

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية



مذكرة تخرج مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر

الشعبة: التربية البدنية و الرياضية

التخصص: نشاط بدني رياضي مدرسي

أثر وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الألعاب الصغرى على
تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط

(11 - 13 سنة)

تحت إشراف:

د / حرباش ابراهيم

مقدمة من طرف الطالبان:

بولنوار محمد

عزايز محمد

السنة الجامعية: 2021-2022

شكر وتقدير

* الحمد لله حبا * الحمد لله شكرا *

* الحمد لله رجاءا وطاعة *

* الحمد لله دائما وأبدا *

* اللهم صلي وسلم وبارك على سيدنا وقدوتنا محمد خير خلق الله *

أتقدم بكل كلمات الشكر والعرفان وأسمى عبارات الاحترام والتقدير

كل من قدم يد العون و المساعدة في انجاز هذه المذكرة

ونخص بالذكر السيد:

حرباش إبراهيم

كما أتقدم بالشكر الخالص

إلى كل أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

وفي الأخير نشكر كل من قدم لنا يد المساعدة

سواء من قريب أو من بعيد

إهداء

أهدي هذا العمل إلى أعلى شخص في حياتي

إلى روح أمي الغالية

إلى روح أبي الغالي الذي علمي ورباني

إلى إخوتي الأعزاء و أخواتي

إلى روح قلبي زوجتي

إلى أولادي

إلى كل عائلة بولنوار

إلى كل عائلة عزائز

إلى أساتذتي بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

إلى زملائي الأساتذة بمتوسطة مفتاح المعطي

زملائي الأساتذة بمتوسطة جلايلي أحمد

إلى كل من يحمله قلبي ولم يكتبه قلبي

قائمة المحتويات

/	شكر وتقدير
/	إهداء
/	قائمة المحتويات
/	قائمة الجداول
/	قائمة الأشكال
/	الملخص باللغة العربية
/	Abstract الملخص باللغة الإنجليزية
أ	مقدمة
الجانب المنهجي	
الصفحة	التعريف بالبحث
1	1 - إشكالية البحث
2	2 - فرضيات البحث
3	3 - أهداف الدراسة
3	4 - أهمية الدراسة
4	5 - تحديد مفاهيم ومصطلحات البحث
4	6 - الدراسات السابقة و المشابهة
9	7 - التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة
الخلفية النظرية للبحث	
1 - المتغير الأول: حصة التربية البدنية و الرياضية	
13	تمهيد
13	مفهوم حصة التربية البدنية و الرياضية
14	الأهداف العامة لحصة التربية الرياضية
14	مراحل حصة التربية البدنية و الرياضية
15	أهمية التربية البدنية و الرياضية
16	محتوى حصة التربية البدنية و الرياضة
17	طرق اخراج حصة التربية البدنية و الرياضية

20	خلاصة
2 - المتغير الثاني : الألعاب المصغرة	
25	تمهيد
25	1 - تعريف اللعب وأهميته
26	2 - الألعاب الصغيرة وخصائصها
27	3 - أغراض ومميزات الألعاب الصغيرة
28	4 - أهداف وأهمية الألعاب الصغيرة
30	5 - الأهمية التربوية للألعاب الصغيرة
30	6 - صفات البرنامج المثالي للألعاب الصغيرة
31	7 - مبادئ تدريس الألعاب الصغيرة
32	8 - أنواع الألعاب الصغيرة
31	خلاصة
3 - المتغير الثالث : خصائص المرحلة العمرية (11 - 13 سنة)	
41	تمهيد
41	1 - التعريف بالمرحلة العمرية (11 - 13 سنة)
42	2 - مظاهر النمو في المرحل العمرية (11 - 13 سنة)
46	3 - خصائص ومميزات الطفل خلال مرحلة (11 - 13 سنة)
47	4 - العوامل المؤثرة على الطفل في المرحلة (11 - 13 سنة)
48	5 - الصراعات النفسية التي يتعرض لها الطفل في المرحلة (11 - 13 سنة)
48	6 - احتياجات الطفل خلال مرحلة (11 - 13 سنة)
50	7 - برنامج الحركات الرياضية في المرحلة (11 - 13 سنة)
51	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الأول : منهج البحث و إجراءاته الميدانية	
59	تمهيد
59	1 - 1 - منهج البحث
60	1 - 2 - مجتمع و عينية البحث
60	1 - 2 - 1 - المجموعة التجريبية
60	1 - 2 - 2 - المجموعة الشاهدة

60	1- 3 - مجالات البحث
60	1- 3 - 1 - المجال البشري
60	1- 3 - 2 - المجال المكاني
60	1- 3 - 3 - المجال الزمني
60	1- 4 - التجربة الاستطلاعية
61	1- 5 - وسائل جمع البيانات (أدوات جمع البيانات)
63	1- 6 - خطوات إجراء التجربة الأساسية
65	1- 7 - الوسائل الإحصائية
65	خلاصة
الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
68	تمهيد
68	2- 1 - مناقشة اختبارات المهارات الأساسية
68	2- 1- 1 - اختبار سرعة 20 م عدو
69	2- 1- 2 - اختبار توازن الوقوف على قدم واحدة
71	2- 1- 3 - اختبار رمي الكرة الناعمة
74	2- 2 - مقارنة النتائج بالفرضيات
75	خلاصة
الفصل الثالث : الاستنتاجات و الاقتراحات	
78	3-1- الاستنتاجات
78	3-2- الاقتراحات و التوصيات المستقبلية
80	3-3- خاتمة
- قائمة المصادر و المراجع	
- قائمة الملاحق	
الصفحة	قائمة الجداول
68	الجدول رقم (1): يوضح النتائج الإحصائية في الاختبارين القبلي و البعدي لاختبار السرعة 20م عدوا

69	الجدول رقم (2): يوضح النتائج الإحصائية في الاختبارين القبلي و البعدي لاختبار توازن الوقوف على قدم واحدة
72	الجدول رقم (3): يوضح النتائج الإحصائية في الاختبارين القبلي و البعدي لاختبار رمي كرة ناعمة لأبعد مسافة

الصفحة	قائمة الأشكال
68	الشكل رقم (1): يمثل الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية و الشاهدة
71	الشكل رقم (2): يمثل الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية و الشاهدة في اختبار توازن الوقوف على قدم واحدة
73	الشكل رقم (3): يمثل الفرق بين المتوسطين الحسابيين للاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية و الشاهدة في اختبار رمي كرة ناعمة لأبعد مسافة
74	الشكل رقم (4): يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في المهارات الحركية الأساسية بين المجموعة التجريبية و الشاهدة في الاختبار البعدي

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: أثر وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الألعاب الصغرى على تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط (11-13 سنة).

تهدف الدراسة إلى التعرف على أهمية التدريس بالألعاب الصغرى باستخدام وحدات تعليمية مقترحة في تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط (11-13 سنة)، وتمحور الفرض العام أن لأسلوب التدريس بالألعاب الصغرى باستخدام وحدات تعليمية مقترحة أثر ايجابي في تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط (11-13 سنة)، و تم استخدام المنهج التجريبي حيث شملت عينة الدراسة على مجموعة من تلاميذ السنة الأولى متوسط وبلغ حجمها 60 تلميذا تم تقسيمهم إلى مجموعتين مشاهدة وتجريبية قوام كل واحدة منهما 30 تلميذا، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، مع تطبيق مجموعة من الاختبارات الحركية تمثلت في اختبار سرعة 20م عدو و اختبار توازن الوقوف على قدم واحدة و اختبار رمي الكرة الناعمة على العينتين كقياس قبلي و تم إعادة تطبيق الاختبارات البعدية على العينة المشاهدة والتجريبية حيث تم إخضاع العينة التجريبية إلى محتوى البرنامج المقترح و الذي تكون من 10 حصص، و تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل الالتواء و معامل الارتباط لبيرسون و اختبار (T) للعينتين، ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها من خلال تطبيق البرنامج أن التدريس بواسطة اقتراح وحدات تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى كان له تأثير كبير ودور إيجابي في تعلم بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط

(11-13 سنة)، و أوصى الطالبان الباحثان على ضرورة إدراج الألعاب الصغرى ضمن المقررات التربوية في تحقيق فاعلية أكبر في اكتساب المهارات الحركية الرياضية، ضرورة تطبيق الألعاب الصغرى كأحد الأساليب التدريسية الحديثة في الرياضات الجماعية و الفردية.

الكلمات المفتاحية:-الألعاب الصغرى –اللعب – التربية البدنية و الرياضية – مدرس التربية البدنية و الرياضية

Abstract

Title : *the effect of suggested educational items using mini games on improving some kinetic skills for middle school pupils year one (age 11-13)*

The study aims at knowing the importance of teaching through mini games using educational items to improve some kinetic skills for middle school pupils year one (age 11-13):

The whole supposition bases on the positive effect of teaching through mini games using suggested educational items in improving some kinetic skills for middle school pupils year one. An experimental approach had been used on a sample group of 60 middle school pupils year one who are grouped randomly into two classes of 30 members; experimental and observational with applying some kinetic tests such as :20 m race ;one foot standing balance ,throwing the soft ball .The above tests applied on both samples as pre-measures and the post measures were reapplied also on both samples where the experimental sample has been subjected to the suggested program which was composed of 10 sessions using the following norms : SMA ;standard deviation ,skew coefficient and The Liberson correlation coefficientand the (T) test.

Among the main collected results through using the program is that teaching through suggesting educational items using mini games had a remarkable effect and positive role in learning some kinetic skills for middle school pupils year one.

The research students recommend that it's necessary to implement mini games in school syllabus to achieve more effectiveness in acquiring sport kinetic skills, it's also necessary to apply mini games as modern teaching styles in both individual and collective sports.

Key words: mini games -playing – physical education and sport – teacher of physical education and sport

مقدمة:

تعد التربية البدنية و الرياضية بأنشطتها المختلفة من الجوانب الهامة والحيوية في العملية التربوية في المدرسة. فهي تهتم بإكساب المدرس والطالب القيم بحكم طبيعتها وأهدافها لأنها تشارك بأوجه نشاطاتها المتعددة التي تتناول الحياة الاجتماعية بجانب عنايتها بصحة الطالب وتنمية المهارات والقدرات البدنية والحركية عنده. فلا أحد يستطيع إنكار أهمية الرياضة المدرسية واعتبارها الأساس في تطور ونجاح أية لعبة رياضية، وعلى مدى المسيرة الرياضية كان للمدرسة الدور الأساس الذي لا يمكن الاستغناء عنه في تطور الرياضة، وعليه فإننا نرى بأن مدرس التربية البدنية و الرياضية، هو حجر الأساس في كل هذا التطور، الذي أصاب الرياضة المدرسية. وبالمقابل نرى الآن درس التربية الرياضية، درساً مهماً لا تعار له الأهمية لذا أصبحت هناك ضرورة ملحة إلى مدرس، يتطور باستمرار، متماشياً مع روح العصر، ويلبي حاجات الطالب والمجتمع لمواكبة عصره.

" تعد عملية اكتساب المهارات الحركية من الأهداف العامة للتربية البدنية والتعرف على كيف نكتسب المهارات الحركية أمر أساسي لتخطيط وضبط خبرات التربية البدنية. والتعلم الحركي هو ميدان الدراسة الذي يختص بوصف كيف يتعلم الأفراد المهارات الحركية. فالتعلم الحركي هو هذا الجانب من التعلم الذي تلعب فيه الحركة دور رئيساً فالتلاميذ تحتاج إلى تعلم القانون والنظام والخطط، والعناية بالأدوات، والتعرف على تاريخ الرياضة إن أمكن. فالمدرس يحاول علاوة على ذلك تنمية الاتجاهات المناسبة لدى التلاميذ نحو النشاط بحيث تخدم التلاميذ في تعلم وأداء المهارات الحركية" (القيسي، 2004، صفحة 1).

وتشكل الألعاب الصغيرة جزءاً مهماً من النشاط المدرسي ومن أبرز مظاهر التربية البدنية و الرياضية، حيث تحتل مكانة مرموقة بين مختلف الألعاب والأنشطة الرياضية المتعددة، وتشكل حيزاً كبيراً في محيط النشاط المدرسي خصوصاً في دروس التربية البدنية و الرياضية، وأصبحت من المقومات التي يحتاج إليها أي برنامج للتربية الرياضية (التكريتي، 1981، صفحة 3)

الجبائِب

المنهجي

التعريف

بالبحر

1. اشكالية البحث:

والتربية الرياضية جزء من التربية العامة التي تسعى الى تحقيق الاهداف العامة في تنمية الفرد بنديا وذهنيا واجتماعيا ووجدانيا ، من خلال اشتراك الطلبة في الاداء الحركي الهادف في الدرس ، فضلا عن الاختيار الجيد للمناهج وطرائق التدريس التي تسهل عملية اكتساب الطلبة القدرات البدنية والمهارية وتنمية الجوانب المختلفة للشخصية، كما تحقق التمرينات والألعاب الرياضية التنمية الشاملة والمتوازية من خلال الفرص الكافية لاكتساب الخبرات والمهارات واللياقة الحركية التي يحتاجونها خلال تنفيذ دروس التربية الرياضية ، مما تؤدي كذلك الى المتعة والسرور والدافعية (القيسي م.، 2002، صفحة 1)

تعد المهارات الحركية من القواعد الرئيسية في عملية بناء الرياضي، و عاملا مهما لنجاح أي فعل حركي يؤديه ذلك الرياضي، لأنها تؤثر مقدار القدرة على الانجاز، سواء اكانت بشكل فردي أو دخل فريق، ضد منافس أو بدونه، بأداة أو من غيرها، ويتيح اتقان المهارة الحركية من قبل الرياضي فرصة تنفيذ متطلبات اللعبة جميعها تنفيذا فعالا يحقق نتائج جيدة مع اقتصاد في المجهود.

يلاحظ كل من يعمل في مجال التربية البدنية و الرياضة وجود برامج و مناهج استراتيجيات و اساليب تعليمية محددة و بالرغم من التطور الحاصل في بناء المناهج وصولا الى المقاربة بالكفاءات، لا تزال منظومتنا التربوية لم ترقى الى ما نصبوا اليه بالنظر لعدة عوامل متداخلة فيما بينها يرجعها الاختصاصيون في مجال التربية البدنية و الرياضية الى نقص التطبيق الفعلي لتلك البرامج على أرض الواقع و عدم تقديم ذلك في طابع مسلي و مشوق مما أدى الى نوع من الروتين و التقليد.

تعد الألعاب الصغيرة مرحلة تمهيدية أساسية في سبيل الارتقاء الحركي لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، فضلا عن أنها تشكل ركناً أساسياً لا ينصح الاستغناء عنه في دروس التربية الرياضية لما تتضمنه من عناصر التشويق المختلفة والمتعددة ولبساطة مهاراتها وعدم تعقيد قوانينها، ويمكن تشكيلها تبعاً للظروف وتغيير قانونها حسب الإمكانيات ورغبة الأفراد وذلك لأنها العاب لا يحكمها قوانين محددة . ص 10 العنوان

و تعد الألعاب الصغرى أحد أهم الأنشطة السائدة في حياة الطفل، لما لها من تأثير على جميع النواحي البدنية و العقلية، و النفسية و لاجتماعية و الانفعالية لتوفير المتعة و السعادة من خلال اتاحة الفرصة الكافية للتعبير عن ذاتهم و امكانياتهم الحركية.

و انطلاقا من هذا الهدف الذي ترمى اليه التربية البدنية و الرياضية نطرح هذا الاشكال الذي يبرز من صلب تلك المادة التي تركز أساسا على النشاط الرياضي بمختلف طرقه و أساليبه و في مختلف مراحل علم الفرد فنتساءل:

هل هناك اثر للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط (11 – 13) سنة ؟

التساؤلات الفرعية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط (11 – 13) سنة عند العينة التجريبية و العينة المشاهدة ؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين المجموعة المشاهدة و المجموعة التجريبية في تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط (11 – 13) سنة ؟

2. فرضيات البحث:

بناءا على التساؤلات الواردة في الاشكالية و الأهداف التي يمكن دراستها وضعنا الفرضيات التالية:

الفرضية العامة:

هناك اثر ايجابي للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة في تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط (11 – 13) سنة.

و يتفرع عن هذا الفرض العام فرضيات جزئية و هي :

1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي في تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط (11 – 13) سنة عند العينة التجريبية و العينة المشاهدة .

2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين المجموعة المشاهدة و المجموعة التجريبية في تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الأولى متوسط (11 – 13) سنة.

3. أهداف البحث:

تهدف هذه الدراسة اساسا الى معرفة أثر ممارسة النشاط الرياضي من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية على نمو المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور المتوسط، من خلال تطبيق وحدات تعليمية مقترحة في النشاط البدني و ذلك لرفع من أداء المهارات الحركية و تحسينها.

تهدف هذه الدراسة أيضا على:

- اختيار مجموعة من الألعاب الصغيرة تساهم في تحسين المهارات الحركية.
- التعرف على تأثير الوحدات التعليمية في تحسين المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور أولى متوسط.
- معرفة تأثير استخدام الألعاب الصغيرة باستخدام الوحدات التعليمية في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية.
- المقارنة بين اثر منهج الألعاب الصغيرة المقترح والمنهج التقليدي المعتمد في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية.

4. أهمية الموضوع:

موضوع بحثنا يحمل في أعماقه الكثير من الدلائل المؤشرات التي تبرز أهميته و تسلط الضوء على أثر وحدات تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى على تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ أولى متوسط.

هذا البحث عبارة عن دراسة تطبيقية و تتجلى أهمية الدراسة فيما يلي:

- التعرف على مدى أهمية و أهداف حصة التربية البدنية و كيف يتم تقديم الدرس.
- معرفة قيمة و أهمية الألعاب الصغرى في تحسين المهارات الحركية.
- معرفة اثر الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغرى في تحسين المهارات الحركية لدى تلاميذ أولى متوسط.

5. مصطلحات الدراسة:

*- الألعاب الصغرى

التعريف النظري: عبارة عن ألعاب بسيطة يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين و يغلب عليها طابع الترويح و التسلية و قد تستخدم بادوات أو بدونها.

التعريف الإجرائي: عبارة عن ألعاب في مساحات مختلفة ذات شروط و أهداف محددة.
*- اللعب

التعريف النظري: ضرورة من ضروريات الحياة لأنه ترويح عن النفس لمختلف الأعمار، إذ انه النتيجة المباشرة لشعورنا بالحرية عند الفراغ من العمل الجدي والتحرر من المسؤولية، والسر في الميل إلى اللعب هو الحاجة إلى الإحساس والشعور بالحرية التي تعد من أهم مميزاته (الخشبي، 1985، صفحة 13)

واللعب هو النتيجة المباشرة لشعورنا بالحرية عند الفراغ من العمل الجدي والتحرر من المسؤولية (النمكي، 2001، صفحة 13)

التعريف الإجرائي: هو مجموعة من الحركات و التمارين تكون نتيجة تحرر التلاميذ من الدراسة، لقضاء اوقات الفراغ و اخراج الطاقات السلبية.

*- حصة التربية البدنية و الرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية و الرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: عموماً الطبيعة و الكيمياء

*- مدرس التربية الرياضية :

هو الشخص الذي يقوم بالدور الرئيسي في عملية التعليم والتربية إذ يوجه نشاط التلاميذ و يبيحث في نفوسهم الرغبة في العمل الجاد والدقيق لتحقيق اهداف الوحدة التعليمية (صالح، 1987، صفحة 33)

6. الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى:

عنوان الدراسة : اقتراح تمارين الألعاب المصغرة لتطوير بعض الصفات البدنية (التحمل و القوة المميزة بالسرعة) لدى لاعبي كرة القدم

من اعداد: بانوح وليد، بن سعاد لطيف.

المنهج المتبع: اعتمد الباحثان في دراستهما هذه على المنهج التجريبي، هو ذلك المنهج الذي يعتمد على الملاحظة الدقيقة لظاهرة ما (نفسية، اجتماعية، تربوية) و في ضوء هذه الملاحظة الدقيقة يتخذ التجريب أداة له لاختبار صحة فروضه و يتسم هذا المنهج ايضاً بقدرته على التحكم في مختلف العوامل المؤثرة في الظاهرة المراد دراستها.

عينة البحث: قد تم اختيار (15) لاعبا كعينة للدراسة، متمثلة في النادي الرياضي الناشط في المستوى الهاوي لولاية البويرة فريق اولمبي شباب العجبية OCA و هي المجموعة التي تم عليها تطبيق التمرينات بالألعاب المصغرة (المجموعة التجريبية) التي تمثلت في (15) لاعبين من الفريق U17.

أدوات البحث: استخدام الباحثان في دراستهم على الأدوات التالية:

- التمرينات الخاصة المقترحة.
- الاختبارات البدنية.

أهم النتائج المتوصل إليها: من أهم النتائج التي توصل إليها الباحثان هي:

- هناك فروق بين نتائج الاختبار القبلي و البعدي لصالح القياس البعدي.
- هناك فروق ذات دلالة احصائية في القياس القبلي و البعدي للعينة التي خضعت لبرنامج التمرينات المقترحة في الاختبارات البدنية.
- توظيف التدريبات باستخدام التدريب المدمج أي اللعب المصغر أثر ايجابيا على المتطلبات البدنية قيد البحث.
- البرنامج المطبق باستخدام تمارين اللعب المصغر أسهم في تنمية بعض الصفات البدنية (التحمل، القوة المميزة بالسرعة) بالنسبة لفريق أولمبي شباب العجبية.

الدراسة الثانية:

عنوان الدراسة: أثر استخدام الألعاب المصغرة (5 ضد 5) و (2 ضد 2) في تطوير بعض الصفات البدنية و المهارية لدى لاعبي كرة القدم دون 23 سنة.

اسم الباحث: عاقل حسي.

المنهج المتبع: استخدم الباحث في دراسته هذه المنهج التجريبي.

عينة البحث: استعمل الباحث في دراسته على لاعبي كرة القدم لصنف الأكاير أقل من 23 سنة مقسمين الى قسمين:

- 10 لاعبين التدريب على طريقة ألعاب مصغرة 05 ضد 5.
- 08 لاعبين التدريب على طريقة ألعاب مصغرة 02 ضد 02.

أدوات البحث: من بين الأدوات المستعملة:

- المصادر و المراجع العربية و الأجنبية.
- مجموعة الاختبارات.
- مجموعة ن الزملاء.
- استمارات لتسجيل نتائج الاختبارات.
- جهاز كمبيوتر صوتي.
- شريط متري.
- شواخص.
- كرات.
- صافرة، ميقاتي.
- ملعب كرة القدم.
- ميزان طبي.
- التجربة الاستطلاعية.

أهم النتائج المتوصل إليها: من أهم النتائج المتحصل عليها

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية لدى العينتين التجريبيتين في الاختبارات البدنية.
- ان استخدام الألعاب المصغرة في الوحدات التدريبية يساهم بشكل كبير في تطوير الجانب البدني و المهاري الخططي في نفس الوقت.

الدراسة الثالثة:

عنوان الدراسة: دراسة مدى تأثير الألعاب المصغرة على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الأصاغر (14-16) سنة.

اسم الباحث: كروم حسين، غول هشام.

المنهج المتبع: اعتمد الباحثان في دراستهم على المنهج التجريبي و هذا للتأكد من صحة فرضيتهما.

عينة البحث: قام الباحثان بتحديد عينة بحثهما عن طريق اختيار فريقين في كرة القدم، ينشطان على مستوى ولاية تيارت و البيض.

الفريق الأول: فريق اتحاد السوق و الذي يلعب في قسم الجهوي الأول.

الفريق الثاني: فريق مولودية البيض و الذي يلعب في قسم الجهوي الثاني.

أدوات البحث: استخدم الباحثان في دراستهم على:

- الوسائل الاحصائية.
- الاختبارات.

أهم النتائج المتوصل اليها: من بين اهم النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة ما يلي:

- ادراج تدريب الألعاب المصغرة في كرة القدم كطريقة جد هامة لإنجاز الحصة التدريبية.
- اتباع مبدأ التدرج من السهل الى الصعب حيث أن هذه الطريقة تستجيب لمتطلبات الفئات الصغرى المهارية.
- اقامة تربية وطنية و دولية للمدربين قصد مواكبة التطور الرياضي مهمة.

الدراسة الرابعة:

عنوان الدراسة: أثر وحدات تعليمية مقترحة مبنية على الالعاب المصغرة لتنمية التوافق الحركي.

اسم الباحث: سمية عولمي، زقورور شيماء.

المنهج المتبع: اعتمدت الباحثان في دراستها هذه على المنهج التجريبي الذي يعتبر من أهم المناهج المستخدمة في المجال الرياضي.

عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية، و هي 36 تلميذ و تمثل نسبة 10 بالمائة من المجتمع وتم اختيار الفئة من كلا الجنسين اناث و ذكور لأنها تمثل مجتمع البحث حيث يحتوي على كلا الجنسين.

أدوات البحث: من أدوات البحث المستخدمة في هذه الدراسة:

- الاختبارات.
- الوسائل الاحصائية.

أهم النتائج المتوصل اليها: من بين النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة ما يلي:

- تقارب بين العينتين الضابطة و التجريبية في مستوى جميع العناصر البدنية المختبرة أثناء اجراء الاختبارات القبلية.

- استقرار و ثبات في مستوى الصفات البدنية المستهدفة في بحثنا لدى العينة الضابطة اثناء الاختبارات القبلية و البعدية ولم تحقق تحسن خلال هذه الفترة.
- تحسن في مستوى الصفات البدنية المستهدفة لدى العينة التجريبية في الاختبارات البعدية بالنسبة للاختبارات القبلية.
- حققت العينة التجريبية تقدم في مستوى الصفات البدنية المستهدفة خلال الاختبارات البعدية منه عن العينة الضابطة.

الدراسة الخامسة:

العنوان: أثر برنامجي الألعاب الصغيرة والقصص الحركية في بعض القدرات البدنية والحركية لأطفال الرياض.

اسم الباحث: دراسة جاسم محمد نايف الرومي (1999)

هدفت الدراسة الكشف والمقارنة بين أثر برامج الألعاب الصغيرة والقصص الحركية ووحدة الخبرة المتكاملة في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية لأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات بشكل عام وحسب الجنس. واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من (63) طفلاً وطفلة بواقع (42) ذكراً، و(21) أنثى تم توزيعهم على ثلاث مجموعات بواقع (21) طفلاً وطفلة لكل مجموعة منهم (14) ذكراً و(7) إناث، حيث قامت المجموعة الأولى بتنفيذ برنامج القصص الحركية بينما المجموعة الثانية برنامج الألعاب الصغيرة في حين نفذت المجموعة الثالثة برنامج وحدة الخبرة المتكاملة الخاص برياض الأطفال (المجموعة الضابطة). واستغرق تنفيذ كل برنامج عشرة أسابيع بواقع خمس وحدات تعليمية في الأسبوع الواحد، وزمن كل وحدة تعليمية (30) دقيقة، واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية: (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والموالات، ومعامل الالتواء، والارتباط البسيط، واختبار (ت) للعينات المرتبطة المتساوية العدد، وتحليل التباين باتجاه واحد، وقيمة أقل فرق معنوي والدرجة المعيارية، والدرجة المعيارية المعدلة – الدرجة التائية، والوزن المئوي فضلاً عن معادلة سبيرمان – براون لتصحيح معامل الثبات).

وتوصلت الدراسة إلى استنتاجات عديدة أهمها:

1- حقق برنامج الألعاب الصغيرة والقصص الحركية تطوراً في جميع القدرات البدنية والحركية لدى الأطفال بشكل عام والذكور بشكل خاص، كما حقق البرنامج تطوراً في معظم القدرات البدنية والحركية لدى الإناث، في حين حقق برنامج وحدة الخبرة المتكاملة تطوراً في عدد من القدرات البدنية والحركية لدى الأطفال بشكل عام ولدى الذكور والإناث بشكل خاص.

2- حقق برنامج القصص الحركية تطوراً أفضل للقدرات البدنية والحركية لأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات بشكل عام من خلال الدرجات المعيارية تلاه برنامج الألعاب الصغيرة وجاء برنامج وحدة الخبرة المتكاملة أخيراً .

وأوصى الباحث باستخدام البرنامجين اللذين وضعهما الباحث (الألعاب الصغيرة) و (القصص الحركية) في رياض الأطفال في القطر لتأثيرهما الإيجابي والفعال في تطوير القدرات البدنية والحركية المختارة كافة.

7- التعليق عن الدراسات السابقة والمشابهة :

المنهج :

انتهجت أغلب الدراسات المنهج التجريبي كما هو الحال في هذه الدراسة، لملائمة موضوع البحث .

العينة :

هناك اختلاف في المراحل العمرية بين كل الدراسات وتميزت الفئة العمرية لهذه الدراسة تلاميذ السنة الأولى من مرحلة التعليم المتوسط (11-13 سنة) .

نوع الرياضة :

تميزت هذه الدراسة بالألعاب الصغرى لمختلف الأنشطة وأغلب الدراسات تطابقت مع دراستنا إلا أن بعض الدراسات شملت على مجموعة من الرياضات تمثلت في كرة القدم، كرة السلة، السباحة .
الأدوات المستخدمة : تم الاعتماد في أغلب الدراسات على الاختبارات والقياسات كما هو الحال في دراستنا .

8- مدى الاستفادة من الدراسات السابقة والمشابهة :

- 1- تم الاستفادة من الدراسات السابقة حول كيفية اختيار المنهج الملائم وإجراءاته الميدانية .
- 2- اختيار أهم الأدوات والوسائل الإحصائية قيد الدراسة .
- 3- اختيار وسائل جمع المعلومات والبيانات .
- 4- كيفية عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

الخطافية النظرية

للبحث

المتغير الأول:

**حصة التربية البدنية
والرياضية**

تعتبر حصة التربية البدنية و الرياضة الهيكل الرئيسي لتحقيق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية و الرياضية الموزع خلال العام الدراسي الى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل، و تنفيذ حصص التربية البدنية و الرياضية يعتبر أحد واجبات الاستاذ.

ان لكل حصة اغراضها التربوية كما لها من أغراض بدنية، مهارية و معرفية، اذ يميزها عن غيرها من الدروس في الوحدة التعليمية، كما أنها الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية و الرياضية في الخطة الشاملة في منهاج التربية البدنية للمؤسسة التربوية، و هي تسعى لتحقيق الأهداف التربوية و التعليمية البالغة الأهمية، هذا يلزمنا على الاعتناء و التفكير بجدية في مضمون الحصة.

1. مفهوم حصة التربية البدنية و الرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية و الرياضية أحد اشكال الأكاديمية مثل: علوم الطبيعية و الكيمياء و اللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمده ايضا بالكثير من المعارف و المعلومات التي تغطي الجوانب الصحية و النفسية و الاجتماعية، بالإضافة الى المعلومات التي تغطي الجوانب العلمية لكوين جسم الانسان، و ذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات و الألعاب المختلفة: الجماعية و الفردية، و التي تتم تحت الاشراف التربوي لأساتذة أعدوا لهذا الغرض.

و حصة التربية البدنية و الرياضة هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية بالمدرسة تشمل كل اوجه النشاط التي يريد الأستاذ ان يمارسها تلاميذ هذه المدرسة، و أن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة، بالإضافة الى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر، و تعليم غير مباشر.

من خلال هذين التعريفين نستنتج أن حصة التربية البدنية و الرياضة هي الوحدة الأولى في برنامج التربية البدنية و الرياضة في مختلف المدارس التعليمية و التي من خلالها يتسنى للأستاذ تعليم و تطوير مستوى الجانب الحركي و المهاري لمختلف الفعاليات الرياضية، و ذلك في حدود أساليب و طرق من تمرينات و ألعاب بسيطة. (ساسي، 2007-2008، ص15)

2. الأهداف العامة لحصة التربية الرياضية:

في كل حصة تربوية رياضية على حدي يجب أن يتحقق جزء معين من الأهداف العامة التعليمية التربوية.

1.2 الأهداف التعليمية:

إن الهدف التعليمي العام لحصة التربية البدنية هو " رفع القدرة الجسمانية للتلاميذ بوجه العام" تندرج منه مجموعة الأهداف الجزئية الآتية:

- تنمية الصفات البدنية مثل القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة و المرونة.
- تنمية المهارات الأساسية مثل الجري، الوثب، الرمي، التسلق، الحبل و المشي.. الخ، و كذلك تنمية المهارات الخاصة للرياضات الأساسية مثل ألعاب القوى، الجمناز التمرينات و الألعاب.
- اكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية، صحية و جمالية. (سمية، 2018-2019، ص20)

2.2 الأهداف التربوية:

ان الجانب التربوي لحصة التربية البدنية و الرياضية لا يحظى عادة في كتابات طرق التدريس بالاهتمام الكافي، و ذلك حيث يتم فقط التركيز على الجوانب الفنية لحصة التربية الرياضية المرتبطة بالواجب التعليمي لها، و الملاحظة الثانية هي ان الجانب التربوي في حصة التربية البدنية و الرياضية لا يتم تخطيطه و توجيهه بطريقة واعية و مسبقة من جانب المدرس. (سمية، 2018-2019، ص21)

3. مراحل حصة التربية البدنية و الرياضية

يتكون درس التربية البدنية و الرياضية لتلاميذ الطور الثاني من ثلاث مراحل هي:

1.3 المرحلة التحضيرية:

و تسمى كذلك مرحلة التهيئة اذ ان جميع الألعاب و النشاطات الرياضية و التماري التي تيرمج خلال هذه المرحلة ما هي إلا تحضير و تسخين و اعداد للمرحلة الموالية و تهدف الى:

- تهيئة الجسم الى تحمل جهود المرحلة الاساسية (تهيئة الجهاز الدموي ... الخ) مثل لعبة المطاردات أو التداول بالسرعة.

- تنمية بعض الجوانب اللياقة البدنية (القوة، السرعة، التحمل) أو مهارات التوافق الحركي (مهارة التحكم في التنقل) التي لا يمكن للألعاب بشكلها الاجمالي أن تطورها بصفة خاصة.

2.3 المرحلة الرئيسية:

و هي المرحلة الاساسية، تتكون من ألعاب تهدف الى بلوغ الهدف المسطر مع مراعاة خصائص و مميزات أطفال هذه المرحلة و اعمالهم و مستواهم الدراسي و ذلك بالتنوع في الألعاب تفاديا للملل و الحفاظ على الهيكلة العامة للحصة.

3.3 المرحلة الختامية:

و تسمى أيضا الرجوع الى الهدوء، فبعكس المرحلة التحضيرية تهدف هذه المرحلة الى استعادة حالها الطبيعية بطريقة تدريجية، كما تهدف الى رجوع التلاميذ لحالة الهدوء بعد هيجان اللعب و النشاط و

يستغل المربي هذه المرحلة لترتيب الوسائل البيداغوجية و قيام التلاميذ بعملياتي الغسل و لبس الثياب. (سمية، 2018-2019، ص 21).

كما يجد الباحثون أن حصة التربية البدنية و الرياضية لها تركيبة خاصة لتلاميذ الطور الثاني و هي كما يلي:

- انطلاقا من التوزيع السنوي تتركب الحصة حسب تدرج الألعاب و النشاطات حسب الأهداف المختارة.

- اختيار التمارين و الألعاب، اشكالها و تطبيقاتها الكمية و تدرجها يكون مبني أساسا على المبادئ التالية:

- تقديم النشاطات في أشكال ألعاب مختلفة.
- التنوع في التمارين و الالعاب حفاظا على مستوى الإدراك و درجة الانتباه و التركيز لدى التلاميذ.
- اختيار كمية الجهد أو تحقيق الأهداف المختارة دون اجهاد التلاميذ.
- التناوب بين العمل الموجه و العمل الحر.
- تسجيل النقاط التي يجب التركيز عليها في مذكرة الملاحظات. (سمية، 2018-2019، ص 22).

4. أهمية التربية البدنية و الرياضية:

بالرغم من أن الوقت المسخر لدرس التربية البدنية و الرياضية، قليل الا أنه لا يقتصر على تعليم المهارات الحركية فقط، بل تتعدى أهميته ذلك و تمس جميع الجوانب و النواحي في شخصية التلميذ.

1.4 الأهمية التربوية:

ان التربية البدنية و الرياضية قدم خدمات بدنية و رياضية، و اجتماعية و اخلاقية و سلوكية صحية في المجال التربوي بصف خاصة في المدارس، و ذلك من خلال المعطيات و السلوكيات التي يكتسبها الفرد معرفيا و انفعاليا و اكدت رسالة فاروق فريد: "على العلاقات الايجابية بين ممارسة الانشطة التربوية الرياضية و التحصيل المدرسي لطلاب المدارس، و قد استخلص و ليمز الوظائف التربوية التي تكتسب كنظام ذو قيمة للمشاركة في الرياضة و هي كالتالي: " التحصيل و النجاح، العمل و النشاط، التوجيه الخلقى، الكفاية و الاتجاه العلمي، التكيف المادي، المساواة و الحرية، التفكير العلمي، القومية و الوطنية، الديمقراطية و الشخصية المتفردة"

2.4 الأهمية الصحية:

و درس التربية البدنية له اهمية كبيرة في الجانب الصحي و المتمثل في:

" التربية البدنية و عسر الهضم المزمن و ضمور العضلات و علاج تصلب المفاصل، و التأهيل لحالات ما بعد الجراحة، و هي كذلك كما أوضحت الدراسات الطبية و التربوية الحديثة أنها تخفض من التوترات النفسية و الضغوط الانفعالية.

كما تساعد على تطوير و تحسين وظائف اعضاء جسم الانسان من خلال الأنشطة البدنية المتقنة و المختارة، و كذلك الحفاظ على مستوى أداء الوظائف و صيانتها.

و المقصود من هذا أن الجسم السليم من الناحية الفسيولوجية، أي سلامة الجهاز الدوري و النفسي و كذلك الجهاز العضلي و العصبي و سلامة العظام و المفاصل يكون خاليا من التشوهات الجسمية و من الاصابات بالأمراض الوراثية أو المكتسبة ، و كذلك يجب ان يراعي النظام الصحي (خنفوف، 2014-2015، ص 33)، للتغذية و النظافة إلا أنه يبقى ناقص و لا يوفي بالغرض، و يجب اعداد الجسم بما يناسبه من تمارين، لتنمية و تقوية العضلات و المفاصل و تنمية القدرة الوظيفية للأجهزة و السلامة من الامراض. (خنفوف، 2014-2015، ص 34)

3.4 الأهمية الاجتماعية:

ان التربية البدنية والرياضية تساعد على اقامة علاقات خارجية، و هي تنمي روح التعاون و المسؤولية و الشعور بالواجبات المدنية، اذ تساعد على تخفيف التوتر بين الأفراد و بين المجموعات، و هي كذلك عامل تجنيد الجماهير الشعبية، من أجل الدفاع عن مكاسب البلاد و تعد عنصرا هاما لإقرار السلام في العالم، و ذلك لدعمها للتضامن و التعاون على المستوى الدولي.

4.4 الأهمية السلوكية:

ان برنامج التربية البدنية و الرياضية تتعامل مع الانسان بكل بعاده السلوكية، فهي و ان كانت تهتم بالجانب البدني و الحركي و المعرفي فإنها ترتقي بوجودان الانسان و تهتم بسلوكياته و تفاعله الانساني، ككائن له ذات يعتز بها و يحرص على تأكيدها كما جاءت به دراسة فارما: " ان الرياضة وسط مربى لكونها عامل اندماج، و تثير لدى الفرد ميلا للسمو من خلال توجيه نزاعاته الى أنشطة مقبولة اجتماعيا. و على اعتبار أن الأهمية تكون أعم من الهدف و تمس كثير من الجوانب، فهي لا تتحقق إلا بعد تطبيق جميع لأهداف المقررة في المنهاج التربوي للتربية البدنية و الرياضية. (خنفوف، 2014-2015، ص34)

5. محتوى حصة التربية البدنية و الرياضة:

بالرغم من الاختلاف الموجود بين المدارس المعروفة في التربية البدنية و الرياضية كالاتحاد السوفياتي و الولايات المتحدة الأمريكية و ألمانيا في عدد أقسام حصة التربية البدنية و الرياضية إلا أنه لا يمكن اعتبار واحد أحسن من آخر و هذا بحكم النتائج التي حققتها المدرستين الشرقية و الغربية.

فالمدرسة الشرقية تقسم حصة التربية البدنية و الرياضية الى:

- المقدمة
- الجزء الرئيس
- الجزء الختامي

أما المدرسة الغربية و الولايات المتحدة الأمريكية تقسمه الى:

- المقدمة
- التمرينات
- النشاط التطبيقي
- الجزء الختامي (بن خلاف، 2016-2017، ص32)

و من خلال هذا التقسيم نلاحظ أن لا المدرستين تشترك في جوهر واحد الحصة التربية البدنية و لرياضية لا يختلفان إلا في الجزء الرئيس أو جسم الحصة كما يسمونه و الطي يشمل على النشاط التعليمي، التطبيقي.

و تعتبر الطريقة الأولى هي أكثر استعمالا في المغرب العربي، و فيما يلي شرح لأهم اجراء حصة التربية البدنية و الرياضية.

1.5 مقدمة الحصة:

أو كما يسمى بالاحتماء و هو حملة من الحركات التي تعمل الوصول الى الحالة القصى من التحضير البدني و الغرض منه هو التلميذ (فيزيولوجيا، نفسيا) لنقيس الوجبات الحركية المختلفة سواء في

النشاط التعليمي أو النشاط التطبيقي معا و يذكر (ماتفيك) أن الجزء التحضيري يضمن قبل كل شيء بداية منظمة للحصة و يحدد نجاح المدرس الى المدرب و الحالة النفسية و الانفعالية و البدنية للأفراد.

و من أهم مميزات هذا القسم:

- أن تكون هناك تمارين غير مملة أو تحتاج الى جهد عصبي في أدائه.
- تمارينات بسيطة.
- أن تتناسب التمارينات هذا الجزء و الجنس و الافراد.
- ألعاب مسلية.

2.5 القسم الرئيس:

و يضم هذا القسم التدريب بمعناه الواسع، و يختلف محتوى المرحلة الأساسية على حسب تحضير الرياضي بصفة عامة، كما يجب في هذه المرحلة مراعاة توافق الجانبين التقني و البدني.

و يحتوي هذا القسم:

أ- النشاط التعليمي:

و يجب أن تقدم في هذا الجزء المهارات و الخبرات تعلمها سواء كانت فردية أو جماعية، مثل الجري، القفز، كرة الطائرة، كرة السلة، كرة اليد، كرة القدم.. الخ. (بن خلاف، 2016-2017، ص33)

ب- النشاط التطبيقي:

و يقصد به نقل الحقائق و الشواهد ز المفاهيم باستخدام الوعي في الواقع العلمي و يقدم ذلك في الألعاب الفردية مثل ألعاب القوى، الجمباز أوفي الألعاب الجماعية مثل كرة القدم، كرة، كرة الطائرة، و كرة اليد.

و أهم ميزه يتميز بها النشاط التطبيقي هو بروز روح التنافس بين مجموعات الأفراد مما يؤدي الى نجاح الحصة التدريبية أو التعليمية.

3.5 القسم الختامي:

الهدف منه تطبيق من شدة التدريب للعودة بالجسم الى الحالة العادية و تهدئة أعضائه الداخلية و اعدتها بقدر المستطاع الى ما كانت عليه سابقا و يتضمن الجزء تمرينا تهدئة الجهد كتمرينات لتتنفس و الاسترخاء و بعض الألعاب ذات الطابع الهادئ.

ان تقسيم الحصة الى أجزاء ما هي إلا طريقة لتمكين المعلم أو المدرب من تنفيذ خطة الحصة، بأسلوب أكثر اقتصادي أو بما يحقق هام الدرس الموضوع عن طريقة قيام كل جزء بواجباته الخاصة و المعروفة. و على ذلك كل جزء مهام و واجبات تعطيه صفة و حجم و اهمية نوعيته في حدود في حدود الدرس. (بن خلاف، 2016-2017، ص 34)

6. طرق اخراج حصة التربية البدنية و الرياضية:

يقصد بطرق اخراج الحصة هو استخدام جميع وسائل و الامكانيات التي تساعد على تنظيم التلاميذ بشكل ديناميكي و التي يمكن من خلال ذلك الوصول الى الهدف بطريقة سريعة و بسيطة.

أما الطرق الشائعة في اخراج حصة التربية البدنية و الرياضية هي كالآتي:

1.6 الطريقة الجماعية:

في هذه الطريقة يؤدي التلاميذ الحركات و التمارين بشكل جماعي موحد من خلال استخدام الوسائل الموجودة، و هذا النوع من الاخراج للحصة يخدم المهارات الفردية كالوثب و أنواعه، الجري، السباحة، و كذلك يستخدم أحيانا في الالعاب الجماعية ككرة القدم، كرة الطائرة...

و من مميزات هذه الطريقة أنها مريحة بالنسبة للأستاذ، حيث يستطيع من خلالها تعليم مجموعة من التلاميذ في وقت واحد، إلا أن الصعوبة تكمن في تصحيح الأخطاء، و تغلب تعليم مجموعة من التلاميذ في وقت واحد، إلا أن الصعوبة تمكن في تصحيح الأخطاء، و تغلب وضعية و موقع الأستاذ في الحصة دورا كبيرا في ملاحظة أداء التلاميذ. (ساسي، 2007-2008، ص 27).

2.6 طريقة الأداء المتابعي:

في هذه الطريقة يقوم التلميذ بأداء مهارات و الحركات بالترتيب واحدة تلو الأخرى و بدون توقف، و هذه الطريقة تعتمد على الوسائل و الامكانيات المتوفرة.

و من مميزاتا أنها تتيح للأستاذ الفرصة في معرفة الفروق الفردية بين التلاميذ، الى جانب تماسك وحدة الحصة مع تنظيم العمل بشكل افضل، و تستعمل هذه الطريقة في الجمباز، إلا أن لهذه الطريقة عيب هو الوقوف الذي يقضيه التلميذ في انتظار دوره.

3.6 طريقة المناوبة:

و فيا يؤدي التلاميذ التمرينات بشكل متناوب، حيث ينقسمون الى مجموعتين تقوم الأولى بأداء التمرين ثم ترجع الى الخلف لتقوم المجموعة الثانية بنفس الشيء، هكذا يركز استعمال هذه الطريقة في الوثب العالي، الوثب الطويل.. الخ.

4.6 طريقة المجاميع:

في هذه الطريقة يقسم الاستاذ التلاميذ الى مجموعات ليقوموا بتأدية أنواع المهارات بشك منفصل، حيث تقوم كل مجموعة بأداء التمارين ثم تتناوب، و يقوم الأستاذ بالمرور بين المجموعات الواحدة تلو الأخرى لتصحيح الأخطاء و الاستعانة بالتلاميذ الممتازين في ذلك.

5.6 الطريقة الفردية:

تستعمل هذه الطريقة عند تقويم أو معرفة المستوى الذي وصل اليه التلاميذ، حيث يقوم كل تلميذ بأداء المهارات بشكل فردي، و من خلال الطريقة يستطيع الأستاذ اكتشاف القدرات المتوفرة لدى التلاميذ، و تصحيح و تدارك الأخطاء المرتكبة. (ساسي، 2007-2008، ص 28).

7. واجبات درس التربية البدنية و الرياضية :

تكمّل واجبات درس التربية البدنية و الرياضية في ما يلي:

- المساعدة على الحفاظ بالصحة و البناء السليم لقوام التلاميذ.

- المساعدة على تكامل المهارات و الخبرات الحركية و وضع القواعد الصحيحة لكيفية ممارستها.(عراوي، 2016-2017، ص 18)

- المساعدة على تطوير الصفات البدنية كالقدرة و السرعة و المرونة و الرشاقة و التحكم في القوام في حالة السكون و الحركة.

- اكتشاف المعارف و المعلومات و الحقائق على اسس الحركة البدنية و أصولها البيولوجية و الفيسيولوجية و البيوميكانيكية.

- تدعيم الصفات المعنوية و السمات الادارية و السلوك اللائقة.

- التعود على الممارسة المنضمة للأنشطة الرياضية.(عراوي، 2017-2018، ص19)

8. كيفية تقديم درس التربية البدنية و الرياضة:

ان مدرس التربية البدنية و الرياضية عليه أن يأخذ بعني الاعتبار مختلف المتغيرات كالمستوى السني للتلاميذ و الإمكانيات المتاحة اثناء اختيار طريقة التدريس بحيث يجب ان يختار الطريقة المناسبة لتحقيق الهدف المراد من الدرس، و هناك بعض الطرق التي تستعمل غالب في تدريس التربية البدنية نذكر منها:

1.8 الطريقة الجزئية:

حيث تجزأ المهارات الى أجزاء صغيرة كل جزء على حدا و يتم تعليم كل حركة أو جزء منفصلا عن الآخر، ثم يتم الانتقال من الجزء الذي تم تعلمه الى الجزء التالي حتى يتم تعليم كل الأجزاء، ثم ترتبط الأجزاء و تعلم الحركة كاملة.

2.8 الطريقة الكلية:

و هي عكس الطريقة الجزئية حيث تعرض فيها الحركات أو المهارات كاملة كوحدة واحد غير مجزأة و يردي المدرس نموذج المهارات بعد ذلك يعقبه أداء التلميذ، و هذه الطريقة محببة لدى تلاميذ لأنها تساعدهم على أخذ تصور كلي عن المهارات.

3.8 الطريقة الجزئية الكلية:

عبارة عن خليط بين الطريقة الكلية و الطريقة الجزئية حي يتم تقسيم الحركة الى وحدات، و تعلم الوحدات ثم ينتقل الى الوحدة الثانية ثم ربطهما ككل و هكذا، من سماتها أن تراعي الفروق الفردية في القدرات الحركية.(بن خلاف، 2016-2017، ص36).

4.8 طريقة المحاولة و الخطأ:

حصّة التربية البدنية والرياضية

في هذه الطريقة يحاول التلميذ اداء الحركة حسب قدرته و ما على الاستاذ سوى القيام بدور الموجه و المرشد من خلال اعطاء النقاط التعليمية أو التصحيحية و تساعد هذه الطريقة التلميذ على اكتشاف أخطائه بنفسه و بذلك محاولة تصحيحها سريعا. (بن خلاف، 2016-2017، ص37)

خلاصة:

ان حصّة التربية البدنية و الرياضية تلقى اهتمام كبيرا سنة بعد سنة، و الجميع يسعى للارتقاء بها الى المستوى المطلوب، و ذلك يتجلى في الامكانيات و البرامج و نقاط التغيير التي تطرأ على المنظومة التربوية بقرارات من مسؤولي الدولة و الوزارة الوصية، لكن الغياب الفاضح للهيئات المعنية بالاهتمام بالنشاط الرياضي قد يكون أكبر خسارة عرفتها و لا تزال تعرفها حصّة التربية البدنية و الرياضية، ذلك لطبيعة العلاقة بين الحصّة و النشاط.

المتغير الثاني :
الألعاب المصغرة

تمهيد

يعد اللعب من الأنماط السلوكية الشائعة في الطفولة و المراهقة المبكرة، و هو نشاط محبب بالنسبة للأطفال و التلاميذ، كما أنه ضار و يظهر في الأطفال ابتكارهم و يطلقون فيه خيالهم و اهتماماتهم بالشخصية.

و قد ظهر حديثا ميل لتقييم دور اللعب و تشجيعه، باعتباره خبرة تعليمية ذات دلالة بما له من دور في النمو المعرفي و النمو السوي.

و كنتيجة لذلك فإن اللعب كان موضوعا للعديد من البحوث الدراسات ، و على الأقل فبعض أنواع اللعب حظى بتركيز الباحثين، و بالطبع فإن هذه البحوث و الدراسات قد انعكست بصورة واضحة على تعليم التلميذ و إظهار الشكل الذي يجب أن تتخذه مناهج المراهقة المبكرة.

و من المعروف أن الألعاب هي أساسا برامج نشاط حركي و هو ما يؤكد أهميتها و قيمتها كمواد دراسية و وسيلة تربوية تساعد التلميذ على التعرف بالبيئة المحيطة به، و استكمالا لهم الحقائق و المبادئ الأساسية التي يقوم بها المتعلم للارتقاء بمستوى الألعاب فإنه ينبغي من إمداده ببعض المعلومات التي تساعده على شرح كيف يتم الأداء الحركي، و الأسباب التي يقوم عليها.

و في هذا الفصل يتعرض الباحث لمفهوم الألعاب الصغيرة، و تاريخها و مظاهرها الإنمائية، و نحن نسعى إلى توضيح الدور الذي تلعبه الألعاب الصغيرة في حصة التربية البدنية و انعكاساتها على تعلم المهارات الحركية.

1. تعريف اللعب و أهميته :

1.1 اللعب:

يعتبر اللعب ظاهرة اجتماعية نشأت منذ القدم وهو وسيلة لمعرفة الذات واللهم والراحة ووسيلة للتربية البدنية والاجتماعية والنفسية ووسيلة للرياضة وعنصرا مشوقا لثقافة الشعب، و دائما يكون اللعب هادفا و يتميز بتنوع الاهداف و الأعمال الدافعة للقيام بها.

ولقد عبر التاريخ من أفلاطون حتى يومنا هذا على هناك إجماع على أهمية اللعب بالنسبة للطفل كوسيلة للتسلية و التعلم.

حيث اتجه الفلاسفة القدامى إلى استخدام الألعاب في تعليمهم الرياضيات، ومنهم أفلاطون الذي يذكر أنه الأول من إدراك القيمة العلمية للعب، حيث كان يقوم بتوزيع التفاح على الأولاد الصغار لمساعدتهم على تعلم الحساب.

لا شك أن اللعب أهمية كبرى و دور تربوي في بناء شخصية الأطفال فمزال التربويون ينادون بأن اللعب هو وسيلة للتسلية و للتعليم، و يؤكد لك كوميدوس حيث كتب أنه " ما دام اللعب الذي يؤديه الأطفال في لحظات مرح وسعادة لا يؤدي الآخرين يجب أن نشجعهم عليه بدلا من أن نبعدهم عنه". (سمية عولمي، 2018-2019، ص 52)

2.1 تعريف اللعب:

هناك تعريفات مختلفة للعب و أخرى معقدة يمكن إنجاز بعضها فيما يلي:

محمد حسن علاوة يعرفه "بأنه النشاط السائد في حياة الطفل ما قبل المدرسة كما يساهم بقدر كبير في المساعدة على النمو العقلي والخلقي والبدني والجمال الاجتماعي، والمتبع لنمو الأطفال يلاحظ تطور اللعب عندهم واختلافه باختلاف مراحل النمو". (محمد حسن علاوة، 1983، ص 09)

ويرى عبد الحميد شرف بأن: "اللعب هو ميل فطري موروث في كل فرد طبيعي وهو وسيلة للتعبير عن الذات باستغلال طاقاته ويدفع الفرد إلى التجريب واكتشاف طرق جديدة لعمل الأشياء وبذلك يشعر الفرد فيه بالمتعة والسرور وله دور كبير في تكوين شخصية الفرد". (أمين أنور الخلي، 1994، ص 174)

أما "أوليفر كميل" يقول مما لا شك فيه أنه لا أحد يستطيع أن ينكر دور اللعب بالنسبة للطفل، فهو يحتاج إليه مثل حاجته إلى الهواء الذي يتنفسه كما أنه يساعده على اكتشاف المحيط الذي يعيش فيه وبالتالي يؤهله إلى الاندماج والتكيف، أما رغبة الطفل في اللعب فإذا لم يتم تحقيقها في الطفولة بصورة كاملة فإنها تؤثر في شخصيته مستقبلا كمراهق وراشد". (سمية عولمي، ص 53)

3.1 أهمية اللعب:

ويمكن إجمال أهمية اللعب في عدة نقاط من أهمها:

- يعد اللعب ميل طبيعي يدفع الإنسان لمزاولته.
- اللعب يشبع حاجة أساسية للإنسان، فهو طريق الطفل لاكتساب الخبرة.
- وسيلتهم الطبيعية لاستفادة طاقتها الزائدة.
- يكتسب الجسم عناصر اللياقة البدنية.
- أن السرور الذي يصاحب اللعب يدفع الإنسان للعمل، ومن ثم نادي الخبراء بتنظيم برامج ضمن مجالات العمل لزيادة الإنتاج.
- يعمل اللعب على دعم العلاقات الإنسانية الجميلة والصدقة القوية الممتعة لتي تولد الاتحاد والانسجام.

2. الألعاب الصغيرة وخصائصها:

1.2 مفهوم الألعاب الصغيرة:

تعتبر الألعاب الصغير أحد الأنشطة الهامة في برنامج التربية الحركية للطفل، فكلما زاد نشاط الطفل كلما وأدت الفرص المتاحة لنموه وتعلمه ولاكتسابه من الخبرات التربوية، والألعاب الصغيرة في أدائها السهل البسيط والممتع تناسب جميع الأعمار وكلا الجنسين على سواء وهي لاحتاج إلى شرح طويل أو قوانين معقدة، كذلك تلعب دورا بارزا في نمو الطفل من النواحي البدنية والحركية والعقلي والانفعالية والاجتماعية.

و الألعاب الصغيرة تعمل على استغلال طاقة الجسم الحركية في جلب المتعة النفسية للطفل، وبالتالي فهي تتناسب الطفل والتلميذ في مرحلة رياض الأطفال والمدرسة الابتدائية لملاءمتها لقدراتهم وميولهم، وتعتبر وسيلة هامة في تنمية لياقة الطفل البدنية وتفاعله الاجتماعي، كما تعتبر الألعاب

الصغيرة إعدادا تمهيدا لألعاب الفرق الجماعية والفردية حيث تسمح بالتدريب على المهارات الحركية الأساسية التي ستخدمها الطفل عندما يكبر وينضم إلى الفرق الرياضية. (حسن سيد أبو عبدة، 2002، ص 155)

الألعاب الصغيرة هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم، ولا تحتاج إلى تعقيدات مهارية كبيرة، حيث يمكن للقائم على تنفيذها تحديد بعض القوانين الخاصة بها وفقا للهدف المراد تحقيقه ولسن المتعلم وجنسه في صورة مشوقة تمتعه وتسليه وقد تنمي لديه الاستكشاف وحل المشكلات الحركية. (سومية عولمي، ص 54)

2.2 خصائص الألعاب الصغيرة:

يرى عطيات محمد خطاب أن للألعاب خصائص هام:

لا يشترط ممارستها طبقا لقواعد وقوانين دولية معترف بها إذ لا يرتبط فيها زمن اللعب وعدد اللاعبين أو مساحة وحجم ومكان اللعب أو مواصفات الأدوات المستخدمة بأية اشتراطات أو قواعد دولية.

- سهولة تغيير قواعد وقوانين اللعبة بما يتناسب مع الظروف والمناسبات أو بما يتلاءم ومحاولة تحقيق بعض الأهداف الترويجية المعينة، وفي كثير من الأحيان يمكن قيام اللاعبين بتحديد أو اختيار القوانين التي يرغبون في تطبيقها أثناء اللعب. (عطيات محمد خطاب، ب س، ص 171)

كما للألعاب الصغيرة خصائص هامة منها ما يلي:

- 1- تظهر الفائز والمهزوم بصورة قاطعة، حيث أنها تتصف بالمنافسة العادلة لتحديد المستوى.
- 2- تتطلب جهودا بدنية ونفسية وعقلية ومهارية وتحتاج إلى تدريب وتركيز كبيرين.
- 3- تعتبر أنشطة رياضية اختيارية محببة يمارسها الأفراد دون ضغوط أو إجبار.

3. أغراض و مميزات الألعاب الصغيرة :

تحدد أغراض الألعاب الصغيرة في إطار ما يلي:

1.3 النمو البدني:

يهتم هذا الغرض بالبرامج الحركية التي تعمل على بناء القوة الجسدية للفرد من خلال تقوية الأجهزة العضوية المختلفة للجسم ويندرج تحتها تكييف الجسم على المجهود البدني، القدرة على مقاومة التعب، أما فائدة هذا الغرض فهو يظهر في الحقيقة القائلة بأن الفرد يصبح أنشط وأقدر على الأداء الأفضل وأتم صحة إذا ما قويت أجهزة جسمه العضوية بقوة كافية وقامت بوظائفها على الوجه الصحيح، هذه الأجهزة الحيوية الخاصة بالجسم غالبا ما تنتبه بأزجه نشاطات أساسية مثل الجري والقفز والوثب والتسلق حيث ينتج عن طريق ممارسة الألعاب الصغيرة بصورة متكررة ولفترات زمنية ثابتة زيادة في النشاط العضلي.

2.3 النمو الحركي:

ولغرض النمو الحركي تطبيقات هامة على جانب الصحي والترويحي فالمهارات التي يكتسبها الأفراد تعلمهم كيف يستثمرون وقت فراغهم إذا أن الفرد يستمتع بممارسة تلك الأنشطة البناءة اللازمة لقضاء وقت فراغ، فإذا أراد شخص ما لطفله إن يستمر وقت فراغه بطريقة بدنية صحيحة فمن واجب هذا الشخص إن يعمل على أن يكتسب طفله بعض المهارات في مختلف الأنشطة الرياضية وأن يعلم طفله بعض الألعاب المحببة أو الألعاب الشعبية تلك الألعاب التي يتعلمها الطفل بعض المهارات الحركية للأنشطة الرياضية.

3.3 النمو العقلي:

إن التنمية العقلية عن طريق المعارف والعناية بالقدرة على التفكير وتفسير المعرفة، غرض تحققة الألعاب الصغيرة حيث أن التكيف في أداة الحركات المختلفة يجب أن يتقن ويعدل بما يناسب البيئة التي يعيش فيها الفرد سواء كان هذا التكيف في المشي أو جري أو حتى في استعمال بعض الأدوات والأجهزة الرياضية، ففي كل هذه المهارات يجب على الفرد أن يفكر ويربط الجهازين العضلي والعصبي لأداء مهمة ما، هذا بالإضافة إلى هذا النوع من المعرفة إنما تكتسب عن طريق المحاولة والخطأ ومن ثم كان لا بد أن يكون هناك تغيير لمعنى الموقف نتيجة لهذه الخبرة فالتكيف يتعلمه الفرد بدليل أن العمل صعبا في أدائه في أول ما يصبح سهلا فيما بعد الألعاب الصغيرة لا تنمي التكيف فقط إنما تكتسب المعرفة وتجعل ملما لبعض القواعد الخاصة باللعبة وفنون لأداء إضافة إلى الفوائد والقيم المستمدة من ممارسة هذه الألعاب والمعرفة الفنية التي يتعلمها الفرد بالخبرة وينتج عنها معارف يجب على الفرد أن يكتسبها فمثلا الفرد يعرف أن الكرة تسير أسرع وبدقة أكبر إذا ادعيت التمريرة من نفس الوضع الذي تسلم فيه الفرد الكرة، كما يمكن للفرد اكتساب بعض المعارف التي تعتبر غاية في الأهمية مثل القيادة والتبعية والشجاعة والاعتماد على نفس ومساعدة الغير والسلامة والتكيف مع الآخرين.

4.3 نمو العلاقات الإنسانية:

إن عملية التكيف الشخصي والجماعي ومساعدة الفرد على أن يكون عنصرا نافعا في المجتمع من ضمن الأغراض التي تحقها الألعاب الصغيرة، حيث تحقق هذا التكيف بوجود القيادة الملائمة وتحتوي الألعاب الصغيرة على احتياجات أساسية اجتماعية للفرد مثل الشعور بالانتماء والشهرة واحترام الذات فإذا ما تحققت هذه الاحتياجات أصبح الفرد متكيفا مع المجتمع.

5.3 نمو الصحة الجسمية والنفسية والعلية:

تعتبر ممارسة النشاط الرياضي سواء كانت الممارسة منظمة أو غير منظمة عنصرا عاما من العناصر المحصنة ضد الوقاية من الإصابة لبعض الأمراض إذ تعتبر أحد الأساليب لمنع الإصابة كوسيلة وقائية نتيجة كفاءة الأجهزة الحيوية في الجسم وذلك من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية، وكذلك أصبحت الألعاب الصغيرة والتمارين البدنية أحد الوسائل الهامة والفعالة للوقاية ولعلاج بعض التشوهات القوامية وأمراض الشلل بالنسبة للأطفال أو يحدث من إصابات الحوادث التي تقع للأفراد في الحياة العامة وتستخدم الألعاب الصغيرة في بعض الأحيان لعلاج أمراض الصحة النفسية. (سمية عولمي، ص 57)

4. أهداف وأهمية الألعاب الصغيرة :

تهدف الألعاب الصغيرة إلى إعداد طفل المدرسة الابتدائية، في المجال النفس حركي (البدني والمهادي) من حيث تحسين الحركات البنائية الأساسية القدرات الإدراكية والبدنية والمهارات الحركية من خلال:

1.4 الأهداف النفس الحركية:

تهدف الألعاب الصغيرة إلى إعداد طفل رياض الاطفال المدرسة الابتدائية، في المجال النفس حركي (البدني والمهادي) من حيث تحسين الحركات البنائية الأساسية والقدرات الإدراكية والبدنية والمهارات الحركية من خلال :

أ- الحركات البنائية الأساسية:

وهي التي تشمل الحركات الانتقالية كالمشي والجري والتزلق والحجل وكذلك الحركات غير الانتقالية كالمد والثنى والشد والرفع والميل وكذلك الحركات اليدوية وحركات المعالجة كالركل والضرب والرمي واللقف.

ب- القدرات الإدراكية:

تعمل الألعاب الصغيرة على نمو الادراكات والقدرات الحركية للطفل من حيث تمييزه للإدراكات السمعية البصرية والحركية ومن ثم إمكانية تكيف الطفل مع البيئة التي يمارس فيها النشاط.

ج- القدرات البدنية:

هي تعتبر القاعدة الهامة في بناء وتقدم الطفل في مجال الأنشطة المختلفة وتشمل القدرات البدنية على عناصر التحمل والقوة العضلية والسرعة والرشاقة والمرونة والدقة والتوازن والقدرة، ويعمل نمو تحسين القدرات البدنية على تحسين أداء المهارات الحركية وتعلم مهارات جديدة. (حسن السيد ابو عبد، ص 157-158)

2.4 الأهداف المعرفية:

يجب أن تهدف وتعمل الألعاب الصغيرة على إعداد الطفل والتلميذ للاستفادة في المجال المعرفي بأقسامه المختلفة والتي تشتمل على المعرفة والفهم والتطبيق والتحليل والتركيب والتقديم، ومن خلال ممارسة الطفل للألعاب الصغيرة يكشف ويتعلم المفاهيم والمعارف والمعلومات عن النشاط الذي يمارسه كذلك يمكنه أن يكشف ويحلل ويميز من حوله من حيث المكان والأدوات والزملاء الفراغ والنشاط الممارس.

4.3 الأهداف الوجدانية:

ترتبط الاهداف الوجدانية بالأهداف المعرفية ارتباطا وثيقا حيث أن لكل هدف معرفي جانب وجداني وبالتالي فإن تلازمهما أمر طبيعي وعلى مدرس التربية الرياضية والحركية أن يجذب اهتمام تلاميذه لتعلم الألعاب الصغيرة حتى يتولد لديهم الميل والرغبة الإصرار على تعلمها وممارستها.

ويشتمل المجال الوجداني على عملية التطبيع الاجتماعي التي لها الأثر في نمو السلوك والتحكم فيه وتشتمل على (الاستقبال، الاستجابة، التنظيم، التوصيف، التقديم) وهنا يلعب دور مدرس التربية البدنية والرياضية في توفير الأنشطة والألعاب الصغيرة التي تعمل على تحقيق التوازن الانفعالي

للطفل والتنفيس عن مشاعره خلال ممارسة النشاط البدني واللعب خلال درس التربية البدنية والرياضية. (حسن السيد أبو عبد، ص 158)

5. الأهمية التربوية للألعاب الصغيرة :

إن أي تأثير تربوي من خلال اللعب يعتبر جزء من التربية العامة للنشأة إذ يسهم ذلك في تربية الأطفال باكتسابهم مخلف الصفات والسمات السلوكية الحميدة لتنشئة مجتمع جديد يتميز بالعلاقات أفضل بين الناس، ويتأسس على صدق وإخلاص في العمل والفعالية والنظام والتعاون والعمل الجماعي وإنكار الذات لصالح الجماعة وما إلى ذلك من مختلف السمات الخلقية الحميدة.

فالألعاب الصغيرة غالباً ما يقصدها التربويون بغرض إنها السبيل إلى تنمية القيم الخلقية والإرادية، فالجوانب المتعددة للألعاب الصغيرة تساعد في تنمية التعاون والأمانة والاعتماد على الذات وبذل الجهد من أجل الفوز بعدل وشجاعة.

ومن الأهمية التربوية للألعاب الصغيرة أنها تسهم في تنمية وتطوير القدرات العقلية للأفراد المشتركين حيث أنها فرص كثيرة بواسطة المواقف المتعددة المتجددة لإظهار سرعة التفكير الإيجابي والإدراك للمحيط البيئي والتصور والتذكر والتصرف بإيجابية.

ومن الأهمية التربوية للألعاب الصغيرة أنها تساعد في اكتساب الصحة النفسية للفرد وممارسة الألعاب له ارتباط بعلم النفس على أنه جانب ترويجي ونشاط تصاحبه حالة نفسية مميزة، وممارسة للألعاب الصغيرة أساس في اكتساب الصحة النفسية من خلال النقاط التالية:

1- اكتساب الشعور الإيجابي والإحساس الذاتي بالبهجة والسعادة.

2- التحرر من القلق والتوتر.

3- تحقيق إشباع بعض من الحاجات النفسية كالنشاط الحركي والحاجة إلى الوجدان واثبات الذات والنجاح.

إما الجانب الآخر من الأهمية التربوية يكمن في تحقيق السيطرة النفسية والعقلية في إقرار الأحكام وكيفية التصرف في مواقف المختلفة بالإضافة إلى اكتشاف المواهب وكيفية توجيهها واكتساب العادات الجيدة وتهذيب النفس كلها عوامل مساعدة في تكوين الشخصية المتزنة.

قد يتوهم البعض أن الممارسة للألعاب الصغيرة هي عملية تضييع للوقت أي أنها عملية غير مفيدة ولكن إن نظرنا إلى الحقيقة العلمية نجد أنه على العكس من ذلك فالفوائد كثيرة تكمن في أنها عملية تربوية تلازم حياة إنسان وبالتحديد عندما يكون الإنسان في مراحل نموه البدني والعقلي. (سومية عولمي، ص 52)

6. صفات البرنامج المثالي للألعاب الصغيرة :

يجب أن يوضع البرنامج المثالي للألعاب الصغيرة بصورة عشوائية، ولكنه يجب أن يتصف بصفات تسمح للممارس بالاستفادة الكبير منه ، وعليه يجب مراعاة الصفات التالي:

أولاً: يفسح المجال للممارسة للجميع:

1- يوفر البرنامج أنواع مختلفة من الألعاب بحيث أنشطة تتناسب مع مختلف الميول والمستويات القدرات الحركية ومراحل النمو والمهارات الحركية.

2- يوفر البرنامج القيادة المسؤولة والكافية التي تعطي جميع الأفراد الموضوع لهم البرنامج وليس مجموعة المختارة المتميزة من التلاميذ بصورة تحجب الميل نحو التلاميذ محدودي القدرات. (مصطفى، محمد السايح، ص 67)

ثانيا: تنمية الجانب الصحي:

يمارس الفرد كل الإجراءات عوامل الأمن والسلامة للوقاية من الإصابات البدنية ولا يسمح للمنافس أن يعرض نفسه أو زميله أو منافسه أثناء أداء الألعاب، كما يمكن أن يتعلم المشترك قواعد الحياة الصحية السلمية.

ثالثا: مراعاة تحقيق الأهداف التربوية:

عندما يوضع البرنامج يجب ألا يثير أهمية زائدة للفوز أو يضع الفرد تحت مسؤوليات كبيرة لكي يفوز كما يراعي أن يغرس وينمي فكرة الرغبة الجادة والمنصفة أكثر من أهمية الفوز نفسه ولا يضحى بالقيم الروحية كما يغرس في نفوس الممارسين الاحترام لميول العملية وغيرها من الميول الفنية الأخرى.

رابعا: التأكيد على العلاقات الاجتماعية وتطويرها:

1- مساعدة الفرد ليجد الرضا والارتياح في السلوك الاجتماعي المقبول ويرفض الروح الرياضية غير السوية.

2- لا يتسامح مع أي معالجة سواء في تقيد أو إدارة أو تعليم أو قيادة الأنشطة الرياضية كما أنه يغرس في النفوس الاحترام والصدقة من قبل المنافس ويؤكد التحكم في الانفعالات.

3- يوفر القيادة التي تعطي المثال الطيب في الإدارة والاتجاهات والسلوك.

4- يساعد الفرد على إدراك مواطن التشابه بين مواقف الحياة مواقف اللعب. (سمية عولمي، ص 63)

7. مبادئ تدريس الألعاب الصغيرة :

يمكن إعداد الألعاب الصيغة للتدريس من خلال وضع مجموعة من الأهداف التي تركز على الخطوات التالية:

1- اختيار نوع اللعبة.

- تحديد أهداف اللعبة.

2- جمع المعلومات

- بيانات بخصائص اللعبة.

- تحديد معلومات كافية عن اللعبة.

- وضع تصور متكامل عن اللعبة.

3- تدريس اللعبة

عند التدريس يراعي ما يلي:

- نوعية التلاميذ (العمر الزمني والعقلي- الجنس)
- تحديد احتياجات التلاميذ.
- تحديد خصائص التلاميذ الجسمية والعقلية.
- تحديد أدوار التلاميذ في اللعب.
- تحديد شوط وقواعد وقوانين اللعبة.
- تحديد أنواع التعليمات والإرشادات المقدمة للتلاميذ.

4- تنفيذ اللعبة

والقصد من ذلك هو بدء في تطبيق اللعبة من جانب التلاميذ مع مراعاة النقاط التالية:

- مراجعة خطوات اللعبة.
- إعطاء التوجيهات.
- القيام بتطبيق اللعبة.

5- تقويم اللعبة:

والقصد من ذلك على مدى تحقيق الأهداف وما هي عوامل التقصير التي أدت إلى عدم تحقيق الأهداف ويمكن أن يتم ذلك التقويم من خلال التصورات التالية:

- تحليل اللعبة ومناقشتها مع التلاميذ.
- مراجعة طرق التدريس والتوصيل.
- دراسة الأهداف.
- تقديم التغذية المرتدة.
- إعادة تطبيق اللعبة بشكلها الجديد. (مصطفى السايح محمد، ص 78-79)

8. أنواع الألعاب الصغيرة :

تنقسم أنواع الألعاب الصغيرة وفقا لما أشارت إليه دكتورة إيلين وديع فرج إلى الآتي:

تنقسم الألعاب إلى أنواع رئيسية هي:
الألعاب الصغيرة.

الألعاب التمهيدية.

ألعاب الفرق.

1.8- الألعاب الصغيرة:

الألعاب الصغيرة هي ألعاب منظمة تنظيماً بسيطاً، في أدائها ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها، ولا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة ولكن يمكن للمعلم من وضع القوانين التي تتناسب مع سن اللاعبين واستعدادهم والهدف المراد تحقيقه، ويمكن ممارستها في أي مكان كما يمكن أدائها باستخدام أدوات بسيطة أو بدون أدوات، وهي لا تحتاج إلى تنظيم دقيق أو معقد.

أقسام الألعاب الصغيرة:

تنقسم الألعاب الصغيرة وفقاً للخصائص المميزة لمجموعات اللعب المتنوعة إلى ما يأتي:

1- ألعاب المسافة.

2- ألعاب التتابع.

3- ألعاب الكرة.

4- ألعاب اختيار الذات.

5- ألعاب الفصل.

6- ألعاب مائية.

7- ألعاب استعراضية موسيقية.

2.8. الألعاب التمهيدية:

تعتبر الألعاب التمهيدية مرحلة متقدمة للألعاب الصغيرة حيث يتم فيها تطبيق المهارات الحركية المكتسبة من الألعاب الصغيرة بصورتها البسيطة إلى مهارات حركية تعد اللاعب لألعاب الفرق مثل لعبة كرة السلة والكرة الطائرة وكرة الي وكرة القدم وغيرها من الألعاب. والألعاب التمهيدية هي ألعاب أكثر تنظيماً من الألعاب الصغيرة كما تتشابه قوانينها مع قوانين ألعاب الفرق لحد كبير وتستلزم قدرات حركية وعقلية على مستوى أعلى من الألعاب الصغيرة. (سمية عولمي، ص 66)

ألعاب الفرق:

ألعاب الفرق هي الألعاب التي تخضع للقوانين الدولية، ولها نظم وقواعد ثابتة متفق عليها دولياً، وتحتاج هذه الألعاب إلى صالات لعب وملاعب ذات مقاييس محددة، وتمارس بأدوات لها قياسات وأوزان ثابتة، وتنظم لها دورات رياضية على المستوى الدولي العالمي، ويظهر في هذه الألعاب.

- تنقسم أنواع الألعاب الصغيرة وفقاً لما أشار إليه حسن السيد أبو عبده إلى الآتي:

1- ألعاب هادئة:

يقوم بها الطفل وحده أو مع أقرانه في جو ساكن قليل الحركة ومكان محدد داخل الفصل وخارجه وأغلب ما تكون أغراضها للتفكير والتخمين، أولاً راحة الفرد بعد الإجهاد البدني أو التعب، أو بقصد التنويع في الطريقة والموضوع.

2- ألعاب بسيطة:

ترجع سهولتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد ويهتم فيها الطفل بقوته دون أن يدرك معنى المنافسة، وتعدّه إلى ألعاب معقدة إعداداً يشمل النظام وسرعة التلبية واحترام قانون اللعبة وعمل التكوينات.

3- ألعاب تنافسية فردية:

وفيها تزداد قوة الطفل العصبية وما يتبعها من توافق في الحركات فيستطيع لوقف الكرة أو قذفها نحو الهدف، وإظهار مجهوده الفردي لغرض ما ولصالح الجماعة التي ينتمي إليها.

4- ألعاب تنافسية جماعية:

وفيها تولى الطفل قيادة الجماعة أو يكون واحداً من بين الجماعة يأتمر بأمر قائدها كما يقدر المهارة الفردية ومهارة الأفراد في الجماعة ويضع الخطط المختلفة وتمتاز هذه الألعاب بكثرة قوانينها وتباين أنواعها فيها ما يستخدم فيه اليدين وفيها ما يستخدم فيها القدمان أو كلاهما معاً كذلك فيها البسيط والتمهيدي للألعاب الجماعية الكبيرة، حتى تتماشى مع قدرة الطفل وميوله وتنوعها وفقاً لذلك وتبدأ تنمو عنده تدريجياً روح الجماعة وروح العمل لمصلحتها والغيرة على نجاحها دون الحاجة إلى إشراف المدرس، وفي الوقت نفسه يكتسب المهارة الانتقال في الملعب، والتحكم في الكرة ووضع الخطط لإصابة الهدف.

5- ألعاب التتابع:

وهي المنافسات القديمة الطبيعية للأداء الحركي في الأنشطة الرياضية ويكون التتابع بين الأطفال في الذهاب والعودة بالأدوات، (الكرات، عصي، كيس حب) أو بدون (المصافحة) وتكون المنافسة بين الأطفال من مجموعة يتسابقون في التسليم والتسلم مع زملائهم ليكون هناك فائزاً وهذا يؤدي إلى زيادة الحماس الأطفال وتعاونهم وانتمائهم للجماعة. (حسن السيد أبو عبده، ص 162-163).

خلاصة

من خلال ما سبق يمكن أن نستنتج أن اللعب له آثار إيجابية كمستوى اللياقة البدنية للتلميذ، بتنمية الصفات البدنية حيث من خلال اللعب الذي يلبي رغبات واحتياجات التلاميذ، وهذا ما يجعلنا نختار لهم الألعاب الصغيرة حسب مستواهم البدني والعمرى وقدرة استيعابهم للعبة، كما تعتبر الألعاب الصغيرة وسيلة أساسية من وسائل التربية والتعليم ولهذه الأهمية البالغة يرى الباحثون أن اللعب تأثير على مراحل نمو التلميذ خاصة مرحلة المراهقة الأولى التي تحتاج إلى اللعب المنظم.

كما تساهم الألعاب الصغيرة في تحقيق أهداف عديدة تشمل كل جوانب الشخصية للتلميذ منها الجانب العاطفي الاجتماعي، النفسي، التعليمي، التربوي، ولحركي، وهذا ما يجعل التلميذ ينمو نمو سليم.

المتغير الثالث:

خصائص المرحلة

العمرية (11-13)

تمهيد

يمر الإنسان بعد مراحل في عمره، تحدد على غرارها مميزات الطرق أثناء التعلم و التدريب، و هذا ما جعل الاختصاصيين يحددون كل صنف من خلال عدة جوانب مختلفة.

الممارسة الرياضية في هذه المرحلة تتطلب نظاما اكاديميا يضمن نجاح هذه الممارسة، لذا فمن المهم أن يعرف المدرب خصائص و احتياجات الطفل، و الجوانب الملموسة لنموه و تطوره، كي يستطيع برمجة نظام تعليمي و تدريبي قائمة على أسس و قواعد علمية، و هذا ما سنتطرق إليه في هذا الفصل، من خلال دراسة تحليلية لهذه المرحلة العمرية من حيث خصائصها المختلفة و احتياجات الطفل المختلفة فيها.

1. التعريف بالمرحلة العمرية (11-13 سنة) :

لقد اختلف العلماء في تسمية هذه المرحلة، وتعددت أسماؤها فهي المرحلة ما قبل المراهقة أو مرحلة التحفيز والمقاومة أو مرحلة ما قبل بل البلوغ أو المراهقة المبكرة، في هذه المرحلة تظهر لدى الفرد عملية تحفيز تمهيدا للانتقال إلى المرحلة التالية من النمو، وكذلك تبدو مقاومة ذاتية تبذلها الذات ضد تحفز الميول الجنسية، وكذلك يتضاءل السلوك الطفلي، وتبدأ المظاهر الجسمية والفسولوجية والعقلية والانفعالية والاجتماعية المميزة للمراهقة بظهور، ولما كانت هذه المرحلة من مراحل المراهقة كان لزاما من الإشارة إلى مفهوم المراهقة بصفة عامة.

التعريف اللغوي:

إن كلمة المراهقة مشتقة من كلمة راهق أو دني فهي تفيد الاقتراب والدنو من البلوغ، فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج. (فؤاد بهي السيد، ب س، ص 257)

كما جاء في معجم الوسيط ما يلي: الغلام الذي قارب الحلم والمراهقة هي الفترة الممتدة من بلوغ إلى سن الرشد. (إبراهيم أمين و آخرون، 1972، ص 275)

التعريف الاصطلاحي:

يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني، الجنسي، العقلي والنفسي. (عبد الرحمان العيساوي، 1999، ص 100)

أو هي لفظة وصفية تطلق على الفرد الغير ناضج انفعاليا وجسميا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة.

مصطلح المراهقة Adolescence مشتقة من الكلمة اللاتينية Adolescere تعني التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي والعاطفي أو الوجداني أو الانفعالي، ويشير ذلك إلى حقيقة مهمة وهي أن النمو ينتقل من مرحلة إلى مرحلة فجأة، ولكنه تدريجي ومستمر ومتصل، فالمرهق لا يترك عالم الطفولة ويصبح مرهقا بين عشية وضحاها ولكنه ينتقل انتقالا تدريجيا، ويتخذ هذا الانتقال شكل نمو وتغير في جسمه وعقله ووجدانه، فالمراهقة تعد امتدادا لمرحلة الطفولة حساسة ومهمة جدا مما يستوجب معرفة خصائصها وحاجاتها كي نتجنب انحرافها.

- يقول لديسلاف: أن هذه المرحلة تتطلب تطوير التوافق وتعلم الحركات السهلة من خلال التمرينات المطبقة.

- ويقول أيضا كورت: " انطلاقا من وجهة نظر التطور الحركي فإن هذا العمر هو أفضل عمر زمني يجب استثماره لتطوير القابلية الحركية المتنوعة الوجوه. (خوف شعيب، 2014-2015، ص 81)

2. مظاهر النمو في المرحلة العمرية (11-13 سنة)

تحدث تغيرات كثيرة في حياة الطفل في هذه المرحلة، وتشمل كيانه الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي وتتحول اتجاهات الطفل وميوله مع هذا النمو المفاجئ

1.2 النمو الفيزيولوجي:

في مرحلة المراهقة المبكرة تتغير وظائف جميع أجهزة الجسم بدرجات متفاوتة، لكن التغير البارز في هذه المرحلة هو حدوث البلوغ الجنسي، الذي يعتبر الميلاد الجنسي أو اليقظة الجنسية للشخص، يسبقه فترة نمو جسم في الطول، كما يلاحظ نمو حجم القلب بنسبة أكبر من نمو الأوردة والشرايين، ويزداد ضغط الدم، وتنمو المعدة وتتسع لسد حاجة الجسم النامي، وتنمو أعضاء الجهاز الهضمي بنفس النسبة تقريبا، ويتذبذب التمثيل الغذائي بما يؤدي إلى زيادة الشهية للأكل عند المراهق.

يعتبر البلوغ الجنسي نقطة تحول من الطفولة إلى المراهقة، ويتحدد هذا البلوغ عند الذكور بحدوث أول قذف منوي، أما عند الإناث فيتحدد بحدوث أول حيض، وتتضج الغدد الجنسية في الفترة المرية ما بين سن (13-14 سنة). (سامي محمد ملحم، 2004، ص 350-351)

ولعل من أبرز التغييرات الفيزيولوجية في هذه الفترة من حياة الطفل النضوج الجنسي لكل من الذكر والأنثى على حد سواء، إلى جانب التغييرات الأخرى التي تلازم وتصاحب هذه المرحلة ويمكن تقسيمه إلى:

-تغيرات في الغدد الصماء:

التي تؤدي الهرمونات إلى استتاءة النمو بوجه عام، وتنظيم الشكل الخراجي للإنسان، وأهم هذا الغدد تأثيرا في هذه المرحلة هي الغدة النخامية الفص الأمامي منها.

- تغييرات في الأجهزة الداخلية:

فالقلب ينمو والشرايين تتسع ويزداد ضغط الدم من 8 سم للطفل في السادسة من عملاه إلى 12 سم، عند البنات في أوائل المراهقة، ثم يعود إلى 10.5 سم في التاسعة عشر، وعند البنين يصل إلى 12 سم في أوائل المراهقة.

تنمو الأجهزة الداخلية للطفل بالتوافق مت استجابتها الوظيفية، فكلما تقدم الطفل في العمر كبر حجم قلبه واتسعت أوعيته الدموية بحيث يتضاعف حجم القلب من (10 إلى 12مرة) من مرحلة ما بعد الولادة إلى اكتمال النمو، بينما يكون ازدياد محيط الشرايين (03 مرات)، ويتناسب هذا مع نمو العضلات والغضاريف، وكذلك يؤثر على النمو العظام خاصة إذا كان المجهود أكبر من المعتاد عليه. (علي نصيف، 1980، ص 85)

العوامل الفيزيولوجية:

- الاستهلاك الأقصى للأكسوجين:

إن ارتفاع الأكسوجين يتم تدريجياً حسب السن الذي يتراوح (6-12 سنة) لدى الأطفال، وعند سن البلوغ نلاحظ استقرار، وحتى انخفاض في كمية الأكسوجين .

في إطار القيمة مماثلة لتلك التي تحدث في الحجم الأقصى للأكسوجين VO MAX (ملم/كغ.ثا) في السن الذي يتراوح بين (11-14 سنة) لدى الأطفال نلاحظ انخفاضاً في القدرة على العمل وهذا راجع إلى التغييرات البدنية التي تميز هذه المرحلة، والقدرة الضعيفة المتعلقة بالجليكوليك اللاهوائي لدى الأطفال يتم تعويضها بأكبر قدر على استعمال الأكسوجين، هذا ما يفسر بالكمية المتعلقة بالأنزيمات السكرية وتزداد القدرة تدريجياً أثناء البلوغ وهذا بسبب الجلب المعتبر للأكسوجين خلال هذه المرحلة والقدرات الخاصة والتحويلات الغذائية لنمو الكتلة العضلية .

- القدرة اللاهوائية:

إن كافة استطاعات العمل بين (50 و100%) للحد الأقصى من كمية الأكسوجين VO MAX التركيز على الاكتاتال بلازماتيكية أقل لدى الطفل بالنسبة للمراهق، وهذا الفرق ينخفض ليتوقف عند السادسة عشر سنة وتفسر هذه القدرة الضعيفة على إنتاج الطاقة اللاهوائية من خلال النشاط الضعيف لواحد من أنزيمات الغليكوليز اللاهوائي والفسفوركتوكيناز تتسبب فس إنتاج الحمض اللاكتيكي، ولا يستطيع الأطفال مواصلة التمارين ذو PH عضلي ودموي منخفض، وهذا ما يحفظ الطفل من زيادة الحموضة ويبني على الكميات المخزنة من الإليكو جان. (خوف سعيد، ص 82)

- النمو الجنسي:

يبدأ البلوغ الجنسي بنمو الغدد والأعضاء التناسلية، كما يلاحظ أهمية الغدة النخامية الموجودة في أسفل المخ والتي تستثير هرموناتها المشاعر الجنسية والدورة الجنسية، فتستثير الخصيتين عند الذكور والمبيض عند الإناث في العمل والنشاط، وتؤثر كذلك الغدة الكظرية أو فوق الكلوية خاصة القشرة بهرموناتها في النمو الجنسي، ويسبب زيادة إفرازاتها زيادة وإسراع النمو الجنسي، ويلاحظ أيضاً ضمور الغدة التيموسية التي تقع في التجويف الصدري، ويسبب نقص إفرازها البكور الجنسي، بالإضافة إلى عوامل أخرى مثل سرعة النمو الفيزيولوجي الحيوي، والنمو السريع الزائد للغدد خاصة النخامية، أما القصور في إفرازها الغدد فإنه يسبب تأخر في النمو الجنسي لدى الفرد. (حنوف سعيد، ص 83)

وكذلك تعرف هذه العملية باسم البلوغ وهي تخضع لعدة عوامل داخلية تتمثل في الجنس وطبيعة الفرد نفسه، وخارجية متمثلة في البيئة، ودلت الأبحاث التي قام بها كيو باشك أن حوالي 50% من الإناث ينضجن جنسيا ما بين (12-15 سنة)، معنى أن هذا الاختلاف في الجنس قبل الولادة بعام تقريبا، إلا أنه لا يجب إهمال أكثر العوامل البيئية كالتغذية، الجو والأمراض في عملية النضج الجنسي لهذه المرحلة التي تتميز بتغيير في الحجم والقدرة، كذا أعضاء التناسل تبدأ في إنتاج البويضة، أما عند الذكور فهي تنتج الحيوان المنوي، ويمكن ملاحظة تغييراً آخر عند الأنثى كبروز الثديين، أما عند الذكور فيقابل هذا التغيير ظهور الشعر عند الذقن.

- النمو الجسمي:

خصائص المرحلة العمرية (11 - 13 سنة)

يتميز النمو الجسمي في هذه المرحلة بالسرعة الكبيرة في النم، حيث تزداد سرعة النمو عند الجنسين لمدة (3- 4سنوات عند الذكور بين سن (16-12 سنة) وعند الإناث بين سن (10- 14 سنة) وتصل أقصى سرعة النمو عند الإناث في سن (12 سنة)، بينما تصل أقصى للنمو عند الذكور في السن (14 سنة) ويزداد طول الفرد زيادة سريعة، ويتسع الكتفان ومحيد الأرداف ويزداد طول الجذع وطول الساقين، كما يزداد نمو العضلات والقوة العضلية والعظام، وتبدأ زيادة الطول في الساقين أولاً، ثم بعد ذلك في الجذع، إلا أن اكتمال الزيادة يحدث أولاً في اليدين والرأس والأقدام، أما آخر جزء تكتمل فيه هذه الزيادة فهو في الأكتاف.

ويلاحظ زيادة واضحة في الطول في هذه المرحلة حيث يتراوح طول المراهق حسب معايير النمو المصرية من (144 سم) للمراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين سن (17-12 سنة). (سامي محمد ملحم، ص 356-357)

ويزداد وزن المراهق بسرعة نتيجة النمو في أنسجة العظام والعضلات وكثرة الدهون خاصة عند الإناث، يتراوح وزن المراهق ما بين (59-37 كغم) لدى الذكور في المرحلة العمرية التي تتراوح ما بين (17-12 سنة) وما بين (54-39 كغم) لنفس الفئة من الإناث لدى عينات مصرية.

- النمو الحركي:

مرحلة نسبية لا بد منها، ونمو الحركي يتأثر بنمو الجسمي الذي هو نسبياً منظم في نهاية الطفولة ويتأثر بالتزايد المتسارع نتيجة التجارب اليومية التي يتعرض لها الطفل.

ويقو أيضاً جيرجان عند بادية هذه المرحلة نستطيع وبعمل مكيف تعلم التحكم في الحركات التي تكون بعض الأحيان ذات مستوى عال جداً في الصعوبة.

وفي هذه المرحلة يتزايد التطور الحركي في صورة ملحوظ إذ نجد أن الطفل يتمكن بدرجة كبيرة من توجيه الهدف لحركته ومن القدرة على التحكم، كما يذكر ماينل أن التعلم الحركي لهذه المرحلة لا يحدث عن طريق التحليل الإدراكي التفكيرى للمهارة الحركية كما هو الحال غالباً بالنسبة للبالغين، إذن الأطفال لا قومون بالتأمل وتفكير لفترة طويلة في جزئيات المهارة الحركية.

وفي هذه المرحلة بالذات يجب على المربي أن يأخذ بعين الاعتبار تعليم اللعب باليدين والرجلين لأنها تلعب دوراً كبيراً في مستقبل الرياضي، ونشير إلى أنه في هذه الفترة يكسب الطفل حوالي (90%) من حجم المهارات الحركية خلال كل حياته، إذن الاكتساب الجيد والمتطور للتحكم في التقنيات الرياضية المختارة تستلزم حجم الحركة التي يتعلمها الطفل خلال هذه الفترة. (حنوف شعيب، ص 98-99)

- النمو العقلي:

تتميز هذه المرحلة بأنها فترة تميز ونضج في القدرات وفي النمو العقلي، ويتردد نمو الذكاء، ويكون أكثر وضوحاً من تمايز القدرات الخاصة، وتصبح قدراته العقلية أكثر دقة في التعبير مثل القدرة اللفظية والقدرة العددية في معالجة الأرقام والقيام بحل المسائل البسيطة بسرعة ودقة، كما تزداد سرعة التحصيل وإمكاناته، وتنمو القدرة على التعلم وعلى اكتساب المهارات والمعلومات وتنمو القدرة على الربط بين المتغيرات وينمو الإدراك من المستوى الحسي المباشر إلى المستوى المعنوي الذي يمتد عقلياً نحو المستوى القريب والبعيد وتحديد التفاصيل بدقة، وينمو التكر على الفهم واستنتاج

العلاقات والمتعلقات، وتنمو معه القدرة على الاستدعاء والتعرف، قدرته على التغيير المجرد المبني على الألفاظ، ويتجه من المحسوس إلى المجرد، وتنمو المفاهيم المعنوية عدة مثل : الخير، الفضيلة والعدالة...وتزداد قدرته على التجريد وفهم الرموز (سامي محمد ملحم، ص 360-363)

النمو الانفعالي:

على الرغم من تشابه الأنماط الانفعالية للمراهق مع ما كان سائداً في مرحلة الطفولة، إلا أنها تختلف في المثيرات التي تحرك هذه الانفعالات، كما أنها أكثر أهمية في تدريب المراهقين لضبط التعبير عن هذه الانفعالات، وهناك مظاهر متعددة للنمو الانفعالي للمراهقين كما تباين الفروق في تلك المظاهر بين الجنسين، وتتصف الانفعالات في مرحلة المراهقة بأنها انفعالات عنيفة متهورة لا تتناسب مع مثيراتها، وفي كثير من الحالات لا يستطيع المراهق التحكم فيها ولا في المظاهر الخارجية لها، وبالتالي فليس هناك ثبات انفعالي في هذه المرحلة ويظهر التذبذب الانفعالي لدى المراهق، وتقلب سلوكه بين سلوك الأطفال تارة سلوك الكبار تارة أخرى، كما تلاحظ لدى المراهق التناقض الانفعالي وثنائية المشاعر نحو نفس الشخص أو الشيء أو الموقف فيتذبذب انفعاله بين الحب والكره وبين الشجاعة والخوف، وبين التدين والإلحاد، وبين الانعزالية والاجتماعية وبين الحماس واللامبالاة إلى غير ذلك من مظاهر السلوك. (سامي محمد ملحم، ص 364)

لقد حدد هافجهرست مطالب النمو الانفعالي في مرحلة المراهقة بتقبل الذات، وخاصة تقبل التغييرات الجسمية والجنسية الجديدة، وتحقيق الاستقلال الانفعالي، وتكوين اتجاهات إيجابية نحو الجنس الآخر ونحو الإقران من نفس الجنس ونحو الوالدين والأسرة والمجتمع، وتحقيق الأمان النفسي والاطمئنان على المستقبل، وتحقيق الولاء للقيم الاجتماعية والخلقية والدينية التي تسود المجتمع الذي يعيش فيه. (حنوف شعيب، ص 102)

- النمو الاجتماعي:

ونتيجة التغييرات الجسمية والعقلية والانفعالية التي تطرأ على الشخص، فإنه يلاحظ اتساع نطاق الاتصال الاجتماعي وتزداد مشاركته للآخرين في الخبرات والمشاعر والاتجاهات والأفكار، وتستمر كذلك عملية التنشئة الاجتماعية والتطبيع الاجتماعي ويستمر تعلم وإدخال القيم والمعايير الاجتماعية من الأشخاص الهامين في حياته، مثل : الوالدين والمدرسين والقادة المقربين من الرفاق، ومن الثقافة العامة التي يعيش فيها ويظهر على المراهق اهتمامه بالمظهر الشخصي ويبدو ذلك واضحاً في اختيار ملبسه والاهتمام بالألوان الزاهية اللافتة للنظر والتفصيلات الحديثة، والاهتمام بالحلي والموضة ومتابعتها بالنسبة للإناث.

ويلاحظ على المراهق نزعه نحو الاستقلال الاجتماعي والانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس، وكذلك ميله إلى الزعامة والتوحد مع شخصيات خارج نطاق البيئة المباشرة مثل شخصيات الأبطال، وينمو الوعي الاجتماعي والمسؤولية الاجتماعية، ويزداد وعيه بالمكانة الاجتماعية والطبقة الاجتماعية التي ينتمي إليه المراهق، فيستمر التآلف والتكتل في الجماعات الأصدقاء والخضوع لها وتتسع دائرة التفاعل الاجتماعي والميل الجنس الآخر، ويلاحظ النفور والتمرد والسخرية والتعصب والمنافسة، وضعف القدرة على فهم وجهة نظر الكبار وضيق صدره للنصيحة، وتعتبر المنافسة إحدى مظاهر العلاقات الاجتماعية في هذه المرحلة، فيقارن المراهق نفسه دائماً برفاقته ويحاول أن يلحق بهم ليكون مثلهم أو يتفوق عليهم، لكنه مع ذلك يعكف على مقارنة قدراته

خصائص المرحلة العمرية (11 - 13 سنة)

بقدرات الآخرين، ويحكم على سلوكه حسب المعايير السلوكية التي تحددها الجماعة، وتتميز هذه المرحلة بمرحلة المسابرة ومجارية وموافقة وامتنال وقبول واتساق ومحاولة انسجام مع محيطه الاجتماعي، وقبول العادات والمعايير الاجتماعية الشائعة بهدف تحقيق التوافق الاجتماعي، خاصة مع التأثير المتزايد لجماعة الرفاق، والتوافق مع القيم والمعايير الجديدة في القبول والرفض الاجتماعي. (سامي محمد ملحم، ص 364-365)

النمو الديني:

ومع طفرة النمو الملاحظ عند المراهق في هذه المرحلة فإنه يحدث تغير وتطور ونمو الشعور الديني، حيث يعيد المراهق تقييم قيمة الدينية، فنلاحظ ازدواج الشعور الديني لديه، وقد يوجد شعور ديني مركب مزدوج يحوي عناصر متناقضة، كأن يوجد لديه حب الله إلى جانب الخوف منه، وقد يوجد الإيمان بالموت إلى جانب كرهه له كنهاية لا مفر منها، وقد نلاحظ تعدد الاتجاهات الدينية لدى المراهقين وفي المدرسة قام بها كل من : عبد المنعم المليجي ومحمد حلمي المليجي أو حوالي (5%) من الذكور يكون إيمانهم تقليديا و(25%) منهم يكونون متحمسين و(24%) منهم يساورهم الشك و(1%) منهم يكونون ملحدين، كما وجدا أن حوالي (16%) من الفتيات يكون إيمانهم تفكيريا و(26%) منهم متحمسات و (13%) منهن يراودهن الشك. (سامي محمد ملحم، ص 366-367)

- النمو الأخلاقي:

في هذه المرحلة من المراهقة يتبع المراهق معتقداته الأخلاقية التي اكتبها خلال سنوات عمره السابقة، وما مر به من خبرات وما تعلمه من المعايير السلوك الأخلاقي، كما نلاحظه بيدي رأيه في مدى صواب السلوك أو خطئه، بالرغم من أننا قد نجد تباعدا بين سلوكه الفعلي وبين ما يعرفه من معايير السلوك الأخلاقي المثالي، ويعزو الباحثون إلى هذا التناقض لى محاولة المراهق تحقيق استقلالية والبعد عن سلطة الكبار وضيقة منها، ونقص مستوى نضجه الاجتماعي أو العقلي، ويلاحظ بالإضافة إلى ذلك تأثير المراهق بسلوك قرناء السوء لديهم لاكتسابهم السلوكيات الخاطئة منهم ومحاولة تقليد هذا السلوك الخاطئ.

وقد تحدث جون ديوي عن النمو الأخلاقي لدى المراهق مشيرا إلى أن الحكم الأخلاقي يهتم بالأمر أو الأحداث التي تكون تحت الإنجاز، وأنه في جميع حالات الأحكام الخلقية للمراهق فإنه يوجد حدث وهو تعبير عن الميل والعادة والرغبة بل وكل الشخصية.

- النمو اللغوي: يكون نمو الطفل من الناحية اللغوية كالتالي:

- تزداد المفردات ويزداد فهمها، ويدرك الطفل بين التباين والاختلاف القائم بين الكلمات ويدرك التماثل والتشابه اللغوي.

- يزداد إتقان الخبرات والمهارات اللغوية.

- يتضح إدراك معاني المجردات.

- يلاحظ طلاقة التعبير والجدل المنطقي ويظهر الفهم والاستماع الفني والتذوق الأدبي لما يقرأ ويلاحظ أن الإناث يفقن الذكور في القدرة اللغوية. (حنوف شعيب، ص 104)

3. خصائص و مميزات الطفل خلال مرحلة (11-13 سنة) :

خصائص المرحلة العمرية (11 - 13 سنة)

1- الخصائص العقلية: مما لا شك فيه أن الطفل في هذه المراحل له خصائص عقلية تتمثل في:

- الذكاء:

هو القدرة العقلية القطبية والمعرفية العامة، يلاحظ عنه نموا كبيرا وتظهر فيه الفروق الفردية حيث يمكن كشف الشيء من الدقة عن القدرات أفراد هذه المرحلة وبالتالي يمكننا توجيههم تعليميا حسب استعداداتهم العقلية.

- الانتباه:

تزداد قدرة البالغ على الانتباه سواء في مدته أو مداه.

- التذكر:

يبني تذكر المراهق على أسس الفهم والميل، فتعمد عملية التذكر على القدرة في استنتاج العلاقات الجديدة، فلا يتذكرون موضوعا إلا إذ فهموه وربطوه بغيره من المواضيع.

2- الخصائص النفسية:

الأطفال في هذه المرحلة العمرية

4. العوامل المؤثرة على الطفل في المرحلة (11-13 سنة)

بما أن الطفل في هذه المرحلة له تغيرات كثير فهناك من التغيرات التي تؤثر على الطفل في هذه المرحلة وهي كالتالي:

- في هذه المرحلة يكون الطفل نشط ويب اللعب، لكن يؤثر عليه الخجل فيصبح غير قادر على التحكم في حركاته وأدائه غير مرضي.

- تلعب الوراثة دور بارزا في وجود فروق فردية في الذكاء والقدرات العقلية والقدرات البدنية والحركية.

- تؤثر العوامل البيئية والخبرة والتدريب في تنمية واستثمار تلك القدرات إلى أقصى مدى.

- تؤثر العوامل الانفعالية مثل: الخمول والتمرد في الأداء العقلي والتعلم الحركي للفرد.

- يؤثر مستوى وسرعة معدل النمو الجسدي في تحصيله الدراسي وشخصيته بصفة عامة.

- تأثير وسائل الإعلام السمعية البصرية على نموه العقلي وتزويده بالأفكار والخبرات.

- يتأثر النمو الانفعالي بالعديد من التغيرات الجسمية الداخلية والخارجية والعمليات، العقلية والمعرفية والقدرات العقلية والتألف الجنسي ونمط التفاعل الاجتماعي ومعايير، الجماعة والمعايير الاجتماعية العامة والشعور الديني للمراهق.

- ومن العوامل كذلك التي تؤثر في سلوك الاجتماعي للطفل في هذه المرحلة مثل : استعدادات الوالدين واتجاهاتهما وتوقعتهما.

- تأثير المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة.
- تأثير جماعة الرفاق ومفهومه عن ذاته ونضجه الجسمي والفزيولوجي وكذلك المجتمع والثقافة العامة.

5. الصراعات النفسية التي يتعرض لها الطفل المرحلة (11-13 سنة)

- إن هذه الفترة فيها تغيرات كثير تطراً على الطفل المراهق فتكون لديه صراعات نفسية تؤثر على المراهق سلبا وهي كالتالي.
- صراع بين الحاجة إلى تهذيب الذات والحاجة إلى التحرر والاستقلال، وهو بذلك يحتاج من يوجهه إلى معرفة السلوك المقبول في المناسبات والمواقف المختلفة، لكنه في الوقت نفسه يحتاج إلى الشعور بالاستقلالية، وأنه لم يعد طفلاً.
- صراع بين الحاجة إلى الاستقلال والحاجة إلى الاعتماد على الآخرين من أبوين وغيرهما.
- صراع بين الحاجة إلى الإشباع الجنسي وبين الجانب الديني.
- صراع القيم وهو صراع بين ما تعلمه المراهق في الطفولة وأمن به من مبادئ وقيم وبين ما يمارسه الكبار من حوله في الحياة اليومية مما يناقض هذه المبادئ والقيم.
- صراع المستقبل وهو صراع تسببه الحاجة إلى تحديد المستقبل والتخطيط له واختيار العمل، والإعداد لتحقيق لك.
- صراعات مختلفة لدى المراهق نتيجة التغيرات الجسمية والجنسية المفاجئة، فقد يؤدي التبكير في النضج الجنسي أو الزيادة غير العادية أو عدم التساوي بين الأعضاء الجسمية المختلفة في درجة النمو إلى حدوث الاضطرابات النفسية الخطيرة وخاصة عند الإناث في هذه المرحلة.
- الصراع بين الخجل الذي يراوده وبين التعبير عن أفكاره.
- الصراع بين الخجل وقدرته على أداء حركة ما.

6. احتياجات الطفل خلال مرحلة (11-13 سنة)

1.6 الاحتياجات المعرفية:

يحتاج الطفل في هذه المرحلة أولاً إلى المعرفة العلمية وهي المعرفة التي يتحصل عليها عن طريق الحواس أولاً ثم التحليل العقلي المجرد، وهي خاضعة للاختبارات الحسية والعقلية، ويحتاج إلى المعرفة الرياضية وذلك باكتسابها، بحيث تتألف من معرفة حسية تتأثر بها الحواس مباشرة فتزداد المؤثرات الحسية إلى العقل يتولى تنظيمها والربط بين الحركات الرياضية فيما بينها، ليصوغ منها المعرفة العلمية أما الأجهزة الحديثة التي تستخدم في التدريب الرياضي فقد وفرت للعقل الرياضي كثيراً من الجهد والوقت، ويؤلف الرياضي جوهريين أولهما حسي وثانيهما مجرد فالمعرفة التي يتوصل إليها في هذه المرحلة حسب حسن حسين هي:

- النوع الذي يمكن الجزم معه بما يحدث بعد فترة قصيرة أو طويلة من التعلم والتدريب.

خصائص المرحلة العمرية (11 - 13 سنة)

- امتداد من الماضي البعيد فهو خارج من النطاق التجريبي ولا يمكن إعادته مثل تقنية الموهوب الرياضي الصغير ويتم بناء هذه النظرية على الأدلة التي تجمعت من الدراسات المختلفة كعلم التشريح الوراثة، القياسات البدنية.

ويرى البعض أن تكون القدرات العقلية وتشكيل الوظائف المعرفية لدى الطفل يتطلب أن يتوفر لديه العمليات العقلية الملائمة فإن ذلك يتحقق، تبني لديه هذه العمليات العقلية بطريقة فعالة.

2.6. الاحتياجات البدنية:

تتميز هذه المرحلة بالمرحلة الابتدائية حيث تحصل فيها تغيرات على الأجهزة العضوية الداخلية وتنعكس على القوة الحركية، فهناك آراء مختلف حول تأثير مرحلة المراهقة على التطور للحركة، حيث تشير المصادر العلمية لعدم التأثير على التطور الحركي بينما يرى الآخرون انسجام حركات الطفل في عمر (12-15 سنة) وتأثيرها على تطور المراهقة.

إذن يعد عمر المراهق الزمن الأفضل في تعلم الأداء الحركي وتطور القوة البدنية والبيئة الجسمانية، حيث يظهر تحسن القوة البدنية ومحيط التوجيه ويؤكد Weinech أن هذه المرحلة تزداد فيها السرعة والمرونة أكثر، بينما Harre أكد على زيادة نمو قيام قابلية مستوى القوة العضلية والبدنية في هذه الفترة.

احتياجات الطفل البدنية في هذه المرحلة كلاعب تعتبر القاعدة الصلبة القوية، التي تتركز عليها صحة الأداء الفني للاعب، فالمهارة لكي تؤدي بطريقة سليمة يجب أن يكون هناك العضلات المقابلة في ذلك، وإن تدرجت هذه العضلات يحققها العمل المساعد، ولذا يحتاج إلى القوة العامة والسرعة والتحمل العام والمرونة لجميع مفاصل الجسم، ثم اكتساب اللاعب درجة عالية من التوافق بحيث تصل به إلى تحقيق جسم رياضي متناسق خال من العيوب الجسمانية، مما يكون له أحسن الأثر في أداء المهارات.

3.6. الاحتياجات النفسية الحركية:

إن علم النفس النمو على سبيل المثال يهتم بالعلاقة بين المظاهر البيولوجية والنفسية لنمو الفرد، فالطفل الناشئ في هذه المرحلة يحتاج إلى وسائل التدخل المناسبة للتقويم ولهذا فالتربية البدنية تكسبه قيمة بارزة في النمو الحيوي النفسي، والنمو المتناسق بين نفسية وحركية الطفل وتساعد على سرعة التكوين الذهني والاجتماعي والخلقي ومنحه الثقة بالنفس.

وكما يحتاج أيضا إلى استغلال ذاتي نفسي بدني لكي يكون الطفل قادر على الإحساس بحريته وعلى مواصلة أهدافه وتطور وتحقيق أهدافه.

إذن الرياضة هي تربية للبدن التي يحتاجها الطفل لإزالة أسباب الأمراض الطارئة، وأنها كل ما يلزم لجعل نمو الفرد حركيا وهرمونيا.

فتطبيقها بشكل صحيح وسهل يؤثر إيجابيا على الاحتياجات الأخر للطفل، كاللعب والمرح والتفكير...، ويستطيع الطفل خلال الحركة أن يلتزم ويشعر بنفسه بدنيا نفسيا وروحيا.

كما يحتاج أيضا إلى الأهمية التربوية للمجال النفسي الحركي، من النظر إلى التربية كعملية شاملة تستهدف النمو المتكامل للشخصية بكافة جوانبها والحركية المعرفية والانفعالية والاجتماعية،

ويحتل الجانب الحركي والبدني مكانة هامة وأساسية في إطار مفهوم التربية الشاملة، حيث أن هذه التربية الشاملة تؤكد على وحدة الفرد الكاملة وتتنظر إل السلوك بمختلف مظاهره والجوانب الحركية والمعرفية والحركية.

كما تبين أيضا أهمية النشاط الحركي والمهارات النفسية الحركية في مجالات متنوعة من التعليم، لذا يحتاج الطفل لعملية التعليم والتعلم فيها على إتقان مهارات نفسية حركية مثل التعلم الفني (التربية الفنية).

4.6. الاحتياجات الاجتماعية:

إن الطفل يحتاج إلى ما هو المعنى الذي يتضمنه التكوين الاجتماعي بحيث تضم عند فروبل استمرارية النمو الاجتماعي والتكوين، وبالتالي أهمية وخصوصية كل لحظة من اللحظات النمو التي تتطلب اهتماما تربويا لشكل إنسانية الطفل، فالطمأنينة والفرح والابتسامة تظهر ما بداخل الطفل.

وكما أن البحث الأنثروبولوجي يصف احتياج الطفل للتلطيف الثقافي بالتدفق المحترم للقوى الاجتماعية على المؤسسات التربوية التي تنظم سلوك الطفل، فعن طريق وساطة الكبار يدخل الشأن بهذا الشكل في علاقة مع خطوط القوة للمجموعة الاجتماعية التي تحتاج إلى فهم قيمتها لكي تواصل مسيراتها في الحياة والرياضة والتقدم عامة.

وهنا نوضح بأن الوساطة من جانب الكبار بالإضافة إلى الأبعاد الدقيقة للتكيف الثقافي في المجتمع وفيما يحتاج إلى الإحساس والتصرف من خلال الخبرات الاجتماعية.

إن عملية التربية عنصر هام وأساسي في حياة الطفل بحيث تهدف إلى تشكيل شخصية الفرد واكتساب الصفة الاجتماعية والنفسية عن طريق التعلم، فمن هذه المرحلة الحساسة يبدأ تعلم الاستجابات الصحيحة لمطالب المجتمع وتوقعات الآخرين في المواقف المختلفة.

كما يحتاج إلى اكتساب التوقعات السلوكية المرتبطة بالدور الاجتماعي، ويؤكد Geroge MEAD على أهمية اللعب في اكتساب الدور والمهارات المرتبطة بالرياضة مما يساعد على عملية النشأة الاجتماعية.

7. برنامج الحركات الرياضية في المرحلة (11-13 سنة)

ويحتوي برنامج هذه المرحلة على الألعاب التي يتدرب عليها الطفل ولقف والقفز، السديد المحاورة وبعض ألعاب الميدان والمضمار والألعاب المنظمة ككرة السلة والطائرة والقدم واليد وغيرها... إضافي إلى الأنشطة الترويحية والخلوية كما تمارس هنا تمارين المشي والجري والوثب سواء باستخدام الأدوات أو مع زميل، أما البنات فتقتصر تمار على الحركات التعبيرية والانسيابية المبسطة، ويجب هنا وضمن هذه المرحلة استخدام التمارين القياسية لاختبارات اللياقة البدنية مثل القوة والرشاقة والتحمل والسرعة والمرونة والتوازن، ومن ألعاب الجمباز الحركات الأرضية وحصان الحلق والمتوازن وحصان القفز، وفي الألعاب الميادين والمضمار والمشي والركض والتتابع والوثب والقفز والرمي والقذف، أما البنات فتضاف لهن ألعاب أخرى تتناسب معهن كعارضة التوازن والجمباز الحديث الإيقاعي بالأدوات وكذلك السباحة بأنواعها.

خلاصة

خصائص المرحلة العمرية (11 - 13 سنة)

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نعرف أن هذه المرحلة حساسة و هامة في حياة الطفل كونها أسمى المراحل فهي تحدد مستقبل الطفل الرياضي.

النشاط البدني الرياضي له مكانة هامة في حياة الطفل و نموه و هذا لدوره في تنمية مختلف الأنظمة من أجل نمو متناسق مما يحتم الأخذ بعين الاعتبار معرفة مختلف التحولات أثناء ممارسة هذا النشاط.

أثناء هذه المرحلة تحدث تغيرات في أجهزة الجسم المختلفة، و هذه التغيرات تتوافق مع نمو و تربط فيما بينها بصفة متكاملة لتشكل وحدة كاملة.

فالطفل أو اللاعب الناشئ يحتاج إلى تنمية و توفير احتياجاته المختلفة كي يستطيع التأقلم مع نظام محدد من المعارف و المكتسبات لمعرفة التصرف مرفد في المجتمع

الجانب التطبيقي

الفصل الأول:

منهج البحث

والإجراءات

الميدانية

تمهيد

ان طبيعة المشكلة التي يطرحها بحثنا تستوجب علينا التأكد من صحة أو خطأ الفرضيات التي قدمناها في بداية الدراسة، لذا استوجب علينا القيام بدراسة ميدانية بالإضافة إلى الدراسة النظرية، لأن كل بحث نظري يشترط تأكيده ميدانياً.

و للقيام بالبحث الميداني يستوجب على الباحثان القيام ببعض الإجراءات، التي تساهم في ضبط الموضوع و جعله ذو قيمة علمية.

فالبحث الميداني لا يعني القيام باختبارات فقط، و إنما معالجة كل حيثياته من حيث الدراسة الأولية و الأسس العلمية للاختبارات و الضبط الإجرائي للمتغيرات كما أن لمشكل البحث فروض علينا إتباع المنهج الذي يساعد على اختبار المشكلة و تحديدها و وضع فرضياتها و معرفة العوامل التي تؤثر في موضع الدراسة.

1. منهج الدراسة:

إن دراسة طبيعة ظاهرة التي يتطرق إليها البث هي التي تحدد طبيعة المنهج لأن المنهج هو: " الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقية في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامة تعين على سير العقل و تحدد عملياته حتى يصل إلى النتيجة، و المنهج يعني كذلك مجموعة الأسس و القواعد التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة.

و يتم الوصول إلى الحقائق العلمية عن طريق البحث و الاستقصاء و تفتيش، كما أن الفكرة الأساسية التي يعتمد عليها المنهج تكون عبارة عن محاولة الباحث التحكم في الموقف المراد دراسته، باستثناء المتغيرات التي يعتقد أنها السبب في حدوث تغيير معين في ذلك الموقف.

لذا نجد أن كل ظاهرة لها منهج يتلاءم مع طبيعة فركتها لأجل ذلك فقد اختار الباحثان المنهج التجريبي، لكونه يتلاءم مع طبيعة المشكلة المدروسة، و تتمثل فيه معالم الطريقة العلمية بصورة جلية واضحة، و ذلك لأنه يبدأ بملاحظة الوقائع الخارجة عن العقل و يتولاها بالفرض و يتبعها بالتحقيق من صحة الفرض بواسطة التجربة.

1-2- مجتمع البحث و عينته :

تعد عملية اختيار عينة البحث من الخطوات المهمة لغرض إتمام العمل العلمي الرصين، إذ يتطلب من الباحثان إيجاد عينة تتلاءم مع طبيعة عملها، و تتسجم مع المشكلة المراد حلها إضافة إلى كون هذه العينة تمثل مجتمعها الأصلي اصدق تمثيل.

تم اختيار عينة البحث بصورة عشوائية، و تعتبر العينة من الأدوات الأساسية في البحث العلمية و الهدف الأساسي منها الحصول على معلومات و بيانات عن المجتمع الأصلي للبحث، يتكون المجتمع الأصلي للدراسة من (540) تم اختيار منهم (60 تلميذا ذكور) تتراوح أعمارهم بين سن 11-13 سنة كعينة، و قسمت العينة على مجموعتين.

1.4 المجموعة التجريبية:

تكونت من (30 تلميذ ذكور)، الغرض من توظيفها معرفة مقدار تأثير المتغير التجريبي (التربية البدنية و الرياضة) على المتغير التابع أو النتيجة (تعلم المهارات الحركية).

2.4 المجموعة الشاهدة:

تكونت من (30 تلميذ ذكور) الغرض من توظيفها مقارنة مقدرا التعلم للمهارات الحركية لدى المجموعة التجريبية، التي تخضع للبرنامج التدريبي المقترح مع مقدار تعلم المهارات الحركية لدى المجموعة الشاهدة غير الممارسة للتربية البدنية و الرياضية المقرر في المنهاج و غير خاضعة لبرنامج تدريبي.

2. مجالات البحث:

1.2 المجال المكاني:

جرت هذه الاختبارات بمتوسطة جيلالي أحمد بلدية تخمرت ولاية تيارت هذا بالنسبة للعينة و التجريبية، أما العينة الشاهدة فكانت بمتوسطة مفتاح معطي ولاية تيارت.

2.2 المجال الزمني:

لقد بدأت الدراسات لهذا البحث بعد تحديد موضوع الدراسة، في أوائل فيفري 2022 و من هذا التاريخ بدأت الدراسة النظرية، أما بالنسبة للجانب التطبيقي و هو عبارة عن اختبارات للمهارات الحركية الأساسية فكانت كما يلي: الاختبار و إعادة الاختبار، ثم الاختبار القبلي، في (10-2022/03/11) أما الاختبار البعدي كان في (19-2022/05/20)، أي بعد عشرة أسابيع.

3.2 المجال البشري: تلاميذ متوسطة مفتاح المعطي و جيلالي أحمد السنة الأولى للتعليم المتوسط.

1. الدراسة الاستطلاعية:

مما لا شط فيه أن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحثان القيام بدراسة استطلاعية، لمعرفة ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية و التأكد من صلاحية الأداة المستخدمة، و الصعوبات التي قد تعترض الباحثان.

و عليه فقد قام الباحثان بدراسة استطلاعية، بمتوسطتين جيلالي أحمد و مفتاح معطي بلدية تخمرت ولاية تيارت، حيث قابلا مديرا المؤسسة حيث وجدا الباحثان تعاون كبيرين من إدارة

المؤسسة التي أعطت عناية و اهتمام بالغ لموضوع الدراسة، و سهلت مهمة الباحثات في تحقيق الأهداف قيد الدراسة و كان الغرض من الدراسة ما يلي:

- التعرف على النظام الداخلي للمؤسسة
- الاتصال بأساتذة التربية البدنية لهذه المؤسسة قصد اطلاعهم على موضوع الدراسة،
- أخذ فكرة واضحة على الوسائل و الأجهزة و المساحات و المرافق الرياضية لمتوفرة.

5. أدوات البحث:

- لكل بحث أدواته المناسبة له ، وان الباحث الناجح هو الذي يختار الاداة المناسبة لبحثه بدقة ، ولأجل ذلك قام الطالبان الباحثان بالاستعانة بمجموعة من الادوات ، وفيما يلي استعراض لأهمها:
- الالمام بالجانب النظري لموضوع البحث وتم ذلك من خلال دراسة مجموعة من المصادر والمراجع ، المجالات والمذكرات باللغتين العربية والأجنبية .
 - مقابلة شخصية مع مجموعة من الدكاترة و الأساتذة اهل الاختصاص لإثراء مشكلة البحث .
 - استبيان خاص بتحكيم وتحديد الاختبارات الخاصة بالمهارات الحركية الملائمة لعينة البحث تم عرضه على مجموعة من الأساتذة والدكاترة بغية الأخذ بأرائهم حول انسب الاختبارات التي تقيس بصدق وثبات وموضوعية المتغيرات المراد قياسها والمتمثلة في المهارات الحركية

طرق البحث :

- طريقة جمع المادة الخبرية :

وهي عملية سرد وتحليل المعطيات النظرية التي ترتبط ارتباطا مباشرا بموضوع البحث ، وتتناسب مع اهدافه ، وقد اعتمدنا في ذلك على المراجع والمصادر بمختلف انواعها.

- طريقة المقابلة :

المقابلة هي عبارة عن محادثة موجهة يقوم بها شخص مع شخص اخر او اشخاص اخرين ، هدفها استشارة انواع معينة من المعلومات لاستغلالها في بحث علمي او للاستعانة بها في التوجيه و التشخيص و العلاج (باهي، 2000، الصفحات صفحة 155-156).

- طريقة الملاحظة :

القيام بزيارات لمختلف المركبات الرياضية لاستطلاع الرأي حول ممارسة نشاط الكرة الطائرة
الاختبارات المستخدمة: لقياس مؤشرات تعلم المهارات الحركية (المهارات الحركية الانتقالية- المهارات الحركية الغير انتقالية- حركات التعامل مع لأداة)

- التجربة الاستطلاعية:

تم انجازها على عينة من تلاميذ السنة الأولى من مرحلة التعليم المتوسط 11 – 13 سنة حيث بلغ حجم العينة (08) تلاميذ لمعرفة مدى صدق وثبات وموضوعية الاختبارات المستخدمة في دراستنا هاته وكذا الوقوف على صلاحية الوحدات التعليمية المقترحة .

- التجربة الأساسية :

أجريت التجربة الأساسية على عينة مكونة من (30) تلاميذ مثلت العينة المشاهدة و (30) تلاميذ مثلت العينة التجريبية ، حيث قام الطالبان الباحثان بإجراء الاختبارات القبليّة للعينتين المشاهدة والتجريبية وتم إجراء الاختبارات البعديّة و البرنامج المقترح على العينة التجريبية دون إجرائه على العينة الضابطة .

1-2-1-6- طريقة إجراء الاختبارات :

أجريت اختبارات مقننة على عينة البحث سواء المشاهدة او التجريبية وذلك لمعرفة مدى تحسن مستوى تلاميذ السنة الثالثة من مرحلة التعليم المتوسط في المهارات الحركية قيد الدراسة ، وتم إجراء الاختبارات القبليّة على العينة التجريبية و العينة الضابطة بالملعب المدرسي لمتوسطة جيلالي أحمد و مفتاح المعطي بتخمرت.

1-3- مواصفات الاختبارات المستخدمة .

- اختبار 20م عدو

- اختبار توازن الوقوف على قدم واحدة

- اختبار رمي الكرة الناعمة.

6. متغيرات الدراسة:

إن من خصائص العمل التجريبي أن يقوم الباحث متعمدا بمعالجة عوامل معينة، تحت شروط مضبوطة ضبطا دقيقا لكي يتحقق من كيفية حدوث حالة أو حادث، و يحدد أسباب حدوثه و قد تم ضبط المتغيرات كما يلي:

المتغير المستقل: الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الصغرى

المتغير التابع: المهارات الحركية الأساسية

ضبط المتغيرات الاجرائية:

تتطلب الدراسة الميدانية ضبطا إجرائيا للمتغيرات التي قد يتأثر بها المتغير التابع ، الأمر الذي يتطلب من الباحث القيام بعملية ضبط هذه المتغيرات ليتسنى له إخضاع المجموعة التجريبية للمتغير المستقل

(واخرون، 2001، صفحة 94) ولأجل ذلك قام الطالبان الباحثان وتحت توجيهات الدكتور المشرف بإتباع الخطوات التالية بغية ضبط المتغيرات بما يلي :
العينة المبحوثة تلاميذ السنة الأولى من مرحلة التعليم المتوسط.
الإشراف الشخصي للطالبان الباحثان على إجراء الاختبارات القبليّة والبعدية .
توفير كل الظروف ، الوسائل والإمكانات لسلامة افراد العينة المبحوثة .
اعتماد وسائل قياس واحدة دون تغييرها في إجراء الاختبارات القبليّة و البعدية .
مواصفات الاختبارات المستخدمة:

- اختبار سرعة 20م
- اختبار توازن الوقوف على قدم واحدة
- اختبار رمي الكرة الناعمة

- خطوات إجراء التجربة الاساسية :

الإطار العام للبرنامج التعليمي بالوسائل التعليمية:

قام الباحثان بوضع مفردات الوحدات التعليمية بالاعتماد على المراجع الأصلية المتخصصة وبعض الدراسات (بانوح وليد، بن سعاد لطيف)، (عاقلي حسين)، (كروم حسين، غول هشام)، (سمية عولمي، زقور شيماء)، (دراسة جاسم محمد نايف الرومي)، و تم الرجوع الى السادة الخبراء المختصين في مجال التدريس و التدريب وخبرة الباحث الميدانية المتواضعة في مجال تدريس الألعاب الصغرى ، تم اعداد برنامج تعليمي خاص بالتدريس المصغر يهدف الى تعلم بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ السنة الأولى متوسط ، و تم تطبيق هذا البرنامج على المجموعة التجريبية والبالغ عددها (30) تلاميذ و استغرق تنفيذه (10) أسابيع للمجموعة التجريبية وبواقع (1) وحدة تعليمية في كل أسبوع تماشياً مع ما هو مقرر في منهاج التربية البدنية في المستوى المتوسط في الجزائر.

- أسس وضع البرنامج:

راع الباحثان عند وضع البرنامج الأسس التالية :

- 1- أن تتناسب محتويات البرنامج التعليمي وقدرات التلاميذ مع مراعاة الفروق الفردية بينهم
- 2- أن يوفر البرنامج أكثر من وسيلة للمتعلّم للتعلّم مما يسمح بسرعة التعلّم من خلال استثارة دوافهم وقدرتهم .
- 3- أن يتناسب البرنامج مع الهدف منه من خلال مختلف القدرات العقلية الكامنة من تصور وتحليل وتركيب .

- البرنامج التعليمي :

- تم وضع برنامج تعليمي خاص بالمجموعة التجريبية للألعاب الصغرى، وقد تم عرض البرنامج التعليمي على مجموعة من الخبراء في اختصاص طرائق التدريس لبيان صلاحيتها وإمكانية تطبيقها وتنفيذها على تلاميذ المجموعة التجريبية وعلى مدار عشرة أسابيع (10) وهي الفترة التي التي أستغرقها التطبيق للبرنامج التعليمي، وتطبيق الوحدة التعليمية وفق التسلسل التالي :
- الزمن الكلي للوحدة التعليمية (60) دقيقة مقسمة كالتالي للمجموعة التجريبية :
- مجموعة أسلوب الألعاب الصغرى يتم تقسيم الوقت كالتالي :
- (08) دقائق إحماء عام لجميع أجزاء الجسم ثم إحماء خاص بالكرة

- (05) دقائق يتم فيها شرح المهارة ، الجزء التطبيقي يستغرق تنفيذه (27) دقيقة من خلال تحديد مجموعة من التمارين مهارية الخاصة بالمهارات الحركية وتنفيذها من قبل التلاميذ مع التركيز على اصلاح الاخطاء الفنية(مراجعة المتدرب لدرسه و تعديله و تصحيح الأخطاء و الوقوف على أهم السلبيات) باستخدام التغذية الراجعة الفردية و الجماعية حسب حجم الأخطاء و الأنية و المؤجلة لمدة ، مع اختيار المكان الذي يؤدي فيه التمرين كيفية الأداء وعدد التكرارات أو زمن الاداء وكذا واجبات كل تلميذ في التعلم وتفعيل المناقشات التي توصل لتبني الأداء الجيد وتعزيزه ، وكذا ملاحظة المدرس الألية للتنفيذ وتقديم التغذية الراجعة أو تصحيح الأخطاء والتعزيز أثناء تنفيذ التلاميذ، وقد تم تحديد (04) مواقف بواقع (من 1-3) دقائق تقريبا لكل تمرين مع إمكانية تكرار التمرين حسب معدل الصعوبة, مع التركيز أن يقوم كل تلميذ بدوره الذي كلف به
- وأخيرا (08) دقائق تمارين الاسترجاع والعودة للحالة الطبيعية والتحية و الانصراف ثم تغيير الملابس.

توزيع العينة :

- بعد التأكد من صدق وثبات الاختبارات المنتقاة قام الطالبان الباحثان باجراء التجربة الاساسية وذلك بتطبيق الاختبارات على العينة التجريبية والمشاهدة وهذا كقياس قبلي و بعدها يتم اجراء الاختبارات البعدية على العينة التجريبية والمشاهدة ، مع العلم ان العينة الشاهدة لم تخضع الى البرنامج المسطر .

● كيفية اجراء التجربة الاساسية :

- تم تقسيم أجزاء الوحدة التعليمية الى:

● الخطوات التنفيذية :

- قبل إجراء البرنامج التعليمي قام الطالبان الباحثان بتحديد أنسب الأيام والمواعيد التي يستطيع الباحثان من خلالها تطبيق تجربة البحث ، بعد ذلك تم شرح الهدف من البرنامج التعليمي وأهميته لعينة الدراسة ومدى الاستفادة منه وشرح كيفية العمل للمجموعة التجريبية .

● القياسات القبليّة :

- أجريت الدراسات القبليّة لكل من المجموعتين التجريبية و المشاهدة وذلك يوم الثلاثاء و الاربعاء 08-09 مارس 2022 للمجموعة التجريبية و المشاهدة.

● تنفيذ البرنامج :

- بعد الإطلاع على المصادر والبحوث الخاصة والاستعانة بالمشرف والخبراء في مجال التعلم قام الطالبان الباحثان بإعداد منهج تعليمي وفق الالعب الصغرى المهارات الحركية على مجموعة من الخبراء في طرائق ومناهج التدريس.

- وتضمن المنهج تنفيذ وحدات تعليمية وفق مفردات منهج وزارة التربية, علما أن زمن الوحدة التعليمية الواحدة (60) دقيقة لمدة عشر (10) أسابيع للمجموعة التجريبية بمعدل وحدة تعليمية أسبوعيا في الفترة الممتدة من يوم الاحد 15 مارس 2022 الى غاية 17 ماي .

● القياسات البعدية :

- تم تنفيذ البرنامج المقترح مع الاختبارات البعدية على العينة التجريبية و ذلك بتاريخ 19 - 20/05/2022.

●-الوسائل الاحصائية :

- الإحصاء هو مجموعة من النظريات والطرق العلمية التي تبحث في جمع البيانات وعرضها وتحليلها واستخدام النتائج في التنبؤ أو التقرير واتخاذ القرار (طبية، 1429 هـ-2008 م، صفحة 13)
- الوسائل الإحصائية: هي من أهم الطرق المؤدية إلى فهم العوامل الأساسية التي تؤثر على الظاهرة المدروسة، وتساعد على الوصول إلى النتائج وتحليلها وتطبيقها ونقدها (السيد، 1992، صفحة 34)، وقد استخدم الطالبان الباحثان انساب الوسائل الإحصائية المتمثلة في مايلي:
- مقياس النزعة المركزية والذي يتمثل في المتوسط الحسابي .
 - مقياس التشتت والمتمثل في الانحراف المعياري. (admin 2007)
 - معامل الالتواء.
 - مقياس الارتباط أو ما يسمى العلاقة بين المتغيرات المتمثل في معامل الارتباط البسيط لبيرسون .
 - اختبار (t) للعينات المتناظرة وغير المتناظرة (المستقلة)

خلاصة:

لقد شمل هذا الفصل منهجية الجانب الميداني، فكان الاستطلاع تمهيدا للعمل فيما يخص اختبارات المهارات الحركية، عينات البحث مجالاته، وكذا الدراسة الإحصائية حيث أن هذه الإجراءات تعتبر أسلوب منهجي في أي بحث بالإضافة إلى أنها تساعد الباحث على تحليل النتائج التي توصل إليها، هذا من جهة و من جهة أخرى تجعلنا نثبت تدرج العمل الميداني في الأسلوب المنهجي الذي هو أساس كل بحث علمي. وكلاعب في الفريق، أملا في مستقبل أرقى.

الفصل الثاني:
عرض وتحليل
ومناقشة النتائج

تمهيد

إن المنهجية التي تسير على نحوها البحوث العلمية تستدعي ضرورة عرض و تحليل النتائج التي توصلت إليها الدراسة، و هذا من أجل توضيح الاختلافات و التشابهات التي يصل إليها أي بحث و ذلك لإزالة الغموض عن النتائج المسجلة خلال الدراسة و حتى لا تبقى مجرد أرقام، و يحتوي هذا الفصل على دراسة و تحليل هذه النتائج المدونة في جداول خاصة، و تمثيلها البياني لتوضيح التغير الواقع نتيجة لهذه الدراسة.

2. مناقشة اختبارات المهارات الحركية الأساسية:

2-1- اختبار سرعة 20م عدو:

جدول رقم 01: يوضح النتائج الإحصائية في الاختبارين القبلي و البعدي لاختبار السرعة 20م عدوا، و من خلاله يتضح:

العدد	المتوسط الحسابي ق 01	الانحراف المعياري ق 01	متوسط الحسابي ب02	الانحراف المعياري ب 02	المتحسوبة (ت)	الجدولية قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية في المستوى (0.05)	العينتين نتائج اختبار
30	2.26	1.93	2.70	1.66	0.031	1.67	غير دالة إحصائية	المجموعة الشاهدة
30	3.80	1.88	5.90	1.87	2.45	1.67	دال إحصائية	المجموعة التجريبية

بالنسبة للمجموعة الشاهدة: حصلت في الاختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 2.26، و انحراف معياري قدره 1.93، و حصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 2.70، و انحراف معياري قدره 1.66، و كانت (ت) المحتسبة 0.031 أقل من (ت) الجدولية 1.67 عند درجة حرية 29، و مستوى الدلالة 0.05 مما يدل على أن النتائج غير دالة إحصائية و عليه عدم وجود فرق معنوية دالة.

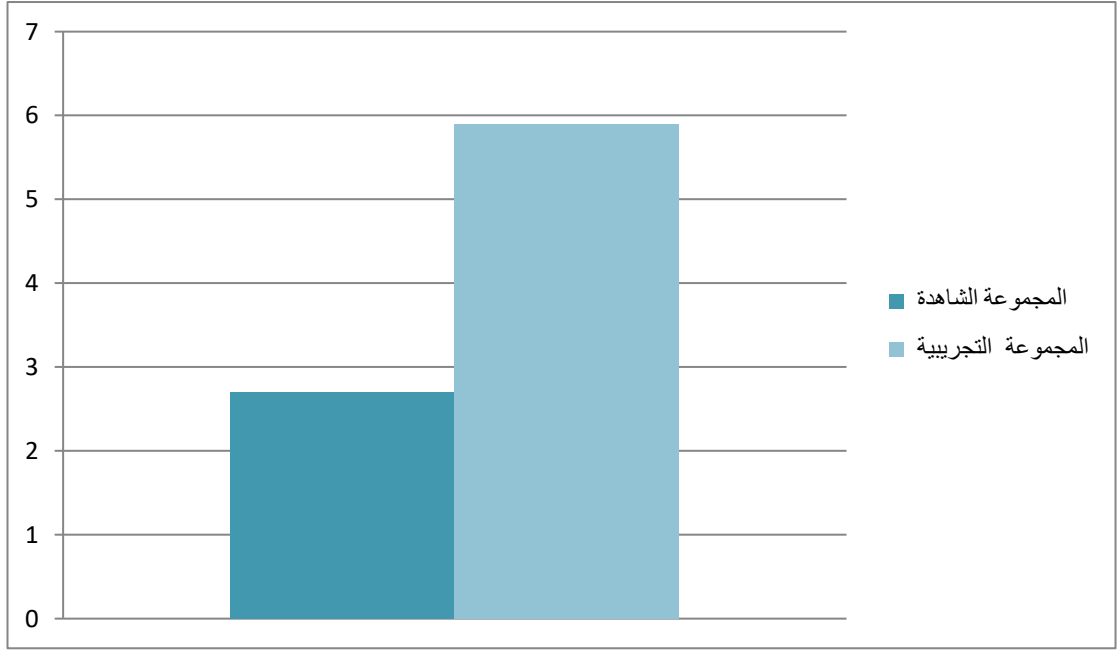
بالنسبة للمجموعة التجريبية:

حصلت في الاختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 3.80 و انحراف معياري قدره 1.88 و حصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 5.90، و انحراف معياري 1.87، و كانت (ت) المحسوبة) 2.45 أكبر من (ت) الجدولية 1.67 عند درجة حرية 29، و مستوى دلالة 0.05، و هذا يعني أن الفرق كانت ذات دلالة إحصائية.

التمثيل البياني:

شكل رقم 01: يمثل الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية و الشاهدة

عرض وتحليل ومناقشة النتائج



يوضح لنا الشكل رقم 01 و الجدول رقم 01 تأثير البرنامج التدريبي المتمثل الوحدات التعليمية المقترحة على تعلم المهارات الحركية الانتقالية، حيث نجد أن المجموعة التجريبية قد بلغ متوسطا الحسابي 5.90 و انحرافها المعياري 1.87، مقارنة بالمجموعة الشاهدة التي بلغ متوسطها الحسابي 2.70، و انحرافها المعياري 1.66، و كانت قيمة (ت) المحسوبة 2.45 أكبر من قيمة (ت) الجدولية 1.67، عند درجة حرية 58، و مستوى دلالة 0.05 و هذا يعني أن هناك دلالة إحصائية للفرق بين المتوسطين و هذا إن دل على شيء فإنما يدل على تأثير الوحدات التعليمية المقترحة على تعلم المهارات الحركية الأساسية.

يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فرق جوهري بين المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية و المجموعة الشاهدة في الاختبار البعدي للمهارات الحركية الأساسية الانتقالية حيث أن المتوسط الحسابي للمجموعة الشاهدة، مما يعني حدوث تقدم من خلال التجربة الميدانية في تعلم المهارات الحركية قيد الدراسة، حيث تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

2 - 2 - اختبار توازن الوقوف على قدم واحدة:

جدول رقم 02: يوضح النتائج الإحصائية في الاختبارين القبلي و البعدي لاختبار توازن الوقوف على قدم واحدة

النتائج العينية	العدد	ق 01 المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ق 01	ب02 متوسط الحسابي	الانحراف المعياري ب 02	القيمة المحسوبة (ت)	القيمة الجدولية (ت)	الدلالة الإحصائية في المستوى (0.05)
المجموعة الشاهدة	30	20.99	22.86	24.31	24.39	-0.077	1.67	غير دلالة إحصائية

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

المجموعة التجريبية	30	26.99	20.12	31.43	2.25	2.25	1.67	دال إحصائية
-----------------------	----	-------	-------	-------	------	------	------	----------------

بالنسبة للمجموعة الشاهدة:

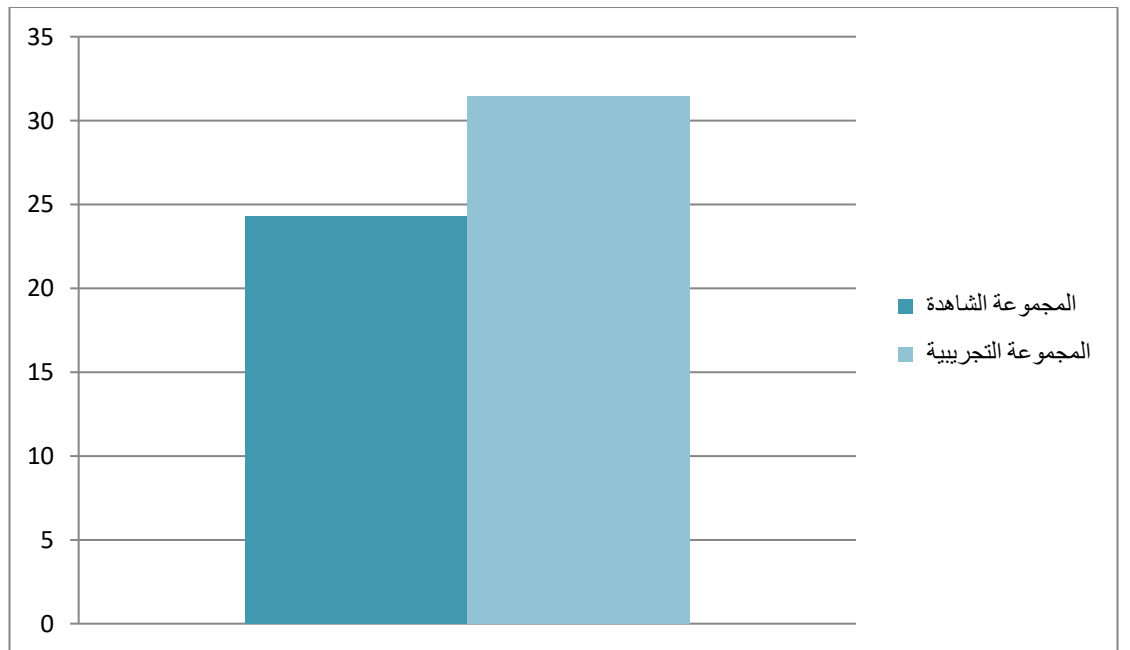
حصلت في اختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 20.99، و انحراف معياري قدره 22.86، و حصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 24.31، و انحراف معياري قدره 20.39 و كانت (ت) المحتسبة -0.077- أقل من (ت) الجدولية 1.67 عند درجة حرية 29، و مستوى الدلالة 0.05، ما يدل على أن النتائج غير دالة إحصائية و عليه عدم وجود فروق معنوية دالة.

بالنسبة للمجموعة التجريبية:

حصلت في الاختبار القبلي على متوسط حسابي 26.99 و انحراف معياري 20.12، و حصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي 31.34، و انحراف معياري 25.26، و كانت (ت) المحسوبة) 2.25 أكبر، من (ت) الجدولية 1.67 عن درجة حرية 29، و مستوى دلالة 0.05، و هذا يعني أن الفرق كانت ذات دلالة إحصائية.

التمثيل البياني:

شكل رقم 02: يمثل الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية و الشاهدة في اختبار توازن الوقف على قدم واحدة



يوضح لنا الشكل رقم 02 و الجدول رقم 02 تأثير البرنامج التدريبي المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة على تعلم المهارات الحركية الأساسية حيث نجد أن المجموعة التجريبية قد بلغ متوسطها الحسابي 31.43، و انحرافها المعياري 25.26، مقارنة بالمجموعة الشاهدة التي بلغ متوسطها الحسابي 24.31، و انحرافه المعياري 20.39، و كانت قيمة (ت) المحسوبة 2.25 أكبر من قيمة (ت) الجدولية 1.67، عند درجة حرية 58، و مستوى دلالة 0.05، و هذا يعني أن هناك دلالة إحصائية للفرق بين المتوسطين، و هذا إن دل على شيء إنما يدل على تأثير الوحدات التعليمية المقترحة على تعلم المهارات الحركية الأساسية.

و يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني ان هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية و المجموعة الشاهدة في الاختبار البعدي للمهارات الحركية الأساسية غير الانتقالية حيث أن المتوسطات الحسابية للمجموعة التجريبية أعلى من المتوسطات الحسابية للمجموع الشاهدة مما يعني حدوث تقدم من خلال التجربة الميدانية في تعلم المهارات الحركية قيد الدراسة، حيث تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

2 - 3 - اختبار رمي الكرة الناعمة:

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

جدول رقم 03: يوضح النتائج الإحصائية في الاختبارين القبلي و البعدي لاختبر رمي كرة ناعمة لأبعد مسافة

نتائج اختبار العينتين	العدد	المتوسط الحسابي ق 01	الانحراف المعياري ق 01	متوسط حسابي ب 02	الانحراف المعياري ب 02	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة الإحصائية في المستوى (0.05)
المجموعة الشاهدة	30	6.01	1.04	6.43	0.80	0.89	1.67	غير دالة إحصائية
المجموعة التجريبية	30	6.88	0.57	9.25	0.60	1.95	1.67	دال إحصائية

بالنسبة للمجموعة الشاهدة:

حصلت في اختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 6.01، و انحراف معياري قدره 1.04، و حصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 6.43، و انحراف معياري قدره 0.80 و كانت (ت) المحسوبة 0.89 اقل ممن (ت) الجدولية 1.67 عند درجة حرية 29 و مستوى الدلالة 0.05، مما يدل على أن النتائج غير دالة إحصائية و عليه عدم وجود فروق منوية دالة.

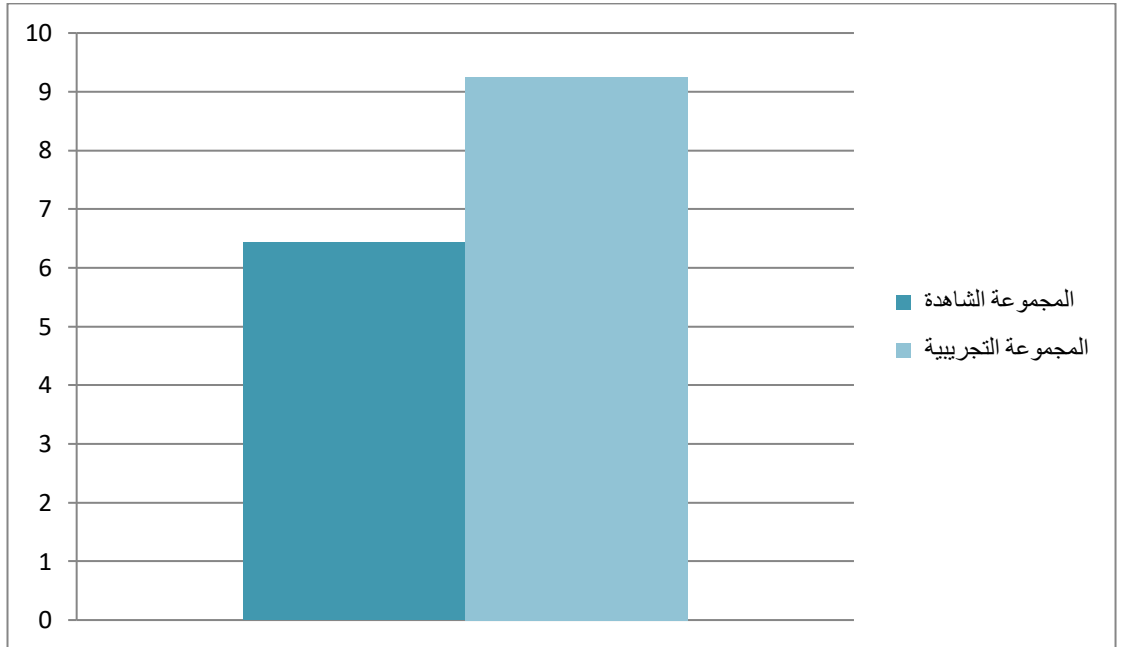
بالنسبة للمجموعة التجريبية:

حصلت في الاختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 6.88 و انحراف معياري قدره 0.57 و حصلت في الاختبار البعدي على متوسط حسابي قدره 9.25، و انحراف معياري 0.06

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

و كانت (ت) محسوبة 1.95 أكبر، من (ت) الجدولية 1.67 عند درجة حرية 29، و مستوى دلالة 0.05، و هذا يعني أن الفروق كانت ذات دلالة إحصائية.

شكل رقم 03: يمثل الفرق بين المتوسطين الحسابيين للاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية و الشاهدة في اختبار رمي كرة ناعمة لأبعد مسافة



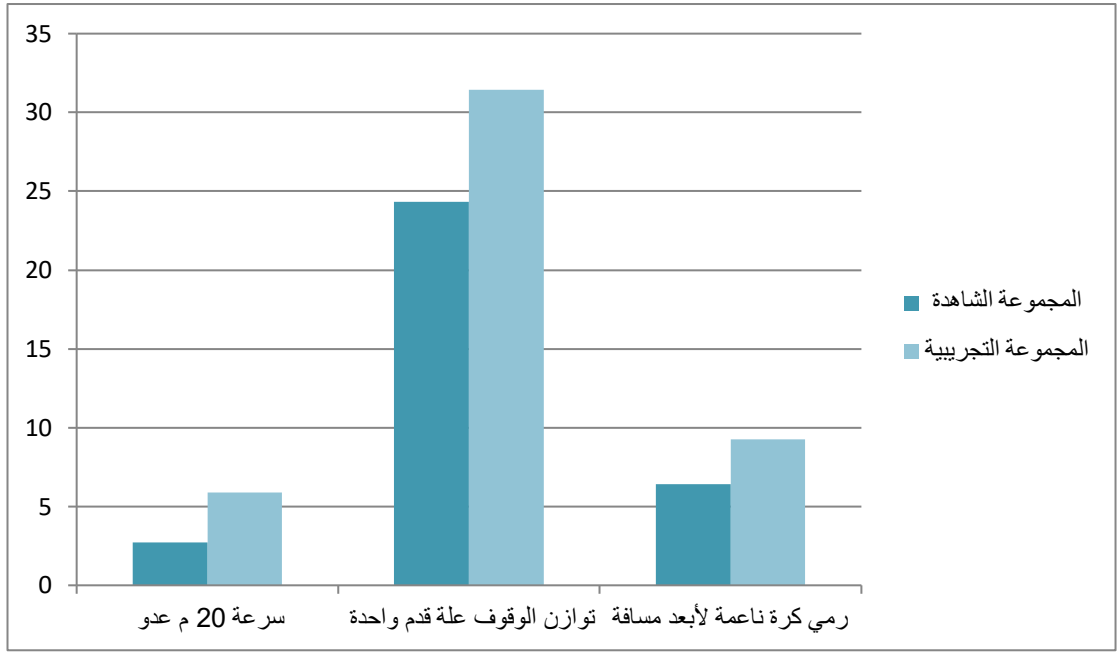
يوضح لنا الشكل رقم 03 و الجدول رقم 03، تأثير البرنامج التدريبي المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة على تعلم مهارات التعامل مع الأداة، حيث نجد أن المجموعة التجريبية قد بلغ متوسطها الحسابي 9.25 و انحرافها المعياري 0.60، مقارنة بالمجموعة الشاهدة التي بلغ متوسطها الحسابي 6.34 و انحرافها المعياري 0.80، و كانت قيمة (ت) المحسوبة 1.95 أكبر من قيمة (ت) الجدولية 1.67، عند درجة حرية 58، و مستوى دلالة 0.05، و هذا يعني أن هناك دلالة إحصائية للفرق بين المتوسطين و هذا إن دل على شيء إنما يدل على تأثير الوحدات التعليمية المقترحة على تعلم المهارات الحركية الأساسية.

و يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطين

الحسابيين للمجموعة التجريبية و المجموعة الشاهدة، في الاختبار البعدي لمهارات التعامل مع الأداة، حيث أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية أعلى من المتوسط الحسابي للمجموعة الشاهدة مما يعني حدوث تقدم من خلال التجربة الميدانية في تعلم المهارات الحركية قيد الدراسة، حيث تشر النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

شكل رقم 04: يبين مستوى دلالة الفروق الإحصائية في المهارات الحركية الأساسية بين المجموعة التجريبية و الشاهدة في الاختبار البعدي

عرض وتحليل ومناقشة النتائج



يظهر لنا من خلال هذا الشكل البياني أن هناك فروق جوهرية بين متوسطات المجموعة التجريبية و المجموعة الشاهدة في الاختبار البعدي للمهارات الحركية الأساسية (الحركات الانتقالية، الحركات غير الانتقالية، حركات التعامل مع الأداة) حيث أن المتوسطات الحسابية للمجموعة التجريبية أعلى من المتوسطات الحسابية للمجموعة الشاهدة مما يعني حدوث تقدم من خلال التجربة الميدانية في تعلم المهارات الحركية الأساسية قيد الدراسة، و بالتالي فإن البرنامج التدريبي المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة لها تأثير إيجابي في تعلم المهارات الحركية الأساسية لدى التلاميذ قيد الدراسة.

2 - 2 - مقارنة النتائج بالفرضيات:

بعد ترتيب الاستنتاجات من خلال تحليل و المناقشة للنتائج المتحصل عليها، قام الباحثان بمقارنتها مع فرضيات البحث و قد توصلنا إلى ما يلي:

افترض الباحثان أن التربية البدنية و الرياضية دور في تنمية المهارات الحركية الأساسية الانتقالية لتلاميذ الطور المتوسط، و قد أثبتت النتائج صحة هذه الفرضية حيث وجدنا:

• تنمية المهارة الحركية الانتقالية عند تلاميذ الطور المتوسط.

افترض الباحثان أن للتربية و الرياضية دور في تنمية المهارات الحركية الأساسية غير الانتقالية لتلاميذ الطور المتوسط، و قد أثبتت النتائج صحة الفرضية حيث وجدنا:

• تنمية المهارة الحركية غير الانتقالية عند تلاميذ عند تلاميذ الطور المتوسط.

• افترض الباحثان أن للتربية البدنية و الرياضية دور في تنمية مهارات حركات التعامل مع الأداة لتلاميذ الطور المتوسط (11-13) سنة.

على ضوء النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة، أعطت للفرضية صدقها حيث وجد أن هناك تطور في تعلم المهارات الحركية الأساسية المستهدفة بالنسبة للعيننة التجريبية بالمقارنة مع العيننة الشاهدة، و هذا ما يدل على أن البرنامج التعليمي المقترح خلال ممارسة التربية البدنية و الرياضية كان لها الأثر الإيجابي في تنمية المهارات الحركية الأساسية للعيننة التجريبية.

خلاصة:

يعد التدريس بالألعاب الصغرى من أساليب تدريب المعلمين على مهارات التدريس، وهو يمثل صورة مصغرة للتدريس أو الحصة، أو ربما يمثل جزءا من أجزاء الدرس أو مهارة من مهارات التدريس، يتم تحت ظروف مضبوطة

ومن هنا نرى الأهمية البالغة للتدريس بالألعاب الصغرى بواسطة وحدات تعليمية مقترحة وما له من دور في تحسين متغيرات المهارية و البدنية في الأنشطة الرياضية ولهذا تناولنا هذه الدراسة العلمية بهدف:

- معرفة دور وأهمية الألعاب الصغرى في تحسين المتغيرات المهارية و البدنية لدى تلاميذ السنة الأولى من التعليم المتوسط .
 - معرفة مستوى المتغيرات الحركية عن طريق استخدام الاختبارات المقننة .
 - معرفة الدور الايجابي للبرنامج المقترح للمتغيرات الحركية لتلاميذ السنة الأولى متوسط والذي احتوى على (10) حصص بمعدل حصة واحدة (01) أسبوعيا أي (10) أسابيع .
- و من خلال تحليل نتائج اختبارات المهارات الحركية الأساسية تبين أن البرنامج التعليمي المتمثل في الوحدات التعليمية باستخدام الألعاب الصغرى قد أثر بشكل كبير على تنمية المهارات الحركية الأساسية ، و التي كانت موضوع الاختبارات في بحثنا هذا.

الفصل الثالث:

الاستنتاجات

والاقتراحات

1- الاستنتاجات:

- وجود فروق معنوية لصالح اختبار البعدي في اختبار سرعة 20 م عدو بالنسبة للعينة التجريبية، و هذا يدل على تنمية المهارة الحركية الانتقالية.
- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي في اختبار توازن الوقوف على قدم على قدم واحدة بالنسبة للعينة التجريبية، و هذا يدل على تنمية المهارة الحركية غير الانتقالية.
- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي في اختبار رمي كرة ناعمة لأبعد مسافة بالنسبة للعينة التجريبية، و هذا يدل تنمية مهارة التعامل مع الأداة.
- على ضوء النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة، أعطت للفرضية صدقها حيث وجد أن هناك تطور في (ت) المهارات الحركية الأساسية المستهدفة بالنسبة للعينة التجريبية بالمقارنة مع العينة الضابطة، و ها ما يدل على أم ممارسة التربية و الرياضية كان لها الأثر الإيجابي في تنمية المهارات الحركية الأساسية للعينة التجريبية.

1-1- الاستنتاج العام:

بعد الدراسات المنجزة على تلاميذ الطور المتوسط الفئة العمرية من (11-13) سنة و التي تمثل عينة بحثتنا و من خلال النتائج المتحصل عليها و بعد الدراسة الإحصائية و تحليل و مناقشة النتائج، خلصنا إلى الاستنتاجات التالية:

- تقارب بين العينتين الشاهدة و التجريبية في مستوى نمو بعض المهارات الحركية الأساسية المختبرة أثناء إجراء الاختبارات القبلي.
- تحسن في مستوى نمو بعض المهارات الحركية الأساسية المستهدفة لدى العينة التجريبية ي الاختبارات البعدي بالنسبة للاختبارات القبلي.
- استقرار و ثبات في مستوى نمو بعض المهارات الحركية الأساسية المستهدفة في بحثنا لدى العينة الشاهدة أثناء الاختبارات القبلي و البعدي بالنسبة للاختبارات القبلي.
- استقرار و ثبات في مستوى نمو بعض المهارات الحركية الأساسية المستهدفة في بحثنا لدى العينة الشاهدة أثناء الاختبارات القبلي البعدي و لم تحقق تحسن خلال هذه الفترة.
- حققت العينة التجريبية تقدم في مستوى نمو بعض المهارات الحركية الأساسية المستهدفة خلال الاختبارات البعدي منه عن العينة الشاهدة.

2- الاقتراحات:

- نقترح عدم إهمال مادة التربية البدنية و الرياضية الملائمة لخصوصيات الطفل النفسية و البدنية خاصة في هذه المرحلة العمرية (11-13 سنة)
- نقترح توفير مناصب أكثر لمادة التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات التعليمية عموما خاصة مؤسسات الطور الثاني.
- نقترح إجراء اختبارات قياس لبعض المهارات الحركية الأساسية المختارة خلال فصول السنة الدراسية للتلاميذ من أجل معرفة مدى تأثير ممارسة التربية البدنية و الرياضية في تعلم تلك المهارات.
- نقترح تنظيم منافسات بين التلاميذ تركز أساس على نتائج اختبارات قياس لبعض المهارات الحركية تنتهي بتكريم المتفوقين و ذلك لإبراز الدور الفعال لمادة التربية البدنية و مكانتها بين المواد الأخرى داخل المؤسسة التعليمية.

- نقترح مشاركة التلاميذ في مختلف النشاطات الرياضية اللاصفية لإبراز مستوى تعلم المهارات الحركية الأساسية من خلال مادة التربية البدنية و الرياضية.

التربية البدنية و الرياضة في الطور الثاني ليست مجرد نشاط ترويجي لا يخنف في ممارسته عن النشاط الممارس خارج أسوار المؤسسة التعليمية، و لا هي مادة ترفيهية لا تعتمد في تدريسها على أسس و مناهج تربوية و علمية، بل إن التربية البدنية و الرياضية تعتبر الموجة الأساسي لبناء شخصية الطفل من جهة و من جهة أخرى الرفع من مستوى تعلم المهارات الحركية الأساسية في هذه المرحلة من التعليم، و لهذا جاءت تحت عنوان أثر وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الألعاب الصغرى على تحسين بعض المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور المتوسط (11-13 سنة) و يهدف البحث إلى الكشف عن دور التربية البدنية و الرياضية على افتراض أن تحدث هذه الأخيرة تحسنا في الجانب المهاري الحركي لدى العينة التجريبية.

- و على ضوء النتائج المتحصل عليها خلص الباحثان إلى أن للتربية البدنية و الرياضية دور فعال في تعليم المهارات الحركية الأساسية المستهدفة لدى تلاميذ الطور الثاني.
- و منه نقول أن الغاية الأولى في المجال التربوي و التعليمي هي تكوين شخصية متكاملة النمو و هذا ما يتحقق من مساهمة التربية البدنية و الرياضية في ذلك، و هذا ما يفض علينا فتح باب البحث العلمي و تطوير ثقافتنا الرياضية لأن ذلك يجهل من أستاذ التربية البدنية دائما ما يكون عنصر البحث الفعال في إثراء البحوث العلمية، و هو ما ليس فقط ذلك الأستاذ الذي يقدم درسا ثم يطوي أوراقه و ينصرف، بل يساعد التلاميذ و يبني درسه على أسس علمية دقيقة لأنه و ببساطة الواقع و الشريحة التي نتعامل معها تفرض علينا هذه التحديات و الالتزامات.

قائمة المصادر

والمراجع

• المصادر و المراجع

- التكريتي, ك. ع. (1981). *الألعاب الصغيرة* (المادة المقررة للصفوف الأولى). (الموصل: مؤسسة دار الكتب للطباعة و النشر جامعة الموصل).
- الخشبي, ر. أ. (1985). *الألعاب الصغيرة و ألعاب المضرب نظريات الألعاب تنس المضرب الخشبي* ط. 1. القاهرة: دار الفكر العربي.
- القيسي, ا. أ. (2004). *تأثير الألعاب الصغيرة باستخدام تدريس المحطات في تطوير بعض القدرات البننية و الحركية*. العراق: جامعة بغداد التربية الرياضية ماجستير.
- القيسي, م. ح. (2002). *أثر استخدام التمرينات و الألعاب الصغيرة في درس التربية الرياضية في تطوير اللياقة الحركية*. العراق: ماجدة حميد كمبش القيسي جامعة ديالى .
- النمكي, ع. ا. (2001). *الألعاب التكنيكية و الترويحية الحديثة لتطوير برامج التدريب للكبار و الناشئين في كرة القدم* ط. 1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- صالح, ع. ا. (1987). *طرق تدريس التربية الرياضية* ط. 2. العراق: جامعة بغداد مديرية دار الكتب للطباعة و النشر.
- لسيد. (1992). *المعين في الاحصاء 100 نموذج من الاسئلة و التمارين المطولة*. الجزائر: دار العلوم للنشر و التوزيع. الجزائر .
- باهي, ا. م. (2000). *طرق البحث العلمي و التحليل الاحصائي في المجالات التربوية و الفنية والرياضية*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- طيبة, ا. ع. (1429 هـ). 2008-م. *مبادئ الاحصاء*. عمان: دار البداية ناشرون و موزعون.
- واخرون, ا. ا. (2001). *المرشد في اعداد البحوث و الدراسات العلمية*. السودان: جامعة السودان للعلوم و التكنولوجيا.

قائمة

الملاحق

نموذج وحدة تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى (01)

المؤسسة: جلايلي أحمد نخمارت	مدة الانجاز: 1 ساعة
المستوى: الأولي متوسط	النشاط:
الوسائل: 10 كرات مختلفة- ملعب - صافرة - ميقاتي - 30 تلاميذ- دوائر - حواجز- شواخص - صديرات- كرات طبية	الأسبوع: الأول
هدف الحصة: تعلم المهارات الحركية استخدام الألعاب الصغرى	الطالب: بولنوار محمد - عزايذ ناصر

خطوات استخدام الألعاب الصغرى من خلال الوحدة التعليمية لتعلم المهارات الحركية

الرقم	محتوى/أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الراحة	الملاحظات (تغذية راجعة)
الجزء الأول	الجزء التحضيري + الجزء التعليمي	د5 د2 د10		الانتباه للشرح و التأكيد على فهم التلاميذ للنواحي الفنية و الاجابة على اسئلة التلاميذ مراقبة الغيابات و إحضار الوسائل و الادوات الخاصة بالدرس
	الاحماء العام و الخاص	د8		إحماء عام للأطراف العلوية و السفلية للجسم إحماء خاص تجنب التكتلات و التسخين الجيد لتفادي الاصابات
الجزء الثاني	الموقف 1: تعلم أبجديات الجري رفع الركبتين - للأمام - للخلف - تكبير الخطوات - استقامة الرجل مرة الرجل اليمنى ثم اليسرى	د1 3x مرات	30ثا	- رفع الرأس - للأمام أثناء الجري - التنسيق بين الأطراف أثناء الجري
	الموقف 2: لعبة الكر و الفر مع تغيير الأدوار	د2 3x مرات	30ثا	- محاولة لمس الزميل - الجري في خط مستقيم - الجري بأقصى سرعة
	الموقف 3: الجري في خط مستقيم لمسافات معينة (10م - 15م - 20م)	د3 3x مرات	د1	- الجري في المسار - الجري بأقصى سرعة - التنسيق بين الأطراف
	الموقف 4: منافسة تطبيقية داخل الميدان بين التلاميذ منافسة بين تلميذين أو ثلاثة	د3 2x مرات	د1	- مراعاة الوضعية الصحيحة لجري
الجزء الثالث	الجزء الختامي	د7		الرجوع الى الحالة العادية مع تصحيح الاخطاء و توضيح المبهمات التهدئة و الاسترخاء

نموذج وحدة تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى (02)

المؤسسة: جلايلي أحمد تخمارت	مدة الانجاز: 1 ساعة
المستوى: الأولي متوسط	النشاط:
الوسائط: 10 كرات مختلفة- ملعب - صافرة - ميقاتي - 30 تلاميذ- دوائر - حواجز- شواخص - صديريات- كرات طبية	الأسبوع: الثاني
هدف الحصة: تعلم المهارات الحركية استخدام الألعاب الصغرى	الطالب: بولنوار محمد - عزايض ناصر

خطوات استخدام الألعاب الصغرى من خلال الوحدة التعليمية لتعلم المهارات الحركية

الرقم	محتوى/ أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات و ارشادات)	الملاحظات (تغذية راجعة)
الجزء الأول	الجزء التحضيري + الجزء التعليمي	د5 د2 د10		مراقبة الغيابات و إحضار الوسائل و الادوات الخاصة بالدرس	الانتباه للشرح و التأكيد على فهم التلاميذ للنواحي الفنية و الاجابة على اسئلة التلاميذ
	الاحماء العام و الخاص	د8		إحماء عام للأطراف العلوية و السفلية للجسم إحماء خاص	تجنب التكتلات و التسخين الجيد لتفادي الاصابات
الجزء الثاني	الموقف 1: لعبة الحجل يقف التلاميذ بقاطرتين على خط البدء. عند الأشارة يبدأ التلميذ الأول من كل قاطرة بالحجل على ساق اليمين والدوران حول الكرسي، ثم العود بالحجل على ساق اليسار، ويلمس التلميذ الثاني ثم الانتقال إلى آخر القاطرة وهكذا تستمر اللعبة حتى آخر تلميذ	د1 3x مرات	30ثا	- تطوير القوة الانفجارية للساقين - العمل بالرجل اليمنى ثم اليسرى و تكرار العمل	- المشاركة الجماعية - حسن التسيير و التنظيم - روح التنافس
	الموقف 2: تكرار اللعبة نفسها، ولكن القفز يكون بكلتا القدمين فضلاً عن حمل كرة سلة أو كرة طائرة باليدين.	د2 3x مرات	30ثا	- التنسيق - التحكم في عمل الذراعين مع الرجلين - التركيز الجيد	تجنب الوضعيات الخاطئة و العمل بنصائح الاستاذ و توجيهاته
	الموقف 3: وضع دوائر و القفز عليها برجل واحدة مرة باليمنى و مرة باليسرى و مرة بالرجلين معا و حمل كرة السلة أو الطائرة.	د3 3x مرات	د1	- مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة - السقوط داخل الدائرة	
	الموقف 4: منافسة تطبيقية داخل الميدان	د3 2x مرات	د1	-مراعاة وقفة الاستعداد الصحيحة للإرسال	
الجزء الثالث	الجزء الختامي	د7		الرجوع الى الحالة العادية مع تصحيح الاخطاء و توضيح المبهمات	التهدئة و الاسترخاء

نموذج وحدة تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى (03)

المؤسسة: جلايلي أحمد نخمارت	مدة الانجاز: 1 ساعة
المستوى: الأولي متوسط	النشاط:
الوسائل: 10 كرات مختلفة- ملعب - صافرة - ميقاتي - 30 تلاميذ- دوائر - حواجز- شواخص - صديرات- كرات طبية	الأسبوع: الثالث
هدف الحصّة: تعلم المهارات الحركية استخدام الألعاب الصغرى	الطالب: بولنوار محمد - عزائز ناصر

خطوات استخدام الألعاب الصغرى من خلال الوحدة التعليمية لتعلم المهارات الحركية

الرقم	محتوى/أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات و إرشادات)	الملاحظات (تغذية راجعة)
الجزء الأول	الجزء التحضيري + الجزء التعليمي	د5 د2 د10		مراقبة الغيابات و إحضار الوسائل و الأدوات الخاصة بالدرس	الانتباه للشرح و التأكيد على فهم التلاميذ للنواحي الفنية و الاجابة على اسئلة التلاميذ
	الاحماء العام و الخاص	د8		إحماء عام للأطراف العلوية و السفلية للجسم إحماء خاص	تجنب التكتلات و التسخين الجيد لتفادي الاصابات
الجزء الثاني	الموقف 1: لعبة التمرير: يقف جميع التلاميذ في دائرة واحدة ومواجهين منتصفها، ويبعد كل تلميذ عن الآخر بمسافة متر إلى مترين، تمرر الكرة من تلميذ لآخر حول الدائرة كما في الشكل	د1 3x مرات	30ثا	- تحسين و تطوير التمرير - التحكم في تمرير و استقبال الكرة	- المشاركة الجماعية - حسن التسيير و التنظيم
	الموقف 2: لعبة التمريرات العشر بشرط عدم ارجاع الكرة للزميل الذي قام بالتمرير.	د2 3x مرات	30ثا	- التحفيز - الاستثارة - استخراج طاقاته و ما يملك من أجل الفوز و التغلب على الخصم	- روح التنافس تجنب الوضعيات الخاطئة و العمل بنصائح الاستاذ و توجيهاته
	الموقف 3: تكرار اللعبة نفسها، تمرير كرتان سلة بسرعة على التوالي حول الدائرة، عندما يفقد تلميذ ما السيطرة على الكرة بسقوطها منه فانه تحتسب نقطة.	د3 3x مرات	د1	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	
	الموقف 4: تكرار اللعبة نفسها، ولكن باستخدام (كرة طبية)، إذ يقف التلاميذ على شكل صفين متقابلين وتمرير الكرة يكون على شكل زاكراك أو متعرج.	د3 2x مرات	د1	-مراعاة وقفة الاستعداد الصحيحة للإرسال	
الجزء الثالث	الجزء الختامي	د7		الرجوع الى الحالة العادية مع تصحيح الاخطاء و توضيح المبهمات	التهدئة و الاسترخاء

نموذج وحدة تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى (04)

المؤسسة: جلايلي أحمد نخمارت	مدة الانجاز: 1 ساعة
المستوى: الأولي متوسط	النشاط:
الوسائل: 10كرات مختلفة- ملعب - صافرة - ميقاتي - 30 تلاميذ- دوائر - حواجز- شواخص - صديرات- كرات طبية	الأسبوع: الرابع
هدف الحصه: تعلم المهارات الحركية استخدام الالعاب الصغرى	الطالب: بولنوار محمد - عزايذ ناصر

خطوات استخدام الألعاب الصغرى من خلال الوحدة التعليمية لتعلم المهارات الحركية

الرقم	محتوى/أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات و ارشادات)	الملاحظات (تغذية راجعة)
الجزء الأول	الجزء التحضيري + الجزء التعليمي	5د 2د 10د		مراقبة الغيابات و إحضار الوسائل و الادوات الخاصة بالدرس	الانتباه للشرح و التأكيد على فهم التلاميذ للنواحي الفنية و الاجابة على اسئلة التلاميذ
	الاحماء العام و الخاص	8د		إحماء عام للأطراف العلوية و السفلية للجسم إحماء خاص	تجنب التكتلات و التسخين الجيد لتفادي الاصابات
الجزء الثاني	الموقف 1: لعبة الضفدعة: يقف الأطفال على شكل دائرة ويختار طفل ليكون الضفدعة ويجلس وسط الدائرة، تقوم الضفدعة بمطاردة الأطفال حتى محيط الدائرة ومن يمسك من الأطفال ينظم إلى الضفدعة	1د 3x مرات	30ثا	- قوة الرجلين - القوة الانفجارية للرجلين - تطوير مطولة السرعة	- المشاركة الجماعية - حسن التسيير و التنظيم - روح التنافس
	الموقف 2: تكرر اللعبة نفسها، مع حمل الضفدعة كرة سلة وتحاول ان تمسك الأطفال بها، ويسمح للضفدعة مناولة الكرة إلى من إليها لتمسك بها بقية الأطفال.	2د 3x مرات	30ثا	- مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	تجنب الوضعيات الخاطئة و العمل بنصائح الاستاذ و توجيهاته
	الموقف 3: تكرر اللعبة نفسها، مع حمل الضفدعة طوق بلاستيكي وتحاول إن تمسك الأطفال	3د 3x مرات	1د	- مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	
	الموقف 4: منافسة تطبيقية داخل الميدان لعبة كرة اليد	3د 2x مرات	1د	-مراعاة قوانين اللعبة و تجنب الأخطاء	
الجزء الثالث	الجزء الختامي	7د		الرجوع الى الحالة العادية مع تصحيح الاخطاء و توضيح المبهمات	التهدئة و الاسترخاء

نموذج وحدة تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى (05)

المؤسسة: جلايلي أحمد نخمارت	مدة الانجاز: 1 ساعة
المستوى: الأولي متوسط	النشاط:
الوسائل: 10 كرات مختلفة- ملعب - صافرة - ميقاتي - 30 تلاميذ- دوائر - حواجز- شواخص - صديرات- كرات طبية	الأسبوع: الخامس
هدف الحصّة: تعلم المهارات الحركية استخدام الألعاب الصغرى	الطالب: بولنوار محمد - عزرايز ناصر

خطوات استخدام الألعاب الصغرى من خلال الوحدة التعليمية لتعلم المهارات الحركية

الرقم	محتوى/أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات و ارشادات)	الملاحظات (تغذية راجعة)
الجزء الأول	الجزء التحضيري + الجزء التعليمي	د5 د2 د10		مراقبة الغيابات و إحضار الوسائل و الادوات الخاصة بالدرس	الانتباه للشرح و التأكيد على فهم التلاميذ للنواحي الفنية و الاجابة على اسئلة التلاميذ
	الاحماء العام و الخاص	د8		إحماء عام للأطراف العلوية و السفلية للجسم إحماء خاص	تجنب التكتلات و التسخين الجيد لتفادي الاصابات
الجزء الثاني	الموقف 1: القيام بلعبة التمريرات العشر	د1 3x مرات	30ثا	- العمل الجماعي مع محاولة المحافظة على الكرة - التنافس و حب الفوز و الانتصار - التحفيز و التشجيع	- المشاركة الجماعية - حسن التسيير و التنظيم
	الموقف 2: لعبة الكر و الفر المطارد يحاول مسك الهارب و تغيير الأدوار و تكرار العمل	د2 3x مرات	30ثا	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة - الجري بسرعة و في خط مستقيم	- روح التنافس تجنب الوضعيات الخاطئة و العمل بنصائح الاستاذ و توجيهاته
	الموقف 3: الجري لمسافات (10م - 15م - 20م)	د3 3x مرات	د1	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	
	الموقف 4: منافسة تطبيقية داخل ملعب كرة السلة (مقابلات)	د3 2x مرات	د1	-التنافس و المشاركة	
الجزء الثالث	الجزء الختامي	د7		الرجوع الى الحالة العادية مع تصحيح الاخطاء و توضيح المبهمات	التهدئة و الاسترخاء

نموذج وحدة تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى (06)

المؤسسة: جلايلي أحمد نخمارت	مدة الانجاز: 1 ساعة
المستوى: الأولي متوسط	النشاط:
الوسائل: 10 كرات مختلفة- ملعب - صافرة - ميقاتي - 30 تلاميذ- دوائر - حواجز- شواخص - صديرات- كرات طبية	الأسبوع: السادس
هدف الحصّة: تعلم المهارات الحركية استخدام الألعاب الصغرى	الطالب: بولنوار محمد - عزايذ ناصر

خطوات استخدام الألعاب الصغرى من خلال الوحدة التعليمية لتعلم المهارات الحركية

الرقم	محتوى/أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات و ارشادات)	الملاحظات (تغذية راجعة)
الجزء الأول	الجزء التحضيري + الجزء التعليمي	د5 د2 د10		مراقبة الغيابات و إحضار الوسائل و الادوات الخاصة بالدرس	الانتباه للشرح و التأكيد على فهم التلاميذ للنواحي الفنية و الاجابة على اسئلة التلاميذ
	الاحماء العام و الخاص	د8		إحماء عام للأطراف العلوية و السفلية للجسم إحماء خاص.	تجنب التكتلات و التسخين الجيد لتفادي الاصابات
الجزء الثاني	الموقف 1: فوجين و على مسافة 10 م وضع قائمين و عند الجري محاولة الدوران حول القائم و الرجوع مس الزميل....	د1 3x مرات	30ثا	- الجري بأقصى سرعة - الجري في خط مستقيم - اللف حول القائم و الرجوع للرفوج و مس الزميل للانطلاق.	- المشاركة الجماعية - حسن التسيير و التنظيم
	الموقف 2: نفس العمل مع الزيادة في المسافة (15م - 20 م - 25 م)	د2 3x مرات	30ثا	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	- روح التنافس تجنب الوضعيات الخاطئة و العمل بنصائح الأستاذ و توجيهاته
	الموقف 3: لعبة الكر و الفر مع تغيير الأدوار و هكذا	د3 3x مرات	د1	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	
	الموقف 4: منافسة تطبيقية داخل ملعب الكرة الطائرة	د3 2x مرات	د1	- التنافس و المشاركة	
الجزء الثالث	الجزء الختامي	د7		الرجوع الى الحالة العادية مع تصحيح الاخطاء و توضيح المبهمات	التهنئة و الاسترخاء

نموذج وحدة تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى (07)

المؤسسة: جلايلي أحمد نخمارت	مدة الانجاز: 1 ساعة
المستوى: الأولي متوسط	النشاط:
الوسائل: 10 كرات مختلفة- ملعب - صافرة - ميقاتي - 30 تلاميذ- دوائر - حواجز- شواخص - صديرات- كرات طبية	الأسبوع: الأول
هدف الحصّة: تعلم المهارات الحركية استخدام الألعاب الصغرى	الطالب: بولنوار محمد - عزايذ ناصر

خطوات استخدام الألعاب الصغرى من خلال الوحدة التعليمية لتعلم المهارات الحركية

الرقم	محتوى/أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات وارشادات)	الملاحظات (تغذية راجعة)
الجزء الأول	الجزء التحضيري + الجزء التعليمي	د5 د2 د10		مراقبة الغيابات و إحضار الوسائل و الادوات الخاصة بالدرس	الانتباه للشرح و التأكيد على فهم التلاميذ للنواحي الفنية و الاجابة على اسئلة التلاميذ
	الاحماء العام و الخاص	د8		إحماء عام للأطراف العلوية و السفلية للجسم إحماء خاص	تجنب التكتلات و التسخين الجيد لتفادي الاصابات
الجزء الثاني	الموقف 1: رمي الكرات الطبية الى الأعلى و محاولة مسكها.	د1 3x مرات	30ثا	- تطوير قوة الذراعين و الأكتاف - تطوير القوة و المرونة - تطوير الرشاقة	- المشاركة الجماعية - حسن التسيير و التنظيم
	الموقف 2: فوجين و لكل فوج كرة طبية و محاولة التنقل بها مسافة 10م	د2 3x مرات	30ثا	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	- روح التنافس تجنب الوضعيات الخاطئة و العمل بنصائح الأستاذ و توجيهاته
	الموقف 3: فوجين لكل فوج كرة طبية و محاولة رمي الكرة الى أبعد مسافة ممكنة.	د3 3x مرات	د1	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	
	الموقف 4: منافسة تطبيقية داخل ملعب كرة السلة	د3 2x مرات	د1	-مراعاة وقفة الاستعداد الصحيحة للإرسال	
الجزء الثالث	الجزء الختامي	د7		الرجوع الى الحالة العادية مع تصحيح الاخطاء و توضيح المبهمات	التهدئة و الاسترخاء

نموذج وحدة تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى (08)

المؤسسة: جلايلي أحمد نخمارت	مدة الانجاز: 1 ساعة
المستوى: الأولي متوسط	النشاط:
الوسائل: 10كرات مختلفة- ملعب -صافرة - ميقاتي - 30 تلاميذ- دوائر - حواجز- شواخص - صديرات- كرات طبية	الأسبوع: الثامن
هدف الحصه: تعلم المهارات الحركية استخدام الالعاب الصغرى	الطالب: بولنوار محمد - عزايذ ناصر

خطوات استخدام الألعاب الصغرى من خلال الوحدة التعليمية لتعلم المهارات الحركية

الرقم	محتوى/أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات و ارشادات)	الملاحظات (تغذية راجعة)
الجزء الأول	الجزء التحضيري + الجزء التعليمي	د5 د2 د10		مراقبة الغيابات و إحضار الوسائل و الادوات الخاصة بالدرس	الانتباه للشرح و التأكيد على فهم التلاميذ للنواحي الفنية و الاجابة على اسئلة التلاميذ
	الاحماء العام و الخاص	د8		إحماء عام للأطراف العلوية و السفلية للجسم إحماء خاص	تجنب التكتلات و التسخين الجيد لتفادي الاصابات
الجزء الثاني	الموقف 1: فوجين لكل فوج 5 دوائر في خط مستقيم و العمل بالرجل اليمنى ثم اليسرى ثم الرجلين معا	د1 3x مرات	30ثا	- تطوير القوة الانفجارية للرجلين و الساقين - قوة الرجلين	- المشاركة الجماعية - حسن التسيير و التنظيم
	الموقف 2: نفس العمل وضع دوائر في خط متعرج	د2 3x مرات	30ثا	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	- روح التنافس تجنب الوضعيات الخاطئة و العمل بنصائح الأستاذ و توجيهاته
	الموقف 3: نفس العمل بدون دوائر خط مستقيم و متعرج و العمل بالرجل اليمنى و اليسرى و الرجلين معا	د3 3x مرات	د1	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	
	الموقف 4: منافسة تطبيقية داخل ملعب الجري السريع (3تلاميذ)	د3 2x مرات	د1	- احترام قواعد اللعبة	
الجزء الثالث	الجزء الختامي	د7		الرجوع الى الحالة العادية مع تصحيح الاخطاء و توضيح المبهمات	التهدئة و الاسترخاء

نموذج وحدة تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى (09)

المؤسسة: جلايلي أحمد نخمارت	مدة الانجاز: 1 ساعة
المستوى: الأولي متوسط	النشاط:
الوسائل: 10 كرات مختلفة- ملعب - صافرة - ميقاتي - 30 تلاميذ- دوائر - حواجز- شواخص - صديرات- كرات طبية	الأسبوع: التاسع
هدف الحصّة: تعلم المهارات الحركية استخدام الألعاب الصغرى	الطالب: بولنوار محمد - عزايذ ناصر

خطوات استخدام الألعاب الصغرى من خلال الوحدة التعليمية لتعلم المهارات الحركية

الرقم	محتوى/ أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الراحة	النواحي الفنية للمهارة (تعليمات و ارشادات)	الملاحظات (تغذية راجعة)
الجزء الأول	الجزء التحضيري + الجزء التعليمي	د5 د2 د10		مراقبة الغيابات و إحضار الوسائل و الادوات الخاصة بالدرس	الانتباه للشرح و التأكيد على فهم التلاميذ للنواحي الفنية و الاجابة على اسئلة التلاميذ
	الاحماء العام و الخاص	د8		إحماء عام للأطراف العلوية و السفلية للجسم إحماء خاص	تجنب التكتلات و التسخين الجيد لتفادي الاصابات
الجزء الثاني	الموقف 1: لعبة الأرقام جري التلاميذ داخل الملعب و عند اعطاء الرقم مثال 3 كل 3 مع بعض و التوقف عن الجري	د1 3x مرات	30 ثا	- التركيز - اتخاذ القرار - سرعة رد الفعل - الاستجابة الفورية	- المشاركة الجماعية - حسن التسيير و التنظيم
	الموقف 2: لعبة السلسلة هروب التلاميذ و تلميذ يحاول مطاردتهم و الذي يمسكه يضع سلسلة و يطارد معوه هكذا.	د2 3x مرات	30 ثا	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	- روح التنافس تجنب الوضعيات الخاطئة و العمل بنصائح الأستاذ و توجيهاته
	الموقف 3: لعبة الالوان و هي نفس لعبة الارقام	د3 3x مرات	د1	-مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	
	الموقف 4: منافسة تطبيقية داخل ملعب كرة السلة	د3 2x مرات	د1	-مراعاة وقفة الاستعداد الصحيحة للإرسال	
الجزء الثالث	الجزء الختامي	د7		الرجوع الى الحالة العادية مع تصحيح الاخطاء و توضيح المبهمات	التهدئة و الاسترخاء

نموذج وحدة تعليمية باستخدام الألعاب الصغرى (10)

المؤسسة: جلايلي أحمد نخمارت	مدة الانجاز: 1 ساعة
المستوى: الأولي متوسط	النشاط:
الوسائل: 10 كرات مختلفة- ملعب - صافرة - ميقاتي - 30 تلاميذ- دوائر - حواجز- شواخص - صديرات- كرات طبية	الأسبوع: العاشر
هدف الحصه: تعلم المهارات الحركية استخدام الالعاب الصغرى	الطالب: بولنوار محمد - عزايذ ناصر
خطوات استخدام الألعاب الصغرى من خلال الوحدة التعليمية لتعلم المهارات الحركية	

الرقم	محتوى/ أقسام الوحدة التعليمية	الوقت	الراحة	النواحي الفنية للمهارات (تعليمات و ارشادات)	الملاحظات (تغذية راجعة)
الجزء الأول	الجزء التحضيري + الجزء التعليمي	5د 2د 10د		مراقبة الغيابات و إحضار الوسائل و الادوات الخاصة بالدرس	الانتباه للشرح و التأكيد على فهم التلاميذ للنواحي الفنية و الاجابة على اسئلة التلاميذ
	الاحماء العام و الخاص	8د		إحماء عام للأطراف العلوية و السفلية للجسم إحماء خاص	تجنب التكتلات و التسخين الجيد لتفادي الاصابات
الجزء الثاني	الموقف 1: لعبة الأرقام	1د 3x مرات	30ثا	- التركيز - الاستجابة السريعة و الفورية - التحفيز و العقاب	- المشاركة الجماعية - حسن التسيير و التنظيم
	الموقف 2: لعبة الألوان	2د 3x مرات	30ثا	- مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	- روح التنافس تجنب الوضعيات الخاطئة و العمل بنصائح الأستاذ و توجيهاته
	الموقف 3: لعبة الكر و الفر	3د 3x مرات	1د	- مراعاة نفس النقاط الفنية السابقة	
	الموقف 4: منافسة تطبيقية داخل ملعب الكرة الطائرة	3د 2x مرات	1د	- التنافس	
الجزء الثالث	الجزء الختامي	7د		الرجوع الى الحالة العادية مع تصحيح الاخطاء و توضيح المبهمات	التهدئة و الاسترخاء