

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

معهد : العلوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

ميدان : علوم و تقنيات النشاطات
البدنية و الرياضية

قسم : التربية البدنية

فرع : التربية الحركية

رقم :

تخصص : التعلم الحركي



مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي

إعداد الطالب : سفيان حدادي

تحت عنوان

**دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق
التوافق الحسي الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية**

دراسة ميدانية لثانوية الاخوة زياني-تالة ايفاسن -سطيف

لجنة المناقشة :

رئيسا

الجامعة : مسيلة

حشايشي عبد الوهاب

مشرفا و مقرا

الجامعة : مسيلة

تكرارت فيصل

مناقشا

الجامعة : مسيلة

بركات حمزة

السنة الجامعية : 2017 / 2016



إلى من علمني النجاح و الصبر... إلى من علمني العطاء بدون انتظار... أبي.
إلى من علمتني و عانت الصعاب لأصل إلى ما أنا فيه... إلى من كان دعاؤها
سر نجاحي و حنانها بلسم جراحي... أمي.

إلى جميع أفراد أسرتي العزيزة و الكبيرة كل باسمه أينما وجدوا.

إلى ملاكي في الحياة أينما كان.

إلى أصدقائي رفقاء دربي من داخل الجامعة و خارجها.

إلى الأستاذ المشرف الدكتور تيكركارت فيصل ، إلى أساتذتي الكرام الذين

أناروا دروبنا بالعلم و المعرفة.

إلى كل من يقتنع بفكرة فيدعو إليها و يعمل على تحقيقها ، لا يبغى بها إلا

وجه الله و منفعة الناس.

إليكم أهدي ثمرة هذا العمل.



شكر وتقدير

أرى لزاما علي تسجيل الشكر و إعلامه و نسبة الفضل لأصحابه، استجابة
لقول النبي صلى الله عليه وسلم: «من لم يشكر الناس لم يشكر الله».

و كما قيل :

علامة شكر المرء إعلان حمده فمن كتم المعروف منهم فما شكر
فالشكر أولا لله عز و جل على أن هداني لسلوك طريق البحث و التشبه بأهل
العلم.

كما أخص بالشكر أستاذي الكريم و معلمي الفاضل المشرف على هذا
البحث الدكتور ديكركارت فيصل ، فقد كان حريصا على قراءة كل ما أكتب
ثم يوجهني إلى ما يرى بأرق عبارة و أطف إشارة ، فله مني وافر الثناء و
خالص الدعاء.

كما أشكر السادة الأساتذة و كل الزملاء و كل من قدم لي فائدة أو أعانني
بمرجع ، أسأل الله أن يجزيهم عني خيرا و أن يجعل عملهم في ميزان
حسناتهم.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مقدمة:

إذا كان تقدم الأمم يقاس بقوة اقتصادها و قوة أساطيلها العسكرية فان معيارا جديدا أضحي يقاس به مدى تطور المجتمعات هو التفوق الرياضي ، و إذا كانت قاعدة التفوق الرياضي هي التربية البدنية و الرياضية ، فهذا ما فسح المجال واسعا أمام العديد من العلماء و المتخصصين للاشتغال ببحوثهم و دراساتهم للرقى و الوصول إلى أقصى استفادة للبشرية من هذا المجال المهم.

و تعتبر ممارسة التربية البدنية و الرياضية من أهم العوامل المساعدة للحفاظ و النهوض بالصحة العامة ، فهي تعتبر في عصرنا الحالي مقياسا لتقدم الأمم ، و ما اهتمام الدول الكبرى بهذا الميدان أكبر دليل على مدى أهميته فالممارسة الرياضية هي أساس المحافظة على عطاء و قدرات الشباب و من ثمة الاستفادة قدر المستطاع من طاقاتهم الخلاقة لأجل بناء مجتمعاتهم (ولد احمد كمال ، 2010 : ص 3)

كما تسعى التربية البدنية إلى تنمية قدرات الفرد الجسمية و العقلية و صفاته الوجدانية و الاجتماعية حتى يستطيع كوحدة متكاملة أن يؤثر و يتأثر بالمجتمع الذي يعيش فيه .

فالمداومة على التمارين الرياضية تكسب جسم صاحبها الصحة فيضحي قادرا على العمل بالإضافة إلى ما تتطلبه من مختلف المواقف تجعل العقل أكثر استعدادا للتفكير و الاستيعاب ، كما تكسبه قيما تجعله أكثر قبولا في المجتمع ، فالتربية الرياضية و إن كانت وسيلتها الحركة إلا أن غايتها هي التربية فمن خلال تعدد الأنشطة و البرامج المعدة بدقة بما يتناسب و أغراض و أهداف التربية .

كما أن مفهوم التربية الرياضية يعني " مجموعة من العناصر التربوية التي تجمعها خصائص مشتركة و تساهم في تحقيق أهداف عامة و بالتالي فهي من وسائل التربية العامة التي تقدم من خلال أنواع مختلفة من الأنشطة الرياضية بهدف تكوين المواطن الصالح بدنيا و عقليا و نفسيا و اجتماعيا و إكسابه الاتجاهات السلوكية القومية ، و تعمل النشاطات الرياضية على اكتساب المهارات الحركية و إتقانها و العناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل و قوام سليم و حياة أطول أكثر نشاطا بالإضافة إلى تحصيل المعارف و تنمية الاتجاهات الايجابية نحو النشاط الرياضي ، التي تعد بالنسبة للفرد جانبا هاما من جوانب الشخصية لأنه عن طريق معرفة هذه الأخيرة يمكن التنبؤ بالسلوك الذي يسلكه تجاه قضية معينة أو خلال المواقف المتباينة هذا إضافة إلى كونها تساعد على التكيف مع المجتمع المحيط به و توفر له القدرة على اتخاذ القرارات المختلفة بتفكير سليم (قطاف مروان : 2015 ، ص 4)

كما تخفف من حدة التوتر النفسي الذي قد يعانیه في سبيل تحقيق أهدافه ، لذا فان تنمية الاتجاه يعد ضرورة و مخرجا تربويا و اجتماعيا ، و من هنا برزت الأهمية و الحاجة إلى دراسة الاتجاهات النفسية لدى التلاميذ في المؤسسات التربوية التعليمية ، و على ضوء ما تقدم تتخذ مشكلة البحث هنا في محاولة للإجابة على التساؤل التالي:

- ماهي طبيعة الاتجاهات النفسية اتجاه مفهوم التربية البدنية لدى تلاميذ التعليم المتوسط ؟

و لغرض تحقيق هذه الدراسة اختار الباحث عينة من تلاميذ التعليم المتوسط ببلدية مسيلة في بعض مؤسسات التعليم المتوسط و الذين تراوحت أعمارهم بين (12-17) و البالغ عددهم (160) تلميذا مستخدما المنهج الوصفي المسحي لكشف جوانب الدراسة . و التي احتوت على خمسة فصول هي :

- الفصل الاول : الخلفية النظرية و الدراسات السابقة

- الفصل الثاني : الاطار العام للدراسة

- الفصل الثالث : الدراسة الاستطلاعية

- الفصل الرابع : عرض النتائج و مناقشتها و تفسيرها

- الفصل الخامس : استنتاجات و اقتراحات

تمهيد:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية الهيكل الرئيسي، لتحقيق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية والرياضية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل، وتنفيذ حصص التربية البدنية والرياضية يعتبر أحد واجبات الأستاذ .

إن لكل حصة أغراضها التربوية كمالها من أغراض بدنية، مهارية ومعرفية وهذا ما يميزها عن غيرها من الدروس في الوحدة التعليمية، كما أنها الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية والرياضية في الخطة الشاملة في منهاج التربية البدنية للمؤسسة التربوية، وهي تسعى لتحقيق الأهداف التربوية والتعليمية، وإكساب التلميذ مختلف السمات الخلقية البالغة الأهمية، وهذا ما يلزمنا على الاعتناء والتفكير بجديّة في مضمون ودور الحصة.

1- حصة التربية البدنية والرياضية:

1-1- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: العلوم الطبيعية والكيمياء واللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد، لكونها تمد التلميذ بالكثير من المعارف والمعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة إلى المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة الجماعية والفردية والتي تتم تحت إشراف أساتذة أعدوا لهذا الغرض. (محمود عوض بسيوني، 1992، ص94).

وحصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط الذي يريد الأستاذ أن يمارسه تلاميذ هذه المدرسة، وأن

يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة، بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر وغير مباشر. (حسن شلتوت، وحسن معوض، ص102)

من خلال هذين التعريفين نستنتج أن حصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الأولى في برنامج التربية البدنية والرياضية في مختلف المدارس التعليمية والتي من خلالها يتسنى للأستاذ تعليم وتطوير مستوى الجانب الحركي والمهاري لمختلف الفعاليات الرياضية، وذلك في حدود أساليب وطرق تعليمية من تمرينات وألعاب بسيطة.

2-1- أهمية حصة التربية البدنية والرياضية:

لحصة التربية البدنية والرياضية أهمية خاصة تجعلها تختلف عن باقي الحصص الأخرى، فهي تمد التلميذ بمهارات وخبرات حركية كثيرة، كما تمد بمعلومات خاصة بجسم الإنسان، ويحدد "أحمد خاطر" أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في اكتساب التلاميذ القدرات الحركية.

أما أهمية الحصة عند "كمال عبد الحميد" فيقول بأن حصة التربية البدنية والرياضية في المنهاج المدرسي هي توفير العديد من الخبرات التي تعمل على تحقيق المطالب في المجتمع، ومن الضروري الاهتمام بتقويم التكيف البدني والمهاري وتطور المعلومات والفهم للتلميذ ونستخلص بأن حصة التربية البدنية والرياضية تطمح من خلال كل تطبيقاتها أن تكون ذلك الفرد المتكامل من جميع النواحي. (كمال عبد الحميد، 1994، ص177).

3-1- أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية:

تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيق ولو جزء من الأهداف التربوية والتعليمية، مثل رفع كفاءة أجهزة الجسم الداخلية للمتعلم وكذا إكسابه المهارات الحركية وأساليب السلوكيات السوية وتتمثل أهداف الحصة فيما يلي:

1-3-1- أهداف تعليمية:

إن الهدف التعليمي العام لحصة التربية البدنية والرياضية هو رفع القدرة الجسمانية للتلاميذ بوجه عام، وذلك بتحقيق مجموعة الأهداف الجزئية الآتية:

- تنمية الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، التحمل، الرشاقة والمرونة.

- تنمية المهارات الأساسية مثل: الجري، الوثب، الرمي.

- تدريس وإكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية صحيحة. (ناهد محمود سعد، ونيلي فهمي رمزي، 1968، ص64)

ويتطلب انجاز هذه الأهداف سلوك معين وأداء خاص، وبذلك تظهر القدرات العقلية للتفكير والتصرف، فعند تطبيق خطة في الدفاع أو الهجوم في لعبة من الألعاب يعتبر هذا موقف يحتاج إلى تصرف سليم والذي يعبر عن نشاط عقلي إزاء الموقف. (عباس أحمد السامرائي، وبسطويسي أحمد بسطويسي، 1984، ص80).

2-3-1- أهداف تربوية :

إن حصة التربية البدنية والرياضية لا تغط مساحة زمنية فقط، ولكنها تحقق الأهداف التربوية التي رسمتها السياسة التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على كل المستويات، وهي كالتالي: (محمد عوض بسيوني، 1992، ص94)

3-2-1- التربية الاجتماعية والأخلاقية :

إن الهدف الذي تكتسبه التربية البدنية في صقل الصفات الخلقية، والتكيف الاجتماعي يقترن مباشرة مما سبقه من أهداف في العملية التربوية، وبما أن حصة التربية البدنية حافلة بالموافق التي تتجسد فيها الصفات الخلقية، ففي الألعاب الجماعية يظهر التعاون، التضحية، الشجاعة والرغبة في تحقيق انجازات عالية، حيث يسعى كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل صديقه وهذا قصد تحقيق الفوز .

3-2-2- التربة لرب العمل :

حصة التربية البدنية والرياضية تعود التلميذ على الكفاح في سبيل تخطي المصاعب، وخير دليل على ذلك هو سعي التلميذ لتحقيق أفضل نتيجة أثناء المنافسة في الحصة، وهذا يمثل تغلبا على الذات وعل المعوقات والعراقيل، وكل هذه الصفات تهبئ التلميذ لتحمل مصاعب العمل في حياته المستقبلية، وتمثل المساعدة التي يقوم بها التلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية كإعداد الملعب وحمل الأدوات وترتيبها عملا جسمانيا يربي عنده عادة احترام العمل اليدوي وتقدير قيمته.

3-2-3- التربية الجمالية :

إن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تطوير الإحساس بالجمال، فالحركة الرياضية تشتمل على العناصر الجمالية بصورة واضحة، من انسياب ورشاقة وقوة وتوافق. وتتم هذه التربية الجمالية عن طريق تعليقات الأستاذ كأن يقول هذه الحركة جميلة، أو هذه الحركة رائعة، وتشتمل التربية الجمالية أيضا على تحقيق نظافة المكان والأدوات والملابس في حصة التربية البدنية حتى ينمو الإحساس بالجمال الحركي¹⁾. (ناهد محمود سعد، ونيلي فهمي رمزي، ص 67-68).

4- أغراض حصة التربية البدنية والرياضية :

إن لحصة التربية البدنية والرياضية أغراض متعددة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولا، ثم على المجتمع كله ثانيا .

ولقد وضع الكثير من الباحثين هذه الأغراض الخاصة بحصة التربية البدنية والرياضية فحدد كل من "عباس أحمد صالح السامرائي" و"بسطويسي أحمد بسطويسي" أهم هذه الأغراض فيما يلي: النمو الحركي العالي، الصفات البدنية المميزة الصفات الخلقية الحميدة، الصحة والتعود على العادات الصحية السليمة، النمو العقلي، التكيف الاجتماعي²⁾ عباس أحمد السامرائي، وبسطويسي أحمد بسطويسي، 1984، 73)

(1) كما أشارت "عنيات محمد أحمد فرح" إلى الأغراض التالية: الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم والصفات البدنية واكتساب المهارات الحركية والقدرات الرياضية. بالإضافة إلى المعارف الصحية والرياضية وأساليب السلوك السوية. (عنيات محمد أحمد فرح، 1988، ص 11) ويمكن تلخيص أغراض حصة التربية البدنية فيما يلي:

4-1- تنمية الصفات البدنية :

(2) وأهم الصفات البدنية التي تنميها حصة التربية البدنية والرياضية القوة العضلية والسرعة، التحمل والرشاقة والمرونة. ولا تكون هذه الصفات مهمة في مجال الرياضة المدرسية فقط، بل تتعداها لحاجة التلميذ لها في الفعاليات الرياضية المختلفة وفي المجتمع عباس أحمد السامرائي، وبسطويسي أحمد بسطويسي، 1984، ص 74-75.

وتقول "عنيات محمد احمد فرح" الغرض الأول الذي تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقه هو تنمية الصفات البدنية ويقصد بها الصفات الوظيفية للأجهزة في جسم الإنسان وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالسمات النفسية والإرادية للفرد. (قاسم المندلاوي وآخرون، 1989، ص21).

4-2- تنمية المهارات الحركية:

يعتبر النمو الحركي من الأغراض الرئيسية لحصة التربية البدنية والرياضية، ويقصد به تنمية المهارات الحركية عند المتعلم وتنقسم هذه المهارات إلى مهارات حركية فطرية يزاولها الفرد مثل: العدو، المشي، القفز.

ومهارات حركية رياضية وهي الألعاب أو الفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ، ولها تقنيات خاصة بها، ويمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات حركية رياضية. (عباس أحمد السامرائي، وبسطويسي أحمد بسطويسي، 1984، ص27).

4-3- النمو العقلي:

إن عملية النمو معقدة ويقصد بها التغيرات الوظيفية للكائن البشري، وهي عملية نضج القدرات العقلية ويلعب أستاذ التربية البدنية والرياضية دوراً إيجابياً وفعالاً في هذا النمو بصورة عامة، والنمو العقلي بصفة خاصة فحصة التربية البدنية والرياضية تزيد من النمو العقلي للتلميذ.

5- فوائد حصة التربية البدنية والرياضية :

لقد تحددت فوائد حصة التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية:

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة السليمة للتلاميذ.
- المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية، ووضع القواعد الصحية لكيفية ممارستها داخل وخارج المؤسسة مثل: القفز، الرمي، الوثب.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، المرونة..... الخ.
- اكتساب المعلومات والحقائق والمعارف عن الأسس الحركية والبدنية، وأحوالها الفيزيولوجية والبيوميكانيكية.
- تدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك اللائق.
- التعود على الممارسة المنتظمة للأنشطة الرياضية.
- تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة الرياضية.

6- نظريات التعلم الحركي:

إن حصة التربية البدنية كغيرها من الحصص المنهجية الأخرى، لها دور فعال ومميز في تحقيق الأهداف التربوية، حيث تمثل الجزء الأهم من مجموع أجزاء البرنامج المدرسي للنشاط البدني الرياضي التربوي، ومن خلاله تقدم كافة الخبرات والمواد التعليمية التي تحقق أهداف المنهج، ويفترض أن يستفيد منه كل التلاميذ، ونظراً للطبيعة التعليمية للحصة يجب أن يراعى فيها المدرس كافة الاعتبارات المتعلقة بطرق التدريس والوسائل التعليمية والتدرج التعليمي لتتابع الخبرات المتعلقة وطرق القياس والتعليم وهذا عن طريق دراسة نظريات التعلم المختلفة وهذه النظريات هي:

- التعلم الشرطي، التعلم بالمحاولة والخطأ، التعلم بالاستبصار.

وكما هو معروف فإن عملية التعلم ليست بالبسيطة بل هي عملية معقدة وفي الواقع أن كل نظرية من هذه النظريات تفسر نوعا معيناً من التعلم، وبالنظر إلى النظريات المختلفة نجد أنها ليست متناقضة فيما بينها ولكنها متكاملة.

فالتلميذ يستطيع الوصول إلى الأداء الجيد عن طريق تحكمه الجيد في مختلف المواقف وهذا سر نجاح التلاميذ وتفوقهم من خلال استعمالهم واستخدامهم الاستعداد الذهني في تفسير مختلف المثيرات المحيطة بهم وطريقة تعلم الطفل منذ رضاعته تختلف باختلاف سنه، حيث أنه يبدأ رضيعاً فيكسب عادات وحركات بواسطة خبرات جديدة ومع التقدم أكثر في السن والاقتراب من مستوى النضج العقلي فإنه يتعلم خبرات جديدة عن طريق الاستبصار وإدراك العلاقات.

1-6 - نظرية التعلم الشرطي:

ترى أن التعلم يحدث على المستوى الفيزيولوجي، وهذا من خلال ربط المثير (م) بالاستجابة (س) ونستطيع أن نمثل عملية الاشتراك كما يلي:

مثير غير شرطي استجابة غير شرطية

طعام ← سيلان لعاب

مثير معد للاشتراط

جرس ← بدون إفراز لعاب

وبعد قرن المثير الشرطي الطبيعي (الطعام) عدداً من المرات فإن عملية الاشتراط أصبحت كما يلي:

مثير غير شرطي استجابة غير شرطية

طعام ← سيلان لعاب

مثير شرطي

جرس ← سيلان لعاب (محمد حسن علاوي، 1987، ص 346)

6-2 - نظرية المحاولة والخطأ:

تحتاج إلى تفكير الاستفادة من الخبرات السابقة، وهي من أحسن الطرق لأنها تتطلب النضج العقلي للكائن الحي لمعرفة العلاقات والمرافق المحيطة بالمشكلة.

وعملية إدراك المواقف تكون بصورة كبيرة في البداية ثم تبدأ في الاختصار إلى أن تتكون الاستجابة الصحيحة وكلما كان المجال كبير كانت المهارة كبيرة، وقد تمكنت المدرسة الجشائية من خلال التجارب التي قامت بها إثبات هذه النظرية ودورها في الرياضات الجماعية، وهذا بعد تنبهها إلى أهمية التعلم والإدراك المعرفي.

إن نظرية الإدراك المعرفي في الرياضات الجماعية، هي النظرية الأساسية التي يجب على المدرسين والمربين والرياضيين أخذها بعين الاعتبار.

6-3- نظرية التعلم بالاستبصار:

لها مجالات تطبيق واسعة، خاصة منها في تعلم المهارات أو التقنيات الأساسية في بعض الرياضات الجماعية، حيث يلعب الاستبصار بالمشهد أو النموذج دوراً هاماً للوصول إلى أداء صحيح خال من أدنى الأخطاء. (محمد حسن علاوي، 1987، ص346)

في حين أن نظرية الارتباط والاستجابة الشرطية تبدوا أكثر فائدة في الألعاب الفردية كالسباحة، وألعاب القوى. (محمد خليفة بركات، 1975، ص283).

7- طرق التعلم الحركي:

7-1- طرق التعلم القديمة:

بعدما عرفنا التعلم ونظرياته ومسار التعلم الحركي، سنحاول دراسة الطرق التعليمية للوصول إلى التحكم الدقيق في المهارة الحركية.

7-1-1- طريقة التجزئة:

تعتبر من أكثر الطرق شيوعاً في التربية البدنية الرياضية، ومن خلال اسمها يتضح أنها تجزئة الحركة إلى أجزاء وتدريب التلاميذ على كل جزء على حدى ثم يبدأ المدرس بربط هذه الأجزاء ببعضها.

ميزاتها:

- سهولة فهم كل جزء من الحركة.
- إتقان كل جزء على حدى.
- تقلل الأخطاء والإصابات.
- تساعد المدرب على اكتشاف الأخطاء.

عيوبها:

- تحتاج إلى وقت طويل في التعلم.
- ليس فيها عامل التشويق.
- لا تتناسب مع ميول بعض التلاميذ في سن معينة.
- كثرة الشرح مما يجعلها أقرب إلى المحاضرة.

7-1-2- طريقة الإدراك الكلي:

هذه الطريقة تتماشى مع الطرق الحديثة للتعليم حيث يتم تعلم الحركة كوحدة واحدة غير مجزئة، هذه الطريقة تعتمد على مبدأ وهو أن الإنسان باستطاعته أن يتصور الشيء وأن يدركه إدراكاً كلياً ثم يستطيع تقسيم ما يدركه إلى تفاصيل وأجزاء مختلفة. (علي بشير فاندي، وإبراهيم رحومة زايد، وفؤاد عبد الوهاب، 1973، ص189-192).

ميزاتها:

- مشوقة وتساعد التلميذ في إشباع ميوله.
- واضحة الغرض.
- لا تأخذ وقت طويل في الشرح.
- تتماشى هذه الطريقة مع روح الألعاب الجماعية .

عيوبها:

- لا تتماشى مع قدرات التلاميذ جميعهم لاختلافهم في القدرات الحركية .
- يصعب على التلاميذ استيعاب تفاصيل الحركة.
- يصعب التعليم في الحركات الصعبة .
- يصعب فيها تصحيح الأخطاء .

7-2-3- طريقة الوحدات التعليمية:

هذه الطريقة تجمع بين الطريقتين الجزئية والكلية حيث تقسم الحركة إلى وحدات كبيرة وكل وحدة تشتمل على جزء هام من الحركة ولاتباع هذه الطريقة ينتقل المعلم إلى تعليم الحركة ككل في النهاية.

ميزاتها:

- تعطي الفرصة للتلميذ ولو لفترة قصيرة للتعلم حسب قدرته.
- الأهداف والأغراض فيها محددة.
- لا تستغرق وقت طويل في التعلم.

عيوبها:

- عدم وضوح الغرض العام وضوحا تاما .
- تستلزم من المدرس دقة فائقة في تقسيم اللعبة أو الحركة لوحدات صغيرة وسليمة.
- تحتاج إلى أدوات وإمكانات كثيرة.

ومن الطرق الثلاثة السابقة للتعلم نلاحظ أن لكل منها مميزات وعيوب لذلك فالمدرس الناجح هو الذي يختار أنسب الطرق لتعلم الحركة، وذلك حسب قدرات التلميذ والإمكانات المتوفرة في المدرسة، وبذلك يقلل من الخطورة على التلميذ وعدم الوقوع في الأخطاء مستعينا بمميزات كل طريقة . (علي بشير الفاندي، وإبراهيم رحومة زايد، و فؤاد عبد الوهاب : المرشد الرياضي التربوي، مرجع سابق، ص 189-192) .

7-2- طرق التعلم الحديثة:

7-2-1- الوسائل السمعية البصرية:

خصائصها:

إن الأخصائيين في مجال التربية البدنية و الرياضية من مدربين ومعلمين يؤيدون فكرة استخدام الوسائل السمعية البصرية في حصة التربية البدنية والرياضية وحتى في التدريب كالفديو، حيث تساعد هذه الأجهزة في كثير من الحالات مثل :

- شرح وتوضيح حركة أو عدة حركات لمهارة ما.
- تساهم في تحليل الحركة المراد شرحها أو تعلمها تحليلاً جزئياً حتى يسهل فهمها واستيعابها.
- تساهم في تطوير الإحساس والشعور الحركي عند الأداء الخاص بالتعلم .
- تعود المعلم أو المتعلم على التركيز والتصميم والتصوير الحركي.
- تعمل على تقوية الذاكرة الحركية وقوة استعادة المعلومات والتقليل من النسيان. (ماهر رزاق ، وكاظم الحجاجي، ص119)

بحيث تفيد هذه الوسائل المتعلم في ثلاث عناصر أساسية هي:

أ- إدراك الصورة:

إن العصر الحديث ظهر بتقنياته المتطورة ووسائله الإعلامية ذات التكنولوجيا العالية وتعتبر الوسائل السمعية البصرية من هذه الوسائل التي شهدت تطوراً ملحوظاً حيث انتشرت الصورة في جميع الميادين وبشكل مدهل.

وقد قامت عدة دراسات تجريبية حيث جرى معظمها على أشخاص بالغين بينما دار القليل منها حول مشكل الإدراك عند الأطفال، وقد أعطت هذه الدراسات خاصة التي قام بها " ميلا ري " والتي كان موضوعها قوة إدراك الطفل للغة السينما الفوتوغرافية معلومات هامة حيث أن الرسالة الإعلامية الدقيقة تسهل عملية الإدراك عند الطفل كما تكون عند البالغين أسهل. (داود عبد الحق:رسالة ماجستير غير منشورة،ص121)

ب- الصورة، التعليم والذاكرة:

إن اختزان المعلومات لفترة قصيرة يختلف عن عملية اختزانها لفترة طويلة، فالعملية الأولى تتطلب ذاكرة قصيرة المدى والثانية طويلة المدى، من هنا تتضح لنا أهمية الصورة وعلاقتها بالناحية الإدراكية والذاكرة وتأثيرها على عملية التعلم حيث حاول علماء النفس في هذا القرن تجنب التأكيد على دور الصورة في التعلم اللفظي لاعتقادهم بأن الصورة مشوهة بعدة عوامل ذاتية الأمر الذي جعل البحث فيها يخرج عن إطاره الموضوعي لكن بعد حدوث بعض التطورات لجأ الباحثون إلى دراسة الصورة وأثرها على التعلم اللفظي وأتبعوا في سبيل ذلك طريقتين:

الطريقة الأولى: تقوم على إجراء تغييرات في قيمة الصورة وذلك باختبار كلمات معيارية صورية مختلفة وتوضح أثر قيمة الصورة في التعلم.

الطريقة الثانية: تقوم على وضع تعليمات يوجهها المعلم إلى المتعلمين ويطلب منهم استخدام الصورة في أداء مهامهم التعليمية المطلوبة ثم يقاس أداء الأفراد الذين استخدموا الصورة مع أداء الأفراد الذين لم يستخدموا الصورة (كمجموعة ضابطة) لتوضيح استعمال الصورة للتعلم، حيث توصلوا إلى أن النتائج إيجابية. (بوداود عبد اليامين،1989،ص196)

ج- الرؤية:

إن العين هي العضو الرئيسي المسئول عن الإبصار ورؤية الأشياء المحيطة بها، وهذا يعود إلى تكوينها الفيزيولوجي، وتعتبر

(1) الشبكة الجهاز الحساس في العين المسئول عن رؤية الأشياء بوضوح. إن العين يمكن أن ترى أي شيء بوضوح موجود على بعد 6 ملم بينما تكون الرؤية غير واضحة عند مشاهدة الأشياء على بعد أقل من 6 ملم حيث تتطلب العملية تكيف النظر. (Norbert.s, 1983, p15)

لذا كان من الواجب معرفة بعض خصائص ومميزات الرؤية أو العين والظروف التي جعلتها أكثر فعالية في الإدراك والتعرف على الأشياء ونقل صورة واضحة ذات معالم مبنية وبالتالي تسهل عملية التعلم خاصة باستعمال الوسائل السمعية البصرية.

8- بناء حصة التربية البدنية والرياضية:

حصة التربية البدنية والرياضية أو خطة العمل هي عبارة عن مجموعة من التمارين المختارة والمرتبة حسب قواعد موضوعة ذات أغراض معينة وتنقسم الحصة إلى ثلاثة أجزاء: الجزء التحضيري، الرئيسي، الختامي.

أ- الجزء التحضيري:

في هذا القسم يتبع الأستاذ ثلاثة مراحل قبل الدخول بالتلاميذ إلى القسم الرئيسي، فالمرحلة الأولى مرحلة إعداد التلاميذ تربوياً، إذ يتخللها تطبيق النظام كتبديل الملابس، الدخول في الصف، الدخول إلى الملعب. والمرحلة الثانية هي مرحلة الإحماء وتشمل أجهزة الجسم المختلفة استعداداً للنشاط المبرمج للوقاية من الإصابات المفاجئة، وعليه وجب التدرج في العمل.

في حالة استخدام تدريبات الإعداد البدني في الجزء التحضيري بالحصة يجب مراعاة مايلي:

- العمل على تحسين الصفات البدنية لدى التلاميذ.
- أن تؤدي التدريبات على شكل منافسات بين التلاميذ.
- أن يكون هناك تقويم ذاتي بين التلاميذ في بعض التدريبات .
- أن تتضمن هذه التدريبات المكونات البدنية التالية: القوة العضلية، الجلد العضلي، الجلد الدوري التنفسي، الرشاقة والمرونة القدرة، السرعة، التوافق والتوازن .

- أن تؤدي باستعمال بعض الأدوات ويكون التلاميذ في حالة انتشار حر في الملعب، وليس على شكل تشكيلات.

ب- الجزء الرئيسي:

في هذا الجزء يحاول الأستاذ تحقيق جميع الأهداف التي تم تحديدها مسبقاً، ولا توجد قاعدة عامة لبناء هذا الجزء من الحصة، ولا يوجد ترتيب معين للأغراض والأهداف، فمثلاً تنمية القدرات الحركية، وتعليم تكنيك رياضي معين، ويشتمل هذا الجزء على قسمين . (عفاف عبد الكريم، 1989، ص506).

- **القسم الأول:** النشاط التعليمي ويقوم هذا القسم على المهارات والخبرات التي يجب تعلمها سواء كانت لعبة فردية أو جماعية، وهي تعبر عن أسلوب الأستاذ لتوصيل المعلومات بالشرح والتوضيح، وبعد العرض والإيضاح يبدأ التلاميذ بتنفيذ الحركات والأنشطة سواء كانوا في مجموعات أو على مجموعة واحدة، ويجب على الأستاذ الالتزام بالنقاط التالية:

- متابعة حركة التلاميذ أثناء الأداء موضحاً الخطوات التقريبية وصلب الحركة ونهايتها.

- تنظيم حركة التلاميذ أثناء الأداء من حيث الدخول و العودة .
- يقوم الأستاذ بتصحيح الأخطاء التي يقع فيها التلاميذ. . (عفاف عبد الكريم،1989،ص506).
- يوضح الأستاذ الطريقة الصحيحة ،وذلك بالاستعانة بأحسن التلاميذ أو تكون المساعدة دورية إذا كانت الحركة بسيطة إن النشاط التعليمي له عدة مزايا يمكن للأستاذ أن يستعين بها،ويستعملها لصالح التلاميذ وذلك من خلال:
- السماح للأستاذ بالإشراف على التلاميذ، خاصة ذوي الإمكانيات المحدودة.
- السماح للأستاذ بالأداء الصحيح للمهارات، وإعطائهم الفرصة لمشاهدة بقية أفراد الصف.
- القسم الثاني:النشاط التطبيقي ويقصد به نقل الحقائق والشواهد والمفاهيم بالاستخدام الواعي، ويتم ذلك في الألعاب الفردية كألعاب القوى والألعاب الجماعية ككرة اليد ،ويتميز هذا النشاط بروح التنافس بين التلاميذ حسب مختلف الظروف .

ويجب على الأستاذ مراعاة كيفية تطبيق التلاميذ للمهارات المكتسبة حديثا،ويتدخل في الوقت المناسب عند حدوث أي خطأ ويصاحب هذا النشاط إتباع القواعد القانونية لكل لعبة ،كما يتطلب الجانب الترويحي والحرص على شعور التلاميذ بالمتعة ،مع مراعاة قواعد الأمن والسلامة .

ج- الجزء الختامي:

- (1) يهدف هذا الجزء إلى تهيئة أجهزة الجسم الداخلية ،وإعادتها لحالتها السابقة ويتضمن تمرينات التهيئة بأنواعها المختلفة كتمرينات التنفس والاسترخاء وبعض الألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ،وقبل انصراف التلاميذ يقوم الأستاذ بتقويم أداء التلاميذ من حيث السلبيات والايجابيات والأخطاء التي حدثت أثناء الحصة ،وختامها يكون بشعار الفصل أو نصيحة ختامية.كما أخذت الدراسات الحديثة الساعة التي تلي حصة التربية البدنية والرياضية ،إذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز والانتباه ،فيجب التهذئة والاسترخاء ،أما إذا كانت في نهاية الدوام المدرسي فيمكن تصعيد الجهد عن طريق ألعاب سريعة تثير وتشد انتباه التلميذ.(أسامة كامل راتب:دوافع التفوق في النشاط الرياضي،دار الفكر العربي،القاهرة،1990،ص161)

9- متطلبات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية :

- هناك متطلبات أساسية يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية مراعاتها عند تنفيذ الحصة،وتتمثل فيما يلي:
- الصعود إلى القسم لمقابلة التلاميذ ثم النزول بهم إلى المكان المخصص للحصة ،ويساعده في ذلك مسئول القسم من التلاميذ.
- أن يسود الهدوء والنظام أثناء توجه التلاميذ من القسم إلى المكان المخصص للحصة.
- القيام بأخذ غياب التلاميذ بعد الاصطفاف أمام الأستاذ.
- أن يكون الشرح أثناء الحصة موجزا ومفيدا وبصوت مناسب يسمعه ويفهمه جميع التلاميذ، ويتناسب مع عدد التلاميذ ومكان الحصة.
- وقوف الأستاذ في مكان يرى منه جميع التلاميذ ويرونه.
- يجب إرشاد التلاميذ إلى النقاط المهمة أثناء قيامهم بالحركات.

- يحسن تطبيق الأستاذ للحركات أولاً أمام التلاميذ.
- مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ.
- لا تصحح الأخطاء أثناء أداء التلاميذ للحركات، بل يجب على الأستاذ إيقاف العمل ثم توضيح الحركات الصحيحة ومن الأحسن الإشارة إلى التلميذ الممتاز في أداء الحركات وهذا لتشجيع التلاميذ على التنافس.
- يجب أن يكون تحرك الأستاذ بين التلاميذ بشكل سليم وفي الوقت الذي يتطلب ذلك . (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص203).
- الاهتمام بالمظهر الشخصي.
- يجب استعمال الصفارة بشكل مناسب وفي الوقت المناسب أثناء تنفيذ الحصة .
- عدم ترك التلاميذ في وضع السكون كثيراً أثناء الشرح.
- الاهتمام بالنواحي المعرفية أثناء الحصة .
- يجب أن يأخذ كل جزء من أجزاء الحصة الوقت المخصص له.
- الاهتمام بجميع التلاميذ ومعاملتهم معاملة واحدة.
- الاهتمام بالناحية الجمالية أثناء تنفيذ الحصة.
- يجب أن يكون لدى التلاميذ القدرة على الابتكار.
- يجب توفر الأدوات البديلة، وأن تتناسب مع عدد التلاميذ، وأن تؤدي جميع أجزاء الحصة والتلاميذ في حالة انتشار في الملعب مع استخدام الأستاذ للألفاظ المناسبة تربوياً مع التلاميذ. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص203).

خلاصة:

من خلال ما رأيناه في هذا الفصل تتجلى لنا مدى أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في النظام التربوي .ومدى منافعها في تربية الطفل المراهق تربية شاملة ومتكاملة ,وإكسابه سمات خلقية مهمة في حياته، كما تساهم في توظيف جميع طاقاته النفسية،البدنية والمعرفية من أجل التعلم والحصول على معارف جديدة،وهذا ما يجعل من التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من التربية العامة التي تشمل جميع النواحي الفكرية ،العقلية والبدنية.

يعتبر موضوع الدافعية من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة للناس جميعا ،وتلعب الدافعية دورا هاما في ميدان النشاط الرياضي،فعلى سبيل المثال يمكن أن يحضر الفرد طفلا إلى مكان التعلم الرياضي،ولكن إذا لم يكن له دافع للتعلم والحضور ،فلا شك أن مقدار التعلم في هذه الحالة سيكون محدود الفائدة ،بمعنى آخر فإن الآباء لا يمكن أن يجبروا أولادهم على ممارسة رياضة معينة إلا إذا كانت لديهم دافعية ورغبة نحو هذا النشاط الرياضي.

□-التوافق الحسي الحركي:

2-1-تعريف التوافق

يعرف التوافق بين الاطراف المتعددة بكونه القدرة على التنسيق بين حركات مجموعة من الاطراف عندما تعمل معاني وقت واحد.

والتوافق الحس حركي يعد عاملا للرياضي في ادائه و هو اكثر اهمية في اداء المهارات الرياضية الفنية، وربما ان مستوى الادراك الحسي الحركي العالي يؤهل الفرد لاداء المهارات الحركية بدقة عالية. لدى فإن التوافق الحس حركي هو الذي يمدنا بالمعلومات المهمة فيما يتعلق بمكانجسم الانسان في الفراغ وعلاقة اجزائه

□- الاحساس الحركي:(الحاسة الحركية):

لقد توصل العالمواولو الى اثبات وجود حاسة داخلية هامةوهي تقوم بتحليل الافعال الحركية الى اجزاء و التي عن طريقها يتم الشكل النهائي للحركة المتعلمة، وقد أطلقوا على هذه الحاسة الجديدة بالحاسة الحركية ويقولون إن هذه الحاسة تختلف عن الحاس الاخرى فهي نخبونا عن وضع وشكل الاعضاء الاخرى المشاركة في الحركة بوضوح ودقة كبيرة بالاضافة الى العمليات شد التي تحدث بالعضلات عند اداء الحركة . وعن طريق الحاسة الحركية اصبح بإمكاننا القيام بتجربة الحركة والشعور الداخلي بها. هذا الاخير يمكننا من تصحيح حركتنا بصورة دقيقة، ويجب ان نعلم ان الحاسة الحركية تتطور مع الفرد الرياضي جنباً الى جنب مع نموه العادي، وهي كبقية الحواس تختلف من فرد لآخر في النمو خاصة اذا تميز الاحساس بالدقة ذلك ان الاحساس الحركي يعد الحجم الرئيسي للبناء العام بالاضافة الى الحواس الاخرى التي يطلق عليها "جامعات الحركات الملتقطة".(مروان ابراهيم، 2002، 95-96)

الجانب الحسي الحركي(⊗النفس الحركي): حدد العالم سنغر 1980م انشطة مجال النفس الحركي بانها تلك الانشطة التي تتضمن بشكل اولي والقيام بحركات موجهة توجيهها محددًا حيث تعتمد بشكل او باخر على استجابة البدن ، اي انه مجال يهتم بحركات الجسم وكيفية تطويرها والتحكم فيها، يتضمن انواع من السلوك الحركي الى المهارات اليدوية والمهارات الكبيرة والقدرة على تناول الادوات والاجهزة واستخدامها و القدرة على القيام بانماط حركية تتطلب التوافق الحركي والنفسي والعصبي،و الحقيقة ان العقل والجسم لا يمكن الفصل بينهما في نشاط الانسان. (محمد حسين علاوي، 1987، ص27)

الجهاز العصبي:

- 1- تعريفه: هو المتحكم في جميع اجهزة جسم الانسان وحركاته وسكناته لضبط وتنظيم جميع العمليات الحيوية حتى تسير بدقة سواء كانت هذه العمليات و الحركات إرادية او لا ارادية ، فانها كلها ترجع الى تنظيمها وتكييفها الى الجهاز العصبي في الانسان، ووحدة تركيب الجهاز العصبي هي الخلية المتكونة من جسم وهو ببيضاوي الشكله نواة كبيرة ووسط البروتولازم ، ويتفرع من الجسم الخلوي فروع كثيرة تختلف في عددها حسب الوحدة العصبية التي تدخل فيها الخلية فهي تستقبل و تنقل الاحساسات العصبية الى الخلية (بهاء الدين سلامة،ص77).ومن خواص البروتولازم الحي استقبال وتوصيل مختلف الاحساسات حتى يستطيع الانسان الاستجابة للتغيرات الخارجية ويوجد لكل خلية فرع واحد هو اكبر هذه الفروع يسمى القطب المحوري .
- 2- تكوين الجهاز العصبي :ينقسم الى :

-الجهاز المركزي: يتكون الجهاز المركزي من المخ الذي يملا تجويف الجمجمة و النخاع الشوكي الموجود داخل العمود الفقري، ويعتبر الجهاز العصبي المركزي مركز الاصدار لاوامر لكافة الاجهزة.*
*المخ: يقوم بمجموعة من الوظائف الحيوية الهامة. يعتبر مركز الحركات الارادية للانسان. وهو المسؤول عن الانفعالات و الذكاء والتفكير و الادراك والتصور. فالمخ هو الجهاز المسؤول عن جميع العمليات التعلم الحركي لمهارات وخطط اللعب. (ابو علاء احمد عبد الفتاح،1994،ص130-131).

*النخاع الشوكي: ويقوم بوظيفة توصيل الاشارات العصبية من الى المخ بالاضافة الى قيامه بالعمل مستقلا في حالة الفعل الانعكاسي كما انه مسؤول عن ردود افعال مختلفة خلال مواقف اللعب.
-الجهاز العصبي الطرفي:يتكون من الاعصاب والضفائر التي تربط بين الاعصاب المصدرة و المورددة والجهاز العصبي المركزي

-التحسين □ سه د سه دصس شس سه ر :

يتحسن سلوك الإنسان أثناء المحاولات لإشباع الدافع مما ينتج عنه سهولة في تحقيق أغراضه عند تكرار المحاولات التالية.

- التكيف الكلي □ سه د سه □ ش صه ذ □ خ د نس مذ □ :

يتطلب إشباع الدافع من الإنسان تكيفا كليا عاما، و ليس في صورة تحريك جزء صغير من الجسم، و يختلف مقدار التكيف الكلي باختلاف أهمية الدافع و حيويته فكلما زادت قوة الدافع، كلما زادت الحاجة للتكيف الكلي.

- تحقيق الغرض سس ر □ خ □ ر مدش دصس س شصس :

و يتم ذلك عندما يتوقف السلوك و عندما يتم تقييم الغرض أي الهدف الذي كان الإنسان يرمي إلى تحقيقه، بحيث يتم إشباع الدافع و عندئذ يتوقف السلوك. (إسماعيل محمد الفقي و آخرون، 2001، ص167).

من خلال هذه الخصائص يفهم بأن الإنسان يزداد نشاطه كلما كانت قوة الدافع لديه كبيرة ، و إذا واجه صعوبات في إشباع الدافع لديه ،فانه يكيّف نفسه وفقا لتلك المعوقات التي تحل دون إشباع دوافعه كما أوضح "ماسلو" أن الإنسان يولد بخمسة أنظمة مرتبة بشكل هرمي كالتالي :

حاجات تحقيق الذات: انجازات تحقيق الذات و تحقيق الفرد لإمكاناته

حاجات الاحترام: الانجاز ،الكفاءة ،الاستحسان ، التقدير

حاجات الحب: الانتساب، التقبل، الانتماء

حاجات الأمن: الطمأنينة و الأمان - غياب الأخطار

حاجات فسيولوجية: الجوع و العطش ،الهواء..... الخ

شكل (□): يوضح التنظيم الهرمي للحاجات التي وضعها ماسلو . (ليندادا فيدوف،ترجمة محمود عمر وآخرون ،2000، ص10).

□ - أنواع الدوافع:

ليس هناك تصنيف واحد للدوافع و ذلك لتعقيدها ، يمكن إرجاع ذلك إلى أنها تختلف باختلافات الأشخاص كما أن الدافع الواحد يمكن أن يؤدي إلى ألوان مختلفة من السلوك بالإضافة إلى أننا نجد أن للسلوك الواحد مجموعة من الدوافع المختلفة و فيما يلي سوف نقدم التصنيف التالي :

- تصنيف على أساس شعوري ولاشعوري .
- تصنيف على أساس فطري و مكتسب .
- تصنيف على أساس داخلي و خارجي .
- تصنيف على أساس مباشرة و غير مباشرة .

□-□ - التصنيف على أساس شعوري ولاشعوري :

- الدوافع الشعورية:

وهي تلك الدوافع المرتبطة بالإدراك و الفطنة إذ أن الإنسان يستطيع تحديدها و يتفطن لوجودها فهي كل الأعمال

التي نقوم بها عمدا و بمحض إرادتنا كالذهاب إلى الملعب للتدريب أو المشاهدة. (محمد أحمد علي منصور، ص10) .

كما أن الفرد يشعر بها و يكون على وعي بها، و هي ناتج نشاط عقلي لأن الفرد يقوم باختيار الدافع الذي يسعى لتحقيقه و المعروف أن الدوافع الأولية هي التي تشبع أولا.

- الدوافع اللاشعورية :

(1) الدوافع اللاشعورية لا يشعر بها الفرد أثناء قيامه بالسلوك أيا كان السبب، و قسمت مدرسة التحليل النفسي هذه الدوافع إلى مؤقتة يمكن أن يدركها الفرد لمراقبة سلوكه و أخرى دائمة يصعب على الفرد معرفتها إلا بطرق علاجية خاصة نادت بها نظريات علم النفس خاصة مدرسة التحليل النفسي. (السماطوي نبيل، و محمد توفيق، 1976، ص108) .

كما أن الدوافع اللاشعورية لا يستطيع الإنسان إدراك حدودها و طبيعتها و وجودها ، و للدوافع اللاشعورية تأثير في السلوك ، فنجد أن بعض الأمراض قد تنشأ عن ذكريات مكبوتة في اللاشعور من خبرات قديمة حدثت في مرحلة الطفولة

إن الدوافع اللاشعورية يبدأ تكوينها لدى الإنسان من الطفولة إلى غاية الرشد و هذا يعني أنه عند حدوث ضغط على الفرد سواء كان من طرف والديه أو المجتمع، و حال ذلك دون تلبية حاجات هذا الفرد ، وكلما حدث ذلك الصراع يؤدي إلى الكبت أي أن الرغبات التي لا تتحقق لسبب أو لآخر قد تتعرض للكبت و هو ما يجعلها ترتسم في اللاشعور. □-□-التصنيف على أساس فطري ومكتسب:

- **الدوافع الفطرية:** يطلق عليها اسم الدوافع العضوية أو الفسيولوجية أو الأولية و يقصد بها ما يولد الإنسان مزودا به ولا يحتاج إلى تعلمه لأنه ينتقل عن طريق الوراثة ، كما يعرف عند العلماء أنه كل دافع يدفع الفرد إلى التماس أهداف طبيعية موروثه بالرغم من تغيير السلوك ومن علامات الدافع الفطري ما يلي :
 - اشتراك النوع كله مهما اختلفت الظروف و المواقف و المحيط الاجتماعي.
 - اشتراك الإنسان مع الحيوان في بعض الدوافع كثيرا ما يتخذ دليل على فطريته .
 - ظهور الدوافع عند الميلاد و في سن مبكرة أي قبل أن يستفيد الكائن من الخبرة و التعلم.
- **الدوافع المكتسبة:** هي دوافع ثانوية يكتسبها الفرد خلال عملية التطبع الاجتماعي و تساعد على استمرار العلاقات الإنسانية و الاجتماعية ، و تنظم سلوكه و علاقاته و عدم إشباعها يؤدي إلى الشعور بالقلق و الاغتراب و التعاسة و احتكار الذات ، ولا تنشأ الدوافع المكتسبة بل يستند أساسها على الاستعدادات الفطرية و تثبتت في ثناياها تحت تأثير العوامل البيئية و الاجتماعية.

□-□-التصنيف على أساس داخلي وخارجي:

- **الدوافع الداخلية:**

تشير الدافعية الداخلية إلى الاندماج في النشاط الرياضي لذاته من أجل الاستمتاع و الرضا المشتقان من أداء النشاط ذاته فعندما يكون الفرد مدفوعا داخليا سيؤدي سلوكه على النحو الإرادي بالرغم من عدم وجود حوافز خارجية ، أو إجبار خارجي على الممارسة الرياضية ، فالرياضي الذي يذهب للتدريب لأنه يجده ممتعا و مرضيا لتعلم المزيد من المهارات أو الخطة أو المعارف الخاصة برياضته، و أيضا الرياضي الذي يتدرب بصورة منتظمة في رياضته للاستمتاع بالمحاولة الجادة لتحقيق التفوق على نفسه ، و إتقان المهارات المختلفة سوف يكون مدركا لدوافعه الداخلية نحو رياضته الخاصة ، و هكذا فالأنشطة التي تسمح للفرد بتقرير سلوكه، سوف تسمح له بفرصة الاشتراك فيها بسبب الدافعية الداخلية .

- **الدوافع الخارجية :**

الدافعية الخارجية هي عكس الداخلية حيث تشير إلى سلوك عدم تقرير الفرد لمصيره ، و ذلك السلوك يستثار فقط عن طريق مثيرات خارجية مثل (المكافآت) أي أنه سلوك لا يأتي من داخل الفرد ، و لكنه يأتي عن طريق أفراد آخرين، ويتم ذلك عن طريق التدعيم سواء الايجابي أو السلبي . و قد يكون ماديا مثل المكافآت المادية و الجوائز العينية، و قد يكون معنويا مثل التشجيع . (صدقي نور الدين، 2004، ص 108-109) .

□-□ - التصنيف على أساس مباشرة و غير مباشرة - الدوافع المباشرة:

ومن أهمها :

- الإحساس بالرضا و الإشباع كنتيجة للنشاط الرياضي .
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال الحركات الذاتية للفرد.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها و التي تتطلب المزيد من الشجاعة و الجرأة و قوة الإرادة .
- الاشتراك في المنافسات (المباريات) الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي و ما يرتبط بها من خبرات انفعالية متعددة. و تسجيل الأرقام و إثبات التفوق و إحراز الفوز.

- الدوافع الغير مباشرة:

ومن أهمها :

- محاولة اكتساب الصحة و اللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي ، فإذا سألت الفرد عن أسباب ممارسة النشاط الرياضي فانه قد يجيب أمارس الرياضة لأنها تكسبني الصحة و تجعلني قويا .
- ممارسة النشاط البدني الرياضي لإسهامه في رفع مستوى الفرد من قدرات على العمل و الإنتاج فقد يمارس الفرد النشاط الرياضي لأنه يساهم في زيادة قدرته على أداء عمله و رفع مستوى إنتاجه في العمل .
- الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي في حالة السمنة حتى يخفف من وزنه . (محمد حسن علاوي وآخرون، 1987، ص 208) .

□ - نماذج من الدوافع:

□-□ - التقليد الفطري:

يعمل الطفل على تقليد الكبار في حركاتهم. (مديريةية التكوين و التربية ، ص 259-261) . فمثلا يحاول الطفل تقليد أبيه داخل البيت في معظم حركاته، و كذا

خارج البيت عندما يشاهد شخصا يجيد ممارسة الكرة يسعى دائما لإنجاز مثله وهكذا يزداد اهتمامه وميله لهذا اللاعب

حيث يصل في الأخير إلى تقليده حتى في الملبس، والأمثلة كثيرة لما نراه لدى التلاميذ من تقليد الآخرين.
□-□-□ حب الاستطلاع:

هو أيضا من الدوافع الفطرية، وفيه يسعى الطفل إلى اكتشاف كل ما يحيط به من المواقف، لذا على المربين استغلال هذا الدافع، فمثلا في التربية البدنية تعطى الأهداف بصورة منتظمة الواحدة تلو الأخرى، لكن حب الاستطلاع لدى التلميذ يجعله يتسرع للوصول إلى الصورة النهائية للهدف.

□-□-□ الدافع الاجتماعي:

(1) الإنسان بطبعه يميل إلى الحياة مع الجماعة ولا يستطيع الاستغناء عن الآخرين لكون هذه العملية أخذ وعطاء، وفي الرياضات الجماعية يظهر هذا الدافع بصورة جلية حيث يقوم كل لاعب بدوره لبلوغ الدافع الجماعي كالفوز في كرة القدم كرة اليد، كرة الطائرة. (مديرية التكوين والتربية، ص 259-261).

□-□-□ دافع اللعب:

يعتبره علماء النفس دافعا وراثيا عند الإنسان وله علاقة بدافع الحركة والميل إلى تصريف الطاقة المخزنة، واستنادا إلى ذلك نجد الطفل في مراحل حياته الأولى ميالا للحركة واللعب.

□- الدافعية والأداء الرياضي:

الكلام عن الدافعية في النشاط الرياضي أصبح مقرونا بتفسير النجاح أو الإخفاق، وتبقى الرغبة في بذل الجهد لرفع المستوى والبحث عن تحقيق الفوز مقرونا أساسا بطبيعة الدوافع التي تحرك هذا السلوك، حيث يبقى مصطلح الدافعية هو الذي يعلل السلوك الذي يتبعه الفرد الرياضي.

وعندما تكون الدافعية مرتفعة نحو نشاط رياضي معين فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام بهذه الرياضة والاستمرار في ممارستها، وهذا ما يؤدي إلى المثابرة في التدريب والمنافسة سواء في الحصة أو عند ممارسة النشاط، وهذا ما يزيد من تعلم واكتساب المهارات الحركية الخاصة بهذه الرياضة، بالإضافة إلى ذلك فالدافعية تعتبر في مضمونها على مستوى أداء اللاعب تتطلب مستوى ملائم من الاستشارة حتى يصل إلى الأداء الأفضل، وبمعنى آخر فإن الأداء لأي مهارة وفي أي وقت هو ناتج الاستعداد والقدرة على الأداء. ويعتبر الجميع على أن الدافعية في المجال الرياضي هي استعمال العوامل الداخلية والخارجية التي تعمل على استثارة السلوك

وتوجهه. ص ص د ش س س ر □ □ د ، ز ر □ □ د □ □ س س خ ش د ز ن خ ص ر (ش □ □ □ □ □ ش س د)

وموضوع الدافعية في الرياضة يرمي أساسا إلى تفسير ما وراء السلوك في المنافسة فمثلا ما الذي يجعل التلميذ مهتما بخصبة التربية البدنية والرياضية وينتظر وصولها بشغف، وما الذي يدعو الرياضي لممارسة كرة القدم ويصرف الساعات و الأيام على مدار الأسبوع من أجلها. فالنشاط الرياضي سواء في المدرسة أو في المراكز التدريبية الأخرى يجعل الفرد يتعد عن المشاكل اليومية، وتكسبه دافعية نحو التعلم بالنسبة للتلميذ، والتزويج عن النفس والسعي لمواصلة العيش والحياة حياة هنيئة وسعيدة للأفراد الآخرين .

ومن أجل تنمية دافعية الفرد نحو النشاط الرياضي وضح "ش د س خ" النقاط التي تحقق ذلك وهي:

- نوع المهمة:

وهي الأهداف التي تتحقق من وراء هذه الممارسة، وتكون متنوعة وتخصه بالدرجة الأولى كما تكون هذه الأهداف واقعية وقابلة للإنجاز .

- القيادة:

السماح للرياضي بالمشاركة في بعض القرارات، وإسناد له بعض المسؤوليات الخاصة تسمح له بالتنظيم والتقييم الذاتي.

- الاعتراف بالأداء:

إبراز المميزات الحسنة لكل فرد والتحسين الفردي، مع الحرص على الإنصاف في تقديم الاعتراف بالكفاءة بين مختلف الأفراد الممارسين.

- تسيير الجماعة:

تنظيم المجموعة بطريقة متنوعة دون الخوف من المزج بين المستويات العالية أو المنخفضة.

- الوقت:

إعطاء الوقت للرياضي للتمكن من تحسين الأداء.

□ - وظيفة الدافعية في المجال الرياضي:

وتتضمن الإجابة على ثلاثة تساؤلات هي:

- ماذا تقرر أن تفعل؟ اختيار نوع الرياضة.

- ما مقدار تكرار العمل؟ كمية الوقت والجهد أثناء التدريب.

- كيفية إجادة العمل؟ المستوى الأمثل للدافعية في المنافسة.

فيما يتعلق بالإجابة عن السؤالين الأول والثاني، فإنهما يتضمنان اختيار الفرد لنوع النشاط الرياضي وفترة

ومقدار الممارسة، وليس ثمة شك فإن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة، فهذا يعكس مدى

الاهتمام لهذه الرياضة والاستمرار في الممارسة ، أي تؤدي إلى المثابرة في التدريب بالإضافة إلى العمل الجاد بما يضمن تعلم واكتساب وصقل المهارات الحركية الخاصة بهذه الرياضة .
 أما بخصوص الإجابة عن السؤال الثالث عن كيفية إجادة العمل ، فإن وظيفة الدافعية في مضمون هذا السؤال تتضح في مستوى ملائم في الحالة التنشيطية (الاستثارة) .

□ - دوافع ممارسة النشاط البدني والرياضي:

تختلف ممارسة النشاط البدني والرياضي من فرد لآخر ، فتزداد عند أفراد وتنخفض وتقل عند البعض الآخر ، وهذا طبيعي نتيجة الفروق الفردية القائمة وهنا يقول الدكتور: " أسامة كامل راتب" إن جهود المهتمين بتحليل واقع النشاط الرياضي، توضح أن هناك ستة دوافع أساسية وهي على النحو التالي. (أسامة كامل راتب، 1990، ص43) .

- دافعية تنمية الكفاءات و المهارات .
- دافعية الجماعة وتكوين أصدقاء .
- دافعية الحصول على النجاح والتقدير .
- دافعية تحسين اللياقة البدنية .
- دافعية الحصول على خبرة التحدي والاستثارة والتخلص من الطاقة الزائدة .
- ويذهب الدكتور " محمد حسن علاوي" في كتابه سيكولوجية التدريب الرياضي إلى ذكر الدوافع الغير مباشرة لممارسة النشاط الرياضي ونوجزها في النقاط التالية:
- محاولة اكتساب اللياقة البدنية من خلال المشاركة في النشاط الرياضي .
- ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج .
- الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي ، لأن حصة التربية البدنية والرياضية هي المنطلق لممارسة هذا النشاط ، وهي إجبارية تدخل ضمن الجدول الدراسي .
- الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم به الرياضة .
- ونشير هنا إلى أن التلميذ بممارسته للنشاط الرياضي أثناء الحصة يلبي الكثير من الدوافع والحاجيات ، فيلبي حاجته الفطرية المتمثلة في اللعب ، كما يلبي حاجته المكتسبة المتمثلة في تكوين الجماعة والفريق، وتتعلق هذه الدوافع بمدى استثارته بالعوامل الخارجية ، وتلعب الظروف المختلفة لهذا النشاط دورا كبيرا في هذه الاستثارة بالإضافة إلى مدى حب التلميذ لأستاذه والجو الذي يوفره للتلاميذ .

□ - تطور دوافع النشاط البدني والرياضي:

□ - دافعية المرحلة الأولى للممارسة الرياضية:

في هذه المرحلة تبدأ المحاولات الأولى للممارسة الرياضية، إذ يكون الطفل مدفوعا بما يلبي:

أ- الميل نحو النشاط البدني:

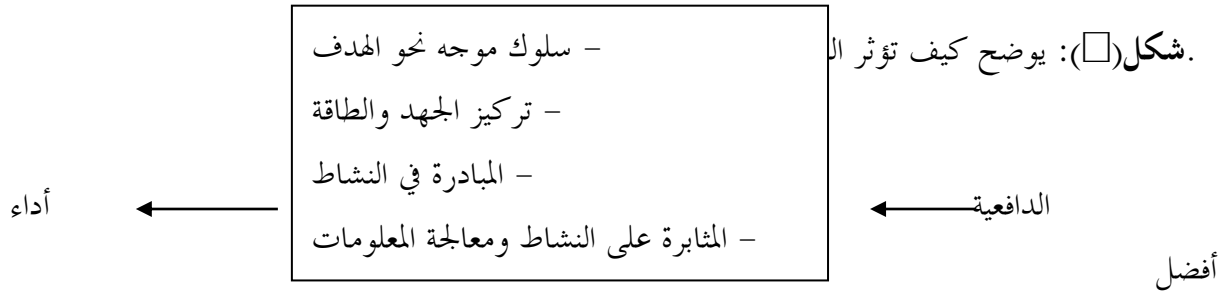
يعتبر التعطش الدائم للحركة والنشاط من أهم الخصائص التي تميز الأطفال في المراحل الأولى من حياتهم، وتجعلهم يقومون باللعب وممارسة مختلف الأنشطة الحركية المتعددة.

ب- العوامل البيئية:

إن ظروف البيئة التي يعيشها التلميذ وما يرتبط بها من مشيرات تشجعه على ممارسة ألوان معينة من النشاط الرياضي.

□-□- علاقة الدافعية بالتعلم:

(1) للدافعية علاقة مباشرة مع التعلم الذي يكتسبه التلاميذ، ويمكن تلمس عدة آثار مفيدة للدافعية في تعلم التلاميذ وسلوكهم وهذه الآثار ممثلة في الشكل التالي. (أسامة كامل راتب □□□□، ص173).



شرح الشكل (□):

- إن الدافعية توجه التلميذ نحو أهداف معينة، ومن المعروف أن التلاميذ يضعون أهدافا لأنفسهم ويوجهون جهودهم وسلوكهم نحو تحقيق هذه الأهداف.

- إن الدافعية تزيد من الجهد والطاقة المبذولة لتحقيق هذه الأهداف.

- إن الدافعية تزيد من المثابرة في النشاط والمبادرة نحوه، فهي تحدد فيما إذا كان التلميذ سوف يبادر ذاتيا لممارسة النشاط الرياضي، وإذا كان يجبها فانه سيميل إلى الاستمرار في أدائها والمثابرة عليها، حتى ولو كان بينه وبينها حائل.

- إن الدافعية تنمي قدرة التلميذ على معالجة المعلومات، فالتلميذ الذي يتمتع بدافعية عالية يكون انتباهه وتركيزه مع المعلم كبيرا.

- إن الدافعية تحدد النواتج المعززة للتعلم، فإذا كان اهتمام التلميذ مركزا على أن يكون مقبولا ومحترما في جماعته، فإنه يعطي معنى أكبر للانضمام للجماعة، كما أن تشكيل فريق في رياضة ما لا يعني شيئا للتلميذ الغير

مهتم بالرياضة ولكن يختلف الحدث لدى التلميذ الذي تعتمد حياته المدرسية حول الرياضة فيعتبره حدثاً مركزياً.

فالدافعية تعود للتلاميذ على الأداء المدرسي الأفضل، وبذلك يمكن الاستنتاج بأن التلاميذ المدفوعين جيداً للتعلم هم الأكثر تحصيلاً ونشاطاً.

□ - نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

□ - □ - نموذج الدافعية لتعبير انسحاب الناشئ من الرياضة :

الانسحاب أو عدم الميل والرغبة في المشاركة، ويحتوي على ثلاثة بنائات نظرية تفسر أسباب انسحاب الناشئ من الرياضة.

- التفسير المعرفي للأهداف المنجزة :

ويذهب هذا البناء النظري إلى أن قرار الانسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء درجة إنجاز الأهداف ومدى

إدراكه لنجاح تحقيقها .

- نظرية دافعية الكفاية :

ويشير إلى أن قرار الانسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء مدى إدراك الناشئ للنواحي البدنية والاجتماعية والمعرفية .

- النموذج المعرفي الانفعالي للتوتر:

ويعني أن قرار الانسحاب يمكن أن يكون بسبب التوتر الناتج عن عدم التوازن بين متطلبات الأداء ومقدرة الناشئ على مواجهة هذه المتطلبات أو نتيجة لافتقاده القدرة على التوازن الناتج عن المنافسة.

□ - □ - نموذج الدافعية لتفسير ممارسة (الرغبة أو الميل) الناشئ للرياضة:

ويوضح أن هناك أسباب شخصية وأخرى موقفية، وتصنف الأسباب الشخصية إلى نفسية وبدنية، ويأتي في مقدمة الأسباب النفسية دوافع اشتراك الناشئ في الرياضة: الشعور بالمتعة، تكوين الأصدقاء، خبرة التحدي والإثارة لتحقيق النجاح والفوز.

أما الأسباب البدنية، فيأتي في مقدمتها: تعلم مهارات وقوانين اللعب، أما الأسباب الموقفية التي تمثل اشتراك الناشئ في الرياضة، مقدار المشاركة في اللعب روح الجماعة، الاستمتاع باستخدام الإمكانيات والأدوات والأجهزة المختلفة، بالإضافة إلى هذا النموذج فإنه يحتوي على نفس البنائات النظرية الثلاث التي أشرنا إليها مسبقاً. (أسامة كامل راتب □□□□، ص 27).

□□ - بعض الأبعاد في مجال السمات الدافعية الرياضية:

- الحاجة للإنجاز:

وهي الحاجة لتحقيق النجاح والفوز في المنافسات الرياضية ومحاولة بذل قصارى الجهد في المنافسة الرياضية و مواجهة تحدي المنافسين والتدريب الشاق المتواصل للوصول للتفوق الرياضي.

- ضبط النفس:

الفرد الرياضي الذي يتميز بسمة ضبط النفس يستطيع التحكم في انفعالاته بصورة واضحة في العديد من المواقف المثيرة، بلا انفعالات أثناء المنافسات الرياضية ولا يفقد أعصابه بسهولة في أوقات الشدة أو الضغوط.

- التدريبية:

- دافع الإنجاز (التفوق) في المنافسة الرياضية :

الفرد الرياضي الذي يتسم بسمة التدريبية ينفذ بدقة تعليمات المعلم، ويستثير مدربه عندما يواجه بعض المشكلات كما يشعر بأن مدربه يفهمه جيدا ولا يتحيز لأفراد معينين. يعني دافع الإنجاز في المنافسة الرياضية الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في إنجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها.

□□ - أهمية دافع الإنجاز والمنافسة الرياضية للنشء (المراهق):

- اختيار النشاط:

يتضح في اختيار النشاط لمنافس متقارب في قدراته، أو اختيار منافس أقل أو أكثر من قدراته يلعب معه.

- الجهد من أجل تحقيق الأهداف:

ويعني مقدار أو كم الممارسة مثل حضور □□٪ من التدريب .

- المثابرة:

ويعني مقدرة الرياضي على مواجهة خبرات الفشل وبذل المزيد من الجهد من أجل النجاح وبلوغ الهدف ومثال عن ذلك عندما يشترك الناشئ في بعض المسابقات ولا يحقق مراكز متقدمة وبالرغم من ذلك يستمر في التدريب من أجل تحسين مستواه في المسابقات الموالية. (أسامة كامل راتب، □□□□ ص 47) .

من خلال ما تم التكلم عنه عن دافعية الانجاز أو التفوق نحو النشاط الرياضي نستنتج أنها عبارة عن إرادة ومثابرة الفرد من أجل تجاوز العقبات (تمرين صعب - واجب معقد) بقدر كبير من الفعالية والسرعة ، أي ببساطة الرغبة في النجاح والفوز.

□□ - أهمية الدافعية في التزينة البدنية والرياضية:

تؤدي الدوافع وظيفة هامة للكائن الحي ، وذلك لأنها تعمل على استمرار الوظائف الفزيولوجية الضرورية لحفظ حياة الكائن الحي وتمده بالطاقة اللازمة ، فالبدن في رحلته مع الحياة يستنفذ كميات كبيرة من الطاقة أثناء العمل وغيره من أوجه النشاط الحركي ، كما أن مطالب النمو السريع في مرحلة المراهقة تستنفذ هي الأخرى قدرا كبيرا من الطاقة الموجودة في الجسم ، وهذا ما يؤدي إلى تعطيل الوظائف الفزيولوجية المصاحبة للنمو ، ما لم يتم تزويد البدن بالقدر الكافي من الغذاء والحركة والنشاط.

كذلك نجد أن الإنسان في طاقة حركية كامنة والتي سماها البعض بالطاقة الزائدة ، حيث نجد أن هناك عوامل داخلية تدفع الإنسان إلى إخراج هذه الطاقة الزائدة ، كما أنه توجد عوامل خارجية تدفع الإنسان إلى القيام بالنشاط البدني واختيار نوع من أنواع الأنشطة الرياضية المرغوب فيها ، وذلك قصد خلق الاتزان الداخلي والاستحسان الخارجي فكل سلوك يكمن وراءه دافع. ويمكن القول أن لموضوع الدافعية في المجال الرياضي أهمية بالغة ، فعلى المربي الرياضي في المدرسة معرفة دوافع ممارسة التلاميذ للرياضة حتى يستغلها في تحفيزهم واستشارتها لديهم من أجل تطوير أدائهم نحو الأفضل ، هذا وقد كان الاهتمام بموضوع الدافعية في مجال علم النفس الرياضي كبيرا كما يشير كل من "ليولن" و"بيوكر" عام □□□□ في كتابهما "سيكولوجية التدريب بين النظرية والتطبيق".

أما من وجهة نظر "وليام وارن" عام □□□□ في كتابه "التدريب والدافعية" أن استشارة الدافع الرياضي يمثل جزءا كبيرا من العملية التدريبية وذلك أن التفوق في رياضة معينة يتطلب اكتساب اللاعب للنواحي المهارية الخاصة بهذه الرياضة ، ثم يأتي

دور الدافع الذي يحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمة لتعلم تلك المهارات ، ثم التدريب عليها بغرض إتقانها. (أسامة كامل راتب، 1990 ص71) .

ونظرا لأن الدوافع لا يمكن ملاحظتها مباشرة ، قبل أن تلاحظ آثارها فمن المهم منذ البداية أن نحدد بوضوح معايير السلوك المدفوع. وهذه المعايير هي :

أ- الطاقة: فالدافع يتناسب مع مقدار الطاقة الناجمة بالنسبة لموقف معين.

ب- الاستمرار: الفرد المكتسب للدافعية لا يستسلم بسهولة، أما إذا جنح الفرد إلى قبول الفشل فورا وتخلي عن بذل الجهد فإننا نستنتج عدم وجود دافع قوي ومستمر لديه .

ج- القابلية للتعبير: يتصل هذا المعيار بالمعيار السابق، فبينما يثابر الفرد على بذل الجهد ليصل إلى إشباع معين إلا أنه لا يكرر نفس العمل مرة أخرى، بل يتخذ سبلا مختلفة للوصول إلى الهدف، أي أن الهدف قد يظل واحدا ومع ذلك تتغير أساليب الوصول إليه.

□□- نظريات الدافعية:

هناك أربع نظريات بارزة حاولت تفسير حالات الدافعية وتمثل في النظرية الإنسانية، نظرية التحليل النفسي، نظرية التعلم الاجتماعي، نظرية الإثارة المنشطة.

□□-□- النظرية الإنسانية:

يكمن أساس النظرية الإنسانية في ما يسمى بهرمية الحاجات التي أشار إليها "إبراهيم ماسلو" وقد تطرقنا لهذه الحاجات مسبقا في خصائص الدافعية. ويرى الأخصائي النفسي الذي يتبع هذه النظرية أن تحقيق الذات هو الهدف النهائي لكل شخص.

□□-□- نظرية التحليل النفسي:

صاحب هذه النظرية "سيجموند فرويد" حيث يعتبر أن الدافعية تعبير لا شعوري بصورة كبيرة للرغبات العدوانية و الجنسية والتي يعبر عنها بطريقة صحيحة أو في بعض الصور الرمزية مثل الأحلام أو زلات اللسان.

□□-□- نظرية التعلم الاجتماعي:

يشير علماء هذه النظرية إلى أن التعلم السابق يعتبر أهم مصدر من مصادر الدافعية فالنجاح أو الإحفاق لاستجابات معينة يؤدي إلى تفهم الأشياء إلى نتائج إيجابية أو سلبية ومن ثمة الرغبة في تكرار الأنماط السلوكية الناجحة .

والخبرة الشخصية لا ترتبط بالضرورة بحدوث التعلم الاجتماعي فقد يكون التعلم بملاحظة بعض الأشخاص الآخرين

الناجحين أو الفاشلين كافيًا لاستشارة حالات الدافعية وعلاوة على ذلك فإن الثواب أو العقاب قد يكون داخليًا أو خارجيًا.

□□-□- نظرية الإثارة المنشطة:

تفترض هذه النظرية أن أي كائن لديه مستوى معين و مناسب و خاص به للاستشارة و بالتالي فالسلوك سيوجه نحو محاولة الاحتفاظ بهذا المستوى و أن هذا يعني أنه إذا كانت الإثارة البيئية مرتفعة أكثر من اللازم يحدث السلوك لمحاولة تخفيض الإثارة وإذا كانت الإثارة منخفضة أكثر من اللازم يقوم السلوك بمحاولة زيادة الإثارة . (ارنوف وبيتيج ، ترجمة عادل عز الدين الأشول وآخرون ، 1994 ص 126-127) .

يمر الفرد منذ ولادته ،بمراحل مختلفة من النمو تتفاعل خلالها استعداداته البيولوجية مع معطيات محيطه الاجتماعي وبفضل هذه الحالة الدائمة من التطور ،يصبح الشخص اجتماعيا مدركا وفاعلا .

والمراهقة هي حلقة من حلقات سلسلة الارتقاء الإنساني التي تمثل فترة ميلاد حقيقية لما لها من خصوصيات ،ففيها ينفرد النمو بوتيرة سريعة تؤدي إلى حدوث تحولات فزيولوجية عميقة تنعكس بدورها على النواحي المختلفة للشخصية كإكتساب سمات في الشخصية ،والابتعاد عن بعض السمات الأخرى ،فهي مرحلة انتقالية من عالم الطفولة إلى بداية سن الرشد.

□ - تعريف المراهقة:

يعرفها العالم " هول ستانلي " على أنها فترة من العمر التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواطف والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة (سعدية محمد علي بهادر، 1980، ص25).

فالمراهق يودع الطفولة مستقبلا العالم الخارجي من خلال احتكاكه به والتفاعل معه والاندماج فيه، فهو يعبر عن مشاعره وعواطفه وانفعالاته من خلال إظهار سلوكيات وتصرفات تميزه عن مرحلة الطفولة ، كما تظهر على المراهق العديد من التغيرات البيولوجية كظهور الشعر على الذقن، تغيرات على مستوى الصوت، والنمو في الجهاز الغددي .وبالتالي فإن المراهق يصبح مسئولاً عن أعماله، وبصفة عامة فالمراهقة هي مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرشد، تصحبها تغيرات على المستوى النفسي والبيولوجي والاجتماعي من شأنها أن تغير من سلوك هذا المراهق بحسب اتجاهات الوسط أو المحيط الذي يعيش فيه .

□ - مراحل المراهقة:

لقد اختلف العلماء في تقسيم وتحديد مراحل المراهقة من حيث البداية و النهاية ، نظرا لعدم وجود مقاييس موضوعية خاصة تخضع لها هذه التقسيمات ،وتسهيلا لدراستها قسمت إلى ثلاثة مراحل أساسية هي:

□-□- المراهقة المبكرة:

تمتد هذه المرحلة من □□ إلى □□ سنة، وهي تقابل في النظام التربوي الطور المتوسط . كما أنها تمتد كذلك منذ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي سنة إلى ثلاث سنوات بعد البلوغ، واستقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد . وفيها يسعى المراهق إلى الاستقلال، ويرغب في التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه الإحساس بذاته وكيانه، و يصحبها التفطن الجنسي الناتج عن الاستشارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية ونمو الجهاز التناسلي عند المراهق.

□-□- المراهقة الوسطى:

تمتد هذه المرحلة من □□ إلى □□ سنة، يطلق عليها المرحلة الثانوية، وتتميز هذه المرحلة ببطء في سرعة النمو الجنسي نسبيا مقارنة مع المرحلة السابقة، وتزداد التغيرات الجسمية والبيولوجية من زيادة في الطول والوزن . وفي هذه المرحلة نجد المراهق يهتم بمظهره الجسدي، صحته، القوة الجسمية.

□-□- المراهقة المتأخرة:

وتكون هذه المرحلة بين □□ إلى □□ سنة، وتمتد مع نهاية التعليم الثانوي وبداية التعليم الجامعي، ويطلق علىها اسم مرحلة الشباب . حيث أنها تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة مثل اختيار مهنة المستقبل وفي هذه المرحلة يصل النمو إلى مرحلة النضج الجسدي ويتجه نحو الثبات الانفعالي، و بروز بعض العواطف الشخصية كالاتمام بالمظهر الخارجي وطريقة الكلام، والبحث عن المكانة الاجتماعية كما تكون للمراهق عواطف نحو الجماليات ثم الطبيعة والجنس الآخر . (سعدية محمد علي بهادر، □□□□ ص 25) .

وبما أن موضوع بحثنا يتطرق إلى الشريحة العمرية (□□-□□ سنة) فإن دراسة مميزات المرحلة مرتبطة بمرحلة المراهقة المبكرة.

□- مميزات النمو في مرحلة المراهقة المبكرة:

تنقسم مميزات النمو في هذه المرحلة إلى عدة أقسام أهمها:

العصبي، والارتباك والتصلب وبذل الجهد الزائد عند أداء الحركات . كما نجد المراهق في مرحلة البلوغ يتعلم الحركات الجديدة بصورة بطيئة وبصعوبة . (أكرم زكي خطاية، 1997، ص132-151) .

□-□- النمو الانفعالي:

ترتبط الانفعالات ارتباطاً وثيقاً بالعالم الخارجي المحيط بالفرد، عبر مثيراتها واستجاباتها وبالعالم العضوي الداخلي عبر شعورها الوجداني وتغيراتها الفزيولوجية والكيميائية. (محمد سلامة آدم، وتوفيق حداد، 1973، ص74).

ومن أهم المظاهر الانفعالية للمراهق في هذه المرحلة نجد:

أ- **الغضب:** ويكون عند ما يشعر المراهق بحاجة تعوق نشاطه وتحول بينه وبين غاياته.

ب- **القلق:** أهم أسبابه في هذه المرحلة هي التغيرات التي تحدث على المستوى الجسدي وكذلك معاملة الوالدين، له على

أنه لا يزال صغيراً. وبالتالي لا يأخذون برأيه ولا يحترمون رغباته وكل هذا يحول لديه الشعور بالإهمال والتهميش من قبل والديه ومن طرف المجتمع.

ج- **العدوانية:** تعد المراهقة من العوامل المساعدة على زيادة درجة العدوانية، وهي تلك النزاعات التي تتجسد في تصرفات حقيقية أو وهمية، ترمي إلى كره الآخرين والشعور بالأذى نحوهم .

□-□- النمو النفسي:

إن التغيرات الفزيولوجية والجسدية، وإعادة تهيئة النظم الدماغية يعمل على زيادة النزوات وردود الأفعال النفسية والتي تكون كما يلي:

- اضطرابات نفسية عديدة بسبب توديع مرحلة الطفولة .

- الإحساس بالهوية الجنسية (ذكر، أنثى) والتي لم ينتبه إليها في مرحلة الطفولة .

- انشغالات المراهق تكون موجهة نحو التخيلات.

(حسن زين، 2006، ص105).

- حب الاستطلاع لمجريات الأمور.

- النمو السريع في التفكير المجرد.

- عدم تقبل سيطرة الكبار.

□-□- النمو الاجتماعي:

إن الحياة الاجتماعية في المراهقة تكون أكثر اتساعاً وتمايزاً من حياة الطفولة في إطار الأسرة، أو المدرسة، لأن المراهقة هي الدعامة الأساسية للحياة الإنسانية، في سيرها واكتمال نضجها. وهمزة وصل للارتقاء بالمراهق من عالم الطفولة إلى سن الرشد، ومن أهم مظاهرها الرغبة في إثبات الذات وزيادة الاهتمامات البدنية والثقافية والفنية، كما يلاحظ الآباء فجأة حالة من التمرد والعصيان ورفض النصائح والتشبث بالأفكار ورغبة في تغيير معاملة الأبناء لهم وهذا ما يزيد من حدة الصراع بينهم (ز د ر خ ش س د ا) (□□□□س، □□□□، س ر د □ ر □).

أما من ناحية الصداقة يقول " ز د خ ش ر خ " تعتبر جماعة الرفاق أو الأصدقاء هي المؤسسة الحقيقية لتكوين المراهقين ويكون ذلك بطريقة لا إرادية . (حسن زين، 2006، ص 12)

□-□- النمو العقلي :

يبتعد المراهق في هذه المرحلة عن التفكير العيني الذي كان يعتمد عليه سابقاً، ويستطيع الآن الاعتماد على التفكير المجرد وممارسة التصور العقلي. ويتميز المراهق بصورة عامة بالقدرة على القيام بعمليات التفكير المنطقي، وعلى تصور الأشياء دون ربطها بالواقع المادي، كما تتميز هذه المرحلة أيضاً بمرونة التفكير وتجريده والقدرة على وضع الفروض العقلية، وفحص الحلول البدنية بشكل منظم والجمع بين الحلول الممكنة للتوصل إلى قاعدة أو قانون عام . (رمضان محمد القذافي، 2000، ص 355) .

□- حاجات المراهق في مرحلة المراهقة المبكرة:

يصاحب التغيرات التي تحدث مع البلوغ تغيرات في حاجات المراهقين ولأول وهلة تبدو حاجات المراهقين قريبة من حاجات الراشدين إلا أن المدقق يجد فروقاً واضحة خاصة بمرحلة المراهقة، ولعلنا لا نبالغ إذا قلنا أن الحاجة والميول والرغبات تصل في هذه المرحلة إلى أقصى درجة من التعقيد. ويمكن تلخيص الحاجات الأساسية فيما يلي:

□-□- الحاجة إلى الأمن :

وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي والصحة الجسمية، الحاجة إلى الحياة، الحاجة إلى تجنب الخطر والألم، الحاجة إلى الراحة، الحاجة إلى الشفاء عند المرض أو الجرح، الحاجة إلى الحياة الآمنة المستقرة السعيدة، الحاجة إلى

الحماية ضد الحرمان من إشباع الدوافع، والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية.

4-□-□ الحاجة إلى مكانة الذات:

وتتضمن الحاجة إلى الانتماء لجماعة الرفاق، الحاجة إلى المراكز والقيمة الاجتماعية، الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة، الحاجة إلى الاعتراف مع الآخرين، الحاجة إلى التقبل من الآخرين، الحاجة إلى النجاح الاجتماعي.

□-□-□ الحاجة إلى الإشباع الجنسي :

وتتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية، والحاجة إلى اهتمام الجنس الآخر، الحاجة إلى التخلص من التوتر .

□-□-□ الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:

وتتضمن الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك، الحاجة إلى تفسير الحقائق، الحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل، الحاجة إلى النجاح والتقدم الدراسي، الحاجة إلى التعبير عن النفس، الحاجة إلى السعي وراء الإثارة، الحاجة إلى المعلومات ونمو القدرات، الحاجة إلى التوجيه والإرشاد التربوي والأسري.

□-□-□ الحاجة إلى تأكيد وتحسين الذات:

وتتضمن الحاجة إلى النمو إلى أن يصبح سويا وعادلا، الحاجة إلى التغلب على العوائق، الحاجة إلى معرفة الذات وتوجيهها، الحاجة إلى الترفيه والتسلية والمال.

ولقد اتضح نتيجة الدراسات التي أجراها عدد من الباحثين ما بين □□□□ إلى □□□□ من أمثال "اوزبيل" و"بونند" و"هنتر"... أن مرحلة المراهقة فترة تخوف وقلق شديدين يستحوذان على المراهق فيجعلانه يعيش في عالم غير عالم الراشدين، وقد وجد أن هذين العاملين يشملان مختلف جوانب التفكير لدى المراهق وحياته الوجدانية .

وقد ذكر "ستون" و"جورج" حول هذه المرحلة بأنها طبيعية، وبدلا من تهوين شأنها علينا أن ننميها وأن نقرر بكيانها كمرحلة ضرورية في التدرج الطبيعي نحو النضج، فإن نحن تبيننا مثل هذا الاتجاه نكون قد قدنا

المراهقة بعد تقبلنا إياها على أنها فترة تدريب، يتمتع الفرد خلالها بما يستحق من امتيازات، وما هو مؤهل له من مسؤوليات .

فالمراهقين يجدون أنفسهم أمام عدم وضوح في مواقف عديدة التي يواجهونها في الحياة التي شرعوا بأن يكونوا عنها آرائهم الخاصة، بعد أن كانوا يعتمدون على الكبار في الريادة وفي التفسير لعوائق الحياة، وهذا ما يفضي بهم إلى التهيب والخجل والارتباك وفرط الحساسية والنزعة الإعتدائية والقلق، وهذا الأخير من شأنه أن يعزز إذا وفرت له الظروف المناسبة كعدم تلبية الحاجيات الأساسية أو عدم تفهم الوالدين لأهمية هذه المرحلة، وكذا عدم تقدير الأساتذة لظروف المرحلة.

□ - أشكال المراهقة المبكرة:

إن المراهق يجد نفسه بصدد تكوين آراء واتجاهات عن المواقف التي يواجهها، فقد يتخذ سلوكيات عديدة للتعبير عن هذه الآراء ومن ثمة نقول أن هناك أربعة أشكال للمراهقة. وهذه الأشكال نابعة من شخصية المراهق في حد ذاته وما يحيط به من مؤثرات اجتماعية:

□-□ - المراهقة التوافقية:

يتميز هذا الشكل بالاعتدال والهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار والإشباع المترن وتكامل الاتجاهات والخلو من القلق والتوترات الانفعالية الحادة، والتوافق مع الوالدين والأسرة والتوافق الاجتماعي، والرضا عن النفس. ويتأثر هنا بعدة عوامل منها المعاملة الأسرية وكذا معاملة الأساتذة في المدرسة، وخاصة أستاذ التربية البدنية والرياضية لأن هذه الحصص تتسم بالحرية والفهم، واحترام رغباته. وهذا ما يجعله ينجذب نحو الرياضة ونحو حصص التربية البدنية والرياضية. وهنا يظهر جليا دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في توفير الجو المناسب للتلاميذ حتى ينجذبوا نحو الحصص لأنها تساهم في إكسابهم سمات شخصية مفيدة لهم في تحصيلهم الدراسي.

□-□ - المراهقة الإنسحابية المنطوية:

تتسم بالانطواء والاكنتاب والعزلة السلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص، والاققتصار على أنواع النشاط الانطوائي والإشغال بالنقد والتفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظم الاجتماعية والثورة على تربية الوالدين ومحاولة النجاح المدرسي والاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان

والحاجات الاجتماعية الغير المشبعة، ويتأثر هنا المراهق بعوامل الاضطراب النفسي في الأسرة والأخطاء الأسرية التي منها التسلط والسيطرة والحماية الزائدة .

□-□- المراهقة العدوانية المتمردة :

وسماتها العامة هي التمرد والثورة ضد الأسرة والمدرسة والسلطة، والعدوان على الإخوة والزملاء وبالإضافة إلى العناد بقصد الانتقام، مع الإسراف الشديد في الإنفاق، ويتأثر هذا الشكل من المراهقة بعدة عوامل من بينها التربية الضاغطة والتسلط والقسوة والصرامة من طرف القائمين على تربية المراهق، وإجباره على النواحي الدراسية فحسب ونبذ الرياضة والنشاط الترفيهي . وهذا لعدم الوعي بدور الرياضة في الترويح عن النفس والمساهمة في التحصيل الدراسي . كما يجبرونه على قلة الأصدقاء وهذا ما يدعو له للابتعاد عن النشاط الرياضي، ويكون هذا العزوف من المراهقين بسبب الوضع الاجتماعي والاقتصادي المتدني ونقص إشباع الحاجات والميول.

□-□- المراهقة المنحرفة:

وتتسم بالانحلال الخلقي التام والانهيال النفسي الشامل، والسلوك المضاد للمجتمع، وسوء الأخلاق والفوضى والبعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك.

□- النظريات المفسرة للمراهقة :

□-□- النظريات التي تنظر على أن المراهقة أزمة:

- نظرية " ستانلي هول": مما يأخذ على نظرية "ستانلي هول" أن المراهقة هي عبارة عن مرحلة تغيير شديد أو ميلاد جديد مصحوب بالضرورة بنوع من الشدائد والمحن والتوترات وصعوبة التكيف في كل موقف يواجهه المراهق.

ويؤخذ عن "هول" مصطلح العواطف والتوتر حيث استعمله لما تتميز به فترة المراهقة من تعارض وتصارع لدى المراهق بين الأنانية والقسوة والرقّة، العصيان والحب، وتشير نظريته إلى أن الفرد يرث الخصائص البيولوجية الخاصة بالجنس البشري إذ أنها تدخل في تركيب المورثات.

و في آخر الدراسات التي قام بها "هول" لعمل الأجناس البشرية اتضح له أن المراهقة ظاهرة حضارية ، و هذا يعني أنه تراجع في الأخير عن نظريته في المراهقة على أنها حتمية يمر بها كل فرد مهما كانت وضعيته ومهما كانت بيئته.

- نظرية "سيجموند فرويد": ويشير "فرويد" في نظريته إلى أن الغريزة الجنسية تظهر وتنكشف لأول مرة عندما يصل الطفل سن البلوغ و يضيف "فرويد" قائلا : لقد علمتنا التجارب بأن عملية قبوله الإرادة الجنسية للجيل سوف تتم فقط عندما يسعى الراشدون الكبار إلى فرض سيطرتهم وتعميق نفوذهم في نفوس أطفالنا بصورة مبكرة وبالتدخل في حياتهم الجنسية قبل وصولهم إلى سن البلوغ ،بدلا من الانتظار و التريث حتى تنتهي العاصفة المدمرة ،و هذا ما ذهب إليه الدكتور "عبد الغني الإيدي" على أن المراهقة مرحلة انفعالية وتناقضات سلوكية فيها النهوض إلى الطفولة وتظهر الصعاب بشكل لا بأس به. (عبد الغني الإيدي ، 1992، ص 18).

- نظرية "إريكسون" : يرى "إريكسون" : أن بعض المراهقين يشعرون بإحباطات متتالية من الراشدين الذين يتعاملون معهم وغالبا ما يمتحن المراهق في هذه الحالة ذاته والتي تتألف من صورة وأدوار اجتماعية اللتان تتصفان بالتعريف وعدم التقبل من جانب الوسط الذي يعيش فيه وفي هذه الفترة يتمرد المراهق على سيطرة المراهقين، ويتجه نحو الجماعة ويصبح نشاطه فيها إجراء دفاعيا يحمي نفسه اتجاه مخاطر تشتت الذات وبسبب التغيرات الجسمية السريعة غير المتناسقة يعيش حياة مضطربة قلقه، ومع نضج الوظيفة الجنسية يتحول المراهق إلى كائن جنسي قادر على أن يحافظ على نوعه واستمرار سلالته، لكن المراهق لا يستطيع إشباع الدافع الجنسي إلا بالطريقة التي حددها عرف المجتمع وتقاليده.

□-□-□ النظريات التي تفسر المراهقة بسبب طبيعة وثقافة المجتمع:

- نظرية "مصطفى فهمي": يعكس الدكتور مصطفى فهمي في نظريته التي قام بدراستها سنة □□□□ ،

حيث يرى

أن علم النفس الحديث عند معالجته لموضوع المراهقة ينكر اعتبار هذه المرحلة فترة بحث جديدة في الحياة لأننا إذا أخذنا بهذا الرأي القديم أدى بنا إلى القول بأنها مرحلة البلوغ ،الأمر الذي يتعارض مع وحدة الحياة والنمو . (معروف رزيق، 1986 ،ص 16).

- نظرية "أرنولد جيزل": تتحدد المراهقة حسب "جيزل" بالمفهوم الجسمي أولاً. و في العمليات الفطرية التي تسبب النمو والتطور المتزامن وفي القابلية على الإنتاج ، و في اختبارات المراهق وفي علاقاته مع الآخرين ،ومن الناحية السيكولوجية على المراهق أن يأخذ بعين الاعتبار نواحي قوته ونواحي ضعفه في آن واحد ، ودرس النضوج وركز عليه كعملية فطرية شاملة لنمو الفرد وتكوينه، وتتعَدّل وتتكيف عن طريق الغدة الوراثة. (نوي الحافظ ، 1990، ص 18).

وتتعلق نظرية "جيزل" بالوراثة النوعية أو الميراث العرقي ، حيث اعتقد أن كل جوانب النمو بما في ذلك الجانب النفسي تسير وفق قوانين ذات إمكانية تطبيق تتصف بالكلية و العمومية.

- نظرية "روث نبدكت": "روث نبدكت" تعتبر من أكثر العلماء الأنثروبولوجيا التي كتبت عن نمو المراهق بالإضافة إلى "ماجريت ميد" وهي تمثل آراء مدرسة البنية الثقافية وتشير العاملة "روث نبدكت" إلى أن الثقافات تختلف في الاستمرارية بين أدوار الطفولة وأدوار الرشد ، وبالتالي يكون انتقاء الفرد من مرحلة إلى مرحلة أخرى محددة تماما اجتماعيا وشرعيا، وفي بعض المجتمعات أي غير مستمرة ، بينما في مجتمعات أخرى ذات ثقافة مغايرة يتم الانتقال فيها من الطفولة إلى الرشد بشكل غير محسوس.

وعليه فإن المراهقة فترة بالغة الصعوبة ومن هذا المنطلق فالتنشئة الاجتماعية هي التي تجعل الانتقال سهلا أو صعبا، فالتغيرات البيولوجية التي تصاحب المراهقة ، وهكذا نرى أنه ليست الظروف البيولوجية وحدها التي تلد الصراع ، لكن التنشئة الثقافية لها دورها أيضا في ذلك.

□ - توجيهات خاصة بمختلف مراحل التعليم في الطور المتوسط:

□-□ - توجيهات خاصة بالسنة الأولى والثانية متوسط:

- تعطى الأولوية خلال هذه المرحلة إلى البحث حول سيولة الحركات وتطويرها انطلاقا من الحركات القاعدية المكتسبة خلال مراحل التعليم الابتدائي.

- اختيار حالات تعليمية ذات طابع نشيط ،سياقها الألعاب الهادفة التي تسمح بلعب الدور الإدماجي،الذي يستدعي التعاون والتضامن ويكون الحافز للعمل.

□-□ - توجيهات خاصة بالسنة الثالثة والرابعة متوسط:

- تمتاز هذه المرحلة بارتفاع شدة العمل استجابة لاهتمامات التلميذ المتزايدة والمطالب بالقيام بأكثر جهد وأكبر مردود في

العمل، مما يستلزم الارتفاع في نسبة العمل وسرعة تنفيذه ومضاعفة وتيرة الجهد.

- يسعى التلميذ خلال هذه المرحلة إلى تأكيد مكانته في الجماعة التي ينتمي إليها، ويشعر بالنمو السريع الذي يؤثر على تصرفاته، والتي تدفعه إلى ارتكاب أخطاء عشوائية وغير مقصودة، مما يجعله يرتبك عند مواجهة مشكل في ميدان الممارسة ففي هذه الحالة يحتاج إلى سند يتمثل في اختيار حالات تستدعي الاستقرار والطمأنينة.

□ - واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التلميذ المراهق في هذه المرحلة:

يجب على مدرس التربية البدنية والرياضية مراعاة الخطوات التالية عند تقديم حصة التربية البدنية والرياضية:

- فصل الجنسين لوجود اختلافات كبيرة في النضج الاجتماعي والجسماني والميول .
- الحث على العناية بالغذاء الذي يقدم للتلاميذ من حيث الكم والنوع .
- مراعاة عدم الاختلال بين فترات الراحة والعمل للتلاميذ في هذه المرحلة .
- الاهتمام بالأوضاع السليمة للتلميذ من حيث المشي والجلوس والوقوف .
- توفير الفرص المختلفة للتلميذ من أجل إظهار ميوله واستعداداته .
- توجيه التلميذ بحذر لأنه يحتاج إلى معاملة خاصة، فهو يشعر بأنه رجل على درجة كبيرة من النضج. (محمد سعد زغلول وآخرون، 2002، ص59-60).

□ - أهداف الأنشطة المقدمة في حصة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمراهق:

أ- الأنشطة الجماعية:

- التعلم عن طريق الرياضات الجماعية الممارسة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية المعاشة الجماعية، بحثا عن قدرات الاتصال والتكيف الجماعي، التوازن، احترام الغير.... الخ.
- التعلم كيفية لعب أدوار نشيطة وإيجابية ضمن الجماعة التي ينتمي إليها.

ب- الأنشطة الفردية:

تساهم في تنمية الاستقلالية لدى التلميذ من خلال الثقة بالنفس، والشعور بالمسؤولية. كما تسمح هذه النشاطات بالقدرة على تنسيق الحركات البسيطة والشبه معقدة وربطها في الزمان والمكان، والتمكن من أدائها جيدا. (اللجنة الوطنية للمناهج، 2005، ص 107).

□□ - أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهق:

بما أن النشاط الرياضي جزء من التربية العامة، وهدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق أنواع مختلفة من النشاط البدني لتحقيق هذه الأغراض، وذلك يعني أن النشاط الرياضي يضمن النمو الشامل والمتوازن للطفل ويحقق احتياجاته البدنية، مع مراعاة المرحلة السنية التي يجتازها الطفل حيث يكون عدم انتظام في النمو من ناحية الوزن والطول مما يؤدي إلى نقص التوافق العصبي وهذا ما يحول دون نمو سليم للمراهق.

إذ يلعب النشاط الرياضي دورا كبيرا وأهمية بالغة في تنمية عملية التوافق بين العضلات والأعصاب، وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به المراهق من حركات وهذا من الناحية البيولوجية.

أما من الناحية الاجتماعية فبوجود التلاميذ في مجموعة واحدة خلال الممارسة الرياضية يزيد من اكتسابهم الكثير من الصفات التربوية.

إذ يكون الهدف الأسمى هو تنمية السمات الخلقية كالطاقة وصيانة الملكية العامة والشعور بالصدقة والزمالة واقتسام الصعوبات مع الزملاء، إذ أن الطفل في المرحلة الأولى من المراهقة ينفرد بصفة المسيرة للمجموعة التي ينتمي إليها، ويحاول أن يظهر بمظهرهم ويتصرف كما يتصرفون، ولهذا فإن أهمية ممارسة النشاط الرياضي في هذه المرحلة هي العمل على اكتساب الطفل للمواصفات الحسنة، حيث كل الصفات السابقة الذكر تعتبر من المقومات الأساسية لبناء الشخصية الإنسانية.

أما من الناحية الاجتماعية فإن للنشاط الرياضي دورا كبيرا حيث نشأة الاجتماعية للمراهق، إذ تكمن أهميتها خاصة في زيادة أواصر الأخوة والصدقة بين التلاميذ.

وكذا الاحترام وكيفية اتخاذ القرارات الاجتماعية ، وبذلك مساعدة الفرد على التكيف مع الجماعة ، ويستطيع النشاط الرياضي أن يخفف من وطأة المشكلة العقلية عند ممارسة المراهق للنشاط الرياضي المتعدد ن ومشاركته في اللعب النظيف واحترام حقوق الآخرين ، فيستطيع المربي أن يحول بين الطفل والاتجاهات المرغوبة التي تكون سلبية كالغيرة مثلا ، وهكذا نرى أنه باستطاعة النشاط الرياضي أن يساهم في تحسين الصحة العقلية وذلك بإيجاد منفذ صحي للعواطف وخلق نظرة متفائلة جميلة للحياة وتنمية حالة أفضل من الصحة الجسمية والعقلية . (بو فلجة غياب ، 1983 ، ص 37) .

□□ - دور حصة التربية البدنية والرياضية في إكساب المراهق مختلف السمات في الشخصية:

تلعب حصة التربية البدنية والرياضية دورا هاما في إكساب التلميذ المراهق في الطور المتوسط،مختلف السمات في الشخصية ومن بينها الدافعية .ويكون هذا بفضل حنكة الأستاذ والأساليب التي يتبعها مع التلاميذ ويظهر هذا الدور من خلال ما يأتي :

- توفير مجموعة كبيرة من الألعاب والرياضات في البرنامج الدراسي وهذا لإبعاد الملل عن التلميذ.مما يجعله يكتسب دافعية نحو التعلم.
- توفير الوقت العملي الكافي لتحسين الأداء المهاري في مختلف الرياضات وهذا لزيادة المستوى فيها .مما يكسبه الدافعية نحو ممارسة النشاط الرياضي والتألق في رياضة معينة.
- إعطاء أهمية لما يقوم به التلميذ من نشاط خاصة إذا كان مفيدا وهذا لزيادة الثقة بالنفس.
- العمل على إدماج التلاميذ المنعزلين عن الفوج وهذا لإكسابهم صفة الاجتماعية وإبعادهم عن الانطوائية .

الكلمات الدالة:

تعد المصطلحات عملاً منهجياً و يتطلب إنجاز أي بحث علمي تحديد هذه المفاهيم، لذلك فإننا لجأنا إلى تعريف بعض المصطلحات الواردة في بحثنا هذا بغية نزع اللبس و الغموض، وإبرازها للقارئ الكريم، ثم إن اللجوء إلى مثل هذا العمل يعد بالدرجة الأولى عملاً منهجياً أساسياً و ضرورياً لكل البحوث .

□-□- تعريف التربية:

أ- لغة: التربية في اللغة مأخوذة من فعل ربى أي غذى الولد وجعله ينمو، ربي الولد هذبه فأصلها يربوا زاد و نعى ومن جعل أصلها رب، فلا بد أن يجعل المصدر ترتيب الأتربة يقال رب القوم يربيههم بمعنى ساسهم وكان فوقهم، رب النعمة زادهم. (رابع تركي، 1990، ص 19).

□-□- تعريف التربية البدنية و الرياضية :

أ- اصطلاحاً: يعرفها "روبرت بوبان" س د خ س خ □ س د خ س ة من فرنسا أنها تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق نمو الفرد من الجوانب البدنية و العقلية و النفسية و الحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل له. (مصطفى فهمي، 1986، ص 179) .

ب- إجرائياً: عبارة عن أنشطة بدنية ترفيهية تعليمية ذات مرامي و مقاصد شاملة.

التوافق الحسي الحركي:

اصطلاحاً: تنظيم و تنسيق عمل الاجهزة الداخلية و النفسية المرتبطة بالحيط منسجمة مع الهدف المراد تحقيقه، و يعتبر التوافق الحركي جوهر التعلم الحركي. (مروان عبد المجيد ابراهيم، 2000، ص 158).

اجرائياً: تنسيق الاجهزة الحسية و العضلات لاداء الحركة بشكلها الصحيح.

تعريف المرحلة الثانوية: اخر مرحلة للتعليم الاساسي معتمدة من طرف وزارة التربية الوطنية تحت مباحث شهادة البكالوريا مما تؤهل التلميذ للانتقال الى الجامعة ، تدوم ثلاث سنوات

تعريف المراهقة:

أ- لغة : جاء على لسان العرب لابن منظور ، راهق الغلام أي بلغ مبلغ الرجال فهو مراهق ، وراهق الغلام ، فهو مراهق إذا قارب الاحتلام ، والمراهق الغلام الذي قارب الحلم ، وجارية مراهقة ، ويقال جارية راهقة وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى إحدى عشر . (أبو الفضل جمال الدين منظور 1997، ص43).

أما في اللغة اللاتينية :

مراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني فكلمة Adolescence .معنى يكبر ، أي ينمو على تمام النضج وعلى أن يبلغ مبلغ سن الرشد. (كمال الدسوقي، 1997، ص100) .

ب- اصطلاحاً: إن أول عمل علمي ، حول موضوع المراهقة يعود إلى "بدوير " وهو بعنوان : " روح الطفل " يليه كتاب " برنهام " دراسة المراهقة " في هذه الأثناء ، كان العلماء يعتبرون المراهقة الفصل الأخير من الطفولة لكن بعد ذلك أقيمت للمراهقة فصلاً خاصاً بها لاسيما مع "ستالين هول" . (عبد الغني الإيدي ، ص 17).

ج- إجرائياً: مرحلة الاقتراب من الاحتلام تتميز بخطورتها وصعوبة التعامل مع الفرد في هذه المرحلة.

إشكالية الدراسة: لقد اهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية والرياضية اهتماماً كبيراً ، لما لها من أهداف بناءة ، تساعد على إعداد المواطن إعداداً شاملاً في جميع الجوانب الشخصية سواء كانت عقلية أو جسمية أو نفسية أو اجتماعية ، حتى أنها أصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم الحضاري للمجتمع.

وتعد التربية البدنية والرياضية جزءاً أساسياً من النظام التربوي ، يمثل جانباً من التربية العامة التي تهدف إلى إعداد التلميذ إعداداً بدنياً ونفسياً وعضلياً في توازن تام.

تحقق هذه الأهداف من خلال الوسائل البيداغوجية المتاحة في حصة التربية البدنية والرياضية كي يتعلم منها التلميذ المهارات والسلوكيات الحركية وتحدد سماته الشخصية للمساهمة بالنجاح في مساره التعليمي ومجتمعته الخارجي.

كما تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية بمثابة الجزء الأهم من مجموعة البرنامج المدرسي للتربية البدنية والرياضية ، ومن خلالها تقدم كافة الخبرات والمواد التي تحقق أهداف المنهج.

والأصل في حصة التربية البدنية والرياضية هو أن تساهم في تحقيق أهداف المنهج التربوي في مختلف النواحي. ومن هذا المنطلق يمكن طرح تساؤل عام :

- هل لحصّة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق التوافق الحسي الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.....؟

- **التساؤلات الفرعية:** من هذه الإشكالية تتفرع الأسئلة التالية:

- هل تساهم حصّة التربية البدنية و الرياضية في تدعيم المهارات الحركية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.....؟

- هل تساهم حصّة التربية البدنية والرياضية في تطوير الجانب الحسي للتلاميذ بالتمارين الرياضية المقدمة.....؟

اهداف الدراسة:

- معرفة علاقة حصّة التربية البدنية والرياضية بالتوافق الحسي الحركي.
- فهم الية عمل الجانب الحسي الحركي للتلميذ.
- التعرف على دور الحصّة المنجزة بكفاءة في المساعدة على تحقيق توافق حسي حركي لدى التلميذ.
- الإلمام بخصائص سن مرحلة المراهقة بمختلف جوانبها.
- محاولة لفت انتباه الدارسين لتوجيه بحوثهم حول التأثيرات النفسية لحصّة التربية البدنية والرياضية.

اهمية الدراسة:

تكمن الأهمية العلمية لموضوع بحثنا، في أن التلميذ في مرحلة المراهقة يتميز بنشاط زائد وتغيرات عديدة في مختلف النواحي. يمكن من خلال ذلك ادراك مختلف العمليات الحس حركية وتطويرها ذلك لقابلية النضج والتطور لديه باعتبار خصوصية المرحلة لدى يجب ادراك اهمية ودور حصّة التربية البدنية والرياضية في هذا المجال وكذلك :

- إبراز دور الانشطة البدنية في تفعيل الوظائف الحركية للتلميذ.
- ممارسة الانشطة البدنية وتأثيراتها على نشاط المراهق
- إبراز دور حصّة التربية البدنية والرياضية في تطوير الجانب الحس حركي للتلميذ.

فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة :

كحل مسبق للإشكالية العامة يمكننا طرح الفرضية التالية:

لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق التوافق الحسي الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. -

□-□- الفرضيات الجزئية: من هذه الفرضية العامة تتفرع فرضيات جزئية وهي :

- الفرضية الجزئية الأولى:

- تساهم حصة التربية البدنية و الرياضية في تدعيم المهارات الحركية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

- الفرضية الجزئية الثانية :

- تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في تطوير الجانب الحس حركي للتلاميذ بالتمارين الرياضية المقدمة .

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية او التطبيقية للدراسة

تمهيد:

بعد أن تطرقنا إلى الجانب النظري في بحثنا، لا بد من التطرق إلى الجانب التطبيقي والذي نحاول من خلاله إيجاد حل للإشكالية المطروحة مسبقاً وذلك لإثبات صحة فرضيات الدراسة أو نفيها وهذا من خلال القيام بتوزيع الاستبيان على العينة التي تم اختيارها ثم جمع المعلومات والعمل على ترتيبها وتصنيفها وتحليلها من أجل استخلاص النتائج والوقوف على ثوابت الموضوع المدروس و في طيات الفصل الميداني سوف نتعرض إلى الدراسة الاستطلاعية ، تحديد متغيرات الدراسة،مجتمع الدراسة،عينة الدراسة،أداة الدراسة و المجال المكاني و الزماني و كذا المنهج المستخدم، والمعلومات الميدانية التي تهتم موضوع البحث والتي سنتطرق إليها بالتفصيل .

-الدراسة الاستطلاعية:

من خلال دراستنا حول موضوع "دور حصة التزبية البدنية والرياضية في تحقيق سمة الدافعية لدى تلاميذ الطور المتوسط".

في هذه المرحلة قمنا بجمع المعلومات والإطلاع على البحوث السابقة والمذكرات التي لها صلة ،بموضوع البحث من أجل توفير المعطيات الكافية والإلمام بالموضوع من جميع النواحي ،وحتى يتسنى لنا تكوين فكرة شاملة عن هذا الموضوع،وقبل توزيع الاستبيان قمنا بزيارة استطلاعية إلى بعض المؤسسات التعليمية(متوسطات)ببلدية العرش،ولاية برج بوعريريج،قصد التعرف على أوقات الدراسة،وأماكن التواجد وطريقة العمل وأخذ الإذن بتوزيع الاستبيان على التلاميذ.

2- تحديد متغيرات الدراسة:

تكتسي مرحلة تحديد متغيرات البحث،أهمية كبيرة لهذا يمكن القول أنه كي تكون فرضية البحث قابلة للتحقيق ميدانيا، لا بد من العمل على صياغة وتجميع كل متغيرات البحث بشكل سليم ودقيق فيجب أن يحرص كل باحث حرصا شديدا على التمييز بين متغيرات بحثه وبين بعض العوامل الأخرى التي من شأنها أن تؤثر سلبا على مسار إجراء دراسته .

- المتغير:

هو ذلك العامل الذي يحصل فيه تعديل أي تغير لعلاقته بمتغير آخر وهو نوعان:

أ - المتغير المستقل:

هو عبارة عن تلك العوامل التي تؤثر على متغير تابع .

ب- المتغير التابع:

هي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث لقياسها، وهي تتأثر بمتغير مستقل.

تتمثل متغيرات بحثنا فيما يلي :

- المتغير المستقل يتمثل في: حصة التزبية البدنية والرياضية .

- المتغير التابع يتمثل في: سمة الدافعية .

- المنهج المستخدم:

إن المنهج في البحث العلمي يعني مجموعة من القواعد التي يتم السير عليها واحترام خطواتها من أجل الوصول في الأخير إلى الحقيقة وقد استخدمنا في بحثنا هذا المنهج الوصفي. لأنه من أبرز المناهج استخداما في العلوم الاجتماعية والنفسية ولأن موضوع البحث يتطلب جمع المعلومات ووصف الظاهرة كما هي، وكتعريف للمنهج الوصفي:

يعرفه "عمار بوحوش" و "محمد دنيبات" كما يلي المنهج الوصفي هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية أو مشكلة اجتماعية معينة⁽³⁾.

(1) أو هو وسيلة للحصول على إجابات عن عدد من الأسئلة المكتوبة في نموذج يعد لهذا الغرض ويقوم عليه الباحث بنفسه⁽⁴⁾. (كروش

ياسين، 1996، ص1).

المجتمع وعينة الدراسة :

مجتمع الدراسة:

هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة وذلك بغرض تعميم النتائج المتوصل إليها من العينة على المجتمع الأصلي وكان مجتمع بحثنا متمثل في التلاميذ الممارسين للرياضة أثناء الحصة. بمتوسطتين من بلدية العرش، ولاية تلميز باستثناء التلاميذ المعفيين من ممارسة الرياضة. 800 برج بوعريريج البالغ عددهم

- عينة البحث وكيفية اختيارها:

ينظر إلى العينة على أنها جزء من كل أو بعض من جميع، وتتلخص فكرة دراسة العينات في محاولة الوصول إلى تعميمات لظاهرة معينة أما عينة البحث فكان شهيد". 27 اختيارها عشوائيا، وقد شملت تلاميذ من متوسطة" بن تومي عبد الله"، و"متوسطة

من المجتمع الكلي لأفراد المجتمع لنحصل في 10% و حتى تكون العينة المختارة مؤسسة منهجيا، وذات نتائج ذات صدق وموضوعية فقد تم أخذ نسبة شهيد" وكانت جل 27 تلميذ من متوسطة " 40 تلميذ من متوسطة "بن تومي عبد الله" و40 تلميذ، مقسمة على المتوسطتين 80 الأخير على عدد استمارات الاستبيان موجهة لتلاميذ السنة الرابعة متوسط بحكم أنهم أكثر من مارس حصة التربية البدنية والرياضية في المؤسسة، وكذا ارتفاع رصيدهم المعرفي عن باقي السنوات .

100% تلميذ 800

10% س تلميذ

100 / 10800 x س =

تلميذ 80 س =

أداة الدراسة: 5-

(1) كروش ياسين: المعهد الوطني للتكوين العالي في علوم الرياضة، 1996، ص1.

لقد تم اختيار الاستبيان كأداة لهذه الدراسة لأنه كثير الاستعمال في البحوث الوضعية والتحليلية الذي يسهم في الفهم الأعمق والأوضح للجوانب العلمية والعناصر الأساسية المكونة لموضوع دراستنا.

وكتعريف للاستبيان هو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات، في جمع البيانات من خلال وضع استمارة أسئلة ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت ، كما أنها تسهم في الحصول على بيانات من العينة في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من الصدق و الثبات والموضوعية⁽¹⁾.

حيث قمنا باستعمال ثلاث أنواع من الأسئلة في استبياننا هذا وهي:

–الأسئلة المفتوحة:

نعطي كل الحرية للمستجوب للإجابة على الأسئلة كما يشاء.

–الأسئلة المغلقة:

وتكون الإجابة في معظمها محددة حيث تعتمد على النتائج التي نطمح للوصول إليها.

–الأسئلة نصف مفتوحة:

وتنقسم إلى نصفين:

–النصف الأول يكون مغلق الإجابة.

–النصف الثاني نعطي الحرية فيه للمستجوب.

المجال الزمني والمكاني: □ –

أ – المجال الزمني:

.حيث تم توزيع الاستبيان على التلاميذ. 2013 إلى غاية ماي 2013 كانت بداية القيام بهذه الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة بين أفريل

ب – المجال المكاني:

شاهد" بولاية برج بوعرييج. 27 أجريت هذه الدراسة على متوسطين من بلدية العرش وهي متوسطة "بن تومي عبد الله" و"متوسطة

ج –المجال البشري: يتمثل في تلاميذ هاتين المتوسطين .

– شروط قياس الأداة العلمية: □

(1) حسن أحمد الشافعي وآخرون: مبادئ البحث العلمي والتربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1995، ص203.

أ-الصدق: إن صدق الأداة المستخدمة في البحث مهما اختلف أسلوب القياس تعني قدرته على قياس ما وضعت من أجله أو الصفة المراد قياسها، ويعد صدق الأداة أنه صدق الاستبيان وذلك يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه ، كما يقصد بالصدق شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من جهة ، و وضوح فقراتها ومفرداتها من جهة أخرى .

وللوقوف على مدى تناسب أسئلة الاستبيان مع أهداف الدراسة وباستخدام طريقة استطلاع آراء المحكمين ، قمنا بعرضها على مجموعة من الأساتذة من معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. للأخذ بأرائهم في ما يخص بعض التعديلات حول الاستمارة وعلى هذا الأساس تم استبعاد عدد من العبارات التي اقترحوها حذفها لغموضها وإضافة بعض العبارات وبهذا تم إخراج الشكل النهائي للاستمارة الاستبائية، ومن خلال هذا تم قياس صدق الأداة.

ب-الثبات: يقصد بثبات الأداة مدى الدقة أو الاتساق. ويشير الثبات إلى درجة الاستقرار أو الاتساق في الدرجات المتحققة على أداة القياس مع الزمن (1).

و لمعرفة درجة ثبات الأداة تم توزيع الاستبيان على التلاميذ، وبعد أسبوع تم توزيع نفس الأسئلة على نفس التلاميذ وقد وجدنا النتائج والإجابات تقريبا نفسها، ومن خلال هذا تم معرفة درجة ثبات الأداة.

- إجراءات التطبيق الميداني:

بعد الصياغة النهائية لاستمارة الاستبيان بدأنا في توزيع الاستمارات على التلاميذ بتاريخ 24-04-2013 وتم استرجاعها مباشرة بعد الإجابة عليها، وبعد أسبوع قمنا بتوزيع الاستمارة للتحقق من ثبات الأداة في 02-05-2013 وبدأنا عملية التفريغ وتحليل النتائج.

(1) محمد وليد البطش، كامل أبو زينة :مناهج البحث العلمي، دار المسيرة، ط1، عمان، 2007، ص127.

كشاف جامعة "محمد بوضياف" بالمسيلة لمذكرات الماستر 2017/2016

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية.

قسم: التربية البدنية

رقم التسلسل :

رقم التسجيل: 12/D10/076 :

الطالب: سفيان حدادي

تاريخ المناقشة: 2017/05/27

عنوان المذكرة: دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق الحسي الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

لغة المذكرة: اللغة العربية

نوع المذكرة: ماستر

البلد: الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية - ولاية المسيلة -

الجامعة: جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

إشراف : فيصل تكرارات

عدد الصفحات 65

التخصص: تعلم حركي

الملخص :

بالعربية

عنوان الدراسة : دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق الحسي الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

الهدف من الدراسة: التعرف على دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق الحسي الحركي

مشكلة الدراسة : هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق التوافق الحسي الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

فرضيات الدراسة :

- حركي الحس بالتوافق والرياضية البدنية التربية حصة علاقة معرفة

فهم الية عمل الجانب الحس حركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

المنهج المتبع في الدراسة : المنهج الوصفي.

الأدوات المستخدمة في الدراسة : مقياس المستخدم استبيان.

كلمات المفتاحية : التوافق الحسي حركي - تلاميذ الطور الثانوي - التربية البدنية

جاء هذا البحث في فصول.

الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة

وتناول الفصل الثاني: الاطار العام للدراسة

أما الفصل الثالث الاجراءات الميدانية للدراسة

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الفصل الخامس: استنتاجات واقتراحات

من أهم النتائج التي توصلت إليها الباحث : هناك فروق دالة احصائيا بين تلاميذ الثانوية نحو تحقيق التوافق الحس

حركي.

ان لدراسة التوافق الحس حركي دور كبير في عملية اعداد البرامج بما يتلاءم وميول ورغبات التلاميذ قصد اصفاء أكثر

حيوية على حصة التربية البدنية والرياضية حتى يتحقق أكبر قدر ممكن من الاهداف التربوية لحصة التربية البدنية والرياضية.

توصل الباحث للعديد من التوصيات أهمها : الاهتمام بالتعمق في هذه الدراسة من طرف الباحثين في مختلف

الدرجات العلمية والتوسع فيها لما له من اهمية كبيرة.

الملخص باللغة العربية :

عنوان الدراسة :

دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق الحسي الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

هدف الدراسة :

- معرفة علاقة حصة التربية البدنية والرياضية بالتوافق الحس حركي

- فهم الية عمل الجانب الحس حركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

مشكلة الدراسة :

هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق التوافق الحسي حركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة : لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق التوافق الحسي حركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الفرضيات الجزئية :

- تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في تدعيم المهارات الحركية لدى التلاميذ

- تساهم حصة التربية البدنية والرياضية في تطوير الجانب الحسي بالتمارين الرياضية المقدمة أثناء الحصة .

عينة الدراسة : تتكون العينة من 584 تلميذ (مسح شامل).

المنهج المتبع في الدراسة : هو المنهج الوصفي لأنه الأنسب لمثل هذه المواضيع

المنهج المستخدم: تم استخدام المنهج الوصفي.

أدوات الدراسة : المقياس المستخدم هو الاستبيان.

النتائج المتوصل إليها :

- لحصة التربية البدنية والرياضية اغراض عديدة : نمو حركي ،اهداف حسية، اهداف وجدانية.

- هناك عوامل مباشرة في تحقيق التنسيق بين الاعضاء الحسية والحركية بصفة سلسلة.

- لحصة التربية البدنية والرياضية دور هام في تحقيق التوافق من كل الجوانب .

اقتراحات :

- توفير مختلف الوسائل اللازمة للنشاط الرياضي.

- مراعاة فترة المراهقة نظرا لحساسيتها .

- ضرورة توضيح الغاية والهدف من درس التربية البدنية والرياضية .

- انعاش الرياضة المدرسية من خلال منافسات ودورات لاصفية كانت او صافية.