

## "فاعلية برنامج تربية حركية على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية وخفض فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) لدى الأطفال سن (٧ سنوات)"

\* أ. د/ هاني الدسوقي إبراهيم

\*\* أ.م. د/ منتصر سعدي أحمد

\*\*\* باحث/ حساني محمد خير أحمد

### مقدمة ومشكلة البحث:

تعد السنوات الأولى من حياة الطفل من أهم مراحل حياته، ففي هذه المرحلة تغرس البذور الأولى للشخصية، وتتشكل العادات والاتجاهات وتنمو قدرات الطفل، كما أنها الفترة الحيوية لنمو الحركات الأساسية، إذ يحدث فيها تغيرات ملحوظة في كيفية أداءه للحركات الأساسية، وفي هذا السياق تعد مناهج التربية الرياضية بأنشطتها التي تتميز بالحركة جزءاً مهماً في حياة الطفل في مختلف أنحاء العالم، فهي تقوم بدرجة كبيرة على الاستغلال الأمثل للتعطش الغريزي للحركة والنشاط من خلال اشتراكه في اللعب الموجه (٣٢ : ٤٣) .

أشارت "خولة أحمد" (٢٠٠٨ م) أن الخصائص السلوكية المصاحبة لفرط الحركة وتشتت الانتباه تشمل عدم الصبر وتغير الحالة المزاجية وعدم القدرة على تحمل المواقف المحيطة، والإلحاح، والعناد، وضعف الثقة بالنفس، وتدني مفهوم الذات، عدم القدرة على تحمل المسؤولية، وتختلف حدة هذه الخصائص السلوكية باختلاف العمر الزمني والبيئة التي يعيش فيها الطفل، كما توجد مجموعة من الخصائص الاجتماعية غير مرغوب فيها مثل عدم الالتزام بالتقاليد والنظم المعمول بها، وعدم الثبات الانفعالي (١٣ : ٤٩) .

وكما أشار "سالي إبراهيم"، "حسين محمد" (٢٠٢٢ م) أن اضطراب تشتت الانتباه المصحوب بنشاط حركي زائد يؤدي إلى ظهور مشكلات الأطفال منها صعوبة اكتساب الخبرات للمهارات الأساسية وانخفاض أدائهم للقيام ببعض الوظائف المطلوبة سواء في البيت أو في المدرسة، والقيام ببعض السلوكيات غير المقبولة اجتماعياً. (١٨ : ٦٦)

ويشير "حسن عبد السلام" و"نجلاء فتحي" (٢٠١٣ م) التربية الحركية من أفضل الأساليب التعليمية التي تستهدف تعليم الأفراد وتدريبهم في المراحل التعليمية المختلفة وخصوصاً مرحلة ما قبل المدرسة، ويتمشى أسلوب التربية الحركية مع مراحل التطور الحركي والنمو الجسماني التي يمر بها الطفل أثناء تعلمه وإتقانه للحركات المختلفة بهدف مراعاة قدرات الطفل وإمكاناته الجسمانية والحركية

\* أستاذ ورئيس قسم المناهج وتدريب التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة جنوب الوادي.

\*\* أستاذ المناهج وتدريب التربية الرياضية المساعد بكلية التربية الرياضية جامعة جنوب الوادي.

\*\*\* باحث بقسم المناهج وتدريب التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة جنوب الوادي.

، إضافة لقدراته العقلية . ( ١٢ : ٥ )

وترى "إيمان الياس" (٢٠٠٥م) أن الأنشطة الحركية التي يهتم بها درس التربية الرياضية في المرحلة الابتدائية هي الأكثر شيوعاً وممارسة من قبل الأطفال داخل الدرس وخارجه ، وتسهم بدور كبير في تطوير المهارات الحركية الأساسية، لأنها تعد دعامة أساسية للممارسة الحركية في النشاط الرياضي التخصصي في المراحل التالية للطفولة، وتقود إلى أداء مهارات أفضل في حياة الطفل المستقبلية وتكسب التلميذ بعض القيم الخلقية والتربوية التي يصعب اكتسابها داخل قاعات الدراسة مثل قيم الصدق ، والأمانة ، والثقة بالنفس ، واحترام الآخر، والولاء ، والعدل، وغيرها من القيم التي تحقق النمو السليم لشخصية التلميذ. (٧ : ٤،٥)

وتنقسم المهارات الحركية الأساسية إلى ثلاثة فئات هي المهارات الانتقالية ( جري ، مشي ، وثب ، حبل ، تزلج ) ، والمهارات غير انتقالية ( ثني ، مد ، مرجحة ، الارتعاش ، الدفع ، الشد ، الدوران والاهتزاز ) ومهارات المعالجة والتناول (الرمي،الضرب،الركل،الالتقاط،الاستلام،والمسك ).، "حسن عبده" (٢٠١١م) (١١ : ٩٠) ، "حسن عبد السلام" (٢٠١٣م) (١٢ : ٥) .

وفي حدود ما اطلع عليه الباحثون من الدراسات المرجعية والمرتبطة والأدبيات العلمية والدوريات المتخصصة في مجال التربية الرياضية مثل دراسة ودراسة "يسرا عدلي" (٢٠٢٠) (٣٣)، ودراسة "هاني الدسوقي" ، "رحاب عمر" (٢٠٢١م) (٣١) ، ودراسة "محمد كريبع" (٢٠٢١م) (٢٩)، ودراسة "مدحت علي" (٢٠٢٢م) (٣٠) .

والتي أظهرت نتائج تلك الدراسات فاعلية استخدام التربية الحركية بأنشطتها المختلفة في تنمية المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال من سن (٧) سنوات، كما لم يجد الباحث أي من الدراسات التي تناولت أثر برنامج تربية حركية على تنمية المهارات الحركية الأساسية وخفض فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) لدى الأطفال من سن (٧) سنوات ومما كان دافعا لمحاولة اجراء هذه الدراسة.

ومن خلال عمل الباحث كمعلم تربية رياضية بمرحلة التعليم الأساسي وكذلك العمل كإخصائي حركي بمركز إعداد وتأهيل ذوي الاحتياجات الخاصة والاحتكاك المباشر مع فئة الأطفال ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHA) وجد أن التربية الحركية وما تحتويه من أنشطة حركية سواء باستخدام الألعاب الصغيرة أو غيرها من الأنشطة المتعددة متنفسا لتفريغ الطاقة الزائدة لدى هؤلاء الأطفال بما تتمتع به تلك الأنشطة من المتعة والترفيه عن النفس ومجال جيد لتعديل السلوك الحركي لديهم .

هدف البحث :

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تربية حركية ومعرفة تأثيره على :

١- تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) من سن (٧) سنوات .

٢- خفض أعراض اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) .

فروض البحث :

١. توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تنمية المهارات الحركية الأساسية لصالح القياس البعدي .

٢. توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في خفض أعراض فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) لصالح القياس البعدي.

مصطلحات البحث :

التربية الحركية :

هي شكل من أشكال التربية البدنية للأطفال لتعلم الحركات الأساسية ، واكتساب اللياقة البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعية لاستثارة قدراتهم المعرفية والحركية واستخدام أسلوب الاستكشاف الفردي في حدود امكانياتهم وقدراتهم ( ٢ : ٢٦ )

فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD): Attention Deficit Hyperactivity Disorder

هو نشاط جسمي حركي حاد ، ومستمر وطويل المدى لدى الطفل ، بحيث لا يستطيع التحكم بحركات جسمه ، بل ويقضي أغلب وقته في الحركة المستمرة ، وغالبا ما تكون هذه الظاهرة مصاحبة لحالات اصابات الدماغ ، أو لأسباب نفسية ، ويظهر هذا السلوك غالبا في سن الرابعة وحتى سن ما بين (١٤-١٥) سنة (١٣ : ١٥٦)

خطة واجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بالاستعانة بالتصميم التجريبي لمجموعة واحد تجريبية والذي يعتمد على المقارنة بين القياسين القبلي والبعدي وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

ثانياً: مجتمع البحث :

اشتمل مجتمع البحث على الأطفال المقيدين بالصف الثاني الابتدائي بمدرسة المفرجية الابتدائية المشتركة التابعة لإدارة قوص التعليمية للعام الدراسي (٢٠٢٢م - ٢٠٢٣م) والتي يبلغ عددهم (١٩٧) طالباً .

## ثالثا: عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لعدد (١٢) طفل من المصابين بفرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) بنسبة بلغت ( ٦.٠٩% ) كمجموعة تجريبية واحدة، كما تم اختيار عدد (١٢) اطفال بنسبة بلغت ( ٦.٠٩% ) من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم.

## شروط اختيار العينة :

- ١- أن يكونوا من تلاميذ المدرسة والمقيدين بالعام الدراسي (٢٠٢٢م - ٢٠٢٣م)
- ٢- أن يكون لديه فرط حركة وتشتت الانتباه .
- ٣- موافقة ولي الأمر على تطبيق البحث .
- ٤- عدم خضوع عينة البحث لأي برامج تربية حركية أو علاج دوائي .
- ٥- العمر الزمني (٧) سنوات .

## رابعا: ضبط المتغيرات لعينة البحث :

## ١- اعتدالية العينة في متغيرات البحث:

قام الباحث بإجراء التوصيف الإحصائي لعينة البحث في معدلات النمو(السن - الطول - الوزن) وكذلك في اختبارات المهارات الحركية الأساسية وفرط الحركة وتشتت الانتباه قيد البحث بهدف التأكد من اعتدالية عينة البحث في تلك المتغيرات ، وجدول ( ١ ) ، (٢) ، (٣) يوضح ذلك .

جدول (١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح في متغيرات

(السن، الطول، الوزن) للعينة قيد البحث (ن=١٢)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح	الدلالة
١	السن	شهر	٨٨.٩١	٥.١٧	٠.٠٩٥	١.٢٥-	غير دالة
٢	الطول	سم	١٢٢.٩١	٤.٢٠	٠.٠٥٦-	١.٦٧-	غير دالة
٣	الوزن	كجم	٢٥.٠٠	٢.٧٣	١.٠٦	٠.٠٢٤-	غير دالة

ضعف الخطأ المعياري للالتواء = ١.٢٧ ضعف الخطأ المعياري للتفطح = ٢.٤٦

يتضح من نتائج جدول (١) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (٠.٠٥٦ : ١.٠٦) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل الالتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفطح ما بين (٠.٠٢٤ : ١.٦٧-) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل التفطح، مما يشير إلى اعتدالية توزيع العينة في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح في اختبارات المهارات الحركية الأساسية للعينة قيد البحث (ن=١٢)

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح	الدلالة
١	العدو ٣٠ من البدء العالي	ث	٧.٧٥	٠.٩٦	٠.١٣-	٠.٧٧-	غير دال
٢	اختبار الوثب العريض من الثبات	سم	٩٢.٥٠	٨.٦٦	٠.٦٩-	٠.٦٠-	غير دال
٣	اختبار رمي كرة طبية اكجم	سم	١٧٢.٠٨	٥.٠٤	٠.٢٦-	١.٠٤-	غير دال
٤	اختبار لقف الكرة	درجة	١.١٠	٠.١٢	٠.٥٠	١.٥٤-	غير دال

ضعف الخطأ المعياري للالتواء=١.٢٧ ضعف الخطأ المعياري التفطح=٢.٤٦

يتضح من نتائج جدول (٢) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (٠.٦٩ : ٠.٥٠) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل الالتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفطح ما بين (١.٥٤ : ٠.٦٠) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل التفطح، مما يشير إلى اعتدالية توزيع العينة في اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث.

اختبار فرط الحركة ونقص الانتباه

جدول (٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح في اختبار فرط الحركة ونقص الانتباه للعينة قيد البحث (ن=١٢)

م	الاختبارات البدنية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح	الدلالة
١	فرط الحركة	درجة	١١.٠٨	١.٨٤	٠.٤٤	٠.٥٢	غير دال
٢	نقص الانتباه	درجة	١٢.٥٠	٢.٨٧	٠.١٩-	٠.٧٢-	غير دال
٣	الاندفاعية	درجة	٩.٠٠	٢.٧٩	٠.٥٦	١.١٢-	غير دال
٤	المجموع	درجة	٣١.٨٣	٣.٦٠	١.٢٢-	١.٥٠	غير دال

ضعف الخطأ المعياري للالتواء=١.٢٧ ضعف الخطأ المعياري التفطح=٢.٤٦

يتضح من نتائج جدول (٣) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (١.٢٢ : ٠.٥٦) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل الالتواء، كما تراوحت قيمة معامل التفطح ما بين (١.١٢ : ١.٥٠) وهي أقل من ضعف الخطأ المعياري لمعامل التفطح، مما يشير إلى اعتدالية توزيع العينة في اختبارات فرط الحركة ونقص الانتباه قيد البحث.

## خامسا: وسائل وأدوات جمع البيانات :

## ١- الأجهزة والأدوات:

جهاز الرستاميتير - ساعة إيقاف- شريط قياس- أقماع بلاستيك - عصي - أعلام صغيرة - مقعد سويدي - أطوق - كرات طبية - صافرة - أحبال .

## ٢ - اختبارات المهارات الحركية الأساسية :

## أ - تحديد المهارات الحركية الأساسية: ملحق (٢)

قام الباحث بتحليل المراجع والدراسات المرتبطة التي تناولت المهارات الحركية الأساسية مثل دراسة (١٢)(١٤)(١٥) للتعرف على هذه المهارات وحصرها، وقد وجد الباحث تباين شديد في آراء الخبراء من حيث عدد هذه المهارات ومسمياتها ، واستناداً إلى ما توصل إليه فقد حصر الباحث هذه المهارات في عدد (٢٣) مهارة وقام بوضعها في استمارة لاستطلاع رأي خبراء المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية وعددهم (٩) خبراء ملحق (١) للتعرف على المهارات الحركية الأساسية الأكثر ارتباطاً بالمرحلة السنوية قيد البحث ملحق (٢) ، وجدول (٤) يوضح ذلك .

## جدول (٤) النسبة المئوية لآراء الخبراء في المهارات الحركية الأساسية المرتبطة

## بالمرحلة السنوية قيد البحث (ن = ٩)

م	المهارات	التكرار	النسبة المئوية	م	المهارات	التكرار	النسبة المئوية
١	الجري	٩	% ١٠٠	١٣	التنطيط	٦	% ٦٦.٦٦
٢	الوثب	٩	% ١٠٠	١٤	الدحرجة	٣	% ٣٣.٣٣
٣	الرمي	٨	% ٨٨.٨٨	١٥	اللف	١	% ١١.١١
٤	المشي	٤	% ٤٤.٤٤	١٦	الثني	٢	% ٢٢.٢٢
٥	الحجل	٥	% ٥٥.٥٥	١٧	المد	١	% ١١.١١
٦	الركل	٤	% ٤٤.٤٤	١٨	السحب	١	% ١١.١١
٧	الدوران	٢	% ٢٢.٢٢	١٩	المرجحة	١	% ١١.١١
٨	المسك	٨	% ٨٨.٨٨	٢٠	الحمل	٢	% ٢٢.٢٢
٩	التوازن الثابت	٧	% ٧٧.٧٧	٢١	الحيو	٠	% ٠
١٠	التوازن المتحرك	٧	% ٧٧.٧٧	٢٢	التسلق	٣	% ٣٣.٣٣
١١	الضرب	١	% ١١.١١	٢٣	القفز	٤	% ٤٤.٤٤
١٢	الدفع	٢	% ٢٢.٢٢				

يتضح من جدول (٤) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء في المهارات الحركية الأساسية الأكثر ارتباطاً بالمرحلة السنية قد تراوحت ما بين (٠% : ١٠٠%)، وقد ارتضى الباحث بالنسبة المئوية التي حصلت على (٧٠%) فأكثر، وبذلك توصل الباحث إلى المهارات الحركية الأساسية التالية:

- المهارات الحركية الأساسية الانتقالية (- الجري - الوثب).
- المهارات الحركية الأساسية الغير انتقالية (التوازن الثابت - التوازن المتحرك).
- مهارات المعالجة والتناول (اللقف - الرمي).

#### ب- تحديد اختبارات المهارات الحركية الأساسية: ملحق (٣)

بعد تحديد المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بالمرحلة السنية قيد البحث، قام الباحث بالاطلاع على المراجع العلمية والدراسات المرتبطة مثل دراسة (٢٠)(٢٥)(٢٨) بهدف الوقوف على الاختبارات التي تقيس المهارات الحركية الأساسية قيد البحث، وتم وضعها في استمارة لاستطلاع رأي خبراء المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية وعددهم (٩) خبراء لتحديد أكثر تلك الاختبارات ملائمة ملحق (٣)، وجدول (٥) يوضح ذلك .

#### جدول (٥) النسبة المئوية لآراء الخبراء في الاختبارات المقترحة

لقياس المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بالمرحلة السنية قيد البحث (ن = ٩)

م	اسم المهارة	الاختبارات	التكرار	النسبة المئوية
١	الجري	اختبار ٣٠ متر عدو.	٨	٨٨.٨٨
		اختبار الجري المكوكي.	٣	٣٣.٣٣
		اختبار الجري في المكان ١٠ ث.	٤	٤٤.٤٤
٢	الوثب	اختبار مهارة الوثب الطويل للأمام.	٣	٣٣.٣٣
		اختبار الوثب العمودي .	٢	٢٢.٢٢
		اختبار الوثب العريض من الثبات .	٧	٧٧.٧٧
٣	الرمي	اختبار رمي كرة الهوكي لأبعد مسافة.	٥	٥٥.٥٥
		اختبار رمي كرة طبية ١ كجم لمسافة.	٨	٨٨.٨٨
		اختبار رمي كرة سلة على الحائط.	٤	٤٤.٤٤
٤	اللقف والاستلام	لقف الكرة من الزميل المقابل .	٩	١٠٠
		رمي كرة لأعلى ثم لقفها .	٥	٥٥.٥٥
		لقف الكرة المرتدة من الحائط .	٣	٣٣.٣٣

يتضح من جدول (٥) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في اختبارات المهارات الحركية الأساسية الأكثر ارتباطاً بالمرحلة السنية قيد البحث قد تراوحت ما بين (٠% : ١٠٠%)، وقد ارتضى الباحث بالنسبة

المئوية التي حصلت على (٧٠%) فأكثر، وبذلك توصل الباحث إلى اختبارات المهارات الحركية الأساسية المناسبة للبحث ملحق (٤) ، وجدول (٦) يوضح ذلك.

### جدول (٦) اختبارات المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بالمرحلة السنوية قيد البحث

م	اسم المهارة	الاختبارات
١	الجري	اختبار ٣٠ متر عدو.
٢	الوثب	اختبار الوثب العريض من الثبات .
٣	الرمي	اختبار رمي كرة طبية ١ كجم لمسافة.
٤	اللقف والاستلام	لقف الكرة من الزميل المقابل .

٣- مقياس فرط الحركة وتشتت الانتباه: إعداد دكتور عبد الرقيب احمد البحيري (٢٠١٤م) (٢٢)

يهدف اختبار اضطراب نقص الانتباه ، مفرط الحركة ADHD إلى فرز التلاميذ المصابين بفرط الحركة وتشتت الانتباه، ويتكون هذا المقياس من ثلاث محاور وهي :

فرط الحركة : ويشتمل على (١٢) عبارة

الاندفاعية : ويشتمل على (١٠) عبارات

نقص الانتباه: ويشتمل على (١٢) عبارة

٤- استمارة تسجيل البيانات : ملحق (٦)

قام الباحث بإعداد استمارة لتسجيل بيانات اختبارات المهارات الحركية الأساسية وفرط الحركة وتشتت الانتباه قيد البحث، حيث اشتملت على (بيانات التلاميذ - نتائج الاختبارات) .

خامساً : المعاملات العلمية للاختبارات (قيد البحث):

(أ) صدق التمايز:

استعان الباحث بصدق التمايز باستخدام المقارنة الطرفية في الاختبارات قيد البحث قام بتطبيقه على عينة قوامها (١٢) تلاميذ من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية ولها نفس المواصفات، وتم ترتيب درجاتهم ترتيباً تنازلياً واختيار الربيع الأعلى والربيع الأدنى وإجراء اختبار(ت) لدلالة الفرق بين الربيعين، وطبقت الاختبارات يوم الأحد ١٢ / ٢ / ٢٠٢٣ م وجدول (٧) يوضح ذلك.



جدول (٧) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة للمجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات قيد البحث (ن = ٦)

قيمة (ت) المحسوبة	الربع الاعلى ن=٣		الربع الادنى ن=٣		المتغيرات
	ع ٢	م ٢	ع ١	م ١	
* ١٢.٨١	١.٠٥	٨.٣٦	١.٤٠	٧.١٣	العدو ٣٠م من البدء العالي
* ١٤.٠٠	٣.٧١	٩٢.٥٠	٢.٥٥	٨٦.٩٩	اختبار الوثب العريض من الثبات
١٨.٠٨	٤.٨٩	١٧٩.٤٧	٥.٧٤	١٦٦.٣٥	اختبار رمي كرة طبية اجم
١٠.٩٦	٠.٣٣	١.١٨	٠.٢٤	١.٠٢	اختبار لقف الكرة
١٣.٥٠	٠.٧٥	١٢.٨٨	٠.٤٧	٩.٢٧	فرط الحركة
٨.٨٨	٠.٨٢	١٥.٥٩	٠.٥٧	٩.٤٠	نقص الانتباه
١١.١٥٠	٠.٤٤	١٠.٧٧	٠.٢٩	٧.٢٢	الاندفاعية
١٩.٦٧	٢.٠٢	٣٥.٣٩	١.٨٥	٢٨.٢٧	المجموع

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٠٥ \* دال

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين الربع الاعلى والادنى في جميع درجات الاختبارات قيد البحث لصالح الربع الاعلى حيث تراوحت قيم (ت) المحسوبة للاختبارات ما بين (٨.٨٨ : ١٩.٦٧) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يدل على صدق الاختبارات المستخدمة قيد البحث.

(ب) ثبات الاختبارات:

لإيجاد معامل الثبات استخدمت الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعادة التطبيق على عينة قوامها (١٢) تلميذ وهم السابق استخدامهم في إيجاد الصدق وبفارق زمني أسبوع وذلك يوم الأحد الموافق ١٩ / ٢ / ٢٠٢٣ م، وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨) معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني في اختبارات المهارات الحركية واختبار فرط الحركة ونقص الانتباه الأساسية قيد البحث (ن=١٢)

المتغيرات	٢ ط		١ ط		قيمة ( ر ) المحسوبة
	٢ ع	٢ م	١ ع	١ م	
العدو ٣٠ من البدء العالي	١.٤٢	٨.٠٥	١.٢١	٨.٣٣	*٠.٩٩٧
اختبار الوثب العريض من الثبات	٧.٦٨	٩٢.٨٤	٦.٣٢	٩١.٦٦	*٠.٩٩٣
اختبار رمي كرة طبية اكجم	٩.٢٥	١٧٣.٨٣	٩.٦٩	١٧١.٦٦	*٠.٩٩١
اختبار لقف الكرة	٠.٤٩	١.٥٠	٠.٤٨	١.٣٨	*٠.٩٦٤
فرط الحركة	٢.٨١	١١.٠١	٢.٥٨	١٠.٦٦	*٠.٩٨٦
نقص الانتباه	٢.٨٥	١٤.٠٠	٢.٣٥	١٣.٥٠	*٠.٩٩٨
الاندفاعية	٢.٣١	١٠.١٦	٢.٢٥	٩.٨٣	*٠.٩٩٨
المجموع	٢.٧٣	٣٤.٦٦	٢.٨٩	٣٤.٠٠	*٠.٩٦٠

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٦٢ \* دال

يتضح من جدول (٨) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق في جميع الاختبارات قيد البحث، حيث تراوحت قيمة "ر" المحسوبة للاختبارات ما بين (٠.٩٦٠ : ٠.٩٩٨) وهي أكبر من قيمة "ر" الجدولية، مما يعطي دلالة مباشرة على ثبات الاختبار.

#### خامساً : البرنامج باستخدام الألعاب التعاونية : ملحق (١٠)

قام الباحث بوضع برنامج تربية حركية لتنمية المهارات الحركية الأساسية وخفض فرط الحركة وتشتت الانتباه لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي (قيد البحث) وفقاً للأسس العلمية وذلك بعد الاطلاع على بعض المراجع العملية والدراسات السابقة مثل دراسة (١١)(٢٠)(٣١)(٣٣) في مجال التربية الحركية والتعلم الحركي وطرق التدريس والتي تتضمن مجموعة من البرامج التعليمية التي تحتوي على التمرينات والألعاب التعاونية التي تنمي المهارات الحركية الأساسية قيد البحث، حرص الباحث عند تصميم البرنامج على ما يلي:

#### ١- الهدف العام للبرنامج:

تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية (- الجري - الوثب - الرمي - اللقف) وخفض أعراض فرط الحركة وتشتت الانتباه لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي.

#### ٢- أسس وضع البرنامج:

قام الباحث بإتباع بعض الأسس عند إعداد برنامج التربية الحركية كما يلي:

- أن يقوم البرنامج على تحقيق الهدف الموضوع من أجله.
- أن تتمشي محتوياته مع خصائص وقدرات التلاميذ عينة البحث.
- تدرج الألعاب التعاونية المستخدمة به من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
- يراعي فترات الراحة البينية بين الألعاب التعاونية المستخدمة بما يتناسب مع التلاميذ عينة البحث.
- يتيح الفرصة للمشاركة والممارسة لكل تلميذ في آن واحد.
- يتميز بالتنوع حتى لا يصاب المتعلم بالملل دون خلل بالبرنامج .
- يراعي تقديم تعليمات وإرشادات ومعلومات معرفية توضح النواحي الفنية الصحيحة لكل لعبة لتلاشي الأخطاء وتصحيحها.
- يراعي عوامل الأمن والسلامة عند التطبيق.
- يتميز بالسهولة والمرونة أثناء التطبيق .

### ٣- محتوى البرنامج:

راعى الباحث عند وضع محتويات البرنامج أن تكون على شكل وحدات متكاملة ومشملة على الألعاب التعاونية التي يتصل بعضها البعض، بما يتناسب مع المرحلة السنية للطفل وقدراته البدنية والعقلية، لذا قام الباحث من خلال الاطلاع على بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة مثل دراسة (١)(٣)(٤)(١٠)(١١)(١٩)(٢٠) بحصر مجموعة من الألعاب التعاونية المرتبطة بالمهارات الحركية الأساسية والتي اشتملت على (٧٨) لعبة تعاونية ، وتم وضعها في استمارة استطلاع رأي للسادة الخبراء ملحق(٧) ، وفقاً لميزان تقديري ثلاثي للاستجابات "مناسب" تقدر بخمس درجات ، "مناسب إلى حد ما" تقدر بثلاث درجات ، "غير مناسب" تقدر بدرجة ، بهدف التوصل إلى مدى مناسبة تلك الألعاب في تنمية المهارات الحركية الأساسية وخفض فرط الحركة وتشتت الانتباه وجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩) الدرجة المقدره والنسبة المئوية لآراء الخبراء في مدى مناسبة الالعاب  
التعاونية المستخدمة للبرنامج التعليمي قيد البحث

م	المهارات	الألعاب	مناسب	إلى حد ما	غير مناسب	الدرجة المقدره	النسبة المئوية %
١	الجرى	لعبة / سباق عمود البالونات	٧	١	١	٣٩	%٨٦.٦٦
*٢		لعبة / الطائرات النفاثة	٤	٢	٣	٢٩	%٦٤.٤٤
٣		لعبة / مطارد الدوائر	٨	١	٠	٤٣	%٩٥.٥٥
٤		لعبة / ساعدنى أجرى	٥	٣	١	٣٥	%٧٧.٧٧
*٥		لعبة / المساك الزوجى	١	٣	٥	١٩	%٤٢.٢٢
*٦		لعبة / سباق السرعة	٢	٣	٤	٢٣	%٥١.١١
*٧		لعبة / خذ مكانى	١	٢	٦	١٧	%٣٧.٧٧
*٨		لعبة / المشاغب والعسكر	٢	٢	٥	٢١	%٤٦.٦٦
٩		لعبة / سباق الطوق	٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠
١٠		لعبة / أسد الغاية	٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠
*١١		لعبة / مساك الظهر	١	٢	٦	١٧	%٣٧.٧٧
*١٢		لعبة / راقب واجرى	٢	٢	٥	٢١	%٤٦.٦٦
١٣		لعبة / كهراء الخشب	٨	١	٠	٤٣	%٩٥.٥٥
*١٤		لعبة / المساعة الطوق	١	٣	٥	١٩	%٤٢.٢٢
١٥		لعبة / مساك الدوائر	٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠
*١٦		لعبة / مساعة الكرة	١	٤	٤	٢١	%٤٦.٦٦
١٧		لعبة / تتابع القدم	٨	١	٠	٤٣	%٩٥.٥٥
*١٨		لعبة / تشابك الأيدى	٢	٣	٤	٢٣	%٥١.١١
*١٩		لعبة / الثعلب والدجاجة	١	٣	٥	١٩	%٤٢.٢٢
*٢٠		لعبة / تتابع الكرة	١	٤	٤	٢١	%٤٦.٦٦
٢١		لعبة / النجاة من الغرق	٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠
*٢٢		لعبة / التتابع العصا	١	٣	٥	١٩	%٤٢.٢٢
*٢٣		لعبة / تتابع الاطار	٢	٣	٤	٢٣	%٥١.١١
٢٤		لعبة / سباق الحصول على	٥	٣	١	٣٥	%٧٧.٧٧
*٢٥		لعبة / مساك الحبل	٢	٣	٤	٢٣	%٥١.١١
٢٦		لعبة / الزهور والريح	٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠

تابع جدول (٩) الدرجة المقدره والنسبة المئوية لآراء الخبراء في مدى مناسبة الالعاب  
التعاونية المستخدمة للبرنامج التعليمي قيد البحث

م	المهارات	الألعاب	مناسب	إلى حد ما	غير مناسب	الدرجة المقدره	النسبة المئوية %
* ٢٧		لعبة / الشريط الملون	١	٣	٥	١٩	%٤٢.٢٢
* ٢٨		إطعام الحيوانات	٠	٢	٧	١٣	%٢٨.٨٨
* ٢٩		لعبة / الجرى فى المربعات	١	٣	٥	١٩	%٤٢.٢٢
* ٣٠	الرمي	لعبة / أبعد مسافة	١	٣	٥	١٩	%٤٢.٢٢
٣١		لعبة / عدد الرميات	٧	٢	٠	٤١	%٩١.١١
٣٢		لعبة / الرمي داخل الدائرة	٧	٠	٢	٣٢	%٨٢.٢٢
٣٣		لعبة / السلة المتحركة	٨	١	٠	٤٣	%٩٥.٥٥
* ٣٤		لعبة / السلة	١	٤	٤	٢١	%٤٦.٦٦
٣٥		لعبة / الصندوق	٧	٠	٢	٣٢	%٨٢.٢٢
٣٦		لعبة / رمى كرة مركز الدائرة	٧	٠	٢	٣٢	%٨٢.٢٢
٣٧		لعبة / الكرة والحائط	٧	١	١	٣٩	%٨٦.٦٦
٣٨		لعبة / البولنج	٢	٤	٣	٢٥	%٥٥.٥٥
٣٩		لعبة / رمى الكرة على	٨	١	٠	٤٣	%٩٥.٥٥
٤٠		لعبة / صياد الارانب	٤	٤	١	٣٣	%٧٣.٣٣
* ٤١		لعبة / تغيير الأماكن	٣	٤	٢	٢٩	%٦٤.٤٤
٤٢		لعبة / المسافة بينى وبينك	٧	١	١	٣٩	%٨٦.٦٦
٤٣		لعبة / البطاطا	٧	٢	٠	٤١	%٩١.١١
٤٤		الوثب	لعبة / الثعبان فى الحشيش	٧	٠	٢	٣٢
* ٤٥	لعبة إناء وغطاء		١	٢	٦	١٧	%٣٧.٧٧
٤٦	لعبة / الوثب بالحبل		٧	٢	٠	٤١	%٩١.١١
* ٤٧	لعبة / الوثب لأعلى مكان		١	٣	٥	١٩	%٤٢.٢٢
* ٤٨	لعبة / تتابع القفز		١	٤	٤	٢١	%٤٦.٦٦
٤٩	لعبة / قفزة الضفدعة		٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠
٥٠	لعبة / أماكن محظورة		٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠
٥١	لعبة / النهر		٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠

تابع جدول (٩) الدرجة المقدره والنسبة المئوية لآراء الخبراء في مدى مناسبة الالعاب  
التعاونية المستخدمة للبرنامج التعليمي قيد البحث

م	المهارات	الألعاب	مناسب	إلى حد ما	غير مناسب	الدرجة المقدره	النسبة المئوية %
٥٢		لعبة / الدوائر الرقمية	٧	٢	٠	٤١	%٩١.١١
*٥٣		لعبة / الوثب فوق البركان	١	٣	٥	١٩	%٤٢.٢٢
٥٤		لعبة / أنشطة الوثب بالحبال	٨	١	٠	٤٣	%٩٥.٥٥
*٥٥		لعبة / طوق من	١	٤	٤	٢١	%٤٦.٦٦
٥٦		لعبة / خطوط الجير	٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠
٥٧		لعبة / الطائر في المطار	٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠
٥٨		لعبة / الكرة الدوارة	٨	١	٠	٤٣	%٩٥.٥٥
٥٩		لعبة / كرة اللقف	٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠
٦٢		لعبة / الكرة الملقوفة	٨	١	٠	٤٣	%٩٥.٥٥
٦٠	اللقف	لعبة / ارمي والقف	٩	٠	٠	٤٥	%١٠٠
٦٣	والاستلام	لعبة / رمي ولقف الكرة	٧	٢	٠	٤١	%٩١.١١
٦٤		لعبة / لعبة تدوير الكرة	٧	٢	٠	٤١	%٩١.١١

يتضح من جدول (٩) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في الألعاب التعاونية لتنمية المهارات الأساسية الحركية وخفض اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه للعينة قيد البحث تراوح ما بين (٢٨.٨٨ : ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث نسبة ٧٠% لقبول الألعاب التعاونية، وبذلك تم حذف الألعاب رقم (٢)(٥)(٦)(٧)(٨)(١١)(١٢)(١٤)(١٦)(١٨)(١٩)(٢٠)(٢٢)(٢٣)(٢٥)(٢٧)(٢٨)(٢٩)(٣٠) (٣٤)(٣٨)(٤٥)(٤٧)(٤٨)(٥٣)(٥٥) وتم استخلاص (٧٢) لعبة تعاونية ملحق (٨) على النحو التالي :

- بالنسبة لمهارة الجري أصبح عدد الألعاب التعاونية لتلك المهارة عدد (١١) لعبة.
- بالنسبة لمهارة الرمي أصبح عدد الألعاب التعاونية لتلك المهارة عدد (١١) لعبة.
- بالنسبة لمهارة الوثب أصبح عدد الألعاب التعاونية لتلك المهارة عدد (٩) ألعاب.
- بالنسبة لمهارة اللقف أصبح عدد الألعاب التعاونية لتلك المهارة عدد (٦) ألعاب.

#### ٤- التوزيع الزمني للبرنامج :

من خلال إطلاع الباحث على دليل معلم المرحلة الابتدائية بالإضافة إلى بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة في بناء البرامج التعليمية للمهارات الحركية الأساسية مثل دراسة (١٥)(٢٠) (٢٧)

قام الباحث بوضع ما توصل إليه في استمارة استطلاع رأي للسادة الخبراء ملحق (٩) بهدف التوصل إلى التوزيع الزمني للبرنامج ، وجدول (١٠) يوضح ذلك.

### جدول (١٠) التكرار والنسبة المئوية للتوزيع الزمني للبرنامج التعليمي (ن=٩)

م	المحتوي	رأي الخبراء	
		التكرار	النسبة المئوية
١	مدة تطبيق البرنامج التعليمي	٦ أسابيع	٢٢.٢٢ %
		٨ أسابيع	٧٧.٧٧ %
		١٢ أسابيع	٠
٢	عدد الدروس في الأسبوع	درس	٢٢.٢٢ %
		درسين	٦٦.٦٦ %
		ثلاثة دروس	١١.١١ %
٣	زمن الدروس	٤٥ دقيقة	٢٢.٢٢ %
		٦٠ دقيقة	٧٧.٧٧ %
		٩٠ دقيقة	٠

يتضح من جدول (١٠) أن التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي وفقاً لآراء الخبراء جاء على النحو التالي:

- مدة تطبيق البرنامج التعليمي هي (٨) أسابيع.
  - يشتمل البرنامج على (١٦) درس، بواقع درسين أسبوعياً.
  - يكون زمن الدرس (٦٠) دقيقة.
- وقد ارتضى الباحث نسبة ٦٥% فأكثر لاتفاق آراء الخبراء وبالتالي يصبح الزمن الكلي للبرنامج (٧٢٠) دقيقة.

ومن خلال إطلاع الباحث على دليل معلم المرحلة الابتدائية بالإضافة إلى بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة في مجال التربية الحركية وبناء البرامج التعليمية للمهارات الحركية الأساسية ، قام الباحث بتوزيع أجزاء الدرس وجدول (١١) يوضح ذلك.

## جدول (١١) الشكل التنظيمي والتوزيع الزمني لأجزاء الدرس للمجموعة التجريبية قيد البحث

م	أجزاء الدرس	المحتوي	الزمن بالدقيقة
١	الجزء التمهيدي	الإحماء	٥ ق
		الاعداد البدني الخاص	١٠ ق
٢	الجزء الرئيسي	الألعاب التعاونية	٤٠ ق
٣	الجزء الختامي	تمريبات تهدئة	٥ ق
المجموع			٦٠ ق

يتضح من جدول (١١) أنه تم توزيع زمن الدرس البالغ (٦٠) دقيقة بواقع (٥) دقائق للإحماء وعدد (١٠) دقائق لإعداد البدني من خلال تمرينات متنوعة للعضلات العاملة وفقا لنوع المهارة في كل درس، (٤٠) دقيقة للجزء الرئيسي يشتمل على ألعاب تعاونية، ثم الختام (٥) دقائق تشتمل على أنشطة تهدئة ، وبذلك تمكن الباحث من التوصل إلى توزيع المحتوى على أسابيع ودروس داخل البرنامج التعليمي المقترح، وجدول (١٢) يوضح ذلك.

### جدول (١٢)

توزيع المهارات الحركية الأساسية على الدروس داخل البرنامج التعليمي

الأسبوع	رقم الدرس	التاريخ	الهدف
الأول	١	١ / ٣ / ٢٠٢٣ م	تنمية مهارة الجري
	٢	٥ / ٣ / ٢٠٢٣ م	تنمية مهارة الجري
الثاني	٣	٨ / ٣ / ٢٠٢٣ م	تنمية مهارة الوثب
	٤	١٢ / ٣ / ٢٠٢٣ م	تنمية مهارة الوثب
الثالث	٥	١٥ / ٣ / ٢٠٢٣ م	تنمية مهارتي الجري و الوثب
	٦	١٩ / ٣ / ٢٠٢٣ م	تنمية مهارة الرمي
الرابع	٧	٢٢ / ٣ / ٢٠٢٣ م	تنمية مهارة الرمي
	٨	٢٦ / ٣ / ٢٠٢٣ م	تنمية مهارة اللقف
الخامس	٩	٢٩ / ٣ / ٢٠٢٣ م	تنمية مهارة اللقف
	١٠	٢ / ٤ / ٢٠٢٣ م	تنمية مهارتي الرمي واللقف



يتضح من جدول (١٢) أن توزيع المهارات الحركية الأساسية (قيد البحث) قد جاء بإجمالي

عدد (١٠) دروس .

سادساً : الدراسات الاستطلاعية :

١- الدراسة الاستطلاعية الأولى:

حرصاً من الباحث على سلامة الإجراءات الإدارية والفنية قبل وأثناء وبعد تطبيق الاختبارات، قام الباحث باختيار عدد (١٢) تلاميذ من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، في الفترة من ١٢ / ٢ / ٢٠٢٣ م إلى ١٨ / ٢ / ٢٠٢٣ م بهدف التعرف على عدة نقاط أهمها:

- التأكد من صلاحية وكفاية الأدوات والأجهزة المستخدمة في القياس .
- معرفة الزمن الذي يستغرقه كل اختبار على حدة والاختبارات ككل.
- دقة تنظيم وسير العمل في القياس .
- صدق وثبات الاختبارات قيد البحث.

وبناءً على نتائج الدراسة الاستطلاعية توصل الباحث إلى:

- صلاحية الاختبارات قيد البحث وإمكانية استخدامها كأداة للبحث.

٢- الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحث بتجريب أحد دروس البرنامج التعليمي المقترح على عينة عشوائية عددها (١٢) تلاميذ من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، وذلك يوم الثلاثاء الموافق ٢١ / ٢ / ٢٠٢٣ م، وذلك بهدف:

- التعرف على مدى مناسبة الأجهزة والأدوات والمكان المستخدم لتنفيذ التجربة.
  - التعرف على مدى مناسبة محتوى البرنامج التعليمي لقدرات العينة.
  - اختيار وتوضيح طبيعة البحث للمساعدین من معلمي التربية الرياضية بالمدرسة ملحق (١١).
- وبناءً على نتائج الدراسة تبين للباحث كفاية الأجهزة والأدوات لتنفيذ البرنامج، بالإضافة إلى مناسبة محتوى البرنامج لقدرات العينة وتفهم المساعدین لطبيعة البحث وأهدافه.

سابعاً: الخطوات التنفيذية للبحث :

١- القياسات القبليّة: أجريت القياسات القبليّة في المتغيرات قيد البحث في الفترة من

٢٥ / ٢ / ٢٠٢٣ م إلى ٢٦ / ٢ / ٢٠٢٣ م.

٢- تجربة البحث الأساسية:

تم تطبيق البرنامج ملحق (١٠) في الفترة من يوم الأربعاء الموافق ١ / ٣ / ٢٠٢٣ م إلى يوم

الأربعاء الموافق ٢ / ٤ / ٢٠٢٣ م، وذلك لمدة شهرين، بواقع درسين أسبوعياً وذلك يوم الأحد والأربعاء من كل أسبوع.

## ٣- القياسات البعدية :

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج المقترح تمت القياسات البعدية لجميع أفراد العينة في الفترة من ٥ / ٤ / ٢٠٢٣ م إلى ٦ / ٤ / ٢٠٢٣ م.

ثامناً: المعالجات الإحصائية المستخدمة:

استعان الباحث ببرنامج (Spss V20) في إجراء المعالجات الإحصائية ، وتم معالجة البيانات باستخدام المعالجات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
- معامل الارتباط (بيرسون).
- معامل الارتواء.
- معامل التفلطح.
- الدرجة المقدره
- اختبارات "ت".
- نسبة التحسن.

عرض النتائج وتفسيرها :

تحقيقاً لأهداف البحث وفروضه تمكن الباحث من التوصل إلى النتائج التالية:

١- عرض وتفسير نتائج الفرض الأول الذي ينص على:

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تنمية المهارات الحركية الأساسية لصالح القياس البعدي

جدول (١٣) دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في اختبارات

المهارات الحركية الأساسية للعينة قيد البحث (ن=١٢)

م	المتغير	وحدة القياس	قبلي		بعدي		نسبة التحسن	قيمة "ت" المحسوبة
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
١	العدو ٣٠ م من البدء العالي	ث	٠.٩٦	٧.٧٥	٠.٨٣	٥.٨٣	%٣٢.٨٥	*٢٣.٠٠
٢	اختبار الوثب العريض من الثبات	سم	٨.٦٦	٩٢.٥٠	٦.٥٤	١١٣.٣٣	%١٨.٣٨	*١١.٣٨
٣	اختبار رمي كرة طبية ١ كجم	سم	٥.٠٤	١٧٢.٠٨	٤.٤١	١٩٢.٥٠	%١٠.١٧	*٢٠.٢٩
٥	اختبار لقف الكرة	درجة	٠.١٢	١.١٠	٠.٥٢	٢.٥٠	%٥٥.٦٦	*٨.١٢

\* دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٧٥

يتضح من نتائج جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح متوسط القياس البعدي في اختبارات المهارات الحركية

الأساسية للعيونة قيد البحث حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٨.١٢ : ٢٣.٠٠) ، كما بلغت نسبة التحسن (١٠.١٧% : ٥٥.٦٦%).

يعزو الباحث تحسن المجموعة التجريبية في القياس البعدي إلى التأثير الإيجابي للبرنامج المقترح وما يحويه من ألعاب تعاونية تساعد على تنمية المهارات الحركية الأساسية للتلاميذ من خلال اسلوب مشوق وممتع للتلاميذ ، كما أن اشتراك التلاميذ بصورة جماعية تعاونية وتفاعلهم مع ما يقدم من خبرات أدى إلى اكتساب التصور الحركي السليم للأداء وإدراك المهارة الحركية المتعلمة.

وفي هذا الصدد يشير "أمين أنور الخولي ، أسامة كامل" (٢٠٠٧م) إلى أننا يجب أن نبدأ بتعلم المهارات الحركية الأساسية فإذا ما اكتسب التلميذ الخبرة في أداء أنماطها المختلفة فإنه من السهل أن يتعلم أي مهارة حركية خاصة بالأنشطة الرياضية طالماً أن النمط الحركي موجود ومكتسب لديه. (٥ : ١٢٥)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة "دلال فتحي" (٢٠٠٠م) (١٤)، "Bacon, Allyn" (٢٠٠١م) (٣٤)، "Steven Sanders" (٢٠٠٢م) (٣٩) "أميرة محمد" (٢٠٠٢م) (٤)، "Bailey" (٢٠١٢م) (٣٥)، الشريف محمد" (٢٠١٧م) (٢٠) والتي توصلت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في المهارات الحركية الأساسية. وبذلك يتحقق الفرض الأول في أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات الحركية الأساسية قيد البحث لصالح القياس البعدي".

## ٢- عرض وتفسير نتائج الفرض الثاني الذي ينص على :

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في خفض أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه (ADHD) لصالح القياس البعد.

جدول (١٤) دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في اختبار فرط الحركة ونقص الانتباه للعيونة قيد البحث (ن=١٢)

م	المتغير	وحدة القياس	قبلي		بعدي	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	فرط الحركة	درجة	١١.٠٨	١.٨٤	٢.٨٣	٠.٦٤
٢	نقص الانتباه	درجة	١٢.٥٠	٢.٨٧	٤.٠٠	٠.٤٠
٣	الاندفاعية	درجة	٩.٠٠	٢.٧٩	٢.٧٥	٠.٣٣
٤	المجموع	درجة	٣١.٨٣	٣.٦٠	٩.٥٨	١.٦٧

\* دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٢.٧٥

يتضح من نتائج جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح متوسط القياس البعدي في اختبار فرط الحركة ونقص الانتباه للينة قيد البحث حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (١٣.٣٩:٦.١١) ، كما بلغت نسبة التحسن (٦٨.٠٠% : ٧٤.٤٣%)،

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى ممارسة بعض الألعاب الحركية التعاونية والتي تعمل على مقابلة احتياجات الطفل الأساسية سواء كانت بدنية أو نفسية أو عقلية، كما أنها تعمل على إتاحة الفرصة للطفل في جميع مراحل تنميتها استعداداته وقدراته ولها الأثر في تكوين الشخصية المتزنة وتنميتها ويجد الطفل الفرصة في التعبير عن نفسه.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة "محمد سيد" (٢٠١٧م) (٢٧) ، ودراسة "محمد كريب" (٢٠٢١م) (٢٩)، ودراسة "Chang" (٢٠١٢م) (٣٦) ودراسة "smith" (2013م) (٣٨)، ودراسة "CHOI" (٢٠١٤م) (٣٧) والتي توصلت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في خفض أعراض فرط الحركة ونقص الانتباه.

وبذلك يتحقق الفرض الثاني في أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في خفض أعراض فرط الحركة ونقص الانتباه قيد البحث لصالح القياس البعدي".

ويتضح من نتائج جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات (فرط الحركة - نقص الانتباه - الاندفاعية) لصالح القياسات البعدي، ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى ممارسة بعض الألعاب الحركية التعاونية والتي تعمل على مقابلة احتياجات الطفل الأساسية سواء كانت بدنية أو نفسية أو عقلية، كما أنها تعمل على إتاحة الفرصة للطفل في جميع مراحل تنميتها استعداداته وقدراته ولها الأثر في تكوين الشخصية المتزنة وتنميتها ويجد الطفل الفرصة في التعبير عن نفسه.

الاستنتاجات والتوصيات:

أولاً : الاستنتاجات :

في حدود وطبيعة ومجال البحث والهدف منه وفي ضوء فروض البحث والمنهج المستخدم وطبيعة العينة ومن خلال التحليل الإحصائي للبيانات، أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

١- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث لصالح القياس البعدي حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٨.١٢ : ٢٣.٠٠)، كما تراوحت نسبة التحسن ما بين (١٠.١٧% : ٥٥.٦٦%).

٢- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار فرط الحركة وتشنت الانتباه قيد البحث لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (٦.١١ : ١٣.٣٩) كما بلغت نسبة التحسن (٦٨.٠٠% : ٧٤.٤٣%).

٤- أظهرت الدراسة على أنه يمكن الاستعانة بالنشاط الرياضي وأستاذة مادة التربية الرياضية بما يمتلكه من ملاحظة وخبرة في تشخيص أعراض فرط الحركة وتشنت الانتباه.

٥- برنامج التربية الحركية ذو تأثير فعال وإيجابي في تنمية المهارات الحركية الأساسية وخفض أعراض اضطراب فرط الحركة وتشنت الانتباه لدى الأطفال في سن السابعة .

ثانياً التوصيات:

بناء على الاستنتاجات الخاصة بموضوع البحث يقترح الباحث التوصيات التالية:

١- الاهتمام بضرورة تطبيق البرنامج في تنمية المهارات الحركية الأساسية وخفض أعراض فرط الحركة وتشنت الانتباه في مرحلة التعليم الابتدائي بشكل مستمر ومتطور من خلال دروس التربية الرياضية .

٢- إعداد وتوعية وتأهيل المعلمين باستخدام برامج وأنشطة التربية الحركية، وذلك عن طريق عقد ندوات عن دور الأنشطة الحركية في رفع مستوى أداء الأطفال وكذلك من الناحية الحركية فتعمل على رفع المهارات الحركية الأساسية للأطفال.

٣- أهمية الكشف عن برامج مناسبة تساعد على تنمية المهارات الحركية الأساسية وكذلك خفض أعراض اضطراب فرط الحركة وتشنت الانتباه لدى الأطفال في تلك المرحلة .

٤- ضرورة الاهتمام بإجراء المزيد من البحوث والتي تتضمن برامج التربية الحركية لما لها من دور رئيسي ومهم في المرحلة الابتدائية.

المراجع العربية:

١. "أبو النجا أحمد عزالدين" (٢٠٠٣م): "المناهج في التربية الرياضية، للأسوياء والخواص"، مكتبة شجرة الدر، القاهرة .

٢. "أحمد فؤاد عبدالفتاح" (٢٠١٠م): "أثر استخدام برنامج تدريسي مقترح على تحسين المهارات الحركية الأساسية لدى الأطفال"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، القاهرة .

٣. "إلين وديع فرج" (٢٠٠٧م): "خبرات في الألعاب للصغار والكبار"، ط٢، منشأة المعارف، الإسكندرية.

٤. "أميرة محمد علي" (٢٠٠٢م): "تأثير برنامج للألعاب التمهيدية للجمباز على تنمية بعض القدرات الحركية الأساسية للأطفال من (٤ - ٦) سنوات"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية.

٥. "أمين أنور الخولي، أسامة كامل راتب" (٢٠٠٩م): "نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال"، ط١، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٦. "أمين أنور الخولي" ، "أسامة كامل راتب" (٢٠٠٧م) : " التربية الحركية للطفل " ، طه ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
٧. "إيمان الياس عزوز" (٢٠٠٥م): "ثر برنامج مقترح للحركات التعبيرية في تعديل اتجاه تلميذات الصف الرابع الابتدائي نحو البيئة"، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية الرياضية ،جامعة الموصل .
٨. "بيان محمود حمودة، صادق خالد الحايك" (٢٠٠٩م): "أثر برنامج حركي لتطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال من سن ( ٥-٦ ) سنوات"، مجلة العلوم التربوية، المجلد ٣٦، العدد (٢).
٩. "جمعه سيد يوسف" (٢٠٠٠ م): "الاضطرابات السلوكية وعلاجها"، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع .
١٠. "جمعة صبحي طه" (٢٠٠٦م): "برنامج مقترح للألعاب الصغيرة وأثره على تحسين أداء بعد المهارات الأساسية والسلوك الاجتماعي للتلاميذ ذوى الاحتياجات الخاصة الذهنية"، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية .
١١. "حسن السيد عبده" (٢٠١١م): "أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية " ماهي للنشر والتوزيع، الاسكندرية.
١٢. "حسن عبد السلام محفوظ، نجلاء فتحي خليفة" (٢٠١٣م): "منظومة التربية الحركية نظريات وتطبيقات"، منشآت المعارف، الإسكندرية .
١٣. "خولة أحمد يحي" ( ٢٠٠٨ م ) : "الاضطرابات السلوكية والانفعالية"، دار الفكر للنشر والتوزيع، الطبعة الرابعة.
١٤. "دلال فتحي عيد" (٢٠٠٠م): "فاعلية برنامج مقترح في التربية الحركية لتنمية المهارات الحركية الأساسية لرياض الأطفال"، رسالة دكتوراه ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة .
١٥. زكى درويش (١٩٨٠م) : "الوثب والقفز" ، دار المعارف بمصر، القاهرة .
١٦. "رحاب محمد الشيخ" (٢٠٠٠م): "تأثير برنامج مقترح باستخدام الألعاب التمهيدية على تنمية المهارات الأساسية في كرة السلة لتلميذات المرحلة الإعدادية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات ، بالقاهرة ، جامعة حلوان .
١٧. "ريفان عبد الله المفتي" ( ٢٠١٤ ) : "تأثير برنامج للتربية الحركية على تنمية البراعة الحركية المكفوفين بالمرحلة الابتدائية كلية التربية الرياضية"، جامعة صلاح الدين، العراق .
١٨. "سالي ابراهيم نبيل" (٢٠٠٥م): "تأثير استخدام تكنولوجيا التعليم على مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية والإدراك الحس حركي لأطفال ما قبل المدرسة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.

١٩. "سالي ابراهيم حسين، حسين محمد سعد الدين" (٢٠٢٢ م) : "تشنت الانتباه وفرط الحركة لدى الأطفال"، المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة، المنصورة .
٢٠. "السيد محمد أبو النور" (٢٠٠٤م): "تأثير برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في رياضة الهوكي لطلاب كلية التربية الرياضية"، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
٢١. "الشريف محمد أحمد" ، "شيماء عبد الرحيم محمود" (٢٠١٧) فاعلية استخدام الألعاب التعاونية على بعض المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية، جامعة جنوب الوادي ، كلية التربية الرياضية بقنا.
٢٢. "شيفر وملمان" ( ٢٠٠٦ م)، "سيكو لوجيه الطفولة والمراهقة"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ط١ (من هو المترجم) .
٢٣. "عبد الرقيب أحمد البحيري" (٢٠١٤ م): "اختبار اضطراب نقص الانتباه مفرط الحركة ADHD"، مكتبة الانجلو المصرية، ط٢ .
٢٤. "عبد الله احمد الكندري" (٢٠١٩): "تأثير برنامج تربية حركية على بعض السلوكيات الصحية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية.
٢٥. "عماد ابو القاسم محمد، هاني ابراهيم الدسوقي" (٢٠١٦م): "الاتجاهات الحديثة في طرق وأساليب تدريس التربية الرياضية"، دار المنار للنشر والتوزيع القاهرة .
٢٦. "محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠١م): "اختبارات الأداء الحركي"، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة .
٢٧. "محمد أحمد عبد الله" (٢٠٠٥م): "مدخل في الألعاب الصغيرة"، مكتبة كلية التربية الرياضية للبنات ، الإسكندرية .
٢٨. "محمد سيد سعيد سليمان" (٢٠١٧م): "أثر العلاج بالحركة في تخفيف شدة أعراض اضطراب تشنت الانتباه المصحوب بفرط الحركة وتحسين سرعة المعالجة لدى الأطفال بالمرحلة الابتدائية"، مجلة رسالة التربية وعلم النفس، ٥١، ٥٧-٧٧
٢٩. "محمد صبحي حسنين" (٢٠٠٣م): "القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية"، ط ٥، دار الفكر العربي، القاهرة .
٣٠. "محمد كرييع" (٢٠٢١): "استخدام الألعاب الصغيرة الرياضية في خفض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لدى تلاميذ الطور المتوسط"، بحث منشور، مجله الباحث العدد واحد المجلد ١٣، جامعه قاصده ، بورقيه .

٣١. "مدحت علي أبو سريع، شيماء عطية محمد" (٢٠٢٢ م): "تأثير برنامج تربية حركية على المهارات الحركية الأساسية وأثره على مستوى البراعة الحركية للأطفال المرحلة الابتدائية"، مجلة بني سويف لعلوم التربية الرياضية والبدنية.

٣٢. "هاني الدسوقي ابراهيم، رحاب عمر النوبي" (٢٠٢١ م): "تأثير برنامج حركي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والسلوك الصحي لدى مرحلة رياض الأطفال بالأقصر"، مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية، جامعة جنوب الوادي، كلية التربية الرياضية بقنا .

٣٣. "هاني الدسوقي ابراهيم، ريم عبدالله الكنانى" (٢٠١٦ م): "فاعلية برنامج قائم على الألعاب التعاونية والتنافسية في تنمية المهارات الحركية الأساسية والاجتماعية لدى أطفال ما قبل المدرسة بسلطنة عمان"، مجلد (١٠) العدد (٣) مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، عمان .

٣٤. "يسرا عادل رشاد" (٢٠٢٠): "فاعلية برنامج رياضي باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المهارات الحركية لدى أطفال التوحد" بحث منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط .  
المراجع الأجنبية :

34 - Allyn & Bacon (2001): " Fundamental motor skills, Chapter (15), hand boc , Cubak , edu/nbailey/power point/ m chapter 15. Ppt.

35 - Bailey, R., Charles, H., Shawn, A., & Albert, P. (2012). Physical Activity as an Investment in Personal and Social Change: The Human Capital Model. Journal of Physical Activity and Health, 9(8), 1053–1055.

36- Chang, Y.-K., Liu, S., Yu, H.-H., & Lee, Y.-H. (2012). Effect of Acute Exercise on Executive Function in Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder. Oxford University Press, 27 , 225–237

37- CHOI, J. W., HAN, D. H., KANG, K. D., JUNG, H. Y., & RENSHAW, P. F. (2014). Aerobic Exercise and Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Brain Research. American College of Sports Medicine, 33-39.

38- Smith, A. L., Hoza, B., Linnea, K., McQuade, J. D., Tomb, M., Vaughn, A. J., Hook, H. (2013): Pilot Physical Activity Intervention Reduces Severity of ADHD Symptoms in Young Children. Journal of Attention Disorders, 17(01), 70-82.-

39- Steven Sanders, Ed. D. (2002): The Impotence of Developing Fundamental motor skill learning how to catch, Ball, nationally accbimed physical education Website .



## ملخص البحث باللغة العربية

" فاعلية برنامج تربية حركية على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية  
وخفض فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) لدى الأطفال سن (٧ سنوات)"

\* أ. د/ هاني الدسوقي إبراهيم

\*\* أ.م. د/ منتصر سعدي أحمد

\*\*\* باحث/ حساني محمد خير أحمد

يستهدف هذا البحث إلى إعداد برنامج تربية حركية والتعرف على مدى تأثير برنامج التربية الحركية على تنمية المهارات الحركية الأساسية وخفض فرط الحركة وتشتت الانتباه لدى تلاميذ الصف الثاني الابتدائي من مرحلة الأساسي باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة (مجموعة تجريبية واحدة)، باستخدام القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، وقام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية لعدد (١٢) تلميذ من تلاميذ الصف الثاني الابتدائي، وقد استعان الباحث بمجموعة استطلاعية والبالغ عددها (١٢) تلميذ من داخل مجتمع البحث وخارج عينة البحث، واستخدمت المجموعة التجريبية برنامج التربية الحركية على المهارات الحركية الأساسية (قيد البحث)، وقد أسفرت النتائج بأن استخدام برنامج التربية الحركية إعداد الباحث ساهم بطريقة ايجابية وفعالة في تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية وخفض أعراض اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) لدى الأطفال في سن ٧ سنوات.

\* أستاذ ورئيس قسم المناهج وتدرّيس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة جنوب الوادي.

\*\* أستاذ المناهج وتدرّيس التربية الرياضية المساعد بكلية التربية الرياضية جامعة جنوب الوادي.

\*\*\* باحث بقسم المناهج وتدرّيس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة جنوب الوادي.

## **abstract**

**“The effectiveness of a motor education program on developing some basic motor skills and reducing attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in children aged (7 years)”**

**\* a. Dr. Hani El-Desouki Ibrahim**

**\*\* a. Dr. Montaser Saadi Ahmed**

**\*\*\* Researcher/ Hassani Muhammad Khair Ahmed**

**This research aims to prepare a motor education program and identify the extent of the effect of the motor education program on developing basic motor skills and reducing hyperactivity and attention deficit disorder among second-year primary school students using a one-group experimental design (one experimental group) using pre- and post-measurement for the experimental group. The researcher deliberately selected the research sample for (12) students from the second grade of primary school. The researcher used a reconnaissance group of (12) students from within the research community and outside the research sample. The experimental group used the motor education program on basic motor skills (restriction). The research results revealed that the use of the motor education program prepared by the researcher contributed in a positive and effective way to developing some basic motor skills and reducing the symptoms of attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD) in 7-year-old children**

**\* Professor and Head of the Department of Curricula and Teaching of Physical Education at the Faculty of Physical Education, South Valley University.**

**\*\* Assistant Professor of Curricula and Teaching of Physical Education at the Faculty of Physical Education, South Valley University.**

**\*\*\* Researcher in the Department of Curricula and Teaching of Physical Education, Faculty of Physical Education, South Valley University.**