

اقتراح برنامج بالألعاب المصغرة وأثره في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية (الجري، الرمي، الوثب) للطفل (6-7) سنوات

Proposing a mini-games program and its effect on improving some basic motor skills (running, throwing, and jumping) for a child (6-7) years old

عبد القادر بوخالفة

ABDELKADER BOUKHALFA

جامعة العربي التبسي تبسة / boukhalfa.abdelkader@univ-tebessa.dz

تاريخ الاستلام: 2021/01/01

تاريخ القبول: 2021/04/17

تاريخ النشر: 2021/06/05

المخلص:

هدفت هذه الدراسة إلى اقتراح برنامج بالألعاب المصغرة وأثره في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية للتلميذ في المرحلة الابتدائية (6-7) سنوات، وتكمن الفائدة من وراء ذلك في التوصل إلى إيجاد برنامج ينمي قدرات الطفل في اكتساب أهم المهارات والحركات الأساسية، وتمثل مجتمع دراستنا في تلاميذ السنة الأولى ابتدائي (6-7 سنوات) وشملت عينة الدراسة 31 تلميذا اختيرت بطريقة قصدية، حيث قمنا بقياس قبلي لقدرات التلاميذ في مهارات الجري، الوثب، الرمي اعتمادا على اختبار روبرت جونسون للمهارات الحركية، ثم قمنا بإعداد برنامج يتكون من مجموعة من الألعاب المصغرة التي تحسن من هذه المهارات وبعدها قمنا بقياس بعدي بنفس الاختبار. وتوصلنا من خلال هذه الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في تحسين مهارتي الجري والوثب، وكذا وجود تحسن طفيف غير دال إحصائيا في مهارة الرمي.

- الكلمات المفتاحية : البرنامج ، الألعاب المصغرة، المهارات الحركية الأساسية

Abstract

This study aimed at using a programme suggested with small games to improve some basic motor skills for pupils of 6-7 years in the primary stage. The benefit of this lies in finding a program that develops the child's abilities to acquire the most important skills and basic movements. Our study population is represented by pupils in the first year of primary school (6-7 years) and the study sample included 31 pupils who were deliberately chosen. Where we pre-measured the pupils' abilities in running, jumping, and throwing skills based on Johnson's test of motor skills, then we prepared a program consisting of a group of mini-games that improve these skills, and then we

measured my dimension with the same test.

Through this study, we found that there are statistically significant differences between the pre and post tests in favour of the post test in improving the skills of running and jumping, as well as a slight, non-statistically significant improvement in the skill of throwing.

Keywords: the programme, Small games, basic motor skills

* مقدمة وإشكالية الدراسة:

لقد اتجه العديد من علماء النفس والاجتماع لدراسة مرحلة الطفولة لما لها من تأثير كبير في تكوين شخصية الطفل وإعداده للمراحل اللاحقة، الأمر الذي تأكد في القرن العشرين، حيث شكلت الطفولة كظاهرة سيكولوجية وسوسولوجية محور الكثير من الأبحاث والدراسات التربوية والنفسية وكذا في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية أيضا (مقشوش. قدار. طيوب، 2020، ص 62).

ويشير كل من (جبريل العودات، احمد محمد عبد السلام) أن مرحلة التعليم الأساسي أهم مرحلة توافق مرحلة الطفولة والتي تعد حجر الزاوية في البناء التعليمي والتي تركز عليها الدول وذلك لكونها من أنسب المراحل السنوية لتنمية وتطوير قدرات الطفل الحركية التي تستند إليها المراحل التعليمية اللاحقة، وقد عد كثير من العلماء هذه المرحلة كأحسن مراحل التعليم نظراً إلى وجود مجموعة من الخصائص البيولوجية والنفسية والحركية التي تميز الطفل في هذه المرحلة.

وتعد التربية الحركية وبرامجها المختلفة أحد ألوان النشاط البدني في صورته التربوية الجديدة، حيث تعتمد على عدة نظريات وأساليب مختلفة من أجل بلوغ الأهداف التعليمية المسطرة، وهي من أنجح الوسائل التربوية التي تهدف إلى تحقيق النمو المتكامل للطفل، حيث يرى "جالهو 1996" أن " الحركة إحدى الدوافع الأساسية لنمو الطفل، فعن طريقها يبدأ الطفل التعرف على البيئة المحيطة به؛ لذا جاءت التربية الحركية نقلة نوعية لتحديث التربية العامة كونها تسعى لتحقيق النمو والتطور في مختلف الجوانب المرتبطة بالطفل." (انشراف إبراهيم المشرفي، 2009، ص 7)

وتعتبر الألعاب المصغرة من بين هذه الأساليب التربوية الهامة، حيث يرى أمين أنور الخولي "أنها عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طابع

الترويح والتسلية وقد تستخدم بأدوات أو بأجهزة أو بدونها" (أمين أنور الخولي، 1994، ص171)

كما أن الطفل يكون ميالا للعب في هذه المرحلة، حيث يجد فيه وسيلة للتعبير عن ذاته و إفراغ طاقته ومكبواته الحركية و النفسية المختلفة وإشباع حاجاته إلى اللهو والمرح والسرور، وهذا ما يستلزم على الأستاذ الاستغلال الأمثل لهذا الاندفاع نحو اللعب و توظيفه في تنمية اللياقة الحسية والحركية للطفل و ذلك بالاستغلال الأمثل والمتقن للألعاب . (محمد أحمد شاهين ، سمر عيسى صباح ، 2018، ص 57)

ويعد اللعب من أكثر الأنشطة ممارسة من قبل الأطفال في كل زمان ومكان، لذا يعتبر من أكثر الجوانب أهمية في حياتهم فاللعب يساهم بشكل فعال في تكوين النواحي الجسمية والعقلية واللغوية والانفعالية والاجتماعية للطفل، بالإضافة إلى تمكينه من التكيف وتحقيق التواصل مع الآخرين (مهداوي. ركزة، 2016، ص 74)، كما تبرز أهمية اللعب من خلال القدرة على التخلص من الطاقة الزائدة وبالتالي زيادة فعالية الانتباه، كما بينت بعض الدراسات وجود علاقة وطيدة بين ارتفاع الذكاء عند الطفل واللعب (بن عكي. سنوسي. حمري، 2019، ص 24).

لهذا وجب على المدرس تقديم الدرس مع مراعاة جانب اللعب و الترفيه مع الأخذ بعين الاعتبار كيفية اختيار هذه الألعاب المصغرة ليكون لها أثر إيجابي في تنمية وتطوير المهارات الحركية،

ومن بين ما استندنا إليه كخلفية نظرية بعض الدراسات نذكر منها دراسة (فاطمة ناصر حسين) المنشورة في مجلة التربية البدنية جامعة بغداد بعنوان "أثر برنامج مقترح بالألعاب الصغيرة في القسم الإعدادي من الدرس في تنمية السلوك الاستكشافي لدى طالبات الصف الأول متوسط" حيث توصلت إلى أن البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة في القسم الإعدادي من الدرس ذو تأثير إيجابي وفعال في تنمية السلوك الاستكشافي لدى طالبات المجموعة التجريبية.

وكذا دراسة (الرومي جاسم) المنشورة في مجلة الرافدين للعلوم الرياضية تحت عنوان "تأثير برامج حركية مختلفة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض بعمر 5-6 سنوات" حيث توصل إلى أن جميع البرامج الحركية أثرت إيجابيا في تطوير كافة اختبارات المهارات الحركية الأساسية والذكاء.

ودراسة (بيريفان عبد الله) تحت عنوان "أثر برنامجين باللعب الحركية واللعب الاستكشافية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والسلوك الاستكشافي الرياضي لدى تلامذة الصف الثاني ابتدائي" حيث تم التوصل إلى بناء مقياس السلوك الاستكشافي الرياضي المصور لتلامذة الصف الثاني ابتدائي، وحققت برامج الألعاب الحركية واللعب الاستكشافية ودرس التربية الرياضية التقليدي تطورا في بعض المهارات الحركية الأساسية عند المقارنة بين الاختبار القبلي والبعدي.

فمن خلال ما سبق أدركنا حقيقة أن الطفل في مرحلة الدراسة الابتدائية هو ذخيرة مستقبل الأمم وإعداده من جميع النواحي يكتسي أهمية بالغة خلقت الدافع الكافي لدى الباحث من أجل القيام بهذه الدراسة والنظر إلى عملية الإعداد من زاوية الإعداد البدني من خلال حصة التربية الحركية. والمساهمة في تقديم برنامج بالألعاب الصغيرة يساهم في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية موجه لتلاميذ الصف الأول من التعليم الابتدائي، والذي من شأنه أيضا مساعدة من يشرف على هذه الحصة من خلال الاعتماد في اختيار الألعاب على حاجيات الطفل من مهارات في هذه المرحلة، أضف إلى ذلك الملاحظات الميدانية والمقابلات مع معلمي المواد الأخرى (العربية والفرنسية) المشرفين على هذه الحصة والذين أقروا بنقصهم الكبير في هذا المجال الذي يتطلب مختصين في مجال علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. فمن خلال ما تقدم توصلنا إلى طرح التساؤل التالي: هل للبرنامج المقترح بالألعاب المصغرة أثر إيجابي في تعليم بعض المهارات الحركية الأساسية لدى الطفل (6-7) سنوات؟. وقسم هذا التساؤل الرئيسي إلى تساؤلات جزئية تكمن في إيجاد الدلالة الإحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في تعلم مهارات الجري، الرمي والوثب من خلال البرنامج المقترح بالألعاب المصغرة.

من خلال هذه التساؤلات افترضنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في تحسين المهارات الحركية الأساسية محل الدراسة من خلال البرنامج المقترح بالألعاب المصغرة.

ويسعى الباحث من خلال هذه الدراسة إلى تحقيق أهداف أهمها معرفة تأثير برنامج مقترح بالألعاب الصغيرة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية في مرحلة الطفولة المتوسطة (6-7) سنوات، ومن ثم المقارنة بين الاختبار القبلي والبعدي في أثر استخدام الألعاب المصغرة على تطوير مهارات الجري، الرمي والوثب.

وتبرز أهمية هذه الدراسة في بناء هذا البرنامج للألعاب الصغيرة والذي من شأنه مساعدة المعلمين في التعليم الابتدائي في تجاوز بعض الصعوبات التي تظهر أثناء تطبيق الحصة، وأن يعمل من خلالها على تنمية وتطوير بعض المهارات الحركية الأساسية، خاصة وأن هذه الأخيرة تعد أحد المتطلبات التي لها أهمية للطفل للعمل الأكاديمي في مرحلة التعليم الابتدائي، ولهذا سنحاول إيجاد السبل لمساعدة الطفل على التنقل، السيطرة والتحكم في جسمه وتوجهه، وعلى إدراك بعض العلاقات حتى يتسنى له أن يتصل بالآخرين بحرية أكثر ويصبح ذلك الجسم بمثابة مركز تنسيق للخبرات المكتسبة.

* تحديد المفاهيم والمصطلحات:

اللعب:

يعرف حسن علاوي فيعرفه " بأنه النشاط السائد في حياة الطفل ما قبل المدرسة كما يساهم بقدر كبير في المساعدة على النمو العقلي والخلقي والبدني والجمالي والاجتماعي" (محمد حسن علاوي، 1983، ص9). ويضيف عماد الدين إسماعيل أنه " الوسيلة التي تسمح باكتشاف الأشياء والعلاقات الموجودة بينها " (عماد الدين إسماعيل، 1986، ص9).

ويقول "ريدر" نستطيع أن نرى أحد الأطفال يقول لنا أنه يلعب لأن هذا يسره ويفرحه، لكن لا نستطيع الإدعاء أن هذا يشرح ظاهرة اللعب (B. R. Albermons, 1981, p43). أما "اوليفر كاميل" يقول مما لاشك فيه أنه لا أحد يستطيع أن ينكر دور اللعب بالنسبة للطفل، فهو يحتاج إليه مثل حاجته إلى الهواء الذي يتنفسه كما أنه يساعده على اكتشاف المحيط الذي يعيش فيه وبالتالي يؤهله إلى الاندماج والتكيف، أما رغبة الطفل في اللعب فإذا لم يتم تحقيقها في الطفولة بصورة كاملة فإنها تؤثر في شخصيته مستقبلا كمرهق وراشد (Oliver camulle, 1973, p31).

كما أن اللعب أمر تربوي (بيداغوجي) فمن خلاله يدرك الأطفال قدرتهم على أن يتمتعوا بالإدراك الواعي للمشاعر، واختبار العالم المحيط بهم، ويمكنهم أن يكتسبوا رؤية صحيحة للأشياء وعلاقتها وأهميتها. (يونس عماد الدين، 2018، ص273)

الألعاب المصغرة:

يرى " أمين الخولي" بأنها مجموعة من الألعاب المتعددة الجوانب التي يؤديها فرد أو أكثر وتقسم إلى مجموعة متجانسة تختلف عن غيرها بالنسبة إلى تأثيرها التربوي والتعليمي وكذلك إلى طبيعة نشاطها وسميت كذلك لأنها بسيطة القواعد والقوانين والشروط الموضوعية لها ومن حيث الأدوات المستخدمة، وكذلك اعتمادها على مساحات صغيرة وملاعب محدودة أي ضيقة يقبل عليها الأفراد من كلا الجنسين ومن مختلف المراحل العمرية يقبلون عليها برغبة وحماس إذ أنها تتميز بطابع المرح والسرور والتسلية والتنافس الموجه والشريف. (أمين أنور الخولي وآخرون، 1998، ص 165-166)

وتعرف كذلك بأنها عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين (نويري بوبكر، 2018، ص 63). والألعاب التي تخلو من عنصر المنافسة يكون التقدم فيها بطيء على عكس الألعاب التي تمارس في شكل منافسات، واللاعب الذي يتدرب دون منافسة يشعر بالملل، بعكس ما إذا كان أدى التدريب في شكل مسابقة أو لعبة مصغرة. (مصطفى السايح محمد، 2007، ص 28)

والألعاب المصغرة هي تلك التمارين المحببة إلى نفوس التلاميذ واللاعبين والتي تجرى على مساحة ضيقة ويعدد معين من اللاعبين قد يكون هذا العدد متساويا أو غير متساوي حسب الأهداف التي سطرها المربي. (حنفي محمود مختار، 1985، ص 135-136).

البرنامج:

عرف "ويليمز" البرنامج أنه: "عبارة عن عملية التخطيط للمقررات والأنشطة والعمليات التعليمية المقترحة لتغطية فترة زمنية محددة".

وتعرفه "حورية موسى وحلمي إبراهيم" بأنه: "هو مجموعة من أوجه نشاط معين ذات صيغة معينة تسعى لتحقيق هدف واحد".

ويعرفه "عبد الحميد شرف" : بأنه الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطة صممت سلفا وما يتطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ وإمكانات تحقق هذه الخطة. (عبد الحميد شرف، 2002، ص 19)

وعلى ضوء التعاريف السابقة نعرف البرنامج في دراستنا هذه أنه تصميم يتكون من عدد 18 وحدة تعليمية تهدف إلى تعليم المهارات الحركية للتلاميذ، وتنقسم الوحدات

التعليمية إلى أجزاء تمهيدية، رئيسي، ختامي، ويتم تنفيذه خلال شهرين ونصف بواقع حصتين أسبوعياً زمن كل حصة "45" دقيقة.

المهارات الحركية الأساسية:

تعرف الباحثة " ناب " المهارة بأنها: " المقدرة على إحداث نتائج محددة مسبقاً بأقصى قدر من الثقة وأقل قدر من الجهد والوقت "، (أنور الخولي، كامل راتب، 1982، ص136). وتعرف المهارة بأنها مهمة حركية متعلمة تشمل القدرة على القيام بعمل ما بشكل يتسم بالدقة والسهولة والسيطرة والاقتصاد في الجهد (سمير مرزوقي وآخرون، 2015، ص198).

وحسب ما ورد في القاموس الرياضي المتخصص تعرف المهارة على أنها:
- الأداء الحركي للمتعلم، مؤشرات نوعية للإنجاز الحركي تدل على إتقان تنفيذه، الاستخدام الأكثر ملائمة للسيطرة على الحركة وتناسقها وبما يحقق إتقان وفعالية إنجازها.(وجيه محجوب، 2001، ص58).

ويوضح "احمد بسطويسي 1996" الفرق بين المهارات الحركية الأساسية والمهارات الحركية الرياضية؛ أن الأولى هي تلك الحركات التي يؤديها الفرد في حياته اليومية الطبيعية وتشمل المشي، الوثب، الحجل، التسلق، الجري، الرمي،...، أما الثانية فهي التي تحتاج إلى طريقة أداء خاصة -تكنيك- ويحدها قانون كالألعاب الجماعية والفردية وعليه فالمهارات الأساسية قاعدة لجميع المهارات الرياضية (فايد، 2016، 107).

الجانب التطبيقي

1- الطرق المنهجية المتبعة :

الدراسة استطلاعية

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية بالمدرسة الابتدائية (حي 500 مسكن شتمة - بسكرة)، على عينة تتكون من 31 تلميذاً (16ذكور، 15 إناث) والتي مهّدت وسهّلت في استطلاع كل ما يكون عوناً في إمكانية إجراء هذه الدراسة واختيار العينة وجمع كل المعطيات .

المنهج المتبع في الدراسة:

إن الهدف من الدراسة الحالية هو معرفة أثر برنامج مقترح بالألعاب المصغرة على تعليم بعض المهارات الحركية الأساسية للطفل، فطبيعة هذه الدراسة تبحث في العلاقة

السببية بين أكثر من متغير، وهي علاقة تأثر وتأثير، وتماشيا مع ذلك فقد استخدمنا المنهج التجريبي والذي يعرفه م"حمد حسن علاوي" و"أسامة كامل راتب": "المنهج التجريبي هو منهج البحث الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر". (محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب، 1999، ص 217). كما عرفه صلاح مصطفى الغول " عبارة عن تغيير عمدي ومضبوط للشروط المحددة لحدث ما، مع ملاحظة التغيرات الواقعة في ذلك الحدث وتفسيرها ". (فضيل دليو وآخرون، 1999، ص 123).

مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون المجتمع الأصلي للدراسة من كل تلاميذ الصف الأول من التعليم الابتدائي لمدينة بسكرة أما المجتمع المتاح للدراسة فيمثل كل تلاميذ الصف الأول بابتدائية حي 500 مسكن -شتمة- والذين يمثلون قسمين في المؤسسة. تم اختيار منهم قسم واحد بعدد 31 تلميذاً (16 ذكور، 15 إناث) كعينة للدراسة بطريقة مقصودة نظرا لتجانس هذا القسم في بعض الخصائص كالسن والعدد وعدم ممارسة أنشطة خارجية منظمة.

أدوات الدراسة:

* اختبار "روبرت جونسون" لتحصيل المهارات الحركية"

يتكون هذا الاختبار من بطارية تقيس بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال وعددها خمس تمارين تقيس خمس مهارات وهي: الجري، الوثب، الرمي، ركل الكرة، ضرب الكرة بالمضرب. وفي دراستنا هذه اعتمدنا على ثلاث مهارات الأولى فقط نظرا للوقت، وكذا عدم توفر الوسائل والأدوات اللازمة للمهارتين المتبقيتين، علما أن الاكتفاء بعدد من المهارات فقط لا يؤثر لأن كل مهارة مستقلة عن الأخرى.

أولا – الجري المتعرج : zigzag test

يتطلب هذا الاختبار توافر عدد 4 كراسي، وساعة إيقاف مع رسم خط بداية وخط نهاية على الأرض، بحيث توضع الكراسي بين خطي البداية والنهاية، المسافة بين كل كرسي وآخر حوالي 2 متر وكذلك المسافة بين خط البداية وأول كرسي وأيضا المسافة بين خط النهاية وآخر كرسي حوالي 2 متر.

طريقة أداء الاختبار:

تتطلب أن يقف التلميذ خلف خط البداية، يجري عند سماع إشارة البدء بين الكراسي مبتدئاً من جهة اليمين أو الشمال حتى خط النهاية ثم العودة إلى خط البداية، ويسجل له زمن الأداء، ويعطى للطفل ثلاث محاولات وتسجل أحسن محاولة .

ثانياً – اختبار الوثب العمودي : vertical jump test

يقف التلميذ مواجهاً الحائط بالجنب ، ويلقى على الحائط لوحة مدرجة بالسنتيمتر وعلى ارتفاع مناسب لطول التلميذ من سطح الأرض، وذلك لتحديد أقصى طول للتلميذ مع وضع الوقوف، مع ملاحظة تحريك اللوحة قبل تثبيتها حتى يكون أقصى طول من رفع أحد الذراعين عالياً من الثبات لدى الطفل هو بالتحديد صفر التدرج في اللوحة، وهذا يتطلب أن تتحرك اللوحة لأعلى ولأسفل بسهولة مع تثبيتها دون صعوبات. يقوم التلميذ بالوثب لأعلى مسافة يستطيع الوصول إليها بالطباشير التي يمسك بها بين أصابعه ويشترط عدم أخذ أي خطوة أمامية عند الارتقاء.

ثالثاً – اختبار الرمي:

يتطلب هذا الاختبار استخدام كرة متوسطة المحيط ويجب رسم مربع على الحائط طول ضلعه 150 سم بحيث يبعد الجانب الأسفل منه عن سطح الأرض بـ 1م ويرسم داخل هذا المربع وبالتحديد في زواياه أربعة مربعات مساحة كل منها 10×10 سم وهذه المربعات تقع في زوايا المربع الكبير.

يرسم على الأرض خط بداية يبعد 1م عن الحائط، وراء هذا الخط ترسم 3 مربعات مساحة كل مربع 70×70 سم بين كل مربع وآخر مسافة 40 سم .

طريقة الأداء:

يقوم التلميذ بأداء مهارة رمي الكرة على الحائط من الوقوف في المربعات الثلاثة ، ويعطى لكل طفل ثلاث محاولات من كل مربع.

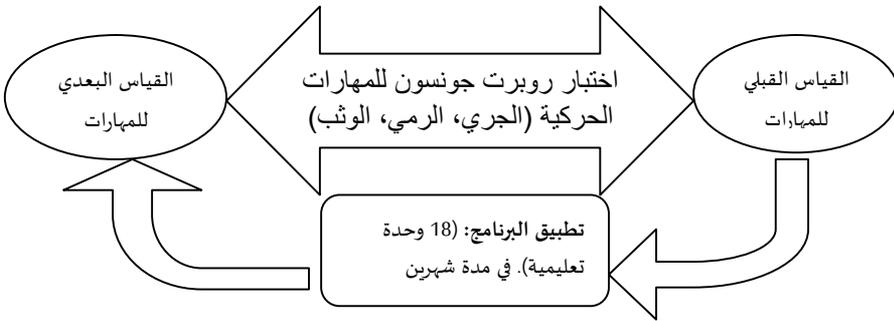
التسجيل : يمنح التلميذ درجتين إذا تمكن من تصويب الكرة على أي من المربعات الصغيرة في أطراف المربع الكبير، أما إذا وصلت للمربع الكبير وحسب فإنه يعطى نقطة واحدة وصفرًا إذا لم تصل إلى الهدف.(أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب، 1997، ص329-332).

الباحث بإجراء دراسة استطلاعية بالمدرسة الابتدائية (حي 500 مسكن – شتمة)، حيث قمنا بإجراء تريبص مخبري يندرج ضمن التكوين الخاص بطلبة الماستر، وكان ذلك في شهر

نوفمبر- ديسمبر حيث مهّد لنا هذا التريص وسهّل لنا في استطلاع كل ما يكون لنا عوناً في هذه الدراسة .

*** البرنامج المقترح:**

اعتماداً على نتائج بعض الدراسات السابقة التي أنجزت في هذا المجال، وبعد الإطلاع على عدد كبير من المراجع والمصادر المختصة في مجال التربية الحركية والبرامج التعليمية والتربوية للتلاميذ، وكذا من خلال المقابلات الشخصية مع أساتذة التربية البدنية بهدف الاستفادة مما ورد في تخطيط وبناء هذا البرنامج، تم بناء هذا البرنامج الذي يتكون من 18 وحدة تعليمية طبقت في مدة شهرين ونصف، حيث أن كل حصة تتكون من 3 ألعاب بمجموع 54 لعبة، وتتكون كل وحدة من ألعاب صغيرة لتنمية مهارات الجري والرمي والوثب، حيث قمنا بجمع مجموعة الألعاب المصغرة من المصادر السالفة الذكر في شكل وحدات تعليمية راعينا فيها أسس أهمها أن تكون اللعبة المختارة تنمي أو تحسن مهارة من المهارات محل الدراسة، ثم عرضناها على مجموعة من المحكمين "14 محكماً" من عدة جامعات جزائرية لإبداء رأيهم فيها وكذا حذف أو إضافة أي تعديلات، بعدها قمنا بتطبيق البرنامج وفق الشكل الآتي:



الشكل 01: يبين كيفية تطبيق البرنامج

وهذه بعض الألعاب المستخدمة في البرنامج:

جدول 1: يبين بعض الألعاب المستخدمة في البرنامج المقترح

الجري	الرمي	الوثب
لعبة سباق الأقماع	لعبة التمرير عبر المناطق	لعبة الوثب بالحبل
لعبة سلة الأعلام	لعبة صيد الحمام	لعبة شبكة صيد السمك
لعبة القط والفأر	لعبة إصابة الصولجات	لعبة توصيل الرسالة
لعبة سباق نقل الكرات	لعبة اصطياد الأرنب	سباق الوثب داخل دوائر
لعبة تتابع العصا	لعبة الرامي بالكرة	سباق تتابع الوثب فوق العصا
لعبة نقل الأقماع الزجاجي	التصويب في الدائرة والمطاردة	سباق الحجل إلى المربعات

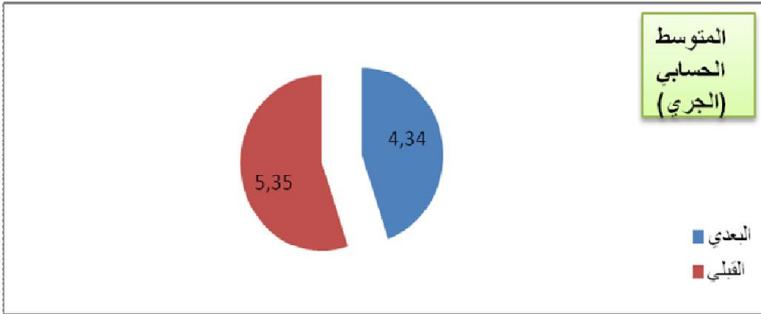
* الأدوات الإحصائية المستعملة:

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- اختبار ستيودنت "ت" t.test
- معامل بيرسون
- الصدق الذاتي باستخدام الجذر التربيعي

2- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

* عرض وتحليل نتائج الإختبار القبلي والبعدي الخاص بمهارة الجري:
جدول 2: يبين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الجري.

عدد العينة	الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	درجة الحرية
31	القبلي	5.35	0.50	9,60925E-12	1,69	30
	البعدي	4.34	0.42			



الشكل 2: يبين الفرق بين المتوسطين الحسابيين للإختبار القبلي والبعدي لمهارة الجري

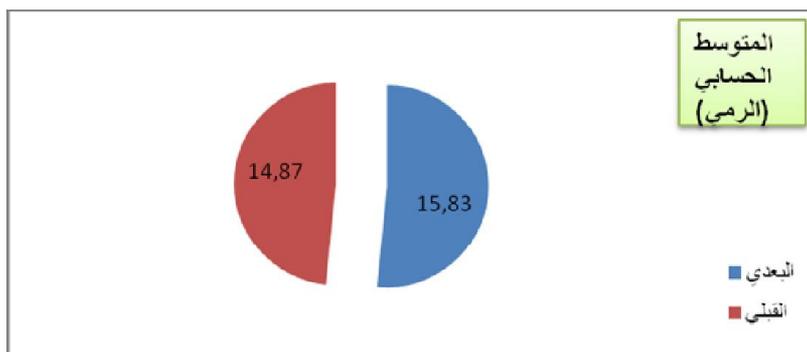
نلاحظ من خلال الجدول رقم 2 والشكل رقم 2 أدناه اللذان يبينان لنا نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الجري أن المجموعة تحصلت في الاختبار القبلي على متوسط حسابي قدره "5,35" وبلغ الانحراف المعياري "0,50" أما المتوسط الحسابي للاختبار البعدي فقد بلغ "4,34"، وأما الانحراف المعياري فقد بلغ "0,42"، وكما بلغت "ت" المحسوبة "4,8"، وعند مقارنتها بالجدولية فنرى أنها أكبر منها وهذا ما يؤكد أن الفروق ذات دلالة إحصائية .

النتيجة الجزئية للفرضية الأولى : مما سبق ذكره نستنتج أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في تحسن مهارة الجري نتيجة تطبيق البرنامج المقترح .

* عرض وتحليل نتائج الإختبار القبلي والبعدي الخاص بمهارة الرمي

جدول 3: يبين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الرمي.

عدد العينة	الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	درجة الحرية
31	القبلي	1,59	0,41	0,003	1,69	30
	البعدي	1,95	0,47			



الشكل 3: يبين الفرق بين المتوسطين الحسابيين للإختبار القبلي والبعدي لمهارة الرمي

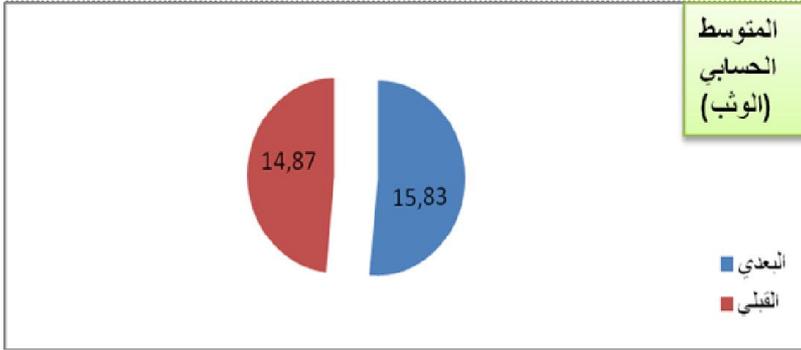
نلاحظ من خلال الجدول رقم 3 والشكل رقم 3 أدناه اللذان يبينان لنا نتائج الإختبارين القبلي والبعدي لمهارة الرمي أن المجموعة تحصلت في الإختبار القبلي على متوسط حسابي قدره "1,59" وبلغ الإنحراف المعياري "0,41"، أما المتوسط الحسابي للإختبار البعدي فقد بلغ "1,95" وأما الإنحراف المعياري فقد بلغ "0,47" وكما بلغت "ت" المحسوبة "0,003" وعند مقارنتها بالجدولية فنرى أنها أصغر منها وهنا يمكن القول أن هناك تحسن في النتائج لكنه طفيف مقارنة بالفرضية الأولى إلا أنه لم يكن كافياً لأن تكون الفروق دالة إحصائياً.

النتيجة الجزئية للفرضية الثانية: مما سبق ذكره نستنتج أنه هناك تحسن طفيف لمهارة الرمي نتيجة تطبيق البرنامج المقترح إلا أن الفروق غير دالة إحصائياً.

* عرض وتحليل نتائج الإختبار القبلي والبعدي الخاص بمهارة الوثب

جدول 4: يبين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الوثب.

عدد العينة	الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	درجة الحرية
31	القبلي	14,87	2,56	1,76586182	1,69	30
	البعدي	15,83	2,65			



الشكل 4 : يبين الفرق بين المتوسطين الحسابيين للإختبار القبلي والبعدي لمهارة الوثب

نلاحظ من خلال الجدول رقم 4 والشكل رقم 4 أدناه اللذان يبينان لنا نتائج الإختبارين القبلي والبعدي لمهارة الوثب أن المجموعة تحصلت في الإختبار القبلي على متوسط حسابي قدره "14,87" وبلغ الإنحراف المعياري "2,56"

أما المتوسط الحسابي للإختبار البعدي فقد بلغ "15,83" وأما الإنحراف المعياري فقد بلغ "2,65" وكما بلغت "ت" المحسوبة "1,76" وعند مقارنتها بالجدولية فنرى أنها أكبر منها وهذا ما يؤكد أن الفروق ذات دلالة إحصائية.

النتيجة الجزئية للفرضية الثالثة : مما سبق ذكره نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي والبعدي لصالح الإختبار البعدي في تحسن مهارة الوثب نتيجة تطبيق البرنامج المقترح .

مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات:

الفرضية الأولى بالشكل التالي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبار القبلي والبعدي لصالح الإختبار البعدي في تحسين مهارة الجري من خلال البرنامج المقترح بالألعاب المصغرة.

من خلال الجدول رقم 2 الذي يبين نتائج الإختبار القبلي والبعدي لصالح البعدي في مهارة الجري نرجع ذلك إلى النقاط الموضحة في الأتي:

- الأسس العلمية التي اعتمدت في بناء هذا البرنامج المقترح.
- التنوع والإثارة اللذان تتميز بهما مختلف الألعاب ساهم في تطوير هذه المهارة.

- التنوع في استخدام وسائل اللعب وحب التلاميذ لمهارة الجري أكثر من المهارات الأخرى والتي تتميز بالتنقل والحركية وهو ما يؤكد "مصطفى السايح" أن ألعاب الجري والمطاردة يقبل عليها التلاميذ أكثر لرغبتهم ولأنها تشبع حاجاتهم كالقفز والجري (مصطفى السايح محمد، مرجع سابق، 2007)

- ويمكن تفسير هذه النتائج أيضا من منظور نظرية الطاقة الزائدة، والتي نادى بها كل من "فردريك شيلر" في سنة 1759م - 1805م، و"هربرت سبنسر" في سنة 1820م - 1903م، وتذهب هذه النظرية إلى القول بأن اللعب يكون عادة نتيجة وجود طاقة زائدة لدي الكائن الحي وليس في حاجة إليها، ويظهر ذلك من خلال الحركة كالجري والقفز والتمرغ المستمر بالتراب (كلية تربية رياضية بنين جامعة الزقازيق، موقع الكتروني)

- وأخيرا نشير إلى اتفاق هذه النتائج مع نتائج الدراسات السابقة لكل من (بيريفان عبد الله، 2005)، و (جاسم الرومي، 1999) المشار إليها في الدراسات السابقة.

الفرضية الثانية بالشكل التالي:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في تحسين مهارة الرمي من خلال البرنامج المقترح بالألعاب المصغرة.

من خلال الجدول رقم 3 الذي يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لصالح البعدي إلا أنه غير دال إحصائيا في مهارة الرمي نرجع ذلك إلى النقاط الموضحة في الأتي:

- نرجع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة الرمي إلى قلة الحجم الساعي المخصص لها فهي مهارة تحتاج إلى حجم ساعي أكثر من مهارة الجري كي تكون هناك فروق كبيرة، وهذا ما يتفق مع آراء العديد من الباحثين على أن اللعب يجب أن يحظى بأهمية أكبر من التي يحظى بها اليوم من خلال توفير الوسائل اللازمة وتخصيص الوقت الكافي، وإلا فإننا نسهم في عرقلة نضج الطفل وتقدمه حركيا.

الفرضية الثالثة بالشكل التالي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في تحسين مهارة الوثب من خلال البرنامج المقترح بالألعاب المصغرة.

من خلال الجدول رقم 2 الذي يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لصالح البعدي في مهارة الوثب نرجع ذلك إلى النقاط الموضحة في الآتي:

- التأثير الفعال والإيجابي للألعاب المصغرة المقترحة في البرنامج حيث بنيت هذه الألعاب على أسس علمية صحيحة، كما تميزت بعنصر التشويق والإثارة والتنوع في أدوات اللعب وهذا ساهم في تطوير مهارة الوثب.

- حب التلاميذ للأنشطة والألعاب التي تتميز بالحركية الكبيرة كالوثب والجري في هذا السن أكثر من المهارات الأخرى وهو ما يؤكد أيضاً "مصطفى السايح" أن ألعاب الجري و المطاردة والوثب يقبل عليها التلاميذ أكثر لرغبتهم ولأنها تشبع حاجاتهم كالقفز و الجري. (مصطفى السايح محمد، مرجع سابق، 2007).

- ويمكن تفسير هذه النتائج أيضاً من منظور نظرية "ادلر" في اللعب والذي يرى أن لعب الأطفال مرآة لحاجات الطفولة ويمكن إشباع هذه الحاجات من النشاط الجسدي والتخيلي.

- كما يؤكد كل من "فردريك شيلر" في سنة 1759م - 1805م، و"هريبرت سبنسر" في سنة 1820م - 1903م من خلال نظرية الطاقة الزائدة بأن اللعب يكون عادة نتيجة وجود طاقة زائدة لدى الكائن الحي وليس في حاجة إليها، ويظهر ذلك من خلال الحركة كالجري والقفز والتمرغ المستمر بالتراب (كلية تربية رياضية بنين جامعة الزقازيق، موقع الكتروني)

وأخيراً نشير إلى اتفاق هذه النتائج مع نتائج الدراسات السابقة لكل من (بيريفان عبد الله، 2005)، و (جاسم الرومي، 1999).

3- الاستنتاجات والاقتراحات:

- بعد قيامنا بهذه الدراسة وبعد عرض وتحليل ومناقشة نتائجها توصلنا إلى الاستنتاجات التالية:
- تحقق الفرضية الأولى القائلة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في تحسين مهارة الجري، وهو ما يؤكد على فاعلية البرنامج.
 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمهارة الرمي رغم التحسن الطفيف في المهارة بين الاختبارين وهو ما نرجعه للوقت غير الكافي.

- تحقق الفرضية الثالثة القائلة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي في تحسين مهارة الوثب، وهو ما يؤكد على فاعلية البرنامج.
- اعتماد الأسس العلمية في بناء برامج التربية الحركية للطفل في المرحلة الابتدائية يحقق الأهداف الحركية والنفسحركية بكفاءة كبيرة.
- التنوع في اختيار الألعاب مع المحافظة على عنصر التشويق والإثارة له الأثر الإيجابي في تطوير المهارات الحركية للطفل.
- الوقت غير الكافي للحصة يقلل من نسبة تحقق الأهداف وعليه عدم التطور الجيد للمهارات.

وأخيرا قمنا بصياغة جملة من الاقتراحات ممثلة في:

- ✓ زيادة عدد الحصص المقررة في البرنامج الدراسي.
- ✓ توفير مساحات لعب داخل المؤسسات التعليمية وبالخصوص المدارس الابتدائية.
- ✓ إدراج أستاذ متخصص في التربية البدنية والحركية في الطور الابتدائي نظرا للأهمية الكبيرة لهذه المرحلة.
- ✓ زيادة وتنوع الوسائل الخاصة بالألعاب تماشيا مع خاصية اللعب المحببة لدى الفئة العمرية في الطور الابتدائي .
- ✓ عقد ندوات ودورات تكوينية وملتقيات للمربين الرياضيين والأساتذة القائمين على تطبيق حصص التربية البدنية ، والتي من شأنها اقتراح أساليب تحفيزية في كيفية التعامل مع هذه الفئة الحساسة.
- ✓ توفير دليل خاص بالمعلم يتضمن مختلف الألعاب المصغرة والحركية... وكيفية توظيف كل منها حسب الأهداف الممنهجة.

- 4- قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة.
- أمين أنور الخولي، التربية الرياضية المدرسية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994 .
 - أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب، التربية الحركية للطفل، مراجعة وتقديم محمد حسن علاوي، ط2 ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1982.
 - أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب، التربية الحركية للطفل، مراجعة وتقديم محمد حسن علاوي، ط5، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997.
 - أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح، عدنان درويش، التربية الرياضية المدرسية دليل معلم الفصل و طالب التربية العملية، ط1، دار الفكر العربي، 1998.
 - انشراح إبراهيم المشرفي، التربية الحركية لطفل الروضة، جامعة أم القرى، 2009.
 - بن عكي أكلي. سنوسي الرحماني. حمري إيمان، دور اللعب والألعاب الرياضية في تكوين شخصية الطفل، مجلة مجتمع تربية عمل، المجلد (04)، العدد (02)، الجزائر، 2019، ص ص 24-32.
 - بيريفان عبد الله، أثر برنامجين بالألعاب الحركية والألعاب الاستكشافية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والسلوك الاستكشافي الرياضي لدى تلامذة الصف الثاني ابتدائي، أطروحة الدكتوراه، جامعة الموصل، العراق، سنة 2005.
 - جاسم الرومي، تأثير برامج حركية مختلفة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض بعمر 5-6 سنوات، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، جامعة الموصل العراق، المجلد (05)، العدد (12)، 1999.
 - جبريل العودات. أحمد محمد عبد السلام، الحد من الإصابات باستخدام برنامج للتربية الحركية لتلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى بالمرحلة الابتدائية، كلية التربية البدنية والرياضة، الرياض، غير منشورة.
 - حنفي محمود مختار، كرة القدم للناشئين، دار النشر العربي، القاهرة، 1985.
 - عبد الحميد شرف، البرامج في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق للأسوياء والمعاقين، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، 2002.
 - عماد الدين إسماعيل، الأطفال ميراث المجتمع، دار العلم، الكويت، 1986.

- فايد عبد الرزاق، التوافق النفسي وعلاقته بتعلم المهارات الحركية الأساسية في كرة اليد لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية، مجلة الابداع الرياضي، جامعة المسيلة، المجلد (07)، العدد (01)، 2016، ص ص99-122.
- فضيل دليو وآخرون، الأسس العلمية في العلوم الاجتماعية، منشورات جامعة قسنطينة، 1999.
- محمد أحمد شاهين ، سمر عيسى صباح، أثر برنامج إرشادي يستند إلى اللعب والفن في خفض السلوك العدواني لدى أطفال قرية الأطفال SOS في محافظة بيت لحم، مجلة العلوم النفسية والتربوية، المجلد (07)، العدد(02)، 2018، ص ص55-73.
- محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط 5، دار المعارف، القاهرة، 1983، ص9.
- محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط 2، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- مرزوقي سمير، لعياضي عبد الحكيم، بورنان خليل، مساهمة مناهج التربية البدنية والرياضية في تحسين المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المدرسة الابتدائية (10/8 سنوات)، مجلة الإبداع الرياضي، جامعة المسيلة، المجلد (06)، العدد (03)، 2016، ص ص198-212 .
- مصطفى السايح محمد، موسوعة الألعاب الصغيرة، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2007.
- مقشوش مفيدة. قدار زين الدين. طيوب أبو بكر الصديق، دور الالعاب الشبه رياضية في تطوير الادراك الحسي الحركي لأطفال التربية التحضيرية، المجلة الدولية لعلوم الرياضة والعلوم الانسانية والاجتماعية "المحترف"، المجلد (06)، العدد (02)، 2020، ص ص61-78.
- مهداوي سامية. ركزة سميرة، أهمية اللعب في حياة الاطفال (رؤية سيكولوجية)، مجلة العلوم القانونية والاجتماعية، الجلفة - الجزائر، العدد (06)، 2016، ص ص 74-87.
- نويري بوبكر، توظيف الألعاب الصغيرة ضمن برنامج تدريبي لتنمية بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال أقل من 17 سنة، مجلة الإبداع الرياضي، جامعة المسيلة، المجلد (09)، العدد (01)، 2018، ص ص60-76 .

- وجيه محجوب، نظريات التعلم والتطور الحركي، ط1، دار وائل للنشر، عمان-الأردن، 2001.
- يونس عماد الدين، أثر برنامج مقترح بالألعاب الحركية في تنمية الإدراك الحسي الحركي لتلاميذ السنة الأولى ابتدائي بسن (6-7) سنوات دراسة تجريبية على تلاميذ السنة الأولى ابتدائي بولاية باتنة، مجلة الإبداع الرياضي، جامعة المسيلة، المجلد (09)، العدد (01)، 2018، ص ص 260-273.
- كلية تربية رياضية بنين جامعة الزقازيق من موقع:
<https://www.facebook.com/sport.kings/posts/433493640086232>
- B.R. ALbermons, manuel de psychologie de sport, vigot, 1981 .
- Oliver camulle, votre enfant et ses loisirs, paris, 1973.