



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد علوم و تقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية



واقع مزاولة فعالية كرة السلة في بعض ثانويات الغرب
الجزائري لفئة 16-18 سنة

بحث مسحي على مستوى بعض ثانويات الغرب الجزائري

من إعداد الطالبين: تحت إشراف الأستاذ :

زناسني إسماعيلد/معافي عبد القادر

بن رزيق إبراهيم

السنة الجامعية 2013-2014

الإهداء

إلى اللذان بعثا فيا نور الحياة واللذان قال فيهما تعالى:
" وقل ربي إرحمهما كما ربياني صغيرا "
إلى التي غمرتني بحنانها وزرعت في قلبي العطف والحنان، إلى التي
قال فيها عليه الصلات والسلام: "الجنة تحت أقدام الأمهات " أمي
الغالية.
إلى الذي تحدى الدنيا، تعب وشقوي ولم يفرط في تعليمي حتى
وصولي إلى هذا المستوى، أبي العزيز.
إلى إخوتي الأعمام، خديجة .
و فاطمة.
إلى كل الأهل والأحباب وخاصة علي والمرحوم محمد.
إلى كل الأصدقاء كل بلسمه .
إلى الأستاذ المشرف " معافي عبد القادر " ، وكل من ساهم في إنجاز
هذا العمل .
إلى رفيقاي في الحياة الجامعية وشريكي في هذا العمل " بن
رزيق إبراهيم- بن مقران محمد الأمين".
إلى كل أصدقاء الجامعة: عبد الحق ، محمد ، موسى ، عبد القادر ،
أكرم ، فاتح ، وكل من عرفتهم أثناء الدراسة .
إلى روح الزميلة الراحلة من الفوج " بن يحيى صفية" رحمة الله عليها.
إلى كل عزيز لم يذكر اسمه من خلال هذا الإهداء، فاسمه منقوش في
قلبي لا يحتاج إلى النقش بقلم قد يزول حبره بطوال الوقت .
* إلى كل من إهتم لأمرى*

زناسني إسماعيل

إلى أمي المرحومة الغالية يا أحلى كلمة ينطق بها اللسان و أعذب أغنية يتغنى بها الإنسان
إلى من رماني القدر بين أحضانها و عطفها وحنانها ، إلى التي ضحت بنفسها لأجل سعادتي،

تحية

إلى التي ما فتئت أن ترعاني بنبع حنانها منذ جئت إلى الوجود.
إلى التي قال فيها أعظم خلق الله " الجنة تحت أقدام الأمهات " أمي الحنون.
إلى الذي تعب من أجل أن يفتح لي درب الحياة والذي غرس فيا حب العمل، أبي العزيز: "بن

رزيق بن رزيق "وزوجته نصيرة

إلى أخي محمد وأخواتي عمارية و حياة الذين اتخذت لهم قلبي مسكنا.

إلى كل الأقارب بالخصوص فوزي، توفيق و مراد.

إلى كل قاطن في مدينة- بني صاف- وبالأحرى عائلة هاشمي.

إلى صديقي العزيز إلياس

وإلى مهدي، إسماعيل، عباس، أمين، عبد الحق و عبد القادر

إلى الأسماء التي عرفتني وهي في قلبي.

إلى كل زملاء الدراسة.

إلى الأستاذ المشرف "معافي عبد القادر" وكل من ساعدني في انجاز هذا العمل .

إلى كل طلبة قسم الإدارة والتسيير الرياضي .

إليكم جميعا أهدي هذا العمل .

إلى وفائي وإخلاصي.

بن رزيق إبراهيم

تَشْكُرَات

بعد شكر الله تعالى القائل في محكم تنزيله :

فالحمد لله والشكر لله . [وَإِذِ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ]

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى الإدارة وأساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية بمستغانم ،

ونخص بالذكر الأستاذ المشرف معافي عبد القادر الذي كان موجهنا في بحثنا هذا .

وكل الأساتذة الكرام الذين قدموا لنا يد العون ولو بالكلمة الطيبة.

وكذا جميع الأساتذة وتلاميذ الثانويات الذين قاموا بملء استمارة الاستبيان بكل صدق

وموضوعية.

إلى كل من ساعدنا في إنجاز هذا العمل سواء من قريب أو بعيد.

الباب الأول
الدراسة النظرية

التعريف بالبحث

1. مقدمة
2. الإشكالية
3. فرضيات البحث
4. هدف الدراسة
5. تحديد المصطلحات
6. الدراسة السابقة
- 6-1- تعريفها
- 6-2- عنوان الدراسة
- 6-3- أهداف الدراسة
- 7- منهجية الدراسة
- 8- النتائج
- 9- صعوبة البحث
- 10- أهمية البحث

إن كرة السلة هي لعبة جماعية تتمتع بشعبية كبيرة في الأوساط الرياضية وفي مختلف بقاع العالم، فهي ثاني رياضة من حيث الشعبية بعد كرة القدم و هذا نظرا لما تحتويه من حركات فنية استعراضية و طريقة أداء تثير إعجاب المشاهدين.

و بالرغم من التطور الذي وصلت إليه كرة السلة عالميا إلا أن هذه الرياضة تبقى دون المستوى المطلوب بالجزائر يظهر ذلك من خلال النتائج الضعيفة المسجلة على الصعيدين القاري و الدولي و الدليل على ذلك تلك النتائج الهزيلة المسجلة في بطولة العام الأخير في (الولايات المتحدة الأمريكية)

و من اجل تطوير المستوى الحقيقي للعبة في مجتمعنا يجب تجسيد ذلك فعليا في مؤسساتنا التربوية خاصة المرحلة الثانوية (16-18 سنة) لأنها تعد الخزان المليء بالمواهب الشابة التي يجب توجيهها في إطار سليم يقدم منتخباتنا و أنديةنا الرياضية.

و تعتبر المدارس الإعدادية الوسط المناسب بالمستوى المهاري للتلاميذ و ذلك لمميزات و خصائص هذه المرحلة السيئة و التي تساعد على تعلم و إكتساب مختلف التقنيات و المهارات و بالتالي نضج العملية التعليمية بصورة جيدة في السنوات الموالية و لهذا سعى الباحثون إلى معرفة واقع مزاوله كرة السلة بالمدارس الأساسية للطور الثالث و الوقوف على المشاكل و المسببات و كذا المعوقات التي تحد من تطور هذه اللعبة كسائر الألعاب الجماعية الأخرى .

من أجل الارتقاء بمستوى هذه اللعبة عمد الباحثون إلى محاولة اقتراح وحدات تعليمية مبنية على أسس عملية مضبوطة لتنمية بعض المهارات الأساسية في اللعبة لتلاميذ هذه المرحلة لعلها تكون سندا في المستقبل القريب للمدرسين و الأساتذة تساعدهم على التكوين الأمثل لتلاميذنا و بالتالي الرقي بالمستوى العام لهذه الرياضة .

2-الإشكالية:

ما هي الأساليب و الطرق التي تساعد على التقدم بالمستوى المهاري للتلاميذ، مع تحديد العوائق و السلبات التي تحد من الارتقاء بمستوى لعبة كرة السلة؟

إن متطلبات المرحلة الحالية و المستوى الذي وصل إليه الأداء في كرة السلة في كثير من البلدان تلقى عبثا على عاتق المدرسين و الباحثين و الرياضيين و ذلك بالكشف عن الأساليب و الطرق التي تساعد بشكل واضح على التقدم بالمستوى المهاري للتلاميذ و تحديد السلبات و العوائق التي تحد من ارتقاء مستوى اللعبة .

و تجد الإشارة إلى أن انتشار اللعبة و تقدمها يعتمد على حد كبير على إنشاء الملاعب في المدارس و خارجها خاصة و أنها لعبة تربوية تساعد مدرس التربية الرياضية في عمله التربوي ، فهي تنمي روح التعاون و العمل الجماعي و تزيد القدرة على الاحتمال و الجهد، و غن طريقة إعداد و إنشاء الملاعب عموما لها أثر كبير و هام في ممارسة الألوان المتعددة النشاط الرياضي، و الملاعب التي قمنا في هذا المجال ملاعب كرة السلة.(عبدالجواد، 1996، الصفحات 5-6)

فبالرغم من الانجازات التي حققتها بعض الأندية في بعض المنافسات نتائج كرة السلة تبقى بعيدة في مستوى تطلعات المسؤولين بالمستوى الذي وصلت إليه مما اثر سلبيا على واقع هذه اللعبة في عدة ولايات الغرب الجزائري التي لم تحقق أي نتائج في كرة السلة و يتبعه انعدام كلي للفرق المنظمة لكرة السلة في جميع الأصناف المستويات.

إن رياضة كرة السلة بلغت مستوى عال في كثير من مناطق العالم قد يعود ذلك على التقدم التكنولوجي الذي يتميز به العصر .(مختار، 1991، الصفحات 4-5)

إذ نحن نعطي من خلال هذا البحث معرفة واقع النشاط البدني الرياضي لمقياس كرة السلة في بعض الثانويات و على ما تقدمنا به نطرح التساؤلات التالية:

- هل ضعف مستوى كرة السلة راجع إلى قلة إقبال التلاميذ في المدارس على اللعبة ؟
- هل قلة الوسائل المناسبة بتعلم مهارات كرة السلة أحد أسباب ضعفها؟
- هل صعوبة كرة السلة أحد أسباب عزوف التلاميذ عن ممارستها ؟

3- فرضيات البحث:

أ. الفرضية العامة: إن عدم الاهتمام بلعبة كرة السلة راجع على نقص المنشآت و قلت الوسائل التعليمية و كذلك عدم وجود أساتذة و مؤطرين مختصين بهذا المجال.

ب. الفرضيات الجزئية :

الفرضية الأولى: قلة الوسائل التعليمية هو أحد أسباب عزوف التلاميذ في ممارستها.

الفرضية الثانية: عدم الاهتمام بالفتية هو احد أسباب ضعف مستوى كرة السلة.

الفرضية الثالثة: عدم وجود إطارات كفاءة مختصين في مجال كرة السلة.

4-أهداف الدراسة :

- معرفة واقع ممارسة كرة السلة في المدارس الثانوية .
- تحديد المشاكل و العوائق التي تحد من تطور المستوى المهاري للتلاميذ.
- تطبيق وحدات تعليمية مقترحة لتطوير بعض المهارات الأساسية في كرة السلة.

5- تحديد المصطلحات :

كرة السلة : تعتبر كرة السلة اللعبة الجماعية الأولى التي وضعت بعد دراسة واعية بقصد مقابلة حاجة شعر بها المجتمع أرادها (نايسميث) ان تكون خالية من الخشونة و العنف .

المهارات الأساسية : هي الحركات التي يتحتم على اللاعب اداؤها في جميع المواقف التي يتطلبها بغرض الوصول إلى أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد.

و بعبارة أخرى في كل الحركات الضرورية الصادقة التي يؤديها اللاعب بغرض معين في إطار قانوني للعبة سواء كانت هذه الحركات بالكرة او بدونها.

المهارة : يعرف بارو (BARRO) مصطلح المهارة على أنها القدرة على انجاز عمل ما و يرى أن المهارة ترتبط دائما بعمل ما هذا العمل يتطلب توافر قدرات مهارية خاصة لانجازه ، و المهارة في المستوى الذي يبلغه الطفل في أداء عمليات حركية حسية معقدة يتوفر فيها عناصر السرعة و التكيف ADAPTATION مع الظروف المتغيرة و يعرف مفتي ابراهيم المهارة على أنها القدرة على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى حرية من الإتقان مع أقل بذل للطاقة في أقل زمن ممكن.(أحمد، 1966، الصفحات 47-48)

إذن يمكن القول أن المهارة هي أساس كل عملية تعليمية او تدريسية كنتيجة لمجهود المدرب أو المعلم في تطوير مهارات اللاعبين بأقصى حرية من التقان مع الاقتصاد في الجهد و الزمن.

التعلم : يعرف و (ينتج) التعلم على أنه تغيير نسبي ثابت في الحصييلة السلوكية - للكائن الحي - الناتج عن الخبرة.(1998، صفحة 51)

في حين يعرف (عباس أحمد صالح السهراني) في أحد محاضراته على أنه تعديل في السلوك في طريق الخبرة و الميدان.(صبحي، 1978، صفحة 40)

و قد عرف 1982 LEIST التعلم باختصار يمكن أن نعرف التعلم مثل النمو في طريق الخبرة التي تعبر في السلوك و التجربة .(نجيم، 1990، صفحة 11)

6-الدراسات السابقة:

6-1 تعريفها :

هي تلك البحوث التي يتناولها الناس و تكون مشاهمة لموضوعنا أو لها علاقة به و لو جانب واحد من جوانبه. و يشير أحد الباحثين إلى أن العتمة في جوهر مسألة تعاونية و يقصد بذلك أن كل عالم ينبغي أن يتعاون مع الآخرين من اجل كشف الواقع.

إذ كان العالم متأكد من شيء ما و متأكد من ان عمله يتضمن خطأ ما ، يقوم بتصحيحه عالم آخر في وقت ما، و العلماء ينظرون إلى بعضهم البعض كعمل متعاونين و نادرا ما يعتبرون أنفسهم متنافسين ، فإذا قبلنا هذه العبارة على ما هي عليه فإن بحثنا يتضمن دراسة البحوث الاخرى التي تمت في هذه السلسلة سبقتة حلقات و تلحقه حلقات أخرى لأن مساهمته تضاف على المساهمات العملية الأخرى .

تعتبر الدراسات المشاهمة من اهم الجوانب يجب على كل باحث تناولها لاغناء بحثه، و تستعمل هذه الدراسات لحكم أو المقارنة أو إثبات أو النفي، و لإجراء هذا البحث قمنا بمحاولة الاستشهاد لبعض البحوث التي تم انجازها و التي تشابه موضوع بحثنا هذا ، فوجدنا على سبيل المثال :

6-2 عنوان الدراسة :

أ. دور الوسائل البيداغوجية في إنجاح درس التربية البدنية و الرياضية لبعض ثانويات ولايات الجنوب

(أدرار)

(تندوف ، إليزي)

من إعداد الطلبة : رحموني أحمد ، سرقمة عبد الإله 2009-2008

3-6 أهداف الدراسة :

و كان الهدف من هذا الباحث : التعرف على أهمية الوسائل البيداغوجية داخل الثانويات و أثرها في إنجاح درس التربية البدنية و الرياضية.

ب. دراسة علاقة مستويات الذكاء ببعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة السلة صنف أشبال (14-

16) سنة

من إعداد الطلبة : غزالي رشيد 2010-2009.

و كان الهدف من هذا البحث : معرفة واقع العلاقة التكاملية بين كرة السلة و مستوى الذكاء و كذا تحديد المشاكل و المعوقات التي تحد من مستوى التطور المهاري للتلاميذ.

ج. واقع التربية البدنية و الرياضية من حيث توفر الوسائل و المنشآت الرياضية في الثانويات (دراسة حالة ولاية تيسمسيلت).

من إعداد الطلبة : عباد مراد ، مصباح محمد 2009-2008.

و كان الهدف من هذا البحث : دراسة واقع المؤسسات التربوية التعليمية من حيث الجانب البيداغوجي (الوسائل و المنشآت الرياضية).

7- منهجية الدراسة:

أثناء هذه الدراسات حاولنا مقارنة بحثنا بالبحوث الأخرى المشابهة لها.

8- النتائج:

لقد أعطتنا هذه الدراسات الضوء الأخضر ، و ساهمت في توجيهنا و من هذا نستطيع القول أن لهذه الدراسات نتائج إيجابية على موضوعنا هذا.

9- صعوبة البحث :

تعتبر نقص المراجع أكبر مشكلة عارضتنا خلال قيامنا بهذا الموضوع خاصة كرة السلة .

10- أهمية البحث :

تكمن أهمية بحثنا هذا كونه لم يحضى بدراسات وافية و شاملة من قبل ، حتى و أن سبق كتب في هذا المجال هذا لا يمنعنا عن إجراء و تقديم الكثير من الأفكار و التصورات التي تفيد القائمين على شؤون هذه المادة و إسلاط الضوء على هذا الموضوع لمناقشة الجانب الرياضي التربوي و معرفة الجوانب التي تأثر على مواولة فعالية كرة السلة داخل القطاع الثانوي من أجل الوصول إلى النتائج المسطرة و الأهداف المنشودة .

الفصل الأول

كرة السلة (طبيعة و مميزات و خصائص كرة السلة)

تمهيد

1 نبذة تاريخية عن كرة السلة

1. تاريخ كرة السلة في الجزائر
2. القانون الدولي لكرة السلة
3. الإداريون و أدوات التحكيم
4. مراكز اللاعبين و خطط اللعب
5. خصائص لاعب كرة السلة الجزائري
6. الخلاصة

تمهيد:

إن اللعب بمفهومه وطرقه وأساليبه يعني الاستخدام الموجه والمنظم والمحكم والمدروس لحركات الخاصة بهذا اللعب والتي يمكن من خلالها أي هذه الألعاب يمكن تطبيق الأصول والقواعد الخاصة باللعب بشكل جيد

وسليم واقتصادي، وتعتبر رياضة كرة السلة من الألعاب الجماعية التي لها مميزات ومبادئ ومهاراتها الخاصة التي تعد الوحدة الأساسية في أدائها وإتقانها في إتباع الطرق والأساليب الجيدة في تعليمها أو تدريبها ومن اجل تكوير المستوى الحقيقي لها لذلك وجب تجسيدها في المؤسسات التربوية والقاعات والنوادي الرياضية وهذا ما يملئ على مدرب أو مدرس التربية البدنية والرياضية فهم ومعرفة الكيفية والأساليب الصحيحة لطرق تعليمها أو أدائها وإتقانها بغية تلقينها وتعليمها بالصورة السليمة. (كروش بلقاسمو الاخرين، 1993-1994م، صفحة 17)

1- نبذة تاريخية عن كرة السلة:

تعتبر كرة السلة من أوسع الألعاب انتشارا في العالم من جانب عدد المتفرجين واللاعبين والمهتمين بها وهي لعبة أمريكية الأصل، ففي صيف 1891م بجامعة "سير نجفيلد ماسا شوستس" برئاسة الدكتور "جيمس ناي سميث" عقد اجتماعا بغرض البحث عن لعبة رياضية يملئون بها الفراغ للاعبين في فصل الشتاء ، وبعد عدة محاولات فاشلة في عملية تحليل الألعاب المختلفة إلى مهارات أساسية ثم إعادة تركيبها بشكل جديد خطرت له فكرة وهي مداعبة الكرة وتمريرها باليدين بدلا من القدمين ومن هنا بدا ميل كرة السلة.(حسن سيد معوض، 1994، صفحة 19)

اتخذت اللعبة هذا الاسم نسبة إلى ا ناول هدف استعمل للتصويب عالية كان "سلة" خووخ واتجه تفكير الدكتور نحو ابتكار لعبة كرة السلة معتمدا على خمس مبادئ أساسية تتمثل في: - أن هذه اللعبة تتميز بكرة دائرية كبيرة وخفيفة وتلعب باليدين

- ممنوع المشي بالكرة.

- حرية التنقل داخل الملعب.

- منع الخشونة بين اللاعبين.

- تعليق سلتين على ارتفاع ثلاث أمتار من الأرض.

وبعد عرض الفكرة على هيئة التدريس بالجامعة قبلوها وعملوا على نشرها في جميع أنحاء الولايات المتحدة

والجامعات، وأصبحت اللعبة المحبوبة حتى أنها أنستهم جميع النشاطات التي تقام في أنحاء العالم وفي

1883/03/22 ماقيمت أول مقابلة سنوية في "يال" وبعد في 1895/12/27م لعبت كرة السلة في أوروبا

لأول مرة بباريس حيث تأسست أول اتحادية دولية لكرة السلة عام 1933م.(حسن عبد الجواد، 1986،

صفحة 9)

إن أهم الأحداث التي مرت بها كرة السلة هي: 1892م أين أقيمت أول الدراسات الرسمية في كرة السلة

وذلك في جامعة "كرويزل" بأمریکا.

1900م قدمت "مستر ساند أيوب" قدمت لعبة كرة السلة للسيدات في كليات سميث.

عام 1902م تكوين دوري الجامعات في كرة السلة.

عام 1904م أقيمت الألعاب الاولمبية بمدينة "تسان لويس" بالولايات المتحدة الأمريكية وقدمت الفرق

الأمريكية عرضا في كرة السلة في هذه الدورة بقصد الاعتراف بها دوليا وتم الاعتراف بها في تلك الدورة.

عام 1905م تكوين اتحاد غرب أمريكا .

عام 1906م تكوين لجنة لدراسة القوانين وتعديلها.

عام 1910م اجتمعت هيئة ممثلي الكليات والمدارس الثانوية ومراكز جمعية الشبان المسيحية لوضع قوانين

موحدة لكرة السلة إذ كان المتبع أن تشكل كل ولاية لجنة خاصة بها لوضع طريقة لتطبيق القوانين.

أثناء الحرب العالمية الأولى 1914-1917م عن طريق الجنود الأمريكيين في أنحاء العالم.

وفي عام 1932م أقيمت الألعاب الاولمبية ببرلين ودخلت كرة السلة الميدان الاولمبي واشترك في هذه الألعاب في الدورة واحد وعشرون دولة من بينها جمهورية مصر العربية وأين تم اعتماد اللعبة من الألعاب الاولمبية واشتركت كل الدول المشاركة في اللعبة.(مهدي نجم يوسف البازي، 1978، الصفحات 21-25)

2- تاريخ كرة السلة في الجزائر:

يعود السبب في انتشار هذه اللعبة في الجزائر والعالم العربي إلى الجيش الفرنسي أين كان يقوم الجنود الفرنسيين بممارسة كرة السلة في أوقات الفراغ قصد التسلية ونسيان وقائع الحروب المؤلمة ثم مارسها الجزائريين بطريقة بدائية وبعد الاستقلال انتشرت هذه اللعبة وقد تم تشكيل عدة فرق جزائرية منها فريق مولودية الجزائر ومولودية وهران وغيرها من الفرق وفي عام 1976م شملت كل أنحاء القطر الجزائري لكلتا الجنسين ،حيث تكونت نوادي أخرى وأصبحت كرة السلة الجزائرية معترف بها على الصعيد العربي والإفريقي ولندكر على (hamid سبيل المثال مشاركة الجزائر في البطولة العربية الثانية بالأردن عام 1984م والثالثة بمصر 1986م. grine , 1990, pp. 19-23)

وقد نشأت الفيدرالية الجزائرية لكرة السلة في 17/11/1962م، وكان عدد المرخصين آنذاك 150 ليتطور إلى غاية 1951م-1988م من بينهم 3000 بنت أما عدد الرابطات في سنة 1963م كان ثلاث ووصل إلى 24 رابطة عام 1986م، وكان مستوى الكرة الجزائرية للسلة متكورا وذلك يؤكد تتويج فريق مولودية وهران كبطل الجزائر وإفريقيا الشمالية لعدة مرات وكل هذا على جانب إنشاء نوادي خاصة لهذه اللعبة منها نادي مولودية الجزائر ونادي بني صاف وميناء وهران وهذا الأخير نال ثلاث بطولات متتالية

1963م، 1964م، 1965م وكان يظم في صفوفه موزع بارع هر "كدور لخضر" والذي كان أول ظهور

للفرق الوطنية لكرة السلة أما فيما يخص الغرب الجزائري فقد كان أول ظهور للفريق بعد تأسيس الفيدرالية الجزائرية لكرة السلة . إن تحقيق أفضل النتائج في المنافسات هي ما يسعى إليه جميع المدربين في العالم ولاسيما بالجزائر ، لذا يعتبر التدريب بمختلف أنواعه من الطرق الناجعة لتحقيق الغايات والأهداف، وإن الملاحظ لتطور اللعبة خاصة القانون العام لممارستها ووصولها الى بلادنا يلاحظ ذلك التطور الذي وصلت إليه البلدان العربية والجزائر رغم الصعوبة في القوانين الموضوعية واختلاف خطط التدريب والتخطيط والإدارة.(مؤيد عبد الله جاسم الدويهجي،فايز بشير حمودات، 1999، صفحة 09)

3- القانون الدولي لكرة السلة :

3-1 تعريف اللعبة: رياضة جماعية يتنافس فيها فريقان يتألف كل منهما من خمسة لاعبين نشيطين يحاول كلاهم إحراز نقاط ضد الآخر عن طريق محاولة التقدم بالكرة وتصويبها لإدخالها في سلة يُطلق عليها الهدف وترتفع عن الأرض بمقدار 10 أقدام (3 أمتار) وفقاً لقواعد محددة، وكرة السلة واحدة من أكثر الرياضات شعبية ومشاهدة في العالم.(القانون الدولي، 1979، صفحة 70)

3-2 الملعب وأدوات اللعب :

ملعب كرة السلة عبارة عن مسطح من الأرض الصلبة مستطيل الشكل طوله 28م وعرضه 14م وارتفاعه نحو السقف يجب أن لا يقل عن 7 أمتار وإن تكون هناك مساحة خاوية ذات 2متر على عرضه وتحدد أرض الملعب بخطوط واضحة بعيدة عن الموانع والعوائق المحيطة بالملعب وذات عرض 5سم

3-3 الكرة :

أما بالنسبة للكرة فهي

مستديرة الشكل تماماً تصنع من مائة من المطاط داخل غلاف من الجلد و يتراوح محيطها ما بين 75-78سم

إلى 68-73 سم ووزنها 600-650 غ إلى 400-500 غ ويجب أن تكون منفوخة بحيث إذا سقطت على الأرض من علو 1م تعلقو 1.80م

4-3 السلطان:

سلة مصنوعة من الصلب تتدلى منها شبكة وهذه السلة مثبتة في لوحة الهدف الخلفية ومعلقة عند جانبي الملعب. وعلى جميع مستويات المسابقات تقريباً، يكون ارتفاع الحافة العلوية (الإطار المعدني للحلقة التي منها تتعلق الشبكة) عن سطح الملعب 10 أقدام (3.05 متراً) بالضبط و 4 أقدام (1.2 متراً) من داخل الخط القاعدي ، وعلى الرغم من أن الاختلاف يكون ممكناً في أبعاد الملعب ولوحة الهدف الخلفية، فإنه من الأهمية بمكان أن يكون ارتفاع السلة صحيحاً ومطابقاً للوائح لأن ارتفاع حافة السلة بقليل من البوصات عن الارتفاع القانوني المحدد لها يمكن أن يؤثر سلباً على عملية التسديد ولذا يجب إتباع كل التعليمات الموضوعية. (مختار سالم، 1987، الصفحات 25-26)

5-3 أوقات اللعب :

تتكون المباراة من أربعة أشواط، زمن كل شوط (عشر دقائق) و هناك استراحة مدتها (دقيقتين) بين الفترة الأولى و الثانية و بين الثالثة و الرابعة أما بين الثاني و الثالث هناك استراحة مدتها 15 دقيقة في حالة التعادل بعد انتهاء الشوط الرابع يلعب شوط إضافي من 5 دقائق أو أي عدد من الأشواط الإضافية حتى يكسر التعادل في النقاط، كما يجب في الأوقات الإضافية أن يلعب كل فريق بنفس الاتجاه كما في الشوط الثالث و الرابع.

6-3 الفرق:

يتكون كل فريق من عشرة لاعبين أعضاء فريق مؤهلين للعب.

و يكون عدد الفريق بما لا يزيد عن 12 لاعباً مؤهلين للعب للمنافسات التي يتوجب على الفريق اللعب أكثر من ثلاث مباريات.

يجب على كل فريق استخدام الأرقام على الفانلة من 4 – 15

غير مسموح لأي لاعب لبس أي شيء يعرض نفسه و منافسه للخطر.

7-3 بدء المباراة:

لا تبدأ المباراة إذا لم يتواجد أحد الفريقين بخمسة لاعبين جاهزين للعب على أرض الملعب

تبدأ المباراة قانونياً بكرة القفز عند الدائرة المركزية عندما تضرب الكرة بشكل قانوني من أحد القافزين.(محمد

عبد الرحيم اسماعيل، 1995، صفحة 101)

8-3 تنفيذ كرة القفز:

يقف كلاً من اللاعبين في نصف الدائرة القريب من سلته قدم قربة من السلة الخاصة به و القدم الثانية قريبة من

خط منتصف الدائرة و عندما يرمي الحكم الكرة بين الاثنان عالياً يقوم اللاعبون بالقفز و ضرب الكرة بيد أو

باليدين بالطريقة القانونية.

9-3 الإصابة متى تحدث و قيمتها: تحصل الإصابة عندما تدخل الكرة السلة من أعلى و تستقر بها أو تمر

خلالها و تعتبر الكرة داخل السلة حتى و إن كان جزء طفيف منها داخل الحلقة و إلى أسفل من مستوى سطح

الحلقة.

- الإصابة التي تسجل من رمية حرة تحتسب نقطة واحدة .

- الإصابة التي تسجل من داخل منطقة الثلاث نقاط تحتسب نقطتين.
- الإصابة التي تسجل من خارج منطقة الثلاث نقاط تحتسب ثلاث نقاط.
- إذا سجل اللاعب إصابة في سلته بالصدفة تحتسب نقطتين للفريق المنافس و تسجل باسم رئيس الفريق.
- إذا سجل اللاعب إصابة في سلته متعمداً تعتبر مخالفة و لا تحتسب الإصابة .

3-10 كيف تلعب الكرة :

في كرة السلة تلعب الكرة باليد أو اليدين أما ركل الكرة بالقدم أو الجري بالكرة و هي ممسوكة أو ضرب الكرة بقبضة اليد أو صدها بأي جزء من الساق متعمداً يعتبر ذلك مخالفة أما بدو قصد فلا تعتبر مخالفة.(القانون الدولي، 1971، صفحة 69)

3-11 الأخطاء المرتكبة بين اللاعبين:

إن القيام بأية محاولة من شأنها إعاقة المنافس بشكل مخالف عن طريق الاحتكاك البدني يعد أمراً غير قانوني ويُطلق عليه خطأ. وفي أغلب الأحيان، يرتكب المدافعون هذه الأخطاء، بيد أن هذا لا يمنع ارتكابها من قبل لاعبين مهاجمين أيضاً، ويحصل اللاعب الذي يتم ارتكاب خطأ ضده على الكرة ليقوم بتمريرها مرة أخرى داخل الملعب أو يحصل على رمية حرة واحدة أو أكثر إذا تم ارتكاب الخطأ ضده وهو في حالة تسديد، اعتماداً على ما إذا كانت التسديدة ناجحة من عدمه. وتُمنح نقطة واحدة فقط في حال إحراز الرمية الحرة، والتي يتم تسديدها من على خط يبعد 15 قدماً (4.5 متراً) عن السلة.

وقد يعتمد الحكم على الناحية التقديرية في احتساب الأخطاء على سبيل المثال، من خلال الحكم على ما إذا كانت هناك مخالفة للقواعد أم لا، وفي بعض الأحيان تكون الأخطاء مادة للجدليشار إلى أن آلية الحكم على الأخطاء واحتسابها تتفاوت ما بين مباراة وأخرى، وبين مسابقات الدوري، بل وبين الحكام أنفسهم .

من الممكن أن يحتسب ضد اللاعب أو المدرب، الذي يُظهر سوءاً في الروح الرياضية، من خلال قيامه مثلاً بالاعتراض على الحكم أو التشاجر مع لاعب آخر، خطأ أكثر خطورة يعرف باسم الخطأ التقني وتشمل عقوبة هذا الخطأ تنفيذ رميات حرة تختلف عن رميات الخطأ الشخصي، حيث يمكن للفريق الآخر اختيار أي من لاعبيه لتسديد هذه الرميات، وتختلف عقوبة هذا الخطأ من دوري إلى آخر. ومن الممكن أن يؤدي تكرار الأخطاء إلى التعرض لعقوبة الاستبعاد من المباراة. يطلق على الأخطاء الصارخة التي يكون فيها الاحتكاك البدني مفرطاً أو التي لا يقصد فيها اللاعب اللعب بالكرة أخطاء لا تمت للروح الرياضية بصلة أو الأخطاء المتعمدة كما يطلق عليها في دوري الرابطة الوطنية لكرة السلة الأمريكية "NBA" وعادة ما يتعرض مرتكب مثل هذه الأخطاء لعقوبة الطرد.

إذا تخطى أي من الفريقين حداً معيناً من الأخطاء في غضون فترة زمنية معينة الربع أو النصف في المباراة خمسة أخطاء في دوري الرابطة الوطنية لكرة السلة الأمريكية والمباريات الدولية، يُمنح الفريق المنافس رمية حرة أو رميتين حرتين عن كل الأخطاء اللاحقة التي يتم ارتكابها خلال هذه الفترة الزمنية. (مختار سالم ، 1987 ، الصفحات 45-46)

4- الإداريون و أدوات التحكيم :

1-4 الإداريون :

الحكم الأول والحكم الثاني ويساعدهما ميقاتي ومسجل ميقاتي 30 ثانية أو 24 ثانية ومسجل للنقاط والأخطاء الشخصية على اللوح الالكتروني ويجب أن يكون الحكمان من الأشخاص الذين ليس لهم علاقة بأحد طرفي المباراة.

4-2 استمارة التسجيل:

استمارة التسجيل الرسمية هي تلك المعتمدة من الاتحاد الدولي لكرة السلة ويقوم بالتدوين فيها المسجل قبل وخلال المباراة كما هو موضح في هذا القانون.

4-3 لوحة التسجيل :

يجب أن يزود الملعب بكافة الأجهزة الخاصة بالعلامات المنصوص عليها في هذه القواعد بما فيها لوحة التسجيل التي يجب أن تكون واضحة للمشاهدين واللاعبين. (مجلة التسلسل التاريخي للعبة كرة السلة)

4-4 العلامات الرقمية :

يزود المسجل بعلامات رقمية من 01 إلى 05 بلون احمر للدلالة على أخطاء الفريقين ومصممتين بالشكل الذي يسمح للاعبين والمدربين والحكام برؤيتها بوضوح عند وضعها على طاولة التسجيل واللحظة التي تصبح الكرة فيها داخل الملعب عقب ارتكاب الفريق الخطأ السابع توضع العلامة على طاولة التسجيل عند نهايتها القريبة من مكان جلوس الفريق الذي ارتكب الخطأ السابع.(القانون الدولي، 1971، صفحة 72)

5- مراكز اللاعبين وخطط اللعب :

5-1 مراكز اللعب:

على الرغم من أن قواعد لعبة كرة السلة لا تحدد مراكز أو مواضع للاعبين داخل الملعب على الإطلاق، فإن هذا الأمر قد ظهر وتطور كجزء من لعبة كرة السلة. فخلال العقود الخمسة الأولى من تطور لعبة كرة السلة، كان يتم تقسيم مراكز اللاعبين داخل الملعب على النحو التالي: لاعب خط دفاع، ولاعبي هجوم، ولاعبين في مركز الوسط أو لاعبي خط دفاع، ولاعبي هجوم، ولاعب خط وسط واحد. بيد أنه منذ ثمانينيات القرن العشرين، ظهرت مراكز جديدة للاعبين أكثر تحديداً، وهي:

- 1- لاعب الهجوم الخلفي: عادة ما يكون أسرع لاعب في الفريق، ويقوم بتنظيم هجوم فريقه وتوجيهه من خلال قدرته على التحكم في الكرة والتأكد من وصولها للاعب المناسب في الوقت المناسب.
- 2- المدافع مسدد الهدف: يقوم بتسديد قدر كبير جداً من التسديدات في مرحلة الهجوم، كما يقوم بمراقبة أفضل لاعب محيط لدى الفريق المنافس في مرحلة الدفاع.
- 3- لاعب الهجوم صغير الجسم: غالباً ما يكون مسئولاً بشكل رئيسي عن إحراز النقاط من خلال سلوك أقصر الطرق نحو السلة والاختراق مع المراوغة بالكرة وتنظيفها، أما في حالة الدفاع فإنه يعمل على الاستحواذ على الكرات المرتدة من مهاجمي الخصم.
- 4- لاعب الهجوم قوي الجسم: يلعب في الهجوم بقوة وغالباً ما يكون ظهره للسلة؛ وفي مرحلة الدفاع يلعب تحت سلة فريقه أو يلعب مدافع ضد نظيره مهاجم الفريق المنافس قوي الجسم.
- 5- لاعب الوسط: يتم الاعتماد على أطول وأقوى لاعبي الفريق في هذا المركز لإحراز النقاط أو للدفاع عن سلة فريقه بقوة، ويقوم بالاستحواذ على الكرات المرتدة من السلة وهو المسئول عنها في الدفاع أو الهجوم لسيما الدفاع لان كرة السلة تعتمد على الدفاع بصورة كبيرة. (حسن عبد الجواد، 1986، الصفحات

5-2 خطط اللعب:

هناك إستراتيجيتان دفاعيتان رئيسيتان يتمثلان في: دفاع المنطقة ودفاع رجل لرجل. هذا وينطوي دفاع المنطقة على تواجد اللاعبين في مواضع دفاعية يدافعون عن سلتهم ضد أي لاعب منافس يتواجد في منطقتهم أما فيما يتعلق بإستراتيجية الدفاع رجل لرجل فيقوم كل لاعب مدافع بمراقبة لاعب معين من لاعبي الفريق المنافس ومحاولة منعه من القيام بأي عمل يهدد سلة فريقه.

تعد طرق اللعب الهجومية أكثر تنوعاً واختلافاً من طرق اللعب الأخرى، فعادة ما تتضمن ترميمات وتحركات بدون كرة من اللاعبين مُحطَّط لها ومدربين عليها، فقيام لاعب الهجوم بتحرك سريع بدون كرة للوصول إلى موقع متميز يتيح له تسجيل نقاط في سلة الخصم يطلق عليه انطلاق سريعة ومختصرة، أما المحاولة القانونية التي يقوم بها لاعب الهجوم لإيقاف أحد لاعبي الفريق المنافس من مراقبة أحد زملائه في الفريق، عن طريق الوقوف في طريق هذا المدافع المنافس لإعاقة حركته بشكل مؤقت حتى يتيح لزميله الانطلاق من جانبه فيطلق عليها عمل حاجز أو تغطية، وبهذا يشترك اللاعبان الاثنان فيما يُعرف بحركة "تغطية واندفاع للأمام" حركة يقوم فيها لاعب بعمل تغطية لزميل له معه الكرة ومن ثم يفر أو يتعد عن اللاعب المدافع باتجاه مرمى الهدف من أجل استقبال تمريرة "التغطية والاندفاع للأمام"، والتي يقوم اللاعب فيها بعمل تغطية لزميله "والاندفاع إلى الأمام" بعيداً عن مكان هذه التغطية تجاه السلة، الجدير بالذكر أن حركات التغطية مناورة يمنع الخصم خلالها من اللعب بطريقة قانونية والانطلاقات السريعة والمختصرة نحو السلة تعد من طرق اللعب الهجومية المهمة؛ حيث تتيحان القيام بتمريرات سريعة وعمل الفريق بشكل جماعي وهو ما يؤدي إلى النجاح في إحراز الأهداف. دائماً ما تتمتع الفرق بالعديد من طرق اللعب الهجومية المخطط لها لضمان عدم توقع الفرق الأخرى المنافسة لتحركات لاعبيها داخل الملعب. ولتحقيق هذا، عادة ما يكون لاعب الهجوم الخلفي هو المسئول عن تحديد وتوضيح

طريقة اللعب الهجومية. (مصطفى محمد زيدان، 1984، صفحة 35)

6-خصائص لاعب كرة السلة الجزائري:

بتطور اللعبة أصبحت الخصائص الجسمية و النفسية لا تحصى،الجري بسرعة أكبر من الخصم،القفز عاليا أكثر من الخصم لإقتناص الكرة،الرمي مع إجتناى صدى الخصم و منع الخصم من التصديق،القيام بتمريرات دقيقة قصيرة كانت أم طويلة، في لحظات مهمة أين الشعب يغلب على أجسامنا، التحكم الجيد في الحركات للقيام في نهاية المقابلة أين يتعلق بها الفوز و القيام بحركات تكتيكية بين إثنين أو ثلاثة أو أكثر لتسجيل السلة كل هذا يتطلب درجة من التركيز و التحضير الكافي فلاعب كرة السلة يجب أن يتحلى بمجموعة كبيرة من الخصائص البدنية كالمرونة ،المداومة، السرعة و القوة أحسن تلخيص لهذا يمكن إختيار اللاعب ذي القامة

الطويلة.(عارف، 1987، الصفحات 35-36)

الخلاصة:

إن كرة السلة من بين الرياضات القوية التي تحكمها قوانين صعبة عكس بعض الرياضات الأخرى فهي تتطلب الدقة والسرعة في العمل وتعتمد على خطط ومهارات متعددة يجب على اللاعب إتقانها بشكل جيد حتى يضمن السير السليم للفريق وخطة المدرب الموضوعية،وأضحت كرة السلة من بين الرياضات المفضلة عند جميع شرائح المجتمع خاصة عند الأطفال الصغار ، باعتبارهم اللبنة الأساسية في التربية والإعداد المهاري الجيد ، فان لاقى اهتماما جيدا وعملا سليما حسب أعمارهم فسيتم الحصول على نتائج جيدة تطور من لعب كرة السلة.

الفصل الثاني

النشاط البدني الرياضي

تمهيد

1 مفهوم النشاط البدني الرياضي

1. أهداف النشاط البدني الرياضي

2. الطبيعة التربوية لدرس التربية البدنية و الرياضية
3. أغراض و واجبات درس التربية البدنية و الرياضية
4. بناء درس التربية البدنية
5. درس التربية البدنية و الرياضية
6. شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية
7. صفات و واجبات أستاذ التربية البدنية و الرياضية
8. أهمية إعداد الأستاذ للعملية التربوية
9. دور أستاذ التربية البدنية و الرياضية
10. الخلاصة

تمهيد:

مرت التربية البدنية و الرياضية كميدان تربوي حديث ضمن المنظومة التربوية بفقرات تاريخية أطلقت فيها العديد من التعاريف و اختلطت فيها المفاهيم فالبعض يظن أن الرياضة و التربية البدنية كلمتان مترادفتان لشيء واحد .

التربية البدنية كمهنة توفر الكثير من الفرص للفرد الذي يحب العمل مع الأطفال و الكبار و يميل إلى ممارسة مختلف الألعاب و الرياضات و كل عضو عامل في التربية البدنية أو يود الالتحاق بهذه المهنة يجب أن يدرك معنى الاسم الذي أطلق على هذا الميدان التجريبي و أوجه النشاط الذي تشكله و المؤهلات اللازمة للشخص

الذي يقوم بهذا النوع من العمل و كان لا بد من التطرق إلى المعنى الحقيقي للتربية المدنية في هذا الفصل و كذا الأهداف التي ترمي إليها و طريقة بناء الدرس .

1- مفهوم النشاط البدني الرياضي :

تتعدد مفاهيم التربية البدنية و ذلك تبعا لطبيعة و أهداف و فلسفة المجتمعات و تحديد سياستها أو برامجها لتحقيق هذه الأهداف بما يتماشى مع هذه الفلسفة فيفهم الكثير من الناس تعبير التربية البدنية فهما خاطئا و لذلك كان من الواجب العمل على توضيح مختلف أنواع الرياضات فالبعض يفكر على أنها عضلات و عرق و البعض الآخر يعرفها على أنها ذراعا أو رجلا قوية ... إلى غير ذلك من المفاهيم الخاطئة الشائعة.

(سيبوني، 1992، صفحة 17)

فعلى العموم يمكن عن طريق التربية البدنية الاحتفاظ بصحة الإنسان و محاولة بقاؤها في أحسن حالتها فيمكن تعريفها على أنها عملية تربية للنمو البدني و القوام الإنساني باستخدام التمارين البدنية و التدريبات الصحية و بعض الأساليب الأخرى لغرض اكتساب الصفات البدنية و المعرفية و المهارات و الخبرات التي تحقق متطلبات المجتمع أو حاجات الإنسان و نشاطه البدني .(درويش، 1994، صفحة 14)

و قد عرف (تشارلز بيوتش) مفهوم التربية البدنية في الولايات المتحدة الأمريكية على أنها جزء متكامل من التربية العامة ، ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية و العقلية و الانفعالية و الاجتماعية ، و ذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني اختيرت لتحقيق المهام .(سيبوني، 1992، صفحة 22)

2- أهداف النشاط البدني :

إن دراسة أغراض التربية البدنية أمر هام ، إذا من الواجب أن تكون هناك أغراض محددة لأنها مهمة فدرس التربية البدنية يعتبر كأحد أشكال المواد المدرسية مثل الفيزياء و اللغة و الكيمياء لكنه يختلف عن هذه المواد بكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات و خبرات حركية بل يمددهم أيضا بالكثير من المعارف و المعلومات التي تغطي الجوانب الصحية و النفسية و الاجتماعية و ذلك يعني أن درس التربية كأحد أوجه الممارسات يحقق أيضا عدة أهداف على مستوى المدرسة ، فهو يضمن النمو الشامل و المتزن للتلاميذ و يحقق احتياجاتهم البدنية

طبقا لمراحلهم السنية و تدرج قدراتهم الحركية ، و تعطي فرصة للنابعين منهم للاشتراك في أوجه النشاط الثقافي داخل و خارج المدرسة .(محمدعوض، 1992، صفحة 94)

و قد وضح الكثير من قادة التربية أغراض هذه المهنة في الولايات المتحدة ثم نقلت عنهم في الأدب المطبوع للتربية البدنية و قد وضع كلا من (براونل) و (هاجمان) أغراضهما على أساس تعريف التربية البدنية ، و هما يعرفنها على أنها تجمع الخبرات الصحية عن طريق الاشتراك في أوجه نشاط العضلات الكبيرة التي تعمل على ترقية عملية النمو و التطور

كما وضع (لا سال) خمس مجموعات من الأغراض البدنية و هي تنمية النواحي العضوية و تنمية نواحي التوافق العضلي و تنمية الناحية الانفعالية و تنمي المظاهر الاجتماعية ، تنمية الناحية الذهنية .

(حسن.عوض، 1991، صفحة 149)

– الباحث محمد عوض السيولي حدثنا عن أهداف النشاط البدني و اعتبرهما من أغراض التربية البدنية.

– الكاتب حسن عوض تكلم كذلك عن أهمية هذا النشاط البدني و أغراضه في المهنة .

3-الطبيعة التربوية لدرس التربية البدنية و الرياضية :

إن التربية في أبسط معنى لها هي عملية التوافق و التكيف و هي عبارة عن تفاعل بين الفرد و البيئة الاجتماعية للوصول إلى الأهداف الموجهة بانتساب الفرد للقيم و الاتجاهات التي تفرضها البيئة. إذا فالتربية بهذا المعنى هي ظاهرة ممارسة حيث يتعلم الإنسان في طريقها سواء في الفصل أو المكتبة أو الملعب... الخ.

ولما كان درس التربية البدنية و الرياضية هو العمود الفقري فإن العناية به تشكل الخطوة المهمة التي بواسطتها نحني الفائدة المرجوة و تحتل التربية البدنية مكانة مرموقة في عملية تكوين الطفل ، فهي تساعد على النمو المتكامل بدنيا و عقليا و نفسيا و اجتماعيا ، حيث تعتبر أنجح الوسائل التربوية في مرحلة الطفولة .

إن التربية تخضع لأسس علمية لتكوين شخصية الطفل و تنمي فيه القدرة على التفاعل و التعاون مع الأفراد

و المجتمع و من خلال درس التربية البدنية و الرياضية يتم تعلم الحركات و المهارات و الألعاب الرياضية المختلفة و التي تعمل على علاج المشاكل و العلاقة بين القضايا البيولوجية و التربية الاجتماعية لأجل بناء العقل و الجسم السليم للطفل .(جاسم، 1995، صفحة 523)

بما أن التلاميذ موجودين في جماعة فان التفاعل و التعامل بينهم تتم في إطار القيم و المبادئ للروح الرياضية التي تكسبهم الكثير من الصفات التربوية .

فهي تعمل على تنمية السمات الأخلاقية كطاقة صيانة المملكة العامة، الشعور بالصدقة و الزمالة، المثابرة، المواظبة و اقتسام الصعوبات مع زملاء و الأصدقاء.

و هذا ما استخلصنا من الكاتب محبوب و ما تحدث عنه في الطبيعة التربوية لدرس التربية البدنية و الرياضية.

4- أغراض و واجبات درس التربية البدنية و الرياضية :

إن لدرس التربية أغراض و واجبات عليه إن يحققها كغيره من دروس المواد الأخرى، و ذلك في المجال المدرسي، إن دراسة مثل هذه الأغراض و الواجبات من الأمور الهامة بل هي ضرورة العملية التربوية.

من ناحية أخرى عند تحديد هذا الغرض و تلك الواجبات تبرز لنا حقيقة قيمة التربية البدنية و أهميتها ليس فقط في مجال المدرسي ، بل يتعدى ذلك الأسرة و المجتمع ، و من هنا يمكن حصر الأغراض و الواجبات العامة لدرسات التربية البدنية و الرياضية في كونه وسيلة فعالة للإسهام في النمو المتعدد الجوانب للتلاميذ ، و ذلك عن طريق ممارسته الأنشطة الرياضية الصيفية و ذلك في مجال الدرس أو اللاصفية خارج حدود الدرس .

— درس التربية البدنية و الرياضية لغرض تنمية الصفات البدنية (عناصر اللياقة البدنية) .

— درس التربية البدنية و الرياضية لغرض تنمية النمو الحركي (المهارات الحركية الأساسية) .

— درس التربية البدنية و الرياضية لغرض اكتساب لصفات الخلقية الحميدة .

— درس التربية البدنية و الرياضية لغرض الإعداد و الدفاع عن الوطن .

— درس التربية البدنية و الرياضية لغرض الصحة السليمة .

— درس التربية البدنية و الرياضية لغرض النمو العقلي .

— درس التربية البدنية و الرياضية لغرض التكيف الاجتماعي و اكتساب الوعي السياسي .

5- بناء درس التربية البدنية :

يعتبر درس التربية البدنية الوحدة المصغرة التي تحقق المنهاج المتكامل للتربية البدنية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق المنهاج ككل . و لكل وحدة أغراضها التربوية إلى جانب الأغراض البدنية و المهارية و المعرفية التي تميزها عن غيرها من الوحدات التعليمية حتى يتحقق من خلال مجموع الوحدات ما يمكن أن نسميه بالنسق التربوي .

و تختلف وجهات النظر حول بناء وحدة الدرس في التربية البدنية ففي المدرسة السوفياتية و دول أوروبا الشرقية يقسم الدرس إلى ثلاث أقسام ،بينما دول أوروبا الغربية و الولايات المتحدة الأمريكية فيقسم إلى خمسة أقسام .

5-1- المقدمة :

و تسمى أحيانا الجزء التحضيري و كما هو واضح فإن غرضها هو إعداد التلاميذ فسيولوجيا و نفسيا لتلقي الواجبات الحركية المختلفة في الجزء الرئيسي ، أو تنفيذ مجموعة من التمرينات المعدة لغرض معين .

و يذكر (ماتقيف 1974) أن الجزء التحضيري قبل كل شيء هو بداية منظمة للدرس ، و يحدد نجاح المدرس الحالة النفسية و الانفعالية و البدنية للتلاميذ .

و لتكون المقدمة في أحسن صورة يجب أن تتميز بما يلي:

_____ البدء بالتمرينات التي تخدم العضلات الكبيرة (الظهر ، البطن ، الجانبيين) و يفضل أن تقدم المهارة التي هي قيد الدرس .

_____ البدء بإصلاح الأخطاء العامة ثم الانتقال إلى الأخطاء الفردية .

_____ مراعاة المسافات الخاصة في التمرينات التي تتطلب الحرية في الحركة .

— الإيعان و النداء بصوت واضح .

— استخدام الشرح اللفظي ، العدد، التوقيت ، الصفارة مع تكرار التنفيذ كما يجب أن تتخذ المقدمة التشكيل الحر

(الانتشار) و عدم الالتزام بالصفوف و غيرها من التشكيلات النظامية و غالبا ما تستغرق المقدمة من (5 إلى 10 دقائق) .

5-2- الجزء الرئيسي:

و الذي ينقسم بدوره إلى نشاطين أساسيين هما:

أ — النشاط التعليمي:

يقدم في هذا الجزء المهارات و الخبرات الواجب تقديمها سواء كانت فردية أو جماعية ، و طريقة التعلم تلعب دورا كبيرا و مهما في استيعاب التلاميذ للمادة المتعلمة و تعبر عن أسلوب المدرس في توصيل هذه المادة ففي أثناء تعلم المهارات يجب الاستعانة بالنموذج الذي يؤديه المعلم بنفسه أو التلميذ الموفق في أداء هذه المهارة .

ب — النشاط التطبيقي:

و يقصد به نقل الحقائق و الشواهد و المفاهيم باستخدام الوعي في الواقع العملي فهو يهدف إلى التطبيق العملي لما تعلمه التلاميذ في النشاط التعليمي بصورة تخطيطية و عادة ما يؤدي إلى صورة منافسات تنشط من تثبيث تلك المهارات و تصحح ما ورد قبلها من إعطاء .

و النشاط التطبيقي يتميز بروح التنافس بين مجموعة التلاميذ أو الفرق حسب الظروف فهو يعتبر فرصة تربوية للمعلم و تأكيد روح الجماعة و القدرة على القيادة، و التبعية لدى التلاميذ كما أنها فرصة كذلك لإبراز مهارات أخرى مثل التحكيم و التسجيل، و أثناء التطبيق على المدرس مراعاة كيفية تطبيق التلاميذ للمهارات المكتسبة إضافة إلى دوره في هذه الفترة و المتمثل في المراقبة و التوجيه.

5-3- الجزء الختامي:

يهدف هذا الجزء إلى العودة للحالة الطبيعية (ما قبل الدرس) و ذلك بتهيئة أجهزة الجسم الداخلية ، و إعدادها بقدر الإمكان إلى ما كانت عليه سابقا ، و ذلك من أجل الهبوط بدرجة الحمل تدريجيا عن طريق استخدام

تمرينات التهدة بأنواعها المختلفة كالتنفس و الاسترخاء ، و التي تتصف بالبطء و السهولة إضافة إلى بعض الألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ .

و قبل انصراف التلاميذ يقوم المدرس بإجراء تقويم النتائج التربوية مشيراً إلى الجوانب الإيجابية و السلبية و الأخطاء التي حدثت أثناء الدرس ثم ختام الدرس يكون بشعار كأداء التحية الرياضية.(سبيوني، صفحة 97)

6- درس التربية البدنية في المرحلة الثانوية :

تسمى بمرحلة المراهقة ، و التي تتأثر فيها حياة الناشئ بعوامل فيزيولوجية تؤثر على نشاطه و شخصيته ، فيهدف درس التربية البدنية في هذه المرحلة إلى تنمية عملية التوافق بين العضلات و الأعصاب و زيادة الانسجام في كل ما يقوم به التلميذ من حركات

و يشمل برنامج التربية البدنية بالمدارس الإعدادية الرياضات و تمرينات القوام و الرياضات الفردية و الثنائية هي أوجه نشاط في الاختبار الذاتي و النشاط الشكلي و الألعاب و التتابع و الألعاب المنظمة الكبيرة ، و النشاط الإيقاعي ، و الرقص و النشاط الإيقاعي ، و الرقص و النشاط التنافسي و نشاط الأجهزة.

يجب ان تكون تمرينات المقدمة في تناول التلاميذ و لا تتطلب قدرة او جهد متواصل و كبير على الدقة و التوافق حتى لا تتعرض لجهد عضلي زائد فمن الواجب ان يشرف قادة مؤهلون على كل أوجه نشاط التربية البدنية حتى يتمكن الطالب من اكتساب أفضل نمو ممكن بالنسبة له ، و يستوجب في محل هذا التنظيم ان يقوم بالتدريس مدرسون أو المدرسات متخصصون في هذا المجال . كما يجب أن يكونوا قادرين لفهم مشاكل البنين و البنات و على توجيههم توجيهها راشداً في هذه المرحلة التكوينية و أن يكونوا قادرين على تقديم قيمة لهؤلاء الطلاب الذين يخططون لمستقبلهم في هذه الفترة من حياتهم . (درويش، 1994، صفحة 126)

● حسب رأينا الكاتب حسن معوض حدثنا عن شيء قليل بما يخص درس التربية البدنية في المرحلة الثانوية.

● و كذلك الكاتب محمود عوفي بسبوني حدثنا عن درس التربية البدنية في المرحلة الثانوية .

و قد أفادنا هذا الكاتب بما قدمه لنا من معلومات و أخذنا معلوماته بعين الاعتبار.

7- شخصية أساتذة التربية البدنية و الرياضية :

يقول أرنولد (Arnold) إن لمدرس التربية الرياضية شخصية قيادية إلى حد كبير و ذلك بحكم سنه و تخصصه الجذاب و وضعه بالنسبة للسلطة في المدرسة و هذا الإطار القيادي يفرض على استاذ التربية الرياضية سواء أراد أو لم يرد و هو الوحيد من يبين هيئة التدريس الذي يتفاعل مع بعد غريزي في الطفل هو اللعب و ما يقترن به من متعة و بهجة و سرور كما إن اهتمام وسائل الإعلام بالرياضة قد أضفت على استاذ التربية البدنية صورة براقة باعتباره متخصصا .

في الرياضة و النشاط البدني و في دراسة (وبيتي) (witty) و قام خلالها بتحليل كتابات اثني عشر ألف تلميذ مراهق يتصل بتصوراتهم على أكثر الأساتذة مساعدة لهم فوجد أنهم صفات هذا الأستاذ هو قدرته على توفير الأمان و تقدير ذات التلميذ صفات محل اهتمامه بالخوافز , التعرف على تلاميذه، إظهار الحنان و الألفة و اتصافه بروح مرحة , اهتمامه بمشاكل التلاميذ. (حسن.عوض، 1991، صفحة 83)

حسب رأينا نحث الباحثين المبتدئين أخذنا معلومات عن شخصية استاذ التربية البدنية و الرياضية عن الكاتب عدنان درويش جلون و آخرون من كتابه : التربية الرياضية المدرسة و نحن استعنا بهذا الكاتب لان بحثنا يتحدث عن الرياضة في المدرسة.

8- صفات و واجبات استاذ التربية البدنية و الرياضية :

يرى عباس محمد السامرائي و احمد بسطويسي عن صفات الأستاذ مايلي :

تعتبر القدرات البدنية و المهارات الحركية و المستويات الصحية من أهم الخصائص و الصفات التي يجب أن يتميز بها معلم التربية الرياضية , حيث يتطلب من معلم التربية الرياضية تمتعه باللياقة الصحية العالية تضيف عليه السعادة و تساعده في تأدية أعماله الوظيفية بكفاءة عالية و اقتدار كبير , هذا بالإضافة إلى خلو معلم التربية الرياضية من بعض التشويبهات و العاهات الجسمية الأخرى كالعور و الصمم... الخ , و التي تعرضه لسخرية التلاميذ و نقدهم و لذلك على طلاب التربية الرياضية أو الأساتذة أن يتميزوا بمقومات الشخصية و التي تمثل الصفات التالية جوانب منها :

- خلوهم من الأمراض و العيوب الشائعة (القهقهة، و حسية اللسان... الخ) .
- أن يكونوا على قدرة من الذكاء.
- أن يتميز بالصفات الخلقية الحميدة .
- أن يتصفوا بالقدرة على السيطرة أن يتصفوا بالصدق و الوضوح و أهم ما يتميز به الأستاذ تلك الصفات و المهارات التي تتطلب منه المحافظة عليها دوما ، حتى يعطي لديها النموذج الصادق و المثل الجيد عند الأداء (الازرق، 1988، صفحة 245)

أ - الخصائص العقلية المعرفية :

و تتضمن فئتان الأولى : خصائص عقلية ممثلة في الذكاء العام و قدرات التفكير الأبتكاري (الطلاقة اللفظية ، الفكرية ، المرونة ، الأصالة)، الثانية : خصائص تصل بالجوانب المعرفية المتمثلة في الخبرة و المؤهل العلمي.

ب - خصائص وجدانية و اجتماعية :

تتضمن الخصائص التالية :

تقدير الذات ، دافعية الإنجاز و أبعادها ، الطموح ، المثابرة ، الأداء ، التنافس ، إدراك أهمية الزمن ، السيطرة ، المسؤولية الإتزان الانفعالي ، الإجتماعي (الحمامي، صفحة 95)

ت - مهارة إنسانية :

و المقصود بها هو قدرة الأستاذ على التعامل و التفاعل مع التلاميذ الذين يتولى قيادتهم و ذلك بغرض التأثير على سلوكهم و توجيههم نحو تحقيق الأهداف في إطار العلاقات الإنسانية التي تبني على أساس من الثقة المتبادلة و الاحترام المتبادل و العلاقات الاجتماعية الطيبة (احمد، صفحة 143،144)

يرى عباس احمد السامرائي و احمد بسطويسي مايلي :

- شعور التلاميذ بالثقة و القدرة على مواجهة الحياة العامة برفع قابليتهم الجسمية كالقوة و السرعة و المطاولة... الخ عن طريق وضع المنهج الخاص بتطوير ذلك.
- ترقية الصفات الخلقية عند التلاميذ بالمدارس كالعامل في جماعة و التعود على الصبر و الجراءة و الإقدام و إنكار الذات عن طريق ملاحظة ذلك عند وضع المناهج الخاصة.
- رفع قابلية التلاميذ التعليمية عن طريق التعلم الحركي للمهارات المختلفة و ملاحظة ذلك عند وضع المنهج الخاص.

- تطوير الصورة العامة للرياضة المدرسية و عدم فصلها عن الإطار التربوي المدرسي العام بوضع ذلك كشرط و أساس للمنهج.
- تلبية بعض متطلبات المجتمع بتنشئة جيل صحيح من حيث العقل و البدن و الذي يساهم بشكل ايجابي في مناهج التربية الرياضية.
- المساعدة في تطوير المستوى الرياضي بآثير مباشر و حيوي بالرياضة المدرسية و مستوياتها حيث تعمل على تحقيق ذلك.
- وضع المناهج الخاصة بكل فاعلية كاساس و شرط من الأسس و الشروط العامة لتحقيق الهدف المرجو من علم المناهج.

و عليه يتضح إن القيادة و التوجيه من أولويات الأستاذ و منه يجب على الأستاذ التحلي بالصبر و القدرة على الإمام بكل المهارات سواء كانت فنية أو فكرية أو إنسانية من اجل تكوين جيل كامل.

*الكاتب (عباس احمد السامرائي و بسطويسي) حدثنا عن بعض المهارات عن المعلومات في الفقرة السابقة مثال (شعور التلاميذ بالثقة و القدرة على مواجهة الحياة)

9- أهمية إعداد المعلم للعملية التربوية :

يشكل المعمول في أي نظام تعليمي اكير عنصر في المدخلات التعليمية من حيث العدد نظرا لأهمية المعلم . من ناحية أخرى فأصبح المعلم سلطة هامة في ميدان العرض و الطلب فقط ساعات الزيادة الهائلة و المستمرة في الطلب الاجتماعي على خلق الحاجة المتزايدة باستمرار في إعداد كبير من المعلمين.

برز إلى جانب هذا الاتجاه ضرورة العناية بنوعية المعلم و الاهتمام برفع مستواه و انعكاس هذا الاتجاه في زيادة العناية في إعداد المعلمين قبل الخدمة و يرتبط بتحسين مستوى أدائهم عن طريق برامج التدريب أثناء الخدمة و

يرتبط بتحسين نوعية المعلم أيضا على تحسين أوضاعه الاجتماعية و الاقتصادية (محمد مرسي 1974). إن النظر في إعداد المعلمين تطورت تطورا كبيرا في السنوات الأخيرة و برزت بعض الاتجاهات الرئيسية في إعداد المعلم من أهمها تكامل النظرة في هذا الإعداد بحيث يراعي فيه جانب الثقافة الخاصة و جانب الثقافة المهنية و إعداد المعلمين تتولاه مؤسسات تربوية مثل المعاهد إعداد المعلمين كتبه التربوية أو غيره من المؤسسات تربوي و نضم إعداد المعلمين. (مير، محمد، 1970، صفحة الفصل 10)

أ - الإعداد الأكاديمي :

يقول صالح عبد الله . يقصد به جميع المواد التي سيقوم بها المعلم بتعليمه لتلاميذ و يتحدد المستوى الذي يعطى على أساسه هذه المواد بمستوى المرحلة التي يقوم المعلم بالتدريس فيها. و الهدف من هذا الإعداد هو ان يكون المعلم على دراية بكل أساسيات المادة و جزئياتها و يجب أن يكون متبصرا بمادته جدا لان مناله المادة لتدفع التلاميذ إلى الانتباه و لا تعينه على التميز المسائل الفرعية (الازرق ع.، 1988، صفحة 82)

ب - الإعداد التربوي :

يعرفه محمد بركات خليفة انه إعطاء المعلم القدرة اللازمة من علوم التربية و علم النفس و طرق التدريس و الوسائل التعليمية الحديثة و ما تتطلبه العملية التربوية من أساليب معاملته للتلاميذ و ادعاء الامتحانات و تقويم العلاقات الاجتماعية داخل القسم و خارجه و عليه من خلال هذا التعريف يتضح إنالإعدادات التربوية من الأمور الهامة بمقوماتها المهنية و أخلاقياتها و فهمه لطبيعة عمله التربوي كما ينبغي أن يكون على درايته و فهم التلاميذ و معرفة خصائصهم النفسية ليتمكن من اختيار الوسائل و الأساليب التي يستخدمها للتعامل معهم. (الخليفة، 1979، صفحة 951)

ت - الإعداد الثقافي :

يعتبر هذا الجانب ضروريا لكل معلم بحيث لا ينبغي أن يكتفي المعلم بما تلقاه خلال سنوات دراسته أو ما يميل عليه البرنامج التربوي و التعليمي بل ينبغي أن يكون واسع الاطلاع في مختلف نواحي الحياة من تاريخ و أدب و أخلاق و في الجانب الديني ينبغي أن يكون على دراية به . يقول (تركي رابح) .المعلم يعالج المعرفة من اجل بناء شخصيات نامية قادرة على التفسير الاجتماعي لذلك لابد أن تتخذ منطق للإعداد الثقافي العام الذي

يعيش فيه (رابح،تركي، 1990، صفحة 36)

نرى أن الباحث و الكاتب (محمد خليفة بركان) قسم أهمية إعداد المعلم للعملية التربوية إلى ثلاث إعدادات و أفادنا بمعلوماته و كذلك الكاتب (تركي رابح) حدثنا عن بعض إعدادات المعلم للعملية التربوية و هو الإعداد الثقافي و نحن اتفقنا على شرح هذا العنوان بفضله.

10- دور استاذ التربية البدنية و الرياضية :

يرى حسن عوض و آخرون بأنه من الضروريات الأساسية أن يلم أستاذ التربية الرياضية بمجموعة معينة من المهارات التي هي ضرورية لقيامه بمهمته بصورة فعالة و لكسب احترام التلاميذ ليكون مثلاً ممتازاً في مهنته.

و في دراسة داقيس (IVORK) تم تحديد أربع مهام للأستاذ في العملية التعليمية :

10-1- التخطيط :

هو العملية التي غايتها أن يحصل التلميذ على تعليم كاف ذا أهداف واضحة و على مراحل محددة تحديدا منطقيا سليما، و بحيث يمكنه الوصول إلى فرصته و ينمي بها قدراته و يتمكن من الإسهام إسهاما فعالا في تقديم البلاد في المجالات الاجتماعية و الثقافية و الاقتصادية.

و التخطيط بعد مرحلة التفكير التي تسبق تنفيذ النشاط و التي في ضوئها يتم اتخاذ القرارات التي ترد على

التساؤلات التالية :

- ماذا يراد تحقيقه من الأهداف خلال النشاط
- ما هي أفضل الطرق و الوسائل التعليمية لتحقيق هذه الأهداف
- ما هي الإمكانيات اللازمة لتحقيق الأهداف
- ما هي انسب أوجه النشاط التي يجب اختيارها وفقا لأهميتها النسبية بما يتماشى مع احتياطات المتعلمين و الوقت المخصص لتدريس النشاط
- ما هي انسب الوسائل لتقويم نتائج غاية التعلم. (تشارلز، 1983، صفحة 519)

10-2- التنظيم :

يرى *ميربارد* مايلي : جعل الأستاذ من التربية البدنية و الرياضية عملية تربوية تهدف من جهة الى تعلم المعاملات الاجتماعية على أوسع نطاقها و من جهة أخرى تطور القدرات الحركية و الأبعاد النفسية و البيولوجية للتصرفات الحركية و رد الفعل اتجاه المحيط المادي و الإنساني.

فالمهنة التعليمية في التربية البدنية و الرياضية تسمح بالغاء الفروقات الاجتماعية البدنية و النفسية , و في هذه العملية ظواهر الإدماج في الجماعة و التضامن. (الحمادي، محمد، 1987، صفحة 83)

فالتمرينات البدنية و الرياضية تتطلب المساعدة و الحماية المقدمة من الغير , حيث تستلزم في الفعاليات الجماعية وجود زميل الخصم الذي يقبل نفس القوانين , و لا يكتفي هنا بكونه مسؤولا عن نفسه و يدخل في اللعب و

يتكفل بنفسه و ينظم نشاطه , و التربية البدنية و الرياضية عندما تقترح فعاليات فردية تهدف غالبا إلى تنظيمها الجماعي.

و يرى محمد الحمادي عن التنظيم مايلي : من خلال التنظيم يقوم الأستاذ بعملية خلق متعمد لبيئة تعليمية مناسبة لما يراد تحقيقه من أهداف , و عملية التنظيم هذه تتضمن في الدرس :

- ترتيب أجزاء الدرس وفقا للتسلسل الذي سوف يتبعه الأستاذ في تدريسه.
 - اختيار و ترتيب أوجه النشاط التي يتضمنها كل جزء من أجزاء الدرس.
 - إعداد و تجهيز الملاعب التي سوف يتم استخدامها.
 - توزيع الأدوار القيادية على المتعلمين و تحديد المعلمين الذين سوف يستعين بهم في تدريسه.
 - تحديد طريقة التدريس التي سوف يتم استخدامها و التي تتناسب مع الموقف التعليمي.
- و يتضح لنا إن التنظيم يكتسي أهمية بالغة سير حصة التربية البدنية في أحسن الظروف.

10-3- القيادة و التوجيه :

تعد هذه القدرة من القدرات الشخصية للمدرس فهذه القدرة تشير إلى ما يؤديه الأستاذ من جهة لمساعدة المتعلمين إلى بلوغ الأهداف الموجودة من العملية التعليمية . و لأهمية القيادة في التأثير المباشر على سلوك المتعلمين و رفع مستواهم المهاري و تنمية خصائصهم البدنية في مناخ اجتماعي تربوي فقد اجتمعت الكتابات المختلفة على انه تتوفر المهارات التالية :

- مهارة فنية : فهذه المهارة تمكن الأستاذ من القيام بعمله من خلال إدراكه لمتطلبات و خصائص و

نوعية العمل المكلف به و درايته بكل ما يجب إنجازه من أعمال.

- مهارة فكرية : تشير هذه المهارة الفكرية إلى قدرة الأستاذ على تصور و إدراك الموقف و دراسته و كل أبعاده ليتمكن من استخلاص الحقائق و التوصل إلى النتائج و التفسيرات و ذلك لاتخاذ القرارات المناسبة للموقف و إصدار الأوامر على التلاميذ في ضوء ما تم الوصول إليه.

الخلاصة :

التربية البدنية نظام تربوي له اهدافه تسعى الى تحقيق الاداء الانساني العام , من خلال الانشطة البدنية المختارة كوسط تربوي يتميز بخصائص (علمية) تعليمية تربوية هامة , و تعمل التربية البدنية الى اكتساب المهارات الحركية و العناية بالياقة البدنية من اجل صحة افضل و حياة اكثر نشاطا , بالإضافة الى تحصيل المعارف , و تنمية اتجاهات ايجابية لنمو النشاط البدني.

الفصل الثالث

خصائص المرحلة العمرية (16-18) سنة

تمهيد

1 المرحلة العمرية

2 خصائص هذه المرحلة

3 أنواع المراهقة

4 مميزات حاجات و متطلبات هذه المرحلة

5 النشاط الرياضي للبنات في هذه المرحلة

6 النشاط الرياضي للذكور في هذه المرحلة

7 المراهقة و ممارسة التربية البدنية و الرياضية

8 نظرة علم النفس الحديث للمراهقة

9 أهمية التربية البدنية للمراهقة

الخلاصة

تمهيد :

تعتبر المرحلة العمرية (16-18) سنة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد في حياته حيث تتغير هذه الأخيرة نتيجة تأثر بعوامل داخلية- فيزيولوجية نفسية و كذا جسمية تؤثر في سلوكه على شخصيته في المستقبل من اجل ذلك اهتم الكثير من العلماء في ميدان التربية و علم النفس بهذه المرحلة لما تكتسب من أهمية و اثر على حياة الطفل في المستقبل .

و يتحول فيها الفرد من طفل إلى عضو في مجتمع الراشدين فيها يكون هناك تباين في مظاهر نموه الجسمية و

الفعلية و النفسية و بمدى كبير نموه الاجتماعي حيث أن مرحلة الطور الثالث (16-18 سنة) في المرحلة

الحاسمة و هي مرحلة التفسير التي تتحدد فيها سلوكيات و تصرفات الفرد و التي يبدأ يتطبع فيها مجتمعه و يبدأ نموه الاجتماعي فيها يأخذ منحاه الايجابي أو السلبي.

كما أن نموه يكون نتيجة عوامل بيولوجية فطرية و نفسية داخلية و اجتماعية حيث تجعل منه فردا له خصوصياته و طباعه ووجودا لفرد داخل المجتمع يعني انه يخضع لسلوكيات أفراده و قوانينهم و ثقافة المجتمع بصفة عامة و ذلك من خلال تنشئته اجتماعيا.

و لممارسة التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات التعليمية و التربوية و خارجها دور فعال و ايجابي في النمو الاجتماعي للفرد، لأنها تصنف ضمن مرحلة المراهقة.

1 المرحلة العمرية :

هي مرحلة الانتقال من الطفولة الى الشباب. و تتسم بأنها فترة معقدة من التحول و النمو يحدث فيها تغيرات عضوية نفسية و ذهنية واضحة حيث يتحول الطفل الصغير الى عضو في مجتمع الراشدين و تعرف بالمراهقة.

في الحقيقة لا توجد تعاريف محددة للمراهقة و انما هناك تعاريف مختلفة و متعددة فمصطفى فهمي قال: " ان كلمة مراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLSERE وهناك التدرج نحو النضج البدني و الجنسي و

العقلي و الانفعالي و الاجتماعي . اما المعنى اللغوي لكلمة المراهقة : فهو الاقتراب او الدنو من الحلم او كمال النضج كما قال محمد سلامة : " تعتبر المراهقة عملية بيولوجية عضوية في بدايتها و ظاهرة اجتماعية في نهايتها

كما تتميز هذه المرحلة من حياة الانسان بظهور مشاكل في جميع اوجه التكوين النفسي و حسب *لاروس*

المراهقة في مرحلة من حياة الفرد تقع بين الطفولة و الرشد و تمتد عند الذكور من اربعة عشر سنة الى عشرين

سنة و عند الاناث من اثنا عشرة سنة الى ثمانية عشرة سنة و هي مرفقة بمجموعة من التغيرات و التحولات

النفسية و الجسمية و فيها تستقل الشخصية و تبرز مؤهلات المراهقة (مصطفى، فهمي، 1974، صفحة 27)

و المراهق ليس طفلا و لا راشدا و لكنه يقع بينهما و اذا كانت بعض هذه المشاكل ترجع الى اسباب عضوية فان بعضها يرجع الى الاهمال التربوي . ان المراهقة تعتبر نقطة تحول بارزة في تكوين الشخصية و تحديد مقوماتها. (سلامة، 1973، صفحة 104)

2 خصائص هذه المرحلة (16-18)سنة :

1-2 - النمو الجسمي : إن النمو الجسمي لدى المراهق يظهر من ناحيتين و هما :

أ -الناحية الفسيولوجية :

و تتمثل في نمو و نشاط بعض الغدد و الأجهزة الداخلية التي توافقه بعض العوامل الخارجية.

ب -الناحية الجسمية العامة :

تشمل الزيادة في طول الحجم و الوزن حيث يتأثر نمو الجهاز العضلي في الجهاز العصبي بمقدار سنة تقريبا و يسبب ذلك للمراهق تعباً و ارهاقا تجعل حركاته غير دقيقة و يصل نحو التراخي و الكسل كما يتميز بعدم الانتظام في النمو في الفترة الاولى من المراهقة حيث التوافق العضلي العصبي و ثقل الحركات و عدم اتزانها و يقل عند الذكور عنصر الرشاقة و تظهر عليهم علامات التعب بسرعة و فضلا عن ذلك هناك تغيرات اخرى لها قيمتها و من بينها : ظهور النضج الحسي و يقظة العواطف مما يجعل الناشئ قليل الانفعال قليل الصبر و الاحتمال.

2-2 - النمو الاجتماعي :

تتزايد أهمية العلاقات الاجتماعية للناشئ من الطفولة إلى المراهقة ذلك بتشعب تلك العلاقات من جهة و زيادة تأثيرها في مجمل حياته و سلوكه من جهة أخرى ولهذا يعتبر النمو الاجتماعي من الأمور الأساسية في هذه المرحلة .

و أعير اهتماما كبيرا من لدن الباحثين حيث استطاعوا كشف الكثير من خصائصها و التي أثبتتها الدكتور * مصطفى فهمي * في ثلاثة عناصر و هي :

- يصل المراهق في السنوات الأولى إلى مسايرة المجموعة التي ينتمي إليها فيحاول أن يظهر بمظهرهم و أن يتصرف كما يتصرفون لتجنب كل ما يؤدي إلى إثارة الصراع بينه و بين أفراد الجماعة.
و يجعل احترامه و إخلاصه لهم و خضوعه لأفكارهم نوعا من تخفيف الشعور بالذنب و الإثم الناجم عن عدم طاعته لوالديه و مدرسيه.

و في السنوات الاخيرة يشعر المراهق ان عليه مسؤوليات نحو الجماعة بغية النهوض بها و هذه الصدمات و الاحباطات تجعله لا يرغب في القيام باي محاولات اخرى يزداد هذا الشعور شدة حتى ينتقل من المجتمعات الصغيرة الى المجتمع العام.

- اختيار الأصدقاء: ان ما يتطلبه المراهق من صديقه هو ان يكون قادرا على فهمه و يظهر له الود و الحنان مما يساعده على التغلب على حالات الضيق فيفي بعض الاحيان يكون الصديق اكبر سنا و يشترط عدم السلطة المباشرة فتكون العلاقة قائمة على الود و الاحترام.

2-3- النمو العقلي :

يطور التلميذ المراهق فعاليته العقلية حيث تنمو قابليته للتعلم و التعامل مع الافكار المجردة و ادراك العلاقات و حل المشكلات اذ قسم * زيدان محمد مصطفى * النمو العقلي الى اربعة خصائص و هي :

❖ الإنتباه.

❖ الخيال.

❖ التذكر .

❖ استدلال التفكير.

حيث تزداد قدرة المراهق على الانتباه فهو يستطيع استيعاب المشاكل المعقدة في السير.

- الانتباه :

هو المجال الذي يبلور للإنسان في مجال الإدراك.

- الخيال :

يتجه خيال المراهق نحو الخيال المجرد المبني على الالفاظ اي الصور اللفظية و لعل ذلك يعود الى عملية

اكتساب اللغة تكاد تدخل في طورها النهائي من حيث انها القالب الذي تصب فيه المعاني المجردة

- التذكر :

في هذه المرحلة فانه على أساس الفهم تعتمد عملية التذكر على القدرة على إنتاج العلاقات الجديدة بين

الموضوعات المتذكرة و لا يتذكر إلا إذا فهمه تماما.

- الاستقلال و التفكير :

التفكير و حل المشكلة القائمة فإذا استطعنا أن نمي في المراهق القدرة على التفكير و حل المشكلة القائمة

بشكل صحيح و مؤسس على المنهج العلمي البعيد عن الأهواء و المعتقدات الخاطئة يتمكن من معالجة المشاكل

عن طريق تفكير هادئ و سليم .

2-4- النمو الانفعالي :

يشكل النمو الانفعالي في المراهقة جانب أساسي في عملية النمو و تعتبر دراسته هامة و ضرورية لفهم الحياة الانفعالية للمراهق بل التحديد و التوجيه للمسار النهائي للشخصية ككل.

3 أنواع المراهقة :

الواقع انه ليس هناك نوع واحد من المراهقة فكل فرد له نوع خاص حسب ظروفه الجسمية و الاجتماعية و المادية و حسب استعداداته الطبيعية. فالمراهقة تختلف من فرد و من بيئة جغرافية إلى أخرى و من سلالة إلى سلالة كذلك تختلف باختلاف الانماط الحضارية التي يترتب في وسطها المراهق فهي في المجتمع البدائي تختلف عنها في المجتمع المتحضر.

كذلك تختلف من مجتمع المدينة عنها في الريف كما تختلف في المجتمع الذي يفرض الكثير من القيود و الأغلال على نشاط المراهق عنها في المجتمع الحر الذي يتيح للمراهق فرص العمل و النشاط و فرص إشباع الحاجات و الدوافع المختلفة. فقد دلت الأبحاث التي أجرتها مارجريت من M.MED و هي من علماء (الانترولوجيا الاجتماعية) انه في المجتمعات البدائية ينتقل الطفل من مرحلة الطفولة الى مرحلة الرجولة مباشرة إما في المجتمعات المتحضرة فقد أسفرت على أن المراهقة تتخذ أشكالا مختلفة :

- مراهقة سوية خالية من المشكلات و الصعوبات .
- مراهقة انسحابية حيث ينسحب المراهق من مجتمع الأسرة و من مجتمع الإقران و يفضل الانعزال و الانفراد بنفسه حيث يتأمل ذاته و مشاكله.
- مراهقة عدوانية حيث يتسم سلوك المراهق فيها بالعدوان على نفسه و على غيره من الناس و الأشياء.

4 مميزات حاجات و متطلبات هذه المرحلة :

أ - مميزات :

قد يصل الابن في 16-17-18 الى مرحلة البلوغ فسيولوجيا و لكنه يفتقر الى خبرتها و قد يتخذ موقف (أعرف كل شيء) و هو عاطفي للغاية.

حيث يبحث عن مكانة لنفسه في الحياة من حولها. و قد يظهر قلقا عاطفيا اثناء محاولاته لتفهم العلاقات الاجتماعية .

- تظهر الرغبة في اتباع تعاليم رمزية اقوى من الاستجابة لتوجيه البالغين و يستجيب كثيرون لتأثير المدرس اكثر من الوالد.

- خلال مرحلة المراهقة يظهر اتصال وثيق او اعجاب شديد بشخص ما بالغ او بارز في نظر المراهق.

(عيسوي، عبدالرحمن، 1955، صفحة 44، 42)

- يمكنهم جميعا التنافس في العاب تستلزم مهارات عالية و تتطور الجماعات تبعا للنضج البدني و الرغبات

- يرغب الكثيرون في كسب عيشهم و الاستقلال عن سلطة الآخرين.

- الرغبة في مقاومة السلطة باعتبار ان التلميذ مراهقا يعتقد ان الناس لا يفهمونه رغم ان قد أصبح

شابا يتمتع بقوة عضلية كما يظن ان والديه يريدان فرض سلطتهما عليه و كأنه لا يزال طفلا

بالرغم من رغبتهما في مساعدته تدخلا في شؤونه و نصيحتهما له تسلطا و اهانة فيلجا إلى اثبات

سلطته بالمخالفة و عصيان الأوامر و مخالفة القواعد (تشارلز، 1983، صفحة 40)

- يجب البنون ان يظهروا كبارا اقوياء اصحاء و تحب البنات ان يظهرن جميلات و يهتمن بالجاذبية

البدنية و الزواج الناجح و حبا في توحيد الملابس يستعمل الجميع ازياء عجيبة بعض الوقت.

و اذا اردنا ان نلم او نتعرف اكثر على طبيعة هذه المرحلة من حياة الفرد فإننا لا بد ان نحدد حاجات و متطلبات التلاميذ المراهقين و هي على النحو التالي. (محمد،جميل، 1970، صفحة 173)

ب - الحاجات :

الابناء في سق 16-17-18 تقريبا في حاجة الى توجيه غير فضولي حتى لا يصطدم بشعورهم فمنهم من يعتبرون انفسهم بالغين و لا بد من الموازنة بين الامان و الحرية . (سلامة، 1973، صفحة 109)

- الحاجة الى المكانة في المجتمع لان المراهق التواق يريد ان تكون له اهمية و مكانة بين افراد المجتمع فيعترف له الاخرون بما يملك من قيمة و من قوة لأنه يشاء من المعاملة كطفل صغير

- الحاجة الى تحقيق الذات لذلك فهو يريد ان يمدح دوما و يشجع لأجل الشعور بقدرته على تحقيق اعمال و انجاز مشاريع.

- الحاجة الى اللعب و الراحة و الاسترخاء و التغذية الكافية.

- الحاجة الى رعاية كافية تضمن عدم تعرضه للإمراض و الاصابات حتى تستمر عملية نموه.

- الحاجة الى تحمل المسؤولية و ممارسة الحياة الديمقراطية عن طريق الانتماء الى جماعة توفر له حاجته و الى تميز الكيان الفردي و استقلاله و طمأنينته.

- الحاجة الى قدر كاف من الثقة العامة و المهارات العلمية الى جانب الخبرات الاجتماعية اللازمة.

(جابر،محمد،جابر، 1967، صفحة 248)

- الحاجة الى ممارسة نشاط تعاوني مع من هم في سنه.

- الحاجة الى فهم الانفعال و التغلب على المخاوف كالقلق و الخجل و الارتباك الناتج عن الفشل

(محمد،حسن،علاوي، 1975، صفحة 149)

- الحاجة الى احترام التميز و الفردية و تقبلها.

- الحاجة الى قراءة سير الابطال و الزعماء و القصص العاطفية و الاحداث الجارية.
- الحاجة الى الشعور بالانتماء الى الجماعة و وحدة الهدف و التجانس في الخيرات و وحدة المعايير و القيم و الالفة التي يمكن ان تقوم بسرعة بين الافراد و معرفة الادوار في الجماعة و تحديدها كل هذا يؤدي الى تماسك جماعة الرفاق من المراهقين الى اقصى حد (محمد، عماد، 1985، صفحة 84)

ج- المتطلبات :

- تماسك الأسرة مهم لأن تفككها يؤدي إلى الارتباك الناتج عن اتساع الآفاق و الخبرات المعقدة .
- يحتاج الأبناء في هذا السن إلى مسوغات ذات قيمة لنشر ما يمكن استخدامه في التنقيص عن عواطفهم و و طاقاتهم (تشارلز، 1983، صفحة 401، 400)
- يجب فصل برامج التربية البدنية للبنين عن برامج التربية للبنات نظرا للاختلاف بين الجنسين من حيث القوة , النضج , الرغبات مما يجعل من العسير تنظيم نشاط مقيد لكليهما البنون يمارسون رياضات الشباب أما البنات فبالإضافة إلى حب المباريات الجماعية فإنهن يفضلن نشاط الجماعات الصغيرة .
- الشهية القوية في هذا العمر غير ان عدم الاهتمام بوجبة الفطور او عدم تناولها كلية و قد يكون ضروريا لدى البنات المفرطات في الوزن.
- الميل إلى الاشتراك في الأعمال الإصلاح الاجتماعي و تغيير الأوضاع.
- زيادة الرغبة في الاشتراك مع الأفراد و تبادل الحديث معهم في موضوعات مختلفة و خاصة ما يتصل بالأخبار الرياضية الجنس و الملابس و تميل الفتيات بصفة خاصة الى التحدث في موضوعات خاصة بمشكلات الزواج و إنشاء الأسرة.
- بدء الاهتمام بالتخصص في الدراسات المهمة و ازدياد التفكير في أمر العمل للمستقبل.
- ازدياد الميل لاكتشاف البيئة و المخاطرة و المغامرات و التجول و الترحال.
- القدرة على التنظيم في الجماعات و التعاون معها بطريقة ايجابية منتجة و ذلك ابتعاده عن الأنانية الذاتية.
- الميل للحفلات الجماعية و الألعاب المشتركة و خاصة التي يشترك فيها الجنسان.
- ان الظواهر الجنسية قد تسبب الإحساس بالذات و نظرا لاختلاف النضج الجنسي يكون اهتمام البنات بالبنين أكثر من اهتمام البنين بالبنات و الكثير منهم يفتقر إلى الإرشادات و المعلومات الكافية عن الجنس و قد يرجع الشذوذ الجنسي الى الشعور بعدم الانتماء الى العائلة و الرغبة في تكوين صلات مع الاخرين.

- الميل الى اليأس و الكآبة و ذلك نتيجة ما يلقاه المراهق من فشل و احباط بسبب امانيه العريضة و عدم القدرة على تحقيقها.

- قد يكون مفرط الثقة بنفسه ليتحمل مسؤولياته للمحافظة على صحته و هو يفهم طبيعة المرض و يقوم بإسعافات اولية كما يبدو اهتمامه بمشاكل المجتمع . (محمد،حسن،علاوي، 1975، صفحة 149)

5 النشاط الرياضي للبنات في هذه المرحلة :

أ -العناية باعتدال القامة و تقوية عضلات الجذع.

ب - جعل النشاط خلويًا حتى تتمتع البنت بالهواء الطلق.

ت - انتقاء التمرينات و الالعب بحيث تكون متعددة و سهلة بدلا من ان تكون قليلة و صعبة .

ث - تجنب محاولة تخطي الارقام في الوثب العالي و العريض و القفز.

ج - التركيز على تمرينات التوازن و خطوات الرقص و الحركات الاقاعية و الجري و السباحة.

6 النشاط الرياضي للذكور في هذه المرحلة :

أ -ان تكون التمرينات اكثر تعقيدا من الدور السابق على ان لا تصل لدرجة التعب الشديد او

الاجهاد العصبي .

ب - يجب ان يستخدم الادوات الرياضية بكثرة لتنمية القوة مهارية و ترقية الجراة.

ت - ان يعمل الطالب في جماعات لتبليد المنافسة الشريفة و لرفع مستوى اللياقة و المردود

ث - الاكثار من رحلات الخلاء و الزيارات و المعسكرات .

و من الامور الهامة في هذه المرحلة تعويد الطالب على القيادة لشعورهم بالمسؤولية و حبهم للجماعة و

اخلاصهم في العمل و التضحية في سبيل الجماعة.

لأننا نلاحظ ان الطفل يميل الى اللعب الفردي الذي يعتمد على المنافسة اكثر من التعاون في حيث ان المراهق

يرغب في التعاون مع الاخرين للعب معهم في فريق واحد و ليس هذا قاصرا على الاولاد فحسب بل يتعداه

الى البنات ايضا فنجد ان الاولاد و لعون في الاشتراك في الفريق مثل كرة القدم و غيرها من الرياضات التي تحتاج الى تعاون الافراد و تتفوق قوتها على تنظيم افرادهما و مدى اتفاهم و تعاونهم فيها بينهم اما عند البنات فان الفتيات المراهقات يملن الى الاشتراك في اعمال جماعية مثل كرة السلة و الرقص التوقيعي و الغناء الجماعي لذا يجب ان يشترك المراهقون و المراهقات في برامج التربية المعدلة حسب احتياجاتهم و تكوينهم الفيسيولوجي و يجب ان يدرك الجميع قيم التربية البدنية و النشاط البدني للفرد بصرف النظر عن السن و الجنس و ينبغي ان نعفي المدارس الثانوية بالتنظيمات الطلابية و الجماعات المدرسية و الفرق الرياضية التي تتيح للمراهقين فرص الانتماء و تكوين الجماعات. (فايز، 1973، صفحة 87،88)

7 - المراهقة و ممارسة التربية البدنية و الرياضية :

7-1 - علاقة المراهق بالثانوية :

الطور الثانوي من التعليم يعتبر منعرجا حاسما في حياة التلميذ و هذا لما يخفيه من سلوكات و اعمال يؤديها التلميذ في مختلف سنوات هذه المرحلة في التحصيل الدراسي حيث تميل سلوكاته نحو الاشياء التي ينجذب اليها بدون شعور انها بكل بساطة المراهقة و ما تخفيه من علاقة مباشرة مع التلاميذ نظرا لسنهم الذي يساير اوج المراهقة و حدثها في التأثير عليهم.

و للثانوية تأثير كبير في تشكيل مفهوم المراهق في ذاته و من سيكون في الثانوية يعتبر مجتمع اكثر اتساعا و اكثر تعقيدا من المجتمع الاسري و هي تترك اثرها على اتجاهات المراهق .عاداته .و ادائه فنجده يتأثر تأثيرا قويا بالخبرات المكتسبة و التي يتعرض لها في الثانوية و تتأثر كذلك بالعلاقات السائدة في هذه المؤسسة هذا يدل

على كون المراهق يقضي معظم اوقاته في هذه المؤسسة الاجتماعية و تنمي و تصقل مهارته المختلفة او في

طريقها يتلقى التلاميذ قواعد السلوك الاجتماعي و الاخلاقي. (عاجل، 1994، صفحة 38)

7-2- علاقة المراهق بأستاذ التربية البدنية و الرياضية :

ان علاقة استاذ التربية تلعب دورا اساسيا في بناء شخصية المراهق لدرجة انه يمكن اعتباره المفتاح الموصل الى

موقف التعليمي او فشله اذا يعتبر التلاميذ مرآة تعكس حال الاستاذ المزاجية و استعداداته و انفعالاته فان هو

اظهر روح التفتح للحياة و الاستعداد للعمل بكل حد و عزم فأنا نجد نفس الصفات عند تلاميذه و ان كانت

غير هذا فان النتيجة التي يجنيها الاستاذ تكون حتما سلبية حيث يميل التلاميذ الى الانسان و الى العدوان او

الانحراف.

اذا فالعلاقة التي تربط الاستاذ و تلاميذه ليست امرا سهلا و بسيطا كما يتصوره البعض.اذ ان النجاح او

الفشل لهذه العلاقة مرتبطة ارتباطا وثيقا بمجموعة من العوامل المعقدة و من علاقة التلميذ بوالديه المبنية على

الاحترام فبالأكيد تكون كذلك مع استاذ. و اذا كانت العكس فكذلك. اذن فالعلاقة تربط الطرفين. يجب

ان تكون مبنية على اساس الصداقة و المحبة لا على اساس السلطة و السيادة . و ما يمكن استنتاجه مما سبق ان

الحقيقة الثانية للأستاذ الناجح في انه قبل كل شيء انسن قادر على التأثير بصورة لامعة في حياة تلاميذه و من

طبيعي * ان يؤدي مثل ذلك الاستاذ دوره في توجيه المسار النهائي للناس * و يساعده على اكتشاف قدراته

العقلية , و مساعدته على التغلب على الصعوبات الخاصة بالتكيف و على مواجهة الاتجاهات الشاذة و

العادات المدمرة (عاجل، 1994، صفحة 19)

7-3- علاقة المراهقة بممارسة النشاط البدني :

ان الانسان عبارة عن وحدة متكاملة عقلا و جسما ووجدانا فلا نستطيع ان نقوم بتجربة حركية لوحدنا بل لابد من عملية تفكير في الاداء الحركي مع الانفعال و التصرف اثناء هذا الموقف و من هذا اصبحت ممارسة النشاط البدني و الرياضي تهدف الى تنمية النشء و التصرف به الى المستوى الذي يصبح فيه عنصرا فعالا في مجتمعه ووطنه و متابعة هذا الطفل و الاعتناء به خاصة في مرحلة المراهقة و ذلك بوضع برنامج معادلة تماشى مع ميوله و رغباته و انفعالاته و تكوينه الجسماني و اعداده الصحي (تشارلز، 1983، صفحة 453)

8 نظرة علم النفس الحديث للمراهقة :

كان الكثير من الباحثين من يعتبرون المراهقة مرحلة مستقلة قائمة بذاتها ` كما كانت هذه المرحلة في نظريهم تتميز بالتوتر و الثورة و التمرد و القلق و الصراع الا ان علم النفس الحديث يتجه الى اعتبار المراهقة مرحلة غير مستقلة عن بقية المراحل الاخرى للنمو ` و التي تتضمن تدرجا في النضج البدني و الجنسي و العقلي و الانفعالي , و معنى ذلك ان الدعامات الاولى لجوانب النمو المختلفة قد بدأت في فترة الطفولة ثم اخذت تسير نحو نضج في فترة المراهقة.

و هنا نستطيع ان نقول انه من الخطأ اعتبار فترة المراهقة فترة مستقلة عن فترات النمو ` مع افتراض وجود خط فاصل بين خصائص النمو في المراهقة و المرحلة السابقة لها على اساس ان لكل مرحلة خصائص بارزة مستقلة تميزها عن غيرها.

و الحقيقة ان المراهقة هي مرحلة انتقالية من الطفولة الى الرشد . و هي تعد من المراحل الحرجة في حياة الفرد لما يحدث فيها من تغيرات فسيولوجية و جسمية عنيفة يترتب عليها توترات انفعالية حادة و يصاحبها القلق و تكثر فيها المشاكل النفسية التي كثيرا ما تعكر حياة المراهق. و على هذا تتجه نظرة الباحثين الى اتجاهين رئيسين :

اولها : ان المراهقة ليست بعث جديد للحياة لان كل التغيرات الظاهرة في هذه المرحلة حيث في الحقيقة موجودة في المراهق منذ الطفولة.

ثانيها : ان المراهقة ليست فترة تمرد او ثورة بقدر ما هي فترة نمو طبيعي و كل ما يثير هذا التمرد او الثورة هو الجهل بنفسه بسبب ظروفه الحادة و تكيله بالقيود التي تحول بينه و بين تطلعهم الى بناء ذاته و اكتشاف قدرته و امكانياته. و هي بهذا ليست مرحلة تغير الطاقات و كلما يصادفه المراهق من توترات بسبب العوامل الاحباطية و التصرفات المتناقضة المختلفة التي يتعرض لها في الاسرة و المدرسة و المحيط الاجتماعي العام بكل مؤسساته. و قد وصف كل من *و حينود 1970* هذه الحالة المملنة للانتظار من هذه الفترة الحرجة من العمر التي يكثر فيها التناقص الكبير الواضح ما بين جميع تصرفات المراهق و اتجاهه و انفعاله .

و ترجع هذه الحالة الى عدة اسباب منها :

- النمو السريع و الغير المتساوي .
- تنقص المعلومات والخبرات .
- المطالب المتضاربة و المتناقضة من قبل الكبار.

او من الناحية الاجتماعية فإنها تلعب دورا كبيرا من حيث التنشئة الاجتماعية للمراهق التي تمكن في زيادة اوامر الاخوة و الصداقة بين التلاميذ و كذا الاحترام و كيفية اتخاذ القرارات الجماعية و كذا مساعدتها للفرد على التكيف مع الجماعة . تستطيع التربية البدنية ان تخفف من وطأة المشكلة العقلية حيث استطاع المراهق ممارسة النشاط الرياضي المتعدد و المشاركة في اللعب النظيف و احترام حقوق الاخرين و استطاع المراهق ايضا ان يساعد المراهق على الابتعاد عن السلوكيات الغير المرغوب فيها مثل الخوف و القلق و الكراهية و الغيرة

(محمد،علي، 1988، صفحة 32،34)

و هكذا ترى انه باستطاعة التربية البدنية ان تساهم في تنمية الصحة العقلية و ذلك بإيجاد منقذ صحي سليم للعواطف و خلق نظرة متفائلة جميلة للحياة و تنمية الحالة الجسمية و العقلية و تنمية صحيحة سليمة.
(مصطفى، فهمي، 1974، صفحة 294، 292)

9 أهمية التربية البدنية للمراهق :

ان كان تعريف التربية بصفة شاملة بأنها جزء متكامل من التربية العامة , و ميدان تجريتي هدفه تكوين مواطن انيق من الناحية البدنية و العقلية و كذلك الانفعالية و الاجتماعية و ذلك في طريق الوان من النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق هذه الاغراض.

فان ذلك يعني ان درس التربية البدنية يأخذ اوجه الممارسات و يحقق ايضا هذه الاهداف و على مستوى المدرسة الاساسية فهو يضمن النمو الشامل للتلاميذ و يحقق احتياجاتهم البدنية مع مراعاة المرحلة السنية المعبورة من طرف التلاميذ حيث عدم الانتظام في النمو اذ ان النمو يكون سريع من حيث الوزن , الطول , مما يؤدي الى نقص في التوافق العضلي و العصبي و هذا ما يحول الى عدم النمو السليم للمراهق , و تلعب التربية البدنية دورا هاما كبيرا و رائدا و اهمية اساسية في تنمية عملية التوافق بين العضلات و الاعضاء و الاعصاب و زيادة الانسجام في كل ما يقوم بها التلاميذ من حركات , هذا من الناحية البيولوجية ؟ اما الناحية التربوية ان يكون الهدف الاسمي هو تنمية السمات الخلفية كالطاقة و ضمانة الملكية العامة العامة و الشعور بالصدقة و الزمالة و اقتسام الصعوبات مع الزملاء .

- اذ ان الطفل في المرحلة الاولى من المراهقة ينفرد بصفة المسائرة للمجموعة التي ينتمي اليها فيحاول ان يظهر بمظهرها . و يتصرف كما يتصرفون افرادها و لهذا فن اهمية التربية البدنية و الرياضية في هذه المرحلة من الناحية في العمل على اكتساب الطفل للمواصفات الحسنة , حيث كل الصفات السابقة الذكر تعتبر من المقومات الاساسية في بناء الشخصية الانسانية .

الخلاصة:

تعتبر المراهقة مرحلة حساسة من حياة الفرد حيث يكون غير الناضج كليا و تتأخر هذه الاخيرة بعوامل داخلية

(فيزيولوجية), عقلية , و كذا جسمية , تؤثر في سلوكه و على شخصية في المستقبل من اجل ذلك اهتم

العلماء في ميدان التربية و علم النفس بهذه المرحلة , حيث تعتبر مرحلة انتقالية ما بين الطفولة و الرشد و تتميز
بخصائص و تغيرات تكون حسب الجنس و البيئة التي يعيش فيها.

هذه التغيرات تكون جسمية و يزداد فيها وزن الجسم و تنمو فيها العظام و العضلات مما ينتج عنه قلة التوافق
العضلي و العصبي , و عدم توازن الحركات و ثقلها كما تظهر عملية التعب بسرعة ان تكون تغيرات عقلية و
نفسية يظهر فيها الاستقرار النفسي و النضج الذي يجعل المراهق سريع التأخر و الانفعال . قليل الصبر سريع
الغضب و الرقي كما ان النمو الوجداني يعد من اهم صفات المرحلة.

و لكل هذا اولى علماء النفس اهمية كبيرة لمرحلة المراهقة , من حيث ضرورة تكييف البرامج التربوية و
التعليمية لخدمة متطلبات هذه المرحلة لمايخدم مصلحة المراهق و المراهقة.

الباب الثاني الدراسة الميدانية

الفصل الأول

منهج البحث و الإجراءات الميدانية

2. منهج الدراسة

3. الدراسة الإستطلاعية

4. متغيرات البحث

5. أدوات البحث

6. مجتمع البحث

7. عينة البحث

8. مجالات البحث

9. المعالجة

10. صعوبات البحث

تمهيد :

بعد دراستنا للجانب النظري، سنحاول في هذا الجزء من الإطار التطبيقي دراسة هذا الموضوع دراسة ميدانية، بغرض الإجابة على التساؤلات التي طرحت في الإشكالية بالإضافة إلى اختبار الفرضيات التي وضعناها سابقاً، و قصد تحقيق هذا الغرض استعملنا بعض الوسائل و الأدوات الإحصائية بجمع البيانات و محاولة تحليلها و مناقشتها من أجل الوصول إلى النتائج، و من هذا المنطلق تبرز لنا قيمة البحوث العلمية و أهميتها خاصة في إتباع منهجية علمية دقيقة و التحكم في متغيراتها.(د.ع.بوداود، 1992، صفحة 32)

1- منهج الدراسة:

يتميز البحث العلمي بتعدد مناهجه، و المنهج هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة الحقيقية، و هي مجموعة القواعد التي يتم وضعها بقصد الوصول إلى النتيجة من أجل تحليل الإشكالية و الاستجابة لطبيعة الموضوع اعتمدنا على المنهج الوصفي التحليلي لإجراء بحثنا الميداني الذي هو عبارة عن استقصاء ينصب في ظاهرة هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديد العلاقة بين عناصرها.

بالإضافة إلى استعمال أدوات البحث العلمي خاصة المتمثلة في المحافظة يقول الدكتور محمد زياد حمدان " مهما كانت تثير العلاقات الإنشائية الخاصة في موضع النتائج من خلال الملاحظة فإنها تبقى وسيلة مهمة في عملية تقويم قدرات اللاعبين أو مهاراتهم السلوكية الجيدة". (زياد، 1980، صفحة 534)

كما استعملنا الاستبيان و المقابلة مع اختيار عينة ممثلة لمجتمع الدراسة.

2- الدراسة الاستطلاعية:

هي دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه.

كانت أول خطوة قمنا بها سبقت التجربة الرئيسية بتاريخ: 2013-12 على الساعة (10:00) صباحا في ثانوية الشريف التلمساني ببني صاف ولاية عين تموشنت، و كان هدف التجربة الوقوف على كافة المعوقات التي تواجهها أثناء التجربة الرئيسية و التأكد من توفر أفراد العينة.

3- متغيرات البحث:

من أجل الحصول على نتائج موثوق بها يشترط على كل باحث، أن يضبط متغيرات بحثه حتى يقوم بعزل باقي المتغيرات العشوائية و التي قد تعزل سير البحث و تقدمه، و المتغيرات في الإحصاء هي البيانات التي تتغير من قيمة إلى أخرى و يهتم الباحث بقياسها و بإيجاد العلاقة بينها.

و على هذا الأساس كانت متغيرات الدراسة على النحو التالي:

3-1- المتغير المستقل:

و هو العامل الذي يفترض الباحث أن يؤثر في المتغير التابع و هو يعرف أيضا باسم المتغير التجريبي و في دراستنا هذه فان المتغير المستقل الواقع الموجود في الثانويات(الوسائل،.....)

3-2- المتغير التابع:

و هو عبارة عن النتيجة الحاصلة عن وجود المتغير المستقل، و المتغير التابع في هذه الدراسة استعملنا الممارسة و المنافسة.

4- أدوات البحث:

تختلف الأدوات المستخدمة في كل بحث باختلاف أهداف البحث، المجتمع الذي ستطبق فيه، و من هنا استخدمنا الأدوات التالية وذلك للوصول إلى حلول الإشكالية المصاغة، كذلك لتحقيقي أهداف البحث:

4-1- الاستبيان:

لأننا في بحثنا هذا إلى استخدام تنبيه الاستبيان باعتبارها أنجح الطرق و أحد وسائل البحث العلمي المستعملة على نطاق واسع من أجل الحصول على بيانات أو معلومات تتعلق بأحوال الناس و ميولهم أو اتجاهاتهم، تأتي أهمية الاستبيان كأداة لجمع المعلومات بالرغم مما يتعرض له من انتقادات لأنه اقتصادي في الجهود و الوقت إذا ما قارناه بالمقابلة و الملاحظة.

يمكن تصنيف الاستبيان بحسب نوعية الأسئلة المطروحة.(عبدالمجيد، 1979، الصفحات 111-112)

أ- الأسئلة المفتوحة:

و فيها تكون الإجابة حرة مفهومة، حيث يجيب فيها المشارك بطريقته و لغته الخاصة. يهدف هذا النوع إلى إعطاء المشارك فرصة لأن يكتب رأيه و يذكر تبريراته للإجابة بشكل كامل و صريح و من عيوبه أنه يتطلب لهذا وقتا و تفكيراً جادا من المشارك مما قد لا يشجعه على المشاركة بالإيجابية.

ب- الأسئلة المغلقة:

و فيها تكون الإجابة مفيدة، حيث يحتوي الاستبيان على أسئلة تليها إجابات محددة، و ما على المشارك إلا اختيار الإجابة بوضع إشارة عليها كما هو الحال في الأسئلة الموضوعية.

و من حسن هذا النوع أنه يشجع المشارك على الإجابة عليه، لأنه لا يتطلب وقتا و جهدا كبيرين، كما أنه سهل في تصنيف البيانات و تحليلها إحصائيا، و من عيوبه أن المشارك قد لا يجد بين الإجابات الحاضرة ما يريد.

ج- الأسئلة المغلقة المفتوحة:

و هي عدد من الأسئلة ذات إجابات جاهزة و محددة و على عدد آخر من الأسئلة ذات إجابات حرة و مفتوحة أو أسئلة ذات إجابات محددة متنوعة يطلب تفسير سبب الاختيار و يعتبر هذا النوع أفضل من النوعين السابقين لأنه يتخلص من عيوب كل منهما.

4-2- المقابلة:

هي عبارة عن استبيان شفوي يتم فيه التبادل اللفظي بين القائم بالمقابلة و بين فرد أو عدة أفراد للحصول على معلومات ترتبط بآراء أو اتجاهات و مشاعر أو دوافع أو سلوك و تستخدم المقابلة مع معظم أنواع البحوث التربوية إلا أنها تختلف في أهميتها حسب المنهج المتبع في الدراسة. فتعتبر من أنسب الأدوات استخداما في المنهج المتبع في الدراسة. فتعتبر من أنسب الأدوات استخداما في المنهج الوصفي و لاسيما فيما يتعلق ببحوث دراسة الحالة إلا أن أهميتها تقل في دراسات المنهج التاريخي و المنهج التجريبي.

و لهذا قمنا باستخدام هذه الأداة لأنها تخدم دراسة موضوعنا و هناك نوعين للمقابلة

- مسعية
- مقابلة علاجية(اكلينكية)

5- مجتمع البحث:

- مجموع الثانويات: 4.
- مجموع الأساتذة: 18.
- مجموع التلاميذ: 180.

6- عينة البحث:

إن البحوث العلمية المعاصرة لا تعتمد على طريقة المسح الشامل لمجتمع البحث، بل تعتمد على دراسة العينة المختارة من مجتمع البحث.

و العينة هي جزء من المجتمع أو مجموعة جزئية من الأفراد الداخلية في تركيب المجتمع الذي يجري عليها البحث... و العينة الإحصائية في تلك التي تختار بشكل يجعله ممثلة للمجتمع الأصلي تمثيلاً صحيحاً و عندئذ يستطيع الباحث أن يستخلص من دراسة العينة نتائج تصلح للتعبير عن المجتمع الأصلي لهذه العينات.

و تصميم العينة يعتمد على موضوع البحث الذي يزعمه الباحث القيام به و يعتمد على درجة دقة المعلومات التي يريد الباحث تحقيقها في بحثه، إضافة إلى اعتمادها على طبيعة البحوث أي يكون مجتمع البحث متجانساً أو غير متجانساً في الصفات المكونة له و العينة في النموذج الذي يجريه الباحث يحمل عمله عليها في علم النفس و التربية الرياضية تكون العينة هي الإنسان.

-طريقة اختيارها:

تم اختيار العينة (التلاميذ) بطريقة عشوائية منظمة أما اختيار (الأساتذة) كان بطريقة مقصودة.

لإثبات أو نفي الفرضية العامة قمنا بالتنقل لملاحظة أربع (04) ثانويات كما قمنا بتوزيع عدد من الاستبيانات على 180 تلميذ، (45) تلميذ في كل ثانوية، كل استبيان متكون من 18 سؤال كذلك أجرينا مقابلات مع الأساتذة حيث كان التبادل لفظي و تحصلنا على المعلومات المراد معرفتها و التي نخدم بحثنا، كانت المقابلة عبارة عن 10 أسئلة لكل أستاذ.

7- مجالات البحث

7-1- المجال الزمني:

لقد عرضنا مشروع بحث هذه الدراسة على الأستاذ المشرف في شهر ديسمبر 2013 بعد الموافقة تمت الدراسة الاستطلاعية ، في 15 جانفي 2014 تم اختيار عينة البحث. من 25 فيفري إلى غاية 25 أفريل قمنا بتوزيع الاستبيانات على التلاميذ و القيام بالمقابلات مع الأساتذة و الحوار معهم فيما يخص موضوعنا.

7-2- المجال المكاني:

تحت الدراسة الميدانية خلال التنقل لحضور التريبة البدنية في مختلف الثانويات للغرب الجزائري

8- المعالجة:

8-1- المعالجة الإحصائية:

الدراسة الإحصائية تعطينا أكثر دقة في النتائج الميدانية و ترجمة النتائج إلى أرقام. وقد قمنا بإخضاع المعطيات المتحصل عليها بشكلها الكلي و هذا قصد التعليل و المعاينة باستعمال البرامج الإهائية.

8-2- المعالجة الوصفية:

لدراسة عينة من العينات و التمكن من التعرف على المجموع الكلي الموضوع استعملنا القاعدة الثلاثية لحساب التكرارات، المجاميع و النسب المئوية حيث أن.

القاعدة الثلاثية: النسبة المئوية = $\frac{100 \times (\text{التكرار})}{\text{التكراري المجموع}}$. (حسن. علاوي، 2000، صفحة 286)

$$\text{أي } \% = \frac{100 \times \text{ت}}{\Sigma}$$

8-3- المعالجة التحليلية:

لتحليل النتائج و حسب المقارنة قمنا باستعمال اختبار برسن من خلال توظيف القيم في المعادلة التالية:

$$\chi^2 = \frac{\Sigma (n - n')^2}{n}$$

حيث أن:

(ن) قيم نظرية.

(حسن. علاوي، 2000، صفحة 286)

(ن) متوقعة.

9- صعوبات البحث:

ما من موضوع بحث يخلو من الصعوبات التي يجب دائما على الباحث تجاوزهها، و إلا لكان ميدان البحث العلمي سهلا على الجميع، و لقد واجهتنا عدة صعوبات نذكر منها:

- صعوبة الموضوع و البحث فيه و خاصة باللغة العربية.
- قلة المواضيع المشاهدة لبحثنا.
- عند توزيع الاستبيان تلقينا بعض الصعوبات مع التلاميذ.
- كذلك عند استلام الاستبيان.

الفصل الثاني

عرض و تحليل و مناقشة نتائج البحث

1. عرض وتحليل نتائج الإمتبيان الموجه للتلاميذ

2. عرض وتحليل مقابلة مع الأساتذة

2-1- عرض و تحليل نتائج الإمتبيان الموجه للتلاميذ:

المحور الأول: (واقع كرة السلة)

السؤال الأول:

هل تمارس كرة السلة ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كان التلاميذ يمارسون كرة السلة

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
قليل	85	47,22
كثير	43	23,88
متوسط	46	25,25
بدون رأي	06	3,33
المجموع	180	100 %

الجدول رقم(01): يمثل تكرارات و النسب المئوية لممارسة كرة السلة.

نلاحظ من الجدول رقم (01) أن التلاميذ الذين يمارسون كرة السلة قليل بنسبة 47,22% بينما النسبة التي تليها هي متوسط بنسبة 25,25% و النسبة التي تليها هي كبيرة بنسبة 23,88% بينما نسبة بدون رأي هي قليلة و تتراوح نسبتها بـ 3,33% .

السؤال الثاني:

هل تشجعك عائلتك على ممارسة كرة السلة؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كانت العائلة تشجع الأطفال على ممارسة كرة السلة

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
قليل جدا	50	27,77
متوسط	00	00
كثير	41	22,77
قليل	65	36,11
كثير جدا	24	13,33
المجموع	180	100 %

الجدول رقم(2): يمثل تكرارات و النسب المئوية لتشجيع العائلة.

نلاحظ من الجدول رقم (2) أن أكبر نسبة لمعرفة تشجيع العائلة على ممارسة كرة السلة هي (36,11%) أي أنها قليلة بينما النسبة التي تليها هي نسبة (22,77%) أي قليلة جدا في حين أنه تنعدم نسبة التشجيع المتوسط إذن العائلة تشجع أبنائها على ممارسة كرة السلة أحيانا أي بنسبة قليلة.

السؤال الثالث:

هل ترى أن معلوماتك حول كرة السلة كافية؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كانت المعلومات لدى التلاميذ في كرة السلة كافية

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
ضعيفة	30	16,66
جيدة	27	15
متوسطة	123	68,33
المجموع	180	100 %

جدول رقم (3) يمثل تكرارات و النسبة المئوية للمعلومات في كرة السلة

نلاحظ من الجدول رقم (3) أن نسبة معرفة إذا كانت المعلومات لدى التلاميذ في كرة السلة كافية هي (68,33 %) هذه النسبة متوسطة أما النسبة الضعيفة هي (16,66 %) و نسبة (15 %) تمثل أن المعلومات عن كرة السلة هي جيدة.

السؤال الرابع:

هل تحب الاشتراك في منافسات كرة السلة ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كان التلاميذ يحبون الاشتراك في منافسات كرة السلة

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
قليل جدا	18	10
قليل	40	22,23
كثير جدا	52	28,88
كثير	40	22,22
متوسط	30	16,67
المجموع	180	100 %

جدول رقم (4): يمثل التكرارات و النسب المئوية عن معرفة إذا كان التلاميذ يجوبون الاشتراك في

المنافسات الرياضية

نلاحظ من الجدول الرابع حول الاشتراك في منافسات كرة السلة داخل الثانويات كثير جدا بنسبة (28,88%) بينما تليها تلاميذ ما بين نسبتين متقاربتين كثيرا و قليل بنسب التالية 22,23% و 22,22% ، و نجد نسبة لا بأس بها متوسطة بنسبة 16,67% و بينما نجد نسبة قليل جدا بنسبة (10%) و من هذا نلاحظ بأن التلاميذ يجوبون الاشتراك في المنافسات.

السؤال الخامس:

هل ترى أن الحجم الساعي لممارسة كرة السلة داخل مؤسستك كافي ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كان الحجم الساعي لممارسة كرة السلة كافي.

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	50	27,78
لا	96	53,33
نوعا ما	34	18,89
مجموع	180	100%

جدول رقم (05): يمثل التكرارات و النسب المئوية عن الحجم الساعي إذا كان كافي

نلاحظ من الجدول رقم (05) أن الحجم الساعي لممارسة كرة السلة داخل مؤسسات غير كافي بنسب " لا " للتلاميذ حيث نسبة 53,33% كثير جدا، عن مقارنة التلاميذ الذين يرون أن الحجم الساعي يكفي بنسبة 27,78%، و نجد فئة قليلة التي ترى أن الحجم الساعي نوعا ما كافي بنسبة 18,89%

السؤال السادس :

هل يصعب عليك فهم درس كرة السلة ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كان يصعب عليك فهم درس كرة السلة

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
قليل جدا	17	9,44
قليل	100	55,56
كثير جدا	03	1,67
كثير	07	3,88
متوسط	53	29,46
المجموع	180	100 %

جدول رقم (06): يمثل التكرارات و النسب المئوية عن درس كرة السلة إذا كان صعب أو ماذا

نلاحظ من الجدول السادس أن أغلب التلاميذ من الصعب عليهم فهم
درس كرة السلة بنسبة

(55,56%) و يليها نسبة متوسطة بنسبة (29,46%)، و بينما نجد فئة قليل جدا من التلاميذ الذين يصعب عليهم فهم الدرس فنجد (9,44%)، و أما الفئة القليلة التي لا تفهم الدرس فنجد نسب كثير و كثير جدا بنسب التالية (3,88%) و (1,67%) و هذا ما توصلنا إليه من خلال دراستنا بأن درس كرة السلة سهل الفهم.

السؤال السابع:

هل ترى أن منافسات كرة السلة داخل مؤسستك كافية؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كانت منافسات كرة السلة داخل المؤسسة كافية

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	38	21,11
لا	142	78,88
مجموع	180	100%

جدول رقم (07): يمثل التكرارات و النسب المئوية في المنافسة داخل المؤسسة إذا كانت كافية

نلاحظ من الجدول السابع أن منافسات كرة السلة داخل المؤسسة غير كافية بنسبة 78,88% مقارنة مع النسبة المئوية للتلاميذ الذين يلاحظون أنها كافية بنسبة 21,11%

المحور الثاني : (الوسائل البيداغوجية)

السؤال الأول:

ما رأيك في المنشآت الرياضية الموجودة داخل مؤسساتكم؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة المنشآت الرياضية الموجودة داخل المؤسسة

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
ملائم	110	61,11
غير ملائم	30	16,66
متوسط	27	15
بدون رأي	13	7,22
المجموع	180	100 %

الجدول رقم (01): يمثل تكرارات و النسبة المئوية للمنشآت الرياضية

نلاحظ من الجدول رقم (01) أن المنشآت الرياضية الموجودة داخل المؤسسة ملائمة بنسبة

(61,11 %). أي غير ملائمة أما المنشآت الرياضية متوسطة في نسبة (15%) أي أن معظم الإجابات

كانت أن المنشآت الرياضية الموجودة داخل مؤسستهم هي ملائمة.

السؤال الثاني:

كيف ترى الوسائل البيداغوجية التي يستعملها الأستاذ خلال حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كانت الوسائل البيداغوجية المستعملة من طرف الاستاذ كافية

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
ضعيفة جدا	53	29,44
ضعيفة	90	50
جيدة	18	10
جيدة جدا	19	10,55
المجموع	180	100 %

جدول رقم (02): يمثل تكرارات و النسبة المئوية عن الوسائل البيداغوجية المستعملة

نلاحظ من الجدول رقم (02) أن أكبر نسبة فيما يخص الوسائل البيداغوجية المتوفرة في حصة التربية البدنية و الرياضية هي 50% أي أنها ضعيفة في حين أن النسبة التي تليها 29,44% أي ضعيفة جدا، بينما الإجابتين "جيدة" و "جيدة جدا" أخذنا تقريبا نفس النسب و هي (10%) و (10,55%).

السؤال الثالث:

ما هي العوائق التي تعاني منها مؤسستك؟

رتبها من 1 إلى 3 حسب أهميتها

الغرض من هذا السؤال: معرفة العوائق التي تعاني منها المؤسسة

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نقص المنشآت و الوسائل	113	64,20
ضعف مستوى الأستاذ	45	25,56
شيء آخر	18	10,22
المجموع	176	100 %

جدول رقم (03): يمثل تكرارات و النسبة المئوية عن العوائق التي تعاني منها المؤسسة

الاختيار	ك ² المحسوب	ك ² الجدولي	مستوى الدلالة ∞	درجة الحركة DL	الدلالة
ك ²	11.04	9.49	0.05	4	دال

جدول رقم (04): يمثل مقارنة بين العوائق التي تعاني منها المؤسسة

نلاحظ من الجدول رقم (03) أن أكبر نسبة هي (64,20%) تعبر عن نقص المنشآت و الوسائل و تليها نسبة (25,56%) تمثل ضعف مستوى الأستاذ و بالنسبة لشيء آخر 44 كانت نسبة (10,22%) من خلال النسب نلاحظ أن العائق الأكبر هو نقص المنشآت و الوسائل.

و للمقارنة بين العوائق قمنا بحساب ك² حيث ك² المحسوب يساوي (11,04%) أكبر من ك² الجدولي الذي يساوي (9,49%) في مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية (4).

السؤال الرابع:

ما هي الوسائل التي بإمكانها أن تعطي القيمة الحقيقية لكرة السلة؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة الوسائل التي تعطي القيمة الحقيقية لكرة السلة

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
توفير المنشآت	61	33,89
زيادة في زمن المادة	42	23,33
التكوين الجيد للأستاذ	77	42,78
شيء آخر	00	00
المجموع	180	100 %

جدول رقم (05): يمثل تكرارات و النسبة المئوية عن الوسائل التي تعطي القيمة الحقيقية لكرة السلة

الاختبار	F^2 المحسوب	F^2 الجدولي	مستوى الدلالة ∞	درجة الحركة DL	الدلالة
F^2	47.63	12.59	0.05	6	دال

جدول رقم (06): يمثل مقارنة بين الوسائل التي تعطي القيمة الحقيقية لكرة السلة

يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (05) أن التكوين الجيد للأستاذ هو الذي يعطي القيمة الحقيقية لكرة السلة و ذلك بنسبة (42,78%) في حين أن نسبة (33,89%) تمثل توفير المنشآت و كذلك زيادة في زمن المادة بنسبة (23,33%) قد يعطي القيمة الحقيقية لكرة السلة.

و من خلال النتائج المدونة في الجدول الذي يمثل مقارنة بين الوسائل التي تعطي القيمة الحقيقية لكرة السلة و التي تشير أن قيمة ك² المحسوب 47.63 أكبر من قيمة ك² الجدولي على مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية (3).

المحور الثالث: (المستوى المعرفي)

السؤال الأول:

كيف ترى معلوماتك حول كرة السلة؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كانت المعلومات لدى التلاميذ في كرة السلة كافية

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
ضعيفة	30	16,66
جيدة	27	15
متوسطة	123	68,33
المجموع	180	100 %

جدول رقم (01) يمثل تكرارات و النسبة المئوية للمعلومات في كرة السلة

نلاحظ من الجدول رقم (01) أن نسبة معرفة إذا كانت المعلومات لدى التلاميذ في كرة السلة كافية هي (68,33%) هذه النسبة متوسطة أما النسبة الضعيفة هي (16,66%) و نسبة (15 %) تمثل أن المعلومات عن كرة السلة هي جيدة.

السؤال الثاني:

هل ترى أن الأستاذ يعطي لكرة السلة أهمية ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كان الأستاذ يهتم بكرة السلة.

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	83	46,12
لا	97	53,88
مجموع	180	100%

جدول رقم (02): يمثل التكرارات و النسب المئوية عن اهتمام الأستاذ بكرة السلة

نلاحظ من الجدول رقم (02) أن أكبر نسبة من التلاميذ أجابوا عن إذا كان الأستاذ يعطي لكرة السلة أهمية بـ: لا (53,88%) أما نسبة (46,12%) أجابوا بـ: نعم أي أن الأستاذ لا يعطي لكرة السلة أهمية كبيرة حسب النسبة المتحصل عليها.

السؤال الثالث:

هل يعاملك الأستاذ أثناء حصة كرة السلة معاملة حسنة ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كان الأستاذ يعامل التلاميذ أثناء حصة كرة السلة معاملة (حسنة، سيئة، متوسطة...).

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية
سيئة	07	03,89
سيئة جدا	00	00
حسنة	85	47,22
حسنة جدا	50	27,78
متوسط	38	21,11
مجموع	180	100%

جدول رقم (03): يمثل التكرارات و النسب المئوية عن كيفية معاملة الأستاذ لتلاميذه

من خلال ملاحظة الجدول رقم (03) نستنتج أن الاختبار الأول كان لصالح معاملة الأستاذ مع التلاميذ معاملة حسنة بنسبة 47,22% و يليها معاملة حسنة جدا بنسبة 27,78% .

السؤال الرابع:

هل يؤثر عليك جنس أستاذك أثناء حصة التربية البدنية ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كان جنس الأستاذ يؤثر على التلاميذ .

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	27	15
لا	153	85
مجموع	180	100%

جدول رقم (04): يمثل التكرارات و النسب المئوية في جنس الأستاذ

نلاحظ من الجدول رقم (04) بأن التلاميذ لا يؤثر عليهم جنس الأستاذ أثناء حصة التربية البدنية بنسبة لا (85%) مقارنة مع التلاميذ الذين يلاحظون أن جنس الأستاذ يؤثر عليهم بنسبة نعم (15%).

السؤال الخامس:

هل ترغب في زيادة عدد حصص مادة التربية البدنية ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة الرغبة في زيادة حصص التربية البدنية

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
قليل جدا	07	3,89
قليل	57	31,67
كثير جدا	62	34,44
كثير	51	28,33
متوسط	03	1,67
المجموع	180	100 %

جدول رقم (05): يمثل التكرارات و النسب المئوية عن الرغبة في زيادة حصص التربية البدنية

بالنسبة للجدول (05) تمثل أكبر نسبة فيما يخص " الرغبة في زيادة حصص التربية البدنية 34,44% و هي " كثير جدا " و تأتي بعدها " قليل " و أخذت نسبة 31,67% أما " كثير " أخذت نسبة 28,33% و تأتي في الأخير " قليل جدا " و " متوسط " 3,89% و 1,67% .

السؤال السادس:

هل تتضايق إذا رأيت الأستاذ يميل بكلامه إلى مجموعة معينة من زملائك ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة إذا كان التلاميذ يتضايقون من ميل الأستاذ إلى مجموعة معينة من زملاء

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	152	89,42
لا	18	10,58
مجموع	180	100%

جدول رقم (06): يمثل التكرارات و النسب المئوية عن تضايق التلاميذ

نلاحظ من الجدول رقم (06) بأن التلاميذ يتضايقون كثيرا من الأستاذ إذا كان يميل بكلامه إلى مجموعة معينة من زملائهم بنسبة نعم (89,42%) مقارنة مع التلاميذ الذين لا يتضايقون من تعامل الأستاذ مع فئة معينة بنسبة لا (10,58%).

السؤال السابع:

في رأيك ما هو التشجيع الذي يدفعك لممارسة منافسات كرة السلة ؟

الغرض من هذا السؤال: معرفة ما هو التشجيع الذي يدفعهم لممارسة منافسات كرة السلة

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
كثرة الدورات	90	47,87
حسب الرياضة	23	12,23
المنافسة و طبيعتها	03	01,59
الترويج	10	0,53
تشجيع الأصدقاء	48	25,53
عدم وجود أماكن للممارسة	07	03,72
أخرى	07	03,72
المجموع	180	100 %

جدول رقم (07): يمثل تكرارات و النسبة المئوية عن التشجيعات في ممارسة منافسات كرة السلة

الاختبار	ك ² المحسوب	ك ² الجدولي	مستوى الدلالة ∞	درجة الحركة DL	الدلالة
ك ²	2061	21.03	0.05	12	غير دال

جدول رقم (08): يمثل مقارنة بين التشجيعات في ممارسة منافسات كرة السلة

من خلال النتائج التي تحصلنا في الجدول رقم (07) وجدنا أن أغلب التلاميذ أجابوا عن ما هو التشجيع الذي يدفعك لممارسة منافسات كرة السلة داخل المؤسسة هي كثرة الدورات بنسبة (47,87%) و تليها نسبة (25,53%) تعبر عن تشجيع الأصدقاء على الممارسة و كذلك نسبة (12,23%) تعبر عن حسب الرياضة الممارسة.

و لمعرفة هل هناك فرق بين التشجيعات حسبما ك² حيث ك² المحسوب يساوي 2.61 أصغر من ك² الجدولي الذي يساوي 21.03 عند مستوى الدلالة 0.05 إذن فالدلالة غير دال.

-2- عرض وتحليل نتائج المقابلة مع الأساتذة:

تمهيد:

لإجراء المقابلة حاولنا الالتحاق بالأساتذة حتى نحاورهم و نأخذ رأيهم حول الموضوع الذي تطرقنا إليه في بحثنا ألا و هو: " واقع النشاط البدني الرياضي لمقياس كرة السلة في بعض الثانويات لفئة (16-18 سنة) " فطرحنا عليهم عدد من الأسئلة المعقدة — (10) أسئلة لكل أستاذ حتى نستنتج نظراتهم.

و من خلال الإجابات التي تحصلنا عليها من طرف الأساتذة و جدنا:

المحور الأول: (خاص بكرة السلة)

السؤال الأول: في نظرك ما هو تقييمك للمستوى المهاري عند التلاميذ؟

الهدف من السؤال: معرفة المستوى المهاري عند التلاميذ

التعليق: في هذا السؤال حاولنا التمكن من معرفة التقييم للمستوى المهاري للتلاميذ.

بناء على الإجابات المتحصل عليها أن المستوى المهاري للتلاميذ متوسط و هذا لقلة الإقبال الجيد على اللعبة و كذا صعوبة المهارات التي تحتويها مما يعمل على تدني المستوى العام للعبة.

السؤال الثاني: ما هي المهارات الأساسية التي يجب تعليمها للتلاميذ؟

الهدف من السؤال: معرفة المهارات الأساسية التي يجب أن يتعلمها التلميذ؟

التعليق: و كانت معظم الإجابات عن المهارات الأساسية هي عبارة عن تصميمات.

السؤال الثالث: هل يسهل عليك التعامل مع التلاميذ أثناء حصة كرة السلة؟

الهدف من السؤال: معرفة إذا كان تعامل مع التلاميذ حسن خلال حصة كرة السلة.

التعليق: إن أغلبية الأساتذة يتعاملون مع التلاميذ بطريقة جيدة مما يجعل التلاميذ يرغبون في ممارسة كرة السلة.

السؤال الرابع:

هل تعامل التلاميذ أثناء حصة كرة السلة مع الأستاذ معاملة ملائمة؟

الهدف من السؤال: معرفة إذا كان التلاميذ يتعاملون مع الأستاذ معاملة ملائمة.

التعليق: إن معظم الأساتذة ينجبون أن تعامل التلاميذ مع الأستاذ تعامل لائق لأن مؤسستهم مؤسسة تربية.

السؤال الخامس:

كيف ترى إقبال التلاميذ على نشاط كرة السلة ؟

الهدف من السؤال: معرفة إقبال التلاميذ على نشاط كرة السلة.

التعليق: نسبة كبيرة من الأساتذة ينجبون أن إقبال التلاميذ على نشاط كرة السلة لا بأس به.

السؤال السادس: هل ترى عدد التلاميذ الممارسين لكرة السلة في القسم كاف ؟

الهدف من السؤال: معرفة إذا كان عدد التلاميذ كاف لممارسة كرة السلة.

التعليق: نعم عدد التلاميذ الممارسين لكرة السلة في القسم كاف.

السؤال السابع: ما مدى مشاركتكم في ندوات محورها أساسيات كرة السلة؟

الهدف من السؤال: معرفة إذا كانوا يشاركون في ندوات محورها كرة السلة.

التعليق: إن معظم الأساتذة يؤكدون أنهم يشاركون في معظم الندوات إن لم تكن كلها.

الخبر الثاني: (خاص بالوسائل البيداغوجية)

السؤال الأول:

ما هي الوسائل التي بإمكانها أن تعطي القيمة الحقيقية لرياضة كرة السلة؟

الهدف من السؤال: معرفة الوسائل التي تعطي القيمة لكرة السلة.

التعليق: يرى الأساتذة أن النوادي هي السبابة: احتفالات و تظاهرات و فرة الملاعب و الهياكل

السؤال الثاني:

ما هي الوسائل الناقصة داخل المؤسسة؟

الهدف من السؤال: معرفة الوسائل الناقصة داخل المؤسسة.

التعليق: الوسائل الناقصة داخل المؤسسة في معظم الثانويات تعاني من نفس الوسائل، ملاعب غير صالحة من

ناحية الأرضية، نقص في عدد الكرات نظرا للحجم الهائل للتلاميذ و وجود تنوع في الأنشطة الرياضية.

السؤال الثالث: ما هي الوسائل المتاحة لتحقيق هدف كرة السلة؟

الهدف من السؤال: معرفة الوسائل التي تحقق هدف كرة السلة أول شيء و هو ملعب خاص بكرة السلة

بالإضافة إلى ذلك كرات خاصة بكرة السلة.

الفصل الثالث

مناقشة النتائج، الاستنتاجات، الخلاصة العامة والتوصيات

1. مناقشة النتائج بالفرضيات

2. الاستنتاجات

3. الخلاصة العامة

4. التوصيات

3- مناقشة النتائج بالفرضيات:

تمهيد:

من خلال النتائج المتحصل عليها أثناء قيامنا بزيارة بعض الثانويات سنعرض من خلال هذا الفصل فرضيات من البحث و النتائج المتوصل إليها، و سنحاول تأكيد أو نفي هذه الفرضيات الجزئية الثلاثة مع الفرضية العامة و مناقشة النتيجة.

الفرضية العامة:

بعد تحليلنا للنتائج المتحصل عليها من خلال أدوات البحث لا حظنا أن هناك اختلاف في الثانويات إذ أن عدم ممارسة كرة السلة داخل الثانويات يختلف من ثانوية إلى أخرى.

مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال تحليلنا لنتائج بطاقات الملاحظة الخاصة بالثانويات و التي تم من خلالها ملاحظة قلة الوسائل التعليمية. سبب تعاني منه كل مؤسسة و كل الوسائل المتوفرة لدى الثانويات متشابهة لا تختلف من ثانوية إلى أخرى.

مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال تحليلنا لنتائج بطاقات الملاحظة و التي تم من خلالها ملاحظة أن عدم الاهتمام بلعبة كرة السلة هو سبب ذكر كذلك في معظم الثانويات التي تنقلنا إليها.

مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

بعد تحليلنا لنتائج بطاقات الملاحظة استنتجنا أن وجود أو عدم وجود إطارات كفاءة مختصين في مجال كرة السلة ليس سبب من أسباب عدم الاهتمام بهذه اللعبة.

تأكيد أو نفي الفرضيات في ضوء نتائج البحث:

الإستنتاجات:

أما الإستنتاجات فكانت كالآتي:

- 1- قلة الوسائل التعليمية هو أحد أسباب عزوف التلاميذ عن ممارسة لعبة كرة السلة ولهذا يفضل أغلب التلاميذ زيادة في حصص التربية البدنية
- 2- عدم الاهتمام باللعبة أحد أسباب ضعف مستوى كرة السلة. إذ أن أغلبية التلاميذ يوافقون على هذه الفرضية.
- 3- عدم وجود إطارات كفاءة مختصة في مجال كرة السلة ليس سبب مقنع حسب تحليل النتائج.
- 4- عدم الاهتمام بلعبة كرة السلة راجع إلى نقص المنشآت و قلة الوسائل التعليمية المناسبة و كذلك عدم وجود أساتذة و مؤطرين مختصين في هذا المجال.
- 5- وجود أو عدم وجود إطارات كفاءة مختصين في مجال كرة السلة ليس سبب من أسباب عدم الاهتمام بهذه اللعبة.
- 6- عدم الاهتمام بلعبة كرة السلة هو سبب ذكر كذلك في معظم الثانويات التي تنقلنا إليها.
- 7- هناك اختلاف في الثانويات إذ أن عدم ممارسة كرة السلة داخل الثانويات يختلف من ثانوية إلى أخرى.
- 8- الوسائل الناقصة داخل المؤسسة في معظم الثانويات تعاني من نفس الوسائل، ملاعب غير صالحة من ناحية الأرضية، نقص في عدد الكرات نظرا للحجم الهائل للتلاميذ و وجود تنوع في الأنشطة الرياضية
- 9- معرفة الوسائل التي تحقق هدف كرة السلة أول شيء و هو ملعب خاص بكرة السلة بالإضافة إلى ذلك كرات خاصة بكرة السلة.

الأخلاق
الأخلاق

4- الخلاصة العامة:

إن الدراسة التي قمنا بها على مستوى بعض الثانويات وضحت لنا المشاكل والمعوقات التي أدت إلى ضعف المستوى المهاري للتلاميذ، واتضح أن هناك نقص كبير في الأجهزة و الأدوات الرياضية المناسبة لتعليم المهارات للتلاميذ وهذا ما يعكس عدم اهتمام المسؤولين باللعبة و بالمادة ككل و هو ما ساهم في تهميشها و حال دون تطورها. و يمكن القول أن الخبرة الميدانية غير كافية في المجال الرياضي وحدها لأن درس التربية البدنية و الرياضية درس أكاديمي و يعتمد على البحوث العلمية. لهذا نستنتج أنه إذا اجتمعت الخبرة العلمية (ليسانس في التربية البدنية مثلا) مع الخبرة العملية يمكن أن يكون الإنجاز في التربية البدنية الرياضية ذو نتائج جيدة، بالإضافة لذلك يرجع التفاوت بين سنوات الخبرة إلى البعد الزمني لإنشاء معاهد تكوين الأساتذة. و قد يتبين لنا أن أغلبية التلاميذ لا ينشطون في النوادي الخارجية لكرة السلة بسبب عدم وجود أندية خاصة في ولايتها. و هناك جملة من الصعوبات و العراقيل تواجه أساتذة الثانويات أثناء تعليم المهارات للتلاميذ تتلخص في بعض الوسائل البيداغوجية المناسبة و كذا اكتظاظ الأقسام بالتلاميذ و عدم كفاية الحجم الزمني مما يؤثر سلبا في تنمية القدرات المهارية و البدنية للتلاميذ، كما لا ننسى قلة الدورات التنافسية الخاصة بكرة السلة بين المدارس بصفة عامة و الأقسام بصفة خاصة مما أدى إلى تدني مستوى هذه اللعبة بولايتنا بشكل ملحوظ و عدم إباء الجهات المسؤولة أدنى إهتمام بهذا النشاط (كرة السلة).

Résumé

L'étude qu'on a fait au niveau de quelques lycées a montré les problèmes et les obstacles qui a mené à faiblir le niveau technique des élèves et cela a prouvé qu'il y a un grand manque des outils les matériaux sportifs qui nous aident à bien apprendre les techniques aux élèves ça revient au manque l'intensité des responsables de jeux et de la matière

La plupart des élèves ne participent à aucun club amateur ni professionnel à cause du manque des clubs sportifs du basketball au niveau de la wilaya.

5- التوصيات:

على ضوء دراستنا لنتائج الاستبيان مع تلاميذ و المقابلة مع الأساتذة و الدراسة المفصلة في هذا الجانب و هو واقع النشاط البدني الرياضي لمقياس كرة السلة في بعض الثانويات لفئة (16-18 سنة) الذي كان عنوان بحثنا قمنا بتقديم بعض الإقتراحات ونأمل أن تكون حل لبعض المشاكل التي تعيق التلاميذ أثناء كرة السلة داخل الثانوية.

1- إجراء دورات رياضية بين التلاميذ في أوقات العطل و المنافسات الوطنية لتوسيع قاعدة التعاون و إثبات العلاقات الطيبة فيما بينهم.

2- تأسيس النادي المدرسي و تنظيمه لتحقيق مبدأ الحكم الذاتي في الإدارة.

3- الإكثار من الفرق الرياضية حتى يتيسر لكل تلميذ إشباع رغباته من ناحية و تكوين هواية رياضية من ناحية أخرى.

4- الإكثار من الملاعب و الأدوات التي تيسر لكل تلميذ مزاولة النشاط الذي يرغب فيه.

5- الإكثار من الأيام الرياضية خاصة الجماعية.

6- تكوين بطولة في الثانوية بين الأقسام و إعطاء الفرصة لكل تلميذ بالمشاركة و الإحساس بالإنتماء.

7- تعداد الملاعب و الأماكن للتدريب و توفير الوسائل.

8- القيام بمباريات و منافسات داخلية و خارجية بين المؤسسات.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر و المراجع:

أ- المصادر و المراجع باللغة العربية:

- 1- أسامة كامل راتب، النمو الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة ط2، 1994
- 2- بسطويسي أحمد، أسس و نظريات الحركة، دار الفكر العربي القاهرة، ط1، 1996
- 3- حسن عبد الجواد، كرة السلة، دار العلم للملايين ط2، بيروت، أفريل 1966
- 4- حسن عوض، كمال صالح غيث، الترجمة أسس التربية البدنية، دار الفكر العربي القاهرة.
- 5- عباس أحمد السامرائي و بسطويسي، طرق التدريس في مجال التربية البدنية
- 6- مختار سالم، جو كرة السلة، مؤسسة المعارف، ط1 بيروت، 1971
- 7- عبد الرحمان أحمد صالح عبد الله، دور التربية العلمية في إعداد المعلمين بيروت، بدون طبعة
- 8- مصطفى فهمي، علم النفس- الطفولة و المراهقة، 1974
- 9- محمد سلامة- توفيق حداد- علم النفس الطفل، 1973
- 10- عبد الرحمان- عيسوي: علم النفس النمو، دار المعارف الجامعية 1955
- 11- شارلز بيوكي أسس التربية البدنية
- 12- محمد جميل منصور و فاروق سيد السلام، النمو من الطفولة إلى المراهقة
- 13- محمد حسان علاوي، علم النفس الرياضي، ط2، دار الفكر العربي مصر 2000
- 14- جابر محمد جابر، النمو النمو النفسي و التكيف الاجتماعي، دار النهضة-1967
- 15- محمد عماد الدين إسماعيل، النمو في مرحلة المراهقة
- 16- لعني عادل، كراقة، أثر حصة ت، ب، ر، في خفض الاضطرابات النفسية عند المراهق

- 17- سعدية محمد علي هاجر، سيكولوجية المراهقة
- 18- دكتور محمد مصطفى زيدان: كرة السلة للمدرب، دار الفكرية، سنة 1982
- 19- مهدي نجم، يوسف البازي: "المبادئ الأساسية في كرة السلة" مطبعة التعليم العالي جامعة بغداد سنة 1987
- 20- كمال عارف اهر، رعد جار باقي الرشيد: المهارات الفنية لكرة السلة جامعة بغداد سنة 1987
- 21- مصطفى محمد زيدان : كرة السلة للمدرس و المدرب، دار الفكر العربي
- 22- أسامة كامل راتب: النمو الحركي، دار الفكر العربي، ط2، 1994
- 23- فؤاد السيد البهي: علم النفس الإحصائي و قياس العقل البشري، دار الفكر العربي القاهرة 1980
- 24- محمد زياد حمدان تقييم التعلم، أسسه و تطبيقه، دار العلم للملايين بيروت 1980
- 25- وجيه محجوب جاسم، طرق البحث العلمي و مناهجه في التربية البدنية، المطبعة الجامعية الموصل بغداد 1985.
- 26- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، الاختيارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي القاهرة، ط1، 1987
- 27- طلعت همام، قاموس العلوم النفسية و الاجتماعية
- 28- ع، بوداود مطبوعات منهجية البحث، جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية و الرياضية، الجزء الثاني 1992.

ب- المصادر و المراجع باللغة الأجنبية:

29- ARTUROHOTZ.A ; APRENTISSAGE PSYCHO. MOTEUR.EDITION VIGOT ; paris 1985.

30- BELLIK ABDE NAJEM ENTRAINEMENT SPORTIF ; EDITION SACS ; BATNA.

31- HATHU.E L'ENTRAINEMENT SPORTIF DES ENFANTSM, VIGOT.FRANCE 1989.

الأملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس

مستغاثم

معهد علوم و تقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية

مقابلة مع أساتذة التربية البدنية

و الرياضية في المرحلة الثانوية

في إطار إنجاز مذكرة تحت متطلبات نيل شهادة ليسانس ، نتقدم بهذه الإستمارة طالبين منكم ملئها بعناية لكي يتسنى لنا الوصول لحل الإشكالية المقترحة و التي نريد معالجتها تحت عنوان : واقع النشاط البدني الرياضي لمقياس كرة السلة في بعض الثانويات لفئة (16-18 سنة)

فتتقدم لكم بالشكر أولا، و نرجو منكم أن تساهموا بأجوبتكم ليتسنى لنا حل أسئلة هذه المقابلة.

من إعداد الطالبين: تحت إشراف:

د. معافي عبد القادر

زناسني إسماعيل

بن رزيق إبراهيم

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس

_____مستغاثم_____

معهد علوم و تقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية

إستبيان موجه لتلاميذ التعليم الثانوي (16 ، 18 سنة)

في إطار إنجاز مذكرة تحت متطلبات نيل شهادة ليسانس في التربية البدنية و الرياضية المتمثل عنواها في:

واقع النشاط البدني الرياضي لمقياس كرة السلة في بعض الثانويات لفئة (16 ، 18 سنة) .

نتقدم بإستمرارنا هذه طالبين منكم ملئها بعناية و الإلزام بالموضوعية من خلال أجوبتكم التي ستقضي مصداقية أكبر علي بحثنا الذي هو خطوة نحو الأمام ، وفتح المجال أمام دراسات أخرى أكثر تعمقا في الموضوع .

نتقدم مسبقا بتشكرنا على مساهمتكم في إنجاز هذا الموضوع فتقبلوا منا فائق الإحترام و التقدير .

من إعداد الطالبين: تحت إشراف:

د . معافي عبد القادر

زناسني إسماعيل

بن رزيق إبراهيم

إستمارة الإختيار الخاصة بالتلاميذ

وضع علامة (x) أمام الاجابة المختارة

المحور الأول: (واقع كرة السلة)

السؤال الأول :

هل تمارس كرة السلة ؟

متوسط

قليل

بدون رأي

كثير

السؤال الثاني :

هل تشجعك عائلتك على ممارسة كرة السلة ؟

قليل

قليل جدا

كثير

متوسط

كثير جدا

السؤال الثالث :

هل ترى أن منافسة كرة السلة داخل مؤسستك كافية ؟

لا

نعم

السؤال الرابع :

هل تحب الاستدراك في منافسات كرة السلة ؟

قليل جدا قليل كثير كثير جدا
متوسط كثير كثير جدا

السؤال الخامس :

هل ترى أن الحجم الساعي لممارسة كرة السلة داخل مؤسستك كافي؟

نعم لا

السؤال السادس :

هل يصعب عليك فهم درس كرة السلة؟

قليل جدا قليل كثير كثير جدا
متوسط كثير كثير جدا

السؤال السابع :

في رأيك كيف ترى ممارسة منافسة كرة السلة فس مؤسستك

.....
.....
.....

المحور الثاني:(الوسائل البيداغوجية)

السؤال الأول :

ما رأيك في المنشآت الرياضية الموجودة داخل مؤسستكم؟

ملائم متوسط غير ملائم
بدون رأي غير ملائم

السؤال الثاني :

كيف ترى الوسائل البيداغوجية التي يستعملها الأستاذ خلال حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

ضعيفة

ضعيفة جدا

جيدة جدا

جيدة

السؤال الثالث :

ما هي العوائق التي تعاني منها مؤسستك ، رتبها من 1 إلى 3 حسب أهميتها ؟

نقص المنشآت و الوسائل

ضعف مستوى الاستاد

شيء آخر

السؤال الرابع :

ما هي الوسائل التي بإمكانها ان تعطي القيمة الحقيقية لكرة السلة ، رتبها من 1 إلى 3 حسب أهميتها ؟

توفير المنشآت

الزيادة في زمن الحصة

التكوين الجيد للأستاذ

شيء آخر

الخبر الثالث:(المستوى المعرفي)

السؤال الأول :

كيف ترى معلوماتك حول كرة السلة ؟

متوسطة

ضعيفة

جيدة

السؤال الثاني :

هل ترى أن الأستاذ يعطي أهمية لكرة السلة ؟

لا

نعم

السؤال الثالث :

هل يعاملك الأستاذ أثناء حصة كرة السلة معاملة ؟

سيئة

سيئة جدا

حسنة جدا

حسنة

متوسطة

السؤال الرابع :

هل يؤثر عليك جنس أستاذك أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية؟

نعم

لا

السؤال الخامس :

هل ترغب في زيادة عدد حصص مادة التربية البدنية و الرياضية ؟

قليل

قليل جدا

متوسط

كثير

كثير جدا

السؤال السادس :

هل تتضايق إذا رأيت الأستاذ يميل بكلامه إلى مجموعة معينة من زملائك ؟

لا

نعم

السؤال السابع :

في رأيك ما هو التشجيع الذي يدفعك لممارسة كرة السلة داخل مؤسستك ، رتب من 1 إلى 7 حسب أهميتها ؟

تشجيع الأصدقاء

كثرة الدورات

حسب الرياضة

المنافسة و طبيعتها

الترويح

عدم وجود أماكن للممارسة

أخرى

مقابلة خاصة بالأستاذة

المحور الأول: (خاص بكرة السلة)

السؤال الأول: في نظرك ما هو تقييمك للمستوى المهاري عند التلاميذ؟

.....

.....

السؤال الثاني: ما هي المهارات الأساسية التي يجب تعليمها للتلاميذ؟

.....

.....

السؤال الثالث: هل يسهل عليك التعامل مع التلاميذ أثناء حصة كرة السلة؟

.....

.....

السؤال الرابع: هل تعامل التلاميذ أثناء حصة كرة السلة مع الأستاذ ملائم؟

.....

.....

السؤال الخامس: كيف ترى إقبال التلاميذ على نشاط كرة السلة؟

.....

.....

السؤال السادس: هل ترى عدد التلاميذ الممارسين لكرة السلة في القسم كاف؟

.....

.....

السؤال السابع: ما مدى مشاركتكم في ندوات محورها أساسيات كرة السلة؟

.....

.....

المحور الثاني : (خاص بالوسائل البيداغوجية)

السؤال الأول: ما هي الوسائل التي بإمكانها أن تعطي القيمة الحقيقية لرياضة كرة السلة؟

.....

.....

السؤال الثاني: ما هي الوسائل الناقصة داخل المؤسسة؟

.....

.....

السؤال الثالث: ما هي الوسائل المتاحة لتحقيق هدف كرة السلة؟

.....

.....

