

اثر الالعاب الاستكشافية والحركية في الحد من فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي

فائق يونس علي السبعواوي

جامعة الموصل/ كلية التربية الاساسية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

(قدم للنشر في ١٢ / ٩ / ٢٠٢٣ ، قبل للنشر في ١٢ / ١٠ / ٢٠٢٣)

الملخص:

هدف البحث إلى التعرف على اثر كل من الالعاب الحركية والالعاب الاستكشافية في الحد من فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي، استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من (٤٠) تلميذ قسموا بطريقة عشوائية إلى مجموعتين تجريبيتين عن طريق القرعة وبواقع (٢٠) تلميذ لكل مجموعة، حيث طبقت الشعبة (أ) الالعاب الاستكشافية كمجموعة تجريبية أولى، أما الشعبة (ب) فقد طبقت الالعاب الحركية كمجموعة تجريبية ثانية، وتم تحقيق التكافؤ بين المجموعتين في متغيرات (العمر، والوزن ، والطول) فضلاً عن تحقيق التكافؤ بينهم في متغيرات البحث التابعة (قيد الدراسة)، واستغرق تنفيذ التجربة ستة أسابيع وبواقع خطتين تعليميتين في الأسبوع الواحد لكل مجموعة والبالغ عددها (١٢) خطة تعليمية، وبلغ زمن الخطة التعليمية الواحدة (٤٠) دقيقة، وتم البدء بتنفيذ التجربة يوم الاحد الموافق ٢٠٢٢/١٠/٢٣ ولغاية يوم الاربعاء الموافق ٢٠٢٢/١١/٣٠ .

استخدم الباحث البرنامج الاحصائي (SPSS) للوصول الى النتائج الخاصة بالبحث، وبعد تحليل البيانات إحصائياً توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

- فعالية الالعاب الاستكشافية والحركية في تنمية المهارات الحركية الاساسية لدى التلاميذ.
- كان لكل من الالعاب الاستكشافية والحركية دوراً ايجابياً في الحد من مستوى فرط الحركة لدى التلاميذ.
- إن الالعاب الاستكشافية أفضل مقارنة بالالعاب الحركية من حيث تأثيرها في الحد من فرط الحركة لدى التلاميذ وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى التلاميذ.

The Effect of Exploratory and Physical Games in Reducing Hyperactivity and Developing Some Basic Motor Skills Among Third Grade Primary School students

Faiq Younis Ali Al-Sabaawi

University of Mosul / College of Basic Education / Department of Physical Education and Sports Sciences

Abstract:

The current research aims to identify the impact of both physical and exploratory games in reducing hyperactivity and developing some basic motor skills in third grade students. The researcher used the experimental method to suit the nature of the research, and the research sample consisted of 40 students, randomly divided into two experimental groups, 20 students in each group. Group (A) applied exploratory games as the first experimental group, while group (B) applied physical games as the second experimental group. Equivalence between the two groups was achieved in variables such as age, weight, and height, as well as in the dependent research variables (under study). The experiment took six weeks, with two educational plans per week for each group, totaling 12 educational plans. The duration of each educational plan was 40 minutes. The experiment began on Sunday, 10/23/2022, and ended on Wednesday, 11/30/2022.

The researcher used the statistical program (SPSS) to obtain the research results. After analyzing the data statistically, the researcher reached the following conclusions:

- The effectiveness of exploratory and physical games in developing basic motor skills among students.
- Both exploratory and physical games had a positive role in reducing the level of hyperactivity among students.
- Exploratory games were better compared to physical games in their impact on reducing hyperactivity and developing some basic motor skills among students.

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

تعتبر مرحلة الطفولة المتوسطة من المراحل العمرية المهمة مما يفرض ضرورة الاهتمام بها من قبل كافة المؤسسات التربوية والاجتماعية، ابتداءً من الأسرة وصولاً إلى المدرسة التي يفترض أن تقدم خدمات تربوية وتعليمية للتلاميذ، حيث أصبحت محل اهتمام الباحثين، فلا شك أن أي اضطراب يصيب تلك المرحلة سيؤثر لا محالة على المراحل العمرية اللاحقة، وبما أنها فترة نمو وتطور فهي مرحلة حساسة حيث لا ينمو جميع التلاميذ بنفس المستوى في جميع مظاهر النمو فالكثير منهم يعاني من مشاكل سلوكية واضطرابات نفسية تعرقل هذا السير العادي للنمو .

ويعد فرط الحركة اضطراباً سلوكياً شائع الحدوث لدى التلاميذ وتزيد نسبة انتشاره عند الذكور أكثر من الإناث، بحيث أن التلميذ لا يستطيع أن يجلس بهدوء أبداً سواء في الصف أو ساحة النشاط الرياضي، وكثيراً ما يوصف التلميذ الذي يعاني من فرط الحركة بالتلميذ المشاغب أو الصعب الذي لا يمكن ضبطه، فبعض الآباء يزعمهم ذلك النشاط فيعاقبونهم ولكن العقاب يزيد المشكلة سوءاً، كذلك فإن إرغام التلميذ على شيء لا يستطيع عمله يؤدي إلى تفاقم المشكلة (شوارب، ٢٠١٣، ٨٦)، كما يشير (لتيم، ٢٠١٦) بأن "فرط الحركة هو إحدى أكثر المشكلات السلوكية شيوعاً وانتشاراً بين التلاميذ في مرحلة الطفولة المتوسطة، والذي قد تؤثر سلباً على حياتهم، حيث ينتج عن هذا الاضطراب تصرفات غير لائقة تعيق السير الحسن للتلميذ في المدرسة مما ينعكس على أدائه الأكاديمي" (لتيم، ٢٠١٦، ٨).

لذا لا تنحصر واجبات معلم التربية الرياضية على تطوير أو تحسين القدرات البدنية والمهارات الحركية الأساسية أو التعلم المهارى فقط، بل تمتد إلى واجبات نفسية وتربوية تجاه تلاميذه بالسيطرة على بينتهم الصفية، وهذا يستلزم الملاحظة العملية التي تتطلب معلومات عن كيفية تشخيص وتحليل سلوك كل تلميذ وذلك لأهميتها في السيطرة على المشكلات السلوكية التي تؤثر في المناخ الصفى لتسير جنب إلى جنب لتحقيق الأهداف التربوية والتعليمية للدرس، وبما أن المدرسة الحديثة تركز على نشاط التلميذ المتعلم أكثر من نشاط المعلم، لذا فإن هذا النشاط لابد من أن يتحدد بمحددات ليكون هادف ومقبول، إذ أن الاسراف بهذا النشاط أو الفرط بالحركة في درس التربية الرياضية قد يأتي بمردودات تؤثر في أنتباهه وضياح الجهود المبذولة معه، فضلاً عن عواقب ذلك الفرط بالحركة في توليد العدوان بين التلاميذ والتي تظهر واضحة في بعض سلوكيات العنف والاستقواء وغيرها (محمد، ٢٠١٨، ٧٧٤).

ويشير (القحطاني، ٢٠١٦) الى أن "اللعب دوراً أساسياً وضرورياً في نمو الجسم بشكل فعال لأنه من الأنشطة المهمة في برامج النشاط الحركي، وكلما زاد نشاط التلميذ زادت الفرص المتاحة لنموه وتعلمه واكتسابه مجموعة من الخبرات، كما أنه يجلب المتعة للتلاميذ ويلائم ميولهم، حيث يتم اللجوء إلى اللعب كطريقة مهمة لضبط سلوك التلميذ وتوجيهه وتصحيحه، ويستخدم في حالات عدم النمو الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي المتكامل والمتوازن للتلميذ، فهو يقويه جسدياً ويزوده بمعلومات عامة ومعايير اجتماعية ويضبط انفعالاته" (القحطاني، ٢٠١٦، ٦٩). كما أن الحركة والاكتشاف تعد من طبائع التلاميذ التي لا يمكن إغفالها عن سلوكهم

ويمكن استثمار ذلك في تطوير المهارات الحركية الأساسية إذا تم توجيه ذلك الوجهة العلمية السليمة، وذلك بتوفير بيئة مناسبة تعمل على إشباع حاجة التلميذ للحركة، كما يعد الاستكشاف أو حب الاستطلاع أول بوادر التعلم، وعلى الرغم من أنه فطري إلا أن للبيئة دوراً كبيراً في إثارة وإكساب التلميذ عادات فضولية جديدة مبنية على أسس علمية سليمة، فالسلوك الاستكشافي وحب الاستطلاع والفضول هي مصطلحات مترادفة لها نفس المعنى وهي رغبة الطفل في التعلم والاستزادة في المعرفة (المفتي ، ٢٠٠٥ ، ١٣) .

ومما تقدم تبرز أهمية البحث الحالي في التعرف على اثر كل من الالعاب الاستكشافية والحركية في الحد من مستوى فرط الحركة لدى التلاميذ وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية على اعتبار ان هذه المهارات تعد القاعدة الاساسية التي تبنى عليها المهارات الرياضية المختلفة .

٢-١ مشكلة البحث:

يتوقف التطور التربوي على ما يقدمه الباحثون من جهود لإعداد البرامج من أجل الارتقاء بالتلميذ وحل مشكلاته وعلاجها، حيث أن التلميذ يمر بمواقف إيجابية وسلبية تشكل شخصيته المستقبلية، كما تعترضه أحياناً صعوبات من النوع الذي يحول بينه وبين قدرته على السيطرة على المواقف، وربما تعود تلك العقبات والصعوبات إلى عوامل بيئية ونفسية، ويعد فرط الحركة لدى التلاميذ من المشاكل المهمة التي تواجههم والمؤكد عليها من طرف العاملين في الحقل التربوي والذي أصبح محطة اهتمام العديد من الباحثين، لأن هذا الاضطراب يعيق التعلم في المستقبل وكذلك عملية التفاعل في المجتمع، وبما أن هذه المرحلة تعد فترة انتقالية حرجية يتعرض مسار النمو فيها للعديد من المشكلات، فهي مرحلة تثبيت لكل مظاهر النمو، وقد أكدت الدراسات ان فرط الحركة يؤثر سلباً على معظم جوانب النمو لدى التلاميذ فمنهم من يهدر طاقته في حركات كثيرة لا جدوة منها، ومنهم من يمضي كل وقته في التنقل من مكان لآخر من دون هدف ولا يستطيع الاستقرار أو التركيز فلا يجد وقتاً للتعلم، وبالتالي ينعكس ذلك سلباً على مستوى تنمية وتطوير مهاراته وقدراته الحركية والبدنية، والذي ينعكس بدوره سلباً على تعلم واكتساب المهارات الرياضية المختلفة في المراحل اللاحقة.

ومن هنا انبثقت مشكلة البحث الحالي في التساؤل الاتي:

هل أن للالعاب الاستكشافية والحركية اثراً في الحد من فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي؟

٣-١ أهداف البحث: يهدف البحث الحالي الى الكشف عن:

١-٣-١ أثر الالعاب الاستكشافية في الحد من فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية الاولى.

٢-٣-١ أثر الالعاب الحركية في الحد من فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية الثانية.

٣-٣-١ الفروق بين كل من الالعاب الاستكشافية والالعاب الحركية في الحد من فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ المجموعتين التجريبيتين الاولى والثانية.

١-٤-٤ فروض البحث:

- ١-٤-١ وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مستوى فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية الاولى.
- ١-٤-٢ وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مستوى فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية الثانية.
- ١-٤-٣ وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي في مستوى فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية بين تلاميذ المجموعتين التجريبيتين الاولى والثانية.

١-٥-٥ مجالات البحث:

- ١-٥-١ المجال البشري: تلاميذ الصف الثالث الابتدائي لمدرسة يافا للبنين/الساحل الايسر/ محافظة نينوى.
- ١-٥-٢ المجال الزمني: المدة من ١٦/١٠/٢٠٢٢ ولغاية ٥/١٢/٢٠٢٢.
- ١-٥-٣ المجال المكاني: الساحة الخارجية لمدرسة يافا للبنين/الساحل الايسر/ محافظة نينوى

١-٦-٦ تحديد المصطلحات:

- ١-٦-١ فرط الحركة: عرفه (النوبي، ٢٠١٨) بأنه: من الاضطرابات السلوكية المنتشرة بين التلاميذ والتي تجعلهم في حركة مستمرة مع عدم السيطرة على سلوكياتهم، ويتسم هؤلاء التلاميذ بكثرة الحركة تزيد عن الطبيعي ودون هدف واضح، وعدم القدرة على البقاء بهدوء في مكانه لفترة طويلة مع عدم ائتمان تصرفاتهم وسلوكياتهم في المدرسة والأسرة (النوبي، ٢٠١٨، ١١٥).

٢-٢ اجراءات البحث:

١-٢ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث وأهدافه.

٢-٢ مجتمع البحث وعينه:

تم اختيار مجتمع البحث بصورة عمدية من تلاميذ الصف الثالث الابتدائي في مدرسة يافا للبنين في محافظة نينوى للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (٨-٩) سنوات، والبالغ عددهم (٧٦) تلميذا موزعين على شعبتين دراسية (أ) و(ب)، وقد استبعد الباحث (٣٦) تلميذا من مجتمع البحث وذلك للأسباب الآتية:

- التلاميذ الذين تغيبوا عن الدوام وعددهم (٦).
- التلاميذ الراسبون وعددهم (٤).
- تلاميذ التجارب الاستطلاعية وعددهم (١٦) تلميذا.
- تلاميذ عينة الثبات وعددهم (١٠) تلميذ .

وبذلك فقد تكونت عينة البحث من (٤٠) تلميذا وبواقع (٢٠) تلميذا في كل شعبة دراسية، وعن طريق القرعة تمت تسمية المجموعتين لتمثل شعبة (أ) المجموعة التجريبية الاولى والتي درست باستخدام الالعب الاستكشافية، أما شعبة (ب) فتمثل المجموعة التجريبية الثانية والتي درست بأسلوب الالعب الحركية، و(الجدول ١) يبين عدد أفراد عينة البحث والتلاميذ المستبعدون من كل شعبة دراسية.

(الجدول ١) يبين العدد الكلي لمجتمع البحث والتلاميذ المستبعدون وعينة البحث الرئيسية

المجموعات	الشعبة	العدد الكلي	المستبعدون	الاسلوب المطبق	العينة المختارة	النسبة المئوية
التجريبية الاولى	أ	٣٩	١٩	الالعب الاستكشافية	٢٠	% ٥١.٢٨
التجريبية الثانية	ب	٣٧	١٧	الالعب الحركية	٢٠	% ٥٤.٠٥
المجموع		٧٦	٣٦	-	٤٠	% ٥٢.٦٣

٣-٢ التصميم التجريبي:

استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الملاحظة القبليّة والبعدية المحكمة الضبط " (فان دالين ،٣٨٤،١٩٨٤) و(الشكل ١) يوضح ذلك :

المجموعات	الاختبار القبلي	الاسلوب المطبق	الاختبار البعدي	المقارنة في الاختبار البعدي بين المجموعتين
ت ١	- مقياس فرط الحركة	الالعب الاستكشافية	- مقياس فرط الحركة	- مقياس فرط الحركة
ت ٢	- بعض المهارات الحركية الاساسية	الالعب الحركية	- بعض المهارات الحركية الاساسية	- بعض المهارات الحركية الاساسية

(الشكل ١) يوضح التصميم التجريبي لمجموعتي البحث

٤-٢ تجانس وتكافؤ عينة البحث:

٢-٤-١ تجانس العينة:

من اجل ضبط جميع المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج البحث لجأ الباحث إلى التحقق من تجانس عينة البحث في متغيرات العمر والوزن والطول وعن طريق استخدام معامل الالتواء وكما هو مبين في الجدول(٢).

(الجدول ٢) يبين متغيرات (العمر، الوزن، الطول) ومعامل الالتواء للمجموعتين التجريبيتين

المعالم الإحصائية للمتغيرات	وحدة القياس	التجريبية الاولى		التجريبية الثانية		معامل الالتواء	
		س	± ع	س	± ع	تجريبية اولى	تجريبية ثانية
العمر	سنة	٩.٢٨	٠.٩٤	٩.٣١	٠.٨٣	٩.٢١	-٠.٢٢
الوزن	كغم	٢٤.٥٩	٢.٤٢	٢٥.٣٢	٤.٠٠	٢٤.٥	٠.٥٩
الطول	سم	١٢١.١٢	٢.٩٤	١٢٢.٠٥	٣.٥٦	١٢٠.٥	٠.٥٥

يتبين من (الجدول ٢) إن قيم معامل الالتواء تنحصر بين $(1 \pm)$ مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات أي بمعنى اعتدالية التوزيع الطبيعي لهم.

٢-٤-٢ تكافؤ عينة البحث:

قبل البدء بتنفيذ الخطط التعليمية قام الباحث بالتحقق من تكافؤ مجاميع البحث في المتغيرات التابعة قيد البحث وكما هو مبين في (الجدول ٣).

(الجدول ٣) يبين تكافؤ المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية في متغيرات البحث التابعة

نوع الدلالة	قيمة T المحتسبة	التجريبية الثانية		التجريبية الأولى		المعالم الإحصائية المجموعات
		$\pm$ ع	س	$\pm$ ع	س	
٠.٢٣٠	٠.٢٦	١.٧٥	١١.٨٤	١.٧٣	١٢	مقياس فرط الحركة/ درجة
٠.٣٥٥	٠.٨١	٠.٦٠	٥.٩٠	٠.٤٨	٥.٦٥	الجري / ثانية
٠.٣١١	٠.٧٥	١٨.٦٧	١١٦.٨٥	١٥.٢١	١٢٠.٩٠	الوثب العريض من الثبات / سم
٠.٣٩٩	١.٧٠	٥.٠٩	١٥.٩٥	٣.١٦	١٣.٦٦	الرمي / م

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

٢-٥ وسائل جمع المعلومات:

٢-٥-١ الوسائل البحثية:

استخدم الباحث وسائل بحثية عدة للوصول إلى بيانات ونتائج البحث المطلوبة وهي (شبكة الانترنت، المصادر العلمية، والاطاريح والرسائل الجامعية، البحوث المنشورة، الاستبيان، الاختبارات والمقاييس).

٢-٥-١-١ مقياس فرط الحركة:

بعد الاطلاع على المصادر العلمية والدراسات ذات العلاقة بموضوع النشاط الزائد (فرط الحركة) ارتأى الباحث اعتماد مقياس التعرف على النشاط الزائد (فرط الحركة) الذي أعدته (عبد الأمير، ٢٠١٣) كأداة لجمع البيانات والذي يتكون من (١٥) فقرة سلبية وبديلين للإجابة هما (٠، ١) فإذا كانت الصفة متوفرة عند التلميذ وان فقرة المقياس تنطبق عليه فإنه يعطي درجة (١)، في حين إذا لم تنطبق الفقرة على التلميذ وان الصفة غير متوفرة فيه فيعطي درجة (صفر) على تلك الفقرة، وتبلغ أعلى درجة للمقياس (صفر) كون ان فقرات المقياس سلبية، وأدنى درجة له هي (١٥)، ويتم الإجابة عليها من قبل ولي امر كل تلميذ، بالإضافة الى ذلك يقوم معلم التربية الرياضية بالإجابة على المقياس من خلال ملاحظة سلوك كل تلميذ من افراد عينة البحث ويتم إيجاد الوسط الحسابي لدرجات كل تلميذ ومقارنتها بدرجات الاختبار الخاصة بالمقياس، حيث اذا تراوح الوسط الحسابي لدرجات التلميذ بين (٠-٧) فيعتبر ذلك نشاطاً طبيعياً، وإذا تراوحت ما بين (٨-١٤) فذلك يعد نشاط حركي زائد محتمل، في حين

إذا بلغت درجة التلميذ على المقياس (١٥) فذلك يعد فرط حركي عالي، و(الملحق ١) يبين المقياس بصورته النهائية

٢-٥-١-١ المعاملات أو الأسس العلمية للمقياس:

- الصدق الظاهري للمقياس:

عرض الباحث المقياس الخاص بفرط الحركة على مجموعة من المختصين ذوي الخبرة والاختصاص (الملحق ٢) لغرض تقييمه والحكم على مدى صلاحيته وإجراء التعديلات المناسبة عليه من خلال حذف أو إعادة صياغة عدد من الفقرات، إذ يعد هذا الإجراء وسيلة مناسبة للتأكد من صدق المقياس، وبعد جمع الاستبيانات فقد لوحظ موافقة السادة المختصين على أغلبية فقرات الاستمارة مع تعديل البعض منها لتتلاءم مع عينة البحث الحالية .

- ثبات المقياس

لغرض الحصول على ثبات المقياس اعتمد الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار وتعد الأداة ثابتة إذا أعطت نفس النتائج في قياسها للظاهرة في المرتين وذلك بتوزيعه على أولياء أمور عدد من التلاميذ من خارج عينة البحث الرئيسة والبالغ عددهم (١٠) تلاميذ من مجتمع البحث الأصلي وأعيد تطبيق المقياس مرة ثانية بعد (١٠) أيام من موعد التطبيق الأول وبعد جمع الاستمارات تم معالجتها إحصائياً باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) حيث ظهرت قيمة (ر) المحتسبة (٠.٨٤٪) وهو دال إحصائياً مما يدل على ثبات المقياس حيث أن معامل الثبات إذا بلغ (٠.٧٥٪) فأعلى فإنه يعد ثبات عالي.

٢-٥-١-٢ تحديد المهارات الحركية الأساسية:

بعد الاطلاع على محتويات المصادر العلمية المختلفة والاطاريح والرسائل الجامعية وعدد من البحوث المنشورة والمشباهة لاختصاص الدراسة الحالية، فقد حدد الباحث عدداً من المهارات الحركية الأساسية ووضعها بصورة استبيان (الملحق ٣) تم عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين (الملحق ٢) حيث تم تحديد أهم المهارات الملائمة لتلاميذ هذه الفئة العمرية وهي: (الجري، الوثب العريض من الثبات، الرمي).

٢-٥-١-٢ تحديد اختبارات المهارات الحركية الأساسية:

بعد أن حددت المهارات الحركية الأساسية المهمة والملائمة لتلاميذ عينة البحث من قبل المختصين، تم تثبيت الاختبارات الخاصة والملائمة لها في صورة استبيان (الملحق ٤) ثم عرض على مجموعة من المختصين (الملحق ٢)، وبعد جمع الاستبيان تم حذف قسم من هذه الاختبارات، وحسب نسب اتفاق المختصين تم تبني الاختبارات التي حصلت على نسبة اتفاق (٧٥ %) فأكثر من آراء المختصين، والاختبارات التي اعتمدت هي :

١- الجري لمسافة (١٥) م /ثانية.

٢- وثب العريض من الثبات / سم.

٣- رمي كرة التنس إلى أقصى مسافة ممكنة/م.

وبما أن هذه الاختبارات هي اختبارات مقننة على البيئة العربية والعراقية وقد استخدمت في الاطاريح والرسائل الجامعية مع عدد من البحوث المنشورة، لذا فإنها جاهزة للتطبيق على العينة المختارة وقد استوفت الأسس العلمية لها.

٢-٥-٣ الأجهزة والأدوات المستخدمة:

كرات صغيرة عدد (٢٠)، شواخص، أشرطة ملونة، صافرة، حبال، ساعة توقيت الكترونية عدد (٢)، ميزان طبي لقياس وزن الجسم، شريط قياس لقياس الأطوال والمسافات.

٢-٦ التجارب الاستطلاعية:

١-٦-٢ التجربة الاستطلاعية لمقياس فرط الحركة:

اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية لمقياس فرط الحركة يوم الاحد الموافق ١٦/١٠/٢٠٢٢ وذلك بتوزيعه على اولياء امور عدد من التلاميذ من خارج عينة البحث الرئيسة والبالغ عددهم (١٦) تلميذ، والهدف من هذه التجربة:

١- التعرف على كافة المعوقات التي قد تواجه الباحث عند تنفيذ التجربة الرئيسة.

٢- التعرف على صلاحية المقياس والوقت التي تستغرقه الاجابة عليه .

٣- التأكد من مدى امكانية الاجابة على المقياس من قبل اولياء الأمور.

٢-٦-٢ التجربة الاستطلاعية للاختبارات:

أجريت التجربة الاستطلاعية للاختبارات على عينة مؤلفة من (١٦) تلميذ اختبروا بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث يوم الاثنين الموافق ١٧/١٠/٢٠٢٢ وكان الهدف من هذه التجربة التعرف على الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحث أثناء تنفيذ الاختبارات القبلية والبعدية لتلاميذ مجموعتي عينة البحث.

٢-٦-٣ التجربة الاستطلاعية للخطط التعليمية:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية للخطط التعليمية الخاصة بالألعاب الاستكشافية واللعب الحركية يوم الثلاثاء الموافق ١٨/١٠/٢٠٢٢ على عدد من التلاميذ من خارج عينة البحث الرئيسة والبالغ عددهم (١٦) تلميذ، والهدف من هذه التجربة هو التعرف على مدى امكانية تطبيق الخطط التعليمية، ومدى كفاية الاجهزة والادوات المستخدمة، والمشكلات التي يمكن ان تواجه الباحث اثناء التطبيق.

٢-٩ إجراءات البحث الرئيسة:

١-٩-٢ الاختبار القبلي:

تم اجراء الاختبار القبلي لمقياس (فرط الحركة) يوم الاربعاء الموافق ١٩/١٠/٢٠٢٢ حيث تمت الاجابة على المقياس من قبل معلم التربية الرياضية^١، كما تم توزيع المقياس على اولياء امور التلاميذ (عينة البحث الرئيسة) بعد بيان كيفية الاجابة على المقياس بالتفصيل.

^١ معلم التربية الرياضية

٢-٩-٢ **الخطط التعليمية:** قام الباحث بإعداد الخطط التعليمية للمجموعتين التجريبية الاولى والثانية حيث اعد الباحث (١٢) خطة تعليمية بأسلوب الالعب الاستكشافية والتي تم تنفيذها على تلاميذ المجموعة التجريبية الاولى، كما اعد الباحث (١٢) خطة تعليمية بأسلوب الالعب الحركية وتم تنفيذها على تلاميذ المجموعة التجريبية الثانية، وقد بلغ زمن الخطة التعليمية الواحدة (٤٠) دقيقة تنفذ يومي الاحد والاربعاء من كل اسبوع للمجموعتين، وتم البدء بتنفيذ الخطط للمجموعتين يوم الاحد الموافق ٢٣/١٠/٢٠٢٢ ولغاية يوم الاربعاء الموافق ٣٠/١١/٢٠٢٢ ، و(الملحق ٥) يبين انموذج للخطط الاسلوبيين .

٢-٩-٣ الاختبار البعدي:

تم إجراء الاختبار البعدي بعد إكمال تنفيذ الخطط للمجموعتين التجريبيتين يومي الاحد والاثنتين الموافقين ٥-١٢/٢٠٢٢ وبنفس الاجراء المستخدم في الاختبار القبلي.

٢-١٠ الوسائل الإحصائية:

تم استخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS) للحصول على النتائج الخاصة بالبحث .

٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

٣-١ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الاولى: ((وجود فروق ذات دلالة مغنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مستوى فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية الاولى)):

(الجدول ٤)

يبين المعالم الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى بمتغيرات البحث

قيمة الاحتمال	قيمة T المحسوبة	البعدي		القبلي		المعالم الإحصائية المجموعة
		ع ±	س	ع ±	س	
٠.٠٠٠	5.90	١.٢٣	٨.٧	١.٧٣	١٢	مقياس فرط الحركة / درجة
٠.٠٠٠	٦.٧٨	٠.٥٠	٤.٠٥	٠.٤٨	٥.٦٥	الجري / ثا
٠.٠٠١	٥.٥٨	١٧.٩٤	١٢٤.١٠	١٥.٢١	١٢٠.٩٠	الوثب / سم
٠.٠٠٠	٩.٢٠	٤.٧٤	١٥.٨٢	٣.١٦	١٣.٦٦	الرمي / م

*مغنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$

يتبين من الجدول (٤) إن قيمة (T) المحتسبة للاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى لجميع المتغيرات كانت معنوية بدلالة مستوى الدلالة الاصغر من (٠.٠٥) ولمصلحة الاختبار البعدي بدلالة الوسط الحسابي الاقل لمقياس فرط الحركة واختبار الجري علما انه كلما قلت درجة الاختبارين لهما كلما كانت النتيجة أفضل، والوسط الحسابي الاعلى لاختباري الوثب والرمي.

ويعزى ذلك إلى تأثير الخطط التعليمية الخاصة بالألعاب الاستكشافية من حيث الاستثمار الأمثل للوقت في تنفيذ الواجب الحركي والذي يؤدي إلى زيادة الممارسة الفعلية عن طريق إعادة اللعبة وتكرار المحاولة لكل تلميذ الأمر بأشكال مختلفة من الحلول والذي أدى إلى استغلال نشاط التلاميذ، كما أن الألعاب الاستكشافية التي احتوتها الخطط التعليمية يغلب عليها طابع البهجة والسرور والمنافسة عند الأداء، مما أدى ذلك إلى زيادة دافعية التلاميذ نحو ممارسة هذه الألعاب، إذ أن التلاميذ في هذه المرحلة يميلون إلى المنافسة واثبات قدراتهم وسط زملائهم، إضافة الى ان البيئة الجيدة التي وفرتها تلك الالعاب والجو الواقعي القريب من مداركهم ساعد في استثارة دافعتهم وحثتهم على التفاعل النشط بينهم وبين زملائهم ادى الى تفرغ نشاطهم الزائد وبالتالي ساعد في الحد من فرط الحركة لديهم، حيث تؤكد (الإمام، ٢٠٠١) على " أن استغلال وقت الدرس في زيادة الأداء الحركي يكسب التلاميذ تطوراً في العديد من القدرات البدنية والحركية والنفسية "(الإمام، ٢٠٠١، ٧١) ، كما يشير (ميلر، ١٩٨٧) " إن التلاميذ فيما بين سن الثامنة والثانية عشرة تقريباً يكرهون اللعب الخاص بهم بينما يمثل تحدي الآخرين ومنافستهم سواء أكانوا أفراداً أم جماعات حوافز هامة في هذه السن " (ميلر، ١٩٨٧، ٢١٨)، ونتيجة لاستغلال ميل التلاميذ نحو الحركة واحتواء كل وحدة تعليمية على ألعاب متنوعة الهدف لذا فقد تم الحد من فرط الحركة لدى التلاميذ وتنمية المهارات الحركية المستهدفة كنتيجة للنشاط المستمر في تنفيذ أجزاء الخطة التعليمية والمصحوب بالشوق والحماس والمنافسة عند تنفيذ هذه الألعاب، والتي كانت ملائمة لنوع البيئة وسن التلاميذ والتي تتميز بروح الحركة والعمل والتشويق والمنافسة .

٢-٣ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: ((وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مستوى فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية الثانية)):

(الجدول ٥) يبين المعالم الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات البحث

المعالم الإحصائية المجموعة	القبلي		البعدي		قيمة T المحسوبة	قيمة الاحتمال
	س	± ع	س	± ع		
مقياس فرط الحركة / درجة	١١.٨٤	١.٧٥	١١	١.٨٥	٥.٦٨	٠.٠٠٠
الجري / ثا	٥.٩٠	٠.٦٠	٥.١٥	٠.٦٣	٧.٦٨	٠.٠٠٠
الوثب / سم	١١٦.٨٥	١٨.٦٧	١١٠.٥٠	١٣.٣٦	٣.٧٧	٠.٠٠١
الرمي / م	١٥.٩٥	٥.٠٩	١٤.٦٢	٤.٤١	٥.٦٦	٠.٠٠٠

***معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$**

يتبين من الجدول (٥) إن قيمة (T) المحتسبة للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية الثانية لجميع المتغيرات كانت معنوية بدلالة مستوى الدلالة الأصغر من (٠.٠٥) ولمصلحة الاختبار البعدي بدلالة الوسط الحسابي الأقل لمقياس فرط الحركة واختبار الجري علما انه كلما قلت درجة الاختبارين لهما كلما كانت النتيجة أفضل، والوسط الحسابي الاعلى لاختباري الوثب والرمي.

ويعزى ذلك الى فاعلية الخطط التعليمية التي احتوت على العاب حركية متنوعة وهادفة تتلائم مع قدرات التلاميذ وميولهم، اذ يشير (مهدي واخرون، ٢٠١٢) الى ان " الالعاب الحركية تقدم نموذجاً حركياً للتلميذ يتناسب مع إمكانياته العقلية والبدنية والحركية وتحقق جزءاً كبيراً من ميوله ورغباته، فضلاً عن ما تزرعه فيهم من قدرات عالية في المحاكاة وأدراك الأشياء وتصورها مما يعطي للتلميذ قدراً كبيراً من حرية التعبير الحركي والعقلي من خلال التقليد لمفردات اللعبة الحركية" (مهدي واخرون، ٢٠١٢، ١٠٨)، كما ان من أهم ما يميز هذه المرحلة هو الميل الطبيعي للعب والحركة، فعن طريق هذا الميل يتعلم التلميذ بواسطة الممارسة، اذ اكد علماء التربية الحديثة إلى أهمية اللعب والحركة، ووجدوا أنها ميزة من المميزات التي يجب استغلالها والاستفادة منها اذ يمكن تربية التلميذ وتنمية قدراته البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية والأخلاقية إذا ما كان في حالة حركة ونشاط محبب إلي نفسه، " كما أن اللعب الجماعي يثير الإنتباه من خلال المنافسة الممتعة وهذا ما ينطبق على التلاميذ والمصابين بفرط الحركة، اذ ان اللعب ضرورة واجبة لنمو التلاميذ فالحركة تشكل نشاطاً حركياً في الحياة كما انها تلعب دوراً حيوياً ومهماً في تشكيل قدراته الحركية والعقلية والإنفعالية" (شهاب، ٢٠١٨، ٤٨٥)، ونتيجة لاستغلال ميل التلاميذ للحركة واحتواء الخطط التعليمية على العاب متنوعة وهادفة فضلاً عن التدرج بتلك الالعاب ومراعاة توزيعها وفقاً للجهد المبذول لكل لعبة، انعكس ذلك ايجابياً على تنمية المهارات الحركية والحد من مستوى فرط الحركة لدى التلاميذ .

٣-٣ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة: ((وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي في مستوى فرط الحركة وتنمية بعض المهارات الحركية الأساسية بين تلاميذ المجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية)):
(الجدول ٦) يبين المعالم الإحصائية للاختبار البعدي بين تلاميذ المجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية
بمتغيرات البحث

قيمة الاحتمال	قيمة T المحسوبة	المجموعة التجريبية الثانية		المجموعة التجريبية الأولى		المعالم الإحصائية المجموعة
		ع ±	س	ع ±	س	
٠.٠٠٠	٥.٤٦	١.٨٥	١١	١.٢٣	٨.٧	مقياس فرط الحركة/ درجة
٠.٠٢١	٣.٩١	٠.٦٣	٥.١٥	٠.٥٠	٤.٠٥	الجري / ثا
٠.٠٠٠	٦.٧١	١٣.٣٦	١١٠.٥٠	١٧.٩٤	١٢٤.١٠	الوثب / سم
٠.٠٠٩	٠.٨٢	٤.٤١	١٤.٦٢	٤.٧٤	١٥.٨٢	الرمي / م

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$

يتبين من (الجدول ٦) إن قيمة (T) المحسوبة للاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبيتين الأولى والثانية كانت معنوية لصالح المجموعة التجريبية الأولى بدلالة مستوى الدلالة الأصغر من (٠.٠٥) وبدلالة الوسط الحسابي الأقل لمقياس فرط الحركة واختبار الجري علماً أنه كلما قلت درجة الاختبارين لهما كلما كانت النتيجة أفضل، والوسط الحسابي الأعلى لاختبار الوثب، في حين لم تظهر فروق معنوية بين المجموعتين في اختبار الرمي.

ويعزو الباحث ذلك إلى أن الألعاب الاستكشافية التي نفذتها المجموعة التجريبية الأولى أعطت الحرية الكاملة للتلاميذ بالحركة من دون التقيد بقوانين الألعاب حتى ولو كانت بسيطة، حيث أسهمت تلك الألعاب في تفريغ طاقة التلاميذ الحركية من دون تقيد وبذل أقصى ما لديهم من إمكانيات في سبيل تأديتها والمشاركة بها بصورة فعالة، وذلك كله أدى إلى استغلال ميل التلاميذ للحركة، ونتيجة لاستغلال ميل التلاميذ نحو الحركة واحتواء كل خطة تعليمية على ألعاب متنوعة الهدف لذا فقد تطورت هذه المهارات كنتيجة للنشاط المستمر من قبل التلاميذ في تنفيذ أجزاء الخطط التعليمية والمصحوب بالشوق والحماس والمنافسة عند تنفيذ هذه الألعاب، والتي كانت ملائمة لنوع البيئة وسن التلاميذ والتي تتميز بروح الحركة والعمل والتشويق والمنافسة إضافة إلى زيادة فرصة العمل والحركة والأداء ورغبة التلاميذ في الممارسة بكثرة مع وجود المعلم، حيث أن كثرة الممارسة وتكرار الأداء بأشكال مختلفة أدى إلى زيادة دقة تنفيذ هذه الألعاب فضلاً عن أن زيادة الأداء يعطي فرصة للتلميذ لتصحيح الأخطاء والاستفادة من وجود الآخرين لزيادة المنافسة سواء أكانت بين تلميذين أو بين المجاميع، إذ يشير (السعدي، ٢٠٠٤) إلى أن الألعاب الاستكشافية تعد نشاط استكشافي موجه قائم على حرية الحركة بحيث تقدم المادة التعليمية

على شكل مشكلة حركية تتطلب بعض الحلول لذا يقوم التلميذ بتجربة الحلول الحركية لمرات متعددة وبأشكال مختلفة الى ان يصل الى الحل الافضل، كما ان مرحلة ما الثامنة من العمر هي مرحلة اللعب وعلى الوالدين أن يمنحا التلميذ الحرية في اللعب دون ضغط أو أكراه، وان أفضل الألعاب عند الطفل هو اللعب الذي يختاره بنفسه (السعدي ، ٢٠٠٤ ، ١١٠).

كما ان الألعاب الاستكشافية المستخدمة وما تحتويه من حركة فاعلة أدت إلى تهدئة فرط الحركة عند التلاميذ وتنمية المهارات الحركية، فاللعب وسيلة اجتماعية لتعليم الأطفال قواعد السلوك وأساليب التواصل والتكيف وتمثيل القيم الاجتماعية بالإضافة إلى انه وسيلة مرنة يمكن أن توفر فرصاً أو مداخل لأحداث النمو والتوازن عند التلاميذ، كما انه يشبع ميولهم ورغباتهم، وتشير (عبد الامير، ٢٠١٣) الى ان "اللعب طريقة علاجية يلجأ إليها المربون لمساعدتهم على حل المشكلات التي يعاني منها التلاميذ كالاضطرابات الشخصية والنفسية والعقلية والحركية وفقاً لمدرسة التحليل النفسي عند فرويد، كما إن اللعب وسيلة علاجية فعالة في تخليص التلاميذ من المؤثرات والانفعالات والاضطرابات لإعادة التوازن إليهم" (عبد الامير، ٢٠١٣ ، ٧٥).

٤- الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات:

- ٤-١ الاستنتاجات: من خلال عرض النتائج، توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:
 - فعالية الالعاب الاستكشافية والحركية في تنمية المهارات الحركية الاساسية لدى التلاميذ.
 - كان لكل من الالعاب الاستكشافية والحركية دوراً ايجابياً في الحد من مستوى فرط الحركة لدى التلاميذ.
 - إن الالعاب الاستكشافية أفضل مقارنة بالالعاب الحركية من حيث تأثيرها في الحد من فرط الحركة لدى التلاميذ وتنمية بعض المهارات الحركية الاساسية لدى التلاميذ.

٤-٢ التوصيات والمقترحات:

- في ضوء الاستنتاجات التي تم توصل إليها، فالباحث يوصي بما يلي:
 - إمكانية استخدام الالعاب الاستكشافية للسنوات الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية لما لها من تأثير ايجابي في الحد من فرط الحركة لدى التلاميذ.
 - إجراء دراسة مشابهة لهذه المرحلة بالمقارنة بين التلاميذ الذكور والإناث .

المصادر:

١. ابو شوشة، محمد علي حافظ حسن (٢٠٢٢): تأثير برنامج تعليمي مقترح من خلال تطبيق الواتس اب باستخدام الالعاب الصغيرة المبتكرة الاستكشافية على تحسين اللياقة الحركية لدى تلاميذ رياض الاطفال بمحافظة السويس، مجلة سيناء لعلوم الرياضة، المجلد السابع، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية، جامعة العريش، مصر.

٢. الإمام، صفاء ذنون إسماعيل (٢٠٠١) : تأثير برامج مقترحة بدمج الجزء التعليمي بالتطبيقي باستخدام أنماط التعلم بالنموذج في تحقيق بعض الأهداف التعليمية لدرس التربية الرياضية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
٣. بلوم، بنيامين وآخرون (١٩٨٣): تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني، (ترجمة) محمد أمين المفتي وآخرون، القاهرة .
٤. جبر ، صباح رضا وآخرون (٢٠٠٢) : تطور المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمركز مدينة الزاوية ، مجلة الجماهيرية العربية الليبية الشعبية الاشتراكية العظمى ، العدد ١ ، كلية التربية البدنية بالزاوية ، جامعة السابع من أبريل .
٥. الحمامي ، محمد محمد ومصطفى ، عائدة عبد العزيز (٢٠٠١) : الترويح بين النظرية والتطبيق ، ط ٢ ، مكتبة الكتاب للنشر ، القاهرة .
٦. الخفاف ، إيمان عباس (٢٠١٠) : اللعب _ استراتيجيات تعليم حديثة ، دار المنهج للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
٧. الخولي، أمين أنور وراتب، أسامة كامل (١٩٨٢) : التربية الحركية (مراجعة وتقديم) محمد حسن علاوي، دار الفكر العربي، القاهرة .
٨. السعدي، إبراهيم محمد (٢٠٠٤): تربية الطفل في الإسلام، دار الفكر العربي، القاهرة .
٩. شهاب، عبد الله عبد (٢٠١٨): أثر استخدام برامج اللعب والموسيقى في جذب الانتباه للأطفال المصابين في فرط الحركة، كلية المعارف الجامعة .
١٠. شوارب، ختام (٢٠١٣): فاعلية برنامج إرشادي للتخفيف من اعراض النشاط الزائد ونقص الانتباه لدى أطفال الروضة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين .
١١. عبد الامير، حميدة (٢٠١٣): تأثير العلاج باللعب للأطفال ذوي النشاط الزائد (فرط الحركة) بعمر (٨-١٠ سنوات)، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الأول، المجلد السادس، جامعة الكوفة، النجف الاشرف، العراق .
١٢. علاوي، محمد حسن وراتب، أسامة كامل (١٩٩٩): البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط ٢ ، دار الفكر العربي .
١٣. فاندالين، ديوبولد وآخرون (١٩٨٤): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخرون، ط ٣ ، مكتبة ألأنا نجلو المصرية، القاهرة .
١٤. القحطاني، حنان مبارك (٢٠١٦): فاعلية برنامج قائم على الألعاب الصغيرة في تحسين بعض القدرات الحركية لدى عينة من أطفال الروضة المصابين بفرط الحركة بالمملكة العربية السعودية، مجلة كلية التربية، الجزء الثالث، العدد ١٦٩، جامعة الازهر، السعودية.

١٥. لقيم، اسماء (٢٠١٦): مساهمة في دراسة الافراط الحركي وتششت الانتباه وتأثيره على التحصيل الدراسي عند التلميذ في المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة العربي بن مهيدي، الجزائر.
١٦. محمد، اخلاص عبد الحميد (٢٠١٨): فرط الحركة في درس التربية الرياضية وعلاقته بسلوك الإستقواء المدرسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي، مجلة كلية التربية الرياضية، العدد الثاني، المجلد الثلاثون، جامعة بغداد، العراق.
١٧. المفتي، بيرفان عبد الله (٢٠٠٥): اثر استخدام برنامجين بالألعاب الحركية والألعاب الاستكشافية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والسلوك الاستكشافي الرياضي لدى تلامذة الصف الثاني الابتدائي، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل .
١٨. مهدي، امجد مسلم واخرون (٢٠١٢): تأثير برنامج تعليمي مقترح باستخدام اسلوب القصص الحركية لتعلم بعض الحركات الاساسية التمهيدية لمهارات بكرة اليد لأطفال ما قبل المدرسة، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الخامس، العدد الاول، كربلاء، العراق.
١٩. ميلر، سوزانا (١٩٨٧): سيكولوجية اللعب، (ترجمة) حسن عيسى، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت .
٢٠. النوبي محمد (٢٠١٨): تشخيص اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى الأطفال الموهوبين (٤ - ٦) سنوات، المجلة الدولية للبحوث النوعية المتخصصة، المؤسسة العربية للبحث العلمي والتنمية البشرية.

(الملحق ١)

يوضح مقياس التعرف على ذوي النشاط الزائد(فرط الحركة)

الصف والشعبة:

اسم التلميذ:

عزيزي ولي امر التلميذ:

تحية طيبة.

نسعى من خلال الاستبيان التالي قياس النشاط الحركي الزائد (فرط الحركة) لدى التلاميذ، عليه نأمل منكم التكرم بالإجابة على جميع فقرات الاستبيان مع مراعاة الدقة في تعبئته مثنين آرائكم ووجهة نظركم حول هذا القياس وأثره الايجابي على العملية التربوية والتعليمية، علماً أن هذا المقياس لأغراض البحث العلمي فقط وأن الاجابات سوف تكون طي الكتمان.

الملاحظات//

* عند الاجابة على الاستبيان تقرأ الفقرة جيداً فإذا كانت تنطبق على التلميذ توضع علامة (√) امام الفقرة وتحت الحقل الذي يشير الى الرقم (١)، اما اذا كانت الفقرة لا تنطبق على التلميذ توضع علامة (√) امامها وتحت الحقل الذي يشير الى الرقم (صفر).
* يرجى عدم ترك اي فقرة دون الاجابة عليها .

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للعملية التربوية والتعليمية

التوقيع:

اسم ولي امر التلميذ:

التاريخ:

ت	متغيرات النشاط الحركي		الدرجة	
	٠	١		
١	حركته دائمة ومتواصلة طوال اليوم.			
٢	يترك مقعده في الصف الدراسي عندما يتوقع منه أن يكون جالسا في مقعده			
٣	لا يستطع الجلوس بثبات			
٤	دائماً ما يقفز ويتحرك حول الكرسي أو يقف على الطاولة			
٥	يتميز بالطاقة العالية بمعنى حركته مستمرة لا يهدأ خلالها			
٦	يركض ويتسلق بشكل كبير في مواقف وأماكن من المفترض ألا يفعل ذلك فيها			
٧	دائماً يشعر بحاجة إلى اللعب بأي شيء بيديه أو محاولته الوصول إلى أي شيء			

		بيديه باستمرار	
٨		يجد صعوبة في المواقف التي تتطلب الانتظار بصبر	
٩		سرعة تشتت انتباهه بأي مثير خارجي مثل الصوت أو الحركة مثل الصوت في البيئة المحيطة به	
١٠		لا يعير انتباهه عندما يتم التحدث مباشرة إليه	
١١		يجد صعوبة في التذكر وتأدية التعليمات والواجبات الموكلة إليه	
١٢		مضايقته للأطفال الآخرين مع قيامه بتخريب ألعابهم أو نشاطاتهم	
١٣		عدم إتمامه للمهمة أو النشاط والانتقال من مهمة أو نشاط إلى آخر دون إتمام الأول	
١٤		نسيانه لأشياءه الشخصية وتكرار هذه الحالة باستمرار	
١٥		كثير الكلام وظهور علامات الضجر والملل لديه بسرعة	

درجات الاختبار: -

- ١- نشاط حركي زائد (فرط حركي) عالي = (١٥) درجة.
- ٢- نشاط حركي زائد (فرط حركي) محتمل = (٨-١٤) درجة.
- ٣- نشاط حركي طبيعي = (٠-٧) درجات.

١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١
عالي	محتمل						طبيعي							

(الملحق ٢)

اسماء الخبراء والمختصين الذين عرضت عليهم استبيانات البحث

ت	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
١	أ.د. عكلة سليمان الحوري	علم النفس الرياضي	جامعة الموصل/كلية التربية الاساسية
٢	أ.د. قصي حازم محمد	طرائق التدريس	جامعة الموصل/كلية التربية الاساسية
٣	أ.د. ثامر محمود دنون	علم النفس الرياضي	جامعة الموصل/كلية التربية الاساسية
٤	أ.م.د. احمد مؤيد حسين	القياس والتقويم	جامعة الموصل/كلية التربية الاساسية
٥	أ.م.د. علي فتاح رشيد	التعلم الحركي	جامعة الموصل/كلية التربية الاساسية
٦	أ.م.د. احمد هشام احمد	القياس والتقويم	جامعة الموصل/كلية التربية الاساسية

٧	أ.م.د. فواز جاسم حمدون	التعلم الحركي	جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية
٨	أ.م.د. منهل خطاب سلطان	علم النفس الرياضي	جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية
٩	م.د. بسام علي محمد	القياس والتقويم	جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية
١٠	م.د. محمد علي محمد	القياس والتقويم	جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية
١١	م.د. معتصم طلال عبد الله	علم النفس الرياضي	جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية
١١	م. عمر محمد سامي	طرائق التدريس	جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية

استبيان تحديد اهم المهارات الحركية الاساسية

ت	المهارات الحركية	التسلسل حسب الأهمية	الملاحظات
١	المشي		
٢	الجري		
٣	الوثب		
٤	الحجل		
٥	الرمي		
٦	اللقف (استقبال الكرة)		
٧	التسلق		
٨	التعلق		
٩	الدقة		
١٠	التوازن		
١١	التوافق		
١٢	الرشاقة		

(الملحق ٤)

استبيان تحديد اختبارات المهارات الحركية الأساسية

الحركات الأساسية	ت	الاختبارات	تحديد الاختبار
الجري	١	العدو ٢٥ م / ثا .	
	٢	الجري الزجراجي (١٠ x ١٦) قدم / ثا .	
	٣	عدو (٣٠) م من البدء الطائر / ثا .	
	٤	عدو (٣٠) م من البدء العالي / ثا .	
	٥	الجري (١٥) م / ثا .	
الوثب	١	الوثب العريض من الثبات / سم .	
	٢	الوثب العمودي من الثبات / سم .	
الرمي	١	رمي كرة التنس إلى أقصى مسافة ممكنة / م .	
	٢	دفع الكرة الطبية (٢ كغم) / م .	
	٣	رمي جلة للأمام / م .	
	٤	رمي جلة للخلف / م .	



(الملحق ٥) نموذج لخطة تعليمية باستخدام الألعاب الاستكشافية

الشهر : الاول
الاسبوع : الاول
تسلسل الخطة : الاولى
زمن الدرس : ٤٠ دقيقة

الاهداف التربوية : ١. تعزيز التلاميذ على حب الاستطلاع والاكتشاف
٢. تعزيز التلاميذ على المنافسة الشريفة

الاهداف التعليمية : ١ - تنمية مهارات الجري والرمي والوثب من خلال الالعاب الاستكشافية
ادوات المستخدمة : صافرة ، شريط قياس ، كرات تنس عدد (٢٠) ، طباشير ملون

الصف والشعبة : الثالث أ
عدد التلاميذ : ٢٠
المدرسة : يافا للبنين
المعلم : احمد عبد الكريم محمد

أقسام الدرس	الزمن	محتوى الفعاليات	أسلوب التنفيذ	الملاحظات
القسم الإعدادي	(١٢) د			
أ. المقدمة	٢ دقيقة	خروج التلاميذ إلى الساحة لبدء الدرس	الدخول إلى الصف وإخراج التلاميذ إلى ساحة المدرسة بشكل رتل والوقوف في الساحة بشكل نشق	
ب. الإحماء	٤ دقيقة	سير + هرولة + هرولة مع رفع الذراعين جانباً ثم عالياً + هرولة مع رفع الذراعين جانباً .	تقليد سيرا لجندي والضابط + تقليد طيران طائر بالسير + تقليد طيران الطائر بالهرولة + تقليد طيران الطائرة بالهرولة	
ج. التمارين البدنية	٦ دقيقة	- (وقوف) ميل الرأس للجانبين بالتعاقب - (وقوف-فتحاً) رفع الذراعين جانباً و عالياً - (وقوف فتحاً -الذراعين عالياً) ميل الجذع للجانبين - (وقوف) القفز على البقعة	- تقليد بندول الساعة . - تقليد طيران الطائر . - تقليد ميلان الأشجار عند هبوب الرياح . - تقليد قطف الرمان أو التفاح .	- تؤدي التمارين البدنية بوضع الانتشار - ملاحظة الاداء وتصحيح الاخطاء
القسم الرئيسي	(٢٥) د			
لعبة جمع الكرات	٨ دقيقة	هدف اللعبة : تطوير الجري شرح اللعبة للتلاميذ	تتكون هذه اللعبة من مجموعتين من الأطفال ، ويجب على كل فريق أن يأتي بأكبر مجموعة من الكرات التي وضعها المعلم في أماكن متعددة من مكان اللعب ، وعلى كل فريق البحث عن أماكن هذه الكرات ، وجمع أكبر عدد منها في أسرع وقت لكي يفوز الفريق .	- الشرح المبسط للعبة . - التأكيد على أداء الحركة الصحيحة
لعبة قطار المفاجئات	٨ دقيقة	هدف اللعبة : تطوير الجري والوثب شرح اللعبة للتلاميذ	يسير الأطفال في مجموعتين حول الساحة ، ويقف الرائد في المنتصف لإلقاء تعليماته ، وفي كل مرة يلقى الرائد بتعليماته ينقل الزوج الأول من القاطرتين لتنفيذ الأوامر ، ثم يعودان إلى مؤخرة المجموعتين ، وتسير المجموعتان دون توقف في أثناء ذلك . تحمل أوامر القائد لون الفكاهة كان يقول مثلاً : (بالجري المس أطول تلميذ في المجموعة - بالوثب المس اسمي طفل ... الخ) ويمكن إضافة الكثير من الصفات المذكورة ، وتمتاز هذه اللعبة بإحداث جو من المرح والسُرور بين الأطفال .	
لعبة قصف مواقع العدو	٩ دقيقة	هدف اللعبة : تطوير الرمي شرح اللعبة للتلاميذ	يقسم التلاميذ إلى قاطرتين متساويتين بالعدد وتقفان خلف خط البداية وعند سماع إشارة البدء يقوم أول تلميذ من كل قاطرة كرة التنس على الأرقام المكتوبة داخل مربعات مرسومة على الحائط تبعد عن خط البداية بمسافة (٧) أمتار يبدأ اللاعب الثاني وهكذا تكرر اللعبة حتى انتهاء الزمن المقرر لها .	- تكون المسافة بين خط البداية والحائط (٧) أمتار - تكرر المحاولة بزيادة المسافة بين تكرار وآخر
القسم الختامي	(٣) د	تمارين تهدئة للجسم ثم تأدية تحية الانصراف		



(الملحق ٥) نموذج لخطة تعليمية باستخدام الألعاب الحركية

الصف والشعبة : الثالث ب
عدد التلاميذ: ٢٠
المدرسة : يافا للبنين
المعلم : احمد عبد الكريم محمد

الاهداف التربوية : ١. تعويد التلاميذ على حب الاستطلاع والاكتشاف
٢. تعويد التلاميذ على المنافسة الشريفة
الاهداف التعليمية : ١- تنمية مهارات الجري والوثب من خلال الالعاب الاستكشافية
ادوات المستخدمة : صافرة، شريط قياس، سلة عدد (٤)، كرات نايلون عدد (٢٠)، طباشير ملون

الشهر : الاول
الاسبوع : الاول
تسلسل الخطة : الاولى
زمن الدرس: ٤٠ دقيقة

أقسام الدرس	الزمن	محتوى الفعاليات	أسلوب التنفيذ	الملاحظات
القسم الإعدادي	(١٢) د			
أ. المقدمة	٢ دقيقة	خروج التلاميذ إلى الساحة لبدء الدرس	الدخول إلى الصف وإخراج التلاميذ إلى ساحة المدرسة بشكل رتل والوقوف في الساحة بشكل نشق	
ب. الإحماء	٤ دقيقة	سير + هرولة + هرولة مع رفع الذراعين جانباً وعلياً + هرولة مع رفع الذراعين جانباً .	تقليد سيرا جندي والضابط + تقليد طيران طائر بالسير + تقليد طيران الطائر بالهرولة + تقليد طيران الطائرة بالهرولة .	
ج. التمارين البدنية	٦ دقيقة	- (وقوف) ميل الرأس للجانبين بالتعاقب - (وقوف-فتحاً) رفع الذراعين جانباً وعلياً - (وقوف فتحاً -الذراعين علياً) ميل الجذع للجانبين - (وقوف) القفز على البقعة	- تقليد بندول الساعة . - تقليد طيران الطائر . - تقليد ميلان الأشجار عند هبوب الرياح . - تقليد قطف الرمان أو التفاح .	- تؤدي التمارين البدنية بوضع الانتشار - ملاحظة الأداء وتصحيح الأخطاء
القسم الرئيسي	(٢٥) د			
لعبة الأرنب والتغلب	٨ دقيقة	هدف اللعبة : تطوير الجري شرح اللعبة للتلاميذ	يقف كل فريق خلف الخط المحدد له . تتقدم الأرنب للعب أمام خط هدفهم ، ينادي التغلب (اجري يا أرنب) تحاول التغلب مسك الأرنب قبل أن ترجع خلف خطها . الأرنب التي تم مسكها تحول إلى تغلب . ويستمر اللعب حتى لا يتبقى أي أرنب ، تعاد اللعبة مع تبديل الأطفال .	الشرح المبسط للعبة . التأكيد على أداء الحركة الصحيحة .
لعبة كرة النمر	٩ دقيقة	هدف اللعبة : تطوير الرمي شرح اللعبة للتلاميذ	يشكل تلاميذ الصف دائرة ويقف وسط الدائرة احد التلاميذ ليكون بمثابة النمر وعند سماع إشارة البدء يقوم التلاميذ بتمرير الكرة فيها بينهم بالتقاطع ويحاول النمر لقف الكرة فإذا نجح في ذلك يحمل الكرة التلميذ الذي كان يؤدي التمرير لآخر مرة قبل استحواذ النمر عليها ولا يجوز للنمر مغادرة الدائرة ، وتستمر اللعبة حتى انتهاء الزمن المقرر لها .	
لعبة نقل الأكياس	٨ دقيقة	هدف اللعبة : تطوير الوثب شرح اللعبة للتلاميذ	يقسم التلاميذ إلى فطرتين تقفان خلف خط البداية ومواجهة للسلة الخاصة بها وتعطى لكل تلميذ في القاطرة كرة . وعند سماع إشارة البدء ينطلق أول تلميذ من كل قاطرة بالقفز على كلا القدمين نحو السلة الخاصة به لوضع الكرة فيها والرجوع للمس زميله الذي يليه من القاطرة والوقوف في نهايتها ، ثم ينطلق التلميذ الثاني وهكذا تستمر اللعبة والقاطرة الفائزة من تنهي السباق أولاً	تكون المسافة بين خط البداية والسلاسل الخاصة بالجميع (٨) أمتار - تكرر المحاولة بزيادة المسافة بين اخذ (٢) دقيقة راحة
القسم الختامي	(٣) د	تمارين تحددته للجسم ثم تأدية تحية الانصراف		