

"تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الأساسي" د/جيهان سيد عبده محمد

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 تنسهر فيها جميع جوانب الشخصية لينمو الطفل نمواً شاملاً متكاملًا.

وتتفق كلا من ابتهاج طلبة (٢٠٠٩م) أسامة راتب، أمين الخولى (٢٠٠٧م) ويشهد مجتمعاً اليوم اهتماماً متزايداً ، وخاصة لمرحلة الطفولة ، وذلك لما تمثله من أهمية خاصة في حياة الإنسان حيث توضع البذور الأولى للشخصية فيها ، ورعايته رعاية متكاملة كوسيلة لتقدم المجتمع وإعداد المواطنين الصالحين للمستقبل ، وقد واكب هذا الأهتمام أهتمام عالمي وإقليمي جسدهته مجموعة اتفاقيات ومواثيق تتمثل أبرزها في ميثاق الطفولة عام ١٩٣٠ ، إنشاء منظمة الأمم المتحدة للأطفال عام ١٩٤٧ ، الإعلان العالمي لحقوق الطفل عام ١٩٥٩ ،وعيد الطفل العالمي ١٩٧٩م.(١٨:١)(٥٢:٤)

ويذكر كلا من الفرحاتى السيد (٢٠٠٥م) ، نقلا عن جوليانا بيرانتونى (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 ، وإذا أعدم 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 يعترها من نقص وقصور في التنشئة تعد دماراً طويلاً الأمد وتشويهاً للتنمية البشرية. (٦٤:٥)(١١:٨٧)

لذلك هي من أهم المراحل 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)(٢٠:٨٥)(٢٣:٨١)

وان التفاعل الإيجابي في الموقف التعليمي بين المعلم والمتعلم من جهة والمتعلم وزميله من جهة أخرى ، هو اساس التربية الشاملة للطالب ، وتعتبر طريقة التدريس التقليدية التي تتسم 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 السلبي 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. (٢ : ٣)

ويعتبر التعلم النشط طريقة تعليم وتعلم في ان واحد، حيث يشارك الطلبة في الانشطة 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 بأنفسهم تحت اشرافه ويدفعهم الى تحقيق الاهداف الطموحة للمنهج المدرسي ، والتي تركز على بناء الشخصية المتكاملة الابداعية لطالب اليوم ورجل الغد.(٧:٣٣)

كما يمكن الإشارة الى ان هناك العديد من استراتيجيات التعلم النشط ، وقد وصل عدد هذه الاستراتيجيات الى عشرة كما اشار بذلك المركز القومي للبحوث التربوية (٢٠٠٦م) وفي هذه الدراسة اعتمد الباحثان على استراتيجية التعلم التعاوني كإحدى استراتيجيات التعلم النشط في تحسين مستوى اداء مسابقة الوثب الطويل بطريقة الخطو في الهواء.

ومن خلال ما اطلعت عليه الباحثة من الدراسات والمراجع والتي إشارات الى أهمية استراتيجية التعلم النشط في التدريس ولما لمرحلة رياض الأطفال دور فعال في تكوين شخصية الطفل راءات الباحثة القيام بهذه الدراسة للتعرف على تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلميذات المرحلة الاولى من التعليم الأساسي.

هدف البحث

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

فروض البحث

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى بعض المتغيرات المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال المرحلة الاولى من التعليم الأساسي مجموعة البحث التجريبية.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى بعض المتغيرات المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال المرحلة الاولى من التعليم الأساسي مجموعة البحث الضابطة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعديين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة مستوى بعض المتغيرات المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال المرحلة الاولى من التعليم الأساسي مجموعة البحث التجريبية.

بعض المصطلحات الواردة في البحث

التربية الحركية Movement Education:

ها ذلك النشاط الذي يعمل علي خلق الظروف الخصبة لإكتساب الأطفال النواحي المعرفية والوجدانية بجانب الحركية (٢٠ : ٤٠) .
التعلم النشط :

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

خطة وإجراءات البحث

منهج البحث

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

عينة البحث

اشتملت عينة البحث على تلميذات المرحلة الأولى (الصف الأول) من التعليم الأساسي بمدرسة المستقبل التجريبية الابتدائية (بمدينة نصر) للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) وعددهن (٥٦) تلميذة تم تقسيمهن إلى مجموعتين تجريبية وأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (٢٥) تلميذة بالإضافة إلى (١٦) طالبة لإجراء الدراسة الاستطلاعية للبحث.

شروط اختيار عينة البحث

- انتظام التلميذات في الحضور.
- موافقة مديرة المدرسة على تطبيق تجربة البحث.
- موافقة أولياء أمور الطالبات على اشتراك بناتهن في البحث.
- عمل الباحثة كمشرفة تربية عملية في تلك المدرسة.

تجانس عينة البحث

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء
لدى التلميذات عينة البحث

ن = ٥٦

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 ٦م	ث	٤.١١	٠.٣٢	٤.١٠	٠.٢٨٧-
٨	التنطيط بالكرة في دائرة	ث	٩.١٤	٠.١٥	٩.١٠	٠.٢١٤
٩	رمى 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 تنحصر ما بين (± 3) مما يشير إلى اعتدالية توزيع العينة في تلك المتغيرات.

- تكافؤ عينة البحث :

قامت الباحثة بحساب دلالة الفروق بين القياس القبلي للمجموعة الضابطة والقياس القبلي للمجموعة التجريبية بتطبيق اختبار مان ويتنى لدلالة الفروق للتأكد من تكافؤ مجموعتي البحث في جميع متغيرات البحث ، وجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

جدول (٣)

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

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية (ن = ٢٥)		المجموعة الضابطة (ن = ٢٥)		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
		ع	م	ع	م		
معدلات النمو	العمر	سنة	٦.٠٥	٠.٢٥	٦.٠٨	٠.٢٥	غير دال
	الطول	سم	١.١٢	٠.١٤	١.١٠	٠.٢١	غير دال
	الوزن	كجم	٢٣.١٠	٠.٣٢	٢٣.١٥	٠.١١	غير دال
اختبارات اللياقة الحركية	الجرى ٢٠ متر	ث	٦.١١	٠.٢٥	٦.٠٦	٠.٦٣	غير دال
	الوثب العريض	سم	٤٥.٦٥	٠.١١	٤٥.٧٠	٠.٢١	غير دال
	الوثب الطويل للإمام	متر	٤.٨١	٠.١٥	٤.٧٥	٠.١٥	غير دال
	الحجل للإمام ٦ م	ث	٤.٠٩	٠.١٧	٤.١٠	٠.١٨	غير دال
	التنظيف بالكرة في دائرة	ث	٩.١١	٠.٦٣	٩.١٢	٠.١٦	غير دال
	رمى كرة تنس	متر	٤.١٠	٠.٣٢	٤.١٢	٠.١٧	غير دال
	ركل الكرة لأبعد مسافة	متر	٢.٥٧	٠.١٧	٢.٧٧	٠.١٤	غير دال
	ثنى الجرز أماما أسفل	سم	٤.١٢	٠.١٥	٤.١٤	٠.١٥	غير دال

قيمة "ت" الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) = ١.٦٧١

يتضح من الجدول (٢) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في كل من معدلات النمو ومستوى اللياقة الحركية قيد البحث حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى تكافؤهما في تلك المتغيرات.

أدوات ووسائل جمع البيانات:

أولاً: الأدوات والأجهزة المستخدمة :

- ميزان طبي لقياس الوزن.
- جهاز رستاميتير لقياس الطول.
- ساعة إيقاف رقمية ماركة Casio مقربة لأقرب ١/١٠٠ ث.
- ملاعب مدرسة مناسب لتنفيذ البرنامج

ثانياً: الاختبارات المستخدمة للبحث: مرفق (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: مرفق (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:

صدق التمايز :

لحساب صدق الاختبارات والمقاييس التي تقيس متغيرات البحث (اللياقة الحركية) الأساسية (قيد البحث) لعينة البحث استخدمت الباحثة صدق التمايز، فقامت الباحثة بتطبيق هذه الاختبارات والمقاييس علي عينة إستطلاعية عددها (١٦) تلميذة، وذلك في الفترة من ٢٨/٩/٢٠١٩م إلى ١/١٠/٢٠١٩م من خلال إيجاد دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع 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 = ٢ = ١٨)

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	اختبارات اللياقة الحركية
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 الجزع أماما أسفل	

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 الإستطلاعية البالغ عددهم (١٦) تلميذة وذلك في الفترة الزمنية ٤/١٠/٢٠١٩ م ، ثم إعادة تطبيق الاختبارات للمرة الثانية علي ذات العينة وذلك في ١٠/١٠/٢٠١٩م بفارق سبعة أيام بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني يوضح ذلك جدول(٤)الآتي.

جدول (٤)

ثبات اختبارات اللياقة الحركية قيد البحث ن = ١٦

الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	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	التنطيط بالكرة في دائرة
٠.٩٨٠	٠.١٩	٤.٥٦	٠.٦٢	٤.٣٣	متر	رمي 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 التطبيقين الأول والثاني في جميع الاختبارات البدنية حيث تراوحت قيمة ر المحسوبة بين (٠.٩٨٠) : (٠.٩١٠) مما يدل على ثبات الاختبارات.

- البرنامج التعليمي للتعلم النشط: (قيد البحث)

خطوات بناء البرنامج :

- (١) تحديد الهدف من تمارينات للتعلم النشط:
- يهدف برنامج تمارينات للتعلم النشط إلى :
- تطوير مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسي
- (٢) تحديد أسس وضع برنامج تمارينات للتعلم النشط:
- ١- مراعاة الهدف من برنامج تمارينات للتعلم 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.
- ٥- مراعاة الشمول والدقة في إختيار 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 الباحثة بعرض الأستمارة 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 الاسابيع	١٢ اسبوع
٣	عدد الوحدات في كل اسبوع	٢ وحدة
٤	زمن كل وحده	٣٠ دقيقة

يتضح من جدول (٥) أن ، جاءت نتائج العرض على الخبراء بموافقة (١٠٠ %) على للتعلم النشط المقترحة.

٥-الدراسات الاستطلاعية:

قامت الباحثة بعرض استمارة لأهم الياقة 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 المرحلة الأولى من التعليم الأساسي وقوامها (٢٥) تلميذة وذلك لمدته 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 وفقا لرأى الخبراء وتستغرق الوحدة ٣٠ ق ، وفقا لجدول المدرسة ومواعيد الحصص .

- القياسات البعدين :

تم إجراء القياسات البعديه بعد الانتهاء من تطبيق برنامج للتعلم النشط ومباشرة بأجراء القياسات البعديه على العينة الأساسية (التجريبية) 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 الظرف التي تم إتباعها في القياسات القبليّة.

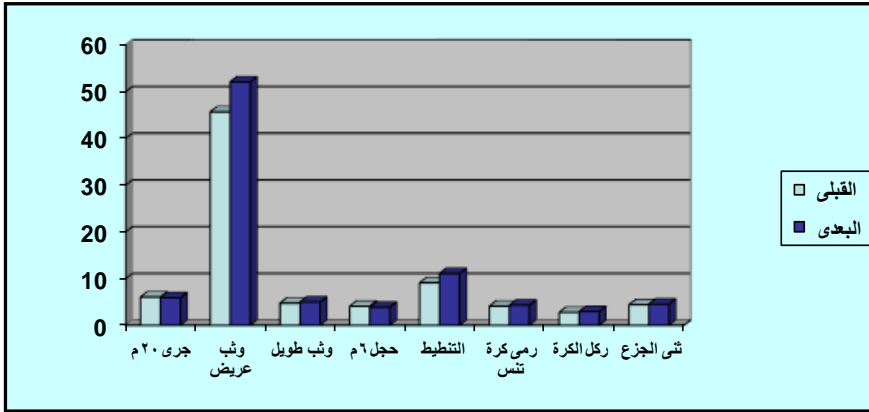
عرض ومناقشة النتائج أولاً: عرض النتائج

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				
الجرى ٢٠ متر	ث	٠.٢٥	٦.١١	٥.٥٥	٠.٢١	٠.٥٦	٩٠.١٦%	٣.٨٧	دال
الوثب العريض	سم	٠.١١	٤٥.٦٥	٦٠.٢٢	٠.٢٥	١٤.٥٧	٣١.٩١%	٣.٤١	دال
الوثب الطويل للإمام	متر	٠.١٥	٤.٨١	٥.٢٠	٠.٠٦٣	٠.٣٩	٨.١٠%	٣.٥٨	دال
الحجل للإمام ٦م	ث	٠.١٧	٤.٠٩	٣.٥٤	٠.٥٤	٠.٥٥	١٥.٥٣%	٣.٦٢	دال
التنطيط بالكرة في دائرة	ث	٠.٦٣	٩.١١	١٤.٢٠	٠.٧٤	٥.٠٩	٥٥.٨٧%	٣.١٤	دال
رمى كرة تنس	متر	٠.٣٢	٤.١٠	٤.٩٨	٠.٣٢	٠.٨٨	٢١.٤٦%	٣.٧٤	دال
ركل الكرة لأبعد مسافة	متر	٠.١٧	٢.٥٧	٣.١٠	٠.٢١	٠.٥٣	٢٠.٦٢%	٣.٦٢	دال
ثنى الجزء أماماً أسفل	سم	٠.١٥	٤.١٢	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 رقم (١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات 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).

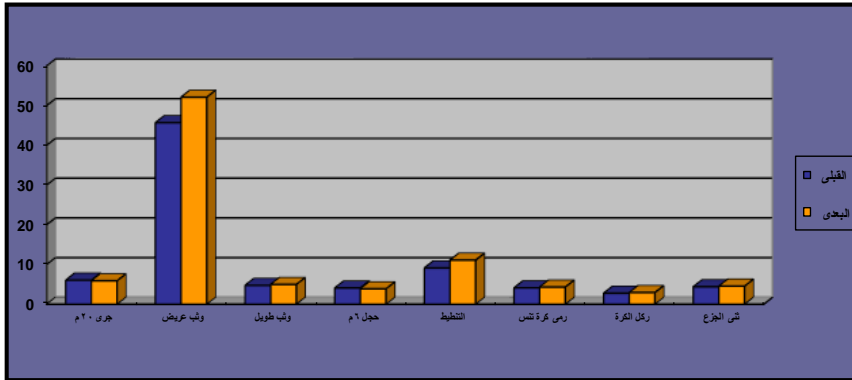
جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات مجموعة البحث الضابطة

ن = ٢٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفروق بين المتوسطين	نسبة التحسن	قيمة (ت) الإحصائية	الدلالة
		ع	م	ع	م				
الجرى ٢٠ متر	ث	٠.٦٣	٠.٦٦	٠.٢١	٠.٢١	٠.١٦	%٢.٧١	٢.٧٧	دال
الوثب العريض	سم	٠.٢١	٤٥.٧٠	٠.٢٥	٥٢.١٠	٦.٤٠	%١٤.٠٠	٢.٥٤	دال
الوثب الطويل للإمام	متر	٠.١٥	٤.٧٥	٠.١١	٤.٩٨	٠.٢٣	%٤.٦١٨	٢.٢٨	دال
الحجل للإمام ٦م	ث	٠.١٨	٤.١٠	٠.٦٣	٣.٨٨	٠.٢٢	%٥.٦٧	٢.٦٣	دال
التنظيف بالكرة في دائرة	ث	٠.١٦	٩.١٢	٠.٥٤	١١.١٠	١.٩٨	%٢١.٧١	٢.٥٤	دال
رمى كرة تنس	متر	٠.١٧	٤.١٢	٠.١٢	٤.٣٢	٠.٢٠	%٤.٨٥	٢.١٤	دال
ركل الكرة لأبعد مسافة	متر	٠.١٤	٢.٧٧	٠.٥٢	٢.٩٥	٠.١٨	%٦.٤٩	٢.٦٣	دال
ثني الجرع أماما أسفل	سم	٠.١٥	٤.١٤	٠.١٧	٤.٥٥	٠.٤١	%٩.٩٠	٢.٧١	دال

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



شكل (٢)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات مجموعة البحث الضابطة

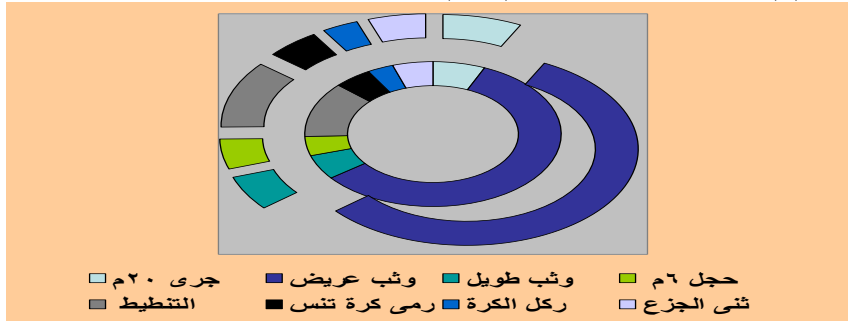
يتضح من جدول (٧) والشكل البياني رقم (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات مجموعة البحث الضابطة حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥).

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياسين البعدين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) الإحصائية	الدلالة
		ع	م	ع	م		
الجري ٢٠ متر	ث	٥.٥٥	٥.٢١	٥.٩٠	٥.٢١	٣.٨٧	دال
الوثب العريض	سم	٦٠.٢٢	٥٢.١٠	٥٢.١٠	٥٢.١٠	٣.٢١	دال
الوثب الطويل للإمام	متر	٥.٢٠	٥.٢٠	٤.٩٨	٥.١١	٣.٥٢	دال
الحجل للإمام ٦م	ث	٣.٥٤	٣.٥٤	٣.٨٨	٣.٦٣	٣.١٥	دال
التنطيط بالكرة في دائرة	ث	١٤.٢٠	١٤.٢٠	١١.١٠	١١.١٠	٣.٨١	دال
رمى كرة تنس	متر	٤.٩٨	٤.٩٨	٤.٣٢	٤.١٢	٣.١٥	دال
ركل الكرة لأبعد مسافة	متر	٣.١٠	٣.١٠	٢.٩٥	٢.٩٥	٣.٢٨	دال
ثنى الجزع أماما أسفل	سم	٤.٨٨	٤.٨٨	٤.٥٥	٤.١٧	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 الأساسي

يتضح من جدول (٨) والشكل البياني رقم (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين البعدين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة 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.

مناقشة النتائج

يتضح من جدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات مجموعة البحث التجريبية حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وترجع الباحثة ذلك التحسن إلى للتعلم النشط المقترحة والمطبقة داخل درس التربية الرياضية لدى تلميذات المجموعة التجريبية.

ويشير أمين الخولي، أسامة راتب (١٩٩٨م) أن التمرينات الرياضية لها تأثيرات إيجابية على بناء الجسم واكتساب 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)

وترى الباحثة أن هذه الفروق ترجع إلى استخدام التمرينات المقترح للتعلم النشط المقترحة لتنمية والتطوير مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الابتدائي ، حيث أشتمل 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 والقدمين متجهين للإمام " ، وتمرين " من وضع الوقوف

ثني الركبتين قليلا و لف الجذع يمينا و يسارا و الذراعين بجانب الجسم و النظر للخلف .

كما ترى الباحثة أن إستخدام للتعلم النشط قد ساهمت في تطوير مستوى اللياقة الحركية للتلميذات عينة البحث ، حيث تساعد للتعلم النشط على تحسين كل من توازن الجسم وزيادة مستوى المرونة بالجسم وتحسين مستوى أظالة العضلات العاملة بالجسم كما تساعد في زيادة قوة المفاصل والأربطة العاملة على المفاصل.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع توحيد 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)

وفي هذا الصدد يشير حسن أبو عبده (٢٠٠٢م) 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 وتزلق وتوازن) مما يشكل اللبنة الأساسية في بيئة الطفل العامة.(١٢:٤١)

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول والذي ينص على توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية في مستوى اللياقة الحركية لدى تلاميذ المرحلة الأولى من التعليم الأساسي مجموعة البحث التجريبية.

يتضح من جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة في مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات مجموعة البحث الضابطة حيث جاءت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وترجع الباحثة ذلك التحسن إلى ممارسة الألعاب الرياضية داخل البرنامج المدرسي.

حيث يشير عبد الحميد شرف (٢٠٠٥م) أن من أهداف تدريس التربية الرياضية في الحلقة الأولى من التعليم الأساسي المرحلة الابتدائية (هو تنمية المهارات الحركية الأساسية) المشي والجري والوثب والحجل والتعلق ، واكتساب التوافق الأولي للمهارات المكتسبة للأنشطة الرياضية. (٩٨:١٨)

وترى الباحثة إن مخرجات الدرس الموجهة نحو تنمية قدرة الفرد على الأداء تسمى بالعملية التعليمية والمخرجات الموجهة نحو تنمية استعداد الفرد للأداء تسمى بالعملية التربوية و على ذلك فإن درس التربية الرياضية يحتوي على أهداف تعليمية و أهداف تربوية.

ويتفق كلا من "عفاف عثمان" (٢٠٠٨م) و"عزة خليل" (١٩٩٧م) أن الباحثون يؤكدون الباحثون على 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)

وترى الباحثة وتعد الصفوف الأربعة الأولى في مرحلة التعليم الأساسي 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 دورا هاما في عملية التوجيه والإرشاد لاختيار الأنشطة الرياضية المختلفة والتي تعد وسيلة لتنمية قدرات الأطفال وتنمية الصفات البدنية والمهارات الأساسية.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني والذي ينص على توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة في مستوى اللياقة الحركية لدى تلاميذ المرحلة الأولى من التعليم الاساسى مجموعة البحث الضابطة.

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين البعدين لدى مجموعتي البحث التجريبية والضابطة 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.

وترى الباحثة أن للتعلم النشط أحد أشكال المظاهرة الحركية أو النشاط البدني، وهي تحتل مكاناً متوسطاً بين كل من اللعب والرياضة، ذلك لأنها أكثر تنظيمًا من اللعب ولكنها أقل تنظيمًا من الرياضة، كما أن الألعاب تتطلب قدرًا من المهارة الحركية في مقابلة الرياضة التي تتطلب أعلى حد من المهارة الحركية للتعلم النشط شكل متطور من اللعب تكسب الطفل قدرًا مناسباً من اللياقة الحركية.

ويذكر "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)

وترى الباحثة على إحدى الأهداف الأساسية لدرس التربية الرياضية تتمثل في توفير وسائل ودعائم النمو المتكامل للطفل من حيث النواحي البدنية

والحركية والمعيشة والاجتماعية والاستكشافية حيث تستخدم الحركة كوسيلة أساسية في العملية التربوية.

وتعد اللياقة الحركية جزء من اللياقة الشاملة للفرد وتهدف إلى تنمية الفرد تنمية شاملة وبشكل خاص تنمية القدرات الحركية لدى الفرد وتذكر شاد chad (٢٠٠٣م) 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 الثالث 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.

الاستنتاجات

- أدت التعلم النشط تأثير ايجابي في تحسن مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الابتدائي مجموعة البحث التجريبية.
- البرنامج التعليمي المقرر على تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الابتدائي له تأثير ايجابي محدود على مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات مجموعة البحث الضابطة.
- التعلم النشط لها تأثير ايجابي أفضل من البرنامج التعليمي المقرر على تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الابتدائي في مستوى اللياقة الحركية.

التوصيات

- استخدام التعلم النشط لما لها من تأثير ايجابي في تحسين الياقة الحركية لدى تلميذ المرحلة الابتدائية.
- 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

أولاً: المراجع العربية

- ١ - ابتهاج محمود طلبه : المهارات الحركية لطفل الروضة، ط١، دار المسيرة، القاهرة، ٢٠٠٩م.
- ٢ - إبتهاج محمود طلبه: التعبير الحركي لطفل الروضة، دار المسيرة للطباعة، القاهرة ١٩٩٦م.
- ٣- أحمد محمد صوالحه :علم نفس اللعب ،دار الفكر العربي،ط٢، القاهرة ٢٠٠٤م.
- ٤ - أسامة كامل راتب ،أمين أنور الخولى : "نظريات و برامج التربية الحركية للأطفال" ط١ ، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٧م.
- ٥- الفرحاتى السيد الفرحاتى : "سيكولوجية تحسين الأطفال ضد العجز المتعلم" "رؤى معرفية" ، المكتبة العصرية للنشر والتوزيع، القاهرة ٢٠٠٥م.
- ٦- أمين أنور الخولى ، أسامة كامل راتب: التربية الحركية للطفل ، الطبعة الخامسة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٨ م
- ٧-انتصار خليل (٢٠١٢): "اثر إستراتيجيات التعلم النشط فى تنمية الفاعلية الذاتية والتحصيـل الاكاديمى لدى طلبة كلية العلوم التربوية"، مجلة جامعة دمشق، مجلد ٢٨ ، العددالاول.
- ٨- توحيد عبد العزيز على: برنامج مقترح لتطوير مناهج ما قبل المدرسة الابتدائية في مدينة القاهرة، ١٩٨٦م.
- ٩ - جوليانا بيرانتونى(ترجمة عبد الفتاح حسن) : التربية النفسحركية و البدنية و الصحية في رياض الأطفال (النظرية و التطبيق)، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩١م.
- ١٠- حسن السيد أبو عبده : أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية ، مكتبة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، ٢٠٠٢م .

- ١١ - رافع النصير الزغلول، عماد عبد الرحيم الزغلول: علم النفس المعرفي، دار الشروق، الأردن، ٢٠٠٧م.
- ١٢- رمضان مسعد بدوي (٢٠١٠): التعلم النشط، دار الفكر الاردن .
- ١٣ - سعيد حسنى العزة: "التربية الخاصة للأطفال ذوى الاضطرابات السلوكية"الدار العلمية للنشر والتوزيع، الأردن، ٢٠٠٢م.
- ١٤-عاطف الصيفي (٢٠٠٩) : إستراتيجيات التعلم الحديث ، دار اسامة ، الأردن.
- ١٥ - عبد الحميد شرف : التربية الحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة ، ط٢ ، القاهرة، ٢٠٠٥م.
- ١٦ - عزة أحمد خليل : الأنشطة في رياض الأطفال ، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ١٧ - عزة أحمد خليل: مناهج طفل ما قبل المدرسة ، القاهرة ، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٦م.
- ١٨-عفاف عثمان عثمان : "الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية" دار الوفاء، الإسكندرية، ٢٠٠٨م.
- ١٩ - فهيم مصطفى محمد : "الطفل ومهارات التفكير في رياض الأطفال والمدرسة الابتدائية" القاهرة: دار الفكر العربي، ٢٠٠٥م.
- ٢٠ - مجدي أحمد شوقي التربية الحركية النظرية والتطبيق ، الطبعة الثالثة ، مطبعة الأمل للأوفست ، المنصورة ، ٢٠٠٣ م.
- ٢١-محمد عبد الهادى (٢٠٠٨) : التعلم النشط والابتكارية وقوة ذكاء الرؤية الثاقبة ، دار العلوم للنشر.

ثانيا: المراجع الأجنبية:

- ٢٢- chad timmermans.et.al(٢٠٠٣):the effectiveness yoga exersice on exity and mood for athlites.
- ٢٣- damodaran et.al(٢٠٠٢): the effectiveness yoga exercise on the psychological and physiological abilities of woman and men at the mid age

- २६-gallo Samantha(२००९) : A comparison of flexibility after a single-bout of Ashtanga and Bikram Yoga. California State University.
- २७-gawinski, kali (२०१२) : the effects of type of yoga training on physiological and psychological fitness in college aged men and women . university of Windsor (Canada)
- २८-Malathi and damodran (२०००) :the the effectiveness yoga exercise on axity during the day.
- २९- milada krajci (२००३): mental trining and breathing technique and yoga as apartof psychological trining for difrentsport.

ملخص البحث

**”تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات
الحركية الأساسية لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الأساسي”
د/جيهان سيد عبده محمد**

يهدف البحث الى التعرف على تأثير استخدام التعلم النشط على مستوى تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الأساسي استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي للمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة وذلك لمناسبته لطبيعة البحث وتحقيقاً لأهدافه وفروضه اشتملت عينة البحث على تلميذات المرحلة الأولى (الصف الأول) من التعليم الأساسي بمدرسة المستقبل التجريبية الابتدائية (بمدينة نصر) للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) وعددهن (٥٦) تلميذة تم تقسيمهن إلى مجموعتين تجريبية وأخرى ضابطة قوام كل مجموعة (٢٥) تلميذة بالإضافة إلى (١٦) طالبة لإجراء الدراسة الاستطلاعية للبحث وكانت من اهم النتائج انه أدت التعلم النشط تأثير ايجابي في تحسن مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات المرحلة الأولى من التعليم الابتدائي مجموعة البحث التجريبية وان البرنامج التعليمي المقرر على تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الابتدائي له تأثير ايجابي محدود على مستوى اللياقة الحركية لدى تلميذات مجموعة البحث الضابطة وكذلك التعلم النشط لها تأثير ايجابي أفضل من البرنامج التعليمي المقرر على تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الابتدائي في مستوى اللياقة الحركية.

Research Summary

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

Dr. Jihan Sayed Abdo Mohamed

The research aims to identify the effect of using active learning on the level of learning some basic motor skills among students of the first stage of basic education. The researcher used the experimental approach to design the pre-measurement of the two groups, one experimental and the other controlling, due to its relevance to the nature of the research and to achieve its goals and assumptions. The research sample included students of the first stage (First grade) of basic education at Al-Mostaqbal Experimental Primary School (Nasr City) for the academic year (٢٠١٩-٢٠٢٠) and their number (٥٦) students were divided into two experimental and other control groups. Each group consists of (٢٥) students in addition to (١٦) students to conduct the exploratory study for the research One of the most important results was that active learning had a positive effect on improving the level of kinetic fitness of pupils in the first stage of primary education, the experimental research group, and that the educational program decided on the pupils of the first stage of primary education has a limited positive effect on the level of motor fitness of pupils of the control research group as well Active learning has a positive effect better than the scheduled educational program on first stage pupils Elementary education in the level of kinetic fitness.