

Salwa Ak1



# بسم الله الرحمن الرحيم

مركز الشبكات وتكنولوجيا المعلومات

قسم التوثيق الإلكتروني



Salwa Akl



# جامعة عين شمس

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

## قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها  
على هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغييرات



Salwa Akl



بعض الوثائق الأصلية تالفة  
وبالرسالة صفحات لم ترد بالأصل



B18447

جامعة الإسكندرية  
كلية التربية الرياضية للبنين  
قسم مسابقات الميدان والمضمار

برنامج مقترح لتعليم مهارة الحواجز لمرحلة  
ما قبل المدرسة من (٥ - ٦) سنوات

رسالة مقدمة من

أ.ح.ب. محمد محمد حمدي

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير  
في التربية الرياضية

إشراف

دكتور

عبد المنعم إبراهيم هريدي  
أستاذ مساعد بقسم مسابقات الميدان  
والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنين  
جامعة الإسكندرية

دكتور

سمير عباس عمر  
أستاذ بقسم مسابقات الميدان والمضمار  
بكلية التربية الرياضية للبنين  
جامعة الإسكندرية

دكتور

خالد مرجان عبد الدايم  
مدرس بقسم مسابقات الميدان والمضمار  
بكلية التربية الرياضية للبنين  
جامعة الإسكندرية

٢٠٠١

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ  
الْحَكِيمُ﴾

صدق الله العظيم

سورة البقرة : آية ( ٣٢ )

## قرار لجنة المناقشة والحكم

إنه في يوم الخميس الموافق ٢٠٠١ / ٢ / ٢٠٠١ اجتمعت اللجنة المشكلة من:

أستاذ بقسم مسابقات الميدان والمضمار  
بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة  
الإسكندرية (مشرفاً)

١- الأستاذ الدكتور / سمير عباس عمر

أستاذ مسابقات الميدان والمضمار بقسم  
طرق التدريس بكلية التربية الرياضية  
للبنات - جامعة الإسكندرية (مناقشاً)

٢- الأستاذ الدكتور / سهير سالم محفوظ

أستاذ مساعد بقسم مسابقات الميدان  
والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنين -  
جامعة الإسكندرية (مناقشاً)

٣- الأستاذ المساعد الدكتور / محمد محمد عبد العال

أستاذ مساعد بقسم مسابقات الميدان  
والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنين -  
جامعة الإسكندرية (مشرفاً)

٤- الأستاذ المساعد الدكتور / عبد المنعم إبراهيم هريدي

لمناقشة الرسالة المقدمة من الباحثة / رحاب محمد محمد حمدي

للحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية وموضوعها:

((برنامج مقترح لتعليم مهارة الحواجز لمرحلة ما قبل المدرسة من (٥-٦ سنوات))

وقد تمت المناقشة في تمام الساعة ١٠.٣٠ من يوم الخميس الموافق ٢٠٠١ / ٢ / ٢٠٠١

بمقر كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية

وبعد المناقشة قررت اللجنة ..... قبول ..... الرسالة واقترحت ..... مانع

الباحثة / رحاب محمد محمد حمدي درجة الماجستير في التربية الرياضية.

توقيعات اللجنة

( ..... )  
( ..... )  
( ..... )  
( ..... )  
يعتمد .....

١- أستاذ الدكتور / سمير عباس عمر

٢- أستاذ الدكتور / سهير سالم محفوظ

٣- أستاذ مساعد الدكتور / محمد محمد عبد العال

٤- أستاذ مساعد الدكتور / عبد المنعم إبراهيم هريدي



عميد الكلية  
أ.د. عبد المنعم جابر القصير  
است

## شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين حمدا يليق بجلاله وعظيم سلطانه على أن أعاننى بتوفيق من عنده لاتمام هذا البحث .

وبكل الاعتراف والتقدير يسعدنى ويشرفنى أن أتقدم بخالص شكرى إلى الأستاذ الدكتور / سمير عباس عمر أستاذ بقسم مسابقات الميدان والمضمار - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية والمشرف على البحث ، لما قدمه من توجيهات علمية قيمة وفكر ثاقب ومتطور ومعاونة صادقة كان لها أكبر الأثر فى إخراج هذا البحث فى صورته الحالية ، كما لا يفوتنى أن أعرب عن خالص شكرى وإعزازى وتقديرى إلى الأستاذ المساعد الدكتور/ عبد المنعم إبراهيم هريدى أستاذ مساعد بقسم مسابقات الميدان والمضمار - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية والمشرف على البحث على المساعدات القيمة والتشجيع المستمر طوال إجراء البحث والعون الصادق طوال فترة الإشراف على البحث كما أعرب عن ثنائى وتقديرى للدكتور/ خالد مرجان عبد الدايم المدرس بقسم مسابقات الميدان والمضمار - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية لذا أدعو الله لهم جميعا بنوام الصحة والعطاء وجزاهم الله عنى خير الجزاء .

كما يشرفنى ويزيدنى اعتزازا أن أتقدم بخالص شكرى وعظيم امتنانى إلى الأستاذ الدكتور / سهير سالم محفوظ أستاذ مسابقات الميدان والمضمار بقسم طرق التدريس - كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية ، كما أتقدم بالشكر والتقدير للأستاذ المساعد الدكتور / محمد محمد عبد العال أستاذ مساعد بقسم مسابقات الميدان والمضمار - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية على ما قدمه من جهد ونصيحة خاصة فى مناقشة هذا البحث لكى يخرج بصورة مشرفة ، وأتقدم بالشكر إلى جميع أسرة كلية التربية الرياضية عامة وقسم ألعاب القوى خاصة .

ویدفعنى حفظ الجميل إلى أن أتقدم بخالص شكرى وعظيم احترامى إلى أسرته على ما تحملوه من صعاب وما قدموه من تضحيات وشكر خاص لأمى ولأبى ولأخى فلهم منى كل الشكر والتقدير ببارك الله فيهم وجزاهم عنى خير الجزاء وصدق الله العظيم فى قوله { وما توفيقى إلا بالله عليه توكلت وإليه أنيب } .

## قائمة المحتويات

| رقم الصفحة | الموضوع        |
|------------|----------------|
| ج          | قائمة الجداول  |
| ج          | قائمة المرفقات |
| ج          | قائمة الأشكال  |

### الفصل الأول

|   |                      |
|---|----------------------|
| ٢ | المقدمة ومشكلة البحث |
| ٥ | هدف البحث            |
| ٥ | فروض البحث           |

### الفصل الثاني الدراسة النظرية

|    |                                                        |
|----|--------------------------------------------------------|
| ٧  | - مهارة الحواجز                                        |
| ١٠ | - متطلبات تعلم مهارة الحواجز                           |
| ١١ | - التعلم الحركي                                        |
| ١٢ | - طفل الفترة السنية من (٥ - ٦) سنوات                   |
| ١٥ | - خصائص البرنامج الحركي للفترة السنية من (٥ - ٦) سنوات |
| ١٧ | - تقييم الأداء المهارى فى المجال الرياضى               |
| ٢٠ | - الدراسات السابقة                                     |

### الفصل الثالث

#### إجراءات البحث

|    |                    |
|----|--------------------|
| ٢٤ | منهج البحث         |
| ٢٤ | مجالات البحث       |
| ٢٤ | عينة البحث         |
| ٢٥ | أجهزة وأدوات البحث |

| الموضوع              | رقم الصفحة |
|----------------------|------------|
| الدراسات الاستطلاعية | ٢٥         |
| الدراسة الأساسية     | ٢٨         |
| المعالجات الإحصائية  | ٣١         |

## الفصل الرابع

### عرض ومناقشة النتائج

|                       |    |
|-----------------------|----|
| - عرض ومناقشة النتائج | ٣٣ |
|-----------------------|----|

## الفصل الخامس

### الاستنتاجات والتوصيات

|               |    |
|---------------|----|
| - الاستنتاجات | ٤٤ |
| - التوصيات    | ٤٥ |

## المراجع

|                          |    |
|--------------------------|----|
| أولاً: المراجع العربية   | ٤٧ |
| ثانياً: المراجع الأجنبية | ٥١ |

- ملخص البحث باللغة العربية
- ملخص البحث باللغة الإنجليزية
- مستخلص البحث باللغة العربية
- مستخلص البحث باللغة الإنجليزية

## قائمة الجداول

| رقم الجدول | العنوان                                                                                                                                                                 | رقم الصفحة |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| ١.         | يوضح دلالة الفروق بين الفئة السنوية من ٥ سنة : ٦ شهر / ٥ سنة والفئة السنوية ٧ شهر / ٥ سنة : ٦ سنة في الطول الكلى وطول الطرف السفلى وطول الخطوة .                        | ٢٤         |
| ٢.         | يوضح دلالة الفروق بين الفئة السنوية من ٥ سنة : ٦ شهر / ٥ سنة والفئة السنوية ٧ شهر / ٥ سنة : ٦ سنة في الدرجة الكلية لتقييم مراحل الأداء المهارى للحواجز والنسبة المئوية. | ٣٣         |
| ٣.         | يوضح تحليل التباين لتقييم مراحل الأداء المهارى للحواجز بين الفئة السنوية من ٥ سنة : ٦ شهر / ٥ سنة والفئة السنوية ٧ شهر / ٥ سنة : ٦ سنة .                                | ٣٦         |
| ٤.         | يوضح دلالة الفروق بين الفئة السنوية من ٥ سنة : ٦ شهر / ٥ سنة والفئة السنوية من ٧ شهر / ٥ سنة : ٦ سنة في تقييم مراحل الأداء المهارى للحواجز .                            | ٣٩         |
| ٥.         | يوضح دلالة الفروق بين الفئة السنوية من ٥ سنة : ٦ شهر / ٥ سنة ونصف والفئة السنوية ٧ شهر / ٥ سنة : ٦ سنة في بعض المتغيرات الكينماتيكية لخطوة الحاجز .                     | ٤١         |

## قائمة المرفقات

- مرفق (١) استمارة تقييم الأداء المهارى للحواجز (المقترحة) .
- مرفق (٢) قائمة أسماء السادة الخبراء الذين اشتركوا في تصميم استمارة التقييم .
- مرفق (٣) استمارة تقييم الأداء المهارى للحواجز (النهائية) .
- مرفق (٤) قائمة أسماء السادة الخبراء الذين اشتركوا في تقييم الأداء المهارى .
- مرفق (٥) البرنامج التعليمى المقترح لتعلم مهارة الحواجز .

## قائمة الاشكال

- شكل (١) النموذج المقترح للحاجز البديل .
- مرفق (٢) الكينوجرام الحركى لخطوة الحاجز لأفراد عينة البحث .

## الفصل الأول

- المقدمة ومشكلة البحث .
- هدف البحث .
- فروض البحث .

## ٣- المقدمة ومشكلة البحث :

يستزايد اهتمام العالم بتعليم أطفال مرحلة ما قبل المدرسة حيث أنها تعتبر من أهم مراحل النمو في حياة الإنسان ، فهي تعتبر مرحلة تكوينية للفرد يتم فيها نموه الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي ، ولا يختلف علماء النفس والتربية على ضرورة العناية بالطفل وأهمية تربيته في هذه المرحلة لما للخبرات التي يكتسبها في هذه المرحلة من أهمية خاصة وسلامة للتخطيط للعملية التربوية تتطلب الدراسة الدقيقة لجميع جوانب نمو الطفل حيث أن عمليات النمو المختلفة تتصف بدرجة عالية من التعقيد وتتضمن العديد من المتغيرات المترابطة ، وعلى هذا الأساس فإن التربية المتكاملة للطفل يجب أن تشمل جميع جوانب نموه. احمد الروبي (١٩٩٥) (٦ : ٩).

لذلك فإن الاتجاهات الحديثة في أساليب التعلم في مرحلة الطفولة المبكرة تعتمد على توظيف اللعب لتنمية قدرات الطفل ومهاراته واتجاهاته أي توجيه اللعب فلا يكون حراً كل الوقت بل يعطى الطفل فرصة للعب الحر أحياناً ويتم التدخل التربوي أحياناً أخرى لتحقيق أهداف تعليمية محددة . هدى الناشف (١٩٨٩) (٤٧ : ٦٨).

وحيث أن البناء الأساسي للجهاز العصبي المركزي يتشكل خلال سنوات الطفولة لذلك تلعب الخبرات الحركية دوراً هاماً خلال السنوات الأولى من حياة الطفل وذلك بتشكيل علاقات زمنية جديدة وتقوية ردود الأفعال الانعكاسية حيث تتميز قدرة الطفل بسهولة تشكيل المهارات الحركية عنها عند الكبار. أبو العلا عبد الفتاح (١٩٩٨) (٢ : ٢٠٧ - ٢٠٨).

فعمراً ما قبل المدرسة هو زمن التطور الحركي السريع ويتعلم الطفل في نهاية هذه المرحلة مهارات الحركات الأساسية (المشي - الجري - القفز والوثب - الرمي - التسلق - التعلق وغيرها) وكذا بعض الحركات المركبة للألعاب الرياضية التي تؤهله لان يؤدي ويمارس مهارات حركية متعددة ومثيرة. سيد الطواب (١٩٩٥) (٢٥ : ١٦٥).

وبما أن تعلم المهارات الحركية الجديدة يعتمد أساساً على المكتسبات الحركية الموجودة لدى الفرد المتعلم لذلك يجب قبل البدء في العملية التعليمية أن نأخذ في الاعتبار المستوى الحركي الذي يوجد عليه الفرد المتعلم عند بداية التعلم . محمد عبد الغنى (١٩٨٧) (٣٩ : ١٣٢ - ١٣٣).

ولما كان طفل الفترة السنية من ٥ - ٦ سنوات يمكنه الوثب سواء من الثبات أو من الحركة (باقتراب) حيث تساعد الفراعان الجسم وتدعم الرجلان عملياً للصعود إلى أعلى كما يتمكن بعد أداء بعض التدرجات تخطى موانع ذات ارتفاعات ثابتة أو متغيرة من ٢٠ - ٥٠ سم،

كما يمكنه التنوع في طريقة تخطي الموانع بخطوات واسعة وأخرى تبادلية . لورانس تشامبرج وكارل سميث Lawrance B. Schiamberg & Karl U. Smith (١٩٨٢) (٢٩٦ : ٦١) ، السيد عبد المقصود (١٩٨٥) (١٠ : ١٥٥ - ١٦٣) ، بسطويسى احمد (١٩٩٦) (١٥ : ١٤٥ - ١٤٨) ، خيرية السكرى ومحمد عبد الوهاب (١٩٩٧) (٢١ : ٤٥ - ٤٦) ، محمد علاوى (١٩٩٨) (٣٧ : ٦٤) .

ويمكن للطفل عند نهاية مرحلة ما قبل المدرسة تحقيق مستويات توافقية تتخطى في بعض أجزائها المستوى المتوسط والقدرة على التوجيه الحركي لدى الطفل تصل إلى درجة كبيرة ، ففي الفترة السنوية من ٥ - ٦ سنوات يستطيع الطفل أداء حركات مثل دحرجات أمامية وخلفية والوثب بالحبل والاقتراب ثم أداء قفزات مع الارتكاز على اليدين وأداء بعض الأشكال التوافقية الأخرى. السيد عبد المقصود (١٩٨٥) (١٠ : ١٦٤ - ١٦٥) .

كما يكون قد توفر لديه قدر مناسب من المرونة والرشاقة والتوازن والتوقيت الحركي والتوافق العضلي العصبي والسيطرة التي تؤهله لأداء الحركات الأساسية كذلك يمكنه الربط بين الجرى والوثب وأداء تكوينات حركية متتابعه منه ، كما يمكن توظيف الجرى كعملية اقتراب والربط بينه وبين الحركة التالية بانسياب ، كذلك تأكد ظهور نمط الوثب العالي من الجرى بقدم والهبوط على القدم الأخرى ، كما أن العضلات الكبيرة تكون أكثر نمواً من العضلات الصغيرة ، كما يتضح زيادة طول خطوة الجرى ونقص زمن الاستعداد (المفرد) وزيادة زمن الطيران. لورانس تشامبرج وكارل سميث (١٩٨٢) (٦١ : ٢٨٧) ، حسين حامد (١٩٨٤) (١٨ : ٦٢-٦٥) ، السيد عبد المقصود (١٩٨٥) (١٠ : ١٥٥) ، أيلين وديع (١٩٨٧) (١٤ : ٨٧ - ٨٨) ، طارق عبد الصمد (١٩٨٧) (٢٦ : ٥٦ - ٦٠) ، أسامة راتب (١٩٩٠) (٧ : ٨١) ، أسامة راتب وأمين الخولى (١٩٩٤) (٩ : ٩٥) كما أن هذه الفترة السنية تتميز بالدافعية والرغبة الشديدة للاستمرار في النشاط ، ويستطيع الطفل الاستمرار في أداء نشاط حركي معين لفترة أطول. السيد عبد المقصود (١٩٨٥) (١٠ : ١٥٢) .

فإذا اكتسب الطفل الخبرة في أداء الأنماط المختلفة للمهارات الحركية الأساسية فإنه من السهل أن يتعلم أي مهارة حركية (خاصة) بالأنشطة الرياضية طالما أنه النمط الحركي موجود ومكتسب لديه . أسامة راتب وأمين الخولى (١٩٩٤) (٩ : ١٤٥) .

والطفل يبدأ في الانتقال إلى مرحلة الحركات الخاصة بالأنشطة الرياضية المختلفة بعد أن تتم عملية نضجه الحركي عامة عند سن ٥ - ٦ سنوات حيث تنمو العضلات والعظام والجهاز العصبي إلى درجة مناسبة ، وإذا ما توفر له التوجيه السليم والحوافز التي تدفعه لمواصلة التعلم والتقدم في الأداء فإنه يمكنه تعلم مهارات حركية مركبة تربط ما بين الجرى



— هدف البحث :

- تعليم مهارة الحواجز لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة (٥ - ٦) سنوات من خلال برنامج مقترح .

— فروض البحث :

١- البرنامج المقترح يؤدي إلى تعليم مهارة الحواجز لأطفال الفترة السنية من (٥ - ٦) سنوات.

٢- البرنامج المقترح يحقق التوازن في تعليم المراحل الفنية لمهارة الحواجز للفترة السنية من (٥ - ٦) سنوات .