

## مدى إسهام الأنشطة الطلابية في تنميه بعض الجوانب البدنية لدى تلاميذ مدرسة الحديبية المتوسطة

عبد الله بن أحمد العنزي

مدرسة الحديبية المتوسطة || إدارة تعليم حفر الباطن || المملكة العربية السعودية

الملخص: هدف البحث إلى التعرف على دور الأنشطة الطلابية في تنميه بعض الجوانب الحركية لدى الطلاب بمدرسة الحديبية المتوسطة. ولتحقيق هذا الهدف استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم الباحث أيضاً مجموعة من أدوات الدراسة تضمنت جهاز الرستاميتير وميزان طبي وساعة إيقاف وكذلك مجموعة من الاختبارات التي تنمي الجوانب البدنية لدى الطلاب . حيث تكونت عينة الدراسة من (60) طالب من طلاب مدرسة الحديبية المتوسطة في محافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (30) طالب، وطبق البرنامج في الفصل الدراسي الأول للعام 1440/1439 هـ، وأظهرت نتائج الدراسة الآتي :

1. وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياسات البعدية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث.
  2. وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث.
  3. وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في بعض الجوانب البدنية .
  4. فاعلية البرنامج المقترح لتنمية المهارات البدنية لطلاب المرحلة المتوسطة .
- وقد أوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بالأنشطة الطلابية بالمرحلة المتوسطة، وضرورة تطبيق العديد من برامج الأنشطة التي تساعد على رفع اللياقة البدنية للطلاب .
- الكلمات المفتاحية: الأنشطة الطلابية، المهارات البدنية، المرحلة المتوسطة .

### المقدمة

تعتبر مدارس التعليم العام من أهم المؤسسات التي تعهد إليها المملكة العربية السعودية برعاية أبنائها من الطلاب وإكسابهم القيم والاتجاهات البناءة إلى جانب إكسابهم المعارف والمهارات، ولم تعد المدارس تهتم بالأهداف التعليمية والتربوية فقط، بل أصبحت تهتم بجانب ذلك إلى تحقيق أهداف اجتماعية أيضاً، حيث تعتبر مهمتها إحداث تغيير جوهري في بناء شخصية الطالب عقلياً ومعرفياً ونفسياً واجتماعياً بما يتيح له الاعتماد على نفسه مستقبلاً .

وإذا كانت وظيفة المدارس قد تطورت بحيث لم تعد تهتم بالعلم والمعرفة فقط في إعداد تلاميذها بل تسعى إلى تهذيب أخلاقهم وتمنية شخصياتهم لأنهم يمثلون قادة المستقبل، فإن ممارسة الأنشطة الرياضية تصبح أكثر أهمية إذا أردنا تطويراً حقيقياً للعملية التعليمية داخل المدرسة، وذلك لأن الأنشطة الطلابية والرياضية تعد مجالاً حيويًا من مجالات الأنشطة الكثيرة التي يمارسها الإنسان في حياته وليس جانباً ترفهياً كما يتصور البعض لأن النشاط الرياضي جانب تربوي سلوكي هام يعده كثير من علماء التربية الحديثة جزءاً متمماً للعملية التربوية والتعليمية .

وانطلاقاً من الفلسفة التي تحكم عمل التربية البدنية بالمدرسة فإن الأنشطة الطلابية و الرياضية التي يمارسها الطالب تمثل ركيزة أساسية من ركائز تنمية شخصيات الطلاب وعلاقتهم وقيمهم وسلوكياتهم من خلال اشتراكهم في الأنشطة الثقافية، الاجتماعية، الرياضية، الترويحية وغيرها ، والتي توفرها المدرسة ، حيث أن الأنشطة الطلابية تهدف إلى تنمية الطلاب حيث أن الطالب هو محور كل نشاط، والنشاط ذاته مكمل للجوانب التكميلية لشخصية الطالب .

### مشكلة البحث

تعد المدرسة من أهم المؤسسات التربوية التي تقوم بإعداد الطلاب بما تقدمه لهم من مقومات عقلية ونفسية وبدنية وترويحية من خلال المناهج الدراسية وكذلك الأنشطة الطلابية . وتتمثل أهمية الأنشطة الطلابية في تحقيق النمو المتكامل والمتزن للطالب من جميع جوانبه البدنية والمعرفية والنفسية والاجتماعية، كما تسهم إيجابياً في كيفية تعلم الطالب واستثمار وقت الفراغ، إذ يكتسب العديد من المهارات والأنشطة البدنية التي تتناسب مع ميوله ورغباته واستعداداته .

وتعتبر الأنشطة الطلابية ركيزة أساسية ضمن ركائز تنمية التنمية البدنية المتكاملة لشخصية الطالب والتي تهدف أيضاً إلى تنمية الطالب باعتباره محور النشاط .

فمن هذا المنطلق ومن خلال عمل الباحث كرائد نشاط بمدرسة الحديبية المتوسطة، لاحظ الباحث ضعف اللياقة البدنية للطلاب أثناء ممارسة الأنشطة المختلفة .

لذا يحاول الباحث إلقاء الضوء على الدور التربوي للأنشطة الطلابية، من خلال هذه الدراسة التي تهدف إلى التعرف على الدور التربوي للأنشطة الطلابية في تنمية الجوانب البدنية للطلاب مثل مهارات اللياقة البدنية وبعض المهارات الأخرى، خاصة في ظل هذا الاهتمام الملموس بالأنشطة الطلابية.

وبالتالي كان اهتمام البحث الحالي هو تنفيذ برامج بهدف التعرف على مدى إسهام الأنشطة الطلابية في تنميته بعض الجوانب البدنية لدى الطلاب .

ويمكن تحديد مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال الرئيس التالي :

- ما مدى إسهام الأنشطة الطلابية في تنميته بعض الجوانب البدنية لدى تلاميذ مدرسة الحديبية المتوسطة ؟  
ويتفرع منه الأسئلة التالية :

1- هل يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الجوانب البدنية قيد البحث ؟

2- هل يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث ؟

3- هل يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض الجوانب البدنية ؟

### فروض البحث

1- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الجوانب البدنية قيد البحث.

2- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث.

3- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في بعض الجوانب البدنية .

#### أهمية البحث

الأهمية النظرية : قد يسهم البحث في تطوير برامج النشاط الطلابي بشكل عام والأنشطة الرياضية بشكل خاص من خلال هذه التجربة التي تساعد على رفع اللياقة البدنية لطلاب .  
الأهمية التطبيقية : قد يفيد هذا البحث في توفير طرق ووسائل تم تطبيقها للرفع من اللياقة البدنية للطلاب، كما يمكن من خلال البحث تطوير حصص التربية البدنية لتؤثر على مستوى اللياقة البدنية للطلاب .

#### هدف البحث

تتمثل أهداف البحث الحالي في التالي:

1. التعرف على الفرق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الجوانب البدنية قيد البحث.
2. التعرف على الفرق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث.
3. التعرف على الفرق بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض الجوانب البدنية .

وتمثل الهدف الرئيسي للبحث الحالي في :

- التعرف على دور الأنشطة الطلابية في تنمية بعض الجوانب البدنية لدى طلاب مدرسة الحديبية المتوسطة.

#### مصطلحات البحث

الأنشطة الطلابية : مجموعة من الممارسات العلمية التي يمارسها الطلاب خارج الفصل، ويرمي إلى تحقيق بعض الأهداف التربوية ويكمل الخبرات التي يحصل عليها الطالب داخل الفصل الدراسي.<sup>(1)</sup>  
اللياقة البدنية : هي قدرة الفرد على العمل و أداء الواجبات والمتطلبات الحياتية اليومية دون الشعور بالتعب مع وجود فائض من الطاقة لاستغلاله عن الضرورة وفي الحالات الطارئة .  
المرحلة المتوسطة : مرحلة ثقافية عامة غابتها تربية النشء تربية إسلامية شاملة لعقيدته وعقله وجسمه وخلقه، ويراعى فيها نموه وخصائص التطور التي يمر بها، وهي تشارك غيرها في تحقيق الأهداف العامة للتعليم .<sup>(2)</sup>

#### الإطار النظري

تعريف النشاط الطلابي المدرسي : حزمة من البرامج التربوية الهادفة تنظمها المدرسة وفقاً لخطتها، تستهدف كافة المتعلمين في بيئة محفزة ومعززة للتعليم والتعلم يُختار منها ما يناسب ميولهم واهتماماتهم وحاجاتهم ليحقق نمو واتساع خبراته الشخصية على نحو يتكامل مع البرنامج التعليمي .<sup>(3)</sup>

### نشأة النشاط الطلابي المدرسي :

جاء إقرار مسمى الإدارة العامة للنشاط الطلابي في الاجتماع الثالث لرؤساء أقسام النشاط الطلابي في الإدارات التعليمية عام 1417 هـ الموافق عام 1996 م، تمشياً مع المفهوم الشامل للممارسات الطلابية داخل المدرسة وخارجها . وقد اشتملت هذه الإدارة على تشكيل اداري جديد شمل كلاً من:

1. إدارة النشاط الاجتماعي
2. إدارة النشاط الكشفي
3. إدارة النشاط العلمي
4. إدارة النشاط الثقافي
5. إدارة النشاط الرياضي
6. إدارة النشاط الفني والمهني
7. إدارة الميزانية والمتابعة
8. إدارة الشؤون الإدارية

وفي شهر ربيع الأول من عام 1419 هـ الموافق عام 1998 م، تم اعتماد تشكيل إدارة البرامج العامة والتدريب ضمن التشكيل الإداري للإدارة العامة للنشاط الطلابي حيث أنيط بها الإشراف على البرامج والفعاليات ذات الطابع المشترك بين مجالات النشاط الطلابي أضفه إلى مهام تدريب الطلاب.<sup>(4)</sup>

وتشرف الإدارة العامة للنشاط الطلابي على تخطيط وتقييم وتنسيق سائر النشاطات الخاصة بالإدارات المذكورة أعلاه سواء كانت هذه النشاطات صفية مدرجة ضمن الخطة الدراسية أو نشاطات عامة (لا صفية) لا تدخل ضمن الخطة الدراسية.<sup>(5)</sup>

وتعتبر الإدارة العامة للنشاط الطلابي الجهاز الذي يتولى شئون جميع الأنشطة الطلابية في حدود صلاحيات الوزارة، ويتعاون مع الإدارات الأخرى داخل الوزارة كما يتعاون مع سائر الأجهزة والمؤسسات الأخرى العاملة في حقول رعاية الشباب على تحقيق الرعاية المتكاملة للشباب. هذا وتؤكد أهداف الإدارة العامة للنشاط الطلابي أنها تستهدف تربية النشء تربية إسلامية متكاملة من النواحي الخلقية.<sup>(6)</sup>

### سمات النشاط الطلابي المدرسي :

يتسم النشاط الطلابي بمجموعة من السمات التي تميزه، بسبب طبيعته وبيئة تنفيذه التي تحاكي المواقف الحقيقية للحياة من حيث تلقائية التأثير وسهولة التنفيذ، ويمكن استعراض أهم تلك السمات على النحو التالي :<sup>(7)</sup>

**التقويم والتخطيط :** تنفيذ و تطبيق التقويم الذاتي وإعداد برامج النشاط الطلابي بناء على نتائجه وتضمينها في الخطط .

**التشويق والجدبية :** إثارة دافعية المتعلم واستقطابه نحو مواصلة التعلم من خلال ممارسة النشاط .

**الاختيار :** حرية اختياره للنشاط الذي يلبي حاجاته، ويتصل بحياته معتمداً على ذاته واستقلالية تفكيره .

**محفز :** تقديم النشاط بأسلوب يثير الدافعية ويطلق الطاقات الكامنة لدى المتعلمين وبيتعد عن الملل والفتور.

**المرونة :** التكيف والتلاؤم مع تغيرات البيئة أو الظروف الاجتماعية المحيطة .

**مجتمع متعلم :** الاندماج والتعاون بين أعضاء الأندية المختلفة من خلال المشاركة في إدارة برامج النشاط، تخطيطاً وتصميمًا وتنسيقًا وتنفيذًا وتقويماً .

قابلية التطبيق : تطبيق المعرفة في مواقف تحاكي مواقف حقيقية في الحياة .  
الواقعية : تهيئة مواقف للتعلم تحاكي واقع الحياة بعيداً عن الافتراض والخيال .

#### أهمية النشاط الطلابي المدرسي :

تؤكد البحوث التربوية والنفسية الحديثة على أهمية مراعاة خصائص نمو المتعلم، وكيفية تعلمه واكتسابه للخبرات، كما تؤكد على أن التربية يجب أن تكون شاملة، لا تقتصر على جانب واحد من جوانب شخصية المتعلم، بل تتناول ميوله، ورغباته، واستعداداته، وجوانبه العقلية والجسمية، والخلقية والاجتماعية .  
كما يساهم النشاط الطلابي في المملكة العربية السعودية في تمكين الطلاب من المساهمة في المسابقات الوطنية والعالمية، وتهيئتهم لسوق العمل السعودي، بإشراف فريق النشاط الطلابي<sup>(8)</sup> .

#### وظائف النشاط الطلابي المدرسي :

تؤدي المناشط التربوية عدداً من الوظائف السيكولوجية والتربوية والاجتماعية والتي تعبر عن بعض أهداف المدرسة، وتظهر هذه الوظائف أثناء ممارسة الطلاب للمناشط غير الصفية، ويمكن عرض هذه الوظائف فيما يلي :

1. الوظيفة السيكولوجية للنشاط : تسهم ممارسة المناشط غير الصفية في المدرسة بتحقيق جملة من الوظائف النفسية ومن أهمها تنمية الميول والمواهب، كما تعتبر المناشط غير الصفية مصدراً للدافعية داخل الصف<sup>(9)</sup> .

2. الوظيفة التربوية للنشاط : التفاعل مع مكونات النشاط يسهم في تعلم المعارف والعلوم، والدراسة النظرية تحتاج إلى أساس واقعي لكي يزداد معناها ومغزاها، كما ان الخبرة الذاتية والممارسة والنشاط يبسر للطلاب تعلم الكثير من المهارات والاتجاهات التي لا يمكن أن تتحقق لهم عن طريق الدراسة النظرية وحدها<sup>(10)</sup> .
3. الوظيفة الاجتماعية للنشاط : يسهم النشاط المدرسي في قيام الود والصدقة بين أفراد الجماعة التي تمارس نشاطاً واحداً، والتدريب على الخدمة العامة، وممارسة الديمقراطية، وتحمل المسؤولية، والتعاون والثقة بالنفس، واحترام الأنظمة والقوانين<sup>(11)</sup> .

كما تتوزع الوظائف التربوية للنشاط الطلابي في المدارس على ثلاث وظائف رئيسية، وهي على النحو الآتي:

- 1- إنمائي: بما تحتويها من الاتجاهات البنائية والإثرائية وبرامجها الإبداعية المتنوعة.
- 2- وقائي: بما تحتويها من اتجاهات التوعية والتحصين والحماية.
- 3- علاجي: بما تحتويها من برامج مساندة في علاج المشكلات والظواهر المنتشرة في البيئة المدرسية<sup>(12)</sup>.

#### مجالات النشاط الطلابي المدرسي وأنواعها:

توصلت البحوث التربوية والنفسية الحديثة إلى تحديد المكونات الرئيسة لشخصية المتعلم، لا يمكن فصل جانب منها أو تناوله بمعزل عن الجوانب الأخرى: حيث إنها متداخلة ومتشابكة، وللإسهام في تنمية هذه المكونات؛ كانت استجابة برنامج النشاط الطلابي. ولتسهيل دراستها وفهمها وتنميتها في ضوء شمولية المبادئ السمحة للدين الإسلامي ونظرتها الإيجابية للإنسان والحياة .... وعلى هذا الأساس يمكن تصنيفها على النحو الآتي :

الجانب المعرفي : البرامج التي تتضمن الخبرات المتصلة بالمعرفة والتعلم والبحث والتفكير واتخاذ القرار، وأهمها : برامج النشاط العلمي والنشاط الثقافي .

الجانب الحركي / البدني : البرامج المتصلة بصحة البدن وتنمية مهارات النفس - حركية : القوة واللياقة، السرعة والتحكم، التوافق والتأزر من خلال الأنشطة الصحية أو الحركية أو البدنية .

الجانب الوجداني : البرامج التي تتضمن الخبرات المتصلة بتنمية الجانب العاطفي من خلال الأنشطة الفنية والأدبية والثقافية ونحوها .

الجانب الاجتماعي : البرامج المتصلة بإدارة شؤون وعلاقات المجتمع والبيئة، و تتضمن برامج الخدمة الاجتماعية والعمل التطوعي وبرامج علاج المشكلات المجتمعية .<sup>(13)</sup>

أسس تنظيم النشاط الطلابي المدرسي :

هناك مجموعة مقاييس ترسم إطاراً تدور في فلكه ممارسة النشاط داخل المدرسة وخارج الفصل الدراسي ، وهذه المعايير تحدد موقعية النشاط من خطة الدراسة، فتحدد الوقت اللازم لممارسته أو المكان المخصص لهذه الممارسة، وكيفية اختيار أنواع الأنشطة في كل مدرسة، وأساليب تقويمها ودور المدرسة في ذلك .<sup>(14)</sup> واختيار النشاط على المستويين التخطيطي والتنفيذي يستند إلى عدة معايير أهمها :<sup>(15)</sup>

1. الارتباط بينه وبين عناصر المناهج الأخرى من أهداف ومحتوى وتنظيم المحتوى، وطرق استخدامه، ووسائل علمية متاحة، وأساليب تقويم .
2. الارتباط بينه وبين المتعلم من ناحية حاجات المتعلم واهتماماته وإثارته للتفكير وتنوعه .
3. إتاحة الفرصة أمام جميع الطلاب للمشاركة بفاعلية وإيجابية .
4. إثارة مشكلات تكون موضع دراسة وتحليل .
5. الحاجة إلى استخدام المعلم لمصادر متنوعة غير استخدام الكتب المدرسية .
6. اعتمادها على التخطيط المشترك بين المعلم وطلابه .
7. مراعاة ظروف كل مدرسة وظروف كل بيئة .
8. تمكين المعلم من كفايات تخطيط النشاط وتنفيذه مع طلابه .

الصعوبات التي تواجه النشاط الطلابي المدرسي :

بالرغم من الأهمية التي تحتلها الأنشطة الطلابية في الجانب التربوي فإنه قد يواجهها العديد من المصاعب والمعوقات التي تطفئ بريقها وتعيق انتشارها وتطبيقها: وقد بينت كثير من الدراسات العديد من هذه المعوقات، ويمكن تلخيص معوقات النشاط الطلابي في النقاط التالية :<sup>(16)</sup>

- 1- عدم وضوح الهيكل التنظيمي أو التوصيف الوظيفي للعاملين في مجال النشاط.
- 2- عدم الإيمان الحقيقي بقيمة الأنشطة وأهميتها وعدم وجود برامج إعداد حقيقية للمعلم لممارسة الأنشطة بأنواعها ممارسة تتصل بالمناهج الدراسية.
- 3- عدم توفير الإمكانيات المادية المناسبة لتحقيق متطلبات الأنشطة فالمباني الدراسية في بعض الأحيان تتناسب والأنشطة المطروحة كذلك ميزانيات النشاط ضئيلة.
- 4- عدم القدرة على تنظيم الأنشطة وهذا القصور يرجع إلى الانشغال بالتدريس.
- 5- قلة توفر الكفاءات الإدارية والفنية المتخصصة في مجال النشاط .
- 6- قلة إجراء الدراسات والأبحاث العلمية عن الأنشطة الطلابية.
- 7- عدم تزويد القائمين على الأنشطة بالدراسات والنتائج والتوصيات.
- 8- عدم وجود دورات تدريبية متخصصة للعاملين في النشاط الطلابي.
- 9- عزوف بعض المعلمين والطلاب عن ممارسة النشاط والمشاركة فيه.

### اللياقة البدنية :

اللياقة البدنية هي مجموع المكونات التي تؤهل الفرد للعيش بصورة مترفة فهي تتضمن جميع الابعاد المكونة للإنسان السعيد سواء كانت نفسية او عقلية او اجتماعية او بدنية .  
فالفرد يعيش الحياة بجسمه وعقله، يؤثر ويتأثر بالآخرين ويصارع الحياة طلباً للصحة والسعادة.<sup>(17)</sup>  
بحيث يستخدم الفرد في كثير من الاحيان نشاطه الخاص به ليتلاءم مع نشاطه المعتاد اليومي وبصورة فنية في التربية الرياضية .  
ويعد عنصر اللياقة البدنية من الامور الرئيسية والمهمة في جميع الاعمال والنشاطات للوصول الى تحديد المستوى .

### المرحلة المتوسطة :

هي مرحلة ثقافية عامة غايتها تربية النشء تربية إسلامية شاملة لعقيدته وعقله وجسمه وخلقه، ويراعى فيها نموه وخصائص التطور التي يمر بها . وهي تشارك غيرها في تحقيق الأهداف العامة للتعليم.  
الأهداف العامة للمرحلة المتوسطة :<sup>(18)</sup>

- 1- تمكين العقيدة الإسلامية في نفس الطالب، وجعلها ضابطة لسلوكه وتصرفاته، وتنمية محبة الله وتقواه وخشيته في قلبه.
- 2- تزويده بالخبرات والمعارف الملائمة لسنّه، حتى يلمّ بالأصول العامة والمبادئ الأساسية للثقافة والعلوم.
- 3- تشويقه إلى البحث عن المعرفة، وتعويدته التأمل والتتبع العلمي.
- 4- تنمية القدرات العقلية والمهارات المختلفة لدى الطالب، وتعمدها بالتوجيه والتهذيب.
- 5- تربيته على الحياة الاجتماعية الإسلامية التي يسودها الإخاء والتعاون، وتقدير التبعية وتحمل المسؤولية.
- 6- تدريبه على خدمة مجتمعه ووطنه، وتنمية روح النصح والإخلاص لولادة أمره.
- 7- حفز همته لاستعادة أمجاد أُمَّته المسلمة التي ينتهي إليها، واستئناف السير في طريق العزة والمجد.
- 8- تعويده الانتفاع بوقته في القراءة المفيدة، واستثمار فراغه في الأعمال النافعة، وتصريف نشاطه بما يجعل شخصيته الإسلامية مزدهرة قوية.
- 9- تقوية وعي الطالب ليعرف - بقدر سنه - كيف يواجه الإشاعات المضللة والمذاهب الهدامة والمبادئ الدخيلة.
- 10- إعداداه لما يلي هذه المرحلة من مراحل الحياة.

### ثانياً : الدراسات السابقة :

دراسة (الشاذلي، 2015) بعنوان "تقويم المشروع القومي للياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الإعدادية" والتي طبقت بجمهورية مصر العربية، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، و اجمالي العينة بلغت (200) موجه ومدرس و (470) تلميذاً. واستعان بالأساليب الإحصائية التالية : المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل الالتواء و الفرق بين نسبتين و معامل الارتباط بيرسون و معامل الفاكرونباخ و النسبة المئوية (%) كما تم استخدام مستوى الدلالة الإحصائية عند (0.05) . وتوصلت الدراسة نتائج من أهمها : أن هناك قصور في المشروع القومي للياقة البدنية للمرحلة الإعدادية بالأزهر الشريف، اهمال اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وهذا مغاير لما ينادى به العلماء والباحثين في هذا المجال، الإمكانيات المادية المتمثلة في الحوافز والمكافآت التي تمنح للتلاميذ والمشرفين والموجهين تحتاج إلى تطوير بما يواكب تغيرات العصر، أن قلة عدد حصص التربية الرياضية من أسباب ضعف اللياقة البدنية حيث بلغ عدد حصص التربية الرياضية واحده أسبوعياً(45دقيقة) وهو غير كاف .<sup>(19)</sup>

دراسة (كاظم، 2018) بعنوان "وصف الحالة البدنية وعلاقتها بأداء بعض الصفات والقدرات البدنية والحركية للطلاب"، استعملت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوبيه المسحي والدراسات الارتباطية لملائمتها طبيعة المشكلة، وبلغت مجتمع البحث (115) طالب، وكانت العينة (50) طالب تم اختيارهم عشوائياً وبالقرعة . واستنتجت الباحثة أن هناك علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين وصف الحالة البدنية والأداء البدني والحركة لعينة البحث من الطلاب .<sup>(20)</sup>

دراسة (عبد الله وبو مهران، 2017) بعنوان "دور استراتيجية التعلم التعاوني في تنمية المهارات الحركية لدى تلميذ سنة أولى متوسط"، و تكمن أهداف هذه الدراسة في إبراز الوظيفة الفعالة التي تلعبها استراتيجية التعلم التعاوني في تنمية مختلف جوانب نمو التلميذ خاصة الجانب العقلي والحركي، تم اختيار عينة بحثنا بشكل عشوائي والتي شملت 30 أستاذاً في التربية البدنية و الرياضة في مدينة متليلي ولاية غرداية، قام الباحثان بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام على شكل نسب مئوية، وقد أثبتت الدراسة أن استراتيجية التعلم التعاوني لها دور ايجابي في تحسين السلوك الحسي للتلميذ كما يعمل على تكوين خبرات حركية أولية تساهم في سرعة استيعاب المهارات الحركية وذلك بتنمية عملية الإحساس والعمل على اكتساب القدرات البدنية والصفات الحركية .<sup>(21)</sup>

دراسة (جباري، 2015)، بعنوان "تأثير برنامج للتمرينات البدنية على تنمية بعض عناصر اللياقة الحركية ومستوى الأداء المهاري لكرة القدم والجمباز لطلاب المرحلة المتوسطة"، هدفت هذه الدراسة إلى تعرف تأثير برنامج للتمرينات البدنية على تنمية بعض عناصر اللياقة الحركية) السرعة، الرشاقة، التوافق، الدقة (ومستوى الأداء المهاري لكرة القدم والجمباز لتلاميذ الصف الأول المتوسط، وذلك باستخدام المنهج التجريبي على عينة قوامها (60) طالباً، تم توزيعهم إلى ثلاث مجموعات (واحدة ضابطة، ومجموعتين تجريبتين) بواقع (20) طالباً لكل مجموعة . وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين المجموعات الثلاث في القياس القبلي، بينما أشارت نتائج القياس البعدي إلى وجود فروق دالة إحصائية في متغيرات) السرعة، والرشاقة، والدقة) بين المجموعات الثلاث لصالح المجموعة التجريبية التي طبقت برنامج التمرينات البدنية لتنمية مهارات كرة القدم.<sup>(22)</sup>

#### التعليق على الدراسات السابقة :

يتضح من استعراض الدراسات السابقة التي أجريت حول أثر الأنشطة الطلابية على اللياقة البدنية للطلاب وجود بعض أوجه التشابه والاختلاف بين تلك الدراسات والدراسة الحالية حيث أثبتت الدراسات السابقة إلى وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين اللياقة البدنية للطلاب ومشاركتهم في الأنشطة الرياضية، كما أجريت معظم الدراسات السابقة على طلاب التعليم العام ومنها ما ركز على الأنشطة الطلابية والمعلمين وممن سبق لهم العمل في مجال الأنشطة الطلابية، وأوصت معظم الدراسات السابقة الاهتمام بالأنشطة الطلابية وتطويرها . ويستفيد الباحث من الدراسات السابقة في تحديد مشكلة الدراسة وصياغة تساؤلاتها ووضع صياغة للدراسة الميدانية وتحديد العينة، وكذلك الاستفادة من النتائج التي توصلت إليها .

#### ثالثاً : خطة واجراءات البحث :

##### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث وذلك باستخدام التصميم التجريبي للمجموعتين متكافئتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة مع إجراء القياس القبلي والبعدي لمجموعتي البحث 0



#### مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث في طلاب مدرسة الحديبية المتوسطة والتي تقع في محافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية والذي يبلغ عددهم (350) طالب .

#### عينة البحث :

اشتملت عينة البحث على (60) طالب من طلاب مدرسة الحديبية المتوسطة حيث تقع المدرسة في محافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (30) طالب .

#### متغيرات الدراسة :

**المتغير المستقل:** يتمثل المتغير المستقل في هذه الدراسة في برنامج مقترح للأنشطة المدرسية في اللياقة البدنية.  
**المتغير التابع:** يتمثل المتغير التابع في هذه الدراسة في بعض المهارات البدنية لدى طلاب المرحلة المتوسطة وهي: مهارات القوة العضلية، السرعة، التحمل، المرونة والرشاقة .

#### وسائل وأدوات جمع البيانات :

- 1- الأجهزة المستخدمة :
  - جهاز الرستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر.
  - ميزان طبي مقنن لقياس الوزن بالكيلوجرام.
  - ساعة إيقاف لتحديد الزمن في بعض الاختبارات.
- 2- الاختبارات البدنية .
- 3- تنفيذ التجربة الأساسية:
- القياس القبلي : قام الباحث بإجراء القياس القبلي للمجموعتين (التجريبية والضابطة) للاختبارات البدنية قيد البحث .
- التجربة الأساسية: قام الباحث بتطبيق التجربة الأساسية للبحث على المجموعتين التجريبية باستخدام والضابطة وقد استغرق تطبيق التجربة (6) أسابيع .
- القياس البعدي: بعد الانتهاء من تطبيق التجربة الأساسية قام الباحث بإجراء القياس البعدي للمجموعتين (التجريبية والضابطة) للاختبارات البدنية والمهارة والاختبار المعرفي قيد البحث .
- 4- قام الباحث بتجميع النتائج بعد الانتهاء من تطبيق الاختبارات وتنظيمها وجدولتها ومعالجتها إحصائياً.
- 5- المعالجات الإحصائية: تم معالجة البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي- معامل السهولة والصعوبة - الوسيط -معامل الالتواء -الانحراف المعياري - اختبار (ت) - نسبة التحسن - النسبة المئوية .

#### المناقشة

يتناول هذا المحور عرضاً، بعد معالجة البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية المشار إليها في الفصل السابق، حيث تم التحقق من صحة فروض الدراسة، وتقدير فاعلية برنامج للأنشطة المدرسية لتنمية بعض المهارات البدنية

لدى طلاب مدرسة الحديدية المتوسطة، ومن ثم تفسير هذه النتائج، ومناقشتها في ضوء الأدبيات التربوية ذات العلاقة بموضوع الدراسة. وقد تم تصنيف نتائج البحث حسب التحقق من صحة فروضها، وفيما يلي عرض تفصيلي لذلك.

**أولاً : اختبار صحة الفرض الأول :** والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الجوانب البدنية قيد البحث " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ت) لدرجات الطلاب في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تطبيق اختبار اللياقة البدنية، ويتضح من الجدول التالي:

#### بعض الجوانب البدنية قيد البحث

المجموعة	القياس	عدد الطلاب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدالة الاحصائية
الضابطة	القبلي	30	4.46	1.42	4.40-	68	0.001 دالة
	البعدي	30	5.88	1.27			

يتضح من الجدول (1) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تطبيق اختبار اللياقة البدنية لدى طلاب مدرسة الحديدية المتوسطة، وذلك لصالح القياس البعدي، حيث بلغ متوسط درجات الطلاب في القياس البعدي (5.88)، في حين كان متوسط درجات الطلاب في القياس القبلي (4.46) .

كما أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب مدرسة الحديدية المتوسطة عينة البحث في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة في اختبار اللياقة البدنية للمجموعة الضابطة لدى الطلاب (4.40-) وهي أكبر بكثير من قيمتها الجدولية ومستوى دلالتها (0.001) أقل من (0.05)، الأمر الذي يشير إلى أن هذه الفروق ترجع إلى فاعلية الأنشطة الطلابية في تنمية بعض المهارات البدنية لدى طلاب مدرسة الحديدية المتوسطة.

وعليه يتم قبول الفرض الأول: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الجوانب البدنية قيد البحث " .

**ثانياً : اختبار صحة الفرض الثاني :** والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ت) لدرجات الطلاب في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تطبيق اختبار اللياقة البدنية، ويتضح من الجدول التالي:

#### بعض الجوانب البدنية قيد البحث

المجموعة	القياس	عدد الطلاب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدالة الاحصائية
التجريبية	القبلي	30	6.01	1.00	3.92-	68	0.003 دالة
	البعدي	30	6.62	1.57			

يتضح من الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تطبيق اختبار اللياقة البدنية لدى طلاب مدرسة الحديدية المتوسطة، وذلك لصالح

القياس البعدي، حيث بلغ متوسط درجات الطلاب في القياس البعدي (6.62)، في حين كان متوسط درجات الطلاب في القياس القبلي (6.01).

كما أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب مدرسة الحديدية المتوسطة عينة البحث في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة في اختبار اللياقة البدنية للمجموعة الضابطة لدى الطلاب (-3.92) وهي أكبر بكثير من قيمتها الجدولية ومستوى دلالتها (0.003) أقل من (0.05)، الأمر الذي يشير إلى أن هذه الفروق ترجع إلى فاعلية الأنشطة الطلابية في تنمية بعض المهارات البدنية لدى طلاب مدرسة الحديدية المتوسطة.

وعليه يتم قبول الفرض الثاني: "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث".

ثالثاً: اختبار صحة الفرض الثالث: والذي ينص على "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في بعض الجوانب البدنية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ت) لدرجات الطلاب في القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في تطبيق اختبار اللياقة البدنية، و يتضح من الجدول التالي:

جدول (3) اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في بعض الجوانب البدنية

القياس	المجموعة	عدد الطلاب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
البعدي	الضابطة	30	6.82	1.34	-2.136	68	0.036 دالة
	التجريبية	30	7.75	2.17			

يتضح من الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب في القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطبيق اختبار اللياقة البدنية لدى طلاب مدرسة الحديدية المتوسطة، وذلك لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية، حيث بلغ متوسط الدرجات في القياس البعدي للمجموعة التجريبية (7.75)، في حين كان متوسط الدرجات في القياس البعدي للمجموعة الضابطة (6.82).

كما أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الدرجات في القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة في القياس البعدي (-2.136) وهي أكبر بكثير من قيمتها الجدولية ومستوى دلالتها (0.036) أقل من (0.05)، الأمر الذي يشير إلى أن هذه الفروق ترجع إلى فاعلية الأنشطة الطلابية في تنمية بعض المهارات البدنية لدى طلاب مدرسة الحديدية المتوسطة.

وعليه يتم قبول الفرض الثالث: "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في بعض الجوانب البدنية".

## نتائج البحث

من خلال ما استهدفه هذا البحث في التعرف على دور الأنشطة الطلابية في تنمية بعض الجوانب البدنية لدى طلاب مدرسة الحديدية المتوسطة بمحافظة حفر الباطن، ومن خلال الإجراءات العلمية التي اتبعت لتحقيق هذا الهدف يعرض الباحث ما توصل إليه :

- 1- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياسات البعدية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث نتيجة اشتراكهم بدرس التربية البدنية .
- 2- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث نتيجة اشتراكهم في الأنشطة الطلابية .
- 3- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في بعض الجوانب البدنية نتيجة اشتراكهم في الأنشطة الطلابية .

## الخلاصة

إن الهدف المراد الوصول إليه هو معرفة ما إذا كانت الأنشطة الطلابية تلعب دوراً إيجابياً في تحسين اللياقة البدنية للطلاب، وكذا تساعد في تنمية بعض المهارات الحركية من أجل الوصول إلى الأداء الجيد للحركة، وما يمكن استنتاجه من تصفح نتائج هذا البحث أنه يجب تنفيذ برامج خاصة باللياقة البدنية والحركية في حصص البدنية من قبل المعلمين وذلك لوعيهم وإدراكهم لأهمية مثل هذه البرامج على النمو البدني والنفسي، والنفسي الحركي والعقلي لما لها من فوائد في تطوير وتحسين المهارات الحركية للطلاب .

كذلك استنتجنا من خلال نتائج البحث أن الأنشطة الطلابية لها أهمية كبيرة، حيث أصبح من أهم الطرق التي تساعد المعلمين على تحقيق جملة من الأهداف التي تسعى إليها حصص التربية البدنية، وذلك انطلاقاً من التأثير على الطالب من جميع الجوانب: البدني، والعقلي وخاصة الجانب الحركي.

وقد أثبتت الدراسة أن الأنشطة الطلابية لها دور إيجابي في تحسين السلوك الحسي للطلاب كما تعمل على تكوين خبرات حركية أولية تساهم في سرعة استيعاب المهارات الحركية وذلك بتنمية عملية الإحساس والعمل على اكتساب القدرات البدنية والصفات الحركية مما يؤدي إلى تحسين الأداء الحركي، وللوصول إلى هذه النتيجة كان من الضروري معرفة دور الأنشطة الطلابية في تحسين السلوك وتنمية بعض المهارات الحركية للطلاب من أجل الأداء الحركي الجيد، وهذا ما يثبت صحة الفرضيات القائلة :

- 1- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لصالح القياسات البعدية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث.
- 2- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية في بعض الجوانب البدنية قيد البحث.
- 3- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في بعض الجوانب البدنية .

## المقترحات

- في إطار هذا البحث في وعلى ضوء فروض ونتائج الدراسة ورغبة منا في المساهمة في إعطاء صورة عامة عن دور الأنشطة الطلابية في تنمية المهارات البدنية و الحركية لطلاب المرحلة المتوسطة من خلال ما توصلنا إليه في هذا البحث تم الخروج باقتراحات وبعض التوصيات والتي ندرجها لأجل ترك مجال البحث مفتوح في هذه المواضيع الهامة المستقبلية التي تسهم كما يلي:
- تدريب المعلمين على استخدام برامج تدريبية حديثة أثناء حصص التربية البدنية لاستخدامها في التدريس .
  - قيام مشرفو مواد البدنية بزيارات للمعلمين والحث على استعمال برامج حديثة تنمي المهارات البدنية و الحركية وجلب الطلاب لحصص التربية البدنية والرياضية.
  - ضرورة توعية المعلمين بضرورة الأنشطة الطلابية ودورها في تحسين عملية التعلم الحركي كي يتم إدماجها في حصص التربية البدنية والرياضية.
  - اهتمام معلمو التربية البدنية بالمهارات الحركية وكذلك الجانب العقلي و البدني للطلاب .
  - إجراء المزيد من الدراسات حول الأنشطة الطلابية في تنمية اللياقة البدنية لكل المراحل الدراسية.
  - عقد دورات أثناء فترة التدريب لرفع كفاية المعلم في التربية الرياضية في كيفية تنظيم الأنشطة الطلابية .
  - حث الطلاب على الاشتراك في الأنشطة الطلابية .
  - توفير ميزانية خاصة من قبل إدارة المدرسة للطلاب للأنشطة الطلابية .

## التوصيات

- في ضوء نتائج الدراسة يقترح الباحث تصميم برامج خاصة برفع اللياقة البدنية لطلاب المرحلة المتوسطة ويمكن تعميمها لتشمل المرحلة الثانوية أيضاً .

## المصادر والمراجع

- وزارة المعارف، 1406هـ، ص 5 .
- سياسة التعليم في المملكة، ص 17 .
- دليل النشاط الطلابي للمرحلة المتوسطة، ص 2 .
- موقع وزارة التعليم
- <https://departments.moe.gov.sa/EDUCATIONAGENCY/RELATEDDEPARTMENTS/STUDENTSACTIVITIES/BOYS/Pages/default.aspx>
- موقع وزارة التعليم، مرجع سابق.
- موقع وزارة التعليم، مرجع سابق.
- دليل النشاط الطلابي للمرحلة المتوسطة، 2016، ص 5
- مشروع الملك عبد الله بن عبد العزيز لتطوير التعليم العام، دليل النشاط الطلابي، ص 11
- شحاتة، حسن . النشاط المدرسي، مفهومه، وظائفه، مجالات تطبيقه، القاهرة، الدار المصرية اللبنانية، 1423 هـ، ص 37 .
- شحاتة، حسن . مرجع سابق، ص 42 .
- شحاتة، حسن . مرجع سابق، ص 47 .

- مشروع الملك عبد الله بن عبد العزيز لتطوير التعليم العام، دليل النشاط الطلابي، ص13
- دليل النشاط الطلابي للمرحلة المتوسطة، ص7
- شحاتة، حسن . مرجع سابق، 1423 هـ، ص 58
- شحاتة، حسن . مرجع سابق، 1423 هـ، ص 60
- الحربي، عبد الله حمود، 2001، النشاط الطلابي . مؤتمر النشاط الطلابي ودوره في العملية التربوية . جامعة الملك سعود . الرياض . في مايو 1-2 مايو 2001 .
- كمال عبد الحميد، محمد صبحي : اللياقة البدنية ومكوناتها، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997، ص17.
- سياسة التعليم في المملكة العربية السعودية، ص18
- الشاذلي، إسلام محمد أحمد، 2015 : تقويم المشروع القومي للياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، أطروحة (ماجستير) - جامعة المنصورة. كلية التربية الرياضية. قسم علوم الصحة الرياضية .
- كاظم، رواء علاوي، 2018، وصف الحالة البدنية وعلاقتها بأداء بعض الصفات والقدرات البدنية والحركية للطلاب، جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- د.بو جرادة عبد الله جامعة قاصدي مرباح، أ.الزهرة بو مهراس، 2017، دور استراتيجية التعلم التعاوني في تنمية المهارات الحركية لدى تلميذ سنة أولى متوسط، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 29 .
- علي محمد جباري، 2015، تأثير برنامج للتمرينات البدنية على تنمية بعض عناصر اللياقة الحركية ومستوى الأداء المهاري لكرة القدم والجمباز لطلاب المرحلة المتوسطة .

## The extent to which student activities contribute to the development of some physical skills among the students of the intermediate school

**Abstract:** The aim of the research is to identify the role of student activities in developing some aspects of mobility among students in Al Hodaybiyah intermediate school. To achieve this goal, the researcher used the analytical descriptive method. The researcher also used a set of study tools, including a rectometer, a medical balance and a stopwatch, as well as a set of tests that develop the physical aspects of students. The study sample consisted of (60) students from Al Hodaybiyah Middle School in Hafr Al Batin Governorate in Saudi Arabia. They were divided into two groups, one experimental and the other 30 students. The program was implemented in the first semester of 1439/1440 E. The results of the study showed the following:

1. There are statistically significant differences between the mean scores of the tribal and remote measurements of the control group in favor of dimension measurements in some physical aspects under consideration.
2. There are statistically significant differences between the mean scores of the tribal and remote measurements of the experimental group in favor of dimension measurements in some physical aspects in question.
3. There are statistically significant differences between the averages of the two dimensional measurements of the control and experimental groups in favor of the post-measurement of the experimental group in some physical aspects.
4. The effectiveness of the proposed program for the development of physical skills for middle school students.

The study recommended focusing on student activities in the intermediate stage and the need to implement many programs of activities that help to improve the physical fitness of students.

**Keywords:** student activities, physical skills, intermediate stage.