



مجلة سوهاج لعلوم وفنون
التربية البدنية والرياضة



جامعة سوهاج
كلية التربية الرياضية

تأثير برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقى على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية

أ.م.د/ ممدوح محمد السيد محمد

أ.د/ محروس محمود محروس

أ./ آلاء عاطف محمد إسماعيل

مجلة سوهاج لعلوم وفنون التربية البدنية والرياضة - العدد العاشر - الجزء الثاني - يناير ٢٠٢٣
الترقيم الدولي: (٢٦٨٢-٣٧٤٨) print (ISSN ٢٦٨٢-٣٨٣٧) online

تأثير برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية
لتلاميذ المرحلة الابتدائية
أ.د/ محروس محمود محروس أ.م.د./ممدوح محمد السيد محمد أ. / الاء عاطف محمد إسماعيل

تأثير برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية

(*) أ.د./محروس محمود محروس

(**) أ.م.د./ممدوح محمد السيد محمد

(***) أ.آء/عاطف محمد إسماعيل

مقدمة البحث :

تعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل التي يمر بها الإنسان في حياته، ولقد حرصت الدول المتقدمة على الاهتمام بأطفالها في جميع نواحي نموهم وأهمها البدنية والعقلية عن طريق إعداد البرامج التي من شأنها الإسهام في تطوير القدرات المتعددة للأطفال، وتعد السنوات الأولى حاسمة في مستقبلهم ويستمر أثرها العميق في تكوينهم مدى الحياة، ومن هنا فإن الاهتمام بالطفولة من أهم المعايير التي يُقاس بها تقدم المجتمعات باعتبار أن التربية وإعداد الأطفال لمواجهة التحديات العصرية إهتماماً بواقع الأمة ومستقبلها (٥:٢٣).

وفي مرحلة الطفولة تتشكل شخصية الطفل وتنمو قدراته ومهاراته وتتطور جوانبه النهائية المختلفة، وبما أن الإنسان هو ركيزة الدولة والعنصر الهام في استثمارها، لذلك فإنه من الضروري الإهتمام بهذه الفترة العمرية التي تُعد قاعدة الأساس التي يُستكمل عليها البناء المتكامل للإنسان (١٩:٢٠).

ويُشير أمين الخولي، محمود عبد الفتاح (١٩٩٤) إلى أن هذه المرحلة من أهم المراحل في حياة الإنسان، ففيها تنمو قدراته الإبتكارية وتفتح مواهبه وتُرسَم الملامح لشخصيته وتتشكل فيها العادات والإتجاهات، وتنمو فيها الميول والإستعدادات، لذا يجب العناية بالطفل وتوفير الألعاب والإمكانيات التي تساعده على ظهور هذه المواهب، كما يجب وتشجيعه على طرح الأفكار الجديدة والإنجاز والجدية في العمل، وتكوين إتجاه إيجابي نحو ما يقوم به من نتائج (٧: ٣).

ويرى كل من أمين الخولي، وأسامة راتب (٢٠٠٧) أن التربية الحركية لا بد أن تبدأ مبكراً، بمجرد أن يتمكن الطفل من الجري بسهولة ويسر، لأن إهمال هذه الفترة من الناحية التربوية الحركية يؤدي إلى إصابتهم بالكثير من العيوب والإنحرافات القوامية وضعف القدرات، والبراعة الحركية، وبرنامج التربية الرياضية في المراحل التي تليها تكون فقط لإصلاح ما أُفسد وعلاج ما أهمل في هذه الفترة الأولى من حياة الطفل بدلاً من أن تكون برنامج هدفها إكساب اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية (٩: ٤).

ويضيف كل من أمين الخولي (٢٠٠٢) وأسامة راتب (١٩٩٠) أن مرحلة الطفولة تتطلب أن نعتني بالمزيد من تنظيم خبرات الأطفال الحركية لتنمية المهارات الحركية الأساسية، حيث يميل الأطفال في هذه المرحلة إلى الحرية والإنطلاق، ويحتاجون إلى الأنشطة التعاونية والتي تتطلب تكوين علاقات حركية مع أقرانه، بالإضافة أيضاً

* أستاذ المناهج وتدريب التربية الرياضية -كلية التربية الرياضية- جامعة سوهاج.

** أستاذ المناهج وتدريب التربية الرياضية المساعد -كلية التربية الرياضية- جامعة سوهاج.

*** معيدة بقسم المناهج وتدريب التربية الرياضية -كلية التربية الرياضية- جامعة سوهاج.

إلى الأنشطة الإيقاعية لأهميتها في التوافق والتوقيت، فيختار الأطفال الأنشطة التي تتضمن إشراك كل أجزاء الجسم في الحركات الأساسية مثل (الوثب - القفز - الشقلبة - الرمي - اللقف - الجري)، كما يجب تشجيعهم على الإشتراك في الأنشطة الحركية المختلفة التي تساعد على الإبتكار الحركي (٨ : ١١٧) (٥ : ٧٨،٧٧) .

وفي ضوء ذلك يؤكد أمين الخولي (٢٠٠٢) أن التربية الرياضية المدرسية شأنها شأن كل المناهج الدراسية الأخرى التي تسعى إلى تحقيق التكامل والنمو في شخصية الأفراد المتعلمين، لذا فان الإهتمام بها والعمل على تطويرها وتطوير أهدافها وأساليب تدريسها وتقويمها في كافة العوامل التعليمية بما يتلاءم مع التغيرات الحادثة في المجتمع أصبح أمراً ملحاً ، ويجب الإهتمام به حتي يمكننا أن نرتقي بها في ضوء ما نأمل تحقيقه من تطوير وتحديث فيها (٨ : ٨١) .

ويتضمن برنامج الرياضة المدرسية درس التربية الرياضية الذي يحتوي على العديد من الألعاب الجماعية والفردية والتي تُدرس من خلال محتوى منهاج التربية الرياضية، وتعد التمرينات أحد أنواع الأنشطة الحركية اللازمة لبدء درس التربية الرياضية، حيث تُسهم في تشكيل وبناء الجسم وإكسابه القوام الجيد وتساعد في رفع مستوى اللياقة البدنية وتنمية المرونة والأصالة والطلاقة الحركية وكذلك النواحي العقلية والإجتماعية والخُلقية والنفسية (١٦ : ٢٦، ٢٥) .

ويتفق كل من علي السعيد (٢٠٠٧)، محمد ضاحي (٢٠٠٦) على أن التمرينات النوعية تسهم في تنمية وتحسين الأداء في مختلف الأنشطة الرياضية، فهي تخدم المجموعات العضلية العاملة في الأداء الحركي، وتعمل في نفس مسار الأداء للمهارات الحركية (١٩ : ١١) (٣٧ : ٢٨) .

ويُعد تعليم الطفل من خلال نشاطه الحركي من الإتجاهات التربوية المعاصرة في التربية، فالحركة هي النشاط وهي الشكل الأساسي للحياة، وهي الطريقة الأساسية للتعبير عن الأفكار والمشاعر، وأهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع في أشكالها وأساليب آدائها، والإهتمام بنمو الطفل ومظاهر هذا النمو وخصائصه ومطالبه يُعد أمراً ضرورياً لسلامة العملية التربوية وسيرها نحو تحقيق أهدافها (٨ : ١٢٧)، (٣٤ : ٥٦) .

وينكر محمود إسماعيل (٢٠١٥) أنه يجب مراعاة خصائص المرحلة السنية عند التخطيط لروس التربية الرياضية وأن يتم إختيار الأنشطة والخبرات التعليمية المناسبة لها والتي تتناسب مع الميول والرغبات التي تثير النشاط والدافعية الخاصة بالتلاميذ، وفي هذا الصدد يشير مرسيل زنتنر Marcel zentnr (٢٠١٠) أن الأطفال يتحركون مع سماع الإيقاع، حتى قبل أن تعلمهم النطق، و يسهل ذلك التواصل مع غيرهم بسهولة كبيرة، مشيراً إلى أن الأطفال ما إن سمعوا صوت النقر، أو العزف، على أي آلة موسيقية يتمايلون وينسجمون مع نغماتها، ووجد أيضاً أن حركات الأطفال إذا تزامنت مع الموسيقى علت البسمة علي وجوههم، ومؤكداً أيضاً على أن الأطفال يحركون أيديهم وأرجلهم ورؤوسهم إستجابة للموسيقى (٢٩ : ٢٢٣) (٣٨ : ٦) .

ويتفق كل من تينج وشان وينج Ting - Chun Weng (٢٠٠٦)، بالمير هاب Palmar Hap (٢٠٠١) على أن الموسيقى تشجع الطفل على ممارسة النشاط الرياضي بحيث يصل إلى أعلى كثافة أداء

دون الشعور بالتعب، وأن دمج التمرينات مع الموسيقى يؤدي إلى تنمية مستوى المهارات الحركية، ويرجع ذلك إلى أن الموسيقى تثير النشاط والدافعية الحركية لدى الأطفال وأنه لا بد من التخطيط المنهجي لبرامج التربية الرياضية باستخدام الموسيقى كأحد أنواع المثيرات الحركية (١٣: ٤٢) (١٣: ٤٠، ١٧).

ويشير محمود عبد الحليم (٢٠١٥) إلى أن المهارات الحركية الأساسية هي المفردات الأولية الفطرية لحركة الطفل والتي يحتاجها للحياة اليومية، ويتم تصنيف هذه المجموعة من المهارات بأنها أساسية أو وظيفية، وتفضل المهارات الحركية الأساسية المحددة على التصنيفات الأخرى لأن المهارات الحركية الأساسية هي خصائص معتادة مميزة ضرورية للتعليم لكي يوظفها في محيطه وهي تنقسم إلى ثلاث فئات (المهارات الحركية - المهارات غير الحركية - المهارات اليدوية) (٦: ٣٠).

وفي هذا الصدد يؤكد أسامه راتب (١٩٩٠) على أن المهارات الحركية الأساسية يتأسس عليها النمو الحركي للطفل فهي تعد بمثابة مفتاح تعليم المهارات الحركية بصفة عامة، وهي القاعدة الأساسية التي يتم عليها بناء واكتساب المهارات الرياضية المختلفة، وينظر إلى المهارات الحركية الأساسية باعتبارها المفردات الأولية الأصلية في حركة الطفل، وتُعرف بأنها "حركة تؤدي من أجل ذاتها" (٥: ١٤٥).

ويري محمود إسماعيل (٢٠١٥) أن المهارات الحركية الأساسية هي الحركات المختلفة التي يستخدمها الإنسان في حياته اليومية بصورة دائمة (المشي، الجري، الحبل والقفز، المرجحة والوثب)، وغيرها من الحركات الأخرى التي تساعد الإنسان على التكيف مع البيئة المحيطة ومحاولته التغلب عليها وإخضاعها لإرادته، ولا يمكن إتقانها وتطويرها إلا بتعلمها، والتدريب عليها بمختلف الطرق والوسائل، وتعتبر التمرينات التعليمية من الوسائل التي يمكن إستخدامها لضمان تعلم وإتقان مختلف هذه الحركات بصورة صحيحة مع الإقتصاد في الجهد ثم الوصول بالحركة من تطويرها وتنميتها إلى الابتكار الحركي في آدائها (٢٩: ٢٤١).

مشكلة البحث:

ترى الباحثة في العصر الحديث تطورت البيئة المحيطة بالإنسان، مما أدى إلى تطور الأجهزة التي يستخدمها، والتي تتجه جميعها لتقليل الجهد البدني المبذول للعمل على الراحة والرفاهية في مختلف المجالات الحياتية، وبالطبع أطفالنا يتأثرون بما حولهم من متغيرات، فنجد أن ألعاب الأطفال اليوم يغلب عليها الطابع الإلكتروني، فنرى الطفل يجلس ويديه جهاز يفصله عن العالم من حوله فينخرط في عالم افتراضي يري ويسمع ويكتسب خبرات من خلاله، فالعالم مفتوح أمامه بضغطة زر دون رقابة أو توجيه، مما تسبب في إبعاده عن الحركة وممارسة الرياضات المختلفة عكس الأجيال السابقة التي كان معظم ألعابها تعتمد على الحركة والنشاط، مما أدى إلى ضعف الجانب البدني لدى النشء خاصة المهارات الحركية الأساسية والتي تسهم في تنميتهم التنموية الشاملة، فالطفل الآن يقضي طول يومه جالساً بدون حركة منذ أن يستيقظ إلى أن ينام في عالم آخر غير عالمنا.

ومن خلال مشاركة الباحثة في معاونة الإشراف على مجموعات طلاب التربية العملية في بعض مدارس المرحلة الابتدائية بسوهاج، لاحظت ضعف في مستوى التلاميذ عند أداء بعض المهارات الحركية الأساسية (الجري والحجل والقفز والمشي،....) خلال ممارستهم للنشاطات الرياضية سواء أ الصفية أو اللاصفية، وقد يرجع ذلك إلى إفتقار دروس التربية الرياضية إلى تمرينات خاصة لتنمية المهارات الحركية الأساسية، كما لاحظت الباحثة إنجذاب التلاميذ في هذه المرحلة إلى الأصوات والإيقاعات والتفاعل معها، ويميل التلاميذ إلى التقليد والمحاكاة وتأثرهم بالقصص والتمرينات الحركية المصاحبة للموسيقى لما تحتويه من مؤثرات سمعية وبصرية، وأكدت ذلك دراسة سمية حمودة وبسام مسمار (٢٠١٩) (١٤)، مروة عبد العظيم (٢٠١٨) (٣٢)، ودراسة إيمان طلبة ومحروس قنديل ومنال أيوب (٢٠١٣) (١١)، وفي هذا الصدد يؤكد أمين الخولي وأسامة راتب (٢٠٠٧) على أن التلاميذ في هذه المرحلة يحتاجون إلى المشاركة في الأنشطة الإيقاعية لأهميتها في المهارات الحركية الأساسية (٣٦:٩)، وبالاطلاع على بعض الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة الحالي مثل دراسة الطاهر أحمد (٢٠٢٠) (١٢)، سحر مصطفى (٢٠٢٠) (١٣) تبين - على حد علم الباحثة - ندرة الدراسات التي إستهدفت برنامج تمرينات نوعية لتنمية المهارات الحركية الأساسية.

هدف البحث :

- هدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

أهمية البحث والحاجة إليه :

ترجع أهمية هذا البحث إلى ما يلي:

- قد يسهم في تقديم برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي في تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- قد يفيد واضعي مناهج التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية بتضمين التمرينات المصاحبة للإيقاع الموسيقي لتنمية بعض المهارات الحركية الأساسية.
- قد يفيد هذا البحث في توجيه نظر الباحثين نحو بحوث أخرى لتقصي أثر استخدام التمرينات المصاحبة للإيقاع الموسيقي على متغيرات أخرى غير التي إستهدفت في البحث.

فروض البحث :

يجاول البحث اختبار صحة الفرض التالي :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي القياس البعدي لتلاميذ كل من المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى أداء بعض المهارات الحركية الأساسية لصالح تلاميذ المجموعة التجريبية.

التعريف ببعض المصطلحات الواردة بالبحث :

التمرينات النوعية: Specific exercises

يُعرف Tamas Freerar (٢٠٠٧) التمرينات النوعية بأنها مجموعة من التمرينات البدنية والمهارية التي تُستخدم لعلاج المشاكل الحركية التي تُلازم الأداء المهارى إلي جانب زيادة القدرات الحركية والبدنية (٣٢:٤٠).

وتعرفها الباحثة: يقصد بالتمرينات النوعية في هذا البحث "هي التمرينات المشابهة لمهارات أداء الحجل والجري والمشي والجري والقفز والوثب والتي تُسهم في تنمية المهارات الحركية الأساسية وذلك من خلال التمرينات المصاحبة للموسيقى والألعاب والقصص الحركية وألعاب التقليد والمحاكاة".

الإيقاع الموسيقى: Musical rhythm

يُعرف غزوان (٢٠١١) الإيقاع الموسيقى بأنه النصف الناظم للموسيقى، فالموسيقى تتكون من لحن وإيقاع، والإيقاع هو الإنتظام في الحركات الحنية المعتمدة على القيم الزمنية المختلفة، واللحن هو تسلسل إهتزازات ومدد زمنية (٦:٢٠).

المهارات الحركية الأساسية: Basic motor skills

يُعرف وجدي مصطفى (٢٠١٧) المهارات الحركية الأساسية بأنها هي تلك الحركات الطبيعية الفطرية التي يزاولها الفرد ويؤديها بدون أن يدرسها مثل الركض والقفز والتعلق والوثب (١٣٨:٣٦).

ثانياً: الدراسات السابقة :

أ-الدراسات العربية:

دراسة "سمير محمد صلاح عبد السلام" (٢٠١٨) (١٥) بعنوان "أثر الإيقاع الموسيقى بإستخدام حزام الطفو والتوافق في سباحة الصدر" وهدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الإيقاع الموسيقى بإستخدام حزام الطفو على مركز الطفو والتوافق في سباحة الصدر"، إستخدم الباحث المنهج التجريبي وإشتملت عينة البحث على مجموعة من (١٥) طالباً من طلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بجامعة الأزهر للعام الدراسي (٢٠١٥/٢٠١٦)، أشارت النتائج إلى أن تطبيق البرنامج التعليمي بإستخدام حزام الطفو

المصاحب للإيقاع الموسيقي له أثر إيجابي على تحسين مراكز الطفوف في الجسم من خلال تطوير مراكز
الطفو وسرعة التردد الحركي (التوافق بين حركات الذراعين والرجلين).

دراسة "ممدوح طه عباس" (٢٠١٩) (٣٣) بعنوان "تصميم بعض الوسائل التعليمية المتنوعة
كمتغيرات بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال بعمر ٩ سنوات"، وهدفت الدراسة إلى تصميم وسائل
تعليمية متنوعة بديلة ملائمة لتحسين تعلم المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي بعمر
٩ سنوات، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعات المتكافئة، وتم إختيار عينة البحث من تلاميذ
وتلميذات الصف الثالث الإبتدائي والبالغ عددهم (٢٥١)، وتم إختيار العينة بالأسلوب الطبقي العشوائي،
أشارت نتائج الدراسة إلى أن الإختبارات البعدية للمجاميع التجريبية أثبتت صلاحية إستخدام الوسائل
والأدوات والأجهزة البديلة لهذه المرحلة العمرية من التلاميذ، بعد توفير الوسائل التعليمية والأدوات والأجهزة
الضرورية، كمت أنها أثرت بشكل إيجابي في تطوير المهارات الحركية الأساسية لكلا الجنسين.

دراسة "محمد حسن السيد" (٢٠٢١) (٢٥) بعنوان "تأثير إستخدام التمرينات النوعية على تعلم
المهارات الحركية الأساسية لفئة الصم والبكم بمراحل التعليم الاساسي"، هدفت الدراسة إلى التعرف على
مدى تأثير البرنامج التعليمي بإستخدام التمرينات النوعية على تعلم المهارات الحركية الاساسية لفئة الصم
والبكم بمراحل التعليم الأساسي، إستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعة واحدة،
وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (١٢) من تلاميذ بنين الصم والبكم وتتراوح أعمارهم
(٤) سنوات، تضمنت أهم النتائج أن البرنامج المقترح له تأثير إيجابي على تنمية المهارات الحركية
الأساسية لفئة الصم والبكم.

ب- الدراسات الأجنبية

دراسة "هانا وارينج و جودي ادوارد" Hannah Waring و "Judy Edworthy" (٢٠٠٦) (٣٧)
بعنوان "أثر إرتفاع صوت الإيقاع الموسيقي على ممارسة المشي على الدواسة"، إستخدمت الدراسة
المنهج التجريبي، وهدفت الدراسة إلى التعرف على أثر إستخدام أنواع الموسيقى المختلفة على ممارسة
المشي على الدواسة، إشمطت عينة الدراسة على (٣٠) فرد متوسط عمرهم من (١٨ سنة إلى ٦٣ سنة)
من الرجال والنساء، وتم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات؛ مجموعة إستخدمت إيقاع عالي سريع، والثانية
إستخدمت إيقاع عالي متوسطة السرعة، والثالثة إستخدمت إيقاع عالي بطيء السرعة، أشارت النتائج إلى
وجود فروق فردية ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التي إستخدمت إيقاع عالي سريع ثم إيقاع عالي
متوسط ثم إيقاع عالي بطيء في ممارسة المشي على الدواسة.

دراسة "موجدام وجنيفير" "Ghanifer & Moghadam" (٢٠١٥) (٣٩) كانت بعنوان "تأثير العلاج
بالألعاب في تنمية المهارات الحركية لدى أطفال متلازمة داون" وهدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية العلاج
بالألعاب على تنمية المهارات الحركية لدى أطفال متلازمة داون، وتكونت عينة البحث من تسعة أطفال مصابين

بمتلازمة داون، منهم خمسة نكور، وأربعة إناث، إستخدمت الدراسة المنهج التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى فعالية جلسات العلاج بالعب في تحسين المهارات الحركية لدى أطفال متلازمة داون، وأشارت إلى عم وجود فروق دالة بين النكور والإناث في الإختيار البعدي للمهارات الحركية.

ج- التعليق على الدراسات السابقة:

من العرض السابق للدراسات العربية والأجنبية تبينت أنها أجريت في الفترة من (٢٠٠٦م- ٢٠٢١)، وبناءً على ما تناولته تلك الدراسات المشابهة من نقاط إتفاق وإختلاف وفي ضوء أهداف الدراسة إتضح للباحثة بعض النقاط الأساسية التي أمكن الإستعانة بها في الدراسة ومن ثم التعليق على هذه الدراسات من حيث الهدف، المنهج، العينة، وسائل جمع البيانات، نتائج الدراسة:

الهدف:

هدفت بعض الدراسات إلى التعرف على تأثير التمرينات النوعية على بعض المتغيرات مثل التعرف على مدى تأثير التمرينات النوعية على أداء المهارات الحركية الأساسية كدراسة "محمد حسن السيد" (٢٠٢١) (٢٥)، دراسة "ممدوح طه عباس" (٢٠١٩) (٣٣) والتي إستهدفت تصميم وسائل تعليمية متنوعة بديلة ملائمة لتحسين تعلم المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي، دراسة "موجدوم وجنيفير" "Ghanifer & Moghadam" (٢٠١٥) (٣٩) والتي استهدفت التحقق من فاعلية العلاج بالالعب على تنمية المهارات الحركية لدى أطفال متلازمة داون، ودراسة هانا وارينج و جودي ادوارد "Hannah Waring و Judy Edworthy" (٢٠٠٦) (٣٧) والتي استهدفت التعرف على أثر أنواع الموسيقى المختلفة على ممارسة المشي.

ومن خلال عرض أهداف الدراسات السابقة وُجد أنها تنوعت وتعددت حيث إشتملت على تأثير أو فاعلية إستخدام التمرينات النوعية أو تصميم برنامج تعليمي بإستخدام التمرينات النوعية، كذلك إشتملت على متغير واحد أو أكثر من متغيرات الدراسة الحالية مثل الأداء المهارى أو تصميم برنامج تعليمي بإستخدام التمرينات النوعية، مما ساعد على وضع صيغة الهدف الخاص بالدراسة الحالية والذي تمثل في "تأثير برنامج تعليمي بإستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية".

المنهج:

استخدمت الدراسات السابقة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسات وهذا ما يتفق مع المنهج المستخدم في هذه الدراسة.

العينة:

تراوحت أعداد العينات في الدراسات السابقة ما بين (١٠٠-١) و اختلفت من حيث المرحلة الابتدائية والإعدادية والثانوية والجامعة، واختلفت من حيث مستوى اللاعبين (براعم - ناشئين - لاعبين) ويرجع ذلك إلى طبيعة وأهداف تلك الدراسات.

وسائل جمع البيانات:

تعددت وتتنوع أدوات جمع البيانات من دراسة لأخرى طبقاً لطبيعة وأهداف ومتغيرات كل دراسة، فلقد استخدم معظم الباحثين إختبارات لقياس الأداء المهاري والمستوى البدني كدراسة ممدوح طه عباس (٢٠١٩) (٣٣). وهناك دراسات استخدمت مقابلات شخصية وملاحظة وإختبارات وإستمارات لجمع البيانات مثل دراسة ممدوح طه (٢٠١٩) (٣٣)، سمير صلاح (٢٠١٨) (١٥). وإستخدمت بعض الدراسات إستمارات لتقييم الأداء سواءاً للمهارات الحركية الأساسية أو للمهارات الرياضية إلى جانب إستمارات الأخطاء الشائعة للمهارات مثل دراسة "موجدام وجنيفير" " & Moghadam & Ghanifer" (٢٠١٥) (٣٩)، ممدوح طه عباس (٢٠١٩) (٣٣)، محمد حسن السيد (٢٠٢١) (٢٥). ويتفق البحث الحالي مع الدراسات التي استخدمت إعداد إختبارات مهارية وقياس مستوى الأداء البدني وتقييم الأداء وإستمارات إستطلاع رأي السادة الخبراء.

النتائج:

توصلت جميع نتائج الدراسات السابقة إلى فاعلية إستخدام برنامج تمرينات نوعية وتأثيرها الإيجابي على المتغيرات المختلفة خاصة الدراسات السابقة على عينة المرحلة الابتدائية والناشئين. ومن خلال التعرف على نتائج الدراسات السابقة لاحظت الباحثة ندرة الأبحاث - على حد علم الباحثة - التي تناولت " تأثير برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية" وكان ذلك من الأسباب التي دفعت الباحثة إلى إجراء هذه الدراسة.

خطة وإجراءات البحث

أولاً: منهج البحث:

إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بتطبيق القياسات القبليّة والبعدية لكلا المجموعتين وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث.

ثانياً: مجتمع البحث:

تضمن مجتمع البحث تلاميذ الصف الثالث الابتدائي من مدرسة الشروق الرسمية للغات التابعة لإدارة سوهاج التعليمية بمديرية التربية والتعليم بمحافظة سوهاج والمقيدون بسجلات المدرسة لعام (٢٠٢١م-٢٠٢٢م) وعددهم (١٣٠) تلميذاً.

ثالثاً: عينة البحث:

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية، حيث بلغت عينة الدراسة الأساسية (٤٠) تلميذاً من تلاميذ الصف (الثالث الابتدائي) من مدرسة الشروق الرسمية للغات التابعة لمحافظة سوهاج، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين، إشملت كل مجموعة على (٢٠) تلميذاً إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة. وتمت الإستعانة بعدد (٣٠) تلميذاً من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية ولهم نفس مواصفات العينة الأساسية كعينة إستطلاعية لحساب المعاملات العلمية للإختبارات المستخدمة في البحث. وقد روعي في إختيار عينة البحث الأساسية الآتي:

١. أن يكونوا من تلاميذ الصف الثالث الابتدائي والمقيدين بالعام الدراسي ٢٠٢١م-٢٠٢٢م.
٢. ألا يخضع الطفل لأي برامج حركية أخرى مرتبطة بالمتغيرات المقيسة بالبحث.
٣. موافقة ولي الأمر على المشاركة.

إعتدالية أفراد العينة:

قامت الباحثة بإجراء الإعتدالية بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في المتغيرات الأساسية المستخدمة قيد البحث تاريخ ٨-٢-٢٠٢٢م. وهي:

١. متغيرات أنثروبومترية وهي (العمر الزمني - الطول - الوزن).
٢. متغيرات مهارية وهي (المهارات الحركية الأساسية) المقيسة.

وقد قامت الباحثة بإجراء التجانس بين أفراد العينة للتأكد من أنها موزعة توزيعاً إعتدالياً من خلال حساب معاملى الإتواء والتفطح وهذا ما يوضحه جدول (١) في ضوء التقيرارات الآتية:

تأثير برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية
لتلاميذ المرحلة الابتدائية
أ.د/ محروس محمود محروس أم.د./ ممدوح محمد السيد محمد أ. / الاء عاطف محمد إسماعيل

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث (ن=٤٠)

الدلالة	عينه البحث					وحدة القياس	المتغيرات	
	معامل التفلطح	معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
غير دال	٠.٤٣	٠.١٥	٩.٠٠	٠.٥٣	٩.١٥	سنة	السن	معدلات النمو
غير دال	٠.٤٣-	٠.٣٣	١٣٨.٠٠	٥.٥٣	١٣٩.٣٢	سم	الطول	
غير دال	٠.٥٨-	٠.١٣-	٣٣.٠٠	٣.٤١	٣٣.٦٩	كجم	الوزن	
غير دال	٠.٩٩-	٠.٢١	٨.٣٤	٠.٢٨	٨.٣٦	ثانية	إختبار الجري الزجزاجي	المهارات الحركية الأساسية
غير دال	٠.٢٩-	٠.٨٧-	٨٨.٥٠	٢.٨٢	٨٥.٤٧	سم	إختبار الوثب العريض من الثبات	
غير دال	٠.٧٩-	٠.٢٨	٤.٠٠	٠.٦٨	٣.٨٠	درجة	إختبار المشي على اللوحة	
غير دال	٠.٢٧	٠.٧٧-	٦.٠٦	٠.٤٩	٦.٠١	ثانية	إختبار الجري حول دائرة	
غير دال	٠.٥٢-	٠.١٤	٥.٤٠	٠.٢١	٥.٤٣	ثانية	الحجل بالقدم اليميني ١٠ متر	
غير دال	٠.٤٥-	٠.١٧-	١.٠٠	٠.٦١	١.٢٢	درجة	إختبار اللفف	
غير دال	٠.٨٨-	٠.٠٠٩	١٠.٣٤	٠.٢٤	١٠.٣٧	متر	إختبار الرمي	

ضعف الخطأ المعياري للتفلطح = ٠.٧٣

ضعف الخطأ المعياري للالتواء = ٠.٣٧

يتضح من نتائج جدول (١) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (- ٠.٨٧ : ٠.٣٣) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل الالتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفلطح ما بين (- ١.٢٥ : ٠.٤٣) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل التفلطح، مما يشير إلى إعتدالية توزيع العينة في (معدلات النمو - المهارات الحركية الأساسية) للعينة قيد البحث.

تكافؤ أفراد العينة:

قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في المتغيرات المستخدمة

قيد البحث كما هو موضح بالجدول رقم (٢)

جدول (٢)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث (ن=٢٠=٤٠)

الدلالة	قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات	
		ع ±	س	ع ±	س			
غير دال	١.١٧	٠.٤٨	٩.١٥	٠.٥٨	٩.٣٥	سنة	السن	معدلات النمو
غير دال	٠.٦٩	٢.٢٨	١٣٤.٩٥	١.٨١	١٣٥.٤٠	سم	الطول	
غير دال	١.٥٧	٢.٢٥	٣٣.٢٣	٢.٢٢	٣٤.١٨	كجم	الوزن	
غير دال	٠.١٧	٠.٣٠	٨.٣٧	٠.٢٧	٨.٣٥	ثانية	إختبار الجري الزجراجي	المهارات الحركية الأساسية
غير دال	٠.٢٧	١,٦٣	٨٦.٥٠	١.٧٥	٨٦.٣٥	سم	إختبار الوثب العريض من الثبات	
غير دال	١.٤١	٠.٦٤	٤.١٠	٠.٦٩	٣.٨٠	درجة	إختبار المشي على اللوحة	
غير دال	١.٣٤	٠.٤٩	٦.٠١	٠.٤٩	٦.٢٢	ثانية	إختبار الجري حول دائرة	
غير دال	١.١٢	٠.١٩	٥.٣٩	٠.٢٣	٥.٤٧	ثانية	الحجل بالقدم اليمنى ١٠ متر	
غير دال	١.٨٤	٠.٥٠	١.٤٠	٠.٦٨	١.٠٥	درجة	إختبار اللقف	
غير دال	٠.١٩	٠.٢٥	١٠.٣٧	٠.٢٤	١٠.٣٨	متر	إختبار الرمي	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٢

يتضح من الجدول رقم (٢) تكافؤ المجموعتين (التجريبية - الضابطة) في معدلات النمو والاختبارات التي تقيس المهارات الحركية الأساسية حيث إتضح أن قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية ٢.٠٢ عند مستوى ٠.٠٥ وهذا يدل على عدم وجود فروق داله احصائياً بين المجموعتين في معدلات النمو والاختبارات التي تقيس المهارات الحركية الأساسية لدى عينة البحث.

رابعاً: الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

الأجهزة المستخدمة في البحث:

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول مقدراً بالسنتيمتر، شريط قياس مرن (بالسنتيمتر) ميزان طبي لقياس الوزن (بالكيلوجرام)، ساعة إيقاف لحساب الزمن، أقماع، جير، كرات (ناعمة- طائرة يد-سلة-تنس)، شريط لاصق، ساحة الطابور، لوحة خشبية، أرض مستوية، حبال، صفار، مقاعد سويدية، مراتب إسفنجية، كراسي، أسطوانة CD للموسيقى، أطواق بلاستيكية، ألواح إتزان، حواجز من الورق المقوى.

خامساً: وسائل جمع البيانات ومعالجتها العلمية:

- تحليل المحتوى.
- الإستمارات: (تصميم الباحثة):
- إستمارات إستطلاع رأي الخبراء.
- إستمارات تسجيل النتائج.
- الإختبارات:
- إختبارات المهارات الحركية الأساسية.

■ تحليل المحتوى:

قامت الباحثة بالإطلاع على الدراسات والمراجع العلمية المتخصصة والمرتبطة بموضوع البحث مثل أمين الخولي، محمود عبد الفتاح، عدنان درويش (١٩٩٤) (٧)، ليلى زهران (١٩٩٧) (٢١)، أبو النجا أحمد (٢٠٠٣) (١)، أمين الخولي، أسامه راتب (٢٠٠٧) (٩)، عفاف عثمان (٢٠٠٨) (١٧)، ليلى زهران، كامل عبد المجيد، عاصم صابر (٢٠١٢) (٢٢)، إيمان عبد الهادي طلبية، محروس خليل محمد قنديل، منال طلعت محمد (٢٠١٣) (١١)، محمد حسن (٢٠٢١) (٢٥).

وذلك بهدف:

- تحديد المهارات الحركية الأساسية المناسبة لعينة البحث وفي ضوء الهدف.
- تحديد الإختبارات للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث.
- تحديد مدة البرنامج وعدد الدروس التعليمية في الأسبوع وزمن الدرس.

■ الإستمارات:

■ إستطلاع آراء السادة الخبراء

إستخدمت الباحثة إستمارات إستطلاع رأي السادة الخبراء بهدف:

١. تحديد المهارات الحركية الأساسية المناسبة لعينة البحث.
٢. تحديد أنسب الإختبارات للمهارات الحركية الأساسية قيد البحث.
٣. تحديد أساليب التدريس التي تتناسب مع البرنامج التعليمي.
٤. تحديد عدد الدروس المناسبة لتعليم كل مهارة من المهارات الحركية الأساسية.

■ إستمارات تسجيل البيانات:

قامت الباحثة بالإستعانة ببعض المراجع العلمية والدراسات السابقة مثل دراسة محمد حسن (٢٠٢١) (٢٥)، سمير صلاح (٢٠١٨) (١٥)، ممدوح طه (٢٠١٩) (٣٣)، أميرة محروس (٢٠٢١) (٦)، مرفق (١٢).

■ الإختبارات:

■ الإختبارات المهارات الحركية الأساسية:

قامت الباحثة بإختيار مجموعة من الإختبارات بناءً على الإطلاع على بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة والمتخصصة والأكثر إرتباطاً في مجال القياس والتقويم بهدف معرفة أنسب الإختبارات التي تقيس المهارات الحركية الأساسية مثل: محمد صبحي حسانين (٢٠٠٠) (٢٧)، أمين الخولي، أسامة راتب (٢٠٠٧) (٩)، عفاف عثمان (٢٠٠٨) (١٧)، وكذلك بعض الدراسات السابقة التي تناولت إستخدام هذه الإختبارات على عينات مماثلة لعينة البحث مثل دراسة آلاء حماد (٢٠٢١) (٢)، أميرة محروس محمود (٢٠٢١) (٦)، محسن رمضان، إيهاب عادل، أحمد فؤاد (٢٠٢١) (٢٤)، نهلة عبد العظيم إبراهيم (٢٠٢٢) (٣٥)، محمد حسن (٢٠٢١) (٢٥).

قامت الباحثة بإعداد إستمارة لإستطلاع رأي الخبراء في إختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث والتي تتناسب مع المرحلة السنوية المختارة وكانت في صورتها النهائية مرفق (٦) وتم عرضها علي مجموعة من الخبراء في مجال المناهج وتدريس التربية الرياضية والتربية الحركية من أعضاء هيئة التدريس، ولديهم خبرة لا تقل عن ١٠ سنوات في التدريس مرفق (١)، جدول (٣).

ومن خلال ذلك توصلت الباحثة لإختبارات المهارات الحركية الأساسية والتي تتمثل في:

(الجري الزجراجي، الجري حول الدائرة، الحجل ١٠ متر، الوثب العريض من الثبات، رمي كرة ناعمة بيد واحدة لأسفل، لقف الكرة، المشي على اللوحة).

جدول (٣)

النسبة المئوية للاختبارات المهارية

م	الإختبارات المهارية	وحدة القياس	التكرار	النسبة المئوية (%)
١.	الجري الزجراجي المتعرج.	ثانية	١١	١٠٠
٢.	الوثب العريض من الثبات.	سم	١١	١٠٠
٣.	المشي على اللوحة.	درجة	١١	١٠٠
٤.	الجري حول الدائرة.	ثانية	٩	٨٠
٥.	الحجل ١٠ متر.	ثانية	١١	١٠٠
٦.	لقف الكرة.	عدد	١٠	٩٠
٧.	رمي كرة ناعمة بيد واحدة لأسفل.	متر	٩	٨٠

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية قد تراوحت ما بين (٨٠ - ١٠٠%)، وقد إرتضت الباحثة نسبة (٨٠%) فأكثر من آراء الخبراء لإختيار أنسب الإختبارات لقياس المهارات الحركية الأساسية قيد البحث، وبذلك أصبحت عدد إختبارات المهارات الحركية الأساسية التي تم اختيارها قيد البحث (٧) إختبارات مرفق (٧) وجدول (٣) يوضح ذلك.

المعاملات العلمية لإختبارات المهارات الحركية الأساسية:

قامت الباحثة بإجراء المعاملات العلمية لإختبارات المهارات الحركية الأساسية (صدق وثبات) وذلك للوقوف على صدق وثبات محتوى الإختبارات ومدى صلاحيتها.

- معامل الصدق:
- صدق التمايز:

لإيجاد معامل الصدق لإختبارات المهارات الحركية الأساسية المختارة قيد البحث إستخدمت الباحثة طريقة صدق التمايز عن طريق تطبيق الإختبار على مجموعتين (مميزة - غير مميزة) المجموعة المميزة مكونة من (١٠) تلاميذ يمارسون الأنشطة الحركية، ومجموعة غير مميزة مكونة من (١٠) تلاميذ من غير الممارسين للأنشطة الحركية مجتمع البحث وخارج عينته الأساسية، وقد إستعانت الباحثة برأي معلمي التربية الرياضية بالمدرسة في الإستقرار على المجموعتين، حيث قامت الباحثة بتطبيق الإختبارات في الفترة ٩-٦-٤-٢-٤-٤ يوضح ذلك.

لحساب صدق الإختبارات قامت الباحثة بحساب صدق التمايز وذلك عن طريق تطبيق للإختبارات المهارات الحركية الأساسية علي مجموعتين, مميزة قوامها (١٠) تلاميذ من خارج عينة البحث وهم التلاميذ الذين يمارسوا الأنشطة الرياضية من نفس مجتمع البحث ولكن من خارج العينة وغير مميزة قوامها (١٠) تلاميذ وهم من نفس المجتمع وخارج عينة البحث ولهم نفس مواصفات العينة الأصلية للتأكد من صدق الإختبارات قيد البحث وجدول (٤) يوضح ذلك

جدول (٤)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الإختبارات التي تقيس المهارات الحركية الأساسية لعينة قيد

البحث (ن=٦=٢٠)

الدالة	قيمة ت" المحسوبة	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	متغيرات المهارات الحركية الأساسية المقيسة	م
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
دال	٣٠.٤٧	٠.٢٨	٨.٣٦	٠.٣٦	٣.٩٥	ثانية	إختبار الجري الزجزاجي المتعرج	١.
دال	٢٦.٠٩	٣.١٢	٨٣.٧٠	٤.٣٩	١٢٨.٢٠	سم	إختبار الوثب العريض من الثبات	٢.
دال	١٤.٨١	٠.٧٣	٤.١٠	٠.٩٩	٩.٩٠	درجة	إختبار المشي علي اللوحة	٣.
دال	١٧.٠٢	٠.٥٧	٦.٠٥	٠.١٤	٢.٨٨	ثانية	إختبار الجري حول دائرة	٤.
دال	٣٣.٢١	٠.٢٠	٥.٦٤	٠.١٠	٣.٢١	ثانية	الحجل بالقدم اليمني ١٠ متر	٥.
دال	١٠.٣٤	٠.٥٢	١.٥٠	٠.٦٧	٤.٣٠	درجة	إختبار اللقف	٦.
دال	٢٩.٠٨	٠.٢٠	١٠.٣٥	٠.٤٦	١٥.٠٣	متر	إختبار الرمي	٧.

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى $0.05 = 2.10$

يتضح من نتائج جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في متغير المهارات الحركية الأساسية ومتغير الإبتكار الحركي حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (١٠٠.٣٤ : ٣٣.٢١)، وهي أكبر من قيمتها الجدولية والتي بلغت عند ٢.١٠ عند مستوى ٠,٠٥، مما يدل على صدق الاختبارات، وأنها صالحة لما وضعت من أجله.

• ثبات إختبارات المهارات الحركية الأساسية:

للتأكد من ثبات إختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث، تم استخدام طريقة تطبيق الإختبار وإعادة التطبيق على نفس المجموعة المميزة التي سبق استخدامها في إيجاد الصدق، وبفارق زمني (٤) أيام للإختبارات قيد البحث.

جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الإختبارات المهارية قيد البحث (ن=١٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول		إعادة التطبيق		قيمة "ر" المحسوبة	الدالة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الإختبارات المهارية	إختبار الجري الزجراجي	ثانية	٣.٩٦	٠.٣٦	٣.٨٠	٠.٣٧	٠.٩٦	دال
	إختبار الوثب العريض من الثبات	سم	١٢٧.٩٠	٤.٠٤	١٢٨.٧٠	٤.٤٢	٠.٩٤	دال
	إختبار المشي على اللوحة	درجة	٩.٨٠	٠.٩١	١٠.٣٠	٠.٨٢	٠.٨٢	دال
	إختبار الجري حول دائرة	ثانية	٢.٨٩	٠.٣٩	٢.٩٦	٠.٢٢	٠.٦٩	دال
	الحجل بالقدم اليمنى ١٠ متر	ثانية	٣.٢٤	٠.١٠	٣.٢٣	٠.١٠	٠.٩٩	دال
	إختبار اللقف	درجة	٤.٤٠	٠.٦٩	٤.٧٠	٠.٤٨	٠.٧٢	دال
	إختبار الرمي	متر	١٥.٠٣	٠.٤٦	١٥.٣٤	٠.٤٢	٠.٨٨	دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.63$

يتضح من الجدول السابق أن معامل الارتباط دال إحصائياً بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق في متغير المهارات الحركية الأساسية قيد البحث مما يدل على ثبات تلك الاختبارات، حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٦٩ : ٠.٩٩) وهو أكبر من قيمة "ت" الجدولية 0.63 عند مستوى (٠.٠٥).

سادساً: البرنامج التعليمي المقترح:

لتصميم البرنامج التعليمي قامت الباحثة بالإطلاع على العديد من الدراسات السابقة والبحوث التي تناولت إعداد برامج تعليمية مصحوبة بالتمرينات النوعية مثل دراسة، نهلة عبد العظيم (٢٠٢٢) (٣٥)، أميرة محروس (٢٠٢١) (٦)، محمد حسن السيد (٢٠٢١) (٢٥)، محسن رمضان، إيهاب عادل، أحمد فؤاد (٢٠٢١) (٢٤)، آلاء حماد (٢٠٢١) (٢)، أحمد عبد الرحمن محمد، تامر فاروق السيد (٢٠٢١) (٤)، سمير صلاح (٢٠١٨) (١٥)، ممدوح طه (٢٠١٩) (٣٣)،

الهدف العام للبرنامج:

- تنمية المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي .

أسس بناء البرنامج:

- مراعاة طبيعة المهارات الحركية الأساسية ومتطلبات تدريسها لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي.
- مراعاة إحتياج تلاميذ الصف الثالث الابتدائي إلى تنمية المهارات الحركية الأساسية ضمن إحتياجاتهم للنمو.
- مراعاة خصائص ومواصفات التمرينات النوعية المصاحبة للموسيقى.
- أن يراعي البرنامج خصائص المرحلة السنوية للتلاميذ من (٩-٦) سنوات ويراعي عدد أفراد العينة.
- أن يكون محتوى البرنامج قابل للتغيير والتعديل طبقاً لظروف التطبيق.
- توفير الإمكانيات والأدوات والأجهزة المستخدمة في البرنامج.
- زمن الدرس يكون (٩٠) دقيقة شامل الأعمال الإدارية والإرشادات.
- أن يستخدم البرنامج طرق وأساليب تقويمية مناسبة للحكم على تقدم البرنامج نحو أهدافه.

تحديد محتوى البرنامج المقترح:

توصلت الباحثة بعد الإطلاع على الدراسات المرتبطة التي تناولت المهارات الحركية الأساسية مثل أميرة محروس (٢٠٢١) (٦)، محمد حسن السيد (٢٠٢١) (٢٥)، محسن رمضان، إيهاب عادل، أحمد فؤاد (٢٠٢١) (٢٤)، آلاء حماد (٢٠٢١) (٢)، أحمد عبد الرحمن محمد، تامر فاروق السيد (٢٠٢١) (٤)، أحمد شاكر الغول (٢٠٢١) (٣)، سمير محمد صلاح (٢٠١٨) (١٥)، وبعد إستطلاع رأي السادة الخبراء في مجال التربية الحركية وطرق التدريس وعددهم (١١) وهم من أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية بعدة جامعات، حول تحديد المهارات الحركية الأساسية المناسبة التي يمكن أن يحتويها البرنامج

التعليمي في التمرينات النوعية لتنمية المهارات الحركية الأساسية "عينة البحث" مرفق (٢)، مرفق (١١) البرنامج التعليمي وجدول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦)

الدرجة المقدرة والنسبة المئوية لآراء الخبراء على المهارات الحركية الأساسية (ن=١١)

النسبة المئوية	الدرجة المقدرة	الإستجابة			المهارات الحركية الأساسية	م
		غير مناسب	إلى حد ما	مناسب		
٩%	١٦	٧	٣	١	المشي.	١
٨١%	٣١	-	٢	٩	الجري.	٢
٩٠%	٣٢	-	١	١٠	الوثب.	٣
١٠٠%	٣٣	-	-	١١	الحجل.	٤
٢٧.٣%	١٨	٧	١	٣	الخطو.	٥
١٨.٢%	١٧	٧	٢	٢	الثني والمد.	٦
٩%	١٦	٧	٣	١	الزحقة الجانبية.	٧
٨١%	٣١	٢	١	٩	الدوران.	٨
١٠٠%	٣٣	-	-	١١	التوازن.	٩
١٨.٢%	١٨	٦	٣	٢	دحرجة الكرة.	١٠
٨١%	٣٠	١	١	٩	الرمي.	١١
٩٠%	٣٢	-	١	١٠	اللقف.	١٢
٣٦.٤%	٢٠	٦	١	٤	الركل.	١٣
١٨.٢%	١٨	٦	٣	٢	الضرب.	١٤
٩.٩%	١٧	٦	٤	١	الدفع.	١٥
٢٧.٣%	١٨	٧	١	٣	التطيط (المحاور).	١٦

يتضح من جدول (٦) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء لتحديد المهارات الحركية الأساسية التي يمكن أن يحتويها البرنامج التعليمي المقترح لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي تراوحت ما بين (٩% - ١٠٠%) وقد إرتضت الباحثة المهارات التي حصلت على نسبة ٨٠% فأكثر ليصبح عدد المهارات (٧) مهارات حركية أساسية " قيد البحث" وهم: مهارة الجري، مهارة الوثب، مهارة الحجل، مهارة الدوران، مهارة التوازن، مهارة الرمي، مهارة اللقف.

ثم قامت الباحثة بإستطلاع رأي السادة الخبراء حول عدد الدروس التي تناسب كل مهارة والتي يمكن أن تتناسب مع طبيعة وسن العينة "قيد البحث" مرفق (٩) وجدول (٧) يوضح ذلك:

تأثير برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية
أ.د/ محروس محمود محروس أ.م.د./ ممدوح محمد السيد محمد أ. / الاء عاطف محمد إسماعيل

جدول (٧)

آراء السادة الخبراء في تحديد عدد الدروس المناسبة للمهارات الحركية الأساسية " قيد البحث " (ن=١١)

النسبة المئوية (%)	التكرارات	عدد الدروس					المهارات الحركية الأساسية	م
		٥	٤	٣	٢	١		
٪١٠٠	١١				√		الجري	٠.١
٪٩٠	١٠				√		الوثب	٠.٢
٪١٠٠	١١				√		الحجل	٠.٣
٪١٠٠	١١				√		الدوران	٠.٤
٪١٠٠	١١				√		التوازن	٠.٥
٪١٠٠	١١				√		الرمي	٠.٦
٪٩٠	١٠				√		اللفف	٠.٧

يتضح من جدول (٧) إتفاق آراء السادة الخبراء على عدد الدروس التي تتضمنها كل مهارة مختارة بنسبة تتراوح ما بين (٩٠ ٪ : ١٠٠ ٪) وإرتضت الباحثة نسبة ٨٠ ٪ فأكثر على ان كل مهارة تستغرق درسين لتعليم هذه المهارات الحركية الاساسية.

الاطار الزمني لمحتوى البرنامج المقترح:

قامت الباحثة بإستطلاع رأي عدد (١١) من الخبراء في المناهج وطرق التدريس والتربية الحركية لتحديد زمن ظاجزاء الدرس المختلفة داخل البرنامج التعليمي مرفق (١٠) وجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول (٨)

آراء السادة الخبراء في تحديد التوزيع الزمني لأجزاء الدرس المختلفة داخل البرنامج التعليمي (ن=١١)

النسبة المئوية (%)	التكرار	الزمن المقترح	أجزاء الدرس
١٠٠	١١	٢٥ دقيقة	الجزء التمهيدي
٩٠	١٠	٥٠ دقيقة	الجزء الرئيسي
١٠٠	١١	١٥ دقيقة	الختام
١٠٠	١١	٩٠ دقيقة	المجموع

يتضح إتفاق الخبراء على أن الشكل التنظيمي للدرس التعليمي يكون على النحو التالي :

- الجزء التمهيدي (٢٥) دقيقة
- الجزء الرئيسي (٥٠) دقيقة
- الختام (١٥) دقائق
- المجموع (٩٠) دقيقة

وبناءً على ما سبق فإن التوزيع الزمني المخصص للبرنامج التعليمي هو:

- يستغرق تنفيذ البرنامج (٨) أسابيع.
 - ينفذ البرنامج من خلال الوحدات التعليمية هي (٤) وحدات بواقع (٤) دروس في كل وحدة، بواقع درسين في الأسبوع، وزمن الدرس التعليمي (٩٠) دقيقة، والمدة الزمنية للبرنامج (٩) أسابيع ونصف، والزمن الأسبوعي هو (١٨٠) ق.
 - الجزء التمهيدي ينقسم إلى:
 ١. إحماء ومدته ١٠ ق.
 ٢. الإعداد البدني ١٥ ق.
 - الجزء الرئيسي: مدته (٥٠) ق:
- يُخصص هذا الجزء من الدرس في تنمية المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي وذلك عن طريق:
٣. شرح المهارة ومراحلها المختلفة بهدف خلق تصور حركي لدى التلاميذ.
 ٤. عمل تمرينات نوعية على الجزء المراد تدريسه ويشمل هذا الجزء على مجموعة من التمرينات النوعية المصحوبة بالإيقاع الموسيقي تم تقسيمها على مراحل تعلم المهارات الحركية الأساسية والإبتكار الحركي وهي مثلاً (مجموعة تمرينات متدرجة الصعوبة) تساعد الباحث على تنمية المهارات الحركية الأساسية للتلاميذ.
 ٥. لذلك فقامت الباحثة بترتيب الدروس بحيث يبدأ الدرس الجديد بآخر جزء تم تدريسه في الدرس السابق وهكذا.
 - الجزء الختامي: لمدة (١٥) ق:
 ٦. ويتمثل عودة التلاميذ للحالة الطبيعية، إعادة الجسم إلى وضع الإسترخاء الطبيعي الذي كان عليه قبل الدرس.

الأساليب التعليمية المستخدمة في البرنامج المقترح:

قامت الباحثة بإستطلاع رأي عدد (١١) من خبراء المناهج وطرق التدريس والتربية الحركية لتحديد اساليب التدريس التي تتناسب مع البرنامج المقترح مرفق (٨) وجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

آراء السادة الخبراء في تحديد أساليب التدريس التي تتناسب مع مجموعات البحث المتميزة في المستوى داخل الدرس التعليمي (ن=١١)

النسبة المئوية (%)	التكرار	الأسلوب التعليمي
٣٦.٤%	٤	أسلوب المهام التعليمية
٤٥.٥%	٥	أسلوب التعلم التعاوني
١٠٠%	١١	أسلوب الأمر

يتضح من جدول (٩) أنه إتفق السادة الخبراء بنسبة (١٠٠ %) على أن أسلوب الأمر يتناسب مع مستوى العينة ومحتوى البرنامج داخل الدرس التعليمي.

طرق وأساليب تقويم البرنامج المقترح:

- إختبارات المهارات الحركية الأساسية "قيد البحث".
- القياسات القبليّة والبعدية.
- الملاحظة.
- التقويم البنائي أو التقويم التجميعي.

سابعاً: الدراسات الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية الأولى:

قامت الباحثة بالدراسة الاستطلاعية الأولى بهدف:

١. إجراء المعاملات العلمية للإختبارات المهارات الحركية الأساسية على عينة البحث وذلك في الفترة من ٢٠٢١/١٢/١٦ إلى ٢٠٢١/١٢/٢٠ م.
 ٢. التحقق من مدى مناسبة الأجهزة والأدوات والمكان المستخدم لتنفيذ البرنامج.
 ٣. تسجيل البيانات ونتائج الإختبارات في إستمارة التسجيل مرفق (١٢).
- وكانت نتائج الدراسة الاستطلاعية الأولى ما يلي:
- تعرف المساعدين على كيفية تطبيق الإختبارات المهارية قيد البحث.
 - إتضح أن بعض الأدوات غير صالحة للإستخدام ولذلك تم عزلها وإستبدالها بأدوات صالحة للإستخدام وتم تجهيز المكان لعرض المهمة الرئيسية .

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قامت الباحثة بتجريب (درس واحد) من البرنامج التعليمي المقترح على عينة عشوائية عددها (١٠) تلاميذ من مجتمع البحث

ومن خارج العينة الأصلية، وذلك في يوم الأحد الموافق ٢٠٢١/١٢/٢٦ م، وذلك بهدف التعرف على:

١. مدى مناسبة المحتوى التعليمي لمستوى العينة.
 ٢. مدى مناسبة الزمن المحدد للدرس التعليمي.
 ٣. مدى مناسبة ترتيب أجزاء الدرس التعليمي.
 ٤. إكتشاف ما قد يظهر من صعوبات تواجه الباحثة أثناء عملية التطبيق للدرس التعليمية والتغلب عليها.
- وكانت نتائج الدراسة الاستطلاعية الثانية ما يلي:
١. كان محتوى الدرس من معلومات ومعارف ومهارات مناسب لقدرات وإستعدادات عينة البحث.
 ٢. كان زمن الدرس التعليمي مناسباً لمستوى عينة البحث.
 ٣. كان ترتيب الدرس مناسب (الجزء التمهيدي - الجزء الرئيسي - الجزء الختامي).

ثامناً: إجراءات تطبيق البرنامج التعليمي:

القياس القبلي:

تم إجراء القياس القبلي على المجموعة التجريبية وذلك في الفترة من ٢/٣ إلى ٢/٨/٢٠٢١ م في متغيرات البحث "مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية قيد البحث".

تطبيق البرنامج:

قامت الباحثة بإجراء التجربة الأساسية على عينة البحث "ثمانية أسابيع" بواقع درسين أسبوعياً، وزمن الدرس (٩٠) دقيقة، وذلك في الفترة من ٢/٩/٢٠٢٢ م الي ١٠/٤/٢٠٢٢ م.

القياس البعدي:

بعد إنتهاء المدة المحددة لتنفيذ البرنامج قامت الباحثة بإجراء القياسات البعدية لمجموعة البحث التجريبية في متغيرات البحث " المهارات الأساسية قيد البحث" وذلك في الفترة م ٦/٤/٢٠٢٢ م إلى ١٠/٤/٢٠٢٠ م.

تاسعاً: المعالجات الإحصائية:

بعد الإنتهاء من التطبيق وتجميع النتائج وجدولتها قامت الباحثة بإجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss وذلك من خلال المعاملات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط.
- معامل الإلتواء والتفطح.
- التباين.
- النسبة المئوية.
- إختبار مان ويتني.
- نسبة التحسن المئوي.

وقد إرتضت الباحثة مستوى دلالة احصائية عند مستوى (٠.٠٥)، كما إستخدمت الباحثة برنامج Spss لحساب بعض المعاملات الإحصائية.

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

١- عرض النتائج:

لتحقيق أهداف البحث والتحقق من صحه فروضه يتم تفسير النتائج وفقاً لما يلي:

أولاً: عرض نتائج الفرض الاول اولذي ينص على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطى القياس البعدي لتلاميذ كل من المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى أداء بعض المهارات الحركية الأساسية لصالح تلاميذ المجموعة التجريبية.

جدول (١٠) يوضح دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين في متغير (المهارات الحركية الأساسية).

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطى درجات القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات المهارات الحركية الأساسية لعينة قيد البحث (ن=٢٠=٢٠)

م	الاختبار	الوحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
اختبارات المهارات الحركية الأساسية	إختبار الجري الزجزاجي	سرعة الجري	٤.٨٢	٠.٣٦	٣.٩٨	٠.٣٧	٧.١٩	دال
	إختبار الوثب العريض من الثبات	الوثب	١١٥.٧٠	٢.٣٢	١٢١.٨٠	٣.٣٦	٦.٣٩	دال
	إختبار المشي على اللوحة	التوازن المتحرك	٦.٦٠	٠.٨٢	٨.٣٥	٠.٩٣	٦.٢٩	دال
	إختبار الجري حول دائرة	الدوران	٣.٤٢	٠.٢٤	٣.٠٤	٠.١٠	٦.٣٤	دال
	الحجل بالقدم اليمني ١٠ متر	الحجل	٤.٥٤	٠.٤٩	٣.٩٨	٠.٤١	٣.٩٣	دال
	إختبار اللف	اللف	٣.١٥	٠.٨٧	٤.٢٠	٠.٩٥	٣.٦٣	دال
	إختبار الرمي	الرمي	١٢.٢٢	٠.٨٣	١٤.٠٣	٠.٨٥	٦.٧٣	دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى $0.05 = 2.02$

ويتضح من نتائج جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياس البعدي كل من المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغير المهارات الحركية الأساسية قيد البحث لصالح متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٣.٩٣ : ٧.١٩) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية 2.02 عند مستوى 0.05

ثانياً: تفسير ومناقشة النتائج:

في ضوء نتائج التحليل الإحصائي، وفي حدود القياسات المستخدمة وإسترشاداً بالمراجع العلمية والدراسات السابقة تمت مناقشة النتائج تبعاً لأهداف البحث وفروضه للهدف الرئيسي من هذا البحث على النحو التالي:

مناقشة وتفسير الفرض:

دراسة وجود فروق بين متوسطي القياسين البعدين لتلاميذ المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى أداء بعض المهارات الحركية الأساسية لصالح تلاميذ المجموعة التجريبية: يتضح من نتائج جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياس البعدي لكل من المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغير المهارات الحركية الأساسية قيد البحث لصالح متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٣.٩٣ : ٧.١٩).

وترجع الباحثة هذا التقدم في القياس البعدي في مستوى أداء بعض المهارات الحركية الأساسية لصالح تلاميذ المجموعة التجريبية إلى محتوى برنامج التمرينات النوعية المصحوب بالإيقاع الموسيقي المقترح والذي ينمي ويساعد على الإرتقاء بالمهارات الحركية الأساسية.

وترى الباحثة أن الإستعانة بالتمرينات النوعية والتي تؤدي بصورة تتفق مع طبيعة الأداء المهاري بإستخدام العضلات العاملة في المهارة ذاتها وفي نفس المسار الحركي وزمن وشكل الأداء، كان له أفضل الأثر في تحسين وتنمية المهارات الحركية الأساسية، فقد كانت التمرينات النوعية الخاصة مشابهة لأداء المهارة المطلوب تنميتها وتطويرها، وهذا ما أشارت له عفاف عثمان محمد (٢٠٠٨) (١٧) من أن البرنامج الناجح تترجم أهدافه إلى سلوك يمكن ملاحظته على التلاميذ من خلال تطبيق برامج التمرينات المتنوعة (٣٤:١٧).

ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه دراسة محمد حسن (٢٠٢١) (٢٥) إلى أن تطبيق البرنامج التعليمي بإستخدام التمرينات النوعية الخاصة يعد وسيلة تعليمية مساعدة لإكتساب وتعلم الأداء المهاري وله فاعلية خاصة في العملية التعليمية.

واكدت دراسة **Hannah Waring and Judy Edworthy** على أن هناك علاقة بين الإيقاع الحركي والموسيقى، و المهارات الحركية تعتمد علي الايقاع الحركي داخل الجسم، لذلك فإن القدرات الحركية لدى الفرد غالباً تكون مرتفعة عند مصاحبة الموسيقى للحركة (٧:٣٧).

ويشير **Marcel Zentner (2010)** إلى أن الايقاع الموسيقي المصاحب للتمرينات يساعد على سرعة تعلم الحركات الجديدة وتنميتها ويكسب الفرد حماساً، ويزيد الإحساس الحركي لدى الفرد (٩٥:٣٨).

وترى الباحثة أن التمرينات النوعية المصحوبة بالإيقاع الموسيقي قد حفزت التلاميذ على تنمية المهارات الحركية الأساسية قيد البحث وتتفق مع نتائج دراسة **Marcel Zentner**، محمد حسن حيث أكدت دراستهما أن الرياضيين يستخدمون الموسيقى لتحفيز دافعيتهم لممارسة التمرينات والألعاب الرياضية والإستمرار في الأداء.

وإتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسات كل من محمد حسن السيد (٢٠٢١) (٨٠)، نهله عبد العظيم (٢٠٢٢) (٣٥)، أحمد شاكر (٢٠٢١) (٣) والتي أكدت على أن التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي تعمل على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية قيد البحث. وبذلك يتحقق الفرض الأول الذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي القياس البعدي لتلاميذ كل من المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى أداء بعض المهارات الحركية الأساسية لصالح تلاميذ المجموعة التجريبية".

الإستنتاجات والتوصيات

أولاً: الإستنتاجات:

في ضوء أهداف وفروض البحث وحدود العينة المستخدمة، ومن واقع البيانات والنتائج التي توصلت إليها الباحثة ومن خلال نتائج المعالجات الإحصائية للبيانات تم إستنتاج الآتي:

١. البرنامج التعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي له تأثير إيجابي على تحسين مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية لأفراد المجموعة التجريبية حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٣.٩٣ : ٧.١٩) وهي أكبر من (٢.٠٢) عند مستوى (٠.٠٥).
٢. الأسلوب التقليدي المتبع مع تلاميذ العينة للمجموعة الضابطة أدى إلى تحسن إيجابي طفيف في أداء التلاميذ للمهارات الحركية الأساسية المقيسة.

ثانياً: التوصيات:

في ضوء إستنتاجات البحث وإستناداً إلى البيانات والنتائج التي توصلت إليها الباحثة، توصي الباحثة بالآتي:

١. تطبيق البرنامج التعليمي المقترح على تلاميذ الصفوف الثلاثة من المرحلة الابتدائية (عام - خاص) لما أظهرته الدراسة من تحسن في مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.
٢. إستخدام التمرينات النوعية المصاحبة بالإيقاع الموسيقي لها تأثير فعال في الإرتقاء بتلاميذ المراحل الأولى من التعليم الأساسي.
٣. إستخدام التمرينات النوعية المصحوبة بالإيقاع الموسيقي المقترحة قيد البحث لما لها من تأثير إيجابي في سرعة تعلم المهارات الحركية الأساسية.
٤. إجراء دراسات متشابهة باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي لتنمية المهارات المختلفة للأنشطة الرياضية الأخرى.

المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية:

١. أبو النجا أحمد عز الدين: المناهج في التربية الرياضية (للأسوياء - الخواص)، مكتبة شجرة الدر، ٢٠٠٣ م.
٢. آلاء حماد عبد التواب: "برنامج تعليمي باستخدام الدراما التعليمية وأثره على تعلم المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بألعاب القوى لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة أسيوط"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٢١ م.
٣. أحمد شاكر عبد العزيز: "تأثير برنامج قائم على الأنشطة الحركية لتطوير بعض عمليات العلم الأساسية وبعض المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال التوحد"، مجلة بني سويف لعلوم التربية والرياضة، جامعة بني سويف، ٢٠٢١ م.
٤. احمد عبد الرحمن محمد، تامر فاروق السيد: "تأثير التمرينات النوعية بمصاحبة الأوزان على الألام الميكانيكية لمفصل الكعب لدى الرياضيين" بحوث ومقالات، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، مج ٤، ع ٥٦، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٢١ م.
٥. أسامة كامل راتب: النمو الحركي، (الطفولة - المراهقة)، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٠ م.
٦. أميرة محروس محمود: "أثر استخدام الألعاب التمهيدية لتنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والوعي بالجسم لطفل الروضة في ظل مستجدات جائحة كورونا"، مجلة دراسات في الطفولة والتربية، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعه أسيوط، ع ١٩، ٢٠٢١ م.
٧. أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون: "التربية الرياضية المدرسية - دليل معلم الصف وطالبات التربية العملية، ط ٤، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٤ م.
٨. أمين أنور الخولي: "أصول التربية البدنية والرياضية"، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٢ م.
٩. أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب: "التربية الحركية للأطفال"، ط ٥، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٧ م.

١٠. أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: " ألعاب صغيرة و ألعاب كبيرة الإطار المفاهيمي والتعليمي للألعاب، ذخيرة الألعاب التعليمية والتمهيدية والترفيهية، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٩.
١١. إيمان عبد الهادي طلبة، محروس خليل محمد قنديل، منال طلعت محمد: "تأثير الإيقاع الموسيقي على تعلم المهارات الحركية الأساسية في التمرينات الفنية الإيقاعية"، مجلة كلية التربية الرياضية، ع٢٠، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠١٣م.
١٢. الطاهر أحمد محمد مطر: "تأثير برنامج تمرينات نوعية وفقاً لميكانيكية أداء مهارة أوتشي ماتا خلال فترة التعب التعويضي على بعض القدرات البدنية ومستوى الأداء في رياضة الجودو" بحوث ومقالات، مجلة بحوث التربية الشاملة، المجلد، العدد ١، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق، ٢٠٢٠م.
١٣. سحر مصطفى محمد عبد العال: 'فاعلية برنامج مقترح لتعليم المهارات الحركية الأساسية لبعض مسابقات الميدان والمضمار وأثره على التوافق النفسي الإجتماعي لدى الأطفال المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم"، بحوث ومقالات، مجلة بحوث التربية الرياضية للبنين، مج٦٧، ع١٢٦، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ٢٠٢٠م.
١٤. سميرة أخوية حمودة، بسام مسمار عبد الله: "أثر برنامج تدريبي بمصاحبة الإيقاع الموسيقي على بعض القدرات التوافقية في مساق الجمباز لدى طالبات جامعة اليرموك"، مجلة دراسات العلوم التربوية، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، مج ٤٦، ع ٢، ملحق ١، ٢٠١٩م.
١٥. سمير محمد صلاح عبد السلام: "أثر الإيقاع الموسيقي باستخدام حزام الطفو والتوافق في سباحة الصدر"، مجلة تطبيقات علوم التربية الرياضية، ع٩٧، كلية التربية الرياضية للبنين أبو قير، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٨م.
١٦. عطيات محمد خطاب، مها محمد فكري، شهيرة عبد الوهاب شقير: " أساسيات التمرينات والتمرينات الإيقاعية "، مركز الكتاب للنشر كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ٢٠١٧م.
١٧. عفاف عثمان عثمان: "الإتجاهات الحديثة في التربية الحركية"، دار الوفاء لدنيا الطباعة، الإسكندرية، ٢٠٠٨م.

- ١٨ . عفاف عثمان عثمان: "التربية الحركية للأطفال، مؤسسة عالم الرياضة للنشر، الإسكندرية، ٢٠١٧م.
- ١٩ . علي السعيد ربحان: "ثقافة اللياقة البدنية للجنسين"، المكتبة العصرية للنشر والتوزيع، المنصورة، ٢٠٠٧م.
- ٢٠ . غزوان الزركلي: "عن الموسيقى والموسيقيين"، سوريا، دمشق، الهيئة العامة السورية للكتاب، دار البعث، ٢٠١١م.
- ٢١ . ليلي عبد العزيز زهران: "التمرينات الفنية والإيقاعية"، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ٢٢ . ليلي عبد العزيز زهران، كامل عبد المجيد قنصوة، عاصم صابر راشد: "التربية الحركية"، دار زهران للنشر والتوزيع، عمان، ٢٠١٢م.
- ٢٣ . محروس محمود محروس: "القدرات الإدراكية والحركية لطفل ما قبل المدرسة"، مؤسسة عالم الرياضة ودار الوفاء لندنيا الطباعة، ٢٠١٥م.
- ٢٤ . محسن رمضان علي، إيهاب عادل فوزي جمال، أحمد فؤاد عبد الفتاح: "أثر إستخدام برنامج تدريس مقترح علي تحسين المهارات الحركية الأساسية لدى الاطفال"، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، ع ٩٣، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، ٢٠٢١م.
- ٢٥ . محمد حسن السيد: "تأثير إستخدام التمرينات النوعية على تعلم المهارات الحركية الأساسية لفئة الصم والبكم لمرحل التعليم الاساسي"، مجلة بني سويف لعلوم التربية البدنية والرياضية، مج ٤، ع ٧، كلية التربية الرياضية، جامعة بني سويف، ٢٠٢١م.
- ٢٦ . محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: "إختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠١م.
- ٢٧ . محمد صبحي حسانين: "القياس والتقويم في التربية الرياضية، الجزء الثاني، الطبعة ٤، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ٢٨ . محمد ضاحي عباس: "المحددات البيوميكانيكية لربط مهارتي تكاتشيف فتح مع جينجر على جهاز العقلة كأساس لوضع التمرينات الغرضية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٠٦م.
- ٢٩ . محمود اسماعيل عبد الحميد: "أساسيات التمرينات"، مركز الكتاب الحديث، القاهرة، ٢٠١٥م.
- ٣٠ . محمود عبد الحليم عبد الكريم: منظومة الرياضة المدرسية (التعلم الجيد - مهارات التدريس - المعلم ومعايير الكفاءة)، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠١٥م.

٣١. مدقن مصطفى، نور الدين بطاط: "أثر إستخدام أسلوب الإكتشاف الموجه على تعلم المهارات الحركية الأساسية في دروس التربية البدنية والرياضية"، مجلة الإبداع الرياضي، مج ١٢، ١٢ع، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد بوضياف المسيلة، ٢٠٢١م.
٣٢. مروة بدر عبد العظيم: " فعالية برنامج مقترح بإستخدام التمرينات التمثيلية على تنمية المهارات الحركية الأساسية لدى طفل الروضة"، أطروحة ماجستير، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة المنيا، ٢٠١٨م.
٣٣. ممدوح طه عباس: " تصميم بعض الوسائل التعليمية المتنوعة كمتغيرات بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال بعمر ٩ سنوات"، بحوث ومقالات، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد العدد مج ١٢، ١٢ع، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، ٢٠١٩م.
٣٤. ممدوح عبد المنعم الكنانى: "سيكولوجية الإبداع وأساليب تنمية، ط ٢، دار الميسرة للنشر والتوزيع، ٢٠١٥م.
٣٥. نهلة عبد العظيم إبراهيم: " تأثير برنامج اللعب الدرامي على السلوك الإجتماعي الإيجابي وبعض المهارات الحركية الأساسية والمهارات الحياتية"، مجلة بحوث التربية الرياضية، مج ٧١، ١٣٩ع، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ٢٠٢٢م.
٣٦. وجدي مصطفى الفاتح: "أسس التدريب الرياضي لمرحلة الناشئين، المؤسسة العربية للعلوم والثقافة، القاهرة، ٢٠١٧م.

ثانياً: المراجع الاجنبية:

- ٣٧- Hannah Waring and Judy Edworthy: " The Effects of Music Tempo and Loudness Level on Treadmill Exercise, School of Psychology, University of Plymouth, Drake circus, Plymouth (٢٠٠٦).
- ٣٨- Marcel Zentner ،& Eerola، T: " Rhythmic Engagement with Music in Infancy "UK ،York ،Published by،The National Academy Of Sciences، ٢٠١٠.
- ٣٩- Moghadam, Ghanifer, H: " Game Therapy Effect of Improving Motor Skills in Children With Down Syndrome, Journals Of Applied Environmental and Biological Sciences, ٢٠١٥.

- ٤٠-**Palmar Hap: "The Music Movement, and Learning Connection, Young – Children; v٥٦ n٥, ٢٠٠١**
- ٤١-**Tamas Freerar: Olympic Weightlifting, Second Edition, Tomas Ero, Sport Librikk Budapest- Hungery, ٢٠٠٧.**
- ٤٢-**Ting-Chun Weng: Effect of Music Listening on The Enjoyment of Physical Activity Experience, A Thesis Submitted to The Faculty of the University of North Carolina Degree of Master of Science in Recreation, ٢٠٠٦.**

المستخلص :

هدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية بتطبيق القياسات القبليّة والبعديّة لكلا من المجموعتين، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية حيث بلغت عينة الدراسة الأساسية (٤٠) تلميذاً من تلاميذ الصف (الثالث الإبتدائي) من مدرسة الشروق الرسمية للغات التابعة لمحافظة سوهاج، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إشملت كل مجموعة على (٢٠) تلميذاً إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وتمت الإستعانة بعدد (٣٠) تلميذاً من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية ولهم نفس مواصفات العينة الأساسية كعينة إستطلاعية لحساب المعاملات العلمية للإختبارات المستخدمة في البحث، وقد اعدت الباحثة إختبارات للمهارات الحركية الأساسية كأدوات لجمع البيانات، وفي ضوء الأهداف والفروض توصلت الباحثة إلى أن البرنامج التعليمي باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي له تأثير إيجابي على تحسين مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية لأفراد المجموعة التجريبية حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٣.٩٣ : ٧.١٩) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت (٢.٠٢) عند مستوى (٠.٠٥)، وأوصت الباحثة بضرورة إجراء دراسات متشابهة باستخدام التمرينات النوعية المصاحبة للإيقاع الموسيقي لتنمية المهارات المختلفة للأنشطة الرياضية الأخرى.

Abstract

The aim of this research was to design an educational program using qualitative exercises accompanying musical rhythm to develop some basic motor skills for primary school students. The researcher used the experimental method by using the experimental design of two groups, one of them is a control group and the other is an experimental one applying the tribal and dimensional measurements for both groups . The sample of the studt was divided into two groups, each group included (٢٠) students.(٣٠) students were chosen for the exploratory study in order to calculate the scientific coefficients of the tests used in the research. The researcher had prepared tests of basic motor skills as tools for data collection. In the light of the objectives and the assumptions of the study, the researcher concluded that the educational program using qualitative exercises accompanying musical rhythm had a positive effect on improving the level of performance of basic motor skills of the members of the experimental group. The calculated "T" value ranged between (٣,٩٣: ٧,١٩), which is greater than the tabular "T" value, which was ٢,٠٢ at the level ٠,٠٥ . The researcher recommended the necessity of conducting similar studies using qualitative exercises accompanying musical rhythm to develop different skills for other sports activities