

تأثير برنامج ألعاب شعبية ترويحوية على الرضا الحركي

للأطفال من ٦ - ٩ سنوات بالمرحلة الابتدائية

* د / أمل جميل يوسف مصطفى

أهمية ومشكلة البحث :-

تعد برامج الترويح الوسيلة التي يمكن أن يتحقق عن طريقها عدة أهداف تشمل مختلف جوانب حياة الفرد ، ويتوقف ذلك على نوعية وكيفية التخطيط لها وأسلوب تنظيمها وإدارتها بأسلوب علمي ، وحيث أن مرحلة الطفولة تعتبر من أهم المراحل في حياة الإنسان ففي هذه المرحلة تتميز قدرات الطفل وتتفتح مواهبه ويكون قابلاً للتأثر والتوجيه والتشكيل، ومن أهم ما يميز الطفل هو الميل للعب ، فعن طريق هذا الميل الطبيعي يتعلم الطفل من خلال الحركة وينمو تفكيره وشخصيته ومن هذا المنطلق تأتي أهمية الترويح بالنسبة له في هذه الفترة من العمر .

ويشير كمال درويش وآخرون (١٩٨٢م) نقلاً عن فيلب فينكس Phillip Phenix إن الترويح ينبغي أن يمزج بالمرح والسعادة والأمل والمغامرة ومن ثم أن الترويح يعد جزءاً بالغ الأهمية ، فمن خلال إشراك الأفراد في برامج ترويحوية فإنهم يكتسبون المهارات اللازمة لقضاء أوقات فراغهم بطريقة مثيرة وممتعة ، ويضيفون أن الفرد حين يمارس النشاط التروحي بطريقة موجهة على الأسس العلمية والتربوية ، فقد يساعد على تحقيق التنمية الشاملة بدنياً ونفسياً وعقلياً واجتماعياً (٢٠ : ٣١) .

* مدرس بقسم الترويح الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان .

ويضيف محمد الحماحمى وعابدة عبد العزيز (١٩٩٣م) أن الأنشطة الترويحية تعد إحدى الطرق التربوية الهامة داخل المؤسسات التعليمية ، فهي تسهم بدور فعال وإيجابي في تحقيق الرسالة التربوية وذلك وفقاً لرغبات التلاميذ والطلاب واحتياجاتهم في حدود إمكانيات المؤسسة التعليمية والوقت المتيسر لممارسة أوجه النشاط الترويحي الرياضي بها (٢٥ : ٢٠٦) .

كما يري كل من محمود إبراهيم (١٩٩٠م) كمال درويش ، محمد الحماحمى (١٩٩٧م) أن البرامج الترويحية التي تشمل الأنشطة الفنية أو الاجتماعية أو الثقافية ، يمكن أن تحقق أهداف الترويح في استثمار وقت الفراغ ، بينما يعتبر الترويح الرياضي من أهم مجالات الترويح لتعدد وتباين أنشطته ، بالإضافة الى أنه يتمشي مع الاستعداد الطبيعي للطفل لإشباع حاجاته الى اللعب والحركة (٢٦ : ١) (١٩ : ٩٩) .

ونظراً لأهمية مرحلة التعليم الابتدائي في المجالات التعليمية التربوية المختلفة وتأكيداً على أن هذه المرحلة بالنسبة للعملية التربوية تعتبر القاعدة الأساسية والركيزة الأولى في البناء التعليمي ، يبرز دور الأنشطة التي تعمل على تطوير وإعداد جيل من التلاميذ إعداداً متكاملًا (١٥ : ٧) ، وتهدف التربية الرياضية في الحلقة الأولى من التعليم الأساسي الى تنمية وتطوير قدرات ومهارات الطفل الحركية الطبيعية من خلال ممارسة حرة وموجهة لأنشطة ومهارات أساسية لتحقيق النمو المتزن الشامل بدنياً ومهارياً ، ومعرفياً وسلوكياً ، لاكسابه عادات صحية وقوامية وخلقية واجتماعية سليمة . (٣٣ : ١٢١) .

كما توضح عطيات خطاب (١٩٩٠م) ، وتهاني عبد السلام (١٩٨٦م) دور المدرسة كمؤسسة تربوية حيث تقع على عاتقها مهمة توجيه الجيل الصاعد وتوعيته بأهمية استثمار وقت الفراغ بصورة نافعة تعود عليه وعلى الوطن بالفوائد وإتاحة الفرصة أمامه لممارسة العديد من الأنشطة الترويحية في وقت الفراغ بهدف تربيته وتنميته (١٣ : ١٨ : ١٩) (٧ : ١٧٦) .

ويشير كمال درويش وآخرون (١٩٨٢م) الى أن المدرسة هي المؤسسة التربوية التي أقامها المجتمع لتعمل على خدمة أهم هدف ألا وهو تنشئة الجيل الصاعد تنشئة قائمة على المبادئ والقيم والتقاليد وإعداده ليؤمن بالمجتمع وقيمة ويعمل على تطوره وتقدمه

(٢٠ : ٥٦) ، وتذكر نهاني عبد السلام (١٩٨٦ م) أن المدرسة لديها الفرص الكاملة لتربية التلاميذ واستخدام وقت الفراغ وكذلك لتنظيم برامج ترويحية (٧ : ١٧٦) .

ويري محمد صلاح الدين مجاور (١٩٨٤ م) أن تربية الشباب من الصغر على كيفية الاستفادة من أوقات الفراغ بصورة جيدة تعد مسنولية المدرسة في التخطيط لشغل أوقات الفراغ بصورة مثمرة ، والمنهج المدرسي يستطيع أن يقدم للأطفال فرصاً تعرفهم كيف يقضون أوقات فراغهم في متعة وسعادة ورضا (٢٣ : ٩١) .

ويضيف كل من أمين الخولي وجمال الشافعي (٢٠٠٠ م) أن مناهج التربية البدنية المدرسية تقدم ألواناً من الأنشطة البدنية والخبرات الحركية في وسط تكتنفه القيم الاجتماعية والنفسية والتي تعمل في تفاعل حيوي نشط يعمل من التوجيه على تنمية شخصية الفرد وأنه يفترض أن يجد الفرد معني ومغزى من خلال مشاركته في النشاط الحركي فقد يركز على المعني من خلال الشعور بالمتعة والبهجة والرضا المتاصل في النشاط والخبرات الحركية في حد ذاتها بالإضافة الى الخبرات التعليمية والأنشطة ، حيث تحقق الحصائل المرغوبة بواسطة التلاميذ (٤ : ٦٧ ، ١٧٧ ، ٣٧٢ ، ٤٨٤) .

ومن هنا ترى الباحثة أن للمدرسة دور حيوي في تنمية ميول واتجاهات التلاميذ نحو المشاركة في الأنشطة الترويحية وفي إشباع احتياجاتهم البدنية والنفسية والعقلية والمعرفية والاجتماعية ، ويأتي ذلك عن طريق توفير المنشآت والأدوات والأجهزة المرتبطة بمختلف الأنشطة الترويحية ، وأيضاً عن طريق توفير الحوافز للمشاركين في ممارسة هذه الأنشطة وتوفير المشرفين المتخصصين في كافة المجالات الترويحية ، وكذلك المتخصصين في إعداد البرامج المتنوعة التي تساعد على ازدهارها وممارسة الأنشطة الترويحية بصورة طيبة ، وكل العوامل تعمل على النهوض والاستفادة من ممارسة تلك الأنشطة لما لها من أهمية بالغة في حياة التلاميذ .

ومن هذا المنطلق ترى مرفت فريد (٢٠٠١ م) أن الاهتمام بالمرحلة الابتدائية يرجع الى اعتبارها من أنسب المراحل السنوية لتنمية وتطوير قدرات التلميذ الحركية ، ولذلك يفضل إن تشتمل مناهجها على برامج رياضية متنوعة ، حيث أن كثيراً من أطفال هذه المرحلة يتميزون بالرشاقة في غضون ممارستهم لألعاب الكرات ، وبالسرعة في مختلف الأنشطة التي تحتوي على الجري ، وما الى ذلك ، كما تتميز حركات طفل هذه المرحلة

بحسن التوقيت والانسياوية وحسن انتقال الحركة من الجذع الى الذراعين والى القدمين وايضا يتميز بسرعة استيعابه وتعلمه للحركات الجديدة والقدرة على المواءمة الحركية لمختلف الظروف (٢٧ : ١٥٠) .

وتوضح هيمن محمد (١٩٨٧م) أن الرغبة في اللعب في هذه المرحلة التعليمية تعتبر ميل فطري لدي الطفل ، واللعب هو نشاط حركي يؤدي في وقت الفراغ بغرض السرور والتعبير عن الذات ، وغالبا ما يتم بروح التنافس ، ويميل الإنسان للعب منذ طفولته (٣١ : ٢٤ ، ٢٥) .

ويؤكد محمد سلطان (٢٠٠٠م) أن الأنشطة الترويحية ومنها الألعاب الشعبية التي يمارسها الأطفال تعد هامة وجوهرية لحياتهم خلال السنوات الأولى من العمر كما تعد الأساس للكثير من الأنشطة المختلفة (٢١ : ١١٥) .

ويرى محمد عادل خطاب (١٩٦٤ م) أن الألعاب الشعبية من أولي الصور لنشاط الإنسان في طفولته ، فهي مرآة الطفولة وانعكاس لصورة الحياة التي لم يخلو تاريخ أمة من الأمم منها ، وهي مظهر من المظاهر التي لا بد من توافرها في كل مجتمع ، فهي تعرض نماذج الحياة في البيئة بطبائعها وتقاليدها ونظامها ، كما أنها بسيطة ومحبية الى نفس الطفل ، بالإضافة الى أنها لا تحتاج الى مساحات واسعة من الأرض بل يمكن تأديتها في أي مكان كما أنها لا تحتاج الى أجهزة أو أدوات خاصة لذلك فهي تقع في مقدمة ألوان النشاط التي يمكن تنظيمها للأطفال ، حيث أنها معروفة لديهم ، ومنبقة مع تراثهم وتقاليدهم (٢٤ : ٣١ - ٣٣ ، ٣٧) .

ويتفق كمال الدين حسين (١٩٩١م) على الألعاب الشعبية بسيطة وتلقائية في أدائها وممارستها ولا تحتاج الى ملاعب وأدوات أو أماكن خاصة ، فهي تؤدي داخل الحجرات والمساحات ، وتحتاج فقط الى وجود الرغبة في اللعب وبعض الأدوات البسيطة والمتوفرة في البيئة ، فضلا عن الفوائد التي تتحقق من حيث الأهداف المختلفة للألعاب الشعبية (١٨ : ٦٠)

ويتفق كل من شوب هوزيل Schop Hozel (١٩٩٣ م) ، وعلى محمود الديري (٢٠٠١ م) على أن الألعاب الشعبية كأسلوب محبب ومثير للأطفال ، وأنه يعد من أفضل الأساليب التي يمكن استخدامها كوسيلة فعالة في إكسابهم الرضا الحركي (٤٠) (١٧)

ويتفق كل من عزة عبد الفتاح الشيمي (١٩٩٥م) ، ووهيب محمد لبيب (١٩٩٨م) ، على أن الألعاب الشعبية تعد من أنشطة اللعب المحببة للأطفال حيث تلعب دورا في نقل التراث الثقافي من المجتمع ، فيتعلمون بعض القيم الاجتماعية مما يؤدي الى تنمية التفاعل الاجتماعي وتكوين علاقات اجتماعية ، الأمر الذي ينعكس على تعليمهم أهمية حياة الجامعة والبعد عن الذاتية والانعزالية ، حيث يمكن أن يمارسها الأطفال في الأماكن العامة وفي المدن وفي القرى ، ويضع الأطفال قواينها تبعاً لإمكاناتهم ، لذلك فهي سهلة في أدائها بالنسبة للأطفال (١٢ : ٦٠) (٣٢ : ٩ ، ٨) .

ويري جالهيو Gallehue (١٩٩٠م) أن انتقاء الألعاب للأطفال في سن المدرسة مهمة لا يستهان بها لذا فإنه يجب التفكير والتخطيط الجيد عند اختيار نوع النشاط الحركي ، الأمر الذي يعمل على النمو المتوازن للطفل بدينا وعقليا ونفسيا واجتماعيا ، كما يؤكد بيتي وآخرون Betty and others (١٩٩٧م) الى أن البرامج التي تعتمد على الألعاب الشعبية تؤدي الى تحسين الرضا الحركي لدي الأطفال من الجنسين ، البنين والبنات (٣٧ : ١٩)

وترى الباحثة أن أهم ما يميز مرحلة الطفولة هو الميل الطبيعي للعب والحركة فعن طريق هذا الميل يتعلم الطفل الممارسة الرياضية ، وقد فطن علماء التربية الحديثة الى أهمية اللعب والحركة أثناء هذه المرحلة ووجدوا أنها ميزة من المميزات التي يجب استغلالها والاستفادة منها في عملية التربية والتعليم ، ويؤكد على ذلك محمد علاوي (١٩٩٢م) أنه يمكن تربية الطفل وتنمية قدراته البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية إذا ما كان في حالة حركة ونشاط محبب الى نفسه (٢٢ : ٦٥) .

وقد لاحظت الباحثة عدم ممارسة الأطفال للأنشطة الترويحية في المجال الرياضي وهذا ما أشارت إليه دراسة كل من طه عبد الرحيم محمد (١٩٨٤م) (١٠) ، عفاف خليل الجراد (١٩٨٩م) (١٤) ، هشام حسين (١٩٩٩م) (٣٠) الى عدم إدراج الأنشطة الترويحية في محتويات درس التربية الرياضية والتركيز على التدريبات المنظمة والألعاب المصغرة ، في حين أنه توجد فترة راحة داخل البرنامج الدراسي اليومي للمدارس التجريبية وهي فترة الفسحة ومدتها (٦٠ق) ولا يتم استغلال هذه الفترة وترك كي يمارس الأطفال ما يحلو لهم من الأنشطة دون وجود متابعين من المدرسين مما يؤدي الى تدافع التلاميذ وحدوث الاشتباكات وقضاء هذه الفترة من اليوم الدراسي دون فائدة تعود بالنفع على التلاميذ ،

ولما كانت الألعاب الشعبية لها دور هام وأساسي في حياة الأطفال ، وهذا ما تؤكدّه سوسن عبد الخالق ، نبيلة حسن (١٩٩٣م) حيث ترى أن الألعاب الشعبية لم يلتفت إليها في دروس التربية الرياضية بالمدارس لذا فقد بدأ الأطفال الاتجاه الى الألعاب التي تعتمد على الحد من ممارسة الرياضة مما يؤدي الى زيادة وقت الفراغ لديهم (٩ : ٤٢٩ ، ٤٣٢) ، كما أكدت دراسة سامية فرغلي وزينب حسن (١٩٨٥م) (٨) الى أن مؤشرات الرضا الحركي تتجه نحو السلبية لتلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية في ممارسة الأنشطة الحركية بصفة عامة ونشاط الجمباز بصفة خاصة ، لذا وجب إعادة النظر للألعاب الشعبية واستخدامها كنشاط تروحي ، كما أن الرضا الحركي من الأهمية بمكان للأطفال في هذه المرحلة حيث على الأطفال إدراك أوضاعهم سواء على الأرض أو في الهواء ، ومن هنا رأت الباحثة إجراء هذه الدراسة للتعرف على تأثير الألعاب الشعبية كنشاط تروحي واستخدامها خلال فترة الفسحة ومدتها (٦٠ق) على الرضا الحركي لأطفال المرحلة الابتدائية (٦-٩سنوات) .

هدف البحث

يهدف البحث إلى إعداد برنامج ألعاب شعبية تروحية للأطفال من ٦ - ٩ سنوات وتنفيذه مع الحلقة الأولى من التعليم الابتدائي والتعرف على تأثيره على الرضا الحركي لديهم وذلك من خلال التعرف على :

- دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي لدي المجموعة الضابطة .
- دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي لدي المجموعة التجريبية .
- مقدار الفروق في التغير بين القياسين القبلي والبعدي لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة

فروض البحث

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي للمجموعة الضابطة وذلك لصالح القياس البعدي .

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي للمجموع التجريبي وذلك لصالح القياس البعدي .
- توجد فروق في نسبة التغير في الرضا الحركي بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة وذلك لصالح المجموعة التجريبيّة .

الدراسات المرجعية :

أجريت العديد من الدراسات المرجعية في مجالات البحث الحالي تضمن بعضها الألعاب الشعبية والبعض الآخر الترويح في المدارس وبعضها الرضا الحركي ولم تتناول دراسة واحدة المجالات الثلاثة مجتمعة وخاصة في المرحلة الابتدائية وفيما يلي عرض لبعض الدراسات المرجعية التي تم إجراؤها على حد علم الباحثة :

أجري جوردن Gorden (1976م) (38) دراسة بهدف التعرف على الأنشطة الترويحية المشتركة بين صغار السن وكبار السن ، وأوضحت أهم النتائج ، أن كبار السن يمارسون نفس الأنشطة التي يمارسها صغار السن مع الاختلاف في طريقة الأداء ، كما يتميز صغار السن بممارسة صيد السمك والذهاب الى السينما والعزف على الآلات الموسيقية ، كما أجرى جون ركيللي Johno Rkelly (1983م) (39) دراسة بهدف التعرف على أسلوب استغلال وقت الفراغ ، وأسفرت أهم النتائج على أن الأنشطة التي تمارس في وقت الفراغ هي الأنشطة الرياضية والمعسكرات والصيد والاستماع الى الموسيقى والرقص وأنشطة الخلاء ومشاهدة التلفزيون ، وأجرت سامية فرغلي ، زينب حسن (1985م) (8) دراسة بهدف التعرف على مؤشرات الرضا الحركي لذي تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية لممارسة الأنشطة الحركية عامة ونشاط الجمباز خاصة ، وأظهرت النتائج أن مؤشرا الرضا الحركي تتجه نحو السلبية بوجه عام ، وقد أجرت نادية الدمرداش (1987م) (29) دراسة بهدف التعرف على تأثير برنامج مقترح للألعاب الشعبية على تنمية القدرات الإدراكية الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية ، وقد أسفرت أهم النتائج على أن برنامج مقترح للألعاب الشعبية له تأثير إيجابي على تنمية القدرات الإدراكية الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية ، كما أوضحت عفاف خليل الجلاّد (1989م) (14) في دراسة بهدف التعرف على الوضع الحالي للترويح المدرسي لطالبات المرحلة الثانوية من حيث الأسباب التي تدفعهم لممارسة الأنشطة الترويحية في وقت فراغهم والأسباب التي

تحول دون ممارستهن، أن من أهم دوافع عدم ممارسة الطالبات للأنشطة الترويحية في وقت الفراغ هي (قلة الإمكانيات ، انشغال الطلبة بالمذاكرة وعدم وجود من يوجههن الى النشاط الترويحي الملائم ، كما أجرت إيمان عبد العزيز دراسة (١٩٨٩م) (٦) بهدف التعرف على تأثير ممارسة الألعاب الشعبية على النمو الحركي لطفل مرحلة ما قبل المدرسة حيث أسفرت أهم النتائج عن أن ممارسة بعض الألعاب الشعبية لها تأثير إيجابي على النمو الحركي لطفل مرحلة ما قبل المدرسة ، وفي دراسة لعلي عبد العزازي (١٩٨٩م) (١٦) بهدف التعرف على أثر ممارسة الأطفال في سن ٥ - سنوات لبعض ألعاب الحركة على تنمية القدرات الإدراكية الحس - حركية ، أسفرت أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح مناسب لهذه المرحلة وله تأثير إيجابي على الرضا الحركي ، كما في دراسة أجرتها إيمان عبد العزيز (١٩٩٣م) (٥) بهدف التعرف على تأثير الألعاب الشعبية العمانية على تنمية القدرة على التعلم الحركي لأطفال المرحلة الابتدائية ، أسفرت على أن الألعاب الشعبية العمانية أثرت على تنمية القدرة على التعلم الحركي لأطفال المرحلة الابتدائية ، وأجرت أمال مرسي ، مها العطار (٢٠٠٠م) (٢) دراسة بهدف التعرف على تأثير الألعاب الشعبية على اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً ، واستخدما المنهج التجريبي ، وأسفرت أهم النتائج أن الألعاب الشعبية تسهم في رفع اللياقة الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً كم أجرت مروى يوسف محمد الدهشوري (٢٠٠١م) دراسة بهدف التعرف على تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على بعض مكونات اللياقة البدنية والقدرة على التعلم الحركي بدرس التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الابتدائية وأسفرت أهم النتائج على أن البرنامج المقترح له تأثير إيجابي على بعض مكونات اللياقة البدنية والقدرة على التعلم الحركي وذلك يرجع لفاعلية البرنامج .

ومن الدراسات المرجعية يتضح على حد علم الباحثة أن البحث الذي تتناوله الباحثة والخاص بتأثير برنامج ألعاب شعبية ترويحية على الرضا الحركي للأطفال من ٦ - ٩ سنوات بالمرحلة الابتدائية لم يتناوله أحد الباحثين من قبل مما يوضح مشكلة البحث وهي عدم ممارسة الأنشطة الترويحية بالمرحلة الابتدائية بالإضافة الى أن الألعاب الشعبية كأحد الأنشطة التي تتناسب مع كونها أحد الأنشطة الترويحية وهذا ما دعا الباحثة الى التفكير في إجراء هذا البحث ، كما استفادت الباحثة من الدراسات المرجعية في اختيار المنهج العلمي

لحل المشكلة بالإضافة الى أسلوب اختيار العينة وأدوات جمع البيانات ومناقشة النتائج وتفسيرها .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي تصميم المجموعتين (الضابطة ، والتجريبية) باستخدام القياسين القبلي والبعدي لكل منهما .

مجتمع البحث :

مدرسة أم الأبطال التجريبية للغات بالجيزة التابعة لإدارة العمرانية التعليمية ، نظراً لتوافر الإمكانيات والمساعدين وموافقة إدارة المدرسة ، ووجود فترة الفسحة في منتصف اليوم الدراسي ، وبلغ حجم المجتمع الأصلي (٧٢٠) تلميذاً وتلميذة من ٦ – ٩ سنوات بالصفوف (الأول والثاني والثالث) الابتدائي ، موزعون على (٤) فصول لكل صف دراسي ، بواقع (٦٠) تلميذاً وتلميذة في كل فصل .

عينة البحث :

اختارت الباحثة عينة الدراسة بطريقة عشوائية حيث حددت المرحلة السنوية من (٦ – ٩) سنوات ثم اختارت (٦٠) تلميذاً وتلميذة بطريقة عشوائية كعينة أساسية للبحث بنسبة ٨,٣٣% من إجمالي المجتمع الأصلي بواقع (٣٠) تلميذاً وتلميذة يمثلون كل من الصفوف الأول والثاني والثالث تم توزيعهم عشوائياً الى مجموعتين (ضابطة – تجريبية) بعد إجراء التجانس بينهم ، كما سحب عشوائياً عينة قوامها (٣٠) تلميذاً وتلميذة من المجتمع الأصلي لأجراء الدراسة الاستطلاعية (المعاملات الإحصائية) وجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث .

جدول (١)

توصيف عينة البحث

الإجمالي	العينة الأساسية		العينة الاستطلاعية	العينة
	تجريبية	ضابطة		
٣٠	١٠	١٠	١٠	الصف الأول الابتدائي
٣٠	١٠	١٠	١٠	الصف الثاني الابتدائي
٣٠	١٠	١٠	١٠	الصف الثالث الابتدائي
٩٠	٣٠	٣٠	٣٠	المجموع

** أدوات جمع البيانات :-

** من خلال المسح المرجعي للدراسات والمراجع المتخصصة في مجال الدراسة بغرض التعرف على الاختبارات التي تقيس الرضا الحركي ، فقد توصلت الباحثة الى مقياس تتر للرضا الحركي والذي يهدف الى قياس الرضا الحركي عند الأطفال في المرحلة الابتدائية

مقياس تتر للرضا الحركي مرفق (١) :

هذا المقياس إعداد نيلسون والين Nelson & Allen وعدله تتر Tanner ليلانم أطفال المرحلة الابتدائية كما عدله أمين الخولي وأسامة راتب ليلانم البيئة المصرية وهو يقيس درجة اتجاهات الأطفال نحو رضاهم الحركي ، ويتكون من ٣٠ عبارة تقرأ على الأطفال ويقوم الطفل بتحديد مشاعره أمام كل عبارة متدرجة من خمس درجات (أشعر بسعادة شديدة (٥ درجات) ، أشعر بسعادة (٤ درجات) ، لا أشعر بسعادة أو ضيق (٣ درجات) ، أشعر بضيق (٢ درجة) أشعر بضيق شديد (١ درجة) (٣ : ٣٨٨ - ٣٩٢).

مستويات التقدير :-

- ١٣٥ - ١٥٠ درجة يشعر الطفل بسعادة شديدة لممارسة الأنشطة الحركية .
- ١٠٥ - ١٣٤ درجة يشعر الطفل بالسعادة .
- ٧٥ - ١٠٤ درجة لا يشعر الطفل بسعادة أو ضيق للأنشطة الحركية .
- ٤٥ - ٧٤ درجة يشعر الطفل بضيق لممارسة الأنشطة الحركية .
- ٣٠ - ٤٤ درجة يشعر الطفل بضيق شديد لممارسة الأنشطة الحركية .

برنامج الألعاب الشعبية :

هدف البرنامج :

** يهدف البرنامج الى تحسين الرضا الحركي للأطفال عينة البحث ، بالإضافة الى المتعة والإثارة والدافعية .

أسس وضع البرنامج :

- أن تتمشي الألعاب الشعبية - محتوى البرنامج - مع خصائص المرحلة السنية .
- أن تشبع الألعاب الشعبية المختارة ميول ورغبات الأطفال عين البحث .
- أن تتيح للأطفال حرية التعبير الحركي في كل لعبة .
- عدم الوصول بالطفل الى مرحلة الإجهاد .
- أن تتناسب والقدرات والحركات الأساسية للأطفال .

خطوات البحث :

** تجانس عينة البحث : أجرت الباحثة قياسات لمتغيرات (السن ، الطول ، الوزن) على عينة البحث والبالغ عددها (٦٠) تلميذاً وتلميذة بالصفوف الأول والثاني والثالث الابتدائي بهدف حساب التجانس بينهم قبل تقسيمهم الى مجموعتي الدراسة جدول (٢) .

جدول (٢)

التجانس في متغيرات (السن ، الطول ، الوزن) لمجتمع البحث ن = ٦٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
السن	لأقرب شهر	٨,٢٣	١,١٠	٨,٠٠	٠,٠٦
الطول	لأقرب سم	١٣٨,١٤	١١,٤٢	١٣٨,٠	٠,٠٤
الوزن	لأقرب كجم	٣٧,٨٦	٣,١٢	٣٧,٠٠	٠,٨٣

يوضح جدول (٢) أن معامل الالتواء لمتغيرات (السن ، الطول ، الوزن) قد تتراوح ما بين (٠,٠٤ - ٠,٨٣) وهذه القيم تنحصر بين (± 3) وتقع تحت المنحني الإعتدالي مما يشير الى تجانس عينة البحث .

الدراسات الاستطلاعية :

الدراسة الاستطلاعية الأولى :

أجرت الباحثة الدراسة الاستطلاعية الأولى بهدف حساب المعاملات الإحصائية لمقياس الرضا الحركي قيد البحث (الصدق ، الثبات) وذلك على عينة بلغ قوامها (٣٠) تلميذاً وتلميذة من داخل مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية ، وذلك في يومي الأحد ٢٠٠٤/٢/٨ م ، والأربعاء ٢٠٠٤/٢/١١ م وقد توصلت الى ما يلي :

معامل الصدق :-

استخدمت الباحثة صدق التمايز بطريقة (المقارنة الطرفية) وذلك على عينة استطلاعية قوامها (٣٠) تلميذ وتلميذة من داخل مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية ، وذلك باستخراج الربيع الأدنى والربيع الأعلى ، وأجريت المقارنة بين الربيعين باستخدام اختبار (ت) جدول (٤) .

جدول (٤)

دلالة الفروق بين الربيعين الأعلى والأدنى لتحديد صدق التمايز

لمقياس الرضا الحركي قيد البحث ن = ٣٠

قيمة (ت)		الفرق بين المتوسطين	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		المعاملات الإحصائية المقياس
الجدولية عند ٠,٥	المحسوبة		ع +	/ س	ع +	/ س	
٢,٠٤٥	*١٧,٩٢	٢١,١٤٠	٧,٦٧	١٣٥,٣٢	٥,٦٢	٨٤,١٨	مقياس تفر للرضا الحركي

** يوضح جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائية بين الربيعين (الأدنى ، الأعلى) في مقياس الرضا الحركي قيد البحث حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي دلالة ٠,٠٥ مما يشير إلى قدرة المقياس على التميز في تقدير الظاهرة قيد الدراسة بين عينة البحث .

معامل الثبات :

استخدمت الباحثة طريقة تطبيق المقياس ثم إعادة تطبيقه Test rtest بحيث يتم التطبيق الثاني بفاصل زمني أسبوع وذلك في الفترة من الأحد ٢٠٠٤/٢/٨ م ، ٢٠٠٤/٢/١٥ م ، وبلغ حجم العينة (٣٠) تلميذ وتلميذة وهم المستخدمين في حساب الصدق ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين القياسين لبيان معامل ثبات المقياس قيد البحث .

جدول (٥)

معامل الارتباط بين الربيعين الأعلى والأدنى لتحديد ثبات

مقياس الرضا الحركي قيد البحث $n = 30$

معامل الارتباط		التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المعاملات الإحصائية المقياس
الجدولية عند ٠,٥	المحسوبة	ع +	س /	ع +	س /	
٠,٣٦١	*٠,٨٩	٦,٤٠	٩٥,٠١	٦,١٣	٩٤,١٥	مقياس نتر للرضا الحركي

يوضح جدول (٥) وجود علاقة ارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الرضا الحركي قيد البحث وقد بلغ معامل الارتباط بين القياسيين (٠,٨٩) مما يشير إلى ثبات المقياس عن تقدير الظاهرة قيد الدراسة بين عينة البحث .

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

أجرت الباحثة الدراسة الاستطلاعية الثانية في الفترة من الثلاثاء ١٧/٢/٢٠٠٤م إلى الاثنين ٢٣/٢/٢٠٠٤م بهدف تجريب البرنامج من حيث الزمن المناسب للوحدة الترويحية وزمن كل لعبة من الألعاب الشعبية وتحديد عدد الألعاب المناسب في كل وحدة والألعاب الشعبية المناسبة للتلاميذ والتلميذات وقد توصلت إلى ما يلي :

- بلغ زمن الوحدة الترويحية ٤٥ دقيقة من إجمالي زمن الفسحة البالغ ٦٠ دقيقة .
- تراوح زمن تطبيق كل لعبة شعبية ما بين ٨ - ١٢ دقيقة .
- تم تحديد عدد (٣) ألعاب شعبية كمحتوي للوحدة الترويحية بناء على زمن تطبيق كل لعبة .

• تم تقسيم الألعاب الشعبية الى :

- ألعاب خاصة بالتلاميذ لعبة السبع طويات ، لعبة عم عنكب شد و اركب ، لعبة الضريب أو النيكل ، لعبة تريك تراك .
- ألعاب خاصة بالتميزات لعبة الحجلة (الأولي) لعبة نظ الجبل ، لعبة الصيادين والسك ، لعبة الآل .
- ألعاب خاصة بالتلاميذ والتميزات لعبة شد الحبل شبر وشبرين ، لعبة نطة الإنجليز .

تكافؤ عينتي البحث :

أجرت الباحثة القياسات القبليّة لمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في اختبار الرضا حركي بقصد حساب التكافؤ بينهما قبل إجراء التجربة الأساسية على المجموعة التجريبية وذلك يوم الثلاثاء ٢٤ / ٢ / ٢٠٠٤م واعتبرت هذه القياسات هي القياسات القبليّة للمجموعتين جدول (٣) .

جدول (٣)

دلالة الفروق في القياس القبلي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

في مقياس الرضا الحركي ن = ٣٠

(ت) الجدولية عند ٠,٥	قيمة (ت) المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المعاملات الإحصائية المقياس
			ع +	/ س	ع +	/ س	
٢,٠٤٥	٠,٦٨	١,٠٤	٦,٣٦	٩٥,٣٩	٥,١٣	٩٦,٤٢	مقياس تتر للرضا الحركي

يوضح جدول (٣) وجود فروق غير داله إحصائياً في القياس القبلي بين المجموعتين (الضابطة، التجريبية) في مقياس تتر للرضا الحركي ، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند ٠,٥ مما يشير الى تكافؤ المجموعتين في مقياس تتر للرضا الحركي .

الخطة الزمنية لتنفيذ البرنامج :

تم تنفيذ البرنامج خلال (٨) أسابيع من الأربعاء ٢٥ / ٢ / ٢٠٠٤م وحتى الخميس ٢٢ / ٤ / ٢٠٠٤م وبواقع (٥) وحدات أسبوعياً وفي أيام (الأحد ، الاثنين ، الثلاثاء ، الأربعاء،الخميس) زمن الوحدة (٤٥) دقيقة مستقطعة من ساعة النشاط (الفسحة) والتي زمنها (٦٠ ق) . التي يضمها البرنامج الزمني للمدارس التجريبية ، وقد راعت الباحثة أن يكون التوزيع الزمني للوحدة كما يلي :

* (٥ ق) إحماء . * (٣٥ ق) ألعاب شعبية . * (٥ ق) تمرينات استرخاء .

جدول (٦)

نموذج لوحدة باستخدام الألعاب الشعبية كنشاط تروحي في الأسبوع الخامس .

المحتوي	الزمن	أجزاء الوحدة
إحماء حر	٥ ق	الإحماء
• لعبة الحجلة (الأولى) - لعبة عم عنكب شد واركب . - لعبة نطة الإنجليز	٣٥ ق	الألعاب الشعبية
تمرينات تهدئة ومرجحات	٥ ق	الختام

** تطبيق التجربة :-

** قامت الباحثة بتطبيق برنامج الألعاب الشعبية كنشاط تروحي على المجموعة التجريبية مرفق (٢) ، بينما تم ترك أطفال المجموعة الضابطة يمارسون ما يشاءون من أنشطة طبقاً لما هو متبع ، وأجريت هذه الدراسة في الفترة من يوم الأربعاء ٢٥ / ٢ / ٢٠٠٤م وحتى الخميس ٢٢ / ٤ / ٢٠٠٤م .

القياس البعدي :

** قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي على مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في الاختبار قيد البحث وقد تم القياس البعدي يوم السبت ٢٤ / ٤ / ٢٠٠٤ م .

عرض ومناقشة النتائج :

عرض النتائج :

* لتحقيق أهداف الدراسة تعرض الباحثة ما توصلت إليه من نتائج على النحو التالي :
[١] دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي للمجموعة الضابطة .

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في

الرضا الحركي للمجموعة الضابطة ن = ٣٠

قيمة (ت) الجدولية عند ٠,٠٥	المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المعاملات الإحصائية المقياس
			ع +	س /	ع +	س /	
٢,٠٤٥	*٦,٠٢	٩,٥١-	٦,٨١	١٠٥,٩٣	٥,١٣	٩٦,٤٢	مقياس تنر للرضا الحركي

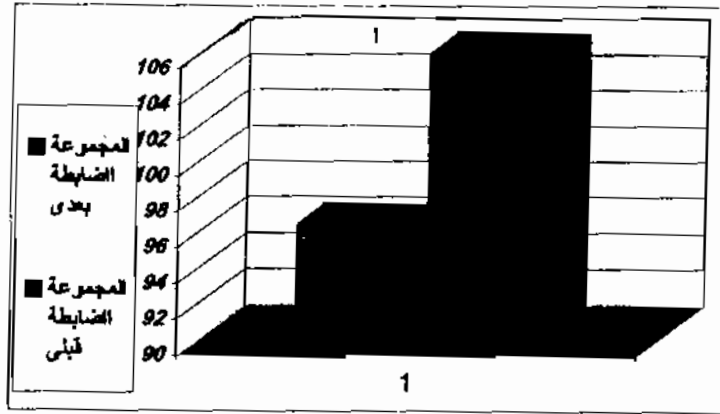
** يوضح جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الرضا الحركي ، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي دلالة ٠,٠٥ ، وذلك لصالح القياس البعدي .

جدول (٨)

الفروق في نسبة التغير للمجموعة الضابطة في القياس
القبلي والبعد لاختبار الرضا الحركي

الاتجاه التغير	معدل التغير %	القياس البعدي	القياس القبلي	المتغيرات الإحصائية المقياس
القياس البعدي	٩,٨٦ %	١٠٥,٩٣	٤٢,٩٦	مقياس نتر للرضا الحركي

** يوضح جدول (٨) الفروق في نسبة التغير بين القياسين القبلي والبعدي لمقياس الرضا الحركي للمجموعة الضابطة قد بلغ (٩,٨٦ %) لصالح القياس البعدي والشكل (١) يوضح ذلك .



شكل (١)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي
للمجموعة الضابطة

٢- دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي للمجموعة التجريبية .

جدول (٩)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في

الرضا الحركي للمجموعة التجريبية
ن = ٣٠

المعاملات إحصائية المقياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)	
	ع +	/ س	ع +	/ س		الجدولية عند ٠,٠٥	المحسوبة
مقياس نتر للرضا الحركي	٦,٣٦	١٣٥,١٨	٩,٤٨	١٣٥,١٨	٣٩,٧٩	٠,١٨,٧٧	٢,٠٤٥

يوضح جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الرضا الحركي ، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي دلالة ٠,٠٥ وذلك لصالح القياس البعدي .

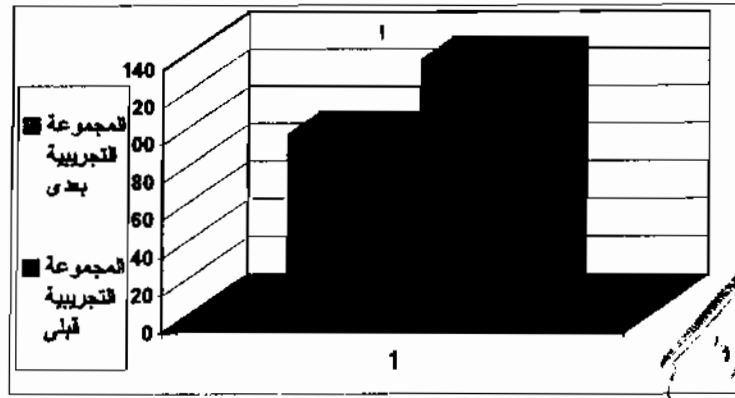
جدول (١٠)

الفروق في نسب التغير للمجموعة التجريبية بين القياس

القبلي والبعدي لاختبار الرضا الحركي

المقياس	المتغيرات الإحصائية		القياس القبلي	القياس البعدي	معدل التغير %	اتجاه التغير
	ع +	/ س				
مقياس نتر للرضا الحركي	٩٥,٣٩	١٣٥,١٨	٩٥,٣٩	١٣٥,١٨	٤١,٧١ %	القياس البعدي

يوضح جدول (١٠) الفروق في نسبة التغير بين القياسين القبلي والبعدي لمقياس الرضا الحركي للمجموعة التجريبية قد بلغ (٤١,٧١ %) لصالح القياس البعدي والشكل (٢) يوضح ذلك .



شكل (٢)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي للمجموعة التجريبية .

٣- دلالة فرق الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

جدول (١١)

الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي

للمجموعتين الضابطة والتجريبية ن = ٣٠

قيمة (ت)		الانحراف المعياري للفروق	الفروق بين المتوسطين	متوسط الفرق بين القياسين القبلي والبعدي	متوسط الفرق بين القياسين القبلي والبعدي	المعاملات الإحصائية
الجدولية عند ٠.٥	المحسوبة			المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	
٢.٠٤٥	*٤٧,٣١	١,٣٤	٣٠,٢٨-	٣٩,٧٩	٩,٥١	مقياس تتر للرضا الحركي

** يوضح جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي للمجموعتين (الضابطة ، التجريبية) ، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ، لصالح المجموعة التجريبية .

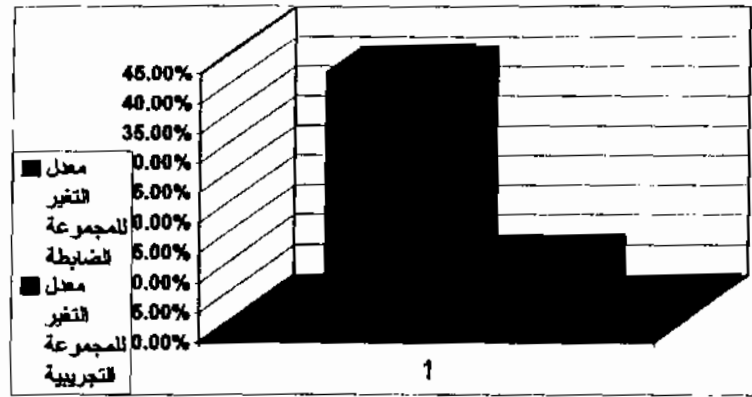
** الفروق في نسب التغير بين القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

جدول (١٢)

الفروق في نسب الغير بين القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي
للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

اتجاه التغير	فروق النسبة المنوية	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	المتغيرات الإحصائية المقياس
		معدل التغير %	معدل التغير %	
المجموعة التجريبية	% ٣١,٨٥	% ٤١,٧١	% ٩,٨٦	مقياس نتر للرضا الحركي

يوضح جدول (١٢) فروق نسب للتغير بين القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي للمجموعتين الضابطة والتجريبية قد بلغ (٣١,٨٥ %) حيث كانت نسبة التغير لصالح المجموعة التجريبية في مقياس الرضا الحركي والشكل (٣) يوضح ذلك .



شكل (٣)

معدلات التغير بين القياسين القبلي والبعدي في الرضا الحركي
للمجموعتين الضابطة والتجريبية

مناقشة النتائج :

يوضح جدول (٧، ٩) وجود فروق داله إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) في مقياس الرضا الحركي ، لصالح القياس البعدي لكل مجموعة ، وهذا يعني أن النشاط الحركي بشكل عام وخاصة ما يتصف بالصفات الترويحية والتي يمارسها الأطفال عادة في هذه السن أثناء الفسحة ينمي الرضا الحركي لديهم

ويوضح جدول (١٠) معدلات التغير النسبية بين القياسين القبلي والبعدي لمقياس الرضا الحركي ففي المجموعة الضابطة بلغ (٩,٨٦ %) لصالح القياس البعدي ، وفي المجموعة التجريبية بلغ (٤١,٧١ %) لصالح القياس البعدي ، بينما بلغ الفرق بين القياسين البعدين للمجموعتين (٣١,٨٥ %) لصالح المجموعة التجريبية .

وترى الباحثة أن هذه النتائج قد ترجع الى التأثير الإيجابي للألعاب الشعبية كنشاط ترويحي على الرضا الحركي لعينة البحث ، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة مروي يوسف محمد الدهشوري (٢٠٠١م) والتي أشارت الى تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على بعض مكونات اللياقة البدنية والقدرة على التعلم الحركي بدرس التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الابتدائية (٢٨) .

كما تتفق هذه النتائج مع نتائج كل من نادية الدمرداش (١٩٨٧م) (٢٩) ، على عيد العزازي (١٩٨٩م) (١٦) ، أمال مرسي ، مها العطار (٢٠٠٠م) (٢) على أن برامج الألعاب الشعبية لها تأثير إيجابي على تنمية القدرات الإدراكية الحركية واللياقة البدنية لطفل ما قبل المدرسة ولتلاميذ المرحلة الابتدائية .

وترجع الباحثة هذه النتائج إلي تأثير الألعاب الشعبية كنشاط ترويحي على الرضا الحركي لتلاميذ المرحلة الابتدائية (٦ - ٩ سنوات) لما تتمتع به الألعاب الشعبية من حركات مشوقة وجذابة وممتعة متخذة في أداؤها أوضاع متغيرة سواء على الأرض أو في الهواء ، هذا بالإضافة الى تميزها بأدائها حركات تلقائية يتخذ فيها الطفل أوضاع للجسم تتطلب درجة عالية من التحكم في مختلف أجزائه مما يجعل الأطفال لديهم القدرة والتميز والتعرف على كافة أجزاء الجسم والمسافات والارتفاعات والأوزان المختلفة ، كما أن ما اكتسبته الألعاب الشعبية كنشاط ترويحي من شعور إيجابي بالرضا ، أسهم في التأثير الإيجابي على الرضا الحركي لديهم ، وفي هذا الصدد يشير أندراوس Andrews

(١٩٧٩م) الى أن حصائل الاشتراك في النشاط الحركي تتضمن تدعيماً للاستمرار في الممارسة فضلاً عن زيادة الشعور بالرضا الحركي (٣٤ : ٣٤)

ويؤيد ذلك محمد علاوي (١٩٩٢م) حيث أشار الى أن المثيرات الداخلية هي التي تمكن الفرد من الإحساس بأوضاع الجسم على الأرض أو في الهواء أثناء الأداء وهذا ما دعا الباحثون في مجال التربية الرياضية الى التركيز على إكساب الفرد الرياضي الإحساس الصحيح بمسار الحركة ومعرفته لمدي الجهد المبذول وتقدير ثقل الأشياء وإدراك المسافات (٢٢ : ١٢٥).

وتتفق هذه النتائج مع كل من ديردن Dearden (١٩٧٨م) وأمين الخولي وأسامة راتب (١٩٩٢م)، وأحمد السرهيد وفريدة عثمان (١٩٩٣م) حيث أشاروا الى أن المشاركة في نشاط حركي يتسم بالبهجة والمتعة والإثارة يدفع المشتركين الى التعبير عن ذاتهم مما يتيح قدراً كبيراً من مشاعر الرضا، كما أن الرضا يزداد كلما ارتبط الفرد بالنشاط في نفس الوقت، وأن النجاح في أداء هذه النشاط مرتبط بالرضا الحركي والمتعة والسعادة بالإضافة الى زيادة ثقة الطفل بنفسه ورضاه عن مستوي أدائه الحركي بصرف النظر عن مستوي الآخرين (٣٦ : ٣٤) (٣ : ٤٣٨) (١ : ٣٢).

كما تعزى الباحثة الفارق الكبير في نسبة التحسن بين المجموعتين الضابطة والتجريبية الى عدم ممارسة المجموعة الضابطة للأنشطة الترويحية بشكل منتظم، حيث يترك الأطفال في هذه المرحلة الى ممارسة بعض الأنشطة التلقائية أو اليدوية أو الفنية، ويتفق هذا ما نتاج دراسة كل من جون ركيلى (١٩٨٣م) (٣٩) طه عبد الرحيم محمد (١٩٨٤م) (١٠) والتي أسفرت الى أن الأنشطة التي تمارس في وقت الفراغ مثل الأنشطة الرياضية والمعسكرات والصيد والاستماع الى الموسيقى والرقص وأنشطة الخلاء ومشاهدة التلفزيون، الفنون اليدوية، بالإضافة الى وجود نقص في الإمكانيات المادية والبشرية.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة عفاف خليل الجلاد (١٩٨٩) (١٤)، التي أسفرت أن دوافع عدم ممارسة الطالبات للأنشطة الترويحية في وقت الفراغ هو (قلة الإمكانيات، انشغال الطلبة بالذاكرة وعدم وجود من يوجههم الى النشاط الترويحي الملانم، كما أسفرت نتائج دراسة هشام حسين (١٩٩٩م) (٣٠) عن أن دوافع ممارسة الترويح بلغت ١٨,٣ %، وإمكان ممارستها ٢,٦% كما يأتي النشاط الرياضي في المرتبة الثانية.

كما تعزي الباحثة عدم ممارسة الألعاب الشعبية كنشاط الترويحي الى عدم الوعي بأهمية لما له من فوائد بدنية ونفسية وعقلية واجتماعية ، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه محمد الحماحمي وعائدة عبد العزيز (١٩٩٣م) الى أن للنشاط الرياضي الترويحي إسهامات متعددة في تحقيق النمو الشامل المتزن للفرد وله تأثيرات إيجابية مختلفة على أجهزة الجسم الحيوية الى جانب إسهامات في التنمية الحركية العقلية والنفسية والاجتماعية (٢٥ : ١٧١)

الاستنتاجات :

من خلال الإطار المرجعي للباحثة ومن النتائج التي أمكن التوصل إليها فقد تم استنتاج ما يلي :-

- الألعاب الشعبية كأحد الأنشطة الترويحية تؤدي الى تحسن إيجابي للرضا الحركي بدرجة أفضل من عدم ممارستها لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (٦ - ٩ سنوات) .
- استخدام الألعاب الشعبية في برنامج نشاط ترويحي يتسم بالتنظيم والاستمرارية من الألعاب المحببة لنفوس التلاميذ والتلميذات عينة البحث .
- عدم وجود أنشطة ترويحية يمارسها التلاميذ والتلميذات في المرحلة الابتدائية سواء في فترة الفسحة أو في درس التربية الرياضية ، أثر على مستوى الرضا الحركي لديهم .

التوصيات :

من خلال الاستنتاجات التي أمكن التوصل إليها وفي حدود عينة البحث توصي الباحثة بما يلي :-

- إدخال الألعاب الشعبية كنشاط ترويحي في درس التربية الرياضية لتحسين الرضا الحركي لتلاميذ المرحلة الابتدائية .
- إدخال الترويحي الرياضي ضمن محتويات درس التربية الرياضية بالمدارس الابتدائية .
- إجراء دراسات مشابهة باستخدام الترويحي الرياضي للمراحل السنوية المختلفة .
- اهتمام المسؤولين على الترويحي بتجميع الألعاب الشعبية ووضعها في برامج تتناسب وتلاميذ المرحلة الابتدائية .

المراجع :

المراجع العربية

- ١- أحمد عبد الرحمن السرهيد ، فريدة إبراهيم عثمان : (١٩٩٣ م) ، الأسس العلمية للتربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والمرحلة الابتدائية ، ط ٢ ، الكويت ، دار القلم
- ٢- أمال مرسي ، مها العطار : (٢٠٠٠ م) ، " تأثير الألعاب الشعبية على اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً " ، المؤتمر العلمي الثالث الاستثمارات والتنمية البشرية في الوطن العربي من منظور رياضي ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الجزيرة .
- ٣- أمين أنور الخولي ، أسامة كامل راتب : (١٩٩٢ م) ، التربية الحركية ، ط ٢ ، القاهرة ، دار الفكر العربي .
- ٤- أمين أنور الخولي ، جمال الدين الشافعي : (٢٠٠٠ م) ، مناهج التربية البدنية المعاصرة ، القاهرة ، دار الفكر العربي .
- ٥- إيمان عبد العزيز نور الدين : (١٩٩٣ م) ، " تأثير استخدام الألعاب الشعبية العمانية على تنمية القدرة على التعلم الحركي للأطفال المرحلة الابتدائية " مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد الخامس ، العدد الثاني ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الجزيرة .
- ٦- إيمان عبد العزيز نور الدين : (١٩٨٩ م) " تأثير ممارسة بعض الألعاب الشعبية على النمو الحركي لطفل مرحلة ما قبل المدرسة ، نظريات وتطبيقات ، ومجلة علمية متخصصة في علوم التربية الرياضية ، العدد (٥) ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الإسكندرية .
- ٧- تهاني عبد السلام : (١٩٨٦ م) ، أسس الترويح والتربية الترويحية ، دار المعارف ، الإسكندرية .

- ٨- سامية فرغلي ، زينب حسن : (١٩٨٥ م) ، مؤشرات الرضا الحركي لدي تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية لممارسة الأنشطة الحركية عامة ونشاط الجمباز خاصة ، المؤتمر الدولي الرياضة للجميع في الدول النامية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ٩- سوسن على عبد الخالق ، نبيلة محمد حسن : (١٩٩٣ م) ، " التغيرات الاجتماعية والثقافية في المجتمع المصري وأثرها على انتشار الألعاب الشعبية " ، المؤتمر الأول للفنون الشعبية والتراث ، المجلد الأول ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الإسكندرية
- ١٠- طه عبد الرحيم : (١٩٨٤ م) ، "دراسة مسحية للأنشطة الترويحية للمرحلة السنية ٦- ١٢ في محافظة الإسكندرية" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بالإسكندرية ، جامعة حلوان .
- ١١- عائشة عبد المولي السيد وأخريات : (١٩٩٣ م) ، دراسة فاعلية استخدام اللعب كنشاط بدني لأطفال ما قبل المدرسة ، بحث منشور لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة ، جامعة الإسكندرية .
- ١٢- عزة عبد الفتاح الشيمي : (١٩٩٥ م) ، " تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على أداء بعض المهارات الهجومية في كرة السلة للمتخلفين عقليا " ، مجلة علمية متخصصة في علوم التربية الرياضية، العدد (٢٤) ، كلية التربية الرياضية ، الإسكندرية
- ١٣- عطيات خطاب: (١٩٩٠ م) ، أوقات الفراغ والقرويح ، ط ٥ ، القاهرة ، دار المعارف
- ١٤- عفاف خليل الجلال : (١٩٨٩ م) دراسة الترويح المدرسي لطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة الإسكندرية ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية .
- ١٥- عفاف عبد الكريم : (١٩٩٥ م) ، البرامج الحركية والتدريس للصغار ، الإسكندرية ، منشأة المعارف .
- ١٦- على عيد العزازي : (١٩٨٩) ، " أثر ممارسة الأطفال في سن ٤ - ٥ سنوات لبعض ألعاب الحركة على تنمية القدرات الإدراكية الحس - حركية " ، نظريات وتطبيقات ،

مجلة علمية متخصصة لبحوث التربية الرياضية ، عدد (٦) ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية .

١٧- على محمود الديري : (٢٠٠١ م) ، فاعلية التدريس باستخدام حل المشكلات والطريقة التدريسية على تحسين مستوي بعض مهارات كرة السلة لتلاميذ المرحلة الأساسية المؤتمر العلمي الدولي الرياضية والعولمة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان

١٨- كمال الدين حسين : (١٩٩١ م) العاب الأطفال الغنائية ، القاهرة ، دار الفكر العربي .

١٩- كمال درويش ، محمد الحماحي : (١٩٩٧ م) ، الترويح الرياضي في المجتمع المعاصر ، مكة المكرمة ، مكتب الطالب الجامعي .

٢٠- كمال درويش وآخرون : (١٩٨٢ م) اتجاهات حديثة في الترويح وأوقات الفراغ ، القاهرة ، دار الفكر العربي .

٢١- محمد إبراهيم سلطان : (٢٠٠٠ م) " المهارات الحركية الأساسية كؤشر لبدء ممارسة وتعليم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (دراسة تتبعيه) ، " المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .

٢٢- محمد حسن علاوي : (١٩٩٢ م) ، علم التدريب الرياضي ، ط ١٢ ، القاهرة ، دار المعارف

٢٣- محمد صلاح الدين مجاور ، فتحي عبد المقصود : (١٩٨٤ م) ، المنهج المدرسي وأسس تطبيقاته التربوية ، ط ٦ ، الكويت ، دار القلم للنشر .

٢٤- محمد عادل خطاب : (١٩٦٤ م) ، الألعاب الريفية الشعبية ، الدار المصرية للطباعة والنشر .

٢٥- محمد محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز : (١٩٩٣ م) الترويح بين النظرية والتطبيق ، القاهرة ، دار المعارف .

٢٦- محمود إسماعيل طلبية إبراهيم : (١٩٨٩ م) ، تأثير برنامج ترويح رياضي على بعض الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية لتلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة المنيا ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالمنيا ، جامعة المنيا .

- ٢٧- مرفت فريد عثمان : (٢٠٠١ م) ، " تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على القدرات الحركية وبعض المهارات الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي " رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة .
- ٢٨- مروه يوسف الدهشوري : (٢٠٠١ م) " تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على بعض مكونات اللياقة البدنية والقدرة على التعلم الحركي بدرس التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الابتدائية " رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية بنات الجزيرة .
- ٢٩- نادية الدمرداش : (١٩٨٧ م) ، " تأثير برنامج مقترح للألعاب الشعبية على تنمية القدرات الإدراكية الحركية لأطفال المرحلة الابتدائية ، المؤتمر الأول للتربية الرياضية والبطولة ، المجلد (٣) القاهرة .
- ٣٠- هشام حسين محمد عبد الله : (١٩٩٩ م) ، دراسة تحليلية للأنشطة الترويحية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة الشرقية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
- ٣١- هيمن عبد العزيز محمد : (١٩٨٧ م) ، " تقويم بعض الجوانب المختارة للمعسكرات القومية الترويحية للطلّانغ من البنين للمرحلة السنية من ١٢ - ١٥ سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين القاهرة ، جامعة حلوان .
- ٣٢- وهيب محمد نبيب : (١٩٩٨ م) ، " الألعاب الشعبية ودورها في تنشئة الطفل في المرحلة السنية (٦ - ١٢) سنة - دراسة ميدانية لبعض قرى محافظة الشرقية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، المعهد العالي للفنون الشعبية ، أكاديمية الفنون .
- ٣٣- ياسمين محمد السيد : (١٩٩٧ م) ، تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض المهارات الحركية الأساسية على الكفاءة الفسيولوجية والرضا الحركي للكيفيات في المرحلة الابتدائية ، رسالة " ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية - للبنات بالجزيرة ، جامعة حلوان .

- [34] **Andrews, John** : (1979), Essays on Physical Education and Sport Stanley thornes, Cheltenham .
- [35] **Betty,J.& others** : (1997), Physical Education Unit Plans for pre school Kinder Garden Learning Experience in Games, Gymnastics and Dance Human Kinetics, .
- [36] **Dearden, R.E.,** : (178), The Philosophy of primary Education Human ities press, London .
- [37] **Gallahue, D .** : (1990), Understanding Motor Development in Children, New Yirk, John wiley & Sons .
- [38] **Gorden, C Gaile, C., M end scott, j.** : (1976) , Leisure and Lives Persinately Expeiccivi yaging and the soc thesoc ialsciencien : R , bintoch and E . chanes editors mostro and tes hold co , New yourk .
- [39] **Johno Rkelly** : (1983), Socialization Toward Leisure A Developmental Approach , Journal of leisure research 1979 6 (summer) , PP181 – 193 .
- [40] **Schoop< p. & Hozel, D.** : (1993), Early Childhood Curric-lum New York, Mac Millan Pub . Company .

تأثير برنامج ألعاب شعبية ترويحية على الرضا الحركي

للأطفال من 6 - 9 سنوات بالمرحلة الابتدائية

د. أمل جميل يوسف مصطنى

ملخص

يهدف البحث إلى إعداد برنامج ألعاب شعبية ترويحية للأطفال من 6-9 سنوات وتنفيذه مع الحلقة الأولى من التعليم الابتدائي والتعرف على تأثيره على الرضا الحركي لديهم ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي تصميم المجموعتين (الضابطة ، والتجريبية) باستخدام القياسين القبلي والبعدي لكل منهما ، وتم اختيار العينة بطريقة طبقية عشوائية من المرحلة السنوية (6 - 9) سنوات وبلغت (60) تلميذاً وتلميذة سحبت بالطريقة العشوائية وتم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين (ضابطة - تجريبية) بواقع (30) تلميذاً وتلميذة لكل مجموعة يمثلون كل من الصفوف الأول والثاني والثالث ، واستخدمت الباحثة مقياس تتر للرضا الحركي كأداة لجمع البيانات ، وأظهرت أهم النتائج أن الألعاب الشعبية كأحد الأنشطة الترويحية تؤدي إلى تحسن إيجابي للرضا الحركي بدرجة أفضل من عدم ممارستها لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (6-9 سنوات) ، ومن أهم التوصيات إدخال الألعاب الشعبية كنشاط ترويحي في درس التربية الرياضية لتحسين الرضا الحركي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ، وإدخال الترويح الرياضي ضمن محتويات درس التربية الرياضية بالمدارس الابتدائية .

* مدرس بقسم الترويح الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان.

The Effect of Recreational folk Games Program on the Motor Satisfaction for Elementary Children (6-9) Years

Abstract

The purpose of the research is designing recreational folk games program for children who are from six to nine years, executing it on the (first - second-third) grades and studying its effect on the motor satisfaction for them . the researcher applied the experimental method two groups (controlled - treated) pre-posttest . the sample was (60) students (males- females) chose by random stratified method from age stage (6-9) years, subjects are randomly assigned to the two groups (controlled- treated) , (30) (males - females) for each group . the researcher used tanner scale for motor satisfaction to data collection . one of the significant results was the folk games as a recreational activity improve the motor satisfaction more than non-participation for elementary children who are from six to nine years . the most important recommendations are putting folk games as a recreational activity in the lesson of physical education to improve the motor satisfaction for elementary children and putting sport recreation in the contents of physical education lessons at elementary schools .