

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

ميدان: علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

معهد: علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع: تربية حركية

قسم: التربية الحركية

تخصص: التعلم الحركي

رقم:

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي

إعداد الطالب: مقلاقي فؤاد

تحت عنوان

دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض
المهارات الحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

دراسة ميدانية بمتوسطة ببرج بوعريريج

نوقشت واجيزت علينا بتاريخ: 2017/05/29

لجنة المناقشة :

رئيسا	جامعة المسيلة	الأستاذ(ة) بن دقفل رشيد
مشرفا ومقررا	جامعة المسيلة	الأستاذ(ة) بكة فارس
مناقشا	جامعة المسيلة	الأستاذ(ة) حملاوي عامر

السنة الجامعية : 2017/2016



كلمة شكر



أول من نشكر صاحب النعم المتكاثرة والأفضال المتوافرة
الذي أحاطنا بعناية وأحاطنا بتوفيقه ورعايته ولولا منه وكرمه
سبحانه وتعالى ما كان هذا العمل ليخرج الى الوجود فله عز وجل
الحمد والثناء الجميل وله الشكر أوله وآخره
ونشكر من عباده الذين سخرهم توفيقا المشرف الدكتور المحترم
بكة فارس

الذي كان سندنا لنا ، إذ لم يبخل علينا بجهد أو وقت
ثم نشكر كل الدكاترة والأساتذة بمعهد التربية البدنية والرياضية
كما نشكر كل الدكاترة الذين ساعدوا بنصحهم وإرشادهم في إتمام
هذا البحث
والى كل من ساهم ولو بدعاء من قريب أو بعيد لإنجاح هذا العمل
المتواضع الذي نبتغي به مرضاة الله عز وجل

فؤاد مقلاتي



الإهداء

إلى من قال فيهما الله عز وجل "

إلى التي حملتني في بطنها ، وغمرتني بحبها وشملتني بودها
إلى التي سهرت الليالي فراحتي ، تعبت والتي من أجل
سعادتي

إلى مهجة قلبي ونور دربي أمي الحنونة
إلى الذي رباني على الإيمان وأنار لي درب العلم والإحسان
إلى الذي ذاق الأمرين في سبيل نجاحي وفي حياته في سبيل
فلاحي

إلى مثلي الأعلى أبي الغالي
إلى إخوتي وأخواتي الأعزاء
إلى كل أساتذتي الكرام
إلى إخوتي في الله

إلى كل أصدقائي بدون استثناء وكل الزملاء
إلى كل محب للعلم ومخلص للدين
إلى كل هؤلاء الذي ثمره عملي

فؤاد مقالاتي



قائمة المحتويات

الصفحة

العناوين

شكر

إهداء.....

قائمة المحتويات.....

أ مقدمة.....

الفصل الأول الخلفية النظرية والدراسات السابقة

3	1- التربية البدنية والرياضية.....
3	1.1- تعريف التربية البدنية والرياضية.....
3	2.1- أهمية التربية البدنية والرياضية.....
4	3.1- أهداف التربية البدنية والرياضية.....
4	1.3.1- تنمية البدنية والعضوية.....
5	2.3.1- تنمية المهارات الحركية.....
5	3.1.3- التنمية الجمالية والتذوق الحركي.....
6	4.1- أهداف التربية البدنية والرياضية في مرحلة المتوسط.....
6	5.1- برنامج التربية البدنية والرياضية.....
6	1.5.1- النشاط الداخلي.....
7	2.5.1- النشاط الخارجي.....
7	3.5.1- درس التربية البدنية والرياضية.....
8	1.3.5.1- محتوى درس التربية البدنية والرياضية.....
8	1.1.3.5.1- الجزء التمهيدي.....
8	2.1.3.5.1- الجزء الرئيسي.....
9	3.1.3.5.1- الجزء الختامي.....
10	2- المهارات الحركية.....
10	1.2- التعلم.....
10	2.2- التعلم الحركي.....
10	3.2- نظرية التعلم.....
10	1.3.2- نظرية التعلم بالارتباط الشرطي.....
11	2.3.2- نظرية التعلم المحاولة والخطأ.....

11 نظرية التعلم بالاستبصار	3.3.2-
11 نظرية التعلم الذاتي	4.3.2-
11 نظرية معالجة المعلومات	5.3.2-
12 نظرية التعلم الاجتماعي	6.3.2-
12 مبادئ التعلم الحركي	4.2-
13 المهارات الحركية	5.2-
13 المهارة	5.1.2-
13 تعريف المهارات الحركية	5.2.2-
14 أنواع المهارات الحركية	5.3.2-
14 المهارات الحركية الرياضية	6.2-
15 خصائص المهارة الحركية	2.6.2-
15 تصنيف المهارات الحركية	3.6.2-
17 خصائص النمو لمرحلة المراهقة المبكرة	7.2-
17 التغيرات الفسيولوجية	1.7.2-
17 النمو الموفولوجي	2.7.2-
18 النمو الحركي	3.7.2-
18 النمو النفسي	4.7.2-
18 النمو الاجتماعي	5.7.2-
18 النمو العقلي	6.7.2-
19 التعليق على الخلفية النظرية	
21 الدراسات السابقة والمشاهدة	
31 التعليق على الدراسات السابقة والمشاهدة	

الفصل الثاني الاطار العام للدراسة

34 الكلمات الدالة للدراسة	1-
34 حصة التربية البدنية والرياضية	1.1-
34 المهارات الحركية	2.1-
36 الاشكالية	2-
36 التساؤل العام	3-
36 التساؤلات الثانوية	1.3-

37	4- أهمية الدراسة.....
37	5- أهداف الدراسة.....
37	6- الفرضيات.....
38	1.6- الفرضيات الجزئية.....

الفصل الثالث الاجراءات الميدانية للدراسة

40	1- الدراسة الاستطلاعية.....
40	2- المنهج المتبع في الدراسة.....
41	3- مجتمع وعينة الدراسة.....
42	4- أدوات جمع البيانات والمعلومات.....
42	5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة.....
43	6- الأساليب الاحصائية.....

الفصل الرابع عرض وتحليل ومناقشة النتائج

45	1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الاولى.....
48	2- عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الثانية.....
50	3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الثالثة.....

الفصل الخامس الإقتراحات والتوصيات

53	1- الاستنتاج العام.....
54	2- الاقتراحات والتوصيات.....

الخاتمة

المراجع المعتمدة في الدراسة

الملاحق

ملخص الدراسة بالفرنسية

ملخص الدراسة بالعربية

مقدمة

مقدمة

إن النشاط البدني الرياضي في صورته الجديدة من خلال حصة التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسات التربوية يعتبر ميدان هام من ميادين التربية ، وهو بذلك يعتبر ركيزة يستعين بها الفرد في حياته اليومية حتى يكون فردا صالحا مزودا بخبرات ومهارات وساعة تجعل منه جزء لا يتجزأ عن مجتمعه ، فممارسة الرياضة من خلال حصة التربية البدنية والرياضية لها قيمة أساسية في حياة الفرد لما تقدمه من فوائد جسمية وتربوية ، فمن الناحية الجسمية تقوي عضلاته وتنشطها ، أما من الناحية التربوية فهي تؤدي إلى اكتساب مهارات حركية .

وتعد المهارات الحركية الجري والقفز والرمي بأنواعها من أقدم الرياضات التي مارسها الإنسان منذ فجر التاريخ لتحقيق أهداف وأغراض مختلفة ، حيث استخدمها في كل مرحلة من مراحل نموه وتطوره المختلفة ، وقد جرى الإنسان وراء الفريسة لصيدها بالرمح أو سارع بالعدو خوفا منها وقفز ليعبر جبلا أو حفر ما ، فهي جميعها حركات الأساسية فطرية أعتبرها العلماء القاعدة الأساسية في قدرات الفرد البدنية بخاصة ، لذا وضعت المناهج التعليمية ومن مراحل الطفولة المبكرة ولكافة المراحل التعليمية المختلفة بما يتناسب وكل مرحلة مستخدمين الأجهزة والأدوات المناسبة والمحبية مع الإمكانيات البيئية والمدرسية المتاحة التي تلعب دورا حيويا في بناء أسس القاعدة العريضة والمهمة والفعالة في بناء الفرد بدنيا وصحيا ونفسيا من جهة ، ولبناء ناشئة وأبطال الغد من جهة أخرى .

(بسطويسي: 1999 ، ص 58)

ويضيف (1974 Kephart) أن البرامج الحركية في المراحل الدراسية الأولى بخاصة تعد ركنا أساسيا في برامج الرياضة المدرسية وكقاعدة لتطوير المهارات الحركية .

وانطلاقا مما سبق جاء بحثنا هذا ليسلط الضوء على جانب مهم من الجوانب التي يسعى النشاط البدني الرياضي لشمئنها ، ومن أجل ذلك قسمنا بحث هذه الدراسة إلى بابين هما الجانب النظري والجانب التطبيقي ، حيث تطرقنا في الجانب النظري إلى فصلين فشمئ الفصل الأول :

مدخل للدراسة الإشكالية ، الأهداف ، الفروض ، أهمية البحث ، (مصطلحات ومفاهيم الدراسة)

أما الفصل الثاني فتطرقنا فيه إلى أهم الدراسات السابقة وكذلك عرض وتحليل النتائج ونقد هذه الدراسات .

أما الجانب التطبيقي فشمئ فصلين ، حيث شمئ الفصل الثالث على طرق ومنهجية الدراسة وتطرقنا فيه إلى (المنهجية ، الدراسة وتطرقنا إلى :) منهجية الدراسة الاستطلاعية ، العينة ، حدود الدراسة ، أدوات جمع البيانات ، أساليب التحليل الإحصائي) .

أما الفصل الرابع فقد شمئ عرض وتحليل ومناقشة النتائج .

الفصل الأول

1 التربية البدنية والرياضية:

تعتبر التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة الذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدمه الجهاز الحركي لجسم الإنسان والذي ينتج عنه أن يكتسب الفرد بعض الاتجاهات السلوكية .

1.1 تعريف التربية البدنية:

تعرف **ويست بوتشر 1990** للتربية البدنية بأنها: هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك.

وقد تناولت كل من **ويست بوتشر** هذا التعريف بالتحليل مشير إلى أن التربية البدنية والرياضية تشتمل على اكتساب عقل المهارات الحركية و تنمية اللياقة البدنية و المحافظة عليها من أجل أفضل مستوى، و من خلال حياة طيبة و اكتساب المعارف و تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني.

ومن تشيكو سلوفاكيا السابقة يبرز تعريف **ويسكي**، **كوز ليك** بأن التربية البدنية جزء من التربية العامة، هدفها تكوين المواطن بدنيا وعقلياً وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني لتحقيق الهدف.

ومن بريطانيا ذكر **بيتر أرنو** لد تعريفاً للتربية البدنية "ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية إلى تثري و توافق الجوانب البدنية العقلية، الاجتماعية، الوجدانية لشخصية الفرد يشكل رئيس عبر النشاط البدني المباشر. (أمين أنور الخولي: 2001، ص 35، 36)

2.1 أهمية التربية البدنية و الرياضية:

اهتم الإنسان منذ قديم الأزل بجسمه وصحته ولياقته وشكله ، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية و التي اتخذت أشكالاً اجتماعية كاللعب والألعاب و التمرينات البدنية و الرقص والتدريب البدني و الرياضية ، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني، الحي وحسب، وإنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها على الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية والمعرفية و الحركية المهارية. ولعل أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي ما ذكره **سقراط** مفكر الإغريقي وأبو الفلسفة عندما كتب:

على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبة ويستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي.

كما ذكر المؤلف **شيللر** في رسالته "جماليات التربية" أن الإنسان يكون إنسان فقط عندما يلعب ويعتقد المفكر ريد أن التربية البدنية تمدنا يتهدب الإرادة ويقول إنه لا بأسف على الوقت الذي يخصص الألعاب في مدارسنا .بل على النقيض، فإنه هو الوقت الوحيد الذي ينبغي على الغير وجه كما تساعد على تنمية القدرات البدنية وعناصر التنفيذ والإدراك ، كما ترمي الإدراك أهمية الوقاية من الأمراض والآفات الاجتماعية المضرة الصحة والمجتمع.

(مديرية التعليم الأساسي: 2005 ، ص 47، 48)

3.1. أهداف التربية البدنية و الرياضية:

إن ما عرفناه عن أهمية التربية البدنية و الرياضية يقودنا إلى وضع الأهداف التي تعبر عن مفاهيم و اتجاهات النظام التربوي، وتعمل في سبيل تحقيقها و انجازها، ومن خلال تبرر المهنة ووجودها، وتوفر وظائفها ومجالات واهتمامها تتفق بداهة مع أهداف التربية تنشئة وإعداد المواطن الصالح بطريقة متوازنة، ومتكاملة وشاملة، وسنين فيما يلي الأهداف الأكثر شيوعا في قوائم الأهداف العامة التربية البدنية و الرياضية لبعض المدارس العالمية.

1.3.1 التنمية البدنية والعضوية:

تَهْم التربية البدنية في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية و القدرات الحركية التي تعمل على تكييف أجهزة الإنسان بيولوجيا و رفع مستوى كفاءتها الوظيفية واكتسابها الصفات التي تساعد الإنسان على قيامه بواجباته الحياتية دون سرعة الشعور التعب والإرهاق، فمن خلال الأنشطة البدنية يكسب الفرد القوة والسرعة والجلد العضلي العصبي، بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز القلبي الوعائي، وبقية أجزاء الجسم مما يساعد على الارتقاء بمقامات وأسس اللياقة البدنية في الإنسان (محمد عبد الفتاح غبان. عدنان درويش جلون: 1998، ص22، 21)

وتتضمن التنمية البدنية والعضوية بدنية و جسمية مهمة تصلح لأن تكون أغراضا ملائمة و مهمة على المستويين التربوي و الاجتماعي و تتمثل في:

1.1.3.1 اللياقة البدنية:

حيث كتب شيفرز عن مفهوم اللياقة "أنها حالة مركبة للكائن البشري إلى تمكنه من أداء وظائف في أقصى حد لها وتتضمن مكونات اللياقة البدنية فيما يلي: تركيب الجسم، الكفاية، التعامل، المهارة"

2.1.3.1 القوام السليم الخالي من العيوب والانحرافات:

يرتبط القوام السليم للإنسان إلى حد كبير بمستوى لياقته البدنية وبقوة عضلاته تحديدا. فهي التي تجعل جسم الإنسان في وضع متزن ميكانيكيا في مواجهة تأثير الجاذبية الأرضية بحيث يكون ترتيب العضلات والعام في وضع طبيعي بحيث تحفظ انحناءات الجسم الطبيعة دون أي زيادة أو نقصان، حتى يقوم الإنسان بعمله اليومي ويؤدي جميع الحركات التي يحتاج إليها دون أي تعب وسهولة وبأقل مجهود " وبرنامج التربية البدنية والرياضية المدرسية يحتوي على أنشطة بدنية ملائمة لدعم القوام ووقايته من الاعترافات والتشوهات، كما يتزود التلميذ من خلاله بالمعارف والمعلومات لتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو القوام الجيد.

3.1.3.1 التركيب الجسمي المتناسق والجسم الجميل:

تؤكد الأنشطة التربية البدنية والرياضية على التركيب الجسمي للتلاميذ حيث تزداد كتلة الجسم، وتقل سمته الجسم، وهذا يسوي على الجنسي بشكل عام خلال سني النضج والبلوغ، وقد فحص ويلز وزملاؤه (1962-1963) تأثيرا خمسة أشهر من التدريب البدني اليومي على 34 مراهقة، مقارنة بعدد مماثل كعينة ضابطة وقد أوضحت

النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي، حيث زاد نمو الأنسجة النشطة ونحافة الجسم، في مقابل تناقص في نمو الأنسجة الدهنية في المجموعة التي تمارس التمرين البدني من المجموعة التي لم تمارس التمرين البدني.

4.1.3.1 السيطرة على البدانة و التحكم في وزن الجسم:

يسمى مدرس التربية البدنية والرياضية إلى توعية التلاميذ بمدى فعالية الأنشطة المقترحة في السيطرة على البدانة و التحكم في وزن الجسم إلى جانب تنظيم الطعام و هذا ما أكدته خبيرة علم التغذية جين ماير حيث قالت أن الرياضة و النشاط البدني أمر ضروري للسيطرة على البدانة . و انه لا يكفي تنظيم الطعام أو الحماية . (أمين أنور الخولي: 2001، ص133 ، 150)

2.3.1 تنمية المهارات الحركية:

من أهم أهداف التربية البدنية ، حيث تبدأ برامجها من فترة الطفولة لتنشيط الحركة الأساسية (الأصلية) و تنمية أنماطها الشائعة و التي تنقسم إلى :

- ❖ حركات انتقالية : كالمشي و الجري و الوثب .
- ❖ حركات غير انتقالية : كالثني و الدف و الميل .
- ❖ حركات معالجة و تناول : كالرمي و الدفع و الركل.

ومن ثم تأسس المهارة الحركية على هذه الأنماط ، فهي مهارات متعلمة ، فهي و إن كانت تتأسس على اللياقة البدنية و الحركات الأصلية ، إلا أن الإدراكية و الجسمية لها أهميتها في اكتساب المهارات الحركية و من أمثلتها : المهارات الرياضية التخصصية ، فالمهارات الخفة بكرة القدم منها على سبيل المثال إيقاف الكرة . ضرب الكرة بالوجه الخارجي للقدم . ضرب الكرة بالرأس ، تختلف عن المهارات الخفة بكرة اليد أو الطائرة أو نشاط رياضي آخر

3.3.1 التنمية الجمالية و التذوق الحركي :

في مجال التربية البدنية كثيرا ما يتردد لفظ جميل للتعبير عن آداءات حركية رفيعة المستوى ، كما يصدق التلاميذ احد زملائهم بأنه فنان لا يصاحب الأسلوب ذاتي التميز في آدائه و تعبه . فلقد يتعدى أداء هؤلاء التلاميذ مرحلة التكنيك الموفوفص ، إذا أصبحت تؤدي نمطا المهارات بقدر كبير من الإحساس و المشاعر تعبيرا عن تذوق حركي جمالي رفيع المستوى، و لقد يبين فيلسوف الجمال ريد بأنه لا يوجد أي اختلاف سيكولوجي -جوهري - في رأيه - بين مهارة راقص أو شاعر أو لاعب كرة أو لاعب تنس أو رسام .

و لقد اختار مونرو إلى أن دائرة العين قد اتسعت في العصر الحديث أصبحت تشمل مهارات بشرية متباينة كالألعاب الرياضية . (أمين أنور الخوالي ، عدلي بيومي: 1991، ص173)

و بالتالي فإن القيم الإجمالية في الرياضة إنما هي : قيم أصيلة من صميم طبيعتها ، ذلك لان التربية البدنية و الرياضية لغتها الخاصة التي تختلف عن لغة الموسيقى أو الرسم هي اللغة التي تجذب المشاهدين و الممارسين إليها الأمر

الذي يرقق المشاعر، وينمي التدوق و المشاركة الانفعالية لعمليات الحركة بألوانها المختلفة إضافة إلى أهداف أخرى نذكر منها أهداف تتعلق بالتنمية المعرفية وأخرى بالتنمية الاجتماعية والترويح و التنمية النفسية.

4.1. أهداف التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة:

قد أعطى منهاج التربية البدنية و الرياضية أهداف في المرحلة المتوسطة تختلف نوعا ما عن الأهداف المبرمج في المرحلة الثانوية، ويمكن أن نوجز الأهداف التربية البدنية والرياضية في المرحلة في النقاط التالية:

- تنمية الكفاية البدنية وصيانتها.
- تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة.
- إتاحة الفرصة لنابعين رياضيا من الطلاب للوصول إلى مراتب البطولة.
- تنمية الحواس و القدرة على التفكير.
- تنمية الثقافة الرياضية.
- تنمية الصفات الخلقية الاجتماعية المنشودة.
- تنمية صفات القيادة لرشيده والتبعية الصالحة.
- حسن قضاء وقت الصراع.

5.1. برنامج التربية البدنية و الرياضية:

إن دروس التربية البدنية و الرياضية مع ما تقدمه من فوائد للتلاميذ في مختلف المجالات تعتبر غير كافية للوصول إلى المرامي التي ذكرنا سابقا هذا لان التلميذ يعتبر تواقا إلى كل الأنشطة التي تطفي عليه السعادة و البهجة و يكون أكثر تفاعلا و إيجابية متخلصا بتلك من القلق و كذا كل الضغوطات و خاصة داخل القسم إن لم نقل أسوار المدرسة و هي تؤدي التربية البدنية و الرياضية و ضيقتها وضع لها برنامج يستوفي كل النقاط المذكورة و هذا من خلال دعم الدروس بأنشطة داخلية تكون خارج المجال هذا الأخير و كذا أنشطة خارجية تكون خارج أسوار المدرسة و سنفرض فيما يلي كل عنصر بشيء من التفصيل (أكرم زكي خطابية: 1997، ص 151، 132)

1.5.1. النشاط الداخلي :

يعتبر النشاط الداخلي امتداد لدروس التربية البدنية و الرياضية و تظهر أهميته في مدى استفادة التلاميذ من مختلف أوجه هذا النشاط سواء من الناحية البدنية الحركية أو النفسية الاجتماعية و غيرها. و هو تلك الأوجه من النشاط التي يمارسها التلاميذ و ينظمها و يشرف على تنفيذها مدرسون المادة خارج أوقات الدوام الرسمي و غير مقيدة بالجدول الدراسي و تكون داخل أسوار المدرسة ، و يجب أن لا يتعارض توقيت النشاط الداخلي مع الجدول الدراسي بالمدرسة ، فيمكن ممارسته قبل بدا الدرس الأول أو أثناء الفسحة أو عقب الدراسة أو فترة العصر حيث يرجع التلميذ مرة ثانية إذا كانت المدرسة قريبا من بيتهم أو أيام الجمع .

2.5.1. النشاط الخارجي

النشاط الخارجي يعتبر استمرار النشاط الداخلي و لأنه يقوم على تلك الأنشطة التي يمارسها التلميذ خارج أسوار المدرسة فهو يتيح للتلميذ اكتساب العديد من القيم التربوية التي تسعى التربية البدنية و الرياضية لتحقيقها ، و بهذا يمكن أن تقول أن النشاط الخارجي هو أوجه النشاط التي يمارسها التلميذ خارج أسوار المدرسة و تقوم المدرسة بتنظيمه و الإشراف عليه حيث أن هذه الأخيرة تكون بعيدة عن التقيد بالجدول الدراسي في المدرسة كما انه لا يقتصر على المسابقات و المناسبات التي تشترك بها المدرسة خارج أسوارها بل نشاط هو بدني و رياضي و ترويحي كالرحلات و المعسكرات و الأعمال التطوعية الخ (أكرم زكي خطايب: 1997 ، ص152، 153) و من الممكن أن ينتج أن درس التربية البدنية و الرياضية و النشاط الداخلي و الخارجي يعتبرون وحدة واحدة يساهم في مجملها في التنمية جميع نواحي التلاميذ البدنية و المهارية و الخططية و كذا العقلية و النفسية و الاجتماعية... الخ.

3.5.1 درس التربية البدنية والرياضية:

درس التربية البدنية والرياضية كغيره من الدروس الأخرى المنهجية الأخرى له دور فعال وصغير في تحقيق الأهداف التربوية، إضافة إلى تحقيق التعلم الحركي الجيد. ويقول الدكتور عدنان درويش جلون درس يجب أن يكون شاملا و يجب أن يجمع جميع رغبات التلاميذ في اللعب. (قاسم حسن البصري:1997، ص100)

وحتى يكون الدرس التربية البدنية له دور فعال و مميز في تحقيق الأهداف التربية يجب أن يشتمل على الصفات التالية:

- أن يكون للدرس هدف واقع معروف يرحى الوصول إليه سواء كان تربويا أو تعليميا أو الاثنان معا.
- أن ترمي أوجه النشاط الأسس النفسية للتلاميذ كالميول و الاحتياجات و الفروق النمو و تقويم الاتجاهات الايجابية

نحو درس التربية البدنية.

- أن تكون أوجه النشاط مبنية على أساس سليم ساء من الناحية النفسية أو التربوية.
- أن تكون أوجه النشاط ملائمة لحالة الجو مع مراعاة النظافة الشخصية .
- أن يتخلل الدرس نشاط حر تلقائيا يبعث على السرور أو البهجة و يحذر التلاميذ من التشكيلات و النداءات الشكلية.
- -يحقق مبدأ اشتراك التلاميذ أطول فترة ممكنة من الحصه .
- -يحقق مبدأ بث القيم و المعايير الاجتماعية و تكوين الاتجاهات الإيجابية نحو المدرسة و المجتمع .

- ان يتبنى أوجه النشاط اختيار طرق التدريس على الأسس العلمية للعلوم الأساسية للتربية البدنية و الرياضية مثل علم التشريح . و علم وظائف ، و علم الحركة ... الخ
- ان تناسب أوجه النشاط مع الإمكانيات الموجودة بالمدرسة سواء كانت مادية او بشرية .
- يجب ان يكون الدرس مشوقا و مرحا فيه تسلسل و اتساق بحيث ينقل التلاميذ من جزء إلى جزء في يسر و سهولة (محمد سعيد عزمي : 2004 ، ص 177)

1.3.5.1 محتوى درس التربية البدنية و الرياضية :

بالرغم من اختلاف تقسيمات الدرس في السنوات الأخيرة إلا انه لا يوجد خلافات جوهرية ، و لكن اختلاف الأساسي يتمثل في الشكل العام للتقسيمات الداخلية للدرس و التي تخضع بدون شك لآراء الخبراء الذين يقومون بوضع مناهج التربية البدنية و مهما حدث من تقسيمات فإن هناك اتفاق تام على أن الدرس يتكون من ثلاث أجزاء رئيسية تخدم بعضها البعض من الجزء التمهيدي و الرئيسي و الختامي .

1.1.3.5.1 الجزء التمهيدي:

هناك نقاط تنظيمية إضافة إلى التمارين المتعلقة بالتحضير للجزء الكلي

2.1.3.5.1 الجزء الرئيسي:

في الجزء الرئيسي من الحصص يجب تحقيق جميع الواجبات المحددة سلفا للحصص و التي تشمل تنمية الصفات البدنية الأساسية طبقا للمناهج السنوي و كذلك تنمية المهارات الحركية و أيضا تطوير بعض المعارف النظرية للتلاميذ عن طريق التوجيه و الإرشاد و الشرح عند تعلم المهارات الجديدة ثم تعويد التلاميذ على طرق التعامل الصحيحة و العادات التربوية و هذه الواجبات جميعها يمكن تحقيقها إما كل على حد أو بشكل مترابط بحيث تم تحقيق أكثر من هدف (ناهض محمود سعد ، نيللي رمزي فهمي : 2004 ، ص 85)

في هذا الجزء من الدرس يجب أن يمارس التلاميذ مهارات نوعية محددة مرتبطة بالنشاط ، كما نتاح للتلاميذ الفرصة لتطبيق المهارات التي تعلموها أو قاموا بتنميتها ، و قد يكون ذلك بواسطة منافسة .

يتم تطبيق هذا الجزء عن طريق ثلاث مناهج للتعلم: (مصطفى سايح محمد: 2003 ، ص 85، 19)

- منهج التابع.
- منهج الدوران.
- منهج الورشات مع التكرار الفردي للتلاميذ.

يعتبر الجزء الرئيسي من أهم الجزء في الدرس و يظهر في النقاط الحالية:

- يعتبر العمود الفقري للدرس

- أساس الخطة العامة
- يتم فيه تعليم المتعلمين المهارات المختلفة للأنشطة (نشاط تعليمي)
- يتم فيه تطبيق المهارات المتعلمة من طرف التلاميذ (نشاط تطبيقي). (مكارم علمي أو هرجة، محمد سعد زعلول: 1999، ص196)

3.1.3.5.1 الجزء الختامي:

للجزء الختامي من الحصة واجبات ثلاثة هي:

- تهدئة أجهزة الجسم
- التوجيه إلى أحاسيس التلاميذ
- - القيام ببعض الواجبات التربوية (شاهد محمود سعد، نيللي رمزي فهم: 2004، ص58)

وهذه النقاط لا تتم إلا عن طريق إعطاء بعض التمرينات والألعاب الصغيرة بغرض التهدئة و الاسترخاء و الهبوط بالعمل تدريجيا و كذا الرجوع بأجهزة الجسم إلى حالتها الطبيعية التي كانت عليها في تنفيذ الدرس، و بعد ذلك يتم اصطفاغ التلاميذ إمام المعلم لتبادل التحية (مكارم علمي أبو هوجة: 1999، ص99) وفي هذا الجزء يقول بيرون (1992) أنه يجب أن تسمح للمرحلة النهائية بالرجوع التدريجي للهدوء و لا يجب التخلي عن بعض التمارين التنمية و كذا تمارين استرخاء و تمديد و هذا بعد مجهود بدني شديد كما يمكن أن تتم عن طريق جري خفيف هذه الطريقة تنتمي الاسترجاع الفعال :

إن هذا المحتوى لا يصل بنا إلى الأهداف المرجوة خاصة الجوانب التربوية و النفسي منها إلا إذا طبقت طريقة تتماشى مع هذه الأهداف لهذا فقد تم التخلي عن الطريقة التقليدية التي تعتمد على التدريب الرياضي و التي تركز على عاملين فقد هما الذاكرة ، و التكرار و أصبحت الطريقة المستعملة حاليا هي الطريقة النشيطة التي تهتم الجانب التربوي للتلميذ و كذا تأخذ بعين الاعتبار اهتمامات و انشغالات التلاميذ حيث تركز على المبادرة والتطور ، و التأمل ، التفكير المنطقي ، كما تساعد بقسط وافر في تنمية شخصية التلاميذ ، و تعتمد على الحالة الاندماجية ، المشاركة الطوعية و قدرة التعامل مع الآخرين . (p.seners la façon . 2002 p 198)

2. المهارات الحركية:

1.2. التعلم:

عرف ستالنج التعلم بأنه التغيير في السلوك. وعرفه ماجل بأنه حالة داخلية لا يمكن ملاحظتها مباشرة بل يمكن الاستدلال عليه من خلال سلوك الفرد، وعرفه ورد ورف بأنه النشاط الذي يمارسه الشخص والذي يؤثر في سلوكه مستقبلاً.

2.2. التعلم الحركي:

عرفه ماكاندلس بأنه اكتساب المهارات الجديدة والإدراك الأشياء والتعرف عليها عن طريق الممارسة بما في ذلك تجنب أنماط السلوك التي ينصح للكائن الحي عدم فعاليتها أو ضرورتها.

عرفه ماجويش تغيير في الأداء عن طريق الممارسة قد عرف ستالنج التعلم الحركي بأنه تطوير في المهارات الحركية الناتجة عن الشروط التجربة والتطبيقية.

عرفه جانبيه وستالنج بأنه عملية يقوم الكائن خلالها بتعديل سلوكه بطريقة اقتصادية ذات نتائج مستديمة. بشرط أن يكون هذا السلوك ذلك ظاهرياً ، ويمكن قياسه بالوسائل المباشرة. عرفه عبدوا علي نصيف بأنه: نشاط خاص موجه للتعلم الحركي التي من خلالها يستطيع الفرد تكوين قابليات عن طريق الممارسة والتجربة.

وعرفه مروان عبد المجيد إبراهيم بأنه: تغيير في الأداء يرتبط بالممارسة الايجابية: وهو اكتساب معرفة عن طريق أداء مهارات جديدة.

وعرفه نجاح مهدي وأكرم محمد صبحي بأنه: العملية التي من خلالها يستطيع المتعلم تكوين قابليات حركية جديدة أو بتعديل قابلية الحركة عن طريق الممارسة والتجربة.

وعرفه وجيه محجوب بأنه عملية اكتساب الوسائل المساعدة على استيعاب الحاجات والدوافع لتحقيق الأهداف وهو ناتج عن ممارسة الإنسان التجربة. (آرثر جيتس: 1996، ص15، 16،)

3.2 نظريات التعلم:

1.3.2 نظرية التعلم بالارتباط الشرطي:

ترتبط هذه النظرية باسم العالم روسي بافلوف، وتتلخص في انه يمكن اكتساب الفرد للسلوك المطلوب تعلمه إذا ما اقترن بمثيرات الشرطية معينة إذ يقوم الفرد بسلوك معين كنتيجة مثيرات معينة ارتبطت بهذا السلوك وبذلك تتكون لدى الفرد استجابات معينة ترتبط أو تقترن كل منها بمثير معين.

فعلى سبيل المثال عندما نرى الرعد أو نسمع البرق فإننا نستجيب لذلك بطريقة معينة مثل التبعاد عن المنازل لأننا سبق إن تعلمنا أن الرعد أو نسمع البرق يرتبط بنزول المطر أي أننا تعلمنا استجابة معينة وهي البقاء في البيت نتيجة مثيل شرطي معين وهو الرعد أو البرق سبق أن ارتبط بالمثير الأصلي وهو المطر وبذلك أصبح المثير الشرطي بمفرده يستدعي الاستجابة الخاصة بالمثير الأصلي.

ويتعلم الفرد بهذا الأسلوب إذ يسترشد الفرد ببعض المدركات التي سبق ارتباطها بتأثير معين وتصبح بذلك عبارة عن إشارات أو علامات تؤدي إلى سلوك معين ركن الملعب مثلًا أو اقتران اللعب بالسلوك العدواني وتكرار ذلك تحت مثل هذه الشروط.

وبذلك يستطيع الفرد تعلم المهارات الحركية والأنماط السلوكية المطلوبة بالارتباط الشرطي.

2.3.2. نظرية التعلم المحاولة والخطأ:

تذهب هذه النظرية إلى أن الفرد في سلوكه إزاء مختلف المواقف يقوم بأداء استجابات أو محاولات خاطئة متعددة قبل أن يصل إلى الاستجابات الصحيحة ويتعلمها فعلى سبيل المثال إذا حاولنا تعلم التصويب في كرة السلة فإننا نقوم في البداية بتوجيه الكرة نحو الهدف والتصويب فنجد أن الكرة تخطى الهدف فإذا لاحظنا أن الكرة قد انحرفت يمينا بعيدا عن الهدف فإننا نحاول مرة أخرى توجيه الكرة قليلا نحو اليسار وإذا وجدنا أن الكرة لم تصل الهدف فإننا نسعى إعطاء الرمية من القوة والارتفاع وهكذا نجد في غضون محاولاتنا المتكررة نسعى لحذف بعض الاستجابات الخاطئة والإبقاء على الاستجابات الأخرى التي توصل للنجاح في إصابة الهدف.

وهكذا نجد أن التعلم في إطار هذه النظرية ما هو إلا مسالة محاولة وخطا وتكرار التعلم والتدريب نقل الأخطاء شيئا فشيئا حتى تتوصل في النهاية إلى الاستجابة الصحيحة.

3.3.2. نظرية التعلم بالاستبصار:

تشير هذه النظرية إلى أن الفرد يستجيب لأي موقف بطريقة كلية إذ أن التعلم ما هو إلا نتيجة لأدراك الكلي للموقف وهذا يعني أن كلما ازداد بصيرة الفرد الرياضي بالمهارة الحركية ككل استطاع تعلمها واكتسبها وهذا النوع من التعلم كثيرا منه نلاحظه في تعلم بعض المهارات الحركية أو عند تعلم خطط اللعب المختلفة بصورة كلية دون أن نقوم بتجزئة المهارة الحركية أو خط اللعب إلى أجزاء صغيرة منفصلة. (محمد مصطفى زيدان، 1972، ص74)

4.3.2. نظرية التعلم الذاتي:

نظرية التحكم الذاتي تستخدم اللغة ومفاهيم في عصر الآلة الذي ارتبط بالتغيرات السريعة المتلاحقة الحادثة في تكنولوجيا الآلات والأجهزة المختلفة كالحسابات الإلكترونية والتي أدت إلى إمكانية التوصل إلى طرق وأساليب جديدة لفهم السلوك البشري وبصفة خاصة عملية التعلم.

التحكم الذاتي يؤكد على أهمية تحكم المتعلم في الموقف والظروف المحيطة بيه والقدرة على الضبط والتحكم الذاتي في حركاته وبالتالي يستطيع المتعلم الاعتماد بدرجة اقل على المتغيرات الخارجية وزيادة الاعتماد على عمليات التحكم والضبط الداخلية أو الذاتية.

5.3.2. نظرية معالجة المعلومات:

تتركز نظرية معالجة المعلومات على دور الإدراك والانتباه والتذكر واتخاذ القرار كما أنها تهتم بدرجة كبيرة بمقدار سعة المعلومات التي يستطيع الفرد استيعابها ومقدار المعلومات أو متى يفتقر إلى هذه المعلومات وكيف تستطيع المعلومات مساعدة الفرد على التمييز بينها حتى يستطيع القيام باستجابات صحيحة ودقيقة.

وترتكز نظرية معالجة المعلومات على قدرة الفرد على استخدام المعلومات لإمكانية مواجهة الموقف وحل المشكلات وإصلاح الأخطاء بذلك تعارض النظرية الشرطية التي تشير إلى إمكانية حدوث استجابات طبقا لمثيرات معينة.
(محمد مصطفى زيدان: 1972، ص75)

6.3.2 نظرية التعلم الاجتماعي:

تؤكد نظرية التعلم الاجتماعي على أهمية المتغيرات المعرفية في التعلم بالملاحظة مثل الانتباه والتذكر والدافعية في التعلم عن طريق تقليد سلوك نموذج ما.

وقد أشارت ألبرت دورا إلى أن نظرية التعلم الاجتماعي تتأسس على التعلم بالنمذجة أو القدرة أي تعلم بملاحظة أو بتقليد الآخرين وهذا يعني أن الفرد عندما يلاحظ سلوك آخرين فعندئذ يكون باستطاعته إدراك بعض أو كل هذا السلوك الملاحظ.

على سبيل المثال عندما يقوم الأستاذ بإثابة أو تشجيع التلميذ على أداء سلوك معين فان مثل هذا التعزيز أو التدعيم يدفع التلميذ إلى تكراره وعلى عكس من ذلك عندما يقوم الأستاذ بعقاب التلميذ على أداء سلوك ما فقد يكون هذا الإجراء دافعا لتلميذ لعدم تكراره ومن ناحية الأخرى فان إدراك التلميذ في إن نجاح أو فصل أداء معين يؤدي إلى التعرف على الجوانب التي يمكن أن تؤدي إلى نتائج ايجابية أو نتائج سلبية بالتالي نشأة الرغبة والدافع في تكرار السلوك الناجح.

التعلم هو لب العملية التعليمية والتربوية جميعها و أي صورة من صور النشاط التربوي هي عبارة عن موقف تعليمي هادف ويحدث التعلم عندما يمتلك المتعلم بموقف معين في ظروف خاصة فمهما تعددت الطرق التعليمية فانه ينظر على طرق التعلم من خلال الشروط اللازمة للتعلم دون إخلاله بأحدها وبهذا يصبح ما تعلمه الكائن الحي ذا مضمون في حياته.(سيد خير الله: 1973، 68)

4.2. مبادئ التعلم الحركي:

- ❖ الاستيعاب سرعته تؤثر على التعلم الحركي.
- ❖ الوضوح فهو يسهل عملية الاستيعاب
- ❖ السهولة وهي كون التحركات في البداية سهلة ومقبولة.
- ❖ التدرج من السهل إلى الصعب ثم زيادة عدد الحركات
- ❖ التشويق والإثارة
- ❖ الإتقان والثبات والتجارب السابقة
- ❖ الممارسة
- ❖ دافع الحركة والتمرين
- ❖ تأثير المجتمع والبيئة.

- ❖ النضج وهو السن المناسب لاختيار اللعبة الملائمة الجمباز..
- ❖ النمط الجسمي لكل نمط جسمي رياضة خاصة بيه الطول كرة السلة .
- ❖ المزاج نفس الأهمية للنضج والنمو الجسمي أي لكل مزاج رياضته الخاصة.(كورت مائل: 1987، 226)

5.2. مفهوم المهارة :

لغة: أخذت هذه الكلمة من فعل مهر أي حذق و أتقن و الماهر هو الحاذق و السابع الجيد.
اصطلاحا: تشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة، لتدقيق التفوق و النجاح شريطة ان يتميز هذا الأداء بالإتقان و الشقة (مفتي إبراهيم حماد : 13، 2002)
و يعرفها **جثري** على انها قدرة تكتسب بالتعلم حيث يقترض مسبقا الحصول على نتائج محددة لها .
و يشير **واينج** إلى ان المهارة تعني الكفاية في إنجاز (أداء) واجبات و أعمال خاصة محددة . (محمد حسن علاوي ، و نصر الدين رضوان : 20، 1987)

1.5.2 طبيعة المهارة:

- و يبين كبير أن طبيعته المهارة تتحدد بثلاث عوامل أساسية هي :
- ❖ شكل وطبيعة العمل : سواء كان بسيطا في شكله يتطلب البسيط فتسمى المهارة البسيطة أو العكس أي يتطلب تكرار مستمر لتكون المهارة معقدة او مركبة
- ❖ النمطية : وهي تتوقف على عنصرين رئيسيين هما:
 - التوقيت الذي يتم به الأداء ، أي معدلات الأداة بالنسبة للزمن
- ❖ التسلسل و التعاقب
- ❖ النتائج المفترضة سلفا بالنسبة للأداء المهاري و هي التي يمكن التعبير عنها بالسرعة و الدقة و الكفاية التي يتم بها إنجاز المهارة ، و كيفية الأداء، و درجة معنويته، (محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : 1987 ، ص22، 21)

2.5.2 أنواع المهارات :

هناك ثلاث أنواع من المهارات :

- 1.2.5.2 مهارات معرفية : مثل الحساب و الهندسة.
- 2.2.5.2 مهارات إدراكية : مثل مهارات إدراك أشكال معينة.
- 3.2.5.2 مهارات حركية : مثل المهارات الرياضية .
- 3.5.2 مفهوم المهارات الحركية :

هي القدرة على اتخاذ سلسلة من الأوضاع التشريعية لأجزاء الجسم منفردة أو جماعية بدقة و كفاية غالبين و بالاختصار في الوقت و الجهد.

4.5.2 أنواع المهارات الحركية :

تنقسم المهارات الحركية عند الإنسان إلى نوعين من المهارات هما:

1.4.5.2 المهارات الحركية الكبيرة:

و التي تتطلب استخدام العضلات الكبيرة الأساسية في الجسم ، مثل عضلات الجذع ، و العضلات التي تربط الأطراف بالجذع و يظهر هذا النوع في الأعمال اليومية و الأنشطة الرياضية .

2.4.5.2 المهارات الحركية الدقيقة :

تتميز بأكثر دقة و نفوذا و تشمل حركات متخصصة ، لها حجم ، ومدى الحركات فيها يكون صغيرا و محدد و يتركز العمل في معظم هذه المهارات على الأطراف ،على المجموعات العضلية في الجسم ، و تظهر هذه الحركات في أنشطة و أعمال مثل : الفنون التشكيلية ، الآلات الموسيقية . (محمد حسن عدوي و نصر الدين رضوان : 1987 ، ص 25 ، 26)

6.2 . المهارات الحركية الرياضية :

1.6.2 مفهوم المهارة والمهارة الحركية:

المهارة :

المهارة في الحياة العامة هي القدرة الفنية أو النوعية على إنجاز عمل ما.

نستعمل هذا التعبير من واجب حركي ، و قد يستعمل للتعبير عن نوعية الأداء، و تدل على مدى كفاءة الأفراد في أداء واجب حركي معين (وجيه محبوب: 1989، ص58)

و تعرف أيضا بمقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل اقل قدر من الطاقة في اقل زمن ممكن . (مفتي إبراهيم حماد : 2002 ، ص15)

أما المهارة الحركية الرياضية فهي ثبات الحركة و آليتها و استعمالها في وضعيات مختلفة وبشكل ناجح و عرف شاش و صبحي عن ماجيل المهارة على أنها عمل أو وظيفة لها هدف أو غرض يتوجب الوصول إليه و يتطلب حركة طوعية للجسم و أحد أعضائه لكي الحركة أداء سليما. (نجاح مهدي شلش و أكرم صيحي: 2000، ص24)

وقد دفعها سنجر بالمعادلة التالية:

المهارة=السرعة+الدقة+الشكل

والتكيف و المهارة الحركية الرياضية تعتمد على التوافق الحركي و التوافق يحسنو ينظم ويرتب المجموعات العضلية بما ينسجهم و الاقتصاد بالجهد و سهولة الأداء دون بذل مجهود وهي يوفر الأداء وهي اصطلاح يعني نوع الحركة.(وجيه محبوب: 1989 ، ص24)

و تمتاز المهارات الحركية في الألعاب الرياضية بالتفرد و الخصوصية و ذلك وفقا لكل نشاط رياضي و كل لعبة على حدة ، و تتوافق الكفاية في أداء المهارات في الألعاب على التعلم و التدريب .

ويرى كبير أن المهارات الحركية تعتمد على نظرية الضبط و التحكم الذاتي بمعنى استخدام معلومات التغذية

المرتدة من ثلاث مصادر رئيسية هي :

ا- معلومات عما يجب الوصول إليه أو تحقيقه .

ب- معلومات من العمل أو الأداء نفسه.

ج- معلومات من النتائج التي يحققها. (محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان : 1987 ، ص31)

2.6.2 خصائص المهارة الحركية :

تتميز المهارة الحركية بخمس خصائص كالآتي :

❖ المهارة تعلم : المهارة تتطلب التدريب ، و تتحسن بالخبرة.

❖ المهارة لها نتيجة نهائية : هي الأداء المهارة المطلوب تحقيقه من الأداء ، فإن الهدف معروف لدى الفرد المؤدي

للمهارة قبل الشروع في تنفيذ الأداء من طبيعته الهدف المطلوب تحقيقه.

❖ المهارة تحقق النتائج بثبات : تنفيذ المهارة يتحقق خلاله الهدف من أداؤها بصورة ثابتة.

المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد و بفعاليتها: حيث تنق الطائفة الضرورية فقط لإنجاز الأداء الصحيح و

بفعالية ما ينتج لنا التوافق و التجانس و الإنسانية في الأداء.(مفتي إبراهيم حماد: 2002 ، ص14)

3.6.2 تصنيف المهارات الحركية:

تصنف المهارات الحركية إلى ثلاث فئات أساسية هي :

1.3.6.2 المهارات الإنتقالية:

هي المهارات الانتقالية يكون فيها تحرك الجسم المؤدي من مكان إلى آخر مثل: البحري، المشي، القفز

الترحلق، القذف.... الخ

2.3.6.2 المهارات الغير الانتقالية:

وهي المهارات الغير الانتقالية يؤديها الطالب في مكانه من غير الانتقال إلى مكان إلى آخر مثل

الثني، المد، الدفع، الشد، الدوران... الخ

3.3.6.2 مهارات المعالجة والتناول:

هي المهارات التي تتطلب معالجة الأشياء، أو تناولها بالأطراف العلوية أو السفلية مثل الركض، المسك، الاستقبال

، التمرير الكرة في كرة القدم (وجيه محبوب: 1989، ص26)

إن تنوع المهارات الحركية و كشفها على اختلاف أنواع الرياضيات الفردية و الجماعية أوجب الأخذ بالعين

الاعتبار أهم خصائصها ونضيفها و عند تعليمها ، وتدريب الطلاب عليها.

لا توجد التصنيفات السالفة الذكر فقط . بل تتعدد وتباين تصنيفات المهارات الحركية تبعا للعناصر المشكلة لها تارة وكيفية أدائها تارة أخرى ، الانفرادية أو التنافسية من جهة،وعليه سنورد وفقا للتسلسل التاريخي تصنيفات العديد العلماء و الباحثين كما يلي:

4.3.6.2 تصنيف بولتون 1957:

هو تصنيف يعتمد على طبيعة تدخل العوامل المتعلقة بالبيئة التنافسية أثناء أداء المهارة ، و يطلق عليه تصنيف الانغلاق الانفتاح حيث تقسم المهارات إلى مهارات مغلقة و أخرى مفتوحة مثل: مهارات كرة القدم ، مهارات الكرة الطائرة.

5.3.6.2 صنف سنجر 1982

صنف سنجر المهارات طبقا للمحددات الرئيسية التالية :

- جزء الجسم المشاركة في أداء المهارة .
- فترة دوام أداء المهارة .
- المعارف المشاركة في أداء المهارة .
- التغذية الراجعة المستخدمة في أداء المهارة .

6.3.6.2 صنف ستيلنجر 1982

صنف ستيلنجر المهارات طبقا للمحددات الرئيسية التالية :

- مهارات مستمرة : وهي تلك المهارات التي لا يكون لها بداية و لا نهاية واضحة و التي يمكن ان تستمر طبقا لرغبة الفرد الرياضي مثل الجري-الدراجات-التجديف- السباحة.

مهارات منفصلة تؤدي تلك المهارات التي يكون لها بداية و نهاية واضحة مثل: الإرسال في الكرة الطائرة و الألعاب المضرب و ضربته الجزء في كرة القدم.

- مهارات متسلسلة : و هي تلك المهارات التي تتركب من عدة مهارات منفصلة تشكل معا حركة متماسكة مثل الوثب العالي، أو الوثب الشاني .

7.3.6.2 تصنيف فتس:

حيث يصنف المهارة طبقا لأربعة محددات كما يلي :

- حالة اللاعب ثابت و الهدف ثابت مثل الرماية على هدف ثابت ،و الرماية بالسهم.
- حالة اللاعب متحرك و الهدف ثابت مثل التقوية السليمة في كرة السلة.
- حالة اللاعب ثابت و الهدف يتحرك مثل التصويت بالطبحة في الرماية .

- حالة حركة كل من اللاعب و الهدف مثل التميرير بين اللاعبين في الألعاب الجماعية .

8.3.6.2 تصنيف بوب دافر و آخرون 1994

- هو تصنيف يعتمد على سرعة الأداء ، الشكل التالي تتحد فيها سرعة أداء المهارة طبقا لمدى سيطرة اللاعب على توقيت أدائها تنقسم كما يلي:
- جهاز ذات سرعة ذاتية، والتي سيطر فيها اللاعب على معدل بسرعة أداء الحركة مثال ذلك توقيت أداء إرسال التنس.
 - مهارات ذات سرعة خارجية: وفيها يتم التحكم في سرعة الأداء من خلال مؤثر خارجي مثل الظروف البيئية كما هو في سياقات الشراع. (مفتي إبراهيم حماد: 2002، ص 16، 17)

7.2. خصائص النمو في مرحلة المراهقة المبكرة:

تنقسم مميزات النمو في هذه المرحلة إلى عدة أقسام أهمها:

1.7.2 التغيرات الفيزيولوجية:

إن هذه المرحلة تتميز بزيادة الإنتاج عدة هرمونات والتي يكون لها تأثير كبير من الناحية الفيزيولوجية مما يؤدي إلى ظهور الفروق الواضحة بين الجنسين من الناحية البدنية المرفولوجية ، البيوكيميائية ، التشريحية.... مثل القوة ، السرعة ، الحمولة ، التأقلم، ومن أهم هذه الهرمونات نجدا التستوستيرون ، الاندروستستوديون وهي ناتجة عن الغدد الصماء في الجسم.

كما تطرأ على جسم الذكر والأنثى تغيرات فيزيولوجية أخرى تكون فروق واضحة بينها ومن بينها السعة الرئوية الحية والحجم الأفقي الزفير ، حيث تزداد بشكل كبير عند الذكور مقارنة بالإناث وكذلك الهدم القاعدي يزداد بصورة ملحوظة عند الذكور مقارنة بالإناث، كما نسجل عند البنات زيادة في نسبة الشحوم تحت الجلد على عكس الذكور حيث نلاحظ عندهم تقص تدريجي لهذه الطبقات الدهنية ، كما أن نسبة الهيموغلبين عند الإناث تكون اقل المتوسط اقل 2 غ في اللتر مقارنة بالذكور.

هذي التغيرات تؤدي إلى ظهور باقي المميزات الجنسية و المرفولوجية والنفسية. (PHILIPPE ، 1983.420)

2.7.2 النمو المرفولوجي:

يصل طول المراهق في المرحلة حوالي 10 سم كما نلاحظ زيادة في الوزن تصل إلى 9.5 كغ.

إن أكثر ما يميز هذه المرحلة الاضطراب الطولي في نمو الأطراف والذي قد يعطي كلا غير مقبولا عند الشباب، مع تباطؤ في النمو الطولي للجذع هذه بالإضافة إلى نمو كبير في حجم العضلات.

كما نلاحظ نمو الحزام الكتفي عند الرجل، والحوض عند البنات وهو الذي يعين شكل الجسم في هذه مرحلة المراهقة. (احمد بسطويسي:، 1996، ص 178)

3.7.2 النمو الحركي:

بسبب طفرة النمو الجسمي واختلاف في أبعاد الجسم نظرا للنمو السريع غير المنتظم نجد أن المراهق في هذه مرحلة لا يستطيع السيطرة على الأعضاء وكذا التحكم في الحركات كما نلاحظ ضعف التوافق العضلي العصبي والارتباك والتعصب، وبذل جهد زائد عند أداء الحركات، كما نجد المراهق في مرحلة البلوغ يتعلم الحركات الجديدة .

4.7.2 النمو النفسي:

إن التغيرات الفيزيولوجية، والجسدية، وإعادة تهيئة النظم الدماغية الجديدة، يعمل على زيادة النزوات، ووردود الأفعال النفسية، والتي تكون كما يلي:

الاضطرابات النفسية عديدة بسبب توديع مرحلة الطفولة.

الإحساس بالهوية الجنسية الذكر والأنثى والتي لم ينتبه إليها في مرحلة الطفولة.

بالنسبة للأخصائيين النفسيين، فإن سيروه النمو في مرحلة المراهقة تكون مرتبطة بالعلاقة أو الصورة التي ينشئها المراهق مع جسده (التغيرات) ويتم التعبير عن ذلك من خلال أساسين: الخزي والحجل الحب، الكراهية الاستمتاع، أو الغضب من هذا الجسد الناضج جنسيا أو حالة من أجساد الآخرين.

انشغالات المراهق تكون مواجهة باتجاه التخيلات.

حب الاستطلاع لمجريات الأمور مع بعض التخوف والقلق.

النمو السريع في التفكير المجرد.

عدم تقبل سيطرة الكبار. (زكي محمد حسن:، 2004، ص322)

5.7.2 النمو الاجتماعي:

إن الحياة الاجتماعية في المراهقة تكون أكثر اتساعا وتمايزا من حياة الطفولة في إطار الأسرة، أو المدرسة، لان المراهقة هي الدعامة الأساسية للحياة الإنسانية، في سيرها واكمال نضجها وهمزة وصل للارتقاء بالمراهق من عالم الطفولة إلى سن الرشد، ومن أهم مظاهرها الرغبة في إثبات الذات وزيادة الاهتمامات البدنية والثقافية والفنية، كما يلاحظ الإباء فجأة حالة من التمرد والعصيان ورفض النصائح والتشبث بالأفكار، ورغبة شديدة في تغير معاملة الإباء لهم وهذا ما يزيد حدة من الصراع.

أما من الناحية الصداقة يقول aisubel تعتبر جماعة الرفقاء الأصدقاء هي المؤسسة الحقيقية لتكوين المراهقين ويكون ذلك بطريقة لإرادية. (احسن زين:، 2006، ص105)

6.7.2 النمو العقلي:

يتعد المراهق في المرحلة عن التفكير العيني الذي كان يعتمد عليها سابقا ويستطيع الآن الاعتماد على التفكير المجرد وممارسة التصور العقلي، ويتميز المراهق بصورة عامة بالقدرة على القيام بعمليات التفكير المنطقي، وعلى تصور الأشياء دون ربطها بالواقع المادي وعلى تطبيق القوانين المنطقية على الأفكار غير الواقعية، كما تتميز هذه المرحلة أيضا بمرونة

التفكير وتجريده والقدرة على وضع الفروض العقلية واختبارها للبرهنة على صحتها، وفحص الحلول البدنية بشكل منظم والجمع بين الحلول الممكنة للتوصل إلى قاعدة أو قانون عام. (رمضان محمد القذافي:، 2000، ص355)

8.2 التعليق على الخليفة النظرية:

وتتضمن أهمية ممارسة النشاط في الحفاظ الفرد على لياقته وجسمه وشكله وهذا عرفته ثقافات المختلفة عبر العصور من الفوائد و المنافع التي تقود عليه جراء ممارسة الأنشطة البدنية كما أن لها منافع ناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني و الصحي فحسب ، وإنما تعرف هذه الآثار الإيجابية النافعة على الجوانب النفسية الاجتماعية ، العقلية والمعرفية الحركية المهارية و النفسية وكذلك أشار سقراط مفكر الإغريقي وأبو الفلسفة عندما كتب أن على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن وهذا ما أكد عليه سقراط كما أن التربية البدنية الرياضية تمدنا بتهديب للإرادة ويقول أنه لا بأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا بل على النقيض فإنه هو الوقت الوحيد الذي يمضي على خروجه وهذا من خلال ما قاله المفكر ريد و التأكيد على الرياضة البدنية يهدف إلى التنمية القوى الجسمية في الطفولة بحيث تكون جاهزة للعمل وفيها يطلب منها ذلك إلى جانب الترويح و الترفيه عند الكبار في الرياضة إبقاء للجسم في شكل مقبول فيه جمال و صحة وهذا من خلال أقوال مفكر التربية سعد موسى .

ومن خلال ما تطرقنا إليه نجد أن أهمية التربية البدنية والرياضية تظهر من خلال ما يستثمره التلميذ من المكتسبات خلال النشاط البدني الرياضي الذي يمكن من بلوغ أهداف تربوية و بدنية وحركية تساعده في تربية واستثمار الجانب الثقافي والاجتماعي والصحي البدني الحركي وتظهر أيضا من خلال نشاط مبني على مواقف تعليمه منظمة وهادئة ترمي إلى تفعيل المصارف و الخبرات الفكرية الحركية والخلقية كونها وسيلة تعزز العلاقات البشرية، كما تساعد على تنمية القدرات البدنية وعناصر التنفيذ والإدراك كما ترمي إدراك أهمية الوقاية من الأمراض والآفات المضرة بالصحة والمجتمع، وهذا ما يجب في صميم دراستنا.

وتتمثل الأهداف النشاط البدني و الرياضي في تنمية وإعداد المواطن الصالح بطريقة متوازنة، ومتكاملة وشاملة وذلك من خلال أهداف التنموية فهي:

التنمية البدنية حيث تساعد ارتقاء الأداء البدني الوظيفي للإنسان وتعتمد على تطوير وتحسين وظائف أعضاء جسم الإنسان واكتساب اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف أجهزة الإنسان بيولوجيا ورفع مستوى كفاءتها الوظيفية واكتساب الصفات التي تساعد الإنسان على قيامه بواجباته للصيانة دون سرعة الشعور بالتعب والإرهاق من خلال الأنشطة البدنية يكسب الفرد القوة والسرعة والجلد الفعلي الصحي بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز الوعائي وبقية أجزاء الجسم مما يساعد على الارتقاء وهذا من خلال ما قاله أمين أنور الخولي

تنمية المهارات الحركية إن حركات الإنسان مثل الشيء البحري، الوثب والرمي تعتمد على العمل المتوافق والتناسق بين الجهازين العصبي و العضلي بحيث تأهل الجسم بأن يؤدي جميع حركاته في كفاءة منطقة وإثر ما اكتسبه

الجسم من خفة ورشاقة ومرونة في المفاصل و القوة والتحمل والسلامة والية التنفس و الجهاز الدوري وغير ذلك من عناصر اللياقة البدنية حتى تستطيع أن ينشطر في الأداء الحركي وفي سبيل اكتساب الكفاية الإدراكية والطاقة الحركية و المهارة الحركية وهي تنقل بسيطرة الفرد على حركته.

وبالتالي فإن الأهداف ممارسة النشاط البدني الرياضي تساهم في التنمية البدنية، والتنمية الحركية ،التنمية المعرفية،التنمية الاجتماعية والتنمية الجمالية والتذوق الحركي و الترويح وأنشطة الفراغ.

وهذا ما نصبوا إليه من خلال دراستنا إذا نبحت عن الثبات دور ممارسة النشاط البدني الرياضي من خلال الحصة التريبة البدنية والرياضية في تنمية المهارات الحركية للتلميذ المت مدرس والتي تؤثر بدورها في جميع الجوانب لدى المتعلم.

3. الدراسات السابقة والمشاهدة

الدراسة الأولى:

من إعداد فائق يونس علي، تحت عنوان:

*أثر نمط درس الرياضية البدني الحركي في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الأساسية لدى تلاميذ الصف

الثالث الابتدائي، جامعة الموصل

مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد 12 العدد (1) 2012

الهدف العام من الدراسة:

التعرف على اثر نمط التربية البدنية الرياضية البدني-الحركي في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الأساسية

لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي

تساؤل الدراسة:

ما مدى تأثير نمط درس التربية البدنية البدني الحركي في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية

الأساسية لدى تلاميذ الصف الثالث الابتدائي.

- المنهج المتبع في الدراسة المنهج التجريبي
- عينة الدراسة وطريقة اختيارها تكونت من تلميذ واختيرت عينه بطريقة عشوائية
- الأدوات المستخدمة في الدراسة
- حقيبة البرامج الإحصائية

أهم النتائج المتوصل إليها:

- أثبت تأثير الأسلوب في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الأساسية قيد الدراسة الحالية
- أثبت تأثير نمط الدرس البدني-الحركي في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية الأساسية قيد الدراسة الحالية
- تفوق نمط الدرس البدني-الحركي على الأسلوب الأمر في بعض الصفات والمهارات الأساسية ولب الطويل رمي الكرة، الحجل على القدم، الجري بين الشواخص

الدراسة الثانية:

من إعداد الطالب ساسي عبد العزيز تحت عنوان:

*انعكاسات الألعاب الصغيرة على تعلم المهارات الحركية لمرحلة التعليم المتوسط في الجزائر معهد التربية البدنية

والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر شهادة الماجستير 2008/2007

الهدف العام من الدراسة :

تهدف الدراسة إلى تحقيق مدى انعكاسات الألعاب الصغيرة في تعليم المهارات الحركية وتحسين المستوى البدني لمرحلة التعليم المتوسط

تساؤل الدراسة:

ما مدى انعكاس الألعاب الصغيرة على تعلم المهارات الحركية في المرحلة التعليم المتوسط في الجزائر؟

- المنهج المتبع هو المنهج الوصفي
- عينة الدراسة وطريقة اختيارها

تكونت عينة على 51 الأستاذ موزعين على متوسطات الجزائر غرب والتي عددها 80 مؤسسة واختيرت بطريقة عشوائية منتظمة.

- الأدوات المستخدمة في الدراسة:

الاستبيان، الاستبيان المفتوح و الاستبيان المغلق، والاستبيان المفتوح والمغلق والاستبيان المصور و الوسائل الإحصائية.

أهم النتائج المتوصل إليها:

- أن الألعاب الصغيرة تساعد على تعلم المهارات الحركية وتحسين اللياقة البدنية والحالة النفسية للتلميذ
- أن الألعاب الصغيرة دور كبير في تعلم المهارات ولها نتيجة على تحسين المهارات الحركية
- تبين لنا أن الأستاذة يولون أهمية الألعاب الصغيرة في حصة التربية البدنية والرياضية
- تعمل الألعاب الصغيرة أيضا على تكوين شخصية التلميذ واكتسابه مختلف الصفات والسمات السلوكية

الدراسة الثالثة:

من إعداد جاسم محمد نايف تحت عنوان:

تأثير برامج حركية مختلفة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال الرياضي يعبر 5-6 سنوات، جامعة الموصل العراق، رسالة دكتوراه في التربية الرياضية سنة 1999

الهدف العام من الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير البرامج المختلفة القصة الحركية.الألعاب الصغيرة والبرنامج المشترك. وبرنامج الروضة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال الرياضي بعمر 5-6 كما هدفت إلى التعرف على النسبة المئوية لتطوير البرامج المختلفة لبعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال الرياضي وكذلك هدفت إلى المقارنة بين أثر البرامج المختلفة في تطوير المهارات

تساؤل الدراسة:

- ما مدى تأثير برامج حركية مختلفة في تطوير بعض المهارات الأساسية لأطفال الرياضي بعمر 5-6 سنوات

- المنهج المتبع في الدراسة:

المنهج المستخدم في الدراسة المنهج التجريبي

● عينة الدراسة وطريقة اختيارها:

اشتملت عينة الدراسة على 48 طفلاً ذكراً وقد تم تقسيم العينة إلى أربعة مجموعات بواقع 12 مقالا في كل مجموعة ، بطريقة عشوائية.

● الأدوات المستخدمة في الدراسة:

استخدام (مقياس لا يزاني للمهارات الحركية الأساسية للأطفال بعمر 3-6 سنوات واشتملت على اختبارات المشي 10م والجري 10م، التوازن المتحرك الوثب الطويل من الثبات، الرمي المسافة باليد اليمنى، الرمي المسافة باليد اليسرى بالإضافة إلى استخدام مقياس (ستانفورد - بينية للذكاء)

أهم النتائج والاقتراحات المتوصل إليها:

■ - البرامج المسافة القصة الحركية، والألعاب الصغيرة والبرامج المشتركة وبرنامج الروضة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال.

■ - المرحلة العمومية للأطفال مناسبة لتطبيق مختلف البرامج المطورة للمهارات الحركية

الدراسة الرابعة:

من إعداد محمد حسين عبد الله أبو عودة تحت عنوان:

فاعلية برنامج تدريبي مقترح لتحسين القدرات البدنية الخاصة ببعض الحركات الأرضية لدى طلاب التربية الرياضية بجامعة الأقصى، جامعة الأزهر بغزة، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير 2009

الهدف من الدراسة:

تحديد القدرات البدنية الخاصة ببعض الحركات الأرضية التي ينبغي تحسينها لدى طلاب التربية البدنية والرياضية في جامعة الأقصى بغزة.

تساؤل الدراسة:

ما البرنامج التدريبي المقترح الذي يحسن القدرات البدنية الخاصة ببعض الحركات الأرضية في مقرر الجهاز لدى طلاب المستوى الأول بكلية التربية البدنية والرياضية بجامعة الأقصى بغزة؟

● *المنهج المتبع في الدراسة: المنهج التجريبي

● *عينة الدراسة وطريقة اختيارها.

● تكونت عينة الدراسة على 40 طالبا واختيرت عينة بطريقة عشوائية.

● *الأدوات المستخدمة في الدراسة:

صالة جيباز كلية التربية الرياضية -مراس- ميزان معاير القياس الوزن لأقرب كيلوجرام رستا ميز القياس الطول لأقرب سنتيمتر- ساعة إيقاف لحساب زمن - عقل حائط. أقماع بلاستيكية عارضة لقياس التوازن الثابت.

***أهم النتائج المتوصل إليها:**

- أظهر البرنامج التدريبي المقترح تأثيرا إيجابيا على تحسين الأداء البدني والأداء المهارى الخاص بقدرات ومهارات الدراسة لدى المجموعة التجريبية ينسب تحسن كبيرة ومتفاوتة .
- ضرورة التركيز على التمرينات التي تعمل في نفس المسار الحركي والمشابهة الأداء المهارى في مراحل نسبة أخرى.
- زيادة ممارسة التمرينات الخاصة بقدرة التوازن بشكل أكبر والتدريب على مهارتي الوقوف على الرأس والميزان الأمامي لأنها تحتاج إلى توازن وثبات.
- توجيه البرنامج التدريبي المقترح ونتائجه إلى العاملين في مجال التدريب الرياضي وخاصة مرحلة الشباب الجامعي بأقسام التربية الرياضية للاستفادة من هذا البرنامج.

الدراسة الخامسة:

من إعداد أحمد فارس محمد صالح تحت عنوان:

*فاعلية برنامج مقترح لتحسين القدرات البدنية الخاصة بمهارة القرية الهجومية لدى ناشئي الكرة الطائرة في فلسطين جامعة الأزهر غزة. رسالة الماجستير في المناهج وطرق التدريس من كلية التربية البدنية 2011

الهدف العام من الدراسة:

-تحديد القدرات البدنية الخاصة لمهارة الضربة الهجومية في الكرة الطائرة لدى ناشئي الكرة الطائرة في فلسطين.

- تساؤل الدراسة:

- ما فاعلية البرنامج المقترح الذي يحسن القدرات البدنية الخاصة بمهارة الضربة الهجومية لدى ناشئي الكرة الطائرة في فلسطين؟
- المنهج المتبع هو المنهج شبه التجريبي.
- -عينة الدراسة طريقة اختيارها:
- اشتملت عينة الدراسة على 12 لاعبا ناشئا وطريقة أحسوا العينة عينة قصدية.
- الأدوات المستخدمة في الدراسة:
- -ملعب كرة الطائرة قانوني كامل التجهيز(الشبكة، القوائم، الشرائط، العصا الهوائية) أثقال حرة، حائط ملس ساعة إيقاف أقماع بلاستيكية ، كرة طائرة لوحة كرة، صافرة، شريط قياس

أهم النتائج المتوصل إليها:

- 1- البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى تحسين معظم متغيرات القدرات البدنية الخاصة (القوة المميزة بالسرعة الرجلين للذراعين و الرجلين و الرشاقة ومرونة المنكبين والمرونة الخلفية للعمود الفقري والسرعة الحركية ودقة .
- 2 - البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى زيادة نسبة فعالية مهارة الضربة الهجومية.
- 3- أمكن التوصل إلى 07 اختيارات بدنية خاصة يمكن استخدامها كأداة موضعية لتحسين القدرات البدنية الخاصة بمهارة الضربة الهجومية في الدراسة.

الدراسة السادسة:

من إعداد ناهده عبد زيد الدليمي تحت عنوان :

تأثير مجموعة الألعاب صغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر 7-8 سنوات
مجلة علوم التربية الرياضية العدد الرابع 2010

الهدف من الدراسة :

التعرف على تأثير مجموعة الألعاب صغيرة على تطوير قدرات الحركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر 7-8 سنوات

● تساؤل الدراسة:

ما مدى تأثير المجموعة الألعاب صغيرة في تطوير حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات

● المنهج المتبع هو المنهج التجريبي

● عينة الدراسة وطريقة اختيارها:

تكونت من 36 تلميذة واختيرت عليه بطريقة عشوائية

● الأدوات المستخدمة في الدراسة

الاختبارات والقياسات ، المقالات الشخصية ، استمارة تقويم القدرات الحركية، استمارة تفرغ النباتات، شريط قياس كرات ملونة مختلفة الأحجام ، أشرطة لاصقة ن طباشير ملون ، أحبال متعددة، ساعة التوقيت صفارة

أهم النتائج المتوصل إليها:

- مفردات الألعاب الصغيرة أدت دور فاعلا وكبيرا في تطوير القدرات الحركية المحددة وبعض المهارات الأساسية .
- ممارسة الألعاب الصغيرة الترويحية تقل من درجة إحجام التلميذات عن تطوير المهارات الأساسية و القدرات الحركية المحددة.
- إيجاد بيئة صحية تعليمية تسودها المودة والحب والألفة بين المعلم التلميذات ساعد على تطوير المهارات الأساسية والقدرات الحركية المحددة.

الدراسة السابعة:

من إعداد إيمان شاكر محمود تحت عنوان:

تطوير القدرات والصفات الحركية لدى أعمار (6-7) (8-9) سنوات

مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الرابع 2002

الهدف من الدراسة:

- التعرف على مدى تأثير استخدام الإيقاع الحركي على تطوير القدرات الحركية والصفات البدنية للمرحلة العمرية ما بين (6-7) (8-9) سنوات

• تساؤل الدراسة:

ما مدى تأثير استخدام الإيقاع الحركي على تطوير القدرات الحركية و الصفات البدنية للمرحلة العمومية (6-9-7.8)

• المنهج المتبع في الدراسة: المنهج التجريبي

• عينة الدراسة وطريقة اختيارها

اشتملت عينة البحث على 40 تلميذة قسمت كل مرحلة عمرية إلى مجموعتين تجريبية والأخرى طابعة بالتسالي واختيرت العينة بطريقة عشوائية.

• الأدوات المستخدمة في الدراسة:

اختبارات بعض القدرات والمسافات البدنية بسرعة 80م الوثب الطويل من النبات رمي كرة تنس بعد المسافة

اختبارات المهارات الحركية المعتمد من LAAF وهي اختبارات فرقية للأطفال ساعة توقيت يدوية.

أهم النتائج المتوصل إليها:

■ أثرت التمارين والألعاب المختارة إيجابيا في تحسن القدرات والصفات الحركية المؤثرة في انجاز الأطفال في المراحل المختارة

■ أظهرت النتائج البعدية تقدم المجموعة التجريبية في القياس البعدي في كافة المسابقات عدا رمي الكرة الطبية والشد على العقلة حيث أظهروا تطورا ضئيل في انجازهم.

■ كل الإيقاع والرزم الموسيقي للتمارين التمهيدية في القسمين الأول والثاني للحصة وتكرارها من الأثر الإيجابي على التوافق الحركي وتطور القدرات والصفات الحركية لدى المجموعة التجريبية وبالتالي سهل عمليات التعلم وتحسن مستوى الإنجاز.

الدراسة الثامنة :

من إعداد تومييات عبد الرزاق تحت عنوان :

أثر استخدام برنامج تدريسي مقترح لتحسين بعض الصفات البدنية لدى لاعب كرة اليد بجامعة محمد بوضياف، قسم التدريب الرياضي رسالة لنيل شهادة الماستر 2015

الهدف العام من الدراسة:

تصميم برنامج تدريبي استخدام طرق التدريب المختلفة بهدف تنمية بعض الصفات البدنية لأشبال كرة اليد يتناول الدراسة.

- هل للبرنامج التدريبي مقترح أثر تحسن بعض الصفات البدنية للاعبين كرة اليد أشبال؟
- المنهج المتبع هو المنهج التجريبي .
- عتبة الدراسة و طريقة اختيارها:
- عتبة تتكون من 10 عتبة ضابطة و 10 عينة تجريبية.

• الأدوات المستخدمة:

تم استعمال الاختيارات و الأساليب الإحصائية.

أهم النتائج المتوصل إليها:

- التأكيد على استعمال طرق التدريب المختلفة من برنامج تدريبي يؤدي إلى الوصول بالرياضي إلى الحالة التدريبية العالية وفق برنامج تدريبي مقترح .

الدراسة التاسعة:

عن إعداد المهدي تحت عنوان:

أثر برنامج مقترح على المهارات الحركية الأساسية لأطفال دور الحضانة بمحافظة الشرقية جامعة بغداد، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير التربية الرياضية سنة 1991

الهدف العام من الدراسة:

- هدفت الدراسة إلى وضع برنامج رياضي ترويجي لأطفال دور الحضانة، و كذلك هدفت إلى معرفة تأثير البرنامج المقترح للأطفال على بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال مثل المدرسية بعمر (4-5) سنوات

• تساؤل الدراسة:

- ما مدى تأثير البرامج المقترحة على بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال دور الحضانة 4-5 سنة؟
- المنهج المتبع في الدراسة :
- استخدام الباحث المنهج التجريبي
- عينة الدراسة و طريقة اختيارها

-اشتملت عينة البحث على 100 طفل و طفلة ثم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين بالعدد و اختيرت العينة بطريقة عشوائية.

● الأدوات المستخدمة في الدراسة:

الاختيارات الآتية.الوثب الطويل من الثبات، رمي كرة لأقصى مسافة بالمتر، اختيار سرعة عدو 20 بالثانية و تم استخدام الوسط الحسابي،و الانحراف المعياري،واختيارك وسيلة إحصائية.

أهم النتائج و الاقتراحات المتوصل إليها:

- يجب التأكيد على تطوير المهارات الحركية الأساسية
- النواتج المقترحة لها تأثير إيجابي على المهارات الحركية خاصة في هذه المرحلة العمرية.

الدراسة العاشرة:

من إعداد طارق عبد الرحمان محمود درويش تحت عنوان:

تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية و الصفات البدنية لأطفال ما قبل المدرسة من 4-5 سنوات. على طلبة روضة الأمانى لأعمار من 4-5 سنوات .جامعة بغداد كلية التربية والبدنية

الهدف من الدراسة :

التعرف على تأثير برامج تدريبية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية و الصفات البدنية و الحركة لأطفال ما قبل المدرسة من 3-5 سنوات.

تساؤل الدراسة

- ما هي تأثير برامج مدرسة حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية...؟
- -عينة الدراسة و طريقة اختيارها
- اشتملت عينة الدراسة على 50 طفل تم تقسيمه إلى مجموعتين بطريقة عشوائية
- *الأدوات المستخدمة في الدراسة
- -ساعة التوقيف، شريط لقياس الطول، ميزان لقياس الوزن، استمارات تسجيل.

أهم النتائج المتوصل إليها:

- برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي دال معنويًا على تنمية المهارات الحركية الأساسية.
- برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي دال معنويًا على تنمية بعض الصفات البدنية.

الدراسة إحدى العاشرة:

من إعداد محمود حمودة و صادق خالد الحايك تحت عنوان :

أثر برنامج حركي لتطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال من سن (5-6) سنوات.

دراسات العلوم التربوية، المجلد 36 العدد 02، 2009

الهدف العام من الدراسة:

-هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج ألعاب تعليمي مقترح في تحسين أداء الحركات الأساسية (المشي و الجري و الوثب و اللقف و الرمي) للمرحلة السنة من (5-6) سنوات.

تساؤل الدراسة

• ما مدى تأثير البرنامج الحركي لتطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال (5-6) سنوات

• المنهج المتبع في الدراسة

• استخدام الباحث المنهج التجريبي

• عينة الدراسة و طريقة اختيارها

• تكونت من (30) طفلا و طفلة و اختيرت العينة بطريقة عشوائية

• الأدوات المستخدمة في الدراسة

الاختبار الآنية، سرعة الكبرى، 20م/ثا، سرعة الكبرى، 20م/ثا، الوثب العريض من الثبات، اللقف الذي نفس الكرة من داخل المرفع، رمي كرة التنس لا يعد مسافة بالمتر

*أهم النتائج المتوصل إليها:

- -إن برنامج الألعاب التعليمي المقترح أثر إيجابيا على أداء الحركات الأساسية عند الأطفال المرحلة 5-6
- -يجب التأكيد على تعيين المهارات الحركية الآسية.

الدراسة الثانية العاشرة:

من إعداد قيري عبد الغاني وإبراهيم عيسى تحت عنوان:

أهمية استعمال الألعاب المصغرة لتنمية القدرات الحركية و النفسية لتلاميذ الطور الثاني معهد التربية البدنية و الرياضية بدالي إبراهيم جامعة الجزائر ليسانس 2003.2004

الهدف العام من الدراسة :

-دراسة تأثير طريقة الألعاب المصغرة كوسيلة تربوية و طريقة بيداغوجية تساعد في تنمية القدرات النفسية الحركية خصوصا في هذا السن 9-11 الذي ينير الطفل باستعدادات بدنية و نفسية حركية قابلة للنمو و التطور

-التوصل إلى إنجاز حصة التربية البدنية والرياضية باستعمال طريقة الألعاب المصغرة لما لها من أهمية في تنمية القدرات النفسية الحركية.

- تساؤل الدراسة:

● -هل استعمال طريقة الألعاب المصغرة أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور المتوسط الثاني يلعب دور إيجابيا في تنمية القدرات النفسية الحركية .

● المنهج المستخدم في الدراسة "المنهج التجريبي"

عينة الدراسة و طريقة اختيارها.

45 تلميذ من الطور الابتدائي، و اختيرت العينة بطريقة عشوائية.

● الأدوات المستخدمة في الدراسة.

● الاختيار و الملاحظة

أهم النتائج المتوصل إليها :

- 1 طريقة الألعاب المصغرة تنمي القدرات النفسية الحركية لتلاميذ الطور الثاني
- 2 طريقة الألعاب المصغرة طريقة ناجحة بالنسبة لتلاميذ الطور الثاني 9-12
- 3 طريقة الألعاب المصغرة طريقة محبة جدا لدى تلاميذ الطور الثاني.

التعليق على الدراسات السابقة و المشاهدة:

وهذا ما تثبته الكثير من الدراسات السابقة الذكر، حيث نجد الكثير منهم يرى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي له دور بارز في تعليم و تثبيت و تنمية مختلف المهارات الحركية لدى الممارسين و هذا ما نجده في دراسة كل من فائق يونس و ساسي عبد العزيز و حسام محمد نايف و محمد حسين عبد الله أبو عودة وأحمد فارس محمد صالح و ناهده عبد زيد الدليمي وإيمان شاكر محمود و تمويلات عبد الرزاق و المهدي و طارق عبد الرحمان محمود درويش و محمود حمودة و صادق خالد الحايك و قيري عبد الفاني و إبراهيم عيسى.

حيث يرى فائق يونس خلاصة دراسة إلى نتائج التالية:

- أن نمط الدرس البدني الحركي له تأثير في تطوير بعض الصفات البدنية و المهارات الحركية الأساسية
- و تفوق نمط الدرس البدني الحركي على الأسلوب الأمر في بعض الصفات و المهارات الأساسية مثل الوثب الطويل، رمي الكرة، الحجل على القدم، الجري بين الشواخص

وكذلك ذهب ساسي عبد العزيز إلى نفس الرؤى إذا خلصت نتائجه إلى:

- أن الألعاب الصغيرة تساعد على تعلم المهارات الحركية، و تحسين اللياقة البدنية للتلميذ
- أن الألعاب الصغيرة لها دور كبير في تعلم المهارات الحركية، و لها نتيجة على تحسين المهارات الحركية
- الدور الكبير الذي تلعبه الألعاب الصغيرة في تعلم المهارات الحركية لتلاميذ التعليم المتوسط
و يرى كذلك جاسم محمد نايف و خلاصة نتائجه على أن مختلف البرامج و الألعاب الصغيرة لها دور في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال

أن المرحلة العمرية للأطفال مناسبة لتطبيق مختلف البرامج المطورة للمهارات الحركية.

كما يرى إيمان شاكر محمود التي خلقت نتائجه إلى ما يلي:

أثر التمارين و الألعاب القارة إيجابيا في تحسين القدرات و الصفات الحركية المؤثرة في انجاز الأطفال في المراحل المختارة

بحيث النتائج البعدية تقدم المجموعة التجريبية في القياس البعدي في كافة المسابقات مدارس الكرة الفنية و الشدة على الفقه.

و كذلك ليست دراسة محمد حسين عبد الله أبو عودة التي خلعت نتائجه إلى أن البرنامج التدريسي المقترح له تأثيرا إيجابيا على تحسين الأداء البدني و الأداء المهاري الخاص بقدرات و مهارات الدراسة لدى المجموعة التجريبية بنسب تحسن كبيرة.

- ضرورة التركيز على التمرينات التي تعمل في نفس المسار الحركي و المشاهدة الأداء المهاري في مراحل نسبية أخرى
- زيادة ممارسة التمرينات الخاصة بقدرة التوازن يشكل أكبر و التدريب على مهاري الوقوف على الرأس و الميزان الأمامي لأنها تحتاج إلى توازن و ثبات

كما رأى احمد فارس محمد صالح في نفس السياق إذا خلصت نتائجه على أن البرنامج التدريبي المقترح أدى إلى تحسين مختلف متغيرات القدرات البدنية الخاصة القوة المميزة بالسرعة الرجلين الذراعين و الرجلين و الرشاقة و مرونة السكين و المرونة الخليفة للعمود الفقري و السرعة الحركية و دقة.

كما أشار شاهده عبد زيد الدليمي في نفس الموضوع نتائجه إلى أن مفردات الألعاب الصغيرة أدت دور فعالا و كبير في تطوير القدرات الحركية المحددة و بعض المهارات الأساسية .
أن ممارسة الألعاب الصغيرة الترويحية تقل من درجة إحجام التلميذات عن تطوير المهارات الأساسية و القدرات الحركية المحددة.

وفي نفس السياق ذهب توميات عبد الرزاق التي تحصلت نتائجه على:

-التأكيد على استعمال طرق التدريب المختلفة ضمن برنامج تدريبي يؤدي إلى الوصول إلى الحالة التدريبية العالية وفق برنامج تدريبي مقترح.

ويشير كذلك المدى التي خلصت نتائجه إلى:

-التأكيد على تطوير المهارات الحركية الأساسية.

-البرامج المقترحة لها تأثير إيجابي على المهارات الحركية خاصة هذه المرحلة العمرية .

و هذا ما أشار إليه كذلك طارق عبد الرحمان محمود درويش التي حصلت نتائجه تأثير برنامج التربية الحركية المقترح إيجابي على التنمية المهارات الحركية الأساسية تأثير برنامج التربية الحركية المقترح على تنمية بعض الصفات البدنية.

وبينت دراسة محمود حمودة و صادق خالد الحايك التي نتائجه إلى:

-إن برنامج الألعاب التعليمي المقترح أثر إيجابيا على أداء الحركات الأساسية عند الاطفال المرحلة العمرية من 05 إلى 06 سنوات

-التأكيد على تحسين المهارات الحركية الأساسية

وكذلك من دراسة قيري عبد الغاني و ابراهيم عيسى خلصت نتائجه أن طريقة الألعاب المصغرة تنتمي القدرات

الحركية النفسية لتلاميذ الطور الثاني أن طريقة الألعاب المصغرة طريقة ناجحة بالنسبة لتلاميذ الطور الثاني 9-12

أن طريقة الألعاب المصغرة طريقة معينة جدا لدى تلاميذ الطور الثاني.

ونجد أن معظم الدراسات تناولت موضوع دور النشاط البدني و الرياضي في تنمية المهارات الحركية وفق نظرة

تجريبية بحيث نجدها استخدمت المنهج التجريبي وفق التصاميم التجريبية الحقيقية ،أما دراستنا فتناولت الموضوع وفق

المنهج الوصفي و هذا من أجل وصف الحالة إذا أن صعوبات و العراقيل التي واجهتنا أجر تنا على استخدام هذا

المنهج.فمن العراقيل التي واجهتنا صعوبة اللجوء إلى المؤسسات التربوية و تطبيق برامج النشاط البدني الرياضي على

تدريبه و كذلك إلى ضيق الوقت.

الفصل الثاني

الكلمات الدالة :

1.1. حصة التربية البدنية والرياضية:

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية احد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعية والكيمياء واللغة ، ولكنها تختلف عن هذه المواد في كونها تمد التلاميذ ليس فقط المهارات والخبرات الحركية ، ولكنها أيضا يمدده بالثثير من المعارف لكي تعطي الصحية والنفسية والاجتماعية بالإضافة إلى المعلومات التي تعطي الجوانب العلمية لتموين جسم الإنسان ، وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة الجماعية والفردية، والتي تتم الإشراف التربوي المعدين لهذا الغرض.(محمد عوض بسويبي:1992، ص94)

1.1.1 التربية البدنية :

اصطلاحا :

عرفها بيوكر تشارلز : التربية البدنية وهي جزء متكامل من التربية العامة ، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والتوافق الحركي وذلك عن طريق النشاط البدني. (محمود عوض بسويبي 1990 ، ص 22)

2.1.1 التربية البدنية والرياضية:

يعرفها روبرت بونان بأنها التربية البدنية هي تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسية والحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد.

أما بتر ارنولد بأنها التربية البدنية هي ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثيري وتوافق الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني.

التعريف الإجرائي :

هي الجزء من التربية العامة التي تقوم على الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد عبر النشاط البدني .

2.1 المهارة الحركية :

اصطلاحا:

1.2.1 المهارة:

يعرفها كل من محمد حسن العلاوي ، ومحمد نصر الدين رضوان من الصعب تحديد مفهوم مطلق للمهارة، كونها تشير إلى مستويات نسبية من الأداء أي أن المهارة خاصية تشير إلى درجة من الجودة منسوبة إلى مستوى الفرد أو مستويات الجماعة. ويصطلح على تسمية المهارة في التعليم الحركي ثبات الحركة واليتها واستعمالها في وضعية مختلفة وبشكل ناجح.(محمد حسن العلاوي ، ومحمد نصر الدين رضوان: 1987، ص20)

وفي هذا الخصوص يقول وجيه محبوب نفهم تحت اصطلاح المهارة حل الواجب للمسار الحركي لتكوين مجموعة أجزاءه .

ويقول مفتى إبراهيم حماد تعرف المهارة بأنها المقدرة على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام أداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان من اجل بذل الطاقة في اقصر زمن ممكن. (وجيه محبوب،1987، ص56)

ويقول أسامة كامل راتب قد يستعمل المهارة التعبير عن الواجب الحركي، وقد تستخدم للتعبير عن نوعية الأداء وبهذا المهارة الحركية في المجال الرياضي وخاصة لعبة كرة القدم تعنى كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون اللعبة سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدون كرة.

2.2.1 المهارة الحركية:

عرفها عصام عبد الخالق : المهارة الحركية أنها الأداء الحركي الإرادي الثابت المتميزة بالتحكم والدقة والاقتصاد في الجهد وسرعة الاستجابة للموافق المتغيرة لإنجاز أفضل النتائج (عصام عبد الخالق: 1992، ص617) .

كما يري محمد عوض بسويني وفيصل ياسين الشاطي: أن المهارة الحركية هي الحركة التي تؤدي بطريقة أوتوماتيكية والتي تسمح بالاقتصاد في الجهد.

كما أن المهارة الحركية تتركز على كفاءة الفرد وإعداده بدنيا وبينى عليها إعداده خططيا وفكريا ونفسيا، والمهارة الحركية هي التي تعطي للمشاهد الانطباع حول نوعية الأداء، حيث يقول كل من محمد حسن العلاوي ومحمد نصر الدين رضوان: على أن المهارة الحركية هي التي تعطي للمشاهد أن الأداء الحركي بسيط يكتسب من خلال العمل العضلي، وهي متوقفة بالدرجة الأولى على قدرة الإنسان على التوافق.

ان أي المهارة تتجه نحو الاختزال عدد كبير من العضلات ، وتبقى العضلات العامة فقط، في تنظيم الحركة ذاتيا.

كما يقول مفتى إبراهيم حماد حول المهارة الحركية مدى كفاءة الأفراد في الأداء واجب حركي معين.

التعرف الإجرائي :

أن المهارة الحركية هي حركة إرادية ثابتة تتميز بالتحكم والدقة والاقتصاد في الجهد، كما تتميز بسرعة الأداء خلال فترة زمنية معينة ومحددة ومرتبطة بالقدرات البدنية وحركية أثناء أدائها.

2. الإشكالية:

تعد حصة التربية البدنية الجزء الأهم من مجموعة أجزاء البرنامج المدرسي للتربية البدنية ومن خلاله تقدم كافة الخبرات والمواد التعليمية والتربوية التي تحقق أهداف المنهج أو على ذلك يفترض أن يستفيد منه كل تلاميذ المدرسة مرتين أسبوعيا على الأقل ، كما أنه يجب على معلم التربية البدنية مراعاة كافة الاعتبارات المتعلقة بطرق التدريس والوسائل التعليمية والتقييم حتى يمكن تحقيق تلك الأهداف بصورة سليمة (المتولي عنان حلوى 1998 ، ص119) ويرى كيبورتن أن النشاط الرياضي الذي يمارسه الفرد من خلال الأنشطة الحركية من العمليات التربوية الهادفة التي تنمي وتطور الجسم .

والقدرات الحركية تشير الى مدى كفاءة الفرد في أداء المهارات الحركية الأساسية كالجري والقفز والرمي والتسلق وغيرها ، حيث يؤكد سكوت فرتش عندما أشار الى أن القدرات الحركية تشير إلى التحليل في المهارات الحركية الأساسية كالجري والقفز والرمي .

وتعتبر حصة التربية البدنية والرياضية عنصر مهم في تنمية القدرات الحركية بحيث يجب أن تسير حنبا الى جنب مع عملية تطوير القدرات البدنية والقابليات التوافقية الحركية لتصبح عملية متكاملة الإعداد البدني والمهاري لمختلف الفعاليات والألعاب الرياضية . كما أثبت لنا كثير من البحوث والتجارب وبشكل أكيد واضح بأن تنمية القدرات الحركية تجنب الرياضي من الإصابات المختلفة جراء السقوط او التصادم أو الاحتكاك مع الآخرين ، كما تقلل فترات الشفاء من الإصابات العضلية والأوتار والتعب الحاصل من التدريب الشديد كما تقلل درجة المصاحبة وكذلك تساعد على المجال الحركي للمفاصل وتزيد من طريق التحصيل الحركي للأطراف والنواحي الكمية والنوعية. وتتميز التربية البدنية ما بين الميادين المعرفية ، لا تقتصر أهدافها تدريسيها على الأهداف المعرفي فقط، بل يتجاوز ذلك الأهداف النفس الحركية والوحدانية لدى المتعلمين.

والمرحلة المتوسطة من بين المراحل الهامة في حياة التلميذ وتعليمه وتطوير مختلف صفاته البدنية ومهاراته الحركية الأساسية فهو يمتلك شيئا من القوة والسرعة والرشاقة في الحركة فضلا عن قدراته في الرمي. لذا فان الاهتمام بحركة التلميذ في نشاطات الدرس الحركية له مردودة الايجابية الأهداف سوف ينعكس في المستقبل على نشاط التلميذ وقدراته الحركية والمهارية وذلك في مراحل النمو القادمة. كما تساعد على تعليم وتثبيت وتنمية مختلف المهارات الحركية المساعدة على ممارسة الأنشطة الرياضية والتي تتطلب امتلاك الفرد على أغلبية الصفات البدنية والحركية والتي تساهم في التنسيق والتوافق الحركي الجيد .

وهذا ما دفعنا الى طرح التساؤل التالي :

- هل تلعب حصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات الحركية ؟

وتحت غطاءه تندرج أسئلة أخرى فرعية وهي :

1- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في أداء مهارات الجري ؟

2- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في أداء مهارات القفز ؟

3- هل توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات رمي الكرة؟

3. أهمية الدراسة :

نظرا للتهمة الذي تلقاه حصة التربية البدنية والرياضية من طرف سواء المسؤولين أو التلاميذ ، فمن الدراسات الحديثة التي قام بها المختصون تبين أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في جميع الميادين الجسمية ، العقلية ، الاجتماعية لتلاميذ المرحلة المتوسطة .

ولما تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية دور هام في المنظومة التربوية من إكساب التلاميذ مختلف المهارات الحركية المساعدة على ممارسة الأنشطة الرياضية وكذا التنسيق والتوافق الحركي ، ولهذا تتضح أهمية دراستنا في جانبين أساسيين وهما :

أولا : جانب علمي ميداني : إن حصة التربية البدنية والرياضية فسحت المجال أمام التلميذ ليلعب ويمرح ويفوز كل هذه الأشياء تساعده على تنمية المهارات الحركية وتشبثها وتعلمها ، وذلك من خلال ممارستها لمختلف الأنشطة الرياضية .

ثاني : جانب عملي : مادة التربية البدنية والرياضية هي مادة رسمية ضمن المنهاج العام للمنظومة التربوية وهي المادة التي لها أكبر تأثير مباشر وغير مباشر على الدروس الأكاديمية الأخرى . فهي تعطي للتلميذ نفس جديد وتطور النمو الحركي وهذا ما نجده في مختلف قوانين التربية البدنية والرياضية الصادرة في 1976 أبريل 1989 ، وكذا قانون 2012 والتي تنص على إلزامية ممارسة النشاط البدني الرياضي في كل الأطوار التعليمية ، واختيارها مادة أساسية مثل باقي المواد الأكاديمية الأخرى ، وهذا راجع لما تلعبه من دور فعال في بناء المواطن الصالح من الناحية البدنية والتوافق الحركي والاجتماعية .

ولقد تطرقنا في بحثنا هذا إلى توضيح أن حصة التربية البدنية والرياضية تلعب دورا فعالا في تنمية بعض المهارات الحركية لتلاميذ المرحلة المتوسطة .

4. أهداف الدراسة :

يهدف البحث الحالي إلى :

- معرفة دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الحركية .
- إبراز الأهمية الكبيرة التي تكتسبها حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة من تعلم وثبت وتنمية المهارات الحركية لدى التلاميذ.
- إبراز الدور الذي تلعبه التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق الحركي المطلوب في التعليم المتوسط.
- معرفة واقع ممارسة التربية البدنية والرياضية داخل مؤسساتنا التربوية .
- معرفة درجة بين الذكور والإناث في أداء مهارات الحركية.

5. الفرضيات:

لحصة التربية البدنية والرياضية دور في تنمية بعض المهارات الحركية.

2.5 فرضيات الدراسة :

- 1- لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات الجري.
- 2- لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات القفز.
- 3- لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات رمي الكرة.

الفصل الثالث

1. الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة بمثابة الأساس الجوهرى لبناء البحث كله وفي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي ، إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها . (مختار : 1995 ، ص 47)
فالدراسة الاستطلاعية إذا هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها وهدفها لضمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية وتسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني ، كما تساعد الباحث على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق .

وبناء على هذا قمنا قبل المباشرة بإجراء الدراسة الميدانية بدراسة استطلاعية كان الغرض منها ما يلي :

- معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته وخصائصه .
- التأكد من صلاحية أداة البحث شبكة الملاحظة وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية :
وقوع البنود وملائمتها لمستوى العينة .
التأكد من وضوح التعليمات
- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية والتطبيقية الأساسية وبالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل التي شأنه أن يواجهها .

واستنادا على هذه المعلومات قمنا ببدء دراستنا الاستطلاعية ، فمن بين المتوسطات التي تم زيارتها قصد إجراء الدراسة الاستطلاعية متوسطة عبد القادر دريسي ببلدية برج بوغريج ، حيث تعرفنا على مجموعة من التلاميذ السنة الثانية متوسط 2 م 2 والمقدر عددهم ب : 10 تلاميذ قمنا بملاحظة الأولى على مجموعة من التلاميذ والمقدرة عددهم ب10 وتنقسم إلى فئتين 05 ذكور و05 اناث، قصد الوقوف على نقائص وثغرات شبكة الملاحظة قبل الملاحظة النهائية ، وكذلك التعرف على مدى وضوح صلاحية الاختبارات والأدوات المستخدمة .

1.1. مجالات الدراسة :

1.1.1: المجال الزمني للدراسة

بعد اختبار موضوع دراستنا ، انطلقنا في الدراسة النظرية للموضوع من بداية النصف شهر ديسمبر 2016 إلى غاية نهاية شهر فيفري 2017 أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد حدد ما بين منتصف شهر مارس إلى غاية بداية شهر ماي سنة 2017 .

2.1.1: المجال المكاني للدراسة :

أجريت الدراسة على مستوى متوسطة عبد القادر دريسي ، ببلدية برج بوغريج .

2. المنهج المتبع :

بالنظر للمشكلة التي طرحها ، وطبيعة الموضوع المقترح ، لجانا إلى المنهج الوصفي ، وذلك لتلائمه مع موضوعنا هذا ، وهو عبارة عن بحث عن أوصاف دقيقة للأنشطة والأشياء والعمليات والأشخاص بتصوير للوضع

الراهن في بعض الأحيان ، كما يحددون العلاقات التي توجد بين التظاهرات أو التيارات التي تبدو وفي عملية نموه ، من حين لآخر ، يحاولون وضع تنبؤات عن الأحداث المقبلة (شافعي 1994 ، ص 46) .

تعريفه : عبارة عن استقصاء في ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشجيعها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها . (تركي 1984 ، ص 105) .

3. العينة ومجتمع الدراسة :

1.3.1 : مجتمع الدراسة والبحث :

وهي المجموعة الكلية للأفراد الذين يريد إجراء الباحث دراسته عليهم ، وبما أن بحثنا يركز حول دراسة أثر دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ثانية متوسط ، فتمحور بحثنا حول تلاميذ المرحلة المتوسطة بمتوسطة بلدية برج بوعريريج والتي بلغ عددها مجتمع الدراسة 134 . عدد الذكور 59 وعدد الإناث 75

3.2 : عينة الدراسة :

استخدمنا في دراستنا عينة عشوائية بسيطة والأساس في العينة الإجمالية وتدخل كل أنواع العينات الأخرى وهي باختصار تعني إعطاء كل وحدات العينة ضمن مجتمع الدراسة فرصة متساوية لاحتمال تمثيلها ضمن عينة الدراسة ، أي التلاميذ في الطور المتوسطة لبلدية برج بوعريريج ، حيث اختيار عينة عشوائية تم ملاحظة مجموعة من التلاميذ وعددهم 134 تلميذ أي 10 تلاميذ و 10 تلميذة . تم ملاحظة على مجموعة التلاميذ عددهم 20 تلميذ وتلميذة وقد تسليم استمارة شبكة الملاحظة وهو ما يعادل نسبة % 14.95 من المجتمع الأصلي وهي نسبة كافية للدراسة .

3.3 خصائص العينة

العشوائية

ممثلة للمجتمع الأصلي

يمكن تعميم النتائج

التجانس بين العينتين

التجانس بين العنتين بين الذكور والإناث

السن

المستوى

تحديد متغيرات الدراسة :

إن إشكالية فرضيات كل دراسة تصغ على شكل متغيرات يؤثر إحدهما على الآخر ، وبالاعتماد على مفاهيم ومصطلحات وأوجب علينا تحديد هذه المتغيرات وهي كالآتي :

المتغير المستقل : هو العلاقة بين السبب والنتيجة أي العامل المستعمل نريد من خلاله قياس النواتج

المتغير التابع : هو الذي يوضح الناتج أو الجواب لأنه يحدد الظاهرة التي نحن بصدد محاولة شرحها وهي تلك العوامل أو الظواهر التي يسعى الباحث إلى قياسها ، وهي تتأثر بالمتغير المستقل .

1- المتغير المستقل : حصة التربية البدنية والرياضية

2- المتغير التابع : المهارات الحركية

4. أدوات البيانات والمعلومات :

لقد قمنا باستخدام نوع واحد من أدوات للبحث والمتمثلة في شبكة الملاحظة خاصة بالتلاميذ ، وذلك مجمع النتائج المتحصل عليها للوصول إلى الإجابة عن الأسئلة المطروحة في بحثنا هذا ، كما يعرف أنه أداة عملية.....الاستقصاء لجمع المعلومات الأكثر فعالية لخدمة البحث ، يحتوي هذا الأخير على مجموعة من المؤشرات تمت صياغتها لاختبار فروض هذه الدراسة وأهداف البحث .

5. إجراءات التطبيق الميداني للأداة :

قبل إجراء التطبيق النهائي لشبكة الملاحظة في الدراسة استوجب علينا المرور بالخطوات التالية :

1.5. حساب الخصائص السيكمترية للأداة :

ويهدف التأكد من ملائمة الأداة المطبقة في بحثنا (الخصائص السيكمترية) قمنا بحساب معامل الثبات..... α كروم باخ ومعامل الصدق بطريقة التجريب وإعادة التجريب test Retest على مجموعة التلاميذ بقدر عددهم 20 تلاميذ .

1.1.5. صدق الأداة :

الصدق الظاهري (صدق المحكمين) :

لقد قمنا بعرض أداة البحث " استمارة شبكة الملاحظة " على عدد من المحكمين وقد تم إرفاق شبكة الملاحظة باستمارة شاملة تحمل موضوع البحث وعنوان البحث والإشكالية المراد حلها ، والفرضية العامة الموضوعية كمشروع للبحث والفرضيات الجزئية كحلول مؤقتة .

ونقصد كل الخطوات السابقة لإبراز لاستطلاع آراء المحكمين حول مدى وضوح صياغة كل مؤشرات شبكة الملاحظة ، ومدى أهمية كل مؤشر ومناسبتها للمحور الذي تنتمي عليه درجة ملائمة المؤشرات للفرضيات الجزئية الموضوعية ، ومدى ملائمة الفرضيات المصاغة للموضوع المدروس ، وبالتالي إثبات بأن شبكة الملاحظة صالح لدراسة البحث في ضوء التوجيهات التي بدأ بها المحكمون ، فقد تم تصحيح ما ينبغي تصحيحه حتى تزداد مؤشرات وضوحا وملائمة للفرضيات التي وضعت من أجلها .

2.1.5 ثبات الأداة :

يقصد بالثبات أن يعطى المقياس النتائج نفسها أو قريب منها إذا ما أعيد تطبيقه على الأفراد أنفسهم في الظروف نفسها (الغريب :1977،ص 653) .

عدد العينة	معامل كروم باخ
20	.882

6. الأساليب الإحصائية :

استخدمت حقيبة البرامج الإحصائية Spss لغرض التوصل الى نتائج البحث التالي :

الأساليب الإحصائية :

يقول أبو صالح وآخرون أن علم الإحصاء هو ذلك العلم الذي يبحث في جمع البيانات وتنظيمها وعرضها وتحليلها وإتخاذ القرارات بناء عليها (فؤاد إليهي السيد :1999، ص 332)

لدراسة عينة ما نستعمل الطريقة الإحصائية وعليه يمكن التعرف على المجموع الكلي للموضوع وكذا هل توصلنا إلى تحقيق الفرضية أم لا للدراسة الإحصائية تعطينا أكثر دقة في النتائج الميدانية وترجمتها إلى أرقام وذلك باستعمال الطريقة الإحصائية ، وقد تمت المراجعة الإحصائية بواسطة حزمة البرامج الإحصائية Spss وكذلك للحصول على نتائج دقيقة في أسرع وقت ممكن .

1.6 المتوسط الحسابي :

ويطلق عليه اسم الوسط الحسابي أيضا ويعد أكثر المقاييس استعمالا، ويعني مجموع المشاهدات مقسوما على عددها ويمكن التعبير عن المفهوم بالعلاقة الرياضية الآتية:

مج س

س = ن

حيث س : المتوسط الحسابي

من : درجات كل فرد المتغير

مج : المجموع

ن : عدد أفراد العينة

2.6 الانحراف المعياري :

يمثل أحد مقاييس التشتت وأكثرها شيوعا وهو يعرف بالجذر التربيعي للتباين وبمعنى أدق هو الجذر التربيعي لمجموع مربعات الانحراف عن وسطها الحسابي أي مقسوما على حجم العينة ويرمز له بالحرف ع (عماد الزغول ، 2005 ، ص144).

الفصل الرابع

1. عرض ومناقشة النتائج على ضوء محاور الدراسة:

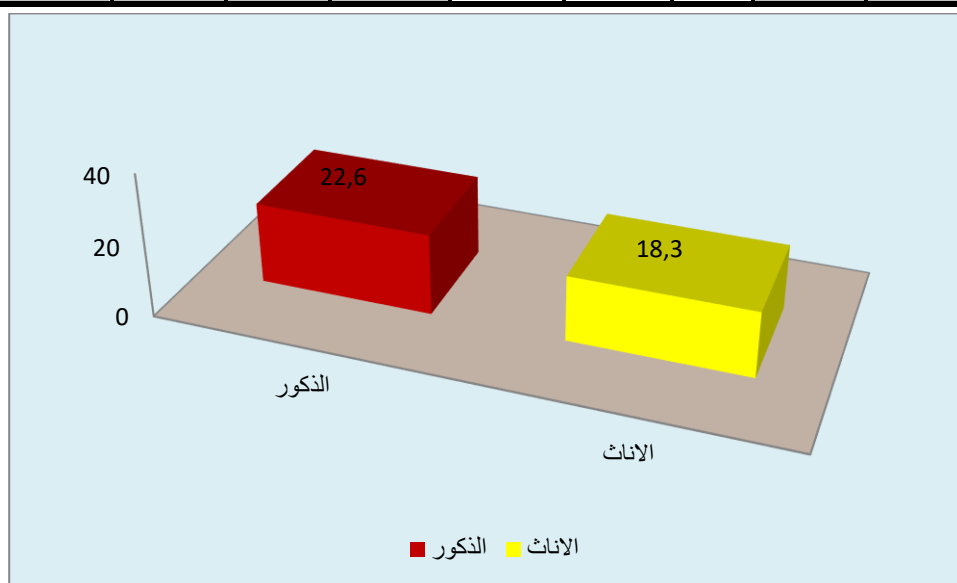
1.1 عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية" بين الذكور والإناث في أداء مهارات الجري".

وبعد المعالجة الإحصائية تحصلنا على النتيجة المبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (01): الفرق بين الجنسين في أداء مهارات الجري

مهارات الجري	اختبار التجانس ليفين F	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	القرار	الدرجات	
										ذكور	إناث
										0.65	0.21
				22.60	2.06	18	4.92	0.00	دال عند	10	0.01
				18.30	1.82					10	



الشكل رقم (01): الفرق بين متوسطي الجنسين في أداء مهارات الجري

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن قيمة المتوسط الحسابي عند الذكور المقدره عددهم ب : 10 ب 22.60 وبانحراف معياري قدره 2.06 أما قيمة المتوسط الحسابي عند الإناث المقدره عددهم ب 10 ب 18.30 وبانحراف معياري قدره 1.82 كذلك أن قيمة اختيار التجانس ليفني F بلغت في مهارات الجري 0.21 وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ وبناء على هذه النتيجة تم استخدام T بالنسبة لعينيتين مستقلتين متجانستين

وبالنظر إلى أن قيمة اختبار الفروق TEST و التي بلغت في مهارات الجري 4.92 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.01$ ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض فرضية الدراسة القائلة بلا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات الجري وقبول الفرضية البديلة القائلة بتواجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات الجري ولصالح الذكور ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هي 99 % مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1 % .

وهذه النتيجة تتوافق مع كل دراسة (فائق يونس علي ، اثر نمط درس التربية البدنية الرياضية البدني والحركي في تطوير بعض الصفات البدنية الحركية الأساسية لمرحلة التعليم المتوسط ، حيث توصلت الى أن برنامج التربية البدنية تساعد على تعلم المهارات الحركية الجري وتحسين اللياقة البدنية للتلميذ .

بالإضافة الى دراسة جاسم محمد نايف " تأثير برنامج الحركية مختلفة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية ، حيث توصل أن البرامج المضافة والألعاب الصغيرة في تطوير المهارات الحركية الأساسية للأطفال ، وكذلك المرحلة العمرية للأطفال مناسبة لتطبيق مختلف البرامج المطورة للمهارات الحركية

وكذلك دراسة بلوك فروق بين الذكور والإناث في خصائص والسمات العقلية والانفعالات والميول والاهتمامات ، حيث توصل الى أن الذكور تفوقوا على الإناث في القدرة الرياضية وممارسة الألعاب القوى الجري بالإضافة الى دراسة فاطمة ناصر وبيرفان عبد الله المقني ،مقارنة في بعض الحركات الأساسية بين الأطفال الرياض ، حيث توصلوا أن الذكور تفوق على الإناث في مهارة الجري

وكذلك دراسة منير سامي الرحاني ، مقارنة لبعض المهارات الحركية الأساسية بين الذكور والإناث للأطفال الصف الأول الابتدائي ، حيث توصل أن الذكور تفوق على الإناث في اختبار مهارة الجري وتتعارض مع النتيجة التي توصل إليها محمد ممدوح على وجود الفروق بين الذكور والإناث في أداء المهارات الحركية .

ويرى الباحث بأنه يوجد اختلاف بين الذكور والإناث في أداء المهارات الحركية الخاصة بالجري لعدة أسباب يمكن تلخيصها فيما يلي :

- أن الذكور أكثر رغبة من الإناث في تعلم المهارات الحركية الخاصة بالجري ، وكذلك فالذكور يمتازون بمؤهلات فيزيولوجية من خلال الإمكانية العضلية لتحمل أداء التمرينات ، حيث يشكل النسيج العضلي نحو ثلاثة أخماس وزن لدى الذكور و اقل من ذلك لدى الإناث .

-بالإضافة إلى أن الذكور يتميزون ببنية مرفولوجية من ناحية الطول والوزن والرشاقة والمرونة عكس الإناث

-وكذلك أن الذكور أكبر المخاطرة والمغامرة حتى يحصل الذكور على الإجابة والتعزيز عند الممارسة النشاط البدني مما يجعل الذكور في النهاية أكثر عدوانية ومغامرة من الإناث ، والفروق الفردية بين الذكور والإناث تختلف من فرد إلى آخر وهذا ما يثبت الفروق لصالح الذكور على متوسط .

وبالتالي فالنتائج نراها منطقية في وجود الفروق وعليه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية

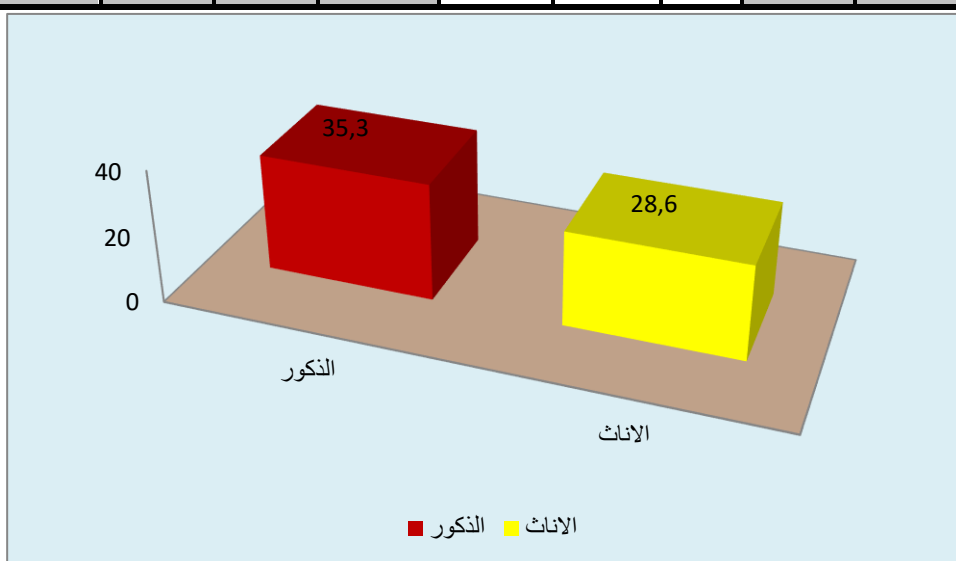
البديل القائل بوجود فروق في أداء مهارات الجري بين الذكور والإناث.

2.1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية :

نصت الفرضية الثانية على: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية " بين الذكور و الإناث في أداء مهارات القفز"، وبعد المعالجة الإحصائية تحصلنا على النتيجة المبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (02): الفرق بين الجنسين في أداء مهارات القفز

مهارات القفز	إختبار التجانس F	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	القرار	الدرجات	
										ذكور	إناث
	0.60	0.44	10	35.30	4.13	18	4.22	0.00	دال عند 0,01	ذكور	
										إناث	



الشكل رقم (02): الفرق بين متوسطي الجنسين في أداء مهارات القفز

نلاحظ من خلال الجدول رقم 02 أن قيمة المتوسط الحسابي عند الذكور المقدره عددهم 10 بـ 35.30 وانحراف معياري قدره 4.13 ، أما قيمة المتوسط الحسابي عند الإناث المقدره عددهم 10 بـ 28.60 وانحراف معياري قدره 28.60 و قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى $\alpha = 0.05$ وبناء على هذه النتيجة تم استخدام T بالنسبة لعينتين مستقلتين متجانستين

وبالنظر إلى أن قيمة اختبار الفروق و التي بلغت في مهارات القفز 4.22 وهي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.01$ ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض فرضية الدراسة القائلة ب: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات القفز ولصالح الذكور ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هي 99 % مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1 % .

فانطلاقاً من مختلف القراءات والدراسات السابقة والتراث النظري والفكري والنتائج المتحصل عليها بطرائق إحصائية علمية في الجدول رقم 02 .

وهذه النتيجة تتوافق مع كل دراسة ناهد عبد زيد الدليمي : تأثير مجموعة الالعب متغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية ، حيث توصل إلى أن الألعاب الصغيرة أدت دورا فعالا وكبيرا في تطوير القدرات الحركية المحددة وبعض المهارات الأساسية .

وكذلك دراسة إيمان شاكر محمود : تطوير القدرات والصفات الحركية لدى أعمار (6-7) (8-9) سنوات ، حيث توصل إلى أن تأثير التمارين والألعاب المختارة إيجابيا في تحسن القدرات الحركية المؤثرة في إنجاز الأطفال وكذلك الأثر الإيجابي على التوافق الحركي وتطور القدرات والصفات الحركية لدى المجموعة التجريبية وبالتالي عمليات التعلم وتحسن مستوى الإنجاز .

وقد أثبتت دراسة خريبط بأن الدور يختلفون عن الإناث في تطور مهارات اللعب فالإناث لديهم ميل وكفاءة أفضل في ركوب الدراجات بينما الذكور يميل إلى الوثب والقفز والتسلق .

وبينت دراسة عبد الرحمان 2002 تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والصفات البدنية ، حيث توصل إلى وجود الفروق بين الذكور والإناث في مهارات القفز .

ويرى الباحث ، بوجود اختلاف بين الذكور والإناث في أداء المهارات الحركية الخاصة بالقفز لعدة أسباب

يمكن تلخيصها فيما يلي :

- -الفروق الفردية بين الذكور والإناث
- -تحمل الذكور أداء التمرينات بفضل المؤهلات الفيزيولوجية
- -الاختلاف في البنية المرفولوجية بين الإناث والذكور
- -التغيرات في التكوين الجسمي والنمو الوظيفي بين الذكور والإناث .
- -الاختلاف في النمو القدرات البدنية بين الذكور والإناث
- -أن الذكور أكبر تطور في طول القفز عكس الإناث .
- يكون الارتباك عند الإناث أكثر من الذكور

وبالتالي فالنتائج نراها منطقية في وجود الفروق وعليه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة القائلة

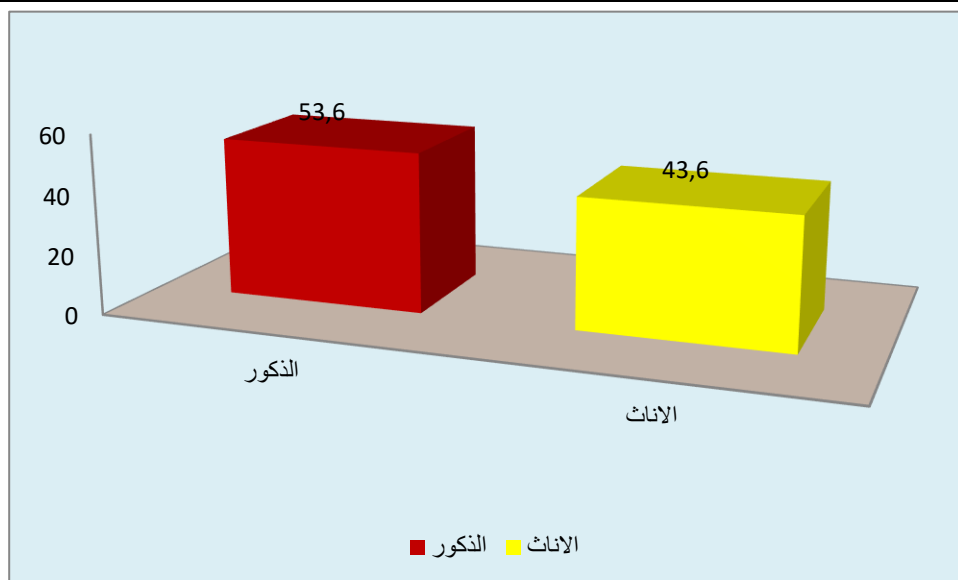
بوجود فروق في أداء مهارات القفز بين الذكور والإناث .

3.1 عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الثالثة

نصت الفرضية الثالثة على: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية" بين الذكور و الإناث في أداء مهارات رمي الكرة"، وبعد المعالجة الإحصائية تحصلنا على النتيجة المبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (03): الفرق بين الجنسين في أداء مهارات الرمي

مهارات الرمي	إختبار التجانس ليفين F	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	القرار
الدرجات	ذكور	0.40	10	53.60	2.83	18	8.23	0.00	دال عند 0,01
	إناث			43.60	2.59				



الشكل رقم (03): الفرق بين متوسطي الجنسين في أداء مهارات الرمي

نلاحظ من خلال الجدول رقم 03 أن قيمة المتوسط الحسابي عند الذكور المقدره عددهم 10 بـ 53.60 وانحراف معياري قدره 2.83 ، أما قيمة المتوسط الحسابي عند الإناث المقدره عددهم 10 بـ 43.60 وانحراف معياري قدره 2.59 وكذلك أن قيمة اختبار التجانس لفين : $A=005$ وبناء على هذه النتيجة تم استخدام T بالنسبة لعينيتين مستقلتين متجانستين

وبالنظر إلى أن قيمة اختبار الفروق و التي بلغت في رمي الكرة 8.23 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.01$ ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض فرضية الدراسة القائلة بـ : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات رمي الكرة ولصالح الذكور ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هي 99 % مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1 % .

فانطلاقاً من مختلف القراءات والدراسات السابقة والتراث النظري والفكري والنتائج المتحصل عليها بطرائق إحصائية علمية في الجدول رقم 03 .

وهذه النتيجة تتوافق مع كل دراسة طارق عبد الرحمان محمود درويش : تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية وبعض المهارات الحركية المقترح ، له تأثير إيجابي دال معنوياً على تنمية المهارات الحركية الأساسية ، وكذلك تأثير إيجابي دال معنوياً على تنمية بعض الصفات البدنية.

وكذلك تؤكد دراسة فيري عبد الغاني وإبراهيم عيسى " أهمية استعمال الألعاب المصغرة لتنمية القدرات الحركية والنفسية لتلاميذ ، حيث توصل طبقة الألعاب المصغرة تنمي القدرات الحركية للتلاميذ .

وكذلك تؤكد دراسة محمود حمودة وصادق خالد الحايك : اثر برنامج حركي لتطوير المهارات الحركية الإنسانية ، حيث توصل أن برنامج الألعاب العليمي المقترح أثر إيجابياً على أداء الحركات الإنسانية عند الأطفال وكذلك تحسين المهارات الحركية الأساسية .

وتتفق دراسة عبد الرؤوف عفاة " بناء مستويات معيارية لبعض مظاهر النمو الحركي لدى طلبة الصفوف الأربعة الأولى في محافظة نابلس ، حيث توصل على وجود الفروق بين الذكور والإناث في أداء مهارات رمي الكرة ويرى الباحث بوجود اختلاف في الذكور والإناث في أداء المهارات الحركية الخاصة ، يرمي الكرة لعدة أسباب يمكن أن نلخصها .

- الفروق الفردية بين الذكور والإناث .
 - الذكور لديهم رغبة في المغامرة عكس الإناث.
 - الذكور أكبر عزيمة والتحدي من الإناث .
 - الاختلاف من الناحية البيولوجية ، فالذكور لديهم القدرة على التحمل على أداء التمرينات وإناث أقل قدرة رغم التحمل .
 - الاختلاف في الناحية المرفولوجية من ناحية الطول والوزن ، الأطراف بين الذكور والإناث ، وهذا ما يؤكد الفروق لصالح الذكور أعلى متوسط .
- والنتائج نراها منطقية في وجود الفروق وعليه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديل القائل بوجود فروق في أداء مهارات رمي الكرة بين الذكور والإناث.

الفصل الخامس

الاستنتاج العام

من خلال الدراسة التي قمنا بها والتحليل الذي توصلنا إليه، انطلاقاً من موضوع بحثنا المتمثل في معرفة التأثير الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ المتوسط ، وجدنا أن التلميذ من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية ينمي المهارات الحركية كما أن الأنشطة البدنية المبرمجة خلال حصة التربية البدنية والرياضية وتكمن مهمتها في تعليم وترقية التوافق الحركي وتطوره

ومن هنا يمكننا القول أنه تم عدم إثبات صحة فرضيات للبحث

✓ توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات الجري

✓ توجد ذات دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات القفز

✓ توجد ذات دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات رمي الكرة

ومن هنا يمكننا القول أن الدراسة حققت أهدافها وهي الكشف عن دور حصة التربية البدنية في تنمية

بعض المهارات الحركية

فالتربية البدنية والرياضية لها دور في تنمية وتعلم وتثبيت القدرات الحركية إذ تعمل على تكثيف أجهزة الإنسان بيولوجيا ورفع مستوى كفايتها الوظيفية واكتسابها الصفات التي تساعد التلاميذ على قيامه بواجباته الحياتية دون الشعور بالتعب وإرهاق ، فمن خلال الأنشطة البدنية يكتسب الفرد القوة والسرعة والجهد العضلي بالإضافة إلى تحسن عمل الجهاز القلب الوعائي أو بقية أجزاء الجسم مما يساعد على الارتقاء بمقومات وأسس اللياقة البدنية.

ومن خلال هذا كله تبين لنا أن دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الحركية لدى

تلاميذ المتوسط .

الاقتراحات والتوصيات :

لقد حاولنا من خلال دراستنا هذه تسليط الضوء على الدور الذي تلعبه الرياضة البدنية والرياضية في مساعدة التلميذ على تنمية بعض المهارات الحركية وتطوير وتثبيت التوافق الحركي خلال ممارسة الأنواع المختلفة للأنشطة الرياضية .

وارتأينا أن نقدم الاقتراحات والتوصيات إلى كل من يهمله الأمر من مسؤولين ومربين وأولياء وتنمي أن تؤخذ بعين الاعتبار وأن تجد أذانا صاغية تترجم في المستقبل القريب إلى أهداف :

- إعطاء أهمية بالغة لمرحلة المتوسط باعتبارها المرحلة الأساسية في تنمية القدرات الحركية .
- تطوير المنشآت الرياضية المدرسية داخل المتوسطات للرفع مستوى الرياضية.
- ازدياد الاهتمام بالرياضة المدرسية من خلال إقامة دورات تنافسية.
- التنسيق من الممارسة في النوادي لخلق التكامل بينهما.
- إجراء الدورات الرياضية بين التلاميذ في أوقات العطل والمناسبات الوطنية.
- توفير الوسائل البداغوجية لممارسة الأنشطة المتعددة.
- الاهتمام بالفئة الموهوبة وتشجيعها ماديا ومعنويا وكذلك ضمها إلى رياضة النخبة
- إقامة جلسات وملتقيات منظمة بين المشرفين على الرياضة المدرسية حتى يتمكن لهم توجيه المواهب بعد اكتشافها.
- إدراك أهمية الممارسة الرياضية في حياة التلاميذ ودورها في تطوير المهارات الحركية .
- إجراء بحوث ودراسات على تلاميذ المتوسطة من أجل أكبر قدر من المعلومات حول هذا الموضوع.

الختامة

الخاتمة :

أصبحت التربية الحديثة إلى تربية النشء تربية متكافئة جسما و عقلا و روحا داخل إطار من قيم المجتمع و تقاليده و أعراضه ، بهدف تهيئة و تنشئة الجيل الصاعد للمواطن الصالح .

لذا فإن الاهتمام بحركة التلميذ في نشاطات الدرس الحركية له مردودة الإيجابي في النواحي البدنية و النفسية و العقلية وهذا ما نطلق عليه بالأهداف التربوية و التعليمية و أن تحقيق هذه الأهداف سوف ينعكس على نشاط التلميذ و قدراته المعرفية و الحركية .

و عليه فإن ممارسة النشاط البدني الرياضي في البرنامج التعليمي من المجالات الهامة في توظيف الأنشطة الرياضية المختلفة للتلاميذ سواء كانت هذه الأنشطة معرفية أو حركية ، إذ تستخدم الحركات المختلفة و الألعاب الفردية كوسيلة أساسية في عملية التعلم و يمكن أن تقدم هذه الحركة على شكل الألعاب التنافسية حركية ، فإن حصة التربية البدنية و الرياضية ستساهم في تطوير و تنمية التوافق الحركي .

ومن خلال هذا كله تبين لنا أن حصة التربية البدنية دور في تنمية بعض المهارات الحركية .

قائمة المراجع

1. اثر جيتس و آخرون ترجمة إبراهيم حافظ علم النفس التربوي مكتبة النهضة المصرية ،ط2، 1996م
2. أ. حسن زين، سيكولوجية الطفل والمراهق ،منشورات دار الأمواج،ط2006،م1
3. أ. حمد بيوطيسي،أسس ونظرية الحركة،دار الفكر العربي ،ط1،القاهرة،1996م
4. أ.أكرم زكي خطابية ،المناهج المعاصرة في التربية البدنية والرياضية،دار الفكر،القاهرة،1997م
5. أمين أنور الخولي،أصول التربية البدنية والرياضية ،دار الفكر العربي ،القاهرة، ط 3 ،2001م
6. أمين أنور الخولي ،عدلي بيومي ،الجمباز التربوي للأطفال والناشئين ،دار الفكر العربي ،1991م
7. بسطويسي احمد ،أسس ونظريات التدريب الرياضي ،دار الفكر العربي ،ط1، 1991م
8. تركي رابع ،مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس ،المؤسسة الوطنية للكتاب ،الجزائر ،1984م
9. جابر عبد الحميد ،بسيكولوجية التعلم ونظريات التعلم ،دار النهضة القاهرة ،ط3 ،1976م
10. رمضان محمد القذافي ،علم النفس الطفولة والمراهقة،المكتبة الأزارطنة ،الاسكندرية،2000م
11. زكي محمد حسن،تطبيقات علم الحركة في النشاط الرياضي ،المكتبة المصرية،2004م
12. سيد خير الله ،علم النفس التعليمي ،المكتبة ،القاهرة ،1973م
13. عصام عبد الخالق ،التدريب الرياضي نظرياته وتطبيقاته ، دار المعارف ، القاهرة ،1992م
14. عماد الزغلول ،الإحصاء التربوي ،دار الشروق للنشر والتوزيع ، مصر ، ط1 ،2005م
15. فؤاد البهي السيد ،علم النفس الإحصاء وقياس العقل البشري ،دار الفكر العربي ،ط1 ،1999م
16. قاسم حسن البصري ،نظرية التربية البدنية ،مطبعة الجامعة ،1997م
17. كورث مائيل ،ترجمة عب العالي نصيف ،التعلم الحركي ،بغداد،ط2 ،1987م
18. محمد حسن العلاوي ،نصر الدين راضون ،الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ،دار الفكر العربي ، ط1،1987م
20. محمد سعيد عزمي ، أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية ، في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق ،دار الوفاء ،2004م
21. محمد عبد الفتاح عنان ،عدنان درويش جلون التربية البدنية والمدرسية ،دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية ،دار الفكر العربي ،القاهرة ،1998م
23. محمد مصطفى زيدان ،نظريات التعلم وتطبيقاته التربوية ،المنشورات الجامعية الليبية ،1972م

18. محمود عوض بسيوني فيصل الشاطي نظريات وطرق التربية البدنية الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، 1992م
24. مختار، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، مدينة النصر، 1995م
25. مديرية التعليم الأساسي، مناهج التربية البدنية والرياضية، وزارة التربية، 2005م
26. مصطفى السايح محمد، أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية، مكتبة ومطبعة الأشعاع الفنية الإسكندرية، ط1، 2003م
27. مفتي إبراهيم حماد، المهارات الحركية أساس التعلم والدليل المصورة، مركز الكتاب النشر، مصر، 2002م
28. مكارم علمي أبو هرجة، محمد سعد زغلول، مناهج التربية البدنية، مركز الكتاب النشر، القاهرة، ط2، 1999م
29. ناهد محمود سعد، يلي رمزي فهيم، طرق التدريس في التربية البدنية، مركز الكتاب النشر، القاهرة، ط2، 2004م
30. نجاح مهدي شلش وكرم، صبحي التعلم الحركي، دار الكتاب والطباعة والنشر، 2000م
31. وجيه محجوب، التعلم الحركي وجدولة التدريب، مكتبة العادل للطباعة المحلية، بغداد، 1989م

قائمة المراجع باللغة الاجنبية

1.p.seners .la lecon deps .edition vigot.paris.fraance.2002

المجلات

1. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد 12 العدد 1، 2012

2. مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الرابع، 2002

3. دراسات العلوم التربوية، المجلد 36 العدد، 2009، 02

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية

استمارة شبكة الملاحظة

يشرفني أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة في إطار انجاز بحث علمي ميداني لنيل شهادة مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر بعنوان.

دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الحركية بمرحلة التعليم المتوسط
دراسة مقارنة بين الذكور والإناث

المحاور	الفرضية
1	لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارات الجري
2	لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارة القفز
3	لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في أداء مهارة رمي الكرة

قائمة الاساتذة المحكمين:

الرقم	اسم ولقب المحكم	الدرجة العلمية	التخصص
01	حسيني عبد الرزاق	أستاذ مساعد	تربية
02	تكركات فيصل	أستاذ مساعد	تربية
03	بن ثابت محند الشريف	أستاذ مساعد	تربية

الدرجة										المؤشرات المهارات الحركية
10	09	08	07	06	05	04	03	02	01	
										مهارة رمي الكرة
										وضعية الرجلين
										رمي بالمرجحة
										رمي بدون المرجحة
										رمي الكرة باليدين
										رمي باليدين من أسفل الحوض
										رمي باليدين من أعلى الرأس
										وضعية رمي الكرة
										وضعية مسك الكرة

Corrélations							
		المهارات	1	2	3	4	5
المهارات	Corrélation de Pearson	1	.289**	.355**	.252*	.258*	.442**
	Sig. (bilatérale)		.004	.000	.012	.010	.000
	N	10	10	10	10	10	10

Corrélations						
		6	7	8	9	10
المهارات	Corrélation de Pearson	.425	.237**	.301**	.550*	.526*
	Sig. (bilatérale)	.000	.019	.003	.000	.000
	N	10	10	10	10	10
** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).						
* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).						

Corrélations							
		المهارات	11	12	13	14	15
المهارات	Corrélation de Pearson	1	.438**	.305**	.463**	.495**	.379**
	Sig. (bilatérale)		.000	.002	.000	.000	.000
	N	10	10	10	10	10	10
Corrélations							
		16	17	18	19	20	
المهارات	Corrélation de Pearson	.264	.286**	.200**	.141	.430**	
	Sig. (bilatérale)	.009	.004	.048	.165	.000	
	N	10	10	10	10	10	
** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).							
* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).							

Corrélations				
		المهارات	21	22
المهارات	Corrélation de Pearson	1	.448**	.326**
	Sig. (bilatérale)		.000	.001
	N	10	10	10

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.882.	20

Le rôle de la part de l'éducation physique et du sport dans le développement de certaines motrices chez les élèves de la méditerranée.

Le but de notre étude est d'identifier le rôle la part d l'éducation physique dans le développement de certaines habiletés motrices sur les étudiants. de niveau moyen ce qui était problématique cette recherche tourne autour de ce que vous jouer la part de l'éducation physique et du sport dans de développement de certaines habiletés motrices des étudiants inter métriques nous avons de développe les hypothèses suivantes.

Il ny avait pas de différents statistiquement significatives entre les garçon et une fille dans les compétences de course

Il ny avait pas de différents statistiquement significatives entre les hommes et les femme dans les compétences de saut

Il ny avait pas de différents statistiquement significatives entre les hommes et les femme dans les compétences de lancer de balle

Nous nous sommes appuyés sur un type d outillés et d'un réseau d'observation pour les élèves a travers les résultats obtenus pour parvenir a une réponse la question et ainsi que amatin dans notre thème compose de 20 élèves au milieu et utilise le test de signification statistique ttest pour voir les résultats de l'étude ont été les résultats de étude comme suit.

Il existe des différences statistique entre les fils et la lfil dans la performance des compétences de course

Il existe des différences statistique entre les fils et la lfil dans la performance des compétences de course

Il existe des différences statistique entre les fils et la lfil dans la performance des compétences de course

Enfin on peut dire que la part de l'éducation physique et sportive joue un rôle important d ant le développement de certaines habiletés motrices chez les collégiens

ملخص باللغة العربية

دور حصة التربية البدنية في الرياضة وفي تنمية بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ المتوسط هدفت دراستنا الحالية إلى التفريق على دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تنمية بعض المهارات الحركية على تلاميذ المرحلة المتوسطة , والتي كانت إشكالية هذا البحث تدور هل تلعب حصة التربية البدنية و الرياضية في تنمية بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ مرحلة المتوسطة , و قد قمنا بوضع الفرضيات التالية :

- 1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في أداء لمهارات الجري .
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في أداء لمهارات القفز .
- 3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في أداء لمهارات رمي الكرة .

و قد اعتمدنا على نوع واحد من أداة البحث و المتمثل في شبكة الملاحظة الخاصة بالتلاميذ و ذلك للحصول على النتائج المتحصل عليها للوصول للإجابة عن السؤال المطروح , و كذلك اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي و ذلك ملائمة. مع موضوعنا لدى تلاميذ. قوامها 20 تلميذ و تلميذة في المتوسطة و استعملنا اختيار الدلالة الإحصائية Ttest لمعرفة نتائج الدراسة و كانت نتائج الدراسة على النحو التالي :

- 1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في أداء لمهارات الجري .
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في أداء لمهارات القفز .
- 3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في أداء لمهارات رمي الكرة.

في الأخير نستطيع القول أن حصة التربية البدنية و الرياضية تلعب دور هام في تنمية بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ مرحلة المتوسط .

سورة الاحقاف