

تأثير وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (9-10) سنوات.

The Effect of Proposed Educational Units Using Small-Sided Games on the Development of Flexibility and Response Speed among Primary School Pupils Aged 9-10 Years

أ. بلهاشمي فاطيمة، معهد التربية البدنية والرياضية-مخبر تقويم الأنشطة الرياضية-جامعة مستغانم.

fatima.belhachemi.etu@univ-mosta.dz

المخلص:

تهدف الدراسة الى اقتراح وحدات تعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة والتعرف على مدى تأثير هذه الوحدات في تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة للتلاميذ في المرحلة الابتدائية بعمر (9-10) سنوات، ولهذا افترضت الباحثة أن الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة لها أثر إيجابي في تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ السنة الخامسة بعمر (9-10) سنوات، حتى تمثلت عينه البحث في 30 تلميذ مختارين عشوائيا مقسمين إلى عيّنتين 15 عينة ضابطة و 15 عينة تجريبية، وهذا باستخدام المنهج التجريبي، واعتمدنا في بحثنا على التجربة الاستطلاعية من أجل سيكو مترية الأداة صدق وثبات الاختبارات بالإضافة الى استخدام الاختبارات البدنية الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة والوسائل الإحصائية وفي الأخير استخلصت الباحثة على ضوء الدراسة النظرية، والدراسة الميدانية والدراسة الإحصائية للنتائج الخام، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين العينة الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية وإن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة كان لها دور فعال في تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة لدى التلاميذ ومن خلال ما اسفرت عنه نتائج البحث نوصي بضرورة ادراج وحدات تعليمية باستخدام ألعاب صغيرة في برامج درس التربية البدنية والرياضية للمدارس الابتدائية لما له من أثر إيجابي في تنمية أهم القدرات البدنية للتلاميذ بعمر (9-10) سنوات وضرورة اجراء دراسات أخرى على عينات أخرى.

الكلمات المفتاحية: الوحدات التعليمية المقترحة؛ الألعاب الصغيرة؛ المرونة؛ سرعة الاستجابة؛ تلاميذ الطور الابتدائي؛ المرحلة العمرية (9-10) سنوات.

Abstract

This study aimed to design and implement educational units based on small-sided games and to investigate their effect on developing flexibility and response speed among primary school pupils aged 9-10 years. The researcher hypothesized that educational units incorporating small-sided games would have a positive effect on improving flexibility and response speed in fifth-grade pupils.

The study employed an experimental research design. The sample consisted of 30 pupils randomly selected and equally assigned to two groups : an experimental group (n = 15) and a control group (n = 15). A pilot study was conducted to establish the validity and reliability of the research instruments. Physical fitness tests, the proposed educational units based on small-sided games, and appropriate statistical methods were used to collect and analyze the data.

Based on the theoretical framework, field experimentation, and statistical analysis of the collected data, the findings revealed statistically significant differences in the post-test results between the experimental and control groups in favor of the experimental group. The results demonstrated that the proposed educational units using small-sided games were effective in improving flexibility and response speed among primary school pupils.

In light of these findings, the study recommends incorporating educational units based on small-sided games into physical education curricula in primary schools because of their positive impact on developing essential physical abilities among children aged 9-10 years. It also recommends conducting further studies on different age groups and larger samples.

Keywords : Educational Units; Small-Sided Games; Flexibility; Response Speed; Primary School Pupils; Children Aged 9-10 Years.

مقدمة ومشكلة البحث:

إنّ درس التربية البدنية والرياضية يعتمد على عدة نظريات وأساليب من أجل بلوغ الأهداف التعليمية المسطرة، وتعتبر الألعاب الصغيرة من بين هذه الأساليب التربوية العامة خاصة في المرحلة الابتدائية، فهذه الأخيرة هي الأساس في حياة الطفل. ففيها يتم بناء شخصيته من الناحية الجسمية والنفسية، وقد اعتبرها المربون والمختصون في التربية البدنية والرياضية الجسر الواصل بين مرحلتَي الطفولة والمراهقة والمرحلة الأساسية للتعليم الحركي والتخصص الرياضي لجميع الأنشطة الرياضية. ويكون الطفل في هذه المرحلة ميالاً للعب حيث يجد فيه وسيلة للتعبير عن ذاته وإفراغ طاقته ومكبواته الحركية وإبراز قدراته. ولهذا يستلزم على الأستاذ الاستغلال الأمثل لهذا الاندفاع نحو اللعب وتوظيفه في تنمية اللياقة البدنية للطفل وذلك بالاستغلال الأمثل والمتقن للألعاب.

ومن خلال ملاحظتنا ومتابعتها للعملية الدراسية من خلال درس التربية البدنية والرياضية في المدارس وعدم إعطائه الاهتمام الكافي في إشباع رغبة التلاميذ في اللعب خلال الحصة وممارسة الرياضة إضافة إلى قلة البحوث التي تهتم بالبرامج التعليمية لتطوير أهم القدرات البدنية والحركية لهذه المرحلة. كما لاحظت افتقار كبير لتلاميذ الطور الابتدائي لصفة المرونة وسرعة الاستجابة اللازمة، وهذا ناتج عن قلة الحركة لدى الأطفال والتي تتسبب في ضعف مهارات الطفل الحركية الناتجة عن التقدم التكنولوجي وانتشار أساليب الراحة والرفاهية بالإضافة إلى ذلك تعلق الأطفال أكثر في مشاهدة التلفاز وقضاء أوقات طويلة أمام الحاسوب وانشغالهم بالألعاب الالكترونية. الأمر الذي دفع الطالبة الباحثة إلى اقتراح حل لهذه المشكلة من خلال اعتمادها على إعداد وحدات تعليمية باستخدام ألعاب صغيرة لتطوير وتنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة للتلاميذ بعمر (9-10) سنوات.

كما أكد المختصون أنّ الإعداد الجيد للتلاميذ وبالأخص وهم في هذه المرحلة يركز على تطوير وتنمية الصفات البدنية وذلك راجع إلى التطورات والتحويلات المورفولوجية والوظيفية التي تطرأ على التلميذ في هذه المرحلة. لهذا وجب الاهتمام بالبرامج التعليمية لتلاميذ التي تحتوي على اللعب والترفيه مع الأخذ بعين الاعتبار كيفية صياغة هذه الألعاب الصغيرة لتكون لها أثر إيجابي في تنمية الصفات البدنية.

ومن خلال بعض الدراسات السابقة وما توصلت إليه من نتائج حول مدى فاعلية الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية هاتين الصفتين الأساسيتين خاصة لهذه المرحلة العمرية، وكذا بعض الزيارات الميدانية التي قامت بها تبين لها افتقار المدارس الابتدائية لمثل هذه الوحدات التعليمية المبنية على أسس علمية مما دفع بالطالبة الباحثة إلى اقتراح هذا الموضوع من أجل الدراسة.

ومن هذا المنطلق يمكن أن نطرح التساؤلات التالية:

1-التساؤل العام:

- هل للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة أثر إيجابي في تنمية المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات؟

1-1-التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للعينة التجريبية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نتائج الاختبارات البعدية بين عيّنتي البحث الضابطة والتجريبية؟

2-الفرضية البحث:

- إن للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة أثر إيجابي في تنمية المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات.

2-1- الفرضيات الفرعية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للعينة التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نتائج الاختبارات البعدية بين عيّنتي البحث الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية.

3- أهداف البحث:

- التعرف على أثر للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المرونة وسرعة الاستجابة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات.

3-1- الأهداف الفرعية:

- معرفة أثر الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المرونة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات.
- معرفة أثر الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تنمية سرعة الاستجابة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-10) سنوات.

4- مصطلحات البحث:

- الوحدات التعليمية:

- يعرفها عطاء الله أنها وضعية تعليمية تدمج مجموعة من الأنشطة تهدف الى اكتساب المتعلم جملة من القدرات (عطاء الله أحمد، 2007، صفحة 15) .

وتعرف الطالبة الباحثة إجرائيا الوحدات التعليمية على أنها وضعيات مستهدفة تحتوي على تمارين والالعاب تهدف الى تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة.

- المرونة:

هي قدرة الفرد على أداء الحركات الرياضية الى أوسع مدى تسمح به المفاصل العاملة في الحركة (حسن السيد أبو عبده، 2009، صفحة 140) .

وتعرفها الطالبة الباحثة اجرائيا انها المدى الحركي عند المفصل أو مجموعة من المفاصل.

- سرعة الاستجابة:

وتعرف على انها المقدرة على الاستجابة لمثير بحركة في اقل زمن ممكن (فاطمة عبد المالح وآخرون، 2011، صفحة 147).

- الألعاب الصغيرة:

هي مجموعة من الألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة يغلب عليها طابع الترويح والتسلية (عطيات محمد خطاب ، 1990، صفحة 64).

وتعرفها الطالبة الباحثة اجرائيا انها وسيلة من وسائل التربية البدنية الحديثة لمن يزاولها من تلاميذ الابتدائي والكبار وهي ايضا نشاط رياضي يساعد على تطوير الاداء الحركي للألعاب الرياضية.

- الطور الابتدائي:

هي مرحلة يكتسب فيها الطفل القواعد الاولى التي تبني عليها المعارف والنظريات الكبرى، ويتعلق الطفل في هذه المرحلة تقليما موحدا (رابح تركي ، 1999، صفحة 120).

وتعرفها الطالبة الباحثة اجرائيا على انها تلك المرحلة التي يكتسب فيها التلميذ القدرة على الكتابة والقراءة بطريقة صحيحة، كما يتعلم فيها المعلومات الاساسية، والتي تعتبر بداية المعارف.

5- الدراسات المشابهة:

5-1 (دراسة دلة بوعمامة، غالم نور الدين 2014) أثر وحدات تدريبية بالألعاب المصغرة على

تطوير بعض الصفات البدنية للاعبين كرة القدم أقل من 17 سنة، حيث هدفت الدراسة الى التوصل إلى إنجاز وحدات تدريبية باستعمال الألعاب الصغيرة لما لها من أهمية خاصة في تنمية الصفات البدنية بدفع اللاعب إلى بذل مجهودات إضافية وتمثلت مشكلة الدراسة في: هل للحصص التدريبية بالألعاب الصغيرة أثر إيجابي في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية لدى العينة التجريبية؟ وافرض الباحث أن للوحدات التدريبية بالألعاب المصغرة أثر إيجابي في تنمية عناصر الصفات البدنية المستهدفة لدى العينة التجريبية وأنه توجد ظروف ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية عند العينة التجريبية وهي لصالح الاختبارات البعدية، استخدام الطالبان المنهج التجريبي، شملت عينة البحث على 36 لاعبا موزعا على 18 لاعبا. للعينة المجموعة التجريبية و 18 لاعبا للمجموعة الضابطة، حيث استخدم الوسائل الإحصائية وتمثلت

في المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، معامل الارتباط، الصدق الذاتي اختبار لـ t ستودنت واستخدم استبيان يضم الاختبارات موزعة على أساتذة والدكاترة كأداة للدراسة وأهم ما توصل اليه من نتائج أن الألعاب المصغرة ساعدت في الجدية والحيوية خلال الحصص التدريبية من طرف اللاعبين وهذا يبرز سرعة التطور البدني والمهارى وأنه من خلال تطبيق البرنامج التدريبي بالألعاب المصغرة ظهر تطور واضح على العينة التجريبية عكس العينة الضابطة وأوصى الباحث بالاهتمام بالألعاب الصغيرة كوسيلة من وسائل التدريب لما لها من دور كبير في تطور الصفات البدنية وضرورة تخلل الألعاب المصغرة في الوحدات التدريبية وإدراجها في البرامج التدريبية حسب الأهداف المسطرة.

5-2 (دراسة بختي رياض، كريم سليم، 2017): وحدات تعليمية باستخدام اللعب لتنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12) سنة، هدفت الدراسة الى معرفة مدى تأثير الوحدات المقترحة باستخدام اللعب في تنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12) سنة ومعرفة نوعية الفروق الحاصلة بين عینتي البحث جراء تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة، وتمثلت مشكلة الدراسة في: هل تساهم الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اللعب في تنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12) سنة؟ و افترض الباحث بأن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اللعب تساهم في تنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12) سنة وأن هناك فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياسات البعدية لصالح المجموعة التجريبية الممارسة للألعاب، استخدم الباحثان المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث على 28 تلميذ من جنس ذكور موزعين على مجموعتين 14 عينة المجموعة التجريبية و 14 تلميذ عينة المجموعة الضابطة، وأهم النتائج أنه كان للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اللعب أثر إيجابي في تنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي وأوصى الباحث بإدراج أنشطة تتضمن اللعب في منهاج التربية البدنية والرياضة وضرورة توفير الوسائل البيداغوجية على مستوى المدارس الابتدائية.

5-3 - (دراسة عبد الله رمضان، مختار الصديق عبد الحق، 2007) "أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية (قوة، رشاقة، مرونة) لدى تلاميذ الطور الثاني خلال درس التربية البدنية والرياضية، حيث تمثلت مشكلة البحث في: هل للبرنامج المقترح للألعاب الصغيرة أثر إيجابي في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية (قوة، رشاقة، مرونة) لدى العينة التجريبية خلال درس التربية البدنية والرياضية؟ وهدفت الدراسة الى التوصل الى إنجاز حصة التربية البدنية والرياضية باستعمال الألعاب الصغيرة لما لها من أهمية خاصة في تنمية الصفات البدنية بدفع التلميذ إلى بذل مجهودات إضافية وابرار مختلف أشكال الألعاب الصغيرة ودورها في تطوير الصفات البدنية، وافترض الباحث أن للبرنامج المقترح أثر إيجابي في تنمية عناصر الصفات البدنية المستهدفة لدى العينة التجريبية، حيث استخدم الباحثان المنهج التجريبي وتمثلت عينة البحث من 90 تلميذ، إحداهما عينة تجريبية 45 تلميذ ذكور ولأخرى

عينة ضابطة تتكون 45 تلميذ من جنس الذكور، وأوصى الباحث بالاعتماد على استخدام طريقة الألعاب الصغيرة لخصوصيات الطفل النفسية والبدنية وخاصة في هذه المرحلة العمرية.

6- منهجية البحث والإجراءات الميدانية:

6-1 منهج البحث:

من خلال طبيعة المشكلة استخدمنا المنهج التجريبي، فهو تجريبي نظرا للبرنامج التعليمي المقترح على مجموعة من التلاميذ والاختبارات التي أجريت عليهم.

6-2 مجتمع وعينة البحث:

6-2-1 المجتمع الأصلي للعينة: يبلغ العدد الإجمالي لتلاميذ مدرسة 350 تلميذ وتم اختيار 38 تلميذ تتوفر فيهم الشروط المطلوبة بنسبة 30 %.

6-2-2 العينة:

أجريت هذه الدراسة على مجموعتين من التلاميذ من كلا الجنسين يمارسون نشاطهم المدرسي "بابتدائية بلشير حمو" حي 600 مسكن خروبة مستغانم قسم السنة الخامسة، تتراوح أعمارهم ما بين 9-10 سنوات، 15 تلميذ للعينة الضابطة من قسم السنة الخامسة ابتدائي، 15 تلميذ للعينة التجريبية من قسم السنة الخامسة ابتدائي.

6-3 مجالات البحث:

6-3-1 المجال البشري:

تم اختيار 38 تلميذ من "مدرسة بلشير حمو" حي 600 مسكن خروبة مستغانم. يتمثلون في عينة واحدة تم تقسيمها الى ثلاثة اقسام (8 تلاميذ للدراسة الاستطلاعية، 15 كمجموعة ضابطة، 15 كمجموعة تجريبية تطبق عليها الوحدات التعليمية المقترحة).

6-3-2 المجال المكاني:

أجريت الاختبارات القبلية والبعدية في الساحة المتواجدة "بمدرسة بلشير حمو" حي 600 مسكن خروبة لولاية مستغانم، وتم تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة في نفس المكان.

6-3-3 المجال الزمني: بدأنا دراسة هذا الموضوع من شهر سبتمبر الى غاية بداية شهر ماي وانحصرت الدراسة فيما يلي:

- التجربة الاستطلاعية كانت ما بين 04 فيفري الى غاية 11 فيفري 2022.

- تطبيق الوحدات التعليمية (الاختبار) لعينتي كان ما بين 18/02/2022 الى غاية 22/04/2022.

-الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية كان يوم 29 أفريل 2022.

أولاً: الاختبارات:

• اختبار (المرونة):

الغرض منه: قياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي.

الادوات: مقعد بدون ظهر، ارتفاعه 50 سم، مسطرة مقسمة من الصفر الى مائة سم مثبتة عمودياً على الكرسي بحيث يكون رقم 50 سم موازياً لسطح المقعد والرقم 100 موازياً للحافة السفلى للمقعد، مؤشر خشبي يتحرك على سطح المسطرة.

التسجيل: يسجل للمختبر المسافة التي حققها في المحاولتين وتحسب له أكبر مسافة بالسنتيمتر (محمد صبحي حسنين ، 2004، صفحة 282).

• اختبار نيلسون للاستجابة الحركية:

غرض الاختبار: قياس القدرة على الاستجابة والتحرك والسرعة والدقة وفقاً للاختبار المشير، وقد وضع هذا الاختبار على أساس أنه يشبه الانماط الحركية في عدة ألعاب رياضية.

الادوات اللازمة:

- فضاء مستوي خالي من العوائق بطول 30 م وعرض 2 م.

- ساعة إيقاف.

- شريط القياس (محمد صبحي حسنين ، 2004، صفحة 283).

6-7- الوسائل الإحصائية: استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية التالية:

- معامل ارتباط بيرسون ، اختبار "ت" "يستودنت".

7- عرض وتحليل النتائج:

7-1- المقارنة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية:

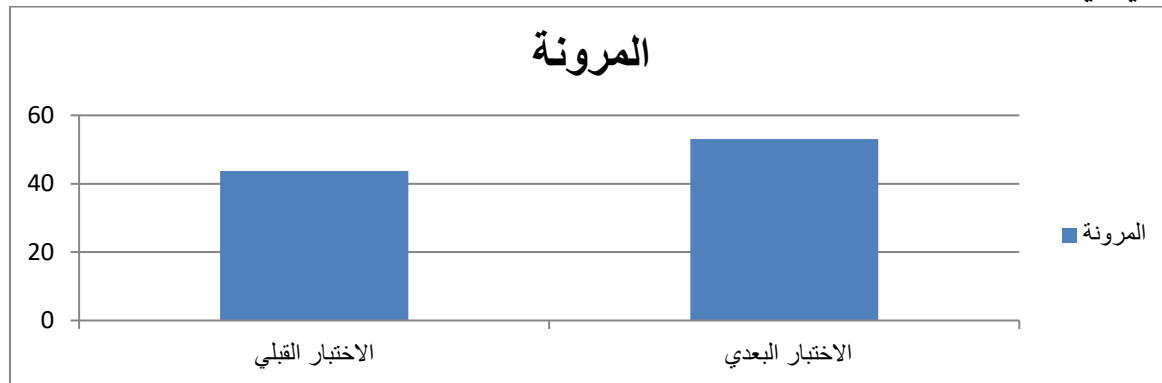
7-1-1- المقارنة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمرونة:

الجدول (03): يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمرونة عند العينة التجريبية

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العينة	درجة الحرية	معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية
43,73	32,50	15	14	0,49	4,31	2,14
53,06	37,64					

من خلال الجدول رقم (03) الذي يبين لنا المقارنة بين النتائج القبلية والبعدية للعينة التجريبية في اختبار المرونة، حيث بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (43,73) في حين بلغ في الاختبار البعدي (53,06)، كما بلغت قيمة t المحسوبة بقيمة (4,31)، ويتضح أنها أكبر من قيمة t الجدولية التي بلغت قيمتها 2,14 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 14 إي أن هناك دلالة إحصائية للفرق بين

المتوسطات الحسابية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي لصالح الاختبار البعدي وهذا ما يفسر فاعلية التمارين والألعاب الرياضية المقترحة في تحسين وتطوير المرونة لدى التلاميذ. وهذا ما تؤكدته دراسة (بالغالي فوزية، يحي فريد، 2016) أن للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال لها أثر ايجابي في تنمية بعض مكونات اللياقة البدنية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (9-11) سنة.



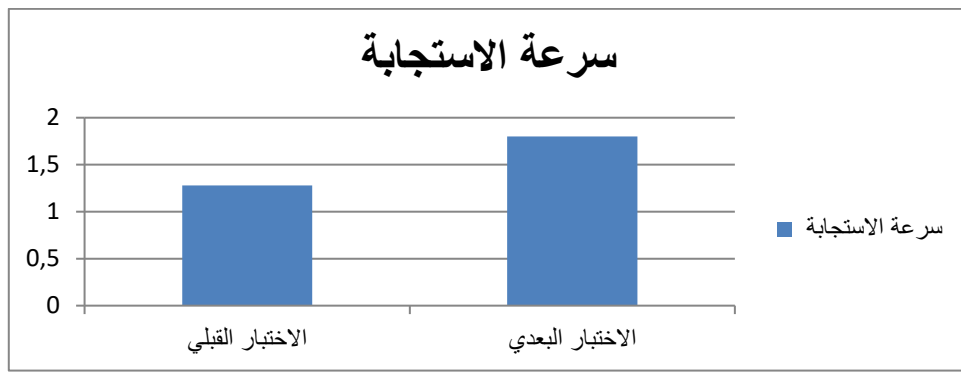
التمثيل البياني (03): يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلية والبعدية للمرونة.

7-2- المقارنة بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للعينة التجريبية في سرعة الاستجابة:

الجدول رقم (05) يوضح نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للعينة التجريبية في سرعة الاستجابة

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العينة	درجة الحرية	معامل الارتباط	ت المحسوبة	ت الجدولية
1,28	0,02	15	14	0,20	9,10	2,14
1,80	0,03					

من خلال الجدول رقم (05) المدون أعلاه الذي يبين لنا يبين المقارنة بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للعينة التجريبية حيث تقدر نسبة المتوسط الحسابي ب 1,28 للاختبار القبلي و 1,80 للاختبار البعدي، ونلاحظ ان قيم t المحسوبة قدرت ب 9,10 وهي بذلك أكبر من القيمة الجدولية التي بلغت قيمتها 2,14 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 14 وعليه نقول بأنه توجد دلالة إحصائية للفروق بين النتائج القبلية والبعدية للعينة التجريبية لصالح الاختبارات البعدية وهذا ما يفسر فاعلية الوحدات التعليمية وما تحويه من أنشطة وألعاب متنوعة وهادفة في تنمية سرعة الاستجابة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.



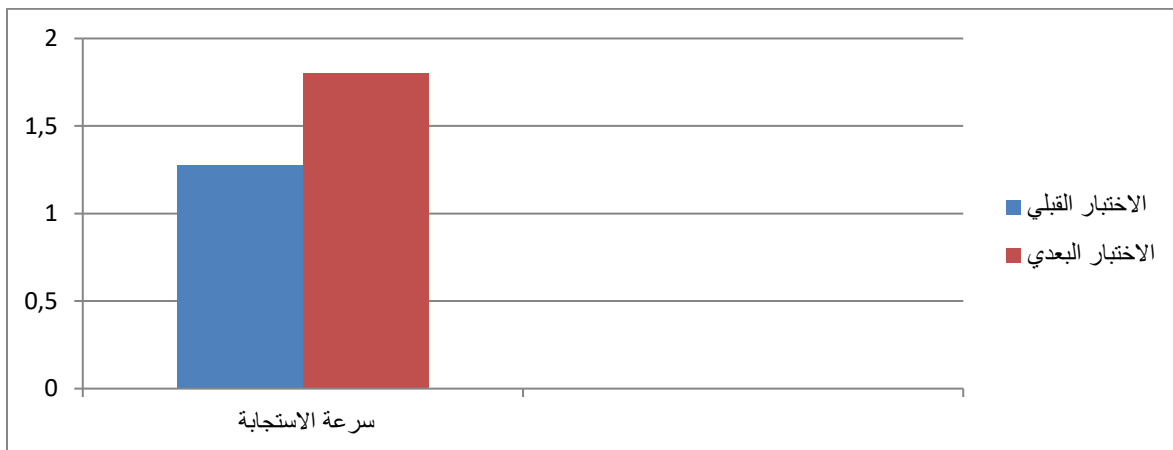
رسم بياني (04): يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلية والبعدية للعينة التجريبية.

7-3- المقارنة بين نتائج الاختبارات البعدية للعينتين الضابطة والتجريبية:

الجدول رقم (06): يبين المقارنة بين نتائج الاختبارات البعدية للعينتين الضابطة والتجريبية.

الاختبارات	المتوسط الحسابي		العينات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ت الجدولية	ت المحسوبة	تقييم مستوى الدلالة
	العينات التجريبية	العينات الضابطة						
المرونة	53,06	48,40	30	28	0.05	2.04	4,01	دال
سرعة الاستجابة	1,80	1,60					2,70	دال

نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) أن المتوسط الحسابي للعينة التجريبية بلغ 53,06 مقابل 48,40 للعينة الضابطة في اختبار المرونة، أما في ما يخص اختبار سرعة الاستجابة نجد أن المتوسط الحسابي للعينة التجريبية مقدّر بـ 1.80 ويقابله 1.60 عند العينة الضابطة، وقيم t المحسوبة جاءت كالتالي (4.01 في اختبار المرونة، و 2.70 في اختبار سرعة رد الفعل) وهنا يتضح أنها أصغر من القيمة الجدولية التي بلغت قيمتها 2.04 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 28، وعليه نقول بأنه توجد دلالة إحصائية للفرق بين النتائج القبلية للعينتين الضابطة والتجريبية، وتعزو الطالبة الباحثة ذلك إلى الدور الإيجابي والفعال للوحدات التعليمية المقترحة وما تحويه من تنوع في الألعاب والتمارين الرياضية خاصة وأنها كانت تلائم خصائص الفئة العمرية. مقارنة بالعينة الضابطة التي لم تتحسن لديها هذه الصفتين (المرونة وسرعة الاستجابة).



رسم بياني (05): يبين الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات البعديتين للعينتين الضابطة والتجريبية.

8- مناقشة فرضيات البحث:

8-1 مناقشة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نتائج الاختبارات القبلية والبعديتين للعينتين التجريبية".

يتضح من خلال النتائج المستخلصة للاختبارات البعديتين للعينتين التجريبية. فقد تبين بعد المعالجة الإحصائية الحاصلة باستخدام دلالة الفروق "ت" أن الفروق الإحصائية الحاصلة بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي على مستوى العينة التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي، وتعزو الطالبة الباحثة ذلك إلى اختيار فقط الألعاب التي في حدود كفاءة سن المجموعة والمناسبة للحجم والقوة والخبرة، بالإضافة إلى مراعاة أن تكون الألعاب المقترحة متنوعة ومشوقة واقتصادية وتتفق مع احتياجات الموقف التعليمي. وعليه فإنّ الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة لها أثر إيجابي في تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة لدى التلاميذ، حيث اتفقت هذه الدراسة مع دراسة (دلة بوعمامة، غالم نور الدين ، 2014) والتي أشارت إلى أن الألعاب الصغيرة ساعدت في الجدية والحيوية خلال الحصص التدريسية من طرف اللاعبين وهذا يبرز سرعة التطور البدني المهاري". وعليه فإنّ الفرضية قد تحققت.

8-2 مناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نتائج الاختبارات البعديتين بين عيني البحث الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية".

يتضح من خلال النتائج المستخلصة للاختبارات البعديتين للعينتين التجريبية إنّ الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة لها أثر إيجابي في تنمية صفة المرونة لدى التلاميذ. فقد تبين بعد المعالجة الإحصائية الحاصلة باستخدام دلالة فروق "ت" أن الفروق الإحصائية الحاصلة بين الاختبار

القبلي والاختبار البعدي على مستوى العينة التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي، وتعزو الباحثة ذلك إلى تنوع التمارين والألعاب الرياضية المستخدمة في تنمية هذه الصفات والتي احتوتها الوحدات التعليمية باستخدام ألعاب صغيرة التي كان لها الأثر الإيجابي في تنميتها لدى التلاميذ، وقد اتفقت مع نتائج البحث مع دراسة (بختي رياض، كريم سليم، 2017)، التي أشارت إلى أن للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اللعب أثر إيجابي في تنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطّور الابتدائي". وعليه فإنّ فرضية البحث قد تحققت.

8-3- مناقشة الفرضية العامة:

ويتضح ذلك من خلال المعالجة الإحصائية الموضحة في الجداول (02) و(06)، حيث تبين الدلالة الإحصائية للفروق الحاصلة بين متوسطات النتائج القبليّة والبعديّة الإحصائية الحاصلة بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي على مستوى العينة التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي، حيث تعزو الطالبة الباحثة إلى مراعاة قانون التدرج التعليمي للواجبات الحركية المتعلمة حيث تنتقل بالمتعلم تدريجياً من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد، وبصفة عامة نبدأ بالألعاب البسيطة لنصل إلى الألعاب المعقدة. حيث اتفقت هذه الدراسة مع دراسة "عبد الله رمضان" و"مختار الصديق عبد الحق" 2007م، التي أسفرت أهم نتائجها على أنّ البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة أثر إيجابي في تنمية بعض عناصر الصفات البدنية (قوة، رشاقة، مرونة) لدى تلاميذ الطّور الثاني خلال درس التربية البدنية والرياضية، وهذا ما يؤكده حافظ أن الألعاب الصغيرة تعد من أنجح دروس التربية الرياضية التي ترمي إلى تحقيق الأهداف التربوية الحديثة. (محمد علي حافظ، 1943، صفحة 26) ويضيف أبو بكر أن للألعاب الصغيرة أهمية كبيرة في بلوغ أهداف مجتمعة لتطوير الصفات البدنية وفي نفس الوقت تطوير المهارات الفنية للطفل من أجل تكوين ذاكرة حركية للطفل في المستقبل، (أبو بكر علي، 1985، صفحة 84). وعليه نقول أنّ الفرضية قد تحققت.

9- الاستنتاجات: بعد الدراسة الإحصائية وتحليل ومناقشة النتائج توصلت الطالبة الباحثة إلى:

✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نتائج صفتي المرونة وسرعة الاستجابة في الاختبار القبلي للعينة التجريبية والضابطة.

✓ هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للعينة التجريبية لصالح الاختبارات البعديّة.

✓ هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نتائج الاختبارات البعديّة بين عيني البحث الضابطة والتجريبية لصالح العينة التجريبية.

✓ إن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة المطبقة على العينة التجريبية أثرت إيجابياً في تنمية صفتي المرونة وسرعة الاستجابة لدى التلاميذ الطّور الابتدائي (09-10) سنوات.

10- الاقتراحات والتوصيات:

1. استثمار طاقات الاطفال من خلال طريقة الألعاب الصغيرة.
2. زيادة حصص الرياضة ووقت الممارسة لزيادة فعالية تطوير وتنمية القدرات البدنية للتميز.
3. توفير العتاد والوسائل التي يتطلبها تطبيق الوحدات التعليمية والالعاب الصغيرة في المدارس الابتدائية.

قائمة المراجع:

- 1) أبو بكر علي (1985)، ألعاب مختلفة للمرحلة الإعدادية، ليبيا: كلية التربية للبنين.
- 2) أحمد محمد خاطر، علي فهمي البيك (1996)، القياس في المجال الرياضي، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- 3) حسانين محمد صبحي، (2004)، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، الجزء الأول، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 4) حسن السيد أبو عبده (2000)، أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، الاسكندرية: مكتبة الإشعاع.
- 5) سليم بختي رياض، كريم. (2017)، وحدات تعليمية باستخدام اللعب لتنمية صفتي المرونة والرشاقة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12)، الجزائر.
- 6) عبد الله رمضان. (2007). أثر برنامج مقترح للألعاب الصغيرة في تنمية بعض عناصر البدنية (قوة، رشاقة، مرونة). لدى تلاميذ الطور الثانوي، الجزائر.
- 7) عطاء الله أحمد. (2007). أساليب وطرق التدريس في ت. ب، الجزائر-ديوان المطبوعات الجامعية.
- 8) عطيات محمد خطاب. (1990). أوقات الفراغ والترويح.
- 9) فاطمة عبد المالح وآخرون. (2011). التدريب الرياضي للطلبة المرحلة الثانية لكليات التربية الرياضية للبنات، جامعة بغداد.
- 10) محمد علي حافظ، مرزوق فرحات. (1943). الألعاب المنظمة، القاهرة.