

المراجع

أولاً : المراجع العربية
ثانياً : المراجع الأجنبية

أولاً : المراجع العربية :

- ١- أبو العلا أحمد عبدالفتاح : بيولوجيا الرياضة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٨٢ .
- ٢- أبو العلا أحمد عبدالفتاح ، أحمد نصر الدين : فسولوجيا اللياقة البدنية ، دار الكتاب العربى ، القاهرة ، ١٩٩٣ .
- ٣- أبو بكر مرسى محمد : ظاهرة أطفال الشوارع ، المفهوم - الانتشار ، العوامل المسئولة ، المخاطر ، الجهود المبذولة ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، ٢٠٠١ .
- ٤- أحمد أنور عرفه : مصدر الضبط لدى أطفال المؤسسات الإبتدائية والأطفال العاديين ، رسالة ماجستير غير منسورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، ١٩٨٢ .
- ٥- أحمد عزت راجح : أصول علم النفس ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٧٩ .
- ٦- أحمد صديق : خبرات مع أطفال الشوارع فى مصر ، مركز حماية وتنمية الطفولة ، القاهرة ، ١٩٩٥ .
- ٧- أحمد مصطفى السويفى ، أسامه كامل راتب : لياقتك البدنية والمحافظة على وزنك ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٨١ .
- ٨- أحمد وهدان : الأنماط الجديدة لتعرض الأطفال للانحراف (أطفال الشوارع) ، المركز القومى للبحوث الاجتماعية الجنائية : قسم بحوث الجريمة ، القاهرة ، ١٩٩٩ .
- ٩- إدارة الدراسات والبحوث والتدريب (جمعية قرية الأمل) : دور وزارة الداخلية فى وقاية الأطفال بلا مأوى من الانحراف ، ورقة عمل مقدمة إلى الحلقة النقاشية لمركز بحوث الشرطة ، القاهرة ، يونيه ، ٢٠٠١ .

١٠- إدارة الدراسات والبحوث والتدريب (جمعية قرية الأمل) : دور
المؤسسات الحكومية والجمعيات الأهلية في التصدي
لمشكلة أطفال الشوارع (رصد الواقع واقتراح
تطويره) ، جمعية قرية الأمل ، إدارة البحوث
والتدريب ، القاهرة ، ٢٠٠١ .

١١- الإدارة العامة لمباحث رعاية الأحداث : جهود الإدارة لعام
٢٠٠٠ ، من أجل هؤلاء ، وزارة الداخلية قطاع
الأمن الداخلي ، القاهرة ، ٢٠٠٠ .

١٢- السيد محمد محمود درويش : بعض الأساليب المعرفية والتوافق
النفسي لدى التلاميذ العاديين والمتأخرين دراسياً في
المدرسة الابتدائية ، رسالة ماجستير غير منشورة كلية
التربية ، جامعة المنوفية ، ١٩٩٠ .

١٣- المتولى إبراهيم إبراهيم : دراسة لأساليب الرعاية المقدمة لأطفال
المؤسسات الايوائية وقرى الأطفال وعلاقتها بمستوى
القلق لديهم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد
دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٣ .

١٤- أمين أنور الخولى ، جمال الدين الشافعى : مناهج التربية
الرياضية المعاصرة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ،
٢٠٠١ .

١٥- إيمان النحاس حسن على : تأثير برنامج مقترح للنشاط الحركي
على بعض المتغيرات البدنية والنفسية لأطفال مجهولى
النسب ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية
الرياضية ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠ .

١٦- إيمان عباس أبو نوره : علاقة الاتجاهات النفسية للأحداث
الجانحين باتجاهاتهم نحو النشاط الرياضى ، رسالة
ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،
جامعة حلوان ، ١٩٩٥ .

١٧- أيمن عباس الكومى : عمالة الأطفال في منطقة عشوائية ، دراسة ميدانية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٦

١٨- تنديار سمير مسعد : الأبعاد الاجتماعية والصحية المؤثرة على أطفال الشوارع ، الملتقى العربى للعلوم الاجتماعية والصحية ، مركز خدمات التنمية ، عمان ، الأردن ، ١٨ - ٢٠ سبتمبر ١٩٩٧ .

١٩- جريدة الأهرام : أطفال الظروف الصعبة ، القاهرة ، سبتمبر ، ١٩٩٨ .

٢٠- استراتيجية لحماية أطفال الشوارع ، مارس ٢٠٠٣ .

٢١- حامد أنور محمد الديب : التكيف الشخصى والاجتماعى للمتفوقين رياضياً واتجاهات أولياء الأمور نحو التحاقهم بالمدارس الرياضية التجريبية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ١٩٩٥ .

٢٢- حامد عبدالعزيز الفقى : دراسات في سيكولوجية النمو ، عالم الكتب ، القاهرة ، ١٩٧٣ .

٢٣- حنان محمود بحر المنياوى : الابتكار والتوافق الشخصى والاجتماعى لدى أطفال مرحلة الطفولة المتأخرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩١ .

٢٤- حورية موسى ، حلمى إبراهيم : المراجع فى التربية الرياضية ، عالم الكتب ، القاهرة ، ١٩٦٣ .

٢٥- رئاسة مجلس الوزراء ، المجلس القومى للطفولة والأمومة : مشروع استراتيجية حماية وتأهيل الأطفال بلا مأوى (أطفال الشوارع) فى جمهورية مصر العربية ، مارس ، ٢٠٠٣ .

- ٢٦- رشاد أحمد عبداللطيف : أسس وطرق تنظيم المجتمع في الخدمة الاجتماعية، دار الجنيدى ، القاهرة ، ٢٠٠١ .
- ٢٧- زينب حسن شحات : صورة السلطة لدى أطفال الشوارع ، وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد دراسات الطفولة ، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية ، جامعة عين شمس ، ٢٠٠١ .
- ٢٨- سعد جلال : المرجع في علم النفس ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٨٢ .
- ٢٩- سماح صلاح منصور : تأثير برنامج مقترح للرقص العلاجي على سلوك الطفل المحروم أسرياً ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٢ .
- ٣٠- سهام عفت عبدالرحمن : التدريب الميداني في التربية الرياضية القاهرة ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٣ .
- ٣١- عادل عازر وآخرون : ظاهرة عمالة الأطفال ، المركز القومى للبحوث الاجتماعية والجنائية ، القاهرة ، ١٩٩١ .
- ٣٢- عبدالحميد شرف : البرامج في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٥ .
- ٣٣- عبدالخالق عفيفى : الأسرة والطفولة ، مكتبة عين شمس ، القاهرة ١٩٩٨ .
- ٣٤- عبدالعزيز مختار : مشكلة أطفال الشوارع في مصر ، المجلس القومى للسيدات الزنجيات ، القاهرة ، ١٩٩٧ .
- ٣٥- عبلة إسماعيل البدرى : دور المشرف الاجتماعى وعلاقته بتكيف أطفال الشوارع فى المؤسسة الايوائية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، ٢٠٠٠ .

٣٦- عزه كريم : الأبعاد الاجتماعية والاقتصاد لمشكلة أولاد الشوارع، مؤتمر حول ظاهرة الأطفال المحرومين من الرعاية وسبل مواجهتها ، جمعية الحرية لتنمية المجتمع ، الإسكندرية ، ١٩٩٧ .

٣٧- عطيه محمود هنا : مقياس التوافق والتكيف النفسي الاجتماعي ، مكتبة الأنجلو ، القاهرة ، ١٩٨٦ .

٣٨- عفاف عبدالهادى دانيال : أنماط الرعاية الأسرية لأطفال المرحلة الابتدائية بعد الطلاق وعلاقتها بتوافقهم النفسي والاجتماعي وتصور لدور الخدمة الاجتماعية في هذا المجال ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٣ .

٣٩- عفاف محمد حسين عبدالحليم : دراسة في التوافق النفسي ومفهوم الذات عند أطفال المقابر ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية البنات ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٣ .

٤٠- على الدين السيد : الأسرة والطفولة في محيط الخدمة الاجتماعية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥ .

٤١- عواطف عبده البيومي : التوافق الشخصي والاجتماعي لدى الأطفال المحرومين وغير المحرومين من الرعاية الوالدية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم دراسات نفسية ، معهد دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٦ .

٤٢- فاطمة محمد الحسينى الشرقاوى : العلاقة بين ممارسة سيكولوجية الذات والتوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ الأسر ذات الطرف الوالدى الواحد ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان ، ١٩٩١ .

- ٤٣- فيفيان فايز إبراهيم : دراسة العلاقة بين الضغوط الوالدية والتوافق الشخصي والاجتماعي لدى أطفال المرحلة الابتدائية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٨ .
- ٤٤- كمبيول وايلز : الإشراف في التربية الرياضية ، ترجمة زكى حبشى ، مكتبة نهضة مصر ، القاهرة ، ١٩٧٠ .
- ٤٥- لندال دافيدوف : مدخل علم النفس ، ترجمة سيد الطواب وآخرون ، دار ماكجرو هيل للنشر ، المملكة العربية السعودية ، ١٩٨٠ .
- ٤٦- ليلى عبدالعزيز زهران : المناهج في التربية الرياضية ، دار زهران للنشر ، القاهرة ، ١٩٩١ .
- ٤٧- محمد المنير : مشروع التصدي لظاهرة أطفال الشوارع في العالم العربي ، المجلس العربي للطفولة والتنمية . وحدة البحوث والدراسات ، السودان ، ١٩٩٩ .
- ٤٨- محمد حسن علاوى : علم النفس الرياضى ، الجزء الأول ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٧ .
- ٤٩- محمد سيد فهمى : أطفال الشوارع (الأسباب والدوافع) ، المجلس العربى للطفولة والتنمية ، مجلة الطفولة والتنمية ، العدد (١) ، ٢٠٠١ .
- ٥٠- محمد صبحى حسانين : القياس والتقويم في التربية الرياضية ، الجزء الثانى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٦ .
- ٥١- محمد صبحى حسانين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠١ .
- ٥٢- محمد صبحى حسانين ، كمال عبدالحميد : اللياقة البدنية ومكوناتها ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٧ .

٥٣- محمد عبد الجواد محمود : دراسة العلاقة بين الرضا عن العمل والتوافق النفسي لدى الأطفال العاملين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٧ .

٥٤- محمد عبدالله الحماحمي ، أمين الخولي : أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٠ .

٥٥- محمد عبدالله الحماحمي : برنامج مقترح للتربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية في ضوء تقويم برامجها الحالية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين بالهرم ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨١ .

٥٦- محمد فؤاد البهي : الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤ .

٥٧- محمود عبدالرحمن حموده : دراسة تحليلية عن العدوان ، مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد السابع والعشرين ، القاهرة ، ١٩٩٣ .

٥٨- مدحت أبو النصر : مشكلة أطفال الشوارع في مدينتي القاهرة والجيزة ، بحث مقدم للمؤتمر العلمي السنوي الخامس للممارسة المهنية في الخدمة الاجتماعية كلية الخدمة الاجتماعية بالفيوم ، ١٩٩٢ .

٥٩- مريم إبراهيم حنا : العلاقة بين استخدام الاتجاه المعرفي في خدمة الفرد وتنمية الوعي بمشكلات الانحراف الاجتماعي لدى الأحداث المعرضين للانحراف ، المؤتمر العلمي الثاني عشر ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان ، ١٩٩٩ .

٦٠- ملحق الأهرام : " أطفال السوس " ظاهرة تهدد المجتمع ، ٢٩ مارس ٢٠٠٣ .

٦١- مهجة عبدالمعز عطيه : العلاقة بين التنشئة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى الأطفال ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس ، ١٩٩١ .

٦٢- نادية رشاد الضبع : عمالة الأطفال وعلاقتها بالتوافق النفسي ، دراسة ميدانية على الأطفال العاملين بالورش الصناعية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٣ .

٦٣- نجاة مجيد : أطفال الشوارع في المغرب ، المجلس العربي للطفولة والتنمية، ورشة العمل الإقليمية ، المغرب ١٩٩٩ .

٦٤- نشأت حسين حسن : ظاهرة أطفال الشوارع ، دراسة ميدانية في نطاق القاهرة الكبرى ، معهد الدراسات العليا للطفولة، عين شمس ، ١٩٩٨ .

٦٥- نهى مصطفى محمد مصطفى : تأثير برنامج رياضي مقترح على بعض عناصر اللياقة البدنية ومفهوم الذات لدى الحداثات الجانحات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ١٩٩٨ .

٦٦- هناء حافظ بدوى : إدارة المؤسسات الاجتماعية " أسس وعمليات " المكتب العلمى للكمبيوتر ، الإسكندرية ، ١٩٩٧ .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

67 - Abdallah, A. Child labor in Egypt leather tanning industry. In Assef Bequele and jo Boyden (eds.), combating child labor, Geneva, ILO, 1988.

68 - A ptekar, L. Street children of cali. London , Duck University press , 1988.

- 69 - A ptekar Levies : Street children in Nairobi, Kenya, Gender differences and mental health , san jose calm USA, 1997.
- 70 Bassuk, E.L & Rosenberg, L : Ps psychosocial characteristics of homeless children and children with hoes pediatrics , 85 , 1990 .
- 71 Bratvold Michel : Human rights, children, and the role of mass media the case of the Latin American street child (Canada, Asadia University , 1996), P167.
- 72 Brown , K. & Falshow, L: Street children and crime in the UK. A case of abuse and neglect. Child abuse and neglect. Child abuse review. Vol. (7), 1998.
- 73 Buckner, J.C , Bassukm E.L & Weinerb, L. F , Homeless and it relation to the mental health and behavior low income school – age children developmental psychology, vol. (35) No.1 , 1999.
- 74 Burton , G, Blair m. & croun, N, A , New Look at the Health and homeless Beverly Hills,, 1998.
- 75 Catalan, Lisa : Environmental leaning processes of phillippine street children, (Michigan state – University , PHD, 1994.
- 76 Child Hope – USA . Exploited entrepreneurs : Street and working children developing countries New York working paper, Vo.1 , 1991.

- 77 Child hope – Asia : Life after the streets : Informer street children tell their stories . Manila, child hope publishers, 1995.
- 78 Delaney, E. L. Parental antecedents of social aggression in young children *Abis. Abs Vo.* 26, No. 3, P. 1765, 1965.
- 79 Duowitz Howard : The families of neglected children, parenting and child development in non traditional families, USA, 1999.
- 80 Enolak, Peters Nancy. R , : The social environment at Contaiet of children's clients, an empirical exploration *journal of N. A. S. W* may, vol. 38, 1993.
- 81 Epstein, I. Educating street children, some cross – cultural perspective, *comparative education*, vol. (32), No.3, 1995.
- 82 Fabio G Delepas, G : Street children problem in Nairobi *SDE polishers*, 1992.
- 83 Gluser : B Street children, deconstructing a construct. In Anision James and Alon porut (edu), *contemporary issues in sociological study of children*. London , the farmer press, P.P. 129 – 147, 1990.
- 84 Kazdin, A.E: *Encyclopedia of psychology*, vol. 4 American Psychological Association , Oxford University, press, 2000.

- 85 LeRoux John & Smith Cheryl : Is the street child phenomenon synonymous with deviant behavior?, South Africa, adolescence, Vol. 33, 1998.
- 86 National Labor Institute : Street children of Bombay, ATE publishers, 1992.
- 87 Pate, R.R : A new definition of youth fitness physician and sport medicine II (4), 77 – 83 , 1983.
- 88 Speck, N. B, Ginther , D.W, & helton , J.R runaways: who will runaway again adolescence , 23 (92) ,1988.
- 89 Smith Cheryl : The life of street children in the durban metropolitan area , South Africa , (South Africa, University of Pretoria , PHD, 1997), P743.
- 90 Thomas Ratliffe & Laraine M, Ratliff : Teaching children fitness, human kinetics publishers, inc, copyright, 1994.
- 91 Unicef : Executive board exploitation of working children and street children , New York, Unicef, 1993.
- 92 Wallace, W. Toward disciplinary matrix in sociology, Beverly Hills, caisage, 1988.

- 93 Weight, J, et al, : Street children in north and Latin America : preliminary data from project alternative in legucig Alpa case in studies in comparative intentional development, Vo;. 23, No 2, 1993.
- 94 - Who : A one way street ? a Report on phase I of the street children project. Program on substance abuse among street children, Geneva, who, 1993.
- 95 - Williams, Mery, N. : Street Children in Philippine, Unicefreport, 1989.
- 96 - Y, D, et al : Street children in the European city : A preliminary survey, Barcelona, Euro city social welfare committee publishers, 1996.

المعرفة
الأساسيات

مرفق (١)

إستمارة إستطلاع رأى الخبراء لأختيار أنسب مكونات وإختبارات اللياقة
البدنية لأطفال المؤسسات الإيوائية (أطفال الشوارع)

جامعة حلوان
كلية التربية الرياضية للبنات
بالقاهرة

السيدة الأستاذة الفاضلة :

تحية طيبة وبعد

تقوم الباحثة / مروة يوسف يوسف محمد الدهشورى - المدرس
مساعد بقسم طرق التدريس والتدريب والتربية بكلية التربية الرياضية
بإعداد دراسة للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة وموضوعها "تأثير
برنامج رياضى تربوى موجه على مستوى اللياقة البدنية وبعض
المتغيرات النفس اجتماعية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية " ونظراً لما
يتطلبه طبيعة البحث العلمى بالاستعانة برأى ذوى الخبرة ولتفتنا فى
الاستفادة من خبراتكم البناءة فى هذا المجال .

لذا تتقدم الباحثة بالاستمارات المرفقة لإبداء رأى سيادتكم حول
إختيار أنسب مكونات اللياقة البدنية لأطفال المؤسسات الإيوائية من سن
٩ - ١٢ سنة وكذلك أنسب الإختبارات التى تلائم هذه المرحلة لقياس
مكونات اللياقة البدنية المختارة .

والباحثة تتقدم بخالص الشكر والامتنان والتقدير لتعاونكم

الباحثة / مروة يوسف يوسف محمد الدهشورى

استمارة اختيار أنسب مكونات اللياقة البدنية
لأطفال المؤسسات الايوائية من ٩ - ١٢ سنة

برجاء وضع درجة من (١٠) درجات أمام كل مكون حسب درجة أهميته
وإذا كان هناك أية ملاحظات برجاء تسجيلها فى الخانة المخصصة لذلك .
وإذا كان هناك مكونات تريدون سيادتكم إضافتها أرجو تسجيلها أسفل
الجدول مع كتابة درجتها .

م	مكونات اللياقة البدنية	الدرجة من (١٠)	ملاحظات
١	القوة العضلية		
٢	الجلد		
٣	السرعة		
٤	القدرة		
٥	المرونة		
٦	الرشاقة		
٧	التوافق العضلى والعصبى		
٨	التوازن		
٩	الدقة		
	مكونات أخرى		

استمارة تحديد أنسب الاختبارات التي تقيس مستوى مكونات
اللياقة البدنية لأطفال المؤسسات الايوائية من ٩ - ١٢ سنة

برجاء وضع درجة من (١٠) أمام كل اختبار من الاختبارات
الآتية التي تقيس مستوى كل مكون من مكونات اللياقة البدنية حسب درجة
أهميته .

م	المكونات البدنية	الاختبارات المقترحة	الدرجة من (١٠) درجات
١	القوة العضلية	١- الجلوس من الرقود من ثنى الركبتين مدة (٢٠ث). ٢- ثنى الذراعين من الانبطاح المائل المعدل . ٣- قوة القبضة باستخدام الديناموميتر . ٤- اختبار رمى الكرة الطبية لأبعد مسافة من الجلوس على مقعد .	
٢	الجلد	١- اختبار الجلوس من الوقود لأكبر عدد من المرات . ٢- اختبار رفع الجذع من الانبطاح لأكبر عدد من المرات. ٣- رفع الرجلين زاوية ٤٥ من وضع الرقود والثبات أطول زمن ممكن . ٤- الجرى فى المكان لمدة ٩٠ث.	
٣	السرعة	١- عدو (٥٠م) من البدء العالى. ٢- عدو (٤٠م) من البدء العالى. ٣- عدو (٣٠م) من بداية متحركة .	

تابع استمارة اختبار أنسب الاختيارات التي تقيس مستوى مكونات
اللياقة البدنية لأطفال المؤسسات الايوائية من ٩ - ١٢ سنة

م	المكونات البدنية	الاختبارات المقترحة	الدرجة من (١٠ درجات)
٤	القدرة	١- الوثب العمودي من الوقوف . ٢- دفع كرة طيبة باليدين . ٣- رمى الكرة الناعمة .	
٥	المرونة	١- اختبار ثنى الجذع للأمام من الوقوف . ٢- ثنى الجذع خلفاً من الوقوف . ٣- اختيار الكوبرى . ٤- دوران الجذع للجانبين . ٥- ثنى الجذع للأمام من الجلوس .	
٦	الرشاقة	١- اختيار الجرى المكوكى . (الجرى مسافة ١٠ م لإحضار مكعب وتكرر مرتين). ٢- اختيار بارو للرشاقة . (جرى الزجاج بين ٤ قوائم مثبتة على شكل مستطيل). ٣- الخطوات الجانبية لمدة ١٠ ث). ٤- الجرى المكوكى المختلف الأبعاد أبعاد ملعب كرة الطائرة. ٥- اختبار بيوربي . (الانبطاح المائل من الوقوف) .	

تابع استمارة اختبار أنسب الاختيارات التي تقيس مستوى مكونات
اللياقة البدنية لأطفال المؤسسات الايوائية من ٩ - ١٢ سنة

م	المكونات البدنية	الاختبارات المقترحة	الدرجة من (١٠) درجات
٧	التوافق	١- نط الحبل - حبل طوله ٢٤ بوصة يمسك الحبل من الطرفين ثم يقوم المختبر بالوثب . ٢- الدوائر الرقمية كل دائرة قطره ٦٠ سم . ٣- رمى واستقبال الكرات . ٤- الجرى فى شكل 8 .	
٨	التوازن	١- الوقوف بقدمين على مكعب ١٠× ١٠ سم . ٢- الوقوف بقدم واحد على مكعب ١٠×١٠ سم . ٣- الوقوف على مشط القدم على الأرض .	
٩	الدقة	١- التصويب باليد على الدوائر المتداخلة . ٢- التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة .	

مرفق (٢)

إستمارة إستطلاع رأى الخبراء لتحديد الفترة الكلية للبرنامج و زمن
الوحدات وعددها ومحتوى البرنامج المقترح

جامعة حلوان

كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة
قسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية

السيدة الأستاذة الفاضلة :

تحية طيبة وبعد

تقوم الباحثة / مروة يوسف يوسف محمد الدهشورى - المدرس
مساعد بقسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية بإجراء دراسة
للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية موضوعها : "
تأثير برنامج رياضى تربوى موجه على مستوى اللياقة البدنية وبعض
المتغيرات النفس اجتماعية لدى أطفال المؤسسات الايوائية " السن من ٩ :
١٢ سنة .

لذا فالرجا من سيادتكم التفضل بالإطلاع وإبداء الرأى حول :

- تحديد الفترة الكلية للبرنامج الرياضى .
- تحديد عدد الوحدات فى الأسبوع .
- تحديد زمن الوحدة .
- التوزيع الزمنى لمكونات الوحدة فى البرنامج الرياضى .
- محتوى البرنامج المقترح .

ونشكركم سلفاً على تعاونكم معنا

استمارة استطلاع رأى حول تجديد زمن البرنامج وعدد مرات التكرار
للوحدات فى الأسبوع وزمن الوحدة والتوزيع
الزمن المكونات الوحدة

أولاً : برجاء من سيادتكم وضع علامة (✓) حول ما يناسب الفترة الكلية
للبرنامج .

ست أسابيع () ثمانية أسابيع ()
عشرة أسابيع () اثنى عشر أسبوع ()

ثانياً : برجاء من سيادتكم وضع علامة (✓) أمام عدد الوحدات المناسبة
فى الأسبوع:

مرة أسبوعياً () مرتين أسبوعياً () ثلاث مرات
أسبوعياً ()

ثالثاً : برجاء من سيادتكم وضع علامة (✓) أمام زمن الوحدة من البرنامج
الرياضى :

٤٥ دقيقة () ٥٥ دقيقة ()
٦٠ دقيقة () ١٢٠ دقيقة ()

رابعاً : برجاء من سيادتكم تحديد زمن كل جزء من أجزاء الوحدة :

مسلسل	مكونات الوحدة	الزمن
١	جزء الإحماء	
٢	الجزء الرئيسى	
٣	الجزء الختامى	

خامساً : ما رأى سيادتكم فى محتوى البرنامج التربوى الموجه :

م	أجزاء الوحدة	الزمن	محتوى الوحدة
١	الجزء التمهيدي أ- الإحماء ب- الإعداد البدنى		أخذ الغياب ألعاب صغيرة - جمباز موانع - إحماء مسابقة مشى وجرى بسرعات متنوعة على العقيين وعلى أطراف الأصابع مع حركات الذراعين - ومرجحات مختلفة . تمرينات - (أذرع) (تمرينات لترقية مكونات اللياقة البدنية المختارة) لجميع أجزاء الجسم (قوة - سرعة - رشاقة - مرونة - توازن) مع مراعاة الفروق الفردية .
٢	الجزء الرئيسى جمباز ألعاب قوى		(تدرج تعليمى بمهارة واحدة ثم الأداء فى شكل مباراة أو مسابقة)
٣	الجزء الختامى		ألعاب صغيرة تمرينات استرخاء وتهدئة ألعاب غنائية - سريعة - عمل مسابقة به المجموعات

أى مقترحات أخرى من سيادتكم برجاء إضافتها بعد إيداء الرأى
فى الشكل العام للبرنامج .

الرأى الشخصى :

مقترحات أخرى :

-١

-٢

-٣

مرفق (٣)

بيان بأسماء السادة الخبراء الذين تم استطلاع رأيهم
في استمارة اللياقة البدنية والبرنامج

الاسم	الدرجة العلمية
أ.د بركان حسين عثمان	أستاذ بقسم التمرينات والتعبير الحركي والجمباز بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان .
أ.د بلانش سلامة متياس	أستاذ ورئيس قسم (سابق) بقسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان .
أ.د جـيلة مصطفى السويركي	أستاذ بقسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان .
أ.د سامية ربيع الباهي	أستاذ بقسم التمرينات والتعبير الحركي والجمباز بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان .
أ.د سامية كامل الهجرسي	أستاذ بقسم التمرينات والتعبير الحركي والجمباز ووكيلة كلية التربية الرياضية للبنات لشئون البيئة - جامعة حلوان .
أ.د. سوسن السيد عمارة	أستاذ بقسم مسابقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان .
أ.د صفية حمدي محي الدين	أستاذ بقسم التمرينات والتعبير الحركي والجمباز بكلية التربية الرياضية للبنات .
أ.د نادية حسن هاشم	أستاذ ورئيس قسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان .
أ.د ناهد محمود سعد	أستاذ بسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان .
أ.د نيللى رمزى فهيم	أستاذ بقسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان .

مرفق (٤)
اختبارات اللياقة البدنية المختارة

١ - اختبار القوة العضلية :

اسم الاختبار :

الجلوس من الرقود ثنى الركبتين (٢٠ ث)

غرض الاختبار :

قياس قوة عضلات البطن .

الأدوات اللازمة :

أرض مستوية - ساعة إيقاف .

مواصفات الأداء :

يرقد الطفل على الظهر وعند سماع إشارة البدء تبدأ الطفل في رفع الجذع مع ثنى الركبتين على البطن ويكرر عدة ٢٠ ث متتالية .

التسجيل :

يسجل عدد المرات الصحيحة خلال ٢٠ ث .

٢ - اختبار السرعة :

اسم الاختبار :

العدو ٤٠ متر من البدء العالى .

غرض الاختبار :

قياس السرعة .

الأدوات اللازمة :

ساعة إيقاف - خط مرسوم على الأرض (خط بداية) وخط ثانى مرسوم على بعد ٤٠ متر .

مواصفات الأداء :

يبدأ الطفل بالوقوف خلف الخط الأول وعند سماع الإشارة يقوم بالجري بأقصى سرعة للوصول لخط النهاية .

التسجيل :

يسجل المختبر الزمن الذى استغرقه عن خط البداية لخط النهاية

٣- اختبار المرونة :

اسم الاختبار :

ثنى الجذع للأمام من الوقوف .

الغرض من الاختبار :

قياس مرونة العمود الفقري .

الأدوات اللازمة :

مقعد مرتفع حوالى ٣٠ سم - مسطرة مقسمة إلى ١٥+ و ١٥-
لأعلى لأسفل مثبتة عمودياً على المقعد بحيث يكون نهاية التدرج لأسفل
وبدايته لأعلى .

مواصفات الأداء :

يقف الطفل فوق المقعد والقدمان مضموتان مع الاحتفاظ بالركبتين
مقروبتين ، ويقوم الطفل بثنى الجذع للأمام ولأسفل لأبعد ما يمكن مع
الاحتفاظ بهذا الوضع لمدة ثانيتين .

التسجيل :

يسجل للطفل المسافة التي حققها .

٤- اختبار الرشاقة :

اسم الاختبار :

اختبار بيورونى "الانبطاح المائل من الوقوف (٣٠ث) " .

غرض الاختبار :

قياس درجة رشاقة الطفل بسرعة تغير اتجاه الحركة .

الأدوات اللازمة :

أرض مستوية وساعة ميكانيكية .

مواصفات الأداء :

يقف الطفل وعند مساع إشارة البدء يبدأ بثنى ركبتيه مع وضع
يديه على الأرض ثم فرض رجليه للخلف للوصول لوضع الانبطاح ثم
ثنى الركبتين مرة أخرى ثم العودة للوضع الابتدائى بأسرع ما يمكن
ويكرر .

التسجيل :

يسجل عدد المرات الصحيحة في زمن الـ ٣٠ ث .

٥- اختبار التوازن :

اسم الاختبار :

الوقوف بقدم واحد على مكعب ١٠ × ١٠ .

الغرض منه :

قياس التوازن .

الأدوات المستخدمة :

مكعب ١٠ × ١٠ - ساعة إيقاف .

مواصفات الأداء :

يقف الطفل بإحدى قدميه على المكعب لأطوال فترة ممكنة

التسجيل :

يسجل للطفل الزمن الذي أترن فيه على المكعب .

مرفق (٥)

استمارة استطلاع رأى الخبراء حول اختبار التكيف النفسى - الإجتماعى
(لعطيه هنا)

تقوم الباحثة بإعداد دراسة عن (أطفال الشوارع) في إحدى المؤسسات الإيوائية من سن ٩ : ١٢ سنة تتطلب الاستعانة ببعض اختبارات الصحة النفسية حيث تم ترشيح اختيار عطيه هنا لقياس التكيف النفسى والاجتماعى للأطفال .

لذلك أرجو تعاونكم في إرشاد الباحثة للإجابة عن الأسئلة الآتية :

- (١) هل يمكن حذف إحدى أبعاد المقياس ؟
(٢) هل يمكن حذف أو تعديل صياغة بعض عبارات المقياس ؟

☒ مقياس التكيف النفسى الاجتماعى

القسم الأول : التكيف النفسى :-

- براء وضع علامة (√) في حالة العبارة المناسبة ، (×) في حالة العبارة الغير مناسبة مع إضافة أى تعديلات ترونها سيادتكم في العبارة :
(أ) اعتماد الطفل على نفسه

م	العبارة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل تقدر تلعب وحدك إذا لم تجد من تلعب معه؟		
٢	هل تشعر برغبة في البكاء لأقل سبب؟		
٣	هل تقدر تتكلم أمام زملائك في الفصل؟		
٤	هل تتألم إذا وبخك شخص على شئ عملته؟		
٥	هل تحتاج لمساعدة من أحد لتأكل؟		
٦	هل يساعدك أحد في لبس ملابسك		
٧	هل تهتمك اللعبات البسيطة كثيرا؟		
٨	هل تستمر في اللعب حتى نهايته؟		

ب- إحساس الطفل بقيمته :

م	العبرة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل تعمل أشياء تبسط الأطفال زملائك ؟		
٢	هل يضايقك الأطفال زملائك ؟		
٣	هل عدد أصحابك أقل من عدد أصحاب غيرك ؟		
٤	هل معظم الأطفال أشطر منك ؟		
٥	هل يقول عنك أهلك أنك شاطر ؟		
٦	هل تقدر تعمل الأشياء التي يعملها غيرك من الأطفال ؟		
٧	هل يقول الناس أن غيرك أحسن منك ؟		
٨	هل يحبك معظم الأطفال ؟		

ج- شعور الطفل بحريته : -

م	العبرة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل يسمح لك أهلك بشراء بعض الحاجات لوحدك ؟		
٢	هل تقضى في اللعب وقت قليل غالبا ؟		
٣	هل تزور أماكن جديدة كثيرا ؟		
٤	هل يمنعك أهلك من اللعب مع الأطفال الآخرين ؟		
٥	هل يسمح لك أهلك بأن تلعب اللعاب التي تحبها ؟		
٦	هل تعاقب على أشياء كثيرة تفعلها ؟		
٧	هل تقوم بأكثر الأعمال التي تحبها لوحدك ؟		
٨	هل يجبرك أهلك على البقاء في المنزل كثيرا ؟		

د- شعور الطفل بالانتماء : -

م	العبارة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل ترغب أن يكون لك أصدقاء أكثر ؟		
٢	هل تشعر بأن الناس لا يحبوك ؟		
٣	هل تحب الذهاب للمدرسة ؟		
٤	هل يحبك الأطفال بالمدرسة ؟		
٥	هل تشعر أنك وحيد ولو كنت مع الناس ؟		
٦	هل أنت كبير وقوى مثل معظم الأطفال ؟		
٧	هل أهلك أحسن من أهل الأطفال الآخرين ؟		
٨	هل غيرك من الأطفال مرتاحون في بيوتهم أكثر منك ؟		

هـ- التحرر من الميل للانفراد :

م	العبارة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل يوجد ناس وحشة لدرجة أنك تكرهم ؟		
٢	هل تخاف كثيرا ؟		
٣	هل يضايقك أكثر الأطفال ؟		
٤	هل تزعل لما الناس يكونوا وحشين ؟		
٥	هل يقول كثير من الأطفال أشياء تضايقك ؟		
٦	هل يحاول الأطفال أ يغشوك عادة ؟		
٧	هل تشعر بالمضايقة لدرجة أنك لا تعرف ما تعمله ؟		
٨	هل تفضل أ تتفرج على غيرك بدلا من أن تلعب أنت ؟		

و - الخلو من الأعراض العصبية :

م	العبارة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل تقضم (تأكل) أظافرك عادة ؟		
٢	هل من الصعب عليك أن تذهب للسريير لتنام بالليل ؟		
٣	هل تبكى كثيرا ؟		
٤	هل تصاب بالبرد بسهولة ؟		
٥	هل تشعر بالتعب حتى عندما تقوم من النوم ؟		
٦	هل أنت مريض أكثر الوقت ؟		
٧	هل توجعك عيناك عادة ؟		
٨	هل تستيقظ من النوم بسبب الأحلام الوحشة ؟		

القسم الثانى : التكيف الاجتماعى
أ- المستويات الاجتماعية :-

م	العبارة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل تطيع أهلك حتى لو كانوا على خطأ ؟		
٢	هل يصح أن الأطفال يتخانقوا مع الكبار الذين لا يعاملونهم معاملة حسنة ؟		
٣	هل تغش إذا أحسست أن أحد لن يراك ؟		
٤	هل تطيع أهلك ؟		
٥	هل تأخذ لنفسك الأشياء التي تجدها ؟		
٦	هل من الضرورى أن يكون الأطفال كويسين مع من لا يحبونهم من الناس ؟		
٧	هل تشعر بأنه من الضرورى أن تشكر كل من يساعدك ؟		
٨	هل من الصواب أن تبكى إذا لم تستطيع عمل ما تريده ؟		

ب- المهارات الاجتماعية :-

م	العبارة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل تتكلم مع الأطفال المستجدين بالمدرسة ؟		
٢	هل من الصعب عليك أن تتكلم مع الناس الذين لا تعرفهم؟		
٣	هل ينتسب لأطفال الذين يقومون بأعمال أحسن من الأعمال التي تعملها ؟		
٤	هل يغضبك أن يمنعك الناس من القيام بما تريد؟		
٥	هل تضرب الأطفال أثناء اللعب في بعض الأحيان؟		
٦	هل تلعب مع الأطفال الآخرين حتى لو كنت لا تريد؟		
٧	هل تساعد الأطفال الآخرين في المدرسة ؟		
٨	هل من الصعب عليك أن تكون عادل (كويس) في اللعب		

ج - التحرر من الميول المضادة للمجتمع:

م	العبارة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل الناس وحشين معك لدرجة أنك لازم تكون وحش معهم؟		
٢	هل تضايق الناس حيث يعاملوك معاملة حسنة ؟		
٣	هل توجد أشياء وحشة في المدرسة تحاول الابتعاد عنها؟		
٤	هل يضايقك أحد في المدرسة حتى أنك تغضب ؟		
٥	هل بعض الناس ظالمين لدرجة أنك تحاول أن تغشهم؟		
٦	هل يتشاجر الأطفال معك كثيرا؟		
٧	هل تحاول أنك تدفع الأطفال الآخرين أو تخونهم ؟		
٨	هل تقول للأطفال الآخرين أنك لن تقبل ما يطلبونه منك؟		

د- العلاقات في الأسرة : -

م	العبارة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل أهلك على حق عندما يجذوك أن تطيع أوامرهم ؟		
٢	هل تحب أن تعيش معا عائلة أخرى غير عائلتك ؟		
٣	هل يعتقد أهلك أنك طيب مثلهم ؟		
٤	هل أهلك كويسين معك دائما ؟		
٥	هل يوجد في أهلك أحد لا يحبك ؟		
٦	هل تظن أن أهلك يعتقدون أنك لطيف معهم ؟		
٧	هل تشعر أن أهلك لا يحبوك ؟		
٨	هل تظن أن أهلك يعتقدون أنك غير شاطر ؟		

هـ - العلاقات في المدرسة : -

م	العبارة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل تساعد الأطفال الآخرين ؟		
٢	هل من الصعب أن تحب الأطفال الذين معك في المدرسة ؟		
٣	هل بعض المدرسين لا يحبون الأطفال في المدرسة؟		
٤	هل يقول الأطفال أنك كويس معهم ؟		
٥	هل تفضل عدم الذهاب للمدرسة؟		
٦	هل يوجد كثير من الأطفال الوحشين في المدرسة ؟		
٧	هل يطلب منك الأطفال بالمدرسة أن تلعب معهم ؟		
٨	هل يقول الأطفال الأرون عنك أن لعبك وحش معهم؟		

و- العلاقات في البيئة المحيطة : -

م	العبارة	المناسبة	أعادة صياغتها
١	هل يوجد أماكن كويسة بالقرب من منزلك تلعب فيها؟		
٢	هل يحبك جيرانك؟		
٣	هل جيرانك ناس غير طيبين؟		
٤	هل تنبسط من قضاء بعض الوقت مع جيرانك؟		
٥	هل يوجد جيران وحشين؟		
٦	هل يطلبك الأطفال الآخرين لتلعب معهم في بيوتهم؟		
٧	هل يوجد أطفال وحشين من أطفال جيرانك؟		
٨	هل تبعد عن بيوت الجيران لما يطلبوا منك أن تلعب؟		

مرفق (٦)

استمارة استطلاع رأى الخبراء حول كراسة الملاحظة (لعطيه هنا ومحمد عماد الدين) لتقدير سمات الشخصية ومميزات السلوك الإجتماعى

سوف تقوم الباحثة بإجراء دراسة حول أطفال الشوارع بإحدى المؤسسات الإيوائية وستقدم فيها كراسة الملاحظة لعطية محمود هنا ومحمد عماد إسماعيل لتقدير سمات الشخصية ومميزات السلوك الاجتماعى . وتعتمد على التوافق النفسى والاجتماعى الذى يعرف بأنه : -

أولاً : التكيف الشخصى :-

هو أن يكون الشخص راضى عن نفسه غير كادحاً لها أو فخوراً منها أو ساخطاً عليها أو عديم الثقة بها ، كما تتسم حياته النفسية بالخلو من الصراعات النفسية والتوترات التى تقترن بمشاعر الذنب والقلق والنقص.

ثانياً :- التكيف الاجتماعى : Social Adaptation

" هو أن يكون يستطيع الفرد تكوين علاقات اجتماعية بالمحيطين به وأن يشعر بالسعادة فيما إذا كان بفردته وأن يجد سهوله فى أن يطلب مساعدة الناس إذا أحتاج الأمر لذلك وأن يقدم للآخرين العون والمساعدة " وهذه بعض المظاهر السلوكية التى سيتم تقدير الأطفال عليها من مشرف الدار بناء على كراسة الملاحظة :-

برجاء وضع علامة \sqrt على الظاهرة المناسبة ، علامة x على الظاهرة الغير مناسبة :-

- ١- العناية بالمظهر الخارجى .
- ٢- المبادأه
- ٣- الانفعالية (الثبات الانفعالى)
- ٤- الضبط

- ٥- المرح
- ٦- المشاركة الوجدانية الإيجابية فى حالة السرور .
- ٧- المشاركة الوجدانية الإيجابية فى حالة الألم النفسى .
- ٨- المشاركة الوجدانية الإيجابية فى حالة الألم الجسمى
- ٩- المشاركة الوجدانية السلبية فى حالة السرور .
- ١٠- المشاركة الوجدانية السلبية فى حالة الألم النفسى .
- ١١- المشاركة الوجدانية السلبية فى حالة الألم النفسى .
- ١٢- الاعتماد على الغير من الناحية العاطفية .
- ١٣- الاجتماع مع الآخرين .
- ١٤- القدرة على تكوين علاقة الآخرين .
- ١٥- رعاية الغير .
- ١٦- حب الاستطلاع .
- ١٧- الميل الى التملك .
- ١٨- التركيز .
- ١٩- الرغبة فى المدح وحب الظهور .
- ٢٠- القيادة .
- ٢١- السيطرة
- ٢٢- الطاعة
- ٢٣- العدوان المادى .
- ٢٤- العدوان اللفظى
- ٢٥- الإيثار
- ٢٦- الغيرة
- ٢٧- الحماس .

٢٠٤-

الشجاعة	-٢٨
المثابرة	-٢٩
الإحساس بالنقد	-٣٠
مستوى الطموح	-٣١
تقدير الذات	-٣٢

مرفق (٧)

بيان بأسماء السادة الخبراء الذين تم استطلاع رأيهم
فى استمارة اختبار التكيف النفسى والاجتماعى
وكراسة الملاحظة (لعطيه هنا)

الاسم	الدرجة العلمية
أ.د إلهامى عبدالعزيز	أستاذ بقسم علم النفس ووكيل معهد دراسات الطفولة - جامعة عين شمس .
أ.د سلوى عبدالباقي	رئيس قسم علم النفس بكلية التربية - جامعة حلوان
أ.د سيد صبحى	أستاذ بقسم علم النفس وعميد (سابق) بكلية التربية - جامعة عين شمس .
أ.د. عمر الفاروق	عميد معهد دراسات الطفولة - جامعة الأزهر .

مرفق (٨)

اختبار التكيف النفسى والاجتماعى (لعطيه هنا) بعد التعديل

ضع علامة (✓) أو (x) أمام العبارات الآتية :

العلامة	
	١. تحب تعمل حاجات تخلى أصحابك مبسوطين منك ؟
	٢. هل يضايقك الأطفال أصحابك ؟
	٣. أنت شايف إن أصحابك قليلين ؟
	٤. فيه أطفال كثير أشطر منك ؟
	٥. يا ترى أهلك بيقولوا إنك شاطر ؟
	٦. هل تقدر تعمل الحاجات التى بيعملها أصحابك ؟
	٧. هل الناس دايماً بيقولوا إن زملائك أحسن منك ؟
	٨. هل معظم الأطفال بيحبوك ؟
	٩. هل تحب أن يكون لك أصحاب أكثر ؟
	١٠. هل بتحس إن الناس لا يحبوك ؟
	١١. هل بتحب تروح المدرسة ؟
	١٢. هل الأطفال فى المدرسة بيحبوك ؟
	١٣. هل بتحس إنك لوحده حتى لو كنت مع الناس ؟
	١٤. هل أنت قوى زى كل الأطفال ؟
	١٥. هل أهلك أحسن من أهل أصحابك ؟
	١٦. هل غيرك من الأطفال مرتاحون فى بيوتهم أكثر منك ؟
	١٧. هل فيه ناس وحشين أنت بتكرهم ؟
	١٨. هل بتخاف كثير ؟
	١٩. هل بتزعل الأطفال كثير ؟
	٢٠. هل بتزعل لما الناس يكونوا وحشين معاك ؟
	٢١. هل كثير من الاطفال بيقولوا حاجات بتزعلك ؟
	٢٢. هل الأطفال بيحاولوا أن يغشوك عادة ؟
	٢٣. هل عندما تتضايق ما تعرفش تعمل ايه ؟
	٢٤. هل بتتبسط لما تتفرج على الأطفال وهم يلعبوا وما بتحش تلعب معاهم ؟

العلامة		
	هل تقرض (تأكل) أظافرك عادة ؟	.٢٥
	بتحس لما تروح تنام إنك مش عارف تنام ؟	.٢٦
	بتحسن كثيرا إنك عايز تعيط ؟	.٢٧
	بتحس كثير بالبرد والإنفلونزا ؟	.٢٨
	لما بتقوم من النوم بتحس إنك تعبان ؟	.٢٩
	هل أنت بتكون عيان كثير ؟	.٣٠
	عينيك بتوجعك كثير ؟	.٣١
	يا ترى وأنت نايم بتحلم أحلام وحشة كثير ؟	.٣٢

ضع علامة (✓) أو (x) أمام العبارات الآتية :

العلامة	
	١. هل كنت تطيع أهلك حتى لو كانوا على خطأ ؟
	٢. هل يصح أن الأطفال يتخانقوا مع الكبار اللى بيعاملوهم وحش؟
	٣. هل بتغش لو حسيت أن ما حدش هيشوفك ؟
	٤. هلى كنت تطيع أهلك ؟
	٥. هل بتأخذ الأشياء التى تجدها ؟
	٦. هل ترى أنك لازم تعامل الناس كويس حتى لو كانوا ما بيحبوكش ؟
	٧. هل من الضرورى أن تشكر كل من يساعدك ؟
	٨. هل من الصبح أن تبكى إذا لم تستطيع عمل ما تريده ؟
	٩. هل بتتكلم مع الأطفال الجداد فى المدرسة ؟
	١٠. هل من الصعب عليك أن تتكلم مع الناس اللى مش عارفهم ؟
	١١. لما بتشوف أطفال بيعملوا حاجات أحسن من اللى بتعملها بتتبسط
	١٢. هل بتزعل لما الناس يمنعوك تعمل حاجة أنت عايز تعملها ؟
	١٣. هل تضرب الأطفال أثناء اللعب فى بعض الأحيان ؟
	١٤. هل بتلعب مع الأطفال حتى لو كنت مش عايز تلعب ؟
	١٥. هل بتساعد الأطفال فى المدرسة ؟
	١٦. هل صعب عليك ان تكون كويس فى اللعب ؟

العلامة		
	هل الناس وحشة معاك لدرجة إنك لازم تكون وحش معاهم ؟	.١٧
	هل تضايق الناس لما يعاملوك معاملة كويسة ؟	.١٨
	هل توجد أشياء وحشة فى المدرسة تحاول الابتعاد عنها ؟	.١٩
	هل يضايقك أحد فى المدرسة لدرجة أنك بتزعج جداً ؟	.٢٠
	هل بعض الناس بيظلموك لدرجة أنك بتحاول تغشهم ؟	.٢١
	هل بتتخانىق مع الأطفال كثير ؟	.٢٢
	هل تحاول أن تخون الأطفال الآخرين ؟	.٢٣
	هل بترفض ما يطلبه منك الأطفال الآخرين ؟	.٢٤

	هل بتساعد الأطفال الآخرين ؟	.٢٥
	هل من الصعب أن تحب الأطفال الذين معك فى المدرسة ؟	.٢٦
	هل بعض المدرسين لا يحبون الأطفال فى المدرسة ؟	.٢٧
	هل يقول الأطفال إنك كويس معهم ؟	.٢٨
	هل تفضل عدم الذهاب للمدرسة ؟	.٢٩
	هل يوجد أطفال كثير وحشين فى المدرسة ؟	.٣٠
	هل يطلب منك الأطفال بالمدرسة أن تلعب معاهم ؟	.٣١
	هل يقول الأطفال الآخرون عنك أن لعبك وحش معاهم ؟	.٣٢

مرفق (٩)

استمارة تقويم سلوكي

ضع دائرة على نوع السلوك

الاسم :
السن :
محل الميلاد :
المشرف :

- ١- العناية بالمظهر الخارجي :
أ- حسن المظهر دائماً .
ب- حسن المظهر أحياناً .
ج- يبدو نظيفاً .
د- حسن المظهر نادراً .
هـ - عبر حسن المظهر بالمرّة .

<p>١٦- المشاركة الوجدانية في حالة السرور : أ- يشترك بمجهود كبير في الأعمال التي تدعو للسرور . ب- يقوم بمجهود للاشتراك في الأعمال التي تدعو للسرور . ج- عادي . د- نادر ما يشارك في الأعمال التي تدعو للسرور . هـ- لا يحاول الاشتراك في الأعمال التي تدعو للسرور</p>	<p>٩- الاتفاعلية : (الثبات الاتفعالي) أ- لا يتغير بسرعة ومزاجه معتدل . ب- مسيطر على انفعالاته لحد كبير . ج- متزن عادة د- سهل الاستشارة هـ- ينتقل من حالة السرور للغضب بسرعة والعكس</p>	<p>٢- القيادة أ- متجدد ومبدع في أعماله . ب- يعرض أفكار قديمة بصورة جديدة . ج- يعرض أفكار جديدة أحياناً . د- كلما تكون لديه أفكار جديدة . هـ- يكتفي بالتقليد .</p>
<p>١٧- المشاركة الوجدانية في حالة الألم للنفسى : أ- يظهر ألم وحزن شديد ولكنه لا يمد يد المساعدة . ب- يظهر ألم دون أن يمد يد المساعدة . ج- عادي . د- يبدو عليه مظاهر بسيطة من الألم دون أن يمد يد المساعدة هـ- لا يتألم لألم الغير مهما كان .</p>	<p>١٠- الضبط : أ- جاد في العمل دائماً . ب- جاد في العمل معظم الأحيان . ج- يبذل مجهود من أجل أداء الواجب . د- أقرب للاسترخاء التام . هـ- يترك نفسه للاستمتاع دون أن يهتم بالواجب</p>	<p>٣- القيادة : أ- محبوب من الجميع . ب- معظم الأطفال اتبعه . ج- يقود الآخرين إذا لم يوجد من يقودهم . د- متردد إذا ما طلب منه الرأي . هـ- منقاد ولا رأى له .</p>
<p>١٨- المشاركة الوجدانية في حالة الألم الجسمى : أ- يظهر ألم شديد إذا ما أصيب شخص آخر . ب- يظهر ألم لتأثير الغير . ج- عادي د- يبدو عليه مظاهر بسيطة للتأثر لألم الغير . هـ- لا يتأثر بالألم الغير على الإطلاق .</p>	<p>١١- حب الاستطلاع أ- كثير السؤال عما حوله . ب- يهتم بالمعرفة بصفة عامة . ج- يهتم بما يثريه فقط . د- لا يهتم إلا بما يثريه فقط . هـ- لا يهتم بما حوله بالمرّة .</p>	<p>٤- الطاعة : أ- يخضع للسلطة . ب- لا يعصى إلا نادراً . ج- يخضع للقواعد التي تخضع لها الجماعة د- يخضع للقواعد في الحالات التي تسبب ضرر فقط. هـ - يعصى القواعد والأوامر دائماً .</p>
<p>١٩- القدرة على تكوين علاقات مع الآخرين : أ- ولعب وينسجم مع أقرانه حتى غير المقربين منه . ب- غالباً ما ينسجم في اللعب مع أقرانه . ج- يتشاجر مع الآخرين . د- نادراً ما ينسجم في اللعب مع الآخرين . هـ- لا يستطيع الانسجام بالمرّة .</p>	<p>١٢- التركيز : أ- يستمر في العمل حتى يفرغ منه . ب- مجتهد في إنجاز أعماله . ج- عادي . د- غالباً ينظر لما يعمله الآخرون . هـ- لا يستطيع التركيز بالمرّة .</p>	<p>٥- الغيرة : أ- يبدو عليه الغيظ إذا نال غيره خيراً مثله . ب- يبدو عليه الغيظ إذا نال غيره خيراً أكبر منه . ج- يبدو عليه الغيظ إذا نال غيره خيراً يعتقد أنه من نصيبه د- لا يبدو عليه أي تأثر إلا إذا استناره أحد . هـ- لا يبدو عليه أي تأثر إذا نال غيره خيراً مطلقاً</p>
<p>٢٠- العدوان اللفظي : أ- يهزأ بالآخرين ع طريق الإلفاظ الجارحة . ب- يقلل من شأن الآخرين عامة . ج- يقلل من شأن الآخرين أحياناً . د- نادراً ما يقلل من شأن الآخرين . هـ- لا يقلل إطلاقاً من شأن الآخرين .</p>	<p>١٣- المنافسة : أ- لا يرضى أن يتفوق عليه أحد . ب- ينافس ويتحمس في حالة تفوق أحد عليه . ج- عادي د- يكره المنافسة هـ- لا ينافس أحد بالمرّة .</p>	<p>٦- الحماس : أ- نشيط ملئ بالحيوية يتحمس دائماً . ب- نشيط يهتم بما حوله . ج- عادي . د- كسلان وهادي هـ- يعوزه النشاط كلياً - بليد</p>
<p>٢١- العدوان المادي : أ- خشن في معاملته يتحرش دون سبب . ب- يعمل عادة على العدوان على الآخرين . ج- يبدأ العدوان أحياناً . د- يعتدى إذا اعتدى عليه فقط . هـ- لا يقاتل حتى لرد العدوان .</p>	<p>١٤- المثابرة : أ- دائم القيام بمحاولات جديدة لتحقيق الهدف . ب- يستمر وراء هدفه حتى يتحقق . ج- يقف عن متابعة هدفه عندما يجد صعوبة . د- يستسلم بسرعة إذا لم يصادفه نجاح سريع . هـ- يمل بسرعة .</p>	<p>٧- الشجاعة : أ- مخاطر يواجه الألم بشجاعة . ب- نادراً ما يخاف . ج- قد يستمر رغم الخوف في العمل . د- يعطله الخوف عن العمل . هـ- يتسده الخوف كلياً .</p>
<p>٢٢- الإيثار : أ- يمنح ما لديه من لعب عن طيب خاطر . ب- كلما وضع مصلحته أولاً . ج- ليست ظاهرة فيه . د- كلما يهتم بالآخرين . هـ- أناني لا يحب مشاركة أحد في اللعب .</p>	<p>١٥- مستوى الطموح : أ- يضع لنفسه مستويات عالية لتحقيقها . ب- يستمتع بالتغلب على المشكلات . ج- ينجح ما يوكل إليه من أعمال . د- ينجح أحياناً ما يوكل إليه من أعمال . هـ- لا يبذل جهد ولا يهتم بالنجاح</p>	<p>٨- المرح : أ- دائماً في حالة مرح . ب- يغلب عليه المرح . ج- متزن . د- مكتئب غالباً . هـ - مكتئب دائماً .</p>

مرفق (١٠)
البرنامج الرياضى التربوى الموجه لأطفال الشوارع
(الأطفال بلا مأوى)

الوحدة الأولى

الهدف البدني : تنمية مكونات اللياقة البدنية (القوة) و (السرعة) (الرشاقة) و (مرونة).

الهدف المهاري : كرة سلة (الرمية الحرة) .

الهدف التربوي : المشاركة الجماعية — الثقة بالنفس — الإستمرار في بذل الجهد — تحمل المسؤولية — الحماس — التركيز

الهدف الصحي : التأكيد على نظافة الوجه واليدين .

الهدف المعرفي : عدد لاعبين كرة السلة .

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
المشاركة الجماعية والثقة بالنفس ، الإستمرار في بذل الجهد .	البدء بالعضلات الكبيرة بليها العضلات الصغيرة ، العمل بدون توقف مع إستخدام الموسيقى .	إنتشار	تمرينات هووائية لتهيئة الجسم لاستيعاب الحمل المقبل	(٢٠ق) ٥ ق	الجزء التمهيدى - الإحصاء (جز)
تحمل المسؤولية تحقيق الذات . - الأقدام والحماس	العمل في وقت واحد للجميع .	إنتشار	[الإسباحت المائل] ثنى الركبتين معا ناحية اليمين ثم العودة للوضع الإبتدائي . الجرى مسافة ٢٠م للمس أكياس الحيوب والعودة لخط البداية ويكرر .	٥ اق	- الإحصاء البدني قوة رجلين سرعة
- التركيز والثقة بالنفس	مراجعة التركيز على عدم لمس إطار الطوق حتى لا يتحرك .		[الوقوف] الوثب ضمما للأمام داخلة الطوق ثم قفعا خارجه للأمام داخل ثم ضم داخله للخلف ثم قفح خارجه للخلف ويكرر .		رشاقة

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - التعاون 	<p>مراجعة وجود مسافة بين الزميلين ليتم ثنى الظهر خلفا مما يحقق الهدف من التمرين.</p>		<p>[الوقوف كل (:) الظهر مواجها] تسبيل تسليم الكرة من أعلى وأسفل.</p>		<p>مرونة للظهر</p>
<ul style="list-style-type: none"> - الإصرار على الأداء الناجح . - التركيز وزيادة الانتباه . 	<p>الوقوف في شكل قوس يورى الجميع شكل الأداء.</p>		<p>- التدرج التعليمي بالمهارة</p> <p>١ - تعليم مسك الكرة ومستواها بحيث تمسك بأطراف الأصابع في مستوى واليد الأخرى تستندها من أسفل في مستوى الزمن.</p> <p>٢ - تكون القدم اليمنى أماما ويسرى خلفا .</p> <p>٣ - ثنى الركبتين .</p> <p>٤ - فرد الركبتين مسح مد الزراعين لأداء الرمية والتخلص من الكرة .</p> <p>٥ - الرمية تتم في اتجاه أى ضلع من المربع المرسوم فوق السلة أو على حافتها .</p> <p>٦ - متابعة الرمية باليد والنظر .</p> <p>- النشاط التطبيقي</p>	(٣٠ ق)	<p>الجزء الرئيسي كرة سلة (الرمية الحرة)</p>
<ul style="list-style-type: none"> - التفانس - الانتباه للجماعة - احترام القوانين 	<p>إخراج النموذج الجيد وتشجيعه .</p>				

الأهداف التربوية	التوجهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
- الثقة بالنفس - الإصرار على الأداء الناجح .	تشجيع القاطرة الفائزة		تطبيق المهارة في شكل مسابقة عن طريق الوقوف ٤ قاطرات عمل قاطرة أمامها طفل يمسك طوق ويقف على كرسي ويده مرتفعة بالطوق ليأخذ شكل المسلة مع مراعاة عدم حركة الطوق ثم يقوم الطفل من الأربع قاطرات بالأداء وتحسب المحاولات الصحيحة لكل قاطرة ويخرج القاطرة الفائزة .	(٥ ق)	الجزء الخامس
المسرح والمثالية الوجدانية .					

الوحدة الثانية

الهدف البدني : تنمية المكونات البدنية (قوة الذراعين) - (سرعة) - (مرونة) - (توازن)
 الهدف المهاري : جيمز (الوقوف على اليدين)
 الهدف التربوي : النظام - المشاركة - بذل الجهد - حماس - تنافس - تحقيق الذات - الانتفاء - التحدي
 الهدف الصحي : نظافة الملعب قبل بدء الأداء .
 الهدف المعرفي : أنواع رياضة الجيمز .

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - النظام - المشاركة فسي - تجهيز الأدوات - إنفعالات إيجابية - مسارة نتيجة مشاركة الزملاء . 	<p>الأداء مستمر فسي شكل دائري ، الوثب فوق المصا يكون والركبتين مفردتين .</p>		<p>١ - الجري الزجراجي حول أطواق .</p> <p>٢ - الوثب فوق حبل .</p> <p>٣ - الوثب الطويل فوق صالتين .</p> <p>٤ - المشي على مقعد سويدي</p> <p>٥ - لمس الأضلاع</p>	٥ ق	<p>الجزء التمهيدي</p> <p>- الإحماء (موانع)</p>
<ul style="list-style-type: none"> - بذل الجهد . - الشعور الإيجابي - بذلات صند تحقيق النجاح . - الحساس - التنافس 	<p>الأداء يتم في مستوى الكنتف</p> <p>تشجيع الفائز في كل مرة .</p>		<p>[الوقوف - الذراعين أماما ممسكة بعليتين مملوئتين أسمنت وبينها أستيك] مد الذراعين جانبا والعودة للوضع الابتدائي .</p> <p>الجري لسهاية الملعب في شكل مسابقة وتكرر .</p>	١٥ ق	<p>- الإحعداد البدني</p> <p>قوة الذراعين</p> <p>سرعة</p>

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - تذكير من صسورة إيجابية عن الذات . - الإحساس الجمالي بالجسم . 	<p>محاولة لمس أطراف الأصابع المشى على أطراف الأصابع على الأرض ثم على المقعد .</p>	انتشار الأداء في شكل دائري	<p>[الجلوس الطويل] ميل الجذع للأمام لمس مشط القدم باليدين . [الوقوف] ثبات الوسط [المشى على أطراف الأصابع على مقاعد سويدية ثم على الأرض . الترجح التعلیمی بالمهارة ١ - أداء نموذج كامل للمهارة بالسند على الحائط . ٢ - وضع اليدين على الأرض ودفع الرجل اليمنى عاليا في نفس الوقت تلحقها الرجل اليمنى . ٣ - الثبات في هذا الوضع</p> <p>الجزء التطبيقي ١ - كل (:) معا يقوم الأول بالأداء الثاني بالسند ثم يتم التبديل . ٢ - محاولة الأداء بدون سند . يقسم الأطفال (٥) قاطرات أمام كل قاطرة صندوق ويقوم التلميذ الأول من كل مجموعة بتصويب الكرة داخل الصندوق من مكانه يليه الطفل الذي الثاني وهكذا . والفرقة الفائزة هي القاطرة التي تجمع أكبر عدد من الكرات داخل الصندوق .</p>	(٣٠ق)	الجزء الرئيسي جماز (الوقوف على اليدين)
<ul style="list-style-type: none"> - السقّة بالنفس تنمية قدرة الفرد على الأداء الناجح . - المشاركة والقدرة على العمل مع زميل . - الإلتناء للجماعة . - تنمية الثقة بالنفس - الإصرار على الفوز . 	<p>إخراج النموذج الجيد وتشجيعه .</p> <p>لايحرك الطفل رجليه أثناء الأداء .</p> <p>الأداء يكون خلف خط البداية .</p> <p>عدد الكرات متساوى مع كل قاطرة .</p> <p>- تشجيع الفريق الفائز</p>			(٥ق)	الجزء الختامي

الوحدة الثالثة

الهدف البدني : الارتفاع بمستوى اللياقة البدنية للأطفال (قوة رجلين وبطن) - (مرونة للجزع) - (رشاقة) - (سرعة)
 الهدف المهارى : ألعاب قوى (وضع الاستعداد) (الجرى)
 الهدف التربوى : الانتباه - الثقة بالنفس - الإحساس بالنجاح - تحمل المسؤولية - الالتزام
 الهدف الصحى : النظافة العامة قبل وبعد الأداء والأهتمام بنظافة الملابس .
 الهدف المعرفى : إعطاء معلومات عن لعبة ألعاب القوى ومبادئها .

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - الانتباه - النظام - الإلتزام - الأداء - الفاجح . - تحمل - المسؤولية . 	<ul style="list-style-type: none"> - العمل مستمر لنهاية زمن الإحصاء . - الوثب داخل الأطواق وخارجها ضما واليد في الوسط . - المشى على المقعد السويدى والذراعان جانباً . - تشجيع أفضل قاطرة . 		<p>وقوف ٤ قاطرات خلف خط البداية أمام كل قاطرة</p> <p>١ - سجادة</p> <p>٢ - ٢ طوق</p> <p>٣ - مقعد سويدى</p> <p>٤ - ٤ أقماع</p> <p>- الجرى لعمل درجة بأى طريقة على السجادة ثم الوثب ضما داخل وخارج الأطواق ثم المشى على الأمشاط على المقعد السويدى فمس الأقماع الموضوعه فى شكل زجزاجى والعودة للقاطرة ويكرر العمل .</p> <p>[الرقود] رفع الرجلين (١-٤) ثم خفضهما (٥-٨) .</p>	٥ ق	<p>الجزء (٢٠١ق)</p> <p>التعميدى</p> <p>- الإحماء</p> <p>(مسابقة)</p>
<ul style="list-style-type: none"> - الأصرار - الثقة لتحقيق النجاح 	<ul style="list-style-type: none"> - العمل بسيطه لتنمية القوة العضلية . 			١٥ ق	<p>الإعداد البدنى</p> <p>قوة الرجلين</p> <p>والبطن</p>

الأهداف التربوية	التوجيهات	الشكليات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - المشاركة مع الزميل . - التعاون . - الثقة بالانفس . - تحدى الذات . 	<ul style="list-style-type: none"> - مراعاة تلاصق باطن القدم للزميلين والوصول إلى أقصى مدى عند جذب الزميل . 		<ul style="list-style-type: none"> إنتشار إنتشار 	<ul style="list-style-type: none"> كل (:) [جوس فتعا مع تشابك الأيدي] تبادل حذب الزميل . [الوقوف] ثفى الركبتين ثم إنبطاح مائل ويكرر . الوثب السريع فى المكان 	<ul style="list-style-type: none"> الجزء الرئيسى ألعاب قوى (وضع الإستعداد)
			<ul style="list-style-type: none"> - التدرج التعليمى بالمهارة ١ - تعليم وضع (خذ مكانك) - الرجل أمامية مثبتة من الركبة أمام الصدر والخلفية مفرودة - اليد شكل كوبرى تلمس الأرض بالإبهام والسبابة فقط . - النظر لأسفل والامام . ٢ - تعليم وضع الإستعداد يرفع الجذع لأعلى والنظر للأمام ونقل ثقل الجسم للأمام على اليدين . ٣ - تعليم (جرى) هو كيفية تحويل طاقة لوضع لطاقه حركة ويجب أن يتم هذا التحويل سريعاً . 	(٣٠ ق)	

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - إثبات الذات . - ضبط النفس . - التركيز - الإستمرار في بذل الجهد . - زيادة الثقة بالنفس - الشعور بالراحة والسعادة . 	<ul style="list-style-type: none"> - التأكيد على وضوح الإستعداد السليم . - النداء يتم قبل خروج كل صف لسباق . - تشجيع الفريق الفائز . - تمرينات تشترك فيها أجزاء الجسم التي لم تشترك في الأداء السابق . 	<p>إنتشار</p>	<p>الجزء التطبيقي الشرح مسابقة جرى بين ٤ قاطرات بعد النداء بإتخاذ أوضاع (خذ مكانك) ثم (استعد) ثم (جرى) أو إشارة البدء . ثم يبدأ السباق للوصول لخط النهاية . - الفرقون الفائز هو الذي يفوز منه أكبر عدد من الأطفال . تمرينات هوائية خفيفة للإسترخاء وعودة الجسم لحالته الأولى .</p>	٥ ق	الجزء الختامي

الوحدة الرابعة

الهدف البدني : تنمية وتحسين المكونات البدنية (السرعة) - (القوة للرجلين) - (الرشاقة) - (المرونة)
 الهدف المهاري : جيباز (الدرجة الامامية)
 الهدف التربوي : المشاركة - الالتزام - الحماس - التركيز - ضبط النفس - الانتماء - المثابرة
 الهدف الصحي : التأكيد على قص الاظافر
 الهدف المعرفي : معلومات عن لعبة الجيماز وكونها من الالعاب الفردية

الأهداف التربوية	التوجهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - المشاركة في الأداء الجماعي . - تكوير من مفهوم إيجابي للفرد عن جسمه . 	<p>العمل في مستمر دون توقف السبده بالمعضلات الكبيرة ثم الصغيرة .</p>	إنتشار	تمرينات هوأنية لتهيئة جميع أجزاء الجسم وأجهزته للعمل المعقل .	٥ ق	الجمهده التمهيدى - الإحماء (حر)
<p>المسبل لتحسين الأداء والثقة بالنفس .</p> <ul style="list-style-type: none"> - الإلتزام - ضبط النفس - الحماس والمنافسة - التركيز - الإلتناء لجماعة - المثابرة وبذل الجهد . 	<p>مراجعة عدم لمس أى من الرجلين للأرض .</p> <p>لا يخرج أحد عن الدائرة ليسبق زميله .</p> <ul style="list-style-type: none"> - الأداء مستمر لمدة دقيقتين . - محاولة الوصول لمسك القدم . 	إنتشار دائرى	<p>[الرقود] رفع تبادل رفع الرجلين زاوية ٤٥ درجة .</p> <p>الجرى حول الملعب الجرى الجزاجى حول الاطواق .</p>	١٠ ق	الإعداد البدنى قوة للرجلين سرعة رشاقة
		إنتشار	[الجلوس الطويل] ميل الجذع للأمام للمس مشط القدم .		مرونة

الأهداف التربوية	التوجهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - الإحساس بالثقة من طريق الأداء المسلم للمهارة وإنجازها . 				(٣٠ق)	الجزء الرئيسي جهاز (الدحرجة) الاهامية
<ul style="list-style-type: none"> - تكوين صورة إيجابية للذات الجسمية (مفهوم الفرد عن ذاته) . - تنمية الثقة والشجاعة. 	<p>مراجعة المتحكم في أجزاء الجسم وتوجيهها أثناء الأداء .</p> <p>الجزء التطبيقي عمل مسابقة بين الأطفال لمعرفة أفضل نموذج لأداء الدحرجة الاهامية .</p>	قوس	<ul style="list-style-type: none"> - إبطاء تمرينات بنائية عامة للمهارة مثل : - الكرسي الهزاز - قفزة الأرنب . - تعليم وضع الذراعين والرجلين بمساعدة الزميل . - أداء المهارة من وضع الوقوف . 		
<ul style="list-style-type: none"> - إحترام القوانين . - الحماس . - الثقة بالنفس . - الإصرار على التغلب على المنافس . - العمل الجماعي . - المرح والسرور . 	<p>الجزء إبتدائي ثم عند مسك إحدى الأطفال يتم العودة إلى الدائرة ليغادى مرة أخرى على رقم آخر .</p>		<p>يقسم التلاميذ إلى أرقام متسلسلة مشتركة وعند سماع يجرى كل تلميذ يحمل الرقم الذي أشار إليه المدرس ويحاول الإمساك بزملائه مع عدم إعطاء الفرصة للزملاء للحاق به .</p>	(٥ق)	الجزء الختامي (لعبة الأرقام)

الوحدة الخامسة

الهدف البيدنى : تنمية مكونات اللياقة البدنية (قوة للذراعين) - (مرونة للجزع) - (رشاقة) - (سرعة)
 الهدف المهارى : كرة سلة (التمريرة المصدرية)
 الهدف التربوى : الالتزام بالقلوبين - أثبات الذات - مشاركة الزميل - المثابرة - الخبرات الإيجابية
 الهدف الصحى : التأكيد على تنشيط الشعر
 الهدف المعرفى : مساحة ملعب كرة السلة

الأهداف التربوية	التوجهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - الالتزام بالقلوبين - النظام أثناء الأداء - الإستمرار فى بطل الجهد . 	<ul style="list-style-type: none"> - العمل فى وقت واحد ومستمر لنهاية زمن الإحصاء. - اليد فى الوسط أثناء الوثب . - أثناء العمل على الأطواق اليدين ثابت الوسط. 		<ul style="list-style-type: none"> - الجرى والوثب فوق مقعد سويدى رجل وراء الأخرى. - الوثب الزجزجى حول الأقماح. - الحجل فوق عصائين - المروق أسفل حبل - عمل قفح ضم فوق الأطواق 	٥ ق	<ul style="list-style-type: none"> - الإحصاء - الإحماء (موانع)
<ul style="list-style-type: none"> - التحدى وأثبات الذات . 	<ul style="list-style-type: none"> - مراعاة عدم ثنى الركبتين. 		<ul style="list-style-type: none"> - الإزبطاح المائل - بالسند على مقعد سويدى [تبادل ثنى ومد الذراعين (المنغط) - [الوقوف كل (:) الظاهر مواجهت] تبادل لفت الجزع جهة اليمين ثم اليسار للسقف على يد الزميل. 	١٥ ق	<ul style="list-style-type: none"> - الإحصاء البيدنى - قوة ذراعين
<ul style="list-style-type: none"> - التعاون ومشاركة الزميل . 	<ul style="list-style-type: none"> - مراعاة وجود مسافة بين الزميلين . 				<ul style="list-style-type: none"> - مرونة للجزع

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - المستأجرة والشعور الإيجابي بالذات . - محاولة تحفة تحقيق النجاح . 	<ul style="list-style-type: none"> - مراعاة وضغ الوركوف الكامل أثناء الأداء أى بدون شئ الظهر . - مراعاة عدم شئ الجذع . - اليدين مفروقتان للأمام . 	انتشار	<p>[الوركوف] شئ الركبتين يتم الوصول لوضغ الإنبطاح ثم المودة للوضغ الإبتدائي ويكرر .</p> <p>الجزرى فى المكان يرفع الركبة عاليا لتواجه الصدر ومحاولة لمس الزراعان</p>		<ul style="list-style-type: none"> - رشاقة - سرعة
<ul style="list-style-type: none"> - الإلتباه والتركيز أثناء الأداء . - إحترام القوانين والتعاون . 	<ul style="list-style-type: none"> - مراعاة عمل نموذج جيد للمهارة . 	انتشار	<p>- التدرج التعلیمی :</p> <p>١ - تعليم طريقة مسك الكرة السليمة .</p> <p>- إنتشار الأصابع على الكرة .</p> <p>٢ - تعليم حركة الزراعين ثم الرجلين والربط بينهم .</p> <p>٣ - تمرير الكرة بين الزملاء فى دائرة .</p> <p>النشاط التطبيقي</p> <p>يقف التلاميذ فى دائرة ويستثنى اثنين منهم يقف أحدهما خارج الدائرة ودخلها يبدأ اللعب برمي الكرة إلى إحدى اللاعبين فى الدائرة ويمررها إلى أحد الزملاء ويحاول التلميذ الذى بداخل الدائرة يقطع الشريرة فإذا نجح يمررها لزميلة خارج الدائرة ويحاول التلاميذ .</p>	(٣٠ق)	<ul style="list-style-type: none"> الجزء الرئيسى كرة سلة (التمريرة الصدرية)
<ul style="list-style-type: none"> - أحترام القوانين والتعاون والإلتباه . - الشعور بالمسرح والرضا لممارسة نشاط ترويحى . 	<ul style="list-style-type: none"> - مراعاة التأكيد على وضع الزراعين والرجلين أثناء الأداء . 				

الأهداف التربوية	التوجهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<p>إكثار الذات والروح الرياضية العالية بالعمل الجماعي .</p> <p>- الحماس والانتباه لمجموعة .</p> <p>- محاولة الإلتصاف على الغير والفوز عليه وتحدي الذات والالتزام بالقوانين .</p>	<p>المستابعة المستمرة للكرة بالعين .</p> <p>- مراعاة الوصول لخط النهاية ولمسه ثم العودة للمس يد الزميل .</p> <p>- صدم إتجاه المرفق للخارج وصله موازى للجسم .</p> <p>- تشجيع القاطرة الفائزة .</p>		<p>الدائرة قطع التمريرات فإذا قطعت يدخل التلميذ الذي قطعها داخل الدائرة والآخر يأخذ مكانه .</p> <p>(مسباق الجرى)</p> <p>؛ قاطرات متساوية خلف خط البداية والجرى للمصف الأول للمس خط النهاية ثم العودة للمصف على يد من يليه ليبدأ الجرى ويقف هو خلف القاطرة وهكذا .</p> <p>- الفريق الفائز هو الذى ينتهى أولا .</p>	(٥ ق)	الجزء الخامس

الوحدة السادسة

الهدف البدني : تنمية مكونات اللياقة البدنية (قوة الرجلين) - (رشاقة) - (توازن) - (مرونة)
 الهدف المهاري : كرة سلة (التمريرة المرتدة)
 الهدف التربوي : تحمل المسؤولية - التركيز - تحدى - الحماس - الإبتباه - المرح - المهارات الإجتماعية
 الهدف الصحي : تنشيط الشعر و غسل الوجه و الأسنان
 الهدف المعرفي : معلومات حول لعبة كرة السلة

الأهداف التربوية	التوجهات	التشكلات	الشرح	الزمن (٣٠ق)	أجزاء الوحدة
<p>الاستمرار بالأداء الناجح والتركيز والإبتباه أثناء الأداء وقبله أثناء الإستماع للشرح . التفانفس بين القاطرات ليزيد الحماس لدى الأطفال .</p>	<p>- العمل مستمر لنهاية زمن الأحباء أى أن الأداء لعدة مرات وليس مرة واحدة . - مراعاة عدم لمس الأطواق . - ثنى وفرد الجذع أثناء لمس الأقماح .</p>		<p>عند سماع إشارة البدء يبدأ الأطفال فى الجرى الزجراجى طمو ؛ صبيان ثم المبروق أسفل ترابيزة ثم الوثب لتخطيه طوقين متلاصقين ثم لمس ؛ أقماح .</p>	٥ ق	<p>الجزء التمهيدي - الإحماء (مسابقة)</p>

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<p>تحدى الذات والمخاطبة.</p> <p>- التركيز والالتزام بالأداء الناجح وزيادة الانتباه .</p> <p>- تحمل المسؤولية والإصغاء على النفس والجرأة .</p>	<p>مراجعة ثقب الركبتين كاملاً ولمس الرأس للركبة .</p>	<p>إنتشار</p> <p>إنتشار</p>	<p>[السقوط] ثقب الركبتين مع رفع الجذع عاليًا واليدان خلف الرأس ثم العودة للوضع الابتدائي ويكرر .</p> <p>[وقوف] – اليدان ممسكتان بالكرة أمامًا [تراك الكرة والسقف باليدين مرة وممسك الكرة مرة أخرى قبل لمسها للأرض ويكرر .</p> <p>المشى على خط مرسوم على الأرض مع وضع كيس الجيوب على الرأس .</p> <p>[الوقوف] مسيل الجذع لأسفل لمحاولة لمس مشط القدم .</p> <p>التدرج التعليمي بالمهارة</p>	<p>١٥ ق</p>	<p>الإعداد البدني</p> <p>قوة الرجلين</p> <p>رشاقة</p>
<p>- تحمل المسؤولية والأصغاء على النفس والجرأة .</p> <p>- الإستمترار فى المحاولة للوصول لمشط القدم .</p>	<p>- تثبيت النظر على نقطة ثابتة أمامه .</p> <p>- صدم ثقب الركبتين أثناء الأداء .</p>		<p>توازن</p> <p>المرونة</p> <p>الجزء الرئيسى</p> <p>كرة سلة</p> <p>(الاستمتريرة)</p> <p>المرتدة</p>	<p>(٣٠ ق)</p>	

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<p>التركيز والانتباه أثناء الأداء .</p> <p>عدم الأثائية واحترام حقوق الغير ومشاركة الزملاء في الأداء</p>	<p>التأكيد على ربط حركة اللاعبين مع الرجلين .</p> <p>متابعة الكرة بالنظر دائما لسهولة استلامها .</p> <p>تشجيع الأداء المتميز</p>		<p>٣ - متابعة الحركة بوسع اليد</p> <p>٤ - الكرة بين الزملاء في دائرة</p> <p>الجزء التطبيقي</p> <p>يقف اللاعبون في دائرة ويوضع بجانب كل تلميذ طوق ويقوم التلميذ الأول برمي الطوق في منتصف المسافة بينه وبين الزميل ويقوم الآخر باستلامها ثم تمريرها بنفس الطريقة لزميل في الجانب الآخر وهكذا إلى أن تنتهي الدائرة .</p> <p>لعبة القط والفار</p> <p>يقسم الأطفال إلى فريقين فريق هو القط وفريق هو الفار وعندما تسمح الإشارة يقوم فريق القط بالجرى لمحاولة مسك فريق الفار وعند السماح صفارة أخرى يتم عمل التبدل ويتحول فريق الفار لقط وفريق القط لفار .</p>	(٥ ق)	الجزء الختامي
<p>تنمية روح الانتماء لفريق</p> <p>المرح والسرور والسادة .</p> <p>تنمية المهارات الإجتماعية .</p>	<p>عند التغيير بعد سماع الإشارة يتحول الفريق الذي كان مسك (لقط) الفريق الهارب (الفار) ويبدأ في محاولة الهروب من (القط)</p>	<p>٣ إنطلاق</p>			

الوحدة السابعة

الهدف البدني : تنمية مكونات اللياقة البدنية (قوة ذراعين) - (مرونة الظهر) - (رشاقة) و (توازن)
 الهدف المهاري : جواز (الميزان العالي)
 الهدف التربوي : زيادة الإلتباه والتركيز وأحترام الآخرين والإلتزام لمجموعة والمشاركة والثقة بالنفس وضبط النفس
 الهدف الصحي : أهمية نظافة الأظافر
 الهدف المعرفي : معلومات بسيطة عن رياضة الجمباز وأنواعه

الأهداف التربوية	التوجهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
الإصغاء على النفس وزيادة التركيز والإلتباه	الأداء مستمر مراعاة أداء الوثب فوق الأطواق وليس القفز .		وقوف ٤ قاطرات أمام كل قاطرة ١ - ٢ طوق - ٤ اقصاح مقعد سويدي عند سماح إشارة البدء عمل وثب طويل فوق الأطواق والجري الزجراجي حول الاقماح ثم المشي على أطراف الأصابع على المقعد السويدي ثم الحجل للمودة لمكان البداية لتكرار العمل مرة أخرى .	٥ ق	الجزء التمهيدى - الإحصاء (مسابقات)
الإلتزام لمجموعة المناقسة .	النراصان للجانب أثناء المشي على المقعد السويدي لزيادة التوازن .		[الإنبطاح المسائل - مع سند الركبتين على الأرض] تبادل ثني وفرد الركبتين .	١٥ ق	الإعداد البدني قوة ذراعين
المستأجرة والشجاعة وتحسين صورة الفرد عن ذاته .	مراعاة النظر للأمام حتى لايزداد ثقل الجسم .	إنتشار			

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
التعود على العمل الجماعي مع زميل .	مراجعة أداء الحركة لنهايتها لعمل تقوس في الظهر وزيادة مرونة العمود الفقري .		[كل (:) ظهر مواجه [تشبيك الذراعين مع تبادل حمل الزميل على الظهر .		مرونة الظهر
السقطة بالنفس و التمعور بأجزاء الجسم .	محاولة الوثب عاليًا		الوقوف على إحدى القدمين ورفع الأخرى جانبًا و الثبات و الذراعين في الوسط . [الوقوف [الوثب في المكان لعمل نصف دائرة جهة اليمين ثم العودة للوضع الابتدائي . التدرج التعليمي . ١ - إعطاء فكرة عن المهارة ٢ - إعطاء تمرينات بنائية عامة للمهارة - مرجحة الرجلين أمامًا وخلفًا [الوقوف [الوثب عاليًا مع دفع الرجلين خلفًا وتقوس الظهر (الموزة) . ٣ - دوران الذراعين أمام الصدر نصف دائرة وثني الجذع أمامًا مع رفع الذقن لأعلى . ٤ - سند اليدين على الحائط مع محاولة رفع الرجل ٩٠ درجة .	(٣٠ق)	توازن الرشاقة الجزء الرئيسي جهاز (ميزان عالي)

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none">- تنمية روح الجماعة- العلاقات الاجتماعية .- التعاون مع زميل .	<ul style="list-style-type: none">- مراعاة عدم ترك العضلات مرتخية والعمل على إقباضها لزيادة الثبات .		<p>الجزء التطبيقي</p> <p>١ - الوقوف كل (٣) مع تشبيك الأيدي وأداء المهارة في شكل جماعي .</p> <p>٢ - أداء المهارة ضمن طريق أداء كل اثنين معا أحدهما يودى والآخر يقوم بالسند ويتم التبديل .</p> <p>يرسم خط بداية وخط نهاية يبعد عنه ١٠ م . تقوم كل تلميذة بليس كيس من الرجليين مع محاولة التقدم للأمام للوصول لخط النهاية.</p>	(٥ق)	الجزء الختامي (سباق الأكياس)

الوحدة الثامنة

الهدف البدني : تنمية مكونات اللياقة البدنية (قوة للرجلين) - (مرونة) - (سرعة) - (رشاقة)
 الهدف المهاري : ألعاب قوى (وثب طويل)
 الهدف التربوي : روح الجماعة - إحساس الطفل بقيمته - الشعور بالحرية والإنطلاق - الثقة بالنفس - الاعتماد على الذات
 الهدف الصحي : التأكيد على نظافة الملابس والملعب
 الهدف المعرفي : أنواع مسابقات (ألعاب القوى)

أجزاء الوحدة	الزمن	الشرح	التشكلات	التوجيهات	الأهداف التربوية
الجزء التهيدي - الإحماء (حر)	٥ ق	تمارين هوائية عامة لتهيئة الجسم لاستيعاب الحمل المقل (مرجات - دورانات) للأذرع (وثبات - ودورات) - وممرجات) للأرجل . (لفت - ثني - مد) للذراع لفتات ودورات) للرقبة ومفاصل راسغ اليد والقدم .	إبتشار	- البدء بالعضلات الكبيرة ثم الصغيرة . - الأداء مسع إستعمال الموسيقى . - الأداء دون توقف .	- الروح الجماعية - إحساس الطفل بقيمته . - الشعور بالحرية والإنطلاق .
الإعداد البدني قوة للرجلين	١٥ ق	[الوقوف] الطعن الأمامي بالرجل اليمنى مع الإهتزاز (١ : ٤) ثم التبديل للأطمن بالرجل الأخر (٥ - ٨) ويكرر . [الوقوف فتحا] كل (:) الظهر مواجهه [تبادل تسلم وأستلام الطوق من الجانبين	كل (:) معا إبتشار	- الرجل الخلفية مفرودة	- تنمية الثقة بالنفس - الإعتداد على الذات
مرونة					- المشاركة في العمل مع زميل .

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - الإلتباه والتركيز والدقة . - تحقيق الذات - المثابرة على بذل الجهد . 	<ul style="list-style-type: none"> - التركيز على عدم رفع الطوق عاليًا . 		<p>الوقوف في اليد اليمنى واليسرى في الوسط تبادل دخول الرجلين من الجانب في الطوق ثم خروجها .</p> <p>الجرى في المكان بأسرع مايمكن</p> <p>التدريج التعليمي</p> <ul style="list-style-type: none"> - الوقوف قدم أماما و قدم خلفا . - وضع الكرة على راحة اليد اليسرى . - ثني الرجل الخلفية ومن الأمامية - مرجحة الذراع اليمنى للخلف ثم للأمام لملامسة الكرة بالقبضة ناحية رسيغ اليد ونقل ثقل الجسم أماما على القدم الأمامية مع المتابعة بالنظر و رسيغ اليد . - عمل نموذج كامل للمهارة . <p>الجزء التطبيقي</p> <p>يقف الأطفال على جانبي الشبكة كل قاطرتين متواجهتين ثم يتم الأداء بحيث يرسل الطفل الأول من القاطرة الكرة للطفل الأول من القاطرة المواجهة وهكذا .</p>	(٣٠ق)	<p>السرعة</p> <p>الجزء الرئيسي</p> <p>كرة طائرة</p> <p>(الإرسال من أسفل)</p>
<ul style="list-style-type: none"> - الإلتباه والتركيز والإلتباه والإصماد على النفس . 	<ul style="list-style-type: none"> - مراعاة الإرسال يتم برسيغ اليد وليس بالأصابع . 				
<ul style="list-style-type: none"> - التعاون والمشاركة والإلتفاء لمجموعة ومحاولة أتياب الذات. 	<ul style="list-style-type: none"> - الطفل الذي يرسل الكرة يقوم بالوقوف في نهاية القاطرة بعد تمام الإرسال. 				

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none">- سرعة الإستجابة- المرح والسرور- إكتساب السروحالعالية والنظام وضبط النفس .		عند مناداة على رقم (٣) مثلا	يجري الأطفال إنتشار وعند سماع رقم معين مثل (٣) يقوم الأطفال بتكوين دائرة مكونة من (٣) أطفال ومن لم يكون وحيدا ولم يكون (٣) مع الأطفال يخرج خارج اللعب لمر واحد ثم يعود في الدور التالي وهكذا .	(٥ ق)	الجزء الخامس (العبء الأرقام)

الوحدة التاسعة

الهدف الابدنى : تنمية مكونات اللياقة البدنية (قوة للرجلين) - (مرونة) - (رشاقة) - (توازن)
 الهدف المهارى : جيمز (القبية)
 الهدف التربوى : الشجاعة - النظام - التعاون - قوة الملاحظة - الجراءة - التركيز
 الهدف الصحى : نظافة الملعب - الملابس
 الهدف المعرفى : معلومات عامة عن لعبة الجيمز

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	التشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
المشاركة في تجهيز الأدوات لتنمية التعاون وتعليم النظام والانضام.	الأداء مستمر العمل في شكل دائرى	انتشار	<ul style="list-style-type: none"> - الجرى ثم الحجل داخل الأطواق بإحدى القدمين . - تعدية المقعد السويدي . - الجرى الرجراجى حول الأطواق - المرونة أسفل جبل . 	٥ ق	الجزء التمهيدي - الإحماء (موانع)
الجرأة والشجاعة والحساس والإقدام . المشاركة	رفع الرجلين معا سريعاً . عدم تقي الركبتين		<p>[الوقوف] الوثب بالقدمين معا بالتعديية على المقاعد السويديية .</p> <p>[جلوس طويل - قفعا كل (:)] المسك المشترك للطوق [. جذب الزميل للوصول لوضع الرقود والتعبيل ويكرر .</p>	١٥ ق	الإعداد البدنى قوة رجلين مرونة
الإصرار على الأداء الناجح .					

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<p>الثقة بالنفس</p> <p>الإحساس الإيجابي بقدرات الطفل الدينية .</p>	<p>الهبوط بعد الدوران في نفس نقطة الوثب .</p> <p>رفع الرجل يصل إلى زاوية ٩٠ درجة ، مراعاة النظر للأمام .</p>	<p>كل (:) معا</p>	<p>[الوقوف . ثبات الوسط] الوثب عاليا والدوران لفة كاملة جهة اليمين للوصول للوضع الابتدائي ثم لفة كاملة جهة اليسار للوصول للوضع الابتدائي ويكرر .</p> <p>عمل ميزان عالي و الثبات</p>	<p>توازن</p>	<p>رشاقة</p>
	<p>- مراعاة الملاحظ الجيدة للأطفال أثناء الأداء ومساعدة بعضهم ببعض وتوضيح ضرورة عدم الضغط على ظهر الزميل</p>	<p>الجزء التطبيقي</p> <p>١ - كل (:) معا</p> <p>أ - [وقوف فتحا]</p> <p>ب - [الإبتطاح]</p> <p>الطفل (أ) يمسك ذراع زميله(ب) ويحاول رفعه لاعلى .</p> <p>المساعدة ثم بدون .</p>	<p>التدريج التعليمي</p> <p>عمل الإبتطاح المعدل بسند الركبتين على الأرض .</p> <p>- الوثب مع تقوس الظهر (الموزة)</p> <p>[الإبتطاح] مسك صعي عمودية ومحاولة رفع الجذع لاعلى ثم النزول زيادة تقوس الظهر .</p>	<p>(٣٠ق)</p>	<p>الجزء الرئيسي</p> <p>جمازر</p> <p>(الثقة)</p>

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none">- صمورة ايجابية للفرد عن ذاته .- التشجيع للأداء الناجح .	لتجنب حدوث إصابات .		<p>٢ - عمل (القبعة) بالسند على الحائط للوصول للأرض مع المساعدة ثم بدون .</p> <p>٣ - عمل (القبعة) من وضع الرقود بمساعدة .</p> <p>٤ - محاولة أداء مهارة القبعة بدون مساعدة .</p>		
<ul style="list-style-type: none">- الأداء مع زميل للتمسية المهمارات الاجتماعيةزيادة التركيز والانتباه وقوة الملاحظة والمرح والسرور .	الأداء عكس ما يشار إليه	انتشار	الجرى عكس الإشارة إذا تم الإشارة يمين يجرى الأطفال يسار إذا تمت الإشارة عالياً يجلس الأطفال أسفل وهكذا .	(٥ ق)	الجزء الغتامي

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
المشاركة الإجتماعية والراحة الإيجابية .	محاولة الوصول للحالة التي بدأ بها الأطفال الأداء والاستغناء .	إبتشار	<p>الشرح</p> <p>- التدرج التعليمي</p> <p>١ - تعليم طريقة مسك العصي .</p> <p>٢ - تعليم مهارة التسليم والتسلم من الثبات ثم من المشي ثم من الجرى .</p> <p>٣ - تقسيم التلاميذ إلى فرق ووقوف محل فريق في الحارة الخاصة به .</p> <p>الجزء التطبيقي</p> <p>١ - أداء سباق التسليم داخل الحارات ومعرفة الفريق الفائز وتشجيعه .</p> <p>تمرينات هوائية لأجزاء الجسمك التي لم تشترك في الأداء وتمرينات لتنظيم التنفس والاسترخاء .</p>	(٣٠) ق	الجزء الرئيسي العب قوى (التتابع)
				(٥ ق)	الجزء الختامي

الوحدة الحادية عشرة

الهدف البدني : تنمية المكونات البدنية (القوة) – (المرونة) – (التوازن) – (السرعة)
 الهدف المهاري : كرة يد (التمريرة الكراباجية)
 الهدف التربوي : النظام – التنافس – الثقة بالنفس – الإلتزام – التعاون – الشجاعة
 الهدف الصحي : التأكيد على أهمية غسل اليدين والوجه بعد الأداء
 الهدف المعرفي : معلومات عن مستوى كرة اليد المصرية ووصولها للعالمية

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<ul style="list-style-type: none"> - التنافس – النظام – المشراكة في تجهيز الأدوات تميز الدور الإيجابي الذي يقوم به الأطفال بتشجيع أفضل أداء - تنمية روح الإلتزام الجماعية . 	<ul style="list-style-type: none"> - الأداء في وقت واحد - الأداء مستمر - أثناء الوثب فوق المعصى تكون الرجلين مفروقتين أحدهما أماما والأخرى خلفا. 		<ul style="list-style-type: none"> ٤ قاطرات أمام كل قاطرة ١ - عصاتين ٢ - ترابيزة ٣ - مقعد سويدي ٤ - طوقين <p>صند سماع إشعارة السبده تبدأ القاطرات في التحرك للوثب الطويل فوق المعصى والمروق أسفل الترابيزة ثم المشى على المقعد السويدي ثم عمل فتح ضم خارد ودخل الاطراق .</p>	١٥ ق	<ul style="list-style-type: none"> الجزء التمهيدي - الإحماء (مسابقة)
<p>محاولة التغلب مع المنافس لزيادة الثقة بالنفس .</p>	<p>مراجعة الوعى بالجهد المبذول وإتجاهه عن طريق التمييز الحركي .</p>		<p>الوقوف كل (:) الظاهر مواجه مع تشبيك الأيدي [محاولة دفع الرمييل من الخلف مع عمل مقارنة.</p>		<ul style="list-style-type: none"> الإعداد البدني قوة ذراعين

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<p>القدرة على الإصغاء على الذات وتحقيق إنجاز .</p> <p>المشاركة في الأداء مع زميل وتحسين النواحي الإجتماعية .</p> <p>التنافس والتسجاعة وثبات الذات .</p>	<p>مراجعة التحكم في جميع عضلات الجسم لزيادة الثبات والنظر على نقطة ثابتة .</p> <p>- مراجعة وجود مسافة صغيرة بين الزميلين .</p> <p>- إخراج الفائز وتجميعه .</p>		<p>[الوقوف . المد عرضا على مقعد سويدي]</p> <p>محاولة رفع إحدى القدمين جانباً مع ثني الركبة ثم العودة للوضع الابتدائي ويكرر .</p> <p>[الوقوف كل (:) ظهر مواجها، مع مع إحداهما كرة] تبادل تبادل الكرة من الجانبين .</p> <p>عمل مسابقة جرى بإصطفاف الأطفال صف واحد بطول الملعب والجرى للمس نهاية الملعب .</p> <p>التدريج التعليمي</p> <p>١ - تعليم طريقة مسك الكرة</p> <p>٢ - تعليم حركات الذراعين ثم الرجلين ثم الربط بينهم</p> <p>٣ - أداء التمريرة الكرواجية على حائط .</p> <p>٤ - أداء التمريرة مع زميل مواجها .</p> <p>٥ - وقف التلاميذ صفين وأداء التمريرة الكرواجية فسي شكل زجراجي .</p>		<p>مرونة الجذع</p> <p>سرعة</p> <p>الجزء الرئيسي</p> <p>كرة يد</p> <p>(التمريرة الكرواجية)</p>
<p>مراجعة حقوق الغير والأحترام والإستماع لمجموعة .</p> <p>الثقة بالنفس</p>					

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
الجماعي والتعاون . الأداء	متابعة الكرة دائماً بالنظر حتى لا تنمط . تشجيع الفريق الفائز .		الجزء التطبيقي ١ - يقسم التلاميذ إلى ٤ فئات كل فاطرة تمثل فرقه . ٢ - يقوم اللاعب الأول من كل فريق بتمرير الكرة على هدف مرسوم على حائط بيد واحدة ثم الجرى خلف الفاطرة وفي نفس الوقت يقوم اللاعب الثاني باستلام الكرة والتمرير على الهدف وهكذا . ٣ - الفريق الفائز هو الذي يقوم بتمرير واستلام الكرة في المكان المناسب دون أن تنمط منه . لعبة الكراسي الموسيقية باستخدام الأطواق .	٥ ق	الجزء الختامي
المشاركة الوجدانية والسماعة .	مراعاة عدم تحريك مكان الطوق ، يخرج من لم يستطيع الدخول في الطوق .				

الوحدة الثانية عشرة

الهدف البدني : تنمية مكونات اللياقة البدنية (القوة) - (الرشاقة) - (المرونة) - (التوازن)
 الهدف المهاري : ألعاب قوى (حواجز)
 الهدف التربوي : التعاون - تحمل المسؤولية - الاعتماد على النفس - التركيز - الثقة بالنفس - الإحساس بالنجاح - الشجاعة
 الهدف الصحي : التأكيد على نظافة (الملعب - الملابس - الوجه واليدين - رقص الأظافر - غسل الأسنان)
 الهدف المعرفي : معلومات عن ميادين ألعاب القوى وتاريخها .

الأهداف التربوية	التوجيهات	التشكيلات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
المشاركة للأطفال في تجهيز الأدوات مما يساعد في الإصغاء على النفس وتحقيق الذات وتحمل المسؤولية.	<ul style="list-style-type: none"> - الأداء مستمر - العمل مستمر - مراعاة عمل نموذج واضع للأداء . 		الجرى الزجراجي حول الأقماع ثم الوثب بالقدمين معا فوق المقعد السويدي ثم لمس الأقماع ثم المروق أسفل ترابيزة .	٥ ق	الجزء الشمهيدى الإحصاء
المتعاونون وتحمل المسؤولية وتحقق الذات .	مراعاة النظر للأمام والمساك يكون من الركبتين .		١ - [الوقوف فتحا [كل (:)] ٢ - الإنبطاح المائل يقوم التلميذ الأول بمساك رجل الثاني كعمل (عربة القول) والتقدم للأمام . [الوقوف . كل (:) مواجه] الجرى مع محاولة مسك إطار الزمبيل قبل وقوعه أى تبديل الأماكن والإطارات ثابتة .	٥ اق	الإحصاء البدني قوة
الإصغاء على النفس وتركيز الانتباه والثقة بالنفس .	تغيير الأماكن يتم في وقت واحد .				الرشاقة

الأهداف التربوية	التوجيهات	المتطلبات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<p>محاولة تحقيق الذات والشعور بالنجاح .</p> <p>الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية .</p>	<p>مراجعة اليدين يكونوا لأسفل البطن والقفوس يكون لأقصى مدى والنظر عاليًا مع دفع الرأس للخلف .</p> <p>مراجعة عدم تحريك الذراعين والنظر على نقطة ثابتة لزيادة الاتزان .</p>		<p>[الإنبطاح] رفع الجذع بالسند على اليدين العمل قفوس بالظهر والعمود للوضع الإبتدائي ويكرر .</p> <p>المشى على المشط على خط مرسوم على الأرض مع رفع الطوق عاليًا .</p> <p>- التدرج التعليمي :</p> <p>١ - إعطاء فكرة عن المهارة .</p> <p>٢ - إعطاء تمرينات مساعدة لتعليم المهارة مثل :</p> <p>مرجحة الرجل الحرقفت من الوقوف مع شي الجذع ويكرر من المشى والجرى .</p> <p>٣ - الجرى على مقاعد مسافة بينهما ٣ خطوات ومحاولة تخطيها .</p> <p>٤ - الجرى ومحاولة تخطي الحاجز بالرجل الحرة ثم تثبيتها على الحاجز التركيز على العمل الصحيح للرجل الحرة .</p> <p>- تعليم الخطوات الفنية للمهارة</p> <p>١ - تعليم حركة الرجل الحرة</p> <p>٢ - تعليم حركة رجل الإرتقاء</p>	(٣٠ق)	<p>مرونة</p> <p>توازن</p> <p>الجزء الرئيسي</p> <p>المساب قسوى</p> <p>(حواجز)</p>

الشجاعة والجرأة والثقة بالنفس والقدرة على التغلب على عائق معين لتحقيق الذات .

الأهداف التربوية	التوجيهات	الشكليات	الشرح	الزمن	أجزاء الوحدة
<p>تأكيد الذات والشعور بالنجاح وبذل الجهد والإحساس بالإنفعالات الإيجابية المسرة نتيجة مشاركة الزملاء في اللعب . إحترام الذات والراحة السلبية .</p>	<p>تشجيع الفريق الفائز الأداء فوق المقعد بالطريقة السليمة وكأنه حاجز . مراعات تنظيم النفس للعودة للوضع الذي بدأنا به الأداء (استعادة الشفاء)</p>	<p>إنتشار</p>	<p>٣ - وضع الجزء العلوي من الجسم مع حركة الذراع . ٤ - الجري بين الحواجز (المقعد) الجزء التطبيقي يوضع صفات من المقاعد خلفها قاطرتان بيدان في الأداء لمعرفة من الأسرع الذي يقوم بالأداء السليم في أسرع وقت ممكن . تمرينات إسترخاء وتنفس أو التمديد على الأرض .</p>	<p>٥ ق</p>	<p>الجزء الختامي</p>

مرفق (١١)

أمثلة لمبادرات وتجارب عربية وعالمية للتصدي لظاهرة أطفال الشوارع :

تمشياً مع توجهات الأمم المتحدة فيما يخص معالجة ظاهرة أطفال الشوارع، طبقت العديد من النماذج التي يمكن الاستهداء بها في البحث للحد من انتشار الظاهرة، وبالرغم من اختلاف المداخل الخاصة بالتجارب المتعددة إلا أنها أسفرت عن نتائج إيجابية يمكن الاستفادة منها وهي كالآتي:

١- ترجمة جمعية (مكان للقاء) بمدينة ريو دو جينيرو البرازيلية والتي تبنت برنامجاً خاصاً لمواجهة الظاهرة، ويقوم البرنامج على أساس فكرة محورية وهي أن مشاركة أطفال الشوارع في عمل منتج من شأنه أن يمنحهم تقديراً لذاتهم مما يشكل حافزاً هاماً لنمو شخصياتهم، ويتمثل المشروع في إنشاء ورش لصناعة الأثاث والسجاد والأغطية وأشياء أخرى عديدة، وتفتح هذه الورش أمام الأطفال بالشارع والراغبين في أن يتم إعدادهم للعمل مقابل أجر يتيح لهم تنظيم حياتهم بشكل جديد، وتوفر هذه الورش للطفل وجبات غذائية ورعاية صحية واجتماعية ونفسية يقوم بها متخصصون، وتستوعب هذه الورش ما يقرب من ٣٥٠ طفل، وتمول أنشطة الورش من مبيعات منتجات الأطفال بالإضافة إلى المساعدات التي تتلقاها من جهات أخرى.

٢- تجربة الكنيسة الكبرى في البرازيل حيث تبنت برنامجاً يهدف إلى مساعدة أطفال الشارع في الاندماج داخل المجتمع عن طريق تدريب مجموعة من المتطوعين الشباب مما يسكنوا نفس الأحياء التي يتواجد فيها أطفال الشوارع، ويتعامل هؤلاء المتطوعون مع مجموعات من أطفال الشوارع تتشابه ظروف حياتهم ومحاولة إيجاد حلول للمشاكل التي يعانون منها وقد تعامل البرنامج مع ٨٠٠ طفل شارع بواسطة ٥٠ متطوع، ويتم الاتصال المبدئي بالأطفال من خلال مطعم يديره البرنامج ويقدم وجبات غذائية بأسعار رمزية، كما يوفر بعض الأنشطة الترفيهية التي يفتقدها الأطفال في الشارع، ويمول هذا البرنامج من مبيعات الأشياء المستعملة التي

تجمعها البلدية وتعيد بيعها للمحتاجين، بالإضافة إلى التبرعات التي تقدمها بعض الجهات.

٣- "تجربة المجلس الوطني لإسعاد الأطفال" بالهند، حيث تبني برنامجاً لصالح أطفال الشوارع بمدينة "بنجالور" تتراوح أعمار الأطفال المستهدفين من سن ٥ : ١٤ عاماً وهم في غالبيتهم من الأميين الذين لا مأوى لهم ويعيشون بصفة مستمرة في الشارع، وقد فروا من منازلهم ولم يحاولوا العودة إليها، ويمارس الأطفال أعمالاً عديدة مثل جمع الفضلات من صناديق القمامة لبيعها بأثمان زهيدة لإشباع احتياجاتهم، ويستهدف البرنامج إعداد الأطفال لممارسة أعمال بديلة تدر عليهم دخلاً وتخرجهم من الأوضاع المزرية التي يعيشون فيها، ويقدم المجلس الوطني للأطفال وجبات غذائية وأنشطة ترفيهية ورعاية صحية، هذا بالإضافة إلى الاتصال بأسرهم للتعرف على أسباب هروب الطفل منها وإرجاعه وقد طبقت التجربة على عدد ١٢٠ طفل شارع (٣٥ : ٥٤ - ٥٥).

٤- تجربة "مدرسة أطفال الشوارع" بالفلبين التي قامت بها وزارة الأمن الاجتماعي والتنمية بالتعاون مع منظمة اليونيسيف وجمعيات غير حكومية، هدف المشروع إلى تكوين مدارس في مخيمات متنقلة بالشارع يتردد عليها أطفال الشوارع من الفئة العمرية ٧ : ١٥ عام، ويتم تقديم الخدمات التعليمية والتربوية والصحية وأيضاً وجبات غذائية ورعاية صحية، وقد لاقى هذا المشروع نجاحاً كبيراً في الفلبين من قبل المصادر الرسمية وتم اعتباره مبادرة جيدة لإعادة إدماج الأطفال مع أسرهم ومع المجتمع (٨٦ : ٢٢٤ - ٢٢٦).

٥- تقرير تجربة منظمة الصحة العالمية للمرحلة الأولى من برنامج استخدام أطفال الشوارع للمواد المخدرة حيث طبق هذا البرنامج في القاهرة والإسكندرية وبومباي ومانيل وريو دي جينيرو، وقد تناول هذا المشروع أطفال الشوارع المتعاطين للعقاقير والمواد المخدرة، وقد تم دراسة فئات متعددة من هؤلاء الأطفال مثل أطفال العشوائيات، العمالة، أطفال الملاجئ سواء ممن أجبروا على ترك ذويهم أو تركوا منازلهم بمحض إرادتهم، ورغم تباين هذه البيئات من حيث عدد السكان والثقافة والتقاليد .. الخ فقد أسفر هذا المشروع عن عدة مؤشرات هامة:

- أن هؤلاء الأطفال تعرضوا لمختلف أنواع الانتهاك الجسدي والجنسي في فترة الثلاث أشهر الأولى من تركهم لذويهم سواء ممن يكبرونهم أو ممن يرأسوهم في العمل.
- نسبة عالية من الأطفال تركوا ذويهم بسبب غياب الأب أو اضطرارهم للخروج إلى سوق العمل أو بسبب الفقر الشديد أو كثرة الترحال وعدم وجود ماوى لهم .
- معاناة البعض من الأطفال الاضطرابات النفسية والعقلية مع انتشار محاولات الانتحار وتعرضهم للاكتئاب (٩٥ : ٢٣).

٦- تجربة "جمعية بيتي" بالمغرب حيث تبني المشروع برنامجاً خاصاً للتصدي لمشكلة أطفال الشوارع بمدينة الدار البيضاء والتي تعتبر العاصمة الاقتصادية للمغرب ، حيث قامت إحدى الطبيبات المتطوعات عام ١٩٩٥ باختيار مجموعة من الشباب وتدريبهم على كيفية التعامل مع طفل الشارع من خلال النزول إلى أماكن تجمعهم ومحاولة جذبهم للمشاركة في بعض الأنشطة المختلفة لتوطيد العلاقة بين المعلمين والأطفال بالإضافة إلى تقديم خدمات الإسعافية لهم وأيضاً توفير الغذاء والملبس وقد تم دراسة ما يقرب من ٧٠٠ حالة تم إدماج ١٥٠ مع أسرهم وتوظيف آخرون في مهن متعددة ، وقد لاقى هذا النموذج نجاحاً كبيراً من قبل المسؤولين والجهات الممولة (٦٣ : ١٧) .

٧- مشروع "منظمة صباح للعناية بالطفولة والتنمية" بالسودان ، وهو من التجارب الرائدة في السودان وقد بدأ نشاط المشروع في أوائل الثمانينات بهدف التصدي للظاهرة عن طريق تأهيل الأطفال المشردين من خلال مركز للاستقبال ومركز للإقامة المؤقتة وقد ركزت الجمعية على الطرق العلاقية والتأهيلية لأطفال الشوارع من خلال محاولة إرجاع الطفل إلى أسرته وتقديم أوجه الرعاية المختلفة لهم من مأكّل وملبس وترفيه وتعليم وقد واجه المشروع بعض المعوقات تمثلت في :

- تعامل الشرطة مع الأطفال والقبض عليهم أثناء ترددهم على المركز.
- وجود أخطاء في طريقة جمع الأطفال .
- عدم استقرار الأطفال وتحركهم المستمر من منطقة إلى أخرى.
- عدم التنسيق بين المؤسسات والمنظمات العاملة في نفس المجال.

ملخص البحث

- الملخص باللغة العربية
- الملخص باللغة الإنجليزية



كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة
قسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية

تأثير برنامج رياضى تربوى موجه على مستوى اللياقة
البدنية وبعض المتغيرات النفس إجتماعية
لدى أطفال المؤسسات الإيوائية

بحث مقدم من

مروة يوسف يوسف محمد الدهشورى

مدرس مساعد بقسم طرق التدريس والتدريب والتربية العملية

ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتور الفلسفة
فى التربية الرياضية

إشراف

أ.د. عصام عبدالوهاب الهللى

أستاذ الإجتماع الرياضى بقسم علم النفس الرياضى
كلية التربية الرياضية بالهرم - جامعة حلوان
مستشار وزير الشباب

أ.د. زينب على عمر

أستاذ متفرغ بقسم طرق التدريس والتدريب والتربية
العملية بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة
جامعة حلوان ورئيس القسم (سابقاً)

القاهرة

١٤٢٥ هـ - ٢٠٠٤ م

أولا : المقدمة

بدأ الاهتمام المجتمع الدولي والمحلى بقضايا الطفولة بشكل مكثف فى منتصف القرن العشرين ، بعد أن تعددت المشاكل والمخاطر التى يتعرض لها أطفال العالم ، وبعد أن ظل الطفل يعانى قرون طويلة من العديد من أساليب الاستغلال والعنف والجوع والفقر والمرض نظرا لضعف قدرته فى الدفاع عن نفسه أو المطالبة بحقوقه .

وقد أدى تراكم كل هذه الأوضاع والظروف الصعبة التى يتعرض لها هؤلاء الأطفال إلى إجبار المجتمعات الدولية والمحلية لضرورة التصدى لهذه المخاطر ومحاولة التوصل إلى العوامل المسببة لها والحد من استمرارية استغلالهم تعرفهم للاخطار .

ولعل مشكلة (أطفال الشوارع) الذين لا يرتبطون بأسرهم ويهيمن على وجوههم بلا هدف أو غاية ويتخذون من الشارع والميادين مأوى لهم ، هى إحدى أهم المشكلات القانونية والاجتماعية التى تواجه مجتمعنا .

وفيما يتعلق بهذه الظاهرة فى مصر فإنه على الرغم من الضوابط القانونية والاجتماعية التى كفلها القانون المصرى للحماية ضد أخطار التعرض لعناصر الانحراف والاستغلال وسوء المعاملة ، وعلى الرغم مما تمثله رعاية الطفولة من أهمية خاصة فى الفكر المعاصر داخل المجتمع المصرى إلا أن الواقع وقف متحديا لهذه الضوابط ، وأنعكس بالسلب من خلال نمو وتطور الظاهرة فى مصر كنتاج لعوامل وضغوط اجتماعية متعددة أهمها انخفاض المستوى الاقتصادى والاجتماعى .

وحيثما أنشئت المؤسسات الأيوائية سواء الحكومية أو الأهلية التى ترعى أطفال الشوارع حيث أنها تحل محل الأسر للطفل وتقدم الملابس والمأكل والمأوى والحرفة عن طريق برامج لمحاولة أشباع حاجات الطفل المتنوعة .

وطفل الشارع دائم الحركة نتيجة تحركه هربا من رجال الشرطة أو لاجئاد مكان للنوم أو مصدر للرزق يتمتع بلياقة بدنية عالية يجب

توظيفها فى الاتجاه السليم فقد يصبح هذا الطفل أحدى الابطال الرياضية يوما ما .

وتحاول المؤسسات الإيوائية جعل الطفل ينسى حياة الشارع ويتكيف مع المؤسسة الإيوائية عن طريق محاولة تحسين برامجها وتعديل أهدافها باستمرار ، لأن طفل الشارع من الصعب أن يتكيف سريعا مع حياة المؤسسة الإيوائية .

ولكى يتحول الطفل من حياة الشارع إلى حياة المؤسسة الإيوائية لأبد أن يتكيف معها عن طريق إقباله على برامجها حيث أن الحياة فى المؤسسة الإيوائية ليست إجبارية وإنما هى اختيارية .

فقد بدأ المجتمع المصرى فى النظر لهذه المشكلة بجدية وبدأت الدراسات الاجتماعية والنفسية تتناول هذه الظاهرة بشى من الاهتمام لمعالجة مشاكل معه تمثل مستقبل المجتمع المصرى فهم يمثلون فتيلة موقوته قد يسمع دويها فى المستقبل مما يقاس بالسلب على المجتمع المصرى .

ثانيا : مشكلة البحث وأهميته :

من خلال إطلاع الباحثة على الدراسات السابقة المختلفة لاحظت أن هناك العديد من الدراسات التى تناولت مشكلات الطفل اليتيم السوى والمعاق حركيا أو ذهنيا أو سمعيا أو بصريا وقدمت الحلول والبرامج لها .

كما وجدت الباحثة مجموعة لأبأس بها من الاحداث المنحرفين الذين ارتكبوا جرام يعاقب عليه القانون بينما لم تحصل الباحثة على دراسات فى مجال التربية الرياضية حول طفل الشارع المعرض للانحراف .

وبإطلاع الباحثة على برامج بعض المؤسسات الإيوائية لأطفال الشوارع وجدت أن هذه البرامج تقتصر فيها النشاط الرياضى على ترك الأطفال يتلاكموا أو يتصارعوا أو اعطائهم كرة وتقسيمهم لفريقين ليلعبوا بشكل عشوائى .

فلا يوجد برنامج رياضى مقنن يتفق مع احتياجات "طفل الشارع" بالمؤسسة الإيوائية كما لا يوجد مدرسون للتربية الرياضية يشرف عليهم ويوجههم من وزارة التربية والتعليم .

من هنا تبلور لدى الباحثة مشكلة الدراسة التى تمثلت فى غياب عنصر هام إلا وهو البرنامج الرياضى المتخصص داخل المؤسسة الإيوائية مما يساعد الأطفال على التنفيس عما بداخلهم من ضغوط وكراهية للمجتمع كما ينمى البرنامج الرياضى لياقاتهم البدنية فيصبحوا أعضاء صالحين فى المجتمع .

ثالثا : أهداف البحث

- ١ - بناء برنامج رياضى لأطفال الشوارع .
- أ - التعرف على تأثير البرنامج على مستوى اللياقة البدنية للأطفال .
- ب - التعرف على تأثير البرنامج على مستوى التكيف النفسى للأطفال .
- ج - التعرف على تأثير البرنامج على مستوى التكيف الاجتماعى للأطفال .
- د - التعرف على تأثير البرنامج على مستوى التكيف العام للأطفال .

رابعا : فروض البحث

- أ - يؤثر البرنامج التربوى الموجه تأثيرا إيجابى على مستوى اللياقة البدنية للأطفال .
- ب - يؤثر البرنامج التربوى الموجه تأثيرا إيجابى على مستوى التكيف النفسى للأطفال .
- ج - يؤثر البرنامج التربوى الموجه تأثيرا إيجابى على مستوى التكيف الاجتماعى للأطفال .
- د - يؤثر البرنامج التربوى الموجه تأثيرا إيجابى على مستوى التكيف العام للأطفال .

خامسا : إجراءات البحث

- ١ - منهج البحث : استخدمت الباحثة المنهج التجريبى (التصميم ذو المجموعة الواحدة) نظرا لحدائته فى تناول هذه الظاهرة .

٢ - عينة البحث :

اختيرت العينة بالطريقة العمدية من (دور التربية) بالجيزة قسم الضيافة والاشبال من سن ٩ - ١٢ سنة ويدرسون بالفرقة الثالثة والرابعة والخامسة بالمدرسة الملحقة بالدار بمجمل عدد (٢٥) طفل .

٣ - ادوات البحث :

- ١ - اختبارات اللياقة البدنية .
- ٢ - اختبار التكيف النفسى والاجتماعى (لطبيعة هنا) .
- ٣ - كراسة الملاحظة (لطبيعة هنا) .
- ٤ - السجلات الطبية للتأكد من سلامة أفراد العينة .
- ٥ - بطاقات التسجيل .
- ٦ - الرستاميتتر : لقياس الطول .
- ٧ - الميزان الطبى : لقياس الوزن .

٤ - الدراسة الاستطلاعية الأولى :

الغرض منها :

- أ - التعرف على الامكانيات المتاحة من أجهزة وأدوات رياضية .
- ب - تحديد أماكن إجراء الاختبارات وتجهيزها .
- ج - تحديد ميعاد التطبيق المناسب .

وأسفرت الدراسة الاستطلاعية على الآتى :

أ - لا يوجد أى امكانيات رياضية متاحة حيث تم امداد الدار عن طريق الباحثة بالآتى :

- ١ - خمسة عشر كرة قدم قانونين .
 - ٢ - عدد مرمين كرة قدم قانونين .
 - ٣ - عدد ٥ طقم رياضى .
 - ٤ - عدد جهاز ريشة طائرة كامل (ملعب كامل) .
 - ٥ - ٢ جهاز كرة سرعة .
 - ٦ - ١٠ أطواق .
 - ٧ - ١٠ كرات بلاستيك .
 - ٨ - ٥ أحبال .
- ب - تم تحديد أماكن إجراء الاختبارات .

٥ - الدراسة الاستطلاعية الثانية :

الغرض منها :

- أ - تدريب المساعدين .
- ب - تحديد مدى فهم الأطفال للاختبارات .
- ج - تحديد الزمن المستغرق في كل اختبار .
- د - تجريب إحدى وحدات البرنامج .
- هـ - التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحثة .
- و - الاطمئنان على صلاحية الأدوات والاجهزة .
- ز - التأكد من مناسبة عبارات الاختبار .
- ح - حساب المعاملات العلمية للاختبارات المختارة كالصدق والثبات والموضوعية .

وأُسفرت التجربة الاستطلاعية الثانية على الآتى :

- أ - التعرف على أفراد العينة واتجاهاتهم .
- ب - تقسيم إجراءات الاختبار حيث يتم إجراء اختبارات اللياقة البدنية فى يوم واختبار التكيف النفسى والاجتماعى فى يوم .
- ج - تم حساب المعاملات العلمية للاختبارات .

٦ - القياس القبلى :

تم إجراء القياسات القبلىة وهى اختبارات اللياقة البدنية فى يوم واختبار التكيف النفسى والاجتماعى فى يوم وتم توزيع كراسة الملاحظة فى صورتها النهائية على المشرفين .

٧ - التجربة الأساسية :

ثم تنفيذ البرنامج التربوى الموجه حيث استغرق ثلاثة أشهر وتم تنفيذ اثنى عشر وحدة بواقع وحدة تكرر مرتين فى الأسبوع .

٨ - القياسات البعدية :

تم إجراء جميع القياسات القبلىة بعد مرور شهر ونصف من التطبيق ووزعت كراسة الملاحظة مرة أخرى .

٩ - القياسات البعدية :

تم إجراء القياسات البعدية بتكرار جميع القياسات بعد إنتهاء مدة التطبيق وهي ثلاثة أشهر .

١٠ - تفرغ البيانات :

بعد أن قامت الباحثة بتطبيق الاختبارات والقياسات والحصول على أرقام تم مراجعة البطاقات بدقة ثم تفرغها لإعدادها للمعالجة الاحصائية .

١١ - المعالجة الاحصائية :

تضمنت الأتى :

- أ - المتوسط الحسابى .
- ب - الانحراف المعياري .
- ج - ارتباط بيرسون .
- د - الحث الذاتى .
- هـ - معامل الفاكرونباك .
- و - تحليل التباين لدلالة الفروق .
- ز - اختبار تيوكى .
- ح - معدل التغير .

وقد تم اختبار مستوى دلالة عند (٠,٠٥) .

سادسا : الاستنتاجات

- ١ - البرنامج التربوى الموجه أثرى الايجابى على اللياقة البدنية .
- ٢ - البرنامج التربوى الموجه أثرى الايجابى على المتغيرات النفسى والاجتماعى .

سابعا : التوصيات :

- ١ - ضرورة تطبيق البرنامج التربوى الموجه فى جميع مؤسسات رعاية (أطفال الشوارع) .
- ٢ - تخصيص يومين على الأقل إسبوعيا لممارسة النشاط الرياضى بالمؤسسة .

- ٣ - لابد من احتواء البرنامج التي تصمم لهذه الفئة على محتويات مشوقة وممتعة تجذب الطفل وتبعد عن التعقيد والنمطية .
- ٤ - القيام بإجراء المزيد من الدراسات والبحوث التجريبية حول هؤلاء الأطفال بإجراء المزيد من الدراسات والبحوث التجريبية حول هؤلاء الأطفال خاصة في التربية الرياضية للتغلب على إزمة أطفال الشوارع .
- ٥ - ضرورة الاهتمام بزيادة عدد دور الرعاية الخاصة لهذه الفئة حيث أنها ليس كافية لاستيعاب الكم الهائل من هؤلاء الأطفال .

Helwan University
Faculty of Physical Education for Girl, Cairo
Department of Pedagogies, Training and Practical Education

**Effect of and Educational Athletic Guided Program on the
Level of Physical Fitness and some Psycho-Social Variables
in Children of Sheltering Establishments**

By

Marwa Yousef Yousef Mohamed El-Dahshouri

Asst. Lecturer, Dept. of Pedagogies, Training and Practical Education

A Thesis

**Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Philosophy Doctor in**

Physical Education

Supervisors

Prof. Dr. Zeinab Ali Omar

**Ex-Head of Dept. Pedagogies, Training
and Practical Education Faculty of
Physical Education for Girls, Cairo,
Helwan University**

Prof. Dr. Esam Abd El Wahab El-Helaly

**Dept. of Psycho-Social Sports Science,
Faculty of Physical Education for Men, El-
Haram, Helwan University to Minister of
Youth, Consultant**

Cairo

1425 AH – 2004AD

I-Introduction:

The international and local communities start considering childhood issues intensively in the middle of the 20th century after varying problems and risks facing the world's children and after the child has suffered from ways of taking advantage for the others, violence, hunger, poverty and disorder. This is because the child is unable to defense himself or claiming his rights.

The accumulation of this situations and difficult circumstances encountering those children made international and local communities face such risks and try to reach causes affecting them, to reduce taking advantage from children and to eliminate risks encountering them.

The problem of street children who are disassociated with their families, going astray without aim or intention and taking the street and squares as shelters. This case represents one of the most important legal and social problems in our society.

In respect of this aspect in Egypt, although legal and social constraints supported by the Egyptian law to

protect against risks of getting along with delinquents and abusers and despite the importance of childhood care particularly in the recent thought in the Egyptian society, the fact stands against such constraints and reflected negatively through the development of this aspect in Egypt as a result of various factors and social impacts of which the most important is lowering the social and economical level.

Governmental or national sheltering establishments have been currently constructed to take care of street children. They replace the child family and present garments, food, shelter and craft through programs in a step to meet child's needs.

Street child is usually in movement as he tries to run away from policemen, to find a shelter to sleep or to have a source live. Hence, he has a high level of physical fitness, which should be used in the right direction that this child may be an athletic champion in the future.

Sheltering establishments try to help street child forget street life and adapt him to the sheltering establishment by improving its program and adjusting its objectives continuously since it is difficult to have the street child condition with life at the sheltering establishment quickly.

In order to transfer the child from the street life to the sheltering establishment life, the child should be adapted to the establishment by approaching its program in the light that life in the sheltering establishment is optional other than compulsory.

The Egyptian society has seriously begun looking into this problem and socio-psychological studies have introduced this aspect with much interest to tackle a problem of a category representing the future of the Egyptian society. This problem seems as if it were a timed bomb, which may be heard resounding in the future leaving a negative reflection on the Egyptian society.

II. Research problem and its importance:

Through her reviewing different previous studies, the researcher noticed that there are many studies dealing with orphan child who is normal or motor, mentally, audibly or optically handicapped. Solutions and programs of this problem are presented.

In the meantime, the researcher found a good sort of juvenile delinquents who committed crimes being penalized by the law, however, the researcher, did not

financed studies in physical education related to street child who is apt to delinquency.

As she reviewed programs of some sheltering establishments for street children, the researcher discovered that physical activity in such programs is limited to leaving children boxing or giving them a ball and dividing them into two teams and playing randomly.

There is no standard sporting programs to cope with the street child needs in the sheltering establishments. Also, there are no physical educators supervising those children and directed by Ministry of Education.

Consequently, the researcher concluded the problem of the current investigation that is lacking an important constituent i.e. the specialized athletic program in the sheltering establishment to help children express their internal impacts and hate against the society. The sporting program also develops their physical fitness with the result that they become healthy members in the society.

III. Research objectives:

The aim of this research is to set up an athletic program for street children to identify the following:

- a. The effect of the program on the level of physical fitness of children.
- b. The effect of the program on the level of psychological adaptation for children.
- c. The effect of the program on the level of social adaptation for children.
- d. The effect of the program on the level of overall adaptation for children.

IV. Research hypotheses:

- a. The oriented educational program positively effects on the level of physical fitness of children.
- b. The oriented educational program positively effects on the level of psychological adaptation for children.

- c. The oriented educational program positively effects on the level of social adaptation for children.
- d. The oriented educational program positively effects on the level of overall adaptation for children.

V. Research procedures:

1- Method:

The researcher used the experimental method in one group design, as it is new in dealing with this aspect.

2-Sample:

It was selected intentionally from educational houses in Giza, Hospitality and Young sections. Children were 9 to 12 years of age, who were studying in 3, 4 and 5 grades at the school annexed to the houses. The sample included (25) children.

3-Tools:

- 1 - Tests of physical fitness.
- 2 - Test of psycho-social adaptation established by Attya Hanna.
- 3 - Observation notebook made by Attya Hanna.
- 4 - Medical records to make sure that sample members are healthy.

- 1 - Restameter to measure height.
- 2 - Medical balance to measure weight.

4-First pilot study:

It was conducted for the following purpose:

- a. To identify facilities available such as equipment and sporting tools.
- b. To outline places to conduct tests and to know how they were equipped.
- c. Suitable times defined for application.

The first pilot study resulted in the following:

- a. There were no available athletic facilities, so the researcher supplied the houses with the following:
 - 1- (15) Legal footballs.
 - 2- (2) Legal football goals.
 - 3- (55) Athletic sets.
 - 4- One complete feather ball set (complete play field).
 - 5- (2) Speed ball sets.
 - 6- (15) Hoops.
 - 7- (10) Rubber balls.
 - 8- (5) Robes.
- b. Places were defined to conduct tests.

5- Second pilot study:

Its purpose was to:

- a. Train assistants.
- b. Define how children understood tests.
- c. Define times lapsing in each test.
- d. Try a unit of the program.
- e. Identify difficulties, which may face the researcher.

- f. Assure of the validity of equipment and tools.
- g. Ensure the suitability of test statements.
- h. Calculate scientific coefficients for the selected tests such as reality, stability and objectivity.

The second pilot study resulted in the following:

- a. Knowing subjects of the sample and their intentions.
- b. Dividing test procedures that tests of physical fitness were conducted in one day and psychosocial adaptation test was conducted in another day.
- c. Scientific coefficients for tests were calculated.

6-Pre-measurement:

Pre-measurements such as tests of physical fitness were conducted in one day and test of psychosocial adaptation in another test and observation notebook was distributed to supervisors.

7-Main experiment:

The oriented educational program was carried out in three months including twelve units by one unit, which was replicated twice a week.

8- Physical measurements:

All pre-measurements were taken after one month of application and observation notebook was distributed once again.

9-Post-measurements:

They were carried out by replicating all measurements after completing the period of application in three months.

10-Tabulating data:

After the researcher applied tests and measurements and getting figures, she reviewed cards precisely and data were tabulated for statistical treatment.

11-Statistical treatment:

It included the following:

- | | |
|--|------------------------|
| a. Arithmetic mean. | b. Standard deviation. |
| c. Birson correlation. | d. Self-reality. |
| e-Alfa cronback coefficient. | |
| f. Analysis of variance for significance of differences. | |
| g. Tuky Test. | I. Rate of variation. |

The level of significance was selected at (.05).

VI. Conclusions:

- 1-The oriented educational program had positive effect on physical fitness.
- 2-The oriented educational program had positive effect on psychosocial variables.

VII. Recommendations:

- 1 - The oriented educational program should be applied in all street children care establishments.

- 2 - Outlining at least two days a week to perform physical activity in the establishment.
- 3 - Programs being designed for this category should contain exciting and enjoyable items attracting the child and such items should avoid complexity and typicality.
- 4 - More experimental studies and researches must be conducted on those children particularly in the field of physical education to comment on the problem of street children.
- 5 - It is necessary to increase the number of private care houses for this category, as they are insufficient to host the increasing number of those children.