

تأثير برنامج ترويجي رياضي باستخدام السيكودراما لتنمية التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة

اعداد:

أ / هاجر محمد سعيد^(١)

اشراف:

أ. د / حسن محمود الهجان^(٢)

أ.م.د / أماني شعبان عبد اللطيف^(٣)

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالي إلى تصميم برنامج ترويجي رياضي باستخدام السيكودراما لأطفال الروضة من (٤-٦) سنوات، والتعرف على تأثيره على تنمية التوافق العضلي العصبي (بين العين والقدم) لدى عينة البحث، وقد استخدم البحث المنهج التجريبي تصميم المجموعة الواحدة واتباع القياس القبلي والبعدي لها، وتكونت عينة البحث من عدد (٣٠) من الأطفال في مرحلة الروضة بروضتي دماريس وجاردينيا بالمنيا، طبقت عليهم مجموعة الأدوات من إعداد الباحثة، تمثلت في قائمة اختبارات التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة، والبرنامج الترويجي الرياضي باستخدام السيكودراما لتنمية التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة.

وقد توصلت نتائج البحث إلى فاعلية البرنامج الترويجي الرياضي المقترح باستخدام السيكودراما في تنمية بعض التوافق العضلي العصبي (بين العين والقدم)، لدى أطفال الروضة، وقد قدمت البحث عدداً من التوصيات من أهمها ضرورة العمل على تطبيق برامج الترويج الرياضي باستخدام السيكودراما وفتياتها في الروضات والمراكز والجمعيات المهمة بتنمية الأطفال في مرحلة الروضة.

الكلمات المفتاحية:

البرنامج الترويجي الرياضي- السيكودراما- التوافق العضلي العصبي- أطفال ما قبل المدرسة.

(١) باحثة بمرحلة الدكتوراه بقسم العلوم الأساسية كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنيا
(٢) أستاذ التربية الفنية ووكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع والبيئة سابقاً كلية التربية للطفولة المبكرة جامعة المنيا
(٣) أستاذ الترويج الرياضي المساعد كلية التربية الرياضية جامعة المنيا

The effect of a sports recreational program using psychodrama to develop the neuromuscular coordination between the eye and the foot among kindergarten children

Summary of the research:

The aim of the current research is to design a sports recreational program using psychodrama for kindergarten children from (4-6) years, and to identify its effect on the development of neuromuscular compatibility (between the eye and the foot) of the research sample, the research used the experimental method, designing one group and following its tribal and remote measurement, and the research sample consisted of (30) children in the kindergarten stage in Damaris and Gardenia kindergartens in Minya. in kindergarten children, and the recreational sports program using psychodrama to develop the neuromuscular compatibility between the eye and the foot for kindergarten children

The results of the research revealed the effectiveness of the proposed sports recreation program using psychodrama in developing some neuromuscular compatibility (between the eye and the foot), among kindergarten children. Interested in the development of children in the kindergarten stage.

Keywords:

sports Recreational program - psychodrama - neuromuscular coordination - pre-school children.

أولاً: مقدمة البحث:

تعد مرحلة الطفولة المبكرة من أهم مراحل النمو الإنساني وتعد الخمس سنوات الأولى من عمر الطفل حجر الأساس في نمو الوظائف النفسية للسنوات التالية، كما تعد هذه المرحلة ذات أهمية في تنمية القدرات والمهارات اللازمة لتشكيل شخصية الطفل وهويته في المستقبل وهذه المراحل من أخصب المراحل التربوية والتعليمية، نظراً لتأثيرها على الأبعاد المختلفة في حياة الطفل، التي تلبي حاجاته ورغباته وتعمل على تطوير مهاراته.

والطفل هو مركز اهتمام المناهج الحديثة، والمحرك الأساسي في جميع أنشطتها، فهي مصممه بحيث تسمح له بالمشاركة الذاتية، وتنمي فيه عنصر التجريب والمحاولة والاكتشاف، وتشجعه على اللعب الحر، وهذا كله يستوجب وجود نظام تربوي يستند على أحدث ما توصلت إليه نتائج البحث التربوي في المجالات التربوية والرياضية، حيث تعتمد التربية البدنية على الإمكانيات الفطرية الطبيعية المتاحة من خلال جسم الطفل، والتي يطلق عليها الحركة الأساسية. (مروه بدر، ٢٠١٨، ٢) وللتوافق العضلي العصبي أهمية كبيرة، وتظهر تلك الأهمية عندما يقوم الطفل بحركات تتطلب استخدام أكثر من عضو من أعضاء الجسم في وقت واحد، وخصوصاً إذا كانت هذه الأعضاء تعمل في اتجاهات مختلفة وفي نفس التوقيت، حيث يتطلب مكون التوافق تعاوناً كاملاً بين الجهازين العضلي والعصبي حتى يتمكن من أداء الحركات في أفضل صورة وأحسن أداء خاصة المعقد منها، الأمر الذي يدعو إلى ضرورة الاهتمام بتنمية هذا العنصر الهام، لاسيما في سن مبكر. (أحمد فؤاد، يوسف عبد الرسول، ٢٠٠١، ٧٣).

وتعتبر السيكودراما شكل من أشكال لعب الأدوار بالاستناد إلى نظرية مورينو في القياس الاجتماعي (السوسيو دراما) الذي يتواجد فيها النجم أو البطل (protagonist) والمشاركين في المجموعة هم يعتبروا الأدوات المساعدة للبطل (The auxiliary egos) التي تقوم بمساعدة البطل على إعادة تجسيد ومعايشة المشكلة الخاصة به ومساعدته في استبصار الحلول، ويكون هناك أيضاً المخرج (Director) والمعالج المساعد (Co director). (Foulke S., 2002, 87)

ويذكر وائل ماهر، أحمد كمال (٢٠١٦، ٣٠٥) أن السيكودراما ليست مجرد طريقة للعلاج والإرشاد النفسي الجماعي، بل بالإضافة إلي ذلك نجدها لها استخدامات متعددة، ومن ثم أصبح كما يقول رائدها "مورينو" ثورة علاجية نفسية بالإضافة إلي إن بها أبعاداً جسمية حركية مما يجعلها أفضل من الاستراتيجيات التي تستخدم مع الأطفال والكبار على حد سواء، فهي بمثابة وسيلة من وسائل التدريب، ووسيلة من وسائل التربية والتعليم، بالإضافة إلى اعتبارها أسلوباً من أساليب الترفيه والترويح.

ثانياً: مشكلة البحث:

من خلال عمل الباحثة كمعلمة رياض أطفال لاحظت قصور وتدني في مستوى التوافق العضلي العصبي (وبخاصة تلك الحركات التي تتطلب توافق بين العين والقدم) وظهر ذلك من خلال بطء في عملية التعلم الحركي، وكذلك اضطراب الأداء الحركي لبعض الواجبات الحركية مثل

المهارات الحركية الأساسية بالإضافة الي عدم قدرة الأطفال على ربط المهارات الحركية ببعضها وبطء الإستجابة الحركية (سرعة رد الفعل للواجب الحركي).

وقد قامت الباحثة بعمل دراسة مسحية للعديد من الدراسات التي تناولت التوافق العضلي العصبي فلاحظت ان معظمها تناول الفئات العمرية من سن ١٢ سنة فما فوق وخصوصاً الرياضيين منهم مثل دراسة انتصار عبد العزيز (٢٠٠٢)، ودراسة لؤي غانم الصميدي وآخرون (٢٠٠٢)، ودراسة وفاء عبد الحفيظ (٢٠٠٥)، ودراسة محمد جابر وآخرون (٢٠٠٥)، ودراسة مصطفى عبد النعيم (٢٠٠٧)، ودراسة هويدا فتحي، مديحة محمود (٢٠٠٨)، ودراسة علي محمد (٢٠١١)، ودراسة أحمد أمين (٢٠١٣)، ودراسة مرفت رجب (٢٠١٤)، ودراسة محمد صادق (٢٠١٥)، ولم تجد الباحثة أي دراسة تناولت التوافق العضلي العصبي (بين العين والقدم) لدى أطفال الروضة، لذا قامت الباحثة بتصميم استمارة استطلاع رأي لعدد (١٠) معلمات رياض الأطفال للتعرف على مهارات التوافق العضلي العصبي التي يتمتع بها الطفل، وقد أشارت نتائج استطلاع الرأي إلى تدني مستوى التوافق العضلي العصبي بنسبة (٨٣،٢٥%) لدى الطفل، مما يشير إلي ضرورة العمل على تنميته من خلال استخدام برامج علمية مقننة.

ومن خلال الإطلاع على الدراسات السابق ذكرها والتي أشارت الي أهمية تنمية التوافق العضلي العصبي إلا أن المناهج الدراسية المعدة، تحتوي على نسبة قليلة هي التي تسهم في تنمية التوافق العضلي العصبي للطفل، على الرغم من أن للتوافق العضلي العصبي أهمية كبرى في مرحلة التكوين الجسماني للطفل، حيث تسهم بدرجة كبيرة في زيادة قدرتهم الحركية على أداء واجباتهم اليومية والحياتية وممارسة كافة الأنشطة الرياضية بسهولة ويسر دون أي عناء أو مشكلات صحية. وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أهمية السيكودراما لدى الطفل حيث تعمل على التنفيس الانفعالي والعمل على تلقي العلاج المناسب له من خلال التمثيل المسرحي مثل دراسة سناء أبو دقة، إسماء العيويني (٢٠٢١)، ودراسة مروه بدر (٢٠١٨)، ودراسة أحمد خليل (٢٠٢٠)، ودراسة إيمان عادل (٢٠١٦)، ودراسة منى مصطفى (٢٠١١)، ودراسة (Wolpe 2008)، ودراسة منيرة المصحين (٢٠٠٧)، حيث أكدت تلك الدراسات على أهمية تطبيق السيكودراما كأسلوب غير تقليدي في تطوير المناهج والمقررات وتطوير شخصية الطفل.

كما أن التوافق العضلي العصبي له دور في تخفيف حدة العدوانية لدى الأطفال وهذا ما أشارت إليه نتائج دراسة هويدا فتحي، مديحة محمود (٢٠٠٨) والتي هدفت الي تنمية بعض القدرات التوافقية وتحسين مستوى الأداء المهاري وخفض حدة السلوك العدواني وذلك عن طريق تمرينات التايبو.

وتتلخص مشكلة البحث الحالية في أنها محاولة لتصميم برنامج تروحي رياضي باستخدام السيكودراما ومعرفة تأثيره على تنمية التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى طفل الروضة، وعلى حد علم الباحثة لم تجد أي من الدراسات تناولت هذه المشكلة.

وبناءً على ما سبق تتبلور مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:

ما هو تأثير البرنامج الترويحي الرياضي المقترح باستخدام السيكودراما في تنمية التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة؟

ثالثاً: أهمية البحث:

تتضح أهمية البحث النظرية والتطبيقية من خلال عدة نقاط كالتالي:

- (١) أهمية دراسة برامج الترويح الرياضي باستخدام استراتيجية السيكودراما في المناهج التربوية المعدة سواء من قبل وزارة التربية والتعليم أو من خلال المدارس والتعرف على أهميتها والهدف منها.
- (٢) التعرف على أهم الآليات التي يمكن أن تنمي التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى الأطفال في تلك المرحلة العمرية.
- (٣) الاستجابة لظروف العصر الذي نعيشه والتي تحتم علينا ضرورة الرعاية الكبرى لهذه الفئة العمرية الهامة والتي على أساسها تتشكل حياة الفرد من خلال استخدام آليات غير تقليدية كطريقة السيكودراما التي يمكن أن تسهم بدرجة كبيرة في تنمية التوافق العضلي العصبي لدى الأطفال.
- (٤) التعرف على مميزات وعيوب طريقة السيكودراما والتوصل إلى منهج متكامل يمكن تقديمه للمسؤولين بوزارة التربية والتعليم والذي بدوره يسهم في الارتقاء بالمنظومة التعليمية.
- (٥) يقدم البحث الحالي مجموعة من الأدوات التي قد تفيد القائمين على تربية ورعاية أطفال الروضة مثل قائمة اختبارات التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم، والبرنامج الترويحي باستخدام السيكودراما.
- (٦) يمكن الاستفادة من نتائج البحث الحالي في تقديم العناصر الرئيسية التي يجب أن يستند عليها منهج التربية الحركية من خلال التعرف على مقومات وإيجابيات برامج الترويح الرياضي باستخدام السيكودراما ومحاولة التوصل إلى منهج متكامل يعمل على تنمية التوافق العضلي العصبي للطفل.
- (٧) تعدد الفئات المستفيدة من نتائج البحث منها: أطفال الروضة، أولياء الأمور، معلمات رياض الأطفال، القائمون على تخطيط برامج رياض الأطفال.

رابعاً: أهداف البحث:

هدف البحث الحالي إلى:

- (١) تصميم برنامج ترويحي رياضي باستخدام السيكودراما لأطفال الروضة من (٤-٦) سنوات.
- (٢) معرفة تأثير البرنامج الترويحي الرياضي المقترح باستخدام السيكودراما على تنمية التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة.

خامساً: فروض البحث:

في ضوء أهداف البحث تفترض الباحثة ما يلي:

- (١) توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في متغيرات التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة لصالح القياس البعدي.
- (٢) تختلف نسبة التحسن المئوية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة.

سادساً: حدود البحث:

اقتصر البحث الحالي على الحدود التالية:

- (١) الحدود الزمنية: تم تطبيق البحث خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١ م.
- (٢) الحدود المكانية: تم تطبيق البحث في مدينة المنيا في روضتي (جاردينيا، ودماريس).
- (٣) الحدود البشرية: تم تطبيق البحث على عينة عشوائية قوامها (٣٠) طفلاً بمرحلة رياض الأطفال تتراوح أعمارهم ما بين (٤ - ٦) سنوات
- (٤) الحدود الموضوعية: تناول البحث الحالي عدة موضوعات تمثلت في (برامج الترويح الرياضي، التوافق العضلي العصبي، أطفال الروضة).

سابعاً: مصطلحات البحث:

• الترويح:

يعرف بأن الترويح بانه هو نشاط اختياري بثناء يمارس في وقت الفراغ وهدفه الأسمى هو السعادة والرضا عن النفس، ويسهم في تنمية جانب أو أكثر من جوانب الفرد (بدنياً ونفسياً واجتماعياً ووجدانياً وخلقياً ومعرفياً). (محمود إسماعيل، ٢٠١٣، ٣٦)

• البرنامج الترويح الرياضي:

هو مجموعة من الأنشطة الترويحية الرياضية المنظمة تحت إشراف رائد ترويح من أجل تحقيق هدف التربية الترويحية وهو تغيير سلوك الأعضاء في وقت الفراغ إلى السلوك الأمثل وذلك عن طريق تنمية معلومات ومهارات وتكوين اتجاهات إيجابية نحو شغل الفراغ. (تهاني عبد السلام، ٢٠٠١، ٢٣٣)

• السيكودراما:

هي الأسلوب الذي نصل من خلاله إلى بعض الحقائق النفسية، مستعينين بالطرق الدرامية وعناصر خمسة هي: المسرح، والعمل، والموجه، والأدوات المساعدة، والجمهور، والمشاهدين. (هالة الأبلم، ٢٠١٦، ٦٣)

• التوافق العضلي العصبي:

هو قدرة الفرد علي إدماج حركات من أنواع مختلفة داخل إطار واحد. (محمد صبحي، ٢٠٠١، ٣١٤)، كما يعرف بأنه هو قدرة الجهاز العصبي على إعطاء أكثر من أمر في الوقت نفسه أو مع فارق زمني قليل جدا ويعرف بأنه " قدرة الفرد للسيطرة على عمل أجزاء الجسم المختلفة والمشاركة في أداء واجب حركي معين وربط هذه الأجزاء بحركة أحادية انسيابية ذات جهد فعال لانجاز ذلك الواجب الحركي وينقسم إلى توافق عام وتوافق خاص، فهو يعد القدرة على التنسيق أو التوافق بين حركات مجموعة من الأطراف عندما تعمل معا في وقت واحد (لؤي غانم وآخرون، ٢٠٠٢، ١٣٦)

ثامناً: خطة وإجراءات البحث:

منهج البحث:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي لوضع الإطار النظري، كما استخدم المنهج التجريبي تصميم المجموعة التجريبية الواحدة، واتباع القياس القبلي والبعدي لها؛ وذلك لملائمته لطبيعة البحث الحالي.

مجتمع وعينة البحث:

اشتمل مجتمع الدراسة على أطفال الروضة للمرحلة السنوية (٤ - ٦) سنوات بروضتي (جاردينيا، دماريس) بمدينة المنيا للعام الدراسي (٢٠٢٠ / ٢٠٢١ م) الفصل الدراسي الثاني، والبالغ عددهم (١١٨) طفلاً، تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وقد قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية بلغ قوامها (٣٠) طفلاً يمثلون نسبة مئوية قدرها (٢٥,٤٢%) من إجمالي مجتمع البحث، تم تطبيق أدوات البحث عليها كمجموعة تجريبية واحدة، وقد تم التأكد من اعتدالية التوزيع التكراري للأطفال المجموعة طبقاً لمتغير السن والتوافق العضلي العصبي بين العين والقدم، وقد تراوحت معاملات الالتواء للمجموعة قيد البحث في السن والتوافق العضلي العصبي بين العين والقدم قيد البحث ما بين (-١.١٧، ٠.٧٣) أي أنها انحصرت ما بين (+٣، -٣) مما يشير إلى أنها تقع داخل المنحنى الاعتدالي وبذلك تكون العينة موزعة توزيعاً اعتدالياً.

أدوات البحث:

تمثلت أدوات البحث في:

أ) قائمة اختبارات التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة (إعداد الباحثة) مرفق (٣)

ب) برنامج تروحي رياضي باستخدام السيكودراما لتنمية التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة (إعداد الباحثة) مرفق (٥)

(أ) قائمة اختبارات التوافق العضلي العصبي لدى أطفال ما قبل المدرسة (إعداد الباحثة):

قامت الباحثة بالاطلاع على مجموعة من المراجع العلمية في مجال التمرينات والتوافق العضلي العصبي مثل بتشورا وآخرون (٢٠٢٠)، أكرم خطايبية (٢٠١٩)، لقاء علي، حسين علي (٢٠١٥)، أبو العلا أحمد (٢٠١٢)، أحمد فؤاد، يوسف عبد الرسول (٢٠٠١)، وكذلك بعض الدراسات التي أجريت في مجال التمرينات والتوافق العضلي العصبي لدى الأطفال مثل إيمان عادل (٢٠١٦)، محمد صادق (٢٠١٥)، مرفت رجب (٢٠١٤)، أحمد أمين (٢٠١٣)، هويدا فتحي، مديحة محمود (٢٠٠٨)، مصطفى عبد النعيم (٢٠٠٧)، محمد جابر وآخرون (٢٠٠٥)، دعاء فتحي (٢٠٠٥)، وفاء عبد الحفيظ (٢٠٠٥)، لؤي غانم وآخرون (٢٠٠٢)، وذلك لتحديد أبعاد التوافق العضلي العصبي المناسب تنميتها لدى أطفال الروضة، تمهيداً لاختيار أنسب الاختبارات التي تقيس تلك أبعاد التوافق العضلي العصبي لطفل الروضة، ومن ثم وضع الأبعاد والاختبارات المراد قياسها في استمارة استطلاع رأي وعرضها على مجموعة من السادة الخبراء ملحق (١)، من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجالات (الترويح الرياضي، والتدريب الرياضي، وعلوم الحركة الرياضية) وعددهم (٨) خبراء، لاستطلاع آرائهم حول أهم أبعاد التوافق العضلي العصبي والاختبارات التي تقيسها، وقد تم اختيار الاختبارات الخاصة بالتوافق العضلي العصبي بين العين والقدم؛ لحصولها على نسبة ٨٠ % من آراء السادة المحكمين، والملحق (٢) يوضح الصورة المبدئية لقائمة اختبارات التوافق العضلي العصبي لدى أطفال الروضة.

لتستقر قائمة الاختبارات في شكلها النهائي ملحق (٣)، متضمنة عدد (٢) اختبارات لقياس

التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى الأطفال، وهي كالتالي:

(١) اختبار الوثب داخل الدوائر المرقمة.

(٢) اختبار ركل الكرة. (لقاء علي، حسين علي، ٢٠١٥، ٧٣)

المعاملات العلمية لقائمة الاختبارات:

(١) الصدق:

لحساب صدق الاختبارات استخدمت الباحثة صدق الفروق بين الجماعات بطريقة المقارنة الطرفية بين الربع الأعلى والربع الأدنى، وذلك عن طريق تطبيق المتغيرات على العينة الاستطلاعية وقوامها (٣٠) طفل من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١): دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في التوافق العضلي العصبي قيد البحث (ن = ٣٠)

قيمة (ت)	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		التوافق العضلي العصبي	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الوثب داخل الدوائر	التوافق بين العين والقدم
**6.59	0.23	35.11	0.30	34.33	الوثب داخل الدوائر	التوافق بين العين والقدم
**4.33	0.52	0.60	0.52	1.60	ركل الكرة	

* دال عند مستوي (٠.٠٥) ** دال عند مستوي (٠.٠١)

يتضح من جدول (١) ما يلي:

توجد فروق دالة إحصائية بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في التوافق العضلي العصبي قيد البحث ولصالح الربيع الأعلى، وهذا يعني أن الاختبارات قادرة على التمييز بين المجموعات المختلفة.

(٢) الثبات:

لحساب ثبات الاختبارات استخدمت الباحثة طريقة التطبيق وإعادة التطبيق وذلك على عينة قوامها (٣٠) طفل من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، وبفاصل زمني مدته (٣) ثلاثة أيام بين التطبيقين الأول والثاني، والجدول التالي (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢): معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لاختبارات التوافق العضلي العصبي (ن=٣٠)

قيمة ر	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		القيمة	التوافق العضلي العصبي	
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		الوثب داخل الدوائر	التوافق بين العين والقدم
**0.98	6.85	27.88	7.15	28.28	دقيقة	الوثب داخل الدوائر	التوافق بين العين والقدم
**0.96	0.56	0.80	0.58	0.78	درجة	ركل الكرة	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) = ٠.٣٢٥ (٠.٠١) = ٠.٤١٨

** دال عند مستوي (٠.٠١)

* دال عند مستوي (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٢) ما يلي:

تراوحت معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في متغيرات التوافق العضلي العصبي ما بين (٠.٩٥ : ٠.٩٩) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات الاختبارات.

ج) برنامج ترويجي رياضي باستخدام السيودراما لتنمية التوافق العضلي العصبي للأطفال ما قبل المدرسة. (إعداد الباحثة)
الفلسفة القائم عليها البرنامج:

تعتمد فلسفة البرنامج الترويجي الرياضي المقترح على مبادئ السيودراما (Psychodrama) وفنيتها، والتي تعتبر في الأساس شكل من أشكال المعالجة النفسية من خلال التقنيات المسرحية، واستخدام المسرح كوسيلة للتربية وتعديل السلوك، وتدريب الأطفال على ممارسة الحركات الرياضية، وتقمص الشخصيات المتنزة، للوصول بهم إلى رفع مستوى التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لديهم.

وقد قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من الكتب والمراجع، وبعض الدراسات السابقة التي تناولت تصميم البرامج باستخدام السيودراما وفنيتها مثل دراسة دراسة (Aviv K., Hod O., 2021)، ودراسة سناء أبو دق، إسراء العيوني (٢٠٢١)، ودراسة (Azizollah et al., 2021)، ودراسة (Esra A., et al., 2021)، ودراسة أحمد خليل (٢٠٢٠)، بالإضافة إلى الدراسات التي تناولت تنمية التوافق العضلي العصبي، مثل إيمان عادل (٢٠١٦)، محمد صادق (٢٠١٥)، مرفت رجب (٢٠١٤)، أحمد أمين (٢٠١٣)، هويدا فتحي، مديحة محمود (٢٠٠٨)، مصطفى عبد النعيم (٢٠٠٧)، وفاء عبد الحفيظ (٢٠٠٥)، محمد جابر وأخرون (٢٠٠٥)، دعاء فتحي (٢٠٠٥)، لؤي غانم وأخرون (٢٠٠٢)، للتعرف على الأسس العلمية التي يجب مراعاتها عند تصميم البرنامج المقترح.

وقد مر إعداد البرنامج الترويجي الرياضي باستخدام السيودراما بالخطوات التالية:

١) تحديد أهداف البرنامج:

- الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج الترويجي الرياضي المقترح إلى تنمية التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة من خلال استخدام السيودراما.

- الأهداف الإجرائية للبرنامج:

بعد تحديد الأهداف العامة للبرنامج، تم صياغتها في صورة أهداف سلوكية (معرفية، ومهارية، ووجدانية) ووصفها وصفاً دقيقاً إجرائياً يوضح أشكال الأداء المتوقعة من الطفل في نهاية البرنامج، وقد سعى البرنامج إلى تحقيق الأهداف السلوكية التالية:

(أ) **الأهداف المعرفية:** بعد الانتهاء من البرنامج يجب أن يكون الطفل قادراً على أن:

- يتعرف على الباحثة وعلى زملائه.

- يميز بين أعضاء الجسم وفائدة كل عضو.

- يتعرف التقرييق بين جهة اليمين واليسار.
- يتعرف كيفية التحرك للاتجاهات المختلفة.
- يذكر النقاط الأساسية التي تعلمها خلال البرنامج.
- يسرد أحداث بعض قصص البرنامج.
- يعرف التوافق.

(ب) الأهداف المهارية: بعد الانتهاء من البرنامج يجب أن يكون الطفل قادراً على أن:

- يمارس حركات رياضية تتضمن التوافق العام للجسم.
- يمارس حركات رياضية تتضمن التوافق بين العين والقدم.
- يشارك زملائه في اللعب.
- يلقف الكرة بمهارة من الزميل.
- يتعاون مع زملائه في اللعب والتمثيل.

(ج) الأهداف الوجدانية: بعد الانتهاء من البرنامج يجب أن يكون الطفل قادراً على أن:

- يتقبل الآخرين.
- يتقبل نصح الآخرين له.
- يتعاون مع زملائه في اللعب.
- يحافظ على علاقته بأصدقائه.
- يحب زملائه.
- يستمع لنصح والديه.

٢) تحديد أسس البرنامج:

راعت الباحثة عند إعداد وتنفيذ البرنامج عدة أسس، منها أن:

- يعتمد البرنامج على فلسفة واضحة وهي (مبادئ السيكدوراما وفنياتها).
 - يكون للبرنامج أساس نظري ومرجعي قوي.
 - يراعي الخصائص النفسية والتربوية لعينة البحث (أطفال الروضة).
 - يتسم البرنامج بالتنشويق والإثارة للبعد بالأطفال عن الملل.
 - تعتمد جلسات البرنامج على فنيات وأساليب عديدة مثل تبادل الأدوار.
- كما اعتمدت الباحثة اثناء إعداد وتصميم البرنامج الترويحي الرياضي المقترح على مراحل العملية السيكدورامية، وهي (مرحلة التهيئة، مرحلة الحدث أو الفعل، مرحلة المناقشة أو الحوار).

٣) اختيار محتوى البرنامج:

لاختيار محتوى البرنامج قامت الباحثة بالرجوع إلى الكتب والمراجع المتخصصة في مجال التربية البدنية للأطفال، والسيكدوراما وكيفية توظيفها تربوياً بما يتناسب مع المحتوى وأهداف

البرنامج، مثل أكرم خطيبة (٢٠١٩)، محمد أحمد (٢٠١٨)، هالة الأبلم (٢٠١٦)، لقاء علي، حسين علي (٢٠١٥)، محمود إسماعيل (٢٠١٣)، دينا مصطفى (٢٠١٠)، وقد راعت الباحثة عند اختيار محتوى البرنامج أن يتم اختيار المحتوى في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسات السابقة والبحوث، وأن يكون المحتوى صحيح علمياً، والبعد عن التقليدية التي يشعر معها الأطفال بالرتابة والملل، وذلك من خلال تقديم المحتوى في صورة درامية، وبأفكار جديدة وألفاظ بسيطة تتناسب مع الأطفال، التدرج بالمحتوى أثناء تقديمه للأطفال من البسيط إلى المركب ومن السهل إلى الصعب، وفي ضوء ما سبق قامت الباحثة باختيار عدد من القصص الحركية والمسرحية، وبلغ عدد القصص المخصصة لتنمية التوافق العضلي العصبي (٩) قصص حركية مسرحية، وهي كالتالي:

١. مشية القطار
٢. الفراشة المطيعة
٣. البنك المركزي
٤. القطة والفأر
٥. القبض على اللصوص
٦. صياد السمك
٧. المحراث الزراعي
٨. رحلة إلى القمر
٩. الضابط الشجاع

٤) الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج:

تتضمن الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج الأدوات والأجهزة التي سوف تستخدمها الباحثة لتنفيذ البرنامج المقترح والمادة التدريبية، ومن الأدوات المستخدمة ما يلي:

■ أقماع	■ كرات بأحجام مختلفة.
■ مجسمات على شكل أسلحة.	■ أدوات موسيقية.
■ مجسمات متنوعة الاحجام لأسماك.	■ حبال.
■ مجسم كبير على شكل جرار زراعي.	■ ماسكات لشخصيات مسرحية متنوعة.
■ مجسم كبير على شكل سفينة فضاء.	■ بعض أدوات الكشافة.

٥) الفنيات المستخدمة في البرنامج:

تم استخدام فنيات واستراتيجيات متعددة بالبرنامج، وهي خاصة بالسيكودراما، وقد راعت الباحثة استخدام تلك الفنيات والاستراتيجيات بما يتناسب وطبيعة كل لقاء لتحقيق الأهداف المرجوة ومن تلك الاستراتيجيات والفنيات (التمثيل، تبادل الأدوار، القصص الحركية، المحاكاة، التعزيز الإيجابي، المناقشة والحوار).

٦) تنظيم محتوى البرنامج:

تم تنظيم محتوى البرنامج في (١٢) جلسة، تطبق على مدار (٤) أسابيع بواقع (٣) جلسات أسبوعياً، زمن الجلسة الواحدة (٤٥) دقيقة موزعة على كما يلي:

– التمهيد للجلسة ومدته (١٠) دقائق

– محتوى الجلسة، ومدته (٢٥) دقيقة

– التقويم، ومدته (١٠) دقائق

٧) أساليب تقويم البرنامج:

استخدمت الباحثة عدداً من أساليب التقويم منها الموجه وغير الموجه؛ على حسب طبيعة

ومحتوى كل جلسة، وقد راعت الباحثة أن يكون التقويم على عدة مراحل كالتالي:

• **التقويم القبلي:** ويتم في البداية قبل تطبيق لقاءات البرنامج، ويتضمن تطبيق قائمة اختبارات

التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم، على الأطفال (عينة البحث) لتقييم مستوى التوافق العضلي العصبي، ومن ثم الوقوف على نقاط الضعف والقوة.

• **التقويم المصاحب:** وهو تقويم متلازم ومستمر خلال تنفيذ لقاءات البرنامج، ومن خلاله يتم تقديم

التغذية الراجعة (feedback)، بحيث لا يتم الانتقال من لقاء إلى آخر إلا بعد التأكد من استيعاب الأطفال عينة البحث لمحتوى الجلسة السابقة وما تحتويه من مواقف تنمي لديهم التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لأطفال الروضة.

• **التقويم النهائي (الختامي):** ويتم بعد الانتهاء من تنفيذ جميع لقاءات البرنامج، ويتضمن تطبيق

قائمة اختبارات التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم، على الأطفال (عينة البحث) لتقييم مستوى التوافق العضلي العصبي، تمهيداً للقيام بعملية التحليل الإحصائي للنتائج وتحديد مدى التحسن في مستوى التوافق العضلي بين العين والقدم.

٨) عرض البرنامج في صورته الأولية على الخبراء:

قامت الباحثة بعرض البرنامج في صورته الأولية (مرفق ٤) على السادة من السادة الخبراء من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجالات (الترويح الرياضي، والتدريب الرياضي، وعلوم الحركة الرياضية) وعددهم (٨) خبير (ملحق ١)، لاستطلاع آرائهم حول مدى مناسبة البرنامج للأطفال قيد البحث من حيث أهدافه وتنظيم محتواه، ومناسبته لتحقيق أهداف البحث، وبعد الأخذ بآرائهم البناءة تم إعداد البرنامج في شكله النهائي (ملحق ٥).

إجراءات تنفيذ تجربة البحث:

أ) التجربة الاستطلاعية الأولى:

قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية في الفترة من الإثنين ١٥/٣/٢٠٢١م إلى يوم

الأربعاء الموافق ٢٤/٣/٢٠٢١م، للتعرف على مدى ملاءمة (قائمة اختبارات التوافق العضلي

العصبي بين العين والقدم) للتطبيق على العينة قيد البحث، وقد أسفرت البحث الاستطلاعية عن:

- ملاءمة قائمة اختبارات التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم للعينة قيد البحث.
- التأكد من المعاملات العلمية "الصدق، الثبات" لقائمة الاختبارات.

(ب) التجربة الاستطلاعية الثانية:

- قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية في الفترة من الأحد ٢٨/٣/٢٠٢١ م إلى يوم الإثنين الموافق ٢٩/٣/٢٠٢١ م، بهدف تجريب جلستين من جلسات البرنامج قيد البحث للتعرف على:
- ملائمة محتويات البرنامج ومناسبتها لمستوى قدرات العينة قيد البحث.
 - اختبار صلاحية الأجهزة والأدوات والمكان المستخدم لتنفيذ البرنامج.
 - التعرف على المشاكل التي قد تقابل عملية التنفيذ.

(ج) تطبيق التجربة الأساسية:

- تم تطبيق التجربة الأساسية للدراسة في الفترة من ١/٤/٢٠٢١ م إلى ٢/٥/٢٠٢١ م، طبقاً لما يلي:
- طبقت أدوات البحث (قائمة اختبارات التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم) على عينة البحث يوم البحث ١/٤/٢٠٢١ م.
 - طبقت جلسات البرنامج على عينة البحث في الفترة من الأحد ٤/٤/٢٠٢١ م إلى الخميس ٩/٤/٢٠٢١ م بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً
 - طبقت أدوات البحث (قائمة اختبارات التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم) على عينة البحث يوم الأحد ٢/٥/٢٠٢١ م

تاسعاً: عرض ومناقشة النتائج:

- من خلال أهداف وفروض البحث، وفي حدود عينته، ومن واقع البيانات والنتائج التي تم التوصل إليها من خلال المعالجات الإحصائية، سوف تستعرض الباحثة نتائج البحث وتفسيرها، وذلك للإجابة عن سؤال البحث والذي ينص على: ما هو تأثير البرنامج الترويحي الرياضي باستخدام السيكدوراما في تنمية التوافق العضلي العصبي لدى أطفال الروضة؟ وقد تمت الإجابة عنه من خلال التحقق من مدى صحة فروض البحث وفق الترتيب التالي:
- (أ) دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة قيد البحث في التوافق العضلي العصبي لأطفال ما قبل المدرسة.
- (ب) نسب التحسن المئوية بين القياسين القبلي والبعدي في التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم.

جدول (٣): دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة قيد البحث في التوافق العضلي العصبي لأطفال ما قبل المدرسة (ن = ٣٠)

قيمة ٢ ايتا	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		التوافق العضلي العصبي	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0.99	**44.04	7.13	25.57	7.20	28.23	التوافق بين العين	الوثب داخل الدوائر
0.68	**7.92	0.89	3.85	1.06	2.00	والقدم	ركل الكرة

قيمة (ت) الجدولية * دال عند مستوي (٠.٠٥) ** دال عند مستوي (٠.٠١)

يتضح من جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الأطفال عينة البحث في القياسين القبلي والبعدي في التوافق العضلي العصبي لصالح القياس البعدي، حيث تراوحت قيمة إيتا ما بين (٠.٦٨ : ٠.٩٩)، وقيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠١). وهذا يشير إلى أن هناك تقدم واضح وملحوس في مستوى الأطفال عينة البحث في أبعاد التوافق العضلي العصبي قيد البحث، ويرجع ذلك إلى البرنامج التروحي باستخدام السيكدوراما، وما يتميز به من ابتكار وتهئية بيئة الروضة، وتوفير الجو الملائم المشوق الذي يستثير دافعية الأطفال إلى التعلم، والذي يعتمد على روح الألفة والتعاون والعمل الجماعي بين الأطفال. كما تميز البرنامج المقترح بتوفير الأدوات وتضمنه على القصص الحركية المحببة إلى الأطفال، والتي تعتمد على استثارة جميع حواس الأطفال ودافعيتهم نحو أداء الحركات الرياضية التي تنمي التوافق العضلي العصبي لديهم.

وترجع الباحثة التقدم الذي ظهر على أطفال المجموعة التجريبية قيد البحث، إلى ما يحتويه البرنامج المقترح باستخدام السيكدوراما من نماذج مجسمة وتقمص لشخصيات متنوعة من بيئة الأطفال، مثل مجسمات طيور وحيوانات وأسماك وبعض المهن، بالإضافة إلى تضمينه قيم وسلوكيات متزنة تبتعد بالأطفال عن السلوكيات غير المرغوبة، وتحثهم على التعاون والتضامن والألفة ونشر الحب فيما بينهم.

كما تعزو الباحثة تلك النتيجة أيضا إلى أنها لم تقف على فنية واحد أثناء عملية التطبيق بل تنوعت في استخدام فنيات واستراتيجيات متعددة بالبرنامج، وهي خاصة بالسيكدوراما، وقد راعت الباحثة استخدام تلك الفنيات والاستراتيجيات بما يتناسب وطبيعة كل لقاء لتحقيق الأهداف المرجوة ومن تلك الاستراتيجيات والفنيات (التمثيل، تبادل الأدوار، القصص الحركية، المحاكاة، التعزيز الإيجابي، المناقشة والحوار)، كما أن البرنامج كان يتسم بالتنوع مما أدى إلى تجنب حدوث الملل لدى الأطفال عينة البحث وذلك من خلال التغيير في الأسلوب والتعزيز وطريقة الملاحظة وردود الأفعال التي تظهر عليهم.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع ما توصلت إليه دراسات عديدة، أشارت إلى إمكانية تنمية التوافق العضلي العصبي لدى الأطفال من خلال البرامج المعدة بطريقة علمية مدروسة، مثل دراسة أحمد أمين (٢٠١٣) والتي أشارت إلى أن تدريبات التوافق العضلي العصبي لها تأثير إيجابي على المستوى المهاري، ودراسة مرفت رجب (٢٠١٤) التي توصلت إلى أن البرنامج المقترح أدى إلى وجود فروق في مستوى التوافق العضلي العصبي لدى الأطفال دارسي البيانو وتنمية التوافق العضلي العصبي بين اليد والقدم والعين في تحسين استخدام البدال في آلة البيانو، ودراسة محمد صادق (٢٠١٥) إلى إيجاد العلاقة بين التوافق العضلي العصبي وأداء بعض المهارات الأساسية لدى الأطفال ناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع ما توصلت إليه دراسات أخرى مثل دراسة كل من لؤي غانم وآخرون (٢٠٠٢)، محمد جابر، وآخرون (٢٠٠٥)، دعاء فتحي (٢٠٠٥)، وفاء عبد الحفيظ (٢٠٠٥)، مصطفى عبد النعيم (٢٠٠٧)، هويدا فتحي، مديحة محمود (٢٠٠٨)، مرفت رجب (٢٠١٤)، إيمان عادل (٢٠١٦)، فقد توصلت تلك الدراسات إلى فاعلية البرامج الترويحية وفاعلية السيكدراما في تنمية وتحسين التوافق العضلي العصبي والسلوك التوافقي لدى الأطفال بصفة عامة وحتى الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

كما تتفق مع ما أشارت إليه بعض الدراسات من إمكانية تنمية التأزر الحركي البصري لدى أطفال الروضة من خلال برامج تربية مصممة على أسس علمية مثل دراسة طالب حسين وآخرون (٢٠١٢) والتي توصلت إلى فاعلية منهج تعليمي للتأزر الحس حركي على تعلم أداء المهارات الأساسية لمرحلة أطفال ما قبل المدرسة، ودراسة سماح إبراهيم (٢٠١٨) والتي أكدت فاعلية الأنشطة الحسية الحركية في الحد من صعوبات التأزر لدى أطفال الروضة ومن خلال ما سبق يتضح تحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على أنه: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في متغيرات التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة لصالح القياس البعدي.

جدول (٤): نسب التحسن المئوية بين القياسين القبلي والبعدي في التوافق العضلي العصبي

التوافق العضلي العصبي	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التغير المئوية
التوافق بين العين والقدم	28.23	25.57	9.42%
ركل الكرة	2.00	3.85	92.50%

يتضح من جدول (٤) أن نسب التحسن المئوية بين القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية تراوحت ما بين (٩.٤٢% : ٩٢.٥٠%)، مما يشير إلى تأثير البرنامج المقترح في تحسين التوافق العضلي العصبي.

كما يتضح من الجدول (٤) أن للبرنامج أثر إيجابي بكل ما تضمنه في تحسين التوافق العضلي العصبي، حيث إن الأطفال (عينة البحث) احتفظوا بأدائهم على قائمة الاختبارات وكان مستوى الأداء في القياس البعدي بنسبة أعلى من القياس القبلي.

وتعزو الباحثة هذا التحسن في تنمية التوافق العضلي العصبي لدى الأطفال (عينة البحث) إلى فاعلية السيكدوراما وتأثيرها الأطفال في تحسين القدرات البدنية والتوافق وغيرها من الجوانب المتعددة لدى الأطفال في مرحلة رياض الأطفال، وهذا ما أشارت إليه دراسات عديدة استخدمت برامج السيكدوراما، وأكدت على فاعليتها في تحسين متغيرات عديدة لدى الأطفال، مثل دراسة رانية عبد الرحيم (٢٠١٢)، سالي حسن (٢٠١٦).

كما تتفق تلك النتائج مع ما ذكرته أدبيات عديدة تم الإشارة إليها في الإطار النظري للدراسة، مثل ما ذكره (سيرجي، بوليفسيكي، ٢٠١٠، ١٢٥) أن التوافق العضلي العصبي لدى الأطفال يعد عنصر من عناصر اللياقة البدنية المهمة، ويتأثر بعوامل عديدة أثناء تنميته، والتي قامت الباحثة بمراعاتها أثناء التطبيق، ومنها الاهتمام بوسائل الامن والسلامة للوقاية من الإصابات، التدرج من السهل إلى الصعب وتحدد ذلك من خلال عدد الأعضاء أو أجزاء الجسم التي تشترك في الأداء، بالإضافة إلى الاستمرار في الأداء وتكراره حتى تتكون الاستجابة العضلية للأداء بمستوى مرتفع. كما تتفق مع نتائج دراسة أحمد حسن (٢٠١٨) والتي أكدت التأثير الإيجابي للسباحة الحرة في تخفيف صعوبات التآزر الحس حركي والتوازن الحركي العام لمرحلتها الطفولة المبكرة والمتأخرة. كما ترى الباحثة أن من أسباب هذا التحسن في النسب المئوية بين القياسين القبلي والبعدي في التوافق العضلي العصبي إلى بعض النقاط التي طبقت أثناء التنفيذ للبرنامج، ومنها:

- إتاحة فرص التعلم لجميع الأطفال، والسماح لهم بتمثيل الأدوار التي يحبونها، مما كان له تأثير إيجابي انعكس على زيادة نسبة التحسن في التوافق العضلي العصبي لديهم.
- تضمن محتوى البرنامج على عدد من المسرحيات التمثيلية، كان له أثره في استيعاب الأطفال عينة البحث للقيام بالأداء الحركي، وذلك لأن للدراما أسلوب جذاب وشيق ويتناسب مع خصائص الأطفال عينة البحث.

ومن خلال ما سبق يتضح تحقق صحة الفرض الثاني والذي ينص على أنه: تختلف نسبة التحسن المئوية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي في التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة.

استنتاجات البحث:

في ضوء نتائج البحث تستنتج الباحثة ما يلي:

- (١) أن البرنامج الترويحي الرياضي المقترح باستخدام السيكدوراما له تأثير إيجابي في تنمية التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لدى أطفال الروضة.

(٢) أن البرنامج الترويحي الرياضي المقترح باستخدام السيكدوراما له أثره في استيعاب الأطفال عينة البحث للقيام بالأداء الحركي مما أدى إلى زيادة مستوى التحسن في التوافق العضلي العصبي بين العين والقدم لديهم.

عاشراً: توصيات البحث:

- ١) في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج توصي الباحثة بما يلي:
(١) الاستفادة من البرنامج الترويحي الرياضي باستخدام السيكدوراما الذي قدمه البحث الحالي في تنمية التوافق العضلي والعصبي لدى أطفال الروضة.
- (٢) تطبيق السيكدوراما وفنياتها في الروضات والمراكز والجمعيات المهتمة بتنمية الأطفال في مرحلة الروضة.
- (٣) الاعتماد على السيكدوراما في بيئة التعلم بالروضة بما يثرى بيئة الطفل التعليمية والتعلمية.

حادي عشر: البحوث والدراسات المقترحة:

- (١) برنامج تدريبي قائم على فنيات السيكدوراما لتنمية عناصر اللياقة البدنية لدى أطفال ما قبل المدرسة.
- (٢) برنامج باستخدام قنوات اليوتيوب المتخصصة لإكساب أطفال ما قبل المدرسة مهارات التناول والمعالجة باستخدام الكرة.

مراجع البحث:

أولاً: المراجع العربية:

١. أحمد أمين احمد (٢٠١٣): تأثير برنامج تدريبي مقترح للتوافق العضلي العصبي على المستوى المهارى والرقمي لسباحي الدولفين، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
٢. أحمد حسن صابر (٢٠١٨): أثر برنامج تعليمي بالسباحة الحرة في تخفيف صعوبات التأزر الحس حركي والتوازن الحركي العام لمرحلتي الطفولة المبكرة والمتأخرة، مجلة علوم التربية الرياضية، جامعة بابل، عدد ٣، مجلد ١١، ص ص ٢٣٨ - ٢٦٧
٣. أحمد خليل منصور (٢٠٢٠): برنامج باستخدام السيكدوراما لتنمية الحصيلة اللغوية لدى أطفال الروضة ذوي صعوبات التعلم، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة المنيا.
٤. أحمد فؤاد الشاذلي، يوسف عبد الرسول أبوعباس (٢٠٠١): الأسس العلمية لتدريس التمرينات البدنية، الكويت، ذات السلاسل للطباعة والنشر والتوزيع.
٥. وائل ماهر غنيم، أحمد كمال البهنساوي (٢٠١٦): مدى فاعلية برنامج قائم على السيكدوراما في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد، مجلة جامعة الشارقة، عدد ٢، مجلد ١٣، ص ص ٢٩٨ - ٣٢٨.
٦. أكرم خطابية (٢٠١٩): التربية الرياضية للأطفال والناشئة، الأردن، دار اليازوري العلمية.
٧. انتصار عبد العزيز حلمي (٢٠٠٢): فاعلية برنامج مقترح للتوافق العضلي العصبي على زمن وسرعة استجابة العصب الحركي ومسافة وصول الإشارة العصبية لبعض العضلات ومستوى الأداء للرقص الحديث، مجلة بحوث التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، عدد ٦٠، مجلد ٢٥، ص ص ١ - ٢٦.
٨. إيمان عادل عبده (٢٠١٦): فاعلية السيكدوراما لتحسين السلوك التوافقي للأطفال المعاقين عقلياً المدمجين، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة القاهرة.
٩. بنتشورا، بانتوخينا، فولوبيفا (٢٠٢٠): الأطفال في سن مبكرة في رياض الأطفال- دليل المربين في رياض الأطفال، ترجمة ريما علاء الدين، دمشق، دار علاء الدين للنشر والتوزيع.
١٠. تهاني عبد السلام محمد (٢٠٠١): الترويح والتربية الترويحية، القاهرة، دار الفكر العربي.
١١. دعاء فتحي يوسف (٢٠٠٥): فاعلية أنشطة الترويح الدرامي في تنمية السلوك التوافقي للأطفال القابلين للتعلم بمدارس التربية الفكرية بمدينة طنطا، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية
١٢. دينا مصطفى (٢٠١٠): السيكدوراما، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

١٣. رانية عبد الرحيم محمد (٢٠١٢): أثر برنامج تدريبي قائم على السيكدوراما في تنمية الذكاءات المتعددة لدى أطفال الروضة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.
١٤. سالي حسن (٢٠١٦): فعالية برنامج تدريبي باستخدام السيكدوراما لتنمية التفاعل الاجتماعي للأطفال المتجلبين وأثره علي تقدير الذات لديهم، مجله كليه التربية، جامعه بورسعيد، عدد ٢٠، مجلد ٢٠، ص ص ٧٥-١١٩.
١٥. سماح إبراهيم علي (٢٠١٨): برنامج قائم على الأنشطة الحسية الحركية في الحد من صعوبات التأزر لدى أطفال الروضة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
١٦. سناء أبو دقة، إسرائ العبويني (٢٠٢١): فاعلية استخدام السيكدوراما في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى الأطفال من (٨- ١٠) سنوات في قطاع غزة، مجلة العلوم النفسية والتربوية، جامعة الشهيد حمة لخضر، الجزائر، عدد ٧، مجلد ١، ص ص ١٧٤-١٨٩.
١٧. طالب حسين حمزة، سامر عبدالهادي أحمد، فائز دخيل جراح (٢٠١٢): تأثير منهج تعليمي للتأزر الحس حركي على تعلم أداء المهارات الأساسية لمرحلة أطفال ما قبل المدرسة، مجلة علوم التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، عدد ٣، مجلد ٥، ص ص ٢٦-٥٤.
١٨. علي محمد ياسين (٢٠١١): التوافق العضلي العصبي وعلاقته بدقة أداء مهارتي المناولة الطويلة والتهديف السلمي بكرة السلة، مجلة ميسان لعلوم التربية الرياضية، جامعة ميسان العراق، عدد ٣، ص ص ٦٦-٩٠.
١٩. لقاء علي النداوي، حسين علي العبودي (٢٠١٥): الرؤية البصرية والنشاط الرياضي- قياسات واختبارات وتدريبات، بيروت، دار الكتب العلمية.
٢٠. لؤي غانم الصميدي وآخرون (٢٠٠٢): التوافق العضلي العصبي وعلاقته بدقة ضرب الإرسال التنس بالكرة الطائرة، مجلة ديالى الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، عدد ٧، ص ص ١٢٣-١٥١.
٢١. محمد أحمد خطاب (٢٠١٨): السيكدوراما، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
٢٢. محمد جابر، وائل محمد، عماد محمد (٢٠٠٥): تأثير برنامج مقترح لتنمية التوافق العصبي العضلي على تحسين الأداء في بعض رياضيات المعاقين ذهنيا، مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية، عدد ٦، مجلد ١، ص ص ١-٣٧.
٢٣. محمد صادق أحمد (٢٠١٥): التوافق العضلي العصبي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.

٢٤. محمد صبحي حسانين (٢٠٠١): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط ٤، القاهرة، دار الفكر العربي.
٢٥. محمود إسماعيل طلبية (٢٠١٣): مدخل إلى الترويح وأوقات الفراغ، ط ٣، القاهرة، دار الكتب المصرية.
٢٦. مرفت رجب حسن (٢٠١٤): برنامج لتنمية التوافق العصبي العضلي لدى دارس البيانو وأثره في استخدام البدائل في أداء مؤلفات الآلة، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية الموسيقية، جامعة القاهرة.
٢٧. مروه بدر عبد العظيم (٢٠١٨): فاعلية برنامج مقترح باستخدام التمرينات التمثيلية على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لدى طفل الروضة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة المنيا.
٢٨. مصطفى عبد النعيم علي (٢٠٠٧): تأثير برنامج لتنمية التوافق العصبي العضلي على بعض المهارات الأساسية لناشئي تنس الطاولة، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة بنها.
٢٩. منى مصطفى السبعيني (٢٠١١): فاعلية استخدام السيكدوراما في تخفيف بعض الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال المعرضين للإيذاء، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة.
٣٠. منيرة المصباحين (٢٠٠٧): بناء برنامج تدريبي قائم على السيكدوراما وقياس فاعلية في تنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى عينة من الأطفال ذوي صعوبات التعلم، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن.
٣١. هالة الأبلم (٢٠١٦): أسرار العلاج بالسيكدوراما، القاهرة، دار الهدهد للنشر والتوزيع.
٣٢. هويدا فتحي السيد، مديحة محمود عبد القوي (٢٠٠٨): تأثير برنامج مقترح باستخدام تمرينات التايبو على بعض القدرات التوافقية ومستوى الاداء المهاري في الجمباز وخفض مستوى السلوك العدواني لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، القاهرة، دار المنظومة للنشر، عدد ٣، مجلد ٣٠، ص ١٧٩ - ٢١٤.
٣٣. وفاء عبد الحفيظ غالي (٢٠٠٥): فاعلية برنامج باستخدام نظام الرموز الحركية على تحسين القدرات التوافقية للمعاقين سمعيا من (٩ - ١٢) سنة، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.

ثانياً: المراجع الأجنبية

34. Aviv K., Hod O.,(2021): Concretization as a Mechanism of Change in Psychodrama: ***Procedures and Benefits, Frontiers in Psychology***, Vol 12, pp 176- 193.
35. Azizollah M., Youns Z., Mahboobeh F.,(2021): Effectiveness of group psychodrama on aggression and social anxiety of children with attention-deficit/hyperactivity disorder: A randomized clinical trial, ***The Arts in Psychotherapy***, Vol 73 , N.4, pp. 403-435.
36. Esra A., Gizem S., Ozlem A., Sevim B.,(2021): The Effects of Psychodrama on the Emotional Awareness and Communication Skills of Psychiatric Nurses: A Randomized Controlled Trial, ***The Arts in Psychotherapy***, Vol 26, pp. 124-146.
37. Foulke S.,(2002): ***Theraputic Group Analysis***.(First published 1964) London, New York: Karnac Books.
38. Wolpe J.,(2008): ***The Effect of Psychodrama On developing children language*** ,New York. U.S.A