

أثر برنامج مقترح بالألعاب الصغيرة في تنمية صفة السرعة (السرعة الانتقالية
وسرعة رد الفعل) لتلاميذ السنة الأولى متوسط (11-12 سنة)
- دراسة تجريبية أجريت على عينة من تلاميذ متوسطة طريق سطيف - بركة - ولاية باتنة

أ. عبد الحفيظ قادري

جامعة باتنة

Abstract :

The influence of proposed program of small games for the development of one fitness element (speed) for 1st year MS pupils (11-12 years).

We have used experimental approach by using experimental design for two (02) equal groups (control, experimental)

In order to Reach the goals of the study; two tests were selected for each of the elements we mentioned previously.

Finally, we came to the presence of statistically significant differences for the presence for the experimental group in all research tests and this to the fitness element (Speed), thus the proposed program has effected on the development of the physical quality mentioned previously.

المخلص

جاءت هذه الدراسة لمعرفة مدى تأثير برنامج مقترح في الألعاب الصغيرة لتنمية صفة السرعة (السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل) لعينة من تلاميذ السنة الأولى متوسط (11-12 سنة)، وقد أستعمل الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين متكافئتين (ضابطة وتجريبية)، تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

ولأجل الوصول إلى أهداف الدراسة تم اختيار اختبارين لقياس صفة السرعة، تتمتع بصدق وثبات وموضوعية عالية وقد تم تصميم برنامج ألعاب صغيرة، وقد استغرق 12 أسبوع، بواقع 12 وحدة تعليمية، مدة كل وحدة تعليمية 50 دقيقة.

وقد توصلنا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية في اختبارات البحث.

مقدمة:

من خلال درس التربية البدنية والرياضية، يكتسب التلميذ خبرات ومهارات واسعة تمكنه من أن ينمو نمواً بدنياً ونفسياً واجتماعياً وعقلياً، يعد اللعب أحد الوسائل المهمة في ذلك وذلك بما يمنحه من فرص للتعبير عن ذات الطفل وقدراته وإبداعاته، والتي يكتسب من خلال ممارستها اللياقة البدنية والحركية والنفسية والفيولوجية والمهارية.

يعد اللعب أحد الوسائل المهمة في ذلك، كما أنه مجالاً غني بالأنشطة التي تشبع حاجة الطفل الملحة للحركة والتأمل والتفكير والإبداع والتي يكتسب من خلال ممارستها اللياقة البدنية والحركية والنفسية والفيولوجية والمهارية.

يعتمد درس التربية البدنية على عدة أساليب ووسائل مختلفة من أجل بلوغ الأهداف التعليمية المسطرة وتمثل الألعاب الصغيرة في الرياضة أهمية استثنائية، ومدخلاً جديداً يوفر كافة المستلزمات التي تأخذ نحو الأحسن، لتطوير مستوى الأفراد والتعبير عن رغباتهم وميولهم.

ويؤكد الرومي " أن الألعاب الصغيرة تحقق فوائد ملموسة فيما يتعلق بتعليم المهارات الحركية واللاتزان الحركي والفعالية والنمو الجسمي والعقلي".
(الرومي، 1999، 25).

تشكل الألعاب الصغيرة جزءاً هاماً من النشاط التعليمي والتدريبي، وتشكل حيزاً مهماً في التدريب على المهارات الحركية والبدنية والوظيفية وغيرها، وأصبحت من المقومات التي يحتاج إليها أي برنامج تعليمي - تدريبي للفئات العمرية المختلفة، حيث يمكن وضع مناهج تدريبية مناسبة مستندة على الألعاب الصغيرة وبشكل مبرمج للوصول إلى أفضل النتائج في التطور وتحقيق مستوى أداء متقدم.

لما كان الاعتناء بالطفولة في المرحلة العمرية الأولية هي القاعدة التي تقوم عليها نشأتهم السليمة في مراحل نموهم التالية، كذا يجب الاهتمام بهذه المرحلة

وعدم إهمالها والعمل على الاستفادة منها من خلال استثمار طاقات الأفراد وتوجيههم الوجهة التربوية السليمة (المفتي، 2005، 76).

يتميز الطفل في هذا المرحلة العمرية بتعطشه الكبير للحركة، وعليه لابد من إرواء هذا التعطش للحركة من خلال إعطائه مجال واسع من اللعب، وتعد الألعاب الصغيرة النوع المميز لذلك، لذا يستلزم على الأستاذ الاستغلال الأمثل لهذا الاندفاع نحو مختلف الألعاب، وتوظيف ذلك في تنمية اللياقة البدنية للطفل، واختيار الخبرات الخاصة بالألعاب تستلزم منه أن يفهم طبيعة العملية التعليمية، خاصة في ما يمكن تطبيقه في تعلم الحركة، ليس فقط في كيفية اكتساب الطفل للحركة، ولكن أيضا في طبيعة المعلومات التي تتعلق بدرجة التعلم ونوعيته والتي يتميز بها التلميذ في كل مرحلة من مراحل نموه .

لذلك وجب تخطيط برامج حركية منظمة ومخطط لها وخصوصيات هذه المرحلة من أجل تحقيق نمو شامل.

كما تعد السرعة مكون أساسي للياقة البدنية إذ أن هناك حقيقة مهمة تشير إلى أن أي أداء مهاري ناجح يرتبط بمكونات اللياقة البدنية خاصة السرعة ويؤكد المختصون في مجال التدريب على أهميته، وهي بذلك تؤدي دورا أساسيا في ممارسة جميع الأنشطة الرياضية وإجادتها وبحسب نوع النشاط الممارس وطبيعته. وعليه فالربط بين الألعاب الصغيرة وعملية تنمية صفات اللياقة البدنية (صفة السرعة) في مرحلة الطفولة المتأخرة لا يتأتى إلا بوضع برنامج تعليمي مصمم وفقا لاحتياجات المرحلة السنية قيد الدراسة (الطفولة المتأخرة)، هذه المرحلة الهامة التي تعتبر فترة بذرة خصبة لزرع معالم وإستراتيجيات تعليمية من أجل الوصول بفرد لائق بدنيا، وهذا ما دفع بالباحث لتناول هذا الموضوع، ومنه تم وضع برنامج ألعاب صغيرة مقترح لمعرفة مدى تأثيره في تنمية صفة السرعة لتلاميذ السنة الأولى متوسط (11-12 سنة).

2- إشكالية الدراسة:

يلاحظ من يعمل في مجال التربية البدنية والرياضية وجود برامج ومناهج واستراتيجيات وأساليب تعليمية محددة، وبالرغم من التطور الحاصل في بناء المناهج وصولاً إلى المقاربة بالكفاءات، لا تزال منظومتنا التربوية لم ترقى إلى ما نصبوا إليه بالنظر لعدة عوامل متداخلة فيما بينها يرجعها الاختصاصيون في مجال التربية البدنية إلى نقص التطبيق الفعلي لتلك البرامج على أرض الواقع وعدم تقديم ذلك في طابع مسلي ومشوق مما أدى إلى نوع من الروتين والتقليد.

تعد الألعاب الصغيرة أحد أهم الأنشطة السائدة في حياة الطفل، لما لهما من تأثير على جميع النواحي البدنية والعقلية، والنفسية والاجتماعية والانفعالية لتوفير المتعة والسعادة من خلال إتاحة الفرصة الكافية للتعبير عن ذاتهم وإمكانياتهم الحركية، لذلك عنيت بالدراسة خاصة في جوانب تنمية اللياقة البدنية والمهارات الحركية الأساسية، ومن هذه الدراسات الدراسة التي قدمها أحمد ممدوح زكي سنة 1985 بالقاهرة بعنوان " أثر استخدام الألعاب الصغيرة على تحسين اللياقة البدنية بجزء الإعداد البدني في درس التربية الرياضية للمرحلة الإعدادية "، والذي توصل في بحثه إلى أن استخدام طريقة الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية يؤثر إيجابياً على تحسين اللياقة البدنية للتلاميذ بدرجة تفوق مثيله الذي يستخدم التمرينات التقليدية كذلك دراسة مصطفى حسين إبراهيم باهي سنة 1989 بالسعودية وموضوعها "تأثير برنامج مقترح لتدريس الألعاب الصغيرة على مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية والمهارات الحركية لطلاب الكلية المتوسطة بالقصيم بالسعودية"، والذي توصل إلى أن برنامج الألعاب الصغيرة المقترح أفضل من البرنامج المستخدم حالياً (التقليدي) في ما يتعلق بمستوى اللياقة البدنية للطلاب وقد أوصى الباحث باستخدام البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة كمنهاج لطلاب الكلية المتوسطة للمعلمين، كذلك دراسة ساسي عبد العزيز بعنوان "

انعكاسات الألعاب الصغيرة على تعلم المهارات الحركية لمرحلة التعليم المتوسط بالجزائر (الشراقة) 2008 والذي استنتج أن للألعاب الصغيرة انعكاس إيجابي وكبير على تعلم المهارات الحركية، في حين جاءت دراسة ناهده عبد زيد الدليمي 2011 ببابل بالعراق بعنوان " تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنوات " والتي استنتجت من خلال دراستها أن لمفردات الألعاب الصغيرة دورا فاعلا وكبيرا في تطوير القدرات الحركية المحددة وبعض المهارات الأساسية .

من خلال عمل الباحث في مجال التعليم بمادة التربية البدنية والرياضية لاحظ عدم الاهتمام الكافي من طرف أساتذة التربية البدنية والرياضية بتنمية علمية وصحيحة لصفة السرعة (السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل)، فهي تقتصر على وحدة تعليمية قصيرة يتناول فيها الأستاذ السرعة كتقنية وليس كصفة، كما سجلنا نقصا واضحا في برامج متخصصة لهذه المرحلة الهامة خاصة برامج الألعاب لذا جاءت الحاجة الماسة لتصميم ووضع برنامج يتناسب وطبيعة هذه المرحلة العمرية وعليه تكمن مشكلة البحث في التساؤلين التاليين

١ ما مدى تأثير البرنامجين التقليدي والمقترح في الألعاب الصغيرة في تنمية السرعة (السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل) لتلاميذ السنة الأولى متوسط (11-12 سنة)؟ .

٢- أي البرنامجين له فاعلية مؤثرة بإيجاب فعال على تنمية صفة السرعة (السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل)؟

3- فروض الدراسة: تمت صياغة فرضيتي البحث كما يلي:

- 1- وجود فرق دال إحصائيا بين الاختبار القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي لكل من برنامجي درس التربية البدنية والرياضية التقليدي وبرنامج

الألعاب الصغيرة المقترح في تنمية صفة السرعة (السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل).

- 2- وجود فرق دال إحصائيا في الاختبار البعدي بين برنامجي درس التربية البدنية والرياضية التقليدي وبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح ولمصلحة البرنامج المقترح في تنمية صفة السرعة (السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل).

4- أهداف الدراسة: يهدف البحث إلى:

- 1- اختيار مجموعة من الألعاب الصغيرة تساهم في تنمية صفة السرعة.
- 2- التعرف على تأثير البرنامج المقترح في تنمية صفة السرعة (السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل) لتلاميذ بأعمار 11 - 12 سنة، مقارنة بالبرنامج التقليدي.

5- تحديد مصطلحات الدراسة:

5-1- البرنامج:

تعريف اصطلاحي: هو الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط، لخطط صممت سلفا وما يطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ وإمكانات تحقق هذه الخطة. (السيد، 2004، 234).

تعريف إجرائي: هو كل الخبرات المتوقعة من المنهج، ويتضمن المحتوى وطرق التدريس والأهداف التعليمية والإمكانات والوقت المخصص، وفي دراستنا هذه هو مجموعة الوحدات التعليمية الخاصة بالألعاب الصغيرة والمحددة في وقتها وطريقتها وعدد الممارسين لها.

5-2- الألعاب الصغيرة:

تعريف إصطلاحي: وسيلة من وسائل التربية البدنية الحديثة، تمارس وفق قواعد لعب سهلة وغير ثابتة، ويمكن تغييرها وتصعيبها تدريجيا، وهي لا تحتاج إلى تحضير كبير أو أدوات كثيرة أو مكان خاص، ومن هنا جاءت تسميتها بالصغيرة

كما أنها تؤدي فردياً أو زوجياً أو جماعياً وهي تشتمل على عنصر المنافسة والمفاجئة وروح الإبداع. (أبو جاموس، 88، 2012)

تعريف إجرائي: هي تلك الألعاب البسيطة في قوانينها وتنظيمها يمكن تأديتها حتى في مساحات صغيرة، وبأعداد صغيرة وكبيرة بأدوات وبدونها، وتمثلت في دراستنا في مجموعة الألعاب الهادفة إلى تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية قيد الدراسة حسب النشاط الممارس.

5-3- السرعة:

سرعة رد الفعل: يقصد بها المقدرة على الاستجابة لمؤثرات خارجية في أقصر زمن ممكن (Weineck , 1992, 337).

5-4- تلميذ 11-12 سنة -الطفولة المتأخرة:

تعريف اصطلاحي: تلميذ 11-12 سنة ينتمي إلى مرحلة الطفولة المتأخرة وهي المرحلة التي تبدأ من سن تسعة سنوات وتنتهي بالتقريب عند سن الثانية عشر من العمر، كما يطلق عليها كذلك اسم مرحلة قبل المراهقة، وتعتبر هذه المرحلة تمهيد للبلوغ والدخول في سن المراهقة لذلك تتميز ببطء في معدل وفي نسبة النمو في عدة جوانبه غير أن الطفل مع ذلك يكتسب فيها المهارات والخبرات الضرورية واللازمة لتكيفه مع شؤون الحياة الاجتماعية. (الوافي، 2006، 144)

تعريف إجرائي: هي المرحلة التي تسبق المراهقة ولها ميزات خاصة، تتميز ببطء في النمو بصفة عامة، وتعتبر مرحلة هامة في اكتساب الحركة، وهي في دراستنا هذه عينة التلاميذ المتمدرسين للسنة الأولى متوسط (11-12 سنة).

6-الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى: أطروحة دكتوراه لأحمد ممدوح زكي (1985) بعنوان "أثر استخدام الألعاب الصغيرة على تحسين اللياقة البدنية بجزء الإعداد البدني في درس التربية الرياضية للمرحلة الإعدادية" هدفت الدراسة إلى:

1-تحديد أثر استخدام الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية على تحسين اللياقة البدنية لتلاميذ الصف الدراسي الأول بالمرحلة الإعدادية.

2-مقارنة العائد من استخدام أسلوب الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني في درس التربية الرياضية لتلاميذ الصف الدراسي الأول بالمرحلة الإعدادية بمثيله الذي يستخدم التمرينات التقليدية لنفس الغرض.

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين ضابطة وتجريبية، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وقد بلغ عددها 70 (مجموعة ضابطة والأخرى تجريبية)، تم التوصل إلى أن استخدام طريقة الألعاب الصغيرة في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية يؤثر إيجابيا على تحسين اللياقة البدنية للتلاميذ بدرجة تفوق مثيله الذي يستخدم التمرينات التقليدية.

الدراسة الثانية: أطروحة دكتوراه، مصطفى حسين إبراهيم باهي(1989) وموضوعها" تأثير برنامج مقترح لتدريس الألعاب الصغيرة على مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية والمهارات الحركية لطلاب الكلية المتوسطة بالقصيم بالسعودية"، وقد هدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة في تطوير مستوى بعض عناصر اللياقة البدنية لأفراد العينة من خلال المقارنة بين القياس القبلي والبعدي، استخدم الباحث المنهج التجريبي، شملت عينة البحث 140 طالبا تم اختيارهم بالطريقة العمدية من طلاب المستوى العام بالكلية المتوسطة بالرس في العام الدراسي 1988، و تم التوصل إلى أن برنامج الألعاب الصغيرة المقترح أفضل من البرنامج المستخدم حاليا (التقليدي) في ما يتعلق بمستوى اللياقة البدنية للطلاب .

الدراسة الثالثة: أطروحة دكتوراه لحنان أحمد رشدي عسكر (1990) بعنوان" تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية

والمهارات الحركية لطفل ما قبل المدرسة من سن 5-6 سنوات وقد هدف البحث إلى:

1- وضع برنامج للألعاب الصغيرة لطفل ما قبل المدرسة 5-6 سنوات.
2- التعرف على تأثير البرنامج المقترح على بعض المهارات الحركية (العدو، الرمي، الوثب) وفي بعض القياسات الفسيولوجية (النبض، الضغط) وكذلك بعض القياسات البدنية (السرعة، قدرة الرجلين، قدرة الذراعين).

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من 56 طفا وطفلة من بين أطفال حضانة مدرسة أسماء فهمي القومية المشتركة، قسمت إلى مجموعتين، وتم تنفيذ الألعاب الصغيرة على المجموعة التجريبية من قبل الباحثة المتضمن عشر وحدات تعليمية من أربعة دروس بواقع درسين أسبوعيا، زمن كل درس 45 دقيقة، أما المجموعة الضابطة فنفذ عليها برنامج الروضة وتوصلت إلى النتائج التالية:

1- البرنامج التجريبي للألعاب الصغيرة له أثر إيجابي في تحسن مستوى المهارات الحركية.

2- البرنامج التجريبي له أثر إيجابي على قياسات النبض عدا الضغط.
الدراسة الرابعة: أطروحة دكتوراه منشورة للخياط وشيت (1998) " أثر استخدام الألعاب الصغيرة بالقسم الإعدادي لدرس التربية الرياضية على تحسين مستوى اللياقة البدنية للطالبات"، وقد هدفت الدراسة إلى:

1- تحديد أثر استخدام الألعاب الصغيرة في القسم الإعدادي من الدرس في تحسين اللياقة البدنية لطالبات الصف الأول المتوسط

2- مقارنة العائد من استخدام الألعاب الصغيرة مع مثيله الذي يستخدم التمارين البدنية في الجزء الإعدادي.

استخدم الباحث المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث 80 تلميذة موزعة على مجموعتين تجريبية وضابطة، وتم التوصل إلى وجود فروق ذات دلالة معنوية ولمصلحة المجموعة التجريبية (الألعاب الصغيرة) على حساب المجموعة الضابطة في تحسين مستوى اللياقة البدنية للطالبات

الدراسة الخامسة: أطروحة دكتوراه لناهده عبد زيد الدليمي (2001) بعنوان: "تأثير مجموعة ألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنوات"، وقد هدف البحث إلى:

1- اختيار مجموعة ألعاب صغيرة لتطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنوات.

2- التعرف على تأثير مجموعة ألعاب صغيرة لتطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8) سنوات

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لموضوع البحث، وتم إجراء هذا البحث على عينة من تلميذات مدرسة بنت الهدى الابتدائية للبنات للعام الدراسي (2009-2010) وبعمر (7-8) سنوات وبلغ عددهن (36) تلميذة، كما تم اختيار الاختبارات الملائمة للقدرات الحركية التي حددتها الباحثة وكذلك بعض المهارات الأساسية، وقد خرجت الباحثة بعدة استنتاجات أهمها:

1- مفردات الألعاب الصغيرة أدت دورا فاعلا" وكبيرا في تطوير القدرات الحركية المحددة وبعض المهارات الأساسية.

2- كذلك ظهرت الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة لدى أفراد المجموعة الضابطة بشكل ملحوظ والتي خضعت للمنهج المتبع في الصفوف الأولى من المرحلة الابتدائية.

الدراسة السادسة: أطروحة دكتوراه لعبد الله رمضان (2007) بعنوان: "أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية لدى تلاميذ

الطور الثاني خلال درس التربية البدنية والرياضية"، وقد هدفت الدراسة إلى التوصل إلى إنجاز حصة التربية البدنية باستعمال الألعاب الصغيرة لما لها من أهمية خاصة في تنمية الصفات البدنية.

استخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من 90 تلميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية حيث قسمها الباحث لمجموعتين متساويتين تجريبية وأخرى ضابطة، وقد توصل الباحث أن العينة التجريبية حققت تقدم في مستوى الصفات البدنية المستهدفة خلال الاختبارات البعدية منه عن العينة الضابطة.

* **حوصلة نتائج الدراسات المشابهة:** من خلال الدراسات المقدمة يمكن توضيح أوجه التشابه والاختلاف بين هذه الدراسات في ما بينها وبينها وبين دراستنا الحالية في الجدول رقم (1)

| جدول رقم (1): يبين حوصلة ما توصلت إليه الدراسات المشابهة. | |
|---|--|
| العناصر | حوصلة نتائج الدراسات المشابهة |
| الأهداف | غالبية الدراسات وضعت من أجل: وضع برامج ألعاب والتعرف على أثرها في تنمية: * بعض عناصر اللياقة البدنية-بعض المهارات الحركية الأساسية- بعض الجوانب الحركية والحسية. في حين جاءت دراستنا من أجل وضع والتعرف على تأثير برنامج ألعاب صغيرة على تنمية صفة السرعة (السرعة الإنتقالية وسرعة رد الفعل) ومقارنة ذلك بالبرنامج التقليدي. |
| المنهج المستخدم | كل الدراسات استخدمت المنهج التجريبي نظرا لطبيعة تلك الدراسات. كما هو الحال في دراستنا هذه. |
| المجال الزمني | أجريت الدراسات المقدمة في الفترة ب ين 1985-2007، في حين جاءت هذه الدراسة ل موسم 2013/2014. |
| عددها | تراوح حجم العينة في الدراسات المشابهة ما بين 20-100 في حين كانت في دراستنا الحالية 70 تلميذ. |

| | | |
|--|---------------------------|--|
| <p>غالبية الدراسات اختارت التلاميذ كعينة لجمع البيانات ولكن جلها إختار مرحلة الروضة، والمرحلة الابتدائية (4-10 سنوات) في حين طبقت هذه الدراسة مع تلاميذ السنة الأولى متوسط 11-12 سنة</p> | <p>نوعها</p> | |
| <p>اختلفت الدراسات السابقة في طريقة اختيار العينة، فمنها العشوائية، العمدية، أما دراستنا الحالية فتم اختيارها بالطريقة العشوائية.</p> | <p>إختيارها</p> | |
| <p>اتفقت كل الدراسات المشابهة على استخدام الاختبارات البدنية والحركية وبعض المقاييس لقياس متغيرات الدراسة، في حين استعملنا الاختبارات البدنية لقياس صفة السرعة.</p> | <p>وسائل جمع البيانات</p> | |
| <p>أكدت كل الدراسات على تأثير فعال لبرامج الألعاب على متغيرات تلك الدراسات مقارنة بالبرامج التقليدية.</p> | <p>أهم النتائج</p> | |

6- منهجية البحث والإجراءات الميدانية للدراسة:

6-1- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة الدراسة باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين متكافئتين (ضابطة وتجريبية) عشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي ويتم في هذا التصميم إدخال العامل التجريبي (المستقل) وهو برنامج الألعاب الصغيرة المقترح على المجموعة التجريبية، وترك المجموعة الضابطة في ظروفها الاعتيادية

6-2- مجالات البحث:

المجال الزمني: الموسم الدراسي 2012-2013.

المجال المكاني: ملعب متوسطة طريق سطيف - بركة - ولاية باتنة والذي يتكون من ملعب ترابي طوله 60 م وعرضه 45 م وملعب إسمنتي طوله 40 م وعرضه 25 م وأربعة أروقة مخصصة لسباقات السرعة.

* 3-6 أدوات جمع البيانات: نظرا لطبيعة الدراسة، فإنه تم اختيار اختبارين في صفة السرعة، بالإضافة إلى القيام بوضع برنامج مقترح في الألعاب الصغيرة يتكون من 12 وحدة تعليمية.

* اختبارات السرعة المستعملة في الدراسة:

❖ اختبار الجري 30 م من بداية متحركة.

❖ اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقائية.

7- التجربة الاستطلاعية: تم إجراء ثلاث تجارب استطلاعية قبل البدء بتنفيذ التجربة النهائية.

7-1- التجربة الاستطلاعية الأولى: تم إجراء هذه التجربة على عينة مؤلفة من (05) تلاميذ تم اختيارهم بالطريقة العمدية عن طريق الحكم الذاتي للباحث ومن مجتمع البحث وكان الهدف من هذه التجربة:

1- معرفة المشاكل والصعوبات التي تواجه الباحث عند تطبيق التجربة.

2- مدى ملائمة الأجهزة والأدوات وصلاحيتها للقياس.

4- معرفة الوقت اللازم لأداء الاختبار وصلاحية ومناسبة استمارات اختبارات البحث.

7-2- التجربة الاستطلاعية الثانية: تم إجراء هذه التجربة على عينة مؤلفة من (15) تلميذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث، وبعد أسبوع بالضبط تم إعادة الاختبار، وقد كان الغرض من هذه التجربة هو إيجاد معامل الصدق والثبات والموضوعية لاختبارات البحث.

7-3- التجربة الاستطلاعية الثالثة: تم اختيار وحدة تعليمية في الألعاب الصغيرة من البرنامج المقترح وتطبيقها على عينة الدراسة الاستطلاعية الثانية، قصد الوقوف على مدى مناسبة محتوى البرنامج المقترح ومدى ملائمة لعينة البحث،

وتمرن الباحث على زمن وطريقة إجراء الوحدة التعليمية من كل جوانبها، وقد حققت الدراسة الاستطلاعية أهدافها.

8- الأسس العلمية للاختبارات:

8-1- حساب الصدق: للتأكد من صدق الاختبارات المستخدمة قام الباحثان بحساب الصدق الصدق الذاتي.

الصدق الذاتي للاختبار عبارة عن الدرجات التجريبية للاختبار منسوبة للدرجات الحقيقية الخالية من أخطاء القياس، ويقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار (رضوان، 2006، 216) أي:

8-2- ثبات الاختبارات:

معامل الصدق الذاتي = $\sqrt{\text{معامل الثبات}}$

قام الباحث بحساب ثبات الاختبارات المستخدمة بالبحث بطريقة إعادة تطبيق الاختبار عن طريق إجرائها على 15 تلميذ وتلميذة من غير عينة البحث ومن نفس مجتمع البحث، وقد تم الاختيار بطريقة عشوائية -تحقق الشرط الأول لحساب معامل الارتباط البسيط بيرسون -، وتم إعادة تطبيق الاختبارات بعد أسبوع لحساب قيم معاملات الثبات (بيرسون) والذي يتفق كل من عبد الله المنيزل وعائش غرابية أنه لا بد من توفر الشروط التالية لاعتماده وهي:

1- أن تكون العينة مسحوبة بطريقة عشوائية.

2- أن تكون البيانات متبعة للتوزيع الطبيعي.

3- أن تكون العلاقة خطية بين المتغيرين، وتختبر من خلال رسم شكل الانتشار، وفي حالة عدم التحقق من هذه الشروط فلا يمكن اعتماد نتيجة الارتباط لبيرسون.

(المنيزل، غرابية، 2006، 128)

وعليه قام الباحث من التأكد من التوزيع الطبيعي لعينة الدراسة الاستطلاعية بحساب معامل الالتواء ورسم شكل الانتشار للتأكد من الارتباط الخطي قبل حساب الثبات وبالتالي تحقق الشرط الثالث لحساب معامل الارتباط لبيرسون.

جدول رقم(02): يوضح نتائج معامل الالتواء ومعاملات الثبات والصدق الذاتي لنتائج التجربة الاستطلاعية:

| الاختبار | | معامل الالتواء | الثبات | الصدق الذاتي |
|----------|---------------------------------|----------------|--------|--------------|
| السرعة | إختبار 30 م من بداية متحركة | 0.32 | 0.80 | 0.89 |
| | إختبار نيلسون للإستجابة الحركية | 0.28 | 0.80 | 0.89 |

يتضح من خلال الجدول رقم (02) أن جميع معاملات الالتواء بين (1_{+}) مما يشير إلى اعتدالية توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية وبهذا يتوفر الشرط الثاني في حساب معامل الارتباط لبيرسون، وأن جميع معاملات الارتباط لبيرسون موجب عالي 0.80 وجذورها التربيعية 0.89، وهذا يدل على ثبات وصدق الاختبارات المستخدمة.

9- الدراسة الأساسية:

9-1- مجتمع وعينة الدراسة الأساسية:

أجريت الدراسة على عينة من تلاميذ متوسطة طريق سطيف بركة نظرا للتسهيلات المقدمة فيها، ومنها اختار الباحث 70 تلميذ وتلميذة للموسم ال دراسي 2012 / 2013، من أصل 127 تلميذ سنة أولى متوسط (مجتمع البحث) ممن أعمارهم (11 و 12 سنة)، وهم يمثلون قسمين من السنة الأولى متوسط من أصل أربعة أقسام وتم الاختيار بطريقة عشوائية عن طريق القرعة بين أربعة أقسام، لتقسم إلى مجموعتين ضابطة (35 تلميذ وتلميذة) وتجريبية (35 تلميذة تلميذة)، وقد تم استبعاد التلاميذ ممن لا تتوفر فيهم شروط التجربة. تم التأكد من التجانس بين العينتين في متغيرات السن والطول والوزن والتكافؤ في اختبارات البحث.

9-2- مجموعات البحث:

أ- المجموعة التجريبية: وقد خضعت لبرنامج مقترح في الألعاب الصغيرة من أجل تنمية صفة (السرعة)، (12 وحدة تعليمية) ودامت مدة كل وحدة 50 دقيقة.

ب-المجموعة الضابطة: خضعت للبرنامج التقليدي المعد من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية للمتوسطة، بنفس عدد الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية أي (12 وحدة) ودامت مدتها 50 دقيقة.

10-اعتدالية توزيع بيانات العينتين التجريبية والضابطة في اختبارات البحث:

قام الباحث بحساب معامل الالتواء وقيمة كولموغروف سميرونوف - Colmogrov Smirnov لاختبارات البحث في الاختبارات القبليّة والبعدية من أجل التأكد من اعتدالية توزيع العينتين التجريبية والضابطة، والجدول رقم (03) يوضح ذلك:

جدول رقم (03): يبين قيم معامل الالتواء وقيم «ز» لكولموغروف سميرونوف للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات البحث

| الاختبار البعدي | | | | الاختبار القبلي | | | | | |
|--------------------|---------------------|--------|----------------|-----------------|---------------------|--------|----------------|----------------|--------------------------|
| الدالة | مستوى الدلالة (Sig) | قيمة ز | معامل الالتواء | الدالة | مستوى الدلالة (Sig) | قيمة ز | معامل الالتواء | | |
| المجموعة الضابطة | | | | | | | | الاختبارات | |
| (-) | 0.23 | 1.03 | 0.06 | (-) | 0.26 | 1.01 | 0.27 | اختباري السرعة | جري 30 م من بداية متحركة |
| (-) | 0.94 | 0.53 | 0.48 | (-) | 0.53 | 0.81 | 0.50 | | نيلسون للاستجابة الحركية |
| المجموعة التجريبية | | | | | | | | الاختبارات | |
| (-) | 0.71 | 0.70 | 0.38 | (-) | 0.97 | 0.48 | 0.05 | اختباري السرعة | جري 30 م من بداية متحركة |
| (-) | 0.73 | 0.69 | 0.49 | (-) | 0.98 | 0.47 | 0.17 | | نيلسون للاستجابة الحركية |

من خلال الجدول رقم (03) يتبين لنا أن جميع قيم معامل الالتواء محصورة بين ()
 1+ وأن جميع قيم مستويات الدلالة لاختبار Colmogrov-Smirnov أكبر من
 0.05، بالإضافة إلى أن حجم العينة أكبر من 30 فرد وهذا ما يدل على أن البيانات
 تتبع التوزيع الطبيعي، مما يمكن من إجراء التحليلات المعلمية عليها.

11-تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث:

11-1-تجانس العينة: من أجل ضبط جميع المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج البحث
 لجأ الباحث إلى التحقق من تجانس عينة البحث في متغيرات السن والطول والوزن، وذلك
 عن طريق استخدام كل من قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط وقيمة
 (ت) وهنا يؤكد إيهاب عبد السلام أنه لتطبيق اختبار ستودنت T test لابد من توفر
 الشرطين التاليين:

لكي تكون نتائج العمل به صحيحة:

✍ يجب أن تكون عينة الدراسة بياناتها عشوائية.

✍ يجب ان تكون البيانات موزعة توزيعا طبيعيا. (محمود، 2013، 176)

وعليه تم التأكد من توزيع بيانات متغيرا السن والطول والوزن للعينة توزيعا
 طبيعيا عن طريق حساب معامل الالتواء كما هو مبين في الجدول رقم (04):

جدول رقم (04): يبين تجانس عينة البحث في متغيرات السن والطول والوزن.

| المتغيرات | وحدة القياس | المجموعة الضابطة | | | | المجموعة التجريبية | | | |
|-----------|-------------|------------------|-------------------|--------|----------------|--------------------|-------------------|--------|----------------|
| | | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسيط | معامل الالتواء | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسيط | معامل الالتواء |
| السن | شهر | 142.60 | 6.34 | 143 | 0.09 | 143.23 | 7.00 | 143 | 0.08 |
| الطول | سم | 151.74 | 8.56 | 150 | 0.69 | 152.60 | 9.23 | 152 | 0.20 |
| الوزن | كغ | 44.37 | 6.68 | 42 | 1.00 | 44.88 | 7.96 | 43 | 0.63 |

يتضح لنا من الجدول رقم (04) أن قيم معامل الالتواء تقع بين $(1+)$ مما يدل على اعتدالية التوزيع، و من خلال المقارنة بين قيم المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط لكل من المجموعتين الضابطة و التجريبية في متغيرات السن و الطول و الوزن أنها متقاربة ، مما يدل على تجانس العينة ، كذلك يتبين لنا من نفس الجدول بأن قيم (t) المحسوبة كانت أقل من القيمة الجدولية (1.99) تحت مستوى دلالة (0.05) و درجة حرية 68 ، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة و التجريبية وهذا دليل على تجانس العينة في هذه المتغيرات :

11-2- تكافؤ مجموعتي البحث:

من أجل إرجاع الفوارق إلى العامل التجريبي تم التحقق من تكافؤ مجموعتي البحث في اختبائي البحث باستخدام قانون (t) لمتوسطين غير مرتبطين ولعينتين متساويتين كما هو مبين في الجدول رقم (05).

جدول رقم(05): يوضح تكافؤ العينة (المجموعتين الضابطة والتجريبية) في اختبارات البحث قبل تنفيذ البرنامج.

| | | | | المجموعة التجريبية | | | المجموعة الضابطة | | | المتغيرات | |
|---------|------------|------------|-------|--------------------|--------|----------|------------------|--------|----------|-----------|---------------------------------|
| الدلالة | ت الجدولية | بدرجة حرية | مستوى | المحسوبة | الوسيط | الانحراف | المتوسط | الوسيط | الانحراف | | المتوسط |
| غير دال | 2.03 | 34 | 0.05 | -1.60 | 5.13 | 0.38 | 5.14 | 5.00 | 0.27 | 5.01 | اختبار 30 م من بداية متحركة |
| غير دال | | | | 0.56 | 2.07 | 0.16 | 2.08 | 2.08 | 0.11 | 2.10 | اختبار نيلسون للاستجابة الحركية |

يتضح من خلال الجدول رقم (05) أن جميع قيم (ت) المحسوبة كانت غير دالة معنويًا بالنسبة لجميع متغيرات البحث، وهذا يؤكد على أن المجموعتين الضابطة والتجريبية متكافئتين في اختبارات البحث.

12- المتغيرات الدخيلة: (غير التجريبية): فيما يلي أهم المتغيرات التي يمكن أن تهدد سلامة البحث:

12-1- السلامة الداخلية للتصميم التجريبي: يتم تحقيق السلامة الداخلية للبحث عندما يتمكن الباحث من السيطرة على المتغيرات التي تؤثر في المتغير التابع، وهذه المتغيرات هي:

* **ظروف التجربة والعوامل المصاحبة لها:** لم يشهد أن تعرض البحث خلال مدة التجربة لأي حادث يؤثر على سلامته وخطواته.

* **العمليات المتعلقة بالنضج:** بما أن جميع الأطفال من بيئة واحدة ويشهدون عمليات النمو نفسها، فإن هذا العامل قل من تأثيره على المتغير التابع.

* **أداة القياس:** تمت السيطرة على هذا المتغير باستخدام الأداة نفسها مع عينة البحث.

* **كيفية اختيار أفراد عينة التجربة:** لقد تم السيطرة على هذا العامل من خلال حرص الباحث على أن تكون المجموعة الضابطة والتجريبية متكافئة في جميع عناصر التجربة الأساسية، كما هو موضح في الجدول رقم (04) و(05).

* **الغائبون للتجربة:** قبل البدء في التجربة ألح الباحث على التلاميذ عدم تغييرهم وقد شجعهم على الممارسة الرياضية لما لها من فوائد، وعند نهاية وحدات البرنامج المقترح وجد الباحث أن التلاميذ التزموا بالتعليمات والإرشادات المقدمة، وقد سجل الباحث عدم تغيب أي تلميذ عن أي حصة من الحصص.

12-2- السلامة الخارجية للتصميم: ينبغي أن تكون التجربة خالية من الأخطاء التالية:

* تفاعل تغير المتغير (المستقل) التجريبي مع تحيزات الاختبار: ليس لهذا العامل تأثير وذلك بسبب تحقق التكافؤ بين أفراد العينة.

* أثر الإجراءات التجريبية: لقد قام الباحثان بتنفيذ إجراءات التجربة ولقد تطلب العمل التجريبي ضبط عوامل كثيرة حفاظا على سلامة التصميم التجريبي ومن أهمها:

* المادة التعليمية: في حدود ما توصل إليه الباحث من خلال تصفحه لمختلف المراجع والكتب المتخصصة في الألعاب الصغيرة وعلاقتها بتنمية صفة السرعة، بالإضافة إلى آراء المختصين في مجال التربية البدنية والرياضية من أساتذة ومفتشين، بالإضافة إلى المنهاج لمرحلة التعليم المتوسط، تم إعداد برنامج مقترح في الألعاب الصغيرة لتنمية صفة السرعة لتلاميذ (11 - 12 سنة)، والذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية.

* الفترة الزمنية للتجربة: لقد كانت المدة متساوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية، وقد تم إخضاع تلاميذ المجموعة التجريبية لفترة زمنية مستمرة لم تعرف إضرابات عن العمل أو أحوال جوية سيئة، إذ تكون البرنامج التجريبي من 12 وحدة تعليمية (وحدة أسبوعيا)

* مكان الحصة: تم إجراء البرنامج مع تلاميذ المجموعة التجريبية بملعب المتوسطة، والذي يتميز بالاتساع والأمن والنظافة، مما سهل من عمل الباحث ولم يسجلا وجود إصابات خلال سير التجربة.

13- إجراءات البحث الرئيسية:

* الاختبارات القبليّة: قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة، وتم ضبط كل العوامل أثناء إجرائها.

* الاختبارات البعدية: قام الباحث بإجراء الاختبارات البعدية بعد إكمال مدة تنفيذ البرنامج المقترح وللمجموعتين التجريبية والضابطة.

*البرنامج المقترح في الألعاب الصغيرة: لوضع البرنامج المقترح والخاص بالألعاب الصغيرة قام الباحث بقراءات مستفيضة للمراجع العلمية والدراسات السابقة التي تناولت برامج الألعاب الصغيرة، ومنه تم وضع برنامج مقترح مكون من مجموعة من الألعاب الصغيرة وتم استشارة الأساتذة المختصين لاستطلاع آرائهم في الأسس الخاصة بالبرنامج المقترح ومناسبته لهذه الفئة (11-12 سنة)، ومدة البرنامج، وعدد مرات الممارسة الأسبوعية، وزمن الوحدة التعليمية ليخرج الباحثان في الأخير ببرنامج طبق على تلاميذ السنة الأولى متوسط، بحيث كانت مدته (12 أسبوع)، أي ضم البرنامج (12 وحدة تعليمية) زمن الوحدة 50 دقيقة .

14-المعالجة الإحصائية: بعد جمع البيانات للمتغيرات التي استخدمت في هذا البحث تم إجراء المعالجة الإحصائية المناسبة لتحقيق الأهداف والتحقق من مدى صحة الفروض باستخدام القوانين الإحصائية، وكذا الحاسب الآلي بواسطة البرنامج الإحصائي للحزمة الإحصائية للعلوم ال اجتماعية SPSS v 22 وذلك لحساب ما يلي:

| | |
|---------------------------------|------------------------------|
| Mean | المتوسط الحسابي |
| Standard Deviation | الانحراف المعياري |
| Median | الوسيط |
| Pearson Correlation Coefficient | معامل الارتباط بيرسون |
| Skewness | معامل الإلتواء |
| Colmogrov-Smirnov | كولموغروف سميروف |
| Paired Samples T-Test | اختبار (ت) للعينة المزدوجة. |
| Independent Samples T-Test | اختبار (ت) لعينتين مستقلتين. |
| Percentage of Progress | نسبة التحسن |
| Scatter Plot | رسم شكل الانتشار |

أما نسبة التحسن فحسبت بالعلاقة التالية:

القياس البعدي - القياس القبلي

= نسبة التحسن

100×

القياس القبلي

(السيد، 1978، 422)

* عرض ومناقشة النتائج

أ- عرض نتائج التحقق من الفرضية الأولى:

عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة وقيمة (t) المحسوبة للمجموعة الضابطة

في اختبارات البحث:

جدول رقم (06): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالاتها بين القياس القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة للمجموعة الضابطة.

| المتغيرات | قبلي | | بعدي | | المتغيرات | المتغيرات | المتغيرات | المتغيرات | المتغيرات |
|------------------|-------------|---------------|-------------|---------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | متوسط حسابي | انحراف معياري | متوسط حسابي | انحراف معياري | | | | | |
| 30 م سرعة | 5.01 | 0.27 | 4.92 | 0.24 | 6.01 | 2.03 | 0.05 | 34 | دال |
| نيلسون للاستجابة | 2.10 | 0.11 | 2.02 | 0.09 | 8.08 | 2.03 | 0.05 | 34 | دال |

يتبين من الجدول رقم (06)، أن المجموعة الضابطة بين القياسين القبلي والبعدي في اختبار 30 م من بداية متحركة قد حققت متوسط حسابي قدره (5.01⁺ - 4.92) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (6.01) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.03) عند مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 34، وهذا يعني أن هناك فرق دال إحصائياً بين القياسين ولمصلحة الاختبار البعدي.

كما يتبين أن المجموعة الضابطة في اختبار نيلسون للاستجابة الحركية قد حققت بين القياسين القبلي والبعدي متوسط حسابي قدره (2.10⁺ - 2.02)، وبلغت

قيمة (ت) المحسوبة (8.08) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.03) عند مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 34.

وهذا يعني أن هناك فرق دال إحصائياً بين القياسين ولمصلحة الاختبار البعدي وعليه يتضح وجود فرق دال إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في صفة السرعة ولمصلحة القياس البعدي.

- عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعة التجريبية في اختبائي البحث:

جدول رقم (07): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودالاتها بين القياس القبلي والبعدي في متغيرات الدراسة للمجموعة التجريبية.

| الدالة | الدرجة الحرة | مستوى الدلالة | القيمة التجدولية | القيمة المحسوبة (ت) | بعدي | | قبلي | |
|--------|--------------|---------------|------------------|---------------------|---------------|-----------|---------------|-----------|
| | | | | | انحراف معياري | وسط حسابي | انحراف معياري | وسط حسابي |
| دال | 34 | 0.05 | 2.03 | 11.29 | 0.20 | 4.60 | 0.38 | 5.14 |
| دال | | | | 17.47 | 0.16 | 1.80 | 0.16 | 2.08 |

يتبين من خلال الجدول رقم (07) أن المجموعة التجريبية بين القياسين القبلي والبعدي في اختبار 30 م من بداية متحركة قد حققت متوسط حسابي قدره (4.60⁺5.14) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (11.29) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.03) عند مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 34، وهذا يعني أن هناك فرق دال إحصائياً بين القياسين ولمصلحة الاختبار البعدي.

كما يتبين أن المجموعة التجريبية في اختبار نيلسون للاستجابة الحركية قد حققت بين القياسين القبلي والبعدي متوسط حسابي قدره (1.80⁺2.08)، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (17.47)، وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.03) عند مستوى دلالة

0.05 وبدرجة حرية 34، وهذا يعني أن هناك فرق دال إحصائياً بين القياسين ولمصلحة الاختبار البعدي.

يتضح وجود فرق دال إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في صفة السرعة ولصالح القياس البعدي.

ب- عرض نتائج التحقق من الفرضية الثانية:

- عرض نتائج الاختبارات البعدية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعة التجريبية والضابطة في اختبارات البحث.

جدول رقم (08): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) ودلالاتها بين القياسين البعدي في متغيرات

الدراسة للمجموعتين الضابطة والتجريبية

| المتغيرات | ضابطة | | تجريبية | | المتغيرات المحسوبة | قيمة ت الجدولية | مستوى الدلالة | درجة الحرية | الدلالة |
|----------------|------------------|---------------|-----------|---------------|--------------------|-----------------|---------------|-------------|---------|
| | وسط حسابي | انحراف معياري | وسط حسابي | انحراف معياري | | | | | |
| اختباري السرعة | 30 م سرعة | 4.92 | 0.24 | 4.60 | 0.20 | 6.04 | 0.05 | 68 | دال |
| | نيلسون للاستجابة | 2.02 | 0.09 | 1.80 | 0.16 | 6.70 | | | دال |

يتبين من الجدول رقم (08) أن المجموعة الضابطة في القياس البعدي في اختبار 30 م من بداية متحركة قد حققت متوسط حسابي قدره (4.92_{-}^{+}) ، في حين سجلت المجموعة التجريبية متوسط حسابي قدره (4.60_{-}^{+}) ، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (6.04) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (1.99) عند مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 34، وهذا يعني أن هناك فرق دال إحصائياً في القياس البعدي للمجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية.

كما يتبين أن المجموعة الضابطة في اختبار نيلسون للاستجابة الحركية قد حققت في القياس البعدي متوسط حسابي قدره (2.02_{-}^{+}) ، في حين سجلت المجموعة التجريبية متوسط حسابي قدره (1.80_{-}^{+}) ، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة

(6.70)، وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (1.99) عند مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 34، وهذا يعني أن هناك فرق دال إحصائياً في القياس البعدي للمجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية.

مما يبين وجود فرق دال إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعتين في صفة السرعة ولصالح المجموعة التجريبية.

جدول رقم (09): يبين نسبة التحسن في اختبارات البحث قيد الدراسة للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

| المجموعة | المتغيرات | المتوسطات الحسابية | | مجموع نسب التحسن % |
|--------------------|-----------|--------------------|------------|--------------------|
| | | القبلي (ت) | البعدي (ت) | |
| المجموعة الضابطة | اختباري | 5.01 | 4.92 | 1.8 |
| | السرعة | 2.10 | 2.02 | 3.80 |
| المجموعة التجريبية | اختباري | 5.14 | 4.60 | 10.50 |
| | السرعة | 2.08 | 1.80 | 13.46 |

يتضح من الجدول رقم (09) وجود تفوق للمجموعة التجريبية في نسبة التحسن في كل اختبارات البحث بين القياسين القبلي والبعدي، كما بلغ مجموع نسب التحسن للمجموعة الضابطة 5.6%، في حين بلغت النسبة للمجموعة التجريبية 23.96% وهذا ما يؤكد صحة الفرض الثاني.

- مناقشة النتائج:

أ- مقابلة ومناقشة النتائج بالفرضية الأولى:

- نص الفرضية الأولى: وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي لكل من برنامجي درس التربية البدنية والرياضية التقليدي وبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح في تنمية صفة السرعة.

يتضح من خلال الجدول رقم (07) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة و لصالح الاختبار البعدي في اختباري السرعة، مما يعني أن استخدام البرنامج التقليدي قد حسن من لياقة

التلاميذ في صفة السرعة، و هذا يحقق الجزء الأول من الفرضية الأولى، ويرجع الباحث هذا التحسن أن البرنامج التقليدي هو نتاج منهج المقاربة بالكفاءات و الذي يكون فيه العمل بأسلوب العمل بالورشات والتي تخللتها مجموعة من التمارين والألعاب ساهمت بقسط كبير في هذا التحسن، بالإضافة إلى عوامل النمو والنضج الطبيعي، وهذا يتفق مع ما يراه روبرت واطسون بأن المنحنى النموي في مرحلة الطفولة المتأخرة يرتفع حينما يبدأ البلوغ، وخلال مرحلة الطفولة المتأخرة تتحسن المهارات الحسية الحركية . (واطسون، ليندجرين، 2004، 494)

هذا ما يذهب إليه أيضا سعد جلال الذي يشير بأن النمو الحركي في هذه المرحلة يصل إلى ذروته، وكثيرا ما تعتبر بأنها الفترة المثالية للتعلم الحركي للطفل لأنه يكتسب قواما جيدا وينطبق ذلك في المقام الأول على الناحية النوعية للحركة. (جلال، علاوي، 1996، 405)

بالإضافة إلى النشاط الحر الخارجي المتكون هو الآخر من مجموعة من الألعاب الصغيرة والتقليدية والترويحية والتي ساهمت بقسط لا بأس به من هذا التحسن، دون إغفال أثر الاختبار القبلي الذي أجري على الأطفال قبل بدء التجربة، مما جعل التلاميذ يدركون جيدا معالم الاختبارات المطبقة.

كما يتضح من خلال الجدول رقم (08) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية و لصالح الاختبار البعدي في اختباري السرعة، وهذا ما يحقق الجزء الثاني من الفرضية الأولى، ويرجع الباحث هذا التقدم إلى البرنامج المقترح في الألعاب الصغيرة والتي وضعت بعناية وبأسس علمية مدروسة عن طريق مراعاة مكونات الحمل، بالإضافة إلى مراعاة عوامل النضج والتطور الطبيعي للتلميذ في هذه المرحلة السنوية (11-12 سنة)، فالألعاب الصغيرة نشاط تعليمي منتج باستعمال الأجهزة والأدوات البسيطة، وعن طريق بث روح المنافسة والبهجة والتشويق لدى التلاميذ، إذ يتفق هذا مع دراسة

أحمد ممدوح زكي 1985 ودراسة مصطفى حسين إبراهيم باهي 1989 ودراسة حنان أحمد رشدي عسكر 1990 ودراسة الخياط وشيت 1998 ودراسة عبد الله رمضان 2007 ودراسة قحطان خليل خليل العزاوي سنة 2009 ودراسة ناهده عبد زيد الدليمي 2011، والذين أكدوا على أن برامج الألعاب الصغيرة تساعد الأطفال على أن يكتشفوا إمكانياتهم، وأن يطوروا لياقتهم البدنية والحركية .
يتفق ذلك مع ما يراه وينيكوت " Winnicott " أن اللعب يمثل ظاهرة عالمية وأنه نشاط يرتبط بالصحة والنمو وبالتطور، كما يعد جزءا متكاملًا من حياة ونمو الطفل، حيث أن اللعب والنمو مرتبطان ومتفاعلان وتجمعهما علاقة وثيقة ودائمة.
(عثمان، 2010، 9)

كما أشارا كل من زكية إبراهيم كامل، مصطفى السايح محمد 2007 أن الألعاب الصغيرة تساهم بقسط كبير في تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية.
(كامل، السايح، 2007، 90)

أما زكية إبراهيم فإنها ترى بأن الألعاب الصغيرة تعد إحدى وسائل الإعداد الجيد، حيث تحتوي على عناصر اللياقة البدنية، والتي تتمثل في القوة، السرعة، الرشاقة، المرونة، التحمل لإحتوائها على ألعاب تختبر مدى قدرة اللاعب على إجادة المبادئ الأساسية للألعاب الصغيرة. **(كامل، السايح، 2007، 27)**، يأتي هذا متفقا مع ما أشارت إليه إلين وديع فرج 2007 " أن الألعاب الصغيرة تتناسب مع تنمية القدرات البدنية مع جميع الأعمار " **(فرج، 2007، 372)** تصف ميللر هذه الفترة بأنها الفترة الانتقالية فيصبح فيها القفز والجري والمصارعة وكل أنواع الألعاب نشاطات محببة إليهم، وتعزيز الأداء والعمل على تخليصه من السلوكات السلبية، من خلال برامج اللعب لمساعدته للوصول إلى السوية. **(صوالحة، 2004، 70-71)**

يرى كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين أن عملية تنمية السرعة في درس التربية البدنية لدى التلاميذ تتوقف على ما يبذل من عناية في انتقاء التمرينات البدنية المناسبة لتحقيق هذا الغرض، ويمكن تنمية القدرة على رد الفعل عن طريق بعض الألعاب الصغيرة (لعبة الكرة والصيد، لعبة الثعلب والخروف (...). (عبد الحميد، حسنين، 1997، 197، 198)

ب -مقابلة ومناقشة النتائج بالفرضية الثانية:

- نص الفرضية الثانية: وجود فروق ذات دلالة معنوية في الإختبار البعدي بين برنامجي درس التربية البدنية والرياضية التقليدي وبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح ولمصلحة البرنامج المقترح في تنمية صفة السرعة.

يتضح من خلال الجدول رقم (09) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة (التي خضعت للبرنامج التقليدي)، والمجموعة التجريبية (التي خضعت لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح) في الإختبار البعدي، وبهذا تتحقق الفرضية الثانية، مما يعني أن الأسلوب التقليدي غير كافي في توفير جهود بدنية وخبرات حركية للتلاميذ مقارنة ببرنامج الألعاب الصغيرة، لاعتماده على حركات بسيطة وتقليدية ومملة في كثير من الأحيان، وهذا لغياب بعض العناصر المهمة في الأداء الجيد مثل عنصر التشويق والمرح والتنافس الكبير عكس برنامج الألعاب الصغيرة الذي وفر للتلاميذ البيئة المرحية والمشوقة، وما زاد من قيمة التحسن أن الألعاب الصغيرة أعطت لممارسة مبدأ الثواب دون العقاب معنى تطبيقي واضح بالإضافة إلى مجموعة منتقاة من الألعاب الصغيرة تحتوي على نسبة مهمة من الجري، والجري مع تغيير الاتجاه والسباقات وحركات القفز والحجل والدرجة والرمي، والتي ساعدت التلاميذ لإبراز قدراتهم و خاصة البدنية منها، وهذا ما زاد من رغبة التلاميذ في التنافس وبذل الكثير من الجهود، و بالتالي أثر إيجابا على التحسن في سرعتهم .

كذلك الطريقة التي أُتبعَت في إعطاء الوحدات التعليمية دون أن يشعر التلميذ بأنه واجب حركي عليه أداءه فقط، هذا ما ساعد التلاميذ على التعرف على إمكانياتهم الجسمية وبالتالي تحسين النمو الحركي ككل، كما يرجع الباحث هذا التحسن إلى التنوع الكبير في التمرينات والألعاب الصغيرة المقدمة في كل أجزاء الدرس خلال البرنامج المقترح، وهذا ما يؤكده رناد الخطيب إذ يؤكد "على عدم تدخل المعلم في عملية التعليم والتدريب مباشرة، بل يجب أن يترك المجال للطفل لاستكشاف ما يستطيع اكتشافه من خبرات ومعارف جديدة وأن يقوم بدور المفسر والمصحح لما قد يكتشفه الطفل بنفسه . (الخطيب، 1991، 101)

أضاف عدنان درويش أن الألعاب الصغيرة توفر الجاذبية التي تدفعهم للمشاركة بفعالية للنشاط الحركي، في مقابل التمرينات التقليدية التي تتسم بالملل والرتابة، وهي من أهم الألعاب التي تقوم بإدخال المرح والسرور على الدرس أو التدريب. (درويش وآخرون، 1994، 172)

في حين أشارت سهام عفت عبد الرحمان (2010) أنه ينتج عن طريق ممارسة الألعاب الصغيرة بصورة متكررة ولفترات زمنية ثابتة زيادة في النشاط العضلي، كما تساعد على اكتساب اللياقة البدنية والحركية للأطفال (عفت، 2010، 355).

يرجع الباحث أيضا هذا التحسن إلى أن برنامج الألعاب الصغيرة ملئ بالمنافسات المحببة عند التلاميذ في إطار مسلي ومشوق، ويتفق هذا مع ما جاءت به زكية إبراهيم كامل بذكرها أن الألعاب الصغيرة تعتبر وسيلة من الوسائل التي تساعد في بناء قدرة الجسم بدنيا ومهاريا كما تساعد الفرد على أن يعمل عملا مثمرا لصالح الجماعة، كما تمتاز الألعاب الصغيرة بأنها تحتوي على عنصر المنافسة وهو عامل من عوامل إتقان الأداء المهاري والإرتقاء بالمستوى البدني. (كامل، السايح، 2007، 27)

كما يرجع الباحث هذا التحسن إلى عوامل النضج الطبيعي للتلميذ وتفاعل ذلك مع ما أتى به البرنامج المقترح من نمو من جميع الجوانب، بالإضافة إلى النشاط الحركي اليومي داخل وخارج المؤسسة التربوية.

من خلال ما تم التطرق إليه فقد أمكن التحقق من فرضيتي البحث، حيث تم التمكن من الاستنتاج بأن كلا البرنامجين قد حسنا في عناصر اللياقة البدنية للتلاميذ قيد الدراسة، وأن البرنامج المقترح في الألعاب الصغيرة قد أتى بنتائج ممتازة وأحسن من حيث التحسن مقارنة بنتائج البرنامج التقليدي، وفي التالي أهم الاستنتاجات والتوصيات.

- **الاستنتاج:** في ضوء نتائج الاختبارات وتحليلها ومناقشتها تم التوصل إلى تفوق برنامج الألعاب الصغيرة على البرنامج التقليدي في تنمية صفة السرعة عند المقارنة بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

خلاصة عامة:

قدمت هذا الدراسة من أجل معرفة أثر برنامج مقترح بالألعاب الصغيرة في تنمية صفة السرعة (السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل) لتلاميذ السنة الأولى متوسط (11-12 سنة)، وقد شملت العينة 75 (تلميذ وتلميذة) ليقسموا لمجموعتين ضابطة (طبقت البرنامج التقليدي) وتجريبية (طبقت البرنامج المقترح)، وقد تم التأكد من تجانس تلاميذ المجموعة الضابطة والتجريبية.

وبعد إجراء الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين وإجراء المعالجة الإحصائية اللازمة توصلنا إلى فاعلية البرنامج المقترح في الألعاب الصغيرة في تنمية صفة السرعة (السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل) لدى تلاميذ 11-12 سنة وذلك بالمقارنة مع نتائج العينة الضابطة

ومن خلال كل ما سبق نستنتج بأنه علينا نحن كمربين أن نراعي خصوصيات مرحلة الطفولة المتأخرة في بناء مناهج التربية البدنية، خاصة في سن 11-12

سنة والذي يمثل أول سنة تعليمية للطفل في مرحلة التعليم المتوسط في الجزائر، يكون هذا البناء مبني على أسس علمية سليمة و التي تعتمد بدرجة كبيرة على خلق الدافعية نحو كل ما هو إيجابي، فبواسطة الألعاب نمكن أولادنا من اكتساب قيم بدنية ونفسية واجتماعية وصحية، وعليه كان لزاما علينا وتثبيت مجموعة من البرامج وخاصة بالألعاب الصغيرة منها وتقديمها بأسلوب شيق واعتبارها قيمة وغاية في حد ذاتها وليست وسيلة لتحقيق الأهداف وفقط، وهذا لما لها من دور كبير في جوانب عدة، خاصة تنمية صفة السرعة والتي كانت موضوع بحثنا هذا.

ويأتي هذا إيماننا منا بدور وأهمية اللعب والألعاب في كل مرحلة من مراحل التعليم، وبالأخص في دروس التربية البدنية والرياضية، خاصة مع الطبيعة المعقدة الجوانب التي يعيشها تلاميذنا، وصعوبة المقررات الدراسية وتراكمها مما يخلق ضغطا رهيبا لدى التلميذ، لا يخرج منه إلا بالتنفيس عن طريق اللعب بصفة عامة والألعاب الصغيرة بصفة خاصة، فلا نستطيع تعليم الطفل مجموعة من الحركات الرياضية والمهارات الحركية أو تنمية لياقته البدنية في طابع روتيني تقليدي ممل.

وهنا يكمن الدور الجوهرى للعب في كونه وسيط تربيوي هام يجمع بين كل تلك الخصائص من أجل الوصول للهدف المسطر بأقل الجهود والتكاليف وفي أقل وقت ممكن، خاصة من الجانب البدني الذي تشهد منظومتنا التربوية إخراج تلميذ ضعيف بدنيا غير قادر على الأداء الصحيح، فما بالك بتعليمه التقنيات الصحيحة وخطط اللعب، هذا انطلاقا من مبدأ أن الجانب البدني أهم قاعدة تبنى عليها كل المكتسبات والمهارات الواجب تعلمها في كل مرحلة، و لهذا جاءت هذا الدراسة من أجل تبيان دور وأهمية الألعاب الصغيرة في تنمية صفة السرعة لتلاميذ السنة الأولى متوسط (11-12 سنة).

وعليه نوصي بإلحاح على تبني منهج للألعاب الصغيرة عند تنمية صفة السرعة، لاعتبارها من العناصر القاعدية الهامة التي تبني عليها باقي عناصر اللياقة البدنية الأخرى.

الهوامش:

- (1) الين وديع فرج(1996)، خبرات في الألعاب للصغار والكبار، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- (2) الين وديع فرج(2007)، خبرات في الألعاب للصغار والكبار، الطبعة الثانية، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- (3) إيهاب عبد السلام محمود(2013)، تحليل البرنامج الإحصائي spss، الطبعة الأولى، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
- (4) بيريفان عبد الله المفتي(2005)، أثر استخدام برنامجين بالألعاب الحركية والألعاب الاستكشافية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والسلوك الاستكشافي لدى تلاميذ الصف الثاني إبتدائي، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، الموصل.
- (5) جاسم محمد نايف الرومي(1999)، أثر برنامجي الألعاب الصغيرة والقصص الحركية في بعض القدرات الحركية لأطفال الرياض، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، الموصل.
- (6) خليل محمد السيد(2004)، التربية الحركية (النظرية والتطبيق)، جامعة المنصورة، كلية التربية، مصر.
- (7) رناد الخطيب (1991)، تربية طفل الروضة (نشأة وتطور تاريخي)، الهيئة المصرية للكتاب، القاهرة.
- (8) روبرت واطسون، هنري كلاي ليندجرين(2004)، سيكولوجية الطفل والمراهق، ترجمة داليا عزت مؤمن، الطبعة الأولى، مكتبة مدبول، القاهرة.
- (9) زكية إبراهيم كامل، مصطفى السايح محمد(2007)، الوسيط في الألعاب الصغيرة، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- (10) سمير نعيم أحمد(1993)، أهل مصر (دراسة في عبقرية البقاء والاستقرار)، الجزء الأول، مركز أوفست، القاهرة.
- (11) سعد جلال، محمد حسن علاوي(1996)، علم النفس التربوي الرياضي، الطبعة السابعة، دار المعارف، القاهرة.
- (12) سامي محمد ملحم (2004)، علم نفس النمو (دورة حياة الإنسان)، الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان.

- 13) سهام عفت عبد الرحمان(2010)، التدريب الميداني في التربية الرياضية، دار المعارف، مصر.
- 14) عدنان درويش، أمين أنور الخولي، عنان، محمود عبد الفتاح(1994) التربية الرياضية المدرسية (دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية) دار الفكر العرب، القاهرة.
- 15) عبد الله فلاح المنيزل، عايش موسى غرايبة(2006)، الإحصاء التربوي (تطبيقات باستخدام الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية)، الطبعة الأولى، دار المسرة للنشر والتوزيع، عمان.
- 16) عبد الرحمان الوافي(2006)، مدخل إلى علم النفس، دار هومه، الجزائر.
- 17) عفاف عثمان عثمان(2010)، الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، الطبعة الثانية، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- 18) علي حسن أبو جاموس(2012)، المعجم الرياضي، الطبعة الأولى، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان.
- 19) فؤاد البهي السيد(1978)، علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 20) كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسنين(1997)، أسس التدريب الرياضي لتنمية اللياقة البدنية في دروس التربية البدنية، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 21) محمد أحمد صوالحة (2004)، علم نفس اللعب، الطبعة الأولى، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
- 22) محمد نصر الدين رضوان(2006)، المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، مصر.
- 23) وديع ياسين التكريتي(2012)، المرشد في الألعاب الصغيرة لكافة المراحل الدراسية، الطبعة الأولى، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.

24) Weineck (1992) , Biologie du sport, édition vigot, paris,

25) Claude Doucet(2007), psychomotricité du jeune joueur de l'éveil a la préformation,ed amphora ,janvier.