 18- عنايات احمد عبد الفتاح
- 19- قاسم حسن حسين وافتخار احمد السامرائي
- 20- محمد لطفي السيد
- 21- هشام حجازي عبد الحميد
- 22- وداد المفتي
- 23- مبادئ واسس السباحة ، ط1 ، دار الفكر لطباعة والنشر والتوزيع ، عمان 2000م
- 24- الاحعداد البدني في المجال الرياضي رؤية تطبيقية لتنمية القدرات البدنية ، دار الهدى للنشر والتوزيع ، ط1 ، 2008م
- 25- تأثير استخدام بعض اساليب التدريس على المتطلبات البدنية والمهارية والمعرفية الخاصة للمبتدئين في الكاراتيه ، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة 2004م
- 26- اثر استخدام بعض أساليب التدريس في مستوى تعلم السباحة الحرة، مجلة مؤتمر التربية الرياضية عدد خاص كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، العراق ، 2004
- 27- Austin-s; miller- l : An experimental study on video tap game 1 jun usa , 1992.
- 28- Sariscsany-m-j; pettgre-w-f : Effectiveness of interactive video instruction on teacher s classro on management declarative knowledge journal of teaching in physical education , united- states, 1997.
- 29- Ulrich jonath – rolfkrepmpel .eduardhaag. leichtatletik 1 von der iaaf empfohlenroro sport herausgegeben von bernd gott wald originalansgabe verlag gmbh reinbek bei hamburg apri . 1995 .

## اثر برنامج تعليمي مقترح في السباحة علي بعض المتغيرات المهارية والنفسية لطلاب السنة الأولى بكلية التربية البدنية بالزاوية

\*م.م. نوري المبروك عطية عمر

\*\* د. الطاهر جابر الباسوس

\*\*\* أ. علي أحمد المبروك

**مقدمة ومشكلة البحث :** تعتبر رياضة السباحة إحدى الرياضات المائية الواسعة الانتشار في العالم ويظهر ذلك من خلال الأنشطة المختلفة لهذه الرياضة وهي إحدى الرياضات المائية التي تستغل الوسط المائي كوسيلة للتحرك فيه وذلك عن طريق حركات الذراعين والرجلين والجدع وهي القدرة التي تمثل الحركة الشاملة التي تحدث نتيجة التوافق الجيد بين إجراء الجسم المشتركة في العمل الذي يظهر في الأداء الانسيابي والمرونة والتوقيت والتوافق الجيد خلال الوسط المائي بغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان بدنياً ومهارياً ونفسياً واجتماعياً وعقلياً ، ويذكر أبو العلاء احمد 1996 ان السباحة التعليمية هي إكساب الفرد مهارات وطرق السباحة المختلفة بدءاً من المهارات الأساسية مثل مهارة الثقة بالماء ومهارات الطفو والانزلاق علي البطن والظهر والوقوف في الماء ومهارات السباحة التعليمية (1: 23)

وقد حفلت السنة النبوية الشريفة بالمواقف والوقائع والإحداث والأقوال التي تشهد بمكافأة الرياضة بشكل عام وبالسباحة بشكل خاص وكان الرسول عليه الصلاة والسلام يعجب بالرجل عندما يكون (رامياً ، فارساً ، ساجداً ) (10 :99).

ومن خلال خبرة الباحثون في مجال تدريس وتدريب السباحة وخاصة في كلية التربية البدنية بالزاوية جاءت فكرة وضع برنامج تعليمي مقترح يتضمن تمارين خطط لها وفق أسس علمية تتناسب مع خصائص وميول وحاجات طلاب السنة الأولى لأنهم لم تكن لهم خبرة سابقة في رياضة السباحة .

اتفق العديد من المتخصصين في مجال السباحة علي ان اناسب سن للتعلم هي ما بين (4-6 سنوات ) وطالما ان هناك بعض الطلبة الملتحقين بكلية التربية البدنية ليس لديهم خبرة سابقة بالسباحة وقد تجاوزوا سن (18) سنة لذلك يجب تطوير محتوى وأساليب طرق تدريس وتعلم السباحة ووضع برنامج تعليمي يمتشى مع هذه المرحلة السنية .

لنا يرى الباحثون حسب خبرتهم في تدريس وتعلم السباحة داخل الكلية انه من الضروري وضع برنامج تعليمي لطلبة السنة الأولى بكلية التربية البدنية بالزاوية حسب المنهج المعتمد داخل القسم .

ومن هنا يتساءل الباحثون ماهي الأسباب التي جعلت طلاب هذه المرحلة من التعليم لا يجيدون السباحة وفي سن متأخرة ؟ عليه اتجهت الدراسة الحالية للبحث في مدى ملائمة البرنامج التعليمي المقترح علي تعليم سباحة الزحف علي البطن .

**أهمية البحث :-** نظراً لما للسباحة من أهمية كبيرة في حياة الإنسان ، لذا وجب الاهتمام بهذه الرياضة من جميع النواحي المعرفية والتربوية والتعليمية وعليه من هنا جاءت فكرة تعلم سباحة الزحف علي البطن لطلاب كلية التربية البدنية بالزاوية من اجل الرقي بالمستوى التعليمي والمهارى حتي تعم الفائدة لطلاب الكلية من خلال البرنامج التعليمي الموضوع والاستفادة منه في بقية الكليات والمعاهد المتخصصة في جميع أنحاء ليبيا وخاصة للمراحل السنية المتقدمة في العمر

**هدف البحث :-** يهدف البحث الي :-

- 1- وضع برنامج تعليمي مقترح لتعلم المبادئ الأساسية لسباحة الزحف علي البطن .
- 2- التعرف علي اثر البرنامج المقترح علي مستوى الأداء المهارى لدى أفراد عينة البحث .
- 3- التعرف علي اثر البرنامج المقترح علي التخلص من الخوف من الماء لدى أفراد العينة .

**فروض البحث :-**

- 1- توحيد فروق دالة إحصائية للبرنامج التعليمي المقترح علي تعلم المهارات الأساسية في سباحة الزحف علي البطن .
- 2- توحيد فروق دالة إحصائية بين القياسات القبالية والبعدي علي مقياس الخوف المرتبط بتعلم السباحة لدى أفراد عينة البحث .

**مجالات الدراسة :-**

الجال الزماني :- تطبيق البرنامج التعليمي المقترح علي طلاب السنة الأولى بكلية التربية البدنية بالزاوية في الفترة الواقعة 2015/03/05 الي 2015/06/05 م بواقع ثلاث وحدات تعليمية أسبوعياً وزمن كل وحدة (60) دقيقة .

الجال المكاني :- حوض السباحة في كلية علوم التربية البدنية والرياضية بالزاوية .

المجال البشري :-اشتملت عينة البحث علي طلاب السنة الأولى بكلية التربية البدنية للعام الدراسي (2015م) وعددهم (30) طالب .

**إجراءات البحث** :-قبل البدء في البرنامج التعليمي علي افراد عينة البحث وللتأكد من عدم وجود خبرة سابقة في السباحة لدى افراد العينة طلب من كل طالب ان يقوم بما يلي :-

- 1- النزول الي حوض السباحة باي طريقة يراها مناسبة له .
- 2- المشي بعرض حوض السباحة للأمام في المكان الضحل.
- 3- جمع القطع المعدنية من قاع حوض السباحة .
- 4- التقدم للأمام بطريقة السباحة المناسبة له لمسافة 15 م .

عليه تم استبعاد كل المشاركين الذين طبقوا الخطوات السابقة ومن لديهم خبرة في السباحة بغض النظر عن مستواهم المهاري .

**منهج البحث** :-استخدام الباحثون المنهج التجريبي للأنتمه لطبيعة الدراسة .

**مجتمع وعينة البحث** :-يمثل مجتمع البحث طلاب السنة الأولى بكلية التربية البدنية بالزاوية وعددهم (24) طالب من اصل (30) طالب ممن ليس لديهم خبرة سابقة في السباحة .

جدول (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء والأخطاء المعيارية لمعاملات الالتواء لخصائص عينة البحث في متغيرات السن والوزن والطول

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	الخطأ المعياري لمعامل الالتواء
السن	23.6	6.26	0.472	0.462
الوزن	69.08	7.28	0.837	0.462
الطول	170.44	5.43	0.070	0.462

تشير البيانات في الجدول رقم (1) الي ان قيم معامل الالتواء انحصرت بين 0.837 و 0.462 وهي قيم اقل من الواحد الصحيح وبالتالي فان توزيع المعلومات تعتبر طبيعياً (+3 معامل الالتواء) وهذا يشير الي تجانس في عينة البحث في متغيرات السن والوزن والطول .

**أدوات الدراسة** :-اولاً الأدوات المساعدة التالية :- استخدم الباحثان الأدوات التعليمية التالية :-

لوحات الطفو - عملة معدنية - حبل الإيقاذ - ساعة توقيت - ميزان طبي - شريط لقياس المسافة - جهاز لقياس الطول - عصا الإيقاذ .

**ثانياً الاختبارات المهارية** :- من خلال اطلاع الباحثان علي العديد من الدراسات التربوية في مجال السباحة اعتمدت الاختبارات المهارية التالية لمناسبتها وطبيعة الدراسة وتم تطبيقها بعد إيجاد صدقه وثباتها (ملحق رقم 1) .

**وهذه الاختبارات المهارية :-**

- 1- الانزلاق علي البطن لأطول مسافة (بالمتر) .
- 2- ضربات الرجلين من وضع الطفو علي البطن لمسافة (12.5م) (بالثانية) .
- 3- القفز في الماء العميق (بالدرجة)
- 4- سباحة الزحف علي البطن لأطول مسافة (بالمتر) .

ثالثاً استبيان المخاوف المرتبطة بتعلم السباحة :-

لقياس المخاوف من الوسط المائي تم الاطلاع علي العديد من الأبحاث والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع البحث ومن بين هذه الدراسات :-

دراسة الجيبيلي (1990) ودراسة توفيق (1981) ودراسة عمر (1988) ودراسة منصور (1977) وبعد عرضها علي ثلاث محكمين من حملة درجة الدكتوراة لأبدئ ارائهم وملاحظاتهم حول هذا الاستبيان واقترح ما يرونه مناسباً من إضافة او حذف او تعديل لبعض الفقرات تم إجراء التعديلات المناسبة لتكون صورته النهائية من عشرين فقرة حيث توزعت درجات سلم الاستجابة من 1-5 درجات وفق تدرج ليكرت (Likert) الخماسي علي النحو التالي :-

- 1- أخاف كثيراً جداً .
- 2- أخاف كثيراً
- 3- أخاف بدرجة متوسطة .
- 4- أخاف قليلاً جداً
- 5- لا أخاف.

لذلك تكون الدرجة الكلية للمقياس ما بين (20) درجة في حدها الأدنى (100) درجة في حدها الأعلى.

صدق الاختبارات المهارية وثباتها :- م إيجاد نوعين من الصدق لهذه الاختبارات :-

- أ- صدق المحتوى حيث تم عرض الاختبارات ومدى ملاءمتها ووجد ان هناك اتفاقاً علي ان الاختبارات صادقة وتقيس ما وضعت من اجله .
- ب- الصدق المنطقي و ذلك بإيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات لكل اختبار لذلك تبين من الجدول رقم (2) ان الاختبارات المستخدمة تتمتع بصدق منطقي عال (عويس) (1977)

جدول (2) الجذر التربيعي لمعاملات الثبات لكل اختبار من الاختبارات المهارية المستخدمة

ت	الاختبار	معامل الارتباط	الجذر التربيعي
1.	الانزلاق علي البطن	840	910
2.	ضربات الرجلين من وضع الطفو علي البطن	790	880
3.	التفزز بالماء العميق	890	940
4.	وقوف بالماء العميق	880	930
5.	سباحة الزحف علي البطن	088	093

**ثبات الاختبارات:-** تم تطبيق الاختبارات باستخدام طريقة إعادة الاختبارات (Test Retest) علي عينة (20) مشارك من خارج عينة البحث ومن مجموع البحث تم اعيد تطبيق الاختبارات بعد خمسة ايام وتبين ان الاختبارات ذات معامل ثبات عال مما يحقق أغراض هذا البحث .

جدول (3) معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات المهارية المستخدمة

ت	الاختبار	معامل الارتباط	الدالة
1.	الانزلاق علي البطن	840	دالة
2.	ضربات الرجلين من وضع الطفو علي البطن	790	دالة
3.	التفزز بالماء العميق	890	دالة
4.	وقوف بالماء العميق	880	دالة
5.	سباحة الزحف علي البطن	088	دالة

**صدق مقياس المخاوف المرتبطة بتعلم السباحة وثباتها :-** قام الباحثون بإيجاد صدق مقياس المخاوف المرتبطة بتعلم السباحة وذلك بعرضها علي اربعة محكمين من حملة درجة الدكتوراه في التربية البدنية تخصص سباحة لإبداء آرائهم وملاحظاتهم العلمية ومدى ملاءمتها .

حيث قام الباحثون بإجراء بعض التعديلات حسب راي المحكمين كما اوجد الباحثان الصدق المنطقي وذلك بإيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات حيث كان صدق مقياس المخاوف المرتبطة بتعلم السباحة يساوي (90%) وهذه النتيجة تشير الي انه يتمتع بصدق عال .

**ثبات المقياس :-** تم إيجاد ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار (Test Retest) علي عينة مكونة من (20) مشاركاً من خارج عينة البحث ثم اعيد تطبيق الاختبار مرة ثانية علي العينة نفسها بعد أسبوع من التطبيق الأول وتحت نفس الشروط والظروف السابقة حيث كان نتيجة التطبيق تساوي (82%) حيث ان هذا الاختبار يتمتع بمعامل ثبات عالية .

الدراسات الاستدلالية: تم تطبيق المقياس قبل إجراء الدراسة كقياس قبلي (P Retest) للتعرف علي مستوى المخاوف المرتبطة بتعلم السباحة لدى أفراد عينة البحث ثم إعادة تطبيق المقياس نفسه بعد أربعة أسابيع من تطبيق الدراسة كقياس بعدي .

رابعاً البرنامج التعليمي :- اشتمل البرنامج التعليمي المقترح علي (12) وحدة تعليمية تم توزيعها علي ما توصلت اليه نتائج الأبحاث والدراسات السابقة وما اورده المراجع العلمية (راتب 1999) و(محمود 1998) و(الباجوري 1988) و(عراي و آخرون 1994 م) و(الحايك 1993) و(مصباح الباجوري 1991 م) و(الكروات وآخرون 1985 م) و(السامرائي 1984 ) و(توفيق 1981) و(فيسنت Vincent, Vickers 1994 م) و(ديفيد David 1989 م).

كما تم الاستعانة بآراء المتخصصين في مجال السباحة وخبرة الباحثون الميدانية في مجال تدريس وتدريب السباحة .

#### احتوى البرنامج في صورته النهائية علي المهارات التالية :-

- 1- الثقة والتعود علي الماء وتشمل التعرف علي الوسط المائي والنزول عن طريق السلم بمساعدة ثم دون مساعدة - المشي بعرض الحوض في ماء مستوى الصدر مع فني الركبتين وفتح العينين تحت الماء وجمع الأشياء من القاع - القفز الي الماء بالرجلين من علي حافة الحوض .
- 2- الطفو ويشمل الطفو الأفقي علي البطن وعلي الظهر والطفو العمودي .
- 3- الانزلاق عن طريق دفع أرضية الحوض من وضع الوقوف والماء في مستوى الصدر ودفع الحائط بعد المسك بحافة الحوض بالرجلين والانزلاق لأطول مسافة .
- 4- التنفس وتفرغ الهواء داخل الماء
- 5- التقدم عن طريق حركات الزراعين والرجلين والتنفس .
- 6- سباحة الزحف علي البطن لأطول مسافة .
- 7- الوقوف بالماء العميق .

التوزيع الزمني للبرنامج :- الجزء التمهيدي ويتضمن:-

- أ- الإحياء (5 دقائق ) .- مراجعة المهارة السابقة (10 دقائق ) .
- الجزء الرئيسي ويتضمن :- النشاط التعليمي ، شرح المهارة الجديدة وأهميتها ثم اداء نموذج (10 دقائق) . النشاط التطبيقي :/ أداء تمارين لتطوير مستوى الأداء للمهارة الجديدة (35) دقيقة . 2/ عمل منافسة (8 دقائق) .
- الجزء الختامي :- نشاط حر (7) دقائق ثم الخروج من الحوض والاصراف

المعالجة الإحصائية:-تم استخدام طريقة (SPSS) لتحليل ومعالجة البيانات :- المتوسط الحسابي (م) . الانحراف المعياري (ح) . معامل الالتواء . الخطأ المعياري لمعامل الالتواء T.Test.

عرض ومناقشة النتائج حسب فروض البحث :- وجد تأثير للبرنامج التعليمي المقترح علي تعلم المهارات الأساسية في السباحة

جدول (4) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والخطأ المعياري لأداء افراد عينة البحث علي الاختبارات المهارية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	الخطأ المعياري
1	الانزلاق علي البطن	المتز	7.10	2.02	7920	3620
2	ضربات الرجلين علي البطن	الثانية	16.50	2.20	0.016	372
3	وقوف بالماء العميق	الثانية	1.220	7760	1.00	3710
4	القفز بالماء العميق	درجة	6.15	1.84	2.60	3720
5	سباحة الزحف علي البطن	المتز	13.22	3.72	0.328	0.372

يتضح من الجدول (4) ان قيم معامل الالتواء تتراوح بين -0.016 و 1.00 وهذه القيم انحصرت بين (+3 معامل الالتواء) وبالتالي فان توزيع العلامات يعتبر طبيعياً .حيث ان المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والخطأ المعياري لدى افراد عينة البحث علي الاختبارات المهارية حيث ان المسافة التي يقطعها المتعلم في مهارة الانزلاق علي البطن يساوي (7.10 م) والانحراف المعياري (2.02) اما متوسط الزمن الذي يقطعه المتعلم في مسافة (1.2.5) في مهارة ضربات الرجلين علي البطن هي

(16.50) ثانية وانحراف معياري (2.20) كما سجل المشاركون في مهارة الوقوف بالماء العميق لمتوسط حساسي (1.220) دقيقة وانحراف معياري (7760) اما القفز بالماء العميق فقد بلغ المتوسط الحسائي (6.15) درجة وانحراف معياري (1.84) كذلك يتضح في سباحة الزحف على البطن ان المتوسط الحسائي كان (13.22) متر وانحراف معياري (3.72). اما من حيث الفرض الثاني حيث توجد فروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي علي مقياس الخوف المرتبط بتعلم السباحة لدى افراد عينة البحث .

الجدول (5) الذي يوضح المتوسط الحسائي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء وقيمة (ت) ودلالة الفروق بين الاختبارات القبلي والبعدي لمقياس الخوف المرتبطة بتعلم السباحة .

المتغير	الاختبار القبلي			الاختبار البعدي			قيمة ت	مستوى الدلالة
	م	ح	الالتواء	م	ح	الالتواء		
الخوف المرتبطة بتعلم السباحة	59.57	5.28	0611	74.46	6.16	0398-	6.506	دالة

قيمة ت الجدولية عند مستوى (0.05) يساوي 2.64 كما يظهر في الجدول رقم (5) فان قيم معامل الالتواء تتراوح بين (0398) و (0611) وهذه القيم انحصرت بين (+3 معامل الالتواء) وبالتالي فان توزيع العلامات يعتبر طبيعياً.

جدول (6) المتوسطات الحسائية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء وقيمة ت ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس الخوف المرتبطة بتعلم السباحة لأفراد عينة الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة ت	الاختبار البعدي			الاختبار القبلي			الفقرات
		الالتواء	ح	م	الالتواء	ح	م	
دال	3.439	0.542	0.65	3.63	0.253	0.85	2.88	تعلم السباحة بواسطة مدرب متخصص
غ. دال	0.159	0.496	1.08	2.88	0.244	0.70	2.83	الذهاب في رحلة بحرية
دال	3.681	0.381-	0.51	3.79	0.365	0.86	3.04	التوقف اثناء التعب في المنطقة العميقة
دال	2.236	0.632	0.86	3.71	0.068	0.95	3.13	الجلوس علي حافة الحوض وضع الرجلين في الماء وعمل الطرطشة
دال	3.741	0.239-	0.095	3.96	0.486	0.097	2.92	رحلة بحرية مع شخص لا يجيد السباحة
دال	2.920	0.166	0.66	3.46	0.324	0.082	2.83	فتح العينين تحت الماء اثناء السباحة
دال	2.092	0.593-	0.66	3.54	0.084	0.86	2.96	الوقوف علي حافة الحوض في الجزء العميق
دال	6.02	0.705-	0.71	4.38	0.561	0.99	2.88	التقاط الأشياء من قاع الحوض في الحز الضحل
دال	4.600	0.346	0.76	3.83	0.156	0.68	2.88	فرصة للزول الي الماء مع الأصدقاء لأول مرة
دال	2.295	0.052	1.13	3.63	0.84	0.86	2.96	الوقوف في الماء الضحل مع طرطشة الماء
دال	3.335	0.406-	0.69	3.71	0.084	0.86	2.96	المشي فوق سلم قفز متحرك
دال	3.800	0.759-	0.66	079.	0.000	0.78	3.00	السباحة في حمام لا يوجد به احد غيرك
دال	5.545	0.978-	0.95	4.29	0.000	0.69	2.96	القفز للماء من حافة حوض السباحة
غ. دال	1.088	0.053	0.97	3.58	0.054	0.56	3.33	السباحة مع اشخاص لا تعرفهم
غ. دال	1.725	0.183-	0.82	3.63	0.196	1.01	3.17	النظر الي الماء العميق
دال	4.588	0.125	0.72	3.92	0.253	0.85	2.88	الوثب بالقدمين في ماء بعميق الصدر
غ. دال	2.011	0.321-	1.14	3.79	0.196	1.01	3.17	فقدان التوازن اثناء المشي في الماء
دال	3.521	0.024-	0.62	4.04	0.156	0.98	3.21	غمس الراس والجسم تحت سطح الماء
دال	3.809	0.395-	0.78	4.21	0.301	1.09	3.017	الزول الي ماء بارتفاع اعلي من الراس
غ. دال	0.628	0.267	0.86	3.71	0.432	0.98	3.54	السباحة في البحر بمنطقة لا تتضح فيها رؤية القاع

قيمة ت الجدولية عند مستوى  $(\alpha=0.05) = 2.064$

يتضح من الفرض الثاني انه تم ايجاد المتوسطات الحسائية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء وقيمة ت ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لأداء افراد عينة البحث علي الاختبارات المهارية المستخدمة ويتضح من الجدول (5) ان الوسط الحسائي لمقياس الخوف ككل علي الاختبار القبلي (59.57) بانحراف معياري (6.16) ومعامل الالتواء (0.0611) اما الوسط الحسائي للمقياس ككل علي الاختبار البعدي فقد بلغ (74.36) بانحراف معياري (6.16) ومعامل

الالتواء(0.0398) كما يشير الجدول الي ان قيمة ت تساوي (6.506) قيمة ت الجدولية(2.064) مما يدل علي ان هناك فرقاً ذا دالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha=0.05$ ) بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي ويتضح من الجدول رقم (6) أيضاً ان هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين اداء افراد العينة علي الاختبار القبلي

وأدائهم علي الاختبار البعدي لصالح البعدي علي ست عشرة فقرة من اصل عشرين فقرة من فقرات مقياس الخوف وكانت اعلي مستويات سجلها افراد العينة علي الفقرات التقاط الأشياء من قاع الحوض في المنطقة الضحلة (المتوسط الحسابي 4.38) والقفز للماء من فوق حافة حوض السباحة (المتوسط الحسابي 4.29). النزول الي ماء بارتفاع اعلي من الراس (المتوسط الحسابي 4.21)، غمس الرأس والجسم تحت سطح الماء (المتوسط الحسابي 4.04)

#### مناقشة النتائج - ج :-

يتضح من خلال الجداول (4-5-6) ان تطبيق البرنامج التعليمي المقترح قد احدث تقدماً في المستوى المهاري وتقليل درجة الخوف لدي افراد عينة البحث مما يشير الي ان البرنامج التعليمي المقترح قد حقق الهدف الموضوع من اجله .

كما يتبين من الجدول (4) ان افراد عينة البحث قد اظهروا تحسناً واضحاً بالمستوى المهاري علي الاختبارات المهارية البعدية التي اجريت لهم الا انه يصعب تحديد نسبة رقيمة لهذا التحسن وان كان واضحاً وذلك بسبب عدم وجود قيم رقمية كـالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمقياس القبلي، وهذا يعود الي ان افراد العينة لم يجروا اختبارات قبلية بسبب عدم وجود أية خبرة علمية في السباحة وبالتالي يعزو الباحثان سبب هذا التقدم الي فاعلية البرنامج التعليمي المقترح لما يتضمنه من ترمينات مخطط لها وفق أسس علمية سليمة تتناسب مع خصائص وميول وحاجات هذه المرحلة السنوية .وهذه النتيجة تتفق مع ما توصلت اليه العديد من الدراسات كدراسة محمود (1998) وعراي واخرون (1994) (الحايك(1993) ، والجبيلي(1990) و عبدالهادي واخرون(1990)ونصار(1990)والباجوري (1988) واسكندر وآخرون(1985) حيث اجمعوا علي ان البرامج التعليمية والمبنية وفق اسس سليمة تعمل علي تطوير المستوى المهاري لافراد عينة البحث ومن جهة اخري فان عدم وجود خبرة سابقة في السباحة لدي عينة البحث كان له تأثير ايجابي علي سرعة التعلم وهذا يتفق مع ما اشار اليه توفيق 1981 و Lamb 1984 ان استجابة وتطور مستوى الشخص المبتدئ افضل من الشخص المتقدم في المستوى .

وبشكل خاص يمكن القول ان هذا البرنامج التعليمي المقترح بمحتواه وعناصره التعليمية المتنوعة وأساليبه تطبيقه قد ساعد افراد العينة علي التقدم المهاري وهذا ما اتفق علي العديد من الابحاث والدراسات التي اجريت فمثلاً :-

- احتواء البرنامج علي تمارين الثقة والطفو علي الماء للشعور بالطمأنينة وبالتالي تقليل درجة الخوف من الماء وهذا يتفق مع ما توصل اليه من عبد الهادي واخرون (1990) بان هناك علاقة ايجابية بين الثقة بالنفس وتعلم مهارات السباحة وما أشار اليه(1997 Counsilman) بان العوامل النفسية لها اثر ايجابي في سرعة تعلم مهارات السباحة .
- احتواء البرنامج علي الأنشطة والتمارين المتنوعة والمتدرجة في الصعوبة وهذا يتفق مع ما توصل اليه عراي واخرون (1994) بان التنوع في التمارين والأنشطة المتنوعة والأساليب التعليمية يساهم بشكل فاعل في تعلم مهارات السباحة وما اشار اليه علاوي واخرون (1987) بانه ينبغي قيام اللاعبين بأداء المهارات الحركية تحت ظروف متعددة ومتنوعة .
- الاستعانة بالوسائل التعليمية المساعدة وعوامل الامن والسلامة وهذا يتفق مع ما توصل اليه الباجوري (1988) واسكندر واخرون (1985) بان استخدام الوسائل التعليمية المساعدة والمعينه يزيد من سرعة تعلم مهارات السباحة .
- التدريب علي المهارات في الماء العميق وهذا يتفق مع ما توصل اليه الكردي واخرون (1985) ومحمود (1988) بان التعلم في الماء العميق يوفر سرعة التعلم ويوفر عامل الامن والسلامة .
- استنارة دافعية التعلم وهذا يتفق مع ما اشار اليه علاوي (1998) بان الدافعية تعلب دوراً هاماً في زيادة سرعة وفاعلية التعلم .
- استخدام التعزيز والتشويق وهذا يتفق مع ما توصل اليه الحايك (1993) بان ادخال عنصر التعزيز والتشويق يقلل من الشعور بالملل والتعب وبالتالي سرعة في التعلم .
- احتواء البرنامج علي الالعاب الصغيرة توصل الحايك (1993) الي ان استخدام الالعاب الصغير يساعد علي تقليل الشعور بالتعب والملل والاقبال علي التدريب بحماس كما اشار Cross كما رود في توفيق ووالي (1988) الي ان سرعة وسهولة التعلم بالالعاب الصغيرة في أي برنامج تعود لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله .
- احتواء البرنامج علي المنافسة يتفق مع ما توصلت اليه الشيمي (1989) الي ان التعلم عن طريق المنافسات يؤدي الي ارتفاع المستوى المهاري.

اما فيما يتعلق بدرجة الخوف المرتبطة بتعلم السباحة يتضح من الجدول رقم 5، 6 الي ان هناك فروقاً ذات دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي علي درجة الخوف المرتبطة بتعلم السباحة حيث يشير الجدول رقم 5 الي ان الوسط الحسابي لمقياس الخوف ككل علي الاختبار القبلي 59,57 بانحراف معياري 5.28 اما الوسط الحسابي للمقياس ككل علي الاختبار البعدي 74.36 بانحراف معياري 6.16 كما ان قيمة ت 6.506 مما يدل علي ان هناك فرقاً ذا



دلالة احصائية عند مستوى  $\alpha = 0.05$  بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي وهذا يدل علي ان البرنامج التعليمي المقترح ساعد افراد عينة البحث علي الإقلال من المخاوف المرتبطة بتعلم السباحة وبشكل واضح وقد سجلوا اعلي متوسطات علي الفقرات التالية : التقاط الاشياء من قاع الحمام في المنطقة الضحلة (المتوسط حساسي 4.38) والقفز للماء من حافة حوض السباحة (المتوسط حساسي 4.29) النزول الي ماء بارتفاع اعلي من الراس (المتوسط حساسي 4.21)

تغطيس الراس والجسم تحت سطح الماء (المتوسط حساسي 4.04) ويعزوا الباحثان هذه النتيجة الي ما يحتويه البرنامج من عناصر ساعدت افراد العينة علي الإقلال من المخاوف لديهم فمثلاً التركيز في بداية البرنامج علي تمارين الثقة و الألفة مع الماء للشعور بالطمأنينة والامن والتدرج في التمارين من السهل الي الصعب والتدريب في المنطقة الضحلة والمنطقة العميقة ساعدهم بدرجة كبيرة في الإقلال من المخاوف ( عبدالهادي واخرون 1990 و توفيق 1981 و فرغلي 1977) كما ان لتعريف المتعلم بالمعارف والمعلومات المتعلقة بخصائص الجسم في الوسط المائي اثرأ ايجابياً في درجة الخوف وفي هذا يتفق مع ما توصل اليه توفيق (1981) بان تعريف المتعلم بخصائص الجسم في الماء يساعد علي الإقلال من درجة الخوف نحو الوسط المائي .

اما فيما يتعلق بتسجيل افراد العينة فكان اعلي متوسط حساسي علي الفقرات (التقاط الاشياء من قاع الحمام في المنطقة الضحلة ، والقفز من حافة حوض السباحة ، والنزول الي الماء بارتفاع اعلي من الراس ، وتغطيس الرأس والجسم تحت سطح الماء ) فان الباحثان يريا ان هذه المخاوف (المهارات ) المرتبطة بتعلم السباحة قد كانت بالنسبة للمتعلمين قبل بدء بتطبيق البرنامج شيئاً يصعب أداؤها بسبب الخوف وبالتالي فان اتقان المتعلمين لهذه المهارات يعني التخلص من المخاوف المرتبطة بها مما جعلهم يسجلون اعلي الدرجات عليها لما لاتقان هذه المهارات لأهمية لكل مبتدئ في السباحة .

بالنسبة للفقرات التي لم تظهر أي فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي فهي : (الذهاب في رحلة بحرية ، النزول في الماء مع أشخاص لا تعرفهم ، النظر الي الماء من مكان مرتفع ، النزول الي ماء لا تتضح فيها رؤية قاع الحمام ) يرى الباحثان ان التخلص من مثل هذه المخاوف المتبقية يحتاج من المتعلمين الي الاشتراك في دورة او دورات تعليمية اخرى يطبق فيها برامج تعليمية تتناسب مع الخصائص النفسية والمهارية للفئة العمرية والمستوى الذي وصلوا اليه .

#### الاستنتاجات :-

- البرنامج التعليمي المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة احصائية علي تطوير مستوى الأداء المهارى في السباحة لدى افراد عينة البحث .
- البرنامج التعليمي المقترح له تأثير ايجابي ذو دلالة احصائية علي تقليل درجة الخوف المرتبطة بتعلم السباحة لدي افراد عينة البحث .

#### التوصيات :-

- 1- استخدام هذا البرنامج التعليمي المقترح لتعليم طلاب كليات التربية البدنية والمعاهد المتخصصة المتوسطة .
- 2- استخدام هذا البرنامج التعليمي المقترح لتعليم فئة الشباب وكبار السن للتأكد من مدى صلاحيته .
- 3- ضرورة التركيز علي التخلص من الخوف لدى المتعلمين في بداية أي عملية لتعلم سباحة الزحف علي البطن .
- 4- إجراء دراسات تهتم بوضع برامج تعليمية قائمة علي أسس علمية سليمة تتناسب مع الفئات العمرية .

#### المراجع :-

##### المراجع العربية :-

- 1- ابو عواد " العلاقة بين ابعاد مفهوم الذات ومركز التحكم لدى المعاقين حركياً الممارسين للرياضة التنافسية في الاردن" رسالة ماجستير غير منشورة الجامعة الاردنية عمان محمد 2000.
- 2- الباجوري ، نادية "تأثير برنامج مقترح لاستخدام القصص الحركية علي تعلم المبادئ الاساسية للسباحة للأطفال من سن 6-8 سنوات " المؤتمر الدولي تاريخ وتطور علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المينا (3) ، مصر 1988.
- 3- الحايك ، والصادق " اثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير مهارة دقة التصويت لدى ناشئي كرة السلة في الاردن " رسالة ماجستير غير منشورة الجامعة الاردنية عمان ، الاردن 1993.
- 4- اسكندر ، عابدة وسنبل ، نازك " وضع اسس تخطيطية للبرامج التعليمية لمدارس السباحة الصيفية للناشئين بمحافظة الاسكندرية" دراسات وبحوث ، (18) 3 جامعة حلوان ، القاهرة 1985.
- 5- توفيق ، عناف ، ووالي ، نسيم ، " اثر برنامج العابر صغيرة مقترحة لتعلم بعض مهارات الكرة الطائرة علي المستوى الحركي والمعرفي واتجاهات تلاميذ المرحلة الابتدائية " المؤتمر الدولي تاريخ وتطور علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المينا (1) ، مصر 1988.
- 6- راتب، اسامة "تعليم السباحة ط3 دار الفكر العربي القاهرة مصر 1999.

- 7- رسمي ،نادية " فاعلية اسلوبين من اساليب التدريس علي المستوى المهارى للسباحة " مجلة علوم وفنون الرياضة ، جامعة حلوان ، القاهرة ، مصر ، 1989 (3)1.
- 8- عبدالهادي ، فاطمة ، وعلي ، ليلي "تأثير الثقة بالنفس علي تعلم السباحة المؤتمر العلمي الأول – دور التربية الرياضية في حل المشكلات المعاصرة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، مصر ، 3، 1993.
- 9- عرابي ، سميرة ، ومسمار ، بسام " برنامج مقترح لتعلم المهارات الأساسية في السباحة للمبتدئات من سن 7-14 سنة" دراسات ، وقائع المؤتمر الرياضي العلمي الثاني ، 1977، 2.
- 10- محمود ، جمال "اثر برنامج تعليمي مقترح علي سرعة تعلم السباحة في المنطقتين الضحلة والعميقة " رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية بالجامعة الاردنية عمان ، الاردن 1998.
- 11- مصباح ، فاطمة ، والباحوري ، نادية "تأثير طريقة اللعب الحر في الماء علي تعلم بعض المهارات الأساسية للسباحة لأطفال ما قبل الدراسة " علوم وفنون الرياضة ، 3(2+3) كلية التربية الرياضية للبنات بجامعة حلوان القاهرة ، مصر 1991.

#### المراجع الاجنبية:-

- 12) Alhayek Sadiq " The Effects of Using Two Basketball Teaching Styles on Physical Education Students' Skills Performance and Attitudes" Accepted for Publication in Dirasat The University Of Jordan Amman, Jordan 2003.
- 13) Leonard C.." The Relationship between Self Concept and Selected Physical Characteristics among Female Varsity Athletes and Non Participants" International Dissertation Abstract ,40,1980,4471

(ملحق 1)

- الاختبارات المهارية المعتمدة لقياس السباحة  
الاختبار الاول: الانزلاق علي البطن (المتر) :-  
طريقة الاداء: الظهر مواجه للحائط ، يغطس المتعلم كامل جسمه تحت الماء ويضع الرجلين علي الحائط ثم يقوم بدفع الحائط برجليه لطفو الجسم اقلياً علي سطح الماء منزلقاً اماما .  
الاختبار الثاني: ضربات الرجلين من وضع الطفو الاقضي علي البطن (بالثانية) :-  
طريقة الاداء: الظهر مواجه للحائط ، يمسك المتعلم بالطوافة باليدين فوق الراس ، ميل الجسم خلفاً ثم يدفع الحائط برجليه لطفو الجسم اقلياً علي سطح الماء منزلقاً اماما ثم يبدأ بتحريك الرجلين لمسافة 12.5 م .  
الاختبار الثالث: القفز بالماء العميق (بالرجلين او بالراس) :-  
طريقة الاداء: يقوم المتعلم بالقفز للماء العميق بالرجلين او الراس من احد الارتفاعات التالية: من حافة الحمام او من السلم المتحرك بارتفاع متر واحد او من السلم المتحرك بارتفاع ثلاثة امتار .  
طريقة التسجيل: يقوم المتعلم بقفزة واحدة فقط وتحسب له درجة كما هو مبين ادناه :  
القفز بالرجلين من: حافة الحمام علامتان ارتفاع 1 م اربعة علامات ارتفاع 3 م سبعة علامات .  
القفز بالراس من: حافة الحمام خمسة علامات ارتفاع 1م سبعة علامات ارتفاع 3 م عشرة علامات .  
الاختبار الرابع: وقوف بالماء العميق (بالثانية) :-  
طريقة الاداء: ينزل المتعلم الي الماء العميق ويبقى الجسم عمودياً بحيث يحافظ علي الراس والقدم خارج الماء للتنفس من خلال اداء حركات الرجلين والنرايين اللتين تساعدانه علي هذا الوضع .  
طريقة التسجيل: يسجل لزمان الذي يستغرقه المتعلم من لحظة اعطاء إشارة البدء ولغاية مسكه حافة الحمام للتوقف .  
الاختبار الخامس: سباحة الزحف علي البطن (المتر) :-  
طريقة الاداء: الظهر موجه للحائط يميل المتعلم بجذعه الي الامام ثم يدفع الحائط برجليه لطفو الجسم اقلياً علي سطح الماء ثم يبدأ بتحريك الرجلين والنرايين لأطول مسافة ممكنة .  
طريقة التسجيل: تسجل المسافة التي يقطعها الجسم من الحائط ولغاية النقطة التي تلمس فيها القدمين الماء .

(ملحق 2)

الوحدات التعليمية الهدف التعليمي

الوحدة التعليمية الاولى :

الهدف التعليمي : الوقوف عند مستويات المشاركين ومهارة التعود والثقة بالماء الاحياء خارج الماء .

أ- التعود علي الماء من خلال اداء التارين التالية في المنطقة الضحلة :

- الجلوس علي حافة حمام السباحة ، تحريك الرجلين في الماء بالتبادل .

- النزول التدريجي الي الماء باستخدام الدرج الجانبي .
- التعود علي حرارة الماء وذلك بنزول الجسم تحت سطح الماء من خلال ثني الركبتين مع بقاء الوجه خارج الماء .
- طرشة الماء علي الوجه الجسم ثم علي الزميل.
- المشي للأمام داخل الحمام علي شكل صف والعودة مع تحريك الذراعين للمساعدة
- نفس التمرين السابق من وضع المشي خلفاً.
- نفس التمرين السابق من وضع الجري اماماً ثم جانباً .
- غمس الرأس والجسم تحت الماء مع كتم النفس وفتح العينين لمدة 5-8 ثوان .
- التقاط القطع النقدية من قاع الحمام .
- عمل مسابقة علي شكل لعبة صغيرة .
- نشاط حر .

الوحدة التعليمية الثانية :-

الهدف التعليمي :التنفس والنزول في الماء

- أ- الاحياء داخل الماء .
- ب-مراجعة لبعض المهارات السابقة .
- ج- شرح المهارة الجديدة وبيان اهميتها ثم اداء نموذج للمهارة .
- د- اداء التمارين التالية في المنطقة الضحلة :-
- النزول في الماء من وضع الجلوس علي حافة الحمام ، يقوم المتعلم بلف الجذع للجهة اليسرى مع وضع اليد اليمنى بجانب اليسرى ليصبح الظهر تقريباً مواجهاً للحمام ، الخروج من المسبح بنفس الطريقة وبترتيب معكوس .
- الوثب بالرجلين من حافة الحمام الخارجية الي داخل الحمام ، التأكد علي ضرورة ان يثني المتعلم ركبتيه عند ملاسة رجليه لأرض الحمام وكتم النفس
- مسك حافة الحمام باليدين ، اخذ نفس من الفم ونفخه علي سطح الماء في محاولة لأحداث ثقب في سطح الماء .
- اخذ النفس من الفم ، وضع الفم تحت سطح الماء وتفريغ الهواء داخل الماء مع بقاء العينين فوق سطح الماء .
- اخذ النفس من الفم ، انزال الرأس كاملاً تحت سطح الماء ، تفريغ الهواء داخل الماء مع بقاء العينين مفتوحتين .
- التقاط القطع النقدية من قاع الحمام في المنطقة الضحلة مع تفريغ الهواء داخل الماء .
- اخذ النفس من الفم ، الوثب الي ماء عميق الكتف مع مراعاة كتم النفس تحت الماء وبقاء العينين مفتوحتين .
- نفس التمرين السابق مع تفريغ الهواء داخل الماء .
- نفس التمرين السابق مع بقاء الجسم تحت سطح الماء لأطول فترة زمنية ممكنة .
- عمل مسابقة علي شكل لعبة صغيرة .
- نشاط حر .

الوحدة التعليمية الثالثة :-

الهدف التعليمي : الطفو العمودي

- أ- الاحياء داخل الماء .
- ب-مراجعة لبعض المهارات السابقة .
- ج- شرح المهارة الجديدة وبيان اهميتها ثم اداء نموذج للمهارة .
- د- اداء التمارين التالية في ماء عميق الكتف :
- مسك حافة الحمام باليدين ، اخذ نفس عميق ، نزول الجسم والرأس تحت سطح الماء ، كتم النفس لمدة 5-8 ثوان .
- نفس التمرين السابق ، دون مسك حافة الحمام (الاحساس بالطفو) .
- في المنطقة العميقة ، مسك حافة الحمام باليدين ، نزول الجسم والرأس تحت سطح الماء ، كتم النفس لمدة 5-8 ثوان.

- نفس التمرين السابق مع الزميل المسك بحافة الحمام ، ترك اليدين لحافة الحمام ويقائهما قريبتين من الحافة لمسكها عند الحاجة مع التركيز علي بقاء الجسم وضع الطفو العمودي (تبديل الادوار مع الزميل) .
- نفس السابق مع التركيز علي زيادة الفترة الزمنية للبقاء بوضع الطفو العمودي .
- اخذ نفس عميق ، الوثب في المنطقة العميقة ، مع التركيز علي ضرورة الاسترخاء وكم النفس وفتح العينين للوصول الي الوضع المطلوب ( مع وجود المنفذ القريب ) .
- نفس التمرين السابق مع التركيز علي زيادة الفترة الزمنية للبقاء بوضع الطفو .
- الوثب من ارتفاع واحد متر في الماء العميق مع التركيز علي النقاط السابقة الذكر .
- الوثب من ارتفاع ثلاثة امتار في الماء العميق (اختيارياً )
- عمل مسابقة علي شكل لعبة صغيرة .
- نشاط حر .

الوحدة التعليمية الرابعة :-الهدف التعليمي :- الطفو والانزلاق الافقي علي البطن :الاحياء داخل الماء .مراجعة للمهارة السابقة . شرح المهارة الجديدة وبيان اهميتها ثم اداء نموذج للمهارة .

د- اداء التمارين التالية في المنطقة الضحلة :-

- مسك حافة الحوض باليدين ، اخذ نفس عميق ، انزال الجسم والراس تحت سطح الماء ، فرد الجسم علي سطح الماء للوصول الي وضع الطفو الافقي .
- نفس السابق مع ترك اليدين للحافة ويقائهما قريبتين من حافة الحمام لمسكها عند الحاجة .
- من وضع الوقوف والذراعان عالياً ميل الجذع اماماً وملامسة الجسم لسطح الماء ، رفع الرجلين خلفاً ومسكها من قبل الزميل للوصول الي وضع الطفو الافقي علي البطن ، ثم يقوم الزميل بدفنها الي الامام للوصول الي وضع الانزلاق الافقي .
- نفس السابق مع دفع قاع الحمام بالقدمين للوصول الي وضع الطفو الافقي والانزلاق اماماً .
- نفس التمرين السابق مع دفع الحائط بقدم واحدة .
- نفس التمرين السابق مع دفع الحائط بالقدمين معاً .
- نفس التمرين السابق مع التركيز علي الانزلاق الافقي لأطول مسافة .
- عمل مسابقة علي شكل لعبة صغيرة .
- نشاط حر .

الوحدة التعليمية الخامسة :-الهدف التعليمي : تعلم ضربات الرجلين في سباحة الزحف علي البطن

أ/ الاحياء داخل الماء . ب/مراجعة للمهارة السابقة .ج/ شرح المهارة الجديدة وبيان اهميتها ثم اداء نموذج للمهارة .د/ أداء التمارين التالية في المنطقة الضحلة :-

- الجلوس علي حافة الحمام واداء ضربات الرجلين في الهواء بالتبادل .
- نفس التمرين السابق مع ملامسة الرجلين لسطح الماء .
- مسك حافة الحمام باليدين ، فرد الجسم علي سطح الماء للوصول الي وضع الطفو الافقي علي البطن ، اداء ضربات الرجلين .
- الطفو الافقي علي البطن ، مسك الزميل لذرعي المؤدي ، اداء ضربات الرجلين .
- مسك الطوافة باليدين ، الطفو الافقي علي سطح الماء ، اداء ضربات الرجلين .
- دفع الحائط بالرجلين للوصول الي وضع الطفو الافقي والانزلاق علي البطن ، اداء ضربات الرجلين .
- نفي التمرين السابق في المنطقة العميقة .
- عمل مسابقة علي شكل لعبة صغيرة .
- نشاط حر .

الوحدة التعليمية السادسة : الهدف التعليمي : تعلم ضربات الذراعين في سباحة الزحف علي البطن .

أ/ الإحماء داخل الماء ./مراجعة للمهارة السابقة ./ شرح المهارة الجديدة وبيان أهميتها ثم اداء نموذج للمهارة ./ أداء التمارين التالية في المنطقة الضحلة :-

- اداء المهارة خارج الحمام .
- وقوف فتحاً ، ميل الجذع اماماً مع بقاء الوجه خارج الماء ، اداء ضربات الذراعين .
- مسك حافة الحمام بأصابع الرجلين للوصول لوضع الطفو الاقضي علي البطن ، ضربات الذراعين .
- دفع الحائط بالرجلين للوصول الي وضع الطفو الاقضي والانزلاق اماماً علي البطن ، اداء ضربات الذراعين .
- وضع الطوافة بين الفخذين ، ميل الجذع اماماً للوصول الي وضع الطفو الاقضي ، اداء ضربات الذراعين .
- ربط حركات الذراعين بحركات الرجلين .
- نفس التمرين السابق في المنطقة الضحلة .
- عمل مسابقة علي شكل لعبة صغيرة .
- نشاط حر .

الوحدة التعليمية السابعة :الهدف التعليمي :ربط مهارة ضربات الذراعين والرجلين مع التنفس ./ الاحماء داخل الماء .ب/مراجعة للمهارة السابقة .ج/ شرح المهارة الجديدة وبيان أهميتها ثم اداء نموذج للمهارة .د/ أداء التمارين التالية في المنطقة الضحلة :-

- وقوف فتحاً ، مسك حافة اليمين ، دوران الراس جهة اليمين (اليسار) لأخذ النفس من الفم ،وضع الوجه داخل الماء وتفرغ الهواء من الاتنف داخل الماء (عدة مرات ) .
- مسك حافة الحمام باليد اليسرى ووضع باطن اليد اليمنى اسفل علي حائط الحمام ، الوصول لوضع الطفو الاقضي علي البطن ووضع الوجه في الماء ، دوران الراس جهة اليمين (اليسار) لأخذ النفس من الفم ،وضع الوجه داخل الماء وتفرغ الهواء من الاتنف داخل الماء (عدة مرات ) .
- وقوف فتحاً ، ميل الجذع اماماً ، الوجه داخل الماء ، اداء ضربات الذراعين مع تفرغ الهواء ثم دوران الراس جانباً لأخذ الهواء مرة اخرى واعادته داخل الماء وهكذا.
- نفس التمرين السابق مع المشي اماماً .
- الطفو الاقضي علي البطن ، مسك الزميل للرجلين من الفخذ ، اداء ضربات الذراعين مع اخذ الهواء من الجانب ثم تفرغه داخل الماء .
- دفع الحائط بالرجلين للوصول الي وضع الطفو الاقضي علي البطن ، اداء ضربات الرجلين أولاً ثم الذراعين وربطها بأخذ النفس .
- الطفو علي البطن ، اداء ضربات الرجلين أولاً ثم الذراعين وربطها بأخذ النفس .
- نفس التمرين السابق في ماء عميق الكتف .
- نفس التمرين السابق في الماء العميق .
- عمل مسابقة علي شكل لعبة صغيرة .
- نشاط حر .

الوحدة التعليمية الثامنة :الهدف التعليمي : الوقوف بالماء العميق ./ الاحماء داخل الماء .ب/مراجعة للمهارة السابقة .ج/ شرح المهارة الجديدة وبيان أهميتها ثم اداء نموذج للمهارة .د/ أداء التمارين التالية في ماء عميق الكتف :-

- وقوف ، تشبيك الرجلين ، اداء حركات الذراعين .
- مسك حافة الحمام باليدين ، اداء حركات الرجلين .
- وضع الطوافة بين الفخذين ، اداء حركات الذراعين (تكرارها في المنطقة العميقة ) .
- ضم الطوافة بين الذراعين علي الصدر ، اداء حركات الرجلين (تكرارها في المنطقة العميقة ) .
- ربط حركات الذراعين مع حركات الرجلين في المنطقة العميقة وقرب حافة الحمام بمساعدة الزميل .
- القفز بالماء العميق ، اداء الوقوف بالماء .
- عمل مسابقة علي شكل لعبة صغيرة .
- نشاط حر .

## تقويم المهارات الشخصية والأداء التدريسية والاجتماعية لمعلمات رياض الأطفال بليبيا

\* د / عبدالقادر أحمد البصايب

\*\* د / هشام القمودي الحافي

\*\*\* أ / جلال محمد ناصر

**مقدمة ومشكلة الدراسة:** تعد مرحلة الطفولة من أهم مراحل حياة الإنسان، فهي القاعدة التي يعتمد عليها كل ما يتلوه من مراحل النمو وهي الأساس الذي يقوم عليه بنين شخصية الفرد وكيانه وما يتضمنه هذا البنين من قيم واتجاهات تحدد نوعية سلوكه وطريقته في مستقبل حياته، ومن هنا تبرز أهمية هذه المرحلة وخطورة باعتبارها اللبنة الأولى والأساس الذي يقوم عليه بناء الإنسان، ويقدر ما يكون الأساس قوياً راسخاً يكون البنين متماسكاً متيناً. وبناء عليه بات لزاماً على السياسات التربوية التعليمية التي تسعى إلى تأكيد مكانة الإنسان في الوجود وتنمية شخصيته تنمية متكاملة ومتوازنة، أن تنهم برياض الأطفال من حيث إنها المؤسسة التربوية التي تؤدي دوراً أساسياً في تنشئة الطفل وتنمية قدراته العقلية واللغوية والاشغالية والاجتماعية والحلقية والجسمية، ومن منطلق أنها الأساس الذي يبنى عليه السلم التعليمي بمراحله المختلفة.

وانطلاقاً من أن المعلم هو الركن الأساسي في العملية التعليمية وسر نهضتها وانطلاقها وعلى كاهله تقع مسؤولية تربية الأجيال وتنشئتهم، تتنبق أهمية معلمة رياض الأطفال ومسؤوليتها التي تنبع من أهمية المرحلة العمرية التي يتعامل معها وحساسيتها، ولما كان إعداد المعلمة أثناء الخدمة يرمي إلى تطوير عملها وتجديده بصورة تجعلها قادرة على مواجهة مشكلات العمل، ومسايرة كل جديد في المجال التربوي، وفي مجال تخصصها، عن طريق التوجيه والإرشاد وأكسابها خبرات جديدة بما تحتويه من ميول واتجاهات ومفاهيم وأساليب تفكير تؤدي إلى رفع مستوى أدائها المهني. كان من الضروري العمل على رفع مستوى الكفاية لديها يؤكد نجم الدين وآخرون (2004) أنه يقع على عاتق معلمة الروضة مسؤولية إيجاد المناخ المواتي لتعلم الاطفال، مما يتطلب امتلاكها صفات إنسانية تؤهلها لكسب ثقة الأطفال ومحبتهم وتقديرهم، باعتبارها قدوة في القول والسلوك.

وما لاشك فيه أن المعلمة كإنسان بخصائصها الشخصية تؤثر وتتفاعل مع الأطفال، والمعلمة من أكثر العوامل أهمية في تعليم وتقديم الخبرة للأطفال، ومن المتوقع منها مساعدة الأطفال على التكيف مع المجتمع، وتهيئتهم للتغلب على صعوبات البيئة من حولهم، وتنمية قدراتهم على التعامل مع ضغوط ومتغيرات العالم السريعة، إلى جانب دورها في الإعداد الأكاديمي والتهيئة للتعليم النظامي في المدرسة.

إن الاهتمام بالإعداد المناسب لمعلمة الروضة من شأنه بناء مجتمع متقدم، بحيث يتمكن أفرادها من مواكبة كل ما هو عصري ومتطور، فمن أهم مسؤوليات معلمة الروضة تمهيد اللبنة الأولى للمجتمع، والمتينة في أطفال ما قبل المدرسة، ولا يمكن إغفال ماتركه هذه المرحلة من تأثير في شخصية الطفل المستقبلية.

وأشار أبو حمدة وفاطمة أحمد (2007) إلى إن معلمة رياض الأطفال هي العنصر الأساسي في برنامج التعليم في هذه المرحلة، حيث تتطلب أن تلعب أدواراً مختلفة في تحقيق النتائج التربوية الخاصة لهذه المرحلة، فلا تستطيع الروضة المزودة بأحدث وسائل التعليم وأرقى الإمكانيات أن تحقق أهدافها بدون معلمة متخصصة ومؤهلة تأهيلاً علمياً في جميع المجالات المهنية والأكاديمية والثقافية، وبدون أن يواكب ذلك برامج الإعداد أثناء الخدمة، بشكل يتضمن أن تستمر معلمات هذه المرحلة في الإطلاع على المعارف، واكتساب الكفايات الخاصة لتعليم الأطفال في سن الروضة، ليتسنى لها القيام بعملها بشكل سليم وفاعل.

أن معلمة رياض الأطفال في ليبيا بحاجة ماسة إلى رفع مستوى الأداء (الكفاية) لديها. وذلك لتحقيق الأهداف المرغوبة فيها في تلك المرحلة والتي هي مرهون بدرجة كبيرة بنوعية المعلمة والمنهج وفي الوقت نفسه مما كان المنهج جيداً فسوف يصبح عدم الجدوى دون توافر المعلمة القادرة على تنفيذه بشكل جيد. إضافة إلى تعدد مستويات المعلمات من حيث المؤهلات والخبرات التدريسية وعدد الدورات التدريبية، كل ذلك يفرض تديراً مستمراً أثناء الخدمة، ويستوجب تقويماً مستمراً لإدخال التحسينات على الواقع التعليمي.

ويمكن تحديد مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

- 1- ما درجة توافر المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال بمدارس رياض الأطفال الحكومية بليبيا؟
- 2- هل يوجد اختلاف في درجة توافر المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال يعزى لمتغير التخصص لديهم؟
- 3- هل يوجد اختلاف في درجة توافر المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال يعزى لمتغير المؤهل العلمي لديهم؟
- 4- هل يوجد اختلاف في درجة توافر المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال يعزى لمتغير الخبرة لديهم؟

**أهداف الدراسة:** تسعى هذه الدراسة إلى ما يلي:

- 1- التعرف على درجة توافر المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال بليبيا.

2- معرفة ما إذا كانت هناك فروقاً في درجة توافر المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال تعزى إلى مؤهلهم العلمي أو تخصصهم أو خبرتهم.

3- تقديم التوصيات ، والمقترحات المناسبة لموضوع الدراسة في ضوء ما تسفر عنه نتائجها

#### أهمية الدراسة :

- 1- توفير معلومات ضرورية عن مدى امتلاك معلمات رياض المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لقيامهم بمهنة التدريس ، وبالتالي الاستفادة من ذلك في تحسين وتطوير كفاياتهم التعليمية ووضع البرامج اللازمة بهذا الخصوص .
- 2- تفيد نتائج هذه الدراسة كل من المعلمات والمشرفات التربويات في تحديد مواطن القوة والضعف في مستوى الأداء التدريسي الذي يصعب تحديده بشكل دقيق وتفصيلي .
- 3- قد تلقت نتائج هذه الدراسة نظر المسؤولين والقائمين على تطوير برامج الأطفال في تحديد المعايير وتطبيقها عند اختيار معلمة رياض الأطفال .
- 4- تزويد المسؤولين عن برامج إعداد معلمات رياض الأطفال وكذلك القائمين على تدريبهم أثناء الخدمة ببطاقة ملاحظة لمهارات التدريس مما قد يسهم في الاستعانة بها عند تقويم هذا الجانب لدى المعلمات .

#### مصطلحات الدراسة :

- 1- **الكفايات التعليمية** : هي الأداء الفعلي لتنفيذ المهارات داخل الصف ، حيث تقوم المعلمة بتنفيذ خطة تدريسية إضافة إلى حسن التصرف وسرعة البديهة ، وقوة الملاحظة خلال التنفيذ للمهارة .
- 2- **المهارات الشخصية** : ويقصد بها إجرائياً في هذه الدراسة واقع مستوى الأداء الفعلي لمعلمة رياض الأطفال لتنفيذ عدد (25) كفاية داخل الصف .
- 3- **الإداءات التدريسية** : ويقصد بها إجرائياً في هذه الدراسة واقع مستوى الأداء الفعلي لمعلمة رياض الأطفال لتنفيذ عدد (33) كفاية داخل الصف .
- 4- **بطاقة الملاحظة** : عرفها قنديل ( 2000 ) بأنها : وسيلة تقييمية أكثر فاعلية للمعلمين من غيرها من الأساليب لاعتمادها على رصد سلوك المتعلم في المواقف المختلفة والسلوك الفعلي أقوى دلالة على شخصية المتعلم من أقواله .
- 5- **الملاحظة المباشرة** : ذكر عدس عبيدات وآخرون (1993) هي التي يقوم الباحث فيها بملاحظة سلوك معين من خلال إتصاله المباشر بالأشخاص أو الأشياء التي يدرسها كما تتطلب الملاحظة الناجحة الإجراءات التالية :
  - أ- تحديد مجال الملاحظة وبيان مكانها وزمانها وفقاً لأهداف الدراسة .
  - ب- إعداد بطاقة ملاحظة ليسجل الباحث عليها المعلومات التي يلاحظها ، أو أنماط السلوك المتوقع ملاحظته .
  - ج- التأكد من صدق ملاحظاته عن طريق إعادة الملاحظة أكثر من مرة وعلى فترات متباعدة أو عن طريق مقارنة ما يلاحظه مع ما يلاحظه باحث آخر في نفس المجال .
  - د- يتم تسجيل ما يلاحظه الباحث أثناء الملاحظة ، ولا يجوز أن يؤجل الباحث تسجيل ما يلاحظه إلى ما بعد انتهاء الملاحظة .

#### الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة

**معلمة الروضة** : تعتبر معلمة رياض الأطفال جوهر العملية التعليمية وعمودها الفقري، ومهما تحدثنا عن تطوير هذه العملية، فإن معلمة رياض الأطفال تمثل شرطاً أساسياً في نجاحها، ومن أجل التنفيذ السليم للمناهج لابد من توافر عدة أمور تتعلق بمعلمة الروضة نذكر منها: السات الشخصية والمهنية للمعلمة إذ يتطلب العمل مع الأطفال الصغار أن تمتلك المعلمة الكفاية العلمية الأكاديمية والتربوية والمعرفية بعناصر العملية التربوية، وتمتع بالصحة الجيدة وسلامة الحواس وبالقوة العقلية، وتحتل بالصفات الخلقية الحميدة بالإضافة إلى الصبر والإخلاص في العمل والعطاء، وتمتلك الخلفية الثقافية الفكرية ومهارات المعرفة بالإطلاع على كل ما هو جديد في تربية الأطفال كأساس لعملها معهم، كما تمتلك بعض المهارات الخاصة بالترتيب والتنظيم، وكذلك القدرة على تقديم بعض الخدمات والأعمال داخل الروضة كالصيانة مثلاً لبعض الأثاث أو قيامها بأعمال الإسعافات الأولية وغيرها مما يتطلبه العمل في الروضة.

**الدور المهني لمعلمة الروضة:** ويذكر أبوحمدة وفاطمة أحمد(2007) إن معلمة رياض الأطفال هي العنصر الأساسي في برنامج التعليم في هذه المرحلة، حيث تتطلب أن تلعب أدواراً مختلفة في تحقيق النتائج التربوية الخاصة لهذه المرحلة، فلا تستطيع الروضة المزودة بأحدث وسائل التعليم وأرقى الإمكانيات أن تحقق أهدافها بدون معلمة متخصصة ومؤهلة تأهيلاً علمياً في جميع المجالات المهنية والأكاديمية والثقافية، وبدون أن يواكب ذلك برامج الإعداد أثناء الخدمة، بشكل يتضمن أن تستمر معلمات هذه المرحلة في الإطلاع على المعارف، واكتساب الكفايات الخاصة لتعليم الأطفال في سن الروضة، ليتسنى لها القيام بعملها بشكل سليم وفعال .

ومن أهم الأدوار المهنية المتوقعة من معلمة الروضة مايلي :

- اتخاذ القرار فيما يتعلق بالتخطيط والتحضير: حيث يتضمن ذلك التخطيط للنتائج التربوية المناسبة للمرحلة والظروف الاجتماعية والاقتصادية المتوافرة في الروضة، والتخطيط للأنشطة المناسبة لتحقيق أهداف البرامج والتخطيط للاحتياجات الفردية لكل طفل بناءً على ملاحظة المعلمة وتفسير كل الملاحظات. بالإضافة إلى تنوع البرامج التي تحققها للأطفال بحيث يتم عرضها داخل حجرة الصف وبعضها خارج الروضة ولا بد لمعلمة الروضة أن تمتلك معرفة وأصول التخطيط للمدرس وآليات تغييره

ويضيف عبد العظيم (1993) من أدوار المعلمة :

- تشخيص قدرات الأطفال: من خلال مراقبتها وتقويمها للنمو الفردي للأطفال حيث يتضمن ذلك إلمام المعلمة بقوائم الملاحظة ومقاييس النمو للأطفال بمقاييس الذات والقوائم اللغوية والإدراكية وقوائم الملاحظة وما لديها من الوسائل. ومن المهم هنا التدريب الجيد للمعلمة على استخدام هذه الوسائل، وذلك لتتمية وتحسين مستوى الأداء، لتمتلك القدرة على تشخيص الصعوبات التي يواجهها الأطفال، وإيجاد الحلول المناسبة لتقييم أداء الأطفال، والاعتماد على النتائج لإيجاد الطرق الكفيلة لتحسين نوعية التعليم والتعلم .

وأيضاً يضيف علي راشد (2005) ومصطفى عبد السميع (2007) أنه من أدوار معلمة الروضة :

- مساعدة ناجحة في بيئة التعلم: حيث لا بد أن تكون البيئة التعليمية المعدة من معلمة الروضة بيئة غنية بالمتنرات والوسائل والمعدات والألعاب، وذلك لإثراء خبرات طفل الروضة وتوضيح رؤية الأطفال للاختيار، وبلورة تفكيرهم من خلال أنشطة معدة مسبقاً لهم في نموه العقلي، والاجتماعي الانفعالي، والجسمي، وأن يكون هناك تنوع في هذه الأنشطة كالرسم والأشغال اليدوية والرحلات والأنشطة الرياضية والألعاب المسلية. فطفل الروضة يتعلم من خلال اللعب. كما لا بد للمعلمة أن تمتلك القدرة على طرح الأسئلة بطريقة فاعلة والاستجابة لأسئلة الأطفال والقدرة على استخدام مصادر التعلم المختلفة بالطريقة التي تتناسب مع الموقف التعليمي، والقدرة على توظيف استراتيجيات التدريس المختلفة، بالإضافة إلى القدرة على توفير بيئة مناسبة وآمنة للأطفال.

- الإرشاد والتوجيه: يتم ذلك من خلال مساعدتها لأطفالها بصورة فردية وجماعية لاكتساب السلوك المقبول اجتماعياً، واكتساب القدرة على التفاعل مع الآخرين والتعامل مع مشاعرهم الذاتية، والعمل ك نموذج وقدوة لسلوك الأطفال ويتضمن ذلك استخدام إجراءات وقائية إيجابية لمعاونه على التخلص من السلوك السلبي والتدخل بطرق إيجابية لمعاونة الأطفال في السيطرة على سلوكهم السلبي. بالإضافة إلى استخدام أساليب التعزيز الإيجابية لمعاونة الأطفال على تعلم السلوك السليم. فمعلمة الروضة تستطيع أن تساعد الأطفال على التخلص من أنانيتهم وعدوانيتهم وتوجه إحساسهم بالثقة بالنفس، وعلى إقامة العلاقات الاجتماعية وتطويرها، وتحولهم من اتجاه التركيز حول الذات إلى ممارسة الأنشطة التي تتطلب المشاركة، بهدف غرس مبادئ السلوك السوي لديهم، وهنا لا بد للمعلمة أن تمتلك الاتجاهات كأن تكون قدوة حسنة في مظهرها وسلوكها وقدرتها على توظيف استراتيجيات تحسين السلوك للأطفال.

وتشير سوزان خوري(2002) أنه يمكن للمعلمة اكتشاف قدرات الأطفال ومواهبهم والساح لهذه المواهب بالنمو والظهور، وذلك عن طريق تزويدهم بمهارات معينة منبثقة عن حاجاتهم بحيث يشعر الطفل بجزئته وقدرته على العمل وتقضي عملية الملاحظة أن تحتفظ المعلمة بسجل خاص لكل طفل لتكون ملاحظتها عنه أثناء مراقبتها لسلوكه بأوقات متعددة. وهنا لا بد في هذا المجال القدرة على مراعاة الحاجات الفردية للأطفال وتلبيتها والقدرة على إثارة الدافعية للأطفال لتنظيم الاتصال الفاعل مع الأطفال.

الدراسات السابقة:

**دراسة محمد الكرش (1990)** بعنوان "بعض الكفايات التعليمية المتطلبه لمعلمات رياض الأطفال" وقد استخلصت الدراسة الكفايات التي ينبغي تدريب الطالبة المعلمة عليها في أثناء عملية الإعداد، وهذه الكفايات كانت: الكفايات الخاصة بالتربية البدنية، والكفايات الخاصة بالتربية الجسدية، والكفايات الخاصة بالتربية العقلية، والكفايات الخاصة بالتربية الأخلاقية، والكفايات الخاصة بمجال الأنشطة، كما بينت الدراسة من خلال دراسة الواقع أن كفايات تنفيذ الأنشطة، واستخدام الطرائق في رياض الأطفال كانت أقل من المتوسط.

**دراسة ناديا الشريف (2006)** بعنوان "معايير إعداد معلمة الروضة" حددت الدراسة أربعة معايير تتعلق بالطالبة المعلمة في كليات رياض الأطفال وهي: معيار القبول وتناول خصائص الطالبة المقبولة في كليات رياض الأطفال، والمعيار الثاني شمل المقررات المقدمة في أثناء عملية الإعداد وصنفتها إلى ثلاثة أنواع من المقررات هي: مقررات ثقافية، ومقررات أكاديمية، ومقررات مهنية، أما المعيار الثالث: تناول الجانب التخصصي للطالبة المعلمة، حيث يترك للطالبة اختيار مواد وفقاً لرغبتها ومتابعة التخصص فيها، أما المعيار الرابع: شمل ضرورة الاهتمام بعملية اختيار وتدريب أعضاء الهيئة التدريسية في كليات رياض الأطفال.

**دراسة أحمد كنعان (2007)** بعنوان "رؤية لإعداد معلم رياض الأطفال وتأهيله وفق متطلبات أنظمة الجودة" هدفت الدراسة إلى وضع تصور لإعداد معلم رياض الأطفال وفق متطلبات الجودة، وخلصت الدراسة أن واقع إعداد معلم رياض الأطفال يعاني الكثير من القصور سواء في البنية المادية للمنشآت في الكلية، أم فيما يتعلق بالمنهج والمقررات والتدريبات العملية، وقدمت الدراسة تصوراً لإعداد المعلم تناول الاهتمام بالإعداد الثقافي للطالب المعلم والتركيز على التدريبات العملية.

**دراسة سلوي مرتضى (2009)** بعنوان: "الاحتياجات التدريبية لمعلمات رياض الأطفال في ضوء تحديات العصر" وخلصت الدراسة إلى تقديم مجموعة من المقترحات لمواجهة تحديات العولمة والعنف والتطرف والإرهاب والثورة التكنولوجية من أهمها: جعل مناهج الإعداد متضمنة لمفاهيم الحضارات والثقافات، وتشجيع المعلمة على الملاحظة والقراءة المستمرة، تبني أهداف التعليم المتقن والتعليم الإبداعي، وإدخال مادة الحاسوب، والتدريب على مهارات البحث، والاهتمام بتعليم اللغة الإنكليزية،



تدريب المعلمات على حل المشاكل السلوكية، واختبار المعلمات وفق معايير وأسس وطنية وقومية، تدريب المعلمات على التخطيط، وإدخال مفاهيم التربية البيئية والجنسية والصحية.

### إجراءات الدراسة

1. **مجمع وعينة الدراسة:** يمثل مجتمع الدراسة من مجموعة مدارس رياض الأطفال وعددها (19) مدرسة وعدد معلماتها 162 معلمة داخل نطاق مدينة طرابلس، و لكون المجتمع متجانس تم استخدام أسلوب العينة العشوائية لاختيار عدد (9) مدارس لرياض الأطفال، حيث ضمت العينة على (55) معلمة كما في الجدول رقم (1) الذي يبين توصيف لمجتمع وعينة الدراسة.

### جدول (1) توصيف مجتمع وعينة الدراسة

ت	اسم الروضة	عدد المعلمات	النسبة المئوية
1	تأقرفث	7	12.73%
2	زهور ليبيا	9	16.36%
3	الكرامة	6	10.91%
4	التوفيق	5	9.09%
5	جيل المستقبل	4	7.27%
6	النعم	7	12.73%
7	زهور المستقبل	6	10.91%
8	التقدم	5	9.09%
9	النبراس	6	10.91%
	المجموع	55	100%

2- **أداة البحث:** وتم تصميم استمارة الاستبيان بحيث تتكون هذه من قسمين على النحو الآتي:

**القسم الأول:-** يشمل الأسئلة الشخصية المتعلقة بأفراد العينة، التخصص، وسنوات الخبرة، وذلك لغرض الحصول على معلومات عامة تبين الخصائص المهنية والعلمية لأفراد عينة الدراسة.

**القسم الثاني:-** يشمل على ثلاث محاور من الأسئلة الاختيارية، تم إعدادها وصياغتها على صورة مقياس ليكرت الثلاثي وتتعلق بتقويم المهارات الشخصية والأداءات التدريسية الإجتماعية لمعلمات رياض الأطفال بليبيا، وتهدف هذه الأسئلة إلى الحصول على المعلومات المتعلقة بمشكلة البحث واختبار صحة الفروض التي جاءت بها، وصولاً إلى تحقيق أهدافها والمحاور هي:

المحور الأول: تم تصميمه بهدف معرفة المهارات الشخصية، باستخدام (20) عبارة، وتم الإجابة على هذه العبارات على مقياس تدريجي.

المحور الثاني: تم تصميمه بهدف التعرف على الأداءات التدريسية، باستخدام (20) عبارة، وتم الإجابة على هذه العبارات على مقياس تدريجي.

المحور الثالث: تم تصميمه بهدف التعرف على الكفايات الإجتماعية، باستخدام (20) عبارة، وتم الإجابة على هذه العبارات على مقياس تدريجي.

وللخروج بنتائج علمية دقيقة لهذه البحث قام الباحث باستخدام مقياس ليكرت الثلاثي الأبعاد للإجابة عن الفقرات وهي:

( نعم، أحياناً، لا )، وترجم هذه التقديرات الوصفية إلى تقديرات رقمية على أساس تخصيص الأرقام (3)،(2)،(1) لكلاً منها. وكان يطلب من المبحوث قراءة كل بند من بنود المقياس بدقة تم يضع (√) أمام واحدة من فئات التقدير الموضوعه أمام كل بند بحيث تعكس العلامات الموضوعه أمام البنود إجابات المبحوثين.

1- تحليل البيانات: تم ترميز إجابات أفراد العينة على أسئلة الاستبيان وإدخالها إلى الحاسب الآلي وذلك من خلال أوراق العمل الملحقة بالبرنامج الإحصائي SPSS (حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية) والمعدة خصيصاً لهذا الغرض، وقد تم تقييم المهارات الشخصية والأداءات التدريسية الاجتماعية لمعلمات رياض الأطفال بليبيا للفقرات الواردة بالاستبانة من خلال متوسط إجابات الفقرات وقوة تأثيرها وهي كالتالي:

جدول (2) متوسط إجابة المبحوثين في تقويم المهارات الشخصية والأداء التدريسية الاجتماعية لمعلمات رياض الأطفال بليبيا

الرأي السائد	النسبة المئوية	المتوسط المرجح
مستوى الأداء منخفض	33 % - 56 %	من 1.00 إلى 1.70
مستوى الأداء متوسط	58 % - 73 %	من 1.75 إلى 2.20
مستوى الأداء عالي	75 % - 100 %	من 2.25 إلى 3.00

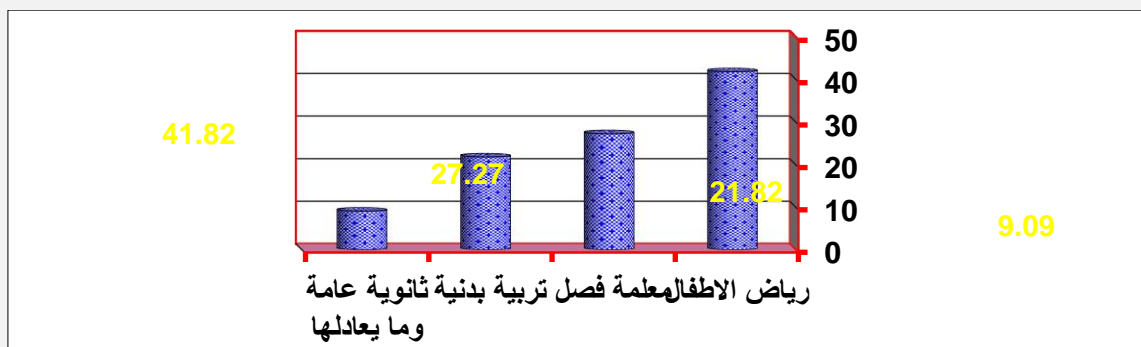
العرض والتحليل الإحصائي للبيانات

أولاً : التوزيع التكراري لخصائص أفراد عينة الدراسة

1. التخصص : يبين الجدول ( 3 ) النتائج الخاصة بتوزيع العينة من حيث التخصص حيث نجد أن ما نسبته 41.82% من إجمالي العينة المبحوثة تخصصهم رياض الأطفال ، كما يلاحظ أن نسبة 27.27 % من أفراد العينة هم من معلمي الفصل ، بينما بلغت نسبة التربية البدنية 21.82% ، و الثانوية العامة أو ما يعادلها بلغت نسبتهم 9.09%.

جدول ( 3 ) يوضح توزيع العينة من حيث التخصص

التخصص	التكرار	النسبة %	النسبة التراكمية
رياض الأطفال	23	41.82	41.82
معلمة فصل	15	27.27	69.09
تربية بدنية	12	21.82	90.91
ثانوية عامة وما يعادلها	5	9.09	100
المجموع	55	100 %	



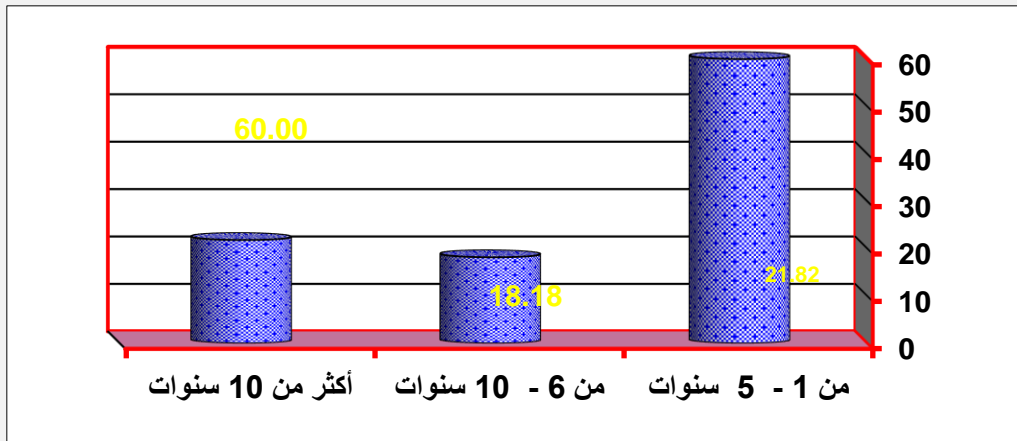
شكل ( 1 ) يبين توزيع عينة البحث من حيث التخصص

## 2. مدة الخبرة بالوظيفة الحالية:

يبين الجدول رقم ( 4 ) النتائج الخاصة بتوزيع العينة من حيث مدة الخبرة بالوظيفة الحالية حيث نجد أن ما نسبته 60% من إجمالي العينة المبحوثة من الذين لهم خبرة اقل من 5 سنوات، كما يلاحظ أن نسبة 21.82 % من أفراد العينة هم لهم دراية وخبرة أكثر من 10 سنوات، بينما بلغت نسبة الذين لهم خبرة من 6 - 10 سنوات ما نسبته 18.18% .

جدول رقم ( 4 ) يوضح توزيع العينة من حيث مدة الخبرة بالوظيفة الحالية

النسبة التراكمية	النسبة %	التكرار	مدة الخبرة بالوظيفة الحالية
60.00	60.00	33	من 1 - 5 سنوات
78.18	18.18	10	من 6 - 10 سنوات
100	21.82	12	أكثر من 10 سنوات
	% 100	55	المجموع



شكل ( 2 ) يبين توزيع عينة البحث من حيث مدة الخبرة بالوظيفة الحالية

## ثانياً : استخراج معايير الصدق والثبات للاستبيان:

من اجل اختبار مصداقية وثبات الاستبيان وللتأكد من مصداقية المستجوبين في الإجابة عن أسئلة الاستبيان ، ولكل متغير علي حدة ، فقد تم استخدام معامل ألفا لتحقق الغرض المطلوب حيث أن معامل ألفا الذي تقع قيمته ما بين ( 0 , 1 ) يبين مدى الارتباط ما بين الإجابات. فعندما تكون قيمته صفر فان ذلك يدل علي عدم وجود ارتباط مطلق ما بين الإجابات أما اذا كانت قيمة ( 1 ) فان ذلك يدل على أن الإجابات كاملة وانها مرتبطة مع بعضها البعض ارتباطا تاما . وكما يري Sekaran 1984 ( ) فان القيمة المقبولة إحصائيا لمعامل ألفا هي 60 % أو أكثر .

## جدول (5)

نتائج اختبار ألفا للصدق والثبات لعبارات محاور الاستبيان

ت	فقرات الاستبيان	متوسط المقياس	تباين المقياس	مؤشر الصدق	مؤشر الثبات
1	الإمكانات الخاصة بالتدريب والمنافسات	25.663	8.139	0.664	0.729
2	الأندية و المدارس	25.550	8.486	0.527	0.747
3	الثقافة والإعلام	25.785	6.934	0.518	0.748
	قيمة ألفا الاستبيان		0.774		

من الجدول نجد أن قيمة ألفا للمقياس بلغت (0.774) وهذا يبين أن الارتباط بين الإجابات كان مرتفع ومقبول إحصائياً وفيما يتعلق بثبات العينة فيلاحظ من الجدول أن أغلب معاملات ألفا الفردية والمتعلقة بالمفردات كل علي حدة كانت اقل من قيمة اختبار ألفا العام وهذا ما يدل علي أن أغلب المفردات الموجودة في هذه المجموعة مهمة وان أي حذف أو شطب لمفردة منها سوف يؤثر سلباً علي ثبات ومصداقية العينة ، أما فيما يتعلق بمقياس الصدق والذي يتعلق بقياس درجة ارتباط المفردة بالمقياس العام فان نتائجه تعتبر مقبولة إحصائياً كما يعتبر تبيان المقياس بالنسبة للمفردات ليس كبير كما أن متوسط درجات المقياس تعتبر متقاربة ، وبالتالي فانه يمكن الاعتماد علي المجموعة بأكملها دون حذف أي من المفردات للوصول إلي نتائج مجدية في هذا الدراسة .

## عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول :

ما درجة توافر المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال بمدارس رياض الأطفال الحكومية بليبيا ؟

لفرض التعرف على مدى توافر المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال بمدارس رياض الأطفال الحكومية بليبيا، قام الباحث باستخدام المتوسط الحسابي و النسب المئوية للإجابات ، وذلك فيما يتعلق بمدى تأثير ذلك على مستوى أدائهم وذلك لغرض التحقق من مدى صحة أو خطأ فرض الدراسة في هذا المجال.

جدول (6) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة في محور المهارات الشخصية

الرقم التسلسلي	النسبة المئوية	معدل الانحراف	الانحراف المعياري	المتوسط المرجح	العبارات	ت
مستوى الأداء متوسط	69.09%	26.02%	0.54	2.07	الانتباه وقوة الملاحظة .	1
مستوى الأداء متوسط	66.06%	18.14%	0.36	1.98	اللياقة البدنية التي تمكنها من مشاركة الأطفال في أنشطتهم.	2
مستوى الأداء متوسط	66.06%	24.74%	0.49	1.98	التنوع بقدر واف من المرونة والمرح لمواجهة متطلبات العمل .	3
مستوى الأداء متوسط	66.06%	29.92%	0.59	1.98	القدرة على التعامل مع الأطفال الموهوبين .	4
مستوى الأداء متوسط	64.85%	18.29%	0.36	1.95	الاهتمام بالمظهر والشكل المحترم.	5
مستوى الأداء متوسط	64.24%	13.60%	0.26	1.93	سلامة الحواس والتركيز الجيد .	6
مستوى الأداء متوسط	64.24%	27.99%	0.54	1.93	القدرة على التحكم في الذات وضبط النفس والابتعاد عن الغضب وتجنب الانفعال الحاد أمام الأطفال .	7
مستوى الأداء متوسط	64.24%	29.71%	0.57	1.93	الصوت الواضح والبررات المتزنة .	8
مستوى الأداء متوسط	64.24%	31.35%	0.60	1.93	الإلمام بشروط الأمن والسلامة في كل ما يتصل بممارسة الأنشطة	9
مستوى الأداء متوسط	64.24%	27.99%	0.54	1.93	وضوح الاستراتيجيات المستخدمة في تدريس الأنشطة .	10
مستوى الأداء متوسط	63.03%	29.97%	0.57	1.89	الالتزام بالآداب الإسلامية قولاً وسلوكاً، كونها قدوة حسنة .	11
مستوى الأداء متوسط	62.42%	27.29%	0.51	1.87	القدرة على جذب انتباه الأطفال .	12
مستوى الأداء متوسط	61.21%	29.20%	0.54	1.84	القدرة على التعامل مع الأطفال بروح العطف والصبر .	13
مستوى الأداء متوسط	61.21%	29.20%	0.54	1.84	القدرة على التعامل مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة .	14
مستوى الأداء متوسط	61.21%	32.75%	0.60	1.84	القدرة على السيطرة والتحكم في غرفة النشاط .	15
مستوى الأداء متوسط	61.21%	32.75%	0.60	1.84	العناية في الاهتمام برعاية الأطفال على حد سواء .	16
مستوى الأداء متوسط	59.39%	31.84%	0.57	1.78	تمويد الأطفال على النظام .	17
مستوى الأداء متوسط	58.79%	26.65%	0.47	1.76	الدقة في المواعيد .	18
مستوى الأداء متوسط	56.97%	31.19%	0.53	1.71	الرغبة في الابتكار والتجديد المستمر في المناخ التعليمي والترفيهي .	19
مستوى الأداء منخفض	51.52%	32.52%	0.50	1.55	سرعة البديهة وحسن التصرف في المواقف المفاجئة .	20
مستوى الأداء متوسط	62.52%	9.80%	0.18	1.88	الدرجة الكلية	

الجدول (6) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول المحور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المجنوبين كانت تشير إلى الانتباه وقوة الملاحظة بحتل المرتبة الأولى بنسبة 69.09% , تأتي بعد ذلك اللياقة البدنية التي تمكها من مشاركة الأطفال في أنشطتهم في المرتبة الثانية ونسبة 66.06% , يليها بالمرتبة الثالثة التمتع بقدر واف من المرونة والمرح لمواجهة متطلبات العمل بنسبة 66.06% , و يلاحظ من التحليل انخفاض الأهمية النسبية للعبارة سرعة البدنية وحسن التصرف في المواقف المفاجئة " حيث جاءت في المرتبة الأخيرة بنسبة 51.52% , وان الرأي السائد للدرجة الكلية لبعده المهارات الشخصية كان يشير إلى ( مستوى الأداء متوسط) وبحسب إجابات عينة الدراسة بالكامل.

جدول (7) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة في محور الأداءات التدريسية

ت	المهارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معدل الانحراف	النسبة المئوية	الرأي السائد
1	القدرة على التصريح للأنشطة التعليمية من خلال تعلم المهارات المطلوبة وتقسيم تدبيرها إلى مراحل .	2.00	0.61	30.43%	66.67%	مستوى الأداء متوسط
2	إعطاء الضعة البائة لكل طفل بتشجيعه بإعادة المحاولة وتحقيق النجاح أو التفوق .	1.95	0.49	25.06%	64.85%	مستوى الأداء متوسط
3	المهارة في طرح الأسئلة وحسن استخدامها .	1.93	0.57	29.71%	64.24%	مستوى الأداء متوسط
4	القدرة على ترويم الطفل من خلال الملاحظة المنظمة لسلوكه اليومي وترويمها.	1.91	0.59	30.70%	63.64%	مستوى الأداء متوسط
5	مراعاة التفوق الفردية بين الأطفال .	1.89	0.46	24.24%	63.03%	مستوى الأداء متوسط
6	القدرة على ترويم مهارات الطفل الحسية والسمية والبصرية واللغوية .	1.87	0.64	34.17%	62.42%	مستوى الأداء متوسط
7	القدرة على إثارة الباطنية للتلم من خلال التصريح في الأنشطة والوسائل .	1.87	0.55	29.17%	62.42%	مستوى الأداء متوسط
8	تدبير جمود الطفل البنوية في النشاط مما كانت ضئيلة أو معدومة	1.85	0.65	35.07%	61.82%	مستوى الأداء متوسط
9	تعويد الأطفال على المحافظة على الأشياء الموجودة في الروضة وعدم إتلافها.	1.85	0.45	24.16%	61.82%	مستوى الأداء متوسط
10	القدرة على متابعة الطفل بعد الطلب منه القيام بأي عمل والتأكد من تنفيذه .	1.85	0.62	33.49%	61.82%	مستوى الأداء متوسط
11	القدرة على تحديد الأهداف .	1.85	0.52	28.26%	61.82%	مستوى الأداء متوسط
12	الإمام بخصائص نمو الأطفال البدني والتفكيرية .	1.82	0.51	28.19%	60.61%	مستوى الأداء متوسط
13	تشجيع الأطفال على تفحص الأشياء الموجودة أمامهم ولسها وفكها وتركيبها .	1.80	0.59	32.78%	60.00%	مستوى الأداء متوسط
14	الإمام بطرق استخدام الأهمرة والأصوات التعليمية وتوظيفها لتحقيق الأهداف التربوية المنشودة .	1.78	0.53	29.95%	59.39%	مستوى الأداء متوسط
15	إبداء الإعجاب بالأعمال الإيجابية التي يقوم بها الطفل .	1.78	0.53	29.95%	59.39%	مستوى الأداء متوسط
16	الاستماع إلى اقتراحات الأطفال وتقبلها منهم .	1.78	0.46	25.77%	59.39%	مستوى الأداء متوسط
17	القدرة على اختيار الألعاب بأشكالها المختلفة وإعداد البيئة الجيدة التي تساعد على ممارسة الأنشطة الحركية.	1.76	0.51	28.80%	58.79%	مستوى الأداء متوسط
18	القدرة على اختيار الأنشطة المناسبة لمستويات وأعمار الأطفال .	1.75	0.52	29.62%	58.18%	مستوى الأداء متوسط
19	التمكن من تعديل مظاهر السلوك السلبية الشائعة .	1.73	0.68	39.32%	57.58%	مستوى الأداء متوسط
20	القدرة على غرس مبدأ الاهتمام بالجنين البدني والحلقي .	1.65	0.52	31.25%	55.15%	مستوى الأداء منخفض
	الدرجة الكلية	1.83	0.18	9.91%	61.15%	مستوى الأداء متوسط

الجدول (7) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول المحور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المبحوثين كانت تشير إلى القدرة على التدرج للأنشطة التعليمية من خلال تعلم المهارات المطلوبة وتقسيم تدريبها إلى مراحل يمثل المرتبة الأولى بنسبة 66.67%، تأتي بعد ذلك إعطاء الثقة المائة لكل طفل بتشجيعه بإعادة المحاولة وتحقيق النجاح أو التفوق في المرتبة الثانية ونسبة 64.85%، يليها بالمرتبة الثالثة المهارة في طرح الأسئلة وحسن استخدامها بنسبة 64.24%، و يلاحظ من التحليل انخفاض الأهمية النسبية للعبارة " القدرة على غرس مبدأ الاهتمام بالجانبين الديني والحلقي " حيث جاءت في المرتبة الأخيرة بنسبة 55.15%، وإن الرأي السائد للدرجة الكلية لبعد الأدوات التدريسية كان يشير إلى ( مستوى الأداء متوسط) وبحسب إجابات عينة الدراسة بالكامل.

جدول (8) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات العينة في محور الكفايات الإجتماعية

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معدل الانحراف	النسبة المئوية	الرأي السائد
1	إثارة الفكرة للطفل بالصبر عن ذاته لفظياً أو حركياً أو عاطفياً .	2.04	0.61	29.83%	67.88%	مستوى الأداء متوسط
2	القدرة على غرس مبادئ السلوك الإسلامي والأخلاقيات الاجتماعية الحميدة.	2.04	0.54	26.67%	67.88%	مستوى الأداء متوسط
3	معرفة أساليب الاتصال بين المدرسات والأهات .	1.98	0.56	28.30%	66.06%	مستوى الأداء متوسط
4	حسن التصرف والقدرة على حل المشكلات مع إدارة الروضة .	1.87	0.43	23.10%	62.42%	مستوى الأداء متوسط
5	التفاعل مع البيئة الحلية بما في ذلك أولياء الأمور .	1.87	0.43	23.10%	62.42%	مستوى الأداء متوسط
6	القدرة على تعزيز القيم والمفاهيم الإنسانية السائدة في المجتمع .	1.87	0.51	27.29%	62.42%	مستوى الأداء متوسط
7	تشجيع العمل الجماعي إلى جانب الوقت المخصص للعمل الفردي .	1.85	0.45	24.16%	61.82%	مستوى الأداء متوسط
8	القدرة على توطيد العلاقة بين الأطفال والكبار المحيطين بهم .	1.84	0.54	29.20%	61.21%	مستوى الأداء متوسط
9	الإلام بخصائص المجتمع وزيارته وتقديره لقيمته.	1.84	0.50	27.26%	61.21%	مستوى الأداء متوسط
10	تعزيز قيم التسامح والإحترام والتنوع .	1.84	0.60	32.75%	61.21%	مستوى الأداء متوسط
11	المشاركة الإيجابية في أنشطة الروضة .	1.82	0.47	26.12%	60.61%	مستوى الأداء متوسط
12	الاهتمام بالأنشطة التي تشجع الطفل المتجول على التفاعل مع الآخرين .	1.82	0.64	35.25%	60.61%	مستوى الأداء متوسط
13	التعاون والتفاعل مع الزميلات .	1.78	0.50	27.94%	59.39%	مستوى الأداء متوسط
14	القدرة على غرس مبدأ الحرية والتعاون والمشاركة والإثارة.	1.78	0.50	27.94%	59.39%	مستوى الأداء متوسط
15	الاستفادة من خبرات الآخرين كالتربيات والمعلمات والمدرسات ومندوبة المدرسة لتحسين الأداء المهني .	1.76	0.47	26.65%	58.79%	مستوى الأداء متوسط
16	القدرة على مساعدة الأطفال بالعمل بروح الجماعة .	1.76	0.58	32.67%	58.79%	مستوى الأداء متوسط
17	القدرة على تقديم المساعدة للطفل الخائف أو المريض أو الغضبان داخل غرفة النشاط .	1.76	0.47	26.65%	58.79%	مستوى الأداء متوسط
18	القدرة على غرس مفاهيم حقوق الطفل.	1.75	0.58	33.48%	58.18%	مستوى الأداء متوسط
19	تقبل آراء المدرسات التربويات ومناقشتها بهدوء ورحابة صدر .	1.73	0.53	30.42%	57.58%	مستوى الأداء متوسط
20	تعود الأطفال على مساعدة زملائهم الضعاف .	1.73	0.53	30.42%	57.58%	مستوى الأداء متوسط
	الدرجة الكلية	1.84	0.18	9.88%	61.21%	مستوى الأداء متوسط

الجدول (8) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول المحور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المبحوثين كانت تشير إلى إتاحة الفرصة للطفل بالتعبير عن ذاته لفظياً أو حركياً أو عاطفياً بمحتل المرتبة الأولى بنسبة 67.88%، تأتي بعد ذلك القدرة على غرس مبادئ السلوك الإسلامي والأخلاقيات الاجتماعية الحميدة في المرتبة الثانية بنسبة 67.88%، يليها بالمرتبة الثالثة معرفة أساليب الاتصال بين المدرسات والأهملات بنسبة 66.06%، و يلاحظ من التحليل انخفاض الأهمية النسبية للعبارة " تعويد الأطفال علي مساعدة زملائهم الضعاف " حيث جاءت في المرتبة الأخيرة بنسبة 57.58%، وان الرأي السائد للدرجة الكلية لبعد الكفايات الإجتماعية كان يشير إلى وبحسب إجابات عينة الدراسة بالكامل.

#### خلاصة تحليل المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال:

الجدول التالي يتضمن تقييم مفردات العينة حول المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال في كل بعد من الأبعاد المتعلقة بمحاور الدراسة، وهي تحتوي على المتوسط المرجح والوزن النسبي كما يلي :

#### جدول (9) تقييم مفردات العينة للمهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال في كل بُعد من الأبعاد

ت	المجال	المتوسط المرجح	الوزن النسبي	مستوى التطبيق
1	المهارات الشخصية	1.88	62.52%	مستوى الأداء متوسط
2	الكفايات الإجتماعية	1.84	61.21%	مستوى الأداء متوسط
3	الأداءات التدريسية	1.83	61.15%	مستوى الأداء متوسط
	المتوسط العام	1.85	61.63%	مستوى الأداء متوسط

يتبين من خلال البيانات الواردة في الجدول أعلاه أن المتوسط العام للمهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال وفق إستجابة عينة الدراسة كان بدرجة " مستوى الأداء متوسط"، حيث جاء بعد المهارات الشخصية بالترتيب الأول بنسبة (62.52%)، كما يلاحظ أن بُعد الكفايات الإجتماعية جاء بالترتيب الثاني بنسبة (61.21%)، يليه بعد الأداءات التدريسية بوزن نسبي بلغ (61.15%).

**عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني :** هل يوجد اختلاف في درجة توافر المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال يعزى لمتغير التخصص لديهم؟. قام الباحث باستخدام المتوسط الحسابي للإجابات عينة الدراسة واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي "ANOVA" لمقارنة المتوسطات الحسابية لأكثر من متغيرين وفي آن واحد و لكل متغير مستقل (المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال) مع عدد من المتغيرات تابعة (التخصص) عند مستوى معنوية ( $\alpha = 0.05$ ) وكما يلي:

#### جدول (10) يبين المتوسطات الحسابية وقيمة "ف" لإجابات المبحوثين حول المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير التخصص

ت	مهارات معلمات رياض الأطفال	رياض الأطفال	معلمة فصل	تربية بدنية	ثانوية عامة وما يعادلها	قيمة ف	مستوى الدلالة
1	المهارات الشخصية	1.824	1.910	1.925	1.890	1.086	0.364
2	الأداءات التدريسية	1.807	1.837	1.842	1.940	0.739	0.534
3	الكفايات الإجتماعية	1.802	1.867	1.850	1.870	0.477	0.699

(\*\*) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01). (\*) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

يتبين من الجدول نتائج تحليل المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير التخصص. من خلال الجدول نلاحظ أن :



- 1- قيمة إحصائي الاختبار لمدى الاختلاف في درجة توافر المهارات الشخصية تعزى إلى متغير (التخصص) (1.086) بدلالة معنوية محسوبة (0.364) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود دور ذو دلالة إحصائية للتخصص في تحقيق اختلاف في درجة توافر المهارات الشخصية.
- 2- قيمة إحصائي الاختبار لمدى الاختلاف في درجة توافر الأداءات التدريسية تعزى إلى متغير (التخصص) (0.739) بدلالة معنوية محسوبة (0.534) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود دور ذو دلالة إحصائية للتخصص في تحقيق اختلاف في درجة توافر الأداءات التدريسية.
- 3- قيمة إحصائي الاختبار لمدى الاختلاف في درجة توافر الكفايات الإجتماعية تعزى إلى متغير (التخصص) (0.477) بدلالة معنوية محسوبة (0.699) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود دور ذو دلالة إحصائية للتخصص في تحقيق اختلاف في درجة توافر الكفايات الإجتماعية.

### عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثالث :

هل يوجد اختلاف في درجة توافر المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال يعزى لمتغير الخبرة لديهم؟  
قام الباحثون باستخدام المتوسط الحسابي للإجابات عينة الدراسة واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي "ANOVA" لمقارنة المتوسطات الحسابية لأكثر من متغيرين وفي آن واحد وكل متغير مستقل (المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال) مع عدد من المتغيرات تابعة (الخبرة) عند مستوى معنوية ( $\alpha = 0.05$ ) وكما يلي:

جدول (11) يبين المتوسطات الحسابية وقيمة "ف" لإجابات الباحثين حول المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير الخبرة

ت	مهارات معلمات رياض الأطفال	المتوسط الحسابي			قيمة ف	مستوى الدلالة
		من 1 - 5 سنوات	من 6 - 10 سنوات	أكثر من 10 سنوات		
1	المهارات الشخصية	1.900	1.785	1.883	1.547	0.223
2	الأداءات التدريسية	1.867	1.715	1.846	2.890	0.065
3	الكفايات الإجتماعية	1.826	1.770	1.921	2.109	0.132

(\*\*) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01). (\*) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

- يبين من الجدول نتائج تحليل المهارات الشخصية والأداءات التدريسية والاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير الخبرة ، من خلال الجدول نلاحظ أن :
- 4- قيمة إحصائي الاختبار لمدى الاختلاف في درجة توافر المهارات الشخصية تعزى إلى متغير (الخبرة) (1.547) بدلالة معنوية محسوبة (0.223) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود دور ذو دلالة إحصائية للتخصص في تحقيق اختلاف في درجة توافر المهارات الشخصية.
- 5- قيمة إحصائي الاختبار لمدى الاختلاف في درجة توافر الأداءات التدريسية تعزى إلى متغير (الخبرة) (2.890) بدلالة معنوية محسوبة (0.065) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود دور ذو دلالة إحصائية للتخصص في تحقيق اختلاف في درجة توافر الأداءات التدريسية.
- وهذا يعني أن الأداء التدريسي في مدارس رياض الأطفال لا يختلف من معلمة لأخرى رغم اختلاف سنوات الخبرة، وهذه النتيجة تختلف عن المنطق؛ لأنه كلما زاد المرء خبرة زاد إتقانه للمهارات التدريسية ويرجع الباحثون ذلك الأمر إلى عدم تطوير مهارات المعلمات جميعاً وعدم إطلاعهن على أي جديد، حيث تساوت المفاهيم واتحدت القيم وعلب الروتين على أداء المعلمات حيث لا يوجد تطوير مبني على استحداث، ولا يوح تقييم ذاتي لدى المعلمات، ولا يوجد نقد بناء وليس هناك تبادل خبرات أو زيارات ميدانية لمؤسسات أخرى لمعرفة الجديد واكتساب المفيد وتتفق
- نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة كل من الزراد ( 1190 م)، ورجب ( 1988 م)
- 6- قيمة إحصائي الاختبار لمدى الاختلاف في درجة توافر الكفايات الإجتماعية تعزى إلى متغير (الخبرة) (2.109) بدلالة معنوية محسوبة (0.132) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود دور ذو دلالة إحصائية للتخصص في تحقيق اختلاف في درجة توافر الكفايات الإجتماعية.

## \*الاستنتاجات

- 1- بعد عرض الباحثين لنتائج الدراسة الحالية ومناقشتها، يمكن تلخيص هذه النتائج فيما يلي:
- 2- معلمات رياض الأطفال في مدارس الروضات الحكومية يتمتعن بكفايات شخصية ممتازة وبدرجة عالية .
- 3- مستوى أداء معلمات رياض الأطفال للكفايات التدريسية متوسط وبحاجة إلى تدريب واثقان لجميع المهارات التدريسية كي يصلن إلى المستوى المنشود .
- 4- درجة توافر الكفايات الشخصية لدى معلمات رياض الأطفال لا تختلف باختلاف التخصص أو المؤهل العلمي .
- 5- درجة توافر الكفايات التعليمية الأساسية العامة لدى معلمات رياض الأطفال تختلف إلى حد ما باختلاف سنوات الخبرة أو عدد الدورات التدريبية التي التحقن بها .

## التوصيات :

- 1- عقد دورات تدريبية مكثفة لمعلمات رياض الأطفال في مجالي طرق التدريس وأساليب معاملة الأطفال وتوجيه سلوكهم، وذلك لإثراء أفكارهن بأمثلة وتدريبات وتطبيقات تربوية بسيطة ومثيرة وتزويدهن بالأدوات والأجهزة اللازمة لكل تدريب والعمل على تحضيرها قبل القيام بها.
- 2- ضرورة تكثيف عملية الإشراف على معلمات رياض الأطفال وتزويدهن بكل جديد في مجال التخصص؛ وذلك باستخدام أسلوب تبادل الزيارات وحضور الدروس النموذجية باستمرار لأهمية ذلك في طبيعة التعلم المكتسب، حيث أن هناك علاقة وثيقة بين جودة التعلم ونشاط وإيجابية المتعلم الفرد.

## قائمة المراجع

- 1- أبو حمدة، فاطمة أحمد (2007): بناء برنامج تدريبي مستند إلى الاتجاهات المعاصرة لتنمية الكفايات التعليمية لدى معلمات رياض الأطفال في الأردن وبيان فاعلته في تنمية تلك الكفايات، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن.
- 2- أحمد كنعان (2007) رؤية لإعداد معلم رياض الأطفال وتأهيله وفق متطلبات أنظمة الجودة، ندوة رياض الأطفال، "واقع وآفاق مناهج رياض الأطفال ومعايير الجودة والعلوم النفسية لإعداد معلم الروضة وأدواره ومهامه" سوريا
- 3- سوزان خوري (2002): الاحتياجات التدريبية للعاملات في رياض الأطفال في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الهاشمية، الزرقاء، الأردن.
- 4- سلوى مرتضى (2009) الاحتياجات التدريبية لمعلمات رياض الأطفال في ضوء التحديات المعاصرة، المؤتمر العلمي الثاني، دور المعلم العربي في عصر التدفق المعرفي، جامعة جرش الاردن
- 5- علي راشد (2005): كفايات الأداء التدريسي، (ط1)، القاهرة: دار الفكر العربي.
- 6- عدس عبيدات ، عبد الرحمن ذوقان ، و وعبد الحق كايد (1993) : البحث العلمي: مفهومه ، أدواته ، أساليبه ، دار أسامة للنشر والتوزيع ، الرياض .
- 7- عبد العظيم علي (1993): مستوى كفاءة المعلمة وتحقيق الأهداف التربوية للروضة، المؤتمر العلمي الثاني لكلية التربية النوعية (28، 29) ديسمبر، بور سعيد، جمهورية مصر العربية.
- 8- محمد أحمد الكرش ( 1990 ) بعض الكفايات التعليمية المتطلبه لمعلمات رياض الأطفال، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، بحث مقدم إلى المؤتمر العلمي الثاني، إعداد المعلم التراكبات والتحديات، الاسكندرية، 18/15 يونيو، مجلة الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، المجلد الثاني.
- 9- محمود أحمد شوق ( 1995 ) : تطوير المناهج الدراسية ، دار عالم الكتب ، الرياض ، ط 1 .
- 10- مصطفى عبد السمیع ( 2007 )، إعداد المعلم وتميته وتدريبه، (ط1)، عمان: دار الفكر
- 11- ناديا الشريف (2006) معايير إعداد معلمة الروضة، ورقة عمل قدمت إلى ورشة المعايير الأكاديمية لمعلمات رياض الأطفال، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
- 12- نجم الدين مردان ،نادية الشريف ، سميرة عبد العال (2004) المرجع التربوي العربي لبرامج رياض الأطفال ، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، إدارة برامج التربية تونس
- 13- يس عبد الرحمن قنديل ( 2000 ) : التدريس : وإعداد المعلم ، دار النشر الدولي ، الرياض ، ط 3 .

## فعالية التربية الحركية على مستوى التحصيل للمهارات الأساسية

لرياض الأطفال من 4 - 6 سنوات

\* د/حسين عربي محمد دوعي

\*\* د/ عبد الله صبري الاحرش

\*\*\* د/ عبد الوهاب الصادق راشد

**أهمية ومشكلة البحث :** يتميز هذا العصر الذي نعيش فيه بتقدم علمي كبير و متسارع في جميع الجوانب لبناء الإنسان على أسس علمية لتطوير قدراته التعليمية والحركية باستخدام أحدث الأساليب المتطورة , وتعتبر الطفولة من أهم المراحل في حياة الإنسان. فطفل اليوم عماد المستقبل ودعامة الغد وثروة الوطن وارتقائه , وأصبح معيار الحضارة بين الأمم , ففي هذه المرحلة تتفتح مواهبه ويكون قابلاً للتأثر والتوجيه والتشكيل , وأهم ما يميز الطفل هو الميل الطبيعي الى اللعب والحركة , فمن طريق هذا الميل للحركة ينمو تفكيره وقدراته وتتكون شخصيته.

وتعتبر التربية الحركية أفضل الأساليب التعليمية التي تستهدف تعلم الأطفال وتدريبهم في المراحل التعليمية المختلفة وخصوصا الرياضة , فهي تعمل على تزويد الطفل بكل المعلومات الخاصة بالحركة وتتيح له الفرصة للتقدم بها بعيدا عن شكل المنافسات ( 10 : 2 ) .

وتوضح فاطمة عوض ( 2006 ) إن التربية الحركية أو التربية من خلال الحركة - نظرية جديدة ومنحني أو اتجاه جديد في التربية مثلها مثل التعلم عن طريق الخبرة أو النشاط وكلها ظهرت منذ ظهور التربية الحديثة خلال هذا العصر وبخاصة خلال العقود الأخيرة , بقصد إخراج التعليم من صيغته التقليدية العقيمة في مناهج وطرق التعليم والتعلم , إلى صيغ أكثر إيجابية وفاعلية في تكوين الفرد وتميمته إلى أقصى ما تؤهله إمكانياته وقدراته ومواهبه , ( 8 : 9 - 10 ) ,

كما يؤكد ذلك أمين الحولي , وأسامة راتب ( 1998 م ) أن فكرة برنامج التربية الحركية تقوم من خلال تقديم كم للأنشطة والمهارات الطبيعية الأساسية ( المشي , الجري , الوثب , الرمي , القفز , التعلق , التسلق , اللقف , اللف , الدوران , الصعود , الهبوط , التمرير , الحجل , الدفع , الركل , الضرب , الاستقبال , التنطيط , الاتزان ) وأتماتها المشتقة عن العديد من الاعتبارات مثل التنوع بما يحقق المتعة والإثارة والرضا والحدائق وتضافر العمل العقلي مع العمل الحركي والنزاهة الحركي والبراعة الحركية والبعد عن النمطية , وتوافر الأدوات والأجهزة وإتاحة الفرصة للممارسة الحركية والتخيل والتقليد والتوازن بين العمل والراحة عند التنفيذ للنشاط الحركي ( 24 : 3 )

وتشير كل من أمينة الشيكشي وعفاف عبد الكريم ( 1994 م ) ( 1995 م ) إلى أنه يجب الاهتمام بمرحلة رياض الأطفال باعتبارها من أنسب المراحل السنوية لتنمية وتطوير قدرات الأطفال الحركية , وإن إهمال التربية الحركية في هذه الفترة من الممكن أن تؤدي إلى إصابة الطفل بكثير من العيوب والانحرافات القوامية وضعف في القدرات , الأمر الذي يجعل برامج التربية الحركية في رياض الأطفال في غاية الأهمية ( 4 : 2 ) , ( 6 : 15 )

ويرى الباحث إن إجماع العلماء والباحثين والمتخصصين في شتى المجالات التربوية والانسانية على أهمية مرحلة ما قبل المدرسة في حياة الطفل , إلى استيعاب وإتقان المهارات الحركية الأساسية , و تسهم هذه البرامج في تحقيق أهداف التربية الحركية من خلال الحركة .

ومن خلال عمل الباحث في مجال التدريس والزيارات الميدانية لرياض الأطفال والاهتمام ببرامج التربية الحركية فقد لاحظ أن الأطفال في هذه المرحلة السنوية يؤدون حصص للتربية البدنية بالأسلوب التقليدي المتبع بالإضافة إلى عدم مراعاة خصائص المرحلة السنوية لهذه المرحلة مما لايساعد في تحسين المهارات الأساسية , مما حفز الباحث إلى بناء برنامج للتربية الحركية للتعرف على فاعليته على مستوى التحصيل للمهارات الأساسية لرياض الأطفال من 4 - 6 سنوات .

## أهداف البحث :

- التعرف على الفروق بين القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تحصيل المهارات الأساسية .
- التعرف على الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في تحصيل المهارات الأساسية للقياس البعدي .
- التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تحصيل المهارات الأساسية للمجموعة التجريبية .

## فروض البحث :

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تحصيل المهارات الأساسية .
- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في تحصيل المهارات الأساسية للقياس البعدي .
- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تحصيل المهارات الأساسية للمجموعة التجريبية .

## مصطلحات البحث :

- **التربية الحركية** : هي ذلك الجانب من التربية البدنية أو التربية الأساسية التي تتعامل مع النمو والتدريب لأنماط الحركة الطبيعية الأساسية باعتبارها تختلف عن المهارات الحركية الخاصة بالأنشطة الرياضية ( 3 : 40 ) .

## إجراءات البحث :

**منهج البحث** : أستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين أحدها تجريبية والأخرى ضابطة لقياسين قبلي وبعدي لمناسبتة لطبيعة البحث .

**عينة البحث** : اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية تم اختيار عدد 60 طفل بالطريقة العشوائية لتنفيذ البحث بنسبة مئوية بلغت 40% , حيث بلغ إجمالي مجتمع البحث 150 طفل من ( روضة البراس ) بلدية جادو للمرحلة السنية من 4 : 6 سنوات , كما تم اختيار عدد 30 طفل من نفس مجتمع البحث لإجراء الدراسات الاستطلاعية عليهم وجدول ( 1 ) يوضح ذلك .

## جدول ( 1 ) توصيف عينة البحث

المجموع	العينة الاستطلاعية	العينة الأساسية	
		مجموعة ضابطة	مجموعة تجريبية
90	30	30	30

**أدوات جمع البيانات** : استخدم الباحث بطارية اختبار المهارات الأساسية حيث ذكرها أمين الحوي وأسامة راتب ( 1992 ) نقلا عن روبرت جونسون ROBERT JOHNSON وتشمل على خمسة اختبارات وهي

- الجري الزجاجي .
- الوثب العمودي .
- اختبار ضرب الكرة بالمضرب .
- اختبار ركل الكرة .
- اختبار الرمي واللقف ( 3 : 401 - 405 ) .

**التجانس** : أجرى الباحث التجانس بين التلاميذ عينة البحث الأساسية الذين بلغ عددهم ( 60 ) طفل , ثم تم تقسيم الأطفال إلى مجموعتين عشوائيا بمعدل ( 30 ) طفل لكل مجموعة إحداها ضابطة والأخرى تجريبية , وذلك في جميع متغيرات البحث ( السن , الطول , الوزن , والمهارات الأساسية ) قيد البحث وجدولي ( 2 , 3 ) يوضح ذلك .

**جدول ( 2 )** المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط والمتوال ومعامل الالتواء لبيان تجانس عينة البحث في متغيرات ( السن , الطول , الوزن ) قيد البحث ن=30

المتغيرات الإحصائية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوال	معامل الالتواء
السن	لاقرب سهر	5,10	0,50	5,00	5,30	0,40
الطول	سم	99,0	5,16	100,0	97,0	0,39
الوزن	كجم	26,1	3,72	27,0	24,3	0,48

يوضح جدول ( 2 ) أن معامل الالتواء لمتغيرات ( السن , الطول , الوزن ) قد تتراوح ما بين ( - 0,48 : 0,40 ) وهذه القيم تنحصر بين ( + 3 , - 3 ) وتقع تحت المنحنى الاعتمالي مما يشير إلى تجانس عينة البحث .

جدول ( 3 ) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط والمنوال ومعامل الالتواء لبيان تجانس عينة البحث في اختبارات المهارات الأساسية ن=30

معامل الالتواء	المتوال	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المعاملات الإحصائية المتغيرات
0,08	9,26	9,20	0,50	9,22	الجرى الزجراجي
0,56	21,33	19,00	3,98	19,11	الوثب العمودي
0,25	4,92	4,50	1,112	4,64	ضرب الكرة بالمضرب
0,27	21,3	20,1	3,00	20,5	ركل الكرة
1,44	21,27	19,00	1,51	19,09	الرمي واللقف

يوضح جدول ( 3 ) أن معامل الالتواء لمتغيرات للاختبارات المهارات الأساسية قد تتراوح ما بين ( 0,08 : 1,44 ) وهذه القيم تنحصر بين ( + 3 , - 3 ) وتقع تحت المنحنى الاعتمادي مما يشير إلى تجانس عينة البحث .

الدراسة الاستطلاعية الأولى : تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى بهدف إجراء المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث ( الصدق , الثبات ) وذلك في الفترة من 2015 / 10 / 8 م إلى 2015 / 10 / 15 م

أولاً ثبات الاختبارات : تم إجراء معامل الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار بفواصل زمني أسبوع على عينة قوامها ( 30 ) طفل من خارج عينة البحث الأساسية وذلك في الفترة 2015 / 10 / 8 م إلى 2015 / 10 / 15 م

جدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لبيان ثبات اختبارات المهارات الأساسية للعينة الاستطلاعية ن=30

معامل الارتباط	الفرق بين المتوسطين	القياس الثاني		القياس الأول		المعاملات الاحصائية المتغيرات
		ع+	/س	ع+	/س	
0,89	0,01	0,225	9,11	0,34	9,12	الجرى الزجراجي
0,85	0,35	2,64	19,50	2,15	19,87	الوثب العمودي
0,87	0,04	1,64	4,51	1,25	4,65	ضرب الكرة بالمضرب
0,81	0,10	2,64	2,11	2,14	20,01	ركل الكرة
0,82	0,06	1,47	18,00	1,32	17,94	الرمي واللقف

يوضح جدول (4) وجود علاقة ارتباط عالية بين القياسين الأول والثاني للاختبارات قيد البحث وقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين ( 0,81 إلى 0,89 ) مما يشير إلى ثبات اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث .

ثانياً صدق الاختبارات : استخدم الباحث طريقة صدق التمايز ( المقارنة الطرفية ) قوامها ( 30 ) طفل من خارج عينة البحث الأساسية وأجريت هذه الدراسة في 2015 / 10 / 8 م

جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لبيان ثبات اختبارات المهارات الأساسية للعينة الاستطلاعية ن=30

قيمة ( ت )	الفرق بين المتوسطين	الربيع الادنى		الربيع الاعلى		المعاملات الاحصائية المتغيرات
		ع+	/س	ع+	/س	
*7,90	0,79	0,24	9,90	0,34	9,12	الجرى الزجراجي
*2,27	2,04	2,64	21,91	2,15	19,87	الوثب العمودي
*2,50	1,20	1,32	5,85	1,25	4,65	ضرب الكرة بالمضرب
* 2,48	1,97	2,12	21,98	2,14	20,01	ركل الكرة
* 4,26	2,81	2,10	20,75	1,32	17,94	الرمي واللقف

● قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0,05 = 2,045

يوضح جدول ( 5 ) وجود فروق دالة إحصائية بين الربيعين الأعلى والأدنى , حيث أن قيمة ( ت ) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة 0,05 مما يشير إلى صدق اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث .

**الدراسة الاستطلاعية الثانية :** تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية بهدف تقنين البرنامج التدريبي والتأكد من مناسبتها لقدرات عينة البحث في الفترة من 18 / 10 / 2015 م إلى 25 / 10 / 2015 م .

#### إعداد البرنامج :

**الهدف من البرنامج :** التعرف على فعالية التربية الحركية على مستوى التحصيل للمهارات الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة من 4 - 6 سنوات

**أسس وضع البرنامج :** من خلال تخصص و خبرة الباحث في مجال المناهج وطرق التدريس والتربية الحركية والاطلاع على المراجع والدراسات العلمية (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, ) ثم مراعاة الأسس التالية لتحقيق هدف البرنامج .

- مراعاة الهدف من البرنامج .
- ملائمة محتوى برنامج التربية الحركية لمتطلبات المهارات الحركية الأساسية الخاصة بالمرحلة السنية من 4 - 6 سنوات .
- توفر الامكانيات والأدوات اللازمة .
- مرونة البرنامج لمراعاة الفروق الفردية بين الاطفال .
- مراعاة عنصر التشويق للتدريبات وتدرجها من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب بالإضافة إلى الشرح للنقاط الهامة .
- مراعاة خصائص المرحلة السنية .

**برنامج التربية الحركية :** من خلال الإطار المرجعي للبحث استخدم الباحث تمارين التربية الحركية التي تم تحديدها من خلال المراجع العلمية والتي تتناسب مع مرحلة رياض الأطفال وتم عرضها على الخبراء للتعرف على مدى مناسبتها لتحقيق الهدف من الدراسة وإضافة أو حذف ما يروونه مناسباً , ثم إجراء التعديلات اللازمة وأصبحت صورة البرنامج النهائية حيث بلغ عدد الوحدات ( 24 ) وحدة , وزمن الوحدة ( 40 ق ) واستخدم ادوات ( المقاعد السويدية , أكياس الجيوب , الخطوط , الكرات ) .

#### تكافؤ عينة البحث :

**القياس القبلي للمجموعتين :** أجرى الباحثين القياسات القبليّة لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية بقصد إجراء التكافؤ بين المجموعتين قبل إجراء التجربة على المجموعة التجريبية وذلك في 1 / 11 / 2015 م واعتبر الباحث هذه القياسات هي القياسات القبليّة للمجموعتين .

جدول (6) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار ( ت ) لبيان الفروق بين القياسين القبليين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية ن=30

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة ( ت )
	ع+	س/	ع+	س/		
الجري الزجاجي	9,10	0,63	8,75	0,51	0,35	1,68
الوثب العمودي	19,45	3,85	21,50	5,997	2,05-	0,99
ضرب الكرة بالمضرب	4,33	1,88	4,47	1,40	2,23-	0,25
ركل الكرة	19,20	3,03	19,00	2,83	0,20	0,18
الرمي واللقف	18,23	1,91	18,20	1,57	0,03	0,106

● قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0,05 = 2,145

يوضح جدول (6) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبليين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث , حيث أن قيمتها المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة 0,05 في الاختبارات قيد البحث مما يشير إلى التكافؤ بين المجموعتين .

**المعالجات الإحصائية :** استخدم الباحثين حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS واختار معامل ارتباط بيرسون لإيجاد الثبات واختبار ( ت ) لبيان الصدق , كما استخدم معامل الالتواء لتجانس عينة البحث , واختار ( ت ) لبيان التكافؤ بين القياسين القبليين للمجموعتين التجريبية والضابطة , وإيجاد الفروق بين القياسين البعديين , وإيجاد الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لكل مجموعة على حده , كما استخدم الباحث النسبة المئوية لتحسن لبيان معدلات التغير بين القياسات داخل المجموعتين الضابطة والتجريبية.

#### الدراسة الأساسية :

#### - تنفيذ البرنامج :

**أولا المجموعة التجريبية :** تقوم المجموعة التجريبية بتطبيق برنامج التدريبات الخاصة ( أسلوب التربية الحركية ) , بواقع ( 3 ) مرات أسبوعيا في الفترة من 1 / 11 / 2015 م إلى 28 / 12 / 2015 م .

**ثانيا المجموعة الضابطة :** تقوم المجموعة الضابطة بتنفيذ الأسلوب التقليدي , وتم بواقع ( 3 ) مرات أسبوعيا في الفترة من 1 / 11 / 2015 م إلى 28 / 12 / 2015 م .

**- القياس البعدي :** قام الباحثين بإجراء القياس البعدي على عينة البحث على المجموعتين الضابطة والتجريبية في 28 / 12 / 2015 م .

#### أولا : عرض النتائج : الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث :

جدول (7) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار ( ت ) لبيان الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الأساسية ن=30

المتغيرات	المعاملات الإحصائية	القياس القبلي س /	القياس البعدي س /	الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري للفروق	قيمة
						( ت )
الجري الزجراجي	9,10	9,12	0,02	0,08	1,60	
الوثب العمودي	19,45	21,17	-1,60	0,13	*2,60	
ضرب الكرة بالمضرب	4,33	5,93	-2,87	0,35	*7,00	
ركل الكرة	19,20	21,27	-5,74	0,81	*16,20	
الرمي واللقف	18,23	21,13	-4,67	0,71	*14,20	

● قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0,05 = 2,14

يوضح جدول (7) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث , حيث أن قيمة ( ت ) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة 0,05 في الاختبارات قيد البحث في اتجاه القياس البعدي , عدا اختبار الجري الزجراجي حيث أن قيمة ( ت ) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى 0,05 .

#### نسب التغير بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث :

جدول ( 8 ) نسب التغير بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث

الاختبارات	القبلي	البعدي	الفرق بين المتوسطين	النسبة المئوية
الجري الزجراجي	9,10	9,12	0,02	%0,22
الوثب العمودي	19,45	21,17	-1,60	%8,23
ضرب الكرة بالمضرب	4,33	5,93	-2,87	%66,28
ركل الكرة	19,20	21,27	-5,74	%29,89
الرمي واللقف	18,23	21,13	-4,67	%25,17

يوضح جدول ( 8 ) معدلات النسب المئوية للتغير بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث قد تراوحت ما بين ( %0,22 : %66,28 ) حيث كانت نسبة التغير في اتجاه القياس البعدي لعينة البحث في المجموعة الضابطة .

## الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث

جدول (9) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار ( ت ) لبيان الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية ن=30

المتغيرات الإحصائية	القياس القبلي /س	القياس البعدي /س	الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري للفروق	قيمة ( ت )
					الجرى الزجاجي
الوثب العمودي	21,50	27,24	5,74-	0,41	*8,20
ضرب الكرة بالمضرب	4,47	8,93	4,47-	0,18	*3,60
ركل الكرة	19,00	23,67	4,67-	0,60	*12,0
الرمي واللقف	18,20	24,67	6,47-	0,39	*7,60

● قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0,05 = 2,145

يوضح جدول (9) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث , حيث أن قيمة ( ت ) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة 0,05 في الاختبارات قيد البحث في اتجاه القياس البعدي

نسب التغير بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث :

جدول (10) نسب التغير بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث

الاختبارات	القبلي	البعدي	الفرق بين المتوسطين	النسبة المئوية
الجرى الزجاجي	8,75	6,73	2,02	%23,09
الوثب العمودي	21,50	27,24	5,74-	%26,70
ضرب الكرة بالمضرب	4,47	8,93	4,47-	%100
ركل الكرة	19,00	23,67	4,67-	%24,58
الرمي واللقف	18,20	24,67	6,47-	%34,60

يوضح جدول (10) معدلات النسب المئوية للتغير بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث قد تراوحت ما بين (%23,09 , %100 ) حيث كانت نسبة التغير في اتجاه القياس البعدي لعينة البحث في المجموعة التجريبية .

الفروق بين القياسين والبعدين للمجموعتين الضابطة و التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث

جدول (11) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار ( ت ) لبيان الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية ن=30

المتغيرات الإحصائية	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة ( ت )
	ع+	/س	ع+	/س		
الجرى الزجاجي	0,74	9,12	0,498	6,73	2,39	*9,71
الوثب العمودي	3,83	21,17	5,56	27,27	6,07	*3,107
ضرب الكرة بالمضرب	1,53	5,93	1,22	8,93	3,00	*7,46
ركل الكرة	2,94	21,27	2,22	23,67	2,40-	*2,39
الرمي واللقف	2,20	21,13	1,63	24,67	3,53-	*5,53

● قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى 0,05 = 2,145



يوضح جدول (11) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث , حيث أن قيمة ( ت ) المحسوبة أكبر من قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى دلالة 0,05 في الاختبارات قيد البحث في اتجاه المجموعة التجريبية .

نسب التغير بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث :

جدول (12) نسب التغير بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث

الاختبارات	ضابطة	تجريبية	الفرق بين المتوسطين	النسبة المئوية
الجرى الزجاجي	9,12	6,73	2,39	%26,21
الوثب العمودي	21,17	27,24	6,07	%28,67
ضرب الكرة بالمضرب	5,93	8,93	3,00	%50,59
ركل الكرة	21,27	23,67	2,40	%11,28
الرمي واللقف	21,13	24,67	3,53	%16,71

يوضح جدول (12) معدلات النسب المئوية للتغير بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث قد تراوحت ما بين (%11,28 , %50,59 ) حيث كانت نسبة التغير في اتجاه القياس البعدي في المجموعة التجريبية .

#### ثانيا مناقشة النتائج :

يوضح جدول ( 6 ) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبليين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث مما يشير التكافؤ بين المجموعتين .

وهذا يحقق الفرض الأول و الذي ينص على انه لا توجد فروق داله إحصائية بين القياسين القبليين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية .

ويوضح جدول ( 7 ) وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث في اتجاه القياس البعدي , عدا اختبار الجرى الزجاجي , بينما يوضح جدول ( 9 ) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث في اتجاه القياس البعدي .

كما يوضح جدول ( 8 ) معدلات النسب المئوية للتغير بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث قد تراوحت ما بين (%0,22 : %66,28 ) حيث كانت نسبة التغير في اتجاه القياس البعدي , بينما وضح جدول ( 10 ) معدلات النسب المئوية للتغير بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث قد تراوحت ما بين (%23,09 : %100 ) حيث كانت نسبة التغير في اتجاه القياس البعدي .

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى تأثير البرنامج المقترح للتزوية الحركية حيث روعي فيه المواقف الحركية التي تبرز قدرات الأطفال وتعمل على تحسين الأداء الحركي لديهم مع مراعاة جانب الجذب والتشويق .

وهذا يدل على أن فاعلية التزوية الحركية قد راعت جميع الجوانب الخاصة بالمهارات الأساسية , بينما لم يراعها البرنامج التقليدي للمجموعة الضابطة وخاصة في اختبار الجرى الزجاجي والذي يتطلب تدريبات خاصة لكي يحدث التحسن .

وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه عفاف عبدالكريم ( 1995 م ) ( 6 ) انه تتميز حركة الأطفال بحسن التوقيت والانسيابية وحسن انتقال الحركة من الجذع إلى الذراعين وإلى القدمين كما يتميزون بسرعة الاستيعاب والتعلم للحركات الجيدة والقدرة على الموائمة لمختلف الظروف ( 6 : 15 ) .

كما تتفق هذه النتائج مع دراسة كل من رشيد عامر ( 2004 م ) ( 4 ) وسعاد السيد إبراهيم ( 2001 م ) ( 5 ) انه توجد فروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في العوامل قيد البحث في اتجاه القياس البعدي .

كما ترى ناهد سعد , ونيلي رمزي ( 1998 ) ( 9 ) إن التلاميذ في هذه المرحلة يتميزون باحتياج شديد للنشاط البدني الذي يمكن تحقيقه في حصة التربية البدنية , وفي هذه السن يتم السعي لتحقيق مستوى عالي من الكفاءة البدنية ( 9 : 198 ) .

حيث تشير بيتي وآخرون (Bette and others (1997 م) (12) إلى برنامج التربية الحركية يؤدي إلى تحسين المهارات الأساسية لدى الأطفال .

وهذا يحقق الفرض الثاني والذي ينص على انه توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في تحصيل المهارات الأساسية في اتجاه القياس البعدي .

ويوضح جدول (11) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية في اتجاه المجموعة التجريبية كما يوضح جدول (12) معدلات النسب المئوية للتغير بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابط والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث قد تراوحت ما بين (11,28% : 50,59%) حيث كانت نسبة التغير في اتجاه القياس البعدي في المجموعة التجريبية .

ويرى الباحث أن هذه النتائج قد ترجع إلى التأثير الإيجابي لبرنامج التربية الحركية المقترح حيث راعى الباحث الميزات التي تتميز بها هذه المرحلة السنية من عناصر الانطلاق وقابلية الأطفال للتعلم الحركي والرغبة في التعلم مع مراعاة الانسيابية والاستمرارية مما ساهم بقدر كبير في تحقيق أهداف التربية الحركية , حيث يؤكد أمين الحولى , وأسامة راتب 1992 م أن برامج التربية الحركية تساهم في أهداف التربية الحركية للأطفال فهي تساعد في اكتساب الأطفال القدرة على إدارة أجسامهم في المواقف الحركية بكفاءة , وذلك بطريقة فعالة ومؤثرة خلال التكيف المستمر للمواقف الجديدة (3 : 221) .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كل من أحمد عبد العظيم (2005 م) (1) , رشيد عامر (2004 م) (4) على محمود البيري (2001 م) (7) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات البدنية والعقلية والنفسية في اتجاه المجموعة التجريبية .

ويؤكد ذلك محمد سلطان (2000 م) (11) إن المهارات الحركية الأساسية التي يقوم بها الأطفال هامة وجوهرية لحياتهم منذ سنين عمرهم الأولى كما تعد الأساس للكثير من الأنشطة. (11 : 115) .

وهذا يحقق الفرض الثالث والذي ينص على انه توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تحصيل المهارات الأساسية في اتجاه المجموعة التجريبية .

**الاستنتاجات :** من خلال أهداف البحث وما خلصت إليه النتائج أمكن للباحث استنتاج ما يلي :

1. وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث في اتجاه القياس البعدي. عدا اختبار الجرى الزجراجي.
2. وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث في اتجاه القياس البعدي.
3. بلغت معدلات النسب المئوية للتغير بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث قد تراوحت ما بين (0,22% : 66,28%) .
4. بلغت معدلات النسب المئوية للتغير بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث قد تراوحت ما بين (23,09% : 100%) .
5. وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث في اتجاه المجموعة التجريبية .
6. بلغت معدلات النسب المئوية للتغير بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابط والتجريبية في اختبارات المهارات الأساسية قيد البحث قد تراوحت ما بين (11,28% : 50,59%) حيث كانت نسبة التغير في اتجاه القياس البعدي في المجموعة التجريبية .
7. برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي على تحسن مستوى المهارات الأساسية لرياض الأطفال .

**التوصيات :** في ضوء ما أظهرته نتائج البحث التي توصل إليها الباحث , وفي حدود عينة البحث يوصي الباحث بما يلي :

1. استخدام برنامج التربية الحركية لما له من تأثير إيجابي على تحسن مستوى المهارات الأساسية لرياض الأطفال .
2. الاهتمام بالبرامج المتبعة للتربية البدنية برياض الأطفال ومراعاة تقنياتها والعمل على وضع مادة التربية الحركية ضمن مناهجها .
3. إجراء بعض الدراسات الماثلة لأطفال من 4 - 6 سنوات وذلك لتأكيد أهمية التربية الحركية في هذه المرحلة .
4. ضرورة تطبيق البرنامج المقترح في دور رياض الأطفال .

## المراجع العربية والأجنبية :

- 1- أحمد عبد العظيم عبدالله (2005 م) تأثير برنامج التربية الحركية على تنمية بعض القدرات البدنية ومفهوم الذات لمرحلة رياض الأطفال من 4 - 6 سنوات , " المجلة العلمية للتربية الرياضية , عدد 45 , كلية التربية الرياضية بورسعيد , جامعة قناة السويس .
- 2- امنة الشبكشكي (1994 م) تأثير برنامج تربية حركية مقترح علة التفكير الابتكاري لأطفال الحضنة , المجلد السادس , عدد 3 .
- 3- أمين الخولى , أسامة راتب
- 4- رشيد عامر محمد (1998 م) التربية الحركية , دار الفكر العربي , القاهرة .
- ( 2004 م ) تأثير برنامج التربية الحركية مقترح على تنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية وعلاقتها بمستوى الكفاءة الادراكية لأطفال ما قبل المدرسة من 4-6 سنوات , المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة , العدد الثاني , كلية التربية الرياضية للبنين بالمنصورة , جامعة المنصورة .
- 5- سعاد السيد ابراهيم (2001 م ) فاعلية برنامج تربية حركية مقترح في تنمية بعض القيم الأخلاقية لدى مرحلة رياض الأطفال , رسالة دكتوراه غير منشورة , كلية التربية الرياضية طنطا , جامعة طنطا .
- 6- عفاف عبد الكريم حسن (1995 م ) البرامج الحركية والتدريس للصغار , منشأة المعارف , الاسكندرية .
- 7- علي محمود الديري (2001 م) المهارات الحركية الأساسية للأطفال من 4-7 سنوات لمؤشر لبدء ممارسة كرة اليد , المجلة العلمية للتربية الرياضية , عدد 23 , كلية التربية الرياضية للبنين , جامعة الاسكندرية .
- 8- فاطمة عوض صابر (2006 م ) التربية الحركية وتطبيقاتها , دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر , الاسكندرية .
- 9- ناهد سعد , نيللى رمزي (1998 م ) طرق التدريس في التربية البدنية , مركز الكتاب للنشر , القاهرة .
- 10- ناهد محمود شريف (2001م ) التربية الحركية للأطفال , كلية رياض الأطفال , جامعة القاهرة .
- 11- محمد ابراهيم سلطان (2000م ) المهارات الحركية الأساسية لمؤشر لبدء ممارسة وتعليم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم , المجلة العلمية للتربية الرياضية , كلية التربية الرياضية للبنين , جامعة الإسكندرية .
- pre-school  
12 – Betty, J, & others (1997), Physicl education unit plans for kindergargaren learning experience in games gymnastics and dance, human kineties , u.s.A

## ملحق ( 1 ) برنامج التربية الحركية المقترح

## الدرس الأول والثاني

الهدف : تنمية قدرة الطفل على الجري الرجحاني - تنمية قدرة الطفل على الوثب لأعلى - تنمية قدرة الطفل على التوازن - تنمية قدرة الطفل لرمي الكرة لأبعد مسافة

وحدات الدرس	الزمن	المحتويات
التهيئة	5 ق	- الجري الحر وعند سماع الإشارة تقليد الطيور - الجري حول المقاعد السويدية وعند سماع الصافرة يتم الجلوس على المقعد
إعداد بدني	35 ق	- الجري حول المقاعد السويدية وعند سماع الصافرة يتم الوثب فوق المقعد - الجري حول المقاعد السويدية وعند سماع الصافرة يتم الجلوس على المقعد - تقليد الحيوانات الاليفة - سباق الوثب بالقدمين اماما - الانتشار والتجمد في المكان فور سماع الإشارة - رمي الكرات لابتعد مسافة ثم التسابق لإحضارها - جمع الأشياء من كل اتجاه إلى دائرة في منتصف الملعب

الهدف : تنمية قدرة الطفل على الوثب لأعلى - تنمية قدرة الطفل على تغير الاتجاه - تنمية قدرة الطفل على الحجل

وحدات الدرس	الزمن	المحتويات
-------------	-------	-----------

<p>- الجري في المكان ممسك الطوق عند سماع الإشارة يقذف الطوق لأعلى - الجري في المكان ممسك الطوق عند سماع الإشارة يقذف الطوق لأعلى ثم لفته - الجري في المكان ممسك الطوق عند سماع الإشارة يقذف الطوق لأعلى ومحاولة الدخول في الطوق .</p>	5 ق	تهيئة
<p>- الطوق على الارض يقف الطفل داخل وخارج الطوق - الوثب بالقدمين وعند سماع الإشارة يتم تغيير الاتجاه - المشي على مقعد سويدي مقلوب - المشي على أطراف الأصابع على مقعد سويدي معدول - الحجل بجوار المقعد السويدي - القفز للجهة الاخرى من المقعد السويدي - لعبة الكراسي الموسيقية</p>	35 ق	إعداد بدني

الدرس الخامس والسادس

الهدف : تنمية قدرة الطفل على تنطيط الكرة - تنمية قدرة الطفل على رمي الكرة لابعد مسافة

<p>- الجري مع تصفيق بأعداد الأصابع - لعب حر تحت إشراف المدرس</p>	5 ق	تهيئة
<p>- جمع أكياس الرمل من منتصف الملعب - رمي الكرة لابعد مسافة - المشي على إيقاع المدرس - رمي الكرة لابعد مسافة - تنطيط الكرة حول الملعب - تنطيط الكرة للامام والخلف - تنطيط الكرة حول دائرة - المشي على إيقاع المدرس</p>	35 ق	اعداد بدني

الدرس السابع والثامن

الهدف : تنمية الطفل على الوثب لأعلى - تنمية قدرة الطفل على ركل الكرة - تنمية قدرة الطفل على ضرب الكرة بالمضرب - تنمية قدرة الطفل على رمي الكرة ولقنها

<p>- الجري الحر وعند سماع الإشارة تقليد الطيور - الجري الحر وعند سماع الإشارة تقليد الحيوانات الأليفة</p>	5 ق	تهيئة
<p>- الجري حول المقاعد السويدية وعند سماع الصفارة يتم الجلوس على المقعد ركل الكرة بالتقدم - الجري حول المقاعد السويدية وعند سماع الصفارة يتم الوثب فوق الكرة - الجري حول المقاعد السويدية ممسك بالمضرب وعند سماع الصفارة يتم الوقوف وضرب الكرة بالمضرب - الوثب بالقدمين اماما مع ممسك الكرة باليدين - الانتشار الحر والتجمد في المكان فور سماع الإشارة - الانتشار الحر وتكوين مجموعات بأعداد يشير إليها المعلم - رمي الكرات لابعد مسافة ثم التسابق لإحضارها - جمع الأشياء من كل اتجاه إلى دائرة في منتصف الملعب</p>	35 ق	اعداد بدني

الدرس التاسع والعاشر

الهدف : تنمية قدرة الطفل على الوثب لاعلى - تنمية قدرة الطفل على رمي الطوق ولقغه - تنمية قدرة الطفل على الجري الزجراجي

<p>- الجري مع دفع الطوق إلى الامام - الجري في المكان ممسك الطوق عند سماع الإشارة يقذف الطوق لاعلى - الجري في المكان ممسك الطوق عند سماع الإشارة يقذف الطوق لاعلى ثم لقغه - الجري في المكان ممسك الطوق عند سماع الإشارة يقذف الطوق لاعلى ومحاولة الدخول في الطوق</p>	5 ق	تهيئة
<p>- الوثب بالقدمين وعند سماع اشارة يتم تغيير الاتجاه - المشي على مقعد سويدي مقلوب - المشي على أطراف الاصابع على مقعد سويدي معدول - الحجل بجوار المقعد السويدي - لعبة الكراسي الموسيقية</p>	35 ق	اعداد بدني

الدرس الحادى عشر والثاني عشر

الهدف : تنمية قدرة الطفل على تنطيط الكرة- تنمية قدرة الطفل على رمي الكرة لابعد مسافة - تنمية قدرة الطفل على تغيير الاتجاهات

<p>- لعبة عكس الاشارة - لعبة القطار السريع - جمع أكياس الرمل في منتصف الملعب</p>	5 ق	تهيئة
<p>- رمي الكرة لابعد مسافة - تنطيط الكرة حول الملعب - تنطيط الكرة للامام وللخلف - تنطيط الكرة حول دائرة - ركل الكرة إلى حائط - المشي على إيقاع المدرس</p>	35 ق	اعداد بدني

الدرس الثالث عشر والرابع عشر

الهدف : تنمية قدرة الطفل على الجري الزجراجي- تنمية قدرة الطفل على رمي الكرة لابعد مسافة- تنمية قدرة الطفل على ضرب الكرة بالمضرب تنمية قدرة الطفل على اللقف

<p>- الجري في اتجاهات مختلفة مع تقليد صوت القطار - الجري في اتجاهات مختلفة مع تقليد صوت السيارات</p>	5 ق	تهيئة
<p>- الوثب داخل حفرة - الوثب لتعدية الحفرة - الجري الزجراجي بين الاضامع - الجري الزجراجي مع دوران حول الاضامع - المشي على المشطين حول دائرة - نقل كيس الرمل من يد لآخرى - قذف ولقف كيس الرمل - رمي كيس الرمل لابعد مسافة</p>	35 ق	اعداد بدني

--	--	--

## الدرس الخامس عشر والسادس عشر

الهدف : تنمية قدرة الطفل على المشي على المشطين - تنمية قدرة الطفل على الاتزان - تنمية قدرة الطفل على الجري في اتجاهات مختلفة

تهيمتة	5 ق	- الجري في اتجاهات مختلف مع تقليد صوت الطيور - الجري في اتجاهات مختلف مع تقليد صوت الحيوانات
اعداد بدني	35 ق	- المشي على المشطين للأمام وللخلف - المشي على الكعبين للأمام وللخلف - عمل ميزان أمامي والنبات - عمل دائرة حول الجسم باستخدام كيس رمل - عمل أشكال هندسية

## الدرس السابع عشر والثامن عشر

الهدف : تنمية قدرة الطفل على ضرب الكرة بالمضرب - تنمية قدرة الطفل على الحجل - تنمية قدرة الطفل على ركل الكرة

تهيمتة	5 ق	- الجري في اتجاهات مختلف مع تقليد وثبة الأرنب - الجري في اتجاهات مختلف مع تقليد صوت الطائرات - الجري ثم تعدية مرتبة على الارض
اعداد بدني	35 ق	- ضرب الكرة بالمضرب لأبعد مسافة - ضرب الكرة بالمضرب لأسفل لعمل تنطيط للكرة - ركل الكرة للحائط باتجاهات القدم المختلفة - الجري بالكرة للمس الخط والعودة - سباق قفزة الأرنب - سباقات التتابعات - الجري لصعود المرتفعات داخل الملعب

## الدرس التاسع عشر والعشرين

الهدف : تنمية قدرة الطفل على الجري الرجائي - تنمية قدرة الطفل على رمي الكرة لأبعد مسافة - تنمية قدرة الطفل على الوثب العمودي

تهيمتة	5 ق	- الجري في اتجاهات مختلف مع تقليد صوت الصافير - الجري في اتجاهات مختلف مع تقليد صوت الطائرات
اعداد بدني	35 ق	- الجري الرجائي - الجري الرجائي مع الدوران حول الأتباع - المشي على المشطين حول دائرة - نقل كيس الرمل من يد لإخرى - قذف ولتف كيس الرمل - رمي الكرة لأبعد مسافة - مسك الكرة والوثب لأعلى - مسك الكرة والوثب للجانب

- مسك الكرة والمشي على العقبين		
--------------------------------	--	--

الدرس الحادى والعشرين والثاني والعشرين

الهدف : تنمية قدرة الطفل على ضرب الكرة بالمضرب - تنمية قدرة الطفل على تغير الاتجاهات - تنمية قدرة الطفل على الري والقف

- الجري في اتجاهات مختلف مع تقليد صوت الطيور - الجري في اتجاهات مختلف مع تقليد حركة الحيوانات الأليفة	5 ق	تهيئة
- تنطيط الكرة بالمضرب لأعلى والسير للأمام - ضرب الكرة بالمضرب لأسفل والتحرك للأمام - رمي الكرة على هدف - رمي كرة لأعلى ولقفتها - المشي على المشطين للأمام والخلف - المشي على الكعبين للأمام والخلف - عمل ميزان امامي والثبات - عمل أشكال هندسية	35 ق	اعداد بدني

الدرس الثالث والعشرين والرابع والعشرين

الهدف : تنمية قدرة الطفل على ركل الكرة - تنمية قدرة الطفل على الوثب العمودي - تنمية قدرة الطفل على الجري الزجراجي

- الجري ثم تعدية مرتبة على القدمين - الجري بالوثب بالقدمين - الجري بالوثب على القدم اليسرى - الجري بالوثب على القدم اليمنى	5 ق	تهيئة
- الجري الزجراجي بين الاضلاع - الجري عكس إشارة المدرس - الجري بين الاطواق - الوثب بالقدمين مع التقدم للأمام - الجري والوثب الى اعلى - الجري بالكرة - ركل الكرة للأمام - ركل الكرة داخل هدف - الوثب من فوق الكرة يمينا ويسارا - الجري حول الكرة - تنطيط الكرة بالقدم لتحقيق أكبر عدد	35 ق	اعداد بدني

## دراسة مقارنة التدريب البليومتري باستخدام وسائل مختلفة على المستوى الرقي للوثب العالي بليبيا

"د/سالم الكوني علي ابوالقاسم

\*\*د/عبد الوهاب الصادق راشد

**المقدمة ومشكلة البحث:** أصبح البحث العلمي من أهم متطلبات التقنية الحديثة التي تحقق أفضل المستويات الرياضية عن طريق استخدام الأساليب العلمية المتطورة في المتابعة والتطوير للعملية التدريبية، حيث يشهد عالمنا المعاصر تقدماً ملحوظاً في مجال التدريب الرياضي نتيجة للتطور السريع الحادث في الطرق والأساليب التي ينفجها ويتبعها المدربون في مختلف الأنشطة الرياضية بهدف الوصول إلى أعلى مستوى ممكن من خلال تحسين عناصر اللياقة البدنية ومستوى الأداء المهاري. وتتوقف المتابعة والتطوير للتدريب إلى حد كبير على مدى إيجاد الصفة المناسبة والمثل لمزج عمليتي تنمية الصفات البدنية والمهارات الحركية، لذا ينبغي أن تعتمد البرامج التدريبية على الحدود المناسبة للقدرات البدنية والاستطاعات المهارية للمتناسق خلال المراحل الفنية للمسابقة. (4: 68). والمتخصصين والباحثين عكفوا على دراسة أسباب هذا التطور، وانحصرت الإجابة في عدة عوامل. من أهم هذه العوامل عناصر اللياقة البدنية بالإضافة إلى فاعلية خطة التدريب ومدى اعتمادها على الأسلوب العلمي. (5: 20). واختيار وسيلة التدريب تتوقف على تشخيص وتوصيف الأداء المهاري توصيفاً دقيقاً مما يحدد دور القدرة العضلية كمتغير بدني أساسي في هذا الأداء وأسلوب تدريب القوة الخاصة بالأداء ينطلق من الخصائص الكينماتيكية للأداء المهاري كقاعدة أساسية لإختيار وسيلة التدريب وبناء التمرينات المستخدمة سواء من حيث الشكل أو من حيث مقادير المقاومة وإيقاع الأداء وعدد مرات التكرار وإلى ذلك من مواصفات فنية لبناء التدريب التخصصي. (11 : 201). ويجب أن تتم القوة العضلية في مسابقات الوثب والقفز في اتجاه القوة العضلية دون زيادة في حجم العضلات أو تضخمها فالإختيار المناسب لتدريبات القدرة العضلية التي تحقق أفضل عائد من التنمية دون حدوث زيادة كبيرة في الحجم يعد أحد المتطلبات الهامة لتحقيق أفضل إنجاز في مسابقات الوثب والقفز. (30 : 42). وتعتبر القدرة العضلية من أهم الدعائم الأساسية لبرامج تدريب الأنشطة الرياضية بصفة عامة ومسابقات الميدان والمضار بصفة خاصة، الأمر الذي دعى كثير من الباحثين جعلها موضوعاً هاماً في دراساتهم وأبحاثهم. (17: 88)

والبحث من خلال تنمية القدرة العضلية كوسيلة من وسائل تحسن الإنجاز في مختلف الرياضات لا ينتهي أبداً، وطرق تدريب القدرة تحتوي على سلسلة كبيرة من التدريبات باستخدام الأثقال سواء الخفيفة أو الثقيلة أو تدريبات البليومتري. (7 : 46). وقد أكدت على أهمية تدريبات المقاومة في تنمية كل من القوة والقدرة العضلية وخاصة تلك التدريبات التي تستخدم الأثقال والتدريب البليومتري والذي يعمل على تنمية القدرة العضلية باعتمادها على لحظات التسارع والفرملة التي تحدث نتيجة لوزن الجسم في حركتها الديناميكية كما هو الحال في الوثب الارتدادي بأنواعه. (34: 8) (27: 20) وقام العديد من الباحثين باستخدام عدة وسائل وأساليب حديثة لتنمية القدرة العضلية وذلك بالتدريب بالأثقال المضافة على الجسم مثل الجاكت أو الحزام المثقل بحيث يكون التدريب في اتجاه المسار الحركي للمهارة ذاتها. (2: 46) وتعد التدريبات البليومترية أحد الأساليب التدريبية الفعالة حيث أنها تدريبات تجمع بين السرعة والقوة لإنتاج حركات تتميز بالقدرة العضلية وتعتمد على أساس فيسيولوجي وتشريحي، كما يقصد بتدريبات القدرة العضلية، ويعتبر التدريب البليومتري هو الأسلوب الأمثل في تنمية القدرة العضلية بفاعلية كما يؤدي إلى قوة وسرعة الأداء. (27 : 64) ويميز التدريب البليومتري بتأثيره على النظام العصبي المحيط بالعضلات ومن ثم نشاط العضلة وقدرته على التزامن بين دورتي الإطالة والتقصير للعضلات بجانب تأثيره على سرعة التنبيه لأعصاب العضلات. (3 : 50)

والتدريب البليومتري يتضمن التدريبات الانفجارية كما في الوثب العميق Depth jump حيث تعتمد على إطالة لحظية للعضلات يتبعها في الحال انقباض مركزي قوي بقدر ما يمكن، وتكون خلالها العضلة قادرة على الوصول إلى الحد الأقصى من إنتاج القوة في أقل زمن ممكن، حيث يتم تقصير زمن ملائمة القدمين للأرض لحظة الارتقاء وإنتاج أكبر قوة انقباض في العضلات العاملة وهي تستخدم قوة الجاذبية الأرضية لتخزين الطاقة في العضلات وهذه الطاقة تستخدم مباشرة في رد الفعل في الاتجاه المعاكس وهذا النوع من التدريب يستخدم في الإطالة المعاكسة خلال دورة الإطالة والتقصير. (6 : 43). والتدريب البليومتري له أهمية في إنتاج القدرة العضلية المطلوبة أثناء مرحلة الارتقاء في مسابقة الوثب العالي للوصول إلى أقصى ارتفاع ممكن فوق العارضة. (32 : 67) فالقدرة العضلية إذا تحسنت عند المتسابق تلعب دوراً إيجابياً وفعالاً في التقدم بمستوى الوثب العالي حيث تعمل على تقصير زمن الارتقاء، وهذا يعني أهمية عنصر- السرعة لحركة الانقباض والانبساط العضلي لحظة مرحلة الارتقاء، ولذلك ظهرت أهمية القدرة الانفجارية كأكبر صورة من صور القدرة أو القوة المميزة بالسرعة لحظة الارتقاء عند مقاومة كل من الجاذبية الأرضية ووزن الجسم معاً لحظة الارتقاء. (7 : 342) (16 : 21).

ومما سبق يرى الباحثان أن هناك العديد من الوسائل لتطوير القدرة العضلية لدى متسابقى الوثب العالي ومن أهم هذه الوسائل البليومتري والأثقال بالأوزان المختلفة والأستك المطاطي علماً بأنه توجد دراسات توضح أن هناك تفاوت في تنمية القدرة العضلية بين أسلوبى البليومتري والأثقال ولا يوجد حسب علم الباحثان أي من الدراسات التي توضح التفاوت في تنمية القدرة العضلية بين تدريبات البليومتري من خلال وسيلة لأستك المطاطي والأسلوبين السابقين.

ومن خلال عمل الباحثان في مجال التدريب والتدريس بكلية التربية البدنية لاحظ أن هناك قصور في مستوى الأداء وخصوصاً في مسابقة الوثب العالي وقد يرجع ذلك إلى عدة عوامل مختلفة قد تكون القدرة العضلية إحدى أسبابها وفقاً لما أوردته الدراسات السابقة. وهذا مادفع الباحثان إلى استخدام عدة وسائل تدريبية لتنمية القدرة المثقلة في تدريبات البليومتري بوزن الجسم، البليومتري باستخدام الأوزان المضافة، تدريبات البليومتري باستخدام الأستك المطاطي وذلك للوصول إلى استخراج أقصى قوة ممكنة في أقل زمن ممكن ومعرفة أنسب الوسائل في الوصول إلى تحسين القدرة ومن ثم المستوى الرقي لمتسابقى الوثب العالي.



**هدف البحث:-** التعرف على تأثير استخدام كل وسيلة من الوسائل المستخدمة لتدريب البليوميتري في بعض القدرات البدنية ومستوى الانجاز الرقي لمسابقة الوثب العالي .

#### - فروض البحث :

- 1- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى المجموعة التي استخدمت البليوميتري بالاستنك المطاطي في بعض القدرات البدنية ومستوى الانجاز الرقي لمسابقة الوثب العالي .
- 2- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى المجموعة التي استخدمت البليوميتري بالأوزان المضافة للجسم في بعض القدرات البدنية ومستوى الانجاز الرقي لمسابقة الوثب العالي .
- 3- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى المجموعة التي استخدمت البليوميتري بوزن الجسم في بعض المتغيرات البدنية ومستوى الانجاز الرقي لمسابقة الوثب العالي .
- 4- هناك تباين بين الوسائل التدريبية الثلاث لتدريبات البليوميتري في تأثيرها في بعض خصائص القدرة البدنية ومستوى الانجاز الرقي لمسابقة الوثب العالي .

#### - المصطلحات المستخدمة في البحث:

**فريته ماكس Verti Max**: وهو جهاز تدريب قفز بمقاومة بنظام التدريب البليوميتري للمقاومة التقليدية وأثره على قدرة القفز وناتج قمة القدرة لدى متسابقى الكلية وجهاز الفريته ماكس هو جهاز يرتكز على منصة مع وصلات يتم ربطها في الوسط واليدين والخصيتين أن الوضع الإستراتيجي لهذه الأربطة للمقاومة يسمح بأداء تفرينات القفز البليوميتري مع إضافة مقاومة . (31 : 211)

#### الدراسات المرتبطة.

#### الدراسات العربية.

دراسة محمد عبد العال وآخرون 2001 (9) بعنوان " دراسة مقارنة لتأثير استخدام تدريبات مقترحة لتنمية القدرة العضلية على القوة النسبية وارتفاع الوثب العمودي". وهدفت الى مقارنة تأثير استخدام كل من تدريبات الأثقال وتدريبات البليوميتري - التدريب المختلط (الأثقال + البليوميتري) على القوة النسبية ومكونات الجسم ( كمية الدهون- العضلات ، القوة) المطلقة والنسبية وارتفاع الوثب العمودي المطلق والنسبي. وتضمنت العينة : على (46) طالباً بالفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية. استخدم الباحث المنهج التجريبي . **أهم النتائج** :- تقارب مستوى التحسين بين تدريبات البليوميتري وتدريبات المختلط في وزن العضلات النسبي ومسافة الوثب العمودي والوثب العمودي النسبي .

دراسة عصام فتحي غريب (2009) (15) بعنوان: إستراتيجية مقترحة للتدريب المختلط وتأثيرها على القدرة الانفجارية والمستوى الرقي لمسابقة الوثب العالي بطريقة القفوس" وهدفت الى التعرف على تأثير استراتيجيات مختلفة لتدريب المختلط (الأثقال-البليوميتري) على القدرة الانفجارية ومستوى الرقي لمسابقة الوثب العالي عن طريقة القفوس . تضمنت العينة (28) طالباً من طلاب كلية التربية الرياضية للبنين -جامعة الإسكندرية استخدام المنهج التجريبي وذلك بتطبيق الدراسة الأساسية باستخدام أربع مجموعات تجريبية.

**أهم النتائج**: الإستراتيجية التي استخدمتها المجموعة التجريبية الثالثة ومكوناتها هي (الأثقال ثم الأثقال والبليوميتري ثم البليوميتري ) من أفضل الاستراتيجيات المستخدمة في البحث فقد أدت إلى تفوق أفراد هذه المجموعة على باقي المجموعات التجريبية الأخرى في تحسين المستوى الرقي نتيجة تحسين القدرة الانفجارية للرجلين

#### - الدراسات الأجنبية

دراسة اندرسون كوري وآخرون Anderson, Corey et al سنة 2008: (23) بعنوان : اثر استخدام كل من المقاومة المرنة والمقاومة بالأوزان الحرة على القوة والقدرة لدى اللاعبين" هدفت الى معرفة هل استخدام كل من المقاومة المرنة والمقاومة بالأوزان الحرة تؤدي نتائج مختلفة في القوة والقدرة عن تدريب المقاومة بالأوزان الحرة فقط .

- أستخدام الباحثون المنهج التجريبي.- **عينة الدراسة**: شارك في الدراسة 44 ( سن 20 سنة  $\pm$  1 سنة ) مدربين على المقاومة لمدة (4 سنوات  $\pm$  2 سنة) من فرق الرجال في كرة السلة والمصارعة ومن فرق السيدات في كرة السلة والهوكي جامعة كورنيل .

- **أهم النتائج**: وجود فروق دالة بين المجموعتين ( $P < 0.05$ ) لعد التدريب. وكان تحسن المجموعة التجريبية حوالي 3 أضعاف الضابطة في الفرصة خلفاً  $16.47 \pm$  5.57 مقابل  $6.84 \pm 4.42$  كجم زيادة ، وتحسنت مرتين في ضغط البنج  $6.68 \pm 3.41$  مقابل  $3.34 \pm 2.67$  كجم. وتقريباً تحسنت التجريبية 3 أضعاف في معدل القدرة  $68.55 \pm 84.35$  مقابل  $40.56 \pm 23.66$  watt زيادة . أن التدريب الذي يستخدم الأثقال الحرة والمقاومة المرنة قد يكون أفضل من الأوزان الحرة

فقط لتحسين أسفل وأعلى الجسم في القوة ، وتنمية قدرة أسفل الجسم لدى الأفراد المدربين على المقاومة ولكن الآثار طويلة الأمد ليست واضحة ولكن التدريب الذي يجمع الأوزان والمرونة يسهم بصورة واضحة على المدى القصير في تحسين الأداء لدى اللاعبين ذوي الخبرة.

يقدم فوائد فسيولوجية واضحة يمكن مقارنتها بتلك الفوائد التي يتم الحصول عليها من ماكينات الأوزان في المرحلة الأولى من تدريب القوة لدى سيدات متوسطات العمر غير مشاركات في النشاط.

#### - إجراءات البحث :

**منهج البحث :** في ضوء هدف البحث وطبيعته استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم ثلاث مجموعات متكافئة.

#### مجالات البحث :

**المجال الزماني :** تم إجراء الدراسة خلال العام الجامعي: 2014-2015 كالتالي :

الدراسة الاستطلاعية 2014-10-21

أجريت القياسات القبليّة في الفترة من 11-4 – 2014 إلى 11-11 – 2014

أجريت الدراسة الأساسية في الفترة من 13-11-2014 إلى 2-2-2015

أخذت القياسات البعدية في الفترة من 9-2 – 2015 إلى 16-2 – 2015

**المجال المكاني :** أخذت القياسات القبليّة وتنفيذ البرنامج التدريبي والقياسات البعدية بميدان ومضمار كلية التربية البدنية جامعة الزاوية

**المجال البشري :** أجريت الدراسة على طلاب السنة الرابعة كلية التربية البدنية جامعة الزاوية .

**عينة البحث :** تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لأفضل الطلاب من سبق لهم تعلم مهارة الوثب العالي بطريقة التقوس قوامها (18) طالباً قسموا إلى ثلاثة مجموعات تجريبية بواقع (6) طلاب لكل مجموعة.

#### القياسات المستخدمة في البحث :

**قياسات خصائص العينة :** - السن / الطول(الطول الكلي – طول الطرف السفلي) / الوزن .

#### الاختبارات البدنية :

- (30م) عدو من البدء الطائر / الوثب العمودي من الثبات / اختبار الكوبري - اختبار الجلوس من الرقود / اختبار الجري متعدد الاتجاهات . / اختبار نط الحبل . قياس مسافة ثلاث حملات برجل الارتقاء لأقرب سم / قياس مسافة ثلاث حملات برجل الحرة لأقرب سم / قياس الحد الاقصى- لتمرين ثني الركبتين نصفاً باستخدام البار الأثقال لعدة واحدة - قياس الحد الاقصى لتمرين الدفع لأعلي من الرقود للأثقال لعدة واحدة- قياس الحد الأقصى- لارتفاع الصندوق لأداء الوثب العميق - قياس الحد الاقصى لارتفاع الصندوق لأداء الوثب العميق برجل واحدة.

**قياس الانجاز** قياس انجاز الوثب العالي بطريقة التقوس طبقاً لقواعد القانون الدولي لألعاب القوى للهواة

#### الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- أدوات وأجهزة خاصة بالقياسات الانتروميترية والبدنية :

- رستميتير لقياس الطول / ميزان طبي/ جاكيت الأوزان / بارات حديد / أثقال / حواجز مختلفة الارتفاعات / ساعة إيقاف رقمية 100/1 ثانية ربط قياسي / بطاقات تسجيل/ منط وثب .

- كرات طبية وزن 4 كجم / أقفاص / شريط قياس معدني / أقراص مرنة /أشرطة فيديو/أجهزة وثب عالي / مراتب مختلفة الأنواع/كمبيوتر

- صناديق وثب مقسمة تم تصنيعها بحيث يمكن التحكم في ارتفاعها (5, 10, 15 سم) حتى تصل إلى 110 سم.

- البرنامج التدريبي المقترح .

## 1-الدراسة الاستطلاعية

تمت الدراسة الاستطلاعية على عدد (3) أفراد من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وأجريت هذه الدراسة يوم 21-10-2014 وكان الهدف من الدراسة التأكد من:

- فهم المساعدين لمواصفات الاختبارات والقياسات المستخدمة وطرق القياس والتسجيل
- صلاحية كفاية الأدوات المستخدمة
- دقة إجراء وتنفيذ الاختبارات والقياسات
- تنسيق وتنظيم سير العمل في القياس
- ملاحظة الوقت الذي تستغرقه القياسات والاختبارات
- اكتشاف المعوقات التي قد تواجه الباحثان أثناء التجربة الأصلية
- القياسات القبليّة: تم إجراء القياسات القبليّة لجميع أفراد عينة البحث في الفترة الزمنية من 4/11/2014 إلى 11/11/2014 على النحو التالي.
- اليوم الأول: قياس خصائص العينة وقياسات بدنية . اليوم الثاني : قياس مستوي إنجاز الوثب العالي .

التوصيف الإحصائي لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة في القياس القبلي للمتغيرات الأساسية ( السن ، الطول ، الوزن ، طول الطرف السفلي من الجسم )

معامل الانتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المدى	أعلى قيمة	أقل قيمة	المعاملات الإحصائية	
							المتغيرات	
0.37-	22.50	1.37	22.33	4	24	20	المجموعة الأولى	السن(سنة)
0.00	23.50	1.38	23.50	3	25	22	المجموعة الثانية	
0.31	22.50	1.63	22.67	4	25	21	المجموعة الثالثة	
0.34	1.78	0.03	1.78	0.08	1.82	1.74	المجموعة الأولى	الطول(سم)
0.24-	1.78	0.04	1.78	0.1	1.82	1.72	المجموعة الثانية	
0.36-	1.75	0.03	1.74	0.07	1.78	1.71	المجموعة الثالثة	
0.00	74.00	2.53	74.00	7	78	71	المجموعة الأولى	الوزن(كجم)
0.15-	73.50	3.39	73.33	8	77	69	المجموعة الثانية	
0.99	70.50	4.56	72.00	12	81	69	المجموعة الثالثة	
0.24	89.00	2.04	89.17	6	93	87	المجموعة الأولى	طول الطرف السفلي(سم)
0.17	89.50	2.94	89.67	7	93	86	المجموعة الثانية	
0.00	87.50	1.05	87.50	3	89	86	المجموعة الثالثة	

جدول (1) يتضح من الجدول أن جميع قيم معاملات الانتواء لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة في القياس القبلي للمتغيرات الأساسية (السن ، الطول ، الوزن ، طول الطرف السفلي من الجسم) تتحصّر ما بين (3±) مما يدل على اعتدالية ، وتجانس أفراد العينة لكل مجموعة .

جدول (2) التوصيف الإحصائي لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة في القياس القبلي للمتغيرات البدنية قيد الدراسة

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المدى	أعلى قيمة	أقل قيمة	المعالجات الإحصائية	
							المتغيرات	
1.09	3.94	0.32	4.06	0.82	4.7	3.88	المجموعة الأولى	اختبار (30) متر العدو من البدء الطائر(ث)
1.72	4.01	0.12	4.08	0.28	4.26	3.98	المجموعة الثانية	
0.08-	3.95	0.24	3.94	0.56	4.2	3.64	المجموعة الثالثة	
0.75-	37.50	5.31	36.17	12	42	30	المجموعة الأولى	الوثب العمودي من الثبات(سم)
0.20	35.00	4.93	35.33	11	41	30	المجموعة الثانية	
0.39	35.00	2.58	35.33	8	40	32	المجموعة الثالثة	
0.91-	2.20	0.16	2.15	0.35	2.3	1.95	المجموعة الأولى	الوثب الطويل من الثبات(سم)
0.04-	2.11	0.13	2.10	0.4	2.3	1.9	المجموعة الثانية	
0.72-	2.20	0.10	2.18	0.25	2.3	2.05	المجموعة الثالثة	
1.03	22.50	3.87	23.83	9	29	20	المجموعة الأولى	اختبار الجلوس من الرقود(عدد)
0.22	25.00	2.32	25.17	7	29	22	المجموعة الثانية	
0.36-	25.50	2.79	25.17	7	29	22	المجموعة الثالثة	
0.70-	11.98	0.47	11.87	1.06	12.3	11.24	المجموعة الأولى	اختبار الجري المتعدد الاتجاهات قياس للرشاقة(ث)
0.09-	12.06	0.53	12.04	1.33	12.6	11.27	المجموعة الثانية	
0.87	11.35	0.59	11.52	1.53	12.55	11.02	المجموعة الثالثة	
1.22	3.00	0.41	3.17	1	4	3	المجموعة الأولى	اختبار نط الحبل للتوافق(عدد)
1.94	3.00	0.52	3.33	1	4	3	المجموعة الثانية	
1.94	3.00	0.52	3.33	1	4	3	المجموعة الثالثة	
0.47	6.05	0.37	6.11	0.85	6.6	5.75	المجموعة الأولى	قياس مسافة ثلاثة مجلات برجل الارتفاع(سم)
1.12-	6.20	0.31	6.08	0.7	6.4	5.7	المجموعة الثانية	
0.74	6.00	0.30	6.08	0.9	6.6	5.7	المجموعة الثالثة	

0.35	5.65	0.54	5.71	1.1	6.3	5.2	المجموعة الأولى	قياس مسافة ثلاثة حملات بالرجل الحرة(سم)
0.48	5.85	0.42	5.78	0.9	6.2	5.3	المجموعة الثانية	
0.48	5.90	0.26	5.94	0.8	6.4	5.6	المجموعة الثالثة	
0.58	98.5	5.64	99.83	14	108	94	المجموعة الأولى	قياس الحد الأقصى لتمرين ثني الركبتين نضفا باستخدام بار والثقل لعدة واحدة(كجم)
1.29	97.5	4.18	98.50	12	106	94	المجموعة الثانية	
- 0.38	98.5	1.63	98.33	4	100	96	المجموعة الثالثة	
0.25	88.5	2.86	88.83	8	93	85	المجموعة الأولى	قياس الحد الأقصى لتمرين الدفع الأعلى من الرقود لثقل لعدة واحدة(كجم)
1.30	87.5	3.35	88.00	9	94	85	المجموعة الثانية	
-0.53	87	1.90	87.00	5	89	84	المجموعة الثالثة	
-0.57	36	3.54	35.17	9	39	30	المجموعة الأولى	قياس الحد الأقصى لارتفاع الصندوق لأداء الوثب العمودي(سم)
-0.26	36	3.02	35.50	7	39	32	المجموعة الثانية	
-0.08	35.5	2.58	35.67	7	39	32	المجموعة الثالثة	
0.00	10.5	1.87	10.50	5	13	8	المجموعة الأولى	قياس الحد الأقصى لارتفاع الصندوق لأداء الوثب العمودي برجل واحدة(سم)
0.46	8.5	0.98	8.83	2	10	8	المجموعة الثانية	
-0.86	9.5	0.82	9.33	2	10	8	المجموعة الثالثة	
0.95	36	3.70	36.51	15	46	31	المجموعة الأولى	اختبار كوبري للمرونة(سم)
1.52	35.5	2.98	36.02	14	45	31	المجموعة الثانية	
1.02	35.5	3.08	35.63	13	44	31	المجموعة الثالثة	

يتضح من الجدول أن جميع قيم معاملات الالتواء لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة في القياس القبلي للمتغيرات البدنية تنحصر ما بين (3±) مما يدل على اعتدالية وتجانس أفراد العينة لكل مجموعة .

البرنامج التدريبي: ويشتمل محتوى البرنامج التدريبي على مجموعة من التدريبات البليومترية بوسائل مختلفة كتمرينات أساسية لتنمية القدرة الانفجارية والتي تعتبر أحد الركائز الهامة والمؤثرة على مستوى الإنجاز في الوثب العالي .

أسس وضع البرنامج التدريبي : يهدف البرنامج لتنمية القدرة الانفجارية للرجلين باستخدام تدريبات البليومتري كأحد الوسائل الحديثة المتبعة لتنمية تلك الصفة.

- تم تشكيل حمل التدريبي حيث يجب أن يقوم كل المتسابقين بأداء التمرين بأقصى سرعة، وذلك لضمان عدم تداخل صفة التحمل مع القدرة العضلية.
- التمرينات تكون مشابهة للأداء الحركي الممارس من حيث الشكل والعمل العضلي مع الاختلاف في استخدام الوسائل (مجموعة بليومتري ومجموعة أثقال مضافة على الجسم ومجموعة الاستيك المطاطي) .
- اختيار التمرينات التي تسمح بزيادة متدرجة للحمل التدريبي بين ثلاثة وسائل.

- توحيد نسبة الشدة في جميع أشكال تدريبات البليومترية للمجموعات الثلاثة.
- التدرج في زيادة شدة الأحمال مع تطبيق مبدأ الاستمرارية.
- تثبيت جميع متغيرات البرنامج ابتداء من الإحساء وحتى الجزء الختامي ماعدا الوسيلة المستخدمة في الجزء الرئيسي.
- تحديد إرتفاع الصناديق للمجموعات الثلاث بعد اختبار الوثب وتحديد الشدة المناسبة لإرتفاع الصندوق بالقدم والقدمين معاً.

### تحديد شدة الحمل:

- تم تطبيق أسلوب الحد الأقصى للتكرارات لتحديد شدة الحمل بالنسبة للعمل البليومتري بوزن الجسم .
- تم تطبيق أسلوب الحد الأقصى للتكرارات مع زيادة 1% من نقل الجاكت كل أسبوعين المجموعة البليومتري بالأثقال المضافة للجسم . (18 : 53)
- تم تطبيق أسلوب الحد الأقصى للتكرارات لتحديد شدة الحمل بالنسبة لمجموعة الاستيك المطاط بزيادة مقاومة الاستيك .
- تم توحيد التمرينات المستخدمة في الجزء الرئيسي للمجموعات الثلاث معاً .
- تم توحيد شدة الحمل وفق الحد الأقصى لتكرارات لكل مجموعة على حدة في كل تمرين من تمرينات الجزء الأساسي من الوحدة التدريبية .
- تم توحيد إرتفاع الصناديق للمجموعات الثلاث .
- تكرار اختبار الوثب العمودي كل أسبوعين للمجموعات الثلاث لتقنين الشدة المناسبة لكل مجموعة .
- تم استخدام معدل النبض لمؤشر فسيولوجي لتحديد فترة الراحة البينية بين المجموعات على أن يصل النبض بعد المجهود إلى من 120-130 نبضة /ق .
- تراوح إرتفاع الصناديق من 15-35 سم في الوثب والحجل برجل واحدة .
- تراوح إرتفاع الصناديق من 40-65 سم في الوثب بالرجلين معاً .
- البليومتري بوزن الجسم من خلال إرتفاع الصناديق للرجل والرجلين معاً .
- البليومتري باستخدام الأثقال المضافة من ارتفاع الصناديق لرجل والرجلين معاً .
- يبدأ الأسبوعين الأول والثاني بنقل 3% من الجسم للجاكت .
- يضاف النقل 1% من الأسبوع الثالث حتى الأسبوع العاشر ولا يضاف في الحادي عشر والثاني عشر حتى يصل الوزن الإضافي إلى 7% في نهاية البرنامج .
- البليومتري باستخدام الاستيك المطاط تحدد الشدة من خلال زيادة عدد الاستيك .
- يتم تحديد شدة ارتفاع الصناديق للرجل والرجلين معاً كل أسبوعين من خلال 100% من مستوى كل فرد من أفراد العينة .
- يبدأ الأسبوع الأول والثاني في كل جانب من الوسط .
- يتم زيادة استيك واحد لكل جانب كل 4 أسابيع .
- نفذت الأحوال التدريبية في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية بشدة 70% إلى 95% مع إتباع مبدأ التدرج في زيادة الشدة .

**الدراسة الأساسية :** نفذت الدراسة في الفترة من 2014/11/13 إلى 2014/2/2 واشتمل البرنامج التدريبي على 36 وحدة تدريبية بواقع ثلاث وحدات أسبوعياً لمدة 12 أسبوع لكل مجموعة . وتم تدريب المجموعات التجريبية الثلاثة باستخدام برنامج تدريبي مختلف لمسابقة الوثب العالي بطريقة التقوس والذي يتأسس على مجموعة من التدريبات البليومترية ذات أسلوب عمل اللامركزية و المركزي بينما اختلفت الوسائل لتدريبات البليومتري من مجموعة الى مجموعة أخرى حيث استخدمت المجموعة الأولى تدريبات البليومتري بوسيلة الاستيك المطاطي بينما استخدمت المجموعة التجريبية الثانية وسيلة الأوزان المضافة في حين استخدمت المجموعة التجريبية الثالثة البليومتري بوزن الجسم وقد اشتملت الوحدة التدريبية على ثلاث أجزاء رئيسية (التمهيدي) وينقسم إلى إحصاء وإعداد بدني عام ق والجزء (الرئيسي) يشتمل على الإعداد البدني الخاص والمهاري والجزء (الختامي) ويشتمل على تهديئة وقد استغرقت الفترة الزمنية من 120-90 دقيقة حسب الفروق الفردية.

**القياسات البعدية :** بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي المقترح تم إجراء القياسات البعدية على أفراد عينة البحث للمجموعات الثلاثة في الفترة من 9-2-2014 إلى 16-2-2014 بنفس شروط وترتيب القياسات القبليية .

**المعالجات الإحصائية:** نظراً لطبيعة الدراسة التجريبية تم معالجة البيانات الخام إحصائياً عن طريق الحاسب الآلي باستخدام برنامج الإحصاء (SPSS)

## عرض النتائج :-

جدول (3) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية الأولى (الاستنك المطاط) في المتغيرات البدنية قيد الدراسة ن = 6

قيمة (ت) المحسوبة	الانحراف المعياري للفروق	فروق المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المعالجات الإحصائية  الأختبارات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
*3.00	0.29	0.35	0.07	3.71	0.32	4.06	اختبار (30) متر العدو من البدء الطائر(ث)
**12.59	3.02	15.50	2.66	51.67	5.31	36.17	الوثب العمودي من الثبات(سم)
**18.10	0.06	0.45	0.13	2.60	0.16	2.15	الوثب الطويل من الثبات(سم)
**12.27	2.23	11.17	1.79	35.00	3.87	23.83	اختبار الجلوس من الرقود(عدد)
**7.49	2.10	0.90	0.23	10.97	0.47	11.87	اختبار الجري المتعدد الاتجاهات قياس للرشاقة(ث)
**6.32	0.29	1.33	0.55	4.50	0.41	3.17	اختبار نط الحبل للتوافق(عدد)
**6.74	0.52	0.76	0.30	6.86	0.37	6.11	قياس مسافة ثلاثة مجلات برجل الارتفاع(سم)
**8.12	0.27	0.73	0.36	6.44	0.54	5.71	قياس مسافة ثلاثة مجلات بالرجل الحرة(سم)
**10.73	7.76	32.83	3.56	132.67	5.64	99.33	قياس الحد الأقصى لتمرين ثني الركبتين نصفاً باستخدام بار والتمل لعدة واحدة(كجم)
**14.72	3.19	19.17	1.79	108.00	2.86	88.83	قياس الحد الأقصى لتمرين الدفع الاعلى من الرقود لثقل لعدة واحدة(كجم)
**27.22	2.17	30.17	2.66	65.33	3.54	35.17	قياس الحد الأقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي(سم)
**21.18	2.66	23.67	2.14	34.17	1.87	10.50	قياس الحد الأقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي برجل واحدة(سم)
**19.57	2.99	13.81	3.04	50.32	3.70	36.51	اختبار كوبري للمرونة(سم)

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.57 \*

يتضح من الجدول (3) وجود فروق داله احصائياً عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الاستنك المطاط) في جميع المتغيرات البدنية قيد البحث ولصالح القياس البعدي .

جدول ( 4 ) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية الثانية ( الانتقال المضافة ) في المتغيرات البدنية قيد الدراسة ن = 6

قيمة (ت) الحسوية	الانحراف المعياري للفروق	فروق المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المعالجات الاحصائية  الاختبارات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.17	8.78	0.02	0.32	4.06	0.12	4.08	اختبار (30) متر العدو من البدء الطائر(ث)
**8.30	0.24	6.67	3.29	42.00	4.93	35.33	الوثب العمودي من الثبات(سم)
*2.89	1.97	0.18	0.10	2.29	0.13	2.10	الوثب الطويل من الثبات(سم)
**11.00	0.16	3.67	1.72	28.83	2.32	25.17	اختبار الجلوس من الرقود(عدد)
*3.65	0.82	0.36	0.32	11.68	0.53	12.04	اختبار الجري المتعدد الاتجاهات قياس للرشاقة(ث)
1.58	1.65	0.33	0.52	3.67	0.52	3.33	اختبار نظ الحبل للتوافق(عدد)
2.23	0.24	0.14	0.20	6.22	0.31	6.08	قياس مسافة ثلاثة مجلات برجل الارتفاع(سم)
1.74	0.52	0.15	0.26	5.94	0.42	5.78	قياس مسافة ثلاثة مجلات بالرجل الحرة(سم)
**14.39	4.68	27.50	2.10	126.00	4.18	98.50	قياس الحد الاقصى لتمرين ثني الركبتين نصفاً باستخدام بار والثقل لعدة واحدة(كجم)
**7.40	3.15	9.50	1.52	97.50	3.35	88.00	قياس الحد الاقصى لتمرين الدفع الاعلى من الرقود لثقل لعدة واحدة(كجم)
**24.36	2.23	22.17	1.75	57.67	3.02	35.50	قياس الحد الاقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي(سم)
** 24.19	1.97	19.50	1.75	28.33	0.98	8.83	قياس الحد الاقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي برجل واحدة(سم)
**11.84	2.86	7.98	1.94	44.00	2.98	36.02	اختبار كوري للمرونة(ث)

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.57

يتضح من الجدول(4) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية ( الانتقال المضافة ) في المتغيرات البدنية التالية الوثب العمودي من الثبات ، اختبار الجلوس من الرقود ، قياس الحد الاقصى لتمرين ثني اركبتين نصفاً باستخدام بار والثقل لعدة واحدة ، قياس الحد الاقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي، قياس الحد الاقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي برجل ،اختبار كوري للمرونة ، في حين لم تظهر فروق دالة إحصائية في المتغيرات البدنية التالية اختبار (30) متر العدو من البدء الطائر ، اختبار نظ الحبل للتوافق ، قياس مسافة ثلاثة مجلات برجل الارتفاع قياس مسافة ثلاثة مجلات بالرجل الحرة



جدول (5) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية الثالثة ( البليومتري ) في المتغيرات البدنية قيد الدراسة ن = 6

قيمة (ت) الحسوية	الانحراف المعياري للفروق	فروق المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المعالجات الاحصائية  الاختبارات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
1.36	0.13	0.18	0.24	3.94	0.54	4.12	اختبار (30) متر العدو من البدء الطائر(ث)
**6.38	1.51	3.83	1.60	39.17	2.58	35.33	الوثب العمودي من الثبات(سم)
**8.89	0.33	0.10	0.08	2.28	0.10	2.18	الوثب الطويل من الثبات(سم)
**11.00	1.47	2.00	2.79	27.17	2.79	25.17	اختبار الجلوس من الرقود(عدد)
**3.67	0.03	0.06	0.57	11.46	0.59	11.52	اختبار الجري المتعدد الاتجاهات قياس للرشاقة(ث)
1.00	2.54	0.17	0.55	3.50	0.52	3.33	اختبار نظ الحبل للتوافق(عدد)
*2.69	0.04	0.30	0.24	6.37	0.30	6.08	قياس مسافة ثلاثة مجلات برجل الارتفاع(سم)
**5.86	0.41	0.11	0.26	6.05	0.26	5.94	قياس مسافة ثلاثة مجلات بالرجل الحرة(سم)
**19.33	2.64	20.83	2.48	119.17	1.63	98.33	قياس الحد الاقصى لتمرين ثني الركبتين نصفاً باستخدام بار والتمل لعدة واحدة(كجم)
**9.82	1.87	7.50	1.87	94.50	1.90	87.00	قياس الحد الاقصى لتمرين الدفع الاعلى من الرقود لثقل لعدة واحدة(كجم)
**12.11	3.03	15.00	1.63	50.67	2.58	35.67	قياس الحد الاقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي(سم)
**29.66	1.21	14.67	1.79	24.00	0.82	9.33	قياس الحد الاقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي برجل واحدة(سم)
**9.27	1.93	4.21	2.07	39.83	3.08	35.63	اختبار كوبري للمرونة(ث)

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.57

يتضح من الجدول ( 5 ) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثالثة ( البليومتري ) في المتغيرات البدنية التالية (الوثب العمودي من الثبات ، الوثب الطويل من الثبات ، اختبار الجلوس من الرقود ، اختبار الجري المتعدد الاتجاهات قياس للرشاقة ، قياس مسافة ثلاثة مجلات بالرجل الحرة ، قياس الحد الاقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي ، قياس الحد الاقصى لتمرين الدفع الاعلى من الرقود لثقل لعدة واحدة ، اختبار كوبري للمرونة) ، بينما يوجد فروق معنوية في المتغير (قياس مسافة ثلاثة مجلات برجل الارتفاع ) في حين لم تظهر فروق دالة إحصائية في المتغيرات البدنية التالية اختبار(30) متر من البدء الطائر ، اختبار نظ الحبل للتوافق

جدول (6) معنوية الفروق بين المتوسطات الحسابية لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة في القياس البعدي للمتغيرات البدنية باستخدام اختبار أقل فرق معنوي

فروق المتوسطات			المتوسط الحسابي	القياس	المتغيرات
المجموعة الثالثة	المجموعة الثانية	المجموعة الأولى			
→*12.50	→*9.67		51.67	المجموعة الأولى	الوثب العمودي من الثبات(سم)
2.83			42.00	المجموعة الثانية	
			39.17	المجموعة الثالثة	
→*0.33	→*0.32		2.60	المجموعة الأولى	الوثب الطويل من الثبات(سم)
0.01			2.29	المجموعة الثانية	
			2.28	المجموعة الثالثة	
→*7.83	→*6.17		35.00	المجموعة الأولى	اختبار الجلوس من الرقود(عدد)
1.67			28.83	المجموعة الثانية	
			27.17	المجموعة الثالثة	
0.49	→*0.71		10.97	المجموعة الأولى	اختبار الجري المتعدد الاتجاهات قياس للرشاقة(ث)
0.22			11.68	المجموعة الثانية	
			11.46	المجموعة الثالثة	
→*1.00	→*0.83		4.50	المجموعة الأولى	اختبار نط الحبل للتوافق(عدد)
0.17			3.67	المجموعة الثانية	
			3.50	المجموعة الثالثة	
→*0.49	→*0.64		6.86	المجموعة الأولى	قياس مسافة ثلاثة مجلات برجل الارتفاع(سم)
0.15			6.22	المجموعة الثانية	
			6.37	المجموعة الثالثة	
→*0.39	→*0.50		6.44	المجموعة الأولى	قياس مسافة ثلاثة مجلات بالرجل الحرة(سم)
0.11			5.94	المجموعة الثانية	
			6.05	المجموعة الثالثة	

→ * 13.50	→ * 6.67		132.67	المجموعة الأولى	قياس الحد الاقصى لتمرين ثني الركبتين نصفاً باستخدام بار والقتل لعدة واحدة(كجم)
16.83			126.00	المجموعة الثانية	
			119.17	المجموعة الثالثة	
→ * 13.50	→ * 10.50		108.00	المجموعة الأولى	قياس الحد الاقصى لتمرين الدفع الاعلى من الرقود لثقل لعدة واحدة(كجم)
3.00			97.50	المجموعة الثانية	
			94.50	المجموعة الثالثة	
→ *14.6	→ * 7.67		65.33	المجموعة الأولى	قياس الحد الاقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي(سم)
7.00			57.67	المجموعة الثانية	
			50.67	المجموعة الثالثة	

→ * 10.17	→ * 5.83		34.17	المجموعة الأولى	قياس الحد الاقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي برجل واحدة(سم)
4.33			28.33	المجموعة الثانية	
			24.00	المجموعة الثالثة	
10.48→*	6.32→*		50.32	المجموعة الأولى	اختبار كوبري للمرونة(سم)
4.17			44.00	المجموعة الثانية	
			39.83	المجموعة الثالثة	
→*16.00	→*13.67		163.67	المجموعة الأولى	قياس الارتفاع الوثب الاعلى بطريقة التقوس(سم)
2.33			150.00	المجموعة الثانية	
			147.67	المجموعة الثالثة	

\* معنوى عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (6) والخاص بمعنوية الفروق بين المتوسطات الحسابية لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة في القياس البعدى للمتغيرات البدنية بأستخدام اختبار أقل فرق معنوى LSD ماياتي :-

- وجود فروق معنوية في الوثب العمودي من الثبات بين المجموعات الثلاثة ولصالح المجموعة الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح المجموعة الثانية .

- وجود فروق معنوية في الوثب الطويل من الثبات بين المجموعات الثلاثة ولصالح المجموعة الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح المجموعة الثانية .

- وجود فروق معنوية في اختبار الجلوس من الرقود بين المجموعات الثلاثة ولصالح المجموعة الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح المجموعة الثانية .
- وجود فروق معنوية في اختبار الجري المتعدد الاتجاهات قياس الرشاقة بين المجموعات الثلاثة ولصالح المجموعة الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح المجموعة الثانية .
- وجود فروق معنوية في اختبار نط الحبل لتوافق بين المجموعات الثلاثة ولصالح المجموعة الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح المجموعة الثانية .
- حيث أظهرت النتائج وجود فروق معنوية في قياس مسافة ثلاثة سجلات برجل الارتقاء بين المجموعات الثلاثة ولصالح المجموعة الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح المجموعة الثانية .
- وجود فروق معنوية في قياس مسافة ثلاثة سجلات بالرجل الحرة بين المجموعات الثلاثة ولصالح المجموعة الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح المجموعة الثانية.
- وجود فروق معنوية في قياس الحد الأقصى لتمارين ثني الركبتين نصفاً باستخدام بار والثقل لعدة واحدة بين المجموعات الثلاثة ولصالح الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح الثانية.
- وجود فروق معنوية في قياس الحد الأقصى لتمارين الدفع الأعلى من الرقود لثقل لعدة واحدة بين المجموعات الثلاثة ولصالح الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح الثانية.
- وجود فروق معنوية في قياس الحد الأقصى لارتفاع الصندوق لاداء الوثب العمودي بين المجموعات الثلاثة ولصالح الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح الثانية.
- وجود فروق معنوية في اختبار كوبري للمرونة بين المجموعات الثلاثة ولصالح الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح الثانية.
- فروق معنوية في قياس الارتفاع الوثب الأعلى بطريقة التقوس بين المجموعات الثلاثة ولصالح الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح الثانية.
- عرض نتائج القياسات المهارية .

جدول ( 8 ) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعات البحث الثلاثة عينة البحث في قياس الارتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس ن = 6

قيمة الانحراف المعياري للفروق المحسوبة	الانحراف المعياري للفروق	فروق المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المعالجات الاحصائية
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
**6.32	0.19	22.67	12.44	163.67	3.69	141.00	المجموعة الأولى
**10.85	2.04	6.67	1.67	150.00	1.03	143.33	المجموعة الثانية
*3.52	5.46	7.83	4.46	147.67	2.56	139.83	المجموعة الثالثة

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.57 \*

يتضح من الجدول (8) والخاص بدلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعات البحث الثلاثة عينة البحث في قياس الارتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس ، وجود فروق معنوية في إختبارات المجموعة الأولى و المجموعة الثانية حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (6.32 ، 10.85) وهذه القيمة معنوية عند مستوى (0.01) لصالح القياس البعدي ، بينما يوجد فروق معنوية في إختبارات المجموعة الثالثة حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (3.52) وهذه القيمة معنوية عند مستوى (0.05) لصالح القياس البعدي .

جدول (8) تحليل التباين ذو الاتجاه الواحد one-way ANOVA بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة في قياس ارتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس

المتغيرات	المعالجات الاحصائية	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة (ف)
قياس الارتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس	بين المجموعات		2	896.44	448.22	**7.58
	داخل المجموعات		15	886.67	59.11	
	المجموع الكلي		17	1783.11		

عند مستوى 0.01 = 6.26 \*

قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.05 = 3.68

يتضح من الجدول (8) والخاص بتحليل التباين ذو الاتجاه الواحد one-way ANOVA بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة في قياس ارتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس ، وجود فروق معنوية في المتغيرات (قياس الارتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس) ولتحديد معنوية الفروق بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة في قياس ارتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس باستخدام اختبار اقل فرق معنوي LSD

جدول (10) معنوية الفروق بين المتوسطات الحسابية لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة في القياس البعدي لأرتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس  
أبأستخدام اختبار اقل فرق معنوي LSD

المتغيرات	القياس	المتوسط الحسابي	فروق المتوسطات		
			المجموعة الأولى	المجموعة الثانية	المجموعة الثالثة
قياس الارتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس	المجموعة الأولى	163.67	→*13.67	→*16.00	
	المجموعة الثانية	150.00		2.33	
	المجموعة الثالثة	147.67			

\* معنوي عند مستوى 0.05 → ↑ لصالح المجموعة

يتضح من الجدول (10) والخاص بمعنوية الفروق بين المتوسطات الحسابية لمجموعات البحث التجريبية الثلاثة في القياس البعدي لارتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس باستخدام اختبار اقل فرق معنوي LSD ما ياتي :

وجود فروق معنوية في ارتفاع الوثب العالي بطريقة التقوس بين المجموعات الثلاثة ولصالح المجموعة الأولى كما أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الثانية والثالثة ولصالح الثانية .

مناقشة النتائج:-مناقشة فروق المتوسطات باستخدام ت الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الأولى

يتضح من الجداول (3)(4)(5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية الأولى (الاستك المطاط) بعينة البحث في جميع المتغيرات البدنية والانجاز في الوثب العالي بطريقة التقوس قيد الدراسة ولصالح القياس البعدي .

ويرجع الباحثان هذه النتائج إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الاستك المطاط في تنمية المتغيرات البدنية البدنية و متغيرات اتاجية والانجاز الرقي

كما تتفق تلك النتائج ونتائج دراسة رهيا مئيو وأخرون Rhea Matthew et al (2008) (33) والتي هدفها التعرف على تقييم فاعلية ال Vertimax مع تركيبة من طرق التدريب التقليدية لتحسين قدرة أسفل الجسم لدى المتسابقين مميزين وكانت أهم النتائج وجود فرق إحصائي دال بين تنمية القدرة للمجموعتين مع تحقيق ال Vertimax لاثارة أكبر عند استخدام المقاومة التقليدية والتدريب البيوميترى وهذه البيانات توضح أن Vertimax يعتبر إستراتيجية فعالة لتنمية قدرة أسفل الجسم بين المتسابقين المدربين إذا ماصاحبها أساليب اللياقة والقوة التقليدية.

كما تتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة رهيا ماثيو Rhea Matthew (2008) (34) هدفت الدراسة الى معرفة النتائج التمهيدية فيري ماكس حيث استخدم ثلاثة مجموعات تجريبية من طلاب المدرسة الثانوية وكانت النتائج وجود فرق إحصائي دال بين القدرة للمجموعات الثلاثة ولصالح المجموعة التي استخدمت فيري ماكس عن المجموعة التي استخدمت البيوميترى ورفع الانتقال بالتر. ويرى الباحثان ان الفيرتيماكس يحقق مقارنه ثابتة في كل سرعة للحركة مقارنة مع قضيب استك مطاطي .

#### مناقشة فروق المتوسطات باستخدام الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الثانية

كما يتضح من الجداول (4) (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية الثانية (الأنقال المضافة) عينة البحث في معظم المتغيرات البدنية والآنجاز الرقي في الوثب بطريقة التقوس قيد الدراسة ولصالح القياس البعدي . ويعزو الباحثان هذه النتائج إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الانتقال المضافة في تنمية المتغيرات البدنية البدنية والآنجاز الرقي.

ويتفق هذا مع ما أشار إليه كل من طلحة حسام الدين وآخرون (1997) ، وعبد الرحمن زاهر (2000) من أن التدريب بالأنقال عالية الشدة يؤدي إلى زيادة القوة القصوى ولكن يكون ذلك مع زيادة زمن الأداء أما التدريب الذي يعتمد على المقاومات المتفجرة كالتدريب البيوميترى فإنه يؤدي إلى عكس ذلك حيث يؤدي إلى تغير طفيف في القوة العضلية القصوى في حين يؤدي إلى تغير ملحوظ في المعدل الذي تصل به العضلة إلى أقصى انقباض لها (12 : 19) (13 : 230) ويتفق هذا مع ما أشار إليه دينيتيان وآخرون (1998) أن تدريبات القوة باستخدام الجاكيت المنقل له تأثير فعال علي تنمية القوة الخاصة بنوع النشاط الرياضي المارس (24 : 160.161)

حيث يشير كل من طلحة حسام الدين 1994 وياسر دحروج 2000 أن التدريب باستخدام جاكيت منقل له تأثير ايجابي وفعال علي تنمية القوة الخاصة بنوع النشاط الرياضي المارس مما يؤدي بدوره إلى رفع مستوى الأداء المهاري المارس (11 : 214) (22 : 26)

كما تتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من رونالد (1987) Ronald (35) ، طلحة حسام الدين وآخرون (1997) (12) إلى أن التدريب بالأنقال أكثر فاعلية في تحقيق غرض تنمية القوة العضلية القصوى ، القدرة العضلية ، تحمل القوة ان تكون نسبة الأثقال المقترنه بالجسم من (3 : 9%)

#### مناقشة فروق المتوسطات باستخدام الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الثالثة

كما يتضح من الجداول (5) (26) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية الثالثة (البيوميترى) عينة البحث في معظم المتغيرات البدنية وفي بعض متغيرات انتاجية القدرة العضلية لمنصة القدرة والآنجاز في الوثب بطريقة التقوس قيد الدراسة ولصالح القياس البعدي .

ويرجع الباحثان هذه النتائج إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريب البيوميترى في تنمية المتغيرات البدنية و متغيرات انتاجية والآنجاز الرقي . كما تتفق تلك النتائج مع دراسة وسيلة مهران وسيمر عبد الحميد (1995) (21) والتي هدفها إيجاد علاقة بين تنمية القدرة الانفجارية للرجلين باستخدام التدريب البيوميترى، وأثر ذلك على المستوى الرقي لمسابقة الوثب العالي واطهرت النتائج فاعلية التدريب البيوميترى في تنمية القدرة الانفجارية وتحسن المستوى الرقي للوثب العالي بالطريقة الظهريه .

كما تتفق تلك النتائج مع دراسة عبد المنعم هريدي (1987) (14) والتي هدفت الى المقارنة بين استخدام ترمينات الوثب العميق من فوق صناديق بارترافات مختلفة واستخدام جهازى أرجوحة الأثقال والآنقال الساقطة كأسلوبين لتنمية القدرة العضلية للطرف السفلي ، واطهرت النتائج فاعلية التدريب البيوميترى لتنمية القوة النسبية وفي هذا الصدد يؤكد فاهي fahy (2000) ان تدريبات الوثب والبيوميترى تحسن اداء القوة والسرعة في الأنشطة الرياضية المختلفة لانها تزيد من القدرة العضلية والقوة الانفجارية للرجلين وتحسن اداء الجهاز العصبي عند تحريك العضلات الكبيرة اثناء الاداء . (25 : 76)

ويذكر سيبورن seaborne (2000) ان تدريبات البيوميترى التقليدية مجموعة من تدريبات الوثب الارتدادى من ارتفاع الى ارتفاع اخر مختلف بشكل مفرد او متتابع من وثبات متعددة وهو أكثر صعوبة وتهدف تدريبات البيوميترى الى انتاج أكبر قوة في اقل وقت ممكن وهو يحسن من عمل الجهاز العصبي ويزيد من القوة الانفجارية ويمكن اللاعب من الوصول الى اعلى ارتفاع ممكن وفي اقل زمن ممكن وهو يتطلب العمل على تزايد السرعة خلال المدى الحركى الكامل ثم الارتقاء خلال المد الكامل . (36 : 916) .

ويؤكد طلحة حسام الدين وآخرون (1997) ان ترمينات البيوميترى هو همزة الوصل بين كلا من القوة العضلية والقدرة من ناحية وان المدخل الرئيسى لتحسين الاداء من خلال هاتين الصفتين للقوة العضلية كصفة اساسية وان ترمينات البيوميترى يقوم بتوجيه هذه القوة في مساراتها المناسبة لرفع مستوى سرعة الاداء . (12 : 79) ،

ويذكر موران moran (1990) ان اسلوب ترمينات البيوميترى اصبح من أكثر الاساليب استخداما في تنمية القدرة العضلية في العديد من الأنشطة الرياضية والتي تتطلب دمج أقصى قوة مع أقصى سرعة للعضلة حيث ساهم هذا الاسلوب في التغلب على المشكلات التي تقابل تنمية القدرة فيما يربط العلاقة بين القوة والسرعة . (69 : 31)

ويضيف هيدورثيت وآخرون Heiderscheit (1996) أن البيوميترى يهدف الى التأثير ايجابي على تنمية القوة القصوى والقوة التي تحتاج إليها بعض المهارات . (28 : 125)

ويذكر ديتان وآخرون (dintiman 1998) على أن تدريبات البليومتري إحدى طرق التدريب المؤثرة والمثالية والتي تستخدم في تنمية القدرة الانفجارية ( 24 : 122 )

ويرى الباحثان أن التدريب البليومتري هو أحد أنواع التدريب والذي له فاعلية في الأنشطة التي تتطلب إنتاج أكبر قدر من القوة في أقل زمن لتحقيق قدرة عالية على الأداء كما ان غياب هذه القدرة قد تؤثر في كفاءة وقدرة الجسم على الانطلاق بسرعة وتغيير الاتجاه والتغلب على القصور الناتج للجسم .

#### 1 الاستنتاجات :- في ضوء اجراءات البحث وطبيعة عينته والمعالجات الأحصائية ومن خلال ما تم التوصل إليه من نتائج يمكن التوصل للاستنتاجات الآتية :

- 1- أدى برنامج التدريب البليومتري باستخدام الوسائل المختلفة على المستوى الرقي للوثب العالي بطريقة التقوس إلى تحسين القدرات البدنية وإنتاجية القدرة والإنجاز الرقي للمجموعات التجريبية الثلاثة.
- 2- يؤدي البرنامج التدريبي البليومتري بوسيلة الأستك المطاطي إلى تحسن في جميع المتغيرات البدنية وإنتاجية القدرة والإنجاز الرقي بطريقة التقوس للوثب العالي.
- 3- يؤدي البرنامج التدريبي البليومتري بوسيلة الأوزان المضافة للجسم إلى تحسن في معظم المتغيرات البدنية وإنتاجية القدرة والإنجاز الرقي بطريقة التقوس للوثب العالي.
- 4- يؤدي البرنامج التدريبي البليومتري بوسيلة البليومتري بوزن الجسم إلى تحسن في معظم المتغيرات البدنية وإنتاجية القدرة العضلية والإنجاز الرقي بطريقة التقوس للوثب العالي.

- التوصيات : انطلاقاً واستناداً للاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصى بالآتي :

- 1- استخدام الوسائل الثلاثة للبليومتري في تحسين القدرات البدنية الخاصة بالوثب العالي بطريقة التقوس.
- 2- الاهتمام بوسيلة الأستك المطاطي في تحسين القدرات البدنية الخاصة بالوثب العالي بطريقة التقوس.
- 3- إجراء المزيد من الأبحاث للوصول إلى تدريبات أفضل لتحسين القدرة العضلية وبالتالي المستوى الرقي لمعظم مسابقات الميدان والمضار.

#### المراجع العربية :

- 1 — : إبراهيم السيد حجاب  
أثر تنمية القوة العضلية للطرف السفلي على المستوي الرقي للوثب العالي للمبتدئين ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين،جامعة الإسكندرية،1982 .
- 2 أبو العلا أحمد عبد الفتاح  
التدريب الرياضي والأسس الفسيولوجية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
- 3 أبو العلا أحمد عبد الفتاح:  
فسيولوجيا وموفولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم دار الفكر العربي ، الطبعة الاولى ، القاهرة، 1990  
محمد صبحي حسنين :
- 4 أسامة كامل راتب:  
الأسس العلمية للسباحة تدريب- تخطيط – تحليل برامج، دار الفكر العربي ، القاهرة. 1998
- 5 أسامة محمد ابو طبل  
أثر تقنين التدريبات البليومتري باستخدام التحليل القدرة على بعض المتغيرات الديناميكية للاداء في مسابقة الوثب الثلاثي ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، الإسكندرية ، 1999
- 6 السيد عبد المقصود عامر :  
نظريات التدريب الرياضي – تدريب وفسيولوجيا القوة ، مركز الكتاب للنشر- ، الطبعة الاولى .  
القاهرة 1997م
- 7 بسطويسي احمد بسطويسي  
سباقات الميدان ومضار تعلم – تكتيك- تدريب دار الفكر العربي الطبعة الاولى 1997 .
- 8 جمال محمد علاء الدين  
طريقة معدلة لاستخدام التصوير التلفزيوني كتنكيد قياس سرع في مجال التحليل الكيفي والكمي البسيط للحركة الرياضية المؤتمر العلمي الثاني، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، 1981م
- 9 سعد الدين أبو الفتوح  
نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان ، الجزء الأول، مركز الدلتا للطباعة الإسكندرية 2000  
عبد المنعم هريدي

- 10 عبد المنعم هريدي : تأثير استخدام أسلوبين من التدريب البيوميترك على القوة النسبية للطرف السفلي ومسافة وزمن ستة مجلات، المؤتمر العلمي لتطوير علوم الرياضة، المجلد الخامس، كلية التربية الرياضية بالبنينا، جامعة المنيا، 1987.
- 11 طلحة حسين حسام الدين: الميكانيكا الحيوية الاسس النظرية والتطبيقية، الطبعة الأولى. دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1994.
- 12 طلحة حسام الدين: الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي القوة - القدرة تحمل القوة- المرونة، مركز الكتاب للنشر ، ط 1، القاهرة ، 1997.
- وفاء صلاح الدين  
ومصطفى كامل محمد :  
وسعيد عبد الرشيد :
- 13 عبدالرحمن عبد الحميد زاهر: فسيولوجيا مسابقات الوثب والتفزز، الطبعة الاولى ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، 2000.
- 14 عبد المنعم ابراهيم هريدي : استخدام أساليب القوة الخاصة للوثب الطويل وأثرها على الأداء ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالأسكندرية ، جامعة حلوان ، 1984
- 15 عصام فتحي غريب : استراتيجية مقترحة للتدريب المختلط وتأثيرها على القدرة الانفجارية والمستوى الرقي لمسابقة الوثب العالي بطريقة التقوى رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية بنين الاسكندرية 2008.
- 16 قاسم حسن حسنين موسوعة الميدان والضار جرى - موانع - حواجز - قفز - وثب - رمى - قذف - العاب حركة دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع الطبعة الاولى 1998
- 17 محمد صبحي حسنين : موسوعة التدريب الرياضى التطبيقى ، الطبعة الاولى ، دار الكتاب للنشر القاهرة 1998م.
- أحمد كسرى معانى
- 18 محمد عبد الرحيم إسماعيل : تأثير استخدام جاكيت مقل أثناء أداء التدريبات الدفاعية على تحسین سرعة أداء حركات القدمين الدفاعية في كرة السلة ، المجلة العلمية ، التربية والرياضية ، الاسكندرية ، 1998.
- 19 محمد عبد العال محمود: دراسة مقارنة تأثير تدريبات مقترحة لتنمية القدرة العضلية على القوة النسبية وارتفاع الوثب العمودي ، مجلة نظريات وتطبيقات المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية للبنين، العدد الواحد والأربعون، جامعة الإسكندرية، 2001.
- عبد المنعم إبراهيم هريدي،  
والسيد شحاتة احمد ،
- 20 محمود حسين محمود الحوفي : تأثير استخدام وسائل مختلفة لتطوير القوة العضلية على بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية لناشئ كرة القدم تحت 14 سنة . رسالة دكتوراه . الاسكندرية 1998
- 21 وسيلة محمد مهران: تأثير استخدام الأسلوب البيوميترى على المستوى الرقي علي لمسابقة الوثب العالي بالطريقة الظهيرية، العدد (24)، المجلة العلمية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 1995.
- وسمير عبد الحميد
- 22 ياسر احمد دحروج : تأثير تطوير بعض القدرات الحركية الخاصة بمهينات مشابهه للاداء الحركي بالانتقال على مستوى الاداء المهاري للكاتا لناشئ الكاراتيه من (11-12) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية ، 2000 .



ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 23 Anderson ,corey e sfozo ,gary a sigg john A :The effects of Combining elastic and free weight resistance on strength and power in athletes ,journal of strength and conditioning research v.22 no .2 (march 2008) .
- 24 Dintanan, G., Word, R., Tellez, T. Sears, B; **Sport speed 2nd human kinetics publishers Champaign Illinois, 1998.**
- 25 Fahy t . d :**super fitness for sports ، conditioning ، and needham heights ، ma : allyn & bacon ، 2000**
- 26 Gambetta, V.,: Maximal power training, Track Coach, No. 146, 1998
- 27 Greg Moore Training plyometric , Human Kinatices, London 2000 .
- 28 Heiderscheit : **effects of iso kinetics tranning on the shoulder internal rotators ، the journal of orthopedic sport physical therapy، 1996 .**
- 29 Hewett.Te ., Plyometric Training in female Athletes Discried impact brues an , J .sport medicine , Ohio , M.S.A. mov .Dfg .1996.
- 30 Johnson,C : Strength training for Jumpers and Speed Athletes, Track Cotch No 182,p 5806,Winter 1993s
- 31 **Moran ، megilan : dynamic of strength traning sport and fitness ، series brown publisher ، u . s . a ، 1990 .**
- 32 Reid ,p., plyometrics and the high jump , new studies in athlctics , pp. 67-74,March 1989.
- 33 Rhea,matthew R.peterson ,mark D .,lunt kregg R.: the effectiveness of resisted jump training in the vertimax in high school athletes ,journal of strength and conditioning research v.22 no .3 ( May 2008)
- 34 Rhea,matthew : Preliminary vertiMax study results from southern Utah University, 2008
- 35 **Ronald.J : Weight Training for sport، Bill Tancred and Geoff Tancre Hodder and Stoughton، Toronto.1987**
- 36 **Seabourne ، t : the power of plyometrics ، American fitness ، 18 ، 2000**
- 37 Wallace ,Brain J . Winchester ,Jason B. mcguihan ,Michael R . : Effects of elastic bands on force and power characteristics during the back aquat exercise . journal of atrength and conditioning Research v.20 no .2 (May 2006) .

## دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي .

\* د/ إبراهيم أبو زيد النويبي

\* د / حسن سليمان الشطور

\*\*\* د/ وليد علي المرغني

**مشكلة أهمية البحث :** إن هدف إيجاد مجتمع يتمتع بحقوق الإنسان والطفل لا يمكن تحقيقه إلا بتكوين وتعزيز للقيم حول هذه الحقوق بين أفراد المجتمع بمختلف المستويات ومن أهم المؤسسات التي يمكن الاستفادة منها في تكوين هذا المجتمع هي المدارس، وبما أن تعلم حقوق الإنسان أمر شامل ولا يقتصر على حدود التعليم الرسمي في المدارس بل يتعداه إلى المجتمع بأسره ليشمل كل مجالات الحياة وأنشطتها حيث يؤثر في سلوك الأفراد اليومية، فإن المتبع لواقع تدريس مفاهيم حقوق الإنسان ضمن المقررات يلحظ أن نسبة تفهم ووعي هذه الحقوق عند التلاميذ تعد موضع تساؤل بين أوساط العديد من التربويين والمؤسسات الحقوقية في المجتمع المحلي . ( 55 :2)

إن مرحلة التعليم الأساسي تعتبر مرحلة تأسيسية ولهذا فهي تستوجب من التلاميذ اكتساب بعض مفاهيم حقوق الطفل والسلوكيات القيمية الحميدة، وعلي هذا الأساس قام الباحث بتحديد مشكلة بحثه في خطوات تتضح من خلال النقاط التالية:

- إن المشكلة التي تواجه المجتمع الإنساني بشكل عام، وفي مجتمعاتنا بشكل خاص تكمن في ضعف الاهتمام في كثير من الأحيان بالمواقف السلوكية، وقلة وضعف تنمية الوعي بها، وهنا يبرز دور التربية بمؤسساتها ومناهجها في تفعيل المضمون النظري لمواثيق حقوق الإنسان والقيم الجمالية والسلوكيات المرغوبة وإلى ضرورة التطبيق الملموس في جميع مستويات النظام التعليمي وبناءً على ما سبق، ونظراً لضعف وعي الطلاب بحقوق الإنسان وعدم تنمية القيم وسببه يرجع لعدم وجود مقرر لتعليمها في مرحلة التعليم الأساسي، وضعف القدر الكافي من الاهتمام المعطى لها في الغرفة الصفية أثناء القيام بالتعليم كان مانراه الآن.
- خصوصية الحالة الليبية في المرحلة الراهنة، وذلك لما عاشته وتعيشه من الأحداث، دعت بالضرورة إلى إكساب التلاميذ وتعريفهم بماهية حقوق الطفل وغرسها من خلال القيم المختلفة في إطار الأنشطة الرياضية، لتفادي المشكلات مستقبلاً ولتنبؤ النشء معززاً بهذه المفاهيم الإنسانية النبيلة مما يؤكد على أهمية المجال الرياضي في بناء المجتمع وحقوق الإنسان
- ومن خلال نتائج البحوث والدراسات التي قامت بتحليل الدروس والأنشطة التي درست واستطلاع رأي المعلمين كدراسة إيمان عمر (2) ودراسة بينيسا (8) والتي أكدت على وجود فروق ومشكلات للطلاب وعدم معابستهم حقوق الإنسان كل ذلك أصبح واقعاً ملموساً مما يتطلب الحاجة إلى إكساب وتعزيز مفاهيم حقوق الطفل في المرحلة السنوية المبكرة الأولى ودعمها خلال بعض الأنشطة المدرسية
- من الإشارات السابقة تتحور مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال الرئيس وهو "ما دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي .

تكمن أهمية الدراسة في الاهتمام العميق بأهمية حصول الطفل على حقوقه التي كفلت له في الاتفاقية الدولية لحقوق الطفل، لما لها من أثر كبير على مستقبل حياته، وتكوين وبناء شخصيته، لأن الاهتمام بالطفل اهتمام مجازي ومستقبله، ذلك لأن أطفال اليوم هم شباب الغد وقادة المستقبل، وعليه تعقد الأمل في إصلاح المجتمع وتقديمه، حيث تعتبر هذه المرحلة حتمية في حياة الإنسان لكونها مرحلة التكوين والأعداد وفيها ترسي البذور الأولى لشخصية الفرد المستقبلية وتشكيل فيها عاداته واتجاهاته، إذ تعتبر الاهتمام بالطفل استثماراً تنموياً بشرياً يفوق في خطورة وأهميته أي استثمار آخر.

تكمن أهمية البحث في التالي :

- 1- الوقوف على أهمية ودور معلمي التربية البدنية و الأنشطة الرياضية ودروس التربية البدنية في تعديل سلوك التلاميذ بمرحلة التعليم الاساسي والتنويه بدور المدرسة كؤسسة تربوية منوطة بتنمية التلاميذ علمياً وثقافياً واجتماعياً .
  - 2- التعرف على إستراتيجيات تعلم السلوكيات النبيلة وتعزيز ثقافتها .
  - 3- قد تفيد هذه الدراسة الباحثين في اقتراح أبحاث جديدة تعالج إتمام مقام به الباحث في هذا المضار
  - 4- ندرة البحوث – في حدود علم الباحث – التي تناولت دور معلمي التربية الرياضية في تبسيط وتدعيم حقوق الطفل.
  - 5- تقديم معلومات للمهتمين بالتربية تتعلق بأهمية النشاط الرياضي المدرسي وحصة التربية البدنية في العملية التربوية والتعليمية وضرورة الاهتمام بالتخطيط والتنظيم والإشراف، والتنفيذ، والدعم لهذا النشاط حتى يحقق الأغراض والأهداف المنشودة من ورائه.
- هدف البحث :** يهدف البحث للتحقق من الآتي : التعرف على دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم .

المصطلحات المستخدمة في البحث :

Role الدور "مجموعة من الأنشطة المرتبطة أو الأطر السلوكية التي تحقق ما هو متوقع في مواقف معينة ، وتترتب على الأدوار إمكانية التنبؤ بسلوك الفرد في المواقف المختلفة."

2- Concept المفهوم:- " فئة تستخدم لتجميع أفكار أو أحداث أو مواضيع أو أشخاص متشابهين، وهو فكرة أو تمثيل للعنصر المشترك الذي يمكن بواسطته التمييز بين المجموعات وهي فكرة جزئية ولا تستقيم الفكرة الكاملة إلا بتنسيق سلسلة مفاهيم منطقية مع بعضها"

3-حقوق الطفل / " مجموعة الشروط والضمانات الواجب توافرها للطفل لكي ينمو في بيئة آمنة توفر له الرعاية صحيا ونفسيا وجسديا واجتماعيا تحت مظله من الحماية ضد إخطار الاستغلال بكافة أنواعه لكي يصبح في المستقبل عضوا عاملا في المجتمع قادرا علي التفاعل الايجابي تجاه الآخرين "

4-الطفل في القانون/ "كل إنسان دون سن الثامنة عشره ،مالم يبلغ سن الرشد بوجب القانون المطبق عليه "

مراحل إجراءات الدراسة :- تمثل مجتمع الدراسة من موجهين ومديرين ومشرفين من مدارس التعليم الأساسي بطرابلس بليبيا وبلغ عدد عينته 117 من العدد الكلي للمجتمع الأصلي. كما في الجدول (1) الذي يبين توصيف لمجتمع وعينة الدراسة.

جدول (1) توصيف مجتمع وعينة الدراسة

ت	الصفة	العدد	النسبة المئوية
1	الموجه	19	16.24
2	المدير	65	55.56
3	المشرف	33	28.20
	المجموع	117	100

2- أداة البحث: وتم تصميم استمارة الاستبيان بحيث تتكون هذه من قسمين على النحو الآتي :

**القسم الأول :-** يشمل الأسئلة الشخصية المتعلقة بأفراد العينة ، الصفة ، وسنوات الخبرة ، وذلك لغرض الحصول على معلومات عامة تبين الخصائص المهنية والعلمية لأفراد عينة الدراسة .

**القسم الثاني :-** يشتمل على ثلاث محاور من الأسئلة الاختيارية ، تم إعدادها وصياغتها على صورة مقياس ليكرت الخماسي وتتعلق بدور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي، وتهدف هذه الأسئلة إلى الحصول على المعلومات المتعلقة بمشكلة البحث واختبار صحة الفروض التي جاءت بها ، وصولاً إلى تحقيق أهدافها والمحاور هي:

المحور الأول : تم تصميمه بهدف معرفة المجال المعرفي ، باستخدام ( 10 ) عبارة ، وتم الإجابة علي هذه العبارات علي مقياس تدريجي.

المحور الثاني : تم تصميمه بهدف التعرف على المجال الوجداني ، باستخدام (10) عبارة ، وتم الإجابة علي هذه العبارات علي مقياس تدريجي.

المحور الثالث : تم تصميمه بهدف التعرف على المجال السلوكي، باستخدام (10) عبارة ، وتم الإجابة علي هذه العبارات علي مقياس تدريجي.

وللخروج بنتائج علمية دقيقة لهذه البحث قام الباحث باستخدام مقياس ليكرت خماسي الأبعاد للإجابة عن الفقرات وهي:

(كبيرة جداً ، كبيرة ، متوسطة ، قليلة ، قليلة جداً)، وترجم هذه التقديرات الوصفية إلى تقديرات رقمية على أساس تخصيص الأرقام (5)،(4)،(3)،(2)،(1) لكلاً منها. وكان يطلب من المبحوث قراءة كل بند من بنود المقياس بدقة تم يضع (√) أمام واحدة من فئات التقدير الموضوعه أمام كل بند بحيث تعكس العلامات الموضوعه أمام البنود إجابات المبحوثين.

**تحليل البيانات:** تم ترميز إجابات أفراد العينة على أسئلة الاستبيان وإدخالها إلى الحاسب الآلي وذلك من خلال أوراق العمل الملحقه بالبرنامج الإحصائي SPSS (حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية) والمعدة خصيصاً لهذا الغرض، وقد تم تقييم دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي للفقرات الواردة بالاستبيان من خلال متوسط إجابات الفقرات وقوة تأثيرها وهي كالآتي

جدول (2) متوسط إجابة الباحثين في دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي

المتوسط المرجح	النسبة المئوية	الرأي السائد
من 1.00 إلى 1.79	20% - 30%	دور قليل جداً
من 1.80 إلى 2.74	36% - 55%	دور قليل
من 2.75 إلى 3.39	55% - 68%	دور فعال
من 3.40 إلى 4.19	68% - 84%	دور فعال بدرجة كبيرة
من 4.20 إلى 5.00	84% - 100%	دور فعال بدرجة كبيرة جداً

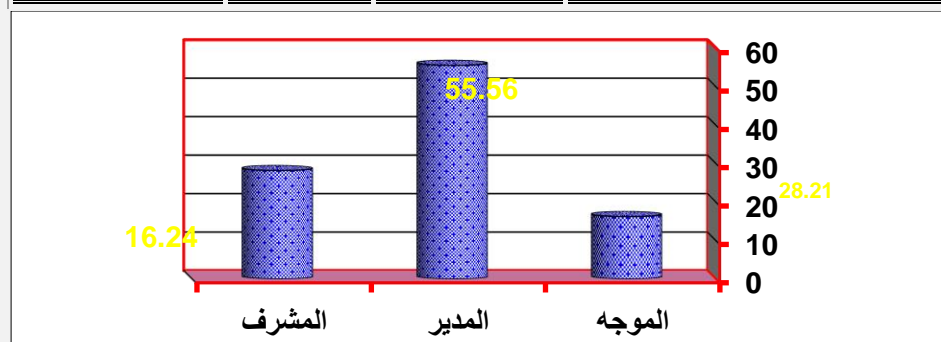
العرض والتحليل الإحصائي للبيانات

أولاً : التوزيع التكراري لمصانص أفراد عينة الدراسة

3. **الصفة :** يبين الجدول رقم ( 3 ) النتائج الخاصة بتوزيع العينة من حيث الصفة حيث نجد أن ما نسبته 55.56% من إجمالي العينة المبحوثة من المدراء ، كما يلاحظ أن نسبة 28.21% من أفراد العينة هم من المشرفين ، بينما بلغت نسبة الموجهين 16.24% .

جدول ( 3 ) يوضح توزيع العينة من حيث الصفة

الصفة	التكرار	النسبة %	النسبة التراكمية
الموجه	19	16.24	16.24
المدير	65	55.56	71.79
المشرف	33	28.21	11.97
المجموع	117	100%	100



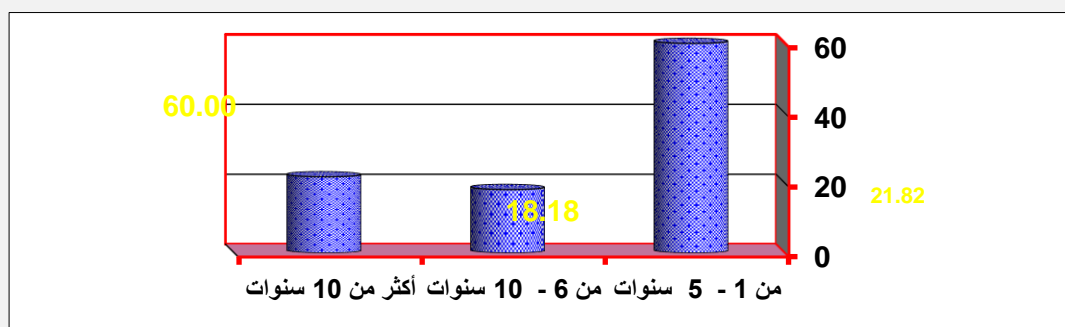
شكل ( 1 ) يبين توزيع عينة البحث من حيث الصفة

## 4. مدة الخبرة بالوظيفة الحالية:

يبين الجدول رقم ( 4 ) النتائج الخاصة بتوزيع العينة من حيث مدة الخبرة بالوظيفة الحالية حيث نجد أن ما نسبته 60% من إجمالي العينة المبحوثة من الذين لهم خبرة اقل من 5 سنوات، كما يلاحظ أن نسبة 21.82 % من أفراد العينة هم لهم دراية وخبرة أكثر من 10 سنوات، بينما بلغت نسبة الذين لهم خبرة من 6 - 10 سنوات ما نسبتهم 18.18% .

جدول ( 4 ) يوضح توزيع العينة من حيث مدة الخبرة بالوظيفة الحالية

النسبة التراكمية	النسبة %	التكرار	مدة الخبرة بالوظيفة الحالية
27.87	%60	40	من 1 - 5 سنوات
60.16	%21.82	44	من 6 - 10 سنوات
11.97	%18.18	33	أكثر من 10 سنوات
100	%100	117	المجموع



شكل ( 2 ) يبين توزيع عينة البحث من حيث مدة الخبرة بالوظيفة الحالية

ثانياً : استخراج معايير الصدق والثبات للاستبيان: من اجل اختبار مصداقية وثبات الاستبيان وللتأكد من مصداقية المستجوبين في الإجابة عن أسئلة الاستبيان ، ولكل متغير علي حدة ، فقد تم استخدام معامل ألفا لتحقيق الغرض المطلوب حيث أن معامل ألفا الذي تقع قيمته ما بين ( 0 , 1 ) يبين مدى الارتباط ما بين الإجابات. فعندما تكون قيمته صفر فان ذلك يدل على عدم وجود ارتباط مطلق ما بين الإجابات أما اذا كانت قيمة ( 1 ) فان ذلك يدل على أن الإجابات كاملة

ت	فقرات الاستبيان	متوسط المقياس	تباين المقياس	مؤشر الصدق	مؤشر الثبات
1	المجال المعرفي	7.878	1.956	0.369	0.753
2	المجال الوجداني	8.237	2.372	0.417	0.698
3	المجال السلوكي	8.478	1.866	0.437	0.704
	قيمة ألفا الاستبيان	0.713			

## جدول (5) نتائج اختبار ألفا للصدق والثبات لعبارات محاور الاستبيان

من الجدول (5) نجد أن قيمة ألفا للمقياس بلغت (0.713). وهذا يبين أن الارتباط بين الإجابات كان مرتفع ومقبول إحصائياً وفيما يتعلق بثبات العينة فيلاحظ من الجدول أن أغلب معاملات ألفا الفردية والمتعلقة بالمفردات كل على حدة كانت أقل من قيمة اختبار ألفا العام وهذا ما يدل على أن أغلب المفردات الموجودة في هذه المجموعة مهمة وان أي حذف أو شطب لمفردة منها سوف يؤثر سلباً على ثبات ومصداقية العينة ، أما ما يتعلق بمقياس الصدق والذي يتعلق بقياس درجة ارتباط المفردة بالمقياس العام فان نتائجها تعتبر مقبولة إحصائياً كما يعتبر تبيان المقياس بالنسبة للمفردات ليس كبير كما أن متوسط درجات المقياس تعتبر متقاربة ، وبالتالي فانه يمكن الاعتماد على المجموعة بأكملها دون حذف أي من المفردات للوصول إلى نتائج مجدية في هذا الدراسة .

## 2-4: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول :

## ما هو دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي؟

لغرض التعرف على دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر عينة البحث ، قام الباحث باستخدام المتوسط الحسابي و النسب المئوية للإجابات ، وذلك فيما يتعلق بمدى تأثير ذلك على تفعيل المضمون النظري لمواثيق حقوق الإنسان وذلك لغرض التحقق من مدى صحة أو خطأ فرض الدراسة في هذا المجال.

## جدول (6) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة في محور المجال المعرفي

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	النسبة المئوية	الرأي السائد
1	يعزز معارف التلاميذ بحقوق الطفل .	3.60	1.23	34.24%	71.97%	دور فعال بدرجة كبيرة
2	يوعي التلاميذ بأهمية الإحترام فيما بينهم	3.38	1.12	33.11%	67.69%	دور فعال
3	يوضح للتلاميذ مهارات حل الخلاف بالطرق السلمية .	3.19	1.32	41.38%	63.76%	دور فعال
4	يعرف للتلاميذ مفهوم الحق باللعب	3.16	1.32	41.72%	63.25%	دور فعال
5	يزيد من معرفة التلاميذ بحقوقهم في توافر بيئة صحية سليمة .	3.03	1.39	45.78%	60.68%	دور فعال
6	يوضح مسؤوليات التلاميذ تجاه أي انتهاك في مجال حقوقهم	2.98	1.27	42.45%	59.66%	دور فعال
7	يعرف التلاميذ بحقوقهم وواجباتهم تجاه وطنهم	2.92	1.25	42.65%	58.46%	دور فعال
8	يعرف التلاميذ مفهوم المشاركة والقبول .	2.85	1.28	44.89%	57.09%	دور فعال
9	ينمي معارف التلاميذ بالقيم النبيلة واحترام الآخرين لأنه حق لهم.	2.84	1.06	37.29%	56.75%	دور فعال
10	يعزز لدى التلاميذ مهارة الحوار والمناقشة	2.56	1.10	43.12%	51.11%	دور قليل
	الدرجة الكلية	3.05	0.74	24.09%	61.04%	دور فعال

الجدول (6) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول المحور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المبحوثين كانت تشير إلى يعزز معارف التلاميذ بحقوق الطفل يحتل المرتبة الأولى بنسبة 71.97% ، تأتي بعد ذلك يوعي التلاميذ بأهمية الإحترام فيما بينهم في المرتبة الثانية وبنسبة 67.69%، يليها بالمرتبة الثالثة يوضح للتلاميذ مهارات حل الخلاف بالطرق السلمية بنسبة 63.76%، و يلاحظ من التحليل انخفاض الأهمية النسبية للعبارة " يعزز لدى التلاميذ مهارة الحوار والمناقشة " حيث جاءت في المرتبة الأخيرة بنسبة 51.11%، وان الرأي السائد للدرجة الكلية بعد المجال

المعري كان يشير إلى (دور فعال) وبحسب إجابات عينة الدراسة بالكامل ، ويعزو الباحث ذلك إلى إنتشار العادات التدريسية والتي تركز على إكساب التلاميذ بعض المعارف والمعلومات .

جدول (7) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة في محور المجال الوجداني

ت	العبارات	المتوسط المرجع	الانحراف المعياري	الانحراف معامل	النسبة المئوية	الرأي السائد
1	يخاطب التلاميذ بأحب الألفاظ ألهم لأنها من حقهم	2.97	1.20	40.33%	59.49%	دور فعال
2	يعزز لدى التلاميذ القيم والعادات الحميدة .	2.87	1.30	45.16%	57.44%	دور فعال
3	يحث التلاميذ على مساعدة المحتاجين	2.74	1.28	46.89%	54.70%	دور قليل
4	يعامل التلاميذ بالتساوي ودون تمييز	2.72	1.14	42.07%	54.36%	دور قليل
5	يحث التلاميذ على احترام القوانين	2.71	1.09	40.27%	54.19%	دور قليل
6	عنى لدى التلاميذ الشعور بالتعاطف مع الآخرين .	2.69	1.04	38.54%	53.85%	دور قليل
7	يحث التلاميذ على احترام آراء الآخرين	2.69	1.16	42.92%	53.85%	دور قليل
8	يحث التلاميذ على المحافظة على الممتلكات العامة والخاصة .	2.58	1.11	42.94%	51.62%	دور قليل
9	يعزز الثقة بالنفس لدى التلاميذ ويشعرهم بأهميتهم	2.56	1.25	48.69%	51.28%	دور قليل
10	يعزز لدى التلاميذ الشعور بالانتماء للوطن .	2.39	1.10	45.89%	47.86%	دور قليل
	الدرجة الكلية	2.69	0.50	18.42%	53.86%	دور قليل

الجدول (7) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول محور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المحوئين كانت تشير إلى مخاطب التلاميذ بأحب الألفاظ ألهم لأنها من حقهم يحتل المرتبة الأولى بنسبة 59.49% ، تأتي بعد ذلك يعزز لدى التلاميذ القيم والعادات الحميدة في المرتبة الثانية وبنسبة 57.44%، يليها بالمرتبة الثالثة يحث التلاميذ على مساعدة المحتاجين بنسبة 54.70%، و يلاحظ من التحليل انخفاض الأهمية النسبية للعبارة " يعزز لدى التلاميذ الشعور بالانتماء للوطن " حيث جاءت في المرتبة الأخيرة بنسبة 47.86%، وان الرأي السائد للدرجة الكلية لبعدها المجال الوجداني كان يشير إلى (دور قليل) وبحسب إجابات عينة الدراسة بالكامل وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (ابو حشيش 2008) وتختلف مع دراسة (البوسعيدى 2006) ودراسة (ثابت 2006) والتي كان فيها الدرجة الكلية لبعدها المجال الوجداني تشير الي دور فعال .

جدول (8) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة في محور المجال السلوكي

ت	العبارات	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	الانحراف معام	النسبة المئوية	الرأي السائد
1	يحث التلاميذ على مسامحة من يسع إليهم .	2.75	1.41	51.14%	55.04%	دور فعال
2	يحث التلاميذ للمحافظة علي البيئة المحيطة .	2.71	1.26	46.50%	54.19%	دور قليل
3	يكسب التلاميذ الإحترام والقبول	2.49	1.14	45.91%	49.74%	دور قليل
4	يشارك التلاميذ في عملية اتخاذ القرار	2.46	1.00	40.81%	49.23%	دور قليل
5	يشجع التلاميذ على فعل الخير	2.40	1.15	47.99%	48.03%	دور قليل
6	يحث التلاميذ على استخدام الألفاظ المهذبة في معاملتهم .	2.40	1.17	48.61%	48.03%	دور قليل
7	يعامل التلاميذ بتواضع وعد تميز	2.38	1.29	53.91%	47.69%	دور قليل
8	يشارك التلاميذ في نظافة البيئة المدرسية .	2.32	1.09	46.86%	46.50%	دور قليل
9	يشارك التلاميذ في إنجاز المهام المطلوبة منهم بروح تعاونية .	2.32	1.11	47.99%	46.32%	دور قليل
10	يشجع التلاميذ على زيارة بعضهم البعض .	2.28	1.12	49.11%	45.64%	دور قليل
	الدرجة الكلية	2.45	0.72	29.54%	49.04%	دور قليل

الجدول (8) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول المحور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية والمتوسط الحسابي أن إجابات الباحثين كانت تشير إلى بحث التلاميذ على مسامحة من يسع إليهم يحتل المرتبة الأولى بنسبة 55.04%، تأتي بعد ذلك بحث التلاميذ للمحافظة علي البيئة المحيطة في المرتبة الثانية بنسبة 54.19%، يليها بالمرتبة الثالثة يكسب التلاميذ الإحترام والقبول بنسبة 49.74%، و يلاحظ من التحليل انخفاض الأهمية النسبية للعبارة " يشجع التلاميذ على زيارة بعضهم البعض " حيث جاءت في المرتبة الأخيرة بنسبة 45.64%، وان الرأي السائد للدرجة الكلية بعد المجال السلوكي كان يشير إلى (دور قليل) وبحسب إجابات عينة الدراسة بالكامل وتتفق هذه الدراسة مع دراسة كل من (اعمر 2008) ودراسة(اقصيه 2011) .

خلاصة تحليل دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي: الجدول التالي يتضمن تقييم مفردات العينة حول دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي في كل بعد من الأبعاد المتعلقة بمحاور الدراسة، وهي تحتوي على المتوسط المرجح والوزن النسبي كما يلي:

جدول (9) تقييم مفردات العينة دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي في كل بُعد من الأبعاد

ت	المجال	المتوسط المرجح	الوزن النسبي	مستوى التطبيق
1	المجال المعرفي	3.05	61.04%	دور فعال
	المجال الوجداني	2.69	53.86%	دور قليل
3	المجال السلوكي	2.45	49.04%	دور قليل
	المتوسط العام	2.73	54.65%	دور قليل



يتبين من خلال البيانات الواردة في الجدول أعلاه أن المتوسط العام دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل وفق إستجابة عينة الدراسة كان بدرجة " دور قليل "، حيث جاء بُعد المجال المعرفي بالترتيب الأول بنسبة (61.04%)، كما يلاحظ أن بُعد المجال الوجداني جاء بالترتيب الثاني بنسبة (53.86%)، يليه بُعد المجال السلوكي بوزن نسبي بلغ (49.04%) .

**3-4: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني :** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لبور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي وفقاً للصفة (موجه , مدير مشرف ) ؟.

قام الباحثين باستخدام المتوسط الحسابي للإجابات عينة الدراسة واستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي "ANOVA" لمقارنة المتوسطات الحسابية لأكثر من متغيرين وفي آن واحد و لكل متغير مستقل (دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي) مع عدد من المتغيرات تابعة (الصفة) عند مستوى معنوية ( $\alpha = 0.05$ ) وكما يلي:

**جدول (10) يبين المتوسطات الحسابية وقيمة "ف" لإجابات الباحثين حول دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل وفقاً لمتغير الصفة**

ت	دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل	الموجه	المدير	المشرف	قيمة ف	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي				
1	المجال المعرفي	3.31	2.93	3.14	2.362	0.099
2	المجال الوجداني	2.64	2.70	2.71	0.147	0.864
3	المجال السلوكي	2.64	2.42	2.42	0.777	0.462
	الدرجة الكلية	2.86	2.68	2.76	1.244	0.292

(\*) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

(\*\*) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01).

- يتبين من الجدول نتائج تحليل دور معلم التربية الرياضية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل وفقاً لمتغير الصفة، من خلال الجدول نلاحظ أن :
- 7- قيمة إحصائي الاختبار لدى الاختلاف في دور معلم التربية الرياضية في المجال المعرفي لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل تعزى إلى متغير (الصفة) (2.362) بدلالة معنوية محسوبة (0.099) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة الدراسة (موجه , مدير , مشرف ) في دور معلم التربية الرياضية في المجال المعرفي لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل.
  - 8- قيمة إحصائي الاختبار لدى الاختلاف في دور معلم التربية الرياضية في المجال الوجداني لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل تعزى إلى متغير (الصفة) (0.147) بدلالة معنوية محسوبة (0.864) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة الدراسة (موجه , مدير , مشرف ) في دور معلم التربية الرياضية في المجال الوجداني لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل.
  - 9- قيمة إحصائي الاختبار لدى الاختلاف في دور معلم التربية الرياضية في المجال السلوكي لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل تعزى إلى متغير (الصفة) (0.777) بدلالة معنوية محسوبة (0.462) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة الدراسة (موجه , مدير , مشرف ) في دور معلم التربية الرياضية في المجال السلوكي لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل.
  - 10- قيمة إحصائي الاختبار لدى الاختلاف في دور معلم التربية الرياضية لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل تعزى إلى متغير (الصفة) (1.244) بدلالة معنوية محسوبة (0.292) وهي أكبر من مستوى المعنوي 0.05 لذلك تقبل الفرضية الصفرية وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة الدراسة (موجه , مدير , مشرف ) في دور معلم التربية الرياضية لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (باوزير 2010) ودراسة (الهندي 2001) واختلفت مع دراسة (المحروقي 2008) ودراسة (ثابت 2006).

\***الإستنتاجات:-** استناداً إلى ما تم استخلاصه من الدراسات النظرية والأدوات المستخدمة في الدراسة وفي حدود عينة الدراسة وخصائصها وتساؤلاتها وفرضياتها والإمكانات المتاحة، وفي ضوء أهداف الدراسة وأدواتها، ومن خلال جمع المعلومات الدقيقة، واستناداً إلى الإجراءات العلمية المتبعة في نفس السياق، واعتماداً على نتائج الأسلوب الإحصائي أمكن التوصل للاستنتاجات التالية:

1. أن مستوى ممارسة معلم التربية البدنية لدوره في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي من وجهة نظر الخبراء والمختصين على الدرجة الكلية للاستبانة جاءت بدرجة " دور قليل "، حيث جاء بُعد المجال المعرفي بالترتيب الأول بنسبة (61.04%)، كما يلاحظ أن بُعد المجال الوجداني جاء بالترتيب الثاني بنسبة (53.86%)، يليه بُعد المجال السلوكي بوزن نسبي بلغ (49.04%) .

2. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة الدراسة ( موجه , مدير , مشرف ) في دور معلم التربية الرياضية في المجال المعرفي لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل.
3. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة الدراسة ( موجه , مدير , مشرف ) في دور معلم التربية الرياضية في المجال الوجداني لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل.
4. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر عينة الدراسة ( موجه , مدير , مشرف ) في دور معلم التربية الرياضية في المجال السلوكي لدعم بعض مفاهيم حقوق الطفل.
5. أن إجابات الباحثين كانت تشير أن الرأي السائد للدرجة الكلية لبعدها المعرفي كان يشير إلى ( دور فعال ) ، ويعزو الباحث ذلك إلى إنتشار العادات التدريسية والتي تركز على إكساب التلاميذ بعض المعارف والمعلومات المرتبطة ببعض المفاهيم

**\* التوصيات:-** ظلراً لمحدودية وقلة كفاية دور معلم التربية البدنية في تدعيم بعض مفاهيم حقوق الطفل بمرحلة التعليم الأساسي ، وفي ضوء الواقع على المستوى الإقليمي والمحلي وجد الباحث أنه من الضرورة وضع بعض المقترحات والتوصيات التي قد تساهم في تطوير دور معلم التربية البدنية في مجال حقوق الطفل، وذلك لرفع الوعي لدى التلاميذ لمعرفة حقوقهم، وكيفية الدفاع عنها والحفاظ عليها، ومن خلال ما سبق يمكن أن نخلص في مجموعة من التوصيات لرفع مستوى دور معلم التربية البدنية في مجال حقوق الطفل ، نلخصها في الآتي:

1. ضرورة الإعداد الجيد لمعلمي ومعلمات التربية البدنية وذلك قبل الخدمة وأثناءها من أجل تعميق مفاهيم حقوق الإنسان والطفل لدى الطلبة وتقبل النقد والتقدير، وتشجيع الطلبة وفتح الفرص أمامهم لتوظيف المعارف والمعلومات بشكل عملي تطبيقي يخدم مجتمعهم.
2. توفير موارد مالية ومادية لإنشاء مؤسسة متخصصة في الجانب الوطني ومفاهيم حقوق الإنسان والطفل.
3. توجيه القائمين على وضع ومتابعة المناهج والكتب الجامعية، وتضمينها أنشطة تربوية تنمي مفاهيم حقوق الإنسان والطفل لدى الطلاب وتعزز ممارستها لديهم.
5. تعويد التلاميذ على ممارسة مفاهيم حقوق الطفل بشكل عملي ولملموس من خلال الأنشطة الصفية و اللاصفية والتشجيع على تعميم هذه الممارسة في البيت والشوارع والحي .
6. ممارسة المعلم إدارة صفه تعكس احترام حقوق الطفل ، وخاصة تلك المتعلقة بحقوق الطفل وذلك عبر وسائل متعددة .
7. استحداث مادة مستقلة لحقوق الإنسان والطفل ، ووضعها ضمن المقررات الدراسية في مدارس الحكومة التابعة للدولة.
8. تشجيع ومتابعة مدراء المدارس والمشرفين والموجهين لدورهم في تنمية بعض مفاهيم حقوق الإنسان والطفل لدى معلمهم في جميع المجالات .
9. توفير الإمكانيات الإدارية والفنية والمادية التي تشجع المعلمين على تدعيم مفاهيم حقوق الإنسان والطفل.

#### المراجع :

1. الأمم المتحدة : مبادئ تدريس حقوق الإنسان ، عقد الأمم المتحدة للتشريف في مجال حقوق الإنسان (1995 - 2004) رقم 4 ، 2003 .
2. إيمان عبد الله عمر : مدى الإلمام بحقوق الإنسان لدى طلبة المدارس الثانوية بمحافظة نابلس - فلسطين من وجهة نظر المعلمين ، رسالة ماجستير ، جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين ، 2008 .
3. فاطمة شحاتة زيدان : مركز الطفل في القانون الدولي العام ، رسالة دكتوراه ، جامعة الإسكندرية ، دار الجامعة الجديد ، ص 15 ، 2003 .
4. المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم : الدليل التطبيقي للتربية على حقوق الإنسان وممارسة الديمقراطية ، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم إدارة التربية ، تونس المنظمة ، 2008 .
5. نوال ابراهيم شلتوت ، محسن محمد حمص : طرق وأساليب التدريس في التربه البدنيه والرياضه "ط1" دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر الاسكندريه ، 2008 .
6. يسريه عبد الغنى أحمد عبيد : تقويم الأنشطة الرياضية بكليات التربية النوعية في جمهورية مصر العربية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 1998 .
7. يونيسيف : عالم عربي جدير بالأطفال ، دراسة حول واقع الطفولة في الدول العربية ، ط1 ، القاهرة، دار الشروق، 2005 .
8. Benicia, D-as, " A study of persevere teachers" aptitudes toward human rights and .
9. <http://www.ze.com/eer/articles.php?action=showQid=141> .

برنامج تدريبي مقترح لتنمية عنصر السرعة وأثره على  
تحسين المستوى الرقي لسباحة 100 متر زحف على البطن

\* د: أسامة سالم محمد الشريف

\*\* د: سميحة علي سالم الصقري

\*\*\* وليد علي المرغني

**المقدمة ومشكلة البحث وأهميته :** تعتبر السباحة من الأنشطة الرياضية ذات التأثير الفعال على كفاءة وحيوية أجهزة الجسم ، حيث تكسبه اللياقة البدنية العالية ، لأن ممارستها تختلف عن سائر الأنشطة الرياضية ، حيث اختلاف وضع الجسم أثناء الأداء ، كما أنها تتم في وسط مغاير وما يتبع ذلك من اختلاف في درجة الحرارة والرطوبة والضغط والكثافة وغير ذلك.

والتدريب الرياضي عملية تربوية تخضع للأسس والمبادئ العلمية ، وتهدف إلى الوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية ، والتي تسمح به قدراته واستعداداته ، ولكي يتحقق هذا يجب التدريب لتنمية وتحسين القدرات البدنية الخاص بنوع النشاط الرياضي الممارس ، حيث أن النشاط التخصصي للفرد هو الذي يحدد نوعية الصفة البدنية الضرورية التي يجب تميئها وتطويرها ، والتي ترفع من قدرته على إنجاز العمل المكلف به بكفاءة عالية مع تأخير ظهور التعب. (6: 28-29) :7: 80-172-81 (8: 36-38).

ولما كانت ساحة المنافسات تتطلب الأداء المستمر بالسرعة القصوى على طول مسافة السباق ، وبملاحظة نتائج السباحين العرب ومقارنتها بالسباحين العالميين نجد أن هناك انخفاض في الأرقام ، وأن ذلك لا يمدق ف جميع مراحل السباق ويرجع ذلك إلى هبوط معدل السرعة خاصة كلما تقدمت مراحل السباق مما يدل على انخفاض مستوى السرعة ، وكثيراً ما يؤدي إلى إخفاق السباحين في تحقيق المستويات المتوقعة لهم ، وهذا ما يزيد من أهمية دراسة تنظيم السرعة والتي يعتبر هو المؤشر الحقيقي لها. (1: 40) .

حيث يشير محمد صبحي حسانين (1979) ، أن عنصر السرعة هو أحد الأسباب الرئيسية للفوز في منافسات السباحة ، وذلك لأنه يعني قدرة الفرد على المحافظة على مستواه بعمل عالي من السرعة طيلة فترة التنافس ، وهذا العنصر أساسي للفوز في كثير من اللقاءات خاصة عندما تتساوى قدرات المتنافسين. (9: 273) . وسباحة الزحف على البطن إحدى طرق السباحة التبادلية التي تستخدم فيها حركات الذراعين الناعمة وضربات الرجلين التبادلية المستمرة لإنتاج القوة اللازمة للتقدم خلال الوسط المائي ، إلى جانب نجاح السباح في أداء التداخل الحركي بين الأجزاء التي تشتمل عليها مسافة السباحة مما يساعد على رفع مستوى السباح فنياً وروحياً. (5: 13) (169-171)

ومن منطلق ممارسة الباحث في مجال السباحة لاعباً ومدرباً وعضواً لهيئة التدريس ، ظهرت أمامه مشكلة تستحق منه الدراسة وبذل الجهد والوقت ، حيث تتبلور تلك المشكلة في ضعف المستوى الرقي لسباحي 100 متر زحف ، وهذه المشكلة ليست وليدة الصدفة ولكنها تؤرق الباحث منذ أن كان لاعباً ، ومن خلال قراءات الباحث في مجال تخصصه ودراسته وعمله تولدت لديه فكرة إمكانية تحسين المستوى الرقي لسباحي 100 متر زحف على البطن عن طريق وضع برنامج تدريبي مقترح لتنمية عنصر السرعة ، حيث يمكن الإسهام الجاد في رفع المستوى الرقي المحلي الليبي ، وبذلك يمكن الوقوف جنباً إلى جنب مع المستويات العربية والأفريقية والدولية عن طريق تقديم النموذج الأمثل لسباحي 100 متر زحف على البطن.

#### أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على كل من :

1. السرعة والمتغيرات الكينماتيكية ( الزمن - السرعة - العجلة).
2. المستوى الرقي لسباحة 100 متر زحف على البطن.

**فروض البحث :** لتوجيه العمل في إجراءات البحث وتحقيقاً لأهدافه وضع الباحث الفروض الآتية :-

1. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في عنصر السرعة والمتغيرات الكينماتيكية ( الزمن - السرعة - العجلة ) للمقاطع الأربعة لصالح القياس البعدي.
2. توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في المستوى الرقي لسباحة 100 متر زحف على البطن لصالح القياس البعدي.

#### التعريف بأهم المصطلحات المستخدمة في البحث :

**السرعة :** " القدرة على إنجاز حركة أو حركات متكررة في أقل زمن ممكن " ( 2: 148 ) .

**العجلة :** " معدل تغيير السرعة بالنسبة للزمن " ( 15 : 10 ) .

#### سباحة الزحف على البطن :

" عملية التقدم في الماء عن طريق القوى المحركة الناتجة من خلال حركات الشد والدفع بالذراعين والضرب بالرجلين " ( 14 : 105 ) .

#### الدراسات السابقة :

دراسة لبلي عالمنم علي، وفاطمة محمد مصباح (1989) : (12) وعنوانها " تأثير برنامج مقترح لتنمية التحمل والسرعة على تحسين مستوى الأداء المهاري لطالبات الصف الرابع بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة في السباحات المقررة " .وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج مقترح لتنمية التحمل والسرعة على تحسين مستوى الأداء المهاري لطالبات الصف الرابع في السباحات المقررة ، حيث أستخدم المنهج التجريبي على عينة مكونة من (40) طالبة تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين في كل

من الطول والوزن والسن والمستوي المهاري ، وكان من أهم نتائج هذه الدراسة أن للبرنامج المقترح لتنمية التحمل والسرعة تأثيراً إيجابياً على تحسن مستوى الأداء المهاري في السباحات المقررة من حيث زيادة المسافة للسباحات الثلاث وكذلك السرعة في السباحات الثلاث ، وتحسين أداء سباحة الزحف على الظهر ، بينما لم يكن للبرنامج تأثيراً إيجابياً على تحسين أداء كل من سباحة الزحف على البطن وسباحة الصدر .

**دراسة عصام أحمد حلمي (1990) : (4)** وعنوانها " أثر تشكيل طريقتين لحمل التدريب باستخدام مرحلة التعويض الزائد على تحمل السرعة للسباحين الناشئين ". وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على أثر كل من طريقتي تشكيل حمل التدريب باستخدام التكرارات ذات المسافات المتزايدة ، وكذلك استخدام التكرارات ذات المسافات المتساوية على تحمل السرعة للسباحين الناشئين ، وكذلك التعرف على تطور المستوى الرقي لسباحي 100 متر حرة و 200 متر متنوع ، كما استهدفت أيضاً التعرف على محددات ظاهرة الوصول للحالة الفسيولوجية للسباح عند مرحلة التعويض الزائد وذلك في الفترة الإعدادية الأولى والثانية للسباحين الناشئين على عينة مكونة من (12) سباحاً من سباحي نادي هيلوبولس الرياضي من الناشئين تتراوح أعمارهم بين (12 - 13) سنة ، حيث استخدم المنهج التجريبي ، وكان من أهم نتائج الدراسة تشكيل التدريب باستخدام مرحلة التعويض الزائد بطريقة التكرارات ذات المسافات المتزايدة أفضل من تشكيله بطريقة التكرارات ذات المسافات المتساوية على تنمية صفة تحمل السرعة للسباحين الناشئين (12 ، 13) سنة ، كما أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين سباحي مجموعتي البحث مما يدل على أن كل من طريقتي التدريب قيد الدراسة لها نفس التأثير على التقدم بالمستوى الرقي في سباحة 100 متر وحدة ، و 400 متر متنوع للسباحين الناشئين من (12 ، 13) سنة ، وأن الحالة الفسيولوجية لهؤلاء السباحين تصل إلى مرحلة التعويض الزائد عند وصول معدل النبض خلال فترات الراحة بين تكرارية الأداء إلى 100 ، 200 نبضة دقيقة خلال المرحلة الإعدادية الأولى ، ووصول النبض إلى 120 ، 140 نبضة / دقيقة خلال المرحلة الإعدادية الثانية.

**دراسة سامية غانم ، وكارم متولي (1991) : (3)** وعنوانها " أثر استخدام برنامجين مختلفين لتنظيم السرعة على المستوى الرقي لسباحي الزحف على البطن ". وتهدف هذه الدراسة إلى المقارنة بين أسلوبي التدريب باستخدام السرعة المرتفعة تليها السرعة المنخفضة ، السرعة المنخفضة تليها السرعة المرتفعة على المستوى الرقي للسباحات الناشئات في سباحة الزحف على البطن على عينة مكونة من (16) سباحة ثم تقسيمهم إلى مجموعتين ، حيث استخدم المنهج التجريبي ، وكان من أهم نتائج هذه الدراسة أن استخدام أسلوب تدريب السباحين والسباحات بالسرعات المختلفة ، وأسلوب التدريب باستخدام السرعة المنخفضة تليها السرعة المرتفعة له تأثير إيجابي عن الأسلوب الآخر ، أسلوب التدريب المستخدم لا تظهر نتائج قبل ثمانية أسابيع.

**دراسة محمد محمود محمد مصطفى (1992) : (11)** وعنوانها "تحمل السرعة وعلاقته بزمن المقاطع لسباحي المستويات العالية ". وتهدف هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين تحمل السرعة وزمن المقاطع لسباحي المستويات العالية كذلك تحديد العلاقات بين أزمنة المقاطع والمستوى الرقي والعلاقة بين بعض المتغيرات الفسيولوجية لسباحي المستويات العالية على عينة مكونة من (32) سباح شاركوا في نهاية بطولة الجمهورية الشتوية لعام 1991 م حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وكان من أهم نتائج هذه الدراسة أنه توجد علاقة إيجابية دالة إحصائية بين تحمل السرعة وزمن المقاطع لسباحي المستويات العالية كما توجد علاقة إيجابية دالة إحصائية بين أزمنة المقاطع والمستوى الرقي لسباحي المستويات العالية ، كما أنه توجد علاقة إيجابية دالة إحصائية بين بعض المتغيرات الفسيولوجية والمستوى الرقي لسباحي المستويات العالية.

#### إجراءات البحث :

**منهج البحث :** استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة ، حيث يعتبر المنهج الملائم لطبيعة وظروف هذا البحث .  
**عينة البحث :** تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من سباحي منتخب طرابلس وعددهم (12) سباحاً من إجمالي مجمع البحث والذي يتكون من (40) سباحاً من ثلاثة أندية بنسبة (30%) والمشاركين في بطولة السباحة التي أقيمت في منطقة طرابلس عام 2016 م .  
وقد قام الباحث بإجراء التجانس لأفراد العينة في المتغيرات الأساسية ( الطول - الوزن - السن) وكذلك اختبار البحث (25 م لقياس عنصر السرعة) ، وكذلك المستوى الرقي لسباحة 100 م زحف .

#### جدول ( 1 )

##### توزيع أعداد عينة البحث على الأندية

ت	أسم النادي	إجمالي مجمع البحث	عدد أفراد العينة	النسبة المئوية
1	نادي جنزور البحري	11	3	27.24%
2	الشهيد إبراهيم التريكي	13	4	30.61%
3	نادي باب البحر	16	5	31.10%
6	المجموع	40	12	30%

تم إجراء التجانس لأفراد العينة في المتغيرات الأساسية ( الطول ، الوزن ، السن ) وكذلك اختبار البحث ( 25 م لقياس عنصر السرعة ، المستوى الرقي لسباحة 100 م زحف على البطن ) والجدول التالي يوضح تجانس عينة البحث في المتغيرات قيد الدراسة .

جدول ( 2 ) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد الدراسة

ن = 12

المتغيرات	المعالجات الإحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
الطول	163.2	8.11	163.2	0	0
الوزن	63.4	8.41	63.4	-0.81	-0.81
العمر	15.61	2.47	15.61	0.64	0.64
25 م (سرعة)	17.44	1.08	17.44	1.04	1.04
100 م (المستوي الرقي)	79	5.16	79	-0.31	-0.31

يتضح من نتائج جدول (2) أن قيمة معامل الالتواء لجميع متغيرات البحث تقع ما بين القيمة (  $3 \pm$  ) ، مما يدل على أن أفراد عينة البحث متجانسة في جميع المتغيرات ، وأن توزيع العينة يخضع للمنحنى لاعتدالي .

#### الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :

لجمع بيانات هذه الدراسة استعان الباحث بالأدوات والأجهزة التالية :

1. جهاز الرستاميتير لقياس الطول ( لأقرب سنتيمتر).
2. ميزان طي لقياس الزمن ( لأقرب كيلو جرام).
3. ساعة إيقاف لقياس الزمن ( لأقرب 0.01 من الثانية).
4. لوحات ضربات الرجلين استخدمت خلال الوحدات التدريبية.
5. بطاقات نتائج البطولة.

#### الاختبارات المستخدمة في البحث :

- أ- اختبار ( 25 م لقياس عنصر السرعة).
- ب- قياس المستوى الرقي لسباحة 100 م زحف.

#### الدراسات الإستطلاعية :

##### 1. الدراسة الإستطلاعية الأولى :

قام الباحث بإجراء دراسة إستطلاعية يوم الأحد بتاريخ 17 / 07 / 2016 م على عينة مكونة من (5) سباحين من خارج عينة البحث وذلك بهدف إجراء معاملي الثبات والموضوعية .

جدول ( 3 ) معاملي الثبات والموضوعية لاختبار البحث ن = 5

الاختبار	معاملي الثبات	معاملي الموضوعية
25 م ( سرعة )	72.61	70.12

2. **الدراسة الاستطلاعية الثانية:** قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية ثانية يوم الأحد بتاريخ 24 / 07 / 2016 م على عينة مكونة من (5) سباحين من خارج أفراد عينة البحث وذلك بهدف التعرف على الآتي :-

- ملائمة مكان تنفيذ البرنامج .
- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في القياس .
- التأكد من ملائمة الاختبار المختار لأفراد عينة البحث .
- تحديد الزمن المناسب لتطبيق الاختبار وكذلك الوحدات التدريبية .
- تحديد الشدة والحجم والتكرار للتمرينات المستخدمة .
- تجريب بعض وحدات البرنامج لمعرفة مدى مناسبتها لأفراد العينة .
- تدريب الأيدي المساعدة .

**البرنامج التدريبي المقترح :** من خلال ما توفر لدى الباحث من مراجع علمية ودراسات سابقة بالإضافة إلى ما توصل إليه من مناقشات ومقابلات شخصية مع بعض العاملين في هذا المجال ، وكذلك من خلال ممارسته لمجال السباحة لاعباً ومدرباً ومحاضراً " عضواً لهيئة التدريس بجامعة طرابلس " ، قام بإعداد البرنامج التدريبي المقترح ، وقد استند في وضع محتوى الوحدات التدريبية المقترحة على ما أشار إليه محمد صبحي حسنين (1973) ، وكذلك علي محمد زكي ، أسامة كامل راتب (1982) ، ودراسة علي فهمي البيك (1984) ، وأبو العلاء عبد الفتاح (1994).

## أسس البرنامج التدريبي المقترح :

- استخدم الباحث طريقة التدريب المختلط باستخدام ثلاث طرق تدريب .
- عند إعطاء الجرعات الخاصة بتسمية عنصر السرعة تطبق طريقة المسافات الزائدة .
- تزداد مسافات التكرارات بمقدار 25 م في بعض التدريبات وبمقدار 50 م في البعض الآخر .
- تناسب فترات الراحة مع الحجم والشدة لا تسمح بعودة نبضات القلب إلى الحالة الطبيعية ، والعمل سيكون قاصراً على الارتقاء فقط بإنتاج الطاقة اللاهوائية المحددة .
- تتراوح شدة التدريبات من 80 % - 100 % حسب نوعية التدريب .
- عدد التكرارات تتناسب مع شدة التدريب وتتراوح من 1 - 6 تكرارات .
- يتم كل أسبوع قياس المسافات التدريبية المستخدمة في بناء تكرارات المجموعات التدريبية الخاصة بتسمية عنصر السرعة لحساب نسبة شدة الأداء ( 80 - 100 % من أقصى شدة) الخاصة بهذه التكرارات ، وذلك لتطوير سرعة أداء التدريبات وفق اكتساب الفورمة الرياضية .
- مدة التدريب : أجريت العديد من الدراسات لتحديد أنسب فترة يمكن خلالها تنمية عنصر السرعة حيث يذكر " ديك Dick" (1980) ، أنه حقق نتائج معنوية بعد فترة ثمان أسابيع وبذلك أختار الباحث فترة ثمانية أسابيع تدريب متصلة لتنمية عنصر السرعة .

تطبيق البرنامج التدريبي المقترح : قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح لمدة ثمانية أسابيع في الفترة من يوم الأحد 2016/7/31 ف إلى يوم الأربعاء 2016/8/31 / 2016 م وذلك بحوض السباحة بمنطقة عين زارة بطرابلس حيث كانت مواصفات الحوض كآتي :-

- حوض مفتوح بطول (25) متر وعرض (8) أمتار .
  - درجة حرارة الماء تتراوح من ( 25 - 28 ) درجة مئوية .
- وقد تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح بواقع أربعة وحدات تدريبية في الأسبوع ، أيام الاحد والاثنين والأربعاء والخميس ، واحتوى البرنامج المقترح على (16) وحدة تدريبية ، وكان زمن الوحدة التدريبية (ساعة ونصف) مقسمة على ثلاث أجزاء وهي الإحماء المائي ، الجزء الرئيسي ، الجزء الختامي .

جدول ( 4 ) نموذج لوحدة تدريبية يومية باستخدام طريقة التدريب المختلط

طريقة التدريب	شدة التمرين	فترة الراحة	حجم التمرين	أجزاء الوحدة التدريبية
الحمل المستمر	40%	-	600 متر إحماء	الجزء التمهيدي
تدريب فترتي مرتفع الشدة	80%	90 / ث	6 × 100 متر سباحة حرة	الجزء الرئيسي
تدريب فترتي مرتفع الشدة	80%	60 / ث	8 × 50 متر رجلين	
تدريب فترتي مرتفع الشدة	80%	60 / ث	8 × 50 متر ذراعين	
تدريب المسافة الزائدة	80%	45 / ث	6 × 150 متر سباحة حرة	
تدريب تكراري	100%	3 / ق	2 × 100 متر سباحة حرة	الجزء الختامي
-	-	-	200 متر سباحة سهلة	
مجموع المسافة المسبوحة				3300 متر

## المعالجات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- "ت" الفرق T.Test.
- تحليل التباين التكراري Repeated Anova.

## مناقشة نتائج البحث :

أولاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول :

جدول ( 5 ) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ( ت ) الفرق بين القياسين القبلي والبعدي في أزمنة المقاطع الأربعة

قيمة ت الفرق	الفرق بين المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
		± ع	س	± ع	س	
2.103	0.413	1.291	17.130	1.326	18.119	زمن المقطع الأول
2.319	0.306	1.423	19.028	1.610	20.113	زمن المقطع الثاني
*3.327	0.71	1.540	21.215	1.703	23.010	زمن المقطع الثالث
*3.613	3.901	4.098	26.273	4.312	27.977	زمن المقطع الرابع

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05 = 2.201$  .

يتضح من الجدول (5) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في أزمنة المقطعين الثالث والرابع لصالح القياس البعدي حيث كانت قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05$  .

جدول (6) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في السرعة للمقاطع الأربعة

قيمة ت الفروق	الفرق بين المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
		ع ±	س	ع ±	س	
2.013	0.034	0.138	1.477	0.209	1.511	زمن المقطع الأول
1.191	0.061	0.112	1.198	0.231	1.397	زمن المقطع الثاني
0.312	0.034	0.098	1.173	0.227	1.193	زمن المقطع الثالث
*4.198	0.152	0.123	1.104	0.210	1.870	زمن المقطع الرابع

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05 = 2.201$  .

يتضح من بيانات جدول (6) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في سرعة المقطع الرابع لصالح القياس البعدي ، حيث كانت قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05$  .

جدول (7) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في عجلة المقاطع الأربعة

قيمة ت الفروق	الفرق بين المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
		ع ±	س	ع ±	س	
1.203	0.017	0.110	0.068	0.033	0.092	زمن المقطع الأول
0.114	0.021	0.092	0.054	0.057	0.105	زمن المقطع الثاني
0.316	0.005	0.041	0.080	0.027	0.087	زمن المقطع الثالث
*4.107	0.010	0.023	0.076	0.083	0.065	زمن المقطع الرابع

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05 = 2.201$  .

يتضح من بيانات جدول (7) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في عجلة المقطع الرابع لصالح القياس البعدي ، حيث كانت قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05$  .

جدول (8) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لاختبار السرعة

قيمة ت الفروق	الفرق بين المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
		ع ±	س	ع ±	س	
*4.078	0.94	1.11	16.19	1.32	17.12	اختبار 25م سرعة

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05 = 2.201$  .

يتضح من بيانات جدول (8) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في اختبار السرعة ، حيث كانت قيمة ت الجدولية دالة عند مستوى معنوية  $0.05$  ، ويرجع ذلك إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح .

كما يتضح من نتائج جدول (5) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في أزمنة المقطعين الأول والثاني بالرغم من وجود فروق بين المتوسطات إلا أنها غير دالة إحصائية ، كما توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في أزمنة المقطعين الثالث والرابع ، ويرجع الباحث هذه الفروق إلى فاعلية وتأثير البرنامج التدريبي المقترح . حيث يشير عصام عبد الخالق (1990) ، ومحمد حسن علاوي (1992) إلى أن استخدام طريقة التدريب الفترى المرتفع الشدة والتكراري تهدف إلى تنمية عنصر السرعة .

(5: 152 – 160) (8 : 222) .

ثانياً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني :

جدول (9) تحليل التباين وقيمة " ف " للقياسات القبلية في أزمنة المقاطع الأربعة

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة " ف "
بين المجموعات	71.226	4	297.123	
داخل المجموعات	361.094	63	6.712	*39.475
المجموع الكلي	432.320	67		

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05 = 2.82$  .

يتضح من الجدول (9) أن تحليل التباين للقياسات القبليّة لأزمة المقاطع الأربعة دال إحصائياً عند مستوى 0.05 ، وهذا يعني أن هناك فروقاً بين أزمنة المقاطع الأربعة

جدول (10) تحليل التباين وقيمة " ف " للقياسات القبليّة في سرعة المقاطع الأربعة

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة " ف "
بين المجموعات	1.904	3	0.629	
داخل المجموعات	0.715	43	0.035	*28.713
المجموع الكلي	2.619	46		

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى  $0.05 = 2.82$  .

يتضح من الجدول (10) أن تحليل التباين للقياسات القبليّة في سرعة المقاطع الأربعة دال إحصائياً عند مستوى 0.05 ، وهذا يعني أن هناك فروقاً بين سرعة المقاطع الأربعة .

جدول (11) تحليل التباين وقيمة " ف " للقياسات البعديّة في أزمنة المقاطع الأربعة

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة " ف "
بين المجموعات	311.129	3	98.711	
داخل المجموعات	179.141	46	2.841	*36.12
المجموع الكلي	490.270	49		

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى  $0.05 = 2.82$  .

يتضح من الجدول (11) أن تحليل التباين للقياسات البعديّة لأزمة المقاطع الأربعة دال إحصائياً عند مستوى 0.05 ، وهذا يعني أن هناك فروقاً بين أزمنة المقاطع الأربعة .

جدول (12) تحليل التباين وقيمة " ف " للقياسات البعديّة في سرعة المقاطع الأربعة

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة " ف "
بين المجموعات	1.317	3	0.421	
داخل المجموعات	0.619	42	0.029	*38.017
المجموع الكلي	1.936	45		

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى  $0.05 = 2.82$  .

يتضح من الجدول (12) أن تحليل التباين للقياسات البعديّة في سرعة المقاطع الأربعة دال إحصائياً عند مستوى 0.05 ، وهذا يعني أن هناك فروقاً بين سرعة المقاطع الأربعة . كما يتضح من نتائج الجداول (10 ، 11 ، 12) وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي للمتغيرات الكينماتيكية ( الزمن – السرعة ) بين كل مقطع وآخر حيث كانت قيمة " ف " دالة إحصائياً حيث يذكر تورب وريس (1983) ، أن تنمية السرعة عند السباحين يحتاج إلى السباحة بطريقة مجموعات بسرعة السباق وكذلك استخدام السرعة المتنوعة .

ويتفق كونسلمان (1976) مع هي (1978) أن معدل تزايد السرعة والسرعة القصوى يبدآن على السرعة . ولأنك قام الباحث بتقسيم مسافة السباحة 100 متر إلى أربعة مقاطع وقام بتحليل السرعة للسباح ويتفق ذلك مع ما أشار إليه بوير إلى أن منحنيات السرعة تعطي معلومات عن ميكانيكية الحركة ، وأن تحليل العلاقة بين المقاطع الأربعة تسهم في تغيير سرعة السباح ، أي أن مقدار التغيير يوضح مدى فاعلية الحركة ، كذلك معرفة السرعة القصوى للسباح .

#### أولاً : الاستنتاجات : في حدود مجتمع البحث والأدوات المستخدمة وفي ضوء الأهداف ونتائج التحليل الإحصائي أمكن للباحث التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

- 1- أدى البرنامج التدريبي المقترح إلى تحسين عنصر السرعة وقد ظهر ذلك من خلال :
  - وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات الكينماتيكية (الزمن – السرعة) للمقاطع الأربعة لصالح القياس البعدي .
  - وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في اختبار السرعة وذلك لصالح القياس البعدي .
- 2- أدى البرنامج التدريبي المقترح إلى تحسين المستوى الرقمي لسباحة 100 متر زحف وذلك لوجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي في المستوى الرقمي لسباحة 100 متر زحف لصالح القياس البعدي .
- 3- استخدام الباحث لطريقة التدريب المختلط في البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى تحسين كل من عنصر السرعة والمستوى الرقمي لسباحة 100 متر زحف .

#### ثانياً : التوصيات : عتادا على النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة يوصى الباحث بالآتي :-

- 1- استخدام البرنامج التدريبي المقترح بطريقة التدريب المختلط حيث أدى إلى تحسين كل من السرعة والمستوى الرقمي لسباحة 100 متر زحف على البطن .
- 2- الاهتمام بالتدريب على زيادة السرعة في الجزء الأخير من مسافة الخمسين متر الأولي (المقطع الثاني) ، وكذلك الجزء الأخير من الخمسين متر الثانية ، لما لها من تأثير على زمن سباحة 100 متر زحف .
- 3- الاهتمام باستخدام تدريبات السباحة المجزأة بالسرعة المتغيرة Fartlik في تدريب مقاطع السباحة .
- 4- إجراء دراسات مماثلة ولكن باستخدام طرق تدريب أخرى ومقارنة نتائجها بنتائج هذه الدراسة .
- 5- توجيه نتائج هذه الدراسة إلى العاملين في مجال التدريب لإمكانية الاستفادة من هذه النتائج .
- 6- توسيع قاعدة اللعبة من خلال إنشاء حمامات للسباحة .



## المراجع العربية :

- 1- أسامة كامل راتب : مقارنة بين السباحين العالميين والمصريين في تنظيم السرعة لمسابقات السباحة ، بحث منشور ، مجلة التربية الرياضية ، المجلد الثالث ، العدد الخامس والسادس ، أغسطس 1986م.
- 2- بسطويسي أحمد بسطويسي : أسس ونظريات التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 م .
- 3- سامية غانم وكارم متولي : أثر استخدام برنامجين مختلفين لتنظيم السرعة على المستوى الرقي لسباحي الزحف على البطن ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، العدد الثاني عشر ، القاهرة ، 1991 م .
- 4- عصام أحمد حلمي : أثر تشكيل طريقتين لحمل التدريب باستخدام مرحلة التعويض الزائد على تحمل السرعة للسباحين الناشئين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، 1990 م .
- 5- عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي ، دار المعارف ، القاهرة ، 1990 م .
- 6- علي بن صالح الهرهوري : علم التدريب الرياضي ، الطبعة الأولى ، منشورات جامعة بنغازي ، 1994 م .
- 7- محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، الطبعة الأولى ، دار المعارف ، القاهرة ، 1979 م .
- 8- محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، الطبعة الثانية ، دار المعارف ، القاهرة 1992 م .
- 9- محمد صبحي حسنين : التقويم والقياس في التربية البدنية ، الجزء الأول ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، 1987 م .
- 10- محمد مجدي حسن منصور : أثر قوة كل من الذراعين والرجلين علي السرعة في الطرق المختلفة للسباحة ، رسالة دكتوراه ، المكتبة المركزية بكلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة ، 1980 م .
- 11- محمد محمود محمد مصطفي : تحمل السرعة وعلاقته بزمن المقاطع لسباحي المستويات العالية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة ، جامعة حلوان ، 1992 م .
- 12- ليلى عبد المنعم وفاطمة محمد مصباح : تأثير برنامج مقترح لتنمية التحمل والسرعة على تحسين مستوى الأداء المهاري لطلبات الصف الرابع بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة في السباحات المقررة ، المؤتمر العلمي الأول ، 1989 م .
- 13- نبيلة لبيب محمود : التحليل الكمي لحركات الذراعين والرجلين في سباحة الزحف ، دراسات وبحوث ، جامعة حلوان ، المجلد الرابع ، العدد الرابع ، 1981 م .
- 14- نبيل العطار وعصام حلمي : مقدمة في الأسس العلمية للسباحة ، دار المعارف ، القاهرة ، 1977 م .
- 15- هدي محمد طاهر : تأثير تنظيم السرعة علي المستوى الرقي 100 متر حرة ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 1990 م .

## تقييم محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية في تنمية القيم بمرحلة التعليم الأساسي " بلينا"

\* د / عبدالقادر أحمد البصاص

\*\* د / هشام القمودي الحافي

\*\*\* د / إبراهيم أبو زيد النويهي

**مقدمة:** تتواجه المجتمعات المتقدمة والنامية على حد سواء في بداية الألفية الثالثة كثيراً من التحديات، أخطرها ظاهرة العولمة وما يصاحبها من تداعيات سواء على الصعيد التنمية الاجتماعية، أو الاقتصادية، أو السياسية، أو الثقافية، أو على صعيد ترسيخ القيم والتي يأتي على رأسها تعزيز قيم الانتماء، والولاء، والهوية الوطنية للمجتمع، والتسامح، والمشاركة في الحياة السياسية وغيرها ولقد أدت التغيرات التي شهدتها العالم في العقود الأخيرة من القرن المنصرم إلى زيادة الاهتمام بتنمية القيم لدى الأفراد باعتبارها صام أمان لتماكس النسيج المجتمعي للدول والشعوب من خلال تزويد الأفراد بالمعارف والقيم والاتجاهات الاجتماعية والسياسية والأخلاقية التي تساعدهم على التكيف مع هذه التغيرات ومواجهة تحدياتها في ضوء الخصوصية المجتمعية لكل دولة وشعب.

يؤكد شعبان إبراهيم ونادية إبراهيم (2001) أن تنمية القيم لدى الطلبة تعد من أهم السبل لمواجهة تحديات القرن الحادي والعشرين، وهي قضية أمن قومي، ونوع من التربية الوقائية، إذ أصبح مجال التنافس بين الدول المتقدمة يتعدى قضايا التقدم الصناعي وغزو الفضاء إلى التنافس في مجال إصلاح التعليم وتطوير مناهجه باعتباره المدخل للقرن الحادي والعشرين. إذ إن إكساب القيم يعد الركيزة الأساسية للمشاركة الإيجابية والفعالة في التنمية الاجتماعية، أو الاقتصادية، أو السياسية، وذلك بهدف تطوير معارف النشء بالأمور الاجتماعية، والسياسية، وتنمية الإحساس بالواجب نحو المجتمع المحلي والدولي. (2: 3-2)

وتلعب الدراسات الاجتماعية بفروعها المختلفة التاريخ والجغرافيا والتربية الوطنية والتربية المدنية دوراً مهماً في تنمية قيم المواطنة لما تتضمنه من معلومات عن النظم السياسية، ومؤسسات الدولة، وال حقوق، والواجبات الوطنية، بالإضافة إلى مجموعة من القيم كالانتماء والولاء لله ثم للوطن، والشورى، والتعايش مع الآخرين، والعدالة الاجتماعية وغيرها.

وتعد مناهج التربية المدنية إحدى مناهج الدراسات الاجتماعية من الوسائل البناءة التي تسهم في تنمية القيم لدى الناشئة، وذلك من أجل إيجاد مواطن يجب الوطن ويتفاني في خدمته وبنائه، ويدرك دوره الأخلاقي، والوطني، والقومي، والحضاري، والإنساني، ويبادر بالعمل والفعل والسلوك لممارسة هذا الدور. فهي تربية تتضمن التربية الشخصية والتربية الأخلاقية والقيمية، ودعماً للمكونات المعرفية والوجدانية والسلوكية بحيث تترجم قولاً وسلوكاً لدى (1: 14)

ولقد عملت وزارة التربية والتعليم الليبية على تضمين مناهج التربية المدنية مفاهيم وقيم وحقوق الإنسان بشكل مباشر وغير مباشر الذي تناول المفاهيم والقيم المتعلقة بالمواطنة وحقوق الإنسان وواجباته والعدل والسلام والتعامل مع الآخرين، والتعددية والتسامح... ضمن سلسلة مقررات التربية المدنية التي عرضها بشكل متتابع حسب الفئة العمرية والنمو الذهني والسلوكي للطفل، ولقد أدى غياب بعض القيم وعدم تمثيلها بالشكل المناسب في مناهج التربية المدنية إلى أزمة على الصعيد التربوي، كانت في شكل تضارب وتعارض ما بين مؤيد ومعارض، وانعكست على الصعيد المجتمعي في سيادة قيم التعصب التي تلغي مساحات الحوار وقبول الآخر.

وتسعى المرحلة الأساسية إلى إعداد مواطن يشعر بعقيدته واجتماعيته وقوميته ووطنه، وفيها تتأرجح المشاعر الوطنية، لأن تشكيل شخصيات الطلبة في هذه المرحلة يكون ميسوراً لأهم في بداية مرحلة المراهقة، وهي مرحلة اضطراب نفسي يسهل أثناءها التركيز على بناء شخصياتهم بالطريقة التي يريدها المجتمع والوطن. (75: 6)

ومن خلال العرض السابق لأهمية تنمية القيم عبر مناهج الدراسات الاجتماعية بشكل عام، ومناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية بشكل خاص، والقصور الذي صاحب تأليف وتنفيذ هذه الكتب، وأهمية مرحلة التعليم الأساسي في تشكيل الهوية الوطنية للطلبة، لذا تسعى الدراسة الحالية إلى تقييم محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي.

### أسئلة الدراسة:

- 1- ما القيم المناسبة للمناهج التربوية الوطنية والثقافة المدنية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي؟
- 2- ما مدى توافر القيم بمحتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي؟

### التربية الوطنية:

تعرف التربية الوطنية على أنها "اتناء إيجابي للوطن، وهي عملية نمو وتطور جانب من جوانب شخصية الناشئ، يستطيع من خلالها أن ينمي مجموعة من المعلومات والمفاهيم والاتجاهات والقناعات، وما يرتبط بها من العادات والمهارات والقيم التي تساعد على فهم المجتمع الذي يعيش فيه وأن يؤدي دوره بوعي وخلق وكفاءة ومسؤولية" (3: 166)

وأورد العبد الكريم، والنصار (1426 هـ) تعرف الموسوعة العالمية التربية على القيم:

"بأن ذلك الجزء من المنهج الذي يجعل الفرد يتفاعل مع أعضاء مجتمعه على المستويين المحلي والوطني، ومن أهدافها الظاهرة الإتيان للأمة والتعرف على تاريخ ونظام المؤسسات فيها، ووجود الاتجاه الإيجابي نحو السلطات السياسية والانصياع للأنظمة والأعراف الاجتماعية، والأقناع بقيم المجتمع الأساسية" (10: 115)

ويقصد بالتربية الوطنية في هذه الدراسة: ما يجب أن يتجتم به تلميذ المرحلة الابتدائية من أخلاق حميدة، وقيم إسلامية نبيلة تحمته على كل فضيلة وتنباه عن كل رذيلة، وتعزز في نفسه حبه وولائه لوطنه، والتفاني في خدمة وطنه والحفاظ عليه، إن مادة التربية الوطنية كغيرها من المواد الأخرى لا تقوم إلا على أهداف واضحة ودقيقة. إذ أن تحديد الأهداف لأي عمل تربوي أو غير تربوي يعتبر المحطة الأولى ونقطة الانطلاق للتنفيذ لأن الهدف يعد "بمناسبة البوصلة التي تسيّر في ضوءه العملية التعليمية والتربوية" (4: 27)

والعملية التي لا تنطلق من أهداف محددة هي عملية عشوائية تقترب من الفشل أكثر من قربها من النجاح وفكرة تحديد الأهداف لم تكن فكرة حديثة، بل هي قديمة منذ أن خلق الله الأرض ومن عليها، فالإسلام صاحب السبق في ذلك. فمن يقرأ كتاب الله يجد ذلك واضحاً بين طياته. (47: 23)

يجمع التربويون على أن الهدف العام للتربية علي القيم يتمثل في إعداد المواطن الصالح أو الإنسان الصالح الذي يعرف حقوقه ويؤدي واجباته تجاه مجتمعه . وقد تعرض كثير من التربويين إلى ذكر أهداف تفصيلية للتربية وذلك من منطلقات متعددة تأخذ في عين الاعتبار خصوصية كل مجتمع من حيث العقيدة التي يؤمن بها والفلسفة التي ينطلق منها، والظروف السياسية والاجتماعية والاقتصادية التي يمر خلالها وقد أورد راشد عبد الكريم وصالح النصار (1426 هـ) حسب الموسوعة العالمية للتربية (1985) فإن الأهداف العامة للتربية تتشابه إلى حد كبير في كثير من الدول، حيث تتفق على قائمة من القيم، مثل العدالة والمساواة والسلطة والمشاركة والمسؤولية الشخصية تجاه الصالح العام، وقيم جماعة مثل والخصوصية وحقوق الإنسان . وتوجد قائمة مشابهة تتمثل في الحرية والتسامح والعدل واحترام الحق واحترام العقل. وتوجد قيم أخرى مماثلة مثل حفظ حقوق الإنسان وإيجاد ظروف اجتماعية تمكن الفرد من النمو بشكل حر وإيجاد مؤسسات اجتماعية(116: 15) .

#### أهداف الدراسة:

- 1- إعداد قائمة بالقيم المناسبة لمناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية بمرحلة التعليم الأساسي.
- 2- تحديد مدى توافر القيم بمحتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصفوف بمرحلة التعليم الأساسي

#### أهمية الدراسة:

- تقديم صورة عن واقع محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية بمرحلة التعليم الأساسي في تنمية القيم لدى التلاميذ.
- قد تفيد الدراسة في تطوير أهداف ومحتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية بمرحلة التعليم الأساسي
- قد تساعد الدراسة في عمليات تقييم وإصلاح مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية خاصة في ظل الجدل المستمر حول أهدافها ومحتواها.

#### منهج الدراسة:

استخدم الباحثون منهج تحليل المحتوى لتحليل محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للتعرف على دورها في تنمية القيم ، وبناء قائمة معيارية بالقيم المناسبة في ضوء الخصوصية الليبية.

#### حدود الدراسة:

اقتصرت الدراسة على تقويم محتوى مناهج كتب التربية الوطنية والثقافة المدنية بمرحلة التعليم الأساسي المقررة من قبل وزارة التربية والتعليم بليبيا للعام الدراسي

2014/2013

#### مصطلحات الدراسة:

**تقويم المنهج** " عملية جمع للمعلومات والبيانات والأدلة والشواهد التي تشير بعد حصرها وتحليلها وتفسيرها إلى نواحي القوة والضعف في المنهج القائم " (اللقاني، الجمل، 1996) وقد تبني الباحثان هذا التعريف.

**المحتوى**: جملة المعارف والمفاهيم والتعميمات والمبادئ والنظريات التي يتضمنها المقرر الدراسي والتي يتم اختبارها على نحو معين بهدف اكتساب التلاميذ اتجاهات وقيم وميول معينة.

**التربية المدنية**: تلك التربية التي تهدف إلى تنشئة التلميذ المدرك لحقوقه الملزم بأداء واجباته ، وتنمية المسؤولية الاجتماعية والأخلاقية والنزوع للعمل التطوعي ، والوعي بالنظم السياسية والقيم لديه.

**القيم**: مجموعة القيم التي تعكس الانتماء ، والوعي بالأمور السياسية ، والبيئية، والصحية، والاقتصادية، وحقوق الإنسان ، وضرورة الاحتكام للقانون ، وتعزيز الوحدة الوطنية ، والتسامح مع الآخرين ، واتصافه بالقيم الأخلاقية الحميدة، والمسؤولية الاجتماعية تجاه نفسه وأسرته ومجتمعه.

**الوطنية**: يعرف عدد من الباحثين الوطنية بنسبتها إلى الوطن " وهو مكان إقامة الإنسان ومحل ولادته الذي عليه نشأ وبسائه استظل وعلى أرضه درج " (8 : 41) وتعرف الموسوعة العربية العالمية ( ١٩٩٦ م) الوطنية بأنها: "تعبير قويم يعني حب الفرد وإخلاصه لوطنه الذي يشمل الانتماء إلى الأرض والناس والعادات والتقاليد

والفخر

بالتاريخ

والتفاني في خدمة الوطن ويوحى هذا المصطلح بالتوحد مع الأمة " ( 110 : 38)

ويقصد بالوطنية في هذه الدراسة: كل ما يدور بخلاجات تلميذ المرحلة الابتدائية من حب وانتماء لوطنه، ومجتمعه، والحفاظ على مقدرات الوطن وسلامته، والدفاع عنه.

وتعرفها الدراسة الحالية بأنه: صفة الفرد الذي يعرف حقوقه التي يجب أن يتمتع بها، وواجباته تجاه المجتمع الذي يعيش فيه بما يتحقق وحدة المجتمع واستقراره،

وامتلاكه مجموعة من المعارف والقيم والمبادئ والاتجاهات الاجتماعية والسياسية والأخلاقية والمدنية والوطنية التي تجعله قادراً على التفاعل بإيجابية تجاه مجتمعه ووطنه والعالم الخارجي.

#### الدراسات السابقة:

1- **دراسة حسين عبد الباسط ( 2009 ) (8):** هدفت الدراسة إلى تقويم أهداف ومحتوى مناهج الدراسات الاجتماعية (الجغرافيا) بالمرحلة الإعدادية في ضوء قيم المواطنة ، وقد قام الباحث بإعداد قائمة بقيم المواطنة المناسبة لتحديد مدى توافرها بأهداف ومحتوى مناهج الدراسات الاجتماعية، وقد توصلت الدراسة إلى مراعاة أهداف منهج الدراسات الاجتماعية بالمرحلة الإعدادية لتضمين قيمة عظيمة الخالق وقيمة الولاء للوطن وثقافته وتقاليدها، كما أشارت الدراسة إلى تدني مراعاة أهداف منهج الدراسات الاجتماعية لعدد من قيم المواطنة مثل العدالة والمساواة والانتفاء والمشاركة والتسامح والحرية واحترام الملكية العامة وحب الوحدة الوطنية واحترام القانون والحفاظ على البيئة ونبد العنف ، وبينت الدراسة وجود قصور واضح في مراعاة إجمالي فقرات محتوى منهج الدراسات الاجتماعية بالمرحلة الإعدادية لقيم المواطنة المناسبة لهذه المرحلة.

2- **دراسة سيف شوية ( 2009 ) (17):** هدفت الدراسة إلى التعرف على قيم المواطنة في كل من كتاب التربية المدنية وكتاب المطالعة وكتاب التربية الإسلامية للسنة الأخيرة من المرحلة الإعدادية ، والتعرف إلى اتجاهات هيئة التدريس نحو دور تلك الكتب في ترسيخ قيم المواطنة لدى تلاميذ السنة الأخيرة من المرحلة الإعدادية ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، واستأرة تحليل المضمون، وقام بإعداد استبانة تحتوي على 30 سؤالاً لقياس اتجاه هيئة التدريس نحو دور الكتب في ترسيخ قيم المواطنة، وتوصلت الدراسة إلى ما يلي:

أن مفهوم المواطنة غير وارد نهائياً في كتاب التربية المدنية. هناك فجوة بين قيمة الحقوق والواجبات مما قد يوحي بأن المواطن له حقوق أكثر بكثير من واجباته، وهذا يرسخ فكرة أن المواطن خلق من أجل الحقوق فقط ف يحدث تبعا لذلك الخلل الاجتماعي مما يفسح المجال لانتشار الأناثية واللامبالاة.

أن مبدأ الانتخابات كقاعدة لترسيخ الديمقراطية كانت تكرارها ضعيفة في كتاب التربية المدنية مما يعطي انطباعاً سلباً عن الجانب العملي للديمقراطية ويجعلها لا تخرج عن نطاق الشعارات.

حصلت قيمنا الوطنية والالتقاء على نسبة ضعيفة جداً لترسيخ مبدأ المواطنة.

إن كيفية التفتح على العالم لم يتم توضيحها بدقة مما قد يهدد لانزلاقات خطيرة تمس مستقبل المواطنة والهوية الوطنية والالتقاء.

- اتجاه هيئة التدريس بالإيجاب نحو أن الكتاب يرسخ في التلميذ قيماً متنوعة للمواطنة منها القيم السياسية بالدرجة الأولى تليها القيم الاجتماعية ثم قيم الولاء للوطن.

3- دراسة عابدة أبو غريب (2008)(19): هدفت الدراسة إلى تحديد أوجه القصور بالمنهج الدراسي بالمرحلة الثانوية في تنمية قيم المواطنة لدى الطلاب، وبناء معيار يتضمن أبعاد المواطنة الصالحة الواجب توافرها في مناهج المرحلة الثانوية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، إضافة إلى المنهج التجريبي، وقاما بإعداد استبانة لاستطلاع رأي المعلمين، والموجهين، وعينة من أولياء الأمور حول مدى توافر مقومات المواطنة في المناهج الدراسية للمرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من 150 مستجيباً، وتوصلت الدراسة إلى أن المناهج الدراسية لا تتضمن سوى القليل من المعارف التي تنمي المواطنة، وتحلوا من المواقف التعليمية، والأنشطة التي يمارسها التلاميذ من خلالها سلوكيات ومهارات المواطنة، كما أغفلت المقررات الدراسية بالمرحلة الثانوية معالجة المشكلات المجتمعية، ولا يظهر بالمقررات الدراسية اهتمام بتقديم أنشطة يكتسب التلاميذ من خلال ممارستها سلوكيات المواطنة، وما تستلزمه من واجبات وحقوق، ولم تبرز معظم المقررات الدراسية بالمرحلة الثانوية القضايا العالمية المعاصرة.

4- دراسة علي الجمل (2007)(27): هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى فاعلية وحدة مقترحة بمنهج التاريخ بالمرحلة الإعدادية قائمة على قيم المواطنة في تنمية الوعي بالمسؤولية الاجتماعية والتعايش مع الآخر لدى تلاميذ الصف الثاني الإعدادي، وقد أعدت الدراسة قائمة بقيم المواطنة ذات الصلة بمنهج التاريخ اشتملت على قيم المسؤولية الاجتماعية، الحرية، المساواة، وقام الباحث بإعداد مقياس للوعي بقيمة المسؤولية الاجتماعية وقيمة التعايش مع الآخر، وتكونت عينة الدراسة من 45 تلميذاً، وتوصلت إلى فاعلية الوحدة المقترحة القائمة على قيم المواطنة في تنمية الوعي بالمسؤولية الاجتماعية والتعايش مع الآخر.

5- دراسة بوزيان راضية (2006)(11): هدفت الدراسة إلى التعرف على دور المؤسسة التعليلية في تكوين روح المواطنة لدى تلاميذ المدرسة ببعض إكاليات ولاية عنابة بالجزائر، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، ومنهج تحليل المضمون لبعض الكتب المدرسية، وكانت أدوات الدراسة المقابلة بغرض التعرف على آراء ومواقف المدرسين ومشرفي المواد الاجتماعية حول الموضوع، والاستبيان الذي تضمن (53) سؤالاً على ستة محاور وضعت لتغطي مختلف عناصر العملية التعليمية لقياس أبعاد التعليم التي لها علاقة مباشرة بالمواطنة كهدف تربوي مهم، وطبقت هذه الأداة على عينة من (103) معلم يدرسون ب (31) إكالية عبر كامل ولاية عنابة، وقد خرجت الدراسة بالنتائج التالية:

- إن العلاقة بين المؤسسة التعليمية والمواطنة وثيقة الصلة، انطلاقاً من تنمية الشعور بالالتقاء والمشاركة الإيجابية.
  - يعد الالتقاء من العناصر المشكلة للمواطنة، وبالرغم من ذلك لم ترد إلا بتواتر قليل.
  - إن المواد الاجتماعية هي المواد الأكثر صلة بتكوين روح المواطنة و تساهم بشكل متوسط الفعالية من خلال المكاسب التي تحققها.
- 8- دراسة فايزة بنت محمد أخضر (2005)(32): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى تحقيق أهداف تنمية المواطنة في مناهج تعليم البنات من خلال مقررات المواد التالية ( العلوم الدينية، الدراسات الاجتماعية، اللغة العربية ) للمرحلة الثانوية من حيث احتواء وثيقة السياسة التعليمية في المملكة العربية السعودية للمرحلة الثانوية على أهداف واضحة لفهم المواطنة، و عدد ونسبة الأهداف التي تتضمن مفهوم المواطنة في منهج التعليم في السعودية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وكانت أداة الدراسة الاستبانة بهدف تحليل محتوى المقررات المختارة من وجهة نظر المعلمات والطالبات باستخدام تحليل المحتوى القائم على الفكرة وهي تمثل مفهوماً، أو مهارة، أو قيمة، أما العينة البحثية فقد كانت عينة منتقاة من المعلمات المتخصصات في تدريس المقررات موضوع الدراسة، إضافة إلى عينة عشوائية من طالبات الصف الثالث الثانوي، وتوصلت الدراسة إلى أن المقررات الدراسية غنية بالمعلومات والمفاهيم التي تنمي الوطنية وأنها تحتاج إلى تفعيل خلال التدريس، وكانت الفقرات: تنمية البحث العلمي والوصول إلى المعرفة بطريقة صحيحة، وتنمية المهارات اليدوية والمهنة الحرفية وأهميتها للاقتصاد الوطني، والإسهام في العمل التطوعي، وأساليب تعزيز مشاعر الانتماء للوطني، احترام الملكية الخاصة والعامه، غير واردة في مقررات الاجتماعيات نظراً وليست ممارسة بالشرح والتوضيح.

9-دراسة علي بن محمد الصغير (2003): هدفت الدراسة إلى تحليل محتوى وثيقة المواطنة للصفين الثالث والرابع الابتدائي في المملكة المتحدة، وذلك للتعرف على الاتجاهات السائدة في الوثيقة، والوصول إلى استدلالات واستقرارات واستنبطات صادقة بما تضمنته الوثيقة، وقد توصل الباحث إلى أن تدريس مقررات المواطنة يسعى إلى رفع مستوى التنمية الروحية والأخلاقية والثقافية لدى التلاميذ، وأن تدريس المواطنة يساهم في رفع مهارات الاتصال الأساسية لدى التلاميذ وتنمية مهارات التفكير لديهم، وأن مقرر المواطنة يعمل على إكساب التلاميذ النظام الديمقراطي واحترام الآخر وتنمية قيمة العدل، ويعمل على توعية وتنصير التلاميذ بحقوق الفرد وواجباته في المجتمع، وبني لدى التلاميذ مهارات المشاركة وال تعاون الاجتماعي وتحمل المسؤولية.

#### التعليق على الدراسات السابقة:-

-ركزت بعض الدراسات على تحليل أهداف ومحتوى كتب الدراسات الاجتماعية واللغة العربية والتربية الإسلامية في ضوء قيم المواطنة مثل دراسة حسين عبد الباسط (2009)، ودراسة سيف شوية (2009)، ودراسة فايزة بنت محمد أخضر (2005) تناولت بعض الدراسات تحديد أوجه القصور بالمنهج الدراسي بالمرحلة الثانوية في تنمية قيم المواطنة لدى الطلاب مثل دراسة عابدة أبو غريب (2008) تناولت بعض الدراسات مدى فاعلية وحدة مقترحة بمنهج التاريخ بالمرحلة الإعدادية قائمة على قيم المواطنة في تنمية الوعي بالمسؤولية الاجتماعية والتعايش مع الآخر لدى تلاميذ الصف الثاني الإعدادي مثل دراسة علي الجمل (2007)

هدفت دراسة بوزيان راضية (2006) إلى التعرف على دور المؤسسة التعليمية في تكوين روح المواطنة لدى التلاميذ المدرسة ببعض إكاليات ولاية عنابة بالجزائر. هدفت دراسة وائل العاصي (2004) إلى التعرف على قيم المجتمع المدني المقترحة لتعزيز مقرر التربية المدنية لتلاميذ الصف السادس الأساسي، وتوصلت إلى أن القيم الواردة لا تكفي لسفل شخصية الطفل في هذه المرحلة العمرية.

ركزت دراسة علي بن محمد الصغير (2003) التي هدفت إلى تحليل محتوى وثيقة المواطنة للصفين الثالث والرابع الابتدائي في المملكة المتحدة.

- استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في إعداد الإطار النظري، وبناء أداة الدراسة، وتفسير وتحليل نتائج الدراسة.

- اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في الأماكن التي طبقت فيها حيث أجريت في بيئات مختلفة، والخصوصية التي تميز الشعب الليبي، أما بالنسبة للدراسات فإنها تناولت تحليل كتب التربية المدنية للمرحلة الأساسية، في حين يركز البحث الحالي على كتب التربية والوطنية والثقافة المدنية للصفوف السابع والثامن والتاسع للمرحلة الأساسية، وركزت الدراسات على تقييم كتب التربية المدنية في المرحلة الأساسية من وجهة نظر المعلمين في حين تعتمد الدراسة الحالية على أداة تحليل المضمون.

#### دواعي تنمية المواطنة

حدد مرتجي دواعي تنمية المواطنة لدى الطلبة فيما يلي:

\*الاضطرابات والتقلبات نتيجة لتحديات العولمة وتحدياتها في شتى مجالات الحياة المختلفة، وما نتج عنها من مشكلات اجتماعية، وسياسية، وثقافية، واقتصادية أبرزها ضعف الالتئام، وضياح الهوية الذاتية.

\*انتشار الأفكار الداعية للديمقراطية والمجتمع المدني على كافة المستويات في عصر الألفية الثالثة الذي نعيشه الآن الذي هو عصر الأفراد والمجمعات والجمعيات والمنظمات غير الحكومية

\*بات من الضروري لكافة دولنا أن تتحول طوعاً إلى قيم وممارسات المواطنة الديمقراطية. وهذا كله يستوجب إعداد الأفراد من أجل المواطنة الواعية والمسؤولة، والمشاركة في الحياة السياسية والاجتماعية والاقتصادية، والتنمية الشاملة للمجتمع وبناء وإرساء أسس المجتمع المدني القائم على الأسس الديمقراطية التي تدعو إلى التعددية السياسية، والفصل بين السلطات، واعتماد مبدأ تداول السلطة، وتحقيق العدالة الاجتماعية وغيرها (2009:247).

ويضيف (العامر، 2005) (25) المواطنة وهي:

تزايد المشكلات العرقية والدينية في أقطار كثيرة من العالم وتفجر العنف والإبادة الدموية في عدد من الدول النامية والمتقدمة تقيم محتوى مناهج التربية المدنية للصفوف السابع والثامن والتاسع الأساسي .

الأزمات والتوترات الراضة على أرض بعض البلدان العربية هي المحصلة النهائية من جراء تغيب مفهوم المواطنة والإعلاء من شأن عناوين خاصة على حساب الإطار الوطني العام.

#### أهداف تربية المواطنة:

حدد المحروقي أهداف تربية المواطنة في مساعدة التلاميذ على:

أن يكونوا مواطنين مطلعين وعميقي التفكير يتحلون بالمسؤولية، ومدركين لحقوقهم وواجباتهم.

تطوير مهارات الاستقصاء والاتصال. تطوير مهارات المشاركة والقيام بأنشطة إيجابية ومسؤولية.

تعزيز فهوم الروحي، والأخلاقي، والثقافي، وإن يكونوا أكثر ثقة بأنفسهم.

تشجيعهم على لعب دور إيجابي في مدرستهم وفي مجتمعاتهم وفي العالم. المحروقي (2008)(39)

#### أنواع قيم المواطنة:

حدد مرتجي جوانب تربية المواطنة فيما يلي:

**الالتئام:** حاجة أساسية في أعماق الفرد، وقيم مكتسبة تتضمن ديناميت نشطة ومتشابهة، يتفاعل فيها الفرد مع البيئة التي يعيش فيها تدفعه إلى الدخول في إطار اجتماعي فكري معين تمثل في الانتساب الحقيقي للدين، والوطن، والأسرة، والعمل الجاد الدءوب المخلص من أجل الدين، والوطن، والصالح العام فكراً، وروحاً، وعملاً، وتضحياً، والتزاماً، وثنائاً بالمعايير، والقوانين، والقيم الموجبة التي تعلي من شأنه، وتنهض به.

**الوعي السياسي:** معرفة وإدراك التلاميذ للواقع السياسي والاجتماعي والتنظيمات السياسية.

والأحداث الجارية على المستوى المحلي والعالمي وحقوقهم وواجباتهم السياسية بما يدفعهم للتأثير والمشاركة الفعالة في الحياة السياسية لمجتمعهم على نحو يسهم في ظهور فكرة المواطنة المسؤولة ويحبي المجتمع من الهزات الباخلية ويحقق الاستقرار المجتمعي.

**التسامح:** ويعني احترام الفرد للآخرين، وآرائهم بغض النظر عن الجنس، أو الدين، أو اللغة.

أو الفكر، أو الأيدولوجية، أو الاتجاه السياسي، أو المكائنة الاجتماعية، وقبول الآخر، وتفهمه سواء كان موافقاً، أو مخالفاً لمواقفنا، وهو يعني العفو، والتصالح، والصفح، والمسماحة، والتربية الأخلاقية: عملية تهدف إلى امتلاك التلميذ لمجموعة القواعد والمبادئ الأخلاقية.

الفاضلة، وإكسابه الاتجاهات والمهارات السلوكية الحسنة، وممارستها وفق التعاليم الإسلامية السمحة، ووفق المعايير التي تحظى بالتقدير والاحترام من المجتمع، وتشترك فيها كل مؤسسات التنشئة الاجتماعية

**التربية البيئية:** عملية تهدف إلى إكساب التلميذ القيم والاتجاهات والمهارات والمدرجات لفهم.

العلاقات القائمة بين الإنسان وبيئته بأبعادها المختلفة وما ينتج عن ذلك من قضايا ومشكلات بيئية بحيث يكون لديه القدرة على اتخاذ القرارات نحو الحفاظ عليها وحل مشكلاتها وحسن استغلالها حفاظاً على حياته ورفعاً لمستوى معيشته.

**التربية الصحية:** جميع الخبرات التي تقدمها المدرسة لتلاميذها بغية إكسابهم والتأثير على.

معارفهم واتجاهاتهم وقيمهم وسلوكياتهم الصحية بقصد تحقيق النمو الشامل لهم بما يحقق الصحة والسلامة العامة للفرد والمجتمع من أجل بناء جيل من المواطنين القادرين على العمل والإنتاج.

**التفكير الناقد:** عملية مترابطة متداخلة تخضع لقواعد معيارية ويشتمل على العمليات العقلية.

والاستراتيجيات التي يستخدمها التلميذ ليصدر أحكاماً ويتخذ قرارات تؤدي إلى التفسير والتحليل والتقييم والاستدلال والشرح وتنظيم الذات. (مرتجي، 2009)

كما وحد أبو النور قيم المواطنة في التالي:

تقييم محتوى مناهج التربية المدنية للصفوف السابع والثامن والتاسع الأساسي

**قيمة المساواة:** والتي تنعكس في العديد من الحقوق مثل حق التعليم والعمل والجنسية والمعاملة المتساوية أمام القانون، والاحتكام للقانون لحل المنازعات.

**قيمة الحرية:** والتي تنعكس في العديد من الحقوق مثل حرية الاعتقاد وممارسة الشعائر الدينية، وحرية التنقل داخل الوطن، وحرية التعبير، وحرية تأييد أو الاحتجاج على قضية أو موقف أو سياسة ما، وحرية المشاركة في المؤتمرات واللقاءات ذات الطابع الاجتماعي والسياسي.

**قيمة المشاركة:** والتي تتضمن العديد من الحقوق مثل حق المشاركة في كافة مناشط المجتمع، والمشاركة في أحداث المجتمع.

**القيم الأخلاقية:** وتتضمن هذه القيم تمثل الأخلاق الحميدة عند التعامل مع الآخرين، وظهور هذه الأخلاق في سلوكيات تدعم المواطنة.

**قيمة التسامح:** وتتضمن التسامح مع الآخرين والتقرب منهم.

**الانتماء:** وهو شعور داخلي يجعل المواطن يعمل بحماس وإخلاص للارتقاء بوطنه والدفاع عنه، والحرص على سلامته، وهذا الانتماء لا يتعرض مع الانتماء للأسرة والدين بل تنسجم هذه الانتماءات مع بعضها بعضاً.

**قيمة حب الوحدة الوطنية:** وتمثل في حب كل فئات المجتمع بمختلف انتماءاتهم دون تعصب.

**قيمة المسؤولية الاجتماعية:** وتتضمن العديد من الواجبات مثل واجب دفع الضرائب، وتأدية الخدمة العسكرية، واحترام حرية وخصوصية الآخرين. (أبو النور، 2008)(40)

كما وحد شلي قيم المواطنة فيما يلي:

التمسك بالقيم الروحية والوطنية.

التمسك بالقيم الاجتماعية.

التمسك بالقيم البيئية. (شلي، 2008) (5)

كما وحد عيوري وآخرون قيم المواطنة فيما يلي:

**الانتماء:** وشمل الانتماء الوطني، القومي، الإسلامي، الإنساني.

**الحقوق:** وشملت حق التلاميذ في التعليم، الرعاية الصحية والنفسية، حرية التعبير، المساواة، المعاملة الكريمة، حق الترشح والانتخاب. د. زكي مرتجي و د. محمود الرنتيسي الواجبات والمشاركة المجتمعية: وشملت واجب التلاميذ في الحفاظ على البيئة، احترام القوانين والنظام، الحفاظ على الممتلكات العامة، تقدير قيمة الوقت، احترام العمل، الحفاظ على الوحدة الوطنية، احترام الرموز الوطنية، الدفاع عن الوطن. (عيوري وآخرون، 2005)(33)

**كما وحد المحروقي جوانب تربية المواطنة فيما يلي:**

**-البعد المعرفي / الثقافي:** حيث تمثل المعرفة عنصراً جوهرياً في نوعية المواطن الذي تسعى إليه مؤسسات المجتمع، ولا يعني ذلك بأن الأبي ليس مواطناً يتحمل مسؤولياتته ويدين بالولاء للوطن، وإنما المعرفة وسيلة تتوفر للمواطن لبناء مهاراته وكفاءاته التي يحتاجها. كما أن التربية الوطنية تنطلق من ثقافة الناس مع الأخذ في الاعتبار الخصوصيات الثقافية للمجتمع.

**-البعد المهاري:** ويقصد به المهارات الفكرية مثل التفكير الناقد، والتحليل، وحل المشكلات وغيرها، حيث إن المواطن الذي يتمتع بهذه المهارات يستطيع تمييز الأمور ويكون أكثر عقلانية ومنطقية فيما يقول ويفعل.

**-البعد الاجتماعي:** ويقصد به الكفاءة الاجتماعية في التعايش مع الآخرين والعمل معهم.

**-البعد الوطني:** ويقصد به غرس انتماء التلاميذ لثقافتهم وللمجتمع ولوطنهم.

**-البعد الديني أو القومي:** مثل العدالة والمساواة والتسامح والحرية والشورى.

**-البعد المكاني:** وهو الإطار المادي والإنساني الذي يعيش فيه المواطن، أي ال بيئة المحلية التي يتعلم فيها ويتعامل مع أفرادها، ولا يتحقق ذلك إلا من خلال المعارف والمواظف في غرفة

الصف، بل لا بد من المشاركة التي تحصل في البيئة المحلية والتطوع في العمل البيئي .

وحدد إبراهيم القيم الأساسية للمواطنة في الحرية، الحقوق، المساواة الاجتماعية، الذاتية السياسية، التقييم السياسي، المواطنة الفعالة بين الجنسين. (إبراهيم، 2006)(1)

**وحدها الحبيب فيما يلي:**

**-الانتماء:** هو شعور داخلي يجعل المواطن يعمل بحماس وإخلاص للارتقاء بوطنه وللدفاع عنه ومن مقتضيات الانتماء أن يفخر الفرد بالوطن والدفاع عنه والحرص على سلامته

**-الحقوق:** إن مفهوم المواطنة يتضمن حقوقاً يتمتع بها جميع المواطنين وهي في الوقت نفسه واجبات على الدولة والمجتمع منها حفظ الدين ، حفظ حقوقه الخاصة ، توفير التعليم ، تقديم الرعاية الصحية ، تقديم الخدمات الأساسية ، توفير الحياة الكريمة ، العدل والمساواة، الحرية الشخصية وتشمل حرية التملك، وحرية العمل، وحرية الاعتقاد، وحرية الرأي.

تقديم محتوى مناهج التربية المدنية للصفوف السابع والثامن والتاسع الأساسي

**- الواجبات:** مثل احترام النظام ، التصدي للشائعات المغرضة ، عدم خيانة الوطن ، الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ، الحفاظ على الممتلكات،الدفاع عن الوطن، المساهمة في تنمية الوطن، المحافظة على المرافق العامة، التكاتف مع أفراد المجتمع.

**- المشاركة المجتمعية:** ومن أبرزها الأعمال التطوعية فكل إسهام يخدم الوطن ويترب عليه مصالح دينية أو دنيوية كالتصدي للشبهات وتقوية أواصر المجتمع، وتقديم النصيحة للمواطنين والمسؤولين بجسد المعنى الحقيقي للمواطنة.

5 - **القيم العامة:** وتعني أن يتخلق المواطن بالأخلاق الإسلامية والتي منها: الأمانة، الإخلاص، الصدق، الصبر، التعاضد والتناصح وهذه القيمة تجعل المجتمع مترابطاً ، وتتألف القلوب وتزداد الرحمة فيما بينهم. (الحبيب، 2005)(34)

**ويرى صائغ أن التربية للمواطنة تركز على العناصر الستة التالية وهي:**

التربية الخلقية . التربية الشورية. التربية التقنية والإلكترونية . التربية البيئية. التربية التنموية. تربية السلام والتعايش مع الآخر. (صائغ، 2004) (22)

**وحدد سعد قيم المواطنة في التالي:**

الوعي البيئي. التصرف في المواقف المختلفة. اتخاذ القرار. التفكير العلمي. التعاون. الوعي السياسي.

حب الوطن والوعي بقضاياها. الوعي الاستهلاكي. (سعد، 2004) (20) .

**وحدد النجدي أبعاد مفهوم المواطنة فيما يأتي:**

مفهوم المواطنة وخصائصها. الحقوق والواجبات والحريات العامة. الوعي ببعض المشكلات الاجتماعية المعاصرة. الاعتراف المتبادل بين الأفراد والجماعات والدول. نبذ العنف والتطرف. المشاركة في اتخاذ القرارات. التعاون والعمل الجماعي مع الآخرين. القدرة على التفكير الناقد. (النجدي، 2001) (18)

**أهداف التربية الوطنية في الآتي:**

- (1) تزويد التلاميذ بفهم إيجابي وواقعي للنظام السياسي الذي يعيشون فيه.
- (2) تعليم التلاميذ القيم، وضرورة مشاركتهم في القرارات السياسية التي تؤثر في مجرى حياتهم في البيئة
- (3) فهم التلاميذ لحقوق الأفراد وواجباتهم .
- (4) فهم التلاميذ للنظام التشريعي للقطر الذي يعيشون فيه، واحترام وتقدير القوانين التشريعية .
- (5) التعرف على القضايا العامة الراهنة التي يعاني منها المجتمع الذي يعيش فيه التلاميذ
- (6) فهم التعاون الدولي بين المجتمعات المختلفة والنشاطات السياسية الدولية.
- (7) فهم وسائل اشتراك التلاميذ في النشاطات الوطنية والقومية على المستوى المحلي والإقليمي العربي.
- (8) فهم الحاجة أماسة للخدمات الحكومية والاجتماعية والعمل على تلك الخدمات واستخدامها والمساهمة فيها. (198: 18)

**كما ذكر التل ( 1987 م ) (16) "أن التربية الوطنية ترمي إلى تحقيق الأهداف التعليمية الآتية:**

- (1) الائتاء والاعتزاز والولاء للأمة العربية والإسلامية وعقيدتها وفكرها ومثلها وقيمتها حيث إن هذا الائتاء والاعتزاز والولاء هو محور وجود هذه الأمة
  - (2) الائتزام بمبادئ الحرية والديمقراطية والعدالة الاجتماعية .
  - (3) التحرر من التعصب والتمييز بجميع أشكاله الطائفية والمذهبية والعرقية والإقليمية .
  - (4) اكتساب الثقافة السياسية التي تمكن المواطن من أن يلعب دوره السياسي بوعي وخلق وكفاءة ومسؤولية.
  - (5) الأيمان بالأخوة الإنسانية القائمة على الحق والعدل والمساواة .
  - (6) الأيمان بالمنهج العلمي كوسيلة لمعالجة قضايا الإنسان السياسية على المستوى الوطني والقومي والعالمي.
  - (7) الأيمان بالمساواة بين جميع شعوب الأرض وأمتها مما كان لونها أو درجة تقدمها أو تخلفها".
- ومن سمته أوضح أبو سرحان ( 1421 هـ ) (26) أن التربية الوطنية إذا ما درست بطريقة جيدة فإنها يمكن أن تهيب التلاميذ إلى:
- (1) الفهم الإيجابي الواقعي للنظام الاجتماعي، والمشاركة الفعالة في الحياة الاجتماعية، من أجل خير الجماعة، التي هم أفراد منها.
  - (2) التوجيه منذ البداية إلى المواطنة الصالحة في مجتمعهم، إلى جانب أنهم أفراد في أسرهم، وتلاميذ في مدارسهم .
  - (3) تعلم القيم ، وضرورة مشاركتهم في القرارات السياسية، التي تؤثر في حياتهم وبيئتهم المحلية.
  - (4) تنمية روح التعاون بين التلاميذ أنفسهم، وبينهم وبين أفراد مجتمعهم، وغيرهم من المجتمعات الإنسانية لاسما في مجال الخدمات الحكومية والاجتماعية التطوعية.
  - (5) تنمية الشعور بتحمل المسؤولية للمشاركة في الأنشطة الوطنية والعالمية، على أساس إدراك حقوق الأفراد وواجباتهم.
  - (6) القدرة على إصدار الأحكام في القضايا الراهنة، والمشكلات الاجتماعية وطرق معالجتها وحسن التصرف في مواجهتها.
  - (7) فهم روح العلم واتساع المعرفة، وتكوين خلاصة مفيدة، من التجارب المحلية والقومية والإنسانية، في ميدان الحضارة، مما يعود بالنفع على التلاميذ أنفسهم وعلى مجتمعهم

**التربية المدنية:**

تعد مقررات التربية المدنية أحد فروع الدراسات الاجتماعية التي تلعب دوراً رئيساً في ترسيخ قيم المواطنة في نفوس الناشئة، وذلك لما تشتمل عليه من قيم معرفية واتجاهات وجدانية ومهارات سلوكية في الجانب الأخلاقي والسياسي والاجتماعي، كقبول الاختلاف والتعددية، والمساهمة الإيجابية في الحياة العامة، والتسامح، واحترام القانون وسيادته، وتحمل المسؤولية، ومهارات التفكير الناقد والإبداعي، والحوار، والقيادة، والمشاركة.

**تعريف التربية المدنية:**

تعرف الفراز التربية المدنية بأنها "عملية متعددة الجوانب تهدف إلى تدريب النشء على القيم والمعارف والمهارات اللازمة لجعلهم مواطنين مشاركين مشاركة ديمقراطية فعالة ، ولتنظيم علاقات الأفراد مع بعضهم البعض ، وعلاقة الأفراد والمجموعات بالمجتمع ، ومهمة التربية المدنية هي تعزيز القيم والرؤى والمعارف والمهارات التي تؤدي إلى مشاركة مدنية. الفراز، (2003) (42)

وعرفها المغربي بأنها التربية التي تساعد على تكوين إنسان مسئول له دور مشارك وفاعل في الحياة الاجتماعية والسياسية من حيث الحقوق والواجبات ، وعليه فإنها تؤدي إلى تعزيز مجموعة من السلوكيات التي تهدف في المحصلة النهائية إلى رسم علاقة المواطن بوطنه وبالآخرين وتشتمل علاقة الفرد بالمجتمع وعلاقة الفرد مع الجماعة ، والجماعة مع الجماعة . المغربي، (2003) (21)

تقييم محتوى مناهج التربية المدنية لصفوف التعليم الأساسي ويعرفها رستم بأنها " عملية تهدف إلى توعية الفرد بحقوقه وواجباته الإنسانية ، وتنمية قدراته على المشاركة الفعالة في بناء المجتمع ومؤسساته، وتحمل المسؤولية ، وتقدير إنسانية الإنسان ، وتكوين اتجاهات إيجابية نحو الذات ونحو الآخرين ، وتمثل مبادئ الديمقراطية وحقوق الإنسان ، والافتتاح على الثقافات العالمية، والمشاركة الإيجابية في الحضارة الإنسانية. رستم، (2001) (12)

ويعرفها أبو سرحان بأنها "مجموعة الخبرات المدنية من مفاهيم وقيم ومهارات واتجاهات وممارسات تعزز الجانب المدني لدى التلاميذ في مختلف جوانب الحياة المدنية في النواحي الاجتماعية والاقتصادية والسياسية، وذلك ليكونوا أعضاء فاعلين مستقبلاً في بناء مؤسسات المجتمع والارتقاء به على أساس مبادئ الحقوق والواجبات." أبو سرحان (2003) (26)

ويعرفها الباحثون هنا بأنها التربية التي تهدف إلى تزويد المتعلمين بالمفاهيم والمعارف والقيم والاتجاهات والمهارات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية والأخلاقية والمدنية والوطنية ليكونوا أعضاء فاعلين في بناء مجتمعهم.

**أهداف وغايات تعلم وتعلم التربية المدنية:**

رصد أبو عودة الأهداف والغايات التالية للتربية المدنية:

ترسيخ القيم الإيمانية في نفوس التلاميذ، وإشباعهم بالقيم الخلقية؛ من أجل المحافظة على الأخلاق العامة للمجتمع. تقدير الروابط الإنسانية بين الشعوب. تنمية عاطفة الولاء عند التلاميذ للأسرة وللمدرسة ومن ثم للمجتمع، والتأكيد على مشاعرهم وشخصياتهم وتحمل المسؤوليات وتنمية مفهوم وجود الآخر، واحترام الحريات العامة. إبراز قيمة العمل الحياتي اليومي، وتقدير الاجتهاد والوقت والإنفاق والتعاون.

الانخراط في الجماعة والمجتمع، التعرف إلى مؤسسات المجتمع المدني وأدوار كل منها، ومساعدتها في تنفيذ برامجها لترسيخ المواطنة ونشرها في المجتمع. تزويد التلاميذ بمفهوم الدولة والمجتمع، وكيف يمكنهم القيام بأدوارهم المناطة بهم ليكونوا أعضاء فاعلين فيه. الرقي بالحس الإنساني، والتأكيد على الحس الاجتماعي خاصة، والالتزام الخلقي تجاه الآخرين وإغناء التلاميذ بمفهوم الرعاية الصحية والبيئية وحمايتها وعدم التعدي على أي منهم الاهتمام بالقطاع الاقتصادي ودوره في ازدهار المجتمع. رفض التفرقة والتمييز العنصري. منح كل مواطن فرصته في المجتمع. الأمن والعدالة للجميع. أبو عودة (2003).

#### مكونات التربية المدنية:

أ. المعرفة المدنية: تتكون المعرفة المدنية من أفكار جوهرية، ومعلومات يجب على المتعلمين معرفتها، واستخدامها لتصبح مؤثرة في سلوك مواطن الديمقراطية، وتتضمن المعرفة المدنية بصورة عامة مبادئ النظرية الديمقراطية، وعمل الحكم الديمقراطي، وتصرفات المواطنة الديمقراطية. إنها تحوي بصورة خاصة مفاهيم ومعطيات حول الديمقراطية في بلد المتعلم مع مقارنة ذلك بحال البلدان الأخرى.

ب. المهارات المدنية: هي العمليات الإدراكية التي تساعد المتعلم على فهم المبادئ وشرحها ومقارنتها، وتقييمها، وممارسات الحكم والمواطنة، وهناك أيضا مهارات المشاركة التي تتضمن أفعالا يقوم بها المواطنون لضبط تأثيرات السياسات العامة، وإيجاد الحلول للقضايا العامة، بحيث تتضمن المهارات الإدراكية، مهارات المشاركة واستخدام المواطن للمعرفة في تفكيره، والعمل بأسلوب قادر على الاستجابة للتحديات المستمرة للحكم الديمقراطية، والمواطنة.

ج. الفضائل المدنية: العنصر الأساسي الثالث في التربية المدنية فهم السات الضرورية للشخصية من أجل الحفاظ على الحكم الديمقراطي وتجويد وتعزيز قيم المواطنة، ويمثل هذا في احترام الثروة، والكرامة لأي مواطن وأيضا التمدن، والاستقامة، والانضباط الذاتي، والتسامح، وحب الوطن. المجيد (2005) (24)

#### نتائج الدراسة:

أولاً: للإجابة عن السؤال الأول وهو: ما القيم المناسبة لمناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية بمرحلة التعليم الأساسي الأساسي؟

تم إعداد قائمة بالقيم المناسبة لمناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية بمرحلة التعليم الأساسي الأساسي وفق الخطوات التالية:

- الاطلاع على الأدب التربوي الذي تناول مفهوم المواطنة وخصائصها وقيمتها.

- الاطلاع على الدراسات المحلية التي تناولت تقويم كتب التربية الوطنية والثقافة المدنية، وتنمية القيم.

- إجراء مقابلات ذات طابع غير رسمي مع منظمات المجتمع المدني التي تعنى بتنمية القيم لدى النشء.

- إعداد قائمة مبدئية بالقيم المناسبة لمناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية بمرحلة التعليم الأساسي الأساسي في ضوء الخصوصية الليبية.

- تم عرض القائمة الأولية على مجموعة من السادة المحكمين يعملون في بعض الجامعات من التخصصات المختلفة بقسم المناهج وطرق التدريس وعلم النفس وأصول التربية والقانون لإبداء آرائهم من حيث مدى مناسبة القيمة من عدمه، وإعادة صياغة القيم التي يرونها بحاجة لإعادة صياغة، أو إضافة أي قيم يرونها مناسبة.

- الوصول إلى القائمة النهائية لقيم المواطنة المناسبة لمناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية بمرحلة التعليم الأساسي والجداول التالي يوضح ذلك.

#### جدول رقم (1)

القائمة النهائية للقيم المناسبة لمناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية لمرحلة التعليم الأساسي

القيم	م	القيم	م
الالتزام	1	التضحية	7
حقوق الإنسان في الإسلام	2	الوعي البيئي	8
التربية الأخلاقية	3	الوعي الصحي	9
التسامح	4	حب الوطن	10
الوحدة الوطنية	5	التضامن	11
الإعتزاز بالهوية الوطنية والإسلامية	6	الصدق والأمانة	12

ثانياً: للإجابة عن السؤال الثاني وهو: ما مدى توافر القيم بمحتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية بمرحلة التعليم الأساسي؟

قام الباحثون بتحليل محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف الرابع والخامس والسادس الأساسي في ضوء القيم التي تم تحديدها في القائمة النهائية، وتم التحليل وفق الخطوات الآتية:

- تم اعتبار كل قيمة من القيم المتضمنة بالقائمة النهائية للقيم بمثابة فئة يتم التحليل في ضوءها.

- تم اعتبار الفقرة وحدة للتحليل.

- تم اعتبار التكرار وحدة للتعداد مع الأخذ بالاعتبار أنه قد تكرر أكثر من قيمة في الفقرة الواحدة.

- تم قراءة كل فقرة من فقرات مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية لكل صفوف التعليم الأساسي مع تحديد بداية ونهاية كل فقرة.

- تم اعتبار القيم التي حصلت على نسبة أعلى من (83.3%) قوية التوافر، وتم تحديد هذه النسبة

بقسمة (100%) على عدد القيم وهي (12)، وكل قيمة لم تحصل على هذه النسبة اعتبرت

قيمة ضعيفة التوافر.

حساب ثبات التحليل: للتأكد من ثبات التحليل طلب الباحثون من باحث آخر تحليل محتوى مناهج

التربية الوطنية والثقافة المدنية لمناهج التعليم الأساسي، ثم تم حساب معامل الثبات على النحو التالي:

$$R+1 \quad X2R100 = \text{قيمة الثبات}$$



جدول رقم (2) يوضح حساب ثبات التحليل

قيمة الثبات 100×2R R+1	معامل الارتباط بين تكررات المحللين R قيمة	كتاب التربية الوطنية والثقافة المدنية
92 %	0.852	الصف الرابع
92.3 %	0.858	الصف الخامس
92.9 %	0.868	الصف السادس
92.4 %	0.859	المتوسط

يتضح من الجدول السابق أن إجمالي معامل الثبات في تحليل محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية لمرحلة التعليم الأساسي هو ( 92.4 %) وهو معدل ثبات مرتفع مماطمأن الباحثين إلى ثبات عملية التحليل.

## نتائج التحليل وتفسيرها

أ- نتائج تحليل محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف الرابع الأساسي، حيث اشتمل المنهج على (30) درساً موزعة (10) وحدات دراسية ويوضح الجدول (3) نتائج عملية التحليل ( نتائج عملية التحليل )

جدول رقم (3)

التكرارات والنسبة المئوية للقيم في منهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف الرابع الأساسي  
مسلسل القيمة عدد التكرارات النسبة المئوية

النسبة المئوية	عدد التكرارات	القيمة	مسلسل
4.76%	8	الالتزام	1
36.90%	62	حقوق الإنسان	2
11.31%	19	التربية الأخلاقية	3
2.38%	4	التسامح	4
0%	0	الوحدة الوطنية	5
9.20%	12	الصدق والأمانة	6
10.21%	17	الإعتزاز بالهوية الوطنية والإسلامية	7
16.67%	28	التضحية	8
1.19%	2	الوعي البيئي	9
2.38%	4	الوعي الصحي	10
19.67%	33	حب الوطن	11
11.90%	20	التضامن	12
100%	212	مجموع تكرارات القيم	

يتضح من الجدول السابق لتحليل محتوى مناهج التربية الوطنية للصف الرابع للقيم حيث كانت حقوق الإنسان والتضحية وحب الوطن أعلى القيم وتتفق هذه النتيجة مع دراسة علي الجميل ( 2007 ) (9) التي أكدت على أهمية التضامن، ودراسة غسان بادي (2003) (30) بينما كانت الوحدة الوطنية والوعي البيئي والوعي الصحي والتسامح أقل القيم تضحاً على الرغم من أهميتها، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عابدة أبو غريب (2008) (19) التي توصلت إلى أن المناهج لا تتضمن سوى القليل من المعارف التي تنمي القيم والمواطنة، ودراسة بوزيان راضية (2006) (11) التي توصلت إلى أن قيم الوطنية لم ترد إلا بتواتر قليل، ودراسة فايزة أخضر (2005) (32) التي توصلت إلى عدم ورود قيم الالتئام الوطني نظرياً، ودراسة سيف شوية (2009) (15) حيث حصلت قيمة الوطنية على نسبة ضعيفة مما يشير إلى وجود قصور واضح في مراعاة محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف الثامن للقيم. ويتضح من الجدول التالي:

جدول رقم (4)

أكثر القيم انتشاراً وأقلها انتشاراً والقيم غير المتوفرة في منهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف الرابع الأساسي

قيم قليلة التوافر		أقل القيم إنتشاراً		أكثر القيم إنتشاراً	
نسبتها المئوية	القيمة	نسبتها المئوية	القيمة	نسبتها المئوية	القيمة
1.19%	الوعي البيئي	9.20%	الصدق والأمانة	36.90%	حقوق الإنسان
2.38%	الوعي الصحي	10.21%	الاعتزاز بالهوية	19.67%	حب الوطن
2.38%	التسامح	4.76%	الالتزام	11.90%	التضحية
0%	الوحدة الوطنية	11.31%	التربية الأخلاقية	11.90%	التضامن

## جدول رقم (5)

التكرارات والنسبة المئوية لقيم المواطنة في مناج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف الخامس الأساسي  
مسلسل القيمة عدد التكرارات النسبة المئوية

النسبة المئوية	عدد التكرارات	القيمة	مسلسل
1.78%	3	الالتقاء	1
24.85%	42	حقوق الإنسان	2
11.31%	19	التربية الأخلاقية	3
8.28%	14	التسامح	4
1.78%	3	الوحدة الوطنية	5
18.93%	32	الصدق والأمانة	6
8.88%	15	الإعتزاز بالهوية الوطنية والإسلامية	7
4.73%	8	التضحية	8
0.59%	1	الوعي البيئي	9
4.73%	8	الوعي الصحي	10
16.67	27	حب الوطن	11
11.90%	20	التضامن	12
100%	192	مجموع تكرارات القيم	

ب- نتائج تحليل محتوى مناج التربية المدنية للصف الخامس الأساسي، حيث اشتمل المنهج على  
على (30) درساً موزعة (10) وحدات دراسية ويوضح الجدول (6) نتائج عملية التحليل .

## جدول رقم (6)

التكرارات والنسبة المئوية للقيم في مناج التربية المدنية للصف الخامس الأساسي

قيم قليلة التوافر		أقل القيم إنتشاراً		أكثر القيم إنتشاراً	
نسبتها المئوية	القيمة	نسبتها المئوية	القيمة	نسبتها المئوية	القيمة
1.78%	الالتقاء	4.73%	الوعي الصحي	24.85%	حقوق الإنسان
1.78%	الوحدة الوطنية	4.73%	التضحية	18.93%	الصدق والأمانة
0.59%	الوعي البيئي			16.67%	حب الوطن
				11.31%	التربية الأخلاقية
				8.88%	الإعتزاز بالهوية
				8.28%	التسامح
				11.90%	التضامن

يتضح من الجدول السابق لتحليل محتوى مناج التربية الوطنية للصف الخامس للقيم حيث كانت حقوق الإنسان والصدق والأمانة وحب الوطن و التربية الأخلاقية و  
الإعتزاز بالهوية والتضامن أعلى القيم، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة سيف شوية ( 2009 ) التي كشفت أن المنهج يعزز القيم الوطنية والإخلاقية تليها القيم الاجتماعية،  
ودراسة علي الجمل ( 2007 ) بينما كان الوعي البيئي والوحدة الوطنية والالتقاء أقل القيم تضمناً على الرغم من أهميتها، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عابدة أبو غريب  
( 2008 ) التي توصلت أن المناهج لا تتضمن سوى القليل من المعارف التي تنمي المواطنة ودراسة بوزيان راضية(2006 ) ودراسة فايزة أخضر( 2005 ) ودراسة سيف  
شوية(2009) التي توصلت إلى عدم ورود قيم الالتقاء والوطنية بما يشير إلى وجود قصور واضح في مراعاة محتوى مناج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف الخامس  
للقيم.

## جدول رقم (7)

التكرارات والنسبة المئوية للقيم في مناج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف السادس الأساسي  
مسلسل القيمة عدد التكرارات النسبة المئوية

النسبة المئوية	عدد التكرارات	القيمة	مسلسل
6.39%	14	الالتقاء	1
43.84%	96	حقوق الإنسان	2

7.31%	16	التربية الأخلاقية	3
0.91%	2	التسامح	4
0%	0	الوحدة الوطنية	5
20.55%	45	الصدق والأمانة	6
8.22%	18	الإعتزاز بالهوية الوطنية والإسلاميه	7
6.39%	14	التضحية	8
0.46%	1	الوعي البيئي	9
0.91%	2	الوعي الصحي	10
5.02%	11	حب الوطن	11
8.28%	14	المسؤولية الإجتماعيه	12
100%	233	مجموع تكررات القيم	

ج- نتائج تحليل محتوى منهج التربية المدنية للصف السادس الأساسي، حيث اشتمل المنهج على (30) درساً موزعة على عشر وحدات دراسية ويوضح الجدول (8) نتائج عملية التحليل .

### جدول رقم (8)

أكثر القيم انتشاراً وأقلها انتشاراً في منهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف السادس الأساسي

قيم قليلة التوافر		أقل القيم إنتشاراً		أكثر القيم إنتشاراً	
نسبتها المئوية	القيمة	نسبتها المئوية	القيمة	نسبتها المئوية	القيمة
0.91%	التسامح	6.39%	الإلتزام	43.84%	حقوق الإنسان
0.91%	الوعي الصحي	6.39%	التضحية	20.55%	الصدق والامانه
0.46%	الوعي البيئي	5.02%	حب الوطن	8.22%	الإعتزاز بالهوية الوطنية والإسلاميه
0%	الوحدة الوطنية			8.28%	المسؤولية الإجتماعيه
				7.31%	التربية الأخلاقية

يتضح من الجدول السابق لتحليل محتوى مناهج التربية الوطنية للصف السادس لقيم المواطنة حيث كانت حقوق الإنسان والصدق والامانه والتربية الاخلاقيه أعلى القيم وتتفق هذه النتيجة مع دراسة سيف شوية (2009) التي كشفت أن المناهج يعزز القيم الاساسيه تليها القيم الاجتماعية، ودراسة علي المجل (2007) بينما كانت الوحدة الوطنية والوعي البيئي والوعي الصحي والتسامح أقل القيم تضمناً على الرغم من أهميتها وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عايدة أبو غريب (2008) التي توصلت أن المناهج لا تتضمن سوى القليل من المعارف التي تنمي القيم والمواطنة، ودراسة بوزيان راضية (2006) ودراسة فايزة أخضر (2005) ودراسة سيف شوية (2009) التي توصلت إلى عدم ورود قيم الإلتزام والوطنية، وهذا يشير إلى وجود قصور واضح في مراعاة محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف السادس للقيم .

### جدول رقم (9)

إجمالي عدد التكرارات التي تتضمن القيم في منهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف الرابع والخامس والسادس الأساسي و النسبة المئوية لكل منها

النسبة المئوية	عدد التكرارات	القيمة	مسلسل
4.5%	25	الإلتزام	1
36.12%	200	حقوق الإنسان	2
9.9%	54	التربية الأخلاقية	3
3.6%	20	التسامح	4
0.5%	3	الوحدة الوطنية	5
16.1%	89	الصدق والأمانة	6
9%	50	الإعتزاز بالهوية الوطنية والإسلاميه	7
9%	50	التضحية	8
0.7%	4	الوعي البيئي	9
2.5%	14	الوعي الصحي	10
11.7%	71	حب الوطن	11
9.6%	54	التضامن	12
100%	634	مجموع تكررات القيم	

يتضح من الجدول السابق تدني مراعاة محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف الرابع والخامس والسادس للقيم وعدم التوازن في توزيعها حيث كانت حقوق الإنسان والقيم والتضامن أعلى القيم وتتفق هذه النتيجة مع دراسة سيف شوية (2009)، ودراسة علي الجميل (2007) بينما كان الوعي البيئي والوحدة الوطنية أقل القيم تضمناً على الرغم من أهميتها وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عائدة أبو غريب (2008)، ودراسة بوزيان راضية (2006)، ودراسة فايزة أخضر (2005) ودراسة سيف شوية (2009) مما يشير إلى وجود قصور واضح في مراعاة محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للقيم.

#### جدول رقم (10)

أكثر القيم إنتشاراً وأقلها في مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصف الرابع والخامس والسادس الأساسي

أكثر القيم إنتشاراً		أقل القيم إنتشاراً		قيم قليلة التوافر	
القيمة	نسبتها المئوية	القيمة	نسبتها المئوية	القيمة	نسبتها المئوية
حقوق الإنسان	36.12%	الإعتزاز بالهوية الوطنية والإسلامية	9%	الوعي الصحي	2.5%
الصدق والأمانة	16.1%	التضحية	9%	الوعي البيئي	0.7%
حب الوطن	11.7%	الالتناء	4.5%	الوحدة الوطنية	0.5%
التربية الأخلاقية	9.9%	التسامح	3.6%		
التضامن	9.6%				

#### التوصيات:

- ضرورة تضمين محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية للصفوف الرابع والخامس والسادس الأساسي للقيم.
- التوازن في تضمين القيم داخل محتوى مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية لمرحلة التعليم الأساسي
- لا بد من تضمين المناهج لقيم الوحدة الوطنية خاصة في مرحلة التعليم الأساسي لأهميتها في الحفاظ على النسيج الوطني الليبي.
- ضرورة تضمين المناهج قيم الوعي البيئي والصحي
- العمل على تضمين المناهج قيم التسامح والتضامن والالتناء.
- تدريب المعلمين على إثراء مناهج التربية الوطنية والثقافة المدنية بالقيم النبيلة وترجمتها إلى سلوكيات وقيم في نفوس التلاميذ.

#### المراجع

##### القرآن الكريم

- 1- إبراهيم رضا : " المواطنة والالتناء وأثرهما على الدولة والمجتمع والأسرة"، القاهرة، مكتبة
- 2- إبراهيم شعبان حامد و نادية حسن إبراهيم: "تطوير مناهج التعليم لتنمية المواطنة في الألفية الثالثة دراسة تجريبية، القاهرة، المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية، (2001).
- 3- إبراهيم عبد الله ناصر : المواطنة، مكتبة الرائد العلمية، ط ١، عمان، الأردن (٢٠٠٢ م).
- 4- إبراهيم محمود فلاته : العملية التعليمية في المدرسة الابتدائية أهدافها ( ووسائلها وتقييمها، ط ٢،
- 5- أحمد إبراهيم شلبي : تصور مقترح لمناهج الجغرافيا من الروضة حتى نهاية الصف الثالث الابتدائي في ضوء معايير مقترحة لتنمية المواطنة لدى تلاميذ الصف الثالث العلمي تربية المواطنة ومناهج الدراسات الاجتماعية، جامعة عين شمس 20 يونيو، المجلد الأول، (2008).
- 6- إسمايل عبد الكافي : التعليم والهوية في العالم المعاصر (مع التطبيق على مصر)، مجلة دراسات استراتيجية، مركز الإمارات للدراسات والبحوث الاستراتيجية، أبو ظبي العدد 135 (2001).
- 7- جودة أحمد سعادة : مناهج الدراسات الاجتماعية، دار العلم للملايين، بيروت (١٩٩٠ م).
- 8- حسين عبد الباسط : تقييم أهداف ومحتوى مناهج الدراسات الاجتماعية بالمرحلة الإعدادية في ضوء قيم المواطنة، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، العدد 19،
- 9- حسن علي مختار : "قضايا واتجاهات معاصرة في المناهج وطرق التدريس"، مطابع ادر، مكة
- 10- راشد بن حسين عبد الكريم و صالح بن عبد العزيز النصار التربية الوطنية في مدارس المملكة ضوء التوجهات التربوية الحديثة، دراسة مقدمة لقاء الثالث عشر لقادة العمل التربوي - الباحة ١٤٢٦ هـ، المملكة العربية السعودية (١٤٢٦ هـ).
- 11- راضية ابوزيان : دور المؤسسه التعليميه في تكوين روح المواطنة لدي التلاميذ، مجلة علوم
- 12- رستم، رسمي عبد الملك، دور الإدارة المدرسية في تفعيل التربية المدنية في مرحلة التعليم قبل الجامعي، المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية، القاهرة، (2001).
- 13- رضوان، أبو الفتوح وفتحي مبارك : المواد الاجتماعية في التعليم العام : أهدافها، مناهجها، طرق

- 14- زكي مرتجي : دور الإدارة المدرسية في المرحلة الأساسية الدنيا في ضوء متطلبات المجتمع ماجستير غير منشور، جامعة الأزهر، فلسطين، (2004)
- 15- زيد عبد الكريم الزيد : حب الوطن من منظور شرعي، مكتبة دار الرشد، الرياض (1417 هـ).
- 16- سعيد التل : مقدمة في التربية السياسية لأقطار الوطن العربي، دار اللواء، عمان (1987).
- 17- سيف الإسلام حسن شوية : قيم المواطنة في المناهج المدرسية الجزائرية ، دراسة مقدمة إلى والنفسية في ضوء تحديات العصر ، كلية التربية ، جامعة دمشق، (2009) .
- 18- عادل رسمي النجدي : برنامج مقترح في الدراسات الاجتماعية لتنمية المواطنة لدى تلاميذ 30 سبتمبر - المرحلة الإعدادية ، بحث مقدم إلى ندوة التربية وبناء المواطنة ، البحرين ، (2001)
- 19- عابدة أبو غريب : تطوير مناهج التعليم لتنمية المواطنة في الألفية الثالثة لدى الطلاب بالمرحلة تربية المواطنة ومناهج الدراسات 20 يونيو، المجلد الأول، الاجتماعية، جامعة عين شمس (2008).
- 20- عبد الخالق يوسف سعد : المواطنة وتميها لدى طلاب التعلم قبل الجامعي رؤية مقارنة، القاهرة والتمية، (2004) .
- 21- عبد الرحمن المغربي : التربية المدنية المفهوم وإشكالية العلاقة مع التربية الوطنية، وقائع ورشات العمل حول الإطار المفاهيمي للتربية المدنية، رام الله، مركز إبداع المعلم،
- 22- عبد الرحمن صانع : تربية العولمة وعولمة التربية رؤية استراتيجيه تربوية في زمن العولمة، بحث ،السعودية، كلية التربية ، جامعة الملك سعود، (2004) .
- 23- عبد الله احمد محمد الغامدي : دور مناهج التربية الإسلامية في تعزيز بعض مفاهيم التربية لدى السعودية، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية ، جامعة أم القرى، مكة المكرمة (1423 هـ).
- 24- عبد الله المجيدل : التربية المدنية دراسة في أزمة الانتماء والمواطنة في التربية العربية، مجلة
- 25- عثمان بن صالح العامر : أثر الانفتاح الثقافي على مفهوم المواطنة لدى الشباب السعودي دراسة عشر لقادة العمل التربوي ، الباحه ، محرم (2005) .
- 26- عطيه عودة أبو سرحان : دراسات في أساليب تدريس التربية الاجتماعية والوطنية، دار الخليج،
- 27- علي الجمل : فاعلية وحدة مقترحة بمنهج التاريخ الإسلامي بالمرحلة الإعدادية قائمة على قيم والتعايش مع الآخر لدى تلاميذ تقيم محتوى مناهج التربية المدنية للصفوف السابع والثامن والتاسع الأساسي الصف الثاني الإعدادي ، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية ، العدد 12 ، نوفمبر (2007) .
- 28- علي بن محمد الصغير: قراءة تحليلية لمحتوى وثيقة المواطنة للصفين الثالث والرابع الابتدائي في الأسس والمنطلقات ، الرياض، كلية التربية، جامعة الملك سعود، (2003) .
- 29- علي مناصرة : التجربة الفلسطينية في مجال إدماج حقوق الإنسان والمواطنة وثقافة العدل والتعليم الفلسطينية، (2007) .
- 30- عسان بادي : تحليل مضمن حقوق الإنسان في كتاب التربية المدنية للصف الأول الثانوي الأسس والمنطلقات ، الرياض، كلية التربية جامعة الملك سعود (2003) .
- 31- فاطمة محمد طلحة : تأثير منهج التربية القومية في تحقيق أهداف الجانب المعرفي بالمرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية جامعة عين شمس ، القاهرة ، (1980 م) .
- 32- فايزة بنت محمد أخضر : دور المقررات الدراسية للمرحلة الثانوية في تنمية المواطنة ، بحث مقدم والتعليم، الباحه، (2005) .
- 33- فرح عمر عبوري وآخرون : دور المدرسة الأساسية في تنمية قيم المواطنة لدى التلاميذ ، ورقة الديمقراطية والمواطنة المتساوية، عدن، 11 يوليو، (2005).
- 34- افهد إبراهيم لحبيب : تربية المواطنة :الاتجاهات المعاصرة في تربية المواطنة "، دراسة مقدمة الباحه، (2005) .
- 35- فهيم هويدي : القرآن والسلطان، مطبعة دار الشروق، القاهرة، ط 5 غزة، فلسطين (2002 م).
- 36- فوزي أبو عودة : التربية المدنية أساس مدرسة المستقبل ، ورقة مقدمة إلى اليوم الدراسي التربية وواقع الممارسة التربوية في لسان العرب ( ج 13 ، المكتبة الإلكترونية الشاملة)
- 37- الموسوعة العربية العالمية : مؤسسة أعمال الموسوعة للنشر والتوزيع ، (الرياض 1996 م).
- 38- ماجد بن ناصر المحروفي : دور المناهج الدراسية في تحقيق أهداف تربية المواطنة، دائرة الإشراف التربوي للمناهج، السعودية، (2008) .
- 39- محمد عبد التواب أبو النور : التنشئة الاجتماعية ودورها في إكساب قيم المواطنة وممارستها، بحث ومناهج الدراسات الاجتماعية 20 يونيو، المجلد الأول، جامعة عين شمس، 19 (2008) .
- 40- محمد قربان نياز ملا : التربية الوطنية، مطبعة دار المنارة للنشر والتوزيع جدة ( 1991 م).

- 42- هديل القزاز : معيقات الوصول إلى إطار مفاهيمي موحد للتربية المدنية ، وقائع ورشات العمل  
الله، مركز إبداع المعلم، تقييم محتوى مناهج التربية المدنية للصفوف السابع والثامن والتاسع الأساسي (2003) .  
بيروت، ( 2000 م).  
وأثر ذلك على الاتجاهات، رسالة
- 43- هلال علي الدين : النظم السياسية العربية، قضايا الاستمرار والتغيير مركز الوحدة العربية ،  
44- وائل العاصي : تعزيز مقرر التربية المدنية للصف السادس الأساسي ببعض قيم المجتمع المدني  
ماجستير غير منشورة، فلسطين، كلية التربية، جامعة الأزهر، (2004) .  
45- وجيه بن قاسم القاسم بني صعب : دور المناهج في تنمية قيم المواطنة الصالحة مناهج التربية  
البدنية مثالا ، بحث مقدم إلى ندوة دور التربية البدنية في تعزيز المواطنة الصالحة ، كلية  
46- يحي عبد الرحمن القحطاني : المواطنة، أسسها ومقوماتها، مطبعة الفرزدق، الرياض ( 1419 هـ) .  
التربية البدنية والرياضة، الرياض، (2007) .