

# تأثير برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة

د/ سمر سمير عبد الله عطية (\*)

## مقدمة ومشكلة البحث:

تعد مرحلة الطفولة أهم مرحلة في حياة الإنسان، لأن ما يتعلمه الفرد خلالها يمثل حجر الأساس في بناء شخصيته مدى الحياة، ولعل ما يميز هذه المرحلة هو الميل للعب والحركة، فعن طريق هذا الميل الطبيعي يتعلم الطفل الممارسة الحركية، ووجد علماء التربية أن اللعب ميزه يجب استغلالها والاستفادة منها في عملية التربية والتعليم، حيث من الملاحظ إن السنوات الأولى التي يقضيها الطفل قبل دخول المدرسة الابتدائية تعتبر مجالاً خصباً للنمو الحركي، وتعلم واكتساب المهارات الحركية التي تتناسب مع قدراته واستعداداته.

وفي هذه المرحلة يتميز الطفل بالميل إلى الحركة واللعب وإحداث التجارب في الأشياء المحيطة به وذلك لأن العالم جديد بالنسبة له، فهو يميل إلى فهمه بالتجربة الشخصية، وعن طريق هذا اللعب يكتسب خبرة ومهارة ويصبح أكثر ثقة في نفسه وأكثر اطمئناناً في بيئته. (13: 69)

ويشير كلا من "ميزاروفن Merzarven" (2001م)، "تشيرفانير Chervannier" (2000م) أن اللعب يعتبر من الوسائل التربوية الناجحة وبصفة خاصة في مرحلة ما قبل المدرسة التي تتميز بالحركة الدائمة لاستيعاب الطاقة الحركية الكامنة في الأطفال، فاللعب والحركة والنشاط يؤدي إلى الإقدام والمشاركة وبناء الشخصية كما يشجعوا حاجة الطفل إلى الإنجاز والتعبير عن ذاته، ويؤدوا إلى نمو الطفل اجتماعياً من خلال مشاركته الآخرون في اللعب. (27: 29)، (25: 211)

وتعتبر الألعاب التمهيدية من الأنشطة التي لها دوراً حيوياً في نمو وتقدم المتعلم، كما أنها وسيلة فعالة من وسائل التربية والإعداد بطريقة عملية يكون الدافع فيها الميل التلقائي للعب، مما يبعث السرور والمرح في نفوس الممارسين وتتميز بإضفاء روح الأداء الجماعي والقدرة على التكيف. وتؤدي على شكل ألعاب ومسابقات بسيطة باستخدام أدوات وأجهزة سهلة غير معقدة أو بدونها، التي تساعد على تنمية الجسم تنمية متزنة من جميع الجوانب كما أنها تشبع حاجاته الأساسية.

(5: 293-299)، (21: 45-46)

وتشكل الألعاب التمهيدية أحد طرق اكتساب المهارات الحركية، فمن خلالها يكتسب الطفل المهارات بطريقة أسرع وأكثر تشوقاً واستمتاعاً وفهماً، كما تسعى الألعاب التمهيدية إلى تحقيق العديد من

(\*) مدرس بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

الأهداف نظراً لتميزها بالمواقف المتعددة عند استخدامها، فعند ممارستها يكتسب الطفل القدرات الحركية والمهارية بصورة مناسبة مع مراحل نموه وخصائصه الفردية. (17: 19-20)

وقد أشار "عبد الحميد شرف" (2005م) إلى أن استخدام الألعاب التمهيدية يسهم بشكل كبير في تنمية مختلف الصفات والقدرات الحركية ويعمل على جذب اهتمام الأطفال لممارسة النشاط الرياضي ويساعد في تقليل الشعور بالملل. (11: 147)

وتمثل القدرات الحركية الحركات الأساسية لتطور النمو الحركي لمرحلة الطفولة المبكرة، وينظر للحركات الأساسية على أنها المفردات الأولية الأصلية في حركة الطفل، وتعرف باعتبارها حركة تؤدي من أجل ذاتها وتأخذ أشكالاً متعددة مثل: الجرى - الوثب - التوازن الثابت - التوازن الحركي - الرمي - الرشاقة. (2: 57)

بالإضافة إلى ذلك نجد أن الطفل يستمتع بالأنشطة الحركية لذاتها أو باعتبارها جزءاً من لعبه بمفرده أو وسط مجموعة ولكن دون أن يعرف بأنها في نفس الوقت تنمي خبراته الأولى. (14: 186)

ونظراً لأن الطفل لا يولد ومعه القيم والخبرات بل يكتسبها خلال مراحل حياته ويشعر بها ويتذوقها وخصوصاً وهو طفل ولذا أكد الكثير من الخبراء ونتائج البحوث على أهمية إكساب الطفل منذ نعومة أظفاره القيم المختلفة من منطلق أن الطفل يكون قابل للتعديل والتشكيل في المواقف السلوكية المختلفة. (20: 12)

فاللعب يساعد على اكتساب القيم الثقافية وتطورها، حيث إن الطفل يكتسب الحقيقة ويتعلم أشياء كثيرة بطريقة حماسية ومثيرة من خلال اللعب كما أنه يبتكر مواقف مختلفة مما يكسبه الكثير من الخبرات. (7: 15-16)

وتعرف "ولاء محمد" (2013م) القيم الثقافية بأنها النسيج المتكامل الذي يضم المعايير والاتجاهات والأسس الثقافية التي تربط الطفل بهويته وتنظم العلاقات بين الطفل ومجتمعه وهي أيضاً صفات إنسانية إيجابية راقية تؤدي بالطفل إلى السلوكيات الحسنة في المواقف المختلفة التي يتفاعل فيها مع مجتمع وأسرته. (23: 13)

كما تعرفه "ابتهام رمضان" (2012م) هو ذلك النسيج الكلي الذي يضم الأحكام والمعتقدات والمعايير والاتجاهات التي يكتسبها الطفل من المجتمع المحيط به ومن المؤسسات القائمة على تنشئة وتربية الطفل وتشكل دوافعه السلوكية وتظهر في السلوكيات التي يرغبها المجتمع وأفراده. (1: 35)

ورياضة الجمباز تحتل مكاناً متقدماً بالنسبة لمختلف ألوان النشاط الرياضي فهي من الرياضات المحببة إلى النفس، وتعمل على جذب الأطفال لممارستها وذلك لتغير وتميز مهاراتها، كما تسهم في إعطاء الممارسين العديد من القيم التربوية، وزيادة الثقة بالنفس والالتزان، تنمية وتطوير عناصر اللياقة البدنية. (8: 12)

ويشير "عادل عبد البصير" (2004م) أن رياضة الجمباز تتيح فرصة للأطفال في خلق القدرة على الابتكار وفي تحقيق الرضا والسعادة عند النجاح في أداء المهارات، الأمر الذي يؤدي إلى تنمية القدرة على تجسيد التناسق والاستمرار والتوافق والاتزان، وينمى أيضاً إدراك الحاجة إلى القوة والجلد من أجل إتقان بعض الحركات المبتكرة في الجمباز. (10: 92)

وتتبلور مشكلة البحث في أن الألعاب التي تقدم للأطفال في دور رياض الأطفال تكون في صورة اللعب الحر والذي يكون على شكل لا يظهر بينها ارتباط أو تكامل مما يؤدي إلى مردود عكسي على العملية التعليمية، واستناداً إلى المراجع والدراسات السابقة المرتبطة بطفل ما قبل المدرسة يمكننا ان نؤكد أن اللعب هو أساس لكل تعلم وأن حركة الطفل هي البداية الحقيقية التي يتمركز حولها تعلم الأنشطة المقدمة لطفل ما قبل المدرسة.

وأيضاً من خلال الزيارات الميدانية لبعض دور رياض الأطفال لاحظت الباحثة وجود بعض القصور في برامج التربية الرياضية المقدمة في هذه المرحلة ومدى الحاجة إلى دراسة تنظر إلى كيفية توظيف حركة الطفل من خلال برنامج باستخدام الألعاب التمهيدية يسعى إلى تنمية خبراته وقدراته ومهاراته واشباع حاجاته وميوله مما دعى الباحثة إلى محاولة وضع برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية لمعرفة تأثيره على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز و القيم الثقافية للأطفال ما قبل المدرسة.

### هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى تنمية القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز (درجة أمامية - درجة خلفية- درجة جانبية) والقيم الثقافية للأطفال ما قبل المدرسة.

### فروض البحث:

1- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية (السرعة- القدرة العضلية للرجلين - القدرة العضلية للذراعين - التوازن -المرونة -الرشاقة) وبعض مهارات الجمباز (درجة أمامية - درجة خلفية- درجة جانبية) والقيم الثقافية للأطفال ما قبل المدرسة في اتجاه القياس البعدي.

2- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرات الحركية وبعض مهارات الجمباز قيد البحث والقيم الثقافية للأطفال ما قبل المدرسة في اتجاه القياس البعدي.

3- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في القدرات الحركية وبعض مهارات الجمباز قيد البحث والقيم الثقافية للأطفال ما قبل المدرسة في اتجاه المجموعة التجريبية.

4- يوجد معدل تغير للقياسات البعدية عن القبلية في المتغيرات قيد البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة في اتجاه المجموعة التجريبية.

### مصطلحات البحث:

#### • الألعاب التمهيدية:

هى ألعاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة فى أدائها ويصاحبها البهجة والسرور ولا تحتوى على مهارات حركية مركبة عند تنفيذها، ولا يوجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة<sup>(\*)</sup>.

#### • القدرات الحركية:

هى قدرة الطفل على أداء وظائفه البدنية حسب المستوى الذي تسمح به لياقته البدنية والحركية لمواجهة متطلبات الأداء المهارى<sup>(\*)</sup>.

#### • القيم الثقافية:

مجموعة المعتقدات والأفكار والمبادئ والمعايير والأسس الثقافية التى تربط الفرد بهويته وتربط المجتمع بتقاليده وتنظم العلاقات بينهم. (16: 41)

#### • مرحلة ما قبل المدرسة:

هى مرحلة تمتد ما بين 3-6 سنوات من عمر الطفل وهى مرحلة إتقان أشكال الحركات المختلفة وكذلك الحصول على إمكانية الربط والتوافق الحركي وتشكيل شخصية الطفل ومسار نموه (العقلى- الاداركى- الحركى- اللغوى- الحسى- الإنفعالى)<sup>(\*)</sup>.

#### الدراسات السابقة:

#### أولاً: الدراسات العربية:

• دراسة "ماجدة على حسن" (2018م) (18) والتي تهدف الى التعرف على التعرف على تأثير برنامج للألعاب التنافسية والغنائية على تنمية بعض القيم الثقافية والتفاعل الاجتماعي والمهارات الحركية الأساسية لدى طفل ما قبل المدرسة، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وقد بلغ حجم العينة (70) طفلاً تتراوح اعمارهم ما بين (5 - 6) سنوات، وأشارت النتائج الى أن البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الألعاب الشعبية التنافسية والغنائية له تأثير إيجابي في تنمية القيم الثقافية والتفاعل الاجتماعي والمهارات الحركية الأساسية لطفل مرحلة ما قبل المدرسة.

• دراسة "توره محمد موسى" (2017م) (22) والتي تهدف الى التعرف على تأثير برامج تعليمية باستخدام الألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة على تنمية التفاعلات الاجتماعية والحركية لاطفال ما قبل المدرسة، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وقد بلغ حجم العينة (60) طفل وطفلة تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات متساوية قوام كل مجموعة (20) طفل وطفلة، وأشارت

(\*) تعريف إجرائي.

النتائج الى ان البرامج المقترحة الثلاثة فى تنمية التفاعل الاجتماعى لدى أطفال ما قبل المدرسة تفوق برنامج الألعاب المختلطة (الألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية معا) فى تنمية التفاعل الاجتماعى مقارنة ببرنامج الألعاب الحركية وبرنامج الألعاب الاجتماعية لدى اطفال ما قبل المدرسة.

• دراسة "طارق محمد خليل" (2016م) والتي تهدف الى التعرف على تأثير برنامج تعليمى باستخدام الألعاب التمهيدية للتغلب على صعوبات التعلم لبعض مهارات رياضات المضرب لدى طلاب كلية التربية الرياضية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وبلغ حجم العينة (240) طالب بالفرقة الأولى، وأشارت النتائج الى ان البرنامج التعليمى باستخدام الألعاب التمهيدية أثر ايجابيا فى التغلب على صعوبات التعلم لرياضات المضرب.

• دراسة "محمد الخالدي ووفاء الغريرى" (2015م) (19) والتي تهدف الى التعرف على "أثر بعض الألعاب فى تنمية الذكاء الحركى عند طفل الروضة مرحلة ما قبل المدرسة"، وقد استخدم المنهج التجريبي، وقد بلغ حجم العينة (30) طفل فى المرحلة السنية (3 - 5) سنوات، وأشارت النتائج الى أن الألعاب المستخدمة اشتملت على قدرات حركية وعقلية وكان لها الأثر فى تطوير مستوى الذكاء الحركى.

• دراسة "إيمان حمودة" (2015م) (6) والتي تهدف الى التعرف على تأثير الألعاب التربوية على بعض الأنماط الحركية الأساسية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة، وقد استخدمت المنهج التجريبي، وقد بلغ حجم العينة (30) طفلاً وطفلة، وأشارت النتائج الى أن برنامج الألعاب التربوية قيد البحث والذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية كان له تأثير دال إحصائياً فى تنمية بعض الأنماط الحركية الأساسية قيد البحث لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة، وتوصى الباحثة بتطبيق برنامج الألعاب التربوية المقترح وتعميمه على أطفال المرحلة السنية (4 - 6) سنوات، والاهتمام بأنواع أخرى من الألعاب المبينة على أساس علمى لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة.

• دراسة "محمد شداد و خالد عزت" (2012م) والتي تهدف الى التعرف على تأثير برنامج ألعاب تمهيدية على مستوى أداء بعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية لبراعم رياضة الجودو، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وبلغ حجم العينة (30) برعماً سن (8 - 10) سنوات، وأشارت النتائج أن البرنامج المقترح باستخدام الألعاب التمهيدية له تأثير ايجابى على تنمية القدرات الحركية والمهارات الأساسية لبراعم رياضة الجودو.

• دراسة "ابتسام رمضان محمد" (2012م) (1) والتي تهدف إلى التعرف على فاعلية البرنامج التربوي المقترح فى تنمية بعض القيم الثقافية لطفل الروضة، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وبلغ حجم العينة (60) طفلاً وطفلة تتراوح اعمارهم ما بين (5 - 6) سنوات، وأشارت النتائج إلى أن البرنامج المقترح له تأثير ايجابى على تنمية بعض القيم الثقافية لطفل الروضة.

ثانياً: الدراسات الأجنبية:

• دراسة "حكيم أكبارى وآخرون, Akbari H. et al., (2009م) (24) والتي تهدف إلى التعرف على تأثير الالعب التقليدية على تنمية المهارات الحركية الأساسية للأطفال من (7 - 9) سنوات، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي، وبلغ حجم العينة (40) طفلاً وطفلة تتراوح اعمارهم ما بين (7 - 9) سنوات، وأشارت النتائج الى أن الالعب التقليدية لها تأثير إيجابي على تنمية المهارات الحركية الأساسية للأطفال من (7 - 9) سنوات.

• دراسة "يفسيموس ونيكولاس Efthimios & Nikolas (2008م) (26) بدراسة تهدف إلى اختبار تأثير برنامج تربية حركية على تشجيع الترويح لأربعة مجالات لنمو الأطفال هي (المجال الحركي، المعرفي، العاطفي، الاجتماعي) واستخدم الباحثان المنهج التجريبي، اشتملت عينه البحث على (124) طفل من سن (4 - 5) سنوات من مرحلة رياض الأطفال واشتملت أدوات جمع البيانات على استمارة المهارات الحركية واستمارة التعاون مع الآخرين وتفهم الفروق الذاتية واستمارة القدرة على التفكير الخلاق وأشارت أهم النتائج إلى أن البرنامج لديه القدرة على التأثير الإيجابي في جميع مجالات النمو (الحركي والمعرفي والعاطفي والاجتماعي) للأطفال قبل المدرسة.

#### إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة عن طريق القياس القبلي والبعدي لكلا المجموعتين.

#### مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من أطفال مرحلة رياض الأطفال (5 - 6) سنوات بمدرسة على زكي الخاصة - مركز الزقازيق، والبالغ عددهم (60) طفل وطفلة لعام (2018 - 2019م) وقد قامت الباحثة بالتحقق من اعتدالية مجتمع البحث في المتغيرات المختارة قيد البحث جدول (1) يوضح ذلك. وقد اختيرت عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وقوامها (40) طفل وطفلة يمثلون 66,67% من المجتمع الكلي للبحث كما تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كلا منهما (20) طفل وطفلة.

## جدول (1)

المتوسط الحسابى والوسيط والانحراف المعيارى ومعامل الالتواء  
لمجتمع البحث فى المتغيرات قيد البحث

ن = 60

الالتواء	معامل الالتواء	الانحراف المعيارى	الوسيط	المتوسط	وحدة القياس	المتغيرات	
0,03		5,12	64,00	64,05	شهر	السن	متغيرات النمو
0,12		3,14	106	106,13	سم	الطول	
0,25		1,82	20	20,15	كجم	الوزن	
0,18 -		3,11	94,00	93,81	درجة	مستوى الذكاء	
0,40-		0,75	8,5	8,40	ث	السرعة	القدرات الحركية
0,02		2,64	67,00	67,02	سم	القدرة العضلية للرجلين	
0,24-		0,63	4,95	4,90	متر	القدرة العضلية للذراعين	
0,06 -		2,52	19,00	18,95	ث	التوازن الثابت	
1,09		1,92	10,00	10,70	ث	التوازن المتحرك	
0,22 -		0,55	5,80	5,76	ث	المرونة	
0,15		0,59	8,80	8,83	ث	الرشاقة	
0,098 -		4,39	1,22	4,35	درجة	الأبعاد الأخلاقية	القيم الثقافية
0,896 -		5,46	0,77	5,23	درجة	الأبعاد الاجتماعية	
0,757 -		4,91	1,02	4,65	درجة	الأبعاد الجمالية	
0,397 -		7,00	0,83	6,89	درجة	الأبعاد الصحية	
0,383		21,76	1,33	21,12	درجة	المقياس ككل	
1,62 -		0,37	1,0	0,80	درجة	درجة أمامية	بعض مهارات الجنباز
0,16		0,38	0,75	0,77	درجة	درجة خلفية	
1,23-		0,39	1,0	0,84	درجة	درجة جانبية	

يتضح من الجدول أن قيم معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-1,62، 1,09) وهى تتحصر ما بين  $(\pm 3)$ ، مما يدل على اعتدالية التوزيع فى جميع المتغيرات قيد البحث.

وقد قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين المجموعتين فى المتغيرات قيد البحث والجدول (2) يوضح

ذلك.

## جدول (2)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية  
والضابطة في المتغيرات قيد البحث

$$20 = 2n = 1n$$

قيمة "ت"	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات	
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط			
1,83	0,30	5,10	64,15	4,84	64,45	شهر	السن	متغيرات النمو
1,19	0,30	3,28	105,75	3,35	106,05	سم	الطول	
0,68	0,15	1,70	21,20	1,67	21,05	كجم	الوزن	
1,37	0,30	3,35	93,80	2,83	94,10	درجة	مستوى الذكاء	
0,82	0,05	0,71	8,47	0,70	8,52	ث	السرعة	القدرات الحركية
0,25	1,68	2,74	66,65	2,38	67,00	سم	القدرة العضلية للرجلين	
0,69	0,03	0,62	4,90	0,61	4,93	متر	القدرة العضلية للذراعين	
0,53	0,10	2,40	19,10	2,55	19,20	ث	التوازن الثابت	
1,00	0,10	1,93	10,85	1,79	10,95	ث	التوازن المتحرك	
1,34	0,05	0,61	5,79	0,59	5,84	ث	المرونة	
1,44	0,03	0,57	8,84	0,59	8,87	ث	الرشاقة	
0,408	0,02	0,176	4,58	0,163	4,56	درجة	الأبعاد الأخلاقية	القيم الثقافية
0,197	0,03	0,381	5,14	0,321	5,11	درجة	الأبعاد الاجتماعية	
0,760	0,05	0,226	4,65	0,230	4,70	درجة	الأبعاد الجمالية	
0,432	0,03	0,239	7,25	0,242	7,28	درجة	الأبعاد الصحية	
0,078	0,013	1,294	21,62	1,356	21,65	درجة	المقاييس ككل	
1,75	0,06	0,26	0,75	0,24	0,81	درجة	دحرجة أمامية	بعض مهارات الجمباز
1,71	0,10	0,38	0,78	0,39	0,88	درجة	دحرجة خلفية	
1,45	0,40	0,37	0,83	0,40	0,87	درجة	دحرجة جانبية	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0,05) = 2,02

يتضح من جدول (2) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث مما يدل على تكافؤ المجموعتين في المتغيرات قيد البحث.

أدوات جمع البيانات:

1- الأجهزة والأدوات:

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول (لأقرب سم).
- الميزان الطبي لقياس الوزن (لأقرب كجم)
- ساعة إيقاف لقياس الزمن.



• شريط قياس.

## 2- اختبار الذكاء:

اختبار رسم الرجل "جودانف هاريس Godanf Harees" يهدف للاختبار إلى قياس القدرات العقلية العامة لدى الأطفال من (3,5 - 13,5) سنة، وهو اختبار غير لفظي وغير مكلف حيث أنه لا يحتاج سوى ورق أبيض وقلم، ولا يحتاج إلى وقت كبير في أداءه وتصحيحه ويمكن اختبار العينة بأكملها في نفس الوقت، وتم استخدامه في العديد من الدراسات وأثبت صدقه وثباته بدرجة عالية. ملحق (1)

### 3- الاختبارات:

بعد الاستعانة بالمراجع العلمية والعديد من الدراسات السابقة ورأى السادة الخبراء في تحديد أهم القدرات الحركية والاختبارات التي تقيس تلك القدرات. ملحق (3، 4)

قامت الباحثة باختيار القدرات والاختبارات المناسبة لقياسها (ملحق 5) والتي حصلت على نسبة 80% فأكثر من رأى السادة الخبراء وعددهم عشرة ملحق (2).

وجدول رقم (3) يوضح النسبة المئوية لرأى السادة الخبراء وكانت على النحو التالي.

### جدول (3)

#### النسبة المئوية لرأى السادة الخبراء

#### في القدرات الحركية

ن = 10

القدرات البدنية	الاختبارات التي تقيسها	رأى الخبراء%
السرعة	إختبار العدو 20م	90%
القدرة العضلية للرجلين	اختبار الوثب العريض من الثبات	80%
القدرة العضلية للذراعين	إختبار رمى كرة تنس لأقصى مسافة	90%
التوازن الثابت	اختبار الوقوف على قدم واحدة أطول فترة ممكنة	90%
التوازن المتحرك	اختبار المشي على مقعد سويدي	90%
المرونة	اختبار المرونة داخل أربعة أطواق مثبتة رأسياً على بعد 10م	80%
الرشاقة	اختبار الجرى الجزاجي بين الأقماع	90%

#### 4 - مقياس القيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة: ملحق (6)

وضع هذا المقياس "ماجدة على حسن" (2018م) ( ) ويتكون المقياس من (52) عبارة، حول (4) أبعاد، يمثلون في (الأبعاد الأخلاقية، الأبعاد الإجتماعية، الأبعاد الجمالية، الأبعاد الصحية) تتضمن (11) بعد. وكذلك أوضحت آراء السادة الخبراء بضرورة أن يتم تصحيح المقياس قيد البحث وفقاً لميزان اختيار (أ أو ب)، ويتم توزيع الدرجات (1 - صفر) بحيث في حالة اختيار الطفل لإجابة خاطئة يحصل على (صفر)، وفي حالة اختيار الطفل للإجابة الصحيحة يحصل الطفل على (درجة واحدة) وتمثل الدرجة الكلية للطفل (52) درجة، وتحدد طريقة القياس حيث أنه يتم تطبيقه بشكل فردي. لم يحدد زمن معين لتطبيق المقياس على الأطفال، فقد أعطى لكل طفل الفرصة الكافية والوقت اللازم للإجابة على

جميع أسئلة المقياس تبعاً لقدرة كل طفل دون التقيد بزمن محدد، ولكن من خلال التطبيق فقد يتراوح زمن تطبيق المقياس من (30 - 35) دقيقة، مع ضرورة أن تجلس الباحثة في مكان هادئ يسمح للطفل بالاستماع الجيد لأسئلة المقياس والإجابة عليها، وأن تقرأ الباحثة السؤال بصوت واضح مع وضع الصور أمام الطفل ثم تطلب الباحثة من الطفل أن يذكر الإجابة التي تعبر عن اختياره، وأن تؤكد الباحثة على الطفل أن يختار الصورة التي تعبر عن إجابته.

#### 5- مستوى الأداء المهارى:

تم تقييم مستوى الأداء المهارى من خلال لجنة مكونة من أربعة من السادة أعضاء هيئة التدريس الحاصلات على الدكتوراه مع خبرة لا تقل خمسة عشر عاماً بتدريس الجمناز، تم تقييم مهارات الجمناز بواقع 5 درجات لكل مهارة من المهارات قيد البحث (الدرجة الأمامية - الدرجة الخلفية - الدرجة الجانبية) وقد تم استبعاد أعلى درجة وأقل درجة لكل مهارة من مهارات الجمناز وأخذ متوسط الدرجتين.

#### الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية فى الفترة من (2019/2/17م - 2019/2/28م)، واختارت الباحثة عشوائياً (20) طفل وطفلة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأصلية للتعرف على مدى مناسبة الاختبارات الحركية والقيم الثقافية للمجتمع الأسمى والتحقق من مدى صلاحية أدوات القياس المقترحة للتطبيق وكذلك التعرف على الصعوبات التى قد تواجه الباحثة عند تنفيذ التجربة الأساسية والعمل على التغلب عليها قبل التطبيق، وتم تطبيق وحدة من البرنامج المقترح لتحديد مدى ملائمة البرنامج ومدى فهم الأطفال له وكيفية استخدام الألعاب، وإيجاد المعاملات العلمية (الصدق والثبات) للاختبارات المستخدمة.

#### المعاملات العلمية للمتغيرات قيد البحث:

- اختبار الذكاء:

أولاً: معامل الصدق:

تم إيجاد صدق الاختبار عن طريق صدق التكوين الفرضى باستخدام الفروق بين الجماعات بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى والجدول (4) يوضح ذلك.

#### جدول (4)

#### معامل الصدق لاختبار الذكاء

(ن=20)

الاختبارات	وحدة القياس	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		قيمة "ت"
		ع	م	ع	م	
مستوى الذكاء	درجة	4,82	101,00	4,76	86,00	9,65

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0,05) = 2,09

يتضح من الجدول (4) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في اختبار الذكاء وفي اتجاه الربيع الأعلى، مما يدل على أن الاختبار على درجة مقبولة من الصدق.

ثانياً: معامل الثبات:

قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات لاختبار الذكاء عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه Test-Retest، وذلك لحساب معامل الارتباط والجدول (5) يوضح ذلك.

#### جدول (5)

#### معامل الارتباط بين التطبيق الأول

#### والثاني لاختبار الذكاء

ن = 20

الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق		إعادة التطبيق		معامل الارتباط
		ع	م	ع	م	
مستوى الذكاء	درجة	4,65	99,45	4,80	99,90	0,85

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (0,05) = 0,468

يتضح من الجدول (5) أن قيمة معامل الارتباط دالة إحصائية عند مستوى (0,05) مما يدل على أن الاختبار على درجة مقبولة من الثبات.

- الاختبارات البدنية:

أولاً: معامل الصدق:

تم إيجاد صدق الاختبارات البدنية عن طريق صدق التكوين الفرضي باستخدام الفروق بين الجماعات بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى والجدول (6) يوضح ذلك.

## جدول (6)

معامل الصدق للاختبارات البدنية قيد البحث

ن = 20

قيمة "ت"	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		وحدة القياس	الاختبارات
	ع	م	ع	م		
13,00	0,31	9,28	0,47	7,60	ث	السرعة
13,54	0,89	60,60	1,79	66,80	سم	القدرة العضلية للرجلين
37,16	0,114	4,04	0,152	5,66	م	القدرة العضلية للذراعين
23,62	0,84	15,80	0,83	22,20	ث	التوازن الثابت
14,81	0,55	8,40	1,30	13,20	ث	التوازن المتحرك
19,45	0,17	5,04	0,31	6,62	ث	المرونة
22,49	0,13	8,14	0,26	9,64	ث	الرشاقة

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0,05) = 2,09

يتضح من الجدول (6) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في الاختبارات البدنية قيد البحث وفي اتجاه الربيع الأعلى، مما يدل على أن الاختبارات على درجة مقبولة من الصدق.

ثانياً: الثبات:

قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات للاختبارات البدنية قيد البحث عن طريق تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها Test-Retest، وذلك لحساب معامل الارتباط والجدول (7) يوضح ذلك.

## جدول (7)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول

والثاني للاختبارات البدنية

ن = 20

معامل الارتباط	إعادة التطبيق		التطبيق		وحدة القياس	الاختبارات
	ع	م	ع	م		
0,87	0,72	8,53	0,73	8,44	ث	السرعة
0,96	2,76	64,35	2,59	64,10	سم	القدرة العضلية للرجلين
0,96	0,61	4,92	0,64	4,88	م	القدرة العضلية للذراعين
0,91	2,77	18,75	2,56	18,95	ث	التوازن الثابت
0,87	1,99	10,80	1,95	10,70	ث	التوازن المتحرك
0,98	0,62	5,78	0,63	5,77	ث	المرونة
0,91	0,60	8,87	0,60	8,80	ث	الرشاقة

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (0,05) = 0,468

يتضح من الجدول (7) أن قيمة معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0,05) مما يدل على أن الاختبارات على درجة مقبولة من الثبات.  
- المعاملات العلمية لمقياس القيم الثقافية:

**حساب الصدق:**

تم حساب صدق مقياس القيم الثقافية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة على عينة الدراسة الاستطلاعية الذي يبلغ عددها (20) طفل وطفلة عن طريق صدق الاتساق الداخلي، وذلك بحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حدة بكل بعد والدرجة الكلية لهذا البعد مع المقياس ككل، كما هو موضح بالجدولين (8، 9).

**جدول (8)**

**صدق الاتساق الداخلي لعبارات أبعاد مقياس  
القيم الثقافية لطفل ما قبل المدرسة**

ن = 20

معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
<b>البعد الأول: الأبعاد الأخلاقية</b>											
*0,615	11	*0,529	9	*0,611	7	*0,621	5	*0,619	3	*0,624	1
*0,564	12	*0,608	10	*0,580	8	*0,523	6	*0,587	4	*0,638	2
<b>البعد الثاني: الأبعاد الاجتماعية</b>											
*0,480	11	*0,675	9	*0,544	7	*0,652	5	*0,510	3	*0,678	1
*0,628	12	*0,593	10	*0,527	8	*0,631	6	*0,577	4	*0,622	2
<b>البعد الثالث: الأبعاد الجمالية</b>											
*0,475	11	*0,712	9	*0,544	7	*0,625	5	*0,660	3	*0,701	1
*0,490	12	*0,615	10	*0,505	8	*0,632	6	*0,589	4	*0,654	2
<b>البعد الرابع: الأبعاد الصحية</b>											
*0,463	16	*0,662	13	*0,491	10	*0,488	7	*0,685	4	*0,498	1
		*0,719	14	*0,536	11	*0,723	8	*0,626	5	*0,520	2
		*0,524	15	*0,706	12	*0,650	9	*0,472	6	*0,637	3

\* دال عند مستوى 0,05

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0,05 = 0,444

يتضح من جدول (8) أن معامل الارتباط لصدق الاتساق الداخلي لعبارات ابعاد المقياس دالة إحصائياً، وبذلك يصبح عدد عبارات المقياس في صورته النهائية (52) عبارة مما يدل على صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (9)

معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس القيم الثقافية لطفل ما قبل المدرسة

م	الأبعاد	معامل الارتباط
1	الأبعاد الأخلاقية	*0,758
2	الأبعاد الاجتماعية	*0,762
3	الأبعاد الجمالية	*0,816
4	الأبعاد الصحية	*0,853

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0,05 = 0,444 \* دال عند مستوى 0,05

يتضح من جدول (9) أن معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى (0,05)، وهذا يدل على أن الأبعاد مرتبطة بمقياس القيم الثقافية ككل، وبذلك يكون اختبار مقياس القيم الثقافية للأطفال بصورته النهائية أصبح جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية، حيث اشتملت عباراته على عدد (52) عبارة، وبذلك يكون الدرجة الكلية للمقياس هي (52) درجة.

حساب الثبات:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية وعددها (20) طفلاً ومن خارج عينة البحث الأساسية بطريقة التجزئة النصفية وذلك عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين درجات العبارات الفردية والعبارات الزوجية للمقياس، ويبين جدول (10) ذلك.

جدول (10)

ثبات مقياس القيم الثقافية لطفل ما قبل المدرسة وأبعاده المختلفة باستخدام التجزئة النصفية

ن = 20

معامل الارتباط	العبارات الزوجية		العبارات الفردية		وحدة القياس	الأبعاد الرئيسية	
	±ع <sup>2</sup>	س <sub>2</sub>	±ع <sup>1</sup>	س <sub>1</sub>			
*0.741	0,146	4,55	0,157	4,65	درجة	الأبعاد الأخلاقية	1
*0.685	0,239	5,08	0,243	5,12	درجة	الأبعاد الاجتماعية	2
*0.639	0,203	4,60	0,215	4,71	درجة	الأبعاد الجمالية	3
*0.658	0,250	7,37	0,247	7,26	درجة	الأبعاد الصحية	4
*0.699	1,324	21,6	1,331	21.74	درجة	المقياس ككل	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية 0,05 = 0,444 \* دال عند مستوى 0,05

يتضح من جدول (10) أن قيمة معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية لأبعاد المقياس دالة إحصائياً عند مستوي (0,05) حيث تراوحت ما بين (0,639، 0,741)، مما يدل على أن مقياس القيم الثقافية وأبعاده المختلفة يتميز بدرجة كبيرة من الاستقرار والثبات.

كما تم حساب معامل ثبات ابعاد مقياس القيم الثقافية على أفراد العينة الاستطلاعية السابقة وذلك بتطبيق معامل ألفا كرونباخ.

### جدول (11)

ثبات أبعاد مقياس القيم الثقافية لطفل ما قبل المدرسة بتطبيق معامل ألفا كرونباخ

ن = 20

م	الابعاد	معامل الثبات
1	الأبعاد الأخلاقية	*0,602
2	الأبعاد الاجتماعية	*0,513
3	الأبعاد الجمالية	*0,540
4	الأبعاد الصحية	*0,612

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0,05 = 0,444 \* دال عند مستوى 0,05

يتضح من جدول (11) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين ابعاد مقياس القيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة وذلك بتطبيق معامل ألفا كرونباخ.

ثم قامت الباحثة بإجراء الثبات لمقياس القيم الثقافية وابعاده المختلفة على نفس عينة الدراسة الاستطلاعية السابقة باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه تحت نفس شروط التطبيق الأول، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين، كما هو موضح في جدول (12).

### جدول (12)

معامل ثبات مقياس القيم الثقافية وأبعاده المختلفة لطفل ما قبل المدرسة

ن = 20

م	الابعاد	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
			س <sub>1</sub>	ع <sub>1</sub> ±	س <sub>2</sub>	ع <sub>2</sub> ±	
1	الأبعاد الأخلاقية	درجة	4,52	0,164	4,60	0,172	*0.739
2	الأبعاد الاجتماعية	درجة	5,10	0,318	5,15	0,325	*0.711
3	الأبعاد الجمالية	درجة	4,68	0,226	4,73	0,234	*0.825
4	الأبعاد الصحية	درجة	7,24	0,246	7,30	0,253	*0.803
	المقياس ككل	درجة	21,45	1,316	21,78	1,425	*0.758

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0,05 = 0,444 \* دال عند مستوى 0,05

يتضح من جدول (12) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (0,05)، بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس القيم الثقافية وأبعاده المختلفة، مما يدل على ثبات الاختبار في قياس ما وضع من أجله.

- مستوى الأداء المهارى:

أولاً: معامل الصدق:

تم إيجاد صدق مستوى الأداء المهارى للمهارات قيد البحث عن طريق صدق التكوين الفرضى باستخدام الفروق بين الجماعات بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى والجدول (13) يوضح ذلك. البرنامج التعليمى باستخدام الألعاب التمهيدية المقترح:

تم بناء البرنامج المقترح فى ضوء خصائص النمو لهذه المرحلة السنوية بالرجوع إلى المراجع والدراسات والبحوث السابقة كما تم عرض البرنامج على مجموعة من الخبراء لاستطلاع رأى الخبراء فى (الخطة الزمنية للبرنامج، مدى مناسبتها لعينة البحث). ملحق (7)

جدول (13)

النسبة المئوية لرأى السادة الخبراء فى

محتوى الخطة الزمنية للبرنامج

ن = 10

النسبة %	رأى الخبراء	المحتوى الزمنى
85%	10 أسابيع	الفترة الكلية للبرنامج
90%	3 مرات	عدد مرات تكرار الوحدة أسبوعياً
90%	(10 ق) إجماء (30 ق) جزء أساسى (5 ق) تهدئة	زمن الوحدة اليومية

أهداف البرنامج:

يهدف البرنامج المقترح إلى وضع برنامج تعليمى باستخدام الألعاب التمهيدية لمعرفة تأثيره على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة.

الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البرنامج:

(إطار دائرى خشبى - مقاعد سويدية - مراتب - أقماع - كور - أطواق - أحبال - صناديق فارغة - صناديق مقسمة - كرات طبية - مكعبات إسفنجية - أكياس رمل - حواجز - أثقال خشبية - قطع خشبية ملونة - أعلام - بالونات).

أسس وضع البرنامج:

- بناء البرنامج طبقاً للأسس العلمية.
- تحقيق ما وضع من أجله (بدنى - مهارى - نفسى).
- ملائمة البرنامج للمرحلة السنوية ومستوى القدرات.
- التدرج بشكل صحيح بحيث يتم الانتقال من الأجهزة المنخفضة إلى الأجهزة المرتفعة وذلك عند إجراء حركات التسلق والتوازن والقفز.



- التدرج فى تعليم المهارات المختارة قيد البحث من السهل للصعب ومن البسيط للمركب.
- التغيير والتنوع فى البرنامج لتشويق الأطفال تجاه الممارسة منعاً لتسرب الملل إليهم.
- قابلية البرنامج للمرونة أثناء التطبيق.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة قبل وأثناء وبعد التطبيق.
- الاهتمام بالإحماء الجيد قبل الأداء.
- الاهتمام بنهاية الوحدة التدريبية لزيادة تشويق الأطفال للوحدات التالية.
- مراعاة استخدام الأدوات والإمكانيات المتوفرة بما يحقق الهدف المنشود لكل وحدة تدريبية.
- التدريب فى بيئة ملائمة (تهوية - إضاءة - أجهزة ....).
- مراعاة الفروق الفردية بين الأطفال فى البرنامج.

#### محتوى البرنامج:

- تدريبات للإحماء لتهيئة الجسم لاستقبال النشاط (10ق).
- الجزء الأساسى برنامج الألعاب التمهيدية لتنمية القدرات الحركية وبعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية (30ق).
- الختام (5) ق. ملحق (8)

#### التجربة الأساسية:

#### القياسات القبليّة:

تم إجراء القياسات القبليّة فى الفترة من يوم 2019/3/3م إلى 2019/3/4م لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى جميع المتغيرات قيد البحث. وتم القياس وفقاً للترتيب التالى (الطول - الوزن - السن - الذكاء - اختبارات القدرات الحركية - بعض مهارات الجمباز - القيم الثقافية)

#### تنفيذ البرنامج:

قامت الباحثة بتطبيق برنامج الألعاب المقترح على أطفال المجموعة التجريبية فى الفترة من 2019/3/5م إلى 2019/5/7م، بواقع ثلاث وحدات تدريبية أسبوعياً بمعدل (45) دقيقة، أما المجموعة الضابطة فطبق عليها البرنامج الخاص بالروضة.

#### القياسات البعديّة:

تم إجراء القياسات البعديّة فى الفترة من 2019/5/8 إلى 2019/5/9م لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى جميع المتغيرات قيد البحث وفقاً للترتيب التالى (اختبارات القدرات الحركية - بعض مهارات الجمباز - القيم الثقافية)، مع مراعاة توافر نفس الظروف وشروط التطبيق التى تم إتباعها فى القياسات القبليّة.

## المعالجات الإحصائية:

في ضوء هدف البحث وفي حدود فروضه تم تحديد الأسلوب الإحصائي المستخدم لتحليل البيانات علي النحو التالي:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط.
- معدل التغير.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- اختبار "ت" لدلالة الفروق.

وتم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS).

## عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

### جدول (14)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة  
التجريبية في المتغيرات قيد البحث

ن = 20

المتغيرات	وحدة القياس	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	م ف	ع ف	قيمة "ت"
القدرات الحركية	السرعة	8,52	7,33	1,19	0,80	6,71
	القدرة العضلية للرجلين	67,00	72,25	8,25	4,76	7,76
	القدرة العضلية للذراعين	4,93	5,63	0,70	0,52	6,05
	التوازن الثابت	19,20	24,75	5,55	3,05	8,13
	التوازن المتحرك	10,95	8,90	2,05	1,96	4,68
	المرونة	5,84	5,19	0,65	0,64	4,52
القيم الثقافية	الرشاقة	8,87	7,58	1,29	0,78	7,45
	القيم الأخلاقية	4,56	5,50	0,92	0,17	23,59
	القيم الاجتماعية	5,11	6,25	1,14	0,28	17,75
	القيم الجمالية	4,70	6,00	1,30	0,25	22,67
بعض مهارات الجمباز	القيم الصحية	7,28	8,50	1,22	0,30	17,73
	المقياس ككل	21,65	26,25	4,6	1,65	12,15
	درجة أمامية	0,81	3,13	2,32	0,74	14,00
	درجة خلفية	0,78	2,85	2,07	0,61	15,14
	درجة جانبية	0,87	3,25	2,38	0,56	19,00

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0,05) = 1,73

يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي في المتغيرات قيد البحث.

## جدول (15)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة  
الضابطة في المتغيرات قيد البحث

ن = 20

المتغيرات	وحدة القياس	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	م ف	ع ف	قيمة "ت"
القدرات الحركية	السرعة	8,47	8,59	0,12	0,21	2,51
	القدرة العضلية للرجلين	66,65	67,30	0,65	1,76	1,66
	القدرة العضلية للذراعين	4,90	4,96	0,06	0,14	1,88
	التوازن الثابت	19,10	19,45	0,35	0,86	1,79
	التوازن المتحرك	10,85	11,10	0,25	0,55	2,03
	المرونة	5,79	5,48	0,31	0,56	2,46
	الرشاقة	8,84	8,65	0,19	0,34	2,53
القيم الثقافية	القيم الأخلاقية	4,58	4,80	0,22	0,44	2,18
	القيم الاجتماعية	5,14	5,65	0,51	0,88	2,52
	القيم الجمالية	4,65	5,10	0,45	1,02	1,92
	القيم الصحية	7,25	7,70	0,45	0,92	2,13
المقياس ككل		21,62	23,25	1,63	3,26	2,48
بعض مهارات الجمباز	درجة أمامية	0,75	0,83	0,08	0,18	1,83
	درجة خلفية	0,78	0,83	0,05	0,15	1,45
	درجة جانبية	0,83	0,89	0,06	0,16	1,75

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0,05) = 1,73

يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض المتغيرات البدنية (السرعة، المرونة، الرشاقة)، وكذلك وجود فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية للقيم الثقافية، ويتضح أيضا عدم وجود فروق دالة إحصائية بين كل من (القدرة العضلية للرجلين - القدرة العضلية للذراعين - التوازن) وبعض مهارات الجمباز قيد البحث.

جدول (16)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة  
في القياس البعدى للمتغيرات قيد البحث

$$20 = 2n = 1n$$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		ع	م	ع	م		
السرعة	ث	0,61	8,59	0,44	7,33	1,26	7,93
القدرة العضلية للرجلين	سم	3,23	67,30	3,86	72,25	7,95	7,22
القدرة العضلية للذراعين	متر	0,60	4,96	0,44	5,63	0,67	6,08
التوازن الثابت	ث	2,24	19,45	2,38	24,75	5,20	6,32
التوازن المتحرك	ث	1,65	11,10	1,12	8,90	2,20	5,57
المرونة	ث	0,49	5,48	0,34	5,19	0,29	2,27
الرشاقة	ث	0,42	8,65	0,37	7,58	1,07	7,35
القيم الأخلاقية	درجة	0,338	4,80	0,267	5,50	0,7	7,09
القيم الاجتماعية	درجة	0,569	5,65	0,481	6,25	0,6	3,51
القيم الجمالية	درجة	0,572	5,10	0,465	6,00	0,9	5,32
القيم الصحية	درجة	0,558	7,70	0,476	8,50	0,8	4,75
المقياس ككل	درجة	2,687	23,25	1,864	26,25	3,00	3,99
بعض مهارات الجمناز	درجة	0,26	0,83	0,56	3,13	2,30	16,03
	درجة	0,37	0,83	0,52	2,85	2,02	13,75
	درجة	0,31	0,89	0,38	3,25	2,36	20,23

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية 38 ومستوى (0,05) = 2,02

يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في اتجاه القياس البعدى للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث.

جدول (17)

معدل تغير القياسات البعدية عن القبلية للمجموعتين  
التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث

المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية			وحدة القياس	المتغيرات
معدل التغير %	متوسط القياس البعدى	متوسط القياس القبلى	معدل التغير %	متوسط القياس البعدى		
1,42	8,59	8,47	13,97	7,33	8,52	ث السرعة
0,98	67,30	66,65	7,84	72,25	67,00	سم القدرة العضلية للرجلين
1,22	4,96	4,90	14,20	5,63	4,93	متر القدرة العضلية للذراعين
1,83	19,45	19,10	28,91	24,75	19,20	ث التوازن الثابت
2,30	11,10	10,85	18,72	8,90	10,95	ث التوازن المتحرك
5,35	5,48	5,79	11,13	5,19	5,84	ث المرونة
2,15	8,65	8,84	14,54	7,58	8,87	ث الرشاقة
4,80	4,80	4,58	20,61	5,50	4,56	درجة القيم الأخلاقية
9,92	5,65	5,14	22,31	6,25	5,11	درجة القيم الاجتماعية
6,77	5,10	4,65	27,66	6,00	4,70	درجة القيم الجمالية
6,21	7,70	7,25	16,76	8,50	7,28	درجة القيم الصحية
27,7	23,25	21,62	87,34	26,25	21,65	درجة المقياس ككل
10,67	0,83	0,75	286,42	3,13	0,81	درجة دحرجة أمامية
6,41	0,83	0,78	265,38	2,85	0,78	درجة دحرجة خلفية
7,23	0,89	0,83	273,56	3,25	0,87	درجة دحرجة جانبية

يتضح من جدول (17) تفاوت معدل التغير لمجموعتى البحث فى القياسات البعدية عن القبلية فى المتغيرات قيد البحث.

ثانياً: مناقشة النتائج:

يتضح من الجدول (14) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى اتجاه القياس البعدى فى القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية قيد البحث.

وقد تعزى الباحثة هذه النتائج إلى تعرض المجموعة التجريبية إلى برنامج الألعاب المقترح الذى يشتمل على العديد من ألعاب الجرى والوثب والزحف والمشى والتسلق والتي تسهم بصورة كبيرة فى تنمية القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية قيد البحث. كما أن البرنامج تضمن العديد من الألعاب التى تتميز بالتنوع فى الحركات وبالإضافة إلى رغبة الأطفال الايجابية وتعطشهم إلى الحركة

والنشاط والبرنامج ساعد على تنشيط واستخدام أقصى ما لدى الأطفال والتطور الحركي للمهارات لديهم بشكل إيجابي وفعال.

ويؤكد "أمين الخولى وجمال الشافعى" (2009م) أن الأطفال لا يرغبون فى تعلم المهارات بطريقة منفصلة لأنها تبعث الملل بل يريدون تعلم المهارات بطريقة مجمعة لان ذلك يضىف على عملية التعلم المرح والسرور ولذلك فإن الألعاب التمهيدية تساعد الطفل على بناء صورة كلية عن النشاط المتعلم وتزيد من دوافعهم نحو التعلم. (3: 7)

وقد لاحظت الباحثة أن الأطفال فى هذه المرحلة لديهم قدر من القيم ولكنها غير واضحة وتبين ذلك من خلال أداء الأطفال فى إختيار إجابتهم على مقياس القيم الثقافية المصور حيث إتضح للباحثة أن هناك بعض الأطفال يخلطون أن يشتركوا فى أداء الأنشطة والتعاون مع زملائهم فى تنظيم المكان، ولكنهم بعد تطبيق البرنامج أصبحوا يقبلون على الإشتراك فى أداء الأنشطة بحماس ويتعاونون مع زملائهم فى تنظيم المكان، ويمارسون الحوار والمناقشة مع الباحثة والمعلمة فيما يحتاجون اليه، وبناءً على ذلك فإن هذه القيم تحتاج إلى من يدعمها وينميها لدى الأطفال فى هذه المرحلة لأنها تلعب دوراً حيوياً وهاماً فى تشكيل شخصية الطفل مما ينعكس عليه فى المستقبل نظراً لما تتميز به هذه المرحلة من خصائص فريدة فهى بمثابة الأرض الخصبة التى من السهل غرس واكتساب قيم توجه سلوكه على نحو سليم.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كلا من "ماجدة على حسن" (2018م) (18)، "توره محمد موسى" (2017م) (22)، "طارق محمد خليل" (2016م)، "محمد الخالدى ووفاء الغيرى" (2015م) (19)، "إيمان حمودة" (2015م) (6)، "محمد شداد وخالد عزت" (2012م)، "ابتسام رمضان محمد" (2012م) (1)، "حكيم أكبارى وآخرون Akbari H. et al., (2009م) (24)، "ايفسيموس ونيكولاس Efthimios & Nikolas (2008م) (26).

حيث تشير نتائج هذه الدراسات إلى أهمية الألعاب بمختلف صورها وأنواعها فى التأثير الإيجابى على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية.

وهذا يحقق الفرض الأول والذى ينص على "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى القدرات الحركية (السرعة - القدرة العضلية للرجلين - القدرة العضلية للذراعين - التوازن - المرونة - الرشاقة) وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة فى اتجاه القياس البعدي".

وتشير نتائج جدول (15) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى بعض القدرات الحركية (السرعة، المرونة، الرشاقة)، ويتضح أيضاً عدم وجود فروق دالة إحصائياً فى البعض الآخر للقدرات الحركية (القدرة العضلية للرجلين - القدرة العضلية للذراعين - التوازن الثابت - التوازن المتحرك) وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية قيد البحث.

وتعزى الباحثة ذلك إلى أن البرنامج التقليدي يفتقد إلى الإثارة والتشويق مما يقلل من الاستمرارية في الممارسة الايجابية له.

وترجع الباحثة هذا التحسن في بعض القدرات الحركية الى البرنامج التقليدي المتبع في رياض الأطفال، ويرجع ذلك إلى أن طفل ما قبل المدرسة يتحرك بشكل تلقائي في شتى الاتجاهات مستغلا حركته الطبيعية الفطرية.

وهذا يحقق الفرض الثاني والذي ينص على "لا توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية قيد البحث لأطفال ما قبل المدرسة في اتجاه القياس البعدي".

وتشير نتائج جدول (16) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في اتجاه القياس البعدي للمجموعة التجريبية في القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية قيد البحث لأطفال ما قبل المدرسة.

وقد تعزى الباحثة هذا التحسن الذي طرأ على المجموعة التجريبية نتيجة تعرضها لبرنامج الألعاب المقترح وما يحتويه من ألعاب وأنشطة متنوعة والتي أعطت اهتماما للألعاب الحركية والمهارية والإدراك الحركي وكيفية التوافق بين أكثر من جزء بالجسم والوعي المكاني والوعي بالاتجاه وسرعة تغيير اتجاه الجسم، مما أدى إلى تنمية القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز و القيم الثقافية قيد البحث لأطفال ما قبل المدرسة.

كما يؤكد "أسامة راتب وإبراهيم عبد ربه" (1999م) أن برنامج الأنشطة الرياضية في مرحلة ما قبل المدرسة يساهم في تربية الطفل تربية متكاملة عن طريق الألعاب واختيار برنامج مناسب لهذه المرحلة يكون له أثر بالغ في إشباع حاجة الطفل للاستطلاع والاكتشاف والبحث والتجريب وإشباع رغبته في معرفة كل شئ عن البيئة التي يعيش فيها ويتعامل معها. (2: 98)

ويشير "عادل عبد البصير" (2004م) أن نجاح الطفل في أداء التكوينات الحركية وتنفيذ الحركات يحقق الثقة بالنفس والاعتماد على النفس والقدرة على اتخاذ القرار الذي يؤدي إلى تنمية القدرة على تجسيد التناسق والاستمرار والتوافق والالتزان والتوقيت السليم في أداء الحركات.

(10: 92)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كلا من "ماجدة على حسن" (2018م) (18)، "توره محمد موسى" (2017م) (22)، "طارق محمد خليل" (2016م)، "محمد الخالدي ووفاء الغيري" (2015م) (19)، "إيمان حمودة" (2015م) (6)، "محمد شداد، خالد عزت" (2012م)، "ابتسام رمضان محمد" (2012م) (1)، "حكيم أكباري وآخرون Akbari H. et al., (2009م) (24)، "يفسيميوس ونيكولاس Efthimios & Nikolas" (2008م) (26)، حيث تشير نتائج هذه الدراسات إلى أهمية

الألعاب بمختلف صورها وأنواعها في التأثير الإيجابي على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية.

وهذا يحقق الفرض الثالث الذي ينص على "توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية قيد البحث لأطفال ما قبل المدرسة في اتجاه المجموعة التجريبية".

وأشارت النتائج التي يوضحها جدول (17) الى النسب المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدية عن القبليّة والتي نستدل منها على أن القياسات البعدية قد زادت عن القياسات القبليّة للمجموعة التجريبية في جميع المتغيرات قيد البحث.

ويمكن تفسير هذه الزيادة على أنها بمثابة انعكاسا لخضوع المجموعة التجريبية لبرنامج الألعاب المقترح، والتي تعد عنصراً هاماً لتحقيق أهداف التربية الحركية وتثير لديهم المتعة والتشويق عند ممارسة الأداء تسهم بشكل كبير في تنمية مختلف القدرات الحركية والنفسية والمهارية وكذلك جذب اهتمام الأطفال لممارسة المهارات الحركية.

وبشير "Whitehead" (2003م) إلى أن التعلم الحديث يجب أن يعتمد أساساً على شعور الأطفال بالسعادة والمرح ويعتمد على اهتمامات الأطفال، فالتدريس الجيد لا يعتمد على النظام الشكلي، أو الاساليب الأكاديمية التقليدية. (28: 163)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كلا من "ماجدة على حسن" (2018م) (18)، "توره محمد موسى" (2017م) (22)، "طارق محمد خليل" (2016م)، "محمد الخالدي ووفاء الغيري" (2015م) (19)، "إيمان حمودة" (2015م) (6)، "محمد شداد، خالد عزت" (2012م)، "ابتسام رمضان محمد" (2012م) (1)، "حكيم أكباري وآخرون Akbari H. et al." (2009م) (24)، "يفسيميوس ونيكولاس Eftimios & Nikolas" (2008م) (26) حيث تشير نتائج هذه الدراسات إلى أهمية أهمية الألعاب بمختلف صورها وأنواعها في التأثير الإيجابي على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية.

هذه النتائج تتفق أيضاً مع ما أشار إليه "أمين الخولي وجمال الدين الشافعي" (2000م) أن النشاط الحركي الموجه يهدف إلى تنمية وتطوير قدرات ومهارات الطفل الحركية الطبيعية من خلال ممارسة ألعاب ومهارات أساسية تحقق النمو المتزن الشامل بدنياً ومهارياً وإدراكياً وانفعالياً، لإكسابه عادات صحية وقوامية وخلقية واجتماعية سليمة. (3: 304)

ويتضح من خلال ما سبق تحقيق الفرض الرابع والذي ينص على "يوجد معدل تغير للقياسات البعدية عن القبليّة في المتغيرات قيد البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة في اتجاه المجموعة التجريبية".



## الإستخلاصات والتوصيات:

### أولاً: الاستخلاصات:

فى ضوء أهداف البحث ونتائجه وفى ضوء عينة البحث توصلت الباحثة للإستخلاصات الآتية:

- 1- برنامج الألعاب التمهيدية أثر إيجابيا على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة.
- 2- أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسات البعدية للمجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة فى اتجاه المجموعة التجريبية فى كل من القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز و القيم الثقافية.

### ثانياً: التوصيات:

فى ضوء النتائج التى توصلت إليها الباحثة توصي بالآتى:

- 1- ضرورة تطبيق برنامج الألعاب التمهيدية على أطفال مرحلة ما قبل المدرسة لما له من تأثير ايجابى على تنمية القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية.
- 2- ضرورة تهيئة البيئة التعليمية بتوافر الامكانيات والأدوات والأجهزة المختلفة اللازمة لتطبيق برامج الألعاب برياض الأطفال واللازمة للنشاط الحركى لما لها من تأثير فعال على النواحي البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية.
- 3- الاهتمام بعمل دورات صقل وتدريب لمعلمى رياض الأطفال لتزويدهم بالمعارف والمعلومات المتعلقة بنوعية البرامج التى يجب أن تدرس للأطفال فى هذه المرحلة السنية وتأثيراتها المختلفة.
- 4- إجراء المزيد من البحوث المماثلة لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة نظرا لأهمية هذه المرحلة وافتقارها إلى البرامج المقننة.

## المراجع:

### أولاً: المراجع العربية:

- 1- ابتسام رمضان محمد (2012م): فاعلية برنامج ترويحى باستخدام أغانى وألعاب الأطفال الشعبية لتنمية بعض القيم الثقافية لطفل الروضة, رسالة ماجستير, غير منشورة, كلية رياض الأطفال, جامعة القاهرة.
- 2- أسامة كامل راتب وإبراهيم عبد ربه (1999م): "النمو والدافعية فى توجيه النشاط الحركى للطفل", دار الفكر العربى, القاهرة.
- 3- أمين الخولى وجمال الدين الشافعى (2009م): "ألعاب صغير وألعاب كبيرة الاطار المفاهيمى والتعليمى للألعاب", دار الفكر العربى, القاهرة.
- 4- أمين أنور الخولى وجمال الدين عبد العاطى الشافعى (2000م): "مناهج التربية البدنية المعاصرة", دار الفكر العربى, القاهرة.
- 5- ايلين وديع فرج (2002م): "خبرات فى الألعاب للصغار والكبار", منشأة المعارف, الإسكندرية.
- 6- ايمان عصام الدين على رزق حمودة (2015م): "تأثير الألعاب التربوية على بعض الأنماط الحركية الأساسية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة", رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية الرياضية, جامعة المنصورة.
- 7- بسطويسى أحمد بسطويسى (1996م): أسس نظريات الحركة, دار الفكر العربى, القاهرة.
- 8- سالم احمد بنى حمدان (2012م): "الجمباز الفنى من الألف الى الياء", مكتبة المجتمع العربى للنشر والتوزيع, عمان, الأردن.
- 9- شيلا وولبر وبيث ليفين (1999م): "جماعات اللعب من 18 شهرا حتى الروضة: دليل كامل للأباء", ترجمة هدى محمود الناشف, القاهرة, دار الفكر العربى, القاهرة.
- 10- عادل عبد البصير على (2004م): "الجمباز الفنى (بنين - بنات)", المكتبة المصرية, الإسكندرية.
- 11- عبد الحميد شرف (2005م): "التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدى الاعاقة بين النظرية والتطبيق", مركز الكتاب للنشر ط2, القاهرة.
- 12- عبد الرؤوف احمد الهجرس وهديات احمد حسنين (2008م): "قواعد التدريب فى رياضة الجمباز الفنى (قوة - جمال - إبداع - شجاعة)", مذكرة غير منشورة, كلية التربية الرياضية بنات, الجزيرة, جامعة حلوان.
- 13- عبد العزيز جادو (2001م): علم نفس الطفل وتربيته, المكتبة الجامعية, الإسكندرية.
- 14- عزة خليل عبدالفتاح (2005م): الأنشطة فى رياض الأطفال, دار الفكر العربى, ط3, القاهرة.
- 15- عزيزة محمود سالم وعزيزة عبد الرحمن: "رياضة الجمباز بين النظرية والتطبيق", مكتبة عين شمس, القاهرة, د.ت.

- 16- **علياء عبد الفتاح (2003م):** القيم الثقافية التي تعكسها الدراما العربية والاجنبية بالتلفزيون المصرى للمراهقين دراسة مقارنة - تحليلية وميدانية، رسالة دكتوراة، غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- 17- **عمرو أبو المجد وجمال اسماعيل (2001م):** الألعاب التكتيكية والترفيهية الحديثة لتطوير برامج التدريب للكبار والناشئين فى كرة القدم، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
- 18- **ماجدة على حسن (2018م):** تأثير برنامج للألعاب التنافسية والغنائية على تنمية بعض القيم الثقافية والتفاعل الاجتماعي والمهارات الحركية الأساسية لدى طفل ما قبل المدرسة، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق.
- 19- **محمد جاسم الخالدى ووفاء تركى الغيرى (2015م):** "أثر بعض الألعاب فى تنمية الذكاء الحركى عند طفل الروضة مرحلة ما قبل المدرسة"، المجلة الأوروبية لتكنولوجيا علوم الرياضة، العدد الخامس.
- 20- **محمد سعد زغلول (2005م):** مناهج التربية الرياضية المدرسية الموجهة قيما فى مواجهة انعكاسات عصر العولمة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 21- **نبيلة خليفة وسهير لبيب فرج وناريمان الخطيب (2003م):** "الأسس النظرية والتطبيقية فى الجمباز الفني"، كلية التربية الرياضية بنات، الجزيرة، جامعة حلوان.
- 22- **نوره محمد موسى على (2017م):** تأثير برنامج تعليمى باستخدام الألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة على تنمية التفاعلات الاجتماعية والحركية لأطفال ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق.
- 23- **ولاء محمد عبد العزيز محمد (2013م):** فاعلية برنامج درامى قائم على قصص الأنبياء لتنمية بعض القيم الثقافية لدى طفل الروضة، رسالة دكتوراة، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
- ثانيا: المراجع الأجنبية:
- 24- **Akbari H., Abdoli B., Shafizadeh M., Khalaji H., Hajhosseini S., Ziaee V.(2009):** "The Effect of Traditional Games in Fundamental Motor SkillDevelopment in 7-9 Year-Old Boys", Iran J. Pediatr., 19, 123-129.
- 25- **Chervannier B., (2000):** Experiences in movement physical education for the elementary school child, 4<sup>th</sup> Edition, Saunders.
- 26- **Efthimios, T. Nikolas, T., (2008):** Evaluation of the influence physieal education program on playfulness, approche, Journal of the in quires in sport, and physical education, Vol., 74, No. 3, Nov.
- 27- **Merzarven D.K. (2001):** Effect of assessors motor skills, curriculum on the sensory motor skills body awareness readiness for learn of developmentally, loge of kindergarten students Discs., Abs. No. (9).
- 28- **Whitehead M (2003):** Why not happiness on change and conflict in early education, New York, Vintage Book.

## ملحق (1) اختبار جودائف للذكاء

### \* طبيعة الاختبار:

هو اختبار غير لفظي لقياس الذكاء, يمتاز ببساطة إجراءه , إذ لا يتطلب من المفحوص أكثر من أن يكون معه قلم وورقة بيضاء , ثم يطلب منه رسم رجل على الورقة ولا يعطى أية إرشادات , وهذا الرسم لا يستغرق أكثر من 10 دقائق.

### \* فئات التطبيق:

يصلح الاختبار للأعمال فيما بين 3,5 سنة و 13,5 سنة, ولكن نتائجه تكون أكثر دقة في الفترة ما بين 4 : 10 سنوات.

### \* فائدته:

يفيد الوصول إلى فكرة سريعة عن ذكاء التلاميذ بالمدارس وكذلك في الوصول إلى اكتشاف ضعاف العقول , على أن يؤيد نتائج اختبارات أخرى.

### \* التصحيح والمعايير:

يصحح على أساس عدد النقاط التفصيلية التي تظهر في الرسم , والتي حددها جودائف في 48 نقطة كما يلي:

### تعليمات لاختبار رسم الرجل:

- كلف التلاميذ باستبعاد كل ما قد يوجد أمامهم وتأكد أن مع كل منهم قلما رصاص مبريا جيداً وقطعة من الورق الأبيض (ملاحظة: عدم استخدام الأستيكة).
- اطلب منهم كتابة بعض البيانات الضرورية مثل أن يكتب اسمه واسم مدرسته والفرقة التي هو بها ثم اسم الوالد أو صناعته ثم اطلب منه كتابة عمره بالضبط بالسنة والشهر إذا كان يعرف ذلك ويستحسن استخراج العمر من سجل المدرسة (وللصغار تقوم الباحثة بملئ هذه البيانات).
- أبدأ الاختبار بأن تقول للتلاميذ – أنا عاوز محدش منكم يتكلم مطلقاً ولا يسأل عن حاجة أبداً .... بس يعمل اللي أطلبه منكم فقط أنا عاوز ترسموا لى راجل ياللا ارسموا الراجل ... أما متأكدة أنكم حاترسموا راجل أحسن من تلاميذ الفصول الثانية ... كل واحد منكم يجد عن قوى فى أنه يرسم راجل – فى خلال رسم التلاميذ أ منع كل محاولة للغش سواء كانت كالكلام أو النظر وشجعهم, ما أمكن ذلك – وحينما ترى أن التلاميذ قد قربوا من الانتهاء أجمع الأوراق ممن انتهوا وكلفهم بالاستمرار فى أعمالهم العادية وانتظر حتى ينتهى الجميع فى رسوم الأطفال ربما لا يمكنك تفسير الرسم فاطلب من التلميذ أن يخبرك عما تدل عليه أجزاء الرسم الذى عمله ثم تدون ذلك على نفس الرسم.

م	البيان	م	البيان
1	وجود الرأس	25	إذا كانت تفاصيل الأصابع واضحة
2	وجود الساقين	26	إذا كان الإبهام متميزاً عن بقية الأصابع
3	وجود الذراعين	27	إذا كانت راحة اليد متميزة
4	وجود الجذع	28	ظهور مفصل الكوع
5	إذا أن طول الجذع أطول من عرضه	29	ظهور مفصل الركبة
6	ظهور الكتفين بوضوح	30	تناسب حجم الرأس مع الجسم
7	اتصال الذراعين والساقين	31	تناسب طول الذراعين مع الجذع (أطول قليلاً)
8	إذا كان اتصال الذراعين والساقين بالجذع فى الأماكن الصحيحة	32	تناسب طول الساقين
9	وجود الرقبة	33	تناسب حجم القدمين
10	تتمشى خطوط الرقبة مع الرأس والجذع	34	ظهور كعب القدم
11	وجود إحدى العينين أو كليهما	35	وجود الساقين والذراعين
12	وجود الفم	36	التوافق الحركى فى خطوط الرسم
13	وجود الأنف والفم والشفقتان	37	ظهور الحركة فى خطوط الرسم فى نوع من الدقة
14	وجود فتحتى الأنف	38	وضوح خطوط الرأس وتوافق حدودها مع الرقبة
15	وجود الشعر	39	التوافق الحركى للجذع
16	وضوح حدود الشعر حول الرأس والوجه	40	التوافق الحركى لخطوط الذراعين والساقين
17	عدم وجود الملابس	41	وضوح تقاطيع الوجه فى أماكنها الصحيحة
18	وجود الملابس	42	وجود الأذن
19	وجود قطعتين من الملابس	43	إذا كانت الأذن فى المكان الصحيح
20	تغطية الملابس للجسم	44	وجود الحاجب والرموش
21	ظهور تفاصيل الملابس	45	وضوح إنسان العين (البنى)
22	إذا كانت الملابس كاملة تماماً	46	إذا كان شكل العين صحيحاً (طولها أكبر من عرضها)
23	وجود الأصابع	47	ظهور الذقن والجبهة
24	إذا كانت الأصابع صحيحة	48	بروز الذقن ووضوح تفاصيلها

أ- ويعطى الفرد درجة عن كل نقطة من النقاط السابقة.

ب- ولحساب نتيجة هذا الاختبار يكتب المختبر عدد الدرجات التى يحصل عليها الفرد فى الرسم.

ج- يمكن معرفة العمر العقلى طبقاً للمعايير التالية.

## المعيار

العمر العقلي		الدرجة	العمر العقلي		الدرجة	العمر العقلي		الدرجة	العمر العقلي		الدرجة
سنة	شهر		سنة	شهر		سنة	شهر		سنة	شهر	
10	9	31	8	3	21	5	9	11	3	3	1
12	-	32	8	6	22	6	-	12	3	6	2
11	3	33	8	9	23	6	3	13	3	9	3
11	6	34	9	-	24	6	6	14	4	-	4
11	9	35	9	3	25	6	9	15	4	3	5
12	-	36	9	6	26	7	-	16	4	6	6
12	3	37	9	9	27	7	3	17	4	9	7
12	6	38	10	-	28	7	6	18	5	-	8
12	9	39	10	3	29	7	9	19	5	3	9
13 فما فوق		40	10	6	30	8	-	20	5	6	10

تحتسب نسبة الذكاء طبقا للمعادلة الآتية:

العمر العقلي × 100

العمر الزمني

= نسبة الذكاء

## تعليمات اختبار جوادنف للذكاء:

- \* كل فرد معه قلم رصاص وورقة بيضة ويلاحظ عدم استعمال המחاة.
- \* تكتب بيانات كل مفحوص أعلى الورقة البيضاء وهي: اسم المدرسة والصف واسم المفحوص واسم الوالد وصناعته والعمر بالشهور والسنة (وفي حالة الأطفال الصغار) تقوم الباحثة بهذا الإجراء.
- \* يطلب الباحث من المفحوصين رسم رجل على أفضل نحو يستطيعوه، مع تشجيعهم، ومنع أية محاولة للغش من الزملاء.
- \* في حالات الأطفال الصغار قد لا يستطيع الباحث تفسير الرسم، ويمكن أن يطلب من الطفل إيضاح أجزاء الرسم الذي رسمه ويدون ذلك على الرسم نفسه.

**ملحق (2)**  
**أسماء السادة الخبراء**

م	الاسم	الوظيفة
1	أ.د/ الهام عبد العظيم	أستاذ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى، كلية تربية رياضية بنات - جامعة الزقازيق
2	أ.د/ إكرام السيد	أستاذ بقسم العلوم التربوية والاجتماعية، كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق
3	أ.د/ ايمان حسن الحارونى	أستاذ بقسم طرق التدريس والمناهج، كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق
4	أ.د/ زينب الإسكندرانى	أستاذ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق
5	أ.د/ ليلى حامد صوان	أستاذ بقسم العلوم التربوية والاجتماعية بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق
6	أ.د/ نادية عبد القادر أحمد	أستاذ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق.
7	أ.د/ ناهد خيرى فياض	أستاذ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق.
8	أ.د/ مصطفى حسين باهى	أستاذ علم النفس الرياضى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا
9	أ.د/ محمد العريى شمعون	أستاذ علم النفس الرياضى بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان
10	أ.د/ هويدا فتحى السيد	أستاذ مساعد بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الزقازيق

### ملحق (3)

استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد القدرات  
الحركية الخاصة بالبحث ومتطلباته

السيد الأستاذ الدكتور/ .....

تحية طيبة وبعد،،،

تقوم الباحثة/ سمر سمير عبد الله عطية بإجراء دراسة بعنوان:

"تأثير برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية على القدرات الحركية وتعلم بعض

مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة"

ولما كانت إجراءات البحث تتطلب تحديد القدرات الحركية الخاصة بالبحث ومتطلباته، ولذا تتقدم

الباحثة بعرض القدرات الخاصة على سيادتكم بهدف:

- انتقاء أفضل القدرات الحركية الخاصة بالبحث ومتطلباته بوضع علامة (✓) أمام الصفة المراد  
اختيارها.

- إضافة ما ترونه سيادتكم من قدرات أخرى.

ولسيادتكم وافر الشكر والامتنان،،،



### القدرات الحركية الخاصة بالبحث

ملاحظات	رأى الخبير	القدرات البدنية
		السرعة
		القدرة العضلية للرجلين
		القدرة العضلية للذراعين
		المرونة
		التوازن الثابت
		التوازن المتحرك
		التوافق
		الرشاقة
		قدرات أخرى ترفق أضافتها

#### ملحق (4)

استمارة استطلاع رأى الخبراء لتحديد الاختبارات التى تقيس  
القدرات الحركية الخاصة بالبحث ومتطلباته

السيد الأستاذ الدكتور/ .....

تحية طيبة وبعد،،،

تقوم الباحثة/ سمر سمير عبدالله عطية، بإجراء دراسة بعنوان:  
"تأثير برنامج تعليمى باستخدام الألعاب التمهيدية على القدرات الحركية وتعلم  
بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة"  
تلتمس الباحثة من سيادتكم إبداء الرأى لتحديد الاختبارات المناسبة لقياس هذه القدرات وذلك  
بوضع علامة (✓) أمام الاختبار المناسب وإضافة ما ترونه سيادتكم من اختبارات أخرى.

ولسيادتكم جزيل الشكر لحسن تعاونكم،،،

أنسب الاختبارات التي تقيس القدرات الحركية الخاصة بالبحث:

ملاحظات	رأى الخبير	الاختبارات	القدرات البدنية
		- اختبار الوثب العمودي من الثبات. - اختبار الوثب العريض من الثبات . - ثلاث حجرات (يمين / شمال).	القدرة العضلية لعضلات الرجلين
		- رمى كرة تنس لأقصى مسافة. - رمى كرة هوكي.	القدرة العضلية لعضلات الذراعين
		- رمى واستقبال الكرة. - اختبار نط الحبل.	التوافق
		- اختبار الجرى الزجراجى بين الأقماع. - الوثبة الرباعية (10) ث.	الرشاقة
		- اختبار ثنى الجذع من الوقوف. - اختبار المروق داخل الأطواق.	المرونة
		- العدو (20م) من البدء العالى. - الجرى فى المكان (15) ث.	السرعة
		- اختبار الوقوف على قدم واحدة أطول فترة ممكنة.	التوازن الثابت
		- اختبار المشى على مقعد سويدي.	التوازن المتحرك

## ملحق (5)

### اختبارات القدرات الحركية

#### 1- اختبار السرعة (عدو 20م):

الغرض من الاختبار: قياس سرعة مهارة الجرى .

الأدوات المستخدمة: ساعة إيقاف، خطين متوازيين على الأرض، المسافة بينهما 20م.

طريقة الأداء:

يقف المختبر خلف الخط الأول، عند سماع إشارة البدء يقوم بالجرى الى أن يتخطى الخط

الثانى، يحسب زمن المختبر ابتداء من الخط الأول حتى وصوله للخط الثانى (20م).

طريقة التسجيل: يسجل للمختبر الزمن الذى استغرقه فى قطع مسافة 20م.

#### 2- اختبار الوثب العريض من الثبات:

الغرض من الاختبار: قياس القدرة العضلية للرجلين.

الأدوات المستخدمة:

مكان مناسب للوثب بعرض 1,5م وطول 3,5م ويراعى أن يكون المكان مستوي، وخالى من

العوائق وغير أملس، شريط قياس، قطعة ملونة من الطباشير.

طريقة الأداء:

• يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدتان قليلا ومتوازيتان بحيث يلامس مشطا القدمين خط البداية من الخارج.

• يبدأ المختبر بمرجحة الذراعين للخلف مع ثنى الركبتين والميل للأمام قليلا ثم الوثب للأمام لأقصى مسافة ممكنة، عن طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين للأمام.

توجيهات:

• تقاس مسافة الوثب من خط البداية حتى آخر أثر تركه المختبر، الأثر القريب من خط البداية، أو عند نقطة ملامسة الكعبين للأرض.

• فى حالة ما إذا اختل توازن المختبر ولمس الأرض بجزء آخر من جسمة تعتبر المحاولة لاغية ويجب إعادتها.

• لكل مختبر ثلاث محاولات ويسجل له أفضلها.

### 3- اختبار رمى كرة تنس لأقصى مسافة:

الغرض من الاختبار: قياس القدرة العضلية للذراعين وللمنكبين.  
الأدوات المستخدمة:

شريط قياس، كرة تنس ناعمة، مكان مستو، يرسم خط على الأرض يحدد أمام هذا الخط قطاع للرمى، ويتم تقسيمه لسهولة القياس إلى خطوط عرضية المسافة بينهما 5 ياردات على أن يسمح قطاع الرمي بتسجيل أقصى مسافة ممكنة، كما تحدد منطقة للرمى طولها 6 ياردات يقوم المختبر بالرمى بينهما.

طريقة الأداء:

يقف المختبر خلف الخط المرسوم على الأرض والذي يحدد بداية قطاع الرمي، ثم يقوم برمي كرة التنس الناعمة لأقصى مسافة ممكنة.

طريقة التسجيل:

تقاس المسافة عمودياً من مكان الرمي إلى مكان سقوط الكرة على الأرض.

### 4- اختبار الوقوف على قدم واحدة أطول فترة ممكنة:

الغرض من الاختبار: قياس التوازن الثابت.

الأدوات المستخدمة: ساعة إيقاف - قطعة خشب طولها 60سم وعرضها 20سم وسمكها 3سم.  
طريقة الأداء:

يقوم المختبر بالوقوف على حافة العارضة بإحدى القدمين، على أن توضع القدم بحيث تكون طولية على العارضة، وهنا يضع المختبر القدم الثانية على اللوحة أو على الأرض، عند سماع إشارة البدء يقوم المختبر برفع الرجل التي على اللوحة أو الأرض ويستمر في الاتزان فوق العارضة أكبر وقت ممكن.

طريقة التسجيل:

يسجل للمختبر الزمن الذي يستطيع خلاله الاحتفاظ بتوازنه فوق العارضة، وذلك من لحظة مغادرة قدمه الحرة للوحة أو الأرض وحتى لمس اللوحة أو الأرض بأى جزء من أجزاء جسمه.

### 5- اختبار المشى على مقعد سويدي:

الغرض من الاختبار: قياس التوازن الحركي.

الأدوات المستخدمة: ساعة إيقاف - مقعد سويدي..

طريقة الأداء:

يقوم المختبر بالوقوف على حافة المقعد السويدي والمشى إلى نهايته مع الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز.

طريقة التسجيل:

يسجل للمختبر الزمن الذي يستطيع خلاله المشى إلى نهاية المقعد مع الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز.

### 6- اختبار المروق داخل أربع أطواق مثبتة رأسياً على بعد 10م:

الغرض من الاختبار: قياس مرونة المروق.

الأدوات المستخدمة: ساعة إيقاف، أربع أطواق حجم متوسط، خط متوازي على الأرض.

طريقة الأداء:

- يقف المختبر خلف خط مستقيم، عند سماع إشارة البدء، يقوم بالمروق داخل الأطواق.
  - يحسب زمن المختبر ابتداء من المروق من الطوق الأول إلى نهاية الأطواق
- طريقة التسجيل:

يسجل للمختبر الزمن الذي استغرقه في مرونة المروق داخل الأطواق.

### 7- اختبار الجرى الزجراجي:

الغرض من الاختبار: قياس الرشاقة.

الأدوات المستخدمة: شريط قياس، ساعة إيقاف، أربع أقماع.

طريقة الأداء:

- يقاس ميدان الجرى على أرض صلبة طولها 9م وعرضها 2م.
- يرسم خط البداية طوله 180سم وسمكه 5سم.
- توضع الأقماع الأربعة في مواجهه خط البداية على خط واحد بحيث يكون القمع الأول منها على بعد 360سم من خط البداية والمسافة بين كل قمع والآخر 180سم.
- يقف المختبر عند نقطة البداية، وعند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بالجرى من نقطة البداية ما بين الأقماع إلى أن يصل إلى نقطة النهاية.

### توجيهات:

• إذا أخطأ المختبر في خط السير يجب وقف الاختبار وإعادةه بعد أن يحصل المختبر على الراحة الكافية.

• غير مسموح بلمس الأقماع أثناء الجرى.

### طريقة التسجيل:

يسجل للمختبر الزمن الذي قطع فيه المسافة المحددة طبقاً لخط السير الموضوع ابتداء من إعلان

إشارة البدء حتى الوصول إلى نقطة النهاية.

ملحق (6)  
مقياس القيم الثقافية المصور

الأبعاد الإخلاقية:

أولاً: الامانة.

ثانياً: الحب.

ثالثاً: الصدق.

أولاً: قيمة الأمانة:

1- إذا ترك زميلك علبة الألوان:



ب- تتركها وتذهب دون السؤال عن صاحبها ( )



أ- تتأدى عليه وتعطيها له ( )

2- إذا وجدت نقود علي الارض داخل فصل المدرسة:



ب- تعطيها للمعلمة لتسأل عن صاحبها ( )



أ- تأخذها لنفسك ( )



3- إذا كذب زميلك علي المعلمة أمامك:



ب- هتخبر المعلمة بالحقيقة ( )



أ- هتظل صامتاً ( )

4- إذا وجدت قلم بالفصل ولم تعرف صاحبه:



ب- تسأل عن صاحبه ( )



أ- تأخذه لنفسك ( )

ثانياً: قيمة الحب:

1- إذا سقط زميلك علي الأرض وأنتم تعلقون:



ب- تتركه وتستمر في اللعب ( )



أ- تساعدته وتمسك بيده ( )

2- إذا أحتفلت المدرسة بعيد الأم:

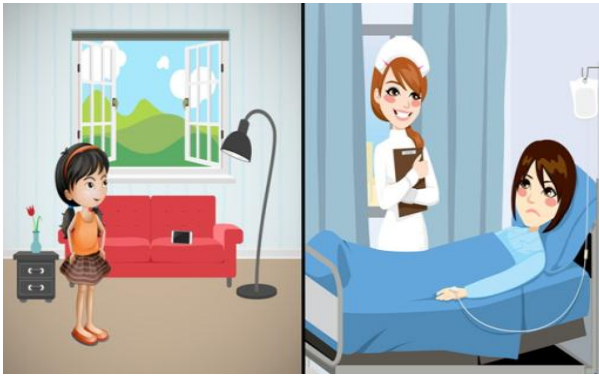


ب- لا تشترك في شراء الهدية ( )



أ- تشترك مع اخوانك وتشتري هدية لولدتك ( )

3- اذا عرفتى ان صديقتك مريضة بالمستشفى:



ب- لن تقومى بالاتصال بها ( )



أ- تقومى بالاتصال بها والاطمأنان عليها ( )

4- إذا أشتري والدك لعبة لك ولأختك ولكن أختك تريد أن تلعب بلعبتك:



ب- ترفض أن تعطيهها لعبتك ( )



أ- تعطيهها لعبتك وتعلبوا معاً ( )

ثالثاً: قيمة الصدق:

1- اذا وقع منك كوب المياة وانت تشرب وسألتك والدتك ماذا حدث:



ب- تقول لا اعرف وتتكبر الامر ( )



أ- تخبرها انك اوقعت الكوب ( )

2- كسر زجاج الفصل وانت تلعب مع اصحابك بالكرة:



ب- تتكبر ما حدث وتقول انا لم افعل شيء ( )



أ- تعتذر للمدرسة عن الخطأ الذي حدث ( )

3- طلبت والدتك ان تذهب لشراء شيء ووقعت النقود منك ماذا تفعل:



ب- تذهب لوالدتك وتخبرها الحقيقة ( )



أ- تقعد مكانك وتعيط ( )

4- اذا وعدت زميلك ان تساعدته فى عمل شىء:



ب- تتكر انك وعدتة ولا تساعدته فى شىء ( )



أ- توفى بوعدك وتساعدته ( )

## الأبعاد الاجتماعية

أولاً: التعاون.

ثانياً: الطاعة.

ثالثاً: العمل.

أولاً: قيمة التعاون:

1- طلب منك زميلك ان تساعده في حمل منضدة من مكان لآخر:



ب- تتركه يحملها لوحده ( )



أ- تساعده وتحمل معه المنضدة ( )

2- اذا طلبت امك منك ان تساعدها في إعداد المائدة:



ب- ترفض مساعدتها ( )



أ- تساعدها في إعداد المائدة ( )

3- اصحابك طلبوا منك ان تلعب معهم لعبة الاستغماية:



ب- هتشارك زملائك في اللعب ( )



أ- تحب ان تلعب لوحدهك ( )

4- هل تحب ان تشارك زملائك فى الانشطة والالعاب الجماعية:



ب- بعب اشارك فى الانشطة الجماعية ( )



أ- افضل الانشطة الفردية ( )

ثانياً: قيمة الطاعة:

1- ماذا تفعل اذا نهبت عليك امك ان لا تلعب بالكرة فى البيت:



ب- تلعب باكرة ولا تستمع لتنبهها ( )



أ- تستمع كلام امك ( )

2- لو ماما طلبت منك ان تجلس بجانب اختك الصغيرة لحين رجوعها:



ب- تذهب لتلعب وتترك اختك ( )



أ- تجلس بجانبها ( )

3- إذا طلبت المدرسة منكم ان تلتزموا الصمت وسماع الدرس:



أ- تستمع لكلام المدرسة ( ) ب- لا تستمع لكلام المدرسة وتحدث مع زملائك ( )

4- لو طلبت منك المدرسة ان تشارك زملائك في حمل منضدة:



أ- تسمع الكلام وتساعد زملائك ( ) ب- لا تستمع لكلام المدرسة وتلعب ( )

ثالثاً: قيمة العمل:

1- اذا اردت ان تلعب مع والدتك ولكنها مشغولة بتحضير المائدة:



أ- تساعد في تحضير المائدة ( ) ب- تبكى وتطلب منها ان تلعب معك ( )

2- اذا طلب منك اصدقائك فى ان تساعدهم فى تجميل الحديقة ورعايتها:



ب- تذهب ولا تساعدهم فى عمل شىء ( )

أ- تساعدهم اصدقائك فى تجميل الحديقة ( )

3- هل تحب ان تشارك زملائك فى تنظيم الفصل:



ب- لا احب ان اشارك ( )

أ- نعم احب ان اشارك ( )

4- ماذا تفعل اذا طلبت والدتك منك ان ترعى جدتك وتساعدتها:



ب- ترفض مساعدة جدتك وتذهب لتلعب ( )

أ- تساعد جدتك وترعاها ( )



## الأبعاد الجمالية

أولاً: الوعي الجمالي.

ثانياً: النظام.

أولاً: الوعي الجمالي:

1- هل تحب مساعدة زملائك فى زراعة الاشجار والورود فى الحديقة:



ب- لا احب ان اساعد ( )



أ- نعم احب ان اساعد ( )

2- هل تشارك زملائك فى وضع الفوانيس والانوار وزينة رمضان:



ب- لا احب ان اشارك ( )



أ- نعم احب ان اشارك ( )

3- هل تحب الخروج واللعب فى الحديقة وان ترى المناظر الطبيعية الجميلة:



ب- لا احب الخروج ( )



أ- نعم احب الخروج ( )

4- قام زملائك بإحداث ضوضاء شديدة فى مكان عامة وسيبوا اذى للناس:



ب- تلعب معهم ولا تقول شيء ( )

أ- تقول لهم ان يخفضوا من اصواتهم ( )

5- اذا قام زملائك برمى الاوراق على الارض وتكسير اثاث الفصل:



ب- لا تتحدث اليهم ولا تقول شيء ( )

أ- تطلب منهم ان يحافظوا على الفصل ونظافته ( )

6- اذا احضرت والدتك ملابس للخروج:



ب- ترتدى اى شيء ( )

أ- تحب ان تكون الملابس متناسقة الالوان ( )

ثانياً: النظام:

1- بعد الانتهاء من اللعب بالالعاب ماذا تفعل:



- أ- تقوم بترتيب الالعاب داخل الدولاب المخصص لها ( )  
 ب- تتركهم على الارض وتذهب ( )
- 2- هل تنتظر إشارة المرور عندما تعبر الطريق:



- أ- نعم احب النظام واحب ان انتظر ( )  
 ب- لا احب ان انتظر اشارة المرور ( )
- 3- اين تحب ان تذهب اذا اردت اللعب وممارسة الأنشطة الرياضية:



- أ- تذهب للعب فى الشارع ( )  
 ب- تذهب للعب فىالنادى او الحديقة ( )

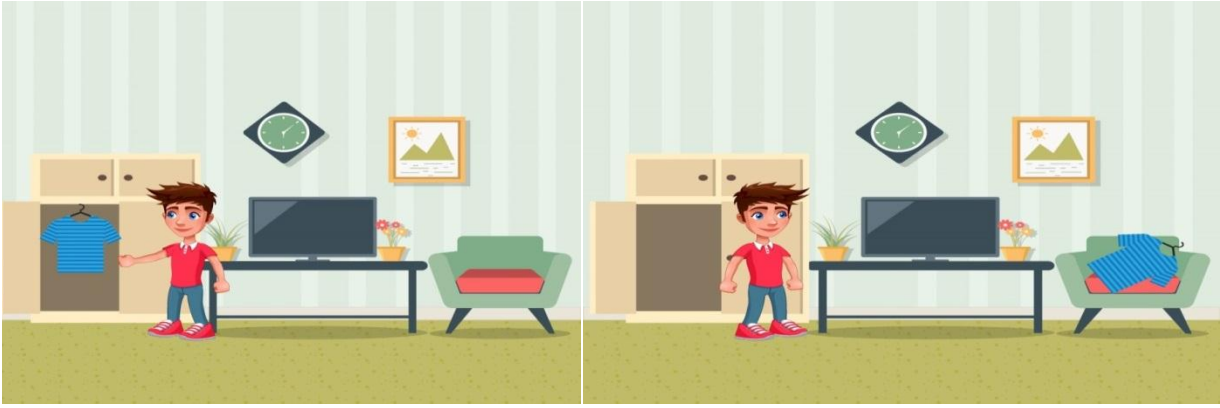
4- اذا رايت المدرسة تقوم بترتيب ادوات اللعب ما تفعل:



ب- لا تفعل شىء وتنتظر حتى ترتبها ( )

أ- تذهب وتساعد في ترتيب الادوات ( )

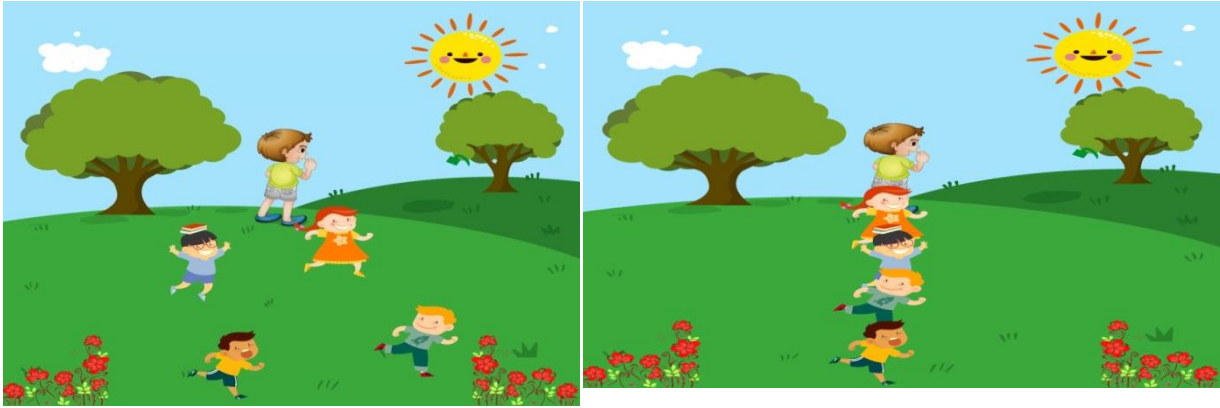
5- عند عودتك من الخارج اين تضع ملابسك:



ب- فى الدولاب المخصص للملابس ( )

أ- فى اى مكان فى البيت ( )

6- عند الخروج من الفصل للعب هل:



ب- تجرى خارج الصف ( )

أ- تخرج فى صفوف منتظمة ( )

الأبعاد الصحية:

أولاً: النظافة.

ثانياً: اللياقة البدنية.

ثالثاً: التغذية.

أولاً: النظافة:

1- اذا ذهبت إلى الحديقة ماذا تفعل:



ب- بتحافظ على نظافتها وجمالها ( )



أ- بتقطف الورد وترمى الورق على الارض ( )

2- ماذا تفعل عند عودتك إلى المنزل بعد اللعب:



ب- تظل بملابسك المتسخة ( )



أ- تستحم وتغير ملابسك ( )

3- هل تحافظ على نظافة الروضة والفصل:

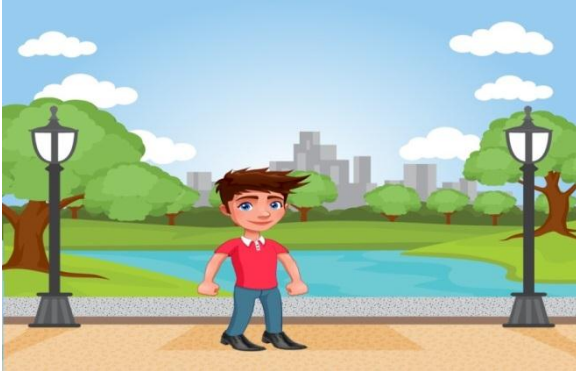


ب- لا احب ان احافظ ( )

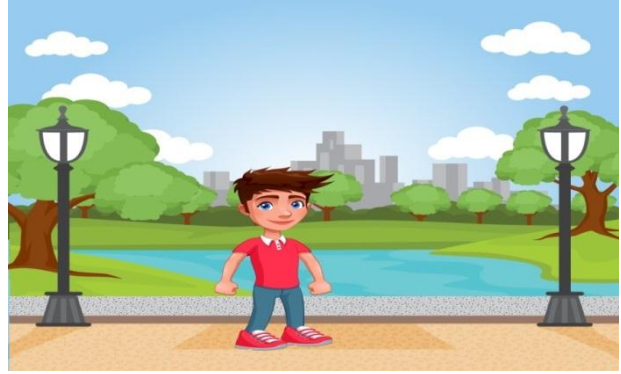


أ- نعم احب ان احافظ ( )

4- اذا ذهبت لممارسة اى نشاط رياضى ماذا ترتدى فى قدمك:



ب- اى حذاء ( )



أ- حذاء الرياضة ( )

5- ماذا تفعل اذا رايت زميلك يلقى بالمخلفات فى النهر:



ب- تذهب ولا نقول شىء ( )



أ- نقول له ان هذا خطأ ( )

6- هل تحافظ على نظافة شعرك وتمشطه يومياً:



ب- لا احافظ على نظافة شعري ( )



أ- نعم احافظ على نظافة شعري ( )

ثانياً: قيمة اللياقة البدنية:

1- هل تحب ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة:



ب- لا احب ان امارس الانشطة الرياضية ( )



أ- نعم احب ان امارس الانشطة الرياضية ( )

2- اذا كنت فى مسابقة مع زملائك:



ب- تحزن وتحب ان تكون الفائز دائما ( )

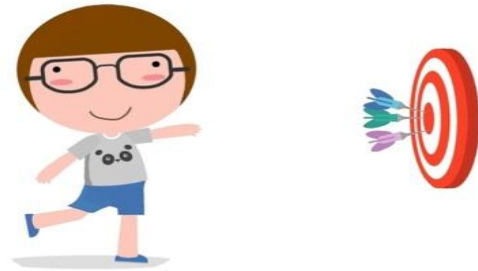


أ- تشعر بالفرح لفوز زميلك ( )

3- هل تشعر بثقة عندما تقوم بعمل حركات تحتاج إلى الدقة:



ب- لا اشعر بثقة ( )



أ- نعم اشعر بثقة ( )

4- هل تحب ممارسة الانشطة الرياضية لكي يصبح جسمك قوى متناسق:



ب- لا احب ان ممارسة الانشطة الرياضية ( )



أ- نعم احب ممارسة الانشطة الرياضية ( )

5- اذا قام والدك بشراء دراجة لك:



ب- تحب ان يكون والدك بجانبك ليساعدك ( )



أ- تحب ان تركب الدراجة بدون مساعدة والدك ( )

ثالثاً: قيمة التغذية:

1- هل تقوم بغسل اليدين قبل الاكل وبعده:



ب- لا اقوم بغسل اليدين ( )



أ- نعم اقوم بغسل اليدين ( )



2- هل تقوم بشراء الطعام من الباعة الجائلين:



ب- لا اقوم بشراء الطعام من الباعة الجائلين ( )



أ- نعم اقوم بشراء الطعام ( )

3- بتحب تناول الفطار قبل الذهاب إلى المدرسة:

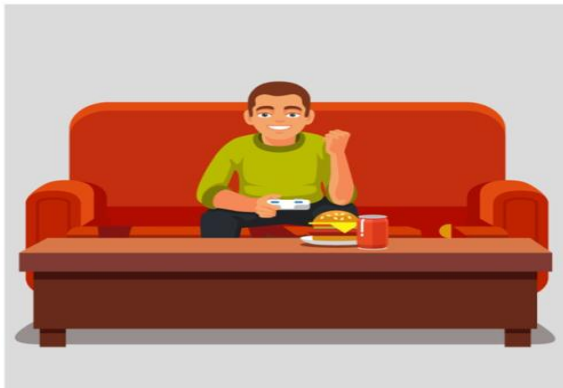


ب- لا احب ( )



أ- نعم احب ( )

4- هل تفضل تناول الطعام مع اسرتك ام بمفردك:



ب- احب ان اتناول الطعام بمفردى ( )



أ- احب ان اتناول الطعام مع اسرتى ( )

5- هل تحب شرب اللبن وأكل الخضراوات والفواكة:



ب- لا احب ( )



أ- نعم احب ( )

### ملحق (7)

استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء لتحديد الفترة الزمنية لتنفيذ البرنامج  
وعدد الوحدات التدريبية وزمن الوحدة التدريبية

السيد الأستاذ الدكتور/ .....

تحية طيبة وبعد،،،

تقوم الباحثة/ سمر سمير عبدالله عطية بإجراء دراسة عنوانها:

"تأثير برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية على القدرات الحركية وتعلم بعض

مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة"

وتتطلب الدراسة الاستفادة برأى سيادتكم فى بعض النقاط التالية الخاصة بالبحث.

1- الفترة الزمنية المناسبة (الكلية) لتنفيذ البرنامج التدريبى المقترح.

- ستة اسابيع ( )
- ثمانية اسابيع ( )
- عشرة اسابيع ( )
- اثنى عشر أسبوع ( )

2- عدد الوحدات التدريبية فى الأسبوع:

- ثلاثة أيام ( )
- أربعة أيام ( )
- خمسة أيام ( )

3- تحديد أنسب فترة زمنية لكل وحدة تدريبية:

- 30 دقيقة ( )
- 45 دقيقة ( )
- 60 دقيقة ( )

4- تحديد فترة الاحماء خلال الوحدة اليومية:

- 5 ق ( )
- 10 ق ( )
- 15 ق ( )

5- تحديد زمن الجزء الأساسى للبرنامج خلال الوحدة اليومية:

- 20 ق ( )
- 25 ق ( )
- 30 ق ( )

6- تحديد زمن فترة التهدئة خلال الوحدة اليومية:

- 3 ق ( )
- 5 ق ( )
- 10 ق ( )

## ملحق (8)

## محتوى البرنامج المقترح

## الأسبوع الأول

- الهدف التعليمي** : تنمية بعض القدرات الحركية وتعليم مهارة الدرجة الأمامية.
- الهدف التربوي** : تنمية التعاون والاعتماد على النفس والامانة.
- الأدوات المستخدمة** : (كور - بالونات - مراتب).

الهدف	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل	1- الجرى حول الملعب بالكرة. 2- رمى الكرة ولقها. 3- دوران الكرة حول الجسم. 4- الطعن بالكرة. 5- الجرى عكس الإشارة بالكرة.	10ق	الإحماء
تنمية المتطلبات البدنية الخاصة بالمهارة	الوقوف قاطرة وعند اعطاء اشارة البدء، سيقوم الاطفال بأداء الألعاب: - (لعبة قفزة الأرنب): (القرفصاء) رمى اليدين لأبعد مسافة للأمام للارتكاز على الأرض، ثم القفز بالرجلين جهة اليدين والوصول لوضع الاقعاء. - (لعبة عربية الفول): (الوقوف - احد الأطفال في وضع الانبطاح المائل والطفل الأخر في وضع الوقوف خلف الأول. عند إعطاء الإشارة يقوم الطفل الذى في وضع الوقوف برفع رجل زميله من الركبتين، ثم يتقدم الأخر بالمشى للأمام على اليدين ثم التمرين بمساعدة الباحثة ثم بعد ذلك يؤدي مع الزميل. - (لعبة الكرسى الهزاز): يقوم الطفل بجلوس القرفصاء مع تشبيك اليدين حول الركبتين ويبدأ بعمل درجة للأمام وللخلف.	15ق	الجزء الأساسي - (الألعاب)
تعليم مهارة الدرجة الأمامية	1- (القرفصاء) التكور وعمل الدرجة الأمامية من على سطح مائل 2- عمل مهارة الدرجة الأمامية من وضع الوقوف فتحا	15ق	الأداء المهارى
إثارة روح المرح والسرور والعودة إلى الحالة الطبيعية	1- فرقة بالونات 2- كل زميلة تربط بالونة بقدمها وتحاول تفرقع لزميلتها بالونة وتهرب منها لعدم فرقتها بالونتها نصائح ارشادية: - اذا وجدت شئ لا يخصك يجب اعطائه للمعلمة. - يجب عليك الا تكذب.	5ق	الختام

## الأسبوع الثاني

الهدف التعليمي	: تنمية بعض القدرات الحركية و تعليم مهارة الدرجة الأمامية.
الهدف التربوي	: تنمية التعاون و الثقة بالنفس والحب.
الأدوات المستخدمة	: (قطع خشبية - أعلام - أكياس رمل - أطواق - أقماع - مراتب).

الهدف	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل	- (وقوف) الجرى الحر فى مختلف الاتجاهات ثم جلوسا الاقعاء عند إعطاء الإشارة. - (وقوف) الجرى المتعرج بين خمس أقماع بلاستيك ذهابا وعودة بالجرى السريع 10م. - (وقوف) عمل توقيت فى المكان مع التغير المستمر فى أوضاع الذراعين أماماً، جانباً، عالياً.	10ق	الإحماء
تنمية المتطلبات البدنية الخاصة لتعليم مهارة الدرجة الأمامية	الوقوف قاطرات وعند اعطاء اشارة البدء، سيقوم الاطفال بأداء الألعاب: - (لعبة عبور النفق): تقسم المعلمة الأطفال إلى قاطرتين, تثبت الأطواق على الأرض المسافة بينها (50سم) ومع الصفارة يقوم الأطفال بالعبور من بين الأطواق الفريق الذي يعبر الأطواق بسرعة هو الفائز. - (لعبة درجة الكرة): يقسم الأطفال الى أربعة قاطرات ومع كل قاطرة كرة طيبة ويحدد خط البداية والنهاية وعند سماع الصفارة يبدأ الطفل الأول من كل قاطرة بدرجة الكرة حتى خط النهاية والعودة بها الى زميله الذى يليه وهكذا حتى ينتهى أفراد المجموعة والذى ينتهى أولاً يصبح هو الفائز. - (لعبة الدرجة على سطح مائل): يقف الأطفال على شكل قاطرتين أمام خط يرسم على الأرض، وعلى بعد معين ومناسب توضع مرتبة على سطح مائل أمام كل قاطرة. بإشارة من المعلم يجري الطفل الأول من كل قاطرة، ويقوم بعمل درجة أمامية على المرتبة المائل في صورة بسيطة من الارتكاز على اليدين والرجلين مفتوحتين والمقعدة لأعلى والنظر للخلف بين الرجلين أو أن يضع الأطفال كيس حبوب أسفل الذقن لضمان مساعدة الأطفال على ثنى الرأس للداخل لتحسين وضع التكور، ثم يعود بالجرى إلى قاطرته للمس الزميل الذى يليه في نفس القاطرة، ليجري ويقوم بنفس العمل الذى قام به زميله السابق، وهكذا إلى أن ينتهى جميع أفراد القاطرة مع مراعاة أن يتم هذا فى القاطرتين معاً، القاطرة التي ينتهى جميع أفرادها قبل الأخرى هي القاطرة الفائزة.	15ق	الجزء الاساسى - (الألعاب)
تعليم مهارة الدرجة الأمامية	تعليم مهارة الدرجة الأمامية وضع اليدين على الأرض باتساع الصدر والأصابع متجهة للأمام ثنى الرأس لأسفل بحيث تلمس مؤخرة الرقبة الأرض ثم تليها الفقرات بالتدرج والتكور الشديد، ثنى الكوعين للدوران للأمام ويتم الدفع بالذراعين للأمام للوصول للوضع الابتدائي.	15ق	الجزء المهارى
إثارة روح المرح والسرور وتهيئة الجسم للعودة إلى الحالة الطبيعية	يوضع على الأرض مجموعة من الأطواق على شكل دائرة ويكون عددهم أقل من عدد الأطفال بواحد وعند إعطاء إشارة البدء يجرى الأطفال حول الأطواق فى دائرة وأثناء الجرى وعند الإشارة يقوم الأطفال بالوقوف داخل الطواق نصائح ارشادية: - مساعدة زملائنا اثناء اللعب ومشاركة ألعابك مع اخواتك. - السؤال على الزملاء والاطمئنان عليهم.	5ق	الختام

## الأسبوع الثالث

- الهدف التعليمي** : تنمية بعض القدرات الحركية وتعليم مهارة الدرجة الأمامية.
- الهدف التربوي** : تنمية التعاون والنظام والصدق.
- الأدوات المستخدمة** : (أقماع - مراتب - مقاعد سويدية - أحبال - أطواق - أكياس حبوب - أعلام).

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الهدف
الإحماء	10ق	<p>- (وقوف ) الجرى الحر فى مختلف الاتجاهات مع التنويع فى الأوضاع التى تؤدى عند إعطاء الإشارة مثل الوثب فى المكان - النط على رجل واحدة.</p> <p>- (وقوف) الوثب لأخذ البالونات المعلقة عاليا.</p> <p>- (وقوف) الوثب داخل أطواق مرقمة.</p> <p>- (وقوف ظهر لظهر) حمل الزميل بالتبادل.</p>	تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل
الجزء الاساسى - (الألعاب)	15ق	<p>- لعبة مشى الدب:</p> <p>يقف الأطفال على شكل قاطرتين أمام خط البداية، وعند سماع إشارة البدء يقوم الأطفال بالوقوف على أربع والتحرك للأمام بالقدم اليمنى واليد اليسرى ثم التبديل بالقدم اليسرى واليد اليمنى حتى خط النهاية، وهكذا إلى أن ينتهي جميع أفراد القاطرة، والقاطرة التى ينتهي جميع أفرادها قبل الأخرى هي القاطرة الفائزة.</p> <p>- لعبة وثبة الضفدعة:</p> <p>يقف الأطفال على شكل قاطرتين أمام خط البداية، وعند سماع إشارة البدء يقوم الأطفال بتقليد وثبة الضفدعة: بوضع اليدين على الأرض من القرفصاء يميل الطفل للأمام مع مد اليدين للأمام ونقل الجسم من القدمين لليدين، ثم الوثب بالقدمين للأمام للوصول للوضعية القرفصاء والقدمين قريبا من اليدين وتكرر عدة مرات.</p> <p>- (لعبة الدرجة ولمس الزميل):</p> <p>يقف الأطفال على شكل قاطرتين أمام خط البداية، وعلى بعد معين ومناسب توضع مرتبة أمام كل قاطرة. بإشارة من المعلم يجري الطفل الأول من كل قاطرة، ويقوم بعمل درجة أمامية على المرتبة التى أمام القاطرة، ثم يعود بالجري إلى قاطرته للمس الزميل الذى يليه فى نفس القاطرة، ليحضر ويقوم بنفس العمل الذى قام به زميله السابق، وهكذا إلى أن ينتهي جميع أفراد القاطرة مع مراعاة أن يتم هذا فى القاطرتين معاً، القاطرة التى ينتهي جميع أفرادها قبل الأخرى هي القاطرة الفائزة.</p>	تنمية المتطلبات البدنية الخاصة لأداء مهارة الدرجة الأمامية
الجزء المهارى	15ق	عمل صفوف وأداء مهارة الدرجة الأمامية واختيار أفضل أداء.	إتقان المهارة وتنمية التعاون ومساعدة الأطفال لبعضهم
الختام	5ق	<p>ربط بلونة فى رجل كل طفل محاولة ضرب البالونات - فرفعتها والهروب فى حدود الملعب.</p> <p>نصائح ارشادية:</p> <p>- قول الحقيقة اذا فعلت اى شئ خطأ.</p> <p>- الوفاء بالوعد.</p>	إثارة روح المرح والسرور وتهيئة الجسم للعودة إلى الحالة الطبيعية

### الأسبوع الرابع

- الهدف التعليمي** : تنمية بعض القدرات الحركية و تعليم مهارة الدرجة الخلفية .
- الهدف التربوى** : تنمية روح التعاون والقدرة على التحكم فى الجسم.
- الأدوات المستخدمة** : (مكعبات اسفنجية - أحبال - مراتب - أعلام - أطواق - أطباق بلاستيك - إطار دائرى خشبى - كرات - بالونات).

الهدف	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل	- (وقوف) الجري الحر فى الاتجاهات المختلفة تبعاً لاتجاه الإشارة. - (وقوف) الوثب لتعدية مكعبات أسفنجية والمروق أسفل الحبل. - (وقوف) المشى على لوح خشب للأمام مسافة 4م. - (وقوف) الوثب داخل أطواق مرقمة ثم الجرى للمس علم احمر.	10ق	الإحماء
تنمية المتطلبات البدنية الخاصة لأداء مهارة الدرجة الخلفية	- <b>لعبة الزحف تحت الحبل:</b> يقف الأطفال على شكل قاطرتين أمام خط البداية ومع كل قاطرة عصى، ويحدد البداية والنهاية وفى المنتصف حبل بارتفاع 50 سم من الأرض وعند سماع اشارة البدء يجرى الطفل الأول من كل قاطرة مع الزحف تحت الحبل والجرى الى خط النهاية ثم العودة الى زميله وتسليمه العصى ... وهكذا، والقاطرة التى تنتهى أولاً هى الفائزة. - <b>لعبة أحسن توازن:</b> ينتشر الأطفال انتشار حر فى الملعب وعند سماع اشارة البدء يقف الأطفال على قدم واحدة ويعد المعلم الى عشرة والطفل صاحب أحسن توازن يكون الفائز. - <b>لعبة مشية السرطان:</b> يقف الأطفال على شكل قاطرتين أمام خط البداية، وعند سماع اشارة البدء يقوم الأطفال بالمشى للخلف على أربع بحيث تكون الأصابع فى اتجاه القدمين حتى خط النهاية، وهكذا إلى أن ينتهى جميع أفراد القاطرة، والقاطرة التى ينتهى جميع أفرادها قبل الأخرى هى القاطرة الفائزة.	15ق	الجزء الاساسى - (الألعاب)
تعليم مهارة الدرجة الخلفية	- عمل الكرسي الهزاز من ثنى الركبة كاملين. - الرقود رفع الرجلين خلف الرأس ولمس الأرض خلفاً مع وضع كرة بين القدمين. - الرقود: ثنى الركبتين على البطن ثم فرد الرجلين لأعلى للوقوف على الكتفين مع سند الظهر باليدين. - جلوس طويل. - التأكد من وضع الكفين تحت الكتفين مثبتين. - تبدء عمل الحركة كاملة فوق سطح مائل من وضع الجلوس طويلاً.	15ق	الجزء المهارى
إثارة روح المرح والتعاون وتهيئة الجسم للعودة إلى الحالة الطبيعية	يقف الأطفال قاطرتان أمام كل قاطرة عدد من الأطباق البلاستيك عند إشارة البدء يقوم الطفل الأول بوضع الطبق على رأسه حتى نهاية الخط ويرجع مسرعاً ليسلم على زميله لكى يخرج تفوز القاطرة المتعاونة التى تنتهى السباق قبل الأخرى <b>نصائح ارشادية:</b> - مساعدة الزملاء اذا طلب منك اخدمهم المساعدة. - تشارك زملائك فى الانشطة والالعاب الجماعية.	5ق	الختام

### الأسبوع الخامس

- الهدف التعليمي** : تنمية بعض القدرات الحركية و تعليم مهارة الدرجة الخلفية .



الهدف التربوى : تنمية التعاون والنظام والطاعة.

الأدوات المستخدمة : (مقاعد سويدية - مراتب - أطواق - أكياس رمل - أعلام).

الهدف	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (وقوف) التبديل السريع من الجرى إلى المشى إلى الوثب إلى الحجل تبعا للنموذج مع مراعاة سرعة التبديل من وضع لأخر.</li> <li>- (وقوف) الزحف أسفل المقعد السويدي المائل.</li> <li>- (وقوف) المشى على مقعد سويدي والهبوط على مرتبة.</li> <li>- (وقوف) الوثب ضم داخل الأطواق وفتحها خارجها</li> </ul>	10ق	الإحماء
تنمية المتطلبات البدنية الخاصة لأداء مهارة الدرجة الخلفية	<p><b>لعبة المحطات:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوقوف قاطرتان وعند اعطاء اشارة البدء، يتم عمل مسابقة بين القاطرتين.</li> <li>- المحطة الأولى: الوثب من فوق حبل.</li> <li>- المحطة الثانية: المشى على إطار دائرى من الخشب.</li> <li>- المحطة الثالثة: الحجل داخل دوائر.</li> <li>- المحطة الرابعة: الجرى مع دفع الكرة لأبعد مسافة ممكنة.</li> </ul>	15ق	الجزء الاساسى - (الألعاب)
تعليم مهارة الدرجة الخلفية	<ul style="list-style-type: none"> <li>- يقف الطفل فى اتجاه الجزء الأعلى من السطح المائل ويعطى ظهره للمرتبة ثم عمل الدرجة خلفا مع مراعاة وضع اليدين أسفل الكتف والركبتين مثبتتين كاملتين وتدفع الذراعين الأرض لتصل للنهاية والرجوع للوضع الأصلى.</li> </ul>	15ق	الجزء المهارى
إثارة روح المرح والسرور والتعاون	<ul style="list-style-type: none"> <li>- يوضع على الأرض مجموعة من الأطواق على شكل دائرة ويكون عددهم أقل من عدد الأطفال بواحد وعند إعطاء إشارة البدء يجرى الأطفال حول الأطواق فى دائرة وأثناء الجرى وعند الإشارة يقوم الأطفال بالوقوف داخل الأطواق</li> </ul> <p><b>نصائح ارشادية:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عليك ان تطيع كلام ولادتك وترتيب غرفتك بعد اللعب</li> <li>- عليك ان تنفذ توجيهات معلمتك فتساعدها فى تنظيم الادوات داخل الفصل.</li> </ul>	5ق	الختام

### الأسبوع السادس

: تنمية بعض القدرات الحركية و تعليم مهارة الدرجة الخلفية.

الهدف التعليمي

**الهدف التربوى :** تنمية روح التعاون والثقة بالنفس وقيمة العمل.

**الأدوات المستخدمة :** (مراتب - اعلام - أكياس حبوب - كور - أحبال - أطواق - أقماع - سلم خشب - قطع خشبية ملونة - الحواجز).

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الهدف
الإحماء	10ق	- (وقوف) الجرى الحر عند رؤية الإشارة الوقوف وتكوين دوائر طبقاً للرقم الذى تحدده بأصابع اليدين. - (وقوف) الوثب مرتين عاليا ثم الدوران نصف لفة جهة اليمين ويكرر جهة اليسار. - (وقوف) الوثب بالقدمين على قطع خشبية ملونة. - (وقوف) المشى على حبل ثم الجرى ولمس علم احمر.	تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل
الجزء الاساسى - (الألعاب)	15ق	- <b>لعبة سباق الثعابين:</b> يقسم الأطفال الى أربع مجموعات: المجموعة الأولى والثانية تؤدي انبطاح مائل والمجموعة الثالثة والرابعة تقوم بالزحف من تحت المجموعتين الأولى والثانية والمجموعة التى تنتهى أولاً تعتبر هى الفائزة، ويتم التبادل بين المجموعات. - <b>لعبة تعدي الحواجز:</b> يقف الأطفال على شكل قاطرتين أمام خط البداية، وأمام كل قاطرة يقوم المعلم بوضع مقعد سويدي في بداية الملعب وصندوق مقسم في المنتصف وعلى نهاية الملعب أقماع، وعند سماع إشارة البدء يقوم الطفل الأول بالمشى فوق المقعد ثم القفز والجرى الى الصندوق المقسم والصعود فوقه والقفز، ثم الجرى مع الدوران حول القمع، والعودة الى الزميل، وتفوز القاطرة صاحبة الأداء الأفضل والأسرع.	تنمية المتطلبات البدنية الخاصة لأداء مهارة الدرجة الخلفية
الجزء المهارى	15ق	- عمل مهارة الدرجة الخلفية	تعليم مهارة الدرجة الخلفية
الختام	5ق	ثلاث أنواع من البالونات مختلفة الأحجام (كبيرة - متوسطة - صغيرة) ومختلفة الألوان ويتم تقسيم الأطفال إلى ثلاث مجموعات وتعطى كل مجموعة صندوق فارغ وعند إعطاء الإشارة تقوم كل مجموعة بجمع البالونات ذات الحجم الواحد واللون الواحد وأسرع مجموعة تثاب على ذلك. <b>نصائح ارشادية:</b> - عليك مساعدة ولادتك فى بعض الأعمال التى تطلبها منك - مساعدة زملائك فى تنظيم الفصل	إثارة روح المرح والسرور وتهيئة الجسم للعودة إلى الحالة الطبيعية

### الأسبوع السابع

**الهدف التعليمي :** تنمية بعض القدرات الحركية و تعليم مهارة الدرجة الجانبية.

**الهدف التربوى :** تنمية روح التعاون والقدرة على التحكم فى الجسم والقيم الجمالية.  
**الأدوات المستخدمة :** (مقعد سويدى - مراتب - بالونات - أكياس حبوب - كور - احبال - صناديق فارغة - أطواق).

الهدف	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل	- (وقوف) الزحلقة عكس الإشارة. - (وقوف) المشى على مقعد سويدى والوثب على مرتبة -الزحف تحت كوبرى من المراتب-عمل درجاة أمامية على مرتبة-الوثب بالقدمين من حبل لأخر -الجرى الزجراجى بين أكياس الحبوب.	10ق	الإحماء
تنمية المتطلبات البدنية الخاصة لأداء مهارة الدرجة الجانبية	- <b>لعبة شد الحبل:</b> يقف الأطفال في شكل فريقان مواجهان ويقومان بمسك الحبل مع تحديد نقطة منتصفه علامة معينة، وبحيث يكون مسافة خالية من الحبل بين الفريقين. عند سماع صافرة البداية يحاول كل فريق شد خصمه إلى داخل منطقته، ويكون هو الفريق الفائز. - <b>لعبة أكياس ورمال:</b> يقف الأطفال على شكل قاطرتين أمام خط البداية ويوضع كيس من الرمل على رأس الطفل الأول من كل مجموعة، ويمشى الطفل الأول حتى خط النهاية ثم العودة بعد الدوران حول الطول الى زميله وتسليمه كيس الرمل ... وهكذا، والقاطرة التى تنتهى أولاً هى الفائزة. - <b>لعبة درجاة الدب:</b> يحاول الأطفال تقليد شكل الدب ويتدحرج يمينا ويسارا بحيث يكون الجسم مفروود تماما ومتماسك ويبدأ من الكتفين يليه المقعدة ثم الرجلين.	15ق	الجزء الاساسى - (الألعاب)
تعليم مهارة الدرجة الجانبية	- (رقود المد عاليا، مسك الكرة باليدين فوق الرأس)، الدرجة الجانبية المفرودة مع المحافظة على اليدين فى المد عاليا. - مهارة الدرجة الجانبية المستقيمة: تبدأ من فرد الجسم فى وضع الرقود والذراعين عاليا، تبدأ من ريع لفة أولاً، يكرر نصف لفة على المحور الطولى تعمل لفة كاملة والرجوع للوضع الأصلي.	15ق	الجزء المهارى
إثارة روح المرح والسرور وتهيئة الجسم للعودة إلى الحالة الطبيعية	تقسيم الأطفال إلى مجموعتين وتعطى لكل مجموعة بالونة والمجموعة كلها عليها الحفاظ على البالونة فى الهواء وعدم ملامستها للأرض وعلى المجموعة التعاون مع بعضها. <b>نصائح ارشادية:</b> - عليك الحفاظ على نظافة الفصل والحديقة. - الحفاظ على مظهرك الجميل.	5ق	الختام

### الأسبوع الثامن

**الهدف التعليمي :** تنمية بعض القدرات الحركية و تعليم مهارة الدرجة الجانبية.  
**الهدف التربوى :** تنمية روح التعاون و القدرة على التحكم والنظافة.

الأدوات المستخدمة : (مقعد سويدي - مراتب - بالونات - أكياس حبوب - كور طبية - أحبال - أعلام - أثقال خشبية).

أجزاء الدرس	الزمن	المحتوى	الهدف
الإحماء	10ق	- (وقوف) الجرى الحرفى الاتجاهات المختلفة تبعا لاتجاه الإشارة. - (وقوف) المروق أسفل الحبل ثم الجرى والوثب بالقدمين داخل الاطواق ثم المشى على حبل ثم عمل درجة أمامية على مرتبة مائلة والجرى للمس علم احمر.	تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل
الجزء الاساسى - (الألعاب)	15ق	- لعبة الكوبرى والنفق: يقف الأطفال على شكل قاطرتين أمام خط البداية وقوف فتحا، ويقوم الطفل الأول بحمل الكرة والذراعان عاليا، وعند سماع اشارة البدء يقوم الطفل الأول بتسليم الكرة للطفل الذى يليه من فوق الرأس ويستمر تسليم الكرة حتى تصل الى اخر طفل الذى يعيد تسليمها للطفل الذى أمامه من بين الرجلين، وهكذا حتى تصل الكرة الى الطفل الأول الذى يرفعها لأعلى، والقاطرة التى تنتهى أولا هى الفائزة. - لعبة الجرى المتعرج: يقف الأطفال على شكل قاطرتين أمام خط البداية، وعند سماع اشارة البدء ينطلق الطفل الأول لكل فريق بالجرى بين الأقماع بدون لمسها والعودة الى قاطرته للمس زميله التالى والوقوف في نهاية القاطرة وهكذا حتى اخر طفل، والقاطرة التى تنهى أولا بالطريقة الصحيحة هى الفائزة. - لعبة المروحة: يقف الأطفال على شكل قاطرتين مواجهتين للمعلم، وعند سماع الصافرة يقوم كل طفل بالوثب عاليا ومحاولة اللف في الهواء دورة كاملة للعودة لمواجهة المعلم وتكرر اللعبة مرة لليمين ومرة للييسار.	تنمية المتطلبات البدنية الخاصة لأداء مهارة الدرجة الجانبية
الجزء المهارى	15ق	- الدرجة الجانبية المستقيمة: الرقود والذراعان عاليا يحرك الطفل عضلاته من المشطين حتى الكتفين نصف لفة ليصل الى وضع الانبطاح ثم الى وضع الرقود مرة أخرى بضغط الطفل على الأرض بالقدم اليسرى واليد اليسرى مع لف الحوض لأعلى فى اتجاه الدرجة الجانبية لنقل ثقل الجسم على الجانب الأيمن.	تعليم مهارة الدرجة الجانبية
الختام	5ق	الوقوف مستند على الحائط وعند إعطاء الإشارة الجرى والجلوس على أى أداة، والطفل الذى لم يجلس يعتبر خارج اللعبة. - الوقوف صف وأداء التحية نصائح ارشادية: - عليك المحافظة على نظافة روضتك وفصلك. - عند عودتك للمنزل عليك بالاستحمام وتغيير ملابسك المتسخة.	إثارة روح المرح والسرور وتهيئة الجسم للعودة إلى الحالة الطبيعية

## الأسبوع التاسع

الهدف التعليمي : تنمية بعض القدرات الحركية وأداء مراجعة على جميع المهارات السابقة.

الهدف التربوى : تنمية الادراك الحس حركى وقيمة اللياقة البدنية.

الأدوات المستخدمة : (قطع خشبية - مراتب - اعلام - أكياس حبوب - أطواق - أحبال - قطعة صندوق - كراسى - كور - حواجز).

الهدف	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (وقوف) الجرى الحر عند رؤية الإشارة الوقوف وتكوين دوائر طبقاً للرقم الذى تحدده بأصابع اليدين.</li> <li>- (وقوف) الوثب مرتين عالياً ثم الدوران نصف لفة جهة اليمين ويكرر جهة اليسار.</li> <li>- (وقوف) الوثب بالقدمين على قطع خشبية ملونة.</li> <li>- (وقوف) المشى على حبل ثم الجرى ولمس علم احمر.</li> </ul>	10ق	الإحماء
تنمية المتطلبات البدنية الخاصة لأداء مهارة الميزان الامامى	<ul style="list-style-type: none"> <li>- الوقوف قاطرتان (أ، ب) وعند اعطاء اشارة البدء، يتم عمل مسابقات بين القاطرتين.</li> <li>- الوثب لأعلى ولمس العلم.</li> <li>- رفع إحدى الرجلين بالتبادل على الصندوق المقسم.</li> <li>- المشى على كور طبية.</li> <li>- حمل ثقل بالذراعين ورفعاً لأعلى.</li> <li>- الجرى من العلم الأحمر إلى العلم الأخضر.</li> </ul>	15ق	الجزء الاساسى - (الألعاب)
تعليم مهارة الميزان الامامى	<ul style="list-style-type: none"> <li>اداء مهارة الدرجة الأمامية، الخلفية، الجانبية.</li> </ul>	15ق	الجزء المهارى
إثارة روح المرح والسرور وتهيئة الجسم للعودة إلى الحالة الطبيعية	<ul style="list-style-type: none"> <li>الوقوف قاطرتان أمام كل قاطرة كرسى يوضع عليه كرة يحاول التلاميذ التنشيط على الكرة بكرة اخرى من يستطيع ايقاع الكرة يثاب على ذلك ثم الوقوف صف اداء التحية.</li> <li><b>نصائح ارشادية:</b></li> <li>- يجب عليك ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة.</li> <li>- يجب عليك ان تفرح لفوز زميلك فى المسابقة.</li> </ul>	5ق	الختام

## الأسبوع العاشر

- الهدف التعليمي** : تنمية بعض القدرات الحركية وأداء مراجعة على جميع المهارات السابقة.
- الهدف التربوي** : تنمية تنمية الجراءة و الشجاعة وقيمة التغذية.
- الأدوات المستخدمة** : (قطع خشبية - مراتب - علم احمر - أكياس رمل - أطواق - أحبال - قطعة خشبية - كور - حاجز - مكعبات إسفنجية).

الهدف	المحتوى	الزمن	أجزاء الدرس
تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (وقوف)الجرى الحر عند رؤية الإشارة الوقوف وتكوين دوائر طبقا للرقم الذى تحدده بأصابع اليدين.</li> <li>- (وقوف) الوثب مرتين عاليا ثم الدوران نصف لفة جهة اليمين ويكرر جهة اليسار</li> <li>- (وقوف)الوثب بالقدمين على قطع خشبية ملونة.</li> <li>- (وقوف) المشى على حبل ثم الجرى ولمس علم احمر .</li> </ul>	10ق	الإحماء
تنمية المتطلبات البدنية الخاصة لأداء مهارة الميزان الامامى	<ul style="list-style-type: none"> <li>- الوقوف قاطرتان (أ، ب) وعند اعطاء اشارة البدء، يتم عمل مسابقات بين القاطرتين.</li> <li>- عمل درجة أمامية على مرتبة.</li> <li>- رمى كيس رمل للأمام.</li> <li>- الوقوف بقدم واحدة على قطعة خشبية ملونة مرة بالرجل اليمنى ومرة باليسرى.</li> <li>- الجرى الزجراجى حول مكعبات الأسفنج.</li> <li>- الوثب العريض من الثبات من حبل لآخر.</li> </ul>	15ق	الجزء الاساسى - (الألعاب)
تعليم مهارة الميزان الامامى	<ul style="list-style-type: none"> <li>اداء مهارة الدرجة الأمامية، الخلفية، الجانبية.</li> </ul>	15ق	الجزء المهارى
إثارة روح المرح والسرور وتهيئة الجسم للعودة إلى الحالة الطبيعية	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (وقوف) المشي للأمام ورفع العلم الأحمر ثم المشي للخلف ورفع العلم الأخضر.</li> <li>- (وقوف) رفع الكعبين ببطئ مع اخذ شهيق ثم خفض الكعبين لأسفل مع الزفير.</li> <li>- (وقوف) توقيت منخفض ببطئ مع تنظيم التنفس (شهيق - زفير).</li> </ul> <p><b>نصائح ارشادية:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يجب عليك غسل اليدين قبل الأكل.</li> <li>- يجب عليك شرب اللبن وتناول الخضروات والفاكهة.</li> </ul>	5ق	الختام

## ملخص البحث

### تأثير برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة

د/ سمر سمير عبد الله عطية (\*)

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والآخرى ضابطة عن طريق القياس القبلي والبعدي لكلا المجموعتين. تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من أطفال مرحلة رياض الأطفال (5 - 6) سنوات بمدرسة على زكي الخاصة - مركز الزقازيق، والبالغ عددهم (60) طفل وطفلة لعام (2018 - 2019م). وقد استخلصت الباحثة أن استخدام الألعاب التمهيدية يؤثر تأثيراً إيجابياً على القدرات الحركية وتعلم بعض مهارات الجمباز والقيم الثقافية لأطفال ما قبل المدرسة. وتوصى الباحثة بضرورة استخدام الألعاب التمهيدية كأحد الاستراتيجيات الحديثة المساعدة في تعلم بعض مهارات الجمباز.

(\*) مدرس بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

## English Abstract

### **The effect of an educational program using introductory games on motor abilities and learning some gymnastics skills and cultural values for preschool children**

**Samar Samir Abdullallah Attia<sup>(\*)</sup>**

---

The research aims to identify the effect of an educational program using introductory games on motor abilities and learning some gymnastics skills and cultural values for preschool children. The researcher used the experimental approach for two groups, one is experimental and the other is control with pre and post measurement for both groups. The research community was chosen intentionally by kindergarten children (5 - 6 years) at the Ali Zaki-Private School - Zagazig, and they are (60) boys and girls for (2018 - 2019). The researcher concluded that the use of introductory games has a positive effect on the motor ability and learn some gymnastics skills and cultural values for preschool children. The researcher recommends the use of introductory games as one of the modern strategies to help learn some gymnastics skills.

---

<sup>(\*)</sup> Lecturer of Gymnastic, Department of Exercises, Gymnastic and Dance, Faculty of Physical Education, Zagazig University.