

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

ميدان: علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الفرع: التربية البدنية
تخصص: تعلم حركي



معهد: العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم: تربية بدنية
رقم:

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر أكاديمي

إعداد الطالب: - تكرارت فارس

دوافع ممارسة الأنشطة الفردية لدى تلاميذ

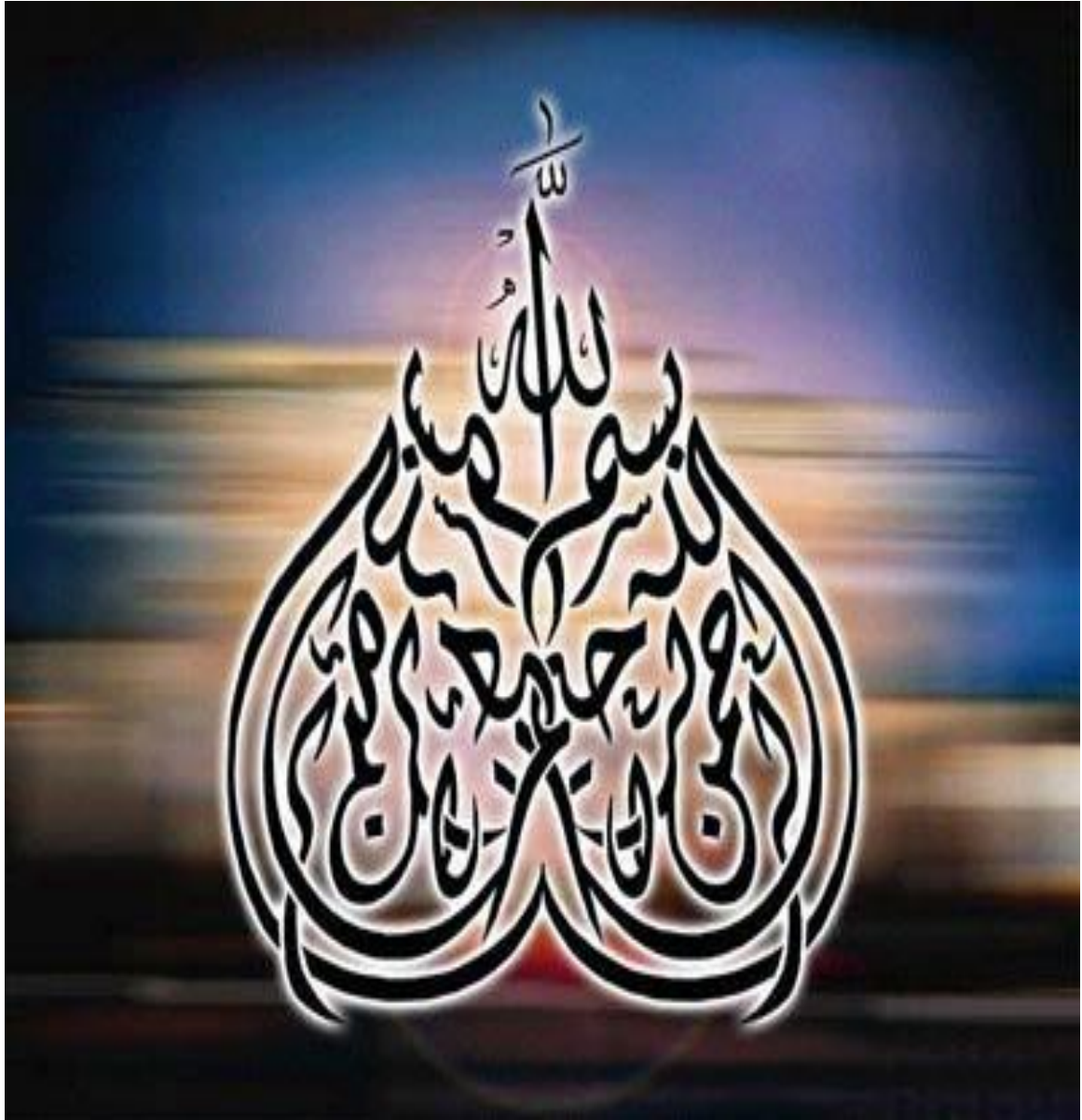
الطور المتوسط

دراسة ميدانية ببعض متوسطات شمال ولاية سطيف

لجنة المناقشة:

رئيسا	جامعة: المسيلة.	تكرارت فيصل
مشرفا ومقررا	جامعة: المسيلة.	زاهوي ناصر
مناقشا	جامعة: المسيلة.	سليمان نور الدين

السنة الجامعية: 2017/2016



* كلمة شكر

الحمد لله نستعينه ونشكره ونهتدي به ، من يهده الله فهو المهتد
ومن يضل

فلن تجد له وليا مرشدا

قبل كل شيء نحمد الله ونشكره سبحانه عز وجل ونقول :
{ اللهم لك الحمد حتى ترضى و لك الحمد إذا رضيت و لك الحمد
بعد الرضى }

واعترافا بالجميل لا يسعنا هنا إلا أن نتقدم بجزيل الشكر و عظيم
الامتنان إلى الأستاذ الذي
أشرف على هذا العمل ولم يبخل علينا بالإرشادات و النصائح: من
أجل إتمامه و الذي أعطانا
من وقته وجهده و نصائحه القيمة:

الأستاذ: زاهوي ناصر

كما نتقدم بالشكر الجزيل لطاقم معهد علوم تقنيات النشاطات
البدنية و الرياضية لولاية المسيلة
المقدمة لإنجاز هذه المذكرة.

كما أتقدم بالشكر إلى كل من ساهم في إنجاز هذا البحث.

الإهداء

قال تعالى : ﴿ وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحسانا... ﴾

سورة الإسراء الآية "23"

إلى أعظم عاطفة في الوجود إلى بھجة القلب وصفاء الحب إلى هبة الرب المعبود، إلى من علمتني
الاجتهاد والصبر إلى أقصى الحدود إلى من لا معنى للحياة بدونها الغالية
أمي ثم أمي ثم أمي " صليحة".

إلى من تعب من أجل راحتي وإسعادي وانتظر بفارغ الصبر نجاحي ومن جد من أجل تكويني وتعليمي
الغالي والدي ... " الطاهر".

إلى قطرات الندى التي تناثرت في كل الإرجاء فتجمعنا يد الله في إناء واحد وبيت واحد لنروي كل ظمآن

إلى إخوتي يوسف، عزوز، حنان، سلوي، يسري، والكتكوت خليل حفظهم الله
وإلى كل الأصدقاء ورفقاء الدرب فاتح . رمزي . سفيان . خالد . وليد، منير، حميد، وحسان .

إلى كل عائلة " تكرارات " و كل من يسبحون في ساحة صدري

إلى كل من عرفتهم أو صادفتهم في حياتي.

فارس

مقدمة

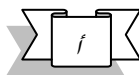
إن حياة الإنسان وحدة واحدة وعملية النمو تصدر من داخله، ولا تفرض عليه من الخارج، وهذا النمو يحدث من خلال نمو مستمر مع التقدم في العمر، حتى يقف الفرد عند مرحلة معينة عندها يصل إلى التكوين النهائي، كما أن فهم "الأفراد المتعلمين" يساعدنا على زيادة قدراتنا على توجيه سلوكهم، وإشباع حاجاتهم وتنمية دوافعهم مع معرفة الاتجاهات المناسبة في مراحل نموها المختلفة، وإذا أهملنا الفرد المتعلم ... نهمل ... تبعاً لذلك . أهم العناصر في العملية التربوية وهي التلميذ، لأنه هو محور العمل المدرسي ويجب أن تعتمد المناهج على فهم حقيقي لحاجاته ودوافعه ومشاكله ويتلقى التلاميذ في المدارس دروساً في التربية البدنية والرياضية . حيث تركز هذه الأخيرة على التربية عن طريق اللعب التي تؤكد على المهارات التنافسية ومهارات الرياضة طوال الحياة، والمدخل الأكثر حداثة في تطوير المنهج هو الموجه نحو العملية، والذي يؤكد على تعلم المفاهيم المرتبطة بالحركة وكذلك تعلم مهارات الحركة المتنوعة، ويؤكد المدخل الإنساني في التربية الرياضية على استخدام الحركة لتحقيق الأهداف الوجدانية هذا فضلاً عن الإهتمام بتنمية القيم والأخلاق . والتربية البدنية والرياضية كما نعلم أنها تحتوي على أنشطة رياضية فردية وجماعية، ومن بين هذه الأنشطة أنشطة ألعاب القوى إذ تعتبر أم الرياضات وهي قديمة العهد ومتعددة الأهداف، وذلك لإرتباطها بحياة الإنسان وحركاته وأفعاله .

رغم أهمية الأنشطة الفردية إلا أننا نجهل مدى رغبة وحب التلاميذ لهذه الأنشطة والطور الثالث بالذات لأنه الطور الذي يكون بين الطفولة المتأخرة وبداية المراهقة وهي مرحلة جد هامة .

وطريقة إختيار الأنشطة الرياضية لدى هذه الفئة له مدلوله الخاص وتعبير حقيقي عن الأفكار الشخصية للتلاميذ وترجمة لدوافعهم وسعيهم وراء تحقيق الذات. ومن هنا نجد أن دراسة دوافع تلاميذ الطور الثالث له دور كبير لتحديد طريقة تفكيرهم وسلوكهم والتعامل مع الآخرين .

وقد جاء بحثنا هذا لإقتناعنا بضرورة دراسة دوافع التلاميذ وذلك في الجانب التربوي وبالضبط التربية البدنية والرياضية وبناءاً على ذلك جاءت هذه الدراسة لاهتمامنا بهذه الشريحة وباعتبارنا مقبلين على هذه المهنة المؤثرة في نفسية وشخصية المراهق في هذه المرحلة ومحاوله إظهار هذه الأهمية وما إلى ذلك من جوانب ومزايا حيث تطرقنا إلى هذه الدراسة من خلال تقسيمها إلى 5 جوانب فصول :

الفصل الأول : الخلفية النظرية للدراسة وقد قمنا من خلالها بوضع الشرح المفصل لمتغيرات الدراسة ، وهي الدافعية ، التربية البنية و الرياضية و الأنشطة الفردية ، المراهقة ، بالإضافة إلى الدراسات السابقة والمشاهدة ومقارنتها بالدراسة الحالية.



الفصل الثاني: الإطار العام للدراسة وفيه تطرقنا إلى تحديد المفاهيم و المصطلحات، وكذا تحديد مشكلة الدراسة و أهدافها و أهميتها و فرضياتها.

الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة وفي هذا الفصل استعرضنا الإجراءات المنهجية التي اتبعناها و ذلك بإعطاء فكرة حول الدراسة الاستطلاعية بالإضافة إلى ذكر الشروط العلمية للأداة، عينة البحث و كيفية اختيارها بالإضافة إلى المنهج المستعمل و الأدوات المستعملة في جمع البيانات وفي الأخير الأساليب الإحصائية التي اعتمدنا عليها في الدراسة. الفصل الرابع: عرض النتائج و تفسيرها و مناقشتها ولقد حاولنا في هذا الفصل إعطاء بعض التحليل لإزالة الغموض المطروح خلال الدراسة.

الفصل الخامس: استنتاجات و اقتراحات وفي هذا الفصل قمنا بإعطاء أهم النتائج المتوصل إليها وبعض الاقتراحات للدراسة .

كل ذلك تم باستعمال أدوات منهجية ملائمة تسير المنهج المتبع، خلفت في نهاية الدراسة نتائج إيجابية أكدت مدى صحة الفرضيات المقترحة لفك الإشكال الذي فرض نفسه.



تمهيد:

إن مادة التربية البدنية والرياضية لم تعد اليوم مجرد ممارسة نشاط وتمرينات بدنية رياضية، بل أصبحت عملية معقدة تخضع للعديد من المؤثرات البدنية، الصحية، التقنية، النفسية والاجتماعية... الخ. و يتناول بحثنا هذا إلى موضوع جد مهم ألا وهو الدافعية و التي تمثل الأشياء والسلوكيات التي توجه الإنسان و هذا الموضوع ذو أهمية بالغة و لذلك اهتم به العلماء ونصحوا بأهمية معرفة هذه الدوافع و ذلك خاصة للأولياء و المعلمين و المرين وهذا يساعدهم على التعامل مع الأطفال و التلاميذ و تحقيق الأهداف بطريقة مدروسة و تجنب الأسباب التي تسبب الفشل و تؤدي إلى النتائج الضعيفة وما يهمنا نحن الآن هو معرفة المدرس الرياضي لدوافع تلاميذه نحو الأنشطة المختلفة في حصته الرياضية و ذلك لكي يتجنب أسباب الفشل و السير قدما نحو النجاح. وأصبحت المراهقة هدفا لاكتشاف من قبل المختصين بالعلوم الإنسانية وخاصة علماء الاجتماع وعلماء النفس فلا بد أن النظريات والدراسات التي تناولت المراهقة كثيرة ومتنوعة ومختلفة في نظرتها وتفسيرها. ومن اهم العناصر التي تساعد الباحث على حل مشكلة البحث نجد عنصر الدراسات السابقة لأن الإطلاع عليها يساعد على صياغة فروضه و ضبط متغيراته وتفسير نتائجه وذلك في حدود الإمكانيات التي نستطيع توفيرها لهذه الدراسة.

الخلفية النظرية:

1-الدافعية:

1-1- معنى الدوافع:

هي مجموعة الظروف الداخلية و الظروف الخارجية التي تعمل على تحريك سلوك الإنسان على حد سواء. فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك. وهذه الأسباب ترتبط بالكائن الحي من الناحية الداخلية و المثيرات الخارجية من جهة أخرى على حد سواء (نزعة للوصول إلى الهدف) (حسين أبو رياش:2006،ص 15)

هنالك مبرران رئيسيان للاستدلال على مفهوم الدافعية من سلوك الكائن الحي و هما :

أ- يكون السلوك المدفوع والموجه إلى هدف بمثابة شيء معتاد ، و مستمر بصورة ملحوظة ، و بالتالي يفترض وجود عملية ديناميكية تقف خلفه و تحدد قوته.

ب- ربما لا تصدر استجابات الكائن الحي نتيجة لمنبهات خارجية محددة، و يعني ذلك وجود محددات داخلية توجه السلوك إلى أهداف بعينها.

ومن هنا سنعرض بعض تعريفات للدافعية وهي على النحو التالي :

- للدافعية أو الدافع،الذن حالة استثارة و توتر داخلي تثير السلوك و تدفعه إلى تحقيق هدف معين.

-ويرى ديفر (j,drever,1971) ان الدافع عبارة عن عامل دافعي انفعالي يعمل على توجيه سلوك الكائن الحي الى تحقيق هدف معين".

- وتعرف الدافعية أيضا بأنها: مثير داخلي يحرك لسلوك الأفراد و يوجهه للوصول إلى هدف معين.

(ثائر أحمد غباري:2008،ص 15، 16)

- إن الدافعية مفهوم افتراضي ،فنحن لا نرى الدافعية ،بل نستبدل على وجودها و مستوياتها من ملاحظة ما يقوم به الناس من أعمال ووظائف، وما يقوم به طلاب المدارس و من مستوى الحضور و الانتظام في الدوام المدرسي ،ومستوى مواظبتهم على أداء واجباتهم المدرسية. و من خلال قيام الرياضيين على مختلف تحقيق أفضل النتائج...الخ. فعلماء النفس والآخرين يستنتجون الدافعية من الآثار التي يتركها في السلوك الملاحظ على الناس.

(حسين أبو رياش، أميمه عمور:2006،ص 16، 17)

1-2- أهمية الدافعية:

يفترض معظم واضعي النظريات في مفهوم الدافعية بأنها مرتبطة و على علاقة وثيقة بعملية الأداء بجميع ردود الفعل السلوكية المكتسبة ، وبمعنى آخر ،أن السلوك المكتسب لن يكون ظاهرة وجليا إلا في حال عدم تحفيزه و إمداده بالطاقة اللازمة لبروزه.

و السؤال المطروح حاليا بين جموع علماء النفس بشكل عام هو فيما إذا كانت الدافعية تعتبر ذات تأثير أولي أو ثانوي على السلوك؟ أي بمعنى هل من الأفضل تفسير التغييرات في السلوك وفقا لتأثيرات بيئية أو الإدراك الحسي أو الذاكرة أو التطور المعرفي أو المشاعر أو النمط التفسيري أو الشخصية. أم أنها تعزى لمفاهيم خاصة بالدافعية ذاتها؟ وعلى سبيل المثال . نحن ندرك بأن الإنسان يستجيب إثارته بشكل متزايد تجاه أحداث معقدة و جديدة (مثيرات) تحدث في البيئة المحيطة إلى حد معين، ومن ثم تبدأ هذه الاستجابات بالتناقص تدريجيا، وهذا السلوك الذي يأخذ شكل المنحنى (U) معروف و معترف به.

و بالرغم من ذلك، فإن القضية الأكثر أهمية هي علمية التكيف، هل يأتي سلوك الشخص نتيجة عملية تكيف كلاسيكية سابقة أو مؤثرة؟ أم أنها عملية دافعية متأتية من حالة داخلية تحدث على البروز؟

أم أنها تفسيرات أخرى أكثر وضوح (حسين أبو رياش، أميمه عمور: 2006، ص 17 ، 18).

3-1 عوامل تنشيط الدافعية:

هناك العديد من العوامل التي تعمل تنشيط دافعية المتعلم و تساعد على تحقيق الأهداف التربوية و يمكن أن نجملها فيما يلي:

- فهم المعلم و المتعلم بالموضوعات المطلوب تعلمها و الأهداف التي يجب تحقيقها من خلال هذه الموضوعات.
- تحديد الأهداف التعليمية المطلوب تحقيقها بدقة و وضوح بالاشتراك مع المتعلمين في ضوء خصائصهم و الفروق الفردية بينهم ، و يعتمد التحقيق على نوع السلوك المطلوب ومستوى الأداء و شروط الموقف التعليمي.
- تحقيق الحاجة الى الانجاز يعمل إلى رفع مستوى الأداء وهو يربط بالحاجة إلى النجاح.
- تقويم أداء التلميذ بتغذية مرتدة أو في الخارج بالمعلومات أو بمعرفة النتائج بأنها تؤدي دورا هاما في تقوية و تدعيم الاستجابة الصحيحة.
- تعد الإثارة من العوامل الهامة في تنشيط الدافعية على التعلم و على العكس من ذلك العقاب .
- يؤدي إلى الشعور بالألم و عدم الرضا.
- معرفة المتعلم لأدائه من خلال الرسوم البيانية أو التسجيلات أو الفيديو من العوامل التي تنشيط دافعيته نحو المزيد من العمل و بذل الجهد.

4-1 تقسيم الدوافع:

4-1-1 - الدوافع البيولوجية "الدوافع الأولية":

وهذا النمط من الدوافع يعبر عن حاجات فسيولوجية أولية و تشمل الحاجة الى الطعام والشراب و حفظ النوع ، و يترتب على إشباعها استعادة التوازن البيولوجي للكائن الحي وتستشير هذه الحاجات دافع الجوع و دافع العطش و دافع الجنس على الترتيب و تتصف هذه الدوافع بعدة خصائص منها تتصف بالشدة والحدة في طلب إشباعها و تختزل و يزول أثرها بمجرد إشباعها فطرية و مورثة و لا تختلف باختلاف النوع أو الإطار الثقافي . و هذه الدوافع يصعب الاعتماد عليها في التعلم الإنساني.

(مصطفى حسين باهي، مختار أمين عبد الغنى: 2005، ص 91، 92).

و نظرا لكون الدوافع الأولية معقدة فقد درسها علماء النفس من نواح ثلاث .

1-4-2 - الناحية الفسيولوجية:

و يطلق اسم "الدوافع الفسيولوجية" عادة على الحالات الفسيولوجية الناتجة عن وجود حاجات جسمية لدى الكائن الحي تحدث تغييرا في توازنه العضوي والكيميائي فتنشأ عن ذلك حالة من التوتر تدفع الكائن الحي إلى القيام ببعض الأنشطة التي تؤدي إلى إشباع حاجاته و عودة الجسم إلى حالته السابقة من التوازن والاعتدال.

1-4-3 - الناحية الشعورية:

إذا طلبنا من إنسان جائع أن يصف شعوره فإنه يعبر عن جوعه بقوله أنه يحس بفراغ في معدته ، فإن دافع الجوع له اتجاه قوي فقد يحلم بالطعام أو يتراءى له ذلك

1-4-4 ناحية السلوك الظاهري:

لو أنك راقت تصرفات طفل منع منه الطعام لرأيت في جلاء و وضوح كيف تستبد به الحيرة و الضجر أما إذا كان الطريق إلى هدفه غامضا فإنه يعتمد على المحاولة و الخطأ وإذا لم يعمل الإنسان على إشباع الدوافع الفسيولوجية ينتج اخلال بتوازنه الح (نائر أحمد غباري:2008 ، ص 25).

1-4-5 الدوافع السيكلوجية "الدوافع الثانوية"

وتمثل في دوافع النمو الإنساني وتكامل الشخصية الإنسانية، ويتم تعلمها واكتسابها من الإطار الثقافي الخاص بها ، ولذلك فان أساليب التعبير عنها وإشباعها تختلف باختلاف الإطار الثقافي و النسق القيمي للفرد ومستوى تعليمه ونسبة ذكائه وثقافته، ويمكن تقسيم الدوافع السيكلوجي إلى فئتين متميزتين هما:

1-4-6 الدوافع الداخلية الفردية:

وتمثل أهم الأسس الدافعة للنشاط الذاتي التلقائي للفرد، و تقف خلف إنجازاته الأكاديمية أو المهنية العامة. فالفرد الذي يهوى القراءة من أجل متعة شخصية ذاتية تقوم على الدافع للمعرفة والفهم يكون مدفوعا بدافع داخلي أكثر ثباتا و قوة لأنه يحقق لنفسه إشباعه ذاتيا ،ومن ثم فإن تأثير الدوافع الداخلية الفردية على مستوى الأداء و الانجاز الفردي يفوق تأثير الدوافع الخارجية الاجتماعية.

1-4-7 - الدوافع الخارجية الاجتماعية:

وهي دوافع مركبة تعبر عن نفسها مختلف المواقف الإنسانية و هي خارجية لكونها تخضع لبواعث و حوافز تنشأ خارج الفرد كما أنها اجتماعية لأنها متعلمة و مكتسبة من المجتمع .

ومن أهم الدوافع الاجتماعية دافع أو حاجة الانتماء وهو دافع مركب يوجه سلوك الفرد كي يكون مقبولا كعضو في الجماعة التي ينتمي إليها، و أن يكون محل اهتمام الآخرين و تقبلهم و الحرص على انشاء و تكوين صداقات والمحافظة عليها، ودوافع القوة أو السيطرة و يتعلق بالميل إلى السيطرة و التأثير في الآخرين و الشعور بالقوة واثبات الذات و الشهرة وتولي المناصب القيادية و مقاومة تأثير الآخر (مصطفى حسين باهي،مختار أمين عبد الغنى:2005،ص 92 ، 93).

1-5 أسس الدافعية:

1-5-1 الدافع الداخلي :

يقصد بالدافعية الداخلية المنشأ المرتبطة بالرياضة الحالات الداخلية التابعة من الداخل الفرد نفسه و التي تشبعها الممارسة الرياضية أو الأداء الرياضي كهدف في حد ذاته . مثل الرضا و السرور والمتعة الناتجة عن ممارسة الرياضة ، و الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة و الجرأة وقوة الإرادة، أو بسبب المتعة الجمالية الناجمة عن رشاقة و تناسق الأداء الحركي الذاتي للاعب، و كذلك الإثارة و التحدي في مواجهة بعض العقبات أو الصعاب المرتبطة بالأداء.

1-5-2 الدافع الخارجي:

يقصد بالدافعية الخارجية المنشأ المرتبطة بالرياضة الحالات الخارجية غير التابعة من داخل الفرد نفسه والتي تثير و توجه السلوك نحو الممارسة الرياضية أو الأداء الرياضي . فعلى سبيل المثال يمكن اعتبار المدرب الرياضي أو الإداري الرياضي أو الوالدين أو الأصدقاء بمثابة دافعية خارجية للاعب الرياضي . (محمد حسن: 1997 :ص 210) .

1-5-3 الدافعية المباشرة و الدافعية غير المباشرة :

عندما يستدعي المدرب لاعبيه في مكتبه ليناشدهم بذل الجهد و المثابرة في التدريب لتقديم أفضل أداء ممكن ، فهو هنا يستخدم الأسلوب المباشر في حين أن الأسلوب غير المباشر يتطلب تغيير الموقف أو البيئة من أجل تدعيم الدافعية لدى اللاعبين ومن أهم الطرق المباشرة للتأثير في الدافعية الرياضيين الطاعة (الخضوع) التقمص و أخيرا الاندماج . و فيما يتعلق بالطرق أو الأساليب غير المباشرة وفي هذه الطرق يتم تغيير الموقف أو البيئة - مادية أو سيكولوجية - فقد يغير المدرب مكان التدريب الدافعية ، كما يمكن تغيير البيئة السيكولوجية بتغيير أو إضافة أو نقل أفراد معينين أو تغيير سلوكهم في اتجاه ايجابي بزيادة قدراتهم على ضبط الموقف (مصطفى حسين باهي، أمينة إبراهيم شلبي: 1998، ص 63) .

1-5-4 وجهة الضبط:

يختلف الأفراد في إدراكهم تجاه ما يحصلون عليه من مكافآت أو عقاب ، وهو ما يطلق عليه وجهة الضبط في المجال الرياضي و الأفراد الذين يميلون إلى تفسير أحداث حياتهم كنتيجة لقوى خارجية من قبيل الحظ و الفرص و الآخرين من ذوي التأثير يطلق عليهم ذوي وجهة الضبط الخارجية ، أما الضوابط الداخلية فيدركون أحداث حياتهم نتيجة لما يصدر عنهم من سلوك ، فلا يؤمنون بالخطأ و الفرص فأقذارهم بين أيديهم و ليست في أيدي الآخرين .

1-5-5 الدافعية و حاجات الرياضيين:

ان معرفة احتياجات الرياضيين هي مفتاح إثارة دافعتهم ، ان الناس يحاولون إشباع رغباتهم طبقا لنظام أولويتهم التي تنقسم إلى فئتين :

أ- حاجات العجز (النقص). ب- حاجات النمو .

ومن أهم الحاجات البارزة التي يسمى الرياضيون لإشباعها بالمشاركة الرياضية هي:

-اللعب من اجل المتعة و الحاجة إلى الإثارة.

-الوجود مع الآخرين و الحاجة الى الانتماء و الجماعة .

-إظهار الكفاءة و المقدرة و الحاجة لإثبات الذات (مصطفى حسين باهي ، أمينة إبراهيم شلبي: 1998، ص 64)

1-6 مجالات الدافعية:

1-6-1 الدوافع و الطاقة:

تتولد الطاقة في الجسم نتيجة عملية احتراق الطعام و تستهلك عادة في الأعمال البدنية في الإشعاع الحراري و يخترنها الجسم ثم يستهلكها رويدا وفقا لمقتضيات الأحوال، أو يطلقها دفعة واحدة في ثورة غضب مفاجئ.

(مصطفى فهمي:1974،ص132)

هذه الطاقة المخزنة في الجسم لافادته في وقت ما ،لا بد لها من توفر الدافع الذي يستغلها في مختلف الأعمال، فالدافع يوجه الطاقة هذه الوجهة أو تلك في سبيل التعبير عن نفسه، فهو بمثابة الصمام الذي يطلق الطاقة من محبسها أو تحويل مجراها من اتجاه إلى آخر، و معنى ذلك أن سلوك الكائن لا يمكن أن يتم ما لم يتوفر أمران: أولهما الطاقة وثانيهما الدافع الذي يسخر هذه الطاقة لصالح الكائن الحي.

1-6-2 - الدافع والانفعال:

تتصل الانفعالات بدوافع السلوك اتصالا وثيقا ،حتى اننا نستطيع في معظم الدوافع أن نميز انفعالا مصاحبا لها،فدافع المقاتلة يصاحبه انفعال الغضب،و دافع الهرب يصاحبه انفعال الخوف ، و دافع الأمومة يلازمه الحنان. تأخذ بعض الانفعالات في ظروف معينة مظاهر خاصة، تجعل منها دافع ذات قوة خاصة تحرك الكائن الحي و تدفعه إلى القيام بسلوك معين

(مصطفى فهمي :1974، ص 133 ، 134).

1-6-3 الدافع وتحقيق الذات:

من الأساليب الهامة بالنسبة للفرد أن يعبر عن ذاته، و يعتبر هذا دافعا قويا و أساسيا بالنسبة لهذا الشخص في المجتمع، و لكن يجب أيضا أن نتصور أن الشخص لا يقف عند حد بالنسبة لهذا الشخص في المجتمع، و لكن يجب أيضا أن نتصور أن الشخص لا يقف عند حد التعبير عن ذاته،إنما يسعى الى تحقيق هذه الذات ،لو أننا نظرنا الى الفرد المتطلع دائما الى التقدم ،المدفوع بالرغبة في التفوق ، المدفوع بالرغبة في التميز على غيره من الأقران، الذي يشعر بالسعادة كلما يكسب أرضا جديدة فنجد هذا الشخص ينطلق كلما كانت الأرض ممهدة أمامه. المحرك الداخلي لتحقيق الذات هو الدافع أما بالنسبة للمحرك الخارجي هو الحافز.

1-6-4 - الحافز: حافز ايجابي وحافز سلبي ، كلاهما يدفع للعمل.

الحافز الايجابي يكافئ والحافز السلبي يجازي، و توقع العقوبة يجعل الشخص يخشى أن يقع في الخطأ حتى يتجنب العقوبة فيكون تجنب الخطأ حافزا لعدم الوقوع فيه زمن ثم تحسين العمل.

1-6-5 الدوافع و الحاجات:

تنشأ الدوافع نتيجة وجود حاجة معينة لدى الكائن الحي فوجود حالة الدافعية لدى الفرد يعني أنه يسعى نحو اشباع بعض الحاجات المعينة التي نشأت لديه و التي تدفعه إلى السلوك بطريقة معينة. وتنشأ الحاجات لدى الفرد إما عن طريق التغيرات الداخلية التي ترجع لبعض العوامل البيولوجية أو الفسيولوجية ، أو نتيجة بعض المؤثرات الخارجية التي تظهر في المجال المحيط بالفرد و التي نلاحظ كثيرا منها في حالة المراحل المختلفة التي يمر به (مصطفى حسين باهي، أمينة إبراهيم شلبي: 1998، ص10،11).

1-7-7 حاجات و دوافع الناشئ الرياضي:

عندما يتعرف المدرب على حاجات و دوافع الرياضيين ثم يساعدهم على تحقيقها فانه حقا مفتاح دافعتهم ، انه من الأهمية أن يقابل المدرب كل رياضي أو يتعرف على حجته و دوافع ممارسته للرياضة و كلما استطاع المدرب أن يتعرف ويتفهم دوافع و أسباب الممارسة أمكنه فهم سلوك الرياضيين و من ثم التعامل مع العديد من مشكلات الدافعية بفعالية و كفاءة هناك حاجتين أساسيتين :

1-7-1-1 الحاجة إلى المتعة:

يولد الإنسان و لديه كمية معينة من الحاجة إلى الإثارة ، والتي يمكن أن نعبر عنها ببساطة بالمتعة ، فعندما يكون مستوى الإثارة منخفضا جدا يصبح متضايق و يبحث عن الإثارة ، وفي بعض الأحيان تكون الإثارة مرتفعة أكثر من اللازم و قد يرجع ذلك بسبب الخوف من القلق ثم يحاول نقص الإثارة و ربما يستطيع بمعنى آخر كل إنسان لديه حاجة إلى مقدار امثل من الإثارة

1-7-2-2 الحاجة الى الشعور بقيمة الذات:

تعتبر الحاجة الى الشعور بقيمة الذات (الكفاءة و النجاح) من أهم الحاجات التي تحرك الدوافع نحو ممارسة الرياضة ، و الواقع أن الرياضي الناشئ سرعان ما يكتسب مبكرا قيمته تتوقف الى حد كبير على مقدرته على تحقيق المكسب و الفوز. فالممارسة الرياضية تعني بالنسبة له : المكسب = النجاح - الخسارة = الفشل هناك نمطين شائعين لحاجات و دوافع الرياضيين من اجل تحقيق قيمة الذات هما : رياضيون يوجههم النجاح و رياضيون يوجههم الفشل، و تشير الدلائل إلى إن دافع تحقيق النجاح و دافع تجنب الفشل لدى الناشئ الرياضي يتوقف بدرجة كبيرة على كيف يفسر الناشئ و مسببات خبرة الفشل (أسامة كامل راتب: 1997، ص126).

1-8-1 الأسباب التي تدفع الأفراد للمشاركة في الرياضة كما حددها كارون::

1-8-1-1 الاستحسان الاجتماعي:

- رضا الوالدين - رضا المنافس - رضا المدرب.

1-8-2-1 المنافسة:

- ضد الوقت - ضد أعضاء الفريق - ضد الفرق المنافسة.

1-8-3 السيطرة على الذات :

- تحقيق تحكم العقل على الجسم.
- تعلم مهارات جديدة.
- الشعور بمزيد من التحكم في حركات الجسم.

1-8-4 أسلوب الحياة:

- العادة.
- الاحتقار لشيء جيد يفعله.
- الوالدين قرار لي ذلك.
- المشاركة في النشاط في سن مبكرة.

1-8-5 الخوف من الفشل:

- التعليقات المرحة أو النقدية من الآخرين.
- نقد الذات.
- كيف يمكن أن ينظر الآخرون الى أدائك

1-8-6 اللياقة البدنية والصحة:

- الشعور بالصحة - زيادة النغمة العضلية - الحفاظ على الشكل أو الهيئة الجيدة - الحصول على قوة بدنية كبيرة
- (إخلاص محمد عبد الحفيظ ، مصطفى حسين باهي: 2004 ، ص 154)

1-9 معني الدافعية في النشاط الرياضي:

- تعني الدافعية في النشاط الرياضي ببساطة اتجاه وشدة الجهد الذي يبذله الناشئ في التدريب أو المنافسة.
- اتجاه الجهد: يعني اختيار الناشئ لنوع معين من النشاط يمارسه أو اختبار المدرب أو النادي.
- شدة الجهد: يعني مقدار الجهد الذي يبذله الناشئ أثناء التدريب أو المنافسة (الاختلافات الفردية).
- العلاقة بين اتجاه وشدة الجهد: وجود علاقة وثيقة. الناشئ الذي كثير ما يتأخر أو يتغيب من جرعات التدريب يظهر جهدا قليلا في التدريب.
- (إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي: 2004 ، ص 155)

2- التربية البدنية و الرياضية:

2-1 مفهوم التربية البدنية والرياضية حسب بعض العلماء :

- فسر البعض التربية البدنية والرياضية على أنها: "التمرينات والألعاب والمسابقات الرياضية والرقص بانواعه " ، ولكن إذا نظرنا إلى هذا التفسير نجده يعبر عن الحركة فقط وليس على التربية الرياضية بشكل عام .
- إذ فسر آخرون التربية الرياضية بعدة تفسيرات نذكر منها :

*تشارلز بيوتشر **CHARLES BUCHER** عرفها بأنها: "ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة هدفها

الأساسي تكوين الفرد اللائق بدنيا في جميع النواحي العقلية والوجدانية والانفعالية والاجتماعية وذلك من خلال الممارسة الفعالة لأوجه النشاط البدني.

*الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح : **AAHPER**

عرفتها بأنها "المادة التي يتعلم فيها الأطفال التحرك للتعلم".

* وفسرها بري ناش NACHE : بأنها" جزء من التربية العامة ،التي تشتغل دوافع النشاط الطبيعية الموجودة في كل شخص لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية والعقلية والإنفعالية ،ويتم تحقيق ذلك من خلال ممارسة الفرد لأوجه أنشطتها المختلفة سواء أكان ذلك في الملعب أو حمام السباحة أو في صالة التدريب .

*ديري شارمان : عرفها بأنها "الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدمه الجهاز الحركي لجسم الإنسان والذي ينتج عنه إكتساب الإلتجاهات السلوكية . (مكارم حلمي أبو هرجه و آخرون :2002 ،ص20،19)

2-2 أهمية التربية البدنية والرياضية :

إن التربية الرياضية تساعد على تحسين الأداء الجسماني للتلميذ وإكسابه المهارات الأساسية وزيادة قدراته الجسمانية الطبيعية .

إن الخبرات الأساسية لممارسة الأنشطة الرياضية تمد التلميذ بالمتعة من خلال الحركات المؤدات في المسابقات والتمرينات التي تتم من خلال تعاون التلميذ مع الآخرين أو منفردا، أما المهارات التي يتم التدريب عليها بدون استخدام أدوات أو بإستخدام أدوات صغيرة بسيطة أو باستخدام الأجهزة الكبيرة تؤدي إلى اكتساب المهارات التي تعمل على شعور التلميذ بقوة الحركة.

والتربية الرياضية هي عملية حيوية في المدارس بمراحلها المختلفة ولها دور أساسي في تنمية اللياقة البدنية للتلاميذ ولذلك فإن زيادة حصص التربية الرياضية هو امر هام لتأسيس حياة صحية سليمة للتلاميذ لمنحهم الفرصة لممارسة كافة الانشطة الرياضية .

ان التلاميذ عادة ما يرغبون في ممارسة الألعاب التي بها روح الممارسة والمنافسة وعادة ما يكون التلاميذ ذو المهارات العالية لهم القدرة على الاندماج في المجتمع بشكل جيد وقادرين على التعامل مع الجماعات وبالتالي فان قدرتهم او عدم قدرتهم على عقد صداقات مع زملائهم غالبا ما تتأثر بالمهارات الخاصة بهم .

(ناهد محمود سعد ، نبلي رمزي فهميم :2004 ، ص22، 23)

2-3 أهداف التربية البدنية والرياضية :

التربية الرياضية نظام تربوي له أهدافه التي يسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام ، ومن خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسط تربوي ، يتميز بخصائص تعليمية وتربوية هامة.

وتعمل التربية الرياضية - كنظام - على إكتساب المهارات الحركية وإتقانها ، والعناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل وحياة أكثر نشاط ، بالإضافة إلى تحصيل المعارف ، وتنمية إلتجاهات إيجابية نحو النشاط البدني .

(أمين أنور الخولي و آخرون:1998،ص19).

2-3-1 الأهداف التعليمية للتربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة :لكل درس من دروس التربية الرياضية

أهداف تعليمية يجب أن يعمل المدرس على تحقيقها .

وتشمل الأهداف التعليمية على :

1- أهداف موجهة نحو تنمية قدرة الفرد على الأداء .

- 2- أهداف مهارية تهدف إلى إكساب الفرد لمهارة حركية جديدة أو صفات بدنية معينة .
- 3- أهداف معرفية كمعرفة قوانين الألعاب المختلفة ودراسة بعض الخطط الدفاعية والهجومية وما إلى ذلك .
- (ماهر حسن محمود محمد: 2005 ، ص 100)
- 2-3-2 أهمية الأهداف لمعلم التربية البدنية والرياضية :
- تتمثل الأهداف لمنحخص التربية البدنية والرياضية في مساعدته على :
- 1- إدراك وفهم ما يحاول أن يحققه منهما .
 - 2- فهم أفضل وتقدير لقيمة النظام الأكاديمي وأدواره الإجتماعية والإنسانية.
 - 3- تفسير وتبرير جهود المهنة العامة والدفاع عنها بأساليب منطقية .
 - 4- القدرة على إتخاذ قرارات ذات إطار مرجعي من الأهداف حيال المشكلات والقضايا العريضة للمهنة والنظام الأكاديمي
 - 5- تقدير حصائل مشاركة الأفراد في البرامج في ضوء هذه الأهداف .
- (أمين أنور الخولي: 1997، ص 103)

2-4- درس التربية البدنية والرياضية :

درس التربية البدنية والرياضية هو الوحدة المصغرة التي تبنى وتحقق بتتابع واتساق محتوى المنهج ، وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية أهم واجبات المدرس ، ولكل درس أغراضه التعليمية من المنظور السلوكي (حركي - معرفي - وجداني) ، وتتكون الوحدة التعليمية على عدد من دروس التربية البدنية .

ويشتمل الدرس التقليدي في التربية البدنية على الجوانب التالية :

- 1- مرحلة التحضير: وتشمل على الإجراءات التنظيمية والإحماء والتمرنات .
- 2- مرحلة التعلم : ويشتمل على النشاط التعليمي ، والنشاط التطبيقي .
- 3- مرحلة التقويم : ويشتمل على التهدئة والعودة إلى الحالة الطبيعية . (أمين الخولي . جمال الشافعي: 2005، ص 35)

2-5 نشاطات التعلم :

2-5-1 الألعاب التربوية :

يعرف مرعي وبلقيس الألعاب التربوية بأنها نشاط أو مجموعة من الأنشطة التي يمارسها فرد أو مجموعة من الأفراد لتحقيق أهداف معينة .

بينما يعرف سرحان اللعب على أنه حاجة مادية أو فسيولوجية للطفل ، يكون فيها اللعب ضروريا لنموه وتطوره .

ويعرف جود **GOOD** اللعب في أنه نشاط موجه أو غير موجه يقوم به الأطفال لتحقيق المتعة والتسلية .

فالعاب إذن نشاط هادف يتضمن أفعالا يقوم بها المعلم أو مجموعة الطلاب لتحقيق الأهداف المرغوبة في مجالاتها المختلفة المعرفية والنفس حركية والوجدانية .

من هذه التعريفات يمكن استنتاج أهم الصفات للألعاب التربوية وهي :

*اللعبة نشاط أو مجموعة من الأنشطة يمارسها فرد أو مجموعة من الأفراد .

*تلبي حاجات فسيولوجية عند الفرد .

*تحقق المتعة والتسلية عند الفرد .

*تحقق أهدافا قد تكون مرتبطة بالمنهاج .

*تنمية القدرة على الإتصال والتفاعل مع الآخرين ، أي تنمي الناحية الإجتماعية عند الأفراد وتغرس في نفوسهم إحترام آراء الآخرين .

*تنمي الناحية العقلية وتثير العقل على التفكير وذلك لأن لكل لعبة قواعدها وأنظمتها لا بد من إتباعها من قبل الفرد او الجماعة وذلك لتحقيق الفوز أو تحقيق أهداف اللعبة .

*زيادة التفاعل الصفي الإيجابي . (ناهد محمود سعد، نيللي رمزي فهيم : 2004 ، ص 211 ، 212)

2-5-2- أوجه نشاطات التربية الرياضية :

من خلال تحديد أهداف واغراض منهج التربية الرياضية المطلوب تحقيقه يمكن إختيار أنواع الانشطة المناسبة لكل مرحلة مطلوبة في المنهج .

ويمكن تقسيم أوجه نشاطات التربية الرياضية إلى :

أ- **الأنشطة الجماعية** : وهي تلك الأنواع المختلفة من الأنشطة التي تمارس ضمن جماعات أو ضمن فريق واحد ومن هذه الأنشطة (فريق كرة القدم ، كرة السلة ، الكرة الطائرة ، كرة اليد وسباق التتابع في ألعاب القوى ...) ، أي كل نشاط أو لعبة يشترك فيها أكثر من شخصين .

ب - **الأنشطة الفردية** : ويقصد بها تلك الأنشطة الفردية المختلفة التي يمارسها الفرد دون الاستعانة من الأفراد.

(زيد الهويدي:2007 ، ص 27 ، 28)

ب-1 **الأبعاد التربوية للنشاطات الفردية** : إنطلاقا من المسعى الرامي إلى تنمية الإستقلالية لدى التلميذ ، وشعوره

بروح المسؤولية ، واخذ المعلومات اللازمة للقيام بمهام مسندة له والتي تحفزه هو وزملائه ، إستيعاب المهارات المعرفية والاجتماعية والحركية ، تسمح هذه النشاطات بتنمية قدرات التنقل الصحيح في فضاءات مميزة ، وقدرة تنسيق الحركات المركبة وشبه المعقدة وربطها في الزمان والمكان والتمكن من تقديرها كمنتوج صحيح هادف ونافع وتبقى النشاطات المعمول بها حاليا (ألعاب القوى) تمثل المجال لاوفر لتنمية الكفاءات المحددة لذلك ويبقى الإختيار مفتوحا .

ب-2- الأهداف التربوية للنشاط الفردي :

- إستعمال وضعيات جسمية وحركات سريعة الإستجابة لمؤشر أو منبه ما .
- التعرف على كيفية تسوية وترتيب الحركات والتنقلات من أجل دفع الجسم في الفضاء .
- التعرف على كيفية تسوية وترتيب الحركات والتنقلات من أجل التعامل مع زميل آخر أثناء التنقل (السريع والبطيء)
- كيفية تسوية وترتيب الحركات والتنقلات من أجل إحتياز الحواجز الطبيعية والإصطناعية .
- تنظيم التنقلات بالنسبة لمساحات العمل وأخذ القرار المناسب قبل الشروع في الحركة .
- تنظيم الوتيرة والتحكم في التنفس أثناء التنقل السريع أو البطيء .
- ضبط مختلف أنواع التوجيه والإرتقاء حفاظا على التنسيق والتوازن الحركي والجسمي .

- ضمان مداعبة وإستعمال مختلف الآلات باختلاف أوزانها وأحجامها .
- التحكم في مختلف الأشكال التي يأخذها الجسم في الفضاء.
- تقدير مختلف مسارات الجسم في الفضاء وكذا مختلف مسارات وسرعة الآلات في الفضاء بعد التأثير عليها.
- إنجاز أشكال .جسمية رشيقة وجميلة المظهر من الثبات أو الحركة.
- النشاطات المستهدفة هي مختلف نشاطات ألعاب القوى ومختلف النشاطات الجمبازية.
- . (مصطفى السايح محمد، محمد حسن عبد المنعم: 2008، ص163، 164)

2-6 الأنشطة الفردية في الطور الثالث :

- 2-6-1 نشاط الجري : يتم في مضمار لا يقل طوله عن 400 م ولا يقل عرضه عن 7.32 م، ولكل متنافس مسار مستقل في جميع المسابقات ولا يقل عرضه عن 1.22م ، ولا يزيد عن 1.25 م .
- (حسن أحمد الشافعي :1998، ص117، 119)

2-6-1-1 الجري المتوسط :

المرحلة التعليمية الأولى :

- يتعلم أبجديات الجري .
- يدرك مختلف الأطراف والتوازن .
- يتحكم في التنقلات .
- يتحكم في التنقلات .
- يناوب بين المشي والجري .
- يطور من قدرة الجري المتواصل .

المرحلة التعليمية الثانية :

- يحسن من وضعية الجسم أثناء الجري .
- يتناوب بين الجري وتمارين لتنمية القدرات البدنية العامة .
- يتكيف مع الإيقاع المفروض .
- يجري سباق نصف طويل 2x800 ، 4x800 م .

المرحلة التعليمية الثالثة :

- يطور من قدرة المقاومة (مشي سريع، هرولة، جري).
 - يتحكم في الإيقاع المفروض ضمن مجموعة.
 - يتحكم من قيادة المجموعة.
 - يرفع من شدة المجهود البدني.
 - يحاول تحسين نتيجة السباق.
- (حسن أحمد الشافعي :1998، ص120)

2-6-1-2 الجري السريع :

لغرض توضيح فعاليات الركض السريع بصورة جيدة فإنها تقسم إلى أربعة مراحل لفهم جوانبها ولتسهيل عملية التعلم والتدريس وبالتالي الإلمام بالمهارة ككل حيث أن الركض يؤدي كوحدة واحدة تكون فيه المراحل مترابطة وتتصف بانسيابية تامة

وتقسم المراحل الفنية لركض المسافات القصيرة إلى :

1-مرحلة البدء، 2- مرحلة الإنطلاق، 3- مرحلة التعجيل ، 4- مرحلة النهاية .

أولا :مرحلة البدء : من أجل أن ينطلق العداء بأقصى سرعة فإنه يحتاج إلى تركيز عالي يتطلب منه الإنعزال عن كل ما يحيط به من مؤثرات خارجية تشتت إنتباهه ، حيث أن التركيز الكامل للإستجابة لطلقة البداية يكون له الأثر الفعال في الإنطلاق الجيد ، وبالتالي قصر زمن رد الفعل وتحسين الإنجاز .

ثانيا: مرحلة الإنطلاق: تعتبر مرحلة الإنطلاق من المراحل الهامة في الركض وهي تعتمد على سرعة رد الفعل وسرعة الإنعكاس حيث يندفع اللاعب من مساند البداية بأقصى سرعة وقوة فور سماعه الإطلاق، ويقوم العداء بالحركات التالية في نفس الوقت وهي ترك اليدين للأرض وتتحرك الرجل الخلفية إلى الأمام لأخذ أول خطوة ثم دفع القدم الأمامية لمسند البداية الأمامي .

ثالثا: مرحلة التعجيل: ويجب مراعاة أن التغيير في وضع ميل الجذع لا يتم مرة واحدة أو بصورة مفاجئة وعلى العداء أن يحرص على التدرج في رفع الجذع بصورة طبيعية، فيجب على العداء أن لا ينهض بزاوية كبيرة ولا يهجم بالوقوف مباشرة فور الدفع بمساند البداية، كما يجب عليه أن لا يعتمد إلى خفض الجذع حتى لا تتأثر خطواته مع مراعاة أن يكون الرأس على إمتداد الجسم، وينتهي ميل الجذع في الخطوة الرابعة عشرة ويعتدل الجسم وينتقل إلى الركض الطبيعي .

رابعا: مرحلة السرعة القصوى: ويصل العداء في هذه المرحلة إلى أقصى سرعة له، ويجب المحافظة عليها حتى نهاية السباق

خامسا: مرحلة النهاية: وهي المرحلة الأخيرة من مراحل مسابقات الركض وينتهي بها العداء السباق في لحظة تقاطع جسمه المستوي الرأسي الذي يمر بخط النهاية.(ريسان خريبط مجيد، عبد الرحمان مصطفى الأنصاري:2002، ص 40،41)

2-6-2 نشاطات الوثب :

2-6-2-1 الوثب الطويل : تشمل الخطوات الفنية للوثب الطويل على :

- الاقتراب - الارتقاء - الطيران - الهبوط .

المرحلة التعليمية الأولى :

- يبحث عن قدم الارتقاء.

- يتعلم أبجديات القفز.

- يتدرب على الطيران بطريقة المشي في الهواء خطوة واحدة.

- يتعلم كيفية السقوط مع تغيير مسافة التنفيذ.

- يتفد القفز العادي.

المرحلة التعليمية الثانية :

- يحدد بداية القفز ويعرف مسافة الإقتراب . - يتعود على إسيخدام لوحة القفز .

- يستخدم المضمار لإنجاز القفز الطويل مع تصحيح الأخطاء .

(ريسان خريبط مجيد، عبد الرحمان مصطفى الأنصاري: 2002، ص 43)

2-6-3 نشاطات الدفع :

2-6-3-1 دفع الجلة : لدفع الجلة والظهر مواجه لإتجاه الرمي (الزحف)

أولا : حمل الجلة : إن الحمل الصحيح للجلة يؤثر تأثيرا كبيرا على مسافة الرمي وإن أي خطأ في طريقة حمل الجلة يؤدي إلى إختلال زاوية الانطلاق وعدم إنطلاقها بالزاوية المناسبة

ثالثا: وقفة الاستعداد : يقف اللاعب داخل دائرة الرمي وظهره مواجه لإتجاه الرمي ويكون جسم اللاعب ممتدا بارتحاء لإدخار طاقته محتفظا بتوازنه، مع مراعاة عدم الميل إلى اليمين أو اليسار وذلك لعدم توتر العضلات أي أن يكون الجسم محملا على العظام بحيث تكون فوق بعضها ليس على العضلات ويكون الارتكاز ومركز ثقل الجلة والجسم في خط عمودي واحد

ثالثا: بداية الزحف: يميل اللاعب بجسمه أمام من أعلى إلى أسفل بحيث يخرج الجزء العلوي من الجسم خارج مؤخرة الدائرة بغرض إطالة خط سير الجلة (خط الرمي)، أما الرجل الحرة فإن مهمتها هي حفظ إتزان الجسم ومنعه من السقوط خارج الدائرة، وتكون الساق دون الخط الأفقي ودون مستوى الجذع وتكون الساق اليمنى منحنية بزاوية 140° وفي هذا الوضع تكون العضلات وثقل الجسم في حالة مناسبة .

رابعا: الزحف : تؤرجح وتدفع الرجل في حركة انسيابية نحو إتجاه القذف وهي ممتدة للخلف وأسفل، ويقوم مقدم مشطها متحفا لأسفل ومتحركا في إتجاه خط الرمي .

خامسا: الوصول لوضع الدفع : في هذا الوضع تصل القدم اليسرى إلى الأرض والرجل اليمنى تصبح قدم الإرتكاز وتصل زاوية مفصل ركبة القدم اليسرى 110° تقريبا، وفي هذه الحالة تصل الحافة الخارجية لمشط القدم اليسرى إلى لوحة الإيقاف وتكون المسافة بين القدمين في هذا الوضع من 80 ، 85 سم ، وثني ركبة الرجل الحرة قليلا وتصل زاويتها من 140° إلى 150° وتعتبر هذه زاوية تساعد على دفع الجسم .

سادسا: حركة الدفع : وتعتبر من أهم وأصعب خطوة من خطوات دفع الجلة والسبب في ذلك يرجع إلى أنه في تلك اللحظة يجب الإسراع بحركة الدفع، وعندما تنطلق الجلة من اليد يحدث فعل عكسي في الجسم ولذلك تجد أن الرجل اليمنى تتقدم عن الرجل اليسرى وهذا يساعد اللاعب ويمنعه من الخروج عن لوحة الإيقاف .

(ريسان خريبط مجيد - عبد الرحمان مصطفى الأنصاري: 2002، ص 222، 223)

3- المراهقة :

3-1 الخصائص الجنسية الأولية والثانوية:

يتضح في هذه المرحلة نمو الخصائص الجنسية الأولية والثانوية، وتبدو الخصائص الأولية عند البنين في الزيادة السريعة في حجم الأعضاء التناسلية كالخصيتين، ويظهر عند البنات نمو المبيضين وزيادة حجم الرحم وطوله، وتصاحب هذه

التغيرات الأولية بظهور الخصائص الجنسية الثانوية والتي تمثل عند الفتاة في ارتفاع الصدور وبروز الثديين وكبر حجم الأرداف، وتعتبر الدورة الشهرية بداية النمو وليس اكتماله أو القدرة على الإنجاب، أما عند الفتى تتمثل في خشونة الصوت وعرض الكتفين وظهور شعر العانة (مريم سليم: 2002، ص375)

3-2 الخصائص الجسمية:

تشهد هذه الفترة نمواً سريعاً تبدأ بالنسبة للبعض في المدرسة الابتدائية والبعض الآخر في المتوسط والملاحظ هنا تفاوت بين التلاميذ.

- يصل جميع البنات والذكور إلى مرحلة البلوغ تقريباً وهكذا تصبح الخصائص الجنسية الثانوية أكثر وضوحاً. وينتج عن هذا النمو السريع خاصة في السنوات الأولى من المراهقة عدم تحكم الفرد في حركاته وعدم دقتها ومما يزيدها هو الحساسية الشديدة للنمو المفاجئ فيصبح يميل إلى الاهتمام المبالغ في مظهره.
 - يميل إلى الكسل والخمول ويتعب بعد أي مجهود يبذله مقارنة مع المراحل السابقة.
 - تؤثر الزيادة السريعة في النمو والتغيرات الداخلية على صحة الطفل ويصبح أكثر عرضاً للإصابات .
 - يميل الأطفال في هذا السن إلى العناية بمظهرهم وبأجسامهم .
 - تظهر عادات النوم السيئة وكذا عاداتهم العدائية السيئة وهنا يجب التذكير بأهمية النمو والغذاء .
 - الشعور بالقلق إذا اتضح أن ذاته الجسمية الواقعية تختلف عن تصوره لها
 - التحمل البدني والعقلي محدود نظراً للغذاء، النوم، استنفاد الطاقة في النمو.
 - يتغير معدل العمل فيبطئ أحياناً ويسرع أحياناً أخرى لدى يجب الإكثار من فترات الراحة والاسترخاء .
- (مريم سليم: 2002، ص397، 398)

3-3 الخصائص الحركية:

في بدء مرحلة المراهقة ينمو نمواً سريعاً " فينتج عن هذا النمو السريع غير المتوازن المراهق لان يكون كسولاً خاملاً قليل النشاط والحركة فالمراهق في بدء هذه المرحلة يكون توافقه الحركي غير دقيق فالحركات تتميز بعدم الاتساق فنجد أن المراهق كثير الاصطدام بالأشياء التي تتعرض بسببه أثناء تحركاته وكثير ماتسقط من بين يديه الأشياء التي يمسك بها. ويساعد على عدم استقراره الحركي للتغيرات الجسمية الواضحة والخصائص الجنسية الثانوية التي طرأت عليه وتعرضه لتقد الكبار تعليقا لهم وتحمله العديد من المسؤوليات الاجتماعية مما يسبب له الارتباك وفقدان الاتزان. وعندما يصل المراهق قدراً من النضج تصبح حركاته أكثر توافقاً فيزداد نشاطه ويمارس المراهقون تدريبات رياضية محاولين إتقان بعض المهارات الحركية التي تحتاج إلى دقة وتآزر حركي مثل العزف على الآلات الموسيقية وبعض الألعاب الرياضية المتخصصة والكتابة على الآلة الكاتبة. (خليل ميخائيل معوض: 2000، ص319)

3-4 النمو العقلي والمعرفي:

الذكاء والقدرات والميول العقلية: يختلف الذكاء في سرعة نموه عن القدرات الطائفية الأخرى ف نجد أن نمو الذكاء تهدأ سرعته خلال فترة المراهقة فتجد انه فيها بين (12-15) سنة تتناقص سرعة الذكاء.

أما القدرات العقلية الأخرى مثل القدرة اللغوية والقدرة العددية والقدرة المكانية والقدرة الميكانيكية والقدرة الموسيقية... الخ تظل في نموها المضطرد خلال فترة المراهقة (أبحاث فرنون1938).

أما الميول العقلية للمراهق تبدو في اهتماماته بأوجه النشاط المختلفة وتتأثر هذه الميول بمستوى الذكاء والقدرات العقلية في اختبار المراهق للموضوعات التي يشعر بمتعة في قراءتها وفي البرامج الإذاعية التي يهوي الاستماع لها وغير ذلك من ضروب النشاط العقلي والمعرفي

(خليل ميخائيل معوض: 2000، ص321)

كانت الدراسات جد كبيرة من طرف علماء النفس حول الخصائص العقلية في مرحلة المراهقة ويظهر ذلك من خلال الدراسات التي قام بها حول المميزات العقلية في هذه المرحلة تصل المراهقة إلى النمو الشكلي أو المجرد وهي التي تميز فترة المراهقين على التعامل مع المجردات والتحليل المنطقي والرياضي وأكدت بعض الدراسات أن المراهق يطور فعاليته العقلية المتنوعة فتقوي قابليته للتعلم والتعامل مع الأفكار المجردة و إدراك العلاقات وحل المشاكل بالإضافة إلي ذلك يتوسع مجاله العقلي للأشياء التي تتعدى مجاله اللادراكي حيث يدخل في إطار الميتافيزيقية وذلك بقدرته علي التحليل للاستدلال و النقد للأشياء التي يتعرض لها.

ويشير(فاخر عاقل) إلى: (أن النمو العقلي كما تظهره اختيارات الذكاء يدوم إلى ما بعد سن السادس عشرة و لكن دراسات أخرى تؤكد الى انه (النمو العقلي) شكله العام يتميز خلال العقد الثالث(فاخر عاقل: 1978، ص124)

3-5 النمو النفسي و الاجتماعي :

تتميز العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة المبكرة بأنها أكثر تمايزا و أكثر اتساعا و شمولاً عنه في مرحلة الطفولة فينمو الفرد ، تزداد و تتسع آفاق علاقاته الإجماعية تتابع مراحل النمو المضطرد ، و تتميز عملية التطبيخ و التنشئة الاجتماعية

(خليل ميخائيل معوض : 2000، ص252)

ويعمل إلى التفكير في المشاكل التي تحيط به ، فهو يرى نفسه بأنه يصعد صغيرا ، فيجمع بالأطفال و يشاركهم أحاديثهم و ألعابهم ، بل يرى نفسه كبيرا يقحم نفسه في أحاديث الكبار ، لكن هؤلاء يرفضونه لأنهم يعتبرونه صغيرا ويعمل أيضا المراهق إلى الحرية و الاعتماد على النفس ، و إلى التمرد أحيانا على الأعراف لذلك يجد نفسه في صراع و مواجهة مع المجتمع و الأسرة التي تفرض عليه قيود معينة و سلطة و قوانين و هي إما مدرسة أو أسرية .

ولقد جاء كتاب (محي الدين مختار) أنه من المظاهر الأساسية للمراهق في المجتمع هي محاولته لتحرر من سلطة الأسرة و تأكيد الذات و محاولة إشعار الآخرين بالمكانة الاجتماعية كما يلاحظ اتساع العلاقات الاجتماعية و تكوين الصداقات كما يبدأ شعور المراهق بالمسؤولية نحو مجتمعه و الاهتمام به و مشاركته أحداثه .

كما لا يفوتنا أن نذكر بأن المراهقة تعرف بأنها مرحلة الأبطال فهو يكيف سلوكه بما يتناسب مع سلوك البطل الذي اتخذه نموذجا لنفسه

(محي الدين مختار: 1982، ص116)

3-6 الخصائص الانفعالية :

زيادة شعور المراهق بذاته و حساسيته سريع التقلب انفعاليا و يتميز بكثرة الصراع فالمراهق يعتبر نفسه نما و يجب أن تتغير نظرة الناس في حين الأسرة ترى بأنه طفل
 - يزيد قلقه بشعوره أن الأسرة تتوقع منه القيام ببعض المسؤوليات.
 - إرادة الأولياء في أن يعتمد على ذاته تشعره بنقص الثقة و يميل إلى البحث عن أخطاء الآخرين و نقد تصرفاتهم

ويجمع علماء النفس أن انفعالات المراهق تختلف في نواحي كبيرة من انفعالات الطفل وتمثل هذه الاختلافات في النواحي التالية :

- الانفعال لأنفه الأسباب و عدم الاستقرار إذ ينتقل من انفعال إلى آخر في مدى قصير مثلا من الزهو و الكبرياء إلى القنوط و اليأس .0
 - لا يستطيع المراهق التحكم في المناظر الطبيعية لحالته الانفعالية إلا إذا أثير أو غضب مثلا : يصرخ و يعصي و يدفع الأشياء و نفس الشئ إذا خرج يقوم ببعض الحركات العصبية
 - يمكن في الأخير أن تقول أن هذه المرحلة تختلف باختلاف الزمان و المكان و الأفراد فهي تتأثر بالأخطاء الثقافية ، المواقع الجغرافية و تدخل العوامل الوراثية البيولوجية أي أنها تفاعل كلي بين المراهق و ذاته من جهة و بينه و بين مجتمعه من جهة أخرى
- (نصر الدين براوي:1974، ص135، 136)

3-7 حاجة المراهق إلى التوجيه والإرشاد:

المراهق في حاجة دائما إلى من يساعده على تحقيق الاتزان في حياته النفسية بين القوة الجارفة في انفعالاته و بين النقص الملموس في قدراته الضابطة التي يمكنها أن تتحكم في هذه الدوافع.
 وتمثل خدمات الإرشاد النفسي للمراهقين كما حددتها سلامة (1985) في مساعدة المراهق في التعرف على تفسير هذه العلاقات سواء كان ذلك لشدة الحجل أو نقص المهارات الاجتماعية أو التمركز حول الذات وعدم أخذ الآخرين في الاعتبار أو السلوك العدواني.

ويتمثل هذا في الآتي:

- مساعدة المراهق في زيادة فهمه لنفسه وقبوله لها.
- تنمية شعوره بالمسؤولية واستقلال أحكامه وآرائه.
- قبوله لمظهره الجسمي ولقدراته واستعداداته وميوله.
- تحديد أهدافه.
- تعلم مهارات اجتماعية جديدة بدلا من سلوك غير مرغوب فيه.
- التعرف على أنماط السلوك غير الفعالة أو تلك المحبطة لذاته.
- إصلاح ما يكون قد أفسد من علاقات بالآخرين يعنون له الكثير.

- تنمية إحساسه بحاجة الآخرين وزيادة فهمه لهم (عصام عبد اللطيف العقاد: 2001، ص 125، 127)

3-8 مشاكل المراهقة :

تتميز حياة المراهق بالفوضى و التناقض و التجارب العديدة التي يقوم بها ، و قد تكون فاشلة و قد تكون ناجحة إلا أنها تترك بصماتها على تفكيره و سلوكه .

والمشاكل التي يتعرض لها المراهقين بصفة رئيسية هي:

3-8-1 المشاكل النفسية :

تنجم المشاكل النفسية لدى المراهقين عن التوتر و الكبت ، الحاصل عن الخجل و التسرع في اتخاذ القرارات و المراهق يميل و يتطلع إلى الحرية و التملص من الواجبات والسلطة الأسرية والمدرسية ، فينشأ عن ذلك في نفسه الإحباط و الشعور باليأس و الضياع بغض النظر عن صلاحها أو ضررها ، وقد يجلب المراهق بتصرفاته الكثير من المتاعب لأسرته أو مجتمعه لذلك فهو يعيش في صراعات داخلية مكبوتة قد يظهرها أحيانا بالتمرد على الأعراف و التقاليد ، ويمكن التغلب على هذه المشاكل بتوجيه اهتمام المراهق نحو النشاط الرياضي و الكشفي و الاجتماعي لكي يتكيف في حياته الجماعية ويتعلم روح المسؤولية و الاندماج في الحياة العلمية . (ميخائيل إبراهيم أسعد: 1977، ص 254)

3-8-2 المشاكل الانفعالية :

تتميز مرحلة المراهقة بحدة الانفعالات و الاندفاع الانفعالي بسبب شعور المراهق بقيمته ، وقد يتسرع و يندفع في سلوكيات خاطئة تورطه في المشاكل مع الأسرة و المجتمع ، كما تمتاز الأفعال بسرعة التغيير و التقلب ، و الواقع أن كل ما يستغرق اهتمام المراهق من جوانب الحياة قادر على إثارة انفعاله سلبيا أو إيجابيا ، إلا أن انفعال المراهق يتخذ شكلا عنيفا يعجز عن تلبية حاجياته و تحقيق أهدافه الخاصة و تأكيد ذاته المستقلة و المتميزة من الآخرين ، ففي حالات كهذه يخرج المراهق من طوره و يفقد اتزانه العاطفي ويمارس الكثير من ضروب التصرف الشاذ

. (ميخائيل إبراهيم أسعد: 1977، ص 255)

3-8-3 المشاكل الاجتماعية :

ترتبط المشاكل الاجتماعية للمراهق من حديث وجوده و تعامله مع المجتمع و الأسرة و المدرسة و نوعية المكانة التي يحظى بها المراهق داخل هذه المؤسسات الاجتماعية .

فالمراهق يجد نفسه بين سلطات هذه المؤسسات الاجتماعية (المدرسة ، الأسرة ، المجتمع) وبين حاجياته النفسية النفسية و هي :

تحقيق الذات و الرغبة في الاستقلال و التحرر من القيود لذلك نجد المراهق أمام خيارين ، إما أن يحقق التوازن بين حاجياته النفسية و قيود المؤسسات ، و إما أن يتمرد فيجد نفسه منحرفا مينوذا المجتمع ، وإن تسامحت معه الأسرة و المدرسة قد يؤدي به التمرد إلى عواقب وخيمة .

3-8-4 المشاكل الصحية:

يتطلب النمو الجسمي و العقلي و الجنسي السريع للمراهق إلى تغذية كاملة صحية ، حتى تعوض الجسم و تمدده بما يلزمه للنمو و كثير من المراهقين من لا يجد ذلك فيصاب بعض المتاعب الصحية مثلا : تشوه القوام و قصر النظر ، و نتيجة لنضج الغدد الجنسية و اكتمال وظائفها فإن المراهق قد ينحرف و قد يميل المراهق إلى قراءة الكتب و المجالات الجنسية و الروايات البوليسية و قصص الحب و الجريمة كما يمتاز المراهق بحب الرحلات و المغامر

(محمد عادل خطاب، كمال الدين توكي: 1965 ، 67)

3-9 مميزات وخصائص تلاميذ المتوسط:

بالإضافة إلى ما ذكرناه سابقا فيما يخص النمو الجسماني والفروق المميزة والنضج الكامل والاتزان التدريجي للارتباك والاضطراب الحركي وتحسن المهارات الحركية، بالإضافة لهذا كله يمكن أن نذكر المميزات والخصائص المرتبطة بالنشاط الرياضي من ناحية النمو العقلي والانفعالي:

- زيادة الحاجة إلى اللعب، الراحة والاسترخاء.

- القدرة على الانتظام في جماعات والتعامل معها بطريقة ايجابية منتجة.

- الميل إلى الحفلات والجماعات والألعاب المشتركة خاصة التي يشترك فيها الجنسين.

(ميخائيل إبراهيم أسعد: 1977، ص 205)

- متابعة سير الأبطال الرياضيين والأحداث الجاري

4 - الدراسات السابقة والمثابرة :

لقد تناول عدد كبير من الاخصائيين والباحثين موضوع الدوافع في المجال الرياضي وبالأخص علم النفس الرياضي ،فالدوافع تعد مجالاً للبحث والدراسة نظراً لأهميتها في البحث عن فهم السلوك البشري والإهتمام بشكل كبير بدراسة ميولات التلاميذ واهتمامهم حتى يتسنى لنا كأساتذة وكأولياء لهم معرفة كيفية تشجيعهم وتوجيههم على الاسس العلمية السليمة .

ولقد إطلعنا على عدة دراسات سبقت دراستنا عن موضوع الدوافع ويمكن إيجازها فيما يلي :

الدراسة الأولى :

دراسة يحيا رضا جامعة قسنطينة 2012 لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية و الرياضية

عنوان: دوافع التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية في الطور الثانوي 15-18

هدف الدراسة: -محاولة التعرف على دوافع التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة الجماعية

-تحديد نوعية الدوافع لدى تلاميذ الطور الثانوي

التساؤلات: - هل هناك فروق ما بين الجنسين في دوافع تحقيق الذات .

- هل هناك فروق ما بين الجنسين في دوافع اللياقة البدنية و الصحية.

- هل هناك فروق ما بين الجنسين في دوافع الإنجاز.

المنهج المتبع: إستخدام المنهج الوصفي

العينة: أخذ الطالب 90 تلميذ و تلميذة

نتائج الدراسة:

-الأنشطة الجماعية تساعد التلميذ على تكوين علاقات مع الآخرين.

- أهم شيء يجب أن يفهمه التلميذ هو أن الأنشطة الجماعية لها أهداف تربوية كباقي المواد.

- معرفة الدوافع أهمية كبيرة لتوجيه سلوك الآخرين.

- **الدراسة الثانية:** مراد خليل سنة 2012 تحت عنوان : دوافع طلبة الطور الثانوي (16-18) سنة نحو ممارسة

التربية البدنية والرياضية, دراسة مقارنة بين تلاميذ الريف والمدينة بمدينة بسكرة أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه علوم في تربية بدنية والرياضة.

- **هدف الدراسة:** معرفة دوافع ممارسة النشاط الرياضي بين تلاميذ الريف والمدينة

- إبراز أثر المنطقة الجغرافية على دوافع ممارسة النشاط الرياضي بين الذكور .

- إبراز أثر المنطقة الجغرافية على دوافع ممارسة النشاط الرياضي بين الإناث.

- **التساؤلات:**

- هل توجد فروق دلالة إحصائية بين تلاميذ الريف والمدينة في دوافع ممارسة النشاط الرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ذكور الريف والمدينة في دوافع ممارسة النشاط الرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إناث الريف وإناث المدينة في دوافع ممارسة النشاط الرياضي في حصة التربية المدنية والرياضية في الطور الثانوي.
- **المنهج المتبع:** استعمل الباحث المنهج العلمي المقارن لأنه الأنسب لهذا الموضوع.
- **العينة :** تكونت عينة من 200 تلميذ وتلميذة من تلاميذ الطور الثانوي قسمها إلى مجموعتين 100 حضرية و 100 ريفية ويتم اختيارهم بطريقة عشوائية
- **نتائج الدراسة:**
- تحقق الفرضية العامة والهدف العام للبحث وتم التوصل لقبول الفرضية التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ الريف والمدينة في دوافع ممارسة النشاط الرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.
- تحقق صدق الفرضية الجزئية الأولى للبحث التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ذكور الريف وذكور المدينة في دوافع ممارسة النشاط الرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي أثبتت صحتها في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي وأثبتت صحتها في كل الأبعاد ما عدا بعد الدوافع الاجتماعية .
- **الدراسة الثالثة كمال بوعجناق 1998:** وهي دراسة قدمها الباحث لنيل شهادة الماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية كانت بعنوان : دوافع التلاميذ المراهقين ومدى إقبالهم على ممارسة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي وذلك بعينة بحث بلغت 210 تلميذ موزعين على مدارس التربية البدنية والرياضية وأنجزها على الشكل التالي :
- دوافع اللياقة البدنية والصحية / الدوافع الاجتماعية والخلقية / الدوافع النفسية والعقلية / دوافع التشجيع الخارجي .
- **الدراسة الرابعة كنيوة مولود 2008 :** بعنوان دوافع ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الأقسام النهائية من التعليم الثانوي في إطار مذكرة لنيل شهادة ماجستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية .
- **هدف الدراسة :** معرفة الفروق في دوافع ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى التلاميذ تبعاً لمتغير التخصص
- معرفة الفروق في دوافع ممارسة التربية البدنية لدى التلاميذ تبعاً لمتغير الجنس .
- **التساؤلات :** - هل تختلف دوافع ممارسة التربية البدنية والرياضية بين التلاميذ العلمي والأدبي في الأقسام النهائية من التعليم الثانوي.
- هل التخصص الدراسي تأثير على دوافع ممارسة التربية البدنية والرياضية عند ذكور الأقسام النهائية من التعليم الثانوي.

- هل للتخصص الدراسي تأثير على دوافع ممارسة التربية البدنية والرياضية عند إناث الأقسام النهائية من التعليم الثانوي.
 - المنهج المتبع: استعمل الباحث المنهج الوصفي التحليلي لأنه الأنسب لهذا الموضوع .
 - العينة : تكونت عينة من 240 تلميذ وتلميذة من تلاميذ الطور الثانوي لمدينة جيجل وتم اختبارها بطريقة عشوائية طبقية.
 - نتائج الدراسة:
 - تحقق الفرصة للأولي التي تقول " يشترك تلاميذ العلمي والأدبي في دوافع ممارسة التربية البدنية في الأقسام النهائية.
 - تحقق الفرضية الثانية التي تقول لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور علمي وأدبي في دوافع ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الأقسام النهائية من التعليم الثانوي في معظم الأبعاد وماعدا الدوافع النفسية وخفض التوتر ودوافع اللياقة البدنية والرياضية.
 - تحقق الفرصة الثالثة التي تقول لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث علمي وأدبي في الأبعاد الذاتية , الدوافع الاجتماعية , دوافع اللياقة البدنية , ودوافع التوتر والمخاطرة , ولم تتحقق في الأبعاد الأخرى.
 - الاقتراحات المتوصل إليها:
 - على أساتذة التربية البدنية والرياضية ومسؤولي التربية أن يعطوا أهمية كبيرة لدوافع التلاميذ المختلفة , حتى يتسنى لهم تسطير البرامج التربوية بصفة عامة , وبرامج التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة.
 - توجيه التلاميذ وفقا لميولاتهم واتجاهاتهم واستعداداتهم البدنية والنفسية نحو ممارسة أنشطة التربية البدنية.
 - تشجيع التلاميذ على ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية ذات الطابع التنافسي خاصة في هذه المرحلة باعتبارهم مقبلين على امتحان شهادة البكالوريا الرياضية.
- 5- التعليق على الدراسات السابقة :**

بعد استعراض الدراسات السابقة يتضح أن موضوع الدراسة الحالية لم يحظ بالبحث الكافي ، حيث وجدنا دراسة واحدة فقط جمعت بين متغيرات بحثنا وهي الدراسة التي قام بها "كما ل بوعجناق" و التي كانت بعنوان: دوافع التلاميذ المراهقين و مدى إقبالهم على ممارسة التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، حيث درسها من زاوية دوافع اللياقة البدنية والصحية / الدوافع الاجتماعية والخلقية / الدوافع النفسية والعقلية / دوافع التشجيع الخارجي. حيث أجريت هذه الدراسات السابقة التي إعتمدناها ما بين 1998 - 2012 ،لذا تنوعت أهداف هذه الدراسات وفقا للهدف العام لكل دراسة .

-وقد اتفقت أغلب هذه الدراسات فيما بينها من حيث المنهج فقد اعتمد أغلبها على المنهج الوصفي ماعدا دراسة مراد خليل 2012 فقد استعمل الباحث المنهج العلمي المقارن لأنه الأنسب لهذا الموضوع ، ونحن في دراستنا الحالية سنعتمد على المنهج الوصفي.

كما اتفقت أيضا هذه الدراسات في اختيار العينة حيث أن كل الدراسات طبقت على التلاميذ ، وفي حين ستكون عينة دراستنا الحالية مكونة من تلاميذ الطور المتوسط بمختلف أعمارهم .

-وقد تم اختيار العينات بثلاث طرق فمنهم من أختارها بطريقة عشوائية كما هو الحال في دراسة مراد خليل 2012 ومنهم من اختار العينة بطريقة عشوائية مقصودة كما هو الحال في دراسة كمال بوعجناق 1998 ومنهم من اختار العينة بطريقة عشوائية طبقية كما هو الحال في دراسة كنيوة مولود 2008 كما سنقوم بأخذ أفراد عينة دراستنا الحالية بطريقة عشوائية بسيطة .

كما نجد أن هذه الدراسات قد تنوعت و اختلفت في أدوات جمع البيانات فقد اعتمدت على مقياس الدافعية في دراسة مراد خليل 2012 و دراسة كنيوة مولود 2008 وفي دراستنا الحالية سنعتمد على الاستبيان التي هي قيد البحث.

- 6 - الاستفادة من الدراسة السابقة:

- إعداد المحتوى العلمي للإطار النظري لهذه الدراسة.
- إيضاح النقاط الأساسية المحددة لمشكلة الدراسة وأهدافها وصياغة الفروض التي تحقق الأهداف.
- تحديد المنهج المستخدم في الدراسة , فقد تنوعت الدراسات ما بين استخدام المنهج الوصفي والأسلوب العلمي المقارن
- تحديد نوعية وحجم وكيفية اختبار العينة وجميع الخطوات الإجرائية لبحث هذه الظاهرة.

خلاصة:

إن الإنسان في حياته اليومية يسلك سلوكيات مختلفة وهذه السلوكيات نابعة من ذات الإنسان أي إن هناك أشياء في الإنسان تدفعه لسلوك معين و هذه الدوافع مختلفة و متنوعة حسب منشأها حيث نجد الموروثة و المكتسبة و تتمثل أهمية معرفة هذه الدوافع من قبل المربي الرياضي و ذلك لتجنب تدمير الدافعية الداخلية الذاتية لدى التلميذ، و كذلك محاولة تجنب كل ما هو ينفر التلميذ و لذلك يجب على المدرب أن يكون ملماً بجميع المعارف المتعلقة بالدوافع و طريقة معالجتها و التعامل معها و ذلك دائماً للمضي أماماً نحو الهدف

1- الكلمات الدالة في الدراسة:

1-1-الدافعية:

1-1-1-لغة: تعني الدافعية حسب ما جاء في معجم الوسيط من معاني ما يلي: دفع إلى فلان دفعا إنتمى إليه , ويقال طريق يدفع إلى مكان كذا أي ينتمي إليه , ودفع الشيء أي نحاه وأزاله بقوة , ويقال دفع عنها الأذى والشر , ودفع إليه الشيء زده ويقال دفع القول.

دافع عنه مدافعة ودفاع حامي عنه وانتصر له , ومنه الدفاع في القضاء , ودفع عنه الأذى أي أبعدته ونحاه.

1-1-2 اصطلاحا: يقول الدكتور أسامة كامل راتب في مفهوم الدافعية ما يلي: يمكن تعريف الدافعية بأنها استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين.

وتعرف بأنها مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من أجل إعادة التوازن

بينما هناك من يعرفه على أنه مثير فعال داخلي بسبب التوتر ويدفع الفرد إلى السلوك بطريقة تخفيض ذلك التوتر.

(أسامة كامل راتب: 1997، ص 72)

1-1-3-إجرائيا: هي طاقة كامنة في الكائن الحي , تعمل على استشارتها عدة عوامل سواء داخلية أو خارجية ليسلك سلوك معين في العالم الخارجي.

1-2- التربية البدنية والرياضية:

1-2-1- لغة: ينقسم هذا المفهوم إلى قسمين : فالأول هو التربية وتعني نقل التراث الثقافي من جيل إلى جيل آخر بعد تعديله وتنقيته وقد تكون هذه العملية مقنعة أو مفتوحة أما القسم الثاني يشتمل على طبيعة هذه التربية فهي بدنية من خلال الرياضة، أي ظاهرة حركة الإنسان المتنوعة بشكل عام.

1-2-2- اصطلاحا: تعرف على أنها جزء من التربية العامة ، تستغل دوافع النشاط الطبيعي في الفرد لتنميته من النواحي العضوية والتوافقية والتنفيذية .

وتعرف على أنها العملية التربوية التي تهدف على تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط وهي الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك. (مكارم حلمي أبو هريرة و آخرون: 2002، ص 22)

1-2-3- إجرائيا: هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة تهدف إلى تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختارة لتحقيق الهدف .

1-3- المراهقة :

1-3-1- لغة: من فعل رهق بمعنى "الحق" أو "دنى" والمراهقة من "الرهق" أي الطغيان والزيادة والمراهقة تعني الاقتراب والنمو والنضج والاكتمال وجاء على لسان العرب , راهق الغلام لأي بلغ الرجال فهو مراهق وراهق الغلام , إذا قارب الاحتمال والمراهق الغلام الذي قارب الحلم , ويقال جارية راهقت وذلك ابن العشر إلى أحد عشر.

1-3-2 اصطلاحا: من الناحية الاصطلاحية هي لفظ وهي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل وهو الفرد الغير الناضج انفعاليا وجسيميا وعقليا من مرحلة البلوغ إلى مرحلة الرشد ثم الرجولة , وبالمعنى العلمي الصحيح , هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج , فهي بهذا عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها. (محمد مصطفى زيدان :1995، ص 31)

1-3-3 إجرائيا: هي مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد تتميز بنمو ونضج في مختلف النواحي وتعتبر أصعب مرحلة يمر بها الإنسان ، وهي مرحلة مليئة بالتناقضات .

1 - 4 - 1 الممارسة:

1-4-1 لغة: مأخوذة من فعل مارس ممارسة و مراسا(مرس)الأمر عاجله و زاوله و عاناه و شرع فيه.

1-4-2 اصطلاحا: عرفها زيدان "هي تكرار النشاط مع توجيه مميز"

وفي مجال التدريس يعتبر الممارس كل تلميذ مؤهل طيبا أو يقوم بممارسة نشاط بدني رياضي ضمن إطار منتظم أو ملائم ،فهو مجموع سلوكيات التلاميذ في حصة التربية البدنية منذ بدايتها حتى نهايتها و حضور التلاميذ إلى الميدان الذي تجري فيه الحصة و المشاركة في مختلف النشاطات المقترحة من طرف الأستاذ (محمد مصطفى زيدان :1995، ص 25)

1-4-3 إجرائيا: الممارسة هي جميع أساليب النشاط المتعلقة باكتساب المهارات و المعلومات التي تعني بكل شخص مؤهل طيبا و ذلك بممارسة النشاط الرياضي بانتظام.

2- إشكالية الدراسة:

تعد التربية البدنية والرياضية بما تشمله من رياضات فردية وأخرى جماعية الطريق إلى تربية النشء تربية كاملة عقليا وجسميا وروحيا ، حيث أنها استقطبت أنظار علماء التربية من مختلف أنحاء العالم كونها تحمل الكثير من القيم والمبادئ السامية .

ولهذا فإن ضرورة وجوب ممارسة التربية البدنية والرياضية أمر لا مرد فيه وهذا مما لها من آثار إيجابية على جميع الجوانب المتعلقة بمراحل نمو الفرد ، وبما أن الطور الثالث (12 - 15 سنة) من بين الأطوار الهامة والحساسة في مراحل النمو وذلك لما تحمله من مميزات وخصائص (نفسية ، عقلية ، بدنية ...) .

وتتميز هذه المرحلة بسلسلة من التغيرات السريعة في مستوى النمو الجسمي والعقلي وكذا الاجتماعي ، ... ، لهذا فإن هذه المرحلة تحتاج إلى تكثيف العناية من المحيط الذي يعيش فيه والتطرق إلى الحصص المتوازنة التي تحتوي على أنشطة مختلفة لا ترهقهم ولا تجعلهم في حالة ملل .

ويعتبر درس التربية البدنية والرياضية بمثابة الوسيلة التي تحقق بها الأهداف إذ تستثيرها عوامل داخلية في الفرد تعرف بالدافعية وهي القوة الداخلية المحركة للسلوك والموجهة له لتحقيق غاية معينة يشعر الفرد بالحاجة لها ، وهذا الدرس مقسم إلى رياضة جماعية وأخرى فردية .

فنحن لا نعلم لماذا؟ وما مدى دافعية التلاميذ وتعلقهم بهذه النشاطات؟ فيجب في هذه المرحلة توخي الحذر عند اختيار الأنشطة وذلك لتجنب الوقوع في اصطدام يمكن أن يتسبب في آثار سلبية يؤثر على المسيرة الدراسية وغيرها من جوانب حياة التلميذ .

وعليه يمكن طرح السؤال الرئيسي لدراستنا والذي سنجعله بوابة نفتحها للتوغل في دراسة تلاميذ الطور الثالث ودوافعهم نحو الأنشطة الفردية في حصة التربية البدنية والرياضية " هل هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية في حصة التربية البدنية والرياضية ؟ .

وعلى هذا نستطيع أن نحيط هذا السؤال بجملة من التساؤلات المساعدة على دراسة الموضوع وهي كالتالي :

- 1 - هل هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي للقدرات المعرفية ؟
- 2 - هل هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل الصحة و اللياقة البدنية؟ .
- 3 - هل هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل التميز التفوق على باقي زملائه؟ .

3 - أهداف الدراسة :

إن التربية البدنية والرياضية المتجسدة في الأنشطة الفردية لها أهداف تدفع التلاميذ في هذا الطور إلى التنمية العقلية والمعرفية بمعرفة فوائد الأنشطة الرياضية ، وإلى التنمية النفسية والروحية ، وإلى التنمية البدنية والحركية بإتقان الحركات الرياضية

- محاولة التعرف على دوافع التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة الفردية.
- تحديد نوع الدوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط.

- معرفة دور الدافع في تنمية روح الممارسة
- تحديد الفروق بين الدوافع وعلاقته بممارسة التلاميذ

4 - أهمية الدراسة :

لقد قمنا باختيار مرحلة الطور المتوسط لاعتبارها من أهم مراحل نمو الإنسان ، حيث يكون هناك تغيير جذري في جميع النواحي ، ولذلك يجب على المدرسين أن يتفهموا ويعوا جيدا هذه المرحلة وذلك لتقديم دروس جيدة وهادفة تخضع للمتطلبات البدنية والفيزيولوجية والنفسية لهؤلاء التلاميذ .

ودراستنا هذه تعد محاولة لتحديد دوافع ممارسة الأنشطة الفردية وذلك عند الجنسين وهذه الدراسة ستبين لنا ممارسة الأنشطة الفردية بطابع إيجابي أو سلبي وكذلك الكشف عن أهمية معرفة الدوافع وتحديدتها من طرف المدرس وذلك ليسهل عليه تحقيق الأهداف والوصول إلى أحسن النتائج وكذلك معرفة كيفية تنشيط الدافعية لدى التلاميذ . أما بالنسبة للمرحلة العمرية فإن أهمية دراستها هو معرفة ذلك التلميذ الذي سنلقنه دروس التربية البدنية والرياضية ويساعدنا هذا في تحديد الشدة والحجم وتجنب الإرهاق والتعب الشديد ومسببات الملل والفشل والإحباط . وتطرقنا للأنشطة الفردية لما لها من أهمية كبيرة وفضل على سائر الرياضات ومحاولة إبراز أهميتها لدى تلاميذ الطور الثالث .

5- الفرضية العامة:

هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية في حصة التربية البدنية والرياضية

5-1- الفرضيات الجزئية:

- 1 - هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي للقدرات المعرفية.
- 2 - هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل الصحة واللياقة البدنية .
- 3 - هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل التميز و التفوق علي باقي زملائه .

1- الدراسة الإستطلاعية :

وتتمثل هذه الدراسة في الذهاب والإطلاع ميدانيا على عينة البحث ، أي إلى المتوسطة التي سنجري فيها التطبيق الميداني وكان ذلك في متوسطة من متوسطات بلدية بوعداس ولاية سطيف وهي متوسطة بن عمر اوي أحمد ، ومتوسطة إسعادي العربي ، حيث قمنا بتحديد موعد توزيع الاستمارات على التلاميذ ، والإطلاع على واقع ممارسة الأنشطة الفردية كنشاط في حصة التربية البدنية والرياضية ، فكانت هذه المتوسطات تحتوي على مساحة صغيرة تستعمل للجري ، وتحتوي على مساحتين صغيرتين لرمي الجلة ، وتحتوي على مساحة واحدة للقفز ، رغم نقص الوسائل إلا أن شغف التلاميذ نحو هذه الأنشطة كان كبيرا .

1-1 المجال المكاني و الزماني:

1-1-1 المجال المكاني :لقد قمنا بإجراء هذه الدراسة على التلاميذ في بعض متوسطات بلدية بوعداس ولاية سطيف على كلا الجنسين : في متوسطة بن عمر اوي أحمد وإسعادي العربي .

1-1-2 المجال الزماني :لقد تم إجراء هذه الدراسة ابتداء من بداية شهر جانفي 2017 إلى غاية منتصف شهر مارس هذا فيما يخص الجانب النظري، أما الجانب التطبيقي فكان ابتداء من 5 أفريل إلى 20 ماي 2017

2- منهج الدراسة : هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة والفحص الدقيق لها .
(بودحوش عمار - محمد محمود الذنبيات : 1995 , ص 129) .

واستخدمنا المنهج الوصفي في إعداد هذا البحث ويمكن أن نقول أن المنهج الوصفي يحدد ويقرر الطريقة التي توجد بها الأشياء

1-2- تعريف المنهج الوصفي : وتستخدمه العلوم الطبيعية والعلوم الاجتماعية ، ويعتمد على الملاحظة بأنواعها بالإضافة إلى عمليات التصنيف والإحصاء مع بيان وتفسير تلك العمليات . ويعد المنهج الوصفي أكثر مناهج البحث ملائمة للواقع الاجتماعي كسبيل لفهم ظواهره واستخلاص سماته . ويأتي على مرحلتين ، الأولى مرحلة الإستكشاف والصيغة التي تحتوي بدورها على ثلاث خطوات هي تلخيص تراث العلوم الاجتماعية فيما يتعلق بموضوع البحث ، والإستناد إلى ذوي الخبرة العلمية والعملية بموضوع الدراسة ، ثم تحليل بعض الحالات التي تزيد من استبصارنا بالمشكلة وتلقي الضوء عليها ن أما المرحلة الثانية فهي مرحلة التشخيص والوصف وذلك بتحليل البيانات والمعلومات التي تم جمعها تحليلا يؤدي إلى إكتشاف العلاقة بين المتغيرات وتقديم تفسير ملائم لها . (محمد محمد قايم:1999,ص 60)

3 - تحديد مجتمع الدراسة : يقوم الباحث على دراسة دوافع ممارسة الأنشطة الفردية عند التلاميذ والتلميذات لمؤسستين من متوسطات بلدية بوعداس ولاية سطيف ويحتوي مجتمع الدراسة على 780 تلميذ في كلا المتوسطتين

4 - تحديد عينة الدراسة : ينظر إلى العينة على أنها جزء من كل أو بعض من جميع. فهدف دراسة العينة هو الوصول إلى تعميم لظاهرة المدروسة بدراسة بعض الحالات .

تم اختيار العينة العشوائية البسيطة التي يتطلب استخدام هذه الطريقة ضرورة حصر كامل العناصر التي يتكون منها المجتمع الدراسة الأصلي ومعرفتها، ليتم لاحقاً الاختبار من تلك العناصر لمناسبتها للدراسة.

ويعرف هذا النمط من إجراءات اختيار العينة بأنه ذلك الإجراء الذي يعطي فيه لجميع أفراد المجتمع نفس الاحتمال في أن يتم اختيارهم في عينة الدراسة. وأخذنا 20% من مجتمع الأصلي كعينة للدراسة والتي تقدر ب (156) تلميذ وتلميذة يتراوح عمرهم ما بين 12-15 سنة ، من بينهم (80) ذكور و (76) إناث.

فقد أخذنا من كل مستوى قسم :

- السنة الأولى تحتوي على (19) ذكور ، و (17) إناث . المجموع (36) .
- السنة الثانية تحتوي على (16) ذكور ، و (22) إناث . المجموع (38) .
- السنة الثالثة تحتوي على (23) ذكور ، و (17) إناث . المجموع (40) .
- السنة الرابعة تحتوي على (22) ذكور ، و (20) إناث . المجموع (42) .

5- متغيرات الدراسة: يعتبر ضبط المتغيرات عنصر ضروري في اي دراسة ميدانية بهدف التحكم فيها قدر المستطاع ، حيث يساعد ذلك في تفسير وتحليل النتائج دون الوقوع في العراقيل وقد جاء ضبط متغيرات البحث كما يلي:

5-1- المتغير المستقل: دوافع التلاميذ.

5-2 - المتغير التابع: الأنشطة الفردية .

6- أدوات الدراسة :

6-1 الإستبيان : هي طريقة تستعمل في البحث وتعتبر أحد أدوات المسح الهامة لتجميع البيانات المرتبطة بموضوع معين من خلال إعداد مجموعة من الأسئلة المكتوبة ويقوم المبحوث بالإجابة عليها بنفسه .

تحتوي الإستمارة على 21 سؤال وهي موزعة على التلاميذ.

6-2 طريقة توزيع الاستبيان:

بعد ما تم صياغة الاستبيان الموجه للتلاميذ وذلك حسب فرضيات الدراسة، وبعد ما تم الموافقة عليه من طرف الأستاذ المشرف تم توزيعه على عينة من التلاميذ الذين وقع عليهم الاختيار، وكان ذلك شخصياً.

7- صدق و ثبات الأداة:

7-1- ثبات الأداة:

الثبات يعني استقرار الإستبيان وعدم تناقضه مع نفسه أي أن الإستبيان يعطي نفس النتائج تقريباً إذا أعيد تطبيقه على نفس العينة، و من هنا قمنا بتطبيق الاستبيان على عينة صغيرة (24 تلميذ) ثم إعادة تطبيقه على نفس العينة في نفس الشروط مع فارق زمني مقدر بأسبوعين وسمحت لنا النتائج المحصل عليها بحساب الثبات. ولحساب ذلك لدينا القانون التالي:

$$R = 1 - \frac{6d^2}{n(n-1)^2}$$

معامل الثبات : 0.67

7-2- صدق الأداة:

تم عرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين من دكاترة وأساتذة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ممن لهم خبرة في ميدان البحث العلمي، وبعد إبداء آرائهم وتقديمهم للملاحظات تم حذف وإضافة بعض العبارات وتعديل البعض الآخر ليخرج بالشكل النهائي الذي تم توزيعه على أفراد العينة المراد دراسته.

8- إجراءات التطبيق الميداني للأداة :

قمنا بالرجوع إلى الخلفية النظرية وعدد من الدراسات السابقة المشابهة وذات العلاقة بموضوع الدراسة ، حيث أننا قبل الشروع في طبع الاستبيان أجرينا الدراسة الاستطلاعية ، وبناءا عليها خرجنا بفرضيات للدراسة قمنا من خلالها بتصميم أسئلة الاستبيان .

ثم قمنا بالتأكد من صدق أداة الدراسة وذلك بعرضها على الأستاذ المشرف للدراسة ، وإجراء التعديلات بناءا على ملاحظاته ، وبعد ذلك استخدمنا صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الاستبيان يقيس ما أعد له ، حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على مجموعة من الأساتذة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداها المحكمون ، قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر .

وبعد أن تأكدنا من مناسبة وصحة أداة الدراسة حددنا مجتمع الدراسة الذي هو تلاميذ وتلميذات قمنا بتحديد عينة الدراسة وتكونت من 156 تلميذ وتلميذة موزعة على مستوى 02 متوسطات ببلدية بوعنداس ، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية حيث وضحنا للعينة كيفية الإجابة على أسئلة الاستبيان ، والإجابة على استفساراتهم حول بعض النقاط والتأكيد لعينة الدراسة على ضرورة الحرص والجدية في الإجابة عن فقرات الاستبيان ، وتذكيرهم بأنها لن تستخدم إلا

لأغراض البحث العلمي ثم أدخلنا البيانات بواسطة أسلوب النسبة المئوية وكأسلوب إحصائي يخدم الموضوع ، وهذا لتحليل البيانات ومن ثم التوصل إلى النتائج وتقديم الاقتراحات في ضوء ذلك .

09- الأساليب الإحصائية:

بعد جمع الاستمارة الموزعة على عينة الدراسة والمقدرة ب156 استمارة قمنا بحساب التكرارات للأجوبة لكل سؤال وبعدها تم حساب النسبة المئوية لكل سؤال بالاعتماد على القاعدة الثلاثية التالية:

$$\begin{array}{l} \text{عدد أفراد العينة} \longleftarrow \text{عدد الإجابات المتكررة} \\ \text{النسبة المئوية (س)} \longleftarrow \end{array}$$

$$\text{ومنه س} = \frac{\text{مجموع الاجابات المتكررة} \times 100}{\text{المجموع الكلي للعينة}}$$

- وتم استخدام ك² لحساب دلالة الفروق للتكرارات لدى التلاميذ

$$k^2 = \frac{(fo-fe)^2}{fe}$$

حيث $fe = \sum \frac{p}{k}$ و $fo =$ التكرار المشاهد، $Fe =$ التكرار المتوقع

* صعوبات البحث :

- إن القيام بأي عمل أو مهمة أو دراسة ما يتطلب اتخاذ عدة إجراءات لتحقيق أو لتجنب الصعوبات والمشاكل التي قد تعرقل الباحث خلال إنجازه للدراسة أو بحث ما.
- صعوبة توزيع الاستمارات وذلك لعدة عوامل .
- ندرة الكتب التي تتحدث عن دوافع ممارسة الأنشطة الفردية خاصة بالطور المتوسط .
- تزامن فترة إنجاز المذكرة مع التبرص الميداني والبرنامج المكثف للسداسي الثاني.

1- عرض نتائج المحور الأول و تفسيرها و مناقشتها:

المحور الأول: محور خاص بدوافع تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية التي تعزي للقدرات المعرفية .

السؤال الأول: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية فقط؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة الفردية.

نتائج الجدول رقم(01)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	106	67.95%	52	108.15	5.99	0.05	02	دال
لا	00	00.00%	52					
أحيانا	50	32.05%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم(01): يبين مدى رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة الفردية.

تحليل الجدول رقم(01)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 67.95% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية، أما نسبة 32.05% من

التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 108.15 وهي أكبر

من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد

فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر ب 67.95 % يفضلون ممارسة الأنشطة

الفردية بشكل كبير، وهذا راجع إلي الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية.

السؤال الثاني: هل تمارس الأنشطة الفردية لأن التمارين تتميز بقدر كبير من التركيز و الانتباه ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية التي تتميز بقدر كبير من التركيز و الانتباه.

نتائج الجدول رقم(02)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	115	73.72%	52	129.11	5.99	0.05	02	دال
لا	01	0.64%	52					
أحيانا	40	25.64%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم(02): يبين مدى أهمية تفضيل الأنشطة الفردية التي تتميز بقدر كبير من التركيز و الانتباه.

تحليل الجدول رقم(02)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 73.72% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين قدر كبير من التركيز و الانتباه ، أما نسبة 0.64% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين قدر كبير من التركيز و الانتباه ، أما نسبة 25.64% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين قدر كبير من التركيز و الانتباه في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا² أعلاه، نجد أن كا² المحسوبة تساوي 129.11 وهي أكبر من كا² الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر ب 73.72% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين قدر كبير من التركيز و الانتباه بشكل كبير ، وهذا راجع إلي الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على التركيز و الانتباه.

السؤال الثالث: هل تمارس الأنشطة الفردية عندما تتطلب التمارين قدرا كبيرا من الذكاء ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية التي تتميز بقدر كبير من الذكاء.

نتائج الجدول رقم (03)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	109	69.87%	52	93.96	5.99	0.05	02	دال
لا	26	16.67%	52					
أحيانا	21	13.46%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم (03): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية التي تتميز بقدر كبير من الذكاء.

تحليل الجدول رقم (03)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 69.87% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين قدرا كبيرا من الذكاء ، أما نسبة 16.67% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين قدرا كبيرا من الذكاء، أما نسبة 13.46% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين قدرا كبيرا من الذكاء في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا² أعلاه، نجد أن كا² المحسوبة تساوي 93.96 وهي أكبر من كا² الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 69.87% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين قدرا كبيرا من الذكاء ، وهذا راجع إلي الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على قدر من الذكاء

السؤال الرابع: هل تمارس الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين معني و هدف ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية التي تكون لتمرينها معني و هدف.

نتائج الجدول رقم(04)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	121	77.57%	52	142.42	5.99	0.05	02	دال
لا	06	3.84%	52					
أحيانا	29	18.59%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم(04): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية التي تكون لتمرينها معني و هدف.
تحليل الجدول رقم(04)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 77.57% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون التمارين لها معني وهدف، أما نسبة 3.84% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين معني و هدف، أما نسبة 18.59% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين معني و هدف في بعض الأحيان. ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 142.42 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر ب 77.57% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين معني و هدف بشكل كبير، وهذا راجع إلي الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على المعاني و الأهداف.

السؤال الخامس: هل تمارس النشاطات الفردية عندما تتطلب التمارين قدرا كبيرا من التفكير ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية التي تكون لتمرينها قدرا كبيرا من التفكير.

نتائج الجدول رقم(05)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	101	64.74%	52	94.26	5.99	0.05	02	دال
لا	02	1.29%	52					
أحيانا	53	33.97%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم(05): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية التي تكون لتمرينها قدرا كبيرا من التفكير .
تحليل الجدول رقم(05)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 64.74% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمرين قدرا كبيرا من التفكير، أما نسبة 1.29% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمرين قدرا كبيرا من التفكير، أما نسبة 33.97% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمرين قدرا كبيرا من التفكير في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 94.26 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 64.74% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون للتمرين قدرا كبيرا من التفكير، وهذا راجع إلي الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على درجة كبيرة من التفكير وترسيخ أفكار في الذهن.

السؤال السادس: هل تجد في ممارسة الأنشطة الفردية ما يدفعك للمثابرة و الاجتهاد ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية ممارسة الأنشطة الفردية في الإندفاع للمثابرة و الإجتهد.

نتائج الجدول رقم(06)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	94	60.26%	52	50.92	5.99	0.05	02	دال
لا	32	20.51%	52					
أحيانا	30	19.23%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم(06): يبين مدى أهمية ممارسة الأنشطة الفردية في الاندفاع للمثابرة و الاجتهاد.

تحليل الجدول رقم(06)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 60.26% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية لأنها تدفعهم للمثابرة و الاجتهاد ، أما نسبة 20.51% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية لأنها لا تدفعهم إلى المثابرة و الاجتهاد، أما نسبة 19.23% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 50.92 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر ب 60.26% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية لأنها تدفعهم إلى الاجتهاد و المثابرة ، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على الرغبة في الاجتهاد و المثابرة .

السؤال السابع: هل الأنشطة الفردية تساعدك على إبراز مواهبك و تحقيق ميولك و هوايتك ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية ممارسة الأنشطة الفردية في إبراز مواهب و تحقيق ميول و رغبات التلاميذ.

نتائج الجدول رقم(07)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	103	66.03%	52	94.49	5.99	0.05	02	دال
لا	04	2.56%	52					
أحيانا	49	31.41%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم(07): يبين مدى أهمية ممارسة الأنشطة الفردية في إبراز مواهب و تحقيق ميول و رغبات التلاميذ.
تحليل الجدول رقم(07)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 66.03% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية وتساعدهم على إبراز مواهبهم وتحقيق ميولهم و رغباتهم ، أما نسبة 2.56% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية ولا تساعدهم على إبراز مواهبهم و تحقيق ميولهم و رغباتهم ، أما نسبة 31.41% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية وتساعدهم على إبراز مواهبهم و تحقيق ميولهم و رغباتهم في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 94.49 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر ب 66.03% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تساعدهم على إبراز مواهبهم و تحقيق ميولهم و رغباتهم، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على سبل تحقيق ميولهم و رغباتهم .

2- عرض نتائج المحور الثاني و تفسيرها و مناقشتها:

المحور الثاني: محور خاص بدوافع تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية التي تعزي لعامل الصحة و اللياقة البدنية.

السؤال الثامن: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالكثير من الحركات البدنية ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالكثير من الحركات البدنية.

نتائج الجدول رقم(08)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	147	94.23%	52	260.57	5.99	0.05	02	دال
لا	02	1.29%	52					
أحيانا	07	4.48%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم(08): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالكثير من الحركات البدنية.

تحليل الجدول رقم(08)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 94.23% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالكثير من الحركات البدنية ، أما نسبة 1.29% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالكثير من الحركات البدنية ، أما نسبة 4.48% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالكثير من الحركات البدنية في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 260.57 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر ب 94.23% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالكثير من الحركات البدنية ،وهذا راجع إلي الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على الكثير من الحركات البدنية التي تقوم بتنشيط جسم التلاميذ

السؤال التاسع: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون في حالة صحية جيدة؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما يكون التلميذ في حالة صحية جيدة.

نتائج الجدول رقم (09)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	136	87.19%	52	203.57	5.99	0.05	02	دال
لا	09	5.76%	52					
أحيانا	11	7.05%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم (09): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما يكون التلميذ في حالة صحية جيدة.

تحليل الجدول رقم (09)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 87.19% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما يكونون في حالة صحية جيدة، أما نسبة 5.76% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما يكونون في حالة صحية جيدة، أما نسبة 7.05% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما يكونون في حالة صحية جيدة في بعض الأحيان. ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 203.57 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 87.19% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما يكونون في حالة صحية جيدة بشكل كبير، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية لما لها من دور للصحة الجيدة لجسم التلميذ في الحفاظ الكبير على جميع أجهزة الجسم.

السؤال العاشر: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالسرعة في الأداء الحركي؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالسرعة في الأداء الحركي.

نتائج الجدول رقم(10)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	128	82.05%	52	166.65	5.99	0.05	02	دال
لا	13	8.33%	52					
أحيانا	15	9.62%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم(10): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالسرعة في الأداء الحركي.

تحليل الجدول رقم(10)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 82.05% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالسرعة في الأداء الحركي ، أما نسبة 8.33% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالسرعة في الأداء الحركي ، أما نسبة 9.62% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالسرعة في الأداء الحركي في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 166.65 وهي أكبر من كا2 المجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 82.05% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالسرعة في الأداء الحركي، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على السرعة في الأداء الحركي و قدرة الأداء للحركات أثناء الممارسة بسرعة عالية.

السؤال الحادي عشر: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالقوة؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالقوة.

نتائج الجدول رقم (11)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	97	62.18%	52	71.57	5.99	0.05	02	دال
لا	11	7.05%	52					
أحيانا	48	30.77%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم (11): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالقوة.

تحليل الجدول رقم (11)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 62.18% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالقوة، أما نسبة 7.05% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالقوة، أما نسبة 30.77% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالقوة في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 71.57 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 62.18% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالقوة، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على تمارين تمتاز بالقوة التي تجعل التلميذ ينمي قدراته على الإنجاز.

السؤال الثاني عشر: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز بأداء الكثير من الحركات ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز بأداء الكثير من الحركات.

نتائج الجدول رقم (12)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	121	77.56%	52	141.57	5.99	0.05	02	دال
لا	07	4.49%	52					
أحيانا	28	17.95%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم (12): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز بأداء الكثير من الحركات.

تحليل الجدول رقم (12)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 77.56% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز بأداء الكثير من الحركات ، أما نسبة 4.49% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز بأداء الكثير من الحركات ، أما نسبة 17.95% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز بأداء الكثير من الحركات في بعض الأحيان. ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 141.57 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 77.56% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز بأداء الكثير من الحركات بشكل كبير ، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على الكثير من الحركات التي يستطيع من خلالها التلميذ بممارسة أكبر عدد من الحركات بتفادي الأخطاء.

السؤال الثالث عشر: هل ترغب في ممارسة الأنشطة الفردية بشكل مستمر لا تتخلله فترات راحة ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة الفردية بشكل مستمر لا تتخلله فترات راحة.

نتائج الجدول رقم (13)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	115	73.72%	52	114.5	5.99	0.05	02	دال
لا	21	19.46%	52					
أحيانا	20	12.82%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم (13): يبين مدى رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة الفردية بشكل مستمر لا تتخلله فترات راحة.

تحليل الجدول رقم (13)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 73.72% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون بشكل مستمر لا تتخلله فترات راحة ، أما نسبة 19.46% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون بشكل مستمر لا تتخلله فترات راحة ، أما نسبة 12.82% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون بشكل مستمر لا تتخلله فترات راحة في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 114.5 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 73.72% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون بشكل مستمر لا تتخلله فترات راحة ، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من أجل إستمراريتها دون فترات راحة و منها يكون التلميذ قادر على زيادة الأداء لفترات دون التعب.

السؤال الرابع عشر: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالتحمل؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالتحمل.

نتائج الجدول رقم (14)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	106	67.95%	52	84.26	5.99	0.05	02	دال
لا	23	14.74%	52					
أحيانا	27	17.31%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم (14): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالتحمل.

تحليل الجدول رقم (14)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 67.95% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالتحمل أما نسبة 14.74% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالتحمل، أما نسبة 17.31% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالتحمل في بعض الأحيان. ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 84.26 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 67.95% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالتحمل، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية لما لها من درجة كبيرة من التحمل.

3- عرض نتائج المحور الثالث و تفسيرها و مناقشتها:

المحور الثالث: محور خاص بدوافع تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية التي تعزي لعامل التميز و التفوق على باقي زملائه.

السؤال الخامس عشر: هل تطلب من غيرك المساعدة عند ممارسة الأنشطة الفردية ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى رغبة التلاميذ مساعدة الآخرين عند ممارسة الأنشطة الفردية.

نتائج الجدول رقم(15)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	40	25.64%	52	4.5	5.99	0.05	02	غير دال
لا	61	39.10%	52					
أحيانا	55	35.26%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم(15): يبين مدى رغبة التلاميذ مساعدة الآخرين عند ممارسة الأنشطة الفردية.

تحليل الجدول رقم(15)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 25.64% من التلاميذ يطلبون المساعدة من الآخرين عند ممارسة الأنشطة الفردية، أما نسبة 39.10% لا يطلبون مساعدة الآخرين عند ممارسة الأنشطة الفردية ، أما نسبة 35.26% من التلاميذ يطلبون مساعدة الآخرين عند ممارسة الأنشطة الفردية في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 4.5 وهي أصغر من كا2 المجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني عدم وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي لا توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر ب 25.64% يطلبون المساعدة من الآخرين عند ممارسة الأنشطة الفردية، وهذا راجع إلي عدم استيعاب الأنشطة لوحده ، أما نسبة 39.10% لا يطلبون المساعدة من الآخرين عند ممارسة الأنشطة الفردية وهذا راجع إلي إستيعاب التلاميذ للأنشطة الفردية لوحدهم بدون عراقيل لأنهم على معرفة تامة على هذه الأنشطة الفردية.

السؤال السادس عشر: هل تستمتع بالوقت الذي تقضيه مع أصدقائك في ممارسة الأنشطة الفردية؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى رغبة استمتاع التلاميذ بالوقت مع أصدقائه بممارسة الأنشطة الفردية.

نتائج الجدول رقم(16)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	94	60.26%	52	56.42	5.99	0.05	02	دال
لا	19	12.18%	52					
أحيانا	43	27.56%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم(16): يبين مدى رغبة استمتاع التلاميذ بالوقت مع أصدقائه بممارسة الأنشطة الفردية.

تحليل الجدول رقم(16)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 60.26% من التلاميذ يستمتعون بالوقت مع أصدقائهم بممارسة الأنشطة الفردية ، أما نسبة 12.18% من التلاميذ لا يستمتعون بالوقت مع أصدقائهم بممارسة الأنشطة الفردية ، أما نسبة 27.56% من التلاميذ يستمتعون بالوقت مع أصدقائهم بممارسة الأنشطة الفردية في بعض الأحيان. ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 56.42 وهي أكبر من كا2 المجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر ب 60.26% يستمتعون بالوقت مع أصدقائهم بممارسة الأنشطة الفردية ، وهذا راجع إلي الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية و الاستمتاع بها مع الأصدقاء لتوفير جو تبادلي.

السؤال السابع عشر: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز الأنشطة بالإثارة و الانتباه ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز الأنشطة بالإثارة و الانتباه.

نتائج الجدول رقم (17)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	134	85.90%	52	194.11	5.99	0.05	02	دال
لا	13	8.33%	52					
أحيانا	09	5.77%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم (17): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز الأنشطة بالإثارة و الانتباه.

تحليل الجدول رقم (17)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 85.90% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز الأنشطة بالإثارة و الانتباه، أما نسبة 8.33% من التلاميذ لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز الأنشطة بالإثارة و الانتباه ، أما نسبة 5.77% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز الأنشطة بالإثارة و الانتباه في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 194.11 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر ب 85.90 % يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز الأنشطة بالإثارة و الانتباه، وهذا راجع إلي الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على أنشطة تثير الانتباه وكذلك وتقوم بتنشيط ذهن التلميذ على الفهم و الإنتباه.

السؤال الثامن عشر: هل تمارس الأنشطة الفردية للسعي إلى تحقيق أعلى مستوى للوصول إلى مستوى اللاعبين المتفوقين رياضياً؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى رغبة التلاميذ في تحقيق أعلى مستوى بممارسة الأنشطة الفردية للوصول إلى مستوى اللاعبين المتفوقين رياضياً.

نتائج الجدول رقم (18)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا 2 المحسوبة	كا 2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	101	64.74%	52	70.42	5.99	0.05	02	دال
لا	22	14.11%	52					
أحياناً	33	21.15%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم (18): يبين مدى رغبة التلاميذ في تحقيق أعلى مستوى بممارسة الأنشطة الفردية للوصول إلى مستوى اللاعبين المتفوقين رياضياً.

تحليل الجدول رقم (18)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 64.74% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية للسعي إلى تحقيق أعلى مستوى للوصول إلى مستوى اللاعبين المتفوقين رياضياً ، أما نسبة 14.11% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية للسعي إلى تحقيق أعلى مستوى للوصول إلى مستوى اللاعبين المتفوقين رياضياً ، أما نسبة 21.15% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية للسعي إلى تحقيق أعلى مستوى للوصول إلى مستوى اللاعبين المتفوقين رياضياً في بعض الأحيان

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا 2 أعلاه، نجد أن كا 2 المحسوبة تساوي 70.42 وهي أكبر من كا 2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكراراً.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 64.74% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية لتحقيق أعلى مستوى، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية من خلال توفرها على مميزات لتفوق و بلوغ اللاعبين المتفوقين رياضياً في النوادي الكبيرة وتحقيق أفضل النتائج.

السؤال التاسع عشر: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالمنافسة؟
الغرض من السؤال معرفة مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالمنافسة

نتائج الجدول رقم (19)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	136	87.18%	52	206	5.99	0.05	02	دال
لا	18	11.53%	52					
أحيانا	02	1.29%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم (19): يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالمنافسة
تحليل الجدول رقم (19)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 87.18% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالمنافسة، أما نسبة 11.53% لا يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالمنافسة، أما نسبة 1.29% من التلاميذ يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالمنافسة في بعض الأحيان.
ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 206 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 87.18% يفضلون ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالمنافسة، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية لإثارها للمنافسة وحب الفوز على الفرق الأخرى أثناء المنافسة.

السؤال العشرون: هل رضا أستاذك بمستواك يمنحك الإحساس بالسعادة و الزهو ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى أهمية رضا الأستاذ بمستوي التلاميذ في منح الإحساس بالسعادة و الزهو.

نتائج الجدول رقم(20)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	90	57.69%	52	74	5.99	0.05	02	دال
لا	04	2.57%	52					
أحيانا	62	39.74%	52					
المجموع	156	100%	156					

نتائج الجدول رقم(20): مدى أهمية رضا الأستاذ بمستوي التلاميذ في منح الإحساس بالسعادة و الزهو.
تحليل الجدول رقم(20)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 57.69% من التلاميذ يرون بأن رضا أستاذهم يمنحهم السعادة و الزهو ، أما نسبة 2.57% يرون بأن رضا أستاذهم لا يمنحهم السعادة و الزهو ، أما نسبة 39.74% من التلاميذ يرون بأن رضا أستاذهم يمنحهم السعادة و الزهو في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 74 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر بـ 57.69% يرون بأن رضا أستاذهم يمنحهم السعادة و الزهو ، وهذا راجع إلى الاهتمام الكبير من طرف الأساتذة أثناء الحصة بخلق روح البهجة و السرور لدى التلاميذ عن طريق الأنشطة الفردية المتنوعة.

السؤال الواحد و العشرون: هل تمارس الأنشطة الفردية للسعي لتمثيل موسطتك في المنافسات الرياضية ؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى رغبة ممارسة الأنشطة الفردية عند التلاميذ لتمثيل متوسطهم في المنافسات الرياضية.

نتائج الجدول رقم (21)

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	التكرار المتوقع	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	120	76.92%	52	135.26	5.99	0.05	02	دال
لا	11	7.05%	52					
أحيانا	25	16.03%	52					
المجموع	156	100%	156					

الجدول رقم (21): يبين مدى رغبة ممارسة الأنشطة الفردية عند التلاميذ لتمثيل متوسطهم في المنافسات الرياضية.

تحليل الجدول رقم (21)

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 76.92% من التلاميذ يمارسون الأنشطة الفردية سعيا في تمثيل متوسطهم في المنافسات الرياضية ، أما نسبة 7.05% من التلاميذ لا يمارسون الأنشطة الفردية سعيا في تمثيل متوسطهم في المنافسات الرياضية ، أما نسبة 16.03% من التلاميذ يمارسون الأنشطة الفردية سعيا في تمثيل متوسطهم في المنافسات الرياضية في بعض الأحيان.

ومن خلال المعالجة الإحصائية للاستبيان وهذا بحساب كا2 أعلاه، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 135.26 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05، فهذا يعني وجود دلالة إحصائية عند 5%، أي توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار.

نستنتج من خلال هذا الجدول أن النسبة الغالبة من التلاميذ والتي تقدر ب 76.92% يمارسون الأنشطة الفردية سعيا في تمثيل متوسطهم في المنافسات الرياضية ، وهذا راجع إلي الاهتمام الكبير من طرف التلاميذ لهذه الأنشطة الفردية التي هي بمثابة الحافز الأكبر للتلاميذ لرفع المستوى لتمثيل متوسطهم أثناء مواجهة الفرق الأخرى.

4- مناقشة الفرضيات في ظل النتائج:

- تفسير و مناقشة الفرضية الأولى:

بالنسبة للفرضية الأولى التي تقول بأن هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي للقدرات المعرفية.

ومن خلال النتائج الواردة في جداول هذا المحور و أيضا من الأسئلة الموجهة للتلاميذ بالنسبة لهذه الفرضية ،وبعد عرض وتحليل النتائج اتضح للباحث من خلال الإجابات أن دافع القدرات المعرفية دور كبير لممارسة الأنشطة الفردية لدى تلاميذ الطور المتوسط فمثلا السؤال(5) الذي يقول : هل تمارس النشاطات الفردية عندما تتطلب التمارين قدرا كبيرا من التفكير؟ نلاحظ أن نسبة 64.74% أجابوا بنعم، فنتائج الجدول رقم(05) تؤكد ذلك بوجود فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرر، عند مستوى الدلالة 0.05، إذ بلغت قيمة كا2 المحسوبة 94.26 وهي أكبر من كا2 الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 2 .

وأیضا السؤال الذي يقول : هل تمارس الأنشطة الفردية عندما تكون للتمارين معني و هدف ؟ حيث كانت إجابة غالبية التلاميذ بنعم فنتائج الجدول رقم (04) تؤكد وجود فروقات لصالح القيمة الأكثر تكرر ، نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 142.42 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05.

وهو ما تطابق مع الدراسات السابقة مثل دراسة مراد خليل سنة 2012 بعنوان: دوافع طلبة الطور المتوسط(16) - 18) سنة نحو ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

إذن فكل هذا يدل على مصب البيانات في قالب واحد وهناك أهمية يجب أن ندركها و لا نهمشها ألا وهي دافع القدرات المعرفية لما لها من أهمية لدى التلاميذ لممارسة الأنشطة الفردية ،ولهذا فإن الفرضية الأولى قد تحققت.

تفسير و مناقشة الفرضية الثانية:

بالنسبة للفرضية الثانية التي تقول هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل الصحة واللياقة البدنية

ومن خلال النتائج الواردة في جداول هذا المحور و أيضا من الأسئلة الموجهة للتلاميذ بالنسبة لهذه الفرضية ،وبعد عرض وتحليل النتائج اتضح للباحث من خلال الإجابات أن دافع الصحة واللياقة البدنية دور كبير لممارسة الأنشطة الفردية لدى تلاميذ الطور المتوسط فمثلا السؤال(8) الذي يقول: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالكثير من الحركات البدنية؟ أن نسبة 94.31% من التلاميذ أجابوا بنعم فنتائج الجدول رقم(08) تؤكد وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار ،عند مستوى الدلالة 0.05 إذ بلغت نسبة كا2 المحسوبة 260.57 وهي أكبر من كا2 الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 2 .

وأیضا السؤال الذي يقول: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون في حالة صحية جيدة؟ حيث كانت إجابة غالبية التلاميذ بنعم فنتائج الجدول رقم (09) تؤكد وجود فروقات لصالح القيمة الأكثر تكرار ،نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 203.57 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05.

وهو ما تطابق مع الدراسات السابقة مثل دراسة كمال بوععناق 1998 بعنوان: دوافع التلاميذ المراهقين ومدى إقبالهم على ممارسة التربية البدنية و الرياضية.

إذن فكل هذا يدل على مصب البيانات في قالب واحد وهناك أهمية يجب أن ندركها و لا نهمشها ألا وهي دافع الصحة و اللياقة البدنية لما لها من أهمية لدى التلاميذ لممارسة الأنشطة الفردية ،ولهذا فإن الفرضية الثانية قد تحققت.

- تفسير و مناقشة الفرضية الثالثة:

بالنسبة للفرضية الثالثة التي تقول هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل التميز و التفوق علي باقي زملائه.

ومن خلال النتائج الواردة في جداول هذا المحور و أيضا من الأسئلة الموجهة للتلاميذ بالنسبة لهذه الفرضية ،وبعد عرض وتحليل النتائج اتضح للباحث من خلال الإجابات أن دافع التميز و التفوق علي باقي زملائه دور كبير لممارسة الأنشطة الفردية لدى تلاميذ الطور المتوسط فمثلا السؤال الذي يقول : هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز الأنشطة بالإثارة و الانتباه ؟ أن نسبة 85.90% من التلاميذ أجابوا بنعم فنتائج الجدول رقم(17) تؤكد وجود فروقات ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الأكثر تكرار ،عند مستوى الدلالة 0.05 إذ بلغت نسبة كا2 المحسوبة 194.11 وهي أكبر من كا2 الجدولة 5.99 عند درجة الحرية 2 .

وأيضا السؤال الذي يقول: هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالمنافسة ؟

حيث كانت إجابة غالبية التلاميذ بنعم وذلك بنسبة 87.18% فنتائج الجدول رقم (19) تؤكد وجود فروقات لصالح القيمة الأكثر تكرار ،نجد أن كا2 المحسوبة تساوي 206 وهي أكبر من كا2 الجدولة عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0.05.

وهو ما تطابق مع الدراسات السابقة مثل لنبوة مولود2008 بعنوان: دوافع ممارسة التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الأقسام النهائية من التعليم الثانوي.

إذن فكل هذا يدل على مصب البيانات في قالب واحد وهناك أهمية يجب أن ندركها و لا نهمشها ألا وهي دافع التميز و التفوق علي باقي زملاء لما لها من أهمية لدى التلاميذ لممارسة الأنشطة الفردية ،ولهذا فإن الفرضية الثالثة قد تحققت.

تفسير و مناقشة نتائج الفرضية العامة:

بعد عرض وتحليل نتائج الجداول التي وردت في المحاور الثلاثة من تساؤلات استمارة الاستبيان ومن خلال الإجابة على الأسئلة الواحد و العشرون من قبل التلاميذ، وفيما يخص الفرضية العامة التي تقول أن هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو ممارسة الأنشطة الفردية في حصة التربية البدنية والرياضية نجد أن الإجابات قد أثبتت صحة هذه الفرضية .

وبعد الدراسة المعمقة التي اشتملت على أسئلة الاستبيان وبعد الإطلاع على نتائج هذه الدراسة وجد الطالب الباحث أن دوافع تلاميذ الطور المتوسط لبعض متوسطات بلدية بوعنداس نحو ممارسة الأنشطة الفردية تختلف من فرد لآخر ومن نشاط لآخر ، و أن دوافع القدرات المعرفية لا يمكن أن تكون وحدها بل يجب أن تتوفر على القوة البدنية والمرونة والسرعة وغيرها من الصفات البدنية ، وهذه نجدها في دافع الصحة واللياقة البدنية وكذلك يجب أن تكون هناك إرادة وعزيمة وتحدي وهذا ما نجده في دوافع التميز و التفوق .

ويرجع الطالب الباحث ذلك إلى أن وعي التلاميذ بأهمية ممارسة الأنشطة الفردية وذلك لما تحويه من تحدي الذات و تطوير للقوة البدنية والمرونة ساهم في إقبال أغلبية التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة الفردية .

و اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة يحيا رضا 2012 في دوافع الصحة و اللياقة البدنية ولم تتوافق مع هذه الأخيرة في دوافع تحقيق الذات و دوافع الإنجاز، وتعارضت هذه الدراسة مع دراسة مراد خليل 2012 والتي هدفت إلى مقارنة بين تلاميذ الريف و المدينة .

تطابقت الفرضية العامة لدراستنا الحالية مع دراسة كمال بوععناق 1998 من حيث دوافع اللياقة البدنية و الصحية وتعارضت مع هذه الأخيرة في باقي المتغيرات , كما تطرقنا في الفرضية العامة من خلال محاور الدراسة ونتائجها التي أسفرت عنها في الجداول فإنها قد تعارضت مع دراسة كنيوة مولود 2008 في كل النتائج المحققة ماعدا دوافع اللياقة البدنية ،ومن خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول فإن الفرضية العامة في هذه الدراسة قد تحققت وبالتالي فإن هناك دوافع نحو ممارسة تلاميذ الطور المتوسط للأنشطة الفردية.

1- الاستنتاجات :

من جلال هذه المسيرة التي قادتنا إلى جانبي البحث ، النظري الذي أعطى لنا مفهوما ومعنا محدد لما نريد الوصول إليه ، والتطبيقي بتحديد الطريق والمنهج الذي تنتهجه للوصول إلى الغاية المنشودة وتحليل نتائج التطبيق الميداني وفرضيات البحث ومن خلال ذلك استطعنا أن نستنتج ما يلي :

- 1- إن دوافع ممارسة نشاط ما تختلف من فرد لآخر ومن نشاط لآخر ، حيث أنه يمكن تحقيق اللياقة البدنية والصحية من أنشطة أخرى دون الأنشطة الفردية ومنه ليس من الضروري أن تكون الصحة واللياقة البدنية هي الأولى في دوافع الممارسة .
- 2- هناك ارتباط بين الدوافع : حيث أن دافع القدرات المعرفية لا يمكن أن يكون وحده بل يجب أن يتفر على القوة البدنية والمرونة والسرعة وغيرها من الصفات البدنية ، وهذه نجدها في دافع الصحة واللياقة البدنية ن وكذا يجب أن تكون هناك إرادة وعزيمة وتحدي وهذا نجده في دوافع التميز و التفوق .
- 3- معرفة الدوافع أمر مهم جدا وهذا لتحديد سلوك الآخرين ومعرفة توجيهها إلى الأحسن ، وهذا العامل مهم وبدرجة كبيرة للأولياء وأساتذة التربية البدنية والرياضية .
- 4- الأنشطة الفردية تترك التلميذ يعتمد على نفسه ويبدل قصار جهده للوصول إلى الهدف دون مساعدة الآخرين
- 5- أهم شئ يجب أن يفهمه التلميذ هو أن التربية البدنية والمتمثلة في الأنشطة الفردية لها أهداف تربوية كباقي المواد التربوية .
- 6- النتائج المتحصل عليها تخص تلاميذ الطور الثالث والمتواجدين بمتوسطات شمال ولاية سطيف(متوسطة إسعادي العربي، ومتوسطة بن عمراوي أحمد)

2- الاقتراحات و التوصيات :

في نهاية هذه الدراسة التي إحتوت على جانبين نظري وتطبيقي وتحليل نتائج العمل الميداني نستطيع القول أنه :

- يجب إعطاء التلاميذ دروس نظرية حول الأنشطة الرياضية أهدافها أهميتها وخاصة الأنشطة الفردية.
- يجب أن تكون حصة التربية البدنية و الرياضية تمتاز بالطابع التنافسي الذي يجعل التلاميذ يبذلون قصار جهدهم لتعلم هذه المهارات الحركية .
- عدم فرض الرياضة على التلاميذ الذين هم في حالات غير عادية كالغضب والقلق والانفعال ...
- محاولة تحبيب الأنشطة الفردية في قلوب التلاميذ وجعل نشاطهم يكون فعالا وكذلك تأسيس فرق مدرسية .
- يجب أن يكون هناك حوار بين التلاميذ والأستاذ والذي من خلاله يستطيع الأستاذ تحديد دوافع تلاميذه وبذلك يستطيع أن يسطر برنامج يتماشى مع دوافع هؤلاء التلاميذ .
- إعتقاد الطرق الحديثة في تعليم تقنيات الأنشطة الفردية والتركيز على أجدديات الجري وذلك للدور الفعال الذي تلعبه في تحسين الأداء .
- الإهتمام بالجانب النفسي للتلاميذ ومحاولة تجنب الاصطدام والتدخل معهم بالقوة .
- يجب أن يتقيد الأستاذ بالبرنامج التربوي وليس إلى رغبات التلاميذ .
- يجب على الأسرة أن تكون السباقة في تشجيع التلاميذ لممارسة الرياضة .
- يجب على أساتذة التربية البدنية أن يعوا جيدا موضوع الدوافع .
- لاحظنا أنه في الأجواء الممطرة لا توجد هناك ممارسة للتربية البدنية والرياضية ولذلك نرجوا من أساتذة التربية البدنية والرياضية استغلال هذا الوقت وإعطاء دروس نظرية حول الأنشطة الرياضية المدرسية .

خاتمة :

من خلال الجانب النظري و الدراسة الميدانية التي قمنا خلالها باستعمال الاستبيان ومن خلال النتائج المتحصل عليها تبين لنا أننا قمنا بدراسة موضوع جد مهم لأساتذة التربية البدنية والرياضية والذي يدور حول الدوافع، وذلك لأنها هي التي تحرك الفرد وتحفزه وتجعله يعمل ويكافح من أجل غايات محددة و خاصة التلاميذ، هذا بالنسبة للدوافع ، أما بالنسبة للأنشطة الفردية فتطرقنا لها وهذا بسبب عدم فهم الكثير لأهميتها وحاولنا من خلال بحثنا هذا إظهار الدور المهم لهذه الأنشطة وإعطاء بعض النشاطات التي تنجز في البيئة المدرسية من جري وقفز ورمي ، أما بالنسبة للمرحلة العمرية فكانت من (12- 15 سنة) وهي جد مهمة لكونها فترة مراهقة والمعروفة بخصائصها ، وهي كذلك مهمة لأساتذة التربية البدنية والرياضية ، وهذا ليطماشى مع متطلبات هذه الشريحة من معاملة خاصة لتوجيههم التوجيه الصحيح وتبين لنا بأن دوافع التلاميذ جزء هام و بالغ الأهمية كونه يسعى إلى تنمية الفرد خاصة و المجتمع بصفة عامة.

وفي هذا الإطار جاءت دراستنا هذه كمحاولة أخرى لفهم حقيقة الظاهرة أكثر وبصورة أعمق إلا أنه لا بد من الإشارة في آخر مرحلة من هذا العمل إلا أنه موضوع شاسع ويحتاج إلى المزيد من الدراسات الجديدة ودراسات لاحقة والتي قد يكون بحثنا هذا بالنسبة لها من البحوث السابقة

ونرجوا ان نكون بعون الله قد وفقنا في إتمام هذه المذكرة .

فهرس المحتويات

كلمة شكر

مقدمة

الفصل الأول : الخلفية النظرية و الدراسات السابقة	
04.....	تمهيد
05.....	1 - الدافعية
05	1-1- معنى الدافع.....
05	1-2- أهمية الدافعية.....
06	1-3- عوامل تنشيط الدافعية.....
06.....	1-4- تقسيم الدوافع.....
08.....	1-5- أسس الدافعية.....
09.....	1-6- مجالات الدافعية.....
10.....	1-7- حاجات و دوافع الناشئ الرياضي.....
11.....	1-8- الأسباب التي تدفع الأفراد للمشاركة في الرياضة كما حددها كارون.....
11.....	2- التربية البدنية و الرياضية و الأنشطة الفردية.....
11.....	2-1- مفهوم التربية البدنية و الرياضية حسب بعض العلماء.....
12.....	2-2- أهمية التربية البدنية و الرياضية.....
12.....	2-3- أهداف التربية البدنية و الرياضية.....
13.....	2-4- درس التربية البدنية و الرياضية.....
13.....	2-5- نشاطات التعلم.....
15.....	2-6- الأنشطة الفردية في الطور الثالث.....
17.....	3- المراهقة.....
17.....	3-1 الخصائص الجنسية الأولية و الثانوية.....
18.....	3-2- الخصائص الجسمية.....
18.....	3-3- الخصائص الحركية.....
18.....	3-4- النمو العقلي و المعرفي.....
19.....	3-5- النمو النفسي و الاجتماعي.....
19.....	3-6- الخصائص الإنفعالية.....

20.....	3-7- حاجة المراهق إلى التوجيه و الإرشاد.....
20.....	3-8- مشاكل المراهقة.....
22.....	3-9- مميزات و خصائص تلاميذ الطور المتوسط.....
23.....	4- الدراسات السابقة.....
25.....	5- التعليق على الدراسات السابقة.....
26.....	5- الاستفادة من الدراسات السابقة.....
27.....	خلاصة.....
الفصل الثاني : الإطار العام للدراسة	
29	1-الكلمات الدالة في الدراسة.....
31	2-إشكالية الدراسة.....
31	3- أهداف البحث.....
32	4-أهمية البحث.....
32.....	5- فرضيات الدراسة.....
الفصل الثالث : الإجراءات الميدانية للدراسة	
34.....	1-الدراسة الاستطلاعية.....
34.....	1-1- المجال الزماني للدراسة
34.....	1-1-2- المجال المكاني للدراسة
34.....	2- المنهج المتبع في الدراسة
34.....	3-مجتمع الدراسة.....
35.....	4-عينة الدراسة.....
35.....	5- متغيرات الدراسة :
35.....	6- أدوات جمع البيانات والمعلومات :
36.....	7- صدق و ثبات الأداة.....
36.....	8- إجراءات التطبيق الميداني للأداة.....
37	9- الأساليب الإحصائية.....
37.....	10 - صعوبات البحث.....
الفصل الرابع : عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها	
39	عرض ومناقشة نتائج المحور الأول في ظل الفرضية الأولى.....
46.....	عرض ومناقشة نتائج المحور الثاني في ظل الفرضية الثانية.....

53.....	عرض ومناقشة نتائج المحور الثالث في ظل الفرضية الثالثة.....
60	تفسير و مناقشة نتائج الفرضيات.....
الفصل الخامس : استنتاجات واقتراحات	
65.....	استنتاجات
66.....	اقتراحات و توصيات.....
خاتمة	

قائمة المراجع بالعربية :

- 1- إخلاص محمد عبد الحفيظ- د.مصطفى حسين باهي(علم النفس الرياض - مبادئ تطبيقات) ط1- دار العالمية للنشر و التوزيع - الهرم - 2004 .
- 2- أسامة كامل راتب(علم نفس الرياضة)بدون طبعة-دار الفكرالعربي-القاهرة-1997.
- 3- أمين الخولي ،جمال الشافعي(مناهج التربية البدنية المعاصرة) ط2 - دار الفكر العربي - القاهرة - 2005 .
- 4- أمين أنور الخولي(أصول التربية البدنية والرياضية "المدخل-التاريخ-الفلسفة") ط3 - دارالفكر العربي - القاهرة - 2001 .
- 5- أنور الخولي - محمود عبد الفتاح عنان - عدنان درويش حلون (التربية الرياضية المدرسية "دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية ") ط4 - دار الفكر العربي - القاهرة - 1998 .
- 6- بودحوش عمار- محمد محمود الذنبيات(منهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث) بدون طبعة- د.م.ج. الجزائر - 1995 .
- 7- ثائر أحمد غباري(الدافعية النظرية و التطبيق) ط1 - دار المسيرة -الأردن - 2008
- 8- د.حسين أبو رياش- د أميمه عمور(الدافعية و الذكاء العاطفي) ط1 -دار الفكر- الأردن - 2006 .
- 9- د.حسن أحمد الشافعي (تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي) بدون طبعة -منشأة المعارف - الإسكندرية - 1998 .
- 10- خليل ميخائيل معوض(سيكولوجية النمو للطفولة والمراهقة)ط4-دار الفكر الجامعي-الإسكندرية-مصر- 2000 .
- 11- أ.د.ريسان خريط مجيد - د.عبد الرحمان مصطفى الأنصاري (ألعاب القوى) بدون طبعة - دار الثقافة - عمان - 2002 .
- 12- د.زيد الهويدي (الألعاب التربوية "إستراتيجية لتنمية التفكير ") ط2 - دار الكتاب الجامعي - الإمارات العربية المتحدة - 2007 .
- 13- د.عصام عبد اللطيف العقاد(سيكولوجية العدوانية وترويضها)ب.ط-دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع- القاهرة-مصر- 2001 .
- 14- د.فاخر عاقل(علم النفس التربوي)ط4-دار الملايين-بيروت-لبنان-1978 .
- 15 ماهر حسن محمود محمد (مناهج التربية الرياضية المطور "المقترح" للمدارس الثانوية " عام - تجاري -زراعي ") بدون طبعة - المكتبة المصرية - 2005 .
- 16- د.محمد حسن(مدخل في علم النفس الرياضي) ط1 - مركز الكتاب للنشر - مصر - 1997 .

- 17- محمد عادل خطاب-كمال الدين تركي(التربية الرياضية للخدمات الإجتماعية)ب.ط-دار النهضة العربية-1965 .
- 18- د. محمد محمد قايم(المدخل إلى مناهج البحث العلمي) ط1 - دار النهضة العربية للطباعة والنشر - بيروت - 1999 .
- 19 - محمد مصطفى زيدان،(علم النفس الاجتماعي)،ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، 1995 .
- 20- محي الدين مختار(محاضرات في علم النفس الاجتماعي)ب.ط-ديوان المطبوعات الإجتماعية-الجزائر-1982 .
- 21- د. مريم سليم(علم النفس النمو)ط1-دار النهضة الحديثة-بيروت-لبنان-2002 .
- 22- أ.د. مصطفى السايح محمد - محمد حسن عبد المنعم (فلسفة التربية الرياضية) ط1 - دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر - الإسكندرية - 2008 .
- 23- مصطفى حسين باهي - أمينة إبراهيم شليبي(الدافعية نظريات و تطبيقات)،1998.
- 24- د. مصطفى حسين باهي - مختار أمين عبد الغني(علم النفس الرياضة) ط1 -دار العالمية - 2005 .
- 25- مصطفى فهمي(الدوافع النفسية)- بدون طبعة - مكتبة مصر- القاهرة - 1974
- 26- أ.د. مكارم حلمي أبوهرجة - أ.د. محمد سعد زغلول- د. أيمن محمود عبد الرحمان (مدخل التربية الرياضية) ط1 - مصر الجديدة - القاهرة - 2002 .
- 27- د. ناهد محمود سعد - د. نيللي رمزي فهميم (طرق التدريس في التربية الرياضية) ط2 - مركز الكتاب للنشر - القاهرة - 2004 .
- 28- ميخائيل إبراهيم أسعد (مشكلات الطفولة والمراهقة) ط2- منشورات دار الأفاق الجديدة- بيروت-لبنان-1977 .
- 29- نصر الدين براوي(مشاكل المراهقة)العدد3-مجلة التكوين والتربية-1974/07/03.

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
39	يبين مدى رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة الفردية	الجدول رقم (01)
40	يبين مدى أهمية تفضيل الأنشطة الفردية التي تتميز بقدر كبير من التركيز و الانتباه	الجدول رقم (02)
41	يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية التي تتميز بقدر كبير من الذكاء.	الجدول رقم (03)
42	يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية التي تكون لتمارينها معني و هدف.	الجدول رقم (04)
43	يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية التي تكون لتمارينها قدرا كبيرا من التفكير.	الجدول رقم (05)
44	يبين مدى أهمية ممارسة الأنشطة الفردية في الاندفاع للمثابرة و الاجتهاد.	الجدول رقم (06)
45	يبين مدى أهمية ممارسة الأنشطة الفردية في إبراز مواهب و تحقيق ميول و رغبات التلاميذ.	الجدول رقم (07)
46	يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالكثير من الحركات البدنية.	الجدول رقم (08)
47	يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما يكون التلميذ في حالة صحية جيدة.	الجدول رقم (09)
48	يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالسرعة في الأداء الحركي.	الجدول رقم (10)
49	يبين مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالقوة.	الجدول رقم (11)

50	يبيّن مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز بأداء الكثير من الحركات.	الجدول رقم (12)
51	يبيّن مدى رغبة التلاميذ في ممارسة الأنشطة الفردية بشكل مستمر لا تتخلله فترات راحة.	الجدول رقم (13)
52	يبيّن مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالتحمل.	الجدول رقم (14)
53	يبيّن مدى رغبة التلاميذ مساعدة الآخرين عند ممارسة الأنشطة الفردية.	الجدول رقم (15)
54	يبيّن مدى رغبة استمتاع التلاميذ بالوقت مع أصدقائه بممارسة الأنشطة الفردية.	الجدول رقم (16)
55	يبيّن مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز الأنشطة بالإثارة و الانتباه.	الجدول رقم (17)
56	يبيّن مدى رغبة التلاميذ في تحقيق أعلى مستوى بممارسة الأنشطة الفردية للوصول إلى مستوى اللاعبين المتفوقين رياضياً.	الجدول رقم (18)
57	يبيّن مدى أهمية تفضيل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالمنافسة	الجدول رقم (19)
58	مدى أهمية رضا الأستاذ بمستوى التلاميذ في منح الإحساس بالسعادة و الزهو.	الجدول رقم (20)
59	يبيّن مدى رغبة ممارسة الأنشطة الفردية عند التلاميذ لتمثيل متوسطهم في المنافسات الرياضية.	الجدول رقم (21)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

استبيان خاص بالتلاميذ

أعزائنا التلاميذ ، في إطار البحث الميداني الذي نقوم به لانجاز مذكرة الماستر في التربية البدنية والرياضية
تحت عنوان:

"دوافع ممارسة الأنشطة الفردية لدى تلاميذ الطور المتوسط"

نرجو منكم مساعدتنا ، وذلك بمأ هذه الاستمارة بكل حرية وموضوعية وصدق ، ولكم منا جزيل الشكر
والتقدير

تحت إشراف الأستاذ :

- د زاهوى ناصر

إعداد الطلبة :

- تكرارات فارس

السنة الجامعية 2016/2017

الأسئلة

ملاحظة: للإجابة ضع علامة (x) واحدة فقط في الخانات المقترحة لكل سؤال :
الفرضية الأولى : هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزى للقدرات
المعرفية.

1- هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية فقط ؟

نعم لا أحيانا

2- هل تمارس الأنشطة الفردية لأن التمارين تتميز بقدر كبير من التركيز و الانتباه ؟

نعم لا أحيانا

3- هل تمارس الأنشطة الفردية عندما تتطلب التمارين قدرا كبيرا من الذكاء ؟

نعم لا أحيانا

4- هل تمارس النشاطات الفردية عندما تكون للتمارين معنى وهدف ؟

نعم لا أحيانا

5- هل تمارس النشاطات الفردية عندما تتطلب التمارين قدرا كبيرا من التفكير ؟

نعم لا أحيانا

6- هل تجد في ممارسة الأنشطة الفردية ما يدفعك للمثابرة و الاجتهاد ؟

نعم لا أحيانا

7- هل الأنشطة الفردية تساعدك علي إبراز مواهبك و تحقيق ميولك و هوايتك ؟

نعم لا احي

المحور الثاني : هناك دوافع لدي تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل الصحة واللياقة البدنية.

08- هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالكثير من الحركات البدنية؟

نعم لا أحيانا

09 - هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تكون في حالة صحية جيدة؟

نعم لا أحيانا

10- هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالسرعة في الأداء الحركي؟

نعم لا أحيانا

11- هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بالقوة؟

نعم لا أحيانا

12- هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين بأداء الكثير من الحركات؟

نعم لا أحيانا

13- هل ترغب في ممارسة الأنشطة الفردية بشكل مستمر لا تتخلله فترات راحة ؟

نعم لا أحيانا

14- هل أرغب في ممارسة أنشطة فردية بشكل مستمر لا تتخلله فترات انقطاع في التدريب ؟

نعم لا أحيانا

المحور الثالث : هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل التميز و التفوق علي باقي زملائه.

15- هل تطلب أحدا علي مساعدتك عند ممارسة الأنشطة الفردية؟

نعم لا أحيانا

16 - هل تستمتع بالوقت الذي تقضيه مع أصدقاءك في ممارسة الأنشطة الفردية ؟

نعم لا أحيانا

17- هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز الأنشطة بالإثارة و الانتباه؟

نعم لا أحيانا

18 - هل تمارس الأنشطة الفردية للسعي إلي تحقيق اعلي مستوى للوصول إلي مستوى اللاعبين المتفوقين رياضيا؟

نعم لا أحيانا

19- هل تفضل ممارسة الأنشطة الفردية عندما تمتاز التمارين با المنافسة؟

نعم لا أحيانا

20- هل رضا أستاذك بمستواك يمنحك الإحساس با السعادة و الزهو؟

نعم لا أحيانا

21- هل تمارس الأنشطة الفردية للسعي لتمثيل متوسطك في المنافسات الرياضية؟

نعم لا أحيانا

كشف جامعة "محمد بوضياف" بالمسيلة لمذكرات ماستر للفترة [2017/2016] على شكل word

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية.

قسم: التربية البدنية

رقم التسلسل :

رقم التسجيل : 12/D10/249

الطالب: تكرارت فارس

تاريخ المناقشة: 2017/05/25

عنوان المذكرة: دوافع ممارسة الأنشطة الفردية لدى تلاميذ الطور المتوسط

لغة المذكرة: اللغة العربية

نوع المذكرة: ماستر

البلد: الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية - ولاية المسيلة -

الجامعة: جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

إشراف الاستاد الدكتور: زهوي ناصر

عدد الصفحات: 67 ص

ملف إلكتروني (PDF * word * cd-Rom)

فرع : التربية البدنية

التخصص: تعلم حركي

الملخص :

بالعربية

عنوان الدراسة : دوافع ممارسة الأنشطة الفردية لدى تلاميذ الطور المتوسط.

أهداف الدراسة:

- محاولة التعرف على دوافع التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة الفردية.

- تحديد نوع الدوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط.

- معرفة دور الدافع في تنمية روح الممارسة

- تحديد الفروق بين الدوافع وعلاقته بممارسة التلاميذ

مشكلة الدراسة: هل هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية في حصة التربية البدنية

والرياضية " ؟

فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة : هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية في حصة التربية البدنية

والرياضية .

الفرضيات الجزئية :

هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي للقدرات المعرفية.

هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل الصحة واللياقة البدنية .

هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل التميز و التفوق علي باقي زملائه

عينة الدراسة : شملت العينة 156 تلميذا و تلميذة ، للسنوات الأربعة بمتوسطتين من متوسطات بلدية

بوعنداس بولاية سطيف .

منهج الدراسة : اتبعنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي .

أدوات الدراسة : كوسيلة لجمع المعلومات استخدمنا الاستبيان .

النتائج المتوصل إليها :

- إن دوافع ممارسة نشاط ما تختلف من فرد لآخر ومن نشاط لآخر

- هناك ارتباط بين الدوافع : حيث أن دافع القدرات المعرفية لا يمكن أن يكون وحده بل يجب أن يتفر

على القوة البدنية والمرونة والسرعة وغيرها من الصفات البدنية ، وهذه نجدها في دافع الصحة واللياقة البدنية ن

وكذا يجب أن تكون هناك إرادة وعزيمة وتحدي وهذا نجده في دوافع التميز و التفوق .

- معرفة الدوافع أمر مهم جدا وهذا لتحديد سلوك الآخرين ومعرفة توجيهها إلى الأحسن

- الأنشطة الفردية تترك التلميذ يعتمد على نفسه ويبدل قصار جهده للوصول إلى الهدف دون مساعدة

الآخرين

-أهم شئ يجب أن يفهمه التلميذ هو أن التربية البدنية والمتمثلة في الأنشطة الفردية لها أهداف تربوية كباقي المواد التربوية.

أهم الاقتراحات :

-يجب إعطاء التلاميذ دروس نظرية حول الأنشطة الرياضية أهدافها أهميتها وخاصة الأنشطة الفردية.

- يجب أن تكون حصص التربية البدنية و الرياضية تمتاز بالطابع التنافسي الذي يجعل التلاميذ يبذلون قصارى جهدهم لتعلم هذه المهارات الحركية .

- عدم فرض الرياضة على التلاميذ الذين هم في حالات غير عادية كالغضب والقلق والانفعال

-محاولة تحبيب الأنشطة الفردية في قلوب التلاميذ وجعل نشاطهم يكون فعالا وكذلك تأسيس فرق مدرسية

-يجب أن يتقيد الأستاذ بالبرنامج التربوي وليس إلى رغبات التلاميذ .

-يجب على الأسرة أن تكون السباقة في تشجيع التلاميذ لممارسة الرياضة .

-يجب على أساتذة التربية البدنية أن يعوا جيدا موضوع الدوافع .

كلمات المفتاحية :

الدافعية -التربية البدنية والرياضية -المراهقة -الممارسة

بالفرنسية

Mots clés: – Motivation –alterpah physiques et sportives –alemraehgh
-almmarsh

بالإنجليزية

Keywords:. Motivation –alterpah physiques et sportives –alemraehgh
-almmarsh

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

من أهم النتائج التي توصلت إليها الباحث: نستنتج أن المهارة النفسية (اتخاذ القرار) ضرورية أثناء المنافسة

الرياضية لانها تشكل أساس الهجوم فاللاعبون يقومون بأداء هذه المهارة النفسية بالرغم من أنهم لم يتدربوا عليها.

- توصل الباحث للعديد من التوصيات أهمها
- يجب على المدربين التركيز على الجانب التطبيقي وتطوير المهارات النفسية للاعبين
 - تخصيص برنامج كافي للتحضير النفسي يساير الجوانب الأخرى للتحضير
 - العمل الدائم على رفع دافعية الأبطال الرياضي لدى اللاعبين
 - فسح المجال أكثر للمحضر النفسي
 - تخصيص برنامج كافي للتحضير النفسي يساير الجوانب الأخرى للتحضير (الجانب البدني، المهاري ...)

كشاف بالفرنسية

**Faculté Institut des sciences et des activités sportives et
techniques et physiques
:Département**

N° d'ordre :

N° d'inscription : 12/D10/249

Chercheur : .TAKERKARET FARES

Soutenu publiquement le : 25/05/2017

Titre de la thèse (mémoire) : Pratique Motivé des activités
individuelles des élèves de phase moyenne sportives

Language de la thèse : Arabe

Modèle de la thèse : Master

Pays : RÉPUBLIQUE ALGÉRIENNE-M'SILA

Université: Université de M'sila

Nom et Prénom de l'encadreur Grade : ZAHOUI NACER

Nombre de page : 67

Ficher électronique (cd-Rom* word * PDF)

Spécialité : apprentissage dynamique

Option : éducation physique.

Résumé :

Titre de l'étude: la pratique motivée des activités individuelles des élèves de phase moyenne.

Objectifs de l'étude:

-essayer d'identifier les motivations des élèves vers la pratique des activités individuelles.

-Déterminer le type de motivation des élèves en moyenne de phase.

-Connaître le rôle de la motivation dans le développement de l'esprit de la pratique

-Identifier les différences entre la motivation et sa relation avec la pratique des élèves

Problème d'étude: Y a-t-il la motivation des élèves sur la phase moyenne des activités individuelles de la part de l'éducation physique et du sport? »

Hypothèses de l'étude:

L'hypothèse générale: il existe des incitations pour les étudiants éliminer progressivement les activités individuelles moyennes de la part Grammar de l'éducation physique et du sport.

hypothèses partielles:

Il existe des incitations pour les étudiants en phase moyenne sur les activités individuelles à améliorer les capacités cognitives.

Il existe des incitations pour les étudiants en phase moyenne sur les activités individuelles attribuées à la santé des travailleurs et de remise en forme.

Il existe des incitations pour les étudiants en phase moyenne sur les activités individuelles attribuées au facteur d'excellence et de supériorité sur le reste de ses collègues.

Exemple d'étude: L'échantillon comprenait 156 élèves et élèves, quatre ans Bmtosttin moyennes Bouandas Municipalité de la province de Sétif.

Méthodologie: nous suivons dans notre étude sur l'approche

descriptive.

Outils d'étude: comme un moyen de collecte d'informations, nous avons utilisé le questionnaire.

Les résultats obtenus à:

-Les motifs de la pratique de l'activité varient d'un individu à l'autre et d'une activité à une autre

-il existe une corrélation entre les motivations: la motivation des capacités cognitives ne peut pas être seul, mais doit être sur la force physique, la flexibilité, la vitesse et d'autres attributs physiques, cela se trouve dans la motivation de la santé et de remise en forme ainsi que il doit y avoir la volonté et la détermination et le défi que nous trouvons dans les motifs de l'excellence et de l'excellence.

La connaissance de la motivation est très importante et cela pour déterminer le comportement des autres et les diriger à mieux connaître

Congé individuel de l'élève dépend. Les activités sur lui-même et faire l'effort de blanchisseur pour atteindre l'objectif sans l'aide des autres

-ohm quelque chose doit comprendre est que l'étudiant de l'éducation physique et des activités individuelles avec des objectifs éducatifs comme d'autres matériels éducatifs.

Les plus importantes suggestions:

-doit donner aux étudiants la théorie sur les objectifs des activités sportives importantes leçons, en particulier les activités individuelles.

-il devrait être la part de l'éducation physique et du sport caractérisé par la nature concurrentielle qui rend les étudiants font de leur mieux pour apprendre Cassar ces habiletés motrices.

-ne pas imposer des sports sur les étudiants qui sont dans des situations extraordinaires telles que la colère, l'anxiété et l'irritabilité

activités individuelles -maholh Granulation dans le cœur des étudiants et rendre leur activité soit efficace, ainsi que la mise en place d'équipes scolaires.

Il -doit adhérer professeur de programme éducatif et non aux souhaits des étudiants.

-doit la famille d'être un pionnier en encourageant les élèves à

exercer.

-Être professeurs d'éducation physique sont bien conscients que le sujet de la motivation.

Mots clés :

- Motivation -alterpah physiques et sportives -alemraehgh -almmarsh

- Les résultats atteints les plus importants sont:

Entraîneurs -doit se concentrent sur le côté pratique et le développement des compétences psychologiques des joueurs

t_khasas suffisant pour préparer un programme de faddish -

psychologique pour préparer d'autres aspects

travail permanent sur l'amélioration motivation à la réussite des -

acteurs sportifs

Zone Vschh Minutes plus psychologiques -

t_khasas suffisant pour préparer un programme de préparation -

psychologique Asasr autres aspects (côté physique, doué techniquement

(...

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة : دوافع ممارسة الأنشطة الفردية لدى تلاميذ الطور المتوسط.

أهداف الدراسة:

- محاولة التعرف على دوافع التلاميذ نحو ممارسة الأنشطة الفردية.
 - تحديد نوع الدوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط.
 - معرفة دور الدافع في تنمية روح الممارسة
 - تحديد الفروق بين الدوافع وعلاقته بممارسة التلاميذ
- مشكلة الدراسة:** هل هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية في حصة التربية البدنية والرياضية ؟

فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة : هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية في حصة التربية البدنية والرياضية .

الفرضيات الجزئية :

هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي للقدرات المعرفية.

هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل الصحة واللياقة البدنية .

هناك دوافع لدى تلاميذ الطور المتوسط نحو الأنشطة الفردية تعزي لعامل التميز و التفوق علي باقي زملائه .

عينة الدراسة : شملت العينة 156 تلميذا و تلميذة ، للسنوات الأربعة بمتوسطتين من متوسطات بلدية بوعداس بولاية سطيف .

منهج الدراسة : اتبعنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي .

أدوات الدراسة : كوسيلة لجمع المعلومات استخدمنا الاستبيان .

النتائج المتوصل إليها :

- إن دوافع ممارسة نشاط ما تختلف من فرد لآخر ومن نشاط لآخر
- هناك ارتباط بين الدوافع : حيث أن دافع القدرات المعرفية لا يمكن أن يكون وحده بل يجب أن يتفر على القوة البدنية والمرونة والسرعة وغيرها من الصفات البدنية ، وهذه نجدها في دافع الصحة واللياقة البدنية ن وكذا يجب أن تكون هناك إرادة وعزيمة وتحدي وهذا نجد في دوافع التميز و التفوق .
- معرفة الدوافع أمر مهم جدا وهذا لتحديد سلوك الآخرين ومعرفة توجيهها إلى الأحسن
- الأنشطة الفردية تترك التلميذ يعتمد على نفسه ويبدل قصار جهده للوصول إلى الهدف دون مساعدة الآخرين
- أهم شئ يجب أن يفهمه التلميذ هو أن التربية البدنية والمتمثلة في الأنشطة الفردية لها أهداف تربوية كباقي المواد التربوية .

أهم الاقتراحات :

- يجب إعطاء التلاميذ دروس نظرية حول الأنشطة الرياضية أهدافها أهميتها وخاصة الأنشطة الفردية.
- يجب أن تكون حصة التربية البدنية و الرياضية تمتاز بالطابع التنافسي الذي يجعل التلاميذ يبذلون قصار جهدهم لتعلم هذه المهارات الحركية .
- عدم فرض الرياضة على التلاميذ الذين هم في حالات غير عادية كالغضب والقلق والانفعال
- محاولة تحبيب الأنشطة الفردية في قلوب التلاميذ وجعل نشاطهم يكون فعالا وكذلك تأسيس فرق مدرسية .
- يجب أن يتقيد الأستاذ بالبرنامج التربوي وليس إلى رغبات التلاميذ .
- يجب على الأسرة أن تكون السباقة في تشجيع التلاميذ لممارسة الرياضة .
- يجب على أساتذة التربية البدنية أن يعوا جيدا موضوع الدوافع .

Résumé

Titre de l'étude: la pratique motivée des activités individuelles des élèves de phase moyenne.

Objectifs de l'étude:

- essayer d'identifier les motivations des élèves vers la pratique des activités individuelles.
- Déterminer le type de motivation des élèves en moyenne de phase.
- Connaître le rôle de la motivation dans le développement de l'esprit de la pratique
- Identifier les différences entre la motivation et sa relation avec la pratique des élèves

Problème d'étude: Y a-t-il la motivation des élèves sur la phase moyenne des activités individuelles de la part de l'éducation physique et du sport? »

Hypothèses de l'étude:

L'hypothèse générale: il existe des incitations pour les étudiants éliminer progressivement les activités individuelles moyennes de la part Grammar de l'éducation physique et du sport.

hypothèses partielles:

Il existe des incitations pour les étudiants en phase moyenne sur les activités individuelles à améliorer les capacités cognitives.

Il existe des incitations pour les étudiants en phase moyenne sur les activités individuelles attribuées à la santé des travailleurs et de remise en forme.

Il existe des incitations pour les étudiants en phase moyenne sur les activités individuelles attribuées au facteur d'excellence et de supériorité sur le reste de ses collègues.

Exemple d'étude: L'échantillon comprenait 156 élèves et élèves, quatre ans Bmtosttin moyennes Bouandas Municipalité de la province de Sétif.

Méthodologie: nous suivons dans notre étude sur l'approche descriptive.

Outils d'étude: comme un moyen de collecte d'informations, nous avons utilisé le questionnaire.

Les résultats obtenus à:

- Les motifs de la pratique de l'activité varient d'un individu à l'autre et d'une activité à une autre
- il existe une corrélation entre les motivations: la motivation des capacités cognitives ne peut pas être seul, mais doit Atafir sur la force physique, la flexibilité, la vitesse et d'autres attributs physiques, cela se trouve dans la motivation de la santé et de remise en forme n ainsi que il doit y avoir la volonté et la détermination et le défi que nous trouvons dans les motifs de l'excellence et de l'excellence.

La connaissance de la motivation est très importante et cela pour déterminer le comportement des autres et les diriger à mieux connaître

Congé individuel de l'élève dépend. Les activités sur lui-même et faire l'effort de blanchisseur pour atteindre l'objectif sans l'aide des autres

-ohm quelque chose doit comprendre est que l'étudiant de l'éducation physique et des activités individuelles avec des objectifs éducatifs comme d'autres matériels éducatifs.

Les plus importantes suggestions:

-doit donner aux étudiants la théorie sur les objectifs des activités sportives importantes leçons, en particulier les activités individuelles.

-il devrait être la part de l'éducation physique et du sport caractérisé par la nature concurrentielle qui rend les étudiants font de leur mieux pour apprendre Cassar ces habiletés motrices.

-ne pas imposer des sports sur les étudiants qui sont dans des situations extraordinaires telles que la colère, l'anxiété et l'irritabilité

activités individuelles -maholh Granulation dans le cœur des étudiants et rendre leur activité soit efficace, ainsi que la mise en place d'équipes scolaires.

Il -doit adhérer professeur de programme éducatif et non aux souhaits des étudiants.

-doit la famille d'être un pionnier en encourageant les élèves à exercer.

-Être professeurs d'éducation physique sont bien conscients que le sujet de la motivation.