

تأثير تمارين لتطوير بعض القدرات الإدراكية – الحركية وتعلم بعض
المهارات الحرة في الجمناستك الإيقاعي لتلميذات المرحلة الابتدائية بعمر
(٩) سنوات

أ. د أميرة عبد الواحد أ. م. د خلود لايد أ. م. د شيماء عبد مطر

ملخص البحث

احتوى البحث على خمسة أبواب تضمنت المقدمة وأهمية البحث التي تمحورت حول أهمية العوامل التي تؤثر في نجاح العملية التعليمية بشكل عام وفي الجمناستك الإيقاعي بشكل خاص كونها من القدرات العقلية التي تلعب دورا مهما وفعالا في أداء مهارات الجمناستك الإيقاعي. أما مشكلة البحث فتكمن في عدم اهتمام معلمات التربية الرياضية في المدارس الابتدائية بمفردات الجمناستك الإيقاعي المقررة من قبل وزارة التربية، كما لاحظن الباحثات عدم اهتمام المعلمات بتطوير القدرات الإدراكية – الحركية للتلميذات بعمر (٩) سنوات واعتماد أساليب غير حديثة، لذا جاءت الدراسة الحالية لدراسة تأثير تمارين لتطوير بعض القدرات الإدراكية – الحركية وتعلم بعض المهارات في الجمناستك الإيقاعي لتلميذات المرحلة الابتدائية بعمر (٩) سنوات وقد افترضن الباحثات وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الإدراكية - الحركية وتعلم بعض المهارات الحرة في الجمناستك الإيقاعي. كذلك بين الاختبارين البعديين ولصالح المجموعة التجريبية. وقد استخدمت الباحثات عينة من تلميذات الصف الثالث الابتدائي وبعمر (٩) سنوات وعددهن (٤٠) تلميذة من مدرسة الأزهار الابتدائية / بغداد – الكرخ الأولى. وقد استخدمن الباحثات المنهج التجريبي الذي استغرقت فيه التجربة (٧) أسابيع وبواقع (١٤) وحدة تعليمية. زمن الوحدة التعليمية (٤٥) دقيقة وتم استخدام مجموعة من التمارين التي تطور بعض القدرات الإدراكية

– الحركية وتعلم بعض مهارات الجمناستك الإيقاعي، وقد تم إجراء الاختبارين القبلي والبعدي باستخدام مقياس بورديو لقياس القدرات الإدراكية – الحركية وكذلك بعض المهارات الحرة في الجمناستك الإيقاعي حيث تم تقويم أداء المهارات الحركية من قبل لجنة خبيرات بالجمناستك الإيقاعي، وقد توصلت الباحثات بعد استخراج نتائج البحث ومناقشتها الى أن استخدام المنهج التعليمي المقدم من قبل الباحثات والمنهج المتبع قد أديا الى تطوير بعض القدرات الإدراكية – الحركية وتعلم بعض لتلميذات بعمر (٩) سنوات، كذلك تبين أن المنهج التعليمي المعد من قبل الباحثات هو أفضل من المنهج المتبع في تطوير القدرات الإدراكية – الحركية للتلميذات بعمر (٩) سنوات ما عدا اختبار لوحة الطباشير، وقد أوصت الباحثات ببعض التوصيات لتطوير العملية التعليمية.

Impact exercises to develop some cognitive abilities and learn some free skills in modern rhythmic gymnastics for primary pupils aged (9) years

Dr. Amera Abdul Wahid. D Kloed lihed Dr. Shaima Abdul Matar

It contains research on the five door included the introduction and the importance of research, which focused on the importance of factors that affect the success of the educati an alprocess in general and especially in modern rhythmic gymnastic being one of the sports that skills based on cognitive sense – kinesthetic which is one of brain power which plays an important role and effective in the importance of modern rhythmic gymnastics skills.

The research problem lies in the lack of interest by teachers of physical education in primary school vocabulary modern rhythmic gymnastic a prowed by the ministry of education, as noted by

researchers lack of interest parameters developed cognitive abilities – kinetic pupils aged (9) years and the adoption of methods of non – speech, so came the current study examine the impact exercises to developed cognitive abilities – kinetic and learn some motor skills in modern rhythmic gymnastic for primary pupils aged (9) years.

The researchers assumed the presence of statically significant differences between the results of the pre and post test of experimental and control groups in cognitive – abilities and learn some motor free skills in modern rhythmic gymnastics, as well between tests and in favor of experimental group. The researchers used as ample of third grade pupils aged (9) years and their number (40) student from elementary school flowers / Baghdad/ Al Karkh. Have been used researchers experimental approach, which look the experiment (7) weeks, and by (14) educational unit, time matule (45) minutes used researchers in which a total of exercise that develops some cognitive – abilities and learn some skills of modern rhythmic gymnastic, has been contacting the tests and post brood using a scale to measure cognitive – abilities as well as some motor skills by a committee experts in modern rhythmic gymnastics.

The findings researchers after extracting the results and discussion that the use of the curriculum prepared by researchers and the approach has led to the development of certain cognitive abilities – kinetic and learn some skills for pupils aged (9) years as well as the curriculum prepared by the researcher is butter than the approach taken in the developments of some capacity except chalk board test, researchers have recommended some recommendations.

الباب الأول

١ - التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

إن من أهم العوامل التي تؤثر في نجاح العملية التعليمية هو إمكانية المدرس في إيصال المادة الى ذهن المتعلمين وصولا الى المراحل العليا بالأداء وهذا يعتمد على كيفية تعامل المدرس فضلا عن الاختبار السليم للأسلوب التعليمي الذي يتلاءم مع قدرات المتعلمين ويساعد في تحسين وتطوير مهاراتهم والارتقاء بها بأمل وقت وجهد ممكن.

وتعد رياضة الجمناستك الإيقاعي إحدى أنواع الرياضات الفردية التي تستخدم فيها الأدوات لأداء مهارات حركية متنوعة ومتعددة بغرض الوصول باللاعبات الى أعلى قدراتهن البدنية والحركية والعقلية والنفسية والاجتماعية. حيث تعد هذه الرياضة من أكثر الرياضات تأثيرا على المرأة إذ تساعد على إكسابها القوام الجيد حيث إن الجسم دائما يتبع الحركة الواسعة للأداة، وان مهارات الجمناستك الحرة بدون أدوات تعد من المهارات التي يعتمد على الإحساس الجيد للاعبة لهذه المهارات وتعد الأساس الذي تعتمد به بعد ذلك عند استخدامها لأدوات الجمناستك الإيقاعي في الدورانات والقفزات والوثبات وغيرها التي تعد كمتطلب وصعوبة في آن واحد وتأتي أهميتها من خلال التنسيق والترابط بين كل مهارة وأخرى، إذ إن أداء اللاعبات لمهارات الجمناستك الإيقاعي لا يعتمد على الجهاز العصبي أو العضلي فقط ولكن هذا الأداء يسبقه ويعد له ويستمر معه أيضا عمليات عقلية بدرجات متفاوتة حسب طبيعة متطلبات كل مهارة، والإدراك الحس - حركي هو إحدى تلك القدرات العقلية التي تمثل عمليات عقلية بدرجات، متفاوتة حسب طبيعة متطلبات كل مهارة، والإدراك الحس - حركي هو إحدى تلك القدرات العقلية التي تمثل عمليات عقلية فسيولوجية ذات دور مهم وفعال في الأداء الحركي، إذ يتم من خلاله تبادل الإشارات

العصبية الحسية والحركية بين الجهاز العصبي والجهاز الحركي مما يحقق الأداء الحركي المطلوب أداءه.^(١)

وفي ضوء ما تقدم فإن أهمية البحث تكمن في ضرورة استخدام تمارين للقدرات الإدراكية – الحركية والذي يعد من الركائز الهامة التي تساعد في أداء الواجبات الحركية المطلوبة على وفق أسلوب علمي من شأنه الإسهام والارتقاء بمستوى الأداء الحركي نحو الأفضل لبعض المهارات الحرة في الجمناستيك الإيقاعي لتلميذات المرحلة الابتدائية بعمر (٩) سنوات.

٢-١ مشكلة البحث:

من خلال رؤية الباحثات كونهن يعملن في مجال رياضة الجمناستيك الإيقاعي كتدريسيات ومدربات في كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد واستطلاعتهن الميدانية^(*) لاحظن عدم اهتمام معلمات التربية الرياضية في المدارس الابتدائية للبنات بمفردات الجمناستيك الإيقاعي المقرر من قبل وزارة التربية وكذلك عدم تطبيقها علماً أن المهارات الحرة في الجمناستيك الإيقاعي لا تحتاج إلى أدوات وإنما إلى قاعة أو ساحة لإدائها فقط كما لوحظ عدم اهتمام المعلمات بتطوير القدرات الإدراكية – الحركية للتلميذات بعمر (٩) سنوات عند تطبيق درس التربية الرياضية واعتماد أساليب غير حديثة كاستخدام التمارين البدنية الشكلية التي لا تفي بالعرض ولا تطور عند التلميذات قدراتهن الإدراكية ومهاراتهن الحركية في الجمناستيك الإيقاعي، لذا ارتأت الباحثات إجراء هذه الدراسة التجريبية كونها محاولة لإيجاد الحلول المناسبة لها وذلك من خلال استخدام مجموعة تمارين للقدرات الإدراكية – الحركية ومعرفة تأثيرها على أداء بعض مهارات الجمناستيك الإيقاعي وملاحظة مدى انعكاس هذه

(١) علي محمد جلال الدين: تأثير برنامج تدريبي مقترح على مستوى الكفاءة الوظيفية للجهاز الدهليزي لدى الناشئين (١٣-١٥) سنة ولاعبى الدرجة الأولى في رياضة الجمباز، القاهرة، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد ٥ و ٦، العدد ١٢، ١٩٨٩، ص ١٢٣.

(*) الزيارات الاستطلاعية الميدانية التي قامت بها الباحثات هي:

١- وفاء قاسم / معلمة من مدرسة مرجعيون الابتدائية / الكرادة.

٢- صباح محمد / معلمة من مدرسة الأزهار الابتدائية / الجامعة.

٣- سناء مجيد / معلمة من مدرسة المباحج الابتدائية / بغداد الجديدة

التمارين على أداء التلميذات بعمر (٩) سنوات لتكون وسيلة مساعدة للمدرسات في هذا المجال على التخطيط وفق أسلوب علمي ملائم لمستوى التلميذات ولتحقيق أفضل المستويات في التعلم.

٣-١ هدفا البحث:

١- وضع تمارين لبعض القدرات الإدراكية – الحركية لتلميذات المرحلة الابتدائية بعمر (٩) سنوات.

٢- التعرف على تأثير التمارين على بعض القدرات الإدراكية – الحركية وتعلم بعض المهارات الحرة في الجمناستك الإيقاعي لدى أفراد عينة البحث.

٤-١ فروض البحث:

١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الإدراكية – الحركية وتعلم بعض المهارات الحرة في الجمناستك الإيقاعي.

٢- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات الإدراكية – الحركية وتعلم بعض المهارات الحرة في الجمناستك الإيقاعي.

٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: عينة من تلميذات الصف الثالث الابتدائي بعمر (٩) سنوات في مدرسة الأزهار الابتدائية التابعة للمديرية العامة لتربية الكرخ الأولى في محافظة بغداد.

١-٥-٢ المجال الزمني: من ٢٠١٢/١٠/١ لغاية ٢٠١٢/١٢/١٤ .

١-٥-٣ المجال المكاني: قاعة الجمناستك المغلقة للطالبات في كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد – الجادرية.

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية:

١-٢ الإدراك الحس – حركي:

إن المجال الحسي عند التلميذ هو نظام يتألف من الإحساسات المتجزئة وان التلميذ يتعلم الأشياء شيئاً فشيئاً عن طريق الخبرة حتى يبلغ مرحلة يتمكن فيها من تجميع عناصر معينة معا ومن ثم يراها وكأنها تؤلف سجلا منفصلا ضمن المجال الحسي العام، فعن طريق الحركة يتمكن الطفل من تنمية قدراته وإمكانياته وإدراكه للأبعاد والاتجاهات كالإحساس بالمكان والزمان والتوازن ويكتسب المعرفة بكل مستوياتها فيتعود على السلوك وحل مشكلاته وإصدار الأحكام.^(١)

وقد عرف الإدراك الحس – حركي من (لؤي غانم وآخرون) على انه "من أهم نتائج عمليات المخ المرتبطة بالمعرفة للعمليات العقلية الكبرى التي تمثل الإدراك والتفكير والتذكر والإبصار التي يمكن النظر إليها بعدها المحاور الأساسية للتنظيم المعرفي للفرد الرياضي."^(٢)

وقد عرفه (أسامة كامل، أمين أنور) بأنه إحساس يعطي للتلميذ الوعي الكامل بأوضاع جسمه وأجزائه عندما يتحرك أو ينتقل خلال المجال.^(٣)

مما سبق ذكره يتضح بان الإدراك الحس – حركي بأنه عملية مهمة في تأدية الواجب الحركي المطلوب أداءه والتي من خلالها يتم تبادل الإشارات العصبية الحسية والحركية بين الجهازين العصبي والحركي بما يحقق الأداء الأفضل والجيد للمهارة المطلوب أدائها.

عن الأنشطة الإدراكية بإمكانها تعزيز نمو القدرات الإدراكية أو تعوقها وعليه يجب المزاوجة ما بين المعلومات الإدراكية والمعلومات الحركية في سلوك

^(١) رعد رحيم؛ تأثير منهج تعليمي مقترح بالعباب الكرات في تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية والحركات الأساسية لتلاميذه

المرحلة الابتدائية المرحلة الابتدائية بعمر (٩) سنوات، (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠١٠)، ص ٣٠.

^(٢) لؤي غانم الصميدعي (وآخرون): **الإحصاء والاختبارات في المجال الرياضي**، ط ١، (العراق، اربيل، ٢٠١٠)، ص ١٦٠.

^(٣) أسامة كامل وأمين أنور الخولي؛ **التربية الحركية**، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٢)، ص ٦٩.

التلاميذ^(١) ، وقد أكد (رعد رحيم) عن (Gallahue and Meadrow) بأن أهمية القدرات الإدراكية – الحركية للتلاميذ تكمن في ما يأتي:^(٢)

- ١- إن حرمان التلاميذ من الخبرات الإدراكية – الحركية تعوق نموهم الإدراكي.
- ٢- إن القصور الوظيفي في الإدراك الحركي يرتبط بالإدراك المعرفي.
- ٣- علاقتها السببية للتلاميذ العاديين وبطيئ التعلم والذكاء العالي.
- ٤- أهمية برامجها في كشف استعداد التلاميذ من قوة وضعف.

لقد أكد (احمد عمر سليمان) إن نوعية العمليات الإدراكية والمعرفية تعتمد أساسا على نوعية التطور الحركي عند الأطفال، إذ يجب أن ينتمي الطفل شعوره بالذات وبيئته ويكتسب المعرفة بعالمه الخارجي كشعور بالفراغ وبالعلاقات بين الأشياء وموقعها من هذا الفراغ فضلا عن مقاومته للجاذبية الأرضية كإحساسه بانتصاب جسمه وعلى هذا الأساس ينمي الطفل لديه نظاما مرجعيا داخليا يقوم أساسه على عدد من القدرات الإدراكية – الحركية تتمثل في المتوافقات القوامية والجانبية والاتجاهية وصورة الجسم وإدراك الشكل وتتميز الفراغ وإدراك الأمن.^(٣)

٢-٣ الجمناستك الإيقاعي:

تعد رياضة الجمناستك الإيقاعي من الرياضات الحركية المهمة والخاصة بالمرأة، إذ تؤدي ممارسة هذه الرياضة الى تطوير قوة الإرادة والملاحظة كما إن العمل مع الإيقاع يساعد على اكتساب اللاعبات قوة التحمل وقوة الشخصية والإبداع فضلا عن تطوير الصفات البدنية والحركية، وقد عرف الجمناستك الإيقاعي بأنه "حركة أجزاء الجسم بوزن حركي مع مصاحبة موسيقى"^(٤) وكذلك هو التناسق والانسجام بين الحركات البدنية والموسيقى والذي يؤدي الى تحسين قدرة اللاعب

(١) عبد الفتاح الدايدي؛ السلوك والإدراك (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٧٢)، ص ٧٣.

(٢) رعد رحيم بطرس؛ مصدر سبق ذكره، ص ٣٣.

(٣) احمد عمر سليمان؛ القدرات الإدراكية – الحركية للطفل النظرية والقياس، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥)، ص ٣٢.

(٤) آسيا كاظم حماد؛ الإيقاعات المختلفة وأثرها على التعليم في درس الجمناستك الإيقاعي، (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية،

جامعة بغداد، ١٩٨٣)، ص ١٨.

على التعبير الحركي"^(١)، ويتكون الجمناستيك الإيقاعي من الحركات الحرة (بدون أدوات) ومن الحركات بأدوات (الشواخص، الحبال، الأطواق، الأشرطة، الكرات) وكذلك الحركات الاكروباتيكية.^(٢)

وان أهم ما يميز الجمناستيك الإيقاعي ادواتها المختلفة والتي قسمت في ضوء طبيعة المادة المصنوعة منها الى قسمين (أدوات لينة وتتضمن الشريط، الحبل) وأدوات صلبة تتضمن الكرة، الطوق، الشاخص) هذا بجانب مهاراتها المتنوعة بالجسم ويتوقف ذلك على شكل وحجم ووزن الأداة مما يجعل إتقان المهارة أكثر صعوبة، وقد بدأت ممارسة المهارات باستخدام الأدوات منذ عهد بعيد وكان استخدامها خاضعا لنوعها وفي عام (١٨٥٠) حدث تغيير في بعض الأدوات وفي عام (١٨٧٠) تطورت وبدأت تأخذ تدريجيا الشكل الذي نراه الان، ويتميز الأداء باستخدام تلك الأدوات بالبراعة والجمال والتوافق بين متطلبات الجسم وبين متطلبات كل أداة، كما تساعد الأدوات على إظهار مهارة اللاعبه وقدرتها على الأداء.^(٣)

٢-٣-١ أداة الشاخص (Club)

يرجع استخدام الشاخص الى عهد العرب حيث أنهم أول من استخدم هذه الأداة ثم انتقلت بعد ذلك الى الهند الذين صاروا يمارسونها بمهارة اكروباتيكية فائقة، وقد انتقل استعمال هذه الأداة في الألعاب الصغيرة والحركات البدنية ثم المهارات الإيقاعية، كذلك تم استخدام هذه الأداة لتقوية عضلات الكتفين والجذع، وبمرور الوقت تطور استخدامها الفني واخذ حجمها وسمكها يتناقص تدريجيا بالنسبة للإنسان الى أن أصبح وزنها وحجمها القانوني الآتي:

١- يتكون الشاخص من ثلاث أجزاء (الرأس، العنق، الجسم) وفي نهاية الجسم ما عده مدورة.

٢- يصنع من الخشب أو البلاستيك.

(١) أميرة عبد الواحد؛ الجمناستيك الإيقاعي وعلاقته بتنمية القدرة على التفكير الإبداعي، (رسالة ماجستير، مكتبة التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٨٦)، ص ٥٧.

(٢) أميرة عبد الواحد منير، شيماء عبد؛ أسس تعليم الجمناستيك الإيقاعي (بغداد، مكتب النور للطباعة، ٢٠١٠)، ص ٢.

(٣) أميرة عبد الواحد، شيماء عبد؛ نفس المصدر السابق، ص ١٧٢.

٣- وزنه ١٥٠ غم.

٤- طوله يتراوح ما بين (٤٠-٥٠) سم.

٥- جميع الألوان مسموح بها.

أما المهارات الحركية الفنية المستخدمة بأداة الشاخص هي:

* المرجحات * الدوائر بالذراعين * الدوران بشكل رقم (٨) * مهارات متوازية
* الرمي والاستلام * ضرب الشاخص

٢-٤ خصائص ومميزات المتعلمين بعمر (٩) سنوات:

يتميز النمو عند الذكور والإناث بعمر (٩) سنوات الى الثبات وان كان الذكور أكثر طولاً وأثقل وزناً من الإناث، لكنه عند بلوغ سن العاشرة يبدأ النمو الخاص بالمراهقة بالازدياد عند الإناث لكنها لا تبدأ عند الذكور عندما يصلوا الى سن الثانية عشرة تقريباً^(١) وقد أكد على ذلك كل من (يعرب خيون وعادل فاضل) بان الفروق الجسدية والبدنية لا تظهر الى في مرحلة المراهقة.^(٢)

وفي عمر (٩) سنوات يؤدي النمو الحركي الى زيادة الأنشطة العنيفة التي في الذكور، وكثرة الألعاب الحركية والانتقالية كالركض ولعب الكرات والمخاطرة كما ان التطورات التي تحدث لدى الأطفال بعمر (٩) سنوات والتي تتمثل بتحسن وزيادة في التوافق بين العضلات والأعصاب والتي تصاحبها زيادة في الطاقة لديهم، كما يلاحظ الزيادة السريعة لقابلية التعلم الحركي وتكون بصورة خاصة في سن (٩-١٥) سنوات كنتيجة للتقدم النفسي والبدني.^(٣)

ويذكر (بسطويسي احمد) نقلاً عن (موردون) أن الأطفال بعمر (٩) سنوات يتميز بنمو وتطور للذات فتكون هناك ميول للتفوق الجسمي والحركي بشكل واضح وهذا بدوره يؤدي الى نمو كبير بالإدراك^(٤)؛ كما أن الطفل في هذه المرحلة العمرية تتصف حركاته بالتوافق الجيد والذي يتميز بالاقتصاد اذ تظهر حركاته المطلوبة

^(١) بول مسن (واخرون)؛ أسس سيكولوجية الطفولة والمراهقة (ترجمة) احمد عبد العزيز، ط٢ (الكويت، مكتبة الفلاح، ١٩٩٣)، ص٣٠٣.

^(٢) يعرب خيون وعادل فاضل؛ التطور الحركي واختبارات الأطفال (بغداد، مكتبة العادل للطباعة والنشر، ٢٠٠٧)، ص٧١.

^(٣) كورت ماينل؛ التعلم الحركي. (ترجمة) عبد علي نصيف؛ ط٢ (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٧)، ص٢٥٨.

^(٤) بسطويسي احمد؛ أسس ونظريات الحركة، ط١ (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٦)، ص١٥٤.

ويتخلص من الحركات المصاحبة التي كانت ظاهرة في المرحلة العمرية السابقة، ويميل الطفل الى الألعاب الفردية والفرقية كالركض لمسافات قصيرة.^(١)

الباب الثالث

٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

٣-١ منهج البحث:

استخدمت الباحثات المنهج التجريبي لملائمته لظروف البحث وإجراءاته الميدانية.

٣-٢ مجتمع البحث وعينته:

لقد اخترن الباحثات المجتمع الأصلي لبحثهن بصورة عمدية وهن تلميذات الصف الثالث الابتدائي بعمر (٩) سنوات للعام الدراسي ٢٠١١-٢٠١٢ م في مديرية تربية بغداد / الكرخ الأولى في مدرسة الأزهار الابتدائية وعددهن (٨٤) تلميذة موزعات على (٣) شعب أ (٢٩) تلميذة وشعبة ب (٢٧) تلميذة وأخيرا شعبة ج (٢٨) تلميذة، وسبب اختيار الباحثات لمدرسة الأزهار الابتدائية يأتي من قيامهن بعدة زيارات للمدارس التابعة لمديرية تربية بغداد - الكرخ الأولى في محافظة بغداد وهي تتميز بالاتي.

١- متميزة بدوام صباحي.

٢- وجود ساحة رياضية واسعة.

٣- توفر الأدوات بالإضافة الى الأدوات التي سوف يوفرنها الباحثات.

٤- انتظام التلميذات بالدوام.

٥- تجارب وتعاون إدارة المدرسة ومعلمات الرياضة مع الباحثات.

٦- وجود أكثر من شعبتين للصف الثالث ابتدائي.

قامت الباحثات بإجراء القرعة وبصورة عشوائية لتكون الشعبتان (ب ، ج) يمثلان عينة البحث ولتقسيم أفراد عينة البحث الى مجموعتين تم إجراء القرعة أيضا وبصورة عشوائية الى مجموعتين شعبة (ب) تمثل المجموعة الضابطة بواقع (٢٠)

^(١) قاسم لزام صبر؛ نظرية الاستعداد وتدريب المناطق المحددة بكرة القدم، ط١ (بغداد، دار الكتب والوثائق، ٢٠٠٩)، ص٤٩.

تلميذة تأخذ مفردات المنهج المعد من قبل وزارة التربية، وشعبة (ج) تمثل المجموعة التجريبية بواقع (٢٠) تلميذة تأخذ مفردات المنهج المعد من الباحثات، بعد أن تم استبعاد الراسبات ومن هن اصغر من (٩) سنوات ومن هن لا يشاركن بدروس التربية الرياضية لأسباب مرضية وبتقارير طبية مصدقة والذي بلغ عددهن (١٥) تلميذة وبذا أصبح عدد أفراد عينة البحث (٤٠م) (٤٠م) تلميذة وبنسبة (٤٧,٦٢%) .

ولكي يستطيع إرجاع الفروق الى العامل التجريبي يجب أن تكون المجموعتان التجريبية والضابطة متكافئتين في جميع الظروف والمتغيرات عدا المتغير التجريبي، وعليه تمت عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث في الاختبار القبلي لبعض القدرات الإدراكية - الحركية^(١) ومهارات الجمناستك الإيقاعي^(٢) باستخدام (t) لعينتين متساويتين وأظهرت النتائج عدم وجود فروق معنوية بينهما مما يؤكد التكافؤ بين مجموعتي البحث وكما في جدول (١).

جدول (١)

تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات الإدراكية - الحركية ومهارات الجمناستك الإيقاعي وقيمتا (T) المحسوبة والجدولية ودلالاتهما الإحصائية

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحسوبة	الدلالة (*)
		ع	س	ع	س		
المشي على اللوحة	درجة	١,٦١٠	٦,٩٥٥	٠,٩٩٩	٦,٤٠٥	١,٣٠٨	غير معنوي
عبور المانع	درجة	٠,٧٥١	٢,١٥٦	٠,٦٠٩	٢,٠٥٦	٠,٤٧١	غير معنوي
لوحة الطباشير	درجة	٠,٩٢٨	٧,٧٠٥	١,٠٣٦	٧,٣٠٥	١,٢٩٧	غير معنوي
قفزة القطة	درجة	٠,٥٦	٢,١٤	٠,٧٨	٢	٠,٦٧	غير معنوي
القفز ضمًا بالنهوض الزوجي	درجة	٠,٦٨	٢,٢٧	٠,٦٠	٢,١٤	٠,٦٤	غير معنوي
الدوران بالوخز على	درجة	٠,٥١	٢	٠,٥٧	١,٩	٠,٥٧	غير معنوي

(١) إحسان عطا عبد؛ دراسة مقارنة لبعض القدرات الإدراكية - الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية الاولى (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٢)، ص ٤٠.

(٢) أميرة عبد الواحد منير؛ الرشاقة والتوازن وعلاقتها بالأداء الحركي للمراحل العمرية المختلفة في رياضة الجمناستك الإيقاعي. (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٨)، ص ٦٣.

القدمين							
خطوة الفالس الأمامية	درجة	٢,١	٠,٣١	٢	٠,٣٠	٠,١٠	غير معنوي
الميزان الأمامي	درجة	١,٧	٠,٤	١,٦	٠,٤٥	٠,٦٦	غير معنوي

(* عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٨) وقيمة T الجدولية (٢,٠٢١)

٣-٣ وسائل جمع المعلومات والأدوات المستخدمة في البحث:

١-٣-٣ وسائل جمع المعلومات:

- ١- المصادر العربية والأجنبية
- ٢- المقابلات الشخصية*
- ٣- مقياس بوردو لقياس القدرات الإدراكية – الحركية**.
- ٤- استمارة تفرغ نتائج اختبارات القدرات الإدراكية – الحركية***.
- ٥- الاختبارات المهارية.
- ٦- استمارة تقييم الأداء المهاري للمهارات قيد البحث****.
- ٧- لجنة تقويم المهارات.
- ٨- الوسائل الإحصائية.

٢-٣-٣ أدوات البحث

- صافرة – شريط قياس معدني – شريط لاصق – طباشير ملون – سبورة
- ساعة توقيت – بار خشبي طول ١,٥ م عدد ٣ – ألواح خشبية عدد ٢
- عارضة وثب طولها (٩٠سم) توضع على قائمتين مندرجين

٤-٣ تحديد المهارات قيد البحث:

تم اختيار المهارات الحركية على وفق القانون الدولي للجمناستك الإيقاعي^(١) وقد اختارت الباحثات المهارات قيد البحث كونهن اختصاص جمناستك إيقاعي وقد تضمنت المهارات الحركية التالية:

* انظر الملحق (١)

** انظر الملحق (٢)

*** انظر الملحق (٣)

**** انظر الملحق (٤)

^(١) أميرة عبد الواحد منير؛ الرشاقة والتوازن وعلاقتها بالأداء الحركي للمراحل العمرية المختلفة في رياضة الجمناستك الإيقاعي. **مصدر**

سبق ذكره، ص ٦٣.

١- الدوران بالوخز على القدمين. ٢- القفز ضما بالنهوض الزوجي.

٣- قفزة القطة. ٤- الميزان الأمامي. ٥- الفالس الأمامي.

٣-٥ تحديد القدرات الإدراكية – الحركية:

لقد اعتمدت الباحثات على مقياس بوردو لقياس القدرات الإدراكية – الحركية(*) والذي قام بإعداده (نيويل كيفارت وايجين روتش) كما قام بتجربته (احمد عمر سلمان) عام ١٩٩٥ وأخضعه لمعاملات الصدق والثبات والموضوعية واستخدمه كل من (هدى أياد ٢٠٠٢)^(١) و(إحسان عطا ٢٠٠٤)^(٢) و(وعد رحيم بطرس ٢٠١٠)^(٣) وطبق المقياس في هذه الدراسات في البيئة العراقية، وبما أن هذا المقياس مقنن كونه قد طبق على نفس المرحلة العمرية قيد البحث وهو (٩) سنوات وفي البيئة العراقية لذا فقد تم تثبيت مقياس القدرات الإدراكية – الحركية لهذه المرحلة العمرية وبعدها تم تحديد اختبارات بعض القدرات الإدراكية – الحركية التي تتلائم مع رياضة الجمناستك الإيقاعي من قبل الباحثات ككونهن اختصاص تعلم / جمناستك إيقاعي.

٣-٦ التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الأربعاء المصادف ٢٠١٢/٣/٣ وفي تمام الساعة العاشرة صباحا على عينة مكونة من (١٠) تلميذات في مدرسة الأزهار الابتدائية من خارج عينة البحث والغرض من التجربة هو:

١- التأكد من مدى ملائمة الاختبارات مع مستوى أفراد عينة البحث.

٢- التأكد من مدى استيعاب عينة البحث للتمارين وإمكانية تطبيقهم لها خلال الوحدة التعليمية.

٣- التعرف على صلاحية الأدوات المستخدمة ومكان تطبيق التجربة.

٤- معرفة الوقت المستغرق لإجراء بنود كل اختبار لكل تلميذة.

(*) انظر الملحق (٢).

(١) هدى أياد؛ منهج تعليمي مقترح في تطوير القدرات الإدراكية – الحركية ورفع مستوى الذكاء للتلميذات البطينات التعلم (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٢)، ص ٤٣.

(٢) إحسان عطا عبد؛ دراسة مقارنة لبعض القدرات الإدراكية – الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية الأولى، مصدر سيق ذكره، ص ٤١.

(٣) وعد رحيم بطرس؛ مصدر سيق ذكره، ص ٥٧.

٥- التأكد من مدى استيعاب عينة البحث للمهارات قيد البحث وإمكانية تصنيعها من قبلهم.

وقد تبين صلاحية الاختبارات والمهارات فضلا عن التمارين والمكانية تطبيقها من قبل أفراد عينة البحث.

٣-٧-٧ إجراءات البحث الميدانية:

٣-٧-٧-١ الوحدة التعريفية:

أجرت الباحثات وحدة تعريفية واحدة يوم الثلاثاء المصادف ٢٠١٢/٣/٩ في الساعة العاشرة صباحا تناولت خلالها مهارات الجمناستك الإيقاعي بصورة أولية وكان زمن الوحدة التعليمية (٤٥) دقيقة في ساحة مدرسة الأزهار الابتدائية لعرض تعريف التلميذات ولكلا المجموعتين التجريبية والضابطة.

٣-٧-٧-٢ الاختبارات القبليّة:

تم إجراء الاختبارات القبليّة بعد الانتهاء من الوحدة التعريفية وذلك في يومي الأحد والاثنين المصادف ١٤، ١٥/١٠/٢٠١٢ في ساحة مدرسة الأزهار الابتدائية وقد تم مراعاة تثبيت الظروف جميعها المتعلقة بالاختبارات من حيث الزمان والمكان والأدوات وطريقة التنفيذ من أجل العمل قدر الإمكان على خلق الظروف نفسها في الاختبار البعدي.

٣-٧-٧-٣ تطبيق المنهج التعليمي

لقد تضمن المنهج مجموعة من التمرينات مستمدة من المصادر العلمية^(*)، وتم تطبيق المنهج التعليمي الذي استغرق (٧) أسابيع في يوم الثلاثاء المصادف ٢٠١٢/١٠/١٦ وانتهى في تاريخ ٢٠١٢/١٢/٦ بواقع وحدتان تعليميتان في الأسبوع

^(*)المصادر التي اعتمدها الباحثات هي:

١- انا اسكاردو؛ موسوعة التمارين التطبيقية للألعاب الرياضية كافة. (ترجمة) هاشم ياسر حسين، ط١ (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٨)، ص ١١٠-١٣٩.

٢- ياسر سلامة؛ موسوعة الألعاب الحركية والعقلية للمدارس، ط١ (عمان، دار الهادي للطباعة، ٢٠٠٦)، ص ١٦-٤٤.

٣- وعد رحيم بطرس، مصدر سبق ذكره، ص ١٣٢.

٤- صائب العبيدي وعبد السلام وعبد الرزاق؛ ١٢٠٠ تمرين (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٨)، ص ٣٢٥-٣٤٣.

(الأحد، الثلاثاء) ضمن الجدول الأسبوعي لأفراد عينة البحث، حيث بلغ عدد الوحدات التعليمية (١٤) وحدة تعليمية وبزمن قدره (٤٥) دقيقة للوحدة التعليمية الواحدة، وبلغ الزمن الكلي للمنهج التعليمي (٦٣٠) دقيقة ومستمدة الوحدة التعليمية الواحدة على النحو الآتي:

- **القسم الإعدادي:** بلغ زمنه (١٤٠) دقيقة بمعدل (١٠) دقيقة في الوحدة التعليمية الواحدة.

- **القسم الرئيسي:** بلغ زمنه (٤٣٤) دقيقة بمعدل (٣١) دقيقة في الوحدة التعليمية الواحدة.

- **القسم الختامي:** بلغ زمنه (٥٦) دقيقة بمعدل (٤) دقيقة في الوحدة التعليمية الواحدة(*) .

وتتضمن الوحدات التعليمية للمنهج التعليمي المعد من قبل الباحثات للمجموعة التجريبية ما يأتي:

١- تمارين لتطوير بعض القدرات الإدراكية – الحركية ومهارات الجمناستيك الإيقاعي وقد راعت الباحثات عند تطبيق الوحدة التعليمية ما يأتي:

أ. مراعاة الوقت المخصص للدرس

ب. التدرج في إعطاء التمارين من السهل الى الصعب.

ج. إعطاء التغذية الراجعة الخارجية الآنية والنهائية.

د. مبدأ الإعادة والتكرار للمهارات خلال الوحدات التعليمية.

وقد طبق المنهج التعليمي المعد من قبل الباحثات والمنهج المتبع طبق من قبل السيدة (صباح محمد) معلمة الرياضة في مدرسة الأزهار الابتدائية.

٣-٧-٤ الاختبارات البعدية

بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التعليمي المعد على المجموعة التجريبية والمنهج المتبع للمجموعة الضابطة تم إجراء الاختبارات البعدية في مهارات الجمناستيك الإيقاعي في يوم الأحد المصادف ٢٠١٢/١٢/٩ .

(*) انظر الملحق (٥).

أما اختبارات القدرات الإدراكية – الحركية وعلتا المجموعتين تم إجراءها في يوم الثلاثاء المصادف ٢٠١٢/١٢/١١، وقامت الباحثات بتهيئة الظروف المناسبة نفسها المتبعة في الاختبارات القبلية للاختبارات البعدية.

٣-٧-٥ تقويم أداء المهارات الحركية في الالمناسلك الإيقاعي

لقد تم تقويم أداء عينة الالمناسلك الإيقاعي من قبل لجنة مخصصة بالالمناسلك الإيقاعي (*) اذ تم حذف أعلى وأوطأ درجة واخذ متوسط الدرجتين المتبقيتين. (١)

٣-٧-٦ الوسائل الإحصائية

لقد تم استخدام الالمناسلك الإحصائية (SPSS) لاستخراج النتائج وهي:

١- الوسط الحسابي (٢). ، ٢- الانحراف المعياري

٣- اختبار (T) للعينات المتناظرة (٣)

الباب الرابع

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤-١ عرض نتائج الفروق (t) بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات الإدراكية – الحركية ومهارات الالمناسلك الإيقاعي.

٤-١-١ عرض نتائج الفروق (t) بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات القدرات الإدراكية – الحركية ومهارات الالمناسلك الإيقاعي.

(*) لجنة تقويم المهارات هي:

١- أ. م. د غادة مؤيد / الالمناسلك أجهزة / كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد.

٢- م. د بان عدنان / الالمناسلك أجهزة / كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد.

٣- م. د تماضر عبد العزيز / الالمناسلك إيقاعي / كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد.

٤- م. د هديل محمد / الالمناسلك إيقاعي / كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد.

(١) أميرة عبد الواحد، سميرة خليل؛ القلق وعلاقته بالأداء الحركي في أداة الالمناسلك الإيقاعي، القاهرة، المؤتمر العلمي الدولي في جامعة حلوان للفترة من ٣٠-٣١/٥/٢٠١٢، مجلة المؤتمر، ص٣٥.

(٢) طلبه زين الدين؛ التحليل الإحصائي (القاهرة، جامعة عين شمس، ٢٠٠١)، ص١٩.

(٣) وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي؛ التطبيقات الإحصائية واستخدامات الالمناسلك في بحوث التربية الرياضية.

(الموصل، دار الالمناسلك للطباعة والنشر، ١٩٩٩)، ص٢٧٢.

جدول (٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدى للمجموعتين

الضابطة والتجريبية وقيمة (t) المحسوبة لاختبارات القدرات الإدراكية – الحركية

ومهارات الجمناستك الإيقاعي

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		قيمة t المحتسبة	الدلالة (*)
			س	ع	س	ع		
١- المشي على اللوحة	درجة	ضابطة	٦,٤٠٥	٠,٩٩٩	٧,٦٥٦	١,٠٤٤	٤,٣٣٠	معنوي
		تجريبية	٦,٩٥٥	١,٦١٠	٩,٠٠٥	١,٢٦١	٨,٠٠٥	معنوي
٢- عبور المانع	درجة	ض	٢,٠٥٦	٠,٦٠٩	٣,٠٠٥	٠,٥٦٦	٥,٦٠١	معنوي
		ت	٢,١٥٦	٠,٧٥١	٣,٦٠٥	٠,٥٠٧	٩,٤٥٣	معنوي
٣- لوحة الطباشير	درجة	ض	٧,٣٠٥	١,٠٣٦	٨,٢٥٥	٠,٩١٥	٤,٠٥٢	معنوي
		ت	٧,٧٠٥	٠,٩٢٨	٨,٣٥٥	٠,٨١٨	٢,٢٩٧	معنوي
٤- قفزة القطة	درجة	ض	٢	٠,٧٨	٤,٨	٠,٦٠	١٠,٩٢	معنوي
		ت	٢,١٤	٠,٥٦	٦,٧	٠,٦٨	٣٣,١٨	معنوي
٥- القفز ضما بالنهوض الزوجي	درجة	ض	٢,١٤	٠,٦٠	٤,٩٤	٠,٧٠	١١,٤٦	معنوي
		ت	٢,٢٧	٠,٦٨	٧,١	٠,٤٧	٢٣,٥	معنوي
٦- الدوران بالوخز على القدمين	درجة	ض	١,٩	٠,٥٧	٤,٥٨	٠,٦	١٤,٦٣	معنوي
		ت	٢	٠,٥١	٦,٩٣	٠,٨٤	١٨,٣٤	معنوي
٧- خطوط الفالس الأمامية	درجة	ض	٢	٠,٣٠	٦,١	٠,٧	٢٣,١٤	معنوي
		ت	٢,١	٠,٣١	٧,٣١	٠,٥٤	٣٢,٧٤	معنوي
٨- الميزان الأمامي	درجة	ض	١,٦	٠,٤٥	٥,١٤	٠,٦	١٦,٨٤	معنوي
		ت	١,٧	٠,٤	٧,١٢	٠,١٥	٣٠,٨٧	معنوي

(*) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩) وقيمة (t) الجدولية (٢,٠٩٣).

يبين جدول (٢) معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات القدرات الإدراكية ولصالح المجموعة التجريبية كذلك أثبتت معنوية الفروق في مهارات الجمناستك الإيقاعي ولصالح المجموعة التجريبية، وتعزو الباحثات ذلك الى تنفيذ عينة المجموعة التجريبية للتمرينات الإدراكية – الحركية واتلي أثرت بشكل مباشر في سرعة تعلم مهارات الجمناستك الإيقاعي وذلك من جراء زيادة إمكانية إدراك وتعامل عينة البحث التجريبية مع أجزاء أجسامهن أثناء الأداء وهذا بدوره عمل على رفع المستوى المهاري لديهن لأداء المهارات بشكل جيد، إذ إن "امتلاك المتعلمة للإدراك الحس – حركي يساعد في إمكانية سيطرتها على أداءها الحركي وإظهار مهاراتها عند أداء المهارة بشكل مميز".^(١)

كذلك تعزو الباحثات سبب التطور الى امتلاك التلميذات عند عمر (٩) سنوات الرغبة والدافع لأداء التمرينات المتنوعة فضلا عن قابلياتهن السريعة في تعلم تلك المهارات وقد أكد أسامة كامل إبراهيم عبد ربه على ذلك بان "الدوافع تعد من أهم العوامل التي تسهم في التربية بوجه عام والتعلم بوجه خاص، فالتعلم الناجح هو التعلم القائم على دوافع التلاميذ وحاجاتهم"^(٢) كما أن الوحدات التعليمية قد وفرت للتلميذات خبرات تعليمية ساعدت على تنمية مفاهيمهن وقدراتهن وإدراكهن للأبعاد والاتجاهات فضلا عن الممارسة والتجريب إذ أن "تشجيع فرص التخريب والممارسة لحركة الطفل وذلك باستخدام جسمه أو الأشياء المتوفرة في البيئة يساعد على تنمية الكفاءة الحركية الإدراكية"^(٣).

٤-١-٢ عرض نتائج الفروق (t) بين الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختيار القدرات الإدراكية – الحركية ومهارات الجمناستك الإيقاعي

(١) قاسم حسن حسين؛ علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب، (بغداد، مطابع التعليم العالي، ١٩٩٠)، ص ٩٤.

(٢) أسامة كامل راتب وإبراهيم عبد ربه؛ النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية. (القاهرة، دار

الفكر العربي، ٢٠٠٥)، ص ١٣٩.

(٣) أسامة كامل راتب؛ النمو الحركي مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق. (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩)، ص ٩٦.

جدول (٣)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة ودلالة الفروق للاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات القدرات الإدراكية – الحركية ومهارات الجمناستك الإيقاعي

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة	الاختبار البعدي		قيمة t المحتسبة	الدلالة (*)
			ع	س		
المشي على اللوحة	درجة	ضابطة	١,٠٤٤	٧,٦٥٦	٣,٧٠٦	معنوي
		تجريبية	١,٢٦١	٩,٠٠٥		
عبور المانع	درجة	ض	٠,٥٦٦	٣,٠٠٥	٣,٥٦٤	معنوي
		ت	٠,٥٠٧	٣,٦٠٥		
لوحة الطباشير	درجة	ض	٠,٩١٥	٨,٢٥٥	٠,٣٧١	غير معنوي
		ت	٠,٨١٨	٨,٣٥٥		
قفزة القطة	درجة	ض	٠,٦٠	٤,٨	٨,٥	معنوي
		ت	٠,٦٨	٦,٧		
القفز ضما بالنهوض الزوجي	درجة	ض	٠,٧٠	٤,٩٤	١٠,٨٣	معنوي
		ت	٠,٤٧	٧,١		
الدوران بالوخز على القدمين	درجة	ض	٠,٦	٤,٥٨	٦,٩٥	معنوي
		ت	٠,٨٤	٦,٩٧		
خطوة الفالس الأمامية	درجة	ض	٠,٧	٦,١	١٢,٩٣	معنوي
		ت	٠,٥٤	٧,٣١		
الميزان الأمامي	درجة	ض	٠,٦	٥,١٤	٨,٨	معنوي
		ت	٠,٦٠	٧,١٢		

(*) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بدرجة حرية (٣٨) وقيمة (t) الجدولية (٢,٠٢١)

يتبين من جدول (٣) معنوية الفروق بين نتائج الاختبارين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في اختبارات القدرات الإدراكية – الحركية ماعدا اختبار لوحة الطباشير الذي يبين عدم وجود فروق معنوية بين

المجموعتين الضابطة والتجريبية، كذلك يبين الجدول معنوية الفروق بين نتائج الاختبارين المعنويتين للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في مهارات الجمناستيك الإيقاعي، وتعزو الباحثات السبب في ظهور تلك الفروق الى فاعلية التمارين التي استخدمت مع المجموعة التجريبية والتي ساهمت في تحقيق تحسن كبير لأداء مهارات الجمناستيك الإيقاعي المطلوب تعلمها مقارنة مع المجموعة الضابطة والتي اعتمدت بدورها على الطريقة المتبعة من قبل معلمة التربية الرياضية في المدرسة، فالتمارين التي وضعت من قبل الباحثات للمجموعة التجريبية ساعدت في زيادة إدراك التلميذات وزادت من خبراتهن والتي تم اكتسابها في الأداء الصحيح للمهارات اذ ان برامج التربية البدنية قادرة على تحسين المهارات الحركية لدى التلميذات⁽¹⁾ فالتركيز على تمارين الإدراك الحس – حركي وتكرارها المتعلقة بحركة القدمين للمسافة الأفقية الأمامية بالرجل والمسافة الجانبية وحركة الذراعين والجسم كلها عوامل ساعدت على زيادة كفاءة عينة البحث وطورت من قدراتهن الحس – حركية، كما أن اختبار التمارين المناسبة والمشابهة للأداء تعد من العوامل الأساسية في تطوير مستوى الأداء المهاري في الجمناستيك الإيقاعي "فالجوانب الحس – حركية تزيد من كفاءة الممارسة للأنشطة الحركية المتنوعة التي تتميز باستقلالية الحركة وما يتناسب والأداء الحركي للعبة"⁽²⁾.

كما أن لتمرين الإدراك الحس – حركي أهمية في القدرة على دقة التمييز في الخصائص المكانية والزمانية للحركة إذ أن تحديد العلاقات الزمانية في العمل الحركي وتناسق الحركات يعد من عمليات الإدراك المعقدة وهذا يعتمد على التنسيق الدقيق في تقلص وارتخاء العضلات فاللاعب يستطيع أن تتعرف على مجريات الأداء للوصول الى النجاح في الأداء المهاري فهناك علاقة ايجابية بين الإدراك الحس – حركي وسرعة تطور المهارات الحركية في الجمناستيك الإيقاعي.

⁽¹⁾Saeed/ Cosari; Rasool Hemayat - Talab Elahe Arab – Amerl Fatemeh keyhani: **The effect of Physical Exercise on the Development of Gross Motor Skills in Children with Attention Deficit/ Hyperactivity Disorder**. Department of motor behavior, faculty of physical Education and Sport Science, University of Tehran, Iran., 2013; 1512): 74-78. المكتبة الافتراضية

⁽²⁾Carbin, C; **A textbook of motor development** (IAWMC.B.B. Brownco, 1980) p. 73.

أما بالنسبة لاختبار لوحة الطباشير فتعزو الباحثات السبب في عدم التطور الى تأثير الاختيار بالقياسات الجسمية إذ أن اختلاف التلميذات من حيث قياساتهن الجسمية فضلا عن عدم وجود توافق ما بين اليدين وما بين العين واليدين كان سببا في عدم ظهور الفروق المعنوية في هذا الاختبار.

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١ الاستنتاجات:

لقد توصلت الباحثات الى الاستنتاجات التالية:-

- ١- لقد أظهرت النتائج أن استخدام المنهج التعليمي المعد من قبل الباحثات والمنهج المتبع قد أديا الى تطوير بعض القدرات الإدراكية – الحركية وتعلم بعض المهارات الحرة في الجمناستك الإيقاعي للتلميذات بعمر (٩) سنوات.
- ٢- لقد تبين أن المنهج التعليمي المعد من قبل الباحثات أفضل من المنهج المتبع في تطوير بعض القدرات الإدراكية – الحركية للتلميذات بعمر (٩) سنوات ماعدا اختبار لوحة الطباشير الذي يقيس الاتجاهية.

٥-٢ التوصيات:

- ١- ضرورة التأكيد على استخدام المنهج التعليمي المعد من قبل الباحثات لما أثبتته في تطوير بعض القدرات الإدراكية – الحركية للتلميذات بعمر (٩) سنوات في درس التربية الرياضية في المدارس الابتدائية.
- ٢- ضرورة التأكيد على تطبيق مفردات الجمناستك الإيقاعي في درس التربية الرياضية بعمر (٩) سنوات.
- ٣- ضرورة إدخال معلمات التربية الرياضية بدورات تطويرية لغرض إكسابهم الخبرات والمعلومات عن كيفية تدريس درس التربية الرياضية والأساليب الحديثة التي تسهم في تطوير القدرات البدنية والإدراكية – الحركية والمهارية في رياضة الجمناستك الإيقاعي والرياضيات الأخرى لدى التلميذات بعمر (٩) سنوات.

٤- إجراء دراسات أخرى مماثلة وعلى قدرات حس – حركية أخرى لأعمار مختلفة أخرى.

المصادر

- إحسان عطا عبد؛ دراسة مقارنة لبعض القدرات الإدراكية – الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية الاولى (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٢).
- إحسان عطا عبد؛ دراسة مقارنة لبعض القدرات الإدراكية – الحركية لتلاميذ المرحلة الابتدائية الاولى (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٢).
- احمد عمر سليمان؛ القدرات الإدراكية – الحركية للطفل النظرية والقياس، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥).
- أسامة كامل وأمين أنور الخولي؛ التربية الحركية، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٢).
- آسيا كاظم حماد؛ الإيقاعات المختلفة وأثرها على التعليم في درس الجمناستيك الإيقاعي، (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٨٣).
- أميرة عبد الواحد منير، شيماء عبد؛ أسس تعليم الجمناستيك الإيقاعي (بغداد، مكتب النور للطباعة، ٢٠١٠).
- أميرة عبد الواحد منير؛ الرشاقة والتوازن وعلاقتها بالأداء الحركي للمراحل العمرية المختلفة في رياضة الجمناستيك الإيقاعي. (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٨).
- أميرة عبد الواحد منير؛ الرشاقة والتوازن وعلاقتها بالأداء الحركي للمراحل العمرية المختلفة في رياضة الجمناستيك الإيقاعي. (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٨).
- أميرة عبد الواحد؛ الجمناستيك الإيقاعي وعلاقته بتنمية القدرة على التفكير الإبداعي، (رسالة ماجستير، مكتبة التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٨٦).
- بسطويسي احمد؛ أسس ونظريات الحركة، ط ١ (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٦).

- بسطويسي احمد؛ أسس ونظريات الحركة، ط ١ (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٦).
- بول مسن (واخرون)؛ أسس سيكولوجية الطفولة والمراهقة (ترجمة) احمد عبد العزيز، ط ٢ (الكويت، مكتبة الفلاح، ١٩٩٣).
- بول مسن (واخرون)؛ أسس سيكولوجية الطفولة والمراهقة (ترجمة) احمد عبد العزيز، ط ٢ (الكويت، مكتبة الفلاح، ١٩٩٣).
- بول مسن (واخرون)؛ أسس سيكولوجية الطفولة والمراهقة (ترجمة) احمد عبد العزيز، ط ٢ (الكويت، مكتبة الفلاح، ١٩٩٣).
- رعد رحيم؛ تأثير منهج تعليمي مقترح بالعباب الكرات في تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية والحركات الأساسية لتلاميذه المرحلة الابتدائية المرحلة الابتدائية بعمر (٩) سنوات، (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠١٠).
- عبد الفتاح الدايدي؛ السلوك والإدراك (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٧٢).
- علي محمد جلال الدين: تأثير برنامج تدريبي مقترح على مستوى الكفاءة الوظيفية للجهاز الدهليزي لدى النائشين (١٣-١٥) سنة ولاعبى الدرجة الأولى في رياضة الجمباز، القاهرة، مجلة بحوث التربية الرياضية. المجلد ٥ و ٦، العدد ١٢، ١٩٨٩.
- قاسم لزام صبر؛ نظرية الاستعداد وتدريبات المناطق المحددة بكرة القدم، ط ١ (بغداد، دار الكتب والوثائق، ٢٠٠٩).
- قاسم لزام صبر؛ نظرية الاستعداد وتدريبات المناطق المحددة بكرة القدم، ط ١ (بغداد، دار الكتب والوثائق، ٢٠٠٩).
- كورت ماينل؛ التعلم الحركي. (ترجمة) عبد علي نصيف؛ ط ٢ (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٧)،

- كورت ماينل؛ التعلم الحركي. (ترجمة) عبد علي نصيف؛ ط ٢ (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٧).
- لؤي غانم الصميدعي (وآخرون): الإحصاء والاختبارات في المجال الرياضي، ط ١، (العراق، اربيل، ٢٠١٠).
- هدى أياد؛ منهج تعليمي مقترح في تطوير القدرات الإدراكية – الحركية ورفع مستوى الذكاء للتلميذات البطيئات التعلم (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٢).
- هدى أياد؛ منهج تعليمي مقترح في تطوير القدرات الإدراكية – الحركية ورفع مستوى الذكاء للتلميذات البطيئات التعلم (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٢).
- يعرب خيون وعادل فاضل؛ التطور الحركي واختبارات الأطفال (بغداد، مكتبة العادل للطباعة والنشر، ٢٠٠٧).
- يعرب خيون وعادل فاضل؛ التطور الحركي واختبارات الأطفال (بغداد، مكتبة العادل للطباعة والنشر، ٢٠٠٧).
- Carbin, C; **A textbook of motor development** (IAWMC.B.B. Brownco, 1980).
- Saeed/ Cosari; Rasool Hemayat - Talab Elahe Arab – Amerl Fatemeh keyhani: **The effect of Physical Exercise on the Development of Gross Motor Skills in Children with Attention Deficit/ Hyperactivity Disorder.** Department of motor behavior, faculty of physical Education and Sport Science, University of Tehran, Iran,. 2013; 1512). المكتبة الافتراضية

الملحق (١)

الخبراء والمختصين الذين استعانت بهم الباحثات في إجراءات بحثهما

ت	الاسم	اللقب	الاختصاص	مكان العمل
١-	د. عبد الله المشهداني	أستاذ	طرائق تدريس	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد / الجادرية
٢-	د. ساهرة عبد الرزاق	أستاذ	تعلم النفس / جمناستك إيقاعي	كلية التربية الرياضية للبنات/ جامعة بغداد
٣-	د. غادة مؤيد	أستاذ مساعد	تعلم / جمناستك إيقاعي	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد / الجادرية
٤-	د. تماضر عبد العزيز	تعلم / جمناستك إيقاعي	تعلم / جمناستك إيقاعي	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد / الجادرية

الملحق (٢)

مقياس بوردو لقياس عدد من القدرات الإدراكية – الحركية لدى الأطفال^(١)

ت	أبعاد المقياس	الاختبارات
١	التوازن والقوام	١- اختبار المشي على اللوحة*
٢	تصور الجسم وتمييزه	٢- اختبار الوثب**
		١- اختبار تعيين أجزاء الجسم**
		٢- اختبار تقليد الحركة**
		٣- اختبار عبور المانع*
		٤- اختبار كروس وبيبر**
٥- اختبار زوايا على الأرض**		
٣	المزاوجة الإدراكية الحركية	١- اختبار لوحة الطباشير*
		٢- اختبار الكتابة الإيقاعية**
٤	التحكم البصري	١- اختبار المتابعة البصرية**
٥	إدراك الشكل	١- اختبار التحصيل البصري للأشكال**

(١) احمد عمر سليمان؛ القدرات الإدراكية – الحركية للطفل النظرية والقياس (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥)، ص ٥٤-٧١.

* تم اختيار هذه الاختبارات من هذا القياس كونها تقيس القدرات قيد البحث.

** لم يتم اختيار هذه الاختبارات كونها لا تقيس متغيرات البحث.

الملحق (٣)

استمارة تفريغ البيانات للقدرات الإدراكية – الحركية

ت	اختبار المشي على اللوحة	اختبار عبور المانع	اختبار لوحة الطباشير

الملحق (٤)

استمارة تقويم المهارات

التسلسل	المهارة (١)	المهارة (٢)	المهارة (٣)	المهارة (٤)	المهارة (٥)
١					
٢					
٣					
٤					
٥					
٦					
٧					
٨					
٩					
١٠					
١١					
١٢					

بشكل طرف * * * * * * * * المعلمة	٢- تمرين للجذع ٣- تمرين للرجلين ٤- تمرين للظهر		
		٣١ د	القسم الرئيسي
* * * * * * * * * المعلمة	شرح مهارة قفزة القطة وكيفية أداءها من فوق خط مرسوم على الأرض بعرض (٥سم) وطول (١٠سم) وبشكل تفصيلي من قبل المعلمة وكيفية أداء التمارين لإدراك المسافة في المهارة.	٨ د	أ- التعليمي
	تطبيق التمارين لإدراك المسافة • تمرين رقم (١) اخذ خطوة أمامية على رجل واحدة من فوق خط مرسوم على الأرض بعرض (٥سم) وطول (١٠سم) الى فوق خط آخر مرسوم أماماً بعرض (٥سم) وطول (١٠سم) والذراعان تحضر والنظر على الرجل. • تمرين رقم (٢) نفس التمرين السابق ولكن الذراعان ممدودتان جانبا والنظر على الرجل. • تمرين رقم (٣) نفس التمرين السابق (٢) مع رفع الرجل الحرة مثنية من الركبة أماماً والنظر أماماً. • تمرين رقم (٤) نفس التمرين السابق (٣) مع هبوط الرجل الحرة ورفع الرجل الناهضة مثنية من الركبة أماماً والنظر أماماً (مرة الذراعان تحضر ومرة الذراعان ممدودة أماماً).	٢٣ د	ب- التطبيقي
	- إعطاء تغذية راجعة بشكل عام حول تنفيذ الوحدة التعليمية. - الانصراف بعد أداء تحية الدرس	٤ د	القسم الختامي
	ملاحظة: إن التمارين البدنية في الإحماء الخاص ليست ثابتة وإنما تتغير حسب متطلبات كل مهارة.		