



**تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات
الحركية الاساسية لدى تلميذات المرحلة الاولى من التعليم
الأساسي**

**The effect of using active learning on the level of learning
some basic motor skills among female students in the first
stage of basic education**

إعداد

جيهان سيد عبده محمد
Gihan Saied Abdu Mohamed
مدرب دولي معتمد

Doi: 10.21608/ejev.2023.284737

استلام البحث ٢٠٢٢ / ١٢١ / ١٥
قبول البحث ٢٠٢٢ / ١٢ / ٢٢

محمد ، جيهان سيد عبده (٢٠٢٣). تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلميذات المرحلة الاولى من التعليم الاساسي . *المجلة العربية للتربية النوعية*، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب ، مصر، (٢٦)٧ فبراير، ١١٩ - ١٣٨.

<http://jasg.journals.ekb.eg>

تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الأساسي

المستخلص :

هدف البحث إلى التحقق من تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الأساسي، وتكونت العينة من (٥٠) تلميذة بمدرسة المستقبل التجريبية الابتدائية بمرحلة التعليم الأساسي، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة كل منهما (٢٥) تلميذة، وحصلت تلميذات المجموعة التجريبية على (٢٤) جلسة على استراتيجية التعلم النشط، وتم تطبيق مقياس المهارات الحركية الأساسية في القياس البعدي، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

الكلمة المفتاحية: التعلم النشط – المهارات الحركية الأساسية.

Abstract:

The study aimed to verify the effect of using active learning on the level of learning some basic motor skills among female students in the first stage of basic education.) a student, and the students of the experimental group got (24) sessions on the active learning strategy, and the basic motor skills scale was applied in the post-measurement, and the results concluded that there were differences between the pre and post measurements in favor of the post-measurement, and there were statistically significant differences between the scores of the experimental and control groups in favor of the experimental group.

Keyword: Active Learning - Basic Motor Skills.

المقدمة ومشكلة البحث

تعتبر مرحلة الطفولة من أهم مراحل الإنسان على الإطلاق، وهي حجر الزاوية التي يترتب عليها شخصية الطفل في المستقبل وتعتبر أيضاً البوتقة التي تنصهر فيها جميع جوانب الشخصية لينمو الطفل نمواً شاملاً متكاملًا.

وتتفق كلا من ابتهاج طالبة (٢٠٠٩م) وأسامة راتب، أمين الخولي (٢٠٠٧م) أن مجتمعاً اليوم يشهد اهتماماً متزايداً ، وخاصة بمرحلة الطفولة ، وذلك لما تمثله من أهمية خاصة في حياة الأنسان حيث توضع البذور الأولى للشخصية فيها ، ورعايته رعاية متكاملة كوسيلة لتقدم المجتمع وإعداد المواطنين الصالحين للمستقبل ، وقد واكب هذا العناية اهتمام عالمي وإقليمي جسده مجموعة اتفاقيات ومواثيق تتمثل أبرزها في ميثاق الطفولة عام ١٩٣٠ ، أنشاء منظمة الأمم المتحدة للأطفال عام ١٩٤٧ ، الإعلان العالمي لحقوق الطفل عام ١٩٥٩ ، وعيد الطفل العالمي ١٩٧٩م. (١٨:١) (٥٢:٤)

ويذكر كلا من الفرحتى السيد (٢٠٠٥م) ، نقلا عن جوليانا بيرانتوني (١٩٩٨م) أن توصف مرحلة الطفولة بأنها " السنوات الذهبية " التي تتعدد فيها فرص وإمكانات ترسيخ الخبرات الإنسانية مدى الحياة ، فالأمم المتقدمة هي التي تعد أطفالها وتوفر لهم الجو المناسب للنمو المتكامل في مختلف الجوانب النفسية والاجتماعية والتربوية والصحية والدينية ، فاذا أنعدم الإعداد الجيد والتنشئة السليمة في هذه المرحلة لا يمكن أن نأمل في إعداد متعلم ناجح في المستويات الأعلى، وان ما يلحق بهذه المرحلة من حرمان أو يعترئها من نقص وقصور في التنشئة تعد دماراً طويلاً الأمد وتشويهاً للتنمية البشرية. (٦٤:٥) (٨٧:١١)

لذلك هي من أهم المرحل العمرية للفرد لأنه ما ينشئ عليه الطفل من سلبيات أو إيجابيات في الشخصية يظهر على أدائه وسلوكه في المستقبل ويمكن تدعيم الإيجابيات وتطويرها، ولكن السلبيات يصعب تغييرها في المستقبل وتكون لدينا أفراد لديهم قصور في النواحي الشخصية التي كان من الممكن تلافيه في الصغر. (٤:١٥) (٨٥:٢٠) (٨١:٢٣)

وان التفاعل الإيجابي في الموقف التعليمي بين المعلم والمتعلم من جهة والمتعلم وزميله من جهة اخرى ، هو اساس التربية الشاملة للطالب ، وتعتبر طريقة التدريس التقليدية التي تنسم بالإلقاء من جانب المعلم ، والتلقي من جانب المتعلم ، والقيادة والسيطرة من جانب المعلم والسلبية من جانب المتعلم ، ومن ثم فهي لا تؤدي الى تعلم حقيقي ، وقد ترتب على ذلك ارتفاع الاصوات المطالبة بتطوير طرق واستراتيجيات التدريس ، وتحول التعلم من السلبية الى التعلم النشط يكون الطالب فيه مدفوعا الى التفكير فيما تعلمه ، والتعلم النشط (Active Learning) كمصطلح ظهر في السنوات الاخيرة من القرن العشرين ، وزاد الاهتمام به بشكل كبير في

بدايات القرن الحادي والعشرين كأحد الاتجاهات التربوية الحديثة في العملية التعليمية. (٢ : ٣)

ويعتبر التعلم النشط طريقة تعليم وتعلم في ان واحد، حيث يشارك الطلبة في الأنشطة والتمارين والمشروعات بفاعلية كبيرة من خلال بيئة تعليمية غنية متنوعة، تسمح لهم بالإصغاء الإيجابي والحوار البناء ، والتفكير الواعي ، والتحليل السليم لكل ما يتم قراءته وتعلمه من المادة الدراسية ،بين بعضهم البعض مع وجود معلم يشجعهم على تحمل مسؤولية تعليم انفسهم تحت اشرافه وبدفعهم الى تحقيق الاهداف الطموحة للمنهج المدرسي ، والتي تركز على بناء الشخصية المتكاملة الابداعية لطالب اليوم ورجل الغد.(٧: ٣٣)

هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلميذات المرحلة الاولى من التعليم الأساسي.

أهمية البحث:

التربية الحركية Movement Education:

هو ذلك النشاط الذي يعمل على خلق الظروف الخصبة لاكتساب الأطفال النواحي المعرفية والوجدانية بجانب الحركية (٢٠ : ٤٠) .

التعلم النشط : Active Learning

التعلم النشط بانه "منهجية للتعليم تقوم على أن المتعلم هو محور العملية التعليمية، وترتكز على بناء المهارات الذاتية عند المتعلمين". (٧ : ١٤٣)

مفاهيم الدافعية

إن الدافعية تعبير عن حقيقة السلوك الإنساني بما يشمله من تفكير وإدراك وتعلم واتجاهات خصائص شخصية؛ فهي حالة داخلية واستعداد يستثيره منبه داخلي أو خارجي يحدث لدى الفرد حالة توتر وضيق وعدم توازن تدفعه إلى بذل مجهود واتباع سلوك معين وتوجهه نحو هدف محدد تحقيقاً لتوازن النفسي ويختلف معنى الدافعية تبعاً لتعدد النظريات المختلفة والتي تتميز بخاصية مشتركة تنطلق من المدلول لغوي لكلمة الدفع وان كانت تعبر عن جملة الأليات الحيوية والنفسية التي تسمح بفضل الفعل والتوجيه الشدة والثبات إلى آثاره المزيد من النشاط . (محمد بالرابح، ٢٠١١ : ٨١).

فالدافعية إذن تشير إلى قوة داخلية ذاتية أو محرك داخلي في الفرد تقوم ولها وظيفة الحفاظ والسعي الوصول إلى التوازن الحيوي تبعث فيه شعوراً بالرغبة والإلحاح في القيام وأداء عمل ما وأمر معين وهي تعمل على توليد واستشارة السلوك وتوجيهه وتبعث فيه الطاقة اللازمة للاستمرار نحو تحقيق هذا الهدف الحفاظ على :

التوازن والوصول إلى الأعمال السطرية إلى حين الانتهاء من أدائه فيخف هذا الإلحاح والرغبة الملحة.

الدافعية هي المفهوم الذي تستخدمه عندما نصف القوى الفاعلة المؤثرة على الكائن العضوي حيث يبدأ في سلوك ما أو تلك التي توجه سلوكه كذلك فنحن نستخدم مفهوم التفسير الفروق في الكثافة أو الشدة الخاصة بالسلوك أو المثابرة في السلوك وإثارته فالسلوك المدفوع بشكل مرتفع غالبا ما يكون مثابرا (كامل الفراج، ٢٠١٦).

خصائص الدافعية: إن الدافعية ركزت على الخصائص التالية:

- استمرار طاقة الكائن الحي فالإنسان في حالة تعينة إلى أن يتحقق له الهدف المنشود.

- الطابع أو الخاصية الدورية لإرضاء الحاجات الفسيولوجية مثل الجوع والعطش، إذ أنهما تمر بدورة كاملة تتخفف بالإشباع وتعاود مرة أخرى حين يجوع الإنسان. والخصائص التي تتميز بها الدافعية كعملية تبدأ بالاستدارة النشاط وتنتهي بتحقيق الهدف، وتحتوي خمسة عناصر رئيسية هي:

- محددات الدافع أو استثارة الكائن الحي.
- حالة الدافع أو الحافز.
- سلوك البحث عن الهدف.
- مرحلة تحقيق الهدف.
- مرحلة خفض التوتر واستعادة التوازن (حافظ بطرس، ٢٠١٠).

وظائف الدافعية

للدافعية عدد كبير من الوظائف قد تؤديها ويمكن أن تحصرها في النقاط التالية:

- إثارة وتوليد وتحريك السلوك.
- توجيه السلوك نحو المصدر الذي يحقق الهدف أو إشباع الحاجة.
- الحفاظ على ديمومة السلوك ومدة بالطاقة اللازمة ريثما يتحقق الهدف أو إشباع الحاجة.
- تساعد في تحديد واختبار الوسائل والأساليب التي تعين في تحقيق الهدف. (عماد الزغول وشاكر المحاميد، ٢٠٠٧).

الدافعية للتعلم

تعرفه كل من شيماء رفرافي والزهرة ریحاني (٢٠٢٠) بان الدافعية التعلم هي النجاح الذي يحققه التلميذ في المواقف التعليمية الصعبة طريق المشاعر والطاقت والرغبات التي تدفع به إلى الدخول في نشاطات التعلم التي تؤدي إلى بلوغه الأهداف والغايات المنشوده من العمليه التعليميه.

وظائف الدافعية في عملية التعلم

تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات...، جيهان محمد

يذكر احمد دوقه ولورسي عبد القادر وغربي مونييه وحديدي محمد وأشرف سليمه (٢٠١١) ان وظائف الدافعية في العملية التعليمية تنقسم الي ثلاث وظائف اساسيه وهي :

- تحرير الطاقة الانفعالية الكامنة لدى المتعلم واستثارة نشاطه: إن الدوافع المختلفة ما هي إلا طاقات تصدرها أما داخلي أو خارجي فالدافعية الداخلية هي بمثابة القوة الموجود النشاط في حد ذاته أيام المتعلم يشعر بالرغبة في أداء العمل دون وجود تعزيز أو مكافئات خارجية الدافعية الخارجية فهي تتحدث بمقدار الحوافز الخارجية والتي تعمل والتي يعمل المتعلم على الحصول عليها مثل النتائج الملاحظات الإيجابية الهدايا من طرف الأولياء من المعروف بان هذ هذا النوع من الدافع يزول بزوال الحوافز الخارجية.

- الاختيار: تلعب الدور الدافعية دور الاختيار حيث تحت المتعلم على قيام سلوك معين وتجنب سلوك آخر كما أنها وفي نفس الوقت تقوم بتحديد الطريقة التي كيف يستجيب بها الفرد لمواقف الحياة المختلفة. فعندما يقوم التلميذ مثلا بمراجعة درس معين تحت تأثير دافع معين في تحضير الامتحان فإنه لا ينتبه إلى الأجزاء والمعارف المتعلقة بالامتحان الذي هو بسبب اجتيازه ولا يدرك الأمور الأخرى إلا إدراكا سطحيا.

- التوجه: أن الدافعية خاصة فردية تدفع الفرد إلى القيام بنشاط معين وعليه فإنها وفي نفس الوقت تطبع سلوكه بطابع معرفي حيث يلاحظ بأن التلاميذ الذين يوجهون جهودا نحو هدف معين تكون دافعتهم أكبر استعدادهم اقوى لبذل الجهد المناسب.

فروض البحث :

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوى بعض متغيرات المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال

المرحلة الاولى من التعليم الأساسي مجموعة البحث التجريبية لصالح القياس البعدي.

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياس البعدي لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى بعض المتغيرات المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال المرحلة الاولى من التعليم الأساسي لصالح مجموعة البحث التجريبية.

إجراءات البحث:

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي للمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة وذلك لمناسبته لطبيعة البحث وتحقيقاً لأهدافه وفروضه.

عينة البحث:

(١) عينة البحث الاستطلاعية: تكونت عينة البحث الاستطلاعية من (١٦) تلميذة بمدرسة المستقبل التجريبية الابتدائية بهدف حساب الخصائص السيكومترية لأدوات البحث.

(٢) عينة البحث الأساسية: اشتملت عينة البحث على تلميذات المرحلة الأولى (الصف الأول) من التعليم الأساسي بمدرسة المستقبل التجريبية الابتدائية (بمدينة نصر) للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) وعددهن (٥٠) تلميذة تم تقسيمهن إلى مجموعتين تجريبية وأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (٢٥) تلميذة، وتم حساب تجانس عينة البحث، وهو ما يتضح من الجدول التالي:

جدول (١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لدى التلميذات عينة البحث (ن = ٥٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	السن	سنة	٦.١٠	٠.١١	٦.٠٠	٠.٥٢
٢	الطول	متر	١.١٧	٠.٢١	١.١٠	٠.٤١
٣	الوزن	كجم	٢٣.١٨	٠.٢٥	٢٣.٠٠	٠.٣٢
٤	الجري ٢٠ متر	ث	٦.١٤	٠.٣٢	٦.٠٠	٠.٢٥٤
٥	الوثب العريض	سم	٤٥.٨٠	٠.٢٤	٤٥.٥٠	٠.٥٢١
٦	الوثب الطويل للإمام (١٠) ث	متر	٤.٨٩	٠.٥٢	٤.٨٠	٠.٣٦٥
٧	الحجل للإمام ٦ م	ث	٤.١١	٠.٣٢	٤.١٠	٠.٢٨٧-
٨	التنطيط بالكرة في دائرة	ث	٩.١٤	٠.١٥	٩.١٠	٠.٢١٤
٩	رمي كرة تنس	متر	٤.١٢	٠.١٧	٤.١٠	٠.٣٢٥-
١٠	ركل الكرة لأبعد مسافة	متر	٢.٨٨	٠.١٦	٢.٨٠	٠.٥١٤
١١	ثنى الجزع أماما أسفل	سم	٤.١٨	٠.١٣	٤.١٠	٠.٣٢٦

يتضح من الجدول (١) أن قيم معاملات الالتواء لمعدلات النمو ومستوى اللياقة الحركية قيد البحث لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية تتحصر ما بين (٣±) مما يشير إلى اعتدالية توزيع العينة في تلك المتغيرات.

تكافؤ عينة البحث :

للتحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة، تم استخدام اختبارات لفحص دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين في جميع متغيرات البحث، وجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في كل من معدلات النمو ومستوى اللياقة الحركية قيد البحث (ن = ٥٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة (ن = ٢٥)		المجموعة التجريبية (ن = ٢٥)		الدلالة الإحصائية	
		ع	م	ع	م		
معدلات النمو	العمر	سنة	٦.٠٥	٠.٢٥	٦.٠٨	٠.٢٥	
	الطول	سم	١.١٢	٠.١٤	١.١٠	٠.١١	
	الوزن	كجم	٢٣.١٠	٠.٣٢	٢٣.١٥	٠.١٥	
	اختبارات اللياقة الحركية	الجرى ٢٠ متر	ث	٦.١١	٠.٢٥	٦.٠٦	٠.٣٢
		الوثب العريض	سم	٤٥.٦٥	٠.١١	٤٥.٧٠	٠.٥٢
		الوثب الطويل للإمام	متر	٤.٨١	٠.١٥	٤.٧٥	٠.١٦
		الحجل للإمام ٦م	ث	٤.٠٩	٠.١٧	٤.١٠	٠.١٣
		التنطيط بالكرة في دائرة	ث	٩.١١	٠.٦٣	٩.١٢	٠.٨٤
		رمى كرة تنس	متر	٤.١٠	٠.٣٢	٤.١٢	٠.٢٥
		ركل الكرة لأبعد مسافة	متر	٢.٥٧	٠.١٧	٢.٧٧	٠.٢٤
	ثنى الجزع أماماً أسفل	سم	٤.١٢	٠.١٥	٤.١٤	٠.٦٢	

يتضح من الجدول (٢) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في كل من معدلات النمو ومستوى اللياقة الحركية قيد البحث، مما يشير إلى تكافؤهما في تلك المتغيرات.

أدوات البحث:

أولاً: الأدوات والأجهزة المستخدمة :

- ميزان طبي لقياس الوزن.
- جهاز رستاميتير لقياس الطول.

- ساعة إيقاف رقمية ماركة Casio مقربة لأقرب 100/1 ث.
- ملاعب مدرسة مناسب لتنفيذ البرنامج
- ثانياً: الاختبارات المستخدمة للبحث: ملحق (٢)
 - اختبار الجري لمسافة (٢٠) متر.
 - اختبار الوثب العريض من الثبات.
 - اختبار الوثب الطويل للإمام خلال (١٠) ث.
 - اختبار الحجل على قدم واحدة لمسافة (٦) متر.
 - اختبار تنطيط الكرة داخل دائرة قطرها (١) متر.
 - اختبار رمى كرة تنس لأبعد مسافة.
 - اختبار ركل الكرة بالقدم لأبعد مسافة.
 - اختبار ثنى الجزع إماماً أسفل.
- ثالثاً: الاستمارات المستخدمة في البحث: ملحق (٣)
 - استمارة استطلاع آراء الخبراء حول أهم عناصر اللياقة الحركية الخاصة بتلميذات المرحلة الأولى من التعلم الأساسي.
 - استمارة استطلاع آراء الخبراء حول أهم اختبارات اللياقة الحركية الخاصة بتلميذات المرحلة الأولى من التعلم الأساسي.
 - استمارة استطلاع آراء الخبراء حول محتوى التعلم النشط قيد البحث وذلك بعد عرضها على السادة الخبراء في مجال التربية الحركية والمناهج وطرق التدريس والمبينة أسمائهم وصفاتهم. مرفق (١)
- المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث:
الصدق التمييزي:
لحساب صدق الاختبارات والمقاييس التي تقيس متغيرات البحث (اللياقة الحركية) الأساسية (قيد البحث) لعينة البحث استخدمت الباحثة الصدق التمييزي، فقامت الباحثة بتطبيق هذه الاختبارات والمقاييس علي عينة استطلاعية عددها (١٦) تلميذة، وذلك في الفترة من ٢٠١٩/٩/٢٨ م إلى ٢٠١٩/١٠/١ م من خلال إيجاد دلالة الفروق بين الربع الأعلى والربع الأدنى باستخدام اختبار (ت) ، ويوضح ذلك جدول (٣) الآتي.

جدول (٣) معامل الصدق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في اختبارات مستوى اللياقة الحركية المستخدمة (ن = ١ = ٢ = ٨)

مستوى الدلالة	قيمة ت	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		وحدة القياس	المتغيرات
		ع +	س	ع +	س		
دال	٢.٨٤	٠.٢٥	٥.٨٠	٠.٢١	٥.٢٠	ث	الجري ٢٠ متر
دال	٢.٦٩	٠.٦٣	٤٠.٢١	٠.٢٥	٥١.٢٨	سم	الوثب العريض
دال	٠.٨٤	٠.٢١	٤.٥٥	٠.١٥	٥.١٠	متر	الوثب الطويل للإمام
دال	٢.٦٤	٠.٢٥	٤.٢٢	٠.١٧	٣.٩٨	ث	الحجل للإمام ٦م
دال	٢.٨٤	٠.٥٨	٨.٩٨	٠.٣٢	٩.٨٠	ث	التنطيط بالكرة في دائرة
دال	٢.٦٣	٠.٦٣	٤.١١	٠.٢٥	٤.٥٥	متر	رمى كرة تنس
دال	٢.٤٦	٠.٢١	٢.٥٤	٠.٢١	٢.٨٠	متر	ركل الكرة لأبعد مسافة
دال	٢.٦٧	٠.٥٨	٤.١١	٠.٦١	٤.٥٩	سم	ثنى الجرز أماماً أسفل

اختبارات اللياقة الحركية

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٧٤٦

يتضح من جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في اختبارات اللياقة الحركية قيد البحث لصالح الربيع الأعلى مما يدل على صدق الاختبارات.
الثبات :

حتى تتحقق الباحثة من ثبات الاختبارات المستخدمة في البحث قامت الباحثة باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه (Test – Re test) فقامت بإجراء التطبيق الأول للاختبارات علي العينة الاستطلاعية البالغ عددهم (١٦) تلميذة وذلك في الفترة الزمنية ٢٠١٩/١٠/٤ م ، ثم إعادة تطبيق الاختبارات للمرة الثانية علي ذات العينة وذلك في ٢٠١٩/١٠/١٠ م بفارق سبعة أيام بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني يوضح ذلك جدول(٤) الآتي.

جدول (٤) ثبات اختبارات اللياقة الحركية قيد البحث ن = ١٦

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات	اختبارات اللياقة الحركية
	ع +	س	ع +	س			
٠.٩٥٢	٠.٢١	٥.٣٥	٠.٢٥	٥.٥٠	ث	الجري ٢٠ متر	
٠.٩٨٠	٠.٢٥	٤٦.٩٨	٠.١٥	٤٥.٧٤	سم	الوثب العريض	
٠.٩٦٢	٠.٣٦	٤.٩٨٠	٠.٢١	٤.٨٢٥	متر	الوثب الطويل للإمام	
٠.٩١٠	٠.٢١	٤.٠٥	٠.٣٢	٤.١٠	ث	الحجل للإمام ٦م	
٠.٩٣	٠.١٧	٩.٥٥	٠.٥٢	٩.٣٩	ث	التطيط بالكرة في دائرة	
٠.٩٨٠	٠.١٩	٤.٥٦	٠.٦٢	٤.٣٣	متر	رمى كرة تنس	
٠.٩٩٠	٠.٦٣	٢.٨٨	٠.٧٤	٢.٦٧	متر	ركل الكرة لأبعد مسافة	
٠.٩١٥	٠.٢٤	٤.٤١	٠.٣١	٤.٣٥	سم	ثنى الجزع أماما أسفل	

قيمة (ر) الجدولية عند (٠.٠٥) = ٠.٤٦٨

يوضح جدول (٤) وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين درجات التطبيقين الأول والثاني في جميع الاختبارات البدنية حيث تراوحت قيمة ر المحسوبة بين (٠.٩٨٠) : (٠.٩١٠) مما يدل على ثبات الاختبارات.

❖ البرنامج التعليمي للتعليم النشط:

خطوات بناء البرنامج :

(١) تحديد الهدف من تمارينات للتعليم النشط:

- يهدف برنامج تمارينات للتعليم النشط إلى :

تطوير مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

(٢) تحديد أسس وضع برنامج تمارينات للتعليم النشط:

١- مراعاة الهدف من برنامج تمارينات للتعليم النشط وهو تطوير مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسي.

٢- ملائمة محتوى البرنامج لخصائص النمو للمرحلة السنية من ٦-٧ سنوات

٣- مرونة البرنامج و قبوله للتطبيق العملي .

٤- إتباع الأسلوب العلمي في تنفيذ البرنامج بما يتناسب مع المرحلة السنية لعينه

البحث. 5- مراعاة الشمول والدقة في اختيار و تنفيذ البرنامج.

(٣) تخطيط برنامج تمارينات اليوجا :

بعد اطلاع الباحثة على المراجع والأبحاث العلمية المتخصصة في التربية الحركية للأطفال مثل إبتهاج طلبه (٢) (١٩٩٦م)، أحمد صوالحه (٣) (٢٠٠٤م) ، وقامت

تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات...، جيهان محمد

الباحثة بعرض الاستمارة الخاصة ببرنامج للتعلم النشط على (٥) خبراء مرفق (١) وبناء على ما سبق وفقاً لتحديد الهدف فقد تم تحديد ما يلي:-

جدول (٥) آراء الخبراء في عناصر برنامج للتعلم النشط

م	عناصر البرنامج	رأى الخبراء
١	مدته البرنامج	ثلاثة شهور
٢	عدد الأسابيع	١٢ أسبوع
٣	عدد الوحدات في كل أسبوع	٢ وحدة
٤	زمن كل وحدة	٣٠ دقيقة

يتضح من جدول (٥) أن نتائج العرض على الخبراء بموافقة (١٠٠ %)

على للتعلم النشط المقترحة.

٥- الدراسات الاستطلاعية:

قامت الباحثة بعرض استمارة لأهم اللياقة الحركية بجاني استمارة للتعلم النشط واستمارة لمكونات البرنامج المناسبة، مرفق (٢) (٣) على خمسة من الخبراء في مجال التربية الحركية وذلك في الفترة من ١٥ / ١٠ / ٢٠١٩ م إلى ٢٠ / ١٠ / ٢٠١٩ م ، وقد جاءت نتائج العرض على الخبراء:-

- موافقة الخبراء بسبة ١٠٠ % على أهم عناصر اللياقة الحركية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بنسبة ١٠٠%.

- موافقة الخبراء بنسبة ١٠٠ % على للتعلم النشط ومكونات البرنامج .

إجراءات البحث :

١-القياسات القبليّة :

قامت الباحثة بأجراء القياسات القبليّة على العينة الأساسية للبحث وقوامها (٥٠) تلميذة مجموعتي البحث التجريبيّة والضابطة في الفترة من ٢٥ / ١٠ / ٢٠١٩ م وحتى ٢٨ / ١٠ / ٢٠١٩ م.

❖ تطبيق برنامج للتعلم النشط:

قامت الباحثة بتطبيق برنامج للتعلم النشط على تلميذات المجموعة التجريبيّة وقوامها (٢٥) تلميذة وذلك لمدة ١٢ أسبوع في الفترة من ٢٩ / ١٠ / ٢٠١٩ إلى ٢٥ / ١٢ / ٢٠١٩ بواقع (٢) وحدة في الأسبوع هي أيام (السبت- الثلاثاء) وقد قامت الباحثة بتطبيق برنامج التعلم النشط وذلك وفقاً لرأى الخبراء وتستغرق الوحدة ٣٠ ق ، وفقاً لجدول المدرسة ومواعيد الحصص.

❖ القياسات البعديّة :

تم إجراء القياسات البعديّة بعد الانتهاء من تطبيق برنامج للتعلم النشط ومباشرة بأجراء القياسات البعديّة على العينة الأساسية (التجريبيّة) في المتغيرات قيد البحث قيد

البحث و ذلك في الفترة من ٢٦ / ١٢ / ٢٠١٩ إلى ٣٠ / ١٢ / ٢٠١٩ م وقد راعت الباحثة نفس الشروط و الظروف التي تم إتباعها في القياسات القبلية.

❖ المعالجات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- اختبار دلالة الفروق ومعدل التحسن.
- معامل الالتواء.
- الوسيط.

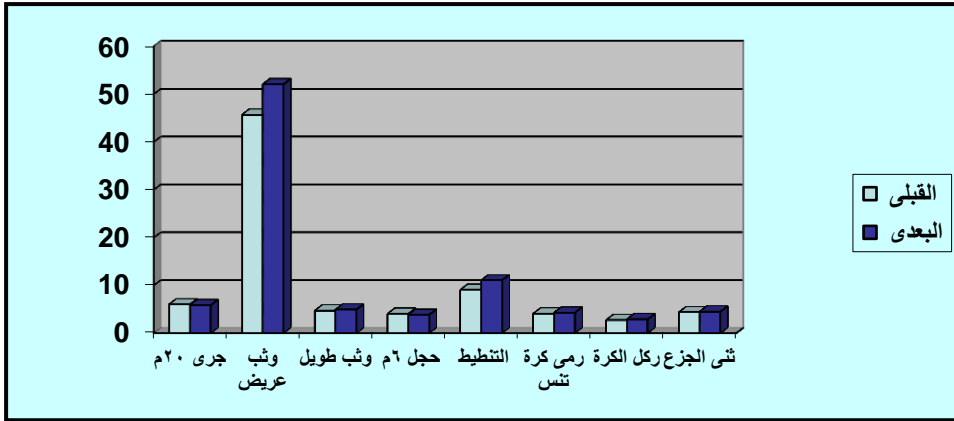
عرض ومناقشة النتائج :

(١) ينص الفرض الأول على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوى بعض متغيرات المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال المرحلة الأولى من التعليم الأساسي مجموعة البحث التجريبية لصالح القياس البعدي. وللتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبارات لحساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٦) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات مجموعة البحث التجريبية (ن = ٢٥)

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفروق بين المتوسطين	نسبة التحسن	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
		ع	م	ع	م				
الجري ٢٠ متر	ث	٦.١١	٠.٢٥	٥.٥٥	٠.٢١	٠.٥٦	%٩.١٦	٣.٨٧	دال
الوثب العريض	سم	٤٥.٦٥	٠.١١	٦٠.٢٢	٠.٢٥	١٤.٥٧	%٣١.٩١	٣.٤١	دال
الوثب الطويل للإمام	متر	٤.٨١	٠.١٥	٥.٢٠	٠.٦٣	٠.٣٩	%٨.١٠	٣.٥٨	دال
الحجل للإمام ٦م	ث	٤.٠٩	٠.١٧	٣.٥٤	٠.٥٤	٠.٥٥	%١٥.٥٣	٣.٦٢	دال
التنطيط بالكرة في دائرة	ث	٩.١١	٠.٦٣	١٤.٢٠	٠.٧٤	٥.٠٩	%٥٥.٨٧	٣.١٤	دال
رمي كرة تنس	متر	٤.١٠	٠.٣٢	٤.٩٨	٠.٣٢	٠.٨٨	%٢١.٤٦	٣.٧٤	دال
ركل الكرة لأبعد مسافة	متر	٢.٥٧	٠.١٧	٣.١٠	٠.٢١	٠.٥٣	%٢٠.٦٢	٣.٦٢	دال
ثني الجزع أماما أسفل	سم	٤.١٢	٠.١٥	٤.٨٨	٠.٨٧	٠.٧٦	%١٨.٤٤	٣.١٩	دال

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) = ١.٧٠٨



شكل (١) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات مجموعة البحث التجريبية

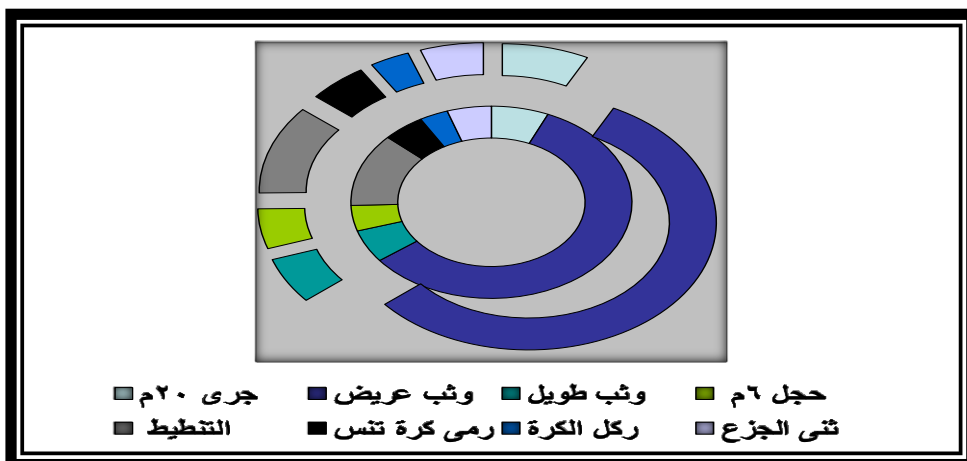
يتضح من جدول (٦) والشكل البياني (١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات مجموعة البحث التجريبية حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥).

(٢) ينص الفرض الثاني على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياس البعدي لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى بعض المتغيرات المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال المرحلة الأولى من التعليم الأساسي لصالح مجموعة البحث التجريبية. وللتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار ت لحساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٨) دلالة الفروق بين القياسين البعدين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الاساسي (ن=١=٢=٢٥)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
		ع	م	ع	م		
الجري ٢٠ متر	ث	٠.٢١	٥.٩٠	٠.٢١	٥.٥٥	٣.٨٧	دال
الوثب العريض	سم	٠.٢٥	٥٢.١٠	٠.٢٥	٦٠.٢٢	٣.٢١	دال
الوثب الطويل للإمام	متر	٠.١١	٤.٩٨	٠.٠٦٣	٥.٢٠	٣.٥٢	دال
الحجل للإمام ٦م	ث	٠.٦٣	٣.٨٨	٠.٥٤	٣.٥٤	٣.١٥	دال
التنطيط بالكرة في دائرة	ث	٠.٥٤	١١.١٠	٠.٧٤	١٤.٢٠	٣.٨١	دال
رمى كرة تنس	متر	٠.١٢	٤.٣٢	٠.٣٢	٤.٩٨	٣.١٥	دال
ركل الكرة لأبعد مسافة	متر	٠.٥٢	٢.٩٥	٠.٢١	٣.١٠	٣.٢٨	دال
ثنى الجزع أماما أسفل	سم	٠.١٧	٤.٥٥	٠.٨٧	٤.٨٨	٣.٤٩	دال

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) = ١.٧٦١



شكل (٣) دلالة الفروق بين القياسين البعدين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الاساسي

يتضح من جدول (٨) والشكل البياني رقم (٣) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات تلميذات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مستوى اللياقة الحركية ولصالح المجموعة التجريبية، حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وترجع الباحثة ذلك التحسن إلى تأثير البرنامج المقترح للتعلم النشط قيد البحث.

تفسير النتائج :

- (١) أشارت نتائج الفرض الأول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوى اللياقة الحركية لصالح القياس البعدي.
- وترجع الباحثة ذلك التحسن إلى للتعلم النشط المقترحة والمطبقة داخل درس التربية الرياضية لدى تلميذات المجموعة التجريبية، حيث أن استخدام التمرينات المقترحة للتعلم النشط المقترحة لتنمية والتطوير مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الابتدائي اشتملت على تدريبات لتنمية المرونة مثل تمرين " الوقوف مع فرد الجسم لأعلي ثم الانحناء للإمام و مسك الحائط والضغط بالظهر لأسفل و الذراعين مفردتين علي كامل امتداهما و النظر لأسفل الرجلين بينهم قبضته و القدمين متجهين للإمام " ، وتمرين " من وضع الوقوف ثني الركبتين قليلا و لف الجذع يمينا و يسارا و الذراعين بجانب الجسم و النظر للخلف، و أن استخدام للتعلم النشط قد ساهم في تطوير مستوى اللياقة الحركية للتلميذات عينة البحث، حيث تساعد للتعلم النشط على تحسين كل من توازن الجسم وزيادة مستوى المرونة بالجسم وتحسين مستوى اطالة العضلات العاملة بالجسم كما تساعد في زيادة قوة المفاصل والأربطة العاملة على المفاصل.
 - وتتفق نتائج هذه الدراسة مع توحيدة عبد العزيز (١٩٩٨م) أن الهدف الأساسي من التعليم الابتدائي هو تشجيع النمو الجسمي و الحركي و اكتساب الطفل الصحة العامة حيث ينتقل الطفل فيها من الأداء الحركي للمهارات الأساسية إلى الأداء الحركي للمهارات المرتبطة بالنشاط الرياضي.(١٠:٥٢)
 - وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه أمين الخولي، أسامة راتب (١٩٩٨م) وهو أن التمرينات الرياضية لها تأثيرات إيجابية على بناء الجسم و اكتساب القوام الجيد للتلاميذ، والتأثير المباشر على أجهزة الجسم الحيوية، ورفع مستوى الكفاءة البدنية، بالإضافة إلى أنها لا تحتاج إلى إمكانيات أو أدوات خاصة، كما أنها لا

تتطلب قدراً عالياً من التدريبات والمهارات الخاصة ويمكن ممارستها بأبسط

الأدوات. (٦٥:٨)

• واتفق ذلك مع ما أشار إليه حسن أبو عبده (٢٠٠٢م) وهو أن للحركة أهمية في مرحلة الطفولة وتعتبر ميزة يجب استغلالها، ففي المرحلة الأولى من حياة الطفل تنمو وتتطور كل المهارات الحركية الأساسية من (مشي وجرى وحجل ورمي ولقف وتسلق وتزحلق وتوازن) مما يشكل اللبنة الأساسية في بيئة الطفل العامة. (٤١:١٢)

• وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول والذي ينص على توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الأساسي مجموعة البحث التجريبية.

(٢) أشارت نتائج الفرض الثاني إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى اللياقة الحركية لصالح المجموعة التجريبية

• وترجع الباحثة ذلك التحسن إلى تأثير البرنامج المقترح للتعلم النشط، حيث إن مخرجات الدرس الموجهة نحو تنمية قدرة الفرد على الأداء تسمى بالعملية التعليمية والمخرجات الموجهة نحو تنمية استعداد الفرد للأداء تسمى بالعملية التربوية، وعلى ذلك فإن درس التربية الرياضية يحتوي على أهداف تعليمية وتربوية. وأن الصفوف الأربعة الأولى في مرحلة التعليم الأساسي تعد الركيزة الأولى للتعليم والقاعدة الرئيسة للانطلاق إلى المراحل التعليمية الأخرى ويعد التعليم في هذه المرحلة من أخطر المهمات التي تلقى على أعباء القائمين عليه وإن معرفة القدرات الحركية للتلميذ تلعب دوراً هاماً في عملية التوجيه والإرشاد لاختيار الأنشطة الرياضية المختلفة والتي تعد وسيلة لتنمية قدرات الأطفال وتنمية الصفات البدنية والمهارات الأساسية.

• ويتفق هذا مع ما أشار إليه عبد الحميد شرف (٢٠٠٥م) وهو أن من أهداف تدريس التربية الرياضية في الحلقة الأولى من التعليم الأساسي المرحلة الابتدائية هو تنمية المهارات الحركية الأساسية) المشي والجرى والوثب والحجل والتعلق ، واكتساب التوافق الأولي للمهارات المكتسبة للأنشطة الرياضية. (٩٨:١٨)

- ويتفق هذا مع ما توصل إليه كل من "عفاف عثمان" (٢٠٠٨م) و"وعزة خليل" (١٩٩٧م) وهو ضرورة الاهتمام بالحركات الأساسية للأطفال من جري ورمي ووثب ولقف حيث أنها تعد أنشطة هامة وأن الأطفال لديهم تنوع واسع في القدرات. (٥٤:٢١)(٩١:١٩)
- ويتفق ذلك مع "فهيم مصطفى" (٢٠٠٥م) أنه تعد الدراسة الابتدائية ميدانا خصبا لتعليم أنماط مختلفة من الأنشطة الرياضية حيث أنها القاعدة الأساسية لتعليم الحركات المختلفة، وكما يعد درس التربية الرياضية في المدارس الابتدائية من المجالات المهمة في تقديم الأنشطة الرياضية المختلفة للأطفال إذ تتقدم الحركة شكل أساسية في عملية التعلم ويمكن أن تقدم هذه الحركة على شكل ألعاب تنافسية. (٧٤:٢٢)
- وترجع الباحثة ذلك إلى أن للتعلم النشط أحد أشكال المظاهرة الحركية أو النشاط البدني، وهي تحتل مكاناً متوسطاً بين كل من اللعب والرياضة، ذلك لأنها أكثر تنظيماً من اللعب ولكنها أقل تنظيماً من الرياضة، كما أن الألعاب تتطلب قدراً من المهارة الحركية في مقابلة الرياضة التي تتطلب أعلى حد من المهارة الحركية للتعلم النشط شكل متطور من اللعب تكسب الطفل قدراً مناسباً من اللياقة الحركية، وأن إحدى الأهداف الأساسية لدرس التربية الرياضية تتمثل في توفير وسائل ودعائم النمو المتكامل للطفل من حيث النواحي البدنية والحركية والمعيشية والاجتماعية والاستكشافية حيث تستخدم الحركة كوسيلة أساسية في العملية التربوية. وأن اللياقة الحركية تعد جزء من اللياقة الشاملة للفرد وتهدف إلى تنمية الفرد تنمية شاملة وبشكل خاص تنمية القدرات الحركية لدى الفرد، وفي ذات الإطار تذكر Chad (٢٠٠٣) بان الإنسان يكتسب القدرات الحركية مع خلال تفاعله مع المحيط أو تكون موجودة مثل الرشاقة والمرونة والتوازن والمهارة، أي أن قدراته على الحركة تأتي وتتطور عن طريق التمرين، وسميت بالقدرات لأنها قدرة للحركة الإنسانية التي تؤدي من قبل الكائن الحي وخاصة بالمستويات العالية وهذا ما تحققه للتعلم النشط.
- وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني والذي ينص على توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعدين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى اللياقة الحركية ولصالح تلاميذ مجموعة البحث التجريبية.

التوصيات

- استخدام التعلم النشط في التعليم الابتدائي لما له من تأثير ايجابي في تحسين الياقة الحركية لدى التلميذات.
- التوسع في استخدام التعلم النشط على مجموعات أخرى في مراحل عمرية مختلفة.
- إجراء المزيد من البحوث على فوائد التعلم النشط لدى عينات من التلاميذ.

المراجع :

- احمد دوقة، لورسي عبد القادر، غربي مونية، حديدي محمد، أشرف كبير سليمة (٢٠١١). *سيكولوجية الدافعية للتعلم في التعليم ما قبل التدرج*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- حافظ بطرس بطرس (٢٠١٠). *طرق تدريس الطلبة المضطربين سلوكيا وانفعاليا*. عمان: دار المسيرة.
- شيماء رفرافي ، الزهره ریحانی (٢٠٢٠) . *مستوى الدافعية للتعلم لدى تلاميذ مرحلة المتوسط المعرضين للتسرب المدرسي*. رسالة ماجستير ، جامعة محمد خيضر بسكرة- كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.
- عماد عبد الرحيم الزغلول، شاكر عقله المحاميد (٢٠٠٧). *سيكولوجية التدريس الصفي*. عمان: دار المسيرة.
- كامل مطر الفراج. (٢٠١٦). *الدافعية النظرية (البحوث والتطبيقات)*. القاهرة: د