

تأثير برنامج أنشطة حركية باستخدام حركات الباليه على بعض الصفات

البدنية لطفل ما قبل المدرسه

أ.م.د / رانيا عطية رمضان عطية

أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية . جامعة الزقازيق

مقدمة ومشكلة البحث:

مرحلة الطفولة من المراحل المهمة التي يمر بها الإنسان وهي مرحلة ذات قابلية للتأثر بالعوامل المختلفة والتي تحيط به وبالتالي تترك أثراً إما أن يكون ايجابياً أو سلبياً على حياته المستقبلية ، تحتل مرحلة ما قبل المدرسة أولويات العمل العلمى والتربوى على الصعيد العالمى والمحلى حيث تزداد الدراسات والبحوث والندوات والمؤتمرات التى تهتم بقضية الطفل والطفولة ويرجع ذلك لأهمية تلك المرحلة من حياة بناء الإنسان (٩ : ٢٩).

واللعب يعتبر من الوسائل التربوية الناجحة وبصفة خاصة فى مرحلة ما قبل المدرسة التى تتميز بالحركة الدائمة لاستيعاب الطاقة الحركية الكامنة فى الأطفال، فاللعب والحركة والنشاط يؤدوا إلى الإقدام والمشاركة وبناء الشخصية كما يشبعوا حاجة الطفل إلى الإنجاز والتعبير عن ذاته، ويؤدوا إلى نمو الطفل اجتماعياً من خلال مشاركة الآخرين فى اللعب. (١٦ : ٢١١ ، ١٨ : ٢٩) وتعد الصفات الحركية الجيدة والنمو المتزن أحد الموضوعات المهمة التى لها علاقة بالأداء الحركي للإنسان لذلك أجريت بحوث ودراسات للكشف عن أفضل الطرق التى تؤدي للوصول بالإنسان إلى ضبط إمكاناته الحركية على أكمل وجه .

ويعد إختبار الحركات والتمرينات السليمة وخصوصاً لدى الأطفال عاملاً أساسياً من عوامل نموهم نمواً صحيحاً خالياً من العيوب والتشوهات التى تلحق بهم جراء الحركات غير الصحيحة التى تلزمهم عادة منذ الصغر ، لذلك فإن للعمل الحركي تأثير كبير على تقدم حياتهم وتطورهم مستقبلاً وبناء الشخصية المتكاملة. (١١ : ٥٦)

ويهدف النشاط الحركي الموجة إلى تنمية وتطوير قدرات وحركات الطفل الحركية الطبيعية من خلال ممارسة الأنشطة وحركات أساسية تحقق النمو المتزن الشامل بدنياً ومهارياً وإدراكياً وانفعالياً ، لإكسابه عادات صحية وقوامية وخلقية واجتماعية سليمة (٤ : ٣٠٤). ويتحقق الاهتمام بالجانب الحركي لدى الطفل في أنشطة تهدف إلى تنمية الحركات الأساسية والتي منها (المشي – الجري – الحبل، الوثب، الزحف، المروق، القفز، التسلق، الصعود والهبوط، الدحرجة) (١ : ٢٠١).

ويعد اختيار برنامج مناسب لنشاط الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة مهمة حيوية لا يستهان بها فالأنشطة المختلفة التي يمارسها الطفل في هذه المرحلة يكون لها أثر بالغ في إشباع حاجة الطفل للاستطلاع والاستكشاف والبحث والتجريب وإشباع رغبته في معرفة كل شيء عن البيئة التي يعيش فيها ويتعامل معها. (٦ : ٣٢ ، ١١ : ٢٩ ، ١٧ : ٣٩)

إن السنوات الأولى من حياة الطفل تمثل المرتبة العليا من الأهمية ، ويلمس كل من عمل في حقل التربية والتعليم الأثر البالغ الذي تطبعه هذه السنوات في الجيل الناشئ . ويعمل المربون وبمزید من التأكيد أن معظم الإضطرابات والأمراض النفسية والعاطفية التي تصيب فئة من الناس في غضون حياتهم ليس لها من سبب سوى ذلك الجهل والإهمال في تربيته وهو بعد طفل في مستهل سنين حياته الأولى ، وهذا ما حمل المجتمعات إلى الانتباه لهذه النواحي التي لها مساس في كيان المجتمع ، حيث انشأت معاهد لتربية الأطفال تتولى رعايتهم قبل السن المدرسية ، أي قبل أن يتعدى السادسة من عمره ، وقد أصطلح على تسمية هذه المعاهد برياض الأطفال ، أذ يتزايد الإهتمام بها بشكل منقطع النظير من قبل المهتمين بشؤون التربية لقناعتهم بالدور الذي تلعبه هذه المؤسسة التربوية في تحسين مدارك الأطفال سواءً العقلية منها أو البدنية . (٧ : ٣٩) (١٥ : ٢٢)

وبرنامج الأنشطة الرياضية في مرحلة ما قبل المدرسة يساهم في تربية الطفل تربية متكاملة عن طريق الأنشطة الحركية واختيار برنامج مناسب لهذه المرحلة يكون له أثر بالغ في إشباع حاجة الطفل للاستطلاع والاكتشاف والبحث والتجريب وإشباع رغبته في معرفة كل شيء عن البيئة التي يعيش فيها ويتعامل معها. (٢ : ٩٨)

و من خلال الزيارات الميدانية لبعض حضانات رياض الأطفال لاحظت الباحثة وجود بعض القصور في برامج التربية الحركية والرياضية المقدمة في هذه المرحلة ومدى الحاجة إلى دراسة تنظر إلى كيفية توظيف حركة الطفل من خلال برنامج أنشطة حركية باستخدام حركات البالية تسعى إلى تنمية خبراته وقدراته وحركاته مما دعى الباحثة إلى محاولة وضع برنامج أنشطة حركية وتأثيره على بعض الصفات البدنية باستخدام حركات البالية لطفل ما قبل المدرسه. ولذلك تتبلور مشكلة البحث في أن أنشطة الروضة المختلفة تقدم للطفل بصورة منفصلة لا يظهر بينها ارتباط أو تكامل على الرغم من وجود صلة وثيقة بين بعض الأنشطة والبعض الآخر، بل يمكننا استناداً إلى المراجع والدراسات السابقة المرتبطة بطفل ما قبل المدرسة التي تؤكد أن اللعب هو أساس لكل تعلم وأن حركة الطفل هي البداية الحقيقية التي يتمركز حولها تعلم الأنشطة المقدمة لطفل ما قبل المدرسة ومن هذه الدراسات دراسة (إيمان عبد الحليم محمد ٢٠١٦م) (٥) ، (رضوى محمد محمود ٢٠٠٩م) (٨) ، (غادة عبد الحكيم ٢٠٠٨م) (١٢) ، (٢٠١٩) Parro, T.K. et (١٩) ، (٢٠) (٢٠٢٠) Well Sanders S- والتي تؤكد جميعها على الدور الإيجابي للنشاط الحركي للطفل ما قبل المدرسة.

هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير برنامج أنشطة حركية باستخدام حركات البالية على بعض الصفات البدنية لطفل ما قبل المدرسه .

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض الصفات البدنية (السرعة- التوازن -المرونة -الرشاقة) لطفل ما قبل المدرسة و لصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الصفات البدنية (السرعة- التوازن -المرونة -الرشاقة) لطفل ما قبل المدرسة و لصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في بعض الصفات البدنية (السرعة- التوازن -المرونة -الرشاقة) لطفل ما قبل المدرسة ولصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:**الأنشطة الحركية:**

هي مجموعة من الأداءات المتنوعة باستخدام الأدوات والأجهزة تسهم في تنمية الصفات البدنية وحركات الباليه قيد البحث للطفل واشباع حاجاته النفسية والاجتماعية.
*مرحلة ما قبل المدرسة:

هي مرحلة تمتد ما بين ٣-٧ سنوات من عمر الطفل وهي مرحلة إتقان أشكال الحركات المختلفة وكذلك الحصول على إمكانية الربط والتوافق الحركي. (تعريف اجرائي)

الدراسات السابقة:

١- دراسة (غادة عبد الحكيم ٢٠٠٨م) (١٢) والتي تهدف إلى التعرف على " تأثير برنامج قصص حركية على السعادة والحركات الحياتية لأطفال ما قبل المدرسة" ، وقد استخدمت المنهج التجريبي ، وبلغ حجم العينة (٦٠) طفل وأشارت النتائج إلى أن برنامج القصة الحركية له تأثير إيجابي على تنمية الحركات الحياتية والسعادة لأطفال ما قبل المدرسة.

٢- دراسة (رضوى محمد محمود ٢٠٠٩م) (٨) والتي تهدف إلى التعرف على فاعلية برنامج تربية حركية باستخدام الوسائط المتعددة على بعض السلوكيات العشوائية لأطفال ما قبل المدرسة ، وقد استخدمت المنهج التجريبي ، وبلغ حجم العينة (٣٦) طفل ، وأشارت النتائج إلى أن برنامج التربية الحركية باستخدام الوسائط المتعددة له تأثير إيجابي على تنمية بعض السلوكيات العشوائية لأطفال ما قبل المدرسة .

٣- دراسة (ايمان عبد الحليم محمد ٢٠١٦م) (٥) والتي تهدف إلى التعرف على فاعلية برنامج العاب مسابقات في تنمية اللياقة الحركية والتكيف الاجتماعي لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، وقد استخدمت المنهج التجريبي والبالغ عددهم (١٠٠) طفل وأشارت النتائج إلى أن برنامج العاب مسابقات ذو أفضلية على عناصر اللياقة الحركية والتكيف الاجتماعي لدى أطفال مقارنة بالبرنامج المتبع.

* (تعريف اجرائي)

٤- دراسة (بارو وآخرون، Parro et al. ٢٠١٩) (١٩) والتي تهدف إلى التعرف تأثير برنامج حركي على النشاط البدني واللياقة الصحية في تطوير مجموعة من الصفات البدنية (القوة ، المرونة ، التوافق) حيث أجريت الدراسة على عدد من الأطفال بلغ قوامها ٣٥٦ طفل و ٢٨٤ طفلة. حيث أظهرت النتائج أن هناك تأثير للبرنامج الحركي لمجموعة التمرينات واللياقة ذات الطبيعة الصحية في تطوير الصفات البدنية قيد الدراسة.

٥- دراسة (Well Sanders S ٢٠٢٠) (٢٠) والتي تهدف إلى التعرف على تأثير برنامج مجموعة تمرينات مقترحة على بعض عناصر اللياقة البدنية خلال مرحلة الطفولة" أجريت الدراسة على عينة من الأطفال قوامها (١٣٧) طفلاً و (١٠٩) طفلة بأعمار تتراوح من ٤-٦ سنوات وتوصلت النتائج إلى أن هناك تأثير معنويًا بين مجموعة التمرينات المستخدمة وعناصر اللياقة البدنية (القوة ، السرعة ، المرونة ، الرشاقة) حيث كان التأثير أكثر وضوحاً لدى الذكور منه عند الإناث.

منهج البحث:

تم استخدام المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة عن طريق القياس القبلي والبعدي لكلاً من المجموعتين.

مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من أطفال مرحلة رياض الأطفال (٥-٦) سنوات بحضانة براعم كيدز، والبالغ عددهم (٨٠) طفلة لعام (٢٠٢٠م-٢٠٢١م) وقد اختيرت عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وقوامها (٥٦) طفلة يمثلون ٤٦.٦٧ % من المجتمع الكلي للبحث كما تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كلاً منهما (٢٨) طفلة و (٢٤) طفلة للعينة الاستطلاعية وقد قامت الباحثة بالتحقق من اعتدالية مجتمع البحث في المتغيرات المختارة قيد البحث جدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

لمجتمع البحث في المتغيرات قيد البحث (ن=٨٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
متغيرات النمو	السن	٥.٧٦	٥.٧٩	٠.١٠	٠.٨١-
	الطول	١١٦.٧٥	١١٧.٠٠	٦.٢٣	٠.١٢-
	الوزن	١٩.٣٣	١٩.٠٠	٢.٧٠	٠.٣٦
	مستوى الذكاء	٨٧.٤٠	٨٧.٢٥	٦.٩٩	٠.٠٦
الصفات البدنية	السرعة	٩.١٢	٩.٠١	١.٢٢	٠.٢٧
	التوازن	١٩.٩٣	٢٠.٠٠	٢.٧٢	٠.٠٧-
	المرونة	٥.٨٧	٦.٠٢	٢.٥٥	٠.١٧-
	الرشاقة	٩.٤٥	٩.٠١	١.٢٦	١.٠٤
حركات الباليه	أوضاع الذراعين	٠.٧١	٠.٧٤	٠.٥٥	٠.١٦-
	أوضاع القدمين	٠.٧٢	٠.٧٠	٠.٢٢	٠.٢٧
	Deme Plie	٠.٨٧	٠.٩٠	٠.٤٠	٠.٢٢-
	Grand Plie	٠.٩٥	١.٠٥	٠.٤٤	٠.٦٨-

يتضح من جدول (١) أن قيم معاملات الالتواء تتراوح ما بين (- ٠.٦٨ ، + ١.٠٤) وهى

تتحرر ما بين (٣- ، ٣+) مما يدل على اعتدالية التوزيع فى جميع المتغيرات قيد البحث.

وقد قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين المجموعتين فى المتغيرات قيد البحث والجدول (٢)

يوضح ذلك.

جدول (٢)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث

(ن = ٥٦)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
متغيرات النمو	السن	سنة	٥.٧٥	٠.٠٨	٥.٨٠	٠.٩٠	٠.٠٥
	الطول	سم	١١٧.١٠	٦.٠	١١٦.٨٠	٥.٦٥	٠.٣
	الوزن	كجم	٢٠.٤٩	٢.٧٨	٢٠.٤٠	٢.٥٢	٠.٠٩
	مستوى الذكاء	درجة	٨٦.٥٠	٢.٤٥	٨٧.١٤	٢.٥٥	٠.٦٤
المتغيرات البدنية	السرعة	ث	٩.٧٨	١.٢٣	٩.٤٢	١.١٢	٠.٣٦
	التوازن	ث	٢.٢٢	٢.٥٠	٢.٨٢	٢.٦٥	٠.٦
	المرونة	ث	٦.٨٩	١.٢٥	٦.٥٤	١.٢٠	٠.٣٥
	الرشاقة	ث	١٠.٢٥	١.٢٤	١٠.٥٣	١.٤٥	٠.٢٨
حركات	أوضاع الذراعين	درجة	٠.٧٩	٠.٣٧	٠.٧٧	٠.٣٦	٠.٢
	أوضاع القدمين	درجة	٠.٥٦	٠.٣٥	٠.٥٧	٠.٤٤	٠.٠١
	Deme Plie	درجة	٠.٧٦	٠.٣٢	٠.٧٨	٠.٣٧	٠.٠٢
	Grand Plie	درجة	٠.٨٥	٠.٤٠	٠.٨٤	٠.٤٥	٠.٠١

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ٥٤ ومستوى (٠.٠٥) = (٢.٠٢)

يتضح من جدول (٢) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند درجة حرية ٥٤ ومستوى ٠.٠٥ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٢١/١/٢م إلى الأحد الموافق ٢٠٢١/١/٣م مما يدل على تكافؤ المجموعتين في المتغيرات قيد البحث.

أدوات جمع البيانات:

-الأجهزة والأدوات:

- جهاز رستامير لقياس الطول (لأقرب سم).
- الميزان الطبى لقياس الوزن (لأقرب كجم)
- ساعة إيقاف لقياس الزمن.
- شريط قياس.

- اختبار الذكاء :

اختبار رسم الرجل "جودانف هاريس "Godanf Harees" يهدف الاختبار إلى قياس الصفات العقلية العامة لدى الأطفال من (٣.٥ - ١٣.٥) سنة ، وهو اختبار غير لفظى وغير مكلف حيث أنه لا يحتاج سوى ورق أبيض وقلم ، ولا يحتاج إلى وقت كبير فى أدائه وتصحيحه ويمكن اختبار العينة بأكملها فى نفس الوقت ، وتم استخدامه فى العديد من الدراسات وأثبت صدقه وثباته بدرجة عالية. (١٣:٢٢٠) ملحق (٦)

- الاختبارات :

بعد الاستعانة بالمراجع العلمية والعديد من الدراسات السابقة و رأى السادة الخبراء فى تحديد أهم الصفات البدنية والاختبارات التى تقيس تلك الصفات.

قامت الباحثة باختيار الصفات والاختبارات المناسبة لقياسها وكانت كالتالى

- اختبار السرعة : (عدو ٢٠ م)
- اختبار التوازن : اختبار الوقوف على قدم واحدة أطول فترة ممكنة:
- اختبار المرونة : اختبار المروق داخل أربع أطواق مثبتة رأسياً على بعد ١٠ م:

اختبار الرشاقة : اختبار الجرى الزجراجى: (١٤:٢٢٠,٢٢٥) ملحق (٤)

- مستوى الأداء المهارى:

تم تقييم مستوى الأداء المهارى من خلال لجنة مكونة من أربعة من السادة أعضاء هيئة التدريس الحاصلات على الدكتوراه مع خبرة لا تقل عن خمسة عشر عاماً فى تدريس التعبير الحركى ، تم تقييم الحركات بواقع ٥ درجات لكل مهارة من الحركات قيد البحث وقد تم استبعاد أعلى درجة وأقل درجة وأخذ متوسط الدرجتين. ملحق (١)

الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٢١/ ١/ ٢م إلى السبت الموافق ٢٠٢١/ ١/ ٩م ، واختارت الباحثة عشوائياً (٢٤) طفلة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأصلية للتعرف على مدى مناسبة الاختبارات البدنية للمجتمع الأصلي والتحقق من مدى صلاحية أدوات القياس المقترحة للتطبيق وكذلك التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحثة عند تنفيذ التجربة الأساسية والعمل على التغلب عليها قبل التطبيق، وتم تطبيق وحدة من البرنامج المقترح لتحديد مدى ملائمة البرنامج ومدى فهم الأطفال له تم استخدام بعض الأدوات ، وإيجاد المعاملات العلمية (الصدق والثبات) للاختبارات المستخدمة.

المعاملات العلمية للمتغيرات قيد البحث:

- اختبار الذكاء:

أولاً: معامل الصدق:

تم إيجاد صدق الاختبار عن طريق صدق التكوين الفرضي باستخدام الفروق بين الجماعات بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

(ن=٢٤)

معامل الصدق لاختبار الذكاء

الاختبارات	وحدة القياس	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
مستوى الذكاء	درجة	١٠٠	٣.٧٧	٨٨.٠٠	٣.٤٥	١١.٢٢

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ٢٢ ومستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٧

يتضح من الجدول (٣) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين الربيع الأعلى و الربيع الأدنى في اختبار الذكاء وفي اتجاه الربيع الأعلى ، مما يدل على أن الاختبار على درجة مقبولة من الصدق.

ثانياً: معامل الثبات

قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات لاختبار الذكاء عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه Test-Retest ، وذلك لحساب معامل الارتباط والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لاختبار الذكاء (ن=٢٤)

الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق		إعادة التطبيق		معامل الارتباط
		م	ع	م	ع	
مستوى الذكاء	درجة	٩٨.٢٥	٣.٦٦	٩٩.٠٤	٣.١٠	٠.٨٢

قيمة "ر" الجدولية عند درجة حرية ٢٢ ومستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٠٤

يتضح من الجدول (٤) أن قيمة معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى ثقة ٠,٩٥ % مما يدل على أن الاختبار على درجة مقبولة من الثبات.

- الاختبارات البدنية:

أولاً: معامل الصدق:

تم إيجاد صدق الاختبارات البدنية عن طريق صدق التكوين الفرضي باستخدام الفروق بين الجماعات بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

معامل الصدق للاختبارات البدنية قيد البحث (ن=٢٤)

الاختبارات	وحدة القياس	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
السرعة	ث	٦.٩٩	٠.٥٥	١١.٠	٠.٨٨	١٥.٠٦
التوازن	ث	٢٣.٣٠	١.٢٠	١٦.٣٥	١.٩٩	١٦.٣١
المرونة	ث	٧.٧٨	٠.٧٢	٥.١٧	٠.٨١	١٥.٩١
الرشاقة	ث	١٠.٢٥	٠.٨٢	٧.٨٠	٠.٦٠	١٣.٠٠

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ٢٢ ومستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٧

يتضح من الجدول (٥) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين الربيع الأعلى و الربيع الأدنى في الاختبارات البدنية قيد البحث وفي اتجاه الربيع الأعلى ، في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٢١/ ١/ ٢م إلى الأحد الموافق ٢٠٢١/ ١/ ٣م مما يدل على أن الاختبارات على درجة مقبولة من الصدق.

ثانياً: الثبات

قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات للاختبارات البدنية قيد البحث عن طريق تطبيق الاختبارات وإعادة تطبيقها Test-Retest ، فى الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٢١/ ١/ ٢م إلى الثلاثاء الموافق ٢٠٢١/ ١/ ٥م وذلك لحساب معامل الارتباط والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثانى للاختبارات البدنية (ن=٢٤)

الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق		إعادة التطبيق		معامل الارتباط
		م	ع	م	ع	
السرعة	ث	٩.٠٥	١.٢٣	٨.٧٥	١.١٢٠	٠.٩٠
التوازن	ث	٢٠.٣٦	٢.٥٨	٢١.٤٥	٢.٥٥	٠.٧٦
المرونة	ث	٦.٦٣	١.٤٥	٥.٨٩	١.٢٣	٠.٨٥
الرشاقة	ث	٩.١٥	١.٣٥	٩.٧٨	١.٢٤	٠.٨١

قيمة "ر" الجدولية عند درجة حرية ٢٢ ومستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٠٤

يتضح من الجدول (٦) أن قيمة معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى ثقة ٠,٩٥ % مما يدل على أن الاختبارات على درجة مقبولة من الثبات.

- مستوى الأداء المهارى:

أولاً: معامل الصدق:

تم إيجاد صدق مستوى الأداء المهارى للحركات قيد البحث عن طريق صدق التكوين الفرضى باستخدام الفروق بين الجماعات بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)

معامل الصدق لمستوى الأداء المهارى للحركات قيد البحث (ن=٢٤)

الاختبارات	وحدة القياس	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		قيمة "ت"
		م	ع	م	ع	
أوضاع الذراعين	درجة	١.٦	٠.٢٣	٠.٧٠	٠.٢٧	٤.٢٣
أوضاع القدمين	درجة	١.١٤	٠.٣٠	٠.٧١	٠.٣٤	٣.٠٥
Deme Plie	درجة	١.١٩	٠.٣٨	٠.٧٤	٠.٤٦	٣.٦٨
Grand Plie	درجة	٠.٩٠	٠.٣٠	٠.٦١	٠.٢٤	٣.٤٦

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ٢٢ ومستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٧

يتضح من الجدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في مستوى الأداء المهارى للحركات قيد البحث وفى اتجاه الربيع الأعلى ، مما يدل على أن الحركات على درجة مقبولة من الصدق.

ثانياً: معامل الثبات:

تم إيجاد معامل الثبات لمستوى الأداء المهارى للحركات قيد البحث عن طريق تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه Test-Retest وذلك لحساب معامل الارتباط.

جدول (٨)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثانى لمستوى الأداء المهارى للحركات قيد البحث (ن = ٢٤)

الاختبار	وحدة القياس	التطبيق		إعادة التطبيق		معامل الارتباط
		م	ع	م	ع	
أوضاع الذراعين	درجة	٠.٨٥	٠.٢٨	٠.٨٧	٠.٣٣	٠.٨٢
أوضاع القدمين	درجة	٠.٦٦	٠.٣٦	٠.٧١	٠.٣٠	٠.٨٦
Deme Plie	درجة	٠.٩١	٠.٤٠	٠.٨٨	٠.٥٢	٠.٧٨
Grand Plie	درجة	٠.٧٤	٠.٣٣	٠.٩٣	٠.٤٥	٠.٨٤

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية ٢٢ ومستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٠٤

يتضح من الجدول (٨) أن قيمة معامل الارتباط دالة إحصائية عند مستوى ثقة ٠.٩٥ % مما يدل على أن مستوى الأداء المهارى للحركات قيد البحث على درجة مقبولة من الثبات.

البرنامج المقترح:

تم بناء البرنامج المقترح فى ضوء خصائص النمو لهذه المرحلة السنية بالرجوع إلى المراجع والدراسات والبحوث السابقة كما تم عرض البرنامج على مجموعة من الخبراء لاستطلاع رأى الخبراء فى (الخطة الزمنية للبرنامج ، مدى مناسبه لعينة البحث). ملحق (٧)

جدول (٩)

النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء فى محتوى الخطة الزمنية للبرنامج (ن = ١٠)

النسبة %	رأى الخبراء	المحتوى الزمنى
٨٠%	٦ أسابيع	الفترة الكلية للبرنامج
٩٠%	٣ مرات	عدد مرات تكرار الوحدة أسبوعيا
٩٠%	(٥ ق) إحماء (٢٠ ق) جزء أساسي (٥ ق) تهيئة	زمن الوحدة اليومية

أهداف البرنامج:

يهدف البرنامج المقترح إلى التعرف على تأثير الأنشطة الحركية على الصفات البدنية (السرعة - التوازن - المرونة - الرشاقة) وبعض الحركات (أوضاع الذراعين - أوضاع القدمين - Grand Plie- Deme Plie) لطفل ما قبل المدرسة.

أسس وضع البرنامج:

- بناء البرنامج طبقاً للأسس العلمية.
- تحقيق ما وضع من أجله (بدنى - مهارى - نفسى).
- ملائمة البرنامج للمرحلة السنية ومستوى الصفات.
- التدرج فى تعليم الحركات المختارة قيد البحث من السهل للصعب ومن البسيط للمركب.
- التنوير والتنويع فى البرنامج لتشويق الأطفال تجاه الممارسة منعاً لتسرب الملل إليهم.
- قابلية البرنامج للمرونة أثناء التطبيق.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة قبل وأثناء وبعد التطبيق.
- الاهتمام بالإحماء الجيد قبل الأداء.
- الاهتمام بنهاية الوحدة التدريبية لزيادة تشويق الأطفال للوحدات التالية.
- مراعاة استخدام الأدوات والإمكانات المتوفرة بما يحقق الهدف المنشود لكل وحدة تدريبية.

- التدريب فى بيئة ملائمة (تهوية - إضاءة).
 - مراعاة الفروق الفردية بين الأطفال فى البرنامج.
- مدة البرنامج:**

ستة أسابيع بواقع ثلاث وحدات أسبوعيا. **ملحق (٥)**

زمن الوحدة التعليمية:

تم تحديد زمن الوحدة (٣٠ق) لكل وحدة من البرنامج المقترح وبذلك اصبح الزمن المستغرق فى الأسبوع (٩٠ق) والزمن الكلى (٤٠٥ق)

محتوى البرنامج: ملحق (٧)

- تدريبات للإحماء لتهيئة الجسم لاستقبال النشاط (٥ق).
 - الجزء الأساسى أنشطة الحركية لتنمية الصفات البدنية و بعض الحركات (٢٠ق).
 - الختام والرجوع للحالة الطبيعية (٥ق).
- والجدول (١٠) يوضح نموذج لوحدة من وحدات برنامج الأنشطة الحركية المقترح

جدول (١٠)

نموذج لوحدة من وحدات برنامج الأنشطة الحركية المقترح الهدف التعليمي
 تنمية بعض الصفات البدنية (السرعة - الرشاقة - التوازن - المرونة) وتعلم أوضاع الذراعين
 الهدف التربوي: تنمية الشجاعة والجرأة.
 الأدوات والأجهزة: (أحبال - أطواق - أعلام - بار السند - كور - قطع خشبية).

أجزاء الدرس	الزمن	الأدوات المستخدمة	المحتوى	الهدف
الإحماء	٥ ق	أحبال - أطواق - أعلام	- وقوف مواجه ، المروق أسفل الحبل ثم الجرى والوثب بالقدمين داخل الأطواق والمشي على حبل ثم الجرى ولمس علم أحمر	تنشيط الدورة الدموية وتهيئة الجسم للعمل
الجزء الأساسي	١٠ ق	أعلام - أحبال - كور - قطع خشبية - أطواق	الجرى لمسافة ١٠ م ولمس علم أخضر الوثب بالقدمين من حبل لآخر رمى كرة تنس لأبعد مسافة الوقوف برجل واحدة على قطعة خشبية المروق داخل الطوق	تنمية بعض الصفات البدنية (السرعة - التوازن - الرشاقة - المرونة)
	١٠ ق	بار السند	- الوضع الأول: (وقوف) استقامة مع شد الظهر ورفع الرأس لأعلى والذراعين أمام الجسم وفي وضع استدارة. - (وقوف) الكفان متقاربان وباطنهما لأعلى والحفاظ على استدارة الذراعين والكوعان للخارج على شكل دائري. الوضع الثاني : الذراعان مرفوعتان في مستوى أسفل عظم القص ، الأصابع والكفان ورسغ اليد كما في الوضع الأول. الوضع الثالث : الذراعان مرفوعتان في مستوى فوق الرأس مع الاحتفاظ بالشكل الدائري. الوضع الرابع : الذراعان مفتوحتان للجانب على شكل قوس كبير ، ثنى في مفصلي الكوعين.	تعليم أوضاع الذراعين في التعبير الحركي
الختام	٥ ق	أطواق	يقسم الأطفال إلى فريقين فريق معه أطواق والفريق الآخر حر ، وعند سماع الصفارة يقوم الفريق الذي معه الطوق باصطياد الفريق الحر .	إثارة روح المرح والسرور والعودة إلى الحالة الطبيعية



القياسات القبلية :

تم إجراء القياسات القبلية في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٢١/ ١/ ٢ إلى الأحد الموافق ٢٠٢١/ ١/ ٣ لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث. وتم القياس وفقاً للترتيب التالي (الطول - الوزن - السن - الذكاء - الاختبارات البدنية - بعض الحركات قيد البحث)

تنفيذ البرنامج:

قامت الباحثة بتطبيق برنامج الأنشطة الحركية المقترح على أطفال المجموعة التجريبية في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢١/ ١/ ١٠ إلى الخميس الموافق ٢٠٢١/ ٢/ ١٨، بواقع ثلاث وحدات تدريبية أسبوعياً بمعدل (٣٠) دقيقة، أما المجموعة الضابطة فطبق عليها البرنامج الخاص بالروضة.

القياسات البعدية :-

تم إجراء القياسات البعدية في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٢١/ ٢/ ٢٠ إلى الأحد الموافق ٢٠٢١/ ٢/ ٢١ لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات قيد البحث .

المعالجات الإحصائية :-

في ضوء أهداف البحث وفي حدود فروضه تم إجراء المعالجات الإحصائية التالية :-

المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - الوسيط - معامل الالتواء - معامل الارتباط (بيرسون) - اختبارات " ت " لدلالة الفروق للمجموعة الواحدة والمجموعتين.

أولاً: عرض النتائج:

جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة

التجريبية في المتغيرات قيد البحث (ن=٢٨)

قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	س	ع	س		
٦.٨٥	١.٨٢	٧.٦٢	١.٢٣	٩.٧٨	ث	المتغيرات البدنية
٤.٠٧	٣.٥٥	٢٥.١١	٢.٥٠	٢٠.٢٢	ث	
٥.١٣	١.٧٥	٥.٢٠	١.٢٥	٦.٨٩	ث	
٣.٧٥	١.٣٩	٨.٦٠	١.٢٤	١٠.٢٥	ث	
١٧.٥٦	٠.٥٤	٢.٠١	٠.٣٧	٠.٧٩	درجة	حركات
١٥.٧٧	٠.٧٢	٣.٤٢	٠.٣٥	٠.٥٦	درجة	
١٤.٢١	٠.٨٠	٣.٠٦	٠.٣٢	٠.٧٦	درجة	
١٣.٢٥	٠.٧١	٣.٢٩	٠.٤٠	٠.٨٥	درجة	

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ٢٧ ومستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٥

يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي في المتغيرات قيد البحث.

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة

الضابطة في المتغيرات قيد البحث (ن=٢٨)

قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	س	ع	س		
٢.٧٩	٠.٦١	٨.٨٥	١.١٢	٩.٤٢	ث	المتغيرات البدنية
٢.٥٨	٠.٢٧	٢٢.١٢	٢.٦٥	٢٠.٨٢	ث	
٢.٣٠	٠.٨٨	٥.٩٢	١.٢٠	٦.٥٤	ث	
٢.٥٤	٠.٤٥	٩.٨٧	١.٤٥	١٠.٥٣	ث	
٤.٦١	٠.١٧	٠.٩٥	٠.٣٦	٠.٧٧	درجة	الحركات
٣.١٨	٠.٢٢	٠.٨٩	٠.٤٤	٠.٥٧	درجة	
٤.٤٩	٠.٢١	٠.٩٢	٠.٣٧	٠.٧٨	درجة	
٣.٢١	٠.٢٠	٠.٨٧	٠.٤٥	٠.٨٤	درجة	

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ٢٧ ومستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٥

يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اتجاه القياس البعدي في بعض المتغيرات قيد البحث.

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة
في القياس البعدي للمتغيرات قيد البحث

(ن=٢٨=٢٨)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		م	ع	م	ع		
المتغيرات البدنية	السرعة	٧.٦٢	١.٨٢	٨.٨٥	٠.٦١	١.٢٣	٤.٦٦
	التوازن	٢٥.١١	٣.٥٥	٢٢.١٢	٠.٢٧	٢.٩٩	٣.٥٧
	المرونة	٥.٢٠	١.٧٥	٥.٩٢	٠.٨٨	٠.٧٢	٣.٢٧
	الرشاقة	٨.٦٠	١.٣٩	٩.٨٧	٠.٤٥	١.٢٧	٣.٣٨
الحركات	أوضاع الذراعين	٢.٠١	٠.٥٤	٠.٩٥	٠.١٧	١.٠٦	١٥.٩١
	أوضاع القدمين	٣.٤٢	٠.٧٢	٠.٨٩	٠.٢٢	٢.٣٥	١٤.٨٠
	Deme Plie	٣.٠٦	٠.٨٠	٠.٩٢	٠.٢١	٢.١٤	١٣.٤٧
	Grand Plie	٣.٢٩	٠.٧١	٠.٨٧	٠.٢٠	٢.٤٢	١٤.٢٣

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية ٥٤ ومستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٢١

يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد البحث.

ثانياً: مناقشة النتائج

يتضح من الجدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي في الصفات البدنية باستخدام حركات الباليه قيد البحث.

و تعزى الباحثة هذه النتائج إلى تعرض المجموعة التجريبية إلى برنامج الأنشطة الحركية المقترح الذي يشتمل على العديد من حركات الجري والوثب والزحف والمشي والتسلق والتي تسهم بصورة كبيرة في تنمية الصفات البدنية و بعض حركات الباليه، كما أن البرنامج تضمن العديد من التدريبات والأنشطة التي تتميز بالتنوع في الحركات والأدوات بالإضافة إلى رغبة الأطفال الإيجابية وتعطشهم إلى الحركة كما ساعد البرنامج على استخدام أقصى ما لدى الأطفال

من إمكانيات بدنية ونفسية والتطور الحركي للحركات لديهم بشكل إيجابي وفعال وبما يتفق مع (أمين أنور الخولى، أسامة كامل راتب (١٩٩٨م) (٣ : ١٤) أن للطفل مشاعر خاصة تحدث خلال أدائه للحركة ويحقق المتعة والبهجة لذلك ينبغي استغلال أى فرصة متاحة لبناء وتأسيس الحركة والبهجة بحيث تعطى الحركة بأفضل الطرق المتاحة وأكثر فاعلية ونشاط.

كما تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كلاً من (رضوى محمد محمود ٢٠٠٩م) (٨)، (غادة عبد الحكيم ٢٠٠٨م) (١٢) ، (Well Sanders S- (٢٠٢٠) (٢٠)، حيث تشير نتائج هذه الدراسات إلى أهمية البرامج الرياضية والحركية فى التأثير الإيجابى على الصفات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة.

وبذلك يتحقق الفرض الأول والذى ينص على توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى بعض الصفات البدنية (السرعة- التوازن -المرونة -الرشاقة) لطفل ما قبل المدرسة و لصالح القياس البعدى.

يتضح من الجدول (١٢) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى بعض الصفات البدنية (السرعة ، والتوازن، المرونة، الرشاقة) ومستوى أداء حركات الباليه قيد البحث.

وترجع الباحثة هذا التحسن فى بعض الصفات البدنية (السرعة ، التوازن ، المرونة، الرشاقة) الى البرنامج التقليدى الذى تم وضعه وفقاً لأسس تربوية سليمة وتحت إشراف نخبة تدريسية متمرسه كما أن ذلك يعود إلى أن الطفل العادى دائم الحركة والنشاط الأمر الذى يزيد من قدراته البدنية طالما ذلك فى إطار علمى سليم حيث يتحرك طفل ما قبل المدرسة يتحرك بشكل تلقائى فى شتى الاتجاهات مستغلاً حركته الطبيعية الفطرية مما يؤدى الى الرضا والسعادة.

يتفق ذلك مع دراسة كلاً من ، (ايمان عبد الحليم محمد ٢٠١٦م) (٥) ، Parro, T.K. et (٢٠١٩) (١٩) ، ويشير أسامة كامل راتب (١٩٩٩م) (١ : ٤٥) إلى أن أقصى مستوى يمكن للفرد الوصول إليه مستقبلاً فى مدى تطور الصفات البدنية يتحدد منذ مرحلة الطفولة.

وبذلك يتحقق الفرض الثانى والذى ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى بعض الصفات البدنيه (السرعة- التوازن -المرونة -الرشاقة) لطفل ما قبل المدرسة و لصالح القياس البعدى.

يتضح من الجدول (١٣) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة فى اتجاه القياس البعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات قيد البحث. وقد تعزى الباحثة هذا التحسن الذى طرأ على المجموعة التجريبية نتيجة تعرضها لبرنامج الأنشطة الحركية المقترح وما يحتويه من تدريبات وأنشطة متنوعة والتى أعطت اهتماما لتدريبات البراعة الحركية والمهارية والإدراك الحركى وكيفية التوافق بين أكثر من جزء بالجسم والوعى المكانى والوعى بالاتجاه وسرعة تغيير اتجاه الجسم، مما أدى إلى تنمية الصفات البدنية باستخدام حركات الباليه قيد البحث.

ويؤكد ذلك مع ما ذكره أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربه (١٩٩٩م (٢: ٩٨) أن برنامج الأنشطة الرياضية فى مرحلة ما قبل المدرسة يساهم فى تربية الطفل تربية متكاملة عن طريق الأنشطة الحركية واختيار برنامج مناسب لهذه المرحلة يكون له أثر بالغ فى إشباع حاجة الطفل للاستطلاع والاكتشاف والبحث والتجريب وإشباع رغبته فى معرفة كل شئ عن البيئة التى يعيش فيها ويتعامل معها.

كما تتفق مع ما ذكره عادل عبد البصير على (٢٠٠٤) (١٠: ٩٢) أن نجاح الطفل فى أداء التكوينات الحركية وتنفيذ الحركات يحقق الرضا والسعادة الأمر الذى يؤدى إلى تنمية القدرة على تجسيد التناسق والاستمرار والتوافق والاتزان والتوقيت السليم فى أداء الحركات.

كما تتفق ايضا مع ما ذكره أمين أنور الخولى ، جمال الدين عبدالعاطى الشافعى (٢٠٠٠م (٤: ٣٠٤) أن النشاط الحركى الموجه يهدف إلى تنمية وتطوير قدرات وحركات الطفل الحركية الطبيعية من خلال ممارسة الأنشطة وحركات أساسية تحقق النمو المتزن الشامل بدنيا ومهاريا وإدراكيا وانفعاليا ، لإكسابه عادات صحية وقومية وخلقية واجتماعية سليمة.

وبما يتفق مع نتائج دراسة كلاً من (إيمان عبد الحليم محمد ٢٠١٦م) (٥)، (رضوى محمد محمود ٢٠٠٩م) (٨)، (غادة عبد الحكيم ٢٠٠٨م) (١٢)، (Parro, T.K. et. ٢٠١٩) - (١٩)، (Well Sanders S- ٢٠٢٠) (٢٠) ، حيث تشير نتائج هذه الدراسات إلى أن

البرامج الرياضية والأنشطة الحركية أثرت إيجابيا على الصفات البدنية ومستوى الأداء المهارى والحركى .

وبذلك يتحقق الفرض الثالث الذى ينص على توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى فى بعض الصفات البدنية (السرعة- التوازن -المرونة -الرشاقة) لطفل ما قبل المدرسة ولصالح المجموعة التجريبية.

الاستخلاصات:

فى ضوء أهداف البحث ونتائجه وفى ضوء عينة البحث توصلت الباحثة للاستخلاصات الآتية:

١- برنامج الأنشطة الحركية باستخدام حركات الباليه أثر إيجابيا على الصفات البدنية لطفل ما قبل المدرسة.

٢- أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات البعدية للمجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة فى اتجاه المجموعة التجريبية فى كل من الصفات البدنية باستخدام حركات الباليه لطفل ما قبل المدرسة.

التوصيات :-

فى ضوء النتائج التى توصلت إليها الباحثة توصي بالآتى:

١- العمل على وضع برامج مستقلة أخرى غير التى تناولتها هذه الدراسة كألعاب المسابقات أو تمثيل الأدوار .

٢- ضرورة تطبيق برنامج الأنشطة الحركية باستخدام حركات الباليه على أطفال مرحلة ما قبل المدرسة لما له من تأثير ايجابى على تنمية الصفات البدنية لطفل ما قبل المدرسة.

٣- ضرورة توافر الأدوات المختلفة برياض الأطفال واللازمة للنشاط الحركى لما لها من تأثير فعال على النواحي البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية.

٤- الاهتمام بعمل دورات صقل وتدريب لمعلمى رياض الأطفال لتزويدهم بالمعارف والمعلومات المتعلقة بنوعية البرامج التى يجب أن تدرس للأطفال فى هذه المرحلة السنية وتأثيراتها المختلفة.

٥- إجراء المزيد من البحوث المماثلة لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة نظرا لأهمية هذه المرحلة وافتقارها إلى البرامج المقننة.

المراجع:

- ١- أسامة كامل راتب (١٩٩٩م): " النمو الحركى، مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٢- أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربه (١٩٩٩م): " النمو والدافعية فى توجيه النشاط الحركى للطفل "، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ٣- أمين أنور الخولى، أسامة كامل راتب (١٩٩٨م): "التربية الحركية للطفل" ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٤- أمين أنور الخولى ، جمال الدين عبدالعاطى الشافعى (٢٠٠٠م): "مناهج التربية البدنية المعاصرة" ، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ٥- ايمان عبد الحليم محمد (٢٠١٦م) : على فاعلية برنامج العاب مسابقات فى تنمية اللياقة الحركية والتكيف الإجتماعى لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الحركة ، جامعة حلوان .
- ٦- خيرية إبراهيم السكرى ، محمد عبد الوهاب محمد (١٩٩٧م) : "البرامج الرياضية لرياض الأطفال"، دار المعارف ، الإسكندرية.
- ٧- رانيا عطية رمضان (٢٠١٨م) : "فنون التعبير الحركى ومجالاته" ، مذكرة غير منشورة ،كلية تربية رياضية بنات ، جامعة الزقازيق .
- ٨- رضوى محمد محمود (٢٠٠٩م) : "
- ٩- شبل بدران ، حامد عمار (٢٠٠٠م) : "الاتجاهات الحديثة فى تربية طفل ما قبل المدرسة" ، الدار المصرية اللبنانية .
- ١٠- عادل عبد البصير على (٢٠٠٤م) : " الباليه الفنى (بنين - بنات)" ، المكتبة المصرية ، الإسكندرية.
- ١١- عبد الحميد محمد شرف (٢٠٠١م) : "التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدى الأعاقة" ، مركز الكتاب.

١٢- غادة جلال عبد الحكيم (٢٠٠٨م): "تأثير برنامج قصص حركية على السعادة والحركات الحياتية لأطفال ما قبل المدرسة" المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الحركة ، جامعة حلوان .

١٣- محمد حسن علاوى (١٩٩٨م): "موسوعة الاختبارات النفسية الرياضية" ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

١٤- محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١م) : "اختبارات الأداء الحركى" ، ط٣، دار الفكر العربى ، القاهرة .

١٥- محمود محمد الحيلة (٢٠٠٢م) : الألعاب التربوية وتقنيات انتاجها سيكولوجيا وتعليميا وعلميا ، دار الميسره للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .

١٦- Chervannier B., (٢٠٠٠): Experiences in movement physical education for the elementary school child, ٤th Edition, Saunders. ٢٩

١٧- Gallahue D. L and Ozmun J. C., (١٩٩٨): " Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults", [McGraw-Hill international editions. Health/physical education/recreation](http://McGraw-Hillinternational.editions.Health/physical%20education/recreation).

١٨- Merzarven D.K. (٢٠٠١): Effect of assessors motor skills, curriculum on the sensory motor skills body awareness readiness for learn

١٩- Parro, T.K. et. al. (٢٠١٩): "The effect of physical activity and health-related fitness in youth multivariate analysis", Medical and Science in Sport and Exercise, Vol. ٣٠, No (٥).

٢٠- Well Sanders S. (٢٠٢٠): "Preschool physical education: Challenges for the profession". JOPERD, ٦٥ (٦), ٢٦-٢٧.

تأثير برنامج أنشطة حركية باستخدام حركات الباليه على بعض الصفات البدنية

لطفل ما قبل المدرسة

*أ.م.د/ رانيا عطية رمضان عطية

يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير برنامج أنشطة حركية باستخدام حركات الباليه على بعض الصفات البدنية لطفل ما قبل المدرسة وتم استخدام المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة عن طريق القياس القبلي والبعدي لكلاً من المجموعتين. كما تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من أطفال مرحلة رياض الأطفال (٥-٦) سنوات بحضانة براعم كيدز، والبالغ عددهم (٨٠) طفلة لعام (٢٠٢٠م-٢٠٢١م) وقد اختيرت عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وقوامها (٥٦) طفلة يمثلون ٤٦.٦٧ % من المجتمع الكلي للبحث كما تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة قوام كلاً منهما (٢٨) طفلة و (٢٤) طفلة للعينة الاستطلاعية وقد قامت الباحثة بالتحقق من اعتدالية مجتمع البحث في المتغيرات المختارة وأشارت أهم النتائج إلى أن برنامج الأنشطة الحركية باستخدام حركات الباليه أثر إيجابياً على الصفات البدنية لطفل ما قبل المدرسة. وتوصى الباحثة بضرورة العمل على وضع برامج مستقلة أخرى غير التي تناولتها هذه الدراسة كالألعاب المسابقات أو تمثيل الأدوار .

The effect of a program of kinetic activities using ballet movements on some physical characteristics For a pre-school child

*** Prof. Dr. Rania Attia Ramadan Attia**

This research aims to identify the effect of a program of kinetic activities using ballet movements on some physical characteristics of a pre-school child. The research community was also chosen in a deliberate way from kindergarten children (٥-٦) years in Baraem Kids Nursery, which numbered (٨٠) girls for the year (٢٠٢٠-٢٠٢١AD). ٤٦.٦٧% of the total research community were divided into two equal groups, one experimental and the other a control group, each consisting of (٢٨) girls and (٢٤) girls for the exploratory sample. The researcher verified the moderation of the research community in the selected variables. Ballet movements have a positive effect on the physical characteristics of a pre-school child. The researcher recommends the need to work on developing independent programs other than those dealt with in this study, such as competition games or role-playing.