



جامعة المنصورة
كلية التربية الرياضية

ديناميكية تطور بعض القدرات البدنية

ومستوياتها المعيارية وعلاقتها باللياقة الصحية

لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية

مشروع بحثي ممول من وحدة البحوث بجامعة المنصورة (وحدة ذات طابع خاص)

الدكتور

أ د / محمد شوقي كشك

أستاذ تدريب كرة القدم بقسم التدريب الرياضي

ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون الدراسات العليا والبحوث (سابقاً)

– جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة

العدد الثالث عشر – سبتمبر ٢٠٠٩ م

ديناميكية تطور بعض القدرات البدنية

ومستوياتها المعيارية وعلاقتها باللياقة الصحية لتلاميذ المرحلة

الإبتدائية بمحافظة الدقهلية

مشروع بحثي ممول من وحدة البحوث بجامعة المنصورة (وحدة ذات طابع خاص)

* أ د / محمد شوقي كشك (الباحث الرئيسي)

** أعضاء الفريق البحثي

المقدمة ومشكلة البحث :

المرحلة الإبتدائية من أهم المراحل التعليمية في مصر لأنها تشكل القاعدة الأساسية للسلم التعليمي وطبقا لما هو معطن بنص الدستور بأن يكون التعليم في هذه المرحلة الزامي ومجاني لجميع افراد الشعب، حيث تعتبر المدرسة الإبتدائية وتلاميذها حجر الزاوية ونقطة الإنطلاق نحو تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضة، وبناء أجيال قوية من الشباب قادرين على تحقيق الطموحات والأمانى ورفع شأن الوطن وإيجاد مكان مرموق له بين الدول المتقدمة.

ولما كان أحد أهم الأهداف التعليمية والتربوية للتربية الرياضية في المدارس الإبتدائية " الحلقة الأولى للتعليم الأساسي" هو تنمية القدرات البدنية والحركية للتلاميذ، وكذا الإهتمام بتنمية وتطوير المهارات الحركية الأساسية وفق خصائص ومتطلبات النمو

* أستاذ تدريب كرة القدم بقسم التدريب الرياضي ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون الدراسات العليا والبحوث (سابقا) - جامعة المنصورة.

** أ.د./محمد مرسل حمد أرياب وكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب ، أ.د./محمد مجدي أبو خير، أ.م.د./أحمد سليمان إبراهيم ، د/ جهاد نبيه محمود عيد المحسن، د/أشرف عثمان عبد المطلب، د/أحمد محمد الطنطاوي ، د / مصطفى محمد أحمد نصر ، م.م./فكري فائق صالح ، م.م./وائل عوض رمضان

اللازمة لتلاميذ هذه المرحلة السنية، ولذا فإن الدراسات الخاصة بالقدرات البدنية تعتبر أحد الاتجاهات الهامة والضرورية في دراسات التطور كظواهر منفردة أو في علاقتها المتداخلة حيث تمثل أهمية كبيرة في توجيه التطور الحركي توجيهها هادفاً، بغرض الوصول بالطفل لمستوى عال أثناء ممارسته للأنشطة الرياضية.

(٨ : ٢٦١) (١٠ : ٤)

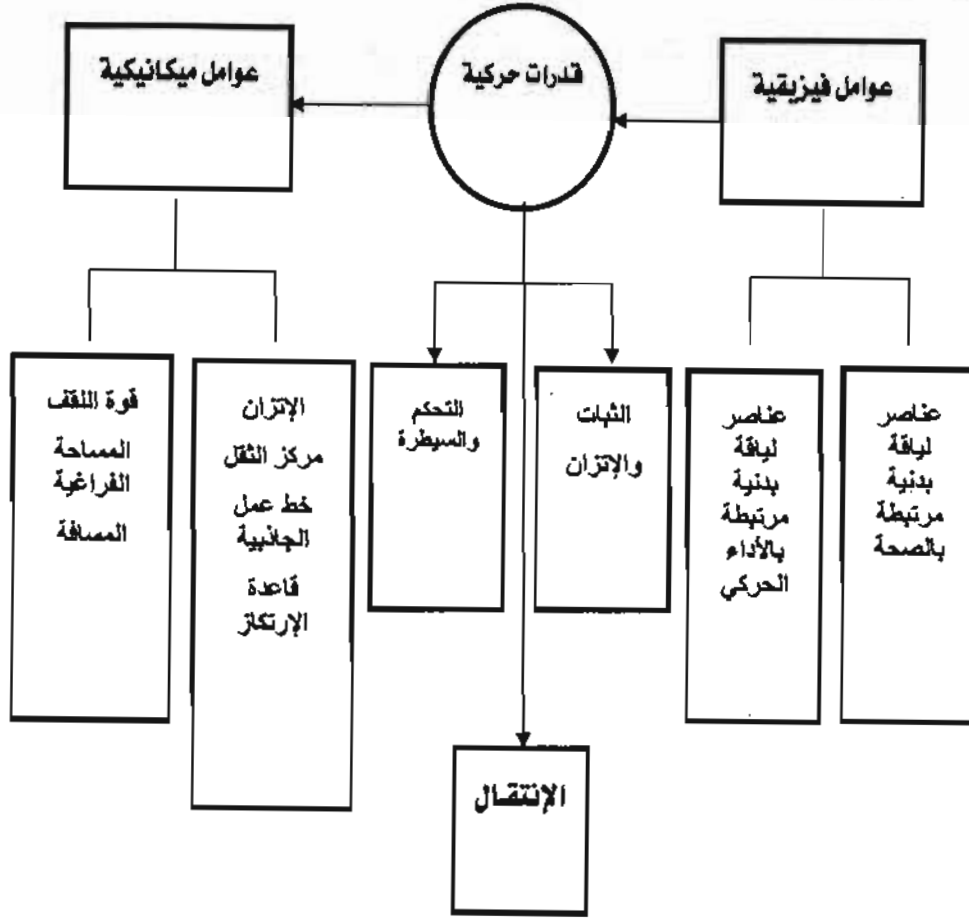
والتطور الحركي أحد مظاهر التطور العام للفرد وهو ذو تأثير فعال على مجالات التطور الأخرى تؤثر فيها وتتأثر بها، وغالبا ما يكون السلوك الحركي البسيط ناتجا من تفاعل العديد من المجالات المختلفة ذات التأثيرات المتباينة على هذا التطور والتي تشمل النواحي الوراثية، والبيولوجية والسيكولوجية وخبرات التعلم السابقة، البيئة المحيطة، الثقافة والوسط الاجتماعي. (٢ : ١٣٩)، (٢٢، ٢٢٦-٢٢٧)

والتطور له اتجاهين أساسيين أحدهما العوامل البيولوجية والتي تعتمد على الجينات والمفاهيم الوراثية للتطور وتشمل النواحي البدنية والأنظمة الفسيولوجية كنظام التحمل الدوري والتنفسي، نظام الجهاز العصبي المركزي، نظام الجهاز العظمي العضلي، نظام الغدد الصماء، أما الاتجاه الثاني فهي العوامل النفس اجتماعية وتشمل البيئة الطبيعية (المنزل- المدرسة - الجيران)، البيئة الاجتماعية (الوالدين- المدرسين - الرفاق) ومالها من تأثير على التطور الإدراكي (التطور في التفكير واللغة) وتطور الشخصية (تطور مفهوم الذات) والتطور الاجتماعي (المعلومات - الوعي بالأمور المحيطة). (٢٣ : ٤٨-٤٩) (١٦).

ويؤثر النمو البدني بصورة واضحة على النمو والتطور الحركي فزيادة تطور النمو البدني بصورة متناسقة بعد حدوث التغيير الأول بشكل الجسم واستكمال النمو من حيث الطول والوزن والتناسب الجيد لتركيب الجسم وزيادة نمو قوة العضلية مما يؤثر تأثيرا إيجابيا على مستوى الأداء الحركي للتمييز في تلك المرحلة السنوية (٣ : ١٥١)، (٢ : ٢٤). حيث يزداد معدل القدرات الحركية للطفل والتي تعتبر مركب من العوامل البدنية والعقلية والإنفعالية وندخل ضمن الأداء الحركي الفعال (١٧ : ٤٢) ، (١٤ : ٨-٣)

ويذكر مسعد علي محمود نقلا عن المنظمة الامريكية للصحة والرياضة والترويح والرقص بالاتفاق مع نجوى السيد عبد الحميد عن فنانير Vannier وكلارك Clark على أن مكونات اللياقة البدنية تنقسم الى : مكونات اللياقة البدنية التي ترتبط بالصحة (التحمل الدوري التنفسي ، القوة العضلية ، التحمل العضلي ، المرونة ، التكوين الجسمي) والمكونات التي ترتبط بالأداء المهاري (السرعة ، القدرة ، الرشاقة ، التوافق ، الأتزان ، زمن رد الفعل) (٩ : ١٤٤) ، (١٠ : ٣٠)

ويتفق هذا الرأي جزئيا مع ما نكره Glahaue أن هناك عوامل مؤثرة في النمو الحركي للطفل تتمثل في عوامل فيزيقية وعوامل ميكانيكية وتؤثر في القدرة الحركية والتي تتضح في الشكل التالي:



شكل (١): العوامل المؤثرة في النمو الحركي

وتعتبر الدراسات المستعرضة إتجاه أساسي في دراسات التطور وتكتسب أهمية كبيرة في مجال التعلم الحركي MOTOR LEARNING (تعليم - تدريب) بصفة عامة حيث تمثل دراسات تطور القدرات البدنية في مجال تأثيرها على الأداء الحركي إتجاه خاص جدير بالدراسة، حيث تسمح تلك الدراسات بإعطاء معلومات وتحليلات تتعلق بالصفات الموروثة لدى الفرد وإمكانية التطور المحتملة له، وديناميكية ومنعطفاته الهامة مما يساهم في تشكيل الأساس الجيد له للممارسة الهادفة في الأنشطة الرياضية بعد ذلك (١٥).

وبالرغم من أهمية التطور الحركي والبدني في وضع الأساس للعملية التربوية للطفل فإنه لم ينل الإهتمام الكافي من الدراسات في بيئتنا العربية، وهناك قصور واضح بصفة خاصة للدراسات والبحوث الخاصة بتطور الصفات والقدرات البدنية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية وقلة المعلومات عن معايير التطور لتلك القدرات، وفي ظل الظروف الراهنة والإتجاه الحالي إلى جودة التعليم وتطوير المناهج وتحديثها في مجال التربية الرياضية، فقد ظهرت أهمية الحاجة لإجراء تلك الدراسة، بهدف الكشف عن معدلات النمو البدني وديناميكية تطور القدرات البدنية ووضع مستويات معيارية لتلك القدرات في الفئات السنوية المختلفة لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية والتعرف على خصائص ومنعطفات هذا التطور حيث يمثل هذا الأساس العلمي ونقطة الإنطلاق لتخطيط وتنفيذ العملية التربوية (تعليم - تدريب) بغرض وضع مناهج دراسية ملائمة مع واقع ومستوى قدرات التلاميذ وتوجيههم نحو الأنشطة الرياضية المناسبة لقدراتهم.

أهداف البحث

- ١) الكشف عن ديناميكية تطور بعض القدرات البدنية قيد البحث وتباينها للفئات السنوية مواليد من ١٩٩٥-١٩٩٩ لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية.
- ٢) وضع مستويات معيارية للقدرات البدنية قيد البحث في الفئات السنوية مواليد من ١٩٩٥-١٩٩٩ لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية.

٣) التعرف على علاقة القدرات البدنية قيد البحث باللياقة الصحية في الفئات السنوية المختلفة من مواليد ١٩٩٩-١٩٩٥ لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية.

فروض البحث

١) توجد فروق معنوية في تطور بعض القدرات البدنية قيد البحث في الفئات السنوية المختلفة من مواليد ١٩٩٩-١٩٩٥ لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية.

٢) يوجد تباين في معدل تطور بعض القدرات البدنية قيد البحث في الفئات السنوية المختلفة من مواليد ١٩٩٩-١٩٩٥ لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية.

٣) توجد مستويات معيارية ودرجات متباينة المستوى للقدرات البدنية قيد البحث في الفئات السنوية المختلفة من مواليد ١٩٩٩-١٩٩٥ لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية.

٤) وجود علاقة ارتباط إيجابية بين مستوى بعض القدرات البدنية قيد البحث، ومعدل النضج المباشر وغير المباشر في الفئات السنوية المختلفة من مواليد ١٩٩٩-١٩٩٥ لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية.

منهج البحث:

قام الفريق البحثي باستخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي .

مجتمع البحث:

المجتمع الكلي للبحث اشتمل على جميع الإدارات التعليمية بالمحافظة وعددها (١٧) إدارة لجميع الصفوف الدراسية بالحلقة الأولى من التعليم الأساسي (حتى الصف السادس) الابتدائي .

مجالات البحث**أولاً: المجال الجغرافي:**

أجريت القياسات والاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث على ملاعب مدارس المرحلة الابتدائية، "الحلقة الأولى للتعليم الأساسي" التي تم اختيارها بالطريقة العمدية من عدد (١٠) إدارات تعليمية فرعية بمديرية التربية والتعليم بمحافظة الدقهلية وهي إدارة شرق وغرب المنصورة، طلخا، السنبلوين، أجا، دكرنس، بني عبيد، الجمالية، شربين، بلقاس، وقد تم اختيارهم للأسباب التالية:

- موافقة إدارات المدارس بإجراء القياسات والاختبارات وتواجد أعضاء هيئة الإشراف الداخلي والخارجي للتدريب الميداني والمساعدين من الطلبة من خارج المدرسة.
- سهولة التنسيق بين أعضاء الفريق البحثي والمساعدين من مشرفي التدريب الميداني والطلبة وأعضاء هيئة التدريس بالمجموعات البحثية.
- توافر الملاعب والعدد الكافي من الأدوات والأجهزة والملاعب لتنفيذ القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث.

ثانياً: المجال الزمني:

أجريت القياسات والاختبارات المرتبطة بالدراسات الإستطلاعية والدراسة الأساسية للبحث في الفترة الزمنية من ٢٠٠٧/٣/٢٢ إلى ٢٠٠٨/٣/٢٨ حيث تم إجراء:

- الدراسة الإستطلاعية رقم (١) يومي ٢٢،٢٣ / ٢٠٠٧/٣.
- الدراسة الإستطلاعية رقم (٢) يومي ٢٥، ٢٦ / ٢٠٠٧/٣.
- الدراسة الأساسية وقياساتها وتمت خلال المدة من ٢٠٠٧/٩/٢٦ إلى ٢٠٠٨/٣/٢٨.

عينة البحث:

تم اختبار عينة البحث بالطريقة العشوائية الطبقية، وقد بلغت حجم العينة الأساسية للذين اكتملت جميع قياساتهم وتم التعامل مع بياناتهم (٦٠٩٦) تلميذ من المرحلة الابتدائية "الحلقة الأولى من التعليم الأساسي" بمحافظة الدقهلية بعد استبعاد عدد (٢٨٧) لأسباب مختلفة (المرض- الغياب المتكرر- ممارسي النشاط الرياضي- التلاميذ عينة الدراسة الإستطلاعية) وقد تم تقسيم عينة الدراسة إلى خمس فئات سنوية سعة كل فئة سنة واحدة.

الخطوات التنفيذية

- إعداد وتصميم الإستمارات المستخدمة في تسجيل البيانات الخاصة بمتغيرات البحث.

• إيجاد المعاملات العلمية "الثبات -الصدق" للمتغيرات الأساسية والقدرات البدنية قيد البحث، وعلى الرغم من تمتع الإختبارات بمعاملات علمية عالية من حيث الصدق والثبات، إلا أن الفريق البحثي راعى ضرورة التحقق من ملائمة هذه الإختبارات لعينة البحث وذلك من خلال إجراء دراسة استطلاعية في الفترة الزمنية من ٢٠٠٧/٣/٢٥ إلى ٢٠٠٧/٣/٢٦ على عينة قوامها (٥٠٠) من تلاميذ المرحلة الابتدائية في الفئات السنوية الخمس بواقع (١٠٠) تلميذ لكل فئة سنوية.

• تم إجراء تجانس على عينة الدراسة في الفئات السنوية الخمس من تلاميذ المرحلة الابتدائية في المتغيرات الأساسية والقدرات البدنية قيد البحث حيث تم حساب معامل صدق تمايز الإختبارات على التلاميذ من خارج العينة باستخدام المقارنة الطرفية بين المتميزين، وغير المتميزين من التلاميذ من خارج العينة الرئيسية جدول (١).

جدول (١):

التجانس "قيمة معامل الالتواء" لجميع الفئات السنية لتلاميذ المدارس
الإبتدائية "عينة الدراسة" بمحافظة الدقهلية في المتغيرات الأساسية واختبارات
القدرات البدنية قيد البحث.

ن-٥٠٠

م	المتغيرات	معامل الالتواء				
		١٩٩٩ ن-١٠٠	١٩٩٨ ن-١٠٠	١٩٩٧ ن-١٠٠	١٩٩٦ ن-١٠٠	١٩٩٥ ن-١٠٠
١	العمر (بالشهور)	٠,٢٨٤-	٠,١٨٦	٢,٨٩٨-	٠,٠١٨-	٠,٥٨١
٢	الطول	٠,٧٧٠-	٢,٠٥٢	٢,٩٤٤-	٠,٦٠٩	١,٣٧٣
٣	الوزن	٠,٠٢٦	٠,٠٤٣	٢,٨١٦-	٠,٤١	٠,٤٩١
٤	الوثب العريض من الوقوف لقياس القدرة العضلية	٠,٣٤٠-	٠,٥٢٣-	٢,٨٣٩-	٠,٥٤٣	٠,٥٥٧
٥	الدوائر المرقمة لقياس الرشاقة	٠,٠٠٠	٠,٠٤٣	٢,٧٠٢-	٠,١٠٥	٠,٣٣٧
٦	الحجل والوثب والدوران في مربعات لقياس التوافق	٢,٨٧٣	٢,٤٧٦	٢,٦٧١-	٠,٤٨٤-	٠,٠٠٠
٧	سرعة الإطلاق ١٠ م من الثبات	٠,١٩٢	٠,١٥٠-	٢,٨٧٥-	٠,٧٨٣	٠,٠٠٠
٨	السرعة الانتقالية ٣٠ م من الثبات	٠,٧٨٩	٠,٠٠٠	٢,٩١١-	١,٧٠١	٠,٩٣١-
٩	رفع الركبتين عاليا بالتبادل حتى ٣٠ ث لقياس تحمل الأداء	٠,٣٣٧	٠,٤٦٠	٢,٧١٩-	٠,٣٨١	٠,١٩١
١٠	رفع الركبتين عاليا بالتبادل حتى ٦٠ ث لقياس التحمل الدوري التنفسي	٠,١٠٠-	٠,٣٨٩	٢,٧٨٦-	٠,١٤٠	٠,٠٣٦
١١	سرعة حركة الذراع في ١٩ ث	١,٢١١	٠,٩٧٣	٢,٦٥٥-	٠,١١٠	٠,٣٢٨
١٢	سرعة الركل بالقدم في ٣٠ ث	٠,٦٢٦	٠,٦٩٢	٢,٨٣١-	٠,٨٧٧	٠,٣٠٥
١٣	النسب المباشر الانبطاح المقل من	١,٣٤١	١,٠٠٨	٢,٩٥٨-	١,١٥٠	٠,٠١
١٤	الوقوف ٣٠ ث النسب بعد ٣٠ ث	٠,٠٣١	٠,٠١٥	٢,٩٤٩-	٠,٨٢٠	٠,٠٢

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الإنتواء لعينة البحث مواليد (١٩٩٥ - ١٩٩٦ - ١٩٩٧ - ١٩٩٨ - ١٩٩٩) انحصرت ما بين $3 \pm$ مما يؤكد على تجانس أفراد عينة البحث في الاختبارات قيد البحث خلال كل فئة سنوية.

التخطيط الفني:

في ضوء أهداف البحث ومن خلال المعجم المرجعي والدراسات الإستطلاعية التي نفذت تم تحديد:

(١) القدرات البدنية المختارة والتي تمثلت في (القدرة العضلية - الرشاقة - التوافق بين القدم والعين - السرعة "انطلاق، انتقالية، سرعة الحركة" - التحمل "أداء، دوري تنفسي" - إختبار الكفاءة البدنية "النمبض"). (١١) ، (١٨)

(٢) الإختبارات المناسبة لقياس القدرات البدنية المختارة هي :

- الوثب العريض لقياس القدرة (١٣ : ٣١٧) (١١ : ٩٣)
- الدوائر المرقمة لقياس الرشاقة (١٢ : ٤١١)
- الحجل والوثب والدوران في مربعات لقياس التوافق بين القدم والعين (٦ : ٧٨)
- سرعة الإنطلاق من الثبات (٦ : ٢٤٧)
- السرعة الإنتقالية ٣٠م من الثبات (٦ : ٢٤٧)
- رفع الركبتين عاليا بالتبادل في ٣٠ ث لقياس تحمل الأداء

▪ رفع الركبتين علنيا بالتبادل في ٦٠ ث لقياس التحمل الدوري التنفسي

▪ سرعة حركة الذراع في ١٩ ث (١ : ٣٠١)

▪ سرعة حركة القدم في ٣٠ ث (١ : ٣٠٣)

الى جانب قياس الطول والوزن باعتبارها من المتغيرات الاساسية، وتدخل ضمن مكونات البناء الجسماني، وطبقا لما اشارت اليه العديد من المراجع فهي تعتبر قياسات عامة في دراسات النمو والتطور البدني والحركي.

٣) اعداد اجهزة وأدوات القياس.

٤) تحديد عدد المساعدين وأدوارهم.

٥) اعداد أماكن إجراء الإختبارات داخل ملاعب المدارس المختارة.

٦) وقد استخدم الفريق البحثي الجمع البيئات استمارة خاصة شاملة البيئات الاساسية (السن، الطول، الوزن) والبيئات الخاصة بنتائج القياسات والإختبارات قيد البحث.

الدراسة الأساسية

أما تنفيذ الدراسة الأساسية وقياساتها فقد تمت بداية من يوم ٢٦/٩/٢٠٠٧ إلى يوم ١١/١١/٢٠٠٧ كمرحلة أولى، وفي المرحلة الثانية تمت القياسات من يوم السبت ٢٣/٢/٢٠٠٨ إلى يوم ٢٨/٣/٢٠٠٨.

التخطيط الإحصائي

تم عمل المعالجات الإحصائية للبيانات وذلك باستخدام (المتوسط الحسابي س/ - الانحراف المعياري + ع - معامل الإنتواء - قيمة ف - معامل الارتباط لبيرسون - تحليل التباين في اتجاه واحد - اختبار أقل فرق معنوي L.S.D - الدرجة المعيارية = الدرجة الخام - المتوسط ÷ الانحراف المعياري - الدرجة الثانية = (الدرجة المعيارية × ١٠ + ٥٠)

عرض ومناقشة النتائج

اتبع الفريق البحثي التعليمات الخاصة بنشر نتائج البحوث العلمية " المشروعات البحثية الممولة من وحدة حساب البحوث بالجامعة " واكتفى بعرض ٣ نماذج فقط للجداول الاحصائية لكل من تحليل التباين والمستويات المعيارية ومعامل الارتباط دون مناقشتها وتفسير النتائج وجميع التفصيلات موجودة كاملة في المشروع البحثي

جدول (٢): تحليل التباين للفئات

السنية الخمس لتلاميذ المدارس الابتدائية "عينة الدراسة" بمحافظة الدقهلية
في المتغيرات الأساسية واختبارات القدرات البدنية قيد البحث.

م	المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف
١	العمر "بشهور"	بين المجموعات	٢١٧٢٣,٩	٤	٥٤٣٠,٩٨	٥٥٠,٨٣
		داخل المجموعات	٨٩٥١٥٦	٤٩٩٥	١٠٦,٨٥	
		المجموع	٩١٦٨٨٠	٤٩٩٩		
٢	الطول "سم"	بين المجموعات	١٣٥٦٥,٢	٤	٣٣٩١,٣	٥٢٤,٥٠
		داخل المجموعات	١١٥٩٦٢٩	٤٩٩٥	١٣٨,٤١	
		المجموع	١٤٧٢٤٨٤	٤٩٩٩		
٣	الوزن "كجم"	بين المجموعات	٤١٨٣,٨٢	٤	١٠٤٥,٩٦	٥٤٩,٤١
		داخل المجموعات	١٧٧٣٤٩	٤٩٩٥	٣٥,١٧	
		المجموع	٤٣٦١١٧	٤٩٩٩		
٤	الوقت العريض من الوقت لقياس القدرة العضلية "سم"	بين المجموعات	٤١٣٤٥,٩	٤	١١٠٨٦,٥	٥٢٢,٠٥
		داخل المجموعات	٤٢١٣٢٣١	٤٩٩٥	٥٠٢,٨٩	
		المجموع	٤٨٥٥٩٠٩	٤٩٩٩		
٥	الوقت المرمقة لقياس الرشاقة "ث"	بين المجموعات	١٠٦٥,٢٥	٤	٢٦٦,٣١	٥٤٩,٢٦
		داخل المجموعات	٤٥٢٤١	٤٩٩٥	٥,٤١	
		المجموع	١١١٠٠٥٤	٤٩٩٩		
٦	الحول والوثب والدوران في مربعات لقياس التوافق "ث"	بين المجموعات	٨٠٢٦,٧٣	٤	٢٠٠٦,٦٨	٥٤٩,٤٣
		داخل المجموعات	٣٤٠١٢٢	٤٩٩٥	٤٠,٦	
		المجموع	٨٣٦٦٨,٥	٤٩٩٩		
٧	سرعة الانطلاق ١٠ م من التثبيت "ث"	بين المجموعات	١٠٦,٦٥	٤	٢٦,٦٦	٥١٥,٩٠
		داخل المجموعات	١١٠٤٦,٨	٤٩٩٥	١,٦٨	
		المجموع	١٢٠٦٩,٨	٤٩٩٩		
٨	سرعة الانطلاق ٣٠ م من التثبيت "ث"	بين المجموعات	١١١,٦٢	٤	٢٧,٩	٥١٦,٧٧

م	المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف
		داخل المجموعات	١٣٩٣٩,٨	٤٩٩٥	١,٦٦	
		المجموع	١٢٥٥٥,٦	٤٩٩٩		
٩	رابع الركبتين علنيا بالقبال حتى ٣٠ ث "عد"	بين المجموعات	٢٧٣٦٤,٥	٤	٦٨٤١,١٣	٠٤٠,١٢
		داخل المجموعات	١٤٢٨٥٩٦	٤٩٩٥	١٧٠,٥٢	
		المجموع	٢٨٧٩٣١٤	٤٩٩٩		
١٠	رفع الركبتين علنيا بالقبال حتى ٦٠ ث "عد"	بين المجموعات	٧١١٤٣,٢	٤	١٧٧٨٥,٨	٠٣٥,٦١
		داخل المجموعات	٤٢٣١٦٠٠	٤٩٩٥	٥٠٥,٠٨	
		المجموع	٧٥٣٧٤٧٨	٤٩٩٩		
١١	سرعة حركة التراجع في ١٩ ث "عد"	بين المجموعات	٢٦٦١٠,٧	٤	٦٦٥٢,٦٧	٠٤٨,٢٩
		داخل للمجموعات	٦١٥٤٣٧	٤٩٩٥	١٣٧,٧٦	
		المجموع	٢٧٧٦٤,٨	٤٩٩٩		
١٢	سرعة الركل بالقدم في ٣٠ ث "عد"	بين المجموعات	١١٦٥٣,٦	٤	٢٧٨٨,٤١	٠٣٠,٥٢
		داخل المجموعات	٧٦٥٥٠,٤	٤٩٩٥	٩١,٣٧	
		المجموع	١١٩١١٤	٤٩٩٩		
١٣	النيض المباشر "عد"	بين المجموعات	٢٩١٠,٩٤	٤	٧٢٧,٧٣	٠٤٦,٣٧
		داخل المجموعات	١٣١٤٩٨	٤٩٩٥	١٥,٧	
		المجموع	٣٠٤٢٤٤	٤٩٩٩		
١٤	النيض بعد راحة ٣٠ ث "عد"	بين المجموعات	٦١٨١,٤٤	٤	١٥٤٥,٣٥	٠٤٧,٨٢
		داخل المجموعات	٢٧٠٧٠,١	٤٩٩٥	٣٢,٣١	
		المجموع	٦٤٥٢١٢	٤٩٩٩		

قيمة ف الجدولية عند مستوى معنوية = ٢,٣٧٠ دال * =

يتضح من الجدول (٢) ان هناك فروق دالة إحصائياً بين المجموعات الخمس والتي تمثل الخمس سنوات التي تم اختيارها كعينة للبحث وهذا تؤكد قيمة "ف" المحسوبة والتي جاءت اعلى من قيمتها الجدولية في الاختبارات وذلك عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

جدول (3): متوسط الفروق بين الفئات السنية الخمس لتلاميذ المدارس
الإبتدائية "عينه الدراسة" بمحافظة الدقهلية في المتغيرات الأساسية واختبارات
القدرات البدنية قيد البحث.

L.S.D	1990	1996	1997	1998	1999	المتوسطات	الاختبارات
8,03						110,38	1999
					111,91	122,29	1998
				122,96	122,96	133,34	1997
			114,01	120,00	136,97	147,30	1996
		108,89	122,9	123,94	140,86	156,21	1995
6,72						118,29	1999
					113,29	131,58	1998
				108,96	122,20	140,04	1997
			108,01	117,13	130,26	148,00	1996
		106,8	114,81	123,77	137,06	150,30	1995
2,81						26,97	1999
					11,41	31,38	1998
				10,23	19,61	33,61	1997
			10,37	11,06	110,06	43,98	1996
		10,28	110,60	110,88	121,29	47,26	1995
18,42						98,77	1999
					120,02	119,21	1998
				111,46	131,98	133,7	1997
			111,06	128,02	141,04	147,76	1996
		119,83	123,89	148,30	168,87	167,09	1995
1,04						33	1999
					12,78	6,23	1998
				0,36	11,11	8,86	1997
			12,71	110,31	16,88	3,12	1996
		0,92	12,66	14,02	17,8	0,2	1995
1,66						14,93	1999
					12,96	10,97	1998
				13,67	10,67	6,3	1997
			12,07	12,71	17,7	9,23	1996
		12,13	11,0	10,87	11,83	0,1	1995
1,00						2,18	1999
					0,38	2,9	1998
				0,01	0,39	2,89	1997
			0,23	0,23	0,02	2,66	1996
		11,12	11,12	11,12	11,11	1,77	1995
1,06						3,1	1999
					13,33	0,27	1998
				0,06	11,39	1,76	1997
			0,73	11,28	12,11	2,99	1996
		13,11	11,83	12,29	12,02	2,88	1995

L.S.D	الاسختبارات					المتوسطات	
	١٩٩٥	١٩٩٦	١٩٩٧	١٩٩٨	١٩٩٩	١٩٩٩	١٩٩٩
٢,٠١٢					٥٨,٩٠	٣٩,٤٦	١٩٩٩
						١٧,٧٤	١٩٩٨
			١,٦٧	٥٨,٢٨	٥١٧,١٨	٤٩,٤٦	١٩٩٧
					٥١٨,٨٥	٥١,٣٤	١٩٩٦
		١,٩٣	٥٢,٦٠	٥١١,٨٨	٥٢٠,٧٨	٤٨,٧٦	١٩٩٥
٨,٨١					٥١٠,١٤	٥٨,٨٥	١٩٩٩
						٦٩,٣٦	١٩٩٨
				٥١٠,٤٦	٥٢٠,٦٠	٧٩,٢١	١٩٩٧
			٥٩,٩٠	٥٢٠,٣٦	٥٢٠,٥٠	٨٤,١٢	١٩٩٦
		٤,٩١	٥١٤,٨١	٥٢٥,٢٧	٥٢٥,٤١	٣٠,٦٧	١٩٩٥
٢,٧٦					٥١,٠٦	٣٤,٧٣	١٩٩٩
						٣٦,٧	١٩٩٨
				١,٩٧	٥٦,٠٣	٤٠,٢	١٩٩٧
			٥٢,٥	٥٦,٤٧	٥٩,٥٢	٤٢,٥١	١٩٩٦
		٥٢,٣١	٥٥,٨١	٥٧,٧٨	٥١١,٨٤	٤٢,٥١	١٩٩٥
١,٩٨					٥٨,٣٧	٤٩,٦٦	١٩٩٩
						٤٨,٥٢	١٩٩٨
				١,١٣	٥٧,٢٤	٥٦,٦٤	١٩٩٧
			٥٨,٤١	٥٦,٩٨	٥١٥,٣٥	٥٤,٥٢	١٩٩٦
		٥٢,١١	٥٦	٥٤,٨٧	٥١٣,٢٤	١٠٠,٥٥	١٩٩٥
٢,٠٦					٥٢,١١	١٥٣,٤٤	١٩٩٩
						١٥٣,٢٦	١٩٩٨
				٠,٢٢	٥٢,٣٤	١٤٩,٤١	١٩٩٧
			٥٢,٨	٥٤,٠٣	٥٦,١٤	١٤٤,٢	١٩٩٦
		٥٥,٢١	٥٩,٠١	٥٩,٢٤	٥١١,٣٥	١٠٩,٩١	١٩٩٥
٢,١٩					٥٦,٨	١٠٣,١١	١٩٩٩
						١٠٥,٤١	١٩٩٨
				٢,٢	٢,٢	١٠٣,٢	١٩٩٧
			٢,٢١	٠,٠٩	٥٦,٧١	١٠٢,٧١	١٩٩٦
		٠,٤٩	٢,٧	٠,١	٥٧,٢	١٠٢,٧١	١٩٩٥

يتضح من الجدول (٣) أن هناك فروق دالة إحصائية بين الاختبارات البدنية بين المجموعات الخمس التي تمثل عينة البحث حيث تتجه هذه الفروق نحو الفئة ذات المتوسط الحسابي الأعلى بين باقي الفئات وهذا ما يوضحه الجدول (٣) حيث نلاحظ وجود دلالة بين السنوات الخمس في الاختبارات والتي يشار إلى وجود دلالة فيها بوضع علامة (*) فوق فرق المتوسط ذا الدلالة وبمقارنة المتوسطات نستطيع أن نحكم على اتجاه هذه الدلالة أي لصالح أي سنة من الخمس التي تتم المقارنة بينهم.

جدول (٤): المستويات المعيارية والدرجات الخام المقابلة لها لمتغير الوثب العريض من الوقوف للفئات السنية الخمس من ١٩٩٥ - ١٩٩٩ لتلاميذ المدارس الابتدائية "عينه الدراسة" بمحافظة الدقهلية

الوثب العريض من الوقوف										الدرجة التالية	P
١٩٩٩		١٩٩٨		١٩٩٧		١٩٩٦		١٩٩٥			
درجة معيارية	درجة خام	درجة معيارية	درجة خام	درجة معيارية	درجة خام	درجة معيارية	درجة خام	درجة معيارية	درجة خام		
١.٥٧.	٨١	٢.٠٤.	١٠٦	٢.٤٠.	١٢٢	١.٦٤.	١٤١	١.٨١٤.	١٥٢	٠	١
١.٣٥.	٨٢.١٥	٢.٦٥.	١٠٧.٨	٢.٠٠.	١٢٤.٨	١.٦٤.	١٤٢.١	١.٥٩٧.	١٥٢.٩	٥	٢
١.١٤.	٨٥.٩	٢.٢٢.	١٠٩.٦	١.٥٤.	١٢٦.٦	١.٦٤.	١٤٥.٢	١.٣٧٤.	١٥٥.٨	١٠	٣
٠.٩٢.	٨٨.٣٥	١.٨٤.	١١١.٤	١.١٤.	١٢٨.٤	٠.١٤.	١٤٧.٢	١.١٤٤.	١٥٧.٧	١٥	٤
٠.٧٠.	٩٠.٨	١.٤٠.	١١٢.٢	٠.٧٨.	١٣٠.٢	٠.٣٩	١٤٩.٤	٠.٩٢٢.	١٥٩.٦	٢٠	٥
٠.٤٨.	٩٢.٣٥	٠.٩٤.	١١٥	٠.٣٨.	١٣٢	٠.٨٩	١٥١.٥	٠.٧١٤.	١٦١.٥	٢٥	٦
٠.٢٧.	٩٥.٧	٠.٥٤.	١١٦.٨	٠.١٢	١٣٢.٨	١.٣٩	١٥٢.٦	٠.٤٨٤.	١٦٢.٤	٣٠	٧
٠.٠٥.	٩٨.١٥	٠.١٤.	١١٨.٦	٠.١٢	١٣٥.٦	١.٨٩	١٥٥.٧	٠.٢٦٧.	١٦٥.٢	٣٥	٨
٠.١٢	١٠٠.٦	٠.٢٧	١٢٠.٤	٠.٨٣	١٣٧.٤	١.٣٩	١٥٧.٨	٠.٠٤٤.	١٦٧.٢	٤٠	٩
٠.٣٨	١٠٢.٠٥	٠.٦٩	١٢٢.٢	١.٢٢	١٣٩.٢	٢.٨٩	١٥٩.٩	٠.١٧٦	١٦٩.١	٤٥	١٠
٠.٦٠	١٠٥.٥	١.١٠	١٢٤	١.٦٤	١٤١	٢.٣٩	١٦١	٠.٢٩٨	١٧١	٥٠	١١
٠.٨٢	١٠٧.٩٥	١.٥٢	١٢٥.٨	٢.٠٤	١٤٢.٨	٢.٨٩	١٦٤.١	٠.٢٢٠	١٧٢.٩	٥٥	١٢
١.٠٢	١١٠.٤	١.٩٤	١٢٧.٦	٢.٤٤	١٤٤.٦	٤.٣٩	١٦٦.٢	٠.٨٤١	١٧٤.٨	٦٠	١٣
١.٢٥	١١٢.٨٥	٢.٣٥	١٢٩.٤	٢.٨٥	١٤٦.٤	٤.٨٩	١٦٨.٢	١.٠٦٢	١٧٦.٧	٦٥	١٤
١.٤٧	١١٥.٣	٢.٧٧	١٣١.٢	٢.٢٥	١٤٨.٢	٥.٣٩	١٧٠.٤	١.٢٨٥	١٧٨.٦	٧٠	١٥
١.٦٩	١١٧.٧٥	٣.١٩	١٣٢	٢.٦٥	١٥٠	٥.٨٩	١٧٢.٥	١.٥٠٦	١٨٠.٥	٧٥	١٦
١.٩٠	١٢٠.٢	٣.٦٠	١٣٤.٨	٤.٠٦	١٥١.٨	٦.٣٩	١٧٤.٦	١.٧٢٨	١٨٢.٤	٨٠	١٧
٢.١٢	١٢٢.٦٥	٤.٠٢	١٣٦.٦	٤.٤٦	١٥٢.٦	٦.٨٩	١٧٦.٧	١.٩٥٠	١٨٤.٢	٨٥	١٨
٢.٣٤	١٢٥.١	٤.٤٤	١٣٨.٤	٤.٨٧	١٥٥.٤	٧.٣٩	١٧٨.٨	٢.١٧٢	١٨٦.٢	٩٠	١٩
٢.٥٥	١٢٧.٥٥	٤.٨٥	١٤٠.٢	٥.٢٧	١٥٧.٢	٧.٨٩	١٨٠.٩	٢.٣٩٢	١٨٨.١	٩٥	٢٠
٢.٧٧	١٣٠	٥.٢٧	١٤٢	٥.٦٧	١٥٩	٨.٣٩	١٨٢	٢.٦١٥	١٩٠	١٠٠	٢١

يوضح جدول (٤) توزيع الدرجات التقيية للتلاميذ قيد البحث خلال المرحلة السنية من ١٩٩٥م حتى ١٩٩٩م طبقاً للدرجات المعيارية والدرجات الخام المقابلة لها في قياس الوثب العريض من الثابت.

جدول (٥): معامل الارتباط بين القدرات البدنية قيد البحث والنبض بعد ٣٠ دقيقة راحة لجميع الفئات السنية مواليد ١٩٩٥ حتى ١٩٩٩ لتلاميذ المدارس الابتدائية "عين الدراسة" بمحافظة الدقهلية

قيمة ر	النبض بعد ٣٠		المتغيرات البدنية		الفترات	المتغيرات
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
*٠,٦٤١-	١,٥	١١٣,٢	٨,٥٧	١٦٧,٥٩	١٩٩٥	١ الوثب العريض من الثابت لقياس القدرة العضلية
*٠,٦٢١-	١,٥٠	١٠٨,٤١	٤,٢٠	١٤٧,٧٦	١٩٩٦	
*٠,٥٢١-	١,٦٣	١٠٣,١١	٤,٤٦	١٣٣,٧	١٩٩٧	
*٠,٢٥١-	١,٣١	١٥٣,٤٤	٤,٣٦	١١٩,٢٤	١٩٩٨	
*٠,٤٥١-	١,٩٢	١١٦,٦٥	١١,٢٩	٩٨,٧٢	١٩٩٩	
*٠,٣٢٢	١,٥	١١٣,٢	٠,٨٠	٥,٢	١٩٩٥	٢ الدوائر المرقمة لقياس الرشاقة
*٠,٤٧٢	١,٥٠	١٠٨,٤١	٠,٧٤	٦,١٢	١٩٩٦	
*٠,١٤٥	١,٦٣	١٠٣,١١	٠,٨٢	٨,٨٦	١٩٩٧	
*٠,٦٢٤	١,٣١	١٥٣,٤٤	٠,٧	٩,٢٢	١٩٩٨	
*٠,٤٢٨	١,٩٢	١١٦,٦٥	٠,٥٩	١٣	١٩٩٩	
*٠,٣٥٩	١,٥	١١٣,٢	٠,٦٥	٥,١	١٩٩٥	٣ الحجل والوثب والدوران في مربعات لقياس التوافق
*٠,١٩١	١,٥٠	١٠٨,٤١	٠,٦٢	٧,٢٣	١٩٩٦	
*٠,٣٥١	١,٦٣	١٠٣,١١	٠,٧٢	٩,٣	١٩٩٧	
*٠,٥١٤	١,٣١	١٥٣,٤٤	٠,٦٣	١٠,٩٧	١٩٩٨	
*٠,٣٨٢	١,٩٢	١١٦,٦٥	٠,٥٥	١٤,٩٣	١٩٩٩	
*٠,٧٤٥	١,٥	١١٣,٢	٠,٣٧	١,٧٧	١٩٩٥	٤ سرعة الانطلاق ٠ م من الثابت
*٠,٥١٣	١,٥٠	١٠٨,٤١	٠,٢٣	٢,٦٦	١٩٩٦	
*٠,٦٥٧	١,٦٣	١٠٣,١١	٠,١٣	٢,٨٩	١٩٩٧	
*٠,٦٧١	١,٣١	١٥٣,٤٤	٠,٢	٢,٩	١٩٩٨	
*٠,٦٤٢	١,٩٢	١١٦,٦٥	٠,٧٨	٣,١٨	١٩٩٩	
*٠,٧٤١	١,٥	١١٣,٢	٠,٢٩	٢,٨٨	١٩٩٥	٥ سرعة الانطلاق ٣٠ م من الثابت
*٠,٧٢١	١,٥٠	١٠٨,٤١	٠,٣٢	٣,٩٩	١٩٩٦	
*٠,٦٨٨	١,٦٣	١٠٣,١١	٠,٢٣	٤,٧١	١٩٩٧	
*٠,٤٣٥	١,٣١	١٥٣,٤٤	٠,١٦	٥,٢٧	١٩٩٨	
*٠,٦٨٤	١,٩٢	١١٦,٦٥	٠,٧٦	٦,٤	١٩٩٩	

قيمة ر	النبض بعد ٥٢٠		التغيرات البدنية		الفترات	التغيرات
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
*٠,٨٢٢	١,٥	١١٣,٢	٥,٣٤	٥١,٣٤	١٩٩٥	٦ رفع الركبتين حتى ٣٠ ث لقياس تحمل الاداء
*٠,٧٠٧	١,٥٠	١٠٨,٤١	٣,٢٣	٤٩,٤١	١٩٩٦	
*٠,٧١٤	١,٦٣	١٠٣,١١	٣,٧٣	٤٧,٧٤	١٩٩٧	
*٠,٧٢١	١,٣١	١٥٣,٤٤	٣	٣٩,٤٦	١٩٩٨	
*٠,٦٨١	١,٩٢	١١٦,٦٥	٤,٩٩	٣٠,٥٦	١٩٩٩	
*٠,٨١٠	١,٥	١١٣,٢	٩,٩٤	٨٤,١٢	١٩٩٥	٧ رفع الركبتين حتى ٦٠ ث لقياس التحمل اللوري التنفسي
*٠,٦١٨	١,٥٠	١٠٨,٤١	٤,٤٩	٧٩,٢١	١٩٩٦	
*٠,٥٢١	١,٦٣	١٠٣,١١	٤,٦٣	٦٩,٣١	١٩٩٧	
*٠,٨١٤	١,٣١	١٥٣,٤٤	٦,٥٥	٥٨,٨٥	١٩٩٨	
*٠,٦٥١	١,٩٢	١١٦,٦٥	٨,٦٩	٤٨,٧١	١٩٩٩	
*٠,١٣٢-	١,٥	١١٣,٢	٤,٦٧	٤٢,٥١	١٩٩٥	٨ سرعة حركة الذراع في ١٩ ث
*٠,١٢٥-	١,٥٠	١٠٨,٤١	٥,٤٦	٤٠,٢	١٩٩٦	
*٠,١٢٤-	١,٦٣	١٠٣,١١	٣,٥٢	٣٦,٧	١٩٩٧	
*٠,٤٣٢-	١,٣١	١٥٣,٤٤	٢,٢٥	٣٤,٧٣	١٩٩٨	
*٠,٣٤٢-	١,٩٢	١١٦,٦٥	١,٦٦	٣٠,٦٧	١٩٩٩	
*٠,١١٧-	١,٥	١١٣,٢	٥,٢١	٥٤,٥٣	١٩٩٥	٩ سرعة الركل بالقدم في ٣٠ ث
*٠,٠٩٧-	١,٥٠	١٠٨,٤١	٢,١٩	٥٦,٦٤	١٩٩٦	
*٠,١٨١-	١,٦٣	١٠٣,١١	٣,٢	٤٨,٥٣	١٩٩٧	
*٠,٢١٠-	١,٣١	١٥٣,٤٤	٢,٨٦	٤٩,٦٦	١٩٩٨	
*٠,١٨٨-	١,٩٢	١١٦,٦٥	١,٣٩	٤١,٢٩	١٩٩٩	

قيمة ر الجدولية عند $0,05 = 0,05$ * = دال

يتضح من جدول (٥) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين القدرات البدنية واللياقة الصحية متمثلة في اختبار النبض بعد ٣٠ ث راحة بعد الانبطاح المائل من الوقوف ٣٠ ث لعينة البحث كانت جميعها دالة مما يدل على وجود علاقة بعضها عكسية مثل (العمر - الوثب العريض من الثبات - سرعة حركة الذراع - سرعة الركل بالقدم) والباقي علاقة طردية دالة.

الإستنتاجات

في حدود العينة وهدف واجراءات البحث والمعالجات الإحصائية للبيانات فقد تم استخلاص ما يلي:

١- أظهرت الدراسة معدلات تطور ١١ قدرة بدنية خلال المرحلة السنوية من ٨ سنوات حتى ١٢ سنة للتلاميذ البنين بالمرحلة الابتدائية مواليد ١٩٩٩ حتى ١٩٩٥ بمحافظة الدقهلية.

٢- تباينت معدلات تطور القدرات البدنية وأظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين الفئات السنوية للتلاميذ البنين من سن ٨ سنوات حتى ١٢ سنة مواليد ١٩٩٩ حتى ١٩٩٥ وكانت اتجاه الفروق إيجابيا لصالح الفئات السنوية الأكبر.

٣- أظهرت النتائج ارتفاع مستوى التلاميذ في التقديرات المقابلة للدرجات الخام الخاصة بالقدرات البدنية - الرشاقة - التوافق - سرعة الإنطلاق ١٠م، والسرعة الإنتقالية ٣٠م من العينات زادت الفئات عمرا (وذلك بتناقص زمن الأداء).

٤- أظهرت النتائج ارتفاع مستوى التلاميذ في التقديرات المقابلة للدرجات الخام الخاصة بالمتغيرات الأساسية والقدرات البدنية (القوة الإنفجارية - تحمل الأداء - التحمل الدوري التنفسي- السرعة الحركية للنزاع والقدم كلما زادت الفئات السنوية عمرا (وذلك بزيادة عدد التكرارات).

٥- أمكن إجراء معاملات عظمية (صدق - ثبات) لـ ١١ قدرة بدنية ومتغيري الطول والوزن للتلاميذ في تلك المرحلة السنوية من ٨-١٢ سنة مواليد ١٩٩٩ حتى ١٩٩٥ بمحافظة الدقهلية.

٦- أمكن التوصل إلى وضع المستويات المعيارية التائبة الخاصة بمتغيري الطول و الوزن والقدرات البدنية (القوة الإنفجارية - الرشاقة - التوافق - سرعة الإنطلاق ١٠م من

الثبات - السرعة الإنتقالية - ٣٠م من الثبات - تحمل الأداء - التحمل الدوري التنفسي- السرعة الحركية للذراع والقدم للتلاميذ المرحلة الابتدائية) "الحلقة الأولى من التعليم الأساسي" من ش ٨-١٢ سنة بمحافظة الدقهلية.

٧- أمكن التوصل إلى وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين القدرات البدنية قيد البحث (١١ قدرة بدنية وحركية) والنبض المباشر وغير المباشرة للتلاميذ البنين بالمرحلة الابتدائية (الحلقة الأولى من التعليم الأساسي) من س ٨-١٢ سنة مواليد ١٩٩٩ حتى ١٩٩٥ بمحافظة الدقهلية.

التوصيات:

في ضوء الإستنتاجات السابقة يوصي الفريق البحثي بما يلي:

- ١- توجيه نتائج البحث وتعميمها للإدارات التعليمية بمحافظة الدقهلية من خلال مديرية التربية والتعليم والإستفادة من معدلات التطور للقدرات البدنية والمستويات المعيارية كأدوات تقييم موضوعية للتلاميذ البنين في هذه المرحلة السنوية من ٨-١٢ سنة.
- ٢- الإسترشاد بنتائج البحث كأحد المقومات الأساسية في ضوء البرامج المناسبة بالوحدات التعليمية بالمنهاج المطور ودليل المعلم بالمرحلة الابتدائية الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، بنين من سن ٨-١٢ سنة بالمحافظة.
- ٣- الإهتمام بعملية التقويم الدوري في ضوء المستويات المعيارية المستخلصة للمتغيرات الأساسية والقدرات البدنية قيد البحث للتلاميذ البنين في المرحلة الابتدائية سن من ٨-١٢ سنة بالمحافظة.

- ٤- الإستفادة من نتائج التقييم في انتقاء التلاميذ وتصنيفهم وتقسيمهم في ضوء خصائص القدرات البدنية لديهم .
- ٥- تحديد المحتويات التعليمية المناسبة للتلاميذ في المنهاج المطور طبقاً لخصائصهم في تلك المرحلة السنية من ٨-١٢ سنة بمحافظة الدقهلية.
- ٦- تفعيل استخدام الاختبارات خاصة التي تم تعديل قياستها وبعض مسافاتنا لقياس القدرات البدنية والحركية للتلاميذ في المرحلة الابتدائية بفئاتها السنية المختلفة.
- ٧- الإهتمام بالمراجعة الدورية للمعاملات العلمية لإختبارات القدرات البدنية والحركية ونتائجها والمستويات المعيارية المستخلصة للتلاميذ في المرحلة الابتدائية خلال فترات زمنية متقاربة لا تزيد عن ٥ سنوات.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

- ١- أسامة كامل راتب : النمو الحركي "الطفولة والمراهقة" دار الفكر العربي، ١٩٩٠
- ٢- سعد جلال، محمد حسن : علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف بمصر، القاهرة، ١٩٨٢.
- ٣- سيد عبد المقصود : تطور حركة الإنسان وأسسها ١٩٨٥.
- ٤- عصام محمد حلمي : العلاقة بين القدرات الحس حركية وبعض البارامترات التدريجية للمسابحين الناشئين داخل وخارج الماء، نظريات وتطبيقات المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية للبنية بالأسكندرية، العدد (١) ١٩٨٧.
- ٥- فريدة إبراهيم عثمان : التربية الحركية لمرحلة الرياض والمرحلة الابتدائية ، دار القلم، الكويت ، طبعة أولى، ١٩٨٤.
- ٦- محمد شوقي كشك : دراسة تطور بعض القدرات الحركية وعلاقتها بالأداء الحركي لبعض الأنشطة ذات المواقف المتغيرة في المرحلة السنوية من ٩-١٢ سنة، في رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الأسكندرية ١٩٩١.

- ٧- محمد عثمان : التعلم الحركي والتدريب الرياضي، دار القلم، الكويت، طبعة ثانية، ١٩٩٣
- ٨- محمد مرسل حمد أرباب : وضع مستويات معيارية لبعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ المرحلة الابتدائية بنين من سن ٦ : ٩ سنوات بمحافظة الدقهلية، المجلة العلمية لعلم التربية البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية بالمنصورة، ٢٠٠٤م
- ٩- مسعد علي محمود : مدخل اللياقة البدنية، مكتبة شجرة الدر، ط ١، المنصورة، ٢٠٠٤.
- ١٠- نجوى السيد عبد الحميد : ديناميكية النمو البدني والحركي لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بمحافظة الاسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية والرياضة للبنين، جامعة الاسكندرية، ١٩٩٦.
- ١١- نوال إبراهيم شلتوت، ميرفت على خفاجة : طرق التدريس في التربية الرياضية، التدريس للتعليم والتعلم، الجزء الثاني، مكتبة الإشعاع الفنية، ٢٠٠٢.
- ١٢- وزارة التربية والتعليم، قطاع الكتب : قطاع الكتب "دليل المعلم للأنشطة" والمهارات العلمية، النشاط الرياضي، الصف الأول الابتدائي، مطابع النور بالك ١٩٩٧.

١٣- وزارة الشباب، الإدارة : استراتيجية الرياضة في مصر نحو آفاق عالمية،
العامّة للبحوث الرياضية مركز المعطومات والتوثيق، ١٩٩٩.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 14- Anna Shumawy. : Motor control , Theory and practical
Cook Applications Lippincott Williams wilkins ,
2001.
- 15- Billye Ann : Physical activities for improving childrens
Cheatum , Allison learning and behavior , aguide ISBN 0-
A. Hammond 88011-874-1. 2000.
- 16- David L. : Developmental physical education for all
Gallahue, children , ISBN o-87322-681-X. 2005.
Frances Cleland
Donnelly
- 17- Kamenka .Z, : Changes in some of the motor abilities pre
Biligana .T,V school children , physical education and
Manuela. S sport , Vol6 , No 1 , pp 41 – 50 , 2008.
- 18- Lois Baker : Physical activity in children linked to
motor abilities, 2006.
- 19- Rae pica : Physical education for young children ,
movement abcs for the little ones , ISBN-10

: 0-7360-7149-0 by Rae Pica. 2008.

- 20- Richard A, : Motor control and learning , Abe haviaral
Shmidt Emphasis , HumanKintics published Incc,
champagin , Illinois, Edition 1982
- 21- Robert M. : Growth, maturation , and physical activity
Malina , Claude , ISBN 0-88011-882-2.
Bouchard
- 22- Singer, R.N.: : Motor learning and human performance,
3rd ed. Macmillan publishing Co., Inc.
New York, 1980.