

## تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو لتلاميذ المرحلة الإعدادية"

° أ.م.د/ رانيا محمد حسن سعيد

\*\* د/ محمد رياض علي

\*\*\* الباحثة/ محمد جمال حسن محمد

### مقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر العملية التعليمية من الأمور الهامة جداً والتي تلعب دوراً مهماً وخطيراً في حياة الفرد والمجتمع فهي أساس تقدم الفرد والتي يقاس من خلالها مدى تقدم الدول، والعملية التعليمية ليست بالشئ البسيط بل هي عملية معقدة وتحتاج إلى الكثير من الجهد مما يجعلها تواجه الكثير من التحديات. (١٣: ٢)

وترى "عفاف مصطفى عثمان" (٢٠٠٧م) أن الفترة الحالية تشهد محاولات جادة لتطوير التعليم في جميع مراحله وقد احتلت العملية التعليمية مكاناً بارزاً ضمن أولويات هذا التطوير باعتبارها عملية شاملة تتناول جميع جوانب شخصية المتعلم بالتغير، وذلك عن طريق خلق وإعداد مواقف تعليمية متعددة يتعرض فيها لخبرات متنوعة تتفاعل فيها جوانب الأداء والإدراك والوجدان معاً وبشكل كامل ومتزن. (٧: ٧)

ويشير "مصطفى السايح" (٢٠١٤م) إلى أن الألعاب الصغيرة ألعاب بسيطة التنظيم، ولا تحتاج إلى تعقيدات مهارية كبيرة، حيث يمكن للقائم على

• أستاذ بقسم المناهج وطرق التدريس المساعد - كلية التربية الرياضية - جامعة بنى سويف.

• مدرس بقسم التدريب الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة بنى سويف.

••• باحث بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة بنى سويف.

تنفيذها تحديد بعض القواعد الخاصة بها وفقاً للهدف المراد تحقيقه ولسن المتعلم وجنسه في صورة مشوقة تمتعه وتسلية. (١٠ : ٢٧)

قام الباحثون بعمل دراسة مسحية للمراجع العربية والإنجليزية التي تتحدث عن المستوى الرقمي لرياضة ألعاب القوى ولم يتوصلوا إلا مرجع "سليمان علي حسن و احمد الخادم و ذكي درويش" (١٩٨٤م) (٢) الذي يذكر أن المدخل في الإنجاز الرقمي والبدني لكثير من الألعاب الرياضية وخاصة رياضة ألعاب القوى يعكس كما هائلاً من المعلومات والمعارف التي تسهم في إحداث هذا التطور الكبير في الأداء والذي يصل إلى حدود الإعجاز وإن كان الأسلوب العلمي هو المدخل الصحيح للوصول لهذا التطور والتقدم الذي يتماشى ويساير التقدم العالمي وأن استخدام المعلومات والمعارف هي الطريقة الوحيدة للتغلب على هذا القصور الشديد في الإنجاز لرياضة ألعاب القوى في جمهورية مصر العربية والدول العربية.

ويؤكد "حسين أحمد حشمت" (٢٠٠٤م) أن مسابقات العدو من الأنشطة الرياضية المتميزة والمتنوعة التي تتطلب خصائص بيولوجية معينة نظراً لطبيعة أداء سباقها التي تتطلب تطوير مستوى الإنجاز الرقمي فيها اعتماداً على تحسين كفاءة هذه الخصائص، حيث إستحوزت عملية إكتشاف الموهوبين فيها على إهتمام العاملين في هذا المجال من أجل رعايتهم للإرتقاء بالمستوى الرياضي المحلي وإعداد البطل الأولمبي ليكون له شأن على المستوى العالمي. (١ : ١٦٥)

وقد قام الباحثين بعمل دراسة مسحية للدراسات المرجعية المرتبطة بالبحث كدراسة "عبد الرازق أحمد موسى" (٢٠١٧م) (٦)، ودراسة "مضاوي محمد فهيد" (٢٠١٥م) (١١)، ودراسة "محمد إبراهيم محمود" (٢٠١٤م)

(٨)، ودراسة "محمد أبو الفتوح سعد (٢٠١٣م)" (٩)، ودراسة "نادر إسماعيل حلاوة" (٢٠١٣م) (١٢)، ودراسة "نبيل محمد محمد" (٢٠٠٩م) (١٣)، ودراسة "Nicholas P. Linthorne نيكولاس" (٢٠١٦م) (١٤)، واسترشد الباحث بهذه الدراسات في : صياغة جوانب المشكلة، تحديد وتوصيف عينة البحث، اختيار المنهج المناسب لطبيعة البحث، معرفة القياسات والاختبارات المختلفة، معرفة نوع الأدوات التي يمكن استخدامها لتنفيذ البحث، معرفة الأساليب الإحصائية المناسبة للبحث.

وقد لاحظ الباحثين أن التربية الرياضية شهدت في الميدان المدرسي تنوعاً ملحوظاً في طرق التدريس وأساليب التعلم وعلى الرغم من كثرة المؤلفات والبحوث الخاصة بطرق التدريس وأساليب تعلم المهارات الأساسية للرياضات المختلفة لوحظ بوضوح ومن خلال خبرات فريق البحث وخاصة في مجال التدريس أن الأسلوب المتبع في التدريس داخل حصة التربية الرياضية هو الأسلوب الأمري الذي يكون محوره المدرس وتكون جميع القرارات والأوامر متخذة من قبل المدرس وعلى التلميذ الأداء فقط دون الاشتراك في التخطيط والتنفيذ والتقييم.

ومن خلال إطلاع الباحثين على نتائج تلاميذ المرحلة الإعدادية إتضح لهم وجود إنخفاض في مستوى الأداء المهاري لسباق ١٠٠م عدو وبالتالي فإنه يوجد إنخفاض في المستوى الرقمي لسباق ١٠٠م عدو، حيث يرى الباحثين أنه قد يكون لطريقة التعلم دور رئيسي في هذه المشكلة.

فهي تعتمد على الأسلوب الأمري والمستخدم بصورة شائعة والذي يقوم فيه المعلم بالدور الرئيسي لتنفيذ الإستراتيجيات التعليمية بصفة عامة، ومن خلال حضور الباحثين لبعض مهرجانات ألعاب القوى لاحظوا وجود

مجموعة من الألعاب الصغيرة الشيقة المستخدمة في التعليم وكان من بينها الألعاب التمهيدية مما دفع الباحثين للإطلاع على بعض المراجع التابعة لمركز التنمية الإقليمي التي أقرها الإتحاد الدولي لألعاب القوى بحثاً عن مجموعة من الألعاب التمهيدية المعدة ضمن مشروع ألعاب القوى للأطفال. (٣)(٤)(٥).

وبناءً عليه قاموا بإختيارها في تطبيق بحثهم حيث يرى الباحثين أنها سوف تؤثر على مستوى الأداء المهاري والمستوى الرقمي لسباق ١٠٠م عدو، ويأمل الباحثين إضافة نقله نوعية في العملية التدريسية تسهم في تطوير التدريس من حيث الأهداف والمضمون، كما أنه من خلال الدراسة المسحية التي قام بها الباحثين للدراسات السابقة وجدوا أن الدراسات أثبتت نتائج إيجابية في سباق ١٠٠م عدو من خلال إستخدام مجموعة من الطرق والأساليب الحديثة وهي دراسة عبد الرزاق أحمد يوسف (٢٠١٧م) (٦)، دراسة مضاوي محمد فهيد (٢٠١٥م) (١١)، دراسة محمد إبراهيم محمود (٢٠١٤م) (٨)، دراسة محمد أبو الفتوح سعد (٢٠١٣م) (٩)، دراسة نادر إسماعيل حلوة (٢٠١٣م) (١٢)، دراسة نبيل محمد محمود (٢٠٠٩م) (١٣)، دراسة نيكولاس Nicholas (٢٠١٦م) (١٤).

وعليه فقد عمد الباحثين إلى التعرف على (تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو لتلاميذ المرحلة الإعدادية).

### أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في أنه يتصف بالحدثية والإستعانة بأسلوب غير تقليدي في تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو، كما يمكن الإستعانة به

كمرجع للمعلمين في مجال التربية البدنية والرياضية قد يساهم في مهارات معلم التربية الرياضية بشكل خاص ومعلمي رياضة ألعاب القوى بشكل عام، ويعتبر البحث دليل إسترشادي في الألعاب الصغيرة بطريقة تتميز بالبساطة والتنوع، وقد تم بناء الوحدات التعليمية وفق أسس علمية سليمة تتناسب مع خصائص وميول ورغبات تلاميذ هذه المرحلة العمرية من (١٤:١٥) سنة.

### هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام الألعاب التمهيدية في تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو لتلاميذ المرحلة الإعدادية.

### فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة باستخدام الأسلوب المعتاد (الأوامر) في تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو ولصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية باستخدام الألعاب التمهيدية في تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو ولصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعدين لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو ولصالح المجموعة التجريبية.

### مصطلحات البحث:

**الألعاب التمهيدية:** Games Preliminary نوع من أنواع المسابقات التي أقرها مركز التنمية الإقليمي لألعاب القوى ضمن مسابقات الإتحاد الدولي

للألعاب القوى للأطفال، وهي عبارة عن تتابع مركب للعدو المستقيم والحواجز والعدو المتعرج. (٤: ١٣)

### The Of Level Performance The: ام عدو: ١٠٠م Race Sprint 100M

ينقسم إلى:

#### ١- مستوى الأداء المهاري: Level Skill Performance

عبارة عن كفاءة الفرد ومدى إتقانه للمراحل الفنية لسباق ١٠٠ م

عدو. (تعريف إجرائي)

٢- المستوى الرقمي: عبارة عن الزمن الذي يحققه الفرد لسباق ١٠٠ م

عدو. (تعريف إجرائي)

#### إجراءات البحث:

#### أولاً: منهج البحث:

إستخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية بإتباع القياس القبلي البعدي لكلا المجموعتين لمناسبته لهذه الدراسة.

#### ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

#### مجتمع البحث:

يمثل مجتمع البحث تلاميذ الصف الثالث الإعدادي والذين تتراوح أعمارهم من (١٤ - ١٥) سنة والبالغ عددهم (١٢٠) تلميذ بمدرسة مازورة الإعدادية بنين بمحافظة بنى سويف [والتابعة لإدارة سمسطا التعليمية].

#### عينة البحث:

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وقوامها (٤٠) تلميذ بنسبة ٣٣,٣٣% من إجمالي مجتمع البحث البالغ (١٢٠) تلميذ تم تقسيمهم

إلى مجموعتين متساويتين قوام كل منهما (٢٠) تلميذًا، كما تم إختيار عينة إستطلاعية قوامها (١٠) تلاميذ من خارج العينة الأساسية ومن داخل المجتمع

### مواصفات إختيار العينة:

قد راعى الباحثون في إختيار عينة البحث مايلي:

- ١- أن يكون التلاميذ ليسوا باقين للإعادة.
- ٢- ليس لديهم شهادات مرضية.
- ٣- ليس لديهم خبرة سابقة في ممارسة سباق ١٠٠ م عدو.

### القياسات القبلية:

قام الباحثون (فريق البحث) بإجراء التكافؤ بين المجموعات في معدلات النمو (السن، الطول، الوزن)، وقاموا أيضاً بعمل دراسة مسحية لبعض الدراسات المرجعية كدراسة "عبدالرازق أحمد يوسف" (٢٠١٧م) (٦)، ودراسة "محمد إبراهيم محمود" (٢٠١٤م) (٨)، ودراسة "مضاوي محمد فهيد" (٢٠١٥م) (١١)، ودراسة "Nicholas P. Linthorne" (٢٠١٦م) (١٤)، وذلك يتماشى مع البحث، واسترشد الباحثون بهذه الدراسات في معرفة القدرات البدنية الخاصة بسباق ١٠٠ م عدو قيد البحث وكذلك القياسات والاختبارات الخاصة بهذه القدرات وهي (السرعة، تحمل السرعة، القوة المميزة بالسرعة، التوافق) وكذلك القياسات والاختبارات الخاصة بهذه القدرات لقياسها، كما قاموا بقياس مستوى الأداء (المهاري، الرقمي) وذلك في الفترة من يوم الأحد ١١/١٢/٢٠١٦م إلى يوم الاثنين الموافق ١٢/١٢/٢٠١٦م بمدرسة مازورة الإعدادية بنين بمحافظة بنى سويف [والتابعة لإدارة سمسطا التعليمية].

**تنفيذ التجربة الأساسية:**

تم تنفيذ التجربة الأساسية للبحث خلال الفترة من يوم الاثنين الموافق ٢٠١٧/٢/٢٠م إلى يوم الأربعاء الموافق ٢٠١٧/٣/٢م، حيث تم تطبيق وحدتين أسبوعياً خارج اليوم الدراسي لمدة أسبوعين بواقع (٦٠ق) للوحدة، وذلك بالإتفاق مع إدارة مدرسة مازورة الإعدادية بنين بمحافظة بني سويف [والتابعة لإدارة سمسطا التعليمية].

**القياسات البعدية:**

بعد الإنتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية قيد البحث، تم إجراء القياسات البعدية لمستوى الأداء (المهاري ، الرقمي) لأفراد عينة البحث وبنفس شروط إجراءات القياس القبلي وذلك يوم الأحد الموافق ٢٠١٧/٣/٥م لأفراد عينة البحث تحت نفس ظروف القياسات القبلية.

**ثالثاً: تكافؤ عينة البحث:****إعتدالية توزيع بيانات عينة البحث:**

قام الباحثون بحساب مدى إعتدالية توزيع البيانات فى عينة البحث، وكذلك التكافؤ بين مجموعتي البحث فى متغيرات السن والطول والوزن والمتغيرات البدنية الخاصة بسباق ١٠٠م عدو، والجداول (٢،١) توضح ذلك.

**جدول ( ١ )**

توصيف عينة البحث على متغيرات السن والطول والوزن (ن = ٤٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	14.3000	0.46410	0.907
الطول	سم	160.6500	4.44078	-0.208
الوزن	كجم	51.2250	3.71061	-0.048



يتضح من جدول ( ١ ) ان قيم معاملات الالتواء فى متغيرات السن - الطول - الوزن قد انحصرت ما بين  $\pm 3$  مما يدل على اعتدالية البيانات فى هذه المتغيرات.

## جدول ( ٢ )

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث ( التجريبية - الضابطة ) على متغيرات السن والطول والوزن فى القياسات القبليّة (ن=١=٢=٢٠)

المتغيرات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
السن	سنة	١٤.٢٥٠	٠.٤٤	١٤.٣٥٠	٠.٤٨٩
الطول	سم	١٦٠.٥٥٠	٥.٠٦٢	١٦٠.٧٥٠	٣.٨٥٠
الوزن	كجم	٥١.٢٥٠	٣.٢٢٦	٥١.٢٠٠	٤.٢٢٥

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٢٦٢

يتضح من جدول ( ٢ ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة على متغيرات السن والطول والوزن فى القياسات القبليّة مما يدل على تكافؤ المجموعتين فى هذه المتغيرات .

## جدول ( ٣ )

توصيف عينة البحث على الإختبارات البدنية قيد البحث (ن=٤٠)

المتغيرات	الإختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
سرعة	٣٠ متر عدو من البدء المنطلق	ث	4.5535	0.35221	0.914
تحمل سرعة	عدو ١٢٠ م من البدء المنخفض	ث	19.8331	0.18233	-0.635
قدرة	الوثب العريض من الثبات	سم	2.2010	0.36122	0.347
توافق	الوثب العمودي بالحبل	عدد	4.2000	1.34355	-1.787

يتضح من جدول ( ٣ ) ان قيم معاملات الالتواء للاختبارات البدنية قد انحصرت ما بين  $\pm 3$  مما يدل على اعتدالية البيانات فى هذه الإختبارات.

## جدول ( ٤ )

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث ( التجريبية - الضابطة ) على الاختبارات البدنية في القياسات القبلي ( ن=٢ = ٢٠ )

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
السرعة	٣٠ متر عدو من البدء المنطلق	ث	٤.٥٩٩	٠.٤١٤	٤.٥٠٧	٠.٢٧٩
تحمّل السرعة	عدو ٢٠ م من البدء المنخفض	ث	١٩.٨٢٢	٠.٢١٣	١٩.٨٠٣	٠.١٨٠
القوة المميزة بالسرعة	الوثب العريض من الثبات	متر	٢.٠١٤	٠.٢١٦	٢.٦٨	٠.٢٠٢
التوافق	الوثب العمودي بالحبل	عدد	٤.٢٠٠	١.٤٧٢	٤.٢٠٠	١.٢٣٩

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٢٦٢

يتضح من جدول ( ٤ ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة علي جميع الاختبارات البدنية في القياسات القبلي مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذه الاختبارات .

## رابعاً: وسائل وأدوات جمع البيانات:

## أ- شروط اختيار أدوات البحث:

١. مناسبة هذه الأدوات للسن والجنس لهذه المرحلة.
٢. أن تكون سهلة في التنفيذ والإستخدام وأن تتوافر لها أجهزة القياس.
٣. أن تكون فعالة في قياس المتغيرات المراد قياسها - البدنية والمهارية.
٤. أن تتوافر لها المعايير العلمية (الصدق - الثبات).

## قام الباحثون بإستخدام مايلي بالبحث:

## ب- إستمارة تسجيل البيانات (إعداد الباحث):

قام الباحثون بتصميم إستمارات لتسجيل البيانات الخاصة بالقياسات (قيد البحث) وقد تمثلت فى الأتى:

- ١- إستمارة تسجيل بيانات العينة (قيد البحث) [السن-الطول-الوزن].
- ٢- إستمارة تسجيل نتائج الإختبارات البدنية للعينة (قيد البحث). ج-
- إستمارة تقييم مستوى الأداء ٣- المهاري للعينة (قيد البحث).
- ٣- إستمارة تسجيل نتائج الإختبارات مهارية للعينة (قيد البحث).

#### ج- إستمارة إستطلاع رأى الخبراء:

- إستمارة إستطلاع رأى الخبراء حول أهم المسابقات والألعاب الصغيرة التمهيدية التى يمكن إستخدامها فى تعليم المهارات قيد البحث.

#### د- الأدوات والأجهزة:

- ١- شريط قياس معدني.
- ٢- الريستاميتير لقياس الطول.
- ٣- ميزان طبي لقياس الوزن.
- ٤- عصا تتابع (أداة بديلة)
- ٥- عصا تتابع قانونية.
- ٦- اطواق كرات سلة
- ٧- ساعات إيقاف.
- ٨- ملعب ألعاب القوى.
- ٩- كرات ناعمة.
- ١٠- صافرة.
- ١١- كرات قدم
- ١٢- كرات طبية.
- ١٣- حواجز.
- ١٤- جير.
- ١٥- أحبال.

#### هـ- الإختبارات البدنية:

قام الباحثون بعمل دراسة مسحية لبعض الدراسات المرجعية كدراسة "عبدالرازق أحمد يوسف" (٢٠١٧م) (٦)، ودراسة "محمد إبراهيم محمود" (٢٠١٤م) (٨)، ودراسة "مضاوي محمد فهيد" (٢٠١٥م) (١١)، ودراسة "Nicholas P. Linthorne" (٢٠١٦م) (١٤)، وذلك يتماشى مع البحث، واسترشد الباحثون بهذه الدراسات فى معرفة القدرات البدنية الخاصة بسباق ١٠٠م عدو قيد البحث وكذلك القياسات والاختبارات الخاصة بهذه القدرات

وهي (السرعة، تحمل السرعة، القوة المميزة بالسرعة، التوافق) وكذلك القياسات والاختبارات الخاصة بهذه القدرات لقياسها.

- إختبار ٣٠ متر عدو من البدء المنطلق.

- عدو ١٢٠ م من البدء المنخفض.

- إختبار الوثب العريض من الثبات.

- إختبار الوثب العمودي بالحبل.

#### و- الإختبارات المهارية:

- إختبار ١٠٠ م عدو.

#### خامساً: التوزيع الزمني للوحدات:

جدول (٥)

نموذج للتوزيع الزمني للوحدات التعليمية

م	عناصر الدرس	التوزيع الزمني
١	الجزء التمهيدي (الإحماء و الإعداد البدني)	١٥ ق
٢	الجزء الرئيسي	٣٥ ق
٣	الجزء الختامي	١٠ ق
	المجموع	٦٠ ق

#### سادساً: المعاملات العلمية للإختبارات:

##### ١- الثبات:

لحساب الثبات للإختبار المهاري وإختبار المستوى الرقمي قام الباحثين بتطبيقها على عينة البحث الإستطلاعية في الفترة الزمنية من يوم الاثنين الموافق ١٢/١٢/٢٠١٦م وحتى يوم الأربعاء الموافق ١٥/١٢/٢٠١٦م حيث قام الباحث بتطبيق الإختبارات وإعادة التطبيق على العينة الإستطلاعية وذلك بفواصل زمني يومين من التطبيق الأول وتم حساب الإرتباط بين التطبيقين والجداول (٦،٥) توضح ذلك.

## جدول (٦)

قيم معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق على الإختبار المهاري قيد البحث (ن = ١٠)

قيمة ر	إعادة التطبيق		التطبيق		وحدة القياس	الإختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٠.٧٦٤	٠.٤٢١	٩.٨٠٠	٠.٤٨٣	٩.٧٠٠	درجة	١٠٠ متر عدو

قيمة ر الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٠.٦٤٣

يتضح من جدول (٦) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين التطبيق وإعادة التطبيق على الإختبار المهاري قيد البحث مما يدل على ان الإختبار علي درجة مقبولة من الثبات.

## جدول (٧)

قيم معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق على إختبار المستوى الرقمي قيد البحث (ن = ١٠)

قيمة ر	إعادة التطبيق		التطبيق		وحدة القياس	الإختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٠.٩٨٦	٠.٩٣١	١٤.٠٣٥	٠.٩٢٨	١٣.٩٩٨	ث	١٠٠ متر عدو

قيمة ر الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٠.٦٤٣

يتضح من جدول (٧) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين التطبيق وإعادة التطبيق على إختبار المستوى الرقمي قيد البحث مما يدل على ان الإختبار علي درجة مقبولة من الثبات.

## ٣- الصدق:

لحساب صدق الإختبار المهاري وإختبار المستوى الرقمي قام الباحثين بإستخدام طريقة صدق التمايز بين مجموعتين الأولى مميزة تتكون

من من (١٠) تلاميذ ممارسين للعبة ألعاب القوى من نفس المرحلة السنوية بمدرسة بنى سويف الرياضية، والثانية غير مميزة تتكون من (١٠) تلاميذ من غير الممارسين للعبة ألعاب القوى من مجتمع البحث وخارج العينة الأصلية للبحث من مدرسة مازورة الإعدادية بنين حيث تم التطبيق للإختبار المهاري وإختبار المستوى الرقمي قيد البحث على المجموعتين وقام الباحث بحساب دلالة الفروق بين المجموعتين والجدول (٦،٧) توضح ذلك.

## جدول ( ٨ )

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث

( المميّزة - غير المميّزة ) على الإختبار المهاري قيد البحث

( ن=١ ن=٢ = ١٠ )

قيمة ت	التمييزة		غير التمييزة		وحدة القياس	الإختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٧.١٤١	٠.٤٨٣	٩.٧٠٠	١.٠٦٣	٧.٠٦٣	درجة	١٠٠ متر عدو

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٢٦٢

يتضح من جدول ( ٨ ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين المجموعة الممييزة وغير الممييزة على الاختبار المهاري قيد البحث ولصالح المجموعة الممييزة مما يدل على ان الاختبار على درجة مقبولة من الصدق.

## جدول ( ٩ )

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث ( الممييزة -

غير الممييزة ) على إختبار المستوى الرقمي قيد البحث ( ن=١ ن=٢ = ١٠ )

قيمة ت	التمييزة		غير التمييزة		وحدة القياس	الإختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٢.٣٠٧	٠.٩٢٨	١٣.٩٩٨	١.٣٦٣	١٥.٠٩٠	ث	١٠٠ متر عدو

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٢٦٢

يتضح من جدول ( ٩ ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين المجموعة المميزة وغير المميزة على إختبار المستوى الرقمي قيد البحث ولصالح المجموعة المميزة مما يدل على ان الاختبار على درجة مقبولة من الصدق.

### عرض ومناقشة النتائج:

سوف يستعرض الباحثين النتائج على النحو التالي:

- ١- دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على الاختبار المهاري قيد البحث للمجموعة الضابطة.
- ٢- نسب التغير بين متوسطي القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على الاختبار المهاري قيد البحث لدي المجموعة الضابطة.
- ٣- دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث لدي المجموعة الضابطة.
- ٤- نسب التغير بين متوسطي القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث لدي المجموعة الضابطة.
- ٥- دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على الاختبار المهاري قيد البحث للمجموعة التجريبية.
- ٦- نسب التغير بين متوسطي القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على الاختبار المهاري قيد البحث لدي المجموعة التجريبية.
- ٧- دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث لدي المجموعة التجريبية.
- ٨- نسب التغير بين متوسطي القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث لدي المجموعة التجريبية.
- ٩- دلالة الفروق بين مجموعتي البحث ( التجريبية - الضابطة ) على الاختبارات مهارية قيد البحث فى القياسات البعديّة.

١٠- دلالة الفروق بين مجموعتي البحث ( التجريبية - الضابطة ) على

اختبار المستوى الرقمي قيد البحث في القياسات البعدية.

جدول ( ١٠ )

دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البعدية )

على الاختبار المهاري قيد البحث لدي المجموعة الضابطة (ن = ٢٠)

قيمة ت	انحراف الفرق	متوسط الفرق	البعدية		القبليّة		وحدة القياس	الاختبارات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٢.٣٠٢	١.٢٦٥	٠.٦٥١	٠.٨١٠	٧.٩٤٨	٠.٩١٥	٧.٢٩٦	درجة	١٠٠م عدو

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤٢

يتضح من جدول ( ١٠ ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا

عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين القياسات القبليّة والبعدية على الاختبار

المهاري قيد البحث ولصالح القياسات البعدية.

جدول ( ١١ )

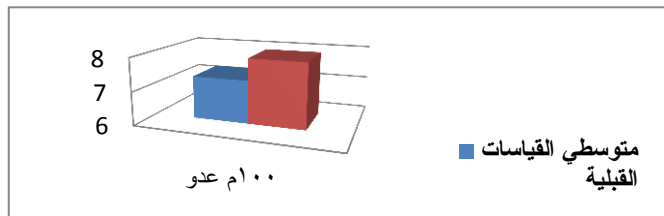
نسب التغير بين متوسطي القياسات ( القبليّة - البعدية )

على الاختبارات المهاريّة قيد البحث لدي المجموعة الضابطة (ن = ٢٠)

نسب التحسن	متوسطي القياسات البعدية	متوسطي القياسات القبليّة	وحدة القياس	الاختبارات
٨.٩٣٠	٧.٩٤٨	٧.٢٩٦	درجة	١٠٠م عدو

يتضح من جدول ( ١١ ) ان نسب التغير بين متوسطي القياس القبلي

والبعدي قد بلغت ٨.٩٣٠%.



شكل (١)



جدول ( ١٢ )

دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البعديّة )  
على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث للمجموعة الضابطة (ن = ٢٠)

الاختبارات	وحدة القياس	القبليّة		البعديّة		انحراف الفرق	قيمة ت
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١٠٠متر عدو	ث	١٥.٠٥٨	١.٤٤٠	١٥.٠١٣	١.١٣٩	١.٥٩٦	٢.١٢٧

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤٢

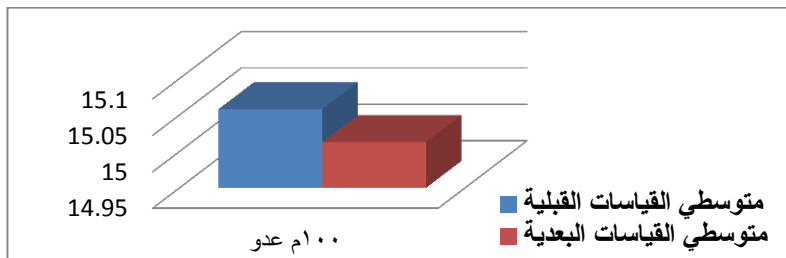
يتضح من جدول ( ١٢ ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين القياسات القبليّة والبعديّة على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث ولصالح القياسات البعديّة.

جدول (١٣)

نسب التغير بين متوسطي القياسات ( القبليّة - البعديّة )  
على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث لدي المجموعة الضابطة (ن = ٢٠)

الاختبارات	وحدة القياس	متوسطي القياسات القبليّة	متوسطي القياسات البعديّة	نسب التحسن
١٠٠متر عدو	ث	١٥.٠٥٨	١٥.٠١٣	١.٢٩

يتضح من جدول ( ١٣ ) ان نسب التغير بين متوسطي القياس القبلي والبعدي قد بلغت ٠.٢%.



شكل (٢)

يتضح من جدول (١٠) ، (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة باستخدام الأسلوب المعتاد (الأمري) فى الإختبار المهاري، وإختبار المستوى الرقمي عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولصالح القياس البعدى. حيث أن قيمة "ت" المحسوبة فى جدول (١٠) (٢,٣٠٢) ، وكانت قيمتها أكبر من قيمة "ت" الجدولية (٢,٠٤٢) عند مستوى (٠,٠٥).

وكذلك قيمة "ت" المحسوبة فى جدول (١٢) بلغت (٢,١٢٧) وكانت قيمتها أكبر من قيمة "ت" الجدولية (٢,٠٤٢) عند مستوى (٠,٠٥).

وهذا يشير إلى أن التدريس بالأسلوب المعتاد ( التقليدي ) له تأثير إيجابي على الأداء المهاري وأيضاً تأثير إيجابي على المستوى الرقمي لسباق ١٠٠م عدو، ويرجع الباحثين هذه النتيجة إلى فاعلية الوحدات التعليمية المتبعة (التقليدية) ووجود المعلم وقيامه بالشرح وأداء النموذج وإتخاذ جميع القرارات ومتابعة المتعلمين أثناء الأداء وإعطاء التغذية الراجعة لهم جميعاً فى وقت واحد مما كان له الأثر الإيجابي فى تحسين مستوى الأداء (مهاري - رقمي).

وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج بعض الدراسات السابقة لكل من "مضاوي محمد فهيد" (٢٠١٥م) (١١)، "محمد إبراهيم محمود" (٢٠١٤م) (٨)، "تبيل محمد محمد" (٢٠٠٩م) (١٣).

وبذلك قد يتحقق الفرض الأول والذي ينص على أنه: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة باستخدام الأسلوب المعتاد ( التقليدي ) فى تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو ولصالح القياس البعدي.

## جدول ( ١٤ )

دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البعديّة )  
على الاختبار المهاري قيد البحث لدي المجموعة التجريبية (ن = ٢٠)

قيمة ت	انحراف الفرق	متوسط الفرق	البعديّة		القبليّة		وحدة القياس	الإختبارات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
١١.٨٤٠	٠.٧٧٤	٢.٠٥٠	٠.٦٣٩	٨.٩٩٦	٠.٨٩٣	٦.٩٤٦	درجة	١٠٠متر عدو

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤٢

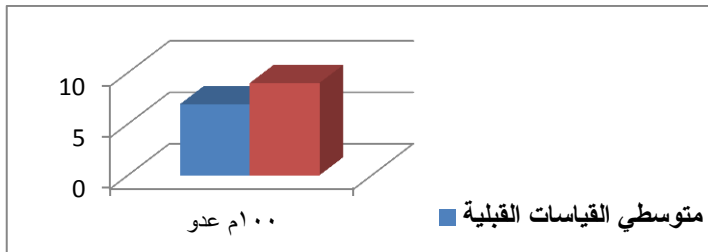
يتضح من جدول ( ١٤ ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين القياسات القبليّة والبعديّة على الاختبار المهاري قيد البحث ولصالح القياسات البعديّة.

## جدول ( ١٥ )

نسب التغير بين متوسطي القياسات ( القبليّة - البعديّة )  
على الاختبار المهاري قيد البحث لدي المجموعة التجريبية (ن = ٢٠)

نسب التغير	متوسطي القياسات البعديّة	متوسطي القياسات القبليّة	وحدة القياس	الإختبارات
٢٩.٥	٨.٩٩٦	٦.٩٤٦	درجة	١٠٠متر عدو

يتضح من جدول ( ١٥ ) أن نسب التغير بين متوسطي القياس القبلي والبعدي قد بلغت ٢٩.٥ %.



شكل (٣)

جدول ( ١٦ )

دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث للمجموعة التجريبية (ن = ٢٠)

الاختبارات	وحدة القياس	القبليّة		البعديّة		انحراف الفرق	قيمة ت
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١٠٠متر عدو	ث	١٤.٨٨٣	١.٣٣٧	١٤.١٠٤	٠.٨٨٩	١.١٨٤	٢.٩٤١

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤٢

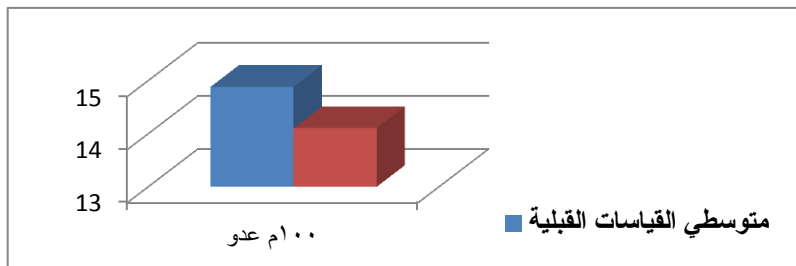
يتضح من جدول ( ١٦ ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين القياسات القبليّة والبعديّة على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث ولصالح القياسات البعديّة.

جدول ( ١٧ )

نسب التغير بين متوسطي القياسات ( القبليّة - البعديّة ) على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث لدي المجموعة التجريبية (ن = ٢٠)

الاختبارات	وحدة القياس	متوسطي القياسات القبليّة	متوسطي القياسات البعديّة	نسب التغير
١٠٠متر عدو	ث	١٤.٨٨٣	١٤.١٠٤	٥.٢٣

يتضح من جدول ( ١٧ ) ان نسب التغير بين متوسطي القياس القبلي والبعدي قد بلغت ٥.٥ %.



شكل (٤)

يتضح من جدول (١٤)، (١٦) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية بإستخدام الألعاب التمهيدية فى الإختبار المهارى، وإختبار المستوى الرقمى عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولصالح القياس البعدى. حيث أن قيمة "ت" المحسوبة فى جدول (١٤) بلغت (١١,٨٤٠) وهى نسبة عالية جداً بالنسبة لقيمة "ت" الجدولية (٢,٠٤٢) عند مستوى (٠,٠٥).

وكذلك قيمة "ت" المحسوبة فى جدول (١٦) بلغت (٢,٩٤١) وكانت قيمتها أكبر من قيمة "ت" الجدولية (٢,٠٤٢) عند مستوى (٠,٠٥).

ويعزو الباحثين ذلك التأثير الإيجابى لنتائج المجموعة التجريبية إلى فعالية إستخدام الألعاب التمهيدية التى إستخدمها الباحثين فى تحسين الأداء لسباق ١٠٠م عدو حيث وضع المهارات فى صورة ألعاب صغيرة تساعد على نجاح تعلمها.

حيث أن ممارسة الألعاب التمهيدية تؤدي بطبيعتها إلى المرح والسرور والسعادة وتحقيق الذات وأنها تمتاز بعامل التشويق والإثارة مما يجعل الفرد يقبل عليها بإرادة وحرية كاملة.

وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج بعض الدراسات السابقة لكل من عبدالرازق أحمد يوسف" (٢٠١٧م) (٦)، "مضوي محمد فهيد" (٢٠١٥م) (١١)، "نادر إسماعيل حلاوة" (٢٠١٣م) (١٢)، نيكولاس Nicholas (٢٠١٦م) (١٤).

وبذلك قد يتحقق الفرض الثانى والذي ينص على أنه: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية

باستخدام الألعاب التمهيدية في تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠ م عدو  
ولصالح القياس البعدي.

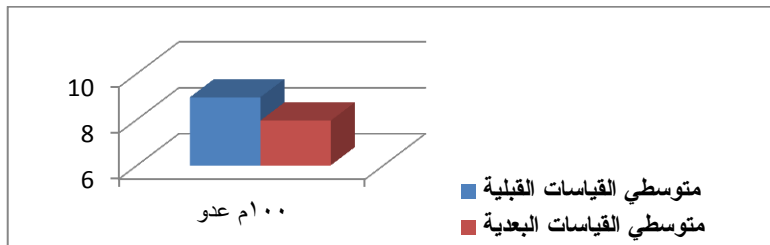
جدول (١٨)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث ( التجريبية - الضابطة )  
على الاختبار المهاري قيد البحث في القياسات البعدية ( ن=١ ن=٢ = ٢٠ )

قيمة ت	الضابطة		التجريبية		وحدة القياس	الاختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٤.٥٣٩	٠.٨١٠	٧.٩٤٨	٠.٦٣٩	٨.٩٦٦	درجة	١٠٠ متر عدو

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤٢

يتضح من جدول ( ١٨ ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا  
عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية على  
جميع الاختبار المهاري قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.



شكل (٥)

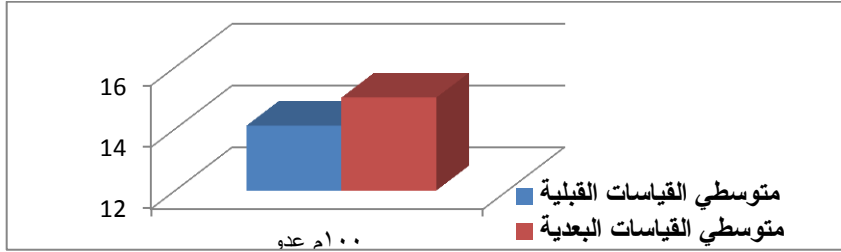
جدول ( ١٩ )

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث ( التجريبية -  
الضابطة ) على اختبار المستوى الرقمي قيد البحث في القياسات البعدية  
( ن=١ ن=٢ = ٢٠ )

قيمة ت	الضابطة		التجريبية		وحدة القياس	الاختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٢.٨١٠	١.١٣٩	١٥.٠١٣	٠.٨٨٨	١٤.١٠٤	ث	١٠٠ متر عدو

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٤٢

يتضح من جدول ( ١٩ ) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية على جميع اختبار المستوى الرقمي قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.



شكل (٦)

يتضح من جدول (١٨)، (١٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين البعديين لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الإختبار المهاري ، وإختبار المستوى الرقمي عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولصالح المجموعة التجريبية. حيث أن قيمة "ت" المحسوبة في جدول (١٨) بلغت (٤,٥٣٩) وكانت قيمتها أكبر من قيمة "ت" الجدولية (٢,٠٤٢) عند مستوى (٠,٠٥).

وكذلك قيمة "ت" المحسوبة في جدول (١٩) بلغت (٢,٨١٠) وكانت قيمتها أكبر من قيمة "ت" الجدولية (٢,٠٤٢) عند مستوى (٠,٠٥).

ويرجع الباحثين هذا الفرق بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية إلى استخدام الألعاب التمهيدية في تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو وما تحتويه من ألعاب صغيرة مختلفة ومتدرجة.

وتتفق النتائج السابقة مع دراسة " عبدالرازق أحمد يوسف" (٢٠١٧م) (٦)، "مضاوي محمد فهيد" (٢٠١٥م) (١١)، "محمد أبو الفتح سعد" (٢٠١٣م) (٩)، "نبيل محمد محمد" (٢٠٠٩م) (١٣).

وبذلك قد يتحقق الفرض الثالث والذي ينص على أنه: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو ولصالح المجموعة التجريبية.

### الاستنتاجات والتوصيات:

#### أولاً: الاستنتاجات:

في ضوء عينة البحث وأدوات جمع البيانات وفي ضوء أهداف وفروض البحث وما أسفرت عنه المعالجات الإحصائية توصل الباحثين إلى الاستنتاجات التالية:

- ١- أثرت الألعاب التمهيدية تأثيراً إيجابياً على تحسين مستوى الأداء (المهاري ، الرقمي) للمجموعة التجريبية في سباق ١٠٠م عدو.
- ٢- الوحدات التعليمية باستخدام الأسلوب المتبع ( التقليدي ) "أسلوب الأوامر" ساهمت بطريقة إيجابية في تحسين مستوى الأداء المهاري للمجموعة الضابطة في سباق ١٠٠م عدو.
- ٣- تقدمت المجموعة التجريبية التي استخدمت في التدريس الألعاب التمهيدية على المجموعة الضابطة التي استخدمت في التدريس الطريقة المتبعة "أسلوب الأوامر" في مستوى الأداء (المهاري ، الرقمي) لسباق ١٠٠م عدو.



- ٤- استخدام الألعاب التمهيدية له تأثير إيجابي فعال والأسلوب المتبع ( الأوامر ) له تأثير إيجابي على تحسين مستوى الأداء المهارى وكانت نسبة التحسن قد بلغت ( ٨.٩ % ) بالنسبة للمجموعة الضابطة، في حين كانت نسبة التحسن بالنسبة للمجموعة التجريبية قد بلغت ( ٢٩.٥ % ) وهذا يدل على تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تحسين مستوى الأداء المهارى لسباق ١٠٠م عدو.
- ٥- استخدام الألعاب التمهيدية والأسلوب المتبع ( الأوامر ) له أثر فعال على تحسين المستوى الرقمي وكانت نسبة التحسن قد بلغت ( ٠.٠٢ % ) بالنسبة للمجموعة الضابطة، في حين كانت نسبة التحسن بالنسبة للمجموعة التجريبية قد بلغت ( ٥.٥ % ) وهذا يدل على تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تحسين المستوى الرقمي لسباق ١٠٠م عدو.

### ثانياً: التوصيات:

فى ضوء ماأظهرته نتائج البحث والإستنتاجات التى تم التوصل إليها، يوصي الباحثين بالأتى:

- ١- تفعيل استخدام الألعاب التمهيدية فى المدارس.
- ٢- إجراء المزيد من البحوث باستخدام الألعاب التمهيدية لمراحل دراسية أخرى ومهارات أخرى فى المدارس.
- ٣- نشر الوعي الثقافى بأهمية استخدام الألعاب التمهيدية بالمدارس وخاصة المرحلة الإعدادية.

## المراجع

## أولاً المراجع العربية:

- ١- حسين أحمد حشمت : تطبيقات علمية للتقنية البيولوجية فسيولوجيا الرياضة، المؤتمر العلمي عن التوافق (٢٠٠٤م)
- البيولوجي للظروف البيئية بالعريش، جمعية العلوم الفسيولوجية وتطبيقاتها، دار النشر.
- ٢- سليمان علي حسن : التحليل العلمي لمسابقات الميدان والمضمار، ط١، دار المعارف، القاهرة. (١٩٨٤م)
- أحمد الخادم، ذكي درويش
- ٣- شارلز جوزولي، : اجري اقفز ارمي، ط٣، ترجمة مركز التنمية الإقليمي بالقاهرة، الإتحاد الدولي لألعاب القوى. محمد، عبدالمالك الهبيل (٢٠١٢م) ، جميل سي
- ٤- \_\_\_\_\_ : ألعاب القوى للأطفال، ط٣، ترجمة مركز التنمية الإقليمي بالقاهرة، الإتحاد الدولي لألعاب القوى.
- ٥- \_\_\_\_\_ : نماذج تعليمية للأطفال في ألعاب القوى، ط٣، ترجمة مركز التنمية الإقليمي بالقاهرة، الإتحاد الدولي لألعاب القوى.
- ٦- عبدالرازق أحمد : تأثير برنامج تدريبي مقترح بإستخدام التدريب بالبيستى على المستوى الرقمي لمتسابقى ١٠٠م عدو، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.

- ٧- عفاف عثمان : طرق التدريس في التربية الرياضية، دار مصطفى (٢٠٠٧م) الوفاء لدنيا للطباعة والنشر، الإسكندرية.
- ٨- محمد إبراهيم : تأثير تدريبات الأستيك المطاط على المستوى محمود (٢٠١٤م) الرقمي لناشئي ٧٥م عدو، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- ٩- محمد أبو الفتوح : برنامج تدريبي مركب (أنقال - بليومتري) سعد (٢٠١٣م) لتنمية بعض المتغيرات البدنية وأثره على تحسين المستوى الرقمي لسباق ١٠٠م عدو، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
- ١٠- مصطفى محمد : تنمية القدرات الحركية باستخدام الألعاب الصغيرة، ماهي للنشر والتوزيع، الإسكندرية. (٢٠١٤م)
- ١١- مضاي محمد فهد : فاعلية الألعاب التمهيدية على تطوير القدرات الحركية ومستوى الإنجاز لسباق ١٠٠م عدو لتلميذات المرحلة المتوسطة بدولة الكويت، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق.
- ١٢- نادر إسماعيل حلاوة : تأثير برنامج باستخدام التدريب المتقاطع على تنمية بعض المتغيرات البدنية والمستوى الرقمي لسباق ١٠٠م و ٢٠٠م عدو، بحث منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة الأقصى بفلسطين.

١٣ - نبيل محمد محمد : فاعلية إستخدام الوحدات النموذجية التطبيقية على التحصيل الدراسي ومستوى الإنجاز في بعض مسابقات الميدان والمضمار لطلاب كلية التربية الرياضية، رسالة دكتوراة، جامعة المنصورة.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 14- Nicholas P. : Improvement In 100-m Sprint performance at An Altitude Of 2250-m, International Abstract Dissertation, Brunel University London.

## تأثير استخدام الألعاب التمهيدية على تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو لتلاميذ المرحلة الإعدادية"

° أ.م.د/ رانيا محمد حسن سعيد

\*\* د/ محمد رياض علي

\*\*\* الباحثة/ محمد جمال حسن محمد

### ملخص البحث

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام الألعاب التمهيدية في تحسين مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو لتلاميذ المرحلة الإعدادية، حيث استخدم الباحثين المنهج التجريبي، وقد إستعان الباحثين بالتصميم التجريبي باستخدام القياس القبلي والبعدي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، وذلك لمناسبتها لطبيعة البحث، عينة البحث الأساسية (٤٠) تلميذ من مدرسة مازورة الإعدادية بنين بمحافظة بني سويف [والتابعة لإدارة سمسطة التعليمية]، والذين تتراوح أعمارهم من (١٤ - ١٥) سنة، وقد أسفرت نتائج البحث إلى تقدم المجموعة التجريبية التي استخدمت في التدريس الألعاب التمهيدية على المجموعة الضابطة التي استخدمت في التدريس الطريقة المتبعة "أسلوب الأوامر" في مستوى الأداء لسباق ١٠٠م عدو، ويوصي الباحثين بتفعيل استخدام الألعاب التمهيدية في المدارس، إجراء المزيد من البحوث باستخدام الألعاب التمهيدية لمراحل دراسية أخرى ومهارات أخرى في المدارس، نشر الوعي الثقافي بأهمية استخدام الألعاب التمهيدية بالمدارس وخاصة المرحلة الإعدادية.

• أستاذ بقسم المناهج وطرق التدريس المساعد - كلية التربية الرياضية - جامعة بني سويف.

• مدرس بقسم التدريب الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة بني سويف.

••• باحث بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة بني سويف.

**"The Effect Of Using Preliminary Games On  
Improving The Performance Level Of The 100 M  
Sprint Race For Students Of The Preparatory Stage"**

\* Dr. Rania Mohammed Hassan Saeed.

\*\* Dr. / Mohammed Riyadh Ali.

\*\*\*Researcher. Mohammed Gamal Hassan Mohammed

**Summary**

The research aims to recognizing the effect of using preliminary games on improving the performance level of the 100m sprint race for students of the preparatory stage. The researchers used the experimental syllabi and experimental design by using the before and after standard for two groups on of them, The basic research sample is (40) student from Mazoura preparatory school, Beni Suef governorate [and the management of Somasta educational], Whoes ages ranges from (14-15) year, And the results of research led to progress of the experimental group which used preliminary games in teaching on the adjustment group which used the followed method in teaching "commands style" in the the performance level of the 100m sprint race, And the researchers recommends: cultural awareness of the importance of using preliminary games in schools and especially in the preparatory stage.

- 
- Professor Department of curriculum and teaching methods Assistant, Faculty of Physical Education, Beni -Suef University.
  - Lecture in sport training Faculty of physical education of Beni-Suef university.
  - Researcher curriculum and methods Section, Faculty of Physical Education, University of Beni- Suef.