

## دراسة تتبعية لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مرحلتي المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة

اسكندر خيرى صالح\*\*

عمر ناطق\*\*

أ.د. جاسم محمد نايف\*

\*فرع الألعاب الفردية/كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل/العراق. J\_alroomy@yahoo.com

(الاستلام ٤ ايار ٢٠١١ ..... القبول ٧ تموز ٢٠١١)

### الملخص

هدف البحث إلى التعرف على الفروق ببعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مدرستي المرحلة المبكرة والمدرسة المتأخرة ، فضلا عن الفروق ببعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ كل صف والصف الذي يليه ابتداء من الصف الثالث .

وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة التتبعية وتكونت عينة البحث من (٢٠٠) تلميذ من تلاميذ مدرسة الجنائن الابتدائية بالساحل الأيسر ومدرسة احمد عبد الغني الابتدائية بالساحل الأيمن من الصفوف الثالث والرابع والخامس والسادس الابتدائي ضمن مرحلتي المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة ، كما استخدم الباحثون الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والحركية الآتية : (اختبار ركض (٢٠)م من بداية عالية لقياس السرعة الانتقالية ، اختبار الحجل بكلتا الرجلين (كل رجل على حدة) لمسافة (١٠)م لقياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين ، اختبار الجري المتعرج بين الشواخص لقياس الرشاقة ، اختبار ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس الطويل لقياس مرونة العمود الفقري وعضلات خلف الرجلين واختبار الدوائر المرقمة لقياس التوافق) . واستخدم الباحثون الوسائل الإحصائية الآتية لمعالجة البيانات وهي (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط لبيرسون) ، النسبة المئوية ، اختبار (ت) لوسطين حسابيين غير مرتبطين )  
وتوصل الباحثون إلى الاستنتاجات الآتية :

١. تطور تلاميذ مرحلة المدرسة المتأخرة عن تلاميذ مرحلة المدرسة المبكرة في اختبار الحجل على الرجل اليمنى لمسافة (١٠)م والخاص بالقوة المميزة بالسرعة واختبار ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس الطويل والخاص بالمرونة .
٢. لا يوجد تطور ببقية القدرات البدنية والحركية (السرعة الانتقالية ، القوة المميزة بالسرعة للرجل اليسرى ، الرشاقة ، التوافق) بين تلاميذ مرحلتي المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة
٣. لا يوجد تطور بجميع القدرات البدنية والحركية (قيد الدراسة) بين الصفوف الثالث والرابع والخامس والسادس الابتدائي أي بين كل صف والصف الذي يليه وابتداء من الصف الثالث الابتدائي .

Follow-Up Study of some Physical and Motor Abilities for Students of Early and  
Late School Grades

Prof.dr.Jassim.M.N.Alroomy

Omar.N.Alsayge

Eskandar.K.Salih

### Abstract

The research aimed at being acquainted with the differences among some physical and motor abilities for students of early and late school grades in addition to the differences of physical and motor abilities between each class, beginning from third class, with next one.

The follow-up descriptive method was used. The sample included 200 students from the ALJANAEN primary school in the left bank of Mosul city and AHMED ABDULGHANI Primary school in the right bank. The sample represented the third, fourth, fifth, and sixth primary classes of the early and late school grades.

Specific tests of the physical and motor abilities were used such as single leap of both legs with distance of 10 meters for measuring the power of leg muscles, zigzag run for measuring the agility, sit and reach for measuring the flexibility of spine and posterior leg muscles. And the numbered circles for measuring coordination.

Arithmetic mean, standard deviation, Person's coefficient correlation, percentage, and (T) test of the two independent samples were used for processing data statistically.

The research concluded the following:

1. The students of the late school grade had improved compared with the early one in test of single leap of both legs with distance of 10 meters for measuring the power of leg muscles and test sit and reach of flexibility.
2. There were no improvement differences between the two grades in other abilities such as locomotive speed, left leg power, agility and coordination
3. There were no improvement differences between each class, beginning from third class, with next one in all physical and motor abilities in question.

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

أصبحت التربية الرياضية اليوم جزء مهم من التربية العامة فهي ليست تمارين وحركات وفعاليات وألعابا رياضية فحسب بل هي تربية وفلسفة وثقافة وسياسة فضلا عن دورها في إعداد الإنسان إعدادا بدنيا وصحيا ونفسيا واجتماعيا ، لذا فان لها الدور الكبير في دفع عجلة التطور إلى الأمام ، وتعد القدرات البدنية والحركية أساس تطور الحركة الرياضية في أي مجتمع بوصفها البداية الصحيحة السليمة لتهيئة النشء الجديد وبناءه منذ الصغر وصولا إلى إيجاد القاعدة الواسعة والقوية للتربية الرياضية .

ولذلك أصبح من الضروري الاهتمام بالمراحل العمرية المتعددة ومنها المرحلة الابتدائية إذ أن الكاتبة السويدية (ألن كاي) قد تنبأت في بداية القرن العشرين بان هذا العصر سيكون (عصر الطفل) بوصف هذه المرحلة من أهم المراحل وأكثرها خطورة في مستقبل الإنسان كونها مرحلة تكوينية ، يوضع فيها الأساس القوي لشخصية الإنسان (مردان ، ١٩٧٢ ، ٥٢) .

ويعد اكتساب القدرات البدنية والحركية من فترة المدرسة المبكرة أساسا لاكتساب المهارات العامة والخاصة المرتبطة بالأنشطة الرياضية المختلفة في مراحل النمو التالية ولا سيما في مرحلتى المدرسة المتأخرة والمدرسة المتوسطة(المراهقة) (راتب ، ١٩٩٤ ، ١٤٥) .

ولقد ركزت الدراسات والبحوث الحديثة على محاولة معرفة انجح الطرائق لتشجيع الأطفال على ممارسة النشاط الرياضي لكي تصبح هذه الممارسة جزءا من النمط الحياتي اليومي للفرد (Stone , 1985 , P168) لهذا يبدو

من الضروري ان تكون هناك فرص لمزاولة النشاط الرياضي المنتظم في المدرسة والتي سوف تسهم في تطوير القدرات البدنية والحركية مما يضمن توفير نمط حياتي ذي نشاط رياضي خاص بالأطفال ( , Slave & Others , P61 , 1984).

لذا فان أهمية البحث تبرز في تتبع بعض القدرات البدنية والحركية لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية ( المبكرة والمتأخرة ) من اجل التعرف على أي من القدرات البدنية والحركية هي التي تتطور لدى هذه الفئة من التلاميذ وأي منها الأقل تطورا لدى هذه الفئة العمرية من التلاميذ .

**٢-١ مشكلة البحث :**

تعد المدارس الابتدائية من المؤسسات التربوية التي تربي الأطفال بأعمار (٧-١٢) سنة، وعلى ضوء التقسيمات الخاصة بالعلماء يطلق على الأطفال بعمر (٧-٩) سنوات أطفال المدرسة المبكرة ومن هم بعمر (١٠-١٢) سنة أطفال المدرسة المتأخرة ، وينبغي علينا الاهتمام بالتلاميذ في هذه المرحلة العمرية المهمة بحيث تأخذ التربية الرياضية دورها لتسهم في عمليتي التعلم والتطور الحركي وان تخضع لمنهجية على الصعيدين النظري والتطبيقي عن وفق الأهداف والأغراض الخاصة بهذه المرحلة العمرية بوصفها مرحلة ارتكاز .

وتكمن مشكلة البحث في الإجابة على السؤالين الآتيين :

هل هنالك فروق لبعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ مرحلتى المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة ؟

وهل هنالك فروق في بعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ كل صف والصف الذي يليه ؟

**٣-١ هدفا البحث :**

١-٣-١ التعرف على تطور بعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ مدرستي المرحلة المبكرة والمدرسة المتأخرة .

٢-٣-١ التعرف على تطور بعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ كل صف والصف الذي يليه ابتداء من الصف الثالث .

**٤-١ فرضا البحث :**

١-٤-١ لا توجد فروق معنوية في تطور بعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ مدرستي المرحلة المبكرة والمدرسة المتأخرة .

٢-٤-١ لا توجد فروق معنوية في تطور بعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ كل صف والصف الذي يليه ابتداءً من الصف الثالث .

**٥-١ مجالات البحث :**

١-٥-١ المجال البشري : تلاميذ مدرستي الجنائن الابتدائية للبنين ، واحمد عبد الغني الابتدائية للبنين .

٢-٥-١ المجال المكاني: ساحات مدرستي الجنائن الابتدائية للبنين ، واحمد عبد الغني الابتدائية للبنين .

٣-٥-١ المجال الزمني : ابتداءً من ١٥/١١/٢٠٠٩ لغاية ٢٩/١٢/٢٠٠٩ .

**٦-١ تحديد المصطلحات**

**١-٦-١ القدرات البدنية :**

عرفها (محجوب) بأنها "القدرات الموروثة التي تتطور بالنمو وتتطور بالممارسة والتدريب وتشمل ثلاث قدرات هي (القوة ، والسرعة ، والمطاولة)" (محجوب ، ١٩٨٩ ، ١٠٧).

## ١-٦-٢ القدرات الحركية :

عرفها (محبوب) بأنها "القدرات التي يكتسبها الإنسان من المحيط مثل الرشاقة والمرونة والتوازن والمهارة ، أي أنها تأتي عن طريق الممارسة والتدريب"(محبوب ، ١٩٨٩ ، ٨٥) .

## ٢-الإطار النظري والدراسات السابقة

### ١-٢ الإطار النظري

#### ٢-١-١ الدراسات التتبعية:

تشير المصادر العلمية إلى وجود طريقتين للدراسات التتبعية هما :

**أولاً : الطريقة الطولية :** والتي تعالج ظاهرة في زمنين مختلفين وتعتمد هذه الطريقة على الملاحظة التي تستمر لفترة زمنية من مراحل العمر (٧\_١٠) سنوات مثلاً لمعرفة التغيرات التي تحدث على نمو طفل أو مجموعة معينة من الأطفال منذ بداية عمر (٧) سنوات وحتى نهايتها شهر بعد شهر من الأطفال أو عاماً بعد عام ، ومن مزايا هذه الطريقة أنها تعمل على إيضاح نمط وتأثير البيئة على النمو وثبات وتغير خصائص النمو ومظاهرة .

**ثانياً : الطريقة المستعرضة :** والتي تعالج ظاهرة في زمن معين ، وتقوم هذه الطريقة بتتبع التغيرات الجسمية والوظائف النفسية لمجموعة أو مجموعات متعددة من الأطفال ، مثال ذلك تتبع التغيرات الجسمية والبدنية لأطفال بعمر (١٠) سنوات أو مجموعة من الأعمار من (١٠-١٥) سنة ، ويعتبر (بياجيه) من رواد هذه الطريقة فقد استخدمها في دراسة اللغة عند الأطفال في الأعمار الزمنية المختلفة ، وتتميز هذه الطريقة بالاقتصاد بالجهد إلا أنها أقل دقة من الطريقة الطولية ، وعلى الرغم من عيوب الطريقتين إلا أن نتائجهما ساعدت في تحديد الأعمار المناسبة لممارسة أنواع النشاط الحركي وتحديد مؤشرات التطور البدني والحركي لمختلف الأعمار . (شاكر ، ٢٠٠٥ ، ٢٢) وقد استخدم الباحثون الطريقة المستعرضة .

#### ٢-١-٢ القدرات البدنية

تعد القدرات البدنية جزءاً من اللياقة البدنية الشاملة التي تشمل على جميع الجوانب النفسية والبدنية والحركية والعقلية والاجتماعية والصحية ، ولها مدلولات وتفسيرات ومفاهيم متعددة ، ومنها ان لكل فرد قدرات بدنية تختلف عن بقية الأفراد ، كما أنها تعد من أكثر الاصطلاحات التي دار حولها النقاش والجدل بسبب اختلاف وجهات النظر والمدارس الفكرية المختلفة.(الحياري وآخرا، ١٩٨٧، ٣٦)

إن القدرات البدنية هي صفات موروثه وتشمل القوة والسرعة والمطاولة، إذ أن جميع هذه القدرات مترابطة مع بعضها بأية حركة من الحركات توجد بها هذه القدرات، وقد تم تشبيهها بالهرم. (شلس ومحمود ، ١٩٩٤ ، ٦٧-٦٨)

#### ٢-١-٣ القدرات الحركية :

يكتسب الإنسان القدرات الحركية من خلال تفاعله مع المحيط أو تكون موجودة مثل الرشاقة والمرونة والتوازن والمهارة ، أي أن قدرته على الحركة تأتي وتتطور عن طريق التمرين ، وسميت بالقدرات لأنها قدرة للحركة الإنسانية التي تؤدي من قبل الكائن الحي وخاصة بالمستويات العالية . وتتمثل القدرات الحركية بـ( الرشاقة ، الدقة الحركية ، المرونة ، القابلية الحركية ، التوازن ، المهارة والتكنيك ) (محبوب ، ١٩٨٩ ، ٨٥)

#### ٢-٢ الدراسات السابقة

#### ٢-٢-٢ دراسة (الغندور، ١٩٨٩) بعنوان(اللياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية لدولة البحرين)

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى اللياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة البحرين ومقارنة لفروق المستويات بين البنين البنات أجرى البحث على عينة قوامها (١١٩١) تلميذ وتلميذة من مدارس الابتدائية وقد استخدم اختبار ركض (٥٠) ياردة لقياس السرعة الانتقالية واختبار الجلوس من وضع الاستلقاء على الظهر بثني الركبتين والذراعين أمام الصدر متعاكسين وملامستين للأكتاف (اختبار معدل) لغرض قياس مطاولة عضلات البطن واختبار الركض المرتد بالجري المكوكي (٤×١٠) ياردة لقياس عنصر الرشاقة وكذلك اختبار التعلق على العقلة مع ثني الذراعين لقياس التحمل والقوة الأطراف العليا . واختبار الوثب العريض من الثبات لقياس القوة

### دراسة تتبعية لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مرحلتى .....

الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى واختبار ركض مشى (٦٠٠) ياردة لقياس الجلد الدوري التنفسي وقد استخدم الباحث الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (t) لفرق المتوسطات لمعرفة مستويات التلامذة في الصفات البدنية التي أجريت لهم .

وقد استنتجت الباحثة بان هنالك فروق معنوية بنتائج التلامذة في اللياقة البدنية فيما بين الصف الدراسي والصف الذي يليه إلا فيما بين الصفين الأول والثالث باختبار التحمل والقوة للأطراف العليا هنالك فروق معنوية بين نتائج البنين والبنات إلا في اختبار التحمل والأطراف العليا فيما بين الصفين الرابع والصفين الخامس والصفين السادس .

### ٢-٢-٢ دراسة (حمودات، ١٩٩٢) بعنوان (بعض المؤشرات الموضوعية لتطور النمو الجسمي والبدني لتلاميذ في مدارس الابتدائية للبنين مركز محافظة نينوى لأعمار (٦-١٢) سنة)

هدفت الدراسة إلى تأثير مستوى اللياقة البدنية بوصفه مرحلة تأثير مستوى النمو الجسمي لتلاميذ المرحلة ، تكونت العينة من (١٨٨٢) تلميذا في محافظة نينوى تم اختيارهم بأسلوب العينة العشوائية المنظمة لكافة المراحل وتضمنت الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث (الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية) وكان من أهم النتائج التي خرجت بها الدراسة فيما يخص معرفة مستوى اللياقة البدنية ان عدد من الصفات البدنية كان مستوى التطور طبيعياً حيث ظهر وجود فروق في نتائج الاختبارات لمصلحة الصف دراسي الأعلى وهذا ما حصل على اختبارات السرعة والقوة الانفجارية ، أما في اختبارات المرونة كان هناك ضعف واضح في مستويات الصفوف الثلاثة الأولى وان تطوراً قد حصل لتلاميذ الصفين الرابع والخامس إذ تراجع هذا التطور لدى تلاميذ الصف السادس قياساً لما يكون عليه من تطور .

### ٣- إجراءات البحث:

٣-١ منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة التبعية لملائمته لطبيعة البحث .

### ٣-٢ مجتمع البحث وعينة :

تكون مجتمع البحث من تلاميذ الصفوف (الثالث والرابع والخامس والسادس) الابتدائي لمدرسة الجنائن بالساحل الأيسر ومدرسة احمد عبد الغني بالساحل الأيمن والبالغ عددهم (٨٤٠) تلميذ ، أما عينة البحث فقد تكونت من (٢٠٠) تلميذ بواقع (٢٥) تلميذ من كل صف دراسي ومن كل من مدرستي الجنائن واحمد عبد الغني ، وبنسبة (٢٣,٨٠%) من المجتمع . وقد تم اختيار العينة بالطريقة الطبقيّة وبالأسلوب العشوائي غير المنتظم والجدول رقم (١) يبين مواصفات عينة البحث .

الجدول رقم (١) يبين مواصفات عينة البحث من تلاميذ مدرستي الجنائن واحمد عبد الغني الابتدائيتين

الصف والمرحلة	المدرسة		عدد العينة	العمر (شهر)		الطول (سم)		الكتلة (كغم)	
	الجنائن	احمد عبد الغني		ع±	س	ع±	س	ع±	س
الثالث	١٢٠	١٥٥	٥٠	١٠٩,٥٥	٢,٣٠٦	١٢٩,١٢	٨,٧١٢	٣٢,٣٧٩	٧,٤٥٠
الرابع	١٠٢	٩٠	٥٠	١٢٢,٨٠	٣,١٠٤	١٣٨,٦٠	٢,٠٦٣	٣٥,٧٥	٢,٨٩٠
الخامس	٩٨	٨٥	٥٠	١٣٥,٤٠	٢,٩٥٠	١٤٣,٣٢	٣,٠٣١	٣٨,٦١	٢,١٣٣
السادس	١٠١	٨٩	٥٠	١٤٩,٦٠	٣,٢٥٣	١٤٨,٣١	٤,٣١٠	٤٠,٠٩	٣,٣٢٧
المجموع	٤٢١	٤١٩	٢٠٠	-	-	-	-	-	-
المدرسة المبكرة	١٢٠	١٥٥	٥٠	١٠٩,٥٥	٣,٣٠٦	١٢٩,١٢	٨,٧١٢	٣٢,٧٩	٧,٤٥٠
المدرسة المتأخرة	٣٠١	٢٦٤	١٥٠	١٤٠,٦٥	٩,٤١٠	١٤٩,١	٧,٣٩١	٤١,٣٦	٦,٠٣٢
المجموع	٤٢١	٤١٩	٢٠٠	-	-	-	-	-	-

### ٣-٣ وسائل جمع البيانات :

٣-٣-١ تحليل محتوى المصادر العلمية : للتعرف على القدرات البدنية والحركية واختباراتها،

٣-٣-٢ المقابلة الشخصية :

لقد تمت مقابلة شخصية مع بعض المختصين\* للاطلاع على اختيار بعض القدرات البدنية والحركية والاختبارات الملائمة لعينة البحث لهذه القدرات ، وتمت هذه المقابلات الشخصية للمدة من ٢٠٠٩/١١/١ ولغاية ٢٠٠٩/١١/١٢ .

٣-٣-٣ الاستبيان والقياس :

٣-٣-٣-١ الاستبيان (تحديد القدرات البدنية والحركية) :

من أجل تحديد أهم القدرات البدنية والحركية التي سيتم دراستها قام الباحثون بتصميم استمارة استبيان (الملحق (١)) وتم توزيعه على مجموعة من المختصين\*\* في مجال التعلم الحركي والقياس والتقويم ، وأظهرت النتائج حصول القدرات البدنية والحركية الآتية : (القوة المميزة بالسرعة ، والسرعة الانتقالية ، والمرونة ، والرشاقة ، والتوافق) على نسبة اتفاق (٨١،٨١%) فأكثر إذ يشير (بلوم وآخرون) إلى انه على "الباحث الحصول على الموافقة بنسبة (٧٥%) فأكثر من المحكمين" . (بلوم وآخرون ، ١٩٧٣ ، ١٦٢) .

٣-٣-٣-٢ استبيان تحديد الاختبارات البدنية والحركية المستخدمة :

تم تصميم استمارة استبيان (الملحق (٢)) لتحديد أهم الاختبارات الملائمة لقدرات البدنية والحركية التي تم اعتمادها عن طريق تحليل مستوى المصادر العلمية ، وتم عرضها على مجموعة من المختصين في القياس والتقويم .

واظهر الاستبيان حصول الاختبارات (الحجل ١٠ خطوات على الرجل اليمنى ، والحجل ١٠ خطوات على الرجل اليسرى) (قياس القوة المميزة بالسرعة) ، وركض (٢٠م) من بداية عالية (لقياس السرعة الانتقالية) ، وثني الجذع إلى الأمام من وضع الجلوس الطويل (لقياس مرونة العمود الفقري) ، والجري المتعرج ذهابا وإيابا بين (٥) شواخص (لقياس الرشاقة) ، واختبار الدوائر المرقمة (لقياس التوافق) على نسبة اتفاق (٧٥% ) فأكثر .

٣-٣-٤ مواصفات الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والحركية :

٣-٣-٤-١ الاختبار الأول (الحجل بكل من الرجل اليمنى والرجل اليسرى لمسافة ١٠ م)

- أ. د. مكي محمود الراوي : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. سبهان محمد الزهيري : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. إيثار عبد الكريم غزال : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. عيداء سالم عزيز : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- أ. د. محمد خضر اسمر : التعلم الحركي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. د. هاشم احمد سليمان : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- أ. د. مكي محمود الراوي : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. عبد الكريم قاسم غزال : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. خالد عبد المجيد الخطيب : التعلم الحركي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. ضرغام جاسم محمد : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. إيثار عبد الكريم غزال : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. سبهان محمد الزهيري : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. عيداء سالم عزيز : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. وليد خالد رجب : القياس والتقويم ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
أ. م. د. نوفل فاضل رشيد : التعلم الحركي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .

هدف الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة .

الأدوات اللازمة : ارض مستوية ومن خط مستقيم، وشريط قياس، وساعة توقيت، وخط بداية ونهاية .

الإجراءات : - تخطيط منطقة الاختبار .

- يقف التلميذ خلف خط البداية وعندما تعطى الإشارة يقوم التلميذ بالحجل برجل اليمين فقط بشكل سريع حتى يجتاز خط النهاية .

- تعطى محاولتان لكل تلميذ . ( وينفذ الاختبار بعد ذلك بالرجل اليسرى )

- يحتسب الزمن الأقرب ١٠/١ من الثانية .

- يفاص زمن الطفل من إشارة بدء الاختبار إلى أن تتخطى قدم الطفل خط النهاية .

- تستخدم إشارة مسموعة للتلاميذ ومرئية للمقياتي .

طريقة التسجيل : قياس الزمن إلى اقرب ١٠/١ ثانية . ( باهي ، ١٩٩٩ ، ٨ ) ..

٣-٤-٢ الاختبار الثاني (ركض ٢٠ م) من بداية عالية

هدف الاختبار: قياس السرعة الانتقالية .

الأدوات اللازمة : ارض مستوية في خط مستقيم، وشريط قياس، وساعة توقيت، وخط بداية ونهاية

الإجراءات : - تخطيط منطقة الاختبار .

- يقف التلميذ خلف خط البداية وعندما تعطى إشارة البدء يقوم التلميذ بالركض بشكل سريع حتى يجتاز خط النهاية .

- يعطى محاولة واحدة لكل تلميذ .

طريقة التسجيل : - يحتسب الزمن الأقرب ١٠/١ من الثانية .

- يفاص زمن التلميذ من إشارة بدء الاختبار إلى أن تتخطى قدم التلميذ خط النهاية .

- تستخدم إشارة مسموعة للتلاميذ ومرئية للمقياتي . (عبد الجبار وبسطويسي، ١٩٨٧، ٣٦٣)

٣-٤-٣ الاختبار الثالث (ثني الجذع إلى الأمام من وضع الجلوس الطويل)

هدف الاختبار : قياس مرونة العمود الفقري والعضلات الخلفية للجسم .

الأدوات اللازمة : مقعد من دون ظهر ارتفاعه (٢٠ سم)، ومسطرة غير مرنة مقسمة إلى (٣٠ سم) مثنية عموديا

على المقعد بحيث يكون الرقم (١٠ سم) عند حافة المقعد ، ومؤشر خشبي يتحرك على سطح المسطرة ، وبساط

جمناستك .

الإجراءات : - يطلب من التلميذ نزع الحذاء .

- ويطلب منه الجلوس على البساط بحيث تكون القدمان مضمومتين مع تثبيتهما على حافة المقعد.

- يقوم احد المساعدين بالضغط على الركبتين لتبقيا مستقيمتين .

- عند إعطاء إشارة من قبل الفاحص يقوم التلميذ بثني جذعه إلى الأمام بحيث يدفع المؤشر بأطراف

أصابعه إلى ابعد مسافة ممكنة .

- يحاول التلميذ الثبات قليلا عند آخر مسافة يصل إليها .

- يعطى للتلميذ محاولتين تجريبيتين .

- يعطى للتلميذ ثلاث محاولات عند أداء الاختبار .

### دراسة تتبعية لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مرحلتى .....

طريقة التسجيل : - تسجل للتلميذ المسافة التي حققها (السنتيمترات) في المحاولات الثلاثة .

- تحتسب أحسن محاولة للتلميذ من المحاولات الثلاثة . (حسانين ، ١٩٨٧ ، ٢٨)

٣-٣-٤-٤ الاختبار الرابع (الركض المتعرج بين الشواخص)

هدف الاختبار : قياس الرشاقة

الأدوات اللازمة : ارض مستوية ، و(٥) شواخص ، وساعة توقيت ، وخط البداية والنهاية.

الإجراءات : - تخطيط منطقة الاختبار بحيث تكون المسافة بين خط البداية والشاخص (١٨٠ سم) وكذلك المسافة بين شاخص وآخر .

- يقف التلميذ خلف البداية ، وعند سماع إشارة البدء يركض بين الشواخص مبتدئاً من جهة اليمين أو اليسار

حتى يصل الشاخص الخامس ويدور حوله إلى خط النهاية بالطريقة نفسها.

- تعطى للتلميذ محاولة تجريبية .

- تعطى للتلميذ محاولتان للاختبار .

- لا تعد المحاولة خطأ إذا توقف التلميذ عن الأداء .

- تعاد المحاولة إذا لم يركض التلميذ بين أي شاخص .

- يقاس الزمن للتلميذ بين إشارة بدء الاختبار إلى ان تتخطى قدم الطفل خط النهاية .

طريقة التسجيل : قياس الزمن إلى اقرب ١٠/١ ثانية لأحسن محاولة من المحاولتين .

(الخولي وراتب، ١٩٨٢ ، ٤٠١)

٣-٣-٤-٥ الاختبار الخامس (اختبار الدوائر المرقمة)

هدف الاختبار : قياس توافق الرجلين والعينين

الأدوات اللازمة : ساعة إيقاف ، وثمانى دوائر مرسومة على الأرض على أن يكون قطر كل منها (٦٠سم) ،

ترقيم الدوائر من (١-٨)

الإجراءات : يقف التلميذ داخل الدائرة رقم (١) ، وعند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا إلى الدائرة

رقم(٢) ثم إلى الدائرة رقم(٣) ثم الدائرة رقم(٤) حتى الدائرة رقم(٨)، ويتم ذلك بأقصى سرعة.

طريقة التسجيل :

يسجل للتلميذ الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الدوائر الثمانية.(الحكيم، ٢٠٠٤ ، ٢٨-٢٩)

٣-٥ الأجهزة والأدوات المستخدمة :

١- ساعة توقيت . ٢- شريط قياس بطول (٣٠ م) .

٣- شواخص عدد (٥) . ٤- مسطرة متدرجة وصندوق خشبي .

٣-٦ التجربة الاستطلاعية :

لغرض التأكد من مقدرة عينة البحث على أداء الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والحركية ، فضلا عن

ملائمة الأجهزة والأدوات وإمكانية فريق العمل المساعد قام الباحثون بتطبيق الاختبارات على عينة قوامها (٤٠)

طالباً من غير عينة البحث الرئيسة ، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مدرسة الجنائن الابتدائية للبنين ومدرسة

احمد عبد الغني الابتدائية للبنين بواقع (١٠) طلاب من كل صف من الصفوف الأربعة ، وخلصت التجربة

الاستطلاعية إلى ما يأتي :



## دراسة تتبعية لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مرهلتى .....

١- إمكانية فريق العمل المساعد\* على إجراء الاختبارات .  
٢- ضرورة إجراء عرض من قبل الباحثون أو احد أعضاء فريق العمل المساعد للاختبارات أمام العينة قبل التطبيق .

٣- ملائمة الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والحركية لعينة البحث .

٣-٧-٧ الأسس العلمية للاختبارات :

٣-٧-١ صدق الاختبارات :

يمثل صدق الاختبارات احد أهم الوسائل في الحكم على صلاحية وجود الاختبار كأداة قياس لما وضع من اجله وهو أكثر تعريفات الصدق شيوعا (الظاهر وآخرون ، ٢٠٠٢ ، ١٣٢-١٣٣) . ولقد اعتمد الباحثون على الصدق الظاهري إذا يعد الاختبار صادقا ظاهريا إذا كان صالحا في ظاهره بصورة مبدئية من خلال النظر إلى عنوانه وتعليماته والوظيفة التي يقيسها وكل ذلك يوحي بان الاختبار يبدو من حيث ظاهره انه مناسب للغرض المطلوب وان موافقة السادة المحكمين يحققه هذا النوع من الصدق (إبراهيم، ٢٠٠١ ، ٢٣-٢٤) فضلا عن استخدام الصدق الذاتي الذي يساوي جذر معامل الثبات .

٣-٧-٢ ثبات الاختبارات :

لقد تحقق الباحثون من ثبات الاختبارات بطريقة (التطبيق / إعادة التطبيق) إذ تم تطبيق الاختبارات على عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (٤٠) تلميذ وتم القياس الأول يوم الأحد الموافق ٢٠٠٩/١١/٨ وبعد ثلاثة أيام تم القياس الثاني يوم الأربعاء الموافق ٢٠٠٩/١١/١١ حيث ان تكون الفترة الزمنية لإعادة التطبيق قريبة جدا (ثلاثة أيام على الأكثر) حتى لا يتأثر أداء التلميذ بالتدريب (باهي ، ١٩٩٩ ، ٨) وقد تم إجراء معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين كلا القياسين والجدول رقم (٢) يبين ذلك .

يبين معامل الثبات والصدق الذاتي والموضوعية للاختبارات القدرات البدنية والحركية

ت	القدرات البدنية والحركية	الاختبارات	معامل الثبات	الصدق الذاتي	الموضوعية
١	السرعة الانتقالية	ركض (٢٠)م من بداية عالية	*٠,٧٦	*٠,٨٧	*٠,٨١
٢	القوة المميزة بالسرعة	الحجل على الرجل اليمنى لمسافة (١٠)م	*٠,٨١	*٠,٩٠	*٠,٨٤
٣	القوة المميزة بالسرعة	الحجل على الرجل اليسرى لمسافة (١٠)م	*٠,٧٩	*٠,٨٨	*٠,٨٠
٤	الرشاقة	الجري المتعرج بين الشواخص	*٠,٨٦	*٠,٩٢	*٠,٧٤
٥	المرونة	ثني الجذع للإمام من وضع الجلوس الطويل	*٠,٨٣	*٠,٩١	*٠,٧٨
٦	التوافق	الدوائر المرقمة	*٠,٧١	*٠,٨٤	*٠,٧٦

\* معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (٠,٠٥)$  وأمام درجة حرية (٣٨) قيمة (ر) الجدولية = ٠,٣٠٤ .

ومن ملاحظتنا للجدول رقم (٢) يتبين بان جميع معاملات الارتباط هي معنوية لان قيم (ر) المحسوبة اكبر من قيمة (ر) الجدولية عند نسبة خطأ  $\geq (٠,٠٥)$  وأمام درجة حرية (٣٨=٢-٤٠) = ٠,٣٠٤ .

\* احمد محمد علي : معلم التربية الرياضية ، مدرسة احمد عبد الغني الابتدائية للبنين .  
زيد ناطق عبد القادر : طالب بكالوريوس في كلية التربية ، جامعة الموصل .  
محمد عصام قاسم : طالب بكالوريوس في كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .  
مجاهد محمد مرعي : طالب بكالوريوس في كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .

٣-٧-٣ موضوعية الاختبارات :

إن الموضوعية تعني عدم التباين والاختلاف في عملية التقويم عند إعطاء درجات الحكام بالنسبة للقياس من الاختبارات العملية وللتحقق من موضوعية يستخرج معامل الالتواء بين النتائج التي قدرها المقومون (الحكيم ، ٢٠٠٤ ، ٢٨-٢٩) ولقد قام الباحثون باحتساب الموضوعية من خلال تقويم حكمان من فريق العمل المساعد اللذان يقومان بعملية القياس وبذلك تحققت من صدق وثبات موضوعية الاختبارات .

٣-٨ الوسائل الإحصائية :

- ١- الوسط الحسابي .
- ٢- الانحراف المعياري .
- ٣- معامل الارتباط البسيط .
- ٤- النسبة المئوية .
- ٥- اختبار (ت) لوسطين حسابيين غير مرتبطين . (التكرتي والعبدي ، ١٩٩٦ ، ١٠٢-٢٧٦).

٤- عرض ومناقشة النتائج :

٤-١ عرض النتائج :

الجدول رقم (٣) المقارنة باختبار ( T.test ) بين مرحلة المدرسة المبكرة ومرحلة المدرسة المتأخرة ببعض القدرات البدنية والحركية

ت	القدرات البدنية والحركية	الاختبارات	وحدة القياس	المدرسة المبكرة		المدرسة المتأخرة		قيمة (ت) المحتسبة
				س	ع ±	س	ع ±	
١	السرعة الانتقالية	ركض (٢٠م) من بداية عالية	ثا	٤،٥٤	٠،٨٢	٤،٥	٠،٨٠	٠،٤٣٢
٢	القوة المميزة بالسرعة	الحجل على الرجل اليمنى	ثا	٤،٥٥	٠،٧٩	٤،١٠	٠،٨٤	٢،٤٣ *
٣	القوة المميزة بالسرعة	الحجل على الرجل اليسرى	ثا	٤،٥٥	٠،٦١	٤،١١	١،٠٥	٠،٦٨٢
٤	الرشاقة	الجري المتعرج بين الشواخص	ثا	٥،٣٥	١،٣٤	٥،٢٦	٣،٧٨	٠،٠٦٨
٥	المرونة	ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس الطويل	سم	٨،٠٨٠	٣،٣٠	١٠،٣٠	٣،٦٨	٣،٤٣ *
٦	التوافق	الدوائر المرقمة	ثا	٥،٢٣	١،٥٣	٥،١٢	١،٥٣	١،٥٣٧

• معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (٠،٠٥)$  وأمام درجة حرية (١٩٨) وقيمة (ت) الجدولية = ١،٩٧ .

يتبين من الجدول رقم (٣) أن قيمتي (ت) المحتسبة في اختبار الحجل على الرجل اليمنى والخاص بالقوة المميزة بالسرعة وفي اختبار ثني الجذع إلى الأمام من وضع الجلوس الطويل والخاص بالمرونة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ  $\geq (٠،٠٥)$  وأمام درجة حرية (١٩٨) تساوي (١،٩٧) مما يدل على وجود فروق معنوية بين تلاميذ مرحلتى المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة ولمصلحة تلاميذ المدرسة المتأخرة ، في حين لم تظهر فروق معنوية بين بقية الاختبارات الخاصة ببعض القدرات البدنية والحركية بين تلاميذ مرحلتى المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة وبهذا يتحقق الفرض الأول للبحث بينما ظهرت هناك فروق غير معنوية في كل من السرعة في اختبار ركض (٢٠م) والقوة المميزة بالسرعة في اختبار الحجل على قدم اليسار والرشاقة في اختبار

**دراسة تتبعية لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مرحلتى .....**

الجري بين الشواخص والتوافق في اختبار الدوائر المرقمة حيث أن جميع القيم السابقة غير المعنوية قيمتها المحتسبة أصغر من قيمة (ت) المحتسبة البالغة (١,٩٧).

الجدول رقم (٤) يبين اختبار (T-test) بين نتائج المقارنة باختبار (ت) بين الصفوف الثالث والرابع والخامس والسادس لبعض القدرات البدنية والحركية

ت	القدرات البدنية والحركية	الاختبارات	الصف	م	ع	الصف	م	ع	الصف	م	ع	الصف	م	ع	قيمة (ت) المحتسبة
١	السرعة الانقلابية	ركض ٢٠ م من بداية عالية	الثلاث	٤,٥٤	٠,٨٢	الربيع	٤,٥٠	٠,٩٤	الربيع	٤,٥٠	٠,٩٤	الربيع	٤,٥٠	٠,٩٤	١,٤٦١
			الرابع	٤,٥٠	٠,٩٤	الربيع	٤,٤٨	٠,٦٣	الربيع	٤,٤٨	٠,٦٣	الربيع	٤,٤٨	٠,٦٣	١,٣٧١
٢	القوة مميزة بالسرعة	الحجل على الرجل اليمنى لمسافة ١٠ م	الثلاث	٤,٥٥	٠,٧٩	الربيع	٤,٤٠	٠,٦٨	الربيع	٤,٣٨	٠,٨٢	الربيع	٤,٣٨	٠,٨٢	١,٠٢٨
			الرابع	٤,٤٠	٠,٦٨	الربيع	٤,٣٨	٠,٨٢	الربيع	٤,٣٨	٠,٨٢	الربيع	٤,٣٨	٠,٨٢	١,٦٠٠
٣	القوة مميزة بالسرعة	الحجل على الرجل اليسرى لمسافة ١٠ م	الثلاث	٤,٥٦	٠,٦١	الربيع	٤,٥٣	٠,٨٨	الربيع	٤,٥٣	٠,٨٨	الربيع	٤,٥٣	٠,٨٨	١,٥٦٧
			الرابع	٤,٥٣	٠,٨٨	الربيع	٤,٥٠	٠,٨٠	الربيع	٤,٥٠	٠,٨٠	الربيع	٤,٥٠	٠,٨٠	١,٨٥٠
٤	الرشاقة	الجري المتسرح بين الشواخص	الثلاث	٦,٣٥	١,٣٤	الربيع	٥,٨٥	٥,٥٦	الربيع	٥,٦٧	١,٥٣	الربيع	٥,٦٧	١,٥٣	١,٣٥٧
			الرابع	٥,٨٥	٥,٥٦	الربيع	٥,٦٧	١,٥٣	الربيع	٥,٦٧	١,٥٣	الربيع	٥,٦٧	١,٥٣	١,٩٤٨
٥	المرونة	ثني الجذع للقيام من وضوح الجلوس الطويل	الثلاث	٨,٠٨	٣,٣٠	الربيع	٩,٠٢	٣,٦٨	الربيع	٩,٠٢	٣,٦٨	الربيع	٩,٠٢	٣,٦٨	١,٣٤٢
			الرابع	٩,٠٢	٣,٦٨	الربيع	٩,٠٢	٣,٦٨	الربيع	٩,٠٢	٣,٦٨	الربيع	٩,٠٢	٣,٦٨	٢,٠٠٤
٦	التوافق	الدوائر المرقمة	الثلاث	٥,٧٣	١,٥٣	الربيع	٥,٦٦	١,٣٥	الربيع	٥,٦٦	١,٣٥	الربيع	٥,٦٦	١,٣٥	١,٤٧٠
			الرابع	٥,٦٦	١,٣٥	الربيع	٥,٦٦	١,٣٥	الربيع	٥,٦٦	١,٣٥	الربيع	٥,٦٦	١,٣٥	١,٦١٤

معنوي عند نسبة عند خطأ  $\geq (٠,٠٥)$  وأمام درجة حرية (٩٨) وقيمة (ت) الجدولية = (١,٩٨).

يتبين من الجدول رقم (٤) وجود فروق غير معنوية بين كل صف والصف الذي يليه ابتداء من الصف الثالث الابتدائي وذلك لأن جميع قيم (ت) المحتسبة اقل من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ  $\geq (٠,٠٥)$  وأمام درجة حرية (٩٨ = ١,٩٨) وبهذا يتحقق الفرض الثاني للبحث .

**٤-٢ مناقشة النتائج:**

يتبين من الجدول رقم (٣) وجود فروق معنوية بين تلاميذ مرحلتى المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة فاختبار الحجل على الرجل اليمنى لمسافة (١٠) م الخاص بالقوة المميزة بالسرعة واختبار الثني الجذع للأمام من وضع الجلوس الطويل والخاص بالمرونة ولمصلحة تلاميذ مرحلة المدرسة المتأخرة ، ويعزو الباحثون سبب ذلك إلى استخدام الرجل اليمنى من قبل تلاميذ مرحلة المدرسة المتأخرة لاستخدامها من قبلهم بكثرة بوصفها الرجل المسيطرة في اللعب وممارسة الأنشطة المختلفة سواء داخل درس التربية الرياضية أم خارج درس التربية الرياضية مما أدى إلى تطور القوة المميزة بالسرعة "التي تنمو وتشكل علاقة خطية مع زيادة العمر" ، Caratty , 1979 ، (189)، وكذلك فقد تطورت المرونة بشكل أفضل لدى تلاميذ مرحلة المدرسة المتأخرة نتيجة اللعب والحركة المستمرة للألعاب المختلفة ومنها الشعبية، على الرغم من أن صفة المرونة تقل ولا سيما عند عدم التمرين. (Summers,F,C,1984,149)، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراستي (الغندور، ١٩٨٩) و(حمودات ، ١٩٩٢)، كما يتبين من الجدولين المرقمين (٣ و ٤) وجود فروق غير معنوية بين تلاميذ مرحلتى المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة وكذلك بين كل صف والصف الذي يليه وابتداء من الصف الثالث الابتدائي ويعزو الباحثون

## دراسة تتبعية لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مرحلتى .....

ذلك إلى أن المنهاج الذي يطبقه مدرس التربية الرياضية هو منهاج موحد يطبق على جميع المدارس ، وهذا المنهاج لم يهتم بهويات ورغبات التلاميذ في ممارسة الأنشطة والألعاب الرياضية التي يميلون إليها ، مما يؤدي إلى الشعور بالقلق والإحباط ويعكس أثار سلبية ولاسيما في مرحلتى المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة ، عليه تعد المدرسة من الوسائل الفعالة والتي تقع عليها مسؤولية تمتع تلاميذ ذو القدرات البدنية والحركية وان تعزز المدارس بالإمكانات والأدوات ، لتسهيل عملية نمو التلاميذ وتطور قدراتهم البدنية والحركية ، ومن واجب المدرسة أن تتعاون مع كل قوى وإمكانات المجتمع لخلق جيل قوي يسهم في بناء المجتمع وتقدمه ، فعلى المسؤولين مراعاة الأسس الضرورية لنجاح برامج التربية الرياضية المدرسية ومن إحدى هذه الأسس هو تطوير القدرات البدنية والحركية مع حث التلاميذ على ممارستها بصورة مستمرة ، واعتبار الاختبارات عملية تقويم بالوقت نفسه.(عبد الرحمن، ١٩٧٧، ٣٦٤-٣٦٦) وهذه النتائج لا تتفق مع نتائج دراستي (الغندور، ١٩٨٩) و(حمودات ، ١٩٩٢).

### ٥- الاستنتاجات والتوصيات:

#### ٥-١-١-٥ الاستنتاجات:

٥-١-١-٥ تطور تلاميذ مرحلة المدرسة المتأخرة عن تلاميذ مرحلة المدرسة المبكرة في اختبار الحجل على الرجل اليمنى لمسافة (١٠)م والخاص بالقوة المميزة بالسرعة واختبار ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس الطويل والخاص بالمرونة .

٥-١-٢-٥ لا يوجد تطور ببقية القدرات البدنية والحركية (السرعة الانتقالية ، والقوة المميزة بالسرعة للرجل اليسرى ، والرشاقة ، والتوافق) بين تلاميذ مرحلتى المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة .

٥-١-٣-٥ لا يوجد تطور بجميع القدرات البدنية والحركية (قيد الدراسة) بين الصفوف الثالث والرابع والخامس والسادس الابتدائي أي بين كل صف والصف الذي يليه وابتداء من الصف الثالث الابتدائي .

#### ٥-٢-٥ التوصيات:

٥-٢-١-٥ ضرورة الاهتمام بدرس التربية الرياضية في المدارس الابتدائية من اجل تطوير مختلف القدرات البدنية والحركية للتلاميذ .

٥-٢-٢-٥ إجراء دراسة تتبعية على المدارس الابتدائية مع الأخذ بنظر الاعتبار متغيرات (الجنس ، والقدرات البدنية والحركية التي لم تدرس في البحث الحالي) .

٥-٢-٣-٥ إجراء دراسات تتبعية على تلاميذ المراحل الدراسية المختلفة .

#### المصادر العربية والأجنبية:

- إبراهيم ، مروان عبد المجيد (٢٠٠١) : الأسس العلمية والطرق الإحصائية لاختبار والقياس في التربية الرياضية ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان .
- باهي ، مصطفى حسين(١٩٩٩) : الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية ، ط ١ ، مركز الكتاب والنشر ، القاهرة .
- بلوم ، بنيامين وآخرون (١٩٨٣) : تقييم تعليم الطالب التجميعي والتكويني (ترجمة) محمد أمين المغني وآخرون ، دار ماكروهي ، القاهرة .
- التكريتي ، وديع ياسين ، محمد علي ، ياسين طه (١٩٨٦) : الإعداد البدني للنساء ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، الموصل .
- حسانيين ، محمد صبحي(١٩٨٧) : التقويم والقياس في التربية البدنية ، ج ٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

- الحكيم ، علي سلوم جواد (٢٠٠٤) : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، دار الطيف للطباعة ، بغداد .
- حمودات ، مكي محمد (١٩٩٢) : بعض المؤشرات الموضوعية لتطوير النمو الجسمي والبدني لتلاميذ المدارس الابتدائية للبنين لمركز محافظة نينوى للأعمار (٦-١٢) سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد .
- الحيارى ، حسن ، وآخرون (١٩٨٧) : مفهوم اللياقة البدنية وأبعادها المختلفة ، ط ١ ، دار الأمل للنشر والتوزيع ، اربد .
- الخولي ، أمين أنور ، وراتب ، أسامة كامل (١٩٨٢) : التربية الحركية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- راتب ، أسامة كامل (١٩٩٤) : النمو الحركي ((الطفولة والمراهقة)) ، ط ٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- شاكر ، نبيل محمود (٢٠٠٥) : علم الحركة التطور والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم ، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى .
- شلش ، نجاح مهدي ، ومحمود ، أكرم محمد صبحي (١٩٩٤) : التعلم الحركي، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة البصرة ، البصرة .
- الظاهر ، زكريا محمد وآخرون (٢٠٠٢) : مبادئ القياس والتقييم في التربية ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر ، عمان .
- عبد الجبار ، قيس ناجي، وبسطويسي ، احمد بسطويسي (١٩٨٧) : الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد .
- عبد الرحمن ، سهام عفة (١٩٧٧):التدريب الميداني للتربية الرياضية، ط١، دار المعارف، القاهرة.
- الغندور ، ليلي حبيب احمد (١٩٩١) : اللياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة البحرين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد .
- محجوب ، وجيه (١٩٨٩) : علم الحركة ، التعلم الحركي ، ط ٢ ، ج ١ ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، الموصل .
- مردان ، نجم الدين علي (١٩٧٢) : رياض الأطفال في الجمهورية العراقية تطورها ومشكلاتها وأسساها التربوية والنفسية ، مطبعة الزهراء ، بغداد .
- Salva S, & others (1984) : long term effects of a conceptual physical education program , Research quarterly For exercise and sport vol,55 No,20.
- Caratty B, (1979) : perceptual and motor development in infants and children 2end , Ed , prentice – hall inc , New Jersey ,
- Stone , E , J ,(1985) : School-based health research funded by the national health , LUNG , And blood institute , Journal of school health , Vol 55 , No , 1 .
- Summers , F,C (1984) : A study to develop and motor performance survey of three and four years old children , research quarterly for exercise

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة الموصل  
كلية التربية الرياضية

الملحق رقم (١)

استبيان آراء السادة المختصين لتحديد بعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ المدرسة الابتدائية (مرحلتى  
المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة)

الأستاذ الفاضل ----- المحترم

تحية طيبة :

يروم الباحث القيام بأجراء البحث الموسوم (دراسة تتبعية لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مرحلتى  
المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة) على عينة من تلاميذ المدرسة الابتدائية في محافظة نينوى ، ونظرا لما تتمتعون به  
من خبرة ودراية في هذا مجال التعلم الحركي والقياس والتفويم ، لذا يرجى من سيادتكم تحديد أهم القدرات البدنية  
والحركية .

مع فائق الشكر والتقدير

الباحثون

المرفقات :

- استمارة تحديد بعض القدرات البدنية والحركية .

الاسم الثلاثي :

اللقب العلمي :

تأريخ الحصول على اللقب العلمي :

مكان العمل :

التوقيع :

استمارة تحديد بعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ المدرسة الابتدائية  
(مرحلتى المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة)

ت	القدرات البدنية والحركية	موافق	غير موافق	الملاحظات
١	القوة : - القوة القصوى - القوة الانفجارية للرجلين - القوة الانفجارية للذراعين - القوة المميزة بالسرعة للرجلين			
٢	السرعة : - السرعة الحركية - السرعة الانتقالية - سرعة الاستجابة			
٣	المطاولة : - مطاولة السرعة - مطاولة القوة			

دراسة تتبعية لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مرحلتى .....

			- مطاولة الجهازين الدوري والتنفسي	
			المرونة : - مرونة العمود الفقري - مرونة الأكتاف - مرونة الرجلين	٤
			الرشاقة	٥
			الدقة	٦
			التوافق	٧
			التوازن	٨
			أي قدرة بدنية وحركية أخرى	٩

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة الموصل  
كلية التربية الرياضية

الملحق (٢)

استبيان آراء السادة المختصين لتحديد الاختبارات لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ المدرسة الابتدائية  
(مرحلتى المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة)

الأستاذ الفاضل ----- المحترم

تحية طيبة :

يروم الباحثون القيام بأجراء البحث الموسوم (دراسة تتبعية لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مرحلتى  
المدرسة المبكرة والمدرسة المتأخرة) على عينة من تلاميذ المدرسة الابتدائية في محافظة نينوى ، ونظرا لما تتمتعون به  
من خبرة ودراية في هذا المجال ، لذا يرجى من سيادتكم تحديد أهم الاختبارات للقدرات البدنية والحركية ..  
مع فائق الشكر والتقدير

المرفقات :

- استمارة تحديد اختبارات القدرات البدنية والحركية .

الاسم الثلاثي :

اللقب العلمي :

تأريخ الحصول على اللقب العلمي :

مكان العمل :

التوقيع :

الباحثون

**دراسة تتبعية لبعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ مرهلتى .....**

**استمارة تحديد اختبارات القدرات البدنية والحركية**

الملاحظات	الاختبارات	القدرات البدنية والحركية	ت
	- ثلاث حجلات لأكبر مسافة ممكنة كل رجل على حدة - الحجل ١٠ خطوات على الرجل (كل رجل على حدة) - الركض بالقفز لمسافة عشر خطوات (الزمن والمسافة)	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	١
	- ركض (٣٠) متر من البداية العالية - ركض (٢٠) متر من الوقوف	السرعة الانتقالية	٢
	- الجري المكوكي ( ٩ × ٤ ) متر - اختبار بارو ( ٤,٥ × ٣ ) متر - الجري المتعرج ذهابا وإيابا بين (٥) شواخص	الرشاقة	٣
	- ثني الجذع إلى الأمام من وضع الجلوس الطويل - ثني الجذع من الوقوف أمام - أسفل على المنصة	مرونة العمود الفقري	٤
	- اختبار الدوائر المرقمة	التوافق	٥
		أي اختبار آخر للقدرات البدنية أو الحركية ترونه مناسباً، ولم يتم ذكره	٦

ملاحظة :-

- يرجى اختيار اختبار واحد لكل قدرة بدنية أو حركية .