

A Report on  
ALHARAKA BARAKA  
Pilot Study

By

Professor Hazzaa M. Al-Hazzaa, PhD, FACSM

Director, Exercise Physiology Laboratory  
King Saud University  
Riyadh, Saudi Arabia

Email: [alhazzaa@ksu.edu.sa](mailto:alhazzaa@ksu.edu.sa)  
[halhazzaa@hotmail.com](mailto:halhazzaa@hotmail.com)

Feb, 2006

# Report on the ALHARAKA BARAKA Pilot Study

---

## Introduction

As part of an evaluation scheme for the ALHARAKA BARAKA program, we undertook a pilot study aimed to assess the suitability of this physical activity program to the primary school children and to gain some feedbacks from the teachers, the children themselves and the parents. Specifically, the pilot study objectives were:

- § To gain insight into the students' and parents' levels of interest in the program.
- § To measure short term outcomes of ALHARAKA BARAKA program.
- § To identify ways to improve the project.

Specific questions that were to be answered include:

- § What are the impressions and attitudes of students, teachers and parents about the ALHARAKA BARAKA project?
- § Are there any difficulties/barriers to the program implementation in the primary schools within the time and resources available to P. E. programs in Saudi Arabia?
- § What are the changes or additions if any that need to be introduced to the current version of the ALHARAKA BARAKA program? and,
- § If possible, do the students become more active as a result of the project implementation?

## Materials and Methods

### Brief Description of ALHARAKA BARAKA Program:

ALHARAKA BARAKA (AHB) is a new educational program aimed at primary schools in the GCC countries, although the concept may be extended to all Arab countries. It focuses on the promotion of physical activity for all abilities, without the need for competitive or group sports. It is designed to be used within a classroom setting, although many of the suggested activities can be performed outside or at home. The program is aimed at 9–12 year olds, but the concept transcends age groups, genders and generations. For easy access & distribution, AHB is web and CD based program. It provides a valuable introduction and background to the importance and benefits of physical activity, especially for the growth, development and well-being of children and adolescents. It also underlines the consequences of less healthy lifestyles. AHB provides teachers with the resources necessary to plan a series of four activity based lessons. They are very easy to implement and can be adapted according to the students' needs and environment. The AHB program is currently consisting of five main parts: parents guide, teachers guide, and four teaching units based upon three main physical activity themes: aerobic, strength & flexibility.

### **Timing of the Pilot Study:**

We knew from the beginning that based on the content of **AHB** instructional materials that we needed at least four weeks for the implementation of the program. In addition, we needed one week before the start of the program and another week after its completion to allow for pedometry assessment (in at least one school).

After careful preparation, it was decided that the pilot work should be conducted at the end of the second term for the school year 2004/2005. We also knew that we must avoid carrying out the pilot study anywhere near mid-term or final exams periods. However, due to the delay in the production of the hard copy materials of the **AHB** program, we could not start on the scheduled time. Finals exams, then, approached and we had to postpone the start of the pilot study until the beginning of the first term of the school year 2005/2006. Due to Ramadan month, in which classes become shorter and activity patterns of the people generally change, we decided to conduct the pilot work after the Eid Holidays. After a slight delay, due to the mid term exams commencement, we were able to conduct the pilot study for **AHB** program at the beginning of December, 2005. However, the group in Bahrain could not start on the same time with us, and they decided to carry out the pilot study sometimes by the end of February or the beginning of March of 2006.

### **Participants and Design of the Pilot Study:**

Our target populations in **AHB** program are pupils in the primary schools from third to sixth grades, their teachers and parents. So we have selected for **AHB** pilot work a sample from the above target groups. Therefore, four schools in Riyadh educational district were chosen and the **AHB** was implemented for two weeks in every one of them. This represents a total of four-40 minutes of physical education sessions in each school. The selection of the schools was considered a purposeful and not a random selection. However, the classes in each of the selected school were chosen randomly at each grade level. Before the beginning of **AHB** pilot, the involved teachers were given a training workshop to familiarize them with the **AHB** program, the pilot procedures and the evaluation forms. **AHB** materials, including CD and family booklets were distributed to the pupils and their parents at the beginning of the pilot work. Right after the program implementation, we obtained feedback from the teachers, the students and the parents, using three different types of questionnaires.

Additionally, we carried out continuous three-day physical activity assessments at King Saud University primary school each at pre and post program implementation, using pedometers. When measuring physical activity, we have randomly chosen two classes each from the third and sixth grades, and assign them randomly to experimental and control groups.

## **Measures:**

We measured physical activity using pedometers attached to the students pant at waist line. Measurements carried out for three consecutive days before the start of the program and then for another three days right after finishing the **AHB** program. Students were instructed to keep the device attached to the body until bed time and then putting it back in the next morning for the three days period. Parents were also given instructions with diagram on how to place the pedometer back in case it was removed from its proper place (see **appendix 1**). The pedometer measures how many steps the student takes during the observation period. In addition to physical activity assessment we measured body weight, height, and triceps and subscapular skinfold thicknesses.

There were three different types of questionnaires that were filled by the four teachers applying the program, the pupils involved in the program and their respective parents. These questionnaires contain specific questions for each group and range in numbers from five questions for students to 12 questions for teachers (see **appendix 2**). Furthermore, we sought opinions and feedback about **AHB** programs from additional 10 P. E. teachers/supervisor through a questionnaire form that is similar to the one used by the teachers who applied the program. These P. E. teachers/supervisors, though, were familiar with **AHB** program and most of them have attended the training workshop.

## **Results**

Results of **AHB** pilot study are divided into two sections. The first section presents the physical activity findings, and the second one describes the outcomes of the questionnaires responses which were distributed to teachers, children and parents.

### **Part 1: Results from the Physical Activity assessment**

As shown in table 1, there was no significant difference in any of the physical characteristics between the experimental and the control groups. Age in years ranged from 8.10 to 12.4. Physical activity levels, based on steps counts, dropped slightly for both groups after the program compared to pre levels. However the decrement in step counts was smaller in the experimental group compared to the control group. Dividing the group into third and sixth grade subgroups did not change the results much. We also plotted the proportions of students with 10000 steps or more per day before and after **AHB** program implementation in both the experimental and the control groups as seen in table 2. It clearly shows that the decrements in the proportion of boys in the experimental group (11.5%) were much smaller than that in the control group (26.5%).

These findings may indicate that the two weeks period may not be enough to show a significant effect for **AHB** program on students' activity levels. It may also point out that pedometers are not sensitive enough to account for every type of physical activity that students may be involved in. However there was a clear trend indicating lower decrements in activity levels in those boys who applied AHB program.

**Table1. Descriptive characteristics of the subjects in the experimental and the control groups (means and standard deviations).**

<b>Variable</b>	<b>Experimental (N= 52)</b>	<b>Control (N= 49)</b>	<b>Mean differences *</b>	<b>Significance level</b>
<b>Age (yrs)</b>	10.39 ± 1.5	10.41 ± 1.5	- 0.02	0.93
<b>Weight (kg)</b>	37.9 ± 13.1	36.5 ± 10.6	1.4	0.55
<b>Height (cm)</b>	138.8 ± 10.8	139.9 ± 10.3	- 1.1	0.59
<b>Sum of triceps &amp; subscapular skinfolds (mm)</b>	28.5 ± 17.3	25.5 ± 17.0	3.0	0.38
<b>Fat %</b>	23.9 ± 11.1	21.7 ± 9.9	2.2	0.28
<b>Step counts per day (Pre)</b>	13820.9 ± 5600.9	12.684.1 ± 6268.8	1136.8	0.38
<b>Step counts per day (Post)</b>	13712.3 ± 5119.9	12073.1 ± 4223.8	1639.2	0.19
<b>Post-Pre steps counts</b>	- 108.6	- 611.0	-502.4	0.11

\* Mean value for experimental - mean value for the control.

**Table2. The proportions (%) of boys with 10000 steps or more pr day.**

	<b>Experimental</b>	<b>Control</b>	<b>Differences</b>
<b>Pre- program</b>	57.7	61.2	- 3.5
<b>Post-program</b>	46.2	34.7	11.5
<b>Differences</b>	- 11.5	- 26.5	

## Part 2: Questionnaires Findings:

### I- P. E. Teachers Responses:

These findings are shown in tables 3-12.

**Table 3. Educational level and teaching experience of the teachers (n=14).**

Item	Response (%)
<b>Educational Level:</b>	
2-year College	7.1
B. Sc/BA	64.3
Master	28.6
<b>Teaching experiences ( years):</b>	
2-5	9.1
> 5 < 10	14.3
10 or more	76.6

**Table 4. Suitability of the information presented in AHB booklets to the students.**

Item	Response (%)
Suitable	57.1
Somewhat suitable	42.9
Not suitable	0.0

**Table 5. Satisfaction with the way AHB information was presented.**

Item	Response (%)
Satisfied	50.0
Somewhat satisfied	50.0
Not satisfied	0.0

**Table 6. Acceptability of AHB information and activity to the GCC countries.**

Item	Response (%)
Acceptable	36.4
Somewhat acceptable	63.6
Not acceptable	0.0

**Table 7. Teacher's comprehension of AHB program.**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Difficult</b>	<b>0.0</b>
<b>Somewhat difficult</b>	<b>14.3</b>
<b>Not difficult</b>	<b>85.7</b>

**Table 8. How difficult was the implementation of AHB program in your school?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Difficult *</b>	<b>45.5</b>
<b>Somewhat difficult</b>	<b>27.3</b>
<b>Not difficult</b>	<b>27.3</b>

*\* Difficulties are mostly related to time constrain.*

**Table 9. How acceptable was AHB program by the students?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Acceptable</b>	<b>54.5</b>
<b>Somewhat acceptable</b>	<b>45.5</b>
<b>Not acceptable</b>	<b>0.0</b>

**Table 10. How acceptable the AHB program by the parents?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Acceptable</b>	<b>25.0</b>
<b>Somewhat acceptable</b>	<b>75.0</b>
<b>Not acceptable</b>	<b>0.0</b>

**Table 11. Would you recommend AHB program be implemented by other schools?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Yes</b>	<b>90.9</b>
<b>No</b>	<b>9.1</b>

**Table 12. What is your overall grading of AHB program?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Excellent</b>	<b>42.9</b>
<b>Very Good</b>	<b>42.9</b>
<b>Good</b>	<b>7.1</b>
<b>Fair</b>	<b>7.1</b>
<b>Unsatisfactory</b>	<b>0.0</b>

**\*\* Additional Findings from Teachers Responses:**

- There was no clear relationship between the level of education or years of experiences and any of the above items, which means that any teacher with a BA degree in P. E. will be able to handle the AHB program with no difficulty at all.
- 

**II- Children Responses:**

These were responses from 125 Pupils representing grades 3-6 drawn from 4 primary schools in Riyadh. The findings are shown in tables 13-17.

**Table 13. Did you like AHB program?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>A lot</b>	<b>91.0</b>
<b>A little</b>	<b>9.0</b>
<b>No</b>	<b>0.0</b>

**Table 14. Did you follow AHB instruction at home?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>A lot</b>	<b>57.5</b>
<b>A little</b>	<b>38.3</b>
<b>No</b>	<b>4.2</b>

**Table 15. How difficult were AHB handouts:**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Difficult</b>	<b>5.0</b>
<b>Somewhat Difficult</b>	<b>19.2</b>
<b>Easy</b>	<b>75.8</b>

**Table 16. Did your parents encourage you to apply AHB instructional activities?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>A lot</b>	<b>52.5</b>
<b>A little</b>	<b>29.2</b>
<b>No</b>	<b>18.3</b>

**Table 17. Did you feel you have benefited from AHB program?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>A lot</b>	<b>93.3</b>
<b>A little</b>	<b>6.7</b>
<b>No</b>	<b>0.0</b>

**\*\* Additional Findings from Children's Responses:**

- **Children did like AHB program equally across all grade levels.**
  - **There was a significant relationship between items 13 and 16 ( $r = 0.24$ ;  $p < 0.008$ ). This means that those who applied AHB instructions benefited from the program most, and this really makes sense.**
  - **There was also a significant relationship between items 12 and 16 ( $r = 0.35$ ;  $p < 0.000$ ). This means that those children who liked AHB program were encouraged most by their patients and vice versa.**
  - **There was a significant relationship between items 16 and 21 ( $r = 0.37$ ;  $p < 0.000$ ). This means that there were some consistencies between children and parents' answers to similar questions.**
-

### **III- Parents Responses (n = 125):**

These findings are shown in tables 18-25.

**Table 18. Educational level.**

<b>Years of Education</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Nine years or less</b>	<b>26.4</b>
<b>High school (12 yrs.)</b>	<b>16.0</b>
<b>Junior college</b>	<b>14.2</b>
<b>College degree</b>	<b>17.0</b>
<b>Post graduate degree</b>	<b>26.4</b>

**Table 19. What do you think of AHB program idea?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Good idea</b>	<b>90.6</b>
<b>Somewhat good</b>	<b>8.5</b>
<b>Not good</b>	<b>0.9</b>

**Table 20. How suitable AHB program materials?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Suitable</b>	<b>68.9</b>
<b>Suitable to some extent</b>	<b>29.2</b>
<b>Not suitable</b>	<b>1.9</b>

**Table 21. Do like to see your child being physically active?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
<b>Yes</b>	<b>98.1</b>
<b>No</b>	<b>1.9</b>

**Table 22. Did you help your son to fully use AHB program materials?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
Yes	51.9
Some times	35.8
No	12.3

**Table 23. Did you notice an increase in your son physical activity during the implementation of AHB program?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
Yes, increased	55.7
Somewhat increased	33.0
No difference	11.3

**Table 24. Do recommend that AHB program be implemented in every school?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
Yes	96.2
No	3.8

**Table 25. What is your overall impression about AHB program?**

<b>Item</b>	<b>Response (%)</b>
Excellent	45.3
Very Good	41.5
Good	11.3
Fair	1.9
Unsatisfactory	0.0

**\*\* Additional Findings from Parents' responses:**

- The level of education did not significantly effect the overall impression of parents about the program ( $r = 0.49$ ;  $p = 0.7$ ).
- Those parents who help their sons to get physically active were more likely to give AHB program high scores in item 24 ( $r = 0.21$ ;  $p = 0.03$ ).

#### **IV- Responses to an Open-ended Question:**

In an open-ended question at the end of the questionnaires, we gave both the teachers and parents the liberty to write any suggestion or comment on the program implementation or contents. The followings represent the most frequent suggestions:

- **The paper work took more time than ever expected.**
- **Most of the teaching lessons required more time than can be accommodated in one lesson.**
- **There is a need for more resource materials for each of the teachers, students, and the parents.**
- **Parents also wanted the program to be applied during the whole school year and not just during a few lessons.**

### **Conclusion**

- Although **AHB** program did not induce any significant changes in short term physical activity levels of the pupils, responses from the questionnaires indicated that the children became more aware of the importance of physical activity and responded positively to the program materials.
- **AHB** as a health-enhancing physical activity program seems to be very welcomed and favored by teachers and parents alike.
- Children overwhelmingly liked the program and felt that they have benefited very much from it.
- There are numerous modifications and suggestions presented by the P. E. teachers and supervisors that should be taken seriously into consideration when revising the **AHB** materials. These will be presented in the next pages in Arabic.

## تعديلات مقترحة على النسخة العربية من برنامج الحركة بركة

### أولاً: دليل العائلة

- في صفحة رقم ٧، تحت عنوان " ما هو برنامج الحركة بركة؟ السطر الثاني: ١٢ سنة بدلاً من ١٢ سنوات.

### ثانياً: دليل المعلم

- في صفحة رقم ٥، إضافة ما يلي إلى فوائد النشاط البدني للأطفال:
  - يساعد على اكتساب المهارات الحركية.
- في صفحة رقم ٧، تحت فقرة تدريبات القوة العضلية:
  - تعدل كلمة رفع أغراض التسوق إلى حمل أغراض التسوق.
  - تحذف كلمة اليوجا من قائمة تدريبات المرونة.
  - تحذف كلمة ألعاب من الجمباز، لتصبح الجمباز فقط.

### ثالثاً: دليل الوحدات التعليمية

- يكون اللون في ما هو محتواها مطابقاً مع لون ورقة العمل، الأحمر مثلاً للمعلم في كلا الحالتين، والأزرق للطالب في كلا الحالتين، وليس العكس.
- كن نشطاً، القسم (١): مدة ٥ دقائق كثيرة، لذا تستبدل بدقيقتين للجلوس ودقيقتين للنشاط الهوائي.
- في نشاط صعود الدرج، يمكن إضافة " أو الصعود والهبوط من مقعد سويدي" ، بدلاً من قصر النشاط على وجود درج.
- بدل كلمة المعدة، يكتب عضلات البطن.
- رفع علبة الماء إلى الأعلى لمدة دقيقتين بدلاً من ٥٠ مرة، مثلاً: حاول رفعها أكبر عدد من المرات خلال دقيقتين.
- في كن حراً، فقرة ما الذي يحتاجه تلاميذك: بدل من ملئها، تصبح تعبئتها.

- القسم ٣، الوحدة (١) كن حراً (اللون الأخضر): تكون رقم ٢ كالتالي: **أطلب منهم تدوين أنشطتهم البدنية اليومية.**
- الوحدة (١): سجل النشاط (الأزرق): يسمى سجل النشاط البدني الأسبوعي، ويكتب فقرة إرشادية في أعلاه " قم بتسجيل جميع الأنشطة البدنية التي مارستها خلال أيام الأسبوع.
- الوحدة ٤ - كن نشطاً:  
يستبدل شكل اللحاق بالباص بنشاط آخر، مثلاً محاكاة الجري، أو محاكاة نط الحبل.
- الغلاف الخلفي لدليل الوحدات التعليمية: ١٠ طرق لحياة أكثر نشاطاً:  
فقرة ٢ تستبدل علامات X بدائرة مغلقة.

#### رابعاً: إضافة معلومات إثرائية للمعلم ولولي الأمر على هيئة ملفات مستقلة:

- مرفق بعض المعلومات (ملحق رقم ٣) عن أهمية النشاط البدني، وكيفية حساب الطاقة المصروفة أثناء النشاط البدني، وغير ذلك من معلومات - ٦ مقالات - يمكن إخراجها ووضعها في ملفات مستقلة على شكل pdf في الموقع، ويمكن إضافة موضوعات أخرى مستقبلاً.

## **Appendix 1**

### Pedometers Instructions for Parents

المحترم ..... المكرم ولي أمر الطالب  
مجمع الملك سعود التعليمي - القسم الابتدائي - الصف: .....

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد،

كجزء من برنامج " الحركة بركة "، وهو برنامج يهدف لتعزيز صحة التلاميذ من خلال ممارسة النشاط البدني، نقوم بوضع جهاز صغير مثبت على حافة السروال، يقوم بقياس عدد خطوات التلميذ في اليوم، ولمدة ثلاثة أيام متتالية.

نرجو منكم التكرم باتباع التعليمات التالية، ضماناً لصحة القياسات التي نقوم بها:

١. على كل تلميذ تم وضع جهاز قياس الخطى عليه، أن يبقي الجهاز عليه طوال اليوم، وممارسة نشاطه اليومي الاعتيادي بدون تغيير أو تعديل (بدون زيادة أو نقصان).

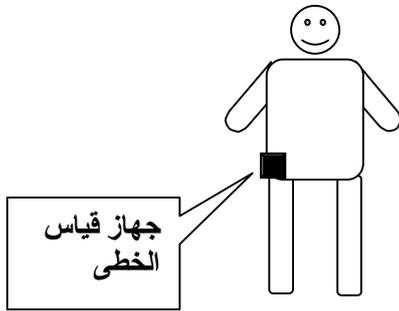
٢. التأكد من عدم تحريك الجهاز من مكانه أو العبث به، سواء من قبل التلميذ أو من قبل أحد أقاربه أو أصدقاءه، وإيقاعه في مكانه طوال اليوم.

٣. في حالة دخول الحمام لقضاء الحاجة أو للاستحمام، يمكن خلع الجهاز، ثم إعادته إلى مكانه السابق بعد الخروج من الحمام مباشرة.

٤. عندما يحين موعد نوم التلميذ، يمكن خلع الجهاز ووضعه على الطاولة ومن ثم إعادته إلى مكانه الصحيح بعد الاستيقاظ في اليوم التالي.

٥. عند إعادة وضع الجهاز إلى مكانه على حافة السروال، تأكد من أنه موضوع في مكانه الصحيح ومثبت بإحكام بواسطة مثبت الأمان، علماً بأن مكانه الصحيح في الجهة الأمامية اليمنى من الجسم بمحاذاة امتداد الجزء الخارجي من عظم الفخذ كما هو موضحاً في الرسم المرفق.

شاكرين لكم تعاونكم معنا، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.



اللجنة المشرفة على برنامج الحركة بركة

## **Appendix 2**

Questionnaires for:

Teachers

Children

Parents

- ١- اسم المدرسة: ..... ٢- المدينة: .....
- ٣- اسم المعلم: ..... ٤- التاريخ: .....
- ٥- المؤهل العلمي:  ماجستير  بكالوريوس  دبلوم
- ٦- سنوات الخبرة في التدريس:  أقل من سنتين  من ٢ - ٥ سنوات  أكثر من ٥ سنوات وأقل من ١٠ سنوات  أكثر من ١٠ سنوات
- 
- ٧- هل مستوى المعلومات المقدمة في برنامج الحركة بركة مناسباً لطلاب المرحلة الابتدائية؟  
 مناسب  مناسب إلى حد ما  غير مناسب
- ٨- هل طريقة تقديم المعلومات في برنامج الحركة بركة مناسبة أم لا؟  
 مناسبة  مناسبة إلى حد ما  غير مناسبة
- ٩- هل الكلمات والأنشطة الرياضية المستخدمة في البرنامج مناسبة للمجتمع الخليجي؟  
 مناسبة  مناسبة إلى حد ما  غير مناسبة
- ١٠- هل عملية استيعاب وفهم برنامج الحركة بركة من قبل المعلم؟  
 صعبة  صعبة إلى حد ما  غير صعبة
- ١١- هل عملية تطبيق برنامج الحركة بركة من قبل المعلم؟  
 صعبة  صعبة إلى حد ما  غير صعبة
- ١٢- هل تعتقد أن الطلاب يتقبلون برنامج الحركة بركة أم لا؟  
 مقبول  مقبول إلى حد ما  غير مقبول
- ١٣- هل تعتقد أن أولياء أمور الطلاب يتقبلون برنامج الحركة بركة أم لا؟  
 مقبول  مقبول إلى حد ما  غير مقبول
- ١٤- هل تؤيد تعميم برنامج الحركة بركة على بقية المدارس؟  
 نعم  لا
- ١٥- ما هو تقييمك العام لبرنامج الحركة بركة؟  
 ممتاز  جيد جداً  جيد  مقبول  ضعيف
- \*\* إذا كان لديك أي مقترحات أو ملاحظات، خاصة الصعوبات التي واجهتك في تقديم البرنامج، فالرجاء تدوينها خلف هذه الورقة. شكراً لمساهمته في تقويم برنامج الحركة بركة

- ١ - اسم المدرسة: ..... ٢ - المدينة: .....
- ٣ - اسم الطالب: ..... ٤ - الصف: .....

- ٥ - هل أعجبك برنامج الحركة بركة ؟
- كثيراً  قليلاً  لا
- ٦ - هل قمت بتطبيق تعليمات برنامج الحركة بركة في المنزل ؟
- كثيراً  قليلاً  لا
- ٧ - هل أوراق العمل المقدمة في برنامج الحركة بركة صعبة أم سهلة ؟
- صعبة  صعبة إلى حد ما  سهلة
- ٨ - هل استفدت من برنامج الحركة بركة ؟
- كثيراً  قليلاً  لا
- ٩ - هل كان الأهل يشجعونك على الاهتمام بأنشطة برنامج الحركة بركة ؟
- كثيراً  قليلاً  لا

## تعليمات للمعلم

يقوم المعلم بشرح كيفية الإجابة على الاستمارة للطلاب، ثم يقوم بقراءتها عليهم سؤالاً سؤالاً وهم يجيبون عليها تبعاً، مع التأكيد عليهم بالإجابة عليها بمغزل عن آراء الطلاب الآخرين.

شكراً لمساهمته في تقويم برنامج الحركة بركة

## استمارة تقويم برنامج الحركة بركة لأولياء الأمور

- ١ - اسم المدرسة: ..... ٢ - المدينة: .....
- ٣ - اسم الطالب: ..... ٤ - الصف: .....
- ٥ - المؤهل العلمي لولي الأمر:  الشهادة المتوسطة فما دون  الشهادة الثانوية  دبلوم ما بعد الثانوي  الشهادة الجامعية  ما فوق الجامعية

٦ - بعد إطلاعك على الكتيب، هل تعتقد أن فكرة برنامج الحركة بركة جيدة أم لا ؟  
 جيدة  جيدة إلى حد ما  غير جيدة

٧ - هل طريقة تقديم المعلومات في برنامج الحركة بركة مناسبة أم لا ؟  
 مناسبة  مناسبة إلى حد ما  غير مناسبة

٨ - هل تؤيد أن يكون أبنك نشيطاً بدنياً ؟  
 نعم  لا

٩ - هل ساعدت أبنك على أن يكون نشيطاً بدنياً من خلال تطبيق برنامج الحركة بركة؟  
 نعم  إلى حد ما  لا

١٠ - هل لاحظت زيادة نشاط أبنك البدني خارج المدرسة بعد تطبيق برنامج الحركة بركة؟  
 نعم  إلى حد ما  لا

١١ - هل تؤيد تعميم برنامج الحركة بركة على بقية المدارس ؟  
 نعم  لا

١٢ - بناء على المعلومات المتوفرة لديك، ما هو تقييمك العام لبرنامج الحركة بركة ؟  
 ممتاز  جيد جداً  جيد  مقبول  ضعيف

\* إذا كان لديك أي مقترحات أو ملاحظات، فالرجاء تدوينها خلف هذه الورقة، خاصة الصعوبات التي قد تواجه تطبيق برنامج الحركة بركة في نظرك.

شكراً لمساهمته في تقويم برنامج الحركة بركة