

## ” تأثير استخدام برنامج Top play على مستوى اللياقة البدنية والمهارات الحركية الاساسية لتلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الابتدائي ”

د/ أحمد جودة أبو بكر

### مقدمة البحث :-

تعتبر مرحلة الطفولة من أهم المراحل التي تكون سبب واضح في التطوير الاجتماعي، والتي يمكن من خلالها تكون الهوية الاجتماعية، وعادة تبدأ هذه المرحلة من ولادة الطفل وحتى مرحلة البلوغ، وتتمثل في بعض المراحل التي تختلف بناء على عمر الطفل، والمميز كل واحد من هذه المراحل لها مميزات مختلفة، ويجب أن يكون الآباء على فهم وتشير "عواطف محمود إبراهيم" (٢٠٠٤م) أنه قد خصص كثير من العلماء هذه المرحلة كأفضل مراحل التعليم نظراً لوجود مجموعة من الخصائص البيولوجية والنفسية والحركية التي تميز الطفل في هذه المرحلة. (٧ : ١٦)

وتعتبر الحركة والنشاط هما الشكل الأساسي للحياة ودوما كانت الحركة هي الطريقة الأساسية في التعبير عن الأفكار والمفاهيم، وعن الذات بوجه عام، والحركة هي أقدم أشكال الاتصال والمشاركة الوجدانية وفي ظل الثورة المعلوماتية، فرض على العملية التعليمية أن تأخذ على عاتقها مراعاة طموحات التنمية الشاملة ومتطلباتها، تلك الطموحات التي تتمثل في تحقيق مستوى الجودة في العملية التعليمية ، ولعل مدخل مسرح المناهج يعتبر أحد المداخل التعليمية التي تسهم في تحقيق مستوى الجودة، وفي خلق جيل واعٍ، و ذكي، ومبدع، وقادر على تلقي المعلومات وتنظيمها. (١ : ٦٦)، (٩ : ٧٤)

وإذا تم النظر إلى التربية الحركية نظرة واسعة عميقة وجد أنه يمكن أن يندرج تحتها مفهومان فرعيان متصلان ومتداخلان هما تعليم الحركة والتعلم عن طريق الحركة وانه من الصعب الفصل بينهما في مرحلة رياض الأطفال والطفولة المبكرة حيث يحتاج الطفل إلي تعلم الحركة وإتقانها ثم تثبيتها ويمكنه بالحركة أن يزيد دائرة تعلمه ومعارفه وخبراته. (١١ : ١٩)

\* /مدرس بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية – جامعة بني سويف

ويعتمد المجلس الثقافي البريطاني في القاهرة على إعداد مجموعة من المدربين القادرين على استخدام كروت top play-top sport في المدارس والاندية لتحفيز الاطفال على ممارسة الرياضة. (١٣)

وتعتبر العاب top play-top sport إحدي المرتكزات التي تقوم على تقديم أنشطة رياضية وبدنية، حيث تتميز هذه الأنشطة بالجودة العالية، والشمولية، كما تعزز أقصى قدر من المشاركة باستخدام المعدات والادوات وذلك في ضوء الامكانيات حسب الانشطة الرياضية المختلفة للمراحل السنية ٥ : ١٨ (١٣)

حيث يعتبر برنامج top play الركيزة الاساسية التي تهدف لتنمية المهارات الحركية الاساسية واللياقة الحركية، بينما تعتمد العاب توب سبورت Top Sport على تنمية وتطوير الألعاب الرياضية المختلفة، والتي تركز على الخصائص الجوهرية لجميع الرياضات (على سبيل المثال كرة القدم، كره السلة، الكرة الطائرة) التي تنطوي على الاحتفاظ / إعادة السيطرة على الكرة، وخلق المساحات للحركة داخل منتصف ملعب الفريق المقابل وتسجيل نقاط أكثر في الفريق المنافس لتحقيق الفوز. (٢٠ : ٦)

وتعتبر "top play" هي كروت مصممة ذات ابعاد من (٢٩,٧×٢١) سم يوضع عليها شكل الاداء المهارى المراد تعليمه للتلاميذ وتسهم في فهم التلاميذ لمتطلبات الأداء الحركي للمهارات المراد تدريسها وتم تصميمها من قبل خبراء المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية في المملكة المتحدة لتطوير عملية التعليم والتعلم في التربية الرياضية وفي الانشطة الحركية والرياضية (١٣)

وكروت "top play" هي كروت تعليمية تم تصميمها من قبل الخبراء لكي تتناسب مع الأطفال في سن المرحلة الابتدائية الذين تتراوح أعمارهم بين ٤-٩ سنوات وخضعت تلك الكروت للعديد من التجارب والاختبارات وتم تطويرها من قبل منظمة الشباب بالمملكة المتحدة وجامعة لوبورو بمساعدة من مجلس الرياضة، والأجهزة الرئاسية الوطنية للرياضة، والرابطة البريطانية للمستشارين والمحاضرين في التربية البدنية. (١٣)

وقد اشار العديد من الخبراء أنه لكي يتم تنمية المهارات الحركية الاساسية يجب في البداية تنمية عناصر اللياقة الحركية، وقد حددوا ثلاثة عناصر وضحو انها الركيزة الاساسية

لتنمية باقي العناصر وهي (التوازن-التوافق-الرشاقة) ومن خلال هذه العناصر يمكن تنمية المهارات الحركية الاساسية مثل (الجري-الوثب-الدوران) وغيرها من المهارات ومن خلال المهارات الحركية الاساسية يمكن تنمية الادراك الحركي.

### مشكلة البحث: -

ومن خلال إشراف الباحث علي العديد من المدارس لمتابعة التدريب الميداني لاحظ الباحث أن تدريس حصة التربية الرياضية للحلقة الاولى من التعليم الابتدائية بالأسلوب المتبع لا يتمشى مع هذه المرحلة من حيث الاهداف الموضوعية حيث أن باستخدام الاسلوب المتبع ظهر بعض المشكلات في حصة التربية الرياضية منها ان طبيعة الأسلوب لا تتمشى مع خصائص وطبيعة المرحلة مما أدى ذلك في انعدام الرغبة من التلاميذ في ممارسة النشاط وقد ادي ذلك الي ضعف قدرة التلاميذ البدنية وكذلك ضعف في المهارات الحركية للتلاميذ ومن هنا جاءت فكرة استخدام أسلوب يتمشى مع طبيعة المرحلة من خلال تصميم بعض الكروت موضح بها الواجب الحركي والبدني المراد اكسابه للتلاميذ.

وبالاطلاع على أحدث البرامج واساليب التدريس في مجال التربية الرياضية وجد أن تجربة Top play تساعد على حل الكثير من المشكلات في درس التربية الرياضية وبالإضافة إلى ذلك انها تجربة حديثة لم يتم تطبيقها من قبل في مصر بالرغم من انها تجربة ناجحة في كثير من الدول الاوربية.

يصف محمد السيد خليل (٢٠٠٠) نقلاً عن "ماتيز Mathews" اللياقة الحركية بأنها: " مرحلة محدودة للقدرة الحركية تؤكد القدرة على العمل العنيف"، كما يصفها آخرون بأنها " الجزء العنيف من اللياقة البدنية" (٨: ١٣٣)

ويرى أسامه كامل راتب (٢٠٠٧) أن مصطلح اللياقة الحركية أو القدرة الحركية يستخدم عادة للدلالة على مدى كفاءة الطفل في أداء المهارات الحركية الأساسية والمهارات المرتبطة بنشاط رياضي معين. (٢: ١٠٣)

### أهمية البحث:

- ١- تنمية وتطوير بعض القدرات البدنية لتلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الابتدائي.
- ٢- تنمية وتطوير المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الابتدائي.

### أهداف البحث:

يهدف البحث إلى:

تطبيق برنامج Top play وتأثيره على كلا من اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية.

### فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي لصالح القياس البعدي
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي لصالح القياس البعدي
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي لصالح القياس البعدي

### المصطلحات المستخدمة في البحث:-

برنامج توب بلاي Top Play Programme:

برنامج تم تصميمه من قبل خبراء المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية في المملكة المتحدة لتطوير عملية التعليم والتعلم في التربية الرياضية وفي الأنشطة الحركية والمهارات الرياضية (٩ : ٦١).

اللياقة البدنية Motor fitness:

مستوي الحالة البدنية التي يعتمد عليها الطفل في مكونات اللياقة البدنية الخاصة به والتي يتم قياسها بأجهزة القياس والاختبارات العلمية ومقارنتها بالمستوي الأمثل (١ : ٧٤).

### المهارات الحركية الاساسية Fundamental Skills:

هي المهارات الاساسية التي ترتبط ببعض مظاهر النضج البدني في مراحلہ الاولى ولان هذه الانماط الحركية تظهر عند الانسان بشكل اولي لذلك يطلق عليها البعض المهارات الحركية الاساسية (٨: ٢٠٧).

### ثانيا: الدراسات السابقة والمرتبطة: -

#### أ-الدراسات العربية

١) دراسة رنا جمال محمد (٢٠١٦م) (٦) بعنوان " تأثير برنامج تربية حركية على بعض مكونات الادراك الحركي والقدرات الحركية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي" استهدفت الدراسة التعرف على تأثير برنامج تربية حركية على بعض مكونات الادراك الحركي والقدرات الحركية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي واستخدمت الباحث المنهج التجريبي للمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة واشتملت عينة البحث على تلاميذ الصف الثالث بمحافظة بورسعيد وعددهم (٤٠) تلميذ وكانت من اهم النتائج ان لاستخدام البرنامج المقترح للتربية الحركية تأثير ايجابي في تحسين مستوى مكونات الادراك الحركي والقدرات الحركية لدى تلاميذ مجموعة البحث التجريبية.

٢) دراسة مصطفى محمد عبدالحفيظ (٢٠١٩م) (١٠) بعنوان برنامج تعليمي مدعم بكروت توب بلاي - توب سبورت لتنمية المهارات الحركية الاساسية المرتبطة بالكرة الطائرة واثره على الاداء المهارى للمعاقين ذهنيا القابلين للتعلم واستخدم الباحث المنهج التجريبي للمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة واشتملت عينة البحث على تلاميذ الصف الثالث بمحافظة اسيوط وعددهم (٤٠) تلميذ وكانت من اهم النتائج ان لاستخدام البرنامج المقترح المدعم بكروت توب بلاي - توب سبورت تأثير ايجابي في تنمية المهارات الحركية الاساسية المرتبطة بالكرة الطائرة مما أحدث أثرا على الاداء المهارى للمعاقين ذهنيا القابلين للتعلم. ماجستير جامعة اسيوط. / كلية التربية الرياضية. - قسم المناهج وتدريب التربية الرياضية.

## ب-الدارسات الاجنبية

١- دراسة "زيشويولو كرة، بهدف تصميم وبناء برنامج تربية حركية لتشجيع الأطفال على الابتكار في السنوات المبكرة من خلال العناصر الحركية والمهارات الأساسية، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي على عينة قوامها (١٢) طفل من سن (٤ - ٥)، ومن أدوات البحث برنامج تربية حركية للأطفال لتشجيع على الابتكار، ومن أهم النتائج أن البرنامج المقترح له القدرة وآخرون" Zachopoulou, & et al (٢٠١٦)(١٣) دراسة بعنوان " تصميم وبناء برنامج تربية حركية لتشجيع الأطفال على الاداءات الحركية الابتكارية في السنوات المبكرة على زيادة الابتكار والتخيل واكتساب معلومات مفيدة من خلال تمارين برنامج التربية الحركية.

## خطة وإجراءات البحث

### منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة باستخدام (القياس القبلي - القياس البعدي) وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

### مجتمع البحث:

قام الباحث باختيار مجتمع البحث من تلاميذ الصف الثاني الابتدائي من مدرسة عزه زيدان التابعة لإدارة غرب الفيوم التعليمية خلال العام الدراسي ٢٠٢١-٢٠٢٢

### عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من تلاميذ الصف الثاني الابتدائي وبلغ حجم العينة الأساسية (٤٠) تلميذ وتلميذة تم تقسيمهم على مجموعتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كلا منهما (٢٠) تلميذ وتلميذة، كما قام الباحث باختيار عينة الدراسة الاستطلاعية وقوامها (١٠) تلميذ وتلميذة من المجتمع الاصلي وخارج عينة البحث الأساسية كما قام الباحث باستبعاد بعض الحالات من عينة البحث وعددهم (٦) تلاميذ وهم الفئات التالية:

- الحالات المرضية.
- التلاميذ المشتركين في الانشطة الرياضية داخل وخارج المدرسة.

جدول (١)

توصيف عينة البحث

العينة الاستطلاعية	عينة البحث الاساسية		مجتمع البحث	
	(٤٠) تلميذ وتلميذه		(١٨٠) تلميذ وتلميذه	العدد
(١٦) تلميذ وتلميذه	مجموعة ضابطة	مجموعة تجريبية		
	٢٠	٢٠		
%٨,٨	%٢٢,٢٢		%١٠٠	النسبة المئوية

يتضح من جدول (١) أن عدد مجتمع البحث (١٨٠) تلميذ وتلميذه تم توزيعهم بواقع (٢٠) تلميذ وتلميذه لكل من المجموعتين الضابطة والتجريبية، (٢٠) تلميذاً لإجراء المعاملات العلمية (الصدق والثبات) وهم عينة الدراسة الاستطلاعية.

**تجانس عينة البحث:**

جدول (٢)

المتوسط والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء في معدلات النمو (ن=٥٦)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف	معامل الالتواء
السن	سنة	٧,٢٠	٧,٠٠	٠,٤١	١,٦٢
الطول	سم	١٢٢,٢٠	١٢٠,٠٠	٥,١٢	٠,١٧
الوزن	كجم	٢٨,٨٠	٢٦,٠٠	٦,٧٢	١,٩٢
الذكاء	درجة	٨,٨٠	٩,٠٠	١,٣٦	٠,٢٦

يتضح من الجدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء لعينة البحث في معدلات النمو (السن، والوزن، والطول) واختبار الذكاء قد انحصرت ما بين (٣±) مما يدل على تجانس عينة البحث (السن، الطول، الوزن) واختبار الذكاء.

جدول (٣)

دلالة الفروق بين القياسين القبليين للمجموعتين الضابطة والتجريبية

في اختبارات القدرات البدنية واختبارات المهارات الحركية الأساسية (ن=٤٠)

المتغيرات	وحدة القياس	مجموعة ضابطة (ن=٢٠)		مجموعة تجريبية (ن=٢٠)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
<b>اختبارات القدرات البدنية</b>							
اختبار الجري الزجاجي (الرشاقة)	ثانية	١٢,٠٤	١,٢٠	١١,٣٠	٠,٣٦	٠,٨٨	غير دال
اختبار الجري ٣٠م (سرعة)	ثانية	١٥,٩١	١,٥٢	١٣,٤٠	١,٣٣	١,٦٢	غير دال
اختبار التوازن وقوف على قدم واحدة (التوازن)	ثانية	٣,٧٠	٠,٩٢	٣,٢٠	٠,٨٧	٠,٤٤	غير دال
الوثب الي اعلي مع ثني الركبتين والتصفيق باليدين امام الوجه	ثانية	٢,٤٨	١,٠٦	١,٧٠	٠,٩٢	١,١٠	غير دال
<b>المهارات الحركية الأساسية</b>							
اختبار الرمي واللقف	درجة	٢٦,٣٧	٠,٧٨	٢٧,٣٠	١,٤٨	٠,٢١	غير دال
اختبار الدوران	سم	١٧٣,٣٤	٠,٨٥	١٧٦,٣٤	٠,٤٩	٠,٤٩	غير دال
اختبار الوثب	سم	٢٣,٩٧	٠,٦٣	٢٥,٨٣	٠,٣٤	٠,٤٤	غير دال
اختبار المشي	عدد	١٣,٧٠	٠,٦٠	١٦,٥٦	١,٠٩	٠,٧٥	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٣٨ = ٢,٠٢٤

يتضح من جدول (٣) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس القبلي مما يدل على تكافؤ المجموعتين في اختبارات اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية.

**المعاملات العلمية للاختبارات:**

- الصدق والثبات:

تم استخراج معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات قيد البحث بفارق زمني أسبوع من التطبيق الأول علي عينة من خارج العينة الأساسية بلغ عددهم (١٦) تلميذ وتلميذه وهم عينة الدراسة الاستطلاعية ويتضح ذلك من الجدول التالي:

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط ومعامل الصدق الذاتي بين التطبيق

الأول والتطبيق الثاني في اختبار الذكاء (ن=١٦)

الاختبارات	وحدة القياس	تطبيق أول		تطبيق ثاني		معامل الارتباط	معامل الصدق الذاتي
		الانحراف	المتوسط	المتوسط	المتوسط		
الذكاء	درجة	١١,٣٨	٩٩,٧٥	١١,٠٢	٩٩,٧٥	٠,٩٩	٠,٩٩

قيمة " ر " الجدولية عند درجة حرية ١٥ ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٦٩

يتضح من جدول (٤) أن قيمة " ر " المحسوبة أكبر من " ر " الجدولية وهذا يشير إلى وجود ارتباط قوي بين التطبيق الأول والثاني لاختبار الذكاء وبالتالي ثبات الاختبار كما نجد أن معامل الصدق الذاتي لذلك الاختبار قد اقترب من الواحد الصحيح مما يدل على صدق ذلك الاختبار.

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط ومعامل الصدق الذاتي بين التطبيق الأول

والتطبيق الثاني في متغيرات اللياقة الحركية (ن=١٦)

الاختبارات	وحدة القياس	تطبيق أول		تطبيق ثاني		معامل الارتباط	معامل الصدق الذاتي
		الانحراف	المتوسط	المتوسط	المتوسط		
اختبار الجري الزجاجي (الرشاقة)	ثانية	١٢,٠٠	١٢,٠٠	١١,٣٠	١١,٣٠	٠,٩١	٠,٩٥
اختبار الجري ٣٠ م (سرعة)	ثانية	١٥,٩١	١٥,٩١	١٣,٤٠	١٣,٣٣	٠,٨٧	٠,٩٣
اختبار التوازن وقوف على قدم واحد (التوازن)	ثانية	٣,٧٠	٣,٧٠	٣,٢٠	٣,٢٠	٠,٨٥	٠,٩٢
الوقت الي اعلي مع ثني الركبتين والتصفيق باليدين امام الوجه	ثانية	٢,٤٨	٢,٤٨	١,٧٠	١,٧٠	٠,٩٢	٠,٩١

قيمة " ر " الجدولية عند درجة حرية ١٥ ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٦٩

يتضح من جدول (٥) أن قيمة " ر " المحسوبة أكبر من " ر " الجدولية وهذا يشير إلى وجود ارتباط قوي بين التطبيق الأول والثاني في متغيرات اللياقة الحركية وبالتالي ثبات تلك الاختبارات كما نجد أن معامل الصدق الذاتي لتلك الاختبارات قد اقتربت من الواحد الصحيح مما يدل على صدق تلك الاختبارات.

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط ومعامل الصدق الذاتي بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في اختبارات المهارات الحركية الأساسية (ن=١٦)

معامل الصدق الذاتي	معامل الارتباط	تطبيق ثاني		تطبيق أول		وحدة القياس	الاختبارات
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط		
٠,٩٩٠	٠,٩٥٢	١,٤٨	٢٧,٣٠	٠,٧٨	٢٦,٣٧	درجة	اختبار الرمي واللقف
٠,٩٠٠	٠,٩٤٧	٠,٤٩	١٧٦,٣٤	٠,٨٥	١٧٣,٣٤	سم	اختبار الدوران
٠,٩١٥	٠,٩٦٤	٠,٣٤	٢٥,٨٣	٠,٦٣	٢٣,٩٧	سم	اختبار الوثب
٠,٩١٤	٠,٩٤٤	١,٠٩	١٦,٥٦	٠,٦٠	١٣,٧٠	سم	اختبار المشي

قيمة " ر " الجدولية عند درجة حرية ١٥ ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٦٩

يتضح من جدول (٦) أن قيمة "ر" المحسوبة أكبر من "ر" الجدولية وهذا يشير إلى وجود ارتباط قوي بين التطبيق الأول والثاني في اختبارات المهارات الحركية الأساسية وبالتالي ثبات تلك الاختبارات كما نجد أن معامل الصدق الذاتي لتلك الاختبارات قد اقتربت من الواحد الصحيح مما يدل على صدق تلك الاختبارات.

### أدوات جمع البيانات

١. المراجع العلمية والرسائل والنشرات العلمية التي لها صلة بموضوع البحث.
  ٢. استمارات استبيان لاستطلاع رأي الخبراء حول كروت Top play .
  ٣. الاطلاع على المنهج الأساسي للصف الثاني الابتدائي.
  ٤. سوف يقوم الباحث بأعداد كشوف لتسجيل نتائج الاختبارات والقياسات. ملحق (٨)
  ٥. استمارة استطلاع رأي الخبراء حول اهم عناصر اللياقة البدنية التي تناسب هذه المرحلة ملحق (٥)
  ٦. استمارة استطلاع رأي الخبراء حول اهم المهارات الحركية الأساسية التي تناسب هذه المرحلة ملحق (٧)
  ٧. استمارات استطلاع رأي الخبراء حول البرنامج المقترح لاستخدام كروت Top play .
  ٨. سوف يقوم الباحث بتصميم الادوات الخاصة بالبرنامج.
  - ٩-بطارية اختبار (جونسون) تتضمن خمسة اختبارات (لتنمية المهارات الحركية الأساسية)
- الجري الزجزاجي

- الوثب العمودي
- الرمي واللقف
- الدوران
- المشي

#### ٨- اختبارات اللياقة الحركية.

سوف يقوم الباحث بإعداد استمارات استطلاع رأي الخبراء لاستطلاع آرائهم حول أنسب اختبارات اللياقة البدنية المناسبة بما يتناسب مع الأنشطة والمهارات الموجودة بالبرنامج للصف الثاني الابتدائي.

#### ٩- محتوى البرنامج:

- هدف البرنامج:
- هدف بدني (سرعه-التوازن -التوافق-الرشاقة).
- هدف مهارات حركية أساسية (الجري -الوثب -الرمي واللقف-الدوران - المشي).
- التوزيع الزمني لمحتوي البرنامج: عدد الاسبوع (١٠ اسابيع)، عدد الدروس (٢٠ درس) بواقع درسين في الاسبوع مدة الدرس ٤٥ ق.

#### خطوات اعداد البرنامج:

- تحديد الأنشطة التي سيقوم عليها البرنامج وفقا لمتطلبات المرحلة والتي تتضمن بعض الاداءات الحركية من خلال استخدام كروت Top play
- اعداد الادوات المناسبة.
- يحتوي البرنامج على مجموعة من المهارات والتمرينات المتدرجة لتنمية اللياقة الحركية والمهارات الحركية الأساسية
- ١٠- الادوات التي يقوم عليها البرنامج:
- يحتوي البرنامج على شنطة كروت تشمل (كور مختلفة الاحجام، اطواق بمقاسات مختلفة، اقماع متعددة وبمقاسات مختلفة مضارب، اعلام، حبال)
- وتحتوي الكروت على مجموعة من الالعاب والانشطة المختلفة، ويوجد بالكارت مفتاح لكيفية استخدامه ويتمثل المفتاح في كلمة STEP

حيث يعبر S عن المساحة ، T عن المهمة ، E الاجهزة والادوات ، P عن الاشخاص .

١١- تطبيق التجربة الاستطلاعية:

لحساب المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث حيث قام الباحث بذلك في الفترة من يوم

الأحد الموافق ١٠/١٠/٢٠٢١ م وحتى يوم الأحد الموافق ١٧/١٠/٢٠٢١ م.

وسوف يقوم الباحث بتطبيق التجربة الاستطلاعية بهدف:

- تجربة ادوات البحث
- ايجاد المعاملات العلمية
- مناسبة كروت Top play المستخدمة للمرحلة السنوية
- التأكد من صلاحية البرنامج قبل التطبيق ومناسبته للمرحلة السنوية.

١٢- تطبيق التجربة: سوف يتم تطبيق التجربة وفقا للاتية:

١. القياس القبلي:

سوف يقوم الباحث بإجراء القياسات القبليّة على كلا من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.

٢. تنفيذ التجربة: سوف يقوم الباحث بتطبيق البرنامج المقترح على المجموعة التجريبية

فقط وسوف تستمر المجموعة الضابطة في الاداء بالأسلوب التقليدي.

٣. القياس البعدي: سوف يقوم الباحث بإجراء القياسات البعديّة على كلا من المجموعة

التجريبية والمجموعة الضابطة.

### القياسات القبليّة:

تم إجراء القياس القبلي على عينة البحث الأساسية في كل من متغيرات قيد البحث في

الفترة من يوم الاثنين الموافق ١٨/١٠/٢٠٢١ م، إلى يوم الخميس الموافق ٢١/١٠/٢٠٢١ م.

### التجربة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق التجربة الأساسية على مدار (١٠) أسابيع في الفترة من يوم الأحد

الموافق ٢٤/١٠/٢٠٢١ م، إلى يوم الخميس الموافق ٣٠/١٢/٢٠٢١ م، بواقع وحدتين تعليميتين

في كل أسبوع.

### القياسات البعدية:

قام الباحث بعد المدة المحددة للتطبيق بأجراء القياس البعدي لمجموعة البحث للتعرف على مستوى التحصيل المعرفي ومستوى أداء المهارات الأساسية الحركية قيد البحث وذلك في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢٢/١/٢م، إلى يوم الخميس الموافق ٢٠٢٢/١/٦م.

### عرض ومناقشة النتائج

#### أولاً: عرض النتائج

نتائج الفرض الاول والذي ينص على:

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية (سرعة - رشاقة - توافق - توازن) وبعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي (جري، رمي، وثب، ركل، دوران، مشي) لصالح القياس البعدي.

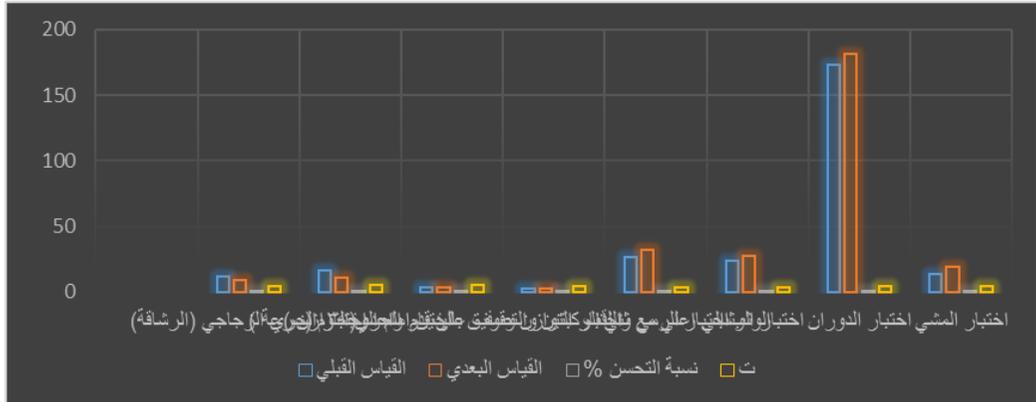
#### جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية

ن=٢٠

الدلالة	ت	نسبة التحسن %	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
				ع	م	ع	م	
بعض عناصر اللياقة البدنية								
دال	4.22	%٢٢,١٧	٢,٦٧	١,٣٥	٩,٣٧	١,٢٠	١٢,٠٤	اختبار الجري الزجاجي (الرشاقة)
دال	٤,٨٧	%٣٣,٨١	٥,٣٨	١,٠٦	١٠,٥٣	١,٥٢	١٥,٩١	اختبار الجري ٣٠ (سرعة)
دال	٤,٩٦	%١٦,٢١	٠,٦٠	٠,٧٦	٣,١٠	٠,٩٢	٣,٧٠	اختبار التوازن وقوف على قدم واحده (التوازن)
دال	٤,٢٠	%١٧,٣٣	٠,٤٣	١,١٠	٢,٠٥	١,٠٦	٢,٤٨	الوثب الي اعلي مع ثني الركبتين والتصفيق باليدين امام الوجه
بعض المهارات الحركية الأساسية								
دال	٣,٤٣	%٢١,٧٢	٥,٧٣	٠,٨٢	٣٢,١٠	٠,٧٨	٢٦,٣٧	اختبار الرمي واللقف
دال	٣,٦٠	%١٤,٥١	٣,٤٨	١,٥٧	٢٧,٤٥	٠,٦٣	٢٣,٩٧	اختبار الوثب
دال	٤,١١	%٤,٤٨	٧,٧٨	٠,٧٦	١٨١,١٢	٠,٨٥	١٧٣,٣٤	اختبار الدوران
دال	4.63	37.95%	5.20	0.88	١٨,٩٠	٠,٦٠	١٣,٧٠	اختبار المشي

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ١,٧٢٩



### الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

### في اختبارات اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية

### الشكل (١)

يتضح من الجدول (٧) والشكل (١) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى جميع المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي وهي (جري، رمي، وثب، دوران، مشي) لصالح القياس البعدي حيث تراوحت ان "ت" المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ١٩.

### نتائج الفرض الثاني والذي ينص على:

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية (سرعة - رشاقة - توافق - توازن) وبعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي (جري، رمي، وثب، ركل، دوران، مشي) لصالح القياس البعدي.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية  
في اختبارات اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية ن=٢٠

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	نسبة التحسن %	ت	الدلالة
	ع	م	ع	م				
بعض عناصر اللياقة البدنية								
اختبار الجري الزجاجي (الرشاقة)	١١,٣٠	٠,٣٦	٧,٩٠	١,٧٣	٣,٤٠	٣٠,٠٨%	٤,٨٤	دال
اختبار الجري ٣٠م (سرعة)	١٣,٤٠	١,٣٣	٩,١٠	٠,٩٦	٤,٣٠	٣٢,٠٨%	٤,٤٥	دال
اختبار التوازن وقوف على قدم واحده (التوازن)	٣,٢٠	٠,٨٧	٢,٦٧	٠,٨٤	٠,٥٣	١٦,٥٦%	٤,٥٣	دال
الوثب الي اعلي مع ثني الركبتين والتصفيق باليدين امام الوجه	١,٧٠	٠,٩٢	١,٥٠	٠,٢٥	٠,٢٠	١١,٧٦%	٤,٣٠	دال
بعض المهارات الحركية الأساسية								
اختبار الرمي واللقف	٢٧,٣٠	١,٤٨	٣٥,٢٧	١,٠٢	٧,٩٧	٢٩,١٩%	٥,٠٣	دال
اختبار الوثب	٢٥,٨٣	٠,٣٤	٣١,١٧	٠,٧٣	٥,٣٤	٢٠,٦٧%	٤,١٧	دال
اختبار الدوران	١٧٦,٣٤	٠,٤٩	١٨٨,٢٦	١,١٣	١١,٩٢	٦,٧٥%	٦,٥٨	دال
اختبار المشي	١٦,٥٦	١,٠٩	٢٣,٥١	٠,٧٩	٦,٩٥	٤١,٩٦%	٤,٣٣	دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ١,٧٢٩



الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية  
في اختبارات اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية

الشكل (٢)

يتضح من الجدول (٨) والشكل (٢) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى جميع بعض عناصر اللياقة البدنية (الرشاقة - السرعة - التوازن - التوافق) وكذلك المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي وهي (جري، رمي، وثب، دوران، مشي) لصالح القياس البعدي حيث ان قيم "ت" المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ١٩.

نتائج الفرض الثالث والذي ينص على:

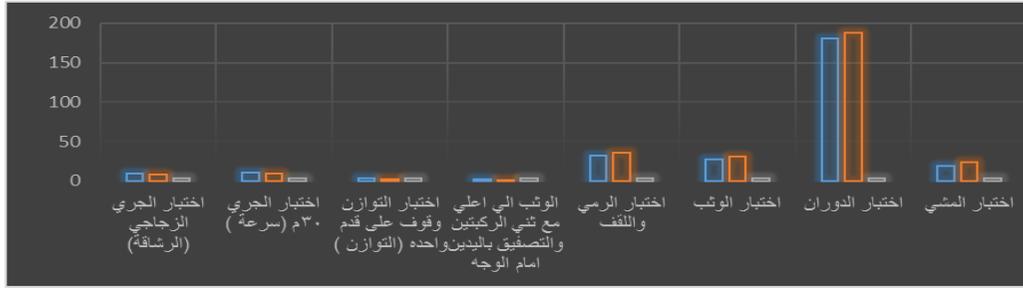
توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية (سرعة - رشاقة - توافق - توازن) وبعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي (جري، رمي، وثب، ركل، دوران، مشي) لصالح المجموعة التجريبية .

#### جدول (٩)

دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي في اختبارات اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية ن=٤٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة ن = ٢٠		المجموعة التجريبية ن = ٢٠		ت	الدلالة
		ع	م	ع	م		
<b>بعض عناصر اللياقة البدنية</b>							
اختبار الجري الزجاجي (الرشاقة)	ثانية	٩,٣٧	١,٣٥	٧,٩٠	١,٧٣	3.45	دال
اختبار الجري ٣٠م (سرعة)	ثانية	١٠,٥٣	١,٠٦	٩,١٠	٠,٩٦	٣,٢٦	دال
اختبار التوازن وقوف على قدم واحده (التوازن)	ثانية	٣,١٠	٠,٧٦	٢,٦٧	٠,٨٤	٣,٧٢	دال
الوثب الي اعلي مع ثني الركبتين والتصفيق باليدين امام الوجه	ثانية	٢,٠٥	١,١٠	١,٥٠	٠,٢٥	٣,٦١	دال
<b>بعض المهارات الحركية الأساسية</b>							
اختبار الرمي واللقف	درجة	٣٢,١٠	٠,٨٢	٣٥,٢٧	١,٠٢	3.17	دال
اختبار الوثب	سم	٢٧,٤٥	١,٥٧	٣١,١٧	٠,٧٣	3.49	دال
اختبار الدوران	سم	١٨١,١٢	٠,٧٦	١٨٨,٢٦	١,١٣	4.07	دال
اختبار المشي	عدد	١٨,٩٠	0.88	23.51	0.79	3.33	دال

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٣٨ = ٢,٠٢٤



الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس البعدي  
في اختبارات اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية

الشكل (٣)

يتضح من الجدول (٩) والشكل (٣) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية (سرعة - رشاقة - توافق - توازن) وبعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي (جري، رمي، وثب، ركل، دوران، مشي) لصالح القياس البعدي. حيث كانت ان قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية ٣٨ وبالبالغة.

### ثانياً: مناقشة النتائج

مناقشة الفرض الأول:

" يتضح من الجداول أرقام (٧)، الأشكال أرقام (١) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية (سرعة - رشاقة - توافق - توازن) وبعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي (جري، رمي، وثب، ركل، دوران، مشي) لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة ويعزو الباحث تلك النتائج الي البرنامج التقليدي الذي تم اتباعه مع المجموعة الضابطة والذي كان له تأثير إيجابي واضح وملحوظ على متغيرات اللياقة البدنية واختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث. وتتفق تلك النتائج مع بعض نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة رنا جمال محمد (٢٠١٦م) (٦)، ، دراسة مصطفى محمد عبدالحفيظ (٢٠١٩م) (١٠) والتي تدل على تحسن المجموعة الضابطة نتيجة للأسلوب التقليدي المتبع في العملية التعليمية وبذلك كان لظهور

النتائج الإيجابية التي ظهرت على القياس البعدي للمجموعة الضابطة أثرا واضحا على أن الأسلوب التقليدي كان له تأثير دال احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة.

وبذلك يتحقق الفرض الأول للبحث والذي ينص علي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في مستوى بعض عناصر اللياقة الحركية والمهارات الأساسية والادراك الحركي لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي لصالح القياس البعدي.

### مناقشة الفرض الثاني:

" يتضح من الجداول أرقام (٨)، الأشكال أرقام (٢) فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية (سرعة - رشاقة - توافق - توازن) وبعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي (جري، رمي، وثب، ركل، دوران، مشي) لصالح القياس البعدي ويعزو الباحث تلك النتائج الي البرنامج المستخدم الذي تم اتباعه مع المجموعة التجريبية والذي كان له تأثير إيجابي واضح وملحوظ على متغيرات اللياقة البدنية واختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.

وتتفق تلك النتائج مع بعض نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة رنا جمال محمد (٢٠١٦م) (٦)، ، دراسة مصطفى محمد عبدالحفيظ (٢٠١٩م) (١٠) والتي تدل على تحسن المجموعة التجريبية نتيجة للأسلوب المتبع في العملية التعليمية وبذلك كان لظهور النتائج الإيجابية التي ظهرت على القياس البعدي للمجموعة التجريبية أثرا واضحا على أن الأسلوب top play كان له تأثير دال احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية .

وبذلك يتحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص علي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في مستوى بعض عناصر اللياقة الحركية والمهارات الأساسية والادراك الحركي لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي لصالح القياس البعدي.

### مناقشة الفرض الثالث:

يتضح من الجداول أرقام (٩)، الأشكال أرقام (٣) توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية (سرعة - رشاقة - توافق - توازن) وبعض المهارات الحركية الأساسية (جري، رمي، وثب، ركل، دوران، مشي) لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي لصالح المجموعة التجريبية. هذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية نتيجة للأسلوب المتبع في العملية التعليمية وبذلك كان لظهور النتائج الإيجابية التي ظهرت على القياس البعدي للمجموعة التجريبية أثرا واضحا على أن الأسلوب **top play** كان له تأثير دال إحصائيا .

### أولاً: الاستخلاصات:

في ضوء كل من: الهدف من البحث، والمنهج المتبع، والنتائج التي تم التوصل إليها، وفي حدود عينة البحث. توصل الباحث إلى استخلاص ما يلي:

١- برنامج **top play** له تأثيره الايجابي في تنمية وتحسين بعض عناصر اللياقة الحركية والمهارات الأساسية لدي تلاميذ الصف الثاني الابتدائي لعينة قيد البحث، من واقع دلالات التحسن التي أحرزها التلاميذ في درجات قياسات اختبارات اللياقة الحركية (السرعة، التوازن، التوافق، الرشاقة) والمهارات الاساسية (اختبار الجري الزجاجي - الوثب-الدوران -الرمي واللقف - المشي)

٢- درس التربية الرياضية بأسلوب العرض والشرح والتي طبق على المجموعة الضابطة ساهمت إيجابياً في تحسين متغيرات البحث " بعض عناصر اللياقة الحركية والمهارات الأساسية " لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي الذين تتراوح أعمارهم من (٩-١٢) سنوات.

٣- برنامج **top play** والذي طبق على المجموعة التجريبية ساهم إيجابياً في تحسين متغيرات البحث " بعض عناصر اللياقة الحركية والمهارات الأساسية " لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي الذين تتراوح أعمارهم من (٩-١٢) سنوات.

٤- برنامج **top play** والذي طبق على المجموعة التجريبية ساهمت إيجابياً في تحسين متغيرات البحث " بعض عناصر اللياقة الحركية والمهارات الأساسية " لتلاميذ الصف

الثاني الابتدائي الذين تتراوح أعمارهم من (٩-١٢) سنوات بدرجة أكبر من درس التربية الرياضية بأسلوب العرض والشرح والتي طبقت على المجموعة الضابطة.

### ثانياً: التوصيات:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث. توصى الباحث بما يلي:

- ١- تطوير طرق وأساليب تدريس التربية الحركية والتخطيط لبرامجها وفقاً للأسس والتطبيقات العلمية الحديثة واحتياجات التنمية الفعلية لتلاميذ المرحلة الابتدائية والتعامل معهم باعتبارهم أهم مراحل السلم التعليمي.
- ٢- العمل على تفعيل استخدام برامج **top play** للمرحلة الابتدائية في درس التربية الرياضية.
- ٣- استخدام الوسائل التكنولوجية في درس التربية الرياضية وذلك لتأثيرها الأفضل على التلاميذ لما تحققه من بهجة ومتعة ومرح.
- ٤- الاتجاه إلى تدريب وتأهيل معلمات التربية الرياضية للعمل بثقافة برنامج **top play** وتطبيقاتها الحديثة.
- ٥- إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول أساليب أخرى لتنمية وتحسين بعض عناصر اللياقة الحركية، المهارات الحركية الأساسية والادراك الحركي في مجالات التربية الرياضية كافة.

### أولاً: -المراجع باللغة العربية

- ١ ابتهاج محمود طالبة ٢٠٠٩م "المهارات الحركية لطفل الروضة"، ط١، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- ٢ أسامه كامل راتب ٢٠٠٧م "النمو الحركي (مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق)"، دار الفكر العربي، ط٨، القاهرة،
- ٣ ايلين وديع فرج ٢٠٠٧م "خبرات في الالعاب للصفار والكبار"، منشأة المعارف ط٤، الاسكندرية،
- ٤ ايمن عبده محمد ٢٠١٥م "تأثير برنامج تعليمي باستخدام كروت الكرة الطائرة وكروت **Play- Top sport** لتعلم بعض الحركات الاساسية التمهيدية لمهارات الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الابتدائية"، بحث علمي منشور، مجلة علوم وفنون التربية الرياضية، العدد الاربعون، الجزء الاول، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط.



- ٥ خالد عبد الجابر عبد ٢٠١٥ م  
الحافظ مهران  
"برنامج ترويجي رياضي مقترح باستخدام كروت "Top Sport" لطلاب  
التعليم الفني الصناعي" ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة  
اسيوط .
- ٦ رنا جمال محمد ٢٠١٦ م  
"تأثير استخدام برنامج تربية حركية علي بعض مكونات الإدراك الحركي  
والقدرات الحركية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي"، رسالة ماجستير، كلية  
التربية الرياضية ، قسم المناهج وطرق التدريس، جامعة بورسعيد ،  
"المفاهيم وتخطيط برامج الأنشطة في الروضة" ، مكتبة الانجلو المصرية  
، القاهرة .
- ٧ عواطف محمود إبراهيم ٢٠٠٤ م  
٨ محمد السيد خليل ٢٠٠٠ م  
"التربية الحركية النظرية والتطبيق"، كلية التربية  
الرياضية للبنين، جامعة المنصورة،
- ٩ محمد محمود الحيلة ٢٠٠٥ م  
"الالعاب الصغيرة وتقنيات انتاجها" ط٤، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع  
والطباعة .
- ١٠ مصطفى محمد ٢٠١٩ م  
عبدالحفيظ  
"برنامج تعليمي مدعم بكروت توب بلاي -توب سبورت لتنمية المهارات  
الحركية الاساسية المرتبطة بالكرة الطائرة واثره علي الأداء المهاري  
للمعاقين ذهنيا القابلين للتعلم" ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ،  
جامعة اسيوط.

### ثانيا :- المراجع باللغة الانجليزية

- 11 Annanairo , A., Cowell , 2006 "Curriculum theory and Dosing in physical  
C education" , 2nd .ed., the c.ve Mosbyco. St 10  
Wis tronto ,
- 12 Zachopoulou, K., 2016 The design and implementation of a physical  
Evridiki, Z., Efthimios, education program to promote children's creativity  
K., Konstandindou in the early years, International Journal of early  
years education, Vol., 14 , No., 3, Oct.,.

### ثالثا: الشبكة الدولية للمعلومات

13- [www.youthsporttrust.org/yst\\_top\\_playsport.html](http://www.youthsporttrust.org/yst_top_playsport.html)