

**تأثير برنامج أنشطة حركية فى ضوء تصنيف لابان لأبعاد وجوانب الحركة على
مستوى أداء بعض المهارات الحركية الأساسية والأداء المهارى لرياضه التنس للأطفال
المتدئين من (٦ : ٩) سنوات**

د/مروة صبرى إبراهيم دكرورى*

يعد الطفل مناط العملية التربوية فالطفولة بطبيعتها مرحلة الليونة والتشكيل والاستجابة للمؤثرات التي تكسب الخبرات مما يكون له أثر كبير في توجيه النمو وتشكيل حياته فتعتبر تلك المرحلة فترة عمرية حرجة لتنمية المهارات الحركية الأساسية وللتعليم الحركي وذلك بسبب وجود قدرة عصبية كبيرة متاحة لدى الأطفال في تلك المرحلة لاكتساب وتعلم وتنمية المهارات الخاصة بهم.

حيث تمثل تلك المهارات الأنماط الحركية الفطرية والتي تشمل حركات انتقالية وغير انتقالية وحركات المعالجة والتناول وتعد هذه المهارات حجر الأساس لجميع المهارات المتخصصة والتي تحتويها الألعاب والرقص وأنشطة الجمباز حيث تلعب دوراً ايجابياً في البناء الحركي للأطفال وخصوصاً أطفال المرحلة من (٦-٩) سنوات فإذا لم يتمكنوا من هذه المهارات في الصغر فإنهم لن يملكوها إذا احتاجوا إليها للمشاركة في الأنشطة الرياضية المتخصصة عند الكبر بل هي ضرورية جداً ليجد الأطفال فيها متعة اللعب من خلال التعليم. (١٣ : ٢٦)

لذا قد يؤدي عدم تطوير وصقل المهارات الحركية الأساسية في السنوات الأولى من العمر خاصة المرحلة من (٣ : ٦) سنوات، ومن (٦ : ٩) سنوات إلى تأخر شديد لدى الأطفال وعدم قدرتهم لتطوير المهارات الأكثر صعوبة والمطلوبة لممارسة أنشاط رياضية خلال الفترات العمرية اللاحقة من المراهقة والبلوغ. (١٥ : ٨٩)

* مدرس بكلية التربية الرياضية جامعة أسيوط

ويشير "فهيم مصطفى محمد" (٢٠٠٥م) الى إن مصطلح المهارات الحركية الأساسية يطلق علي النشاطات الحركية التي تبدو عامة عند معظم الأطفال وتتضمن نشاطات مثل رمي الكرات والنقاطها والقفز والوثب والحبل والتوازن فهي تعد ضرورية للألعاب المختلفة التي يقوم بها الأطفال، ويشير أيضا مصطلح المهارات الحركية الأساسية إلي بعض مظاهر الإنجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو والمشى والجري والدرجة والوثب والرمي والتعلق والتسلق ولأن هذه المهارات تظهر عند الإنسان في شكل أولي لذا يطلق عليها المهارات الحركية الأساسية، والتي تم تصنيفها الى مهارات (انتقالية- وغير انتقالية- المعالجة والتناول). (١٤ : ٤١ ، ٤٤)

ومن أكثر الأنشطة ارتباطاً بالطفل هي الأنشطة الحركية، فالحركة واللعب هي الطبيعة والحاجة الأساسية للطفل، ومن هنا فإن استخدام الحركة في إطار من اللعب كوسيلة تربوية شاملة قد بدأ أكثر مناسبة لهذه المرحلة من أي مرحلة أخرى من العمر، وهو في نفس الوقت يساعد على الانتقال الآمن من مرحلة عمرية إلى مرحلة أخرى متقدمه بصورة آمنة. (١٣ : ١)

وعلي مثل هذا النحو يشير كل من "أحمد عبد العزيز، محمد السيد" الي ان التربية الحركية تمثل اتجاها حديثا بالنسبة لبرامج التربية الرياضية، فهي تستند علي احداث ما توصلت اليه النتائج والبحوث في مجالات علم النفس والمناهج وطرق التدريس، كما ان التربية الحركية تمثل مدي الارتباط الوثيق بين التربية كعلم وبين التربية البدنية والرياضية. (٣ : ٥)

وهذا ما تؤكدته نتائج دراسة "هبة محمد راتب أبو جازية" (١٩٩٩م) حيث أستنتجت أن لجوانب الحركة أهمية كبيرة في أنها تمثل الجوانب الأساسية في العملية التعليمية للمهارات الحركية فهي تساعد على اختزال تعقد بيئة المنافسة، واختزال الحاجة للتعلم المستمر، وتوجيه النشاط التعليمي،

وتسهيل التعلم، وتسهيل الاتصال، وإثراء البناء المعرفي للطفل، وحل المشكلات. (٢٣: ١٩)

كما يشير كلا من "عفاف عثمان عثمان (٢٠٠٨م)، محمود عبد الحليم عبد الكريم" (٢٠٠٦) نقلاً عن "ريدولف لابان rudalf laban" (١٩٥٧م) إلى أن أبعاد وجوانب الحركة تحتوي على أربعة عناصر هي:

- مفاهيم الوعي بالجسم "الموجهة للنشاط" وهي نخبرنا بما يفعل الجسم كله أو جزء منه.
 - مفاهيم الجهد "الموجهة كما وكيفا" وهي نخبرنا بشكل الحركة وما هيتهما الديناميكية.
 - مفاهيم الحيز والمكان "موجهة للمكان" وهي تحدد أين تقع الحركة خلال البيئة.
 - مفاهيم العلاقات "موجهة نحو الناس والأدوات والأجهزة" وهي نخبرنا بالتفاعل الحادث بين الناس والأشياء والبيئة. (١٣: ٢٨)، (١٨: ٣٥).
- ووضح "مفتى إبراهيم حماد" (٢٠٠٠م) أن هناك علاقة بين نمو المهارات الرياضية والمهارات الحركية الأساسية أهمية، فالطفل الذي لا يصل إلى مرحلة الأداء الناضج للمهارات الحركية الأساسية يواجه وبشكل مباشر مشكلة في اكتساب المهارات الرياضية على نحو جيد، بمعنى آخر فإن تطور نمو المهارات الرياضية يتأسس إلى حد كبير على مدى تمكن الطفل وإتقانه للمهارات الحركية الأساسية والتي تشمل: حركات التحكم والسيطرة، والحركات الانتقالية وأخيراً حركات ثبات واتزان الجسم، فعلى سبيل المثال من الصعوبة توقع اكتساب الطفل مهارات التنس على نحو جيد، إذا ما اخفق في إجادة المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بمهارات التنس. (٢٠: ٧٦، ٧٧)

لذلك يجب أن يكون هناك مناهج تساعد الأطفال على تعلم المهارات الحركية الأساسية من خلال برامج التربية الحركية حيث تأسس فلسفة برامج التربية الحركية للأطفال على مبدأ الإثراء الحركي لتوسيع مدارك الطفل

الحركية من خلال استجابة أكبر قدر ممكن من الأنماط الحركية الشائعة والمهارات الحركية المتنوعة، فالتربية الحركية يعبر عن النظام التربوي الذي يعتمد على الحركة الأساسية الطبيعية للطفل بهدف إكسابه الكفاية الإدراكية الحركية والطلاقة الحركية من خلال التحكم الواعي في الحركة الانسيابية والقدرة على تطوير الاستجابات المختلفة لتحقيق أهدافها. (٢٠: ٥١ - ٥٤)

وبالاطلاع على الدراسات السابقة التي تناولت البرامج التعليمية المختلفة لتنمية المهارات الحركية الأساسية للأطفال كدراسة كلا من "أحمد عبد العظيم عبد الله (٢٠٠٢م) (٤)، جودد واي وبرانتتي Good way J.D & Pranta (٢٠٠٣م) (٢٨)، هاني محمد فتحي علي (٢٠٠٧م) (٢٢)، المحمدي إبراهيم خليل". (٢٠٠٥م) (١١)

نجد أن معظم هذه الدراسات ذات فاعلية في تحسين المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال تلك المرحلة مستخدمة أساليب وأنماط حركية مختلفة إلا أنها لم توظف جوانب وأبعاد الحركة بما يثري الخلفية الحركية للطفل ويكسبه الطلاقة الحركية والتي تعني مقدرة الطفل على إدارة حركات الجسم بطرق فعالة ومؤثرة باستخدام كافة الأنماط الحركية المختلفة.

ومن خلال إشراف الباحثة على مدرسة تعليم التنس وأثناء قيامها بتعليم وتدريب الأطفال المبتدئين من (٦: ٩) سنوات فقد لاحظت أن هناك انخفاض في مستوي الأداء المهاري لهؤلاء الأطفال عند أداء بعض المهارات الأساسية في التنس كما لاحظت وجود صعوبات حركية تواجه الأطفال أثناء أداء المهارات الحركية الأساسية الواجب أدائها كأساس لأداء بعض المهارات الخاصة بالتنس، وأرجعت الباحثة ذلك إلي عدم وصول الأطفال إلي مرحلة الأداء الجيد للحركات الأساسية مما أثر بصورة سلبية علي اكتسابهم المهارات الأساسية الخاصة بالتنس على نحو أفضل.

وهذا يتفق مع ما أشار اليه "كلافىgallahve" (٢٠٠٣م) إلى أن الطفل الذي لا يصل إلى مرحلة الأداء الناضج للمهارات الحركية الأساسية يواجه مشكلة اكتساب المهارات الرياضية، حيث أن تطور نمو المهارات الرياضية يتأسس إلى حد كبير على مدي تمكن الطفل وإتقانه للأنماط الحركية الأساسية والتي تشمل: حركات انتقالية وحركات غير انتقاليه وأخيراً حركات ثبات واتزان الجسم. (٢٩: ٧٦، ٧٧)

مما دفع الباحثة إلى البحث والاطلاع للوصول إلى وسيله تمد الأطفال بالأنشطة الحركية الكافية التي تساعدهم في كيفية التعامل مع أجزاء جسمهم وكيف يميزوا بينها، وكذلك الأنشطة الحركية التي تساعد في كيفية تحديد الطفل لذاته بالنسبة للمكان وللأشياء من حيث الأبعاد والارتفاع والعمق. حيث تقوم الأنشطة الحركية على الاهتمام بتنمية المهارات الحركية الأساسية للأطفال بشكل مباشر باستخدام أدوات وطرق تعليم تقليدية من خلال بعض الألعاب الصغيرة والقصص الحركية وبعض التمرينات البدنية في أحسن حالات التدريس في ضوء جوانب وأبعاد الحركة والتي من شأنها أن تسهل من اكتساب الخبرات الحركية والاستفادة منها بدءاً من الإحماء وصولاً إلى الختام مما يساعد الأطفال على التحكم والسيطرة وأداء الحركات الانتقالية بثبات واتزان الجسم خلال أداء مهارات التنس في ضوء معرفته لمفاهيم الجسم ومفاهيم الحيز والمكان ومفاهيم العلاقات بالأفراد والأدوات والأجهزة.

ولأن التربية من خلال الحركة تجعل التلميذ أكثر إيجابية وفاعلية في تطوير إمكانياته وقدراته ومواهبه ينمي إدراكه للأبعاد والاتجاهات كالإحساس بالتوازن والمكان والزمان، كما إن التعلم وفق نظم وضوابط الحركة يوفر للجسم ما يفعله من جهد مدركاً للأبعاد المكان والعلاقات التي تحدث أثناء الحركة وهذا كله يساعدنا على تجنب الأخطاء في تعلم المهارات.

مما دفع الباحثة لإجراء هذه الدراسة محاولة منها لوضع تأثير برنامج أنشطة حركية في ضوء تصنيف لابان لأبعاد وجوانب الحركة على مستوى أداء بعض المهارات الحركية الأساسية والأداء المهارى لرياضة التنس للأطفال المبتدئين من (٦ : ٩) سنوات، وذلك لتحقيق الإثراء الحركي للأطفال بما يحتويه من أنشطة حركية متنوعة باستخدام الأنشطة الحركية وتوظيف الحركة واللعب كنشاط محبب لنفس الأطفال، فبرامج اللعب إذ ما أحسن تطبيقها تساعد الأطفال علي تنمية عاملي المكان والزمان وتنمي قدرته علي التفكير السليم والتحليل والدراسة بجانب تنمية الطلاقة والمهارة الحركية.

هدف البحث:

يهدف البحث إلي تصميم برنامج أنشطة حركية في ضوء تصنيف لابان لإبعاد وجوانب الحركة ومعرفة تأثيره على:

- ١- المهارات الحركية الأساسية (المهارات الانتقالية- المهارات الغير انتقالية- مهارات المعالجة والتناول) المرتبطة برياضة التنس للمبتدئين من (٦ : ٩) سنوات.
- ٢- مستوى الأداء لبعض المهارات الأساسية في رياضة التنس (الضربة الأرضية الأمامية- الضربة الأرضية الخلفية- الضربة الساحقة الأمامية) للمبتدئين من (٦ : ٩) سنوات.

فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء الحركات الأساسية وبعض المهارات الأساسية في التنس (الضربة الأرضية الأمامية- الضربة الأرضية الخلفية- الضربة الساحقة الأمامية) لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى أداء الحركات الأساسية

وبعض المهارات الأساسية في التنس (الضربة الأرضية الأمامية- الضربة الأرضية الخلفية- الضربة الساحقة الأمامية) لصالح القياس البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسيين البعديين لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في مستوى أداء الحركات الأساسية وبعض المهارات الأساسية في التنس (الضربة الأرضية الأمامية- الضربة الأرضية الخلفية- الضربة الساحقة الأمامية) لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

- برنامج الأنشطة الحركية:

هو مجموعة من الأنشطة المنظمة والمخطط لها والتي تتميز بتوفير الوقت الحر والمكان المناسب والإمكانات والقيادة المدربة اللازمة للعب مع الأطفال بغرض إكسابهم العديد من المهارات الحركية المناسبة. (٧: ٤٧)

- المهارات الحركية الأساسية:

هي المفردات الأولية الأصلية في حركة الطفل كالمشي، الجري، القفز، الوثب، وهي حركة تؤدي من أجل ذاتها ويجب الإعتناء بها في البرامج الحركية للطفل وهي السبيل لاكتساب حصيللة المهارات الحركية. (٦: ١١٧)

- جوانب الحركة:

"هي عبارة عن التصنيفات الرئيسية لحركة الإنسان في حالة الثبات والحركة" (تعريف اجرائي)

- أبعاد الحركة:

"هي المفردات المحددة للحركة ومكوناتها وفي ضوءها تتحدد معايير تنمية وتطوير الخبرات الحركية" (تعريف اجرائي).

الدراسات السابقة:

- دراسة "وليد إبراهيم أحمد" (٢٠٠٨م) (٢٥) بعنوان "برنامج تعليمي مقترح في ضوء أبعاد وجوانب الحركة وتأثيره على مستوى أداء بعض المهارات الهجومية للمبتدئين في كرة السلة" وهدفت الدراسة الى بناء برنامج تعليمي مقترح في ضوء أبعاد وجوانب الحركة وتأثيره على مستوى أداء الحركات الأساسية والمهارات الهجومية للمبتدئين في كرة السلة واستخدام الباحث المنهج التجريبي بتصميم التجريبي لمجموعتين احدهما ضابطه والاخرى تجريبية واشتمل مجتمع البحث على (٣٠) مبتدئ في كرة السلة من سن ٩: ١٢ سنة والمقيدين بسجلات نادى الشبان المسلمين بمحافظة أسيوط، واستخدم الباحث لجمع البيانات اختبارات الحركات الأساسية واختبارات المهارات الأساسية في كرة السلة وأسفرت النتائج عن التأثير الإيجابي للبرنامج التعليمي المقترح على مستوى أداء بعض المهارات الهجومية.
- دراسة "هبة محمد راتب أبو جازية" (٢٠٠٤م) (٢٤) بعنوان "خطة مقترحة لبرنامج جميز المرحلة الابتدائية في ضوء مفاهيم وأبعاد وجوانب الحركة" هدفت الدراسة إلى محاولة وضع خطة مقترحة لبرنامج جميز للمرحلة الابتدائية في ضوء مفاهيم وأبعاد وجوانب الحركة واستخدمت الباحثة منهج تحليل الوثائق كأحد أنماط المنهج الوصفي التحليلي كما يمثل مجتمع وعينة البحث مجموعة من الوثائق التي يتضمنها كلاً من دليل المعلم والبرنامج التنفيذي لمناهج التربية الرياضية بمراحلها المختلفة وذلك بالطريقة العمدية، وأسفرت النتائج عن تساوي مفهومي الوعي بالجسم والجهد المبذول في الحركة في الفروق بنسبة ٧% وهي أعلى من فروق كلاً من الوعي بالمكان والعلاقات والتي بلغت فروقها ٣.٥% لكلاً منهما.

- دراسة "منى عبد المنعم عبد المعبود" (٢٠٠٠م) (٢١) بعنوان "بناء بطارية اختبار للمهارات الحركية الأساسية لانتقاء المبتدئين في تنس الطاولة" وهدفت الدراسة إلي تحديد المهارات الحركية المرتبطة بتنس الطاولة وبناء بطارية اختبار لقياسها، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمة لطبيعة الدراسة، وبلغت عينة البحث ١٥٥ ناشئ تحت ١٢ سنة والمسجلين بالاتحاد المصري لتنس الطاولة، وأسفرت النتائج عن بطارية اختبار لقياس المهارات الحركية المرتبطة بتنس الطاولة وتشمل أربع مهارات هي (الدوران- المرجحة- الجري- التوازن).

- دراسة "سيبان أوكيف" "Siobhan,okeefe" (٢٠٠٣م) (٢٩) بعنوان "العلاقة بين المهارات الحركية الأساسية وبعض المهارات التخصصية" وهدفت الدراسة إلي تحليل مهارة الرمي كمهارة حركية أساسية تحليلاً ديناميكياً للتعرف على اشتراك العمل العضلي لمهارة الرمي مع مهارة (رمي الرمح، والريشة الطائرة) كمهارات تخصصية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة لطبيعة البحث كما استخدم التحليل الميكانيكي، وكانت عينة الدراسة هم تلاميذ المرحلة الابتدائية، وكانت أهم النتائج هي تشابه العمل العضلي بدرجة كبيرة بين مهارة الرمي كمهارة حركية أساسية ومسابقة رمي الرمح والريشة الطائرة كمهارة تخصصية- ضرورة إتقان مهارة الرمي كمهارة حركية أساسية مرتبطة بكلا السباقين قبل البدء في تعليمهما كمهارات تخصصية.

خطة واجراءات البحث :

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة باتباع القياس القبلي والبعدى كلا من المجموعتين وذلك لملائمة طبيعة هذا البحث.

مجتمع البحث:

يمثل مجتمع البحث الاطفال المبتدئين فى التنس من ٦-٩ سنوات والمقيدون بسجلات مدارس تعليم التنس بمحافظة اسيوط لعام ٢٠١٦م، وعددهم (١٢٠) مبتدئ.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من بين الأطفال المبتدئين فى التنس من محافظة اسيوط، وقوامها (١٠٠) مبتدئ تتراوح أعمارهم ما بين (٦-٩ سنوات) مقسمين الى مجموعتين متساويتين كل مجموعه (٥٠) مبتدئ أحدهما تجريبية يطبق عليهم برنامج لأنشطة الحركية فى ضوء تصنيف لابان لجوانب وأبعاد الحركة، والأخرى ضابطه طبق عليهم البرنامج المتفق عليه مع المدرب، بالإضافة إلى (٢٠) مبتدئ من داخل المجتمع الأصلي وخارج العينة الأساسية لإجراء المعاملات العلمية. وتم توزيع العينة كما هو موضح بجدول (١):

جدول (١)

العدد	العينة	
٥٠	المجموعة التجريبية	عينة الدراسة الأساسية
٥٠	المجموعة الضابطة	
٢٠	عينة الدراسة الاستطلاعية	
١٢٠	المجموع	

وقد راعت الباحثة الضبط فى المتغيرات التالية:

- جميع افراد العينة تتراوح أعمارهم ما بين ٦ : ٩ سنوات.
- توقيت ثابت وموحد لتطبيق كل من البرنامج التقليدي والبرنامج المقترح لكلا من المجموعتين وقد قامت الباحثة بإيجاد التجانس لعينة البحث فى بعض المتغيرات التي قد يكون لها تأثير على متغيرات الدراسة مثل (السن- الطول- الوزن) وجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأفراد العينة في المتغيرات قيد البحث (ن = ١٠٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	السن	سنة	٨.١٢٣	٠.٣٤٥	١.٢١١
٢	الطول	سم	١٤٠.٣٤٦	٢,٩٨٧	٠.٣٣٣-
٣	الوزن	كجم	٣٠.٣٥٦	١.٤٣٣	٠.٥٥٥
٤	المشي	بالثانية	١١.٨١٢	١.١٥٦	٠.٤١٨
٥	الجري	بالثانية	١٥.١٢٢	٠.٩٣٧	٠.٥٠٧
٦	الوثب	سنتيمتر	١٤٩.١١٢	١٣.١٣٠	٠.٩٠٦-
٧	الحجل	بالثانية	٦.٥٦٥	١.١٥٩	٠.٢٠٥-
٨	الخطو	العدد	٢٣.٣٠٦	٢.٠١٦٨	١.١١٥
٩	الثني المد	العدد	٤١.٣٨٧	٤.٥٤٨	٠.١١٧-
١٠	اللف	العدد	٦١.٩٥٨	٥.١٨٧	٠.٠١٣-
١١	الدوران	العدد	٤٢.٥٥٩	٩.٤٤٦	١.١٢٦
١٢	التوازن	بالثانية	٨٢.٧٦١	١.٣٤٥	٠.١٣٤-
١٣	الضرب	الدرجة	٧.٨٥٠	٠.٩٤٤	١.٥٤٧
١٤	المرجحة	النقطة	١٥.٢٦٥	١.٦٢٢	٠.٠١٥
١٥	الاستقبال	العدد	١٢.٣٣٦	١.٤٠١	٠.٦٨٩
١٦	الضربة الأرضية الامامية	الدرجة	١.١٠٦	٠,٤٥٦	٠.٧٥٥
١٧	الضربة الأرضية الخلفية	الدرجة	١.٠٦٦	٠,٣٥٥	٠.٤٦٥
١٨	الضربة الساحقة الامامية	الدرجة	١.٧٢٢	٠.٢٣٣	١,٥٥٢

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء تتحصر ما بين (± 3) مما يشير إلى اعتدالية التوزيع التكراري لعينة البحث الأساسية. ثم قامت الباحثة بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة للتأكد من عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي البحث و جدول (٣) يوضح ذلك:

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمه (ت) للقياس القبلي
للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (الطول - الوزن - العمر
الزمني) ن=٢=٥٠

م	المتغيرات	وحده القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	الطول	سنتيمتر	١٣٨.٧٨١	٣.٣٥٢	١٣٩.٤٤٦	٠.٣٤٢	١.٠٠٠
٢	الوزن	الكيلوجرام	٣٠.٨٦٢	١,٦٠٣	٣٠,٦٢٤	١.٢٢٣	٠,٨٣١
٣	العمر الزمني	الشهر	٦.١٤٢	٠.٣٥٦	٦,١٣٦	٠.٣٣٣	٠.١٤١

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حريه (٩٨) ومستوى دلالة $0.05 = 1,98$
يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق داله إحصائياً بين المجموعتين
التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمتغيرات (الطول - الوزن - العمر
الزمني) حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (٠.١٤١ : ١.٠٠٠) وهي
قيمة اقل من قيمة (ت) الجدولية مما يدل علي تكافؤ المجموعتين التجريبية
والضابطة في متغيرات (الطول - الوزن - العمر الزمني).

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للقياس القبلي
للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية ن=٢=٥٠

م	المتغيرات	وحده القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت)
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	الضربة الارضية الامامية	الدرجة	١.٩٥٥	٠.٤٤٤	١.١٠٠	٠,٥٥٦	٠.٤٠٩
٢	الضربة الارضية الخلفية	الدرجة	١.٨٠٠	٠,٣٥٤	١,٠١٢	٠,٣١١	٠.٦٧٠
٣	الضربة الساحة الامامية	الدرجة	١.٩٢٣	٠.٢٣٢	١.١١٢	٠.٢٢١	٠.١٦٣-

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حريه (٩٨) ومستوى دلالة $0.05 = 1,98$
يتضح من جدول (٤) عدم وجود فروق دالة احصائياً بين المجموعتين
التجريبية والضابطة في القياس القبلي للمتغيرات (الضربة الارضية الامامية
- الضربة الارضية الخلفية - الضربة الساحة الامامية) حيث تراوحت قيمة

(ت) المحسوبة بين (-٠.١٦٣ : ٠.٦٧٠) وهي أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات البحث (المهارات الأساسية قيد البحث).

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمه (ت) للقياس القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (الحركات الأساسية) قيد البحث (ن=١ ن=٢=٥٠)

قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المتغيرات	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
٠.٣١١	١.٠٩٩	١١.٩٤٥	١.٠٠٠	١١.٧٥٥	المشي	حركات انتقالية
١.١٧٧-	٠.٩٧٥	١٦.٣٤٥	٠.٨٠٠	١٥.٩٥٧	الجرى	
٠.٧١٨-	٢.٦١٢	١٤٥.٤٦٦	١.٠٠٠	١٤٦.٣٤١	الوثب	
٠.١٦٤-	١٤.٣٨٧	٥.٧٢٩	١٢.٠٩٨	٦.٧٨٦	الحجل	
٠.٤٦٦-	١.٠٠٠	٢١.٥٤٧	١.٣٥٦	٢٢.٥٣٨	الخطو	
٠.٢٧٧-	٤.٦١٢	١٩.٥٧٠	٤.٣٤٥	٢٠.٢١٣	الثني المد	غير انتقالية
٠.١٧٦-	٥.٠٠٠	٦٠.١٧٦	٥.٥٢٣	٦١.٧٧٢	اللف	
٠.١٥٢	١٠.٦٠٦	٢٠.٣٩٦	٨.١٥٦	٢٠.٦٧٣	الدوران	
٠.١٣٨	١.٢٧٩	٨٢.٠٠٣	١.٤٥١	٨٢.٨٦٨	التوازن	
١.٠٧٥-	١.٤٩٠	١٥.٣١٨	١.٣٥٦	١٥.٥٦٢	المرجحة	
٠.٣٨٩	٠.٢٠٠	٧.١٦٣	١.١٢٣	٨.١٢٣	الضرب	معالجة وتقدير
٠.٥٢٠	٠.٤٩٨	١٢.١٤٧	١.٢٨٦	١٣.٤٨٣	الاستقبال	

* قيمه (ت) عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ١.٩٨

يتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق داله إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمتغيرات (المشي، الجري، الوثب، الحجل، الخطو، الثني و المد، اللوي، الدوران، التوازن، المرجحة، الضرب، الاستقبال) حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (-٠.١٦٤ : ٠.٥٢٠) وهي قيمة أقل من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات الحركات الأساسية قيد البحث.

الأجهزة والادوات المستخدمة:

- كرة تنس.
- كرة طبية بوزن ١ كجم.

- كرة قدم حجم صغير.
- اقماع.
- هدف صغير أبعاد (١٢٠ X ٦٨).
- بساط أرضي.
- أحبال.
- سجلات التسجيل لحساب السن بوحدة السنة والشهر.
- شريط مقسم لقياس المسافات بوحدة الكيلو متر.
- ميزان طبي: لقياس الوزن الكيلو جرام.
- رستاميتير: لقياس الطول بوحدة السنتيمتر.
- صندوق مكعب ضلعه ٥٠ سم لوضع الادوات به.

أدوات جمع البيانات:

استخدمت الباحثة لجمع البيانات ما يلي:

استمارات استطلاع رأى السادة الخبراء موضحة كالتالي:

١- استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء حول المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بالمهارات الأساسية قيد البحث فى التنس (مرفق ٣)

قامت الباحثة بتحليل المراجع والدراسات المرتبطة كدراسة كلا من (١٠)، (١٥)، (١٦)، (١٩)، (٢٥) والتي تناولت المهارات الحركية الأساسية للتعرف على هذه المهارات وحصرها، فقد حصرت الباحثة هذه المهارات في عدد (٢٥) مهارة هي (المشي-الجري- الخطو-الحجل-درجة-دوران- تسلق-زحلقة-وثب-ثنى-مد-مرجحة-سحب-دفع-تنطيط-رمى-رفع-ضرب-لف-تعلق-ركل-استقبال-اتزان-سقوط-الهبوط) وقامت بوضعها في استمارة لاستطلاع آراء السادة الخبراء في المهارات الحركية الأساسية الأكثر ارتباطاً بالمهارات الأساسية قيد البحث، وتم عرض الاستبيان على عدد (١٠) من السادة الخبراء المتخصصين فى مجال رياضة التنس والتربية الحركية، ومرفق (٣) يوضح النسب المئوية لآراء السادة الخبراء حول المهارات الحركية الأساسية الأكثر ارتباطاً بالمهارات الأساسية فى التنس وقد وقع اختيار السادة الخبراء على عدد (١٣) مهاره حركية

أساسيه مرتبطة بالمهارات الاساسيه فى التنس قيد البحث وهم (المشى- الجرى- الخطو- الوثب- الحجل- الثنى والمد- اللف- الدوران- التوازن- الاستقبال- المرجحه- الضرب)، وقامت الباحثة بتقسيمهم إلى (حركات انتقاليه- حركات غير انتقاليه- حركات المعالجة والتناول).

٢- استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء فى الاختبارات التى تقيس المهارات الحركية الأساسية قيد البحث:

بعد تحديد المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بالمهارات الأساسية فى التنس قيد البحث قامت الباحثة بالإطلاع على الكتب والمراجع العلمية والدراسات السابقة التى تناولت المهارات الحركية الاساسيه كدراسة كلا من (١٠)، (١٥)، (١٦)، (١٧)، (١٩)، (٢٥) وذلك لتحديد الاختبارات التى تقيس المهارات الحركية الاساسيه قيد البحث، وتوصلت الباحثة الى تصميم استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء لتحديد الاختبارات التى تقيس المهارات الحركية الاساسية، مكونه من ٣٩ اختبار بواقع ثلاثة اختبارات لكل مهارة، وقام الخبراء بتحديد اختبار واحد لكل مهارة موضحه كالتالى:

اختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث:
حركات انتقالية:

- المشى: المشى ٩٠ متر بين خطين.
- الجرى: الجرى المكوكي ٥ متر ٥ مرات.
- الوثب: الوثب الطويل من الثبات.
- الحجل: الحجل مسافة ٢٠ متر بقدم الارتقاء
- الخطو: الخطو داخل الأطواق.

حركات غير انتقالية:

- الثنى والمد: اختبار الثنى المتحرك.
- اللف: تدوير كرة طيبية باليدين للداخل والخارج
- الدوران: الانتقال بالدوران داخل المربعات.
- التوازن: اختبار باس المعدل.
- المرجحه: اختبار قياس دقة أداء الإرسال الأمامى المواجه من أسفل.

حركات معالجة وتناول:

- الضرب: التنطيط السريع

- استقبال: استقبال الكرات من لوحة الهدف.

وقد أسفرت الدراسة الاستطلاعية عن إجراء بعض التعديلات في

الاختبارات حتى وصلت لصورتها النهائية. (مرفق ٤)

٣- استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء فى الاختبارات التى تقيس

المهارات الأساسية فى التنس قيد البحث:

قامت الباحثة بالاطلاع على الكتب والمراجع العلمية والدراسات

السابقة التى تناولت المهارات الاساسيه فى التنس كدراسة كلا من (٢)، (٥)،

(٨)، (٩)، (١٢)، (٢٦)، (٢٧)، (٢٨) وذلك لتحديد الاختبارات التى تقيس

المهارات الاساسيه فى التنس قيد البحث، وتوصلت الباحثة الى تصميم

استمارة لاستطلاع رأى السادة الخبراء لتحديد الاختبارات التى تقيس

المهارات الأساسية فى التنس قيد البحث، مكونه من (٩) اختبارات مهاريه

بواقع ثلاثة اختبارات لكل مهارة (مرفق ٦)، وقام السادة الخبراء بتحديد

اختبار واحد لكل مهارة موضحة كالتالي:

١- الضربة الأرضية الأمامية: اختبار قوه الضربة الارضية الامامية.

٢- الضربة الأرضية الخلفية: اختبار قوه الضربة الارضية الخلفية.

٣- الضربة الساحقة الأمامية: اختبار دقة الضربة الساحقة الأمامية. (مرفق ٧)

٤- استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء حول العلاقة بين جوانب وأبعاد

الحركة والمهارات الأساسية فى التنس قيد البحث:

من خلال تحليل المراجع العلمية والدراسات السابقة والتي تناولت

جوانب وأبعاد الحركة مثل دراسة كلا من "إيمان سيد أحمد، حنان محمد

أحمد (٢٠١٢م)، (١٠)، مصطفى أحمد عبد الوهاب (٢٠١١م) (١٩)، وليد

إبراهيم أحمد (٢٠٠٨م) (٢٥)، هبه محمد راتب أبو جازيه" (٢٠٠٤م) (٢٤)،

فقد قامت الباحثة بتصميم استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء حول العلاقة

بين جوانب وأبعاد الحركة والمهارات الأساسية فى رياضة التنس قيد البحث،

وجداول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦)

العلاقة بين المهارات الأساسية في رياضة التنس قيد البحث وجوانب وأبعاد الحركة وفق لأراء الخبراء (ن = ١٠)

النسبة المئوية	جوانب وأبعاد الحركة				جوانب مهارات	٥
	العلاقات	الجهد والمكان	المبذول	الوعي بالجسم		
١٠٠%	١٥%	١٥%	٣٠%	٤٠%	الضربة الأرضية الامامية	١
١٠٠%	٢٠%	٤٠%	١٠%	٣٠%	الضربة الأرضية الخلفية	٢
١٠٠%	٢٠%	٣٠%	٢٠%	٣٠%	الضربة الساحقة الامامية	٣

من خلال جدول (٦) تم تحديد ارتباط كل جانب من جوانب الحركة بالمهارة الأساسية في التنس قيد البحث. مرفق (٨) الدراسة الاستطلاعية الأولى:

أجريت هذه الدراسة في الفترة الزمنية من ١٦،١٥/٦/٢٠١٦م حيث قامت الباحثة باختيار (١٠) لاعبين من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وذلك لأداء وتنفيذ الاختبارات التي وصلت لصورتها النهائية بعد استطلاع رأي السادة الخبراء عليها. الدراسة الاستطلاعية الثانية:

أجريت هذه الدراسة في الفترة الزمنية من ٢٢/٦/٢٠١٦م إلي ٦/٧/٢٠١٦م حيث قامت الباحثة بإجراء المعاملات العلمية صدق وثبات الاختبار وتم ذلك باختيار مجموعة عشوائية قوامها (١٠) أطفال مبتدئين في التنس من (٦: ٩) سنوات، واستخدمت الباحثة طريقة إعادة الاختبار -test retest وذلك بحساب متوسط القياس الأول والقياس الثاني بفارق زمني (١٤) يوم بين التطبيقين.

المعاملات العلمية للاختبارات المهارات الحركية الأساسية:

قامت الباحثة بإجراء المعاملات العلمية للاختبارات (صدق وثبات) وذلك في الفترة من ٢٢/٦/٢٠١٦م الى ٦/٧/٢٠١٦م وذلك للوقوف على صدق وثبات محتوى الاختبارات ومدى صلاحيتها. أولاً: صدق الاختبار:

استخدمت الباحثة صدق التمايز حيث قامت الباحثة بالمقارنة بين متوسطات درجات مجموعتين من اللاعبين أحدهما مميزة من لاعبين التنس تحت ١٦ سنة وعددهم (١٠) لاعبين والأخرى غير مميزة من المبتدئين في التنس تحت ٩ سنوات وعددهم (١٠) لاعبين، والجدول التالي يوضح دلالة الفروق بين المجموعه المميزة والمجموعه الغير مميزه وتم ذلك من خلال الدراسة الاستطلاعية الثانية:

جدول (٧)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للحركات الأساسية قيد البحث (ن = ٢٠)

المتغيرات	وحدة القياس	مجموعة مميزة		مجموعة غير مميزة		قيمة (ت)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
حركات تقوية	المشي	١١.١٢٠	٠.٩٤٢	١٣.٣٣٥	٢.٢٣٥	*٣.٨٤٤-
	الجري	١٣.٣٢٢	٠.٩٤٨	١٦.٣٣٠	٠.٢٣٤	*٦.٢٤٤-
	الوثب	١٦٣.٤٠٠	١٥.٧٢٢	١٤٦.١٣٠	٧.٢٥٨	*٣.٢٥٨-
	الحجل	٧.٠٠٠	٠.٩٩٤	٥.٩٥٠	٠.٩٤٣	*٢.٣٣٨-
	الخطو	٢٥.٤٠٠	٢.٤١٣	٢١.٤٤٠	١.٠٧٥	*٤.٨٧٥-
غير انتقالية	الثني المد	٢٥.٦٦٠	٥.١٤٣	٢١.٩٤٠	٢.٣٣١	*٣.٥٤٣-
	اللف	٢٠.٣٤٣	٢.٤١٣	٢٧.٥٢٦	١.٠٧٥	*٣.٢٥٨-
	الدوران	٢٥.٣٠٠	٩.٨٤١	١٩.٣٤٠	٤.٦٤١	*٣.٦٤٥-
	التوازن	٦٨.١٣٢	١.٤١١	٨٣.٠٠٠	١.١٥٤	*٢١.١٩٢
معالج وبتنول	المرجحة	١٢.٤٠	٠.٦٤٤	٨.٩٤٠	١.١٩٧	*٢.٨٥٧-
	الضرب	١٣.٨٠	١.١٤	٨.١٠	٠.٩٩٢	*٣.٥٨٣-
	الاستقبال	١٢.١٠٠	٠.٩٩١	٧.٣٠٠	١.٤٥٨	*٤.٢١٧-

• قيمه (ت) عند مستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٠٩

يتضح من جدول (٧) أن قيمة (ت) الجدولية تراوحت بين (-٢.٣٣٨، -٢١.١٩٢) مما يدل على صدق الاختبارات للمهارات الحركية قيد البحث.

جدول (٨)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للمهارات الأساسية في
التنس قيد البحث (ن=٢٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	مجموعة مميزة		مجموعة غير مميزة		قيمة (ت)
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
١	الضربة الارضية الامامية	الدرجة	٠,٩٩٩	٣,١٠٩	٠,٤٣٣	٣,٥٨*	
٢	الضربة الارضية الخلفية	الدرجة	٠,٧٤٥	٢,٩٣٥	٠,٤١٨	٣,٣٨*	
٣	الضربة الساحقة الامامية	الدرجة	٠,٢٥٦	٢,٨٣٤	٠,٠٨١	٤,١٥*	

• قيمه (ت) عند مستوي دلالة (٠,٠٥) = ٢,٠٩
يتضح من جدول (٨) أن قيمة (ت) الجدولية تراوحت بين (٣,٣٨)، (٤,١٥) مما يدل على صدق الاختبارات للمهارات الأساسية في التنس قيد البحث.

ثانياً: ثبات الاختبارات:

قامت الباحثة بحساب معامل الثبات للاختبارات باستخدام طريق التطبيق وإعادة التطبيق على أفراد العينة الاستطلاعية بفواصل زمنية قدره اسبوعين من التطبيق الاول علي نفس المجموعه وفي نفس التوقيت لتوحيد ظروف القياس قدر الامكان وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين لحساب معامل الثبات للاختبارات وجدول (٩) يوضح ذلك:

جدول (٩)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط للحركات الأساسية
قيد البحث (ن = ١٠)

قيمة (ر)	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		وحدة القياس	المتغيرات	حركات تنس	المهارات الحركية الأساسية
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي				
٠,٩٩٩	٢,١١٠	١٢,٤٠٠	٢,٢٣٥	١٣,٣٣٥	بالثانية	المشي		
٠,٩٤٧	٠,٨٧٥	١٥,٤٤٠	٠,٢٣٤	١٦,٣٣٠	بالثانية	الجري		
٠,٩٨٤	٨,٣٤٦	١٥٤,٥٦٠	٧,٢٥٨	١٤٦,١٣٠	سنتيمتر	الوثب		
٠,٨٩٤	٠,٨٧٥	٦,٥٠٠	٠,٩٤٣	٥,٩٥٠	بالثانية	الحجل		
٠,٨٤٤	١,٨٨٨	٢٣,٥٦٠	١,٠٧٥	٢١,٤٤٠	العدد	الخطو		

تابع جدول (٩)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط للحركات الأساسية
قيد البحث (ن = ١٠)

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
٠.٩٦٦	٣.٤٠١	٢٢.٥٨٠	٢.٣٣١	٢١.٩٤٠	العدد	الثني المد	المتغيرات
٠.٩٤٨	٧.٠٥٦	٢٩.٣٤٥	١.٠٧٥	٢٧.٥٢٦	العدد	اللف	
٠.٩٨٨	٥.٩٦٧	٢١.٥٠٠	٤.٦٤١	١٩.٣٤٠	العدد	الدوران	
٠.٩٠٤	٣.٧٠٥	٨١.٨٠٠	١.١٥٤	٨٣.٠٠٠	بالثانية	التوازن	المتغيرات
٠.٨٠٥	١.٢٦٩	١٠.٥٠٠	١.١٩٧	٨.٩٤٠	الدرجة	المرجحة	
٠.٩٧٨	١.٠٨٠	٨.٨٨٠	٠.٩٩٢	٨.١٠	النقطة	الضرب	
٠.٨٤٣	١.٤٤٩	٨.١٤٩	١.٤٥٨	٧.٣٠٠	العدد	الاستقبال	المتغيرات

قيمة (ر) الجدولية = ٠.٦٣

يتضح من جدول (٩) أن معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لاختبارات المهارات الحركية الأساسية قيد البحث تراوحت ما بين (٠.٨٠٥ : ٠.٩٩٩) وجميعها معامل ارتباط دال احصائيا مما يشير الى ثبات تلك الاختبارات.

جدول (١٠)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط للمهارات الأساسية في التنس قيد البحث (ن = ١٠)

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات	م
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
*٠.٩٩٧	٠.٥٤٣	٣.٩٩٩	٠.٤٣٣	٣.١٠٩	الدرجة	الضربة الارضية الامامية	١
*٠.٩٧٢	٠.٥٤١	٣.١١٢	٠.٤١٨	٢.٩٣٥	الدرجة	الضربة الارضية الخلفية	٢
*٠.٧٩٥	٠.٢٠١	٣.٠١١	٠.٠٨١	٢.٨٣٤	الدرجة	الضربة الساحقة الامامية	٣

قيمة (ر) الجدولية = ٠.٦٣

يتضح من جدول (١٠) أن قيم معامل الارتباط بين التطبيقين الاول والثانى للاختبارات المهارية قد تراوحت ما بين (٠.٧٩٥ : ٠.٩٩٧) مما يدل على ثبات درجات هذه الاختبارات.

برنامج الأنشطة الحركية فى ضوء تصنيف لابان لأبعاد وجوانب الحركة :
١- هدف البرنامج :

يهدف البرنامج إلى تنمية المهارات الحركية الاساسيه المرتبطة برياضة التنس ومعرفة أثره على الأداء المهارى للأطفال المبتدئين من (٦ : ٩) سنوات فى ضوء تصنيف لابان لأبعاد وجوانب الحركة، والذي أشتمل علي الأهداف الفرعيه التاليه:

- تنميه بعض المهارات الحركية الاساسيه المرتبطة بمهارات رياضة التنس في ضوء تصنيف لأبان لأبعاد و جوانب الحركة.
- التعرف على مستوى أداء المهارات الاساسيه فى رياضة التنس للأطفال المبتدئين من (٦ : ٩) سنوات.

٢- أسس وضع البرنامج :

- ١- أن يقوم البرنامج علي تحقيق الهدف الموضوع من اجله.
- ٢- أن يراعي البرنامج الخصائص السنية لمرحلة ٦-٩ سنوات العينه قيد البحث.
- ٣- أن يتناسب البرنامج مع الإمكانيات المتاحة من أدوات وإمكانيات.
- ٤- يجب أن يتميز البرنامج بالتنوع حتى لا يصاب المتعلم بالملل دون خلل بالبرنامج.
- ٥- مراعاة التدرج في البرنامج في إعطاء التمرينات وذلك من البسيط للمركب ومن السهل إلي الصعب ومن الجزء إلي الكل ومن العام إلي الخاص.
- ٦- أن يتوفر عاملي الأمن والسلامة في بيئة التعلم.

٧- أن يكون البرنامج متميزا بالسهولة والمرونة أثناء التطبيق.

٣- محتوى البرنامج :

قامت الباحثة بالإطلاع علي المراجع والدراسات السابقة في مجال رياضة التنس والتربية الحركية من اجل استخلاص مجموعه من التمرينات والتدريبات المتخصصة والتي تساعد علي تحقيق هدف البرنامج ومنها مثل كلا من (٥)، (١٥)، (٢)، (٨)، (١٢)، (٢٦)، (٢٧)، وفي ضوء ماسبق وضعت الباحثة تصور لمجموعه من التمرينات والتدريبات، كما قامت الباحثة بتنظيم محتوى البرنامج وتم توزيعه زمنيا علي وحدات لكل وحدة هدف منشق من الهدف العام للبرنامج ومن ثم تم التوصل إلي الشكل العام والنهائي للبرنامج مرفق (٩)

استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء حول البرنامج من حيث أوليه تعليم المهارات وزمن البرنامج:

قامت الباحثة بتحليل المراجع والدراسات المرتبطة برياضة التنس لتصميم استمارة استطلاع رأى الخبراء فى البرنامج وأولويه تعليم المهارات وزمن البرنامج، كدراسة كلا من (٢)، (٥)، (٨)، (٩)، (١٢)، (٢٦)، (٢٧)، (٢٨) والتي تناولت المهارات الاساسيه فى التنس ثم قامت الباحثة بعرضها على السادة الخبراء فى ألعاب المضرب وعددهم (١٠) مرفق (١) لتحديد أولوية تعلم المهارات الأساسية فى التنس للمبتدئين منى ٦ : ٩ سنوات وقام الخبراء بتحديد المهارات الاساسيه الثلاثة (الضربة الأرضية الاماميه، الضربة الأرضية الخلفية، الضربة الساحقة الاماميه) والتي حصلت على نسبة ١٠٠% من رأى السادة الخبراء فى ألعاب المضرب، كما تم استطلاع رأى السادة الخبراء فى زمن البرنامج وعدد الوحدات وزمن الوحدة وقد حصل زمن البرنامج على شهرين بنسبة (٨٠%)، وعدد الوحدات الأسبوعية المقترحة ثلاث وحدات بنسبه ١٠٠%، وزمن الوحدة التعليميه ٩٠ دقيقه على

نسبة ٩٠% من آراء السادة الخبراء وعددهم (١٠) خبراء فى مجال التخصص، وقد ارتضت الباحثة الآراء التى حصلت على نسبة ٧٠% فأكثر وبالتالي أصبح زمن البرنامج شهرين وعدد الوحدات الاسبوعيه ثلاثة وحدات وزمن الوحدة ٩٠ دقيقة. (مرفق ٢)

٥- تقسيم الزمن الكلي للبرنامج:

من خلال استطلاع رأي الخبراء مرفق (١) تم تحديد الزمن الكلي للبرنامج والوحدات وزمن الوحدات وجدول (١١) يوضح ذلك:

جدول (١١)

تقسيم أزمنا البرنامج المقترح على مكوناته

المجموع	الختام	الجزء الرئيسي		الإجماء	أجزاء الوحدة
		مهارات التنس	حركات أساسيه		
٢١٦٠ دقيقه	٢٤٠ دقيقه	١٥٦٠ دقيقه	٣٦٠ دقيقه	الزمن لأقرب دقيقه	النسبة المئوية
%١٠٠	%١١.١١	%٧٢.٢٢	%١٦.٦٧		

يتضح من خلال جدول (١١) ان الزمن الكلى للبرنامج ٢١٦٠ دقيقه وبلغ زمن الإجماء ٣٦٠ دقيقه بنسبه ١٦.٦٧% من الزمن الكلي، كما بلغ زمن الجزء الرئيسي من الوحدة ١٥٦٠ دقيقه بنسبه ٧٢.٢٢ من الزمن الكلي، وبلغ زمن الجزء الختامي ٢٤٠ دقيقه بمايعادل ١١.١١% من الزمن الكلي.

القياس القبلي:

أجريت القياسات القبليه فى المتغيرات المختارة قيد البحث وذلك فى الفتره من ٢٤/٨/٢٠١٦م إلي ٢٨/٨/٢٠١٦م.

تنفيذ البرنامج:

- تم تطبيق البرنامج على المجموعه التجريبيه خلال الفتره من ١/٩/٢٠١٦م وحتى ٣٠/١٠/٢٠١٦م وخلال نفس الفتره تم تطبيق البرنامج المتفق عليه مع مدربي الفرق على المجموعه الضابطه.

القياس البعدي:

قامت الباحثة بأجراء القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة بنفس الأسلوب المتبع في القياسات القبلية وكان ذلك في الفترة من ٢٠١٦/١١/١٠ م حتى ٢٠١٦/١١/٥ م،

المعالجات الإحصائية:

• استخدم الباحث المعالجات الإحصائية الآتية من أجل التوصل إلي نتائج تساعد على تحقيق فروض الدراسة.

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط
- معامل الالتواء
- النسبة المئوية
- اختبار "t"

عرض ومناقشة النتائج:

١- دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة.

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الحركية الأساسية والمهارات الاساسيه في التنس قيد البحث (ن = ٥٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	الدلالة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	مركبات نقلية	المشي	١١.٩٤٥	١.٠٩٩	١١.٢٢٠	٠.٣٢٤	٠.٨٢٥	غير دال
٢		الجري	١٦.٣٤٥	٠.٩٧٥	١٦.٠٣٧	٠.٤٨٧	١.٣٠٢	غير دال
٣		الوثب	١٤٥.٤٦٦	٢.٦١٢	١٤٨.٤٦٥	٠.٦٠٠	٠.٥٢٥-	غير دال
٤		الحجل	٥.٧٢٩	١٤.٣٨٧	٥.٩٨٧	٠.٨٤٥	١.٥٦٣	غير دال
٥		الخطو	٢١.٥٤٧	١.٠٠٠	٢١.٩٥٥	١.٦٦٩	١.٦٠٠-	غير دال
٦	غير نقلية	التي والمد	١٩.٥٧٠	٤.٦١٢	٢٤.٥٤٦	١.٣٤٥	٠٣.٣٣١-	دال
٧		اللف	٦٠.١٧٦	٥.٠٠٠	٧٠.٨٠٦	٢.٢٦٥	٠٣.٥٥٢-	دال
٨		الدوران	٢٠.٣٩٦	١.٠٦٠٦	٢٧.٠٣٠	٢.٣٦٧	٠٤.٣٦١-	دال
٩		التوازن	٨٢.٠٠٣	١.٢٧٩	٧٧.٩٠٩	٢.٠٠٠	*٣.٢٧١	دال

تابع جدول (١٢)
دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات
الحركية الأساسية والمهارات الأساسية في التنس قيد البحث (ن = ٥٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	الدلالة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١٠	معالجة وتناول	المرجحة	١٥.٣١٨	١.٤٩٠	١٦.٠٠٠	١.١٠٠	١.٢٧٧-	غير دال
		الضرب	٧.١٦٣	٠.٢٠٠	٨.٩٩٠	١.٢٠٠	١.٣٨٣-	غير دال
١٣	التنس المهارات الأساسية في	الاستقبال	١٢.١٤٧	٠.٤٩٨	١٣.٣٥٦	١.٣٣٧	٠.٢٠٠-	غير دال
الأرضية الامامية		١.١٠٠	٠.٥٥٦	٤.١٠٠	٠.٣٣١	٠.٦٩٠-	دال	
الأرضية الخلفية		١.٠١٢	٠.٣١١	٣.٨٠٠	٠.٦٢٣	٠.٤٩٠-	دال	
الساحة الامامية		١.١١٢	٠.٢٢١	٣.٨٥٠	٠.٥٦٣	٠.٩٣٠-	دال	

* قيمه (ت) الجدولية عند درجة حرية (٤٩) ومستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٦٣
يتضح من جدول (١٣) أنه توجد فروق غير دالة إحصائياً بين
القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض المهارات الحركية
الأساسية قيد البحث لصالح لقياس البعدي وذلك في كلا من متغيرات
(المشي - الوثب - الجري - الحبل - الخطو - الاستقبال - الضرب - المرجحة)
حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (٠.٢٠٠، ١.٥٦٣) وهي قيمة
أصغر من قيمة (ت) الجدولية، كما توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين
القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الحركية الأساسية قيد
البحث لصالح القياس البعدي وذلك في كلا من متغيرات (الثنى والمد - اللف -
الدوران - التوازن)، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (-٣.٢٧١*، -
٤.٣٦١*) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، وتوجد فروق دالة
إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات
الأساسية في التنس قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة
(ت) المحسوبة بين (-٤.٤٩٠*، -٩.٣٠٠*) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت)
الجدولية.

وبالنسبة للمهارات الاساسيه فى التنس قيد البحث فقد كانت هناك فروق بين متوسطات الدرجات قليله نسبيا حيث بلغت (١.١٠٠ : ٤.١٠٠) وذلك فى مهارة الضربة الارضية الاماميه، (١,٠١٢ : ٣.٨٠٠) وذلك فى مهارة الضربة الارضية الخلفيه، مقارنة بمهارة الضربة الساحقة الاماميه والتي بلغت نسبة التحسن بين متوسطات درجاتها (١.١١٢ : ٣.٨٥٠) وهذا التفاوت بين متوسطات درجات المهارات الاساسية فى التنس قيد البحث يثبت أن البرنامج التقليدى غير مقنن ولا يسير على خطة موضوعه على أسس علمية.

وترجع الباحثة وجود فروق غير دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في غالبية المهارات الحركية الأساسية قيد البحث إلى عدم اهتمام البرنامج التقليدي والذي تم تطبيقه على المجموعة الضابطة بتنمية المهارات الحركية الأساسية بشكل مباشر كما أن التمرينات المستخدمة لتنمية المهارات الحركية الأساسية لم تكن تؤدي بشكل مقنن بما يتناسب مع المهارات الأساسية في التنس قيد البحث، مما أدى إلى عدم وجود تأثير إيجابي على مستوى أداء بعض المهارات الحركية الأساسية.

كما ترجع الباحثة وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض المهارات الحركية الأساسية قيد البحث وهي (الثنى والمد- اللف- الدوران- التوازن) وهذه المهارات تشترك في إما أنها تمثل جزء كبير من المهارات الأساسية في التنس قيد البحث أو أنها نمت من خلال الظروف البيئية المحيطة لأن عامل النضج والتطور الطبيعي للحركات الأساسية والنشاط الحركي اليومي له تأثير إيجابي على مستوى أداء بعض المهارات الحركية الأساسية.

كما ترجع الباحثة وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الاساسيه فى التنس قيد البحث إلى استخدام البرنامج التقليدي المتفق عليه والذي تم تطبيقه على المجموعة

الضابطة والذي أهتم بتنمية المهارات الأساسية في التنس قيد البحث بشكل مباشر.

- وهنا قد تحقق الفرض الأول والذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الحركات الأساسية وبعض المهارات الأساسية في التنس (الضربة الأرضية الأمامية- الضربة الأرضية الخلفية- الضربة الساحقة الأمامية) لصالح القياس البعدي".

١- دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية:

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات الحركية الأساسية والمهارات الأساسية في التنس قيد البحث (ن=٥٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	الدلالة		
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
١	المهارات الحركية الأساسية	حركات انتقالية	المشي	بالتنائية	١١.٧٥٥	١.٠٠٠	٩.٠١٠	٠.٩٢٥	٢.٩٨٢*	دال
٢			الجرى	بالتنائية	١٥.٩٥٧	٠.٨٠٠	١٠.٠٠٦	٠.٨٨٣	٧.٤٣٢*	دال
٣			الوثب	سنتيمتر	١٤٦.٣٤١	١.٠٠٠	١٦٥.٦٥٣	٧.٦٢٧	٣.٥٢٥*	دال
٤			الحجل	بالتنائية	٦.٧٨٦	١٢.٠٩٨	١١.٩٨٣	٠.٨٨٣	٢.٨٦٣*	دال
٥			الخطو	العدد	٢٢.٥٣٨	١.٣٥٦	٣٠.٠٦٥	١.٣٠٩	٧.٦٨٥*	دال
٦			التثني والمد	العدد	٢٠.٢١٣	٤.٣٤٥	٣٠.١٥١	٢.٣٢٥	٧.٣٢١*	دال
٧			اللف	العدد	٦١.٧٧٢	٥.٥٢٣	٧٠.٨٩٩	٥.٢٩٤	١٣.٠٥٤*	دال
٨			الدوران	العدد	٢٠.٦٧٣	٨.١٥٦	٣٠.٠٦٦	٤.٠٠٨	٤.٤٤٠*	دال
٩			التوازن	بالتنائية	٨٢.٨٦٨	١.٤٥١	٦٠.٩٩٦	٢.٠٢٣	٢٥.١٠٠*	دال
١٠			الضرب	الدرجة	١٥.٥٦٢	١.٣٥٦	٢٠.٩٩٠	١.٠١٤	٧.٨٩٧*	دال
١٢	معالجة وتبادل	المرجحة	النقطة	٨.١٢٣	١.١٢٣	١٧.٠٧٦	١.٠٠٠	٧.٩٣٧*	دال	
١٣		الاستقبال	العدد	١٣.٤٨٣	١.٢٨٦	١٦.٤٧٩	١.٢٤٢	١٠.٠٢٠*	دال	
١٤		المهارات الأساسية في التنس	الأرضية الامامية	الدرجة	١.٩٥٥	٠.٤٤٤	٧.٠٠٠	١.٢٤٢	٧.٩٣٧*	دال
١٥	الأرضية الخلفية		الدرجة	١.٨٠٠	٠.٣٥٤	٨.٩٩٩	٠.٨٢٣	٦.٨٦٣*	دال	
١٦	الساحقة الامامية		الدرجة	١.٩٢٣	٠.٢٣٢	٨.٠٣٩	٠.٦٧٣	٧.٨٩٧*	دال	

* قيمه (ت) الجدولية عند درجة حرية (٤٩) ومستوي دلالة (٠.٠٥) = ٢.٦٣

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات الحركية الأساسية قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (٢٠.٨٦٣، ٢٥.١٠٠) وهى قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، كما توجد فروق داله إحصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات الأساسية فى التنس قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (-٧.٨٩٧ : ٦.٨٦٣) وهى قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية.

وهذا التحسن ترجعه الباحثة إلى التأثير الإيجابي للبرنامج المعد من قبل الباحث والذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية بما يشمل من تمارينات لتنمية المهارات الحركية الأساسية، مما كان له تأثير إيجابي على مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية.

كما ترجع الباحثة الفروق في المهارات الأساسية فى التنس قيد البحث بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية إلى تحسن مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية المرتبطة وهى (المشي، الجري، الوثب، الحجل، الخطو، الثني والمد، اللف، الدوران، التوازن، الضرب، المرجحة، الاستقبال) وهى المهارات التي كانت بها فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي لهذه المهارات حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة لهذه المهارات (٢٠.٨٦٣، ٢٥.١٠٠) وهى قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية.

وهذا ما تؤكدته دراسة "سيوبهان أوكيفي" Siobhan O'keeffe (٢٠٠٣م) (٣١) على أن الارتفاع فى مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية بوجه عام والمهارات الحركية الأساسية المرتبطة بالرياضات التخصصية يؤدي إلى تحسن أداء هذه المهارات وسهولة الارتفاع بها والوصول بها إلى المستويات العليا.

كما ترجع الباحثة الفروق في المهارات الأساسية فى التنس قيد البحث بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية إلى تعليم المهارات في

ضوء جوانب وأبعاد الحركة وهي مفاهيم الوعي بالجسم "الموجهة للنشاط" وهي تخبرنا بما يفعل الجسم كله أو جزء منه، ومفاهيم الجهد "الموجهة كما وكيفا" وهي تخبرنا بشكل الحركة وماهيتها الديناميكية، ومفاهيم الحيز والمكان "موجهة للمكان" وهي تحدد أين تقع الحركة خلال البيئة، ومفاهيم العلاقات "موجهة نحو الأفراد والأدوات والأجهزة" وهي تخبرنا بالتفاعل الحادث بين الأفراد والأشياء والبيئة.

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه "محمود عبد الحليم عبد الكريم" (٢٠٠٦م) حيث ذكر أن تصميم خبرات الألعاب التعليمية الحركية من خلال تصنيف الحركة في أنه يساعد التلاميذ للوصول إلى أقصى إمكاناتهم كلاعبين مهرة رغم اختلاف قدراتهم الفردية، وهذا يعني مواجهة احتياجات التلاميذ الموهوبين، وبطيئوا التعلم، وذو النمو البطيء، وأقلمة المعلم مع اختلافات التلاميذ الفردية بما يتلائم مع طبيعة وخصائص نموهم الحركي. (١٨: ٦٧)

- وهنا قد تحقق الفرض الثاني والذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الحركات الأساسية وبعض المهارات الأساسية في التنس (الضربة الأرضية الأمامية - الضربة الأرضية الخلفية - الضربة الساحقة الأمامية) لصالح القياس البعدي".

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين القياسين البعدي للمجموعة التجريبية والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الحركية الأساسية قيد البحث (ن = ١٠٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	القياس البعدي للمجموعة الضابطة		القياس البعدي للمجموعة التجريبية		قيمة (ت)	الدلالة
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	المهارات الحركية الأساسية حركات انقبالية	المشي	١١.٢٢٠	٠.٣٢٤	٩.٠١٠	٠.٩٢٥	*٢,٣٤٧	دال
٢		الجري	١٦.٠٣٧	٠.٤٨٧	١٠.٠٠٦	٠.٨٨٣	*٣.٥٨٠	دال
٣		الوثب	١٤٨.٤٦٥	٠.٦٠٠	١٦٥.٦٥٣	٧.٦٢٧	*٥.٣٩٦	دال
٤		الحجل	٥.٩٨٧	٠.٨٤٥	١١.٩٨٣	٠.٨٨٣	*٣.٤٥٦	دال
٥		الخطو	٢١.٩٥٥	١.٦٦٩	٣٠.٠٦٥	١.٣٠٩	*٣,١٢٥	دال

تابع جدول (١٤)
دلالة الفروق بين القياسين البعدي للمجموعة التجريبية والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الحركية الأساسية قيد البحث (ن = ١٠٠)

الدلالة	قيمة (ت)	القياس البعدي للمجموعة التجريبية		القياس البعدي للمجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات		م
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		غير انتقالية	انتقالية	
دال	*٥,٩٨٩	٢,٣٢٥	٣٠,١٥١	١,٣٤٥	٢٤,٥٤٦	العدد	الثني والمد	غير انتقالية	٦
دال	*٥,٩٨٠	٥,٢٩٤	٧٠,٨٩٩	٢,٢٦٥	٧٠,٨٠٦	العدد	اللف		٧
دال	*٥,٣٩٩	٤,٠٠٨	٣٠,٠٦٦	٢,٣٦٧	٢٧,٠٣٠	العدد	الدوران		٨
دال	*٥,٨٨٨	٢,٠٢٣	٦٠,٩٩٦	٢,٠٠٠	٧٧,٩٠٩	بالثانية	التوازن	انتقالية	٩
دال	*٢,٥٥٥	١,٠١٤	٢٠,٩٩٠	١,١٠٠	١٦,٠٠٠	الدرجة	الضرب		١٠
دال	*٣,٥٦٧	١,٠٠٠	١٧,٠٧٦	١,٢٠٠	٨,٩٩٠	النقطة	المرجحة		١٢
دال	*٢,٣١١	١,٢٤٢	١٦,٤٧٩	١,٣٣٧	١٣,٣٥٦	العدد	الاستقبال		١٣
دال	١,٢٤٢	٧,٠٠٠	٧,٠٠٠	٠,٣٣١	٤,١٠٠	الدرجة	الأرضية الامامية	المهارات الأساسية	١٤
دال	٠,٨٢٣	٨,٩٩٩	٨,٩٩٩	٠,٦٢٣	٣,٨٠٠	الدرجة	الأرضية الخلفية		١٥
دال	٠,٦٧٣	٨,٠٣٩	٨,٠٣٩	٠,٥٦٣	٣,٨٥٠	الدرجة	الساحقة الامامية		١٦

* قيمه (ت) عند مستوي دلالة (٠,٠٥) = ١,٩٨

يتضح من جدول (١٤) توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدي للمجموعة التجريبية والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الحركية الأساسية قيد البحث لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (٢,٣١١، ٥,٩٨٩) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية، كما توجد فروق داله احصائيا بين القياسين البعدي للمجموعة التجريبية والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الأساسية في التنس قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (٤,١٨٠، ٢,٢٧٧) وهي قيمة أكبر من قيمة (ت) الجدولية.

وتنسب الباحثة هذه النتيجة الى أن برنامج الانشطة الحركية الذى اسهم فى تنميه المهارات الحركية الاساسيه والذى بدوره أثر بشكل ايجابي على تنميه المهارات الأساسية فى التنس قيد البحث وذلك يتفق مع دراسة كلا "أحمد عبد العظيم عبد الله (٢٠٠٢م) (٤)، وليد ابراهيم أحمد (٢٠٠٨م) (٢٣)، ايمان سيد أحمد، حنان جعيصة" (٢٠١٢) (١٠).

بالإضافة إلى إن برنامج الأنشطة الحركية أتاح للأطفال بيئة صالحة لممارسة الاشياء المحببة الى أنفسهم وهى اللعب كذلك البرامج الموجهة والتي تمثلت فى الالعاب الصغيرة والقصص الحركية والعباب المحاكاة والتقليد وهذه الانشطة محببه الى نفس الطفل وما تحدثه من تأثيرات ايجابية فى تطوير المهارات الاساسيه للطفل والى أهمية تنمية علاقته بالمكان والادوات وبالبيئة المحيطة من خلال أبعاد وجوانب الحركة والانشطة الموجهة من قبل المعلم.

فتنسب الباحثة ذلك التحسن للبرنامج الذى تم تطبيقه على المجموعة التجريبية بما يشمل من تمرينات لتنمية المهارات الحركية الأساسية، وتنمية بعض المهارات الأساسية فى التنس والتي تميزت بالتسلسل المنطقي فى ضوء أبعاد وجوانب الحركة، مما كان له تأثير إيجابي على مستوى أداء المهارات الحركية بعض المهارات الأساسية فى التنس قيد البحث.

هذا ولأن الطفل مهما بلغت درجة تفتحها لا يستطيع أن يتعلم مهارة من مهارات لعبة معينة قبل أن يتعلم المهارات الحركية الأساسية الضرورية لجميع الأنشطة الرياضية وكذلك المهارات الأساسية لنوع النشاط الذى سيتخصص فيه. (٤ : ٣٤٣)

وهذا يتفق ما توصلت اليه نتائج دراسة كلا من "هبه محمد راتب (٢٠٠٤م) (٢٤)، وليد إبراهيم أحمد (٢٠٠٨م) (٢٥)، مصطفى احمد عبد الوهاب (٢٠١١م) (١٩)، ايمان سيد أحمد، حنان محمد أحمد" (٢٠١٢)، (١٠).

وهنا قد تحقق الفرض الثالث والذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسيين البعديين لمجموعي البحث الضابطة والتجريبية في الحركات الأساسية وبعض المهارات الأساسية فى التنس (الضربة الأرضية الأمامية - الضربة الأرضية الخلفية - الضربة الساحقة الامامية) لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

الاستنتاجات :

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي إطار العينة والمنهج المستخدم والمعالجات الإحصائية وتفسير ومناقشة النتائج تمكنت الباحثة من استخلاص ما يلي:

١- أدت الأجزاء القائم عليها برنامج الأنشطة الحركية من ألعاب صغيرة وألعاب تمثيلية وألعاب غنائية تمثيلية وقصص حركية المحببة لنفس الأطفال الى تأثير ايجابي فى تعليم المهارات الحركية الأساسية (المشى، الجرى، الحجل، الوثب، الخطو، الثنى والمد، اللف، الدوران، التوازن، الضرب، المرجحة، الاستقبال) حيث كانت الفروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

٢- البرنامج المقترح له تأثير ايجابي على تعليم بعض المهارات الأساسية فى التنس (الضربة الأرضية الامامية والضربة الأرضية الخلفية والضربة الساحقة الأمامية) حيث كانت الفروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية.

٣- أدى تطبيق برنامج الأنشطة الحركية الى تعليم بعض المهارات الأساسية فى التنس في ضوء جوانب وأبعاد الحركة (مفاهيم الوعي بالجسم، ومفاهيم الجهد، ومفاهيم الحيز والمكان، ومفاهيم العلاقات).

٤- ان استخدام برامج الانشطة الحركية أفضل من استخدام الطريقة التقليدية في تعليم المهارات الحركية الاساسيه والمهارات الاساسيه في التنس قيد البحث.

التوصيات:

- ١- اجراء المزيد من الدراسات والبحوث فى مجال الانشطة الحركية المختلفة لما لها من أهمية وكيفيه استغلالها فى تعليم المهارات الاساسيه فى باقى الرياضات.
- ٢- ضرورة تحديد الحركات الأساسية المرتبطة بألعاب المضرب بشكل عام.
- ٣- الاهتمام بتنمية الحركات الأساسية للمبتدئين في كل نشاط رياضي.
- ٤- وضع مجموعة من التمرينات للمهارات الأساسية في ألعاب المضرب في ضوء جوانب وأبعاد الحركة.
- ٥- توعية مدربي ومخططي البرامج التعليمية والتدريبية للناشئين بأهمية تنمية الحركات الأساسية المرتبطة بنوع النشاط في ضوء جوانب وأبعاد الحركة.
- ٦- عمل دليل ارشادى للقائمين على تعليم وتدريب المبتدئين فى التنس لكيفية تعليم المهارات في ضوء مفاهيم جوانب وأبعاد الحركة.

((المراجعـــــم))

أولاً: المراجع العربية:

- ١- إبتهاج محمود طلبة: "المهارات الحركية لطفل الروضة"، ط ٣، دار الميسرة، الأردن، ٢٠١٤م.
- ٢- أبو النجا أحمد عز الدين، حمدي محمد عبد الفتاح: ألعاب مضرب- تنس- تنس مضرب خشبي- تنس طاولة - الريشة الطائرة، منشأة المعارف، الإسكندرية، ٢٠٠٣.

- ٣- أحمد عبد العزيز عبد الله، محمد السيد خليل: "التربية الحركية النظرية والتطبيق"، دار الطباعة للنشر، المنصورة، ٢٠٠٧م.
- ٤- أحمد عبد العظيم عبد الله: تأثير برنامج تربية حركية باستخدام الألعاب الصغيرة الترويحية علي المتغيرات الحركية والرضا الحركي لأطفال من (٦ - ٩) سنوات، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة، ٢٠٠٣م.
- ٥- أحمد كامل مهدي، عبد الحكيم رزق: دليل المدرس والمدرّب في الألعاب الغرضية، مطبعة مؤمن الحديثة، قطر، ٢٠٠٧م.
- ٦- أسامة كامل راتب، أمين أنور الخولي: "نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال"، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٧م.
- ٧- انشراح إبراهيم المشرفي: "التربية الحركية لطفل الروضة"، المكتبة الرياضية الشاملة، جامعة ام لقري، مكة المكرمة، ٢٠٠٩م.
- ٨- إيلين وديع فرج: التنس- تعليم، تدريب، تقييم، تحكيم، منشأة المعارف، الإسكندرية، ٢٠٠٧.
- ٩- _____: الجديد في التنس الطريق إلي البطولة، منشأة المعارف، الاسكندرية، ٢٠٠٧..
- ١٠- إيمان سيد أحمد، حنان محمد أحمد: برنامج مقترح في ضوء تصنيف لأبان لجوانب وأبعاد الحركة لتنمية المهارات الحركية الأساسية والكفاءة الإدراكية الحركية لتلاميذ الصف الثالث الابتدائي، بحث منشور، مجلة علوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية جامعته أسيوط، ٢٠١٢م.
- ١١- المحمدي إبراهيم خليل: تأثير برنامج التربية الحركية علي تنمية مفهوم الذات لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية من (٦ - ٩)

سنوات، رسالة ماجستير- كلية التربية الرياضية- جامعة المنصورة ٢٠٠٥.

- ١٢- عبد النبي الجمال: الموسوعة العربية للتنس للمبتدئين - للمتقدمين - للاعبي المسابقات، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠.
- ١٣- عفاف عثمان عثمان: الاتجاهات الحديثة في التربية الحركية، دار الوفاء والدنيا للطباعة والنشر، الإسكندرية، ٢٠٠٨.
- ١٤- فهمي مصطفى محمد: "الطفل ومهارات التفكير في رياض الأطفال"، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٥م.
- ١٥- ليلي عبد العزيز زهران، عاصم صابر راشد: اللعب التربوي المقومات النظرية والتطبيقية، دار زهران، القاهرة، ٢٠٠٥م.
- ١٦- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: اختبار الاداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠١م.
- ١٧- محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ١٨- محمود عبد الحليم عبد الكريم: ديناميكية تدريس التربية الرياضية، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٦م.
- ١٩- مصطفى أحمد عبد الوهاب: تأثير برنامج تعليمي على مستوى أداء بعض المهارات المنهجية في كرة اليد لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في ضوء جوانب وأبعاد الحركة، بحث منشور، مجلة علوم وفنون الرياضه، كلية التربية الرياضية، جامعه أسيوط، العدد، ٢٠١١م.
- ٢٠- مفتي إبراهيم حماد: برامج الاستكشاف وحل المشكلات في التربية الحركية لرياض الأطفال والابتدائية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٠م.

- ٢١- منى عبد المنعم عبد المعبود: "بناء بطارية لقياس المهارات الحركية الأساسية لانتقاء المبتدئين في تنس الطاولة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٠٠م.
- ٢٢- هاني محمد فتحي: تأثر برنامج تربية حركية علي الكفاءة الإدراكية الحركية والتفكير الإبتكاري لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٧م.
- ٢٣- هبة محمد راتب أبو جازية: تقويم مفاهيم جوانب الحركة في رياضة الجمباز لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة أسيوط، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط ١٩٩٩م.
- ٢٤- _____: خطة مقترحة لبرنامج جمباز المرحلة الابتدائية في ضوء مفاهيم جوانب وأبعاد الحركة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط ٢٠٠٤م.
- ٢٥- وليد إبراهيم أحمد: برنامج تعليمي مقترح في ضوء أبعاد وجوانب الحركة وتأثيره على مستوى أداء بعض المهارات الهجومية للمبتدئين في كرة السلة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٠٨م.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 26- Cole.,M., (2005): Step by step, Tennis skills, German Tennis federation st.me.ED.
- 27- Dawson, I (2001): Butterfly book, Tennis library du libanon.

- 28- Effort, Jimmy (2000):** Computer Tennis, Champaign, human kinetics
- 29- Gallahve, D. L. & Donnelly, F. C.** Developmental physical education for all children (4th ed) china: Human kinetics 2003
- 30- Good way, J. D. & branta, C. F.** influence of a motor skill intervention on fundamental motor skill development of disadvantaged preschool children, research quarterly for exercise and sport 27 (1) 36-46. 2003
- 31- Siobhan O’Keeffe. Ph. D:** Ther elationship between fundamental motor skill and sport specific skills, University of www.rhw.ul.ie/~pess/Limerick, Ireland staff/ sioban. Html resrarch. , 2003.