

الفصل الثالث

إجراءات البحث

- منهج البحث
- عينة البحث
- أدوات البحث
- تطبيق أدوات البحث
- المعالجة الإحصائية

إجراءات البحث

منهج البحث

هناك العديد من المناهج التي تستخدم في البحث العلمي، ويتوقف إختيار أى منها على طبيعة البحث المستخدم، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بإستخدام التصميم القبلى والبعدى لمجموعة واحدة لكونه أنسب المناهج لمعالجة مشكلة البحث .

عينة البحث

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من بين أطفال الجمعية النسائية لتحسين الصحة للرعاية الإجتماعية واللاتى تتراوح أعمارهن من ٩-١٢ سنة من تلميذات الصف الرابع والخامس الإبتدائى للعام الدراسى ١٩٩٤-١٩٩٥ والبالغ عددهم ٧٠ تلميذا وتلميذة والمقيمين بصفه دائمه داخل الجمعية.

وقد إشملت عينة البحث على ٣٠ تلميذة أى بنسبة ٤٢,٩ ٪ وذلك بعد إستبعاد التلميذات اللاتى زاد تقدير درجاتهن عن ثلاث درجات على مقياس الكذب.

وقد وقع الإختيار على هذه المرحلة السنية لما أشارت اليه دراسات النمو أنها مرحلة التطبيع الإجتماعى والإستقرار والثبات الإنفعالى كما أن الطفل فى هذه المرحلة يحاط ببعض مصادر القلق والصراع والضغوط الإجتماعية التى تؤثر تأثيرا واضحا على شخصيته . وقد يؤدى الخوف والشعور بتهديد الأمن والشعور بنقص الكفاية والحرمان من العطف إلى القلق الذى يؤثر بدوره تأثيراً سلباً على النمو الفسيولوجى والعقلى والنمو الإجتماعى والإنفعالى للطفل . (٢٧٥:٩)

وقد أختيرت البنات دون البنين فى هذا البحث لأنه فى هذا السن يبدأ نوع من الإنفصال بين إهتمامات وميول الأولاد والبنات فى النشاط الحركى فتبدأ الفتيات فى إيداء إهتمامهن باللعب الهادى الذى يعتمد على تنظيم الحركات ودقتها وإيقاعاتها الموسيقية كالحركات التعبيرية ولكن الأولاد يبدون إهتماماً أقل لهذا النوع من النشاط ويفضلون عليه الأنشطة التى تعتمد على المنافسات كألعاب القوى وألعاب الكرة كما أنهم لا يتسمون بالخجل فى هذه المرحلة فهم يخلقون لأنفسهم فرصة للنشاط والحركة واللعب فى أى وقت وأى مكان (٢٣٧:٩)، (١٤٦:٤)، (٨٢:٢١).

بجانب أن هناك دراسات تشير إلى أن الإناث أكثر تأثراً بالقلق من الذكور وأكثر عرضة لسوء التوافق تأثيراً بالبيئة المحيطة بهن . (٤١٧:٦)

وقد تم إجراء التجانس بين أفراد المجموعة لضبط المتغيرات التي قد تؤثر في إجراء التجربة وهي متغيرات السن ، الوزن ، الطول ، القلق ، التوافق النفسى بأبعاده الخمسة.

جدول (١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

ومعاملات الالتواء لمجموعة البحث في كل من السن والوزن والطول (ن=٣٠).

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
السن	سنة	١٠,٢٦٧	١٠,٦٣٤	٠,٥٩٨	١,٨٤٢-
الوزن	كجم	٣٣,٩١٧	٣٣,٥٩٩	٣,٢٨٣	٠,٢٩٠
الطول	سم	١٣٥,٢٠٠	١٤٠,٢٥٦	٥,١٢٧	٢,٩٥٩-

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الالتواء لمجموعة البحث في كل من السن والوزن والطول قد إنحصرت بين ٣+، ٣- مما يدل على تجانس المجموعة في هذه القياسات وأنها تمثل مجتمعاً متجانساً فيها.

جدول (٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

ومعاملات الالتواء لمجموعة البحث في متغيرات القلق و التوافق بأبعاده الخمسة و التوافق الكلى

(ن=٣٠)

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
القلق	٣٠,٨٠٠	٣١,٢٨٦	٤,٤٣٦	٠,٣٢٩-
التوافق الشخصي	٣٤,٠٦٦	٣٢,٩٥٨	٥,١٩٩	٠,٦٣٩
التوافق الأسرى	٣٤,٣٠٠	٦٤,٧٤٧	٣,٩٥٨	٩,٤٣٥-
التوافق الإجتماعى	٣٠,٥٦٦	٣٠,٨٩٣	٥,٠٤٢	٠,١٩٥-
التوافق المدرسى	٣١,٦٠٠	٤٥,٢١٢	٥,٥٠٦	٧,٤١٧-
التوافق الجسمى	٢٧,٤٣٣	٢٦,٢٥٨	٤,٩٣١	٠,٧١٥
التوافق الكلى	٢٦,٦٦٠	٢٥,٢٥٦	٥,٨٥٠	٠,٧٢٠

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الالتواء لمجموعة البحث في القياسات النفسية قد إنحصرت بين ٣-، ٣+ وذلك في مقياس القلق والتوافق الكلى (الشخصى والإجتماعى والجسمى) مما يدل على تجانس المجموعة في هذه القياسات .

كما أوضحت نتائج الجدول السابق وجود إلتواء في بعض المقاييس الفرعية للتوافق مثل التوافق الأسرى وذلك نظراً لإختلاف الظروف الأسرية لأفراد العينة وأيضاً بالنسبة للتوافق المدرسى لإختلاف حب وتقدير المدرسة بين أفراد العينة .

أدوات البحث

أولاً : - أدوات وأجهزه

- ١- جهاز الرستاميتير لقياس الطول (سم).
- ٢- الميزان الطبى لقياس الوزن (كجم).

ثانياً :- المقاييس

- ١- مقياس القلق للأطفال.
 - ٢- قائمة ملاحظة سلوك الطفل.
- ثالثاً :- برنامج التعبير الحركى المقترح.
- مقياس القلق للأطفال

وضع هذا المقياس كلاً من "كاستانيدا " و " ماك كاندلس " و "بالرمو" (١٩٥٦) (Castaneda , Mc Candless, and Palermo) ويعرف بمقياس القلق الصريح أو الظاهر للأطفال (Children's Manifest Anxiety Scale) ويشار إليه بالرمز (CMAS).

وقد تم إعداده بالعربية للبيئة المصرية " فييولا الببلاوى " (١٩٨٧) وتم تقنين المقياس للبيئة المصرية على عينة تتكون ١٦٠ طفلاً من أربع مستويات عمرية .

- * ٢٠ بنين ، ٢٠ بنات بالصف الثالث الإبتدائى متوسط عمرهم الزمنى ٩ سنوات.
- * ٢٠ بنين ، ٢٠ بنات بالصف الرابع الإبتدائى متوسط عمرهم الزمنى ١٠ سنوات.
- * ٢٠ بنين ، ٢٠ بنات بالصف الخامس الإبتدائى متوسط عمرهم الزمنى ١١ سنة.
- * ٢٠ بنين ، ٢٠ بنات بالصف السادس الإبتدائى متوسط عمرهم الزمنى ١٢ سنة .

ويتضمن هذا المقياس ٤٢ بنداً لقياس القلق ، وقد أضيف إلى هذا المقياس ١١ بنداً كمقياس للكذب على شاكلة مقياس الكذب فى إختيار الشخصية المتعددة الأوجه وذلك للتحقق من نزعة الطفل إلى الصدق أو الكذب فى إستجابته على بنود القلق ، وبذلك يبلغ عدد بنود المقياس ككل ٥٣ بنداً.

ويجب الطفل على كل بند من بنود المقياس إجابة واحدة " نعم "أو " لا " وتحسب درجة واحدة لكل إجابة بالموافقة " نعم "على بنود القلق وعددها ٤٢ بنداً .

ويحدد مستوى القلق عند الطفل على أساس مجموع درجات الإجابة بالموافقة على هذه البنود، وتعكس الدرجة الكلية للطفل على بنود القلق (٤٢ بنداً) مستوى القلق عنده .

أما مقياس الكذب (١١ بنداً) فتحسب كذلك درجة واحدة لكل إجابة بالموافقة ،عدا البندين رقم ١٠، ٩٤ فتحسب درجة واحدة لكل منهما على الإجابة بالرفض " لا " ويمثل مجموع درجات الطفل على هذه البنود الإحدى عشر دليلاً على مدى صدقه أو كذبه في إستجاباته للمقياس وتستبعد إجابات الطفل من قائمة المفحوصين إذا زاد تقديره عن ثلاث درجات على مقياس الكذب لأن ذلك يدل على كذبه ،ويمكن تطبيق هذا الاختبار فردياً أو جماعياً وقد حدد هذا المقياس القلق في ثلاث مستويات للقلق الصريح أو الظاهر عند الأطفال كما يتضح من الجدول.

جدول (٣)

مستويات القلق عند الأطفال

حدود الدرجات	مستوى القلق
أقل من ١٨ درجة	القلق المنخفض
من ١٩-٢٨ درجة	القلق المتوسط
من ٢٩ فأكثر	القلق المرتفع

وقد قامت " فيولا البيلاوى "بحساب معامل الصدق للمقياس حيث إعتمدت في تقدير صدق المقياس على طريقتين:-

الصدق الداخلى :-

وقد حسبت معاملات الصدق الداخلى على أساس إرتباط كل بند من بنود المقياس بالدرجة الكلية على المقياس (بنود القلق) وقد كانت كل معاملات الصدق الداخلى دالة إحصائياً منها ٣٤ معاملاً دالاً عند مستوى ٨,٠١ معاملات دالة عند مستوى ٠,٠٥ وتلك معاملات مرتفعة بدرجة تكفى للثقة فى المقياس.

الصدق العاملى :-

وقد إستخدمت هذا النوع من الصدق لبيان إلى أى مدى يقيس الإختبار السمة أو الظاهرة المراد قياسها وقد بلغ معامل الإرتباط للظاهرة المراد قياسها ٩٧,٥ % أى مرتفع بدرجة تكفى للثقة فى المقياس.

الوثبات:-

كما قامت معدة هذا المقياس للبيئة المصرية بحساب معامل الوثبات للمقياس عن طريق إعادة الإختبار والتجزئة النصفية وقد إشتملت عينة الوثبات على ٤٠ طفلاً.

أ- طريقة إعادة الإختبار بفواصل زمنية بين الإجراءين يتراوح بين ١٥-٢٠ يوماً وقد حسب معامل ارتباط " بيرسون " بين نتائج التطبيقين وكان معامل الوثبات بهذه الطريقة ٠,٠٨٤ وتلك قيمه تدل على معامل يوثق به.

ب- طريقة التجزئة النصفية حيث حسب معامل الارتباط بين جزئى المقياس " الفردى والزوجى " وكان معامل الوثبات بذلك ٠,٧٦ وهى قيمه مناسبة للتحقق من ثبات المقياس (٣٥:٣٠)

المعاملات العلميه للمقياس فى البحث الحالى :-

قامت الباحثه بتطبيق معاملات الصدق والوثبات على عينه من مجتمع عينة البحث قوامها ١٠ تلميذات على النحو التالى :-

اولاً :- الصدق

قامت الباحثه بحساب الصدق الذاتى للمقياس وذلك عن طريق إيجاد الجذر التربيعى لمعامل الوثبات، وهو يفيد فى تحديد النهايه العظمى لمعاملات الصدق العاملى والصدق التجريبى ، بمعنى أن الحد الأعلى لمعامل صدق الاختبار يجب الا يتجاوز صدقه الذاتى ، والجدول التالى يوضح النتيجة .

جدول (٤)

معامل الصدق الذاتى لمقياس القلق (ن=١٠)

الإختبار	معامل الارتباط	الصدق الذاتى
القلق	٠,٨٤	٠,٩١

يتضح من الجدول السابق إرتفاع نسبة صدق الإختبار مما يشير إلى صلاحية تطبيقه.

ثانياً: الوثبات :-

قامت الباحثه بتطبيق المقياس على عينة قوامها ١٠ أطفال من غير عينة البحث الأصلية لإيجاد معامل الوثبات عن طريق إعادة التطبيق Test and Retest بفواصل زمنية ١٥ يوماً بين التطبيقين وذلك فى الفترة من ١٣/٩/١٩٩٤ إلى ٢٧/٩/١٩٩٤ وقد تم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثانى للمقياس ، جدول (٥) يوضح النتيجة.

جدول (٥)

معامل الثبات لمقياس القلق (ن=١٠)

الإختبار	التطبيق الأول		التطابق بين الثاني		معامل الارتباط
	١م	١ع	٢م	٢ع	
القلق	٣٣,٢	١,٨٨	٣٣,١	٢,٠٧	٠,٨٤

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية بين نتائج التطبيق الأول والتطبيق الثاني للمقياس وهذا يشير إلى أن الإختبار ذات معامل ثبات عال .

قائمة ملاحظة سلوك الطفل. "Child Behavior Rating Scale" (C.B.R.S)

وضع هذه القائمة " راسل ن. كاسيل " R.N. Cassel " (١٩٦١).

وقد أتم إعداده للعربية " مصطفى كامل " (١٩٨٧). وقد صممت "قائمة ملاحظة سلوك الطفل" لتكون أداة سيكلوجية تستخدم في التقدير الموضوعي للتوافق النفسي للأطفال في سن المدرسة الابتدائية . ويقتصر استخدام " قائمة ملاحظة سلوك الطفل " CBRS " على الملاحظين الذين يقومون بملاحظة سلوك الطفل موضع التقدير أو الذين يعرفونه معرفة وثيقة كالمدرسين والأخصائيين الاجتماعيين والآباء والأقارب ويهدف استخدام هذه القائمة إلى تحقيق عدة أهداف منها :-

١- توفير مقاييس موضوعية للتوافق النفسي في خمس مجالات هامة (التوافق الشخصي ، التوافق الأسرى ، التوافق الإجتماعى ، التوافق المدرسى ، التوافق الجسمى).

٢- توفير درجة واحدة ذات دلالة تشير إلى التوافق الكلى وهى درجة التوافق الكلى للشخصية. وتتكون "قائمة ملاحظة سلوك الطفل " من ٧٨ عبارة تصف مظاهر سلوك الطفل وقد تم تصنيف هذه العبارات إلى خمس مجالات للتوافق يمثل كل منها مجموعة من العبارات وهذه المجالات هى :-

١- التوافق الشخصى Self-Adjustment وتمثله عشرون فقرة.

٢- التوافق الأسرى Home-Adjustment وتمثله عشرون فقرة.

٣- التوافق الإجتماعى Social-Adjustment وتمثله عشرون فقرة.

٤- التوافق المدرسى School-Adjustment وتمثله اثنتا عشرة فقرة.

٥- التوافق الجسمى Physical-Adjustment وتمثله ست فقرات.

وقد تم تقنين هذه القائمة على البيئة المصرية على عينة قوامها ٦٣٠ تلميذاً من المرحلة الابتدائية.

وقد قام " مصطفى كامل " بحساب معامل الصدق للقائمة حيث إعتد في تقدير صدق قائمة ملاحظة سلوك الطفل على طريقتين:-

*الصدق الداخلى :-

وقد حسبت معاملات الصدق الداخلى وكانت داله إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ وبلغت نسبته ٠,٦٨ ، للتوافق الكلى و ٠,٦٥ ، للتوافق الشخصى و ٠,٦٧ ، للتوافق الأسرى و ٠,٦٨ ، للتوافق الاجتماعى و ٠,٦٤ ، للتوافق المدرسى و ٠,٦٦ ، للتوافق الجسمى .

*الصدق العاملى :-

وقد إستخدم هذا النوع من الصدق لبيان إلى أى مدى تقيس القائمة السمة المراد قياسها وقد بلغ معامل الإرتباط ٠,٨٩ ، للتوافق الكلى و ٠,٨٨ ، للتوافق الشخصى و ٠,٨٥ ، للتوافق الأسرى و ٠,٨٦ ، للتوافق الاجتماعى و ٠,٨٧ ، للتوافق المدرسى و ٠,٨٤ ، للتوافق الجسمى .

الثبات:-

إستخدم معد القائمة طريقة التجزئة النصفية لحساب معامل الثبات وبلغت نسبته ٠,٨٧ ، للتوافق الكلى ٠,٨٨ ، للتوافق الشخصى و ٠,٨٩ ، للتوافق الأسرى و ٠,٨٥ ، للتوافق الاجتماعى و ٠,٨٤ ، للتوافق المدرسى و ٠,٨٢ ، للتوافق الجسمى . (٣٥ : ١٠ - ١٢)

وقد إستعانت الباحثة فى هذا البحث بالأخصائيات الإجتماعيات المقيمين بصفة دائمة مع الأطفال فى المدينة لإستيفاء قائمة ملاحظة سلوك الطفل وعددهم ثلاث أخصائيات ، وأخذت متوسط الدرجة التى وضعتها الأخصائيات الثلاث للحصول على درجة واحدة ذات دلالة تشير إلى التوافق الكلى بطريقة موضوعية .

ولا يستغرق تقدير درجات القائمة سوى بضع دقائق ويتم تصحيح المقياس وفقاً لعدة خطوات بعدها نحصل على درجة كلية للتوافق يتم تحويل هذه الدرجة للتوافق الكلى للشخصية إلى درجات تائية بأستخدام جدول معاير قائمة ملاحظة سلوك الطفل فإذا كانت هذه الدرجة بين ٦٠,٤٠ بغض النظر عن الدرجات التائية للمقاييس الفرعية الخمس للتوافق فإنها تدل على أن التوافق الكلى للطفل يتفق مع التوافق الكلى للطفل المتوسط ، وإذا كانت الدرجة التائية للتوافق الكلى للشخصية هى ٦٠ فأكثر يمكن القول بان الطفل يتمتع بشخصية ذات درجة ممتازة فى التوافق .

أما إذا كانت الدرجة التائية للتوافق الكلى للشخصية أقل من ٤٠ فإن ذلك يشير إلى أن الطفل معوق إنفعالياً ، أى تشير إلى وجود مشكلات خاصة بتوافق الطفل .

وتشير درجات مجالات التوافق الخمس فى المقياس إلى العوامل المؤثرة على الدرجة الكلية لتوافق الشخصية وهى تدل على وجه الخصوص على التوافق الجيد وعلى التوافق السىء أيضاً وبالتالى فهى توفر صورة أكثر وضوحاً لسلوك الطفل .

المعاملات العلمية للقائمة في البحث الحالي :-

قد قامت الباحثة بحساب معاملات الصدق والثبات للقائمة على النحو التالي :-

أولاً : الصدق :-

إستخدمت الباحثة طريقة الصدق الذاتي لإيجاد صدق المقياس وذلك بإيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات وجدول (٦) يوضح النتيجة .

جدول (٦)

معامل الصدق الذاتي لقائمة ملاحظة سلوك الطفل (ن=١٠)

المتغيرات	معامل الارتباط	الصدق الذاتي
التوافق الكلي	٠,٨٨	٠,٩٣
التوافق الشخصي	٠,٨٥	٠,٩٢
التوافق الأسرى	٠,٨٣	٠,٩١
التوافق الإجتماعى	٠,٨٨	٠,٩٣
التوافق المدرسى	٠,٨٩	٠,٩٤
التوافق الجسمى	٠,٨٦	٠,٩٢

يتضح من الجدول السابق إرتفاع نسبة صدق القائمة مما يشير إلى صلاحية تطبيقها .

ثانياً الثبات :-

قامت الباحثة بإيجاد الثبات لقائمة ملاحظة سلوك الطفل بإستخدام طريقة إعادة الإختبار وذلك بتطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقه على عدد ١٠ تلميذات من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية بعد ١٥ يوم وقد تم ذلك فى الفترة من ١٣/٩/١٩٩٤ إلى ٢٧/٩/١٩٩٤ م وقد تم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الاول والثانى وجدول (٧) يوضح النتيجة .

جدول (٧)

معامل الثبات لقائمة ملاحظة سلوك الطفل (ن=١٠)

المتغيرات	معامل الارتباط	الدالة
التوافق الكلى	٠,٨٨	دال
التوافق الشخصى	٠,٨٥	دال
التوافق الأسرى	٠,٨٣	دال
التوافق الإجتماعى	٠,٨٨	دال
التوافق المدرسى	٠,٨٩	دال
التوافق الجسمى	٠,٨٦	دال

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى فى جميع المتغيرات تراوحت بين ٠,٨٣-٠,٨٩ مما يدل على ثبات الاختبار.

البرنامج التدريبى المقترح:

بعد أن قامت الباحثة بدراسة مسحية للمراجع والبحوث العربية والأجنبية وبعد إستطلاع رأى الخبراء والمتخصصين فى مجال التربية الرياضية وعلم النفس (ملحق ٦) تم وضع البرنامج المقترح بناء على عدة أسس علمية وعناصر أساسية للتدريب وهى:

١- الجزء التمهيدي (فترة الإحماء) .

٢- الجزء الرئيسى (فترة التدريب الأساسية).

٣- الجزء الختامى (فترة التهدئة).

الهدف من البرنامج :

يهدف البرنامج المقترح إلى التخفيف من حدة القلق وزيادة التوافق النفسى بأبعاده المختلفة لدى أطفال الجمعية النسائية لتحسين الصحة من خلال :-

١- الممارسة الفعلية لنشاط من أهم الأنشطة الرياضية وهو التعبير الحركى بإستخدام الموسيقى المسجلة والإستجابة لها بالحركات الإيقاعية المناسبة التى تعبر تعبيراً حراً وبدون قيود عن المشاعر والأحاسيس الكامنة داخل كل فرد.

٢- إتاحة الفرصة للانطلاق العاطفى والوجدانى لمثل هؤلاء الأطفال لكى يعبروا عن إنفعالاتهم ومشاعرهم دون قيود بغرض التخفيف من حدة القلق وزيادة التوافق النفسى .

٣- ويختلف هذا النوع من البرامج عن العديد من البرامج الرياضية الأخرى لمثل هذه المرحلة السنوية وعينة البحث لأنه يحتوى على الحركات الأساسية لأنواع الرقص المختلفة بالإضافة إلى إتاحة الفرصة أمام الأطفال للتعبير الحر عن المشاعر والأحاسيس وهو ما يحتاج إليها مثل هؤلاء الأطفال للتنفيس عما بداخلهم من أحاسيس وإنفعالات.

أسس وضع البرنامج :

روعى عند تصميم البرنامج المقترح للحركات التعبيرية المعايير التالية:

١- أن يتناسب البرنامج مع الخصائص السنوية لأطفال هذه المرحلة وأن يتمشى مع ميولهم ورغباتهم .

٢- أن يحقق البرنامج الهدف الموضوع من أجله وهو التخفيف من حدة القلق وزيادة التوافق النفسى لدى أطفال العينة .

٣- أن يعمل البرنامج على بث القيم التربوية والروح الوطنية لدى الأطفال .

٤- أن يشمل البرنامج التدريبى على العديد من الحركات والمهارات الأساسية والأنشطة المختلفة والألعاب والرقصات الشعبية التى من شأنها التخفيف من حدة القلق وزيادة التوافق النفسى لعينة البحث .

٥- التدرج بالحركات الأساسية من السهل إلى الصعب وألا ننتقد بأوضاع صعبة .

٦- إدماج الحركات والمهارات الأساسية بعضها ببعض والتنويع فى إيقاعها من البطيء إلى السريع مع التنويع فى نوعية الحركات و إستخدام الفراغ والإتجاهات.

٧- أن يشتمل البرنامج على بعض الألعاب والرقصات الشعبية .

٨- إستخدام الموسيقى المسجلة للتشويق وإتاحة الفرصة للأطفال للإبتكار و تنمية قدره الإبتكارية لديهم.

٩- أن تكون الموسيقى المصاحبة مناسبة لنوع النشاط ومحبة إلى نفوس الأطفال حيث تضيف روح المرح والبهجة والسعادة والثقة بالنفس .

١٠- إختيار بعض أغانى الأطفال المختلفة والمحبة إليهم مع قيام التلميذات بالتحرك معها معبرين عن كلمات الأغنية أو التعبير عن بعض المشاعر والإنفعالات والمواقف المختلفة مع الموسيقى المسجلة.

نموذج لمحتوى الوحدة التعليمية للحركات التعبيرية :-

أشتملت الوحدة التعليمية على جزئين :-

الجزء الاول وأحتوى على الحركات والمهارات الاساسيه لانواع الرقص المختلفه والتي تستطيع التلميذات إستخدامها فى التعبير عن المواقف التعبيرية المختلفه :-

أ- حركات الانتقال : المشى بجميع انواعه - الجرى بأنواعه - الربط بين المشى والجرى -
الحجل - الوثبات بأنواعها - الزحلقه لانواع الرقص المختلفه (الباليه - الرقص الحديث -
الرقص الشعبي) .

ب- حركات الاتزان : كالحركات المحوريه مثل (الثنى - المد - الدوران - اللفت - التكور) .
لانواع الرقص المختلفه .

ج- تعليم بعض الرقصات والالعاب الشعبيه المختلفه.

الجزء الثانى وفيه تعبر التلميذات عن بعض المشاعر والانفعالات والمواقف المختلفه مثل :-
أ- التعبير عن السعاده - الضحك - الاستقبال .

ب- حركة القطار - طرطشة الماء - الرعد - حركة الدوده - مشية الدب - قفزة الارنب -
حركات الاشجار والطيور .

ج- إختيار بعض اغانى الاطفال المختلفه وتقوم التلميذات بالتحرك معها معبرين عن كلمات
الاغنيه .

د- الابتكار الذاتى للتلميذات على الموسيقى المسجله والاغاني المختلفه.

الخطة الزمنية للبرنامج :

إشتمل البرنامج على ١٦ وحدة تدريبية (ملحق رقم ٧) طبق لمدة (١٦) أسبوع بواقع وحدة
تدريبية واحدة أسبوعياً موزعة على أربع دروس ،وقد إستغرق زمن الدرس الواحد ٦٠ دقيقة
وكان إجمالى عدد ساعات التدريب على البرنامج المقترح ٦٤ ساعة .

تطبيق أدوات البحث

التجربة الإستطلاعية:

قامت الباحثة بأجراء التجربة الإستطلاعية على عينة قوامها ١٠ أطفال من غير عينة البحث
وذلك من يوم الأحد ١٩٩٤/٩/٢٥ إلى الخميس ١٩٩٤/٩/٢٩ للتعرف على :-

- ١- مدى فهم المساعدات للعمل المطلوب منهن وقد أثبتت التجربة استعابتهن للعمل .
- ٢- مدى صلاحية أدوات القياس المستخدمة (الميزان الطبى - الرستازير) والبرنامج التدريبى
المقترح ومدى مناسبه لعينة البحث .

٣- التعرف على مدى صلاحية مكان التدريب وإعداده للعمل فى الوقت المحدد .

وأسفرت نتيجة التجربة الإستطلاعية عن صلاحية أدوات القياس ومناسبة البرنامج التدريبى
المقترح وإعداد المكان المخصص للعمل بشكل مناسب .

القياس القبلي:-

تم إجراء القياسات القبليّة لمجموعة البحث وذلك في الفترة من الثلاثاء ١٩٩٤/٩/٢٧ إلى الخميس

١٩٩٤/٩/٢٩ في جميع متغيرات البحث على النحو التالي :-

١- تطبيق مقياس القلق للأطفال يوم ١٩٩٤/٩/٢٨ .

٢- إستيفاء قائمة ملاحظة سلوك الطفل يوم ١٩٩٤/٩/٢٩ .

تطبيق البرنامج :

تم تنفيذ البرنامج المقترح على عينة البحث في الفترة من السبت ١٩٩٤/١٠/١ حتى الأحد ١٩٩٥/١/٢٩ وقد إشتملت خطة التدريب على (١٦) وحدة تدريبية بواقع وحدة تدريبية واحدة أسبوعيا موزعة على أربع دروس في أيام السبت والإثنين والأربعاء والخميس وإستغرق زمن الدرس الواحد ٦٠ دقيقة بإجمالي عدد ساعات ٦٤ ساعة ،وقد تم تطبيق البرنامج في الحديقة المخصصة لمدينة تحسين الصحة للرعاية الإجتماعية وذلك لما تتميز به من مساحة واسعة وجمال الأشجار المحيطة بها مما تعكس على النفس البهجة والإنشراح .

القياس البعدي :

بعد انتهاء المدة المحدده للبرنامج تم إجراء القياسات البعديّة لمتغيرات البحث المختارة على مجموعة البحث وفقاً لما تم إتباعه في القياسات القبليّة من يوم الأحد ١٩٩٥/١/٢٩ حتى الثلاثاء ١٩٩٥/١/٣١ .

الأسلوب الإحصائي المستخدم:

قامت الباحثة بأستخدام المعالجات الاحصائية التالية :-

١- المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و معاملات الإلتواء للتأكد من تجانس أفراد مجموعة البحث و إعتدالية المنحنى الطبيعي لمجتمع البحث مما اتيح إستخدام دلالات الفروق.

٢- إختبار " ت " لدلالة الفروق بين القياسات القبليّة و البعديّة لمجموعة البحث.

٣- مصفوفة إرتباط بين القياسات النفسية ، القلق و التوافق النفسي بأبعاد الخمسة (كلى ، شخصي ، أسرى ، إجتماعي ، مدرسي ، جسمي) .

وسجلت نتائج هذه البحث في الكشفو المعده لذلك لعمل المعالجات الإحصائية اللازمة لها . وسوف تستخدم الباحثة مستوى الدلالة ٠,٠١ ، للتأكد من معنوية النتائج الاحصائية للبحث .