

تأثير التربية الحركية في تحسين صفة التوازن لأطفال ما قبل المدرسة بعمر (3-6) سنوات.

The impact of motor education in improving the balance of child-prepared children (3-6) years.

حملاوي العاللي، سوانلدة مكبوسة ايزري، زيان نصيرة

جامعة أحمد بوقرة بومرداس (الجزائر)، l.hamlaoui@univ-boumerdes.dz

جامعة أحمد بوقرة بومرداس (الجزائر)، maitlounis69@gmail.com

جامعة أحمد بوقرة بومرداس (الجزائر)، zianenacera@gmail.com

تاريخ النشر: 2021/12/15

تاريخ القبول: 2021/10/12

تاريخ الإرسال: 2021/06/02

الملخص: حاولت هذه الدراسة نظريا وتطبيقيا التعرف على تأثير برنامج تربية حركية مقترح في تحسين صفة التوازن لأطفال ما قبل المدرسة بعمر (3-6) سنوات. بإستخدام منهج تجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة بعينة قدرها (20) فرد، بتطبيق إختبارات ميدانية وبرنامج تربية حركية مقترح، وبينت نتائج الدراسة من خلال المعالجة الإحصائية أن هذا البرنامج المقترح له دور فعال في تحسين صفة التوازن سواءا الثابت أو الحركي لأطفال ما قبل المدرسة بعمر (3-6) سنوات، وهذا مايبثت صحة الفرضيات.

الكلمات المفتاحية: التربية الحركية ؛ الصفات الحركية ؛ أطفال ما قبل المدرسة.

Abstract: This study trunked theoretical and application of the recognition of the impact of a proposed motor education program in improving the balance of pre-school children (3-6) year. By using a predominant approach to one group of a (20) performed by field of field tests and a proposed motor testing, the results of the study through the statistical treatment showed that the proposed program has an effective role in improving the balance difference whether or not to protect children before the pre-school agency (3-6) year and this proves the validity of hypotheses.

Key words: MOTOR EDUCATION; MOTOR QUALITIES; PRE-SCHOOL CHILDREN.

1- مقدمة ومشكلة البحث:

إن التربية الحركية أو التربية من خلال الحركة هي اتجاه جديد في التربية مثل التعلم عن طريق الخبرة أو النشاط، وقد ظهرت منذ ظهور التربية الحديثة خلال العقود الأخيرة بقصد إخراج التعليم المدرسي من صيغته التقليدية العقيمة في مناهج وطرق التعليم إلى صيغ أكثر إيجابية وفاعلية في تكوين الفرد وتنمية إلى أقصى ما تؤهله له إمكاناته وقدراته ومواهبه، ويعود الفضل في التربية الحركية إلى "لابان". وقد جاء "رودولف لابان" للقيام بثورة هادئة للتربية الحركية في بريطانيا ، فقد آمن بقيمة الإستكشاف ومحاولة دراسة المشكلة وفض تلك التعليمية التعليمية الثابتة الصارمة الغير قابلة للتغيير وعارض بشدة تلك الجداول الصارمة الموضوعية للتمرينات البدنية بدون أساس تصنيفي حركي، التي لا تترك فرصة للإبتكار والتعبير عن الذات.(عفاف عثمان، 2011، 84-86)، بالإضافة إلى تلك الفترة المهمة حركيا من حياة الطفل (من الميلاد حتى سن السادسة) والتي أثبتت الدراسات بشكل حاسم أنها تشكل أساسا للحياة الحركية للطفل، وبالتالي برامج التربية الرياضية التالية لها. (أمين أنور الخولي وآخرون، 1998، 50-51)، ويعتبر تطور وتحسين قدرة التوازن الأساسية أهم عنصر من عناصر تعلم الحركة حيث أنه بدون القدرة على الإحتفاظ بالتوازن يصبح من الصعب أداء حركات الإنتقال والتحرك وحركات التحكم.(عفاف عثمان، 2010، 137)، ولقد أشار العديد من المختصين إلى أهمية قدرة التوازن في التعلم الحركي فقد ذكر علاوي ورضوان: أن تميز الفرد الرياضي بالتوازن الجيد يسهم في قدرته على تحسين وترقية مستوى أدائه للعديد من الحركات والأوضاع في معظم الأنشطة الرياضية ، ولقد أشار خاطر: إلى أن المستوى المتقدم في نمو التوازن يتيح للفرد إمكانية سرعة إتقان النواحي الفنية

لأنواع الحركات الرياضية وتأديتها بسهولة وعلى مستوى عالي من الأداء الفني. (صريح عبد الكريم الفضلي، 2001، 78-79).

ولأهمية التوازن وماله من دور في تطوير مستوى أداء وإتقان الحركات ارتأينا في دراستنا إعداد برنامج تربية حركية مقترح لتطوير قدرة التوازن لدى أطفال (3-6) سنوات، وبغرض الإلمام بموضوع الدراسة من مختلف الجوانب.

إن التوازن لا يأتي اعتباطاً وإنما من خلال التمرين والممارسة المتكررة لأداء الحركات المختلفة، وهذا ما نلاحظه عندما يتعلم الطفل المشي نجده في البداية يتعثر بخطواته وذلك لضعف توازنه ولكن بتكراره لمحاولة المشي نجده يقوم بأداء حركات المشي بصورة صحيحة وبثبات وإن من شروط التوازن هو كبر قاعدة الإستناد وسعتها وعدم خروج مركز ثقل الجسم عن خطه الشاقولي. (طالب حسين وآخرون ، 2011 ، 273)، وقد استخلصنا بعد الدراسة الإستطلاعية(1) التي قمنا بها أن:

التربية الحركية وأنشطتها مهمة جداً لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة (3-6) سنوات، كما أن المعلمين واعون بالأهمية الكبيرة لهذه الأنشطة والبرامج (أنشطة وبرامج التربية الحركية) إلا أن عدم امتثالهم لتطبيق هذه البرامج يعود لأسباب مختلفة منها أنهم يؤكدون على ضرورة وجود معلمين مختصين في التربية الحركية وهذا لأنهم ليس لديهم تكوين خاص بأنشطة التربية الحركية ومن جهة أخرى يؤكدون على ضرورة توفر منشآت ووسائل تتناسب عدد وعمر الأطفال والنشاط الممارس في المؤسسة.

وبعد التعرف على الأسباب الحقيقية المعيقة لتطبيق التربية الحركية في مرحلة ما قبل المدرسة ارتأينا اقتراح برنامج تربية حركية وتطبيقه على هذه الفئة من الأطفال.

إنطلاقاً من هذا المبدأ يتضح أنه من المنطقي إستعراض، أهم الدراسات السابقة والمشابهة ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية، للوقوف على حال التربية الحركية لدى أطفال ما قبل المدرسة (3-6) سنوات في بعض المدارس الخاصة والعمومية، بالإضافة إلى محاولة المساهمة في البحث العلمي حول احتياجات الطفولة المبكرة، هذا ما دفعنا لإجراء هذه الدراسة الحالية. التي يقوم الباحث بعرضها بالشكل التالي:

-دراسة رشيد عامر محمد محمد عامر (2004) بعنوان: تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية وعلاقتها بمستوى الكفاءة الإدراكية الحركية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-6) سنوات ، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية وعلاقتها بمستوى الكفاءة الإدراكية الحركية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-6) سنوات وإلى تصميم برنامج تربية حركية مقترح ، والتعرف على تأثير برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية "قيد البحث" (المشي - الجري - الوثب - التنطيط - الرمي - الركل - الإلتزان) ، التعرف على تأثير برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية بعض القدرات البدنية "قيد البحث"(التوافق العضلي العصبي - التوازن- الرشاقة) وهدفت أيضا إلى التعرف على العلاقة بين المهارات الحركية الأساسية والقدرات البدنية ومستوى الكفاءة الإدراكية الحركية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-6) سنوات "قيد البحث"، اعتمد الباحث في هذه الدراسة المنهج التجريبي متبعا لتصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة ، تكونت العينة من 100 طفل

تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل مجموعة 50 طفلا ، وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

-برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي ودال معنويا على تنمية المهارات الحركية الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-6) سنوات.

-برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي ودال معنويا على تنمية القدرات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من (4-6) سنوات.

- برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي ودال معنويا على تنمية ورفع مستوى الكفاءة الإدراكية الحركية.

-دراسة وليد وعد الله وأمال نوري بطرس (2007) بعنوان: تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية في تنمية مستوى الأهداف التعليمية لأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية في تنمية مستوى الأهداف التعليمية لأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات ، وقد استخدم المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة مشكلة البحث ، بلغ عدد أفراد العينة (40) طفلا طفلة قسموا إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين الأولى منهما استخدمت برنامجا مقترحا للتربية الحركية ، أما المجموعة الثانية فاستخدمت برنامج وحدة الخبرة المتكاملة بالأسلوب الأمري ، وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- البرنامج المقترح بأسلوب التربية الحركية حقق تطورا فعالا في مستوى النمو الحركي والمعرفي والإجتماعي لأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات.

- حقق برنامج وحدة الخبرة المتكاملة تطورا في مستوى النمو الحركي والمعرفي والإجتماعي لأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات.

- تفوقت المجموعة التجريبية التي استخدمت برنامجا مقترحا بأسلوب التربية الحركية في برنامجها المقترح على المجموعة الضابطة التي استخدمت الأسلوب الاعتيادي في تحقيق مستوى النمو الحركي والمعرفي والإجتماعي لأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات.

وكان التساؤل العام لهذه الدراسة كالتالي:

- ما مدى تأثير برنامج تربية حركية مقترح في تحسين صفة التوازن لدى أطفال (3-6) سنوات؟

لذا صاغ الباحث مشكلة بحثه بالتساؤلات التالية :

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج القياسين القبلي والبعدي في التوازن الثابت.

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج القياسين القبلي والبعدي في التوازن الحركي.

بالتالي إيجاد إجابات ذات صيغ منطقية وعلمية، تعطي الدلالة الواضحة والإجابة الكافية لمثل هذه التساؤلات المطروحة سابقا.

-الفرضية العامة:

يؤثر برنامج التربية الحركية المقترح تأثيرا إيجابيا في تحسين صفة التوازن لدى أطفال ما قبل المدرسة (3-6) سنوات.

-الفرضيات:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج القياسين القبلي والبعدي في التوازن الثابت.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج القياسين القبلي والبعدي في التوازن الحركي.

2- الهدف العام من الدراسة:

- معرفة أثر برنامج التربية الحركية المقترح في تطوير قدرة التوازن لدى أطفال ما قبل المدرسة (3-6) سنوات.

- التعرف على مختلف الصفات الحركية للأطفال في مثل هذا السن .

- أهمية النشاط البدني لدى أطفال هذه المرحلة ودورها في تنمية بعض الصفات الحركية الاساسية.

- التعرف على مدى التطور الحركي للأطفال.

- معرفة مدى فاعلية النشاط البدني لدى أطفال مرحلة الطفولة المبكرة.

- هذه الدراسة تساعد المعلم والمربي والطالب ، فهي تظهر أهمية التربية الحركية بالنسبة لهم.

3- التحديد الإجرائي للمفاهيم الواردة في البحث:

- مفهوم التربية الحركية: يعرفه (أمين الخولي، 2001). يعبر مفهوم التربية الحركية عن النضام التربوي الذي يعتمد على الحركة الأساسية الطبيعية للطفل ، بهدف إكسابه الكفاية الإدراكية الحركية ، والطلاقة الحركية ، أي التربية من أجل الحركة ومن خلالها ، وهي برامج ذات طبيعة خاصة

وتستخدم أسلوب الإكتشاف الحركي وتوظف الحركة ذات المعنى لتحقيق أهدافها ، وهي موجهة إلى أطفال الروضة ومرحلة التعليم الابتدائي. ويستخلص الباحث أنها برامج تربوية منظمة لها تأثير فعال على النمو واستجابات الحركة كما تؤثر على تنمية الوعي بالذات والجسم وطاقاته وفهم مكونات الحركة والتي تؤدي إلى الفهم الصحيح للحركة.

- مفهوم قدرة التوازن: وقد ذكر (علاوي رضوان، 1998). هو القدرة على الإحتفاظ بثبات الجسم عند أداء أوضاع (الوقوف على قدم واحدة) أو عند أداء حركات (المشي على عارضة)

ويستخلص الباحث أنه قدرة أساسية تمكن الطفل من الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء حركات معينة سواء كانت من الثبات أو من الحركة.

4- الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة:

4-1 الطريقة والأدوات:

- المنهج المتبع: استخدمت الباحث المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث وذلك بالإعتماد على التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة ذات القياسين (القبلي والبعدي).

- الدراسة الإستطلاعية:

قام الباحث بإجراء تجربته الاستطلاعية الأولى على بعض مدارس التحضيرية وذلك لمعرفة واقع التربية الحركية ومدى ممارستها وذلك بتوزيع استبيان على مدرّاء هذه المدارس، كما قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية ثانية على عينة من تلاميذ المرحلة بعمر (3-6) سنوات ومنهم من استبعدوا من عينة البحث الأساسية، وذلك بإجراء اختبارات للمهارات الحركية الأساسية الانتقالية ومهارات المعالجة والتناول عليهم، وإعطائهم عدة تمارين وألعاب بمثابة وحدات تدريسية حيث كان غرض الباحث من ذلك هو التعرف على :

- الصعوبات ومشاكل التي تواجه الباحث.
 - معرفة مدى سهولة وصعوبة الاختبارات.
 - معرفة الوقت المستغرق عند تنفيذ الاختبارات.
 - معرفة مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث .
 - مدى صلاحية الاختبارات لمستوى عينة البحث .
 - التأكد من ملائمة فناء المدرسة لتنفيذ الاختبارات .
 - مدى تفهم وكفاية الباحث لعملية القياس والتسجيل أثناء الاختبارات .
- **العينة وطرق اختيارها:** في هذه الدراسة اشتملت العينة، على أطفال ما قبل المدرسة بعمر (3- 6) سنوات المسجلين على مستوى بعض مدارس رياض الأطفال واعتمد الباحث العينة القصدية " (حداد وآخرون ،2014). تم إختيارهم بطريقة قصدية وقد بلغ عدد أفراد العينة (المجموعة التجريبية) 20 تلميذ وتلميذة، وقام الباحث باستخراج التجانس لأفراد عينة البحث لأجل استبعاد بعض المتغيرات الدخيلة على دقة نتائج الدراسة.
- **مجالات الدراسة:** المجال الزمني من 2019.10.14 إلى 2019.03.03
المجال المكاني: بعض المدارس التحضيرية لولاية خنشة.
- **إجراءات البحث / الدراسة:** تحديد المتغيرات وكيفية قياسها:
- **المتغير المستقل:** المتغير المستقل الذي حدده الباحث هو برنامج التربية الحركية.

- المتغير التابع: المتغير التابع الذي حدده الباحث في الدراسة الحالية هو قدرة التوازن.

- الأداة / الأدوات: اعتمد الباحث عدة اختبارات حركية كأداة بحث لجمع المعلومات الخاصة بعينة الدراسة ، حيث تم تحديد الإختبارات واختيارها عبر الإعتماد على ما جاءت به الدراسات السابقة والمراجع العلمية ، وكذلك الإعتماد على آراء المختصين في اختيار الإختبارات الملائمة التي كانت كالآتي :

- اختبار الوقوف على رجل واحدة. (أحمد محمد خاطر ، 1996 ، 454).
- اختبار السير على عارضة التوازن. (إيمان حسين الطائي، 2009 ، 9).
- اختبار القفز على البقع. (الهلالي ، 2004 ، 99).
- اختبار السير على خط مستقيم. (أحمد محمد خاطر ، 1996 ، 464).

جدول (01): يمثل معامل الثبات والصدق الذاتي للإختبارات المستخدمة

القياسات المتغيرات	الإختبار		إعادة الإختبار		معامل الإرتباط	الثبات	الصدق
	ح.م	إ.م	ح.م	إ.م			
اختبار الوقوف على رجل واحدة	9.26	4.98	10.49	3.33	0.89	0.89	0.94
اختبار السير على العارضة	13.66	2.21	12.96	1.90	0.78	0.78	0.88

0.82	0.68	0.68	1.21	4.70	1.27	5.09	اختبار القفز على البقع
0.86	0.75	0.75	1.71	2.63	2.38	3.58	اختبار الإنحراف عن الخط المستقيم

يتضح من الجدول (01) وجود علاقة ارتباط قوية بين الإختبار وإعادة الإختبار في الإختبارات المستخدمة، حيث أنها تتميز بدرجة ثبات وصدق عالية باتجاهها إلى القيمة 1.

- الأدوات الإحصائية : استخدم الباحث في المعالجات الإحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها من خلال الدراسة الميدانية برنامج التحليل الإحصائي spss، وقام بالإجراءات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحساب، الإنحراف المعياري، الوسيط الحسابي، معامل الارتباط بيرسون² ، الصدق الذاتي، اختبار "t".

2-4 عرض وتحليل النتائج:

- عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى: (إختبار الوقوف على قدم واحدة)

جدول (02) يبين المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري وقيمة "ت" و نوع الدلالة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار الوقوف على قدم واحدة (وقوف اللفق).

نوع الدلالة	قيمة الدلالة	قيمة "ت"	درجة الحرية	بعدي		قبلي		القياسات المتغير
				إ.م	ح.م	إ.م	ح.م	

اختبار الوقوف على قدم واحدة	10.62	7.45	17.61	11.61	19	3.81	0.001	دالة إحصائية
--------------------------------------	-------	------	-------	-------	----	------	-------	-----------------

يتضح من الجدول رقم (02) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لاختبار الوقوف على قدم واحدة حيث أنه كانت نتائج متوسط القياس القبلي (10.62) بانحراف معياري (7.45) أما القياس البعدي فكان (17.61) بانحراف معياري (11.61)، أي بفارق بين المتوسطات الحسابية (6.99)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ (3.81) وهي أكبر من "ت" الجدولية (1.72) عند درجة حرية قدرت بـ (19) عند مستوى الدلالة (0.05).

- عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

✓ عرض وتحليل نتائج اختبار السير على العارضة:

جدول (03) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" ونوع الدلالة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار السير على العارضة.

نوع الدلالة	قيمة الدلالة	قيمة "ت"	درجة الحرية	بعدي		قبلي		القياسات المتغير
				م.ح	م.إ	م.ح	م.إ	
دالة إحصائية	0.000	5.37	19	3.07	11.75	4.87	15.80	اختبار السير على عارضة التوازن

يتضح من الجدول (03) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لاختبار السير على العارضة، حيث أنه كانت نتائج متوسط القياس القبلي (15.80) بانحراف معياري (4.87) أما القياس البعدي فكان (11.75) بانحراف معياري

(3.07)، أي بفارق بين المتوسطات الحسابية (4.05)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ (5.37) وهي أكبر من "ت" الجدولية (1.72) عند درجة حرية قدرت بـ (19) عند مستوى الدلالة 0.05.

✓ عرض وتحليل نتائج اختبار القفز على البقع:

جدول (04) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" ونوع الدلالة بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في اختبار القفز على البقع.

نوع الدلالة	قيمة الدلالة	قيمة "ت"	درجة الحرية	بعدي		قبلي		القياسات المتغير
				إ.م	م.ح	إ.م	م.ح	
دالة إحصائية	0.002	3.59	19	2.50	4.25	4.52	6.65	اختبار القفز على البقع

يتضح من الجدول رقم (04) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى لاختبار القفز على البقع، حيث أنه كانت نتائج متوسط القياس القبلي (6.65) بانحراف معياري (4.52)، أما القياس البعدى فكان (4.25) بانحراف معياري (2.50)، أي بفارق بين المتوسطات الحسابية (2.40)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ (3.59) وهي أكبر من "ت" الجدولية (1.72) عند درجة حرية قدرت بـ: (19) عند مستوى الدلالة (0.05).

✓ عرض وتحليل نتائج اختبار الانحراف عن الخط المستقيم:

جدول (05) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" ونوع الدلالة بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في اختبار الانحراف عن الخط المستقيم.

نوع الدلالة	قيمة الدلالة	قيمة "ت"	درجة الحرية	بعدي		قبلي		القياسات
				إ.م	م.ح	إ.م	م.ح	

المتغير							
اختبار الإنحراف عن الخط المستقيم	2.56	1.68	1.21	1.15	19	3.42	0.003
دالة إحصائية							

يتضح من الجدول رقم (05) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لاختبار الانحراف عن الخط المستقيم، حيث أنه كانت نتائج متوسط القياس القبلي (2.56) بانحراف معياري (1.68)، أما القياس البعدي فكان (1.21) بانحراف معياري (1.15)، أي بفارق بين المتوسطات الحسابية (1.34)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ (3.42) وهي أكبر من "ت" الجدولية (1.72) عند درجة حرية قدرت بـ (19) عند مستوى الدلالة (0.05).

3-4 مناقشة النتائج وتفسيرها:

- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة:

توضح الجداول (02) (03) (04) (05) نتائج القياسات القبليّة والبعديّة لإختبارات التوازن المدروسة، ويتضح لنا وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات القبليّة والبعديّة لصالح القياسات البعديّة ، وهو ما يدل على التأثير الإيجابي لبرنامج التربية الحركية المقترح على تحسين قدرة التوازن لدى أطفال ما قبل المدرسة (5-6) سنوات ، وهذا ما يؤكده (محمود درويش ، 2000) و(رشيد عامر ، 2004) و(وليد وعد الله وبطرس ، 2007) أن برامج التربية الحركية المقترحة لها تأثير إيجابي على تنمية القدرات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة ، والتي تتضمن جميع متغيرات النمو الحركي.

- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

بوضف الفءول (02) نئائف القياسين القبلي والبعبلي لإخبئار الوقوف على ربل واحة وبئض لنا وءوء فروق ءالة إحصائيا بين القياس القبلي والبعبلي لصالف القياس البعبلي بمعنى وءوء آحسن في التوازن الثابئ ، وبهذا ئئقق الفرضية الأولى التي ئشير إلى وءوء فروق ءاؤ ءلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعبلي في اخبئار الوقوف على قءم واحة الذي يعئبر أءاة لقياس التوازن الثابئ وهذا لصالف القياس البعبلي ، وهو ما بءل على وءوء آحسن في التوازن الثابئ ، ويرجع الباعئ هذه الفروق التي ظهرت إلى ئاؤير الإيبابي لممارسة الأئسطة الحركية باسئءءام برنامج التريبة الحركية المقئرح ، الذي كان له الأئر في آحسن التوازن الثابئ ، وهذا ما يؤكءه (رشبء عامر ، 2004) (محمود ءروبش ، 2002) وأن برنامج التريبة الحركية المقئرح له ئاؤير إيبابي على ئئمية القءراؤ البءنية لأطفال ما قبل المءرسة ، والتي ئئضمن قءرة (ئوافق العضلي العصبي- التوازن- الرشاقءة) ، وكما أشار بعض الباعئين أن صفة التوازن ئئاؤر بءرءة كبيرة بعامل الورائءة وأن عامل الإكئساب بالنسبة لهذه الصفة ببءو ضئبلا ، إلا أن ءراساؤ كل من "اسبئشاء ESPENSHADE" و"لافيوز LAFIUZE" و"ءونءن GUNDUN" و"ءاريسون GARRISON" أشارئ إلى إمكنائية ئئمية وئطوير صفة التوازن لءى البنين والبناء بءرءة ملحوظة ، كما وءءوا أن التوازن يبئور في مسئواه في المراحل العمرية ، وبئكر "علاوي" (2008) أن التوازن الثابئ بئئل أهمية كبيرة في بعض الأئسطة الرياضية.

- مناقشة وئفسير نئائف الفرضية الجزئية الثانية:

ئوضف الجءاول (03) ، (04) ، (05) نئائف القياساؤ القبلية والبعبلية لكل من اخبئار السبر على العارضة وابخئار القفز على البقع وابخئار الإنحراف عن الخئ المسئقيم ، وبئض لنا وءوء فروق ءالة إحصائيا بين القياسين القبلي

والبعدي لصالح القياس البعدي وبهذا تتحقق الفرضية الثانية التي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في الإختبارات المذكورة والتي تعتبر أدوات قياس التوازن الحركي ولصالح القياس البعدي وهو ما يدل على وجود تحسن في التوازن الحركي ، ويرجع الباحث هذه الفروق التي ظهرت إلى التأثير الإيجابي لممارسة الأنشطة الحركية باستخدام برنامج التربية الحركية المقترح ، كان له الأثر في تحسين التوازن الحركي ، وهذا ما يؤكد (رشيد عامر 2004) و (محمود درويش ، 2000) أن برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي على تنمية القدرات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة والتي تتضمن قدرة (التوافق العضلي العصبي- التوازن- الرشاقة) ، وكما أشار بعض الباحثين أن صفة التوازن تتأثر بدرجة كبيرة بعامل الوراثة وأن عامل الإكتساب بالنسبة لهذه الصفة يبدو ضئيلاً، إلا أن دراسات كل من "اسبينشاد ESPENSHADE" و"لافيوز LAFIUZE" و"جوندن GUNDUN" و"جاريسون GARRISON" أشارت إلى إمكانية تنمية وتطوير صفة التوازن لدى البنين والبنات بدرجة ملحوظة ، كما وجدوا أن التوازن يتطور في مستواه في المراحل العمرية وتشير "جوليانا برانتولي" (2001) أنه من الضروري أن ننمي عند الطفل التكيف مع ضرورات نقل الأقدام والانتقال للوضع الصحيح أي ردود الفعل تجاه الجاذبية من خلال تنمية قدرته على التوازن الحركي.

- **الخاتمة:** بعد محاولة الإلمام بجوانب هذه الدراسة المتعلقة بأثر برنامج تربية حركية مقترح في تحسين قدرة التوازن لدى أطفال ما قبل المدرسة (3-6) سنوات والتي كانت في الأساس تهدف إلى الإجابة على التساؤل العام للدراسة وهو: مامدى تأثير برنامج تربية حركية مقترح في تحسين قدرة التوازن لدى أطفال (3-6) سنوات؟

وتساؤلين جزئيين متفرعين منه يتمثلان في:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي في التوازن الثابت؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي في التوازن الحركي؟

وقد توصل الباحث إلى الإجابة عن هذه التساؤلات المطروحة من خلال المنهج التجريبي المتبع بتصميم المجموعة الواحدة بالقياسين القبلي والبعدي وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي والبعدي لتأثير برنامج التربية الحركية المقترح في تحسين التوازن الثابت ولصالح الإختبار البعدي، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي والبعدي لتأثير برنامج التربية الحركية المقترح في تحسين التوازن الحركي ولصالح الإختبار البعدي.

توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:

- أن للبرنامج المقترح تأثيرا إيجابيا في تحسين قدرة التوازن للأطفال.
- أن للبرنامج المقترح تأثيرا إيجابيا في تحسين التوازن الثابت للأطفال.
- أن للبرنامج المقترح تأثيرا إيجابيا في تحسين التوازن الحركي للأطفال.
- تتناسب البرنامج الحركي مع الأطفال من خلال تفاعلهم معه .

وبعد القيام بهذه الدراسة والتعرض إلى أثر برنامج تربية حركية مقترح في تحسين قدرة التوازن (الثابت والحركي) والتوصل إلى نتائج ، والتي في ضوئها توصل الباحث إلى مجموعة من الإقتراحات التي من الممكن أن تفيد الباحثين

والمدرسين في مجال التربية والتعليم والمربين في مجال التدريب الرياضي على السواء، وهي كما يلي :

- استخدام برنامج التربية الحركية المقترح في تعليم الأطفال ، لما له من تأثيرات على تنمية وتحسين قدرة التوازن.

- توفير الوسائل المعنية على تحقيق أهداف الدراسة في المدارس الإبتدائية وخصوصا لهذه المرحلة العمرية المهمة جدا.

- إدماج أساتذة مختصين في التربية الحركية في المدارس الإبتدائية.

- استخدام برامج التربية الحركية في تنمية وتحسين القدرات الحركية.

- الإهتمام بالمراحل العمرية المختلفة وخاصة مرحلة الطفولة المبكرة أو مرحلة ما قبل المدرسة بتحسين القدرات الحركية.

- المراجع المستخدمة في البحث:

- أحمد عبد الرحمن السرهيد، فريدة إبراهيم عثمان. (1993). الأسس العلمية للتربية

الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والمرحلة الإبتدائية . الكويت : دار القلم.

- راتب، أسامة كامل. (1994). النمو الحركي في الطفولة والمرافقة. القاهرة : دار الفكر العربي.

- العنبتاوي، حازم فريد. (1993). تأثير برنامج للاستكشاف الحركي على النمو

الحركي لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة، مجلة علوم التربية البننية، الجامعة

الأردنية. المجلد الاول. العدد 20.

- أمين الخولي ، أسامة كامل راتب. (1983). التربية الحركية . القاهرة : دار الفكر

العربي.

- حامد عبد السلام، زهران. (1995). علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة) . القاهرة : عالم الكتب.
- حداد، عامر فاخر شغاتي. (2014). علم التدريب الرياضي . نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا . الأردن: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- سيد معوض، حسن. (1982). طرق تدريس التربية الرياضية . القاهرة.
- المفتي. (2000). أثر استخدام برنامج مقترح للتربية الحركية في تنمية القدرات الإدراكية (الحس-حركية) لأطفال ما قبل المدرسة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية. جامعة الموصل، العراق.
- وليد وعد الله ، أمال نوري بطرس. (2007). تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية في تنمية مستوى الأهداف التعليمية لأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات، مجلة الدراسات للعلوم التربوية ، المجلد الثاني، العدد 38.
- ذوقان عبيدات ، عبد الرحمن عدس. (1988). البحث العلمي . الأردن : دار الفكر للنشر والتوزيع.
- طالب سلطان، سميرة. (2005). تأثير منهاج مقترح للتربية الحركية في بعض الحركات الأساسية لأطفال الرياض عمر (4-5) سنوات في محافظة البصرة . رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة البصرة .كلية التربية الرياضية
- مرزوقي، سمير. (2014). دراسة مقارنة لتطور النمو الحركي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية(10-8) سنوات. رسالة ماجستير، جامعة الجزائر.