



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية والتعليم العالي والبحث العلمي



جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضة

قسم التربية و علم الحركة

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس

عنوان

ميل التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة البدنية الرياضية من خلال
حصة التربية البدنية

بحث مسحي وصفي اجري على بعض تلاميذ متوسطة عقال امحمد ولاية سعيدة

تحت اشراف :

- هشام بيطار

من إعداد الطالب:

-قايد منير

السنة الجامعية

2022/2021

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
خَلَقَ الْمَوَدَّعَاتِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
خَلَقَ الْمَوَدَّعَاتِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
خَلَقَ الْمَوَدَّعَاتِ

شكر و عرفان

يقول الله تعالى في كتابه العزيز

"ولا تنسوا الفضل بينكم ان الله بما تعملون بصير"

(صورة البقرة الآية 237)

وفي الحديث القدسي الجليل:

"عبي لن تشكرني ما لم تشكر من قدمت لك الخير على يديه "

بعد الحمد والشكر الله عز وجل ، لا يسعنا بعد أن أتمنا هذه الدراسة المتواضعة ،
بعون الله وتوفيقه ، إلا أن نتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى كل فرد ساندنا
...ودعنا... وشد على أيدينا... وآزرنا بالقول أو الفعل أو الدعاء .

ما اتقدم بالشكر الجزيل والعرفان بالدرجة الأولى إلى الدكتور " هشام بيطار "
على قبوله الإشراف على هذه المذكرة ولما بذله معي من جهد ورعاية ولاهتمامه
و سعة صدره ...وتشجيعه وإرشاده لي في سبيل إنجاز هذا البحث ،جعله الله لنا
فخرا ورمزا من رموز العلم.

كما اتقدم بشكري الخاص لأساتذة قسم التربية و علم الحركة ولكافة أساتذة معهد
التربية البدنية - مستغانم -

كما لا يفوتني أن اشكر كل من ساهم من قريب أو بعيد في إنجاز هذا البحث
واخص بالذكر مديرة متوسطة عقال امحمد و كل الاساتذة و العمال و الاداريين .



الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم "وقل اعملوا فسيرى الله عملكم
ورسوله والمؤمنون"

إلى نور العيون...ورمش الجفون والسر المكنون والحب المجنون في القلب
المفتون والعقل الموزون والصدر الحنون ، إلى البلسم الشافي والقلب الدافئ
والحنان الكافي، إلى التي أحاطتني بسياج حبها إلى أروع أم في الوجود أُمي
الحببية .

إلى الذي تاهت الكلمات في وصفه وعجز اللسان في ذكر مآثره إلى سندي
وعوني وقدوتي إلى النور الوضاء مصدر فخري وذخري إلى ذلك الينبوع الذي
اغترفت منه الحنان إلى الذي يعجز القلم واللسان على خطه في كلمات إلى من
جعل نفسه شمعة تحترق من أجل أن ينير دربيوإلى من تعب وشقى من أجل
راحتي وسعادتي إليك
يا أبي الغالي .

إلى النجوم والكواكب إلى الورود البهية الذين قاسموني حنان الوالدين أخوتي
وأخواتي الرموز البراءة والصفاء : وليد كنزة ياسمين هديل .

و إلى الذين جعلوا من الضعف قوة أساتذتي الكرام عويمر احمد و رابح
بشارف ، و الناصدقائي الاعزاء ..و إلى من ساهم من بعيد أو قريب في
إنجاح هذا الجهد المتواضع وفقهم الله في مشوارهم وسدد خطاهم..

ملخص البحث

ملخص البحث:

تهدف الدراسة إلى التعرف على دور حصة التربية البدنية والرياضية في اكساب التلاميذ هواية ممارسة الانشطة البدنية الرياضية و كذا مدى تعلم التلميذ المبادئ الاساسية لممارسة الانشطة البدنية .

ولهذا الغرض استخدمنا منهج وصفي لملائمته طبيعة الدراسة على عينة مكونة من 105 تلميذ تم اختيارها بالطريقة العشوائية ولجمع البيانات استخدمنا أداة عبارة عن استبيان بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائيا بواسطة برنامج spss تم التوصل إلى ان التلميذ يتعلم المبادئ الاساسية لممارسة الانشطة البدنية من خلال حصة التربية الرياضية كما ان لها دور فعال في اكساب التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة البدنية الرياضية

وقد أوصت الدراسة بضرورة حث التلاميذ على اهمية ممارسة الانشطة البدنية.

الكلمات المفتاحية

حصة التربية البدنية والرياضية – الهواية - الانشطة البدنية الرياضية - الميول .

Résumé de la recherche:

L'étude visait à identifier le rôle du cours d'éducation physique et sportive dans la transmission aux élèves du loisir de la pratique des activités physiques sportives, ainsi que le degré d'apprentissage par l'élève des principes de base de la pratique des activités physiques.

Pour cela, nous avons utilisé une approche descriptive adaptée à la nature de l'étude sur un échantillon de 105 étudiants sélectionnés par méthode aléatoire. Pour recueillir les données, nous avons utilisé un outil qui est un questionnaire après avoir recueilli les résultats et les traiter statistiquement en utilisant le programme spss. Il a été conclu que l'élève apprend les principes de base de la pratique des activités physiques à travers le cours d'éducation physique. Le cours d'éducation physique joue également un rôle efficace en donnant aux élèves le loisir de pratiquer des activités physiques sportives.

L'étude a recommandé la nécessité d'exhorter les étudiants à l'importance des activités physiques.

Cours d'éducation physique et sportive- Loisir - activités physiques sportives - penchant

Research Summary:

The study aimed to identify the role of the physical education and sports course in transmitting the degree of Students acquire te Le passe-temps de l'activité physique s, as well as the extent to which the student learns the basic principles of practicing physical activities.

For this, we used a descriptive approach adapted to the nature of the study on a sample of 105 students selected by random method. To collect the data, we used a tool that is a questionnaire after collecting the results and processing them statistically by using the spss program. It was concluded that the student learns the basic principles of practicing physical activities through the physical education class. It also has an effective role in providing students with the hobby of practicing physical sports activities.

The study recommended the need to exhort students to the importance of physical activities.

Physical education and sports courses - Leisure - physical sports activities - inclinqtions

قائمة الجداول والأشكال

قائمة الجداول

44	الجدول 01: يمثل الإجابة عن السؤال هل تحب ممارسة الأنشطة الفردية في حصة التربية البدنية و الرياضية
45	الجدول 02: يمثل الإجابة عن السؤال هل تفضل الأنشطة الرياضية التي ليس فيها جهد بدني كبير
46	الجدول 03: يمثل الإجابة عن السؤال الهدف الرئيسي لممارسة الرياضة هو اكتساب الصحة
48	الجدول 04: يمثل الإجابة عن السؤال افضل ممارسه الأنشطة الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الافراد
49	الجدول 05: يمثل الإجابة عن السؤال هل تمارس الأنشطة الرياضية لتصبح بطل المستقبل
51	الجدول 06: يمثل الإجابة عن السؤال تمارس الأنشطة الرياضية من اجل زيادة اللياقة البدنية
52	الجدول 07: يمثل الإجابة عن السؤال امارس الأنشطة الرياضية بمفردي خارج اوقات الدراسة
54	الجدول 08: يمثل الإجابة عن السؤال من خلال حصة التربية البدنية تعلمت مبادئ العامة للممارسة النشاط الرياضي
55	الجدول 09: يمثل الإجابة عن السؤال امارس الرياضة بشكل دوري في الاسبوع بمعدل ثلاث حصص
57	الجدول 10: يمثل الإجابة عن السؤال اعتير رياضة المشي من اهم الرياضات التي يجب على الفرد ممارستها

85	الجدول 11: يمثل الإجابة عن السؤال في حصة التربية البدنية والرياضية تعلمت ان الرياضة لها اثر ايجابي على نفسية الفرد
60	الجدول 12: يمثل الإجابة عن السؤال هل يشجعك الاستاذ داخل الحصة على ممارسة الرياضة بشكل دوري
62	الجدول 13: يمثل الإجابة عن السؤال هل المعفى او الذي لا يمارس حصة التربية البدنية بدون سبب تراه محق
63	الجدول 14: يمثل الإجابة عن السؤال اتخلص من الضغوط والقلق من خلال حصة التربية البدنية لذلك امارس الرياضة بشكل دوري
65	الجدول 15: يمثل الإجابة عن السؤال تساعد الرياضة في تحسين الجهاز الدوري والتنفس66سي للمارس الرياضة
66	الجدول 16: يمثل الإجابة عن السؤال تساعد ممارسة الانشطة البدنية و الرياضة في تحسين بعض تشوهات العمود الفقري
68	الجدول 17: يمثل الإجابة عن السؤال هل ترى بان الرياضة تزيد من الثقة بالنفس لدى الممارس
69	الجدول 18: يمثل الإجابة عن السؤال هل تستعين بأستاذ التربية البدنية إذا كانت لك مشكلة في اداء التمارين الرياضية
71	الجدول 19: يمثل الإجابة عن السؤال من خلال ممارسة الانشطة الرياضية بشكل دوري فائدة على الجهاز العضلي
72	الجدول 20: يمثل الإجابة عن السؤال ترى وقت المخصص لممارسة حصة التربية البدنية و الرياضة كافي ؟
74	الجدول 21: يمثل الإجابة عن السؤال هل الممارسة الجيدة للنشاط الرياضي تقلل من التعرض بالإصابات
75	الجدول 22: يمثل الإجابة عن السؤال اشعر من خلال حصة التربية البدنية اني قادر على ممارسة الرياضة دون استاذ خارج وقت الدراسة

77	الجدول 23: يمثل الإجابة عن السؤال أكتسب قوة بدنية جيدة بعد حصة التربية البدنية و الرياضة؟
78	الجدول 24: يمثل الإجابة عن السؤال اري بان حصة التربية البدنية كافية من اجل بناء جسم سليم
80	الجدول 25: يمثل الإجابة عن السؤال ممارسة النشاط الرياضي يحافظ و يخفض من وزن الوزن الزائد؟
81	الجدول 26: يمثل الإجابة عن السؤال ممارسة الانشطة الرياضية مدة 30 دقيقة اربع مرات اسبوعيا كافية للصحة الفرد
83	الجدول 27: يمثل الإجابة عن السؤال لا امارس الرياضة خارج اوقات الدراسة لاني لا املك الوسائل المساعدة
84	الجدول 28: يمثل الإجابة عن السؤال الانشطة الرياضية المفيدة للجسم لا تمارس الا في القاعات و تحت اشراف مدرب متخصص
86	الجدول 29: يمثل الإجابة عن السؤال لا امارس الرياضة او أي نشاط الا بعد القيام باحماء جيد
87	الجدول 30: يمثل الإجابة عن السؤال يمكن للممارسة الانشطة الرياضية ان تؤثر سلبا على التحصيل الدراسي

قائمة الاشكال

56	الشكل 01: يمثل الإجابة عن السؤال هل تحب ممارسة الانشطة الفردية في حصة التربية البدنية و الرياضية
56	الشكل 02: يمثل الإجابة عن السؤال هل تفضل الانشطة الرياضية التي ليس فيها جهد بدني كبير
58	الشكل 03: يمثل الإجابة عن السؤال الهدف الرئيسي لممارسة الرياضة هو اكتساب الصحة
48	الشكل 04: يمثل الإجابة عن السؤال افضل ممارسه الانشطة الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الافراد
61	الشكل 05: يمثل الإجابة عن السؤال هل تمارس الانشطة الرياضية لتصبح بطل المستقبل
62	الشكل 06: يمثل الإجابة عن السؤال التمارس الانشطة الرياضية من اجل زيادة اللياقة البدنية
63	الشكل 07: يمثل الإجابة عن السؤال امارس الانشطة الرياضية بمفردتي خارج اوقات الدراسة
65	الشكل 08: يمثل الإجابة عن السؤال من خلال حصة التربية البدنية تعلمت مبادئ العامة للممارسة النشاط الرياضي

67	الشكل 09: يمثل الإجابة عن السؤال امارس الرياضة بشكل دوري في الاسبوع بمعدل ثلاث حصص
68	الشكل 10: يمثل الإجابة عن السؤال اعتبر رياضة المشي من اهم الرياضات التي يجب على الفرد ممارستها
70	الشكل 11: يمثل الإجابة عن السؤال في حصة التربية البدنية والرياضية تعلمت ان الرياضة لها اثر ايجابي على نفسية الفرد
72	الشكل 12: يمثل الإجابة عن السؤال هل يشجعك الاستاذ داخل الحصة على ممارسة الرياضة بشكل دوري
73	الشكل 13: يمثل الإجابة عن السؤال هل المعفى او الذي لا يمارس حصة التربية البدنية بدون سبب تراه محق
75	الشكل 14: يمثل الإجابة عن السؤال اخلص من الضغوط والقلق من خلال حصة التربية البدنية لذلك امارس الرياضة بشكل دوري
76	الشكل 15: يمثل الإجابة عن السؤال تساعد الرياضة في تحسين الجهاز الدوري والتنفسي للمارس الرياضة
78	الشكل 16: يمثل الإجابة عن السؤال تساعد ممارسة الانشطة البدنية و الرياضة في تحسين بعض تشوهات العمود الفقري
79	الشكل 17: يمثل الإجابة عن السؤال هل ترى بان الرياضة تزيد من الثقة بالنفس لدى الممارس
81	الشكل 18: يمثل الإجابة عن السؤال هل تستعين بأستاذ التربية البدنية إذا كانت لك مشكلة في اداء التمارين الرياضية
82	الشكل 19: يمثل الإجابة عن السؤال من خلال ممارسة الانشطة الرياضية بشكل دوري فائدة على الجهاز العضلي
84	الشكل 20: يمثل الإجابة عن السؤال ترى وقت المخصص لممارسة حصة التربية البدنية و الرياضة كافي ؟

85	الشكل 21: يمثل الإجابة عن السؤال هل الممارسة الجيدة للنشاط الرياضي تقلل من التعرض بالإصابات
86	الشكل 22: يمثل الإجابة عن السؤال اشعر من خلال حصة التربية البدنية اني قادر على ممارسة الرياضة دون استاذ خارج وقت الدراسة
88	الشكل 23: يمثل الإجابة عن السؤال أكتسب قوة بدنية جيدة بعد حصة التربية البدنية و الرياضة؟
90	الشكل 24: يمثل الإجابة عن السؤال ارى بان حصة التربية البدنية كافية من اجل بناء جسم سليم
91	الشكل 25: يمثل الإجابة عن السؤال ممارسة النشاط الرياضي يحافظ و يخفض من وزن الوزن الزائد؟
93	الشكل 26: يمثل الإجابة عن السؤال ممارسة الانشطة الرياضية مدة 30 دقيقة اربع مرات اسبوعيا كافية للصحة الفرد
94	الشكل 27: يمثل الإجابة عن السؤال لا امارس الرياضة خارج اوقات الدراسة لاني لا املك الوسائل المساعدة
96	الشكل 28: يمثل الإجابة عن السؤال الانشطة الرياضية المفيدة للجسم لا تمارس الا في القاعات و تحت اشراف مدرب متخصص
97	الشكل 29: يمثل الإجابة عن السؤال لا امارس الرياضة او أي نشاط الا بعد القيام باحماء جيد
99	الشكل 30: يمثل الإجابة عن السؤال يمكن للممارسة الانشطة الرياضية ان تؤثر سلبا على التحصيل الدراسي

قائمة المحتويات

	شكر واهداء
	ملخص البحث
	تعريف بالبحث
2	مقدمة
4	مشكلة البحث
4	التساؤلات الجزئية
5	فرضيات البحث
5	أهداف البحث
6	أهمية البحث
6	مصطلحات البحث
8 / 7	الدراسات المشابهة
9	التعليق على الدراسات المشابهة

الباب الأول: الدراسة النظرية

الفصل الأول: حصة التربية البدنية والرياضية

حصة التربية البدنية 13

13 مفهوم التربية
14 مفهوم التربية البدنية و الرياضية
15 اهداف حصة التربية البدنية و الرياضية
17 اهمية حصة التربية البدنية و الرياضية
18 الطبيعة التربوية للتربية البدنية والرياضية
19 اغراض حصة التربية البدنية
20 أساتذة التربية البدنية والرياضية والعملية التدريسية
20 الدور التربوي لأستاذ التربية البدنية والرياضية
21 علاقة أستاذ التربية البدنية بالتلاميذ
21 فوائد حصة التربية البدنية
22 محتوى درس التربية البدنية والرياضية
24 خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية
25 تقويم حصة التربية البدنية والرياضية

الفصل الثاني: النشاط البدني الرياضي

26 تمهيد
26 تعريف النشاط
27 تعريف النشاط البدني
27 النشاط البدني الرياضي
28 انواع النشاط البدني الرياضي المدرسي
30 الاهداف العامة للنشاط البدني التربوي
32 وظائف النشاط البدني الرياضي

33.....	مفهوم المشي الرياضي
35.....	فوائد النشاط البدني الرياضي

الباب الثاني: الدراسة التطبيقية

الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

39.....	المنهج المتبع
39.....	مجتمع و عينة البحث
39.....	متغيرات البحث
40.....	مجالات البحث
40.....	ادوات البحث
41.....	التجربة الاستطلاعية
41.....	الاسس العلمية للمقاييس

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

100.....	عرض وتحليل نتائج المحور الأول
101.....	عرض وتحليل نتائج المحور الثاني
101.....	استنتاجات عامة
102.....	مناقشة الفرضيات
103.....	مقارنة النتائج بالفرضية العامة
104.....	توصيات
107.....	خاتمة
109.....	قائمة المصادر والمراجع
111.....	الملاحق

مقدمة

مقدمة

إهتم الإنسان منذ القديم بجسمه و صحته و لياقته كما تعرف عبر كفائته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الانشطة البدنية و التي اتخذت اشكالا اجتماعيا كاللعب التمرينات البدنية التدريب البدني الرياضة كما ادرك ان المنافع الناتجة عن هذه الانشطة الجانبية النافعة لها على النواحي النفسية الاجتماعية العقلية المعرفية الحركية المهارية الجمالية و الفنية و هذه الجوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا متكاملًا و تمثل الوعي باهمية هذه الانشطة في تنظيمها في اطار ثقافي و تربوي بحيث تعتبر التربية البدنية و الرياضية هي التتويج العصري لفوائد هذه الانشطة لبتي اشارت الى اهمية النشاط البدني على المستوى الوطني . (احمد، 2017/2018، صفحة 12)

إن النشاط البدني الرياضي في صورته الجديدة من خلال حصة التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسات التربوية يعتبر ميدان هام من ميادين التربية وهو بذلك يعتبر ركيزة يستعين بها الفرد في حياته اليومية حتى يكون فردا صالحا مزودا بخبرات ومهارات وساعة تجعل منه جزء لا يتجزأ عن مجتمعه مساير لتطور ونمو محيطه الاجتماعي، فممارسة الرياضة من خلال حصة التربية البدنية والرياضية لها قيمة أساسية في حياة الفرد لما تقدمه من فوائد جسمية ونفسية واجتماعية وتربوية، فمن الناحية الجسمية تقوي عضلات وتنشطها، أما من العقلية فتساعد على تطوير القدرات العقلية والوجدانية، كما تجنب الفرد العقد النفسية التي غالبا ما تسبب له صعوبات واضطرابات نفسية، أما من الجانب الاجتماعي فإنها تتيح للفرد فرصة الاحتكاك مع الغي ر مما يؤدي به إلى ربط علاقات حميمية كالصداقة والزمانة والحب... إلخ، أما من الناحية التربوية فهي تؤدي إلى اكتساب مهارات حركية ومعارف جديدة، كما أنها تعدل السلوكات والتصرفات السلبية. (متولى عبد الله، 2011، صفحة 335)

و قد اشار العديد من الباحثين الى ان الدافعية هي مفتاح الممارسة الرياضية على مختلف مستوياتها ، كما انها المتغير الاكثر اهمية التي تحرك و تثير التلميذ لتحقيق انجازات اكتساب هواية ممارسة النشاط البدني .

حيث حظى بالاهتمام البالغ من العديد من العلماء في علم النفس عامة و علم النفس الرياضي خاصة.

و تعرف الهواية على انها ممارسة فعل معين تحبه النفس مع الحرص على إتقانه والتفنن فيه، و تمارس الهواية برغبة عفوية وذاتية، وقد تكون إما عادة فطرية أو مكتسبة. حيث تؤدي إلى اكتساب مهارات و معرفة كبيرة و لا يقصد بها تحقيق الأجر و إنما المتعة وتعتبر الهوايات الشخصية ملاذا آمنا لصحة ووقت الأفراد داخل المجتمعات الحديثة، فهي تمكن من تلبية حاجات ورغبات النفس البشرية، والتخلص من ضغوط الحياة العملية، وإبراز أو اكتشاف مواهب وقدرات الأفراد و قضاء وقت الفراغ بشكل يعود على الفرد بالفائدة و تعلم مهارات و خبرات جديدة. (تعليم جديد)

وفي هذا الصدد نحاول من خلال دراستنا هذه و نظرا لاهمية التربية البدنية و الرياضية بصفة عامة و في مرحلة الثانوي بصفة خاصة ، تم التطرق الى درجة اكتساب التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة البدنية من خلال حصة التربية و الرياضية ، و قد اشتملت الدراسة على ثلاث جوانب :

الجانب التمهيدي: و تناولنا فيه الخلفية النظرية لاشكالية البحث

الجانب النظري: و يحتوي على فصلين :

● **الفصل الاول:** تناولنا فيه مفاهيم التربية البدنية و الرياضية و اهدافها و اهميتها

و اغراضها و فوائدها

● **الفصل الثاني:** تطرقنا فيه الى صورة النشاط البدني و اهدافه و خصائصه

الجانب التطبيقي و يحتوي على ثلاث فصول

● **الفصل الثالث:** و تناولنا فيه الاجراءات المنهجية للدراسة

● **الفصل الرابع:** و يتم فيه عرض و تحليل نتائج الدراسة

● **الفصل الخامس:** و يتم فيه مناقشة نتائج الدراسة

مشكلة البحث :

كون التربية البدنية كحصة تعليمية و تربوية تتضمن معلومات و معارف و سلوكيات حركية و جو تفاعلي بين المعلم و التلاميذ . و التلاميذ فيما بينهم و نظرا لكون التربية البدنية و الرياضية بصفة عامة جزء متكامل من التربية العامة و الميدان هدفه تكوين الافراد اللائقين من الناحية العقليو و البدنية (صلحاوي، 2016، صفحة 110).

و كذا من بين اهداف هذه الحصة الخروج بالتلميذ من الضغوط الدراسية و كذا تعليمه بعض المبادئ العامة لممارسة النشاط الرياضي النمجز داخل الحصة من اجل القيام بها في اوقات الفراغ.

فالنشاط البدني الرياضي عموما أصبح من أهم مظاهر الرقي التي يقاس بها رقي الاله في وقتنا الراهن ، لذا تحرص معظم الدول عمى توجيه أبنائنا إلى ممارسة النشاط الرياضي في مختلف الانواع، فإذا كانت الدوافع نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي واحدة من اهم المواضيع التي تحضى بالدراسة و التمعن في مجال علم النفس بصفة عامة و علم النفس الرياضي عمى وجو الخصوص لمل له من اهمية في معرفة مبررات ممارسة النشاط البدني الرياضي .

و اللامر الذي دفع بنا الى طرح العديد من التسائلات عن موضوع الدراسة من منطلق تصورنا المتمثل في السؤال التالي

❖ ما دور حصة التربية البدنية في دفع التلاميذ نحو الميول لهواية ممارسة الانشطة

الرياضية

2- التسائلات الجزئية

✓ هل يكتسب التلميذ دافع لممارسة الانشطة البدنية من خلال حصة التربية البدنية.

✓ هل تساهم الأنشطة الرياضية الممارسة داخل الحصة في الرفع من ميول التلاميذ لهوية ممارسة الرياضة.

3- فرضيات البحث

على ضوء التساؤلات المطروحة تتمثل الفرضيات فيما يلي:

-الفرضية العامة:

✓ لحصة التربية البدنية و الرياضية دور ايجابي في دفع التلاميذ نحو هواية ممارسة
النشطة البدنية و الرياضية .

الفرضيات الجزئية :

➤ للانشطة الممارسة داخل حصة التربية البدنية و الرياضية دور ايجابي في الرفع من
ميول التلاميذ للاقبال على ممارسة الانشطة البدنية .

➤ حصة التربية البدنية و الرياضية تكسب التلاميذ دافعية لممارسة الانشطة البدنية
خارج اوقات الدراسة .

4 -اهداف البحث

لكل دراسة من الدراسات غاية ترحى من ورائها وأهداف تسعى لتحقيقها من أجل تقديم
البديل أو تعديل ما هو موجود، وذلك بإسهام هذا البحث في رفع كفاءته والالمام بما يحمله
ومن خلال بحثنا هذا نريد تحقيق بعض الاهداف التي يمكن خصرها فيما يلي :

❖ ابراز دور حصة التربية البدنية و الرياضية في اكساب التلاميذ هواية ممارسة
الانشطة الرياضية .

❖ تبيان الدور الفعال الذي تلعبه الانشطة الجماعية و الفردية للممارسة داخل الحصة
في الرفع درجة ميول التلاميذ للاقبال على ممارسة الرياضة.

❖ التعرف على مدى اهتمام تلاميذ الطور المتوسط بممارسة الانشطة الرياضية .

❖ معرفة مدى مساهمة استاذ حصة التربية البدنية و الرياضية في دفع التلاميذ نحو
ممارسة الانشطة الرياضية.

5- أهمية البحث

أ- الجانب العملي:

- الكشف عن درجة اكتساب التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة الرياضية من خلال حصة
التربية البدنية و الرياضية .

- تمكن القارئ من معرفة دور الألعاب الرياضية الفردية و الجماعية داخل الحصة .

ب- الجانب العلمي:

أن يدعم هذا العمل الصرح العلمي بمعلومات ومعارف يعتمد عليها من يريد البحث في مثل هذه الموضوعات واثرها المكتبة به.

6- مصطلحات البحث:

- **الميول**: يسمى احيانا الاهتمام كما يعرف بانه اتجاه نفسي يتمركز بتمركز الانتباه اتجاه معين فالالميول حالة وجدانية فعاليا ما ينتبه الفرد الى ما يصل اليه و ميل ما ينتبه اليه مما يعني ان الميل و الانتباه لهما علاقة متبادلة (محمود، 1959)

- **الهواية**: هي نشاط منتظم أو اهتمام يمارس في الغالب خلال أوقات الفراغ بقصد المتعة أو الراحة وهي تشمل هوايات الجمع والفنون حيث تؤدي إلى اكتساب مهارات ومعرفة كبيرة ولا يقصد بها تحقيق الأجر وإنما المتعة.

-النشاط البدني الرياضي:

التعريف الاصطلاحي: وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة تساعد في اشباع حاجات الفرد و دوافعه بتهيئة المواقف التعليمية المماثلة للمواقف التي يتلقاها الفرد في حياته . (الخولي، 2001، صفحة 124)

التعريف الاجرائي : هو عبارة عن مختلف الانشطة البدنية و الرياضية سواء كانت رياضات جماعية او فردية بشكل منتظم او هاو و التي تلبي الحاجات الاجتماعية النفسية الحركية او البدنية مهما كان الدافع من ممارستها .

حصة التربية البدنية و الرياضية:

التعريف الاصطلاحي: هي تلك العملية التربوية التي تهدف التحسين الاداء الانساني و اثراء الجوانب البدنية و العقلية والاجتماعية والوجدانية للفرد باستخدام النشاط البدني كأداة لتحقيق اهدافها (الخولي أ، 1996، صفحة 36)

التعريف الاجرائي : هي مجموعة من الأنشطة البدنية التي تلبي حاجيات الفرد النفسية والاجتماعية و البدنية وذلك بهدف واحد وأسمى وهو النمو الكامل للجسم

- هي مادة من مواد المقرر الدراسي في الطور التعليمي المتوسط تعتمد على ممارسة الانشطة البدنية الفردية و الجماعية وفق اسس علمية و منهجية يشرف عليها استاذ حصة التربية البدنية و الرياضية

6/- الدراسات السابقة :

1/ دراسة قام بها متقّ السعيد دوافع بن شايب بعنوان دوافع ممارسة الانشطة البدنية و الرياضية لتلاميذ الطور الثانوي اثناء الحصة - بسكرة-

و هدفت الدراسة الى التعرف على مختلف الدوافع لممارسة الانشطة البدنية و الرياضية اثناء الحصة و تبيان الفروق الموجودة بين التلاميذ و الدوافع التي تجعلهم يولون اهمية كبيرة لممارسة الانشطة البدنية من حث الجنس و مستواهم الدراسي تكونت الدراسة من 50 تلميذ و استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات و تم معالجتها باستخدام الحزمة الاحصائية للعلوم الاحصائية و توصل الباحث الى النتائج التالية

درجة دوافع التلاميذ المرحلة الثانوية لممارسة الانشطة البدنية و الرياضية كانت كبيرة جدا و خاصة الدافع الصحي
لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في دوافع ممارسة الانشطة البدنية و الرياضية بين التلاميذ من من حيث جنسهم او مستواهم التعليمي

**2 - دراسة قام بها حشاني رابح (2018) بالجزائر بعنوان دور برنامج التربية العلمية في اكتساب المهارات التدريسية لدى طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية و هدفت الدراسة الى التعرف على مساهمة برنامج التربية العلمية في اكتساب المهارات التدريسية لدى طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية و استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب الارتباطي و تكونت الدراسة من 204 طالب و استختم الطالب استمارة استبيان موجهة للطلبة و شبكة ملاحظة للاساتذة مقسمة على اربع مجالات تمثل المهارات التدريسية و توصل الباحث الى النتائج التالية
يساهم برنامج التربية العلمية في اكتساب المهارات التدريسية لدى طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية .**

وجود فروق بين وجهات نظر الطلبة و الاساتذة في مدى مساهمة برنامج التربية العلمية في اكتساب المهارات التدريسية لصالح الطلبة .

3 -دراسة قام بها احميدة نصير / جرمون علي / غندير نور الدين / بن عبد الواحد عبد الكريم (2019) بالجزائر(ورقة) بعنوان درجة اكتساب الطلبة لمهارات التدريس في التدريب الميداني و علاقتها بالاتجاه و الرغبة نحو مهنة التدريس .

و هدفت الدراسة الى التعرف على درجة اكتساب طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية لمهارات التدريس و الاتجاه و الرغبة نحو المهنة و كذا تحديد الفروق في درجة اكتساب الطلبة لمهارات التدريس تبعا لمتغير المستوى الدراسي و استخدم الباحث المنهج الوصفي و تكونت الدراسة من 106 طالب اختيرو بطريقة عشوائية طبقية و استختم الطالب استمارة استبيان اعده الباحثون يتكون من 35 فقرة تشمل ممارسة مهارة التدريس و استبانة الاتجاه و الرغبة نحو مهنة التدريس و توصل الباحث الى النتائج التالية

- وجود مستوى مرتفع في درجة اكتساب مهارات التدريس لدى الطلبة و يتميز الطلبة باتجاهات ايجابية نحو مهنة التدريس .

- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في درجة اكتساب مهارات التدريس لدى الطلبة تعزى لدى متغير المستوى الدراسي

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين درجة اكتساب مهارة التدريس و الاتجاه نحو مهنة التدريس لدى الطلبة .

4- دراسة قام بها كنيوة مولود و ابو مسجد عبد القادر 2015 ولاية جيجل

وهدفت الدراسة الى التعرف على دوافع ممارسة التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الاقسام النهائية في التعليم النهائي حيث تناولوا تحديد الفروق التلاميذ لمتغير الجنس و متغير التخصص الدراسي و استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي و تكونت الدراسة من 204 تلميذا و تلميذة و توصل الباحث الى النتائج التالية

دوافع اللياقة البدنية و جاءت في المرتبة الاولى ثم الدوافع النفسية و بعدها الدوافع الجمالية ثم دوافع التفوق الرياضي ثم تليها الدوافع الاجتماعية وفي الاخير جاءت دوافع التوتر و المخاطرة

توجد فروق ذات دلالة احصائية بالنسبة لمتغير التخصص الدراسي لكن بصفة نسبية

التعليق على الدراسات السابقة والمثابفة:

تعد الدراسات السابقة من أهم النقاط الهامة والاساسية التي تساهم بشكل كبير في توجيه الباحث نحو تحديد أساسيات بناء بحثه، فهي بمثابة المرجعية للخبرة العلمية ومنبع معلوماته في تحديد إطار مشكلة بحثه، وصياغة فرضياته وأهدافه حتى تتضح له معالم اختيار منهج دراسته الميدانية، وانطلاقا من ذلك سيقوم الطالب الباحث بمناقشة ما سبق عرضه من الدراسات السابقة والمثابفة، من حيث المنهج المتبع، العينة وكيفية اختيارها، الادوات المستخدمة، وأهم النتائج المشتركة المتوصل إليها، وذلك بهدف عرض أوجه التشابه والاختلاف بينهما:

لقد اعتمدت جميع الدراسات على المنهج الوصفي نظرا لمالئته لطبيعة البحوث وذلك ما اتفق مع دراستنا والتي انتهجنا فيها المنهج الوصفي حيث أنه مناسب في خدمة أغراض بحثنا. ما عدا دراسة (حشاني راجح) استخدم المنهج الوصفي بالاسلوب الارتباطي . أما عن العينة فقد تباينت الدراسات في اختيارهم للمرحلة العمرية وذلك حسب أهداف كل دراسة، واتفقت كل من دراس في اختيارهم للعينة بالطريقة العشوائية والتي توفر فرص متكافئة لظهور كل الافراد. وذلك ما اتفقت معه دراستنا، وختلفت جميع الدراسات في حجم العينة وذلك وفقا لإمكانات المتاحة ومتطلبات كل دراسة. أما فيما يخص أدوات الدراسة فقد اتفقت دراستنا مع جميع الدراسات المثابفة .

وهذا فإن الطالب استفاد من الدراسات السابقة والمثابفة في إثراء وتدعيم الجانب النظري، وتوجيه بعض المصادر من خلال قوائم مراجعها، معرفة الاساليب والادوات الاحصائية المناسبة لمعالجة البيانات وحيث ساعدتنا في بناء بنود أداة الدراسة (الاستبانة) وذلك في ضوء الاسئلة التي أجابت عنها دراستنا الحالية .

الباب
الاول :
الدراسة
النظرية

الفصل الاول : حصة التدريبية

و البدنية الرياضية

1- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: علوم الطبيعة و الكيمياء و اللغة، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمده أيضا بالكثير من المعارف و المعلومات التي تغطي الجوانب الصحية والنفسية، والاجتماعية بالإضافة إلى المعلومات والتمرينات والألعاب المختلفة: الجماعية والفردية، والتي تتم تحت الإشراف التربوي لأساتذة أعدوا هذا الغرض (محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، صفحة 94).

وحصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية والرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد الأسناذ أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة، بالإضافة إلى مايصاحب ذلك من تعليم مباشر، وتعليم غير مباشر (حسن شلتوت حسن معوض، صفحة 102)

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

1-2 مفهوم التربية :

1-2-1 المفهوم اللغوي :

بالعودة إلى معاجم اللغة، نجد ان كلمة تربية في اللغة لها ثلاثة اصول لغوية هي :

الاول : ربي يربي بمعنى نشأ و ترعرع (ابن منظور، 1995، صفحة 1572)

الثاني : ربا، يربو، ربوا بمعنى زاد و نمى و اربيته نميته

الثالث : رب، يرب، بمعنى اصلحه و تولى امره و ساسه و قام عليه (عبد الباني، 1983، صفحة 7)

لغة: التَّربية لفظ مشتق إما من "ربي" فيقال ربي بني فلان ربوا و ربوا بمعنى نشأ فيهم واما من "ربا" و ربا الشيء أي انه نما وزاد و يقول ربي تربية تربي الولد بمعنى غذاه و نشاه و نمى قواه الجسدية و العقلية و الخلقية (الفارابي، 1994، صفحة 89)

وهكذا فان المعنى اللغوي يجمع من بين التنشئة و التقوية و التهذيب .

اصطلاحا: تعتبر التربية ذات معنى شامل وواسع تختلف باختلاف المجتمعات و الازمات، فهناك من يعرفها بأنها عملية تدريب تأتي عن طريق الدراسة كالتدريس، فيعرفها آخر بانها مجموعة من الخبرات التي تمكن الفرد من فهم الخبرات الجديدة بطريقة أفضل هناك من يعرفها بأنها طريقة لتعديل السلوك و تعني النمو و التكيف . (عزمي، 2004، صفحة 11)

ويعرف "فايز مراد دندش" التربية في كتابه (في اصول التربية) كما يلي : ان التربية هي عملية تشكيل و اعداد الفرد انسانيا في مجتمع معين في زمان و مكان معين حتى

يستطيعون ان يكتسبوا المهارات و القيم و الاتجاهات و انماط السلوك المختلفة التي تيسر لهم عملية التعامل مع البيئة المادية ايضا .(دندش، 2004، صفحة 16)

1-3 مفهوم التربية البدنية و الرياضية :

تعددت مفاهيم التربية البدنية عند العلماء و ان نجدها تختلف في شكلها فان مضمونها لم يتغير ، فالتربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة، و ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح او اللائق من الناحية البدنية و العقلية و الانفعالية و الاجتماعية ، و ذلك عن طريق الوان من النشاط البدني

و يعرف لو بوف J.C le beuf التربية البدنية بأنها عملية تربوية و تطويرية لوظائف الجسم، من أجل وضع الفرد في حالة تكيف حسنة للحالات الممارسة.

وعرفها " فولتير واسيلنجر: "بأنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط البدني" (عزمي، 2004، صفحة 11)

كما عرفها "ويست بوتشر ": هي تلك العملية التثوية التي تهدف تحسين الاداء الانساني واثراء الجوانب البدنية و العقلية و الاجتماعية و الوجدانية للفرد باستخدام النشاط البدني كأداة لتحقيق أهدافها . (الخولي أ، اصول التربية البدنية الرياضية - مدخل تاريخ الفلسفة، 1996، صفحة 35)

وذكر "بتر ارلوند" تعريفا للتربية البدنية على انه ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري و توافق الجوانب العقلية و الاجتماعية ،الوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي غير النشاط البدني المباشر .(الخولي أ، اصول التربية البدنية الرياضية - مدخل تاريخ الفلسفة، 1996، صفحة 36)

1-4 اهداف حصة التربية البدنية و الرياضية

التربية البدنية والرياضية عبارة عن عملية واسعة الشمول متعددة الجوانب، لانها تشمل حياه الانسان المادية والمعنوية ما هي مقسمة الى ثلاثة اقسام:تربية بدنية تربية خلقية وتربية فكرية.وفصل احدهن خطأ لان كل قسم مكمل للاخر.وبذلك نستطيع القول بان التربية البدنية والرياضية كمادة دراسية ليست شيئاً مضافاً الى البرنامج المدرسي تعتبر هامة جدا بحيث تواجه ترمية توجيا صحيحا يكتسب من خلال المهارات اللازمة ويشارك في النشاطات التي تفيده صحيا، بدنيا وعقليا. فمن الناحية الصحية فهي تساهم في التكوين الصحيح والسليم لمختلف وظائف الجسم المتمثلة في سلامة الجهاز الدوري والتنفسي والعصبي العضلي. وسلامه العظام ايضا اما من ناحية التطور الحركي.تساعد المراهق على الشعور بجسمه وتحسين قدراته السيكولوجية و الارتقاء بالكفاءة الوظيفية للاجهزة الداخلية للمتعلم وكذلك كاسبه المهارات الحركية واساليب السلوكيات السوية. (خيضر، 2010، صفحة

(22)

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

1-4-1 أهداف تعليمية :

- ✓ تنمية الصفات البدنية مثل: القوة، التحمل، السرعة، الرشاق والمرونة
 - ✓ تنمية المهارات الأساسية مثل: الجري، الوثب، الرمي، التسلق، المشي
 - ✓ تدريس وإكتساب التلاميذ معارف نظرية رياضية، صحية وجمالية والتي يتطلب إنجازها سلوكا معيناً واداءً خاصاً، وبذلك تظهر القدرات الحركية للتفكير والتصرف، فعند تطبيق خطة في الهجوم أو الدفاع في لعبة من الألعاب يعتبر موقفاً يحتاج إلى تصرف سليم والذي يعبر عن نشاط عقلي إزاء الموقف .
- (أحمد، ع. أ.، 1984، صفحة 80)

1-4-2 أهداف تربوية:

ان حصة التربية البدنية والرياضية لا تغطي مساحة زمنية فقط، ولكنها تحقق الأهداف التربوية التي رسمتها السياسات التعليمية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على كل المستويات وهي كالاتي:

1-2-4-1 التربية الاجتماعية و الاخلاقية :

إن الهدف الذي تكسبه التربية البدنية في صقل الصفات الخلقية، التكيف الاجتماعي يقترن مباشرة مما سبقه من أهداف في العملية التربوية، وبما أن حصة التربية البدنية حافلة بالمواقف التي تتجسد فيها الصفات الخلقية وكان من اللازم أن تعطي كلاهما صيغة أكثر دلالة ففي الألعاب الجماعية يظهر التعاون، التضحية، إنكار الذات، الشجاعة والرغبة في تحقيق إنجازات عالية، حيث يسعى كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل صديقه وهذا قصد تحقيق الفوز، وبالتالي يمكن لأستاذ التربية البدنية أن يحقق أهداف الحصة . (عدنان درويش و اخرون ، 1994 ، صفحة 30)

1-2-4-2 التربية لحب العمل:

حصة التربية البدنية والرياضية تُعود التلميذ على الكفاح في سبيل تخطي المصاعب وتحمل المشاق، وخير دليل على ذلك هو تحطيم الرقم القياسي، الذي يمثل تغلباً على الذات، وعلى المعوقات والعراقيل، وهذه الصفات كلها تهيئ التلميذ لتحمل مصاعب العمل في حياته المستقبلية. وتمثل المساعدة التي يقوم بها التلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية كأعداد الملعب وحمل الأدوات وترتيبها عملاً جسمانياً يربي عنده عادة احترام العمل اليدوي وتقدير قيمته

1-2-4-3 التربية الجمالية :

إن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في الإحساس بالجمال، فالحركة الرياضية تشتمل على العناصر الجمالية بصورة واضحة، من رشاقة، وقوة، وتوافق، وتتم هذه التربية الجمالية عن طريق تعليقات الأستاذ القصيرة كأن يقول "هذه الحركة جميلة، أو جميلة بنوع خاص . وتشتمل التربية الجمالية أيضا على تحقيق نظافة المكان والأدوات والملابس في حصة التربية البدنية حتى ينمو الإحساس بالجمال الحركي.

1-4-2-4 اهداف معرفية :

اتصل هذا الهدف بالجانب العقلي والمعرفي وكيف يمكن للتربية الرياضية ان تساهم في تنمية المعرفة والفهم والتحليل والتركيمن خلال الجوانب المعرفية المتضمنة في الانشطة البدنية والرياضية. تاريخ المسابقة او اللعبة وقواعد اللعب الخاصة بها. واساليب التدريب والممارسة. قواعد التغذية وضبط الوزن الخاصة بها.... الخ. من جوانب لها طبيعة معرفية لا تقل اهمية عن الجوانب الحركية والبدنية في النشاط. ولقد ولى العصر الذي كانت الرياضة تعد فيه على القوه البدنية وحدها. بالاضافة الى ان تعلم المهارة الحركية يعتمد في مراحل اولي على الجوانب المعرفية والادراكية. وهذه الابعاد المعرفية للانشطة الرياضية. كما تنمي لدى الافراد المهارة الذهنية التي يمكن ان تفيده في حياته اليومية. وتساعد على التفكير واتخاذ قرارات. (بوزيان و وليد، صفحة 24)

1-4-2-5 تنمية المهارات الحركية :

من اهم اهداف التربية الرياضية حيث تبدأ برامجها من فتره الطفوله لتنشيط الحركة الاساسية. وتنمية المواطن الشائعة والتي تنقسم الى حركات انتقالية. كالمشي والجري والوتر.. حركات غير انتقالية كالثني واللف والميل . حركات معالجه وتناول. كلرمي والدفع والركل.

من تم تاسس النهار الحركيه على هذه الانماط فهي مهارات متعلقة فهي عنوان وان كانت تتاسس على اللياقة البدنية والحركات الاصلية. الا ان الاعتبارات الادراكية والحسية لها اهميتها في اكتساب المهارات الحركية ومماثلتها: المهارات الرياضية التخصصية. المهارات الخاصة في كره القدم منها على سبيل المثال: ايقاف الكرة. ضرب الكرة بالوجه الخارجي للقدم. ضرب الكرة بالراس. تختلف عن المهارات الخاصة في كرة اليد او كرة الطائرة والنشاط رياضي اخر. (قرين بوزيان مداحي وليد، صفحة 24)

1-5 اهمية حصة التربية البدنية و الرياضية

تتجلى أهمية حصة التربية البدنية والرياضية على تحسين الاداء الجسماني للتلميذ وإكسابه المهارات الاساسية وزيادة قدراته الجسمانية الطبيعي، كما انها تساعد على تحسين الجهاز الوظيفي، اما عن الخبرات الاساسية للممارسو الانشطة الرياضية تمد التلميذ بالمتع من خلال الحركات المؤدات في المسابقات والتمرينات التي تتم من خلالها تعاون التلميذ مع

الآخرين. اما المهارات التي يتم التدريب عليها بدون استخدام ادوات او باستخدام ادوات او اجهزة كبيرة تؤدي الى اكتساب المهارات التي تعمل على شعور التلميذ بقوه الحركة . والتربية البدنية والرياضية عمليه حيوية في المدارس بمراحلها المختلفة وله دور اساسي في تنمية اللياقة البدنية للتلميذ . والتلاميذ عادة ما يرغبون في ممارسه الالعاب التي بها روح المنافسة وعادت ما يكون التلاميذ لهم القدره على الاندماج في المجتمع بشكل جيد وقادرين على التعامل مع الجماعات ويمكنهم عقد صداقات مع زملائهم ووجود برنامج رياضي يشمل على أنشطة تعمل على اظهار الفرق الفردية بين التلاميذ وتشجيعهم لهم امر هام جدا و على ذلك فمن غير المفترض ان كل التلاميذ يؤدون المهارات بنفس للمغارة . (فهيم، 2004، صفحة 24)

ويحدد" أحمد خاطر" أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في إكتساب التلاميذ القدرات الحركية ،وينطلقون بكل قواهم لتحقيق حياة أفضل ومستقبل أكثر حظا من غيرهم(الحמיד، 1994، صفحة 177)

اما من الناحية الاجتماعية فانها تلعب دور كبير في تنشئة المراهق لتكمل اهميتها في زياده اواصر الصداقة والاخوة بين التلاميذ والاحترام .واتخاذ القرارات الجماعية و المساعدة على التكيف(عبد ش ب، 1994، صفحة 37)

التربية البدنية والرياضية هي عمليه توجيهالنمو البدني وقيام الانسان باستخدام التمرينات البدنية والتدابير الصحيةالتي تشترك على الوسائط التربوية بتنمية الجوانب النفسية و الاجتماعية والخلقية.ولكن على مستوى المدرسة.فهو يتضمن النمو الشامل والمتزن للتلميذ.ويحقق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحلهم السنية واستغلال قدراتهم الحركيةوالاشترك فياوجه النشاط التنافسي داخل وخارج المدرسة (ياسين، صفحة 30)

اكّد الرئيس كينيدي 1970 أهمية النشاط البدني قائلان قدرة الاداء البدني ليس مجردمكون اساسي للجسمالصحيح فقط وانما ايضا اساسي النشاط العقلي الخلاكما كتب مفكرالتربية المصريسعد موسبان التاكيل على الرياضة البدنية يهدف الى تنمية القوى الجسمية في الطفولة.بحيث تكون جاهزه للعمل وقت ما يتطلب منها ذلك الى جانب الترويح والترفيه عند الكبار.وفي الرياضة ابقاء الجسم في شكل مقبولفي جمال وصحة .(خولي، 2001، الصفحات 41-47)

1-6 الطبيعة التربوية للتربية البدنية والرياضية:

إن حصة التربية البدنية والرياضية لها نفس مهام التربية و هذا من خلال وجود التلاميذ في جماعة، فإن عملية التفاهم تتم بينهم في إطار القيم والمبادئ للروحالرياضية، التي تكسبهم الكثير من الصفات التربوية بحيث تقوم على تنمية السمات الأخلاقية كالطاعة والشعور بالصداقة والزمالة والمثابرة والمواظبة، وتدخل صفة الشجاعة والقدرة على اتخاذ القرار ضمن عملية تأدية الحركات والواجبات مثل: القفز في الماء والمصارعة، حيث كل من هذه

الصفات لها دور كبير في تنمية الشخصية للتلميذ . (محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي، 1992، صفحة 95)

1-6 اغراض حصة التربية البدنية :

إن لحصة التربية البدنية والرياضية أغراض متعددة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولاً، ثم على المجتمع كله ثانياً. ولقد وضع الكثير من الباحثين والمفكرين هذه الأغراض الخاصة بحصة التربية البدنية والرياضية فحدد كل من "عباس أحمد صالح السمراني" و"بسطويس أحمد بسطويس" أهم هذه الأغراض فيما يلي: الصفات البدنية، الصفات الحركية، الصفات الخلقية الحميدة، الأعداد والدفاع عن الوطن، الصحة والتعود على العادات الصحية السليمة، النمو العقلي، التكيف الاجتماعي، ومن جهة أخرى أشارت "عينات محمد أحمد فرج" إلى ما يلي: "... وينبثق عن أهداف التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقها مثل: الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم والصفات البدنية واكتساب المهارات الحركية والقدرات الرياضية واكتساب المعارف الرياضية والصحية وتكوين الاتجاهات القومية الوطنية وأساليب السلوك السوية(فرج، 1988، صفحة 11) ويمكن تلخيص أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضة كالاتي:

1-6-1 تنمية الصفات البدنية :

يرى "عباس أحمد السمراني" و "بسطويس أحمد بسطويس" أن أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية: تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة، التحمل، الرشاقة، وتقع أهمية هذه الصفات أو العناصر وتنميتها في مجال الرياضة المدرسية ليس فقط من واقع علاقاتها بتعلم المهارات وفعاليات الرياضة المختلفة الموجودة في المنهاج المدرسي بل تتعدى هذه الأهمية لحاجة التلميذ إليها في المجتمع.(بسطويس ع ، الصفحات 74-75)

وتقول "عينات محمد أحمد فرج" الغرض الأول الذي تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقه هو تنمية الصفات البدنية، ويقصد بالصفات البدنية، الصفات الوظيفية للأجهزة في جسم الانسان وترتبط إرتباطاً وثيقاً بالسمات النفسية والإرادية للفرد. وعن مميزات النمو العقلي للفئة العمرية (15_18) سنة، يقول "محمد حسن العلاوي" مايلي: تتضح القدرات العقلية المختلفة وتظهر الفروق الفردية في القدرات ، وتتكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والرياضية والإهتمام بالمتفوق الرياضي وإتضاح المهارات البدنية .(العلاوي، 1992، صفحة 21)

1-6-2- تنمية المهارات الحركية:

يعتبر النمو الحركي من الأغراض الرئيسية لحصة التربية البدنية والرياضية، ويقصد بالنمو الحركي تنمية المهارات الحركية عند المتعلم ، والمهارات الحركية تنقسم إلى مهارات حركية الطبيعية والفطرية التي يزاولها الفرد تحت الظروف العادية مثل:(العدو، المشي، القفز)

أما المهارات الرياضية فهي الألعاب أو الفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ، ولها تقنيات خاصة بها، ويمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات حركية رياضية (بسطويسي ع ، صفحة 27)

1-6-3 النمو العقلي:

إن عملية النمو معقدة ويقصد بها التغيرات الوظيفية والجسمية والسيكولوجية التي تحدث للكائن البشري، وهي عملية نضج القدرات العقلية، ويلعب الأستاذ التربية البدنية والرياضية دورا إيجابيا وفعالاً في هذا النمو بصورة عامة، والنمو العقلي بصورة خاصة. (حبيب، 2019-2020، الصفحات 17-18)

1-7 أساتذة التربية البدنية والرياضية والعملية التدريسية

الأستاذ هو بلا شك العامل الرئيسي والمؤثر بشكل كبير في العملية التدريسية (...)، ومن ثم يشغل أستاذ التربية البدنية والرياضية حيزاً كبيراً من اهتمام المسؤلين والخبراء في مجال التدريس الرياضي، وما زال هذا المجال خصباً للدراسات والبحوث لمعرفة العوامل التي يبني عليها اختبار أستاذ التربية البدنية وكذلك معايير أستاذ التربية الرياضية الناجح هناك دراسات تمت في مجال أسس إعداد أستاذ التربية الرياضية وما زال هناك الكثير من النقائص في إعداد الأستاد، منها دراسة أشكال التفاعل اللفظي وغير اللفظي وكذا دراسة تحليل سلوك أستاذ التربية الرياضية أثناء التدريس ومنها ما يتناول تقييم أداء الأستاد ككل والى غير ذلك من المجالات (أحمد م.، 2004، صفحة 146)

1-8 الدور التربوي لأستاذ التربية البدنية والرياضية

المربي الناجح هو الذي لا يعمل فقط على تزويد التلاميذ بمختلف التمارين والأنشطة الحركية، بل إنه مسؤول وواجب عليه أن يحقق لتلاميذه القدرة على التوافق الاجتماعي والانفعالي كما يجب على المربي أن يسلك الطريق المثالي لنقل المعلومات إلى تلاميذه. الذي تتناسب وتساير مدى نضجهم ووعيهم، وأن يلاحظ سلوكهم وتصرفاتهم أثناء الحصة الأستاذ الناجح هو الذي بمقدرته التأثير بالإيجاب في حياة التلاميذ، وذلك عن طريق رعايتهم وتوجيههم تربوياً سليماً ليس في تخصصه فقط وإنما في مختلف التخصصات وفي حدود إمكاناته. (محمد رفعت رمضان ومحمد سليمان و خطاب عطية علي، صفحة 54)

1-9 علاقة أستاذ التربية البدنية بالتلاميذ

إن الأستاذ لا يستطيع أداء درسه بدون توفر عامل مهم وهو الثقة المتبادلة لانجاح درسه فبدونها يصبح الدرس مملاً، وحسب "بيار بولدن" "إرادته التلميذ ومشاركته ترتبط بالعلاقة (الأستاذ / التلميذ) كما يعتبر الأستاذ عنصراً أساسياً في حل مشاكل تلاميذه، ولكي يكون الأستاذ مثالياً تحت علاقته (الأستاذ / تلميذ). لا بد من توفر شروط منها: يحاول أن يجعل التلاميذ يجدون الحل بأنفسهم.. يشجع أقل جهد لكل واحد منهم. استعمال العتاب بطريقة

مقبولة. واما ردود فعل التلاميذ فتتمثل فيما يلي. يشعرون بالمسؤولية. ومراقبه انفسهم. والعمل بتواصل حتى في غياب الاستاذ. (كامل، 1998، صفحة 17)

10-1 فوائد حصة التربية البدنية

لقد تحددت فوائد وواجبات حصة التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية

- المساعدة على الإحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلاميذ .
- المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية ووضع القواعد الصحية لكيفية ممارستها داخل وخارج المؤسسة مثل: القفز، الرمي.....
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة، السرعة، المرونة.... إلخ
- التحكم في القوام في حالتي السكون والحركة. تدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك اللائق .
- تنمية الإتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة الرياضية.

(محمود عوض البسيوني وآخرون، 1992، صفحة 96)

11-1 محتوى درس التربية البدنية والرياضية:

حصة التربية البدنية أو خطة العمل هي عبارة عن مجموعة من التمارين المختارة والمرتبة حسب قواعد موضوعة ذات أغراض معينة لها، وتنقسم الحصة إلى ثلاثة أجزاء: (الجزء التحضيري، الجزء الرئيسي، الجزء الختامي) (ابراهيم، 2000، صفحة 203)

- الجزء التحضيري :

غي هذا القسم يتبع الاستاذ مرحلتين قبل الدخول بالتلاميذ الى الجزء الرئيسي فالمرحلة الاولى مرحلة اعداد التلاميذ تربويا اذ يتخللها تطبيق النظم كتبديل الملابس الدخول في الصف كل حسب تسلسله الدخول الى الملعب و المرحلة الثانية هي مرحلة الاحماء و تشمل اجهزة الجسم المختلفة استعدادا للنشاط المبرمج للوقاية من الاصابات المفاجئة وعليه وجب التدرج في العمل وتنقسم الى

- تحضير بدني عام للتلميذ: تهيئه الجهازين التنفسي والدور للعمل وتسخين عام لاعضاء ومفاصل الجسم.

تحضير بدني خاص للتلميذ: التركيز على تسخين المجموعة العضلية المقصودة بالنشاط وفقا الاهداف المسطرة هدفه التمهيد للدخول الى الهدف الرئيسي للحصة ولاخراج المرحلة التسخينية على احسن وجهيجب مراعا ما يلي

- ان تكون التمرينات والالعاب المختلفه مشوقه وباعثه للبهجه والسرور وخاليه من الخطورة

- ان تؤدي الحركات التسخينية بدون استخدام ادوات ثم استخدام ادوات بسيطة تعمل على الرفع تدريجيا لعمل الاجهزة الوظيفية حتى تصل نبضات القلب الى 150 نبضة في الدقيقة.
- ان تشمل حركات المشي جري القفز الحجل.... الخ.
- ان تتناسب الالعاب والتمرينات مع الهدف العام للحصة.
- يفضل ان يؤدي الاحماء بصوره جماعيه في شكل العاب رياضية.
- ان تتناسب الالعاب المختارة على تنميه الكثير من القدرات الادراكية والحركية والصفات البدنية مثل السرعة القوة المرونة والصفات الاجتماعية مثل التعاون والاراده الصبر التحمل الخ .
- يجب ان لا تتجاوز مده هذه المرحله 15 الى 20 دقيقة (بك عبد القادر، 2016-2017، صفحة 15)

-المرحلة الرئيسية :

تعتبر هذه المرحله هي الركن الاساسي لدرس التربيه البدنيه والرياضيه في جميع المراحل التعليمية.ومن خلال تحكم وتقييم مدى تحقيق الاهداف الدرس.لذلك فهي تلقي الكثير من الاهتمام والعنايه من استاذ التربيه البدنيه والرياضيه.وتحقق غرضين اساسيين.غرب تعليمي وغرض تطبيقي.حيث انه يتم تعليم المهارات الحركيه طبقا للاهداف المتعدده وتطبيقها في شكل العاب موجهة . (احمد، 2005، الصفحات 71-72)

-الغرض التعليمي:

- ان تعلم المهارات الحركيه يتطلب من الاستاذ ان يكون مهما بطرق التعليم المختلفه ويتميز بكفاءة عالية والقدرة على اختيار الطريقة المناسبة.واستثمار الادوات والوسائل المتاحة التي تلعب دورا كبيرا في استيعاب التلاميذ للمهاره الحركية المراد تعليمها
- يجب على استاذ التربية البدنية والرياضية عند التعليم المهارة الحركية مراعاة ما يلي:
- ان يعرف التلميذ المهارة الحركية والهدف من تعلمها.
- ان يستعمل الاستاذ الفاظ سهلة تفي بالغرض المطلوب.
- تقديم عرض المهارة الحركية من وضع ثبات ثم من الحركة بدون استعمال الاداة ثم باستخدامها.
- متابعه حركة التلاميذ اثناء الاداء موضحا الخطوات التعليمية من البداية حتى النهاية.
- تصحيح الاخطاء التي يقع فيها التلاميذ بصوره جماعية و اعطاء فرصه للتلاميذ لمشاهدة بقية زملائهم اثناء اداء المهارة الحركية.

- التقدم بالمهارة الحركية من خلال ربطها بمواقف تعليمية مختلفة مع الزيادة في الدقة والسرعة في الاداء

(بك عبد القادر، 2016-2017، صفحة 13)

-الغرض التطبيقي:

تتميز هذه المرحلة بتطبيق المواقف التعليمية بصورة عملية سواء في العاب جماعية وتتميز عموما بالتنافس بين فرق صغيرة وتطبيق المهاره الحركيه المتسبه سواء عن طريق مباريات تنافسية او مواقف تدريبية او العاب مواجهة مع مراعات الاستاذ كيفية تطبيق التلاميذ للمهارات المكتسبة حديثا و يتدخل في الوقت المناسب عند حدوث أي خطأ و يصاحب هذا النشاط اتباع القواعد القانونية لكل لعبة كما يتطلب الجانب الترويحي و الحرص على شعور التلاميذ بالمتعة و هذا بالاضافة الى اتباع قوانين الامن و السلامة . (بك عبد القادر، 2016-2017، صفحة 14)

المرحلة الختامية:

تتميز هذه المرحلة باجراء تمرينات هادفة للرجوع باجهزة الجسم الى حالتها الطبيعية كتمرينات التنفس العميق والارتقاء العقلي بعد الجهود المبذولة في أنشطة اجزاء الدرسالسابقه ويستغلها الاستاذ للاجابة عن استفسارات التلاميذ المرتبطة بالنشاط الذي تم تنفيذه خلال الدرسويقدم بعض التوصيات والارشادات (احمد، 2005، الصفحات 72-73)

1-12 خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية :

تبدأ أولى خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية عند مقابلة الأستاذ للتلاميذ بحجرة الدراسة مرة أخرى عقب تأديتهم لأوجه النشاط الرياضي المخصصة للحصة، ويكون التسلسل الطبيعي للخطوات التنفيذية للحصة عادة كما يلي :

- قابلة الأستاذ للتلاميذ

- خلع الملابس وإستبدالها بملابس التربية الرياضية أ و تخفيفها .

- الذهاب إلى المكان المخصص للحصة .

- تنفيذ أوجه نشاط الحصة .

- الإصطفاف لأخذ الغياب، والإصطفاف بعد الإنتهاء من الحصة لأداء النشاط الختامي

1-13 تقويم حصة التربية البدنية والرياضية :

يجب على معلم التربية البدنية والرياضية أن يعمل على تقويم الحصة بصفة مستمرة من خلال مايلي :

- التقويم البدني والمهاري والمعرفي للحصة(تقويم شامل)

- قياس النتائج لكل وحدة من وحدات الحصة.

- إستخدام وسيلة التقويم كأنها جزء من الحصة.

- إستخدام أساليب مختلفة للقياس تتناسب مع هذه الحصة.

- تشجيع المتعلمين على التقويم الذاتي والمشارك .
- استخدام أساليب مختلفة أثناء التقويم فيمالي (بطاقة التسجيل ، التقرير، الملاحظة)
- (حسن شلتوت حسن معوض، الصفحات 111-112)

الفصل
الثاني
النشاط
البدني
الرياضي

تمهيد :

ان ممارسة الانشطة الرياضية ليست الركيزة الاساسية لتنمية الفرد جسديا فقط، فهي تساهم بقسط كبير في تحسين وتطوير الجوانب النفسية و الاجتماعية و البدنية و الصحية للفرد، خاصة في مرحلة المراهقة أين يكون المراهق في أمس الحاجة إلى الممارسة الرياضية قصد التخفيض من الضغوطات .

إن مزاوله النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ أو كان بغرض التدريب للوصول إلى المستويات العالية ، يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة العامة ، حيث أنه خلال مزاوله ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية و النفسية و الاجتماعية بالإضافة إلى تحسين عمل كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري و التنفسي و العضلي و العصبي . (مروان، 2001، صفحة 177) وهذا ما أكدته الكثر من البحوث العلمية، فقد دلت احدى الدراسات ال أجريت مؤخرا بأن الافراد الممارسين للنشاطات الرياضية يتميزون بروح معنوية طيبة في معظم الاوقات و يعودون الى حياهم الطبيعية بسرعة إذا أصابهم الكئاب أو اليأس أو التوتر العصبي وهم يتحمسون للموضوعات و الاصدقاء و ألوان النشاط الذي يمارسونه و ينظرون غالبا إلى المستقبل بنظرة متفائلة وذلك لانهم يتقنون بانفسهم (المنصوري، 1978، صفحة 30)

- 1 تعريف النشاط:

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة تم خلالها اشباع حاجات الفرد و دوافعه و ذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية . (الخولي م أ ، 1990، صفحة 29)

-2 تعريف النشاط البدني :

يقصد به المجال الكلي او الاجمالي لحركة الانسان ، و كذلك عملية التدريب و التنشيط و التربص في مقابل الكسل و الوهن و الخمول ، و في الواقع فان النشاط البدني بمفهومه العريض هو تعبير لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الانسان، و التي يستخدم فيها بدنه بشكل عام ، و لقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار انه المجال الرئيسي المشتمل على الوان و اشكال و اطوار الثقافة البدنية للانسان و من هؤلاء بيرز larsen الذي اعتبر النشاط البدني بمثابة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الانظمة الفرعية الاخرى . (الخولي أ، اصول التربية البدنية و الرياضية، 2001، صفحة 120)

- 3 النشاط البدني الرياضي :

يعتبر النشاط البدني والرياضي أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيما و الأرفع من الأشكال الأخرى للنشاط البدني ان النشاط البدني الرياضي هو مجموعة من المهارات متعلقه من اتجاهات يمكن ان يكتسبها الفرد دون سن معين ووظف ما تعلمه في تحسين نوعيه الحياه نحو المزيد من تكيف الفرد مع بيئته و مجتمعه حيث ان ممارسه النشاط البدني والرياضي لا يقتصر المنافع على الجانب الصحي و البدني فقط الا انه يتم التأثير الايجابي على جوانب اخرى.الا وهي نفسيه

واجتماعيه، العقلية والمعرفية الحركية والمهارية، جمالي وفني كل هذه الجوانب تشكل شخصيه الفرد.شاملا منسقا متكاملًا . (الخولي أ، الرياضة و المجتمع، 1996، صفحة 32) ويعرفه " ماتيف "بانه نشاط بشكل خاص وهو المنافسة المنظمه من اجل قياس قدرات وضمان اقصى تحديد لها. و لذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بانه التدريب البدني بهدف تحقيق افضل نتيجة ممكنه في المنافسه لا من اجل الفرد الرياضي فقط،وانما من اجلالنشاط في حد ذاته.

وتضيف " كوسولا" إن التنافس سمة أساسية تضيف على النشاط الرياضي طبعًا اجتماعيًا ضروريًا وذلك لأن النشاط الرياضي انتاج ثقافي للطبيعه التنافسيه للانسان من حيث انه كائن اجتماعي ثقافي . ويتميز النشاط الرياضي عن بقية الوان النشاط البدني بالاندماج البدني الخالص.من دونه لا يمكن ان نعتبر اي نشاط على انه نشاط رياضي او ننسبه إليه .

3- النشاط البدني الرياضي المدرسي :

عندما نسمع مصطلح النشاط البدني الرياضي يخطر على بالنا تلك التمارين الرياضية والبدنية الممارسة من طرف الرياضي.ولكن عندما ننظر الى هذا المصطلح داخل حصة التربية البدنية والرياضية فنجد تلك الاسس ومبادئ ممارسة التمارين الرياضية التي يلقيها الاستاذ او المربي على التلاميذ والذين بدورهم يقومون بالتطبيق العملي.

كما انا النشاط من الناحية اللغوية مشتق من فعل "نشط ينشط نشاط" اي طابت نفسه لعمل وغيره وايضا في العمل جعله ينشط،ونقول فلان ينشط هذا يعني انه جدي في عمله مهما كان هذا العمل.

ويعرف اصطلاحا على انه سلوك مرتكبويقول الدكتور عبد السلام عبد الغفار على انه ذلك السلوك او كل ما يقوم به الفرد من ادراك وتفسير واحساس وحركة . (عبد السلام عبد الغفار، 2000، صفحة 56)

اما الدكتور سعد عبد الرحمن فيعرفه على انه وسيلة الفرد التي يسلكها للوصول الى هدف ما بعد ان يحركه دافع ما . (عبد الرحمان سعد، 1983، صفحة 56) .

ونستطيع القول ان النشاط الرياضي المدرسي اصبح عنصرا من عناصر التضامن بين المجتمعات الرياضية فرصة الشباب العالم اجمع.ليتعاونوا مع بعضهم البعض في خدمة المجتمع بالاضافة الى ذلك تساهم في تكوين ذات التلميذ باعطائه الفرصة لاثبات الصفات الطبيعية وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل المجهود فهو يعد عاملا من عوامل التقدم الاجتماعي . (علي يحي منصور، 1971، صفحة 204)

4- انواع النشاط البدني الرياضي المدرسي :

إذا اردنا أن نتكلم على نواحي النشاط والتربية الرياضية كان من الواجب معرفة ان هناك نشاط يمارسه الفرد وحده و يسمى بالرياضة الفردية وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستعانه بالآخرين في تأديته ومن بين انواع هذا النشاط :السباحة، العاب القوى الجيدو، الرماية، الملاكمة ، الفروسية ، رفع الأثقال ،الجمباز و اما النشاط الآخر فيمارسها الفرد

داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق أو الرياضة الجماعية، ومن امثلته: كرة اليد، كرة الطائرة ، كرة القدم ، فرق التتابع في الجري والسباحة وكرة السلة ،الكريكت .
هذا التقييم من الناحية الاجتماعية يمكننا تقسيمه حسب اوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يؤدي بها هذا النشاط. من النشاط ما يحتاج الى كرات أو شواخص أو أدوات خاصة وبعضها لا يحتاج الى ذلك ومنها:

4-1- ألعاب هادئة:

لا تحتاج الى مجهود جسماني يقوم بها الفرد وحده او مع اقرانه في جو هادئ ومكان محدود كقاعة

الالعاب الداخلية ، او احدى الغرف واغلب ما تكون هذه الالعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم .

4-2-العاب بسيطة :

ترجع بساطتها الى خلوها من التفاصيل وكثره القواعد.تتمثل في شكل اناشيد وقصص مقروءة.وبعض الحركات البسيطة التي تناسب الاطفال .(زكي، 1965، صفحة 39)

4-3-العاب المنافسة :

تحتاج الى مهاره وتوافق عضلي عصبي ،ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الالعاب و يتنافس فيها الافراد فرديا وجماعيا يشترط توفر خصمين او متنافسين ، فلا بد من توفير جميع الشروط من قبل احد المتنافسين من اجل تحقيق الفوز

وفيما يخص النشاط الرياضي المتعلق بالمدرسة والذي يدعى بالنشاط اللاحقي للتربية البدنية ، يعتبر أحد الاجزاء المكتملة لبرنامج التربية البدنية.ومحقق نفس اصدقائه و ينقسم بدوره الى نشاط داخلي ونشاط جماعي . (زكي، 1965، صفحة 40)

5- خصائص النشاط البدني الرياضي المدرسي :

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص متنوعه منها:

- ✓ خلال النشاط البدني الرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الاساسي
- ✓ تمارس كتنشيط تربوي هادف وليس من أغراضها الحصول على جوائز ذات قيمة عالية
- ✓ تمارس في مؤسسات تربوية و يمكن للتلميذ أن يطبق برامجها ضمن قواعد واهداف تربوية.
- ✓ يحتاج الى درجة عالية من الانتباه والتركيز ليسر العمليات النفسية للفرد .
- ✓ نلاحظ ان النشاط الرياضي يحتوي على مزايا عديدة ومفيده تساعد الفرد على التكيف(الخولي أ، الرياضة و المجتمع، 1996، صفحة 195)

لا يوجد راي من النوع من انواع النشاط الانساني أثر واضح للفوز او الهزيمة او النجاح او الفشل بصورة واضحة و مباشره مثلما يظهره النشاط الرياضي باستقطاب جمهور غير من

المشاهدين الامر الذي لا يحدث في كل فروع الحياة ، كما انه يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف مع محيطه ومجتمعهم . حتى يستطيع اخراج العبق الداخلي والاستراحة من عده حالات عالقة في ذهنه . (الخالق، 1982، صفحة 19)

6- الاهداف العامة للنشاط البدني التربوي :

1-6 الاهداف العامة :

تتميز الممارسة الرياضية عن غيرها من الانشطة الاخرى على انها متعددة المهام والادوار حسب احتياجات الفرد فيوجد من يتخذها كميدان لتنمية الجسمواخرون للترويخال ممارسة الرياضية ونذكر منها

✓ تمارس في مؤسسات تربوية ويمكن للتلميذ ان يطبق برامجها ضمن قواعد واهداف تربوية.

✓ تمارس كنشاط تربوي هادف وليس من اغراضها الحصول على جوائز قيمة عالية .

2-6 الاهداف البدنية :

يعتبر هدف التنمية الرياضية و البدنية عن اسهام النشاط البدني الرياضي في الارتقاء بالاداء الوظيفي للانسان ولانه يتصل بصحة الفرد ولياقته البدنيه فهو يعد من اهم اهداف النشاط البدني الرياضي ان لم يكن اهمها على الاطلاق فيهدف الى تطوير وتحسين وظائف اعضاء الجسم من خلال الانشطة البدنية الحركية المختاره وكذلك المحافظة على مستوى هذه الوظائف ويتمثل في ما يلي :

✓ اكتساب اللياقة البدنية

✓ اكتساب القوام السليم الخالي من العيوب والاختراقات

✓ تركيب الجسم المتناسق والجسم الجميل

✓ السيطرة على البدانة والتحكم في وزن الجسم(الخالق، 1982، الصفحات 11-12)

✓ تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية

3-6 الاهداف الاجتماعية :

تساهم التربية البدنية والرياضية بمعناها في تحسين اسلوب الحياة وعلاقات افراد بالجماعات فالتربية البدنية تعمل على تنمية الطاقات القيادية بين الافراد تلك القيادة التي تجعل من الفرد اخا وعاونا وموجها. التي يصبح فيها الطفل عضو في جماعة منطقة و منها:

✓ الروح الرياضية

✓ تقبل الاخرين بغياء النظر عن الفروق

✓ التنمية الاجتماعية

✓ الانضباط الذاتي

✓ التعاون

(بقدي، 2010-2011، الصفحات 23-24)

4-6 الاهداف النفسية :

يعتبر هدف التنمية النفسية عن مختلف القيم والخبرات والخصائص الانفعالية المقبولة التي يكتسبها برنامج النشاط الرياضي للممارسين بحيث يمكن اجمالي هذا التأثير في تكوين الشخصية المتزنة للانسان والتي تتصف بالشمول والتكامل كما يؤثر النشاط البدني على حياة الانفعالية للفرد بتغلله الى مستويات السلوك ولقد اوضحت الدراسات التي اجراها رائد علم النفس اوجوليفي ويتكون من 15000 من الرياضيين للتاثيرات النفسية التالية

✓ اكتساب الحاجة الى تحقيق أهداف عالية لانفسهم وغيرهم.
✓ الاتصال بمستوى رفيع من الكيفيات النفسية المرغوبه مثل الثقة بالتحسن.الاتزان
الانفعالي.التحكم في النفس.انخفاض التوتر.انخفاض التغيرات العدوانية (الخالق،
1982، الصفحات 11-12)

5-6 الاهداف الترويجية :

تحتمل الممارسة الرياضية مكانة بارزه بين الوسائل الترويجية الهادفة التي تسهم في تحقيق الحياة المتوازنة وهو الهدف الذي يرمى الى اكتساب الفرد المهارات الحرة الرياضية زياده عن المعلومات والمعارف المتصلة بها وكذلك اثاره الاهتمامات بالانشطة الرياضية وبشكل الاتجاهات ايجابية بحيث تصبح ممارسة الانشطة الرياضية نشاطا ترويجيا يستثمر الفرد في وقت فراغه ما يعود عليه بالصحة الجيدة و الارتياح النفسي والانسجام الاجتماعي ويتمثل التاثيرات الايجابية للترويج من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي . (الخولي م أ ،
1990، صفحة 43).

7 وظائف النشاط البدني الرياضي :

7-1 النشاط البدني الرياضي لشغل اوقات الفراغ :

إذا أردنا أف يكون قويا و سليما في بنيته ، عاملا للخير متطلعا لغد أفضل فالابد أن نعمل على استغلالاوقات الفراغ و تحويله من وقت ضائع الى وقت نافع ومفيد تنعكس فوائده على كل أفراد المجتمع.

وقد يكوف النشاط البدني الرياضي أحسن مصدر لكل الناس الذين يودون الاستفادة على الاقل من وقت فراغهم من نشاط بناء يعود عليهم بالصحة و العافية رغم وجود الكثير من الانشطة المفيدة،كالرسموالنحتوقيادة السيارات و غيرها ، النانه يجب أن تكون بديلة للنشاط الرياضي ، و الوسيلة الوحيدة لتنمية الكفاءة البدنية و الحركية اللازمة لحياةالمتدفقة ولكنأن تكون هذه الانشطة وسائل مساعدة الشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة.

و هكذا يساهم النشاط البدني الرياضي في حسن استغلال وقتالفراغوحلأحدمشكلاتالعصر الخطيرة الكثيرة من المدمنينعلو المخدرات،كانسببإدماهنمعدم استغلاللنفيدلوقتالفراغ .(منداس وسيلة ، قاني ريم ، 2020-2021، صفحة 21)

7-2 النشاط البدني الرياضي لتنشيط الذهن :

ان الفرد الذي يقبل على النشاط البدني بحيوية وصدق ويكون في حالة تهيئ عقلي افضل من الانسان الذي يركن الى الكسل والخمول من حيث تكافؤ العوامل الاخرى المؤثرة على

النشاط الذهني مثل: ثقافة ، السن ، الجنس ، كما يبدو منطقيا ان الممارسين للأنشطة الرياضية فان قدره العقلية في المجالات الرياضية زاخرة بالمواقف التي تتطلب ادراكا بصريا للحركة،والامر الذي يؤدي الى تنميته وتطوير القدرة و بالتالي تطوير التفكير والذكاء العام ، وهذا يعني بوضوح عام ان النشاط الرياضي يساهم في انعاش الذهن واستخدامه استخدام اكثر فائدة وتأثير ،بالإضافة الى الوان النشاط الرياضي ليست تقتصر على الناحية البدنية فقط ، بل يصاحبها اكتساب الكثير من المعلومات والمعارف ذات الأهمية البالغة في تنمية الثقافة العامة .

(الخولي أ، اصول التربية البدنية و الرياضية، 2001)

7-2 النشاط البدني الرياضي لتنمية الفكر :

للاداء الرياضي جانبين : جانب فكري يتمثل في التفكير في الحركة قبل ادائها وتحديد عرضها ومسارها: القوة ، السرعة ، الاتجاه. وهذا التحديد العقلي و هو ما يسمى بالتوقع الحركي الى المداومة الفكرية الرياضية وجانب اخر عملي وهو يتعلق بتطبيق الحركى فعليا كما فكر الفرد . وصاغها عقليا على ضوء اقتضاره المسبق للعلاقات الكائنات بين الوسيله والهدفوهو ما يسمى بالايقاع الحركي .والمؤكد ان التفكير المسبق للحركة ومدى صياغة العقل وابعادها هو الذي يتوقف عليها نجاحه و كلما كان التفكير سليم كان الاداء محقق ناجح لاغراضه واهدافه والعكس صحيح في الاداء الرياضي لا يتم بصوره اليه . (منداس وسيله ، قاني ريم ، 2020-2021، صفحة 22)

8-2 النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة و تحسينها :

ان المجهود البدني الذي كان يقوم به الانسان وحتى المجهودات البدنية الاعتيادية فهي محدودة ومتكررة وهذا جعلها تفقد الانسان مرونته وحساسيته وقدرته على مقاومة الامراض مثل السمنة ، ويشتكي من امراض لم يكن يشتكي منها من قبل مثل :امراض الدوره الدموية ، الجهاز العصبي ، الامراض النفسية ، لقد استطاع الطب ان يسيطر على معظم العضال ولكنه وقف حائرا امام الكثير منها والراجعة من انتقال الانسان من حياة النشاط والحركة الى حياه الكسل والخمول مما جعله يتجه الى المزيد من التحليل البدني وبالتالي عدم قدره على النهوض بواجباته الاساسية لان ذلك يتطلب منه قدرا كبيرا من اللياقة البدنية التي تمكنه من القيام بهذه الواجبات . (بقدي، 2010-2011، صفحة 24)

9- مفهوم المشي الرياضي:

- المشي: المشي هو وسيلة التنقل الطبيعية للإنسان وتتم بواسطة الرجلين و يبدأ الانسان في المشي عند بلوغه السنة الاولى من عمره، ومعنى رياضة المشي هو وضع المشي فينطاق قانون الرياضي معتمدا على العناصر الرياضية من الاهداف والاساليب والقوانينوهي رياضة عالمية كبقية الرياضيات تعتمد بداية باللياقة البدنية،زيادة القوة العضلية وقدرة العضلات على بناء الكيان العضلية أي زيادة المرونة - 1 المشي الرياضي: لقد دخلت هذه الرياضة الى العاب الاولمبية منذ عام 1986 و تم

تعريفًا بأنه التقدم بخطوات مع المحافظة ان لا ينقطع الاتصال بالارض و يجب في كل خطوة ان تكون القدم المتقدمة للمتسابق قد لامست الارض قبل ان تغادر القدم الخلفية الارض أي هناك قدم واحدة على اتصال بالارض في جميع الاوقات و يتم تقصير طول الخطوة لتحقيق سرعة تنافسية .

-2 نصائح لممارسة المشي الرياضي:

يمكنك المشي في كل مكان تقريبًا: في الحديقة العامة على الطريق السريع أو الطرقات الفرعية، إلى مكتب البريد أو السوق المركزي، وهو أكثر البرامج الرياضية المتوفرة عملية يمكن ممارسته في أي وقت وتحت أي ظرف مناخي وذلك بغض النظر عن المكان، كان في البيت أم في العطللة وما عليك سوى أن تتذكر أنكنت ماشيا أم مهرولا ، أن تمارس نشاطك من دون أن تعاني من صعوبة في التنفس، وفي حال شعرت بقصر التنفس فهذا دليل على أنك تتقدم بسرعة زائدة وبمساعدة الاختبار الذاتي الذي يشتمل عليه القسم، ستتمكن من تحديد مستوى لياقتك بسهولة قم باختبار برنامج المشي الملائم اعتمادا على نتائج الفحص الطبي الذي اجراه لك الطبيب ونتائج الاختبار الذاتي المذكور ثم ابدأ بالتمرن وفقا لهما . (أكرم، 2014، صفحة 28)

3-تكنيك المشي الرياضي :

- مرحلة الاستناد الامامي :

تبدأ مرحلة الاستناد الامامي بوضع كعب القدم الامامية ورفع كعب القدم الخلفية عن الارض وتنتهي تلك المرحلة باستقامة الجذع مع قدم الاستناد واخذ الجسم كله الوضع العمودي بحيث تكون مركز ثقل الجسم فوق القدم الاستناد

- مرحلة الاستناد الخلفي:

تعتبر من اهم مرحله من مراحل الخطوه.ط حيث تتضمن مرحله الاستناد المزدوج في ذلك لا توجد مرحلة الطيران وهو من المتطلبات الاساسية لخطوط المشي الرياضي وفي هذه المرحلة تتولد القوة دافعه الخطوات التي تعمل على توليد السرعة المتطلبة و التي تؤثر تاثير ايجابي على طول الخطوه فكلما زادت السرعة وزاد المستوى وتبدأ تلك المرحلة من الوضع العمودي نهاية المرحلة السابقة وتنتهي برفع القدم من الارض

-مرحلة المرجحة الخلفية

- مرحلة المرجحة الامامية

-مرحلة الاستناد المزدوج

4- الخطوات التعليميه للمشي الرياضي:

1 ان يكون اتجاه الركبتين والمشط الامام.

2رجل الارتكاز المستندة على الارض مفرودة و يستند عليها ثقل الجسم

3تبادل ورفع الركبتين من وضع الاستعداد

4 المشي باخطوة واسعه مع مراعات هبوط القدم على الارض

5تحرك الفخذ للداخل والخارج من مفصل الحوض

5-الفرق بين المشي الرياضي والمشى العادي:

المشي الرياضي:

بالنسبة لحركة الحوض: لآعلى وأسفل

بالنسبة للركبة: الركبة مفروده.

حركة اليدين: تقاطعية امام الصدر في خط مستقيم فقط.

كعب ماشط.

المشي العادي.

بالنسبة لحركة الحوض: للامام و الخلف.

الركبة: الركبة تثنى

حركة اليدين: تبادليه في خط مستقيم او منحنى.

مشط كعب

9- فوائد النشاط البدني الرياضي

يشير النشاط البدني إلى جميع الحركات التي نمارسها طوال اليوم، مثل القيام بالأعمال المنزلية أو التسوق أو المشي في العمل أو ممارسة التمارين الرياضية أو الذهاب إلى النادي الرياضي .

تتواصل الأدلة على أن النشاط البدني يمكن أن يفيد الجسم والعقل على حد سواء، وكذلك يقلل من خطر العديد من الأمراض .

فيما يلي تسعة فوائد للنشاط البدني الرياضي المنتظم (منصة توعية)

✓ يساعد على الحفاظ على وزن صحي

✓ يخفض ضغط الدم

✓ يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب

✓ يقلل من خطر مرض السكري من النوع 2

✓ يقلل من خطر الإصابة ببعض أنواع السرطان

✓ يزيد من قوة وعمل العضلات

✓ يحسن صحة وقوة العظام

✓ يساعد على تعزيز الصحة النفسية

✓ النشاط البدني يقلل من خطر الخرف

الباب

الاول

الدراسة التطبيقية ية

الفصل
الاول
منهج
البحث
و
اجراءاته
الميدانية

تمهيد :

بعد الدراسة النظرية يأتي الجانب التطبيقي أو الميداني والذي نحاول من خلاله إيجاد حل للإشكالية المطروحة سابقا وذلك بإثبات صحة الفروض أو نفيها، وقد تم في هذا الجانب المكمل للدراسة النظرية تحديد مجالات الدراسة والمتمثلة في البشري والمكاني والزمني والذي يتناسب مع موضوع البحث وذلك بتحديد عينة البحث والأدوات المناسبة لجمع البيانات والمعلومات الميدانية التي تم بالموضوع.

منهج البحث :

انطلاقا من طبيعة الموضوع والبيانات المراد الحصول عليها لمعرفة: * درجة اكتساب التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة البدنية من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية * في التعليم المتوسط فقد استخدمنا المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويساهم بوضعها وصفا دقيقا ويوضح خصائصها عن طريق جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها، ومن ثم تقديم النتائج في ضوءها، ومن خصائص هذا المنهج أنه لا يقف عند حد جمع المعلومات المتعلقة بظاهرة تربوية معينة وثبوتها وتنظيمها من أجل استقصاء جوانب الظاهرة المختلفة وانما يعمل على الوصول إلى استنتاجات تساهم في فهم الواقع من خلال تحليل نتائج تلك الظاهرة وتفسيرها، ومن ثم التوصل إلى تعميق ذات مغزى تساهم في تطوير الواقع وتحسينه. (شباشوب، 1994، صفحة ص 51)

شباشوب، أ. (1994). (تطورات التلاميذ المراهقين، القانون المدرسي، دراسة نفسية اجتماعية تونس: الدار التونسية للنشر والتوزيع.

2- مجتمع وعينة البحث :

1-2 مجتمع البحث تمثل مجتمع البحث في التلاميذ المتمدرسين بمرحلة المتوسط

2-2 عينة البحث لقد تم اختيار 105 تلميذ من متوسطة عقال امحمد كمجتمع أصلي للبحث، و هي عينة عشوائية

3- متغيرات البحث :

المتغير المستقل: وهو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة وعامة ما يعرف باسم المتغير أو العامل التجريبي، ويتمثل في دراستنا في حصة التربية البدنية و الرياضية

المتغير التابع: وهذا المتغير هو نتاج تأثير العامل المستقل في الظاهرة، ويتمثل في دراستنا هذه في درجة اكتساب التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة البدنية

وعادة يقوم الباحث بصياغة فرضية محاولة إيجاد علاقة بين المتغير المستقل والمتغير التابع ولكي يتمكن الباحث من اختيار وجود هذه العلاقة أو عدم وجودها لا بد له من استبعاد وضبط تأثير العوامل الأخرى على الظاهرة قيد الدراسة، لكي يتيح المجال للعامل المستقل وحدة التأثير على المتغير التابع.

4- مجالات البحث :

4-1 المجال البشري: يمثل المجال البشري تلاميذ متوسطة عقال امحمد بلدية عين الحجر .

4-2 المجال المكاني: تمت هذه الدراسة بمتوسطة عقال امحمد بلدية عين الحجر ولاية

سعيدة.

4-3 المجال الزمني: كانت بداية البحث لهذه الدراسة بتاريخ 2021/12/05 إلى غاية

2022/04/28.

5 – ادوات البحث المستخدمة :

حتى يتمكن الباحث من انجاز عمله على أكمل وجه لابد من الاستعانة بالأدوات والوسائل التي تساعده ويقصد بها "جميع الوسائل والأدوات التي سوف يستمد منها الباحث في كل

مرحلة من مراحل بحثه" وهي 47

5-3 الاستبيان: قمنا في بحثنا هذا استعمال تقنية الاستمارة كاداة لجمع البيانات وفي أبسط

صورة هو: "عبارة عن مجموعة من الأسئلة تعد إعدادا محددًا وترسل بواسطة البريد أو تسلم

مباشرة إلى الأشخاص المختارين لتسجيل إجاباتهم على صحيفة الأسئلة الواردة ويتم ذلك

دون معاونة الباحث للأفراد سواء في فهم الأسئلة أو تسجيل الإجابات عليها، وقد تتراوح

إستمارة الاستبيان من قائمة صغيرة للأسئلة قد تتجاوز عشرات الصحف، كما تختلف من

ناحية نوع الأسئلة (مغلقة مفتوحة، نصف مفتوحة). (راتب، 1999 ،صفحة 103) بحيث

قمنا بإعداده من خلال إتباع الخطوات الآتية :مراجعة البحوث والدراسات النظرية التي

تناولت موضوع الدراسة، الخبرة الشخصية.(خاطر، أ، 1999.)

- تحتوي الاستبيان على 30 عبارة

5-4 المصادر و المراجع .

5-6 الانترنت.

6- التجربة الاستطلاعية :

قبل الشروع في الجانب التطبيقي للبحث قمنا بإجراء استطلاع أولي بغية التعرف على عينة

المجتمع الأصلي وذلك من خلال الاطلاع الميداني على الظاهرة (درجة اكتساب التلاميذ

لهواية ممارسة الانشطة اتلبدنية و الرياضية)

من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية وهذا من خلال إجراء مقابلات وملاحظات

ميدانية في متوسطة عقال امحمد.

7- الاسس العلمية للمقاييس :

7-1 صدق الاستبيان :

صدق المحكمين: من الطرائق التي يمكن أن يلجأ إليها الباحث للحصول على صدق المحتوى

في اللجوء إلى عدد المحكمين ذوي العلم والخبرة في مجالات البحث العلمي ومن المسؤولين

المؤهلين للحكم عليها وطلب البحث من المحكمين إبداء الرأي في مدى وضوح الأسئلة أداة

الفصل الاول: منهج البحث واجراءاته الميدانية

الدراسة ومدى ملاءمتها لقياس ما وضعت لأجلها، ومدى كفاية الأسئلة لتغطية متغيرات الدراسة الأساسية، وكذلك حذف وإضافة أو تعديل وفي ضوء التوجيهات التي أبقاها المحكمين، قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمين سواء بتعديل الصياغة أو حذف بعض الأسئلة أو إضافة بعض الأسئلة.

7-2- معامل الفا كرونباخ

معامل الفا كرونباخ

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Alpha de Cronbach basé sur des éléments standardisés	Nombre d'éléments
0,9660	0,9710	31

يمثل الجدول قيمة معامل الفا كرونباخ حيث قد بلغت قيمة الفا كرونباخ 0.9660 مما يؤكد ان له ثبات عالي و هذا يدل على صدق الاستبيان

7-3- حساب الثبات بالتجزئة النصفية:

الثبات عن طريق التجزئة النصفية			
الفا كرونباخ	الجزء الاول	القيمة	,927
		عدد العبارات	15 ^a
	الجزء الثاني	القيمة	,934
		عدد العبارات	15 ^b
عدد العبارات الكلي			30
الارتباط بين النصفين			,954
النصف الاول (الجزء الاول) : السؤال الاول, السؤال الثاني, السؤال 3, السؤال 4, السؤال 5, السؤال 6, السؤال 7, السؤال 8, السؤال 9, السؤال 10, السؤال 11, السؤال 12, السؤال 13,			

السؤال 14, السؤال 15
النصف الثاني (الجزء الثاني): السؤال 16, السؤال 17, السؤال 18, السؤال 19, السؤال 20, السؤال 21, السؤال 22, السؤال 23, السؤال 24, السؤال 25, السؤال 26, السؤال 27, السؤال 28, السؤال 29, السؤال 30.

يمثل الجدول قيمة حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية
 يمثل الجزء الاول قيمة معامل الف كرونباخ للنصف الاول من الاسئلة المتمثلة من السؤال 1 الى غاية السؤال رقم 15 و التي قدرت قيمته ب 0.927
 اما الجزء الثاني يمثل قيمة معامل الف كرونباخ للنصف الثاني من الاسئلة المتمثلة من السؤال 16 الى غاية السؤال رقم 30 و التي قدرت قيمته ب 0.934
 و في الاخير قيمة الارتباط بين النصفين يمثل قيمة 0.954
 و قد بلغت قيمة الارتباط بين النصفين 0.954 مما يؤكد ان له ثبات عالي .

4-7- الاتساق الداخلي للاستبيان:

الاسئلة	المعاملات الاحصائية	مع الاستبيان	الاسئلة	المعاملات الاحصائية	مع الاستبيان
السؤال الاول	قيمة معامل الارتباط	,803**	السؤال 16	قيمة معامل الارتباط	,747**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال الثاني	قيمة معامل الارتباط	,409**	السؤال 17	قيمة معامل الارتباط	,628**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 3	قيمة معامل الارتباط	,539**	السؤال 18	قيمة معامل الارتباط	,574**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 4	قيمة معامل الارتباط	,761**	السؤال 19	قيمة معامل الارتباط	,803**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000

الفصل الاول: منهج البحث واجراءاته الميدانية

السؤال 5	قيمة معامل الارتباط	,827**	السؤال 20	قيمة معامل الارتباط	,409**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 6	قيمة معامل الارتباط	,539**	السؤال 21	قيمة معامل الارتباط	,539**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 7	قيمة معامل الارتباط	,833**	السؤال 22	قيمة معامل الارتباط	,761**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 8	قيمة معامل الارتباط	,773**	السؤال 23	قيمة معامل الارتباط	,827**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 9	قيمة معامل الارتباط	,748**	السؤال 24	قيمة معامل الارتباط	,539**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 10	قيمة معامل الارتباط	,708**	السؤال 25	قيمة معامل الارتباط	,833**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 11	قيمة معامل الارتباط	,761**	السؤال 26	قيمة معامل الارتباط	,773**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 12	قيمة معامل الارتباط	,827**	السؤال 27	قيمة معامل الارتباط	,748**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 13	قيمة معامل الارتباط	,186	السؤال 28	قيمة معامل الارتباط	,400**
	Sig. (bilatérale)	,057		Sig. (bilatérale)	,000
السؤال 14	قيمة معامل الارتباط	-,105	السؤال 29	قيمة معامل الارتباط	,277**
	Sig. (bilatérale)	,286		Sig. (bilatérale)	,005

السؤال 15	قيمة معامل الارتباط	,408**	السؤال 30	قيمة معامل الارتباط	,747**
	Sig. (bilatérale)	,000		Sig. (bilatérale)	,000

**الارتباط دال عند مستوى الدلالة 0.01

*الارتباط دال عند مستوى الدلالة 0.05

يمثل الجدول قيمة المعاملات الاحصائية مع الاستبيان لكل سؤال

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الاول 0.803

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الثاني 0.409

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الثالث 0.539

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الرابع 0.761

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الخامس 0.827

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال السادس 0.539

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال السابع 0.833

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الثامن 0.773

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال التاسع 0.748

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال العاشر 0.708

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الحادي عشر 0.761

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الثاني عشر 0.827

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الثالث عشر 0.186 و قيمة Sig

0.57 (bilatérale)

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الرابع عشر 0.105 بحيث تمثل قيمة Sig

0.286 (bilatérale)

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الخامس عشر 0.408

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال السادس عشر 0747

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال السابع عشر 0.628

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الثامن عشر 0.574

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال التاسع عشر 0.803

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال العشرون 0.409

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الواحد والعشرون 0.529

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الثاني والعشرون 0.761

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الثالث والعشرون 0.827

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الرابع والعشرون 0.539

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الخامس والعشرون 0.833

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال السادس والعشرون 0.773

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال السابع والعشرون 0.748

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الثامن والعشرون 0.400

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال التاسع والعشرون 0.277 قيمة Sig

0.005 (bilatérale)

بحيث تمثل قيمة معامل الارتباط عند السؤال الثلاثون 0.747

الوسائل الاحصائية

- دائرة نسبية: يستخدم التمثيل البياني عن طريق درجات مئوية عندما تكون الإجابة بكثيرا / غالبا / احيانا / نادرا أي نسبة التلاميذ الممتنعين والمؤيدين .
- اختبار كا: ويستخدم لدراسة فروق التكرارات أو البيانات العددية التي يمكن تحويلها إلى تكرار مثل النسب والاحتمال
- الطريقة عامة لحساب كا 2

كا 2 =

ت و: التكرار الواقعي الذي يحدث بالفعل والموجود بالجدول

ت م: هو التكرار المتوقع حدوثه ويختلف حسابه باختلاف نوع الجدول المطلوب 2 حساب كا منه.

8- الوسائل الاحصائية :

لغرض إيجاد المعالجات الإحصائية إستخدم الباحث مايلي:

1- معامل الارتباط (بيرسون)

2- معامل الصدق .

3- اختبار كا 2

4- معامل الفا كرونباخ

5- التجزئة النصفية

6- الاتساق الداخلي

خاتمة :

من خلال هذا الفصل تم عرض مختلف الإجراءات التي قمنا ا لإتمام الدراسة الميدانية و التي من خلالها نستطيع التوصل إلى نتائج تؤكد لنا مدى صحة أو خطأ الفرضيات التي تقوم على أساسها هذه الدراسة بحيث تعتبر هذه الإجراءات ضرورية في كل دراسة، لأنه من دون إجراءات ميدانية لا يمكن التوصل إلى الإجابة عن الإشكالية العامة .

الفصل الثاني

عرض و تحليل

النتائج

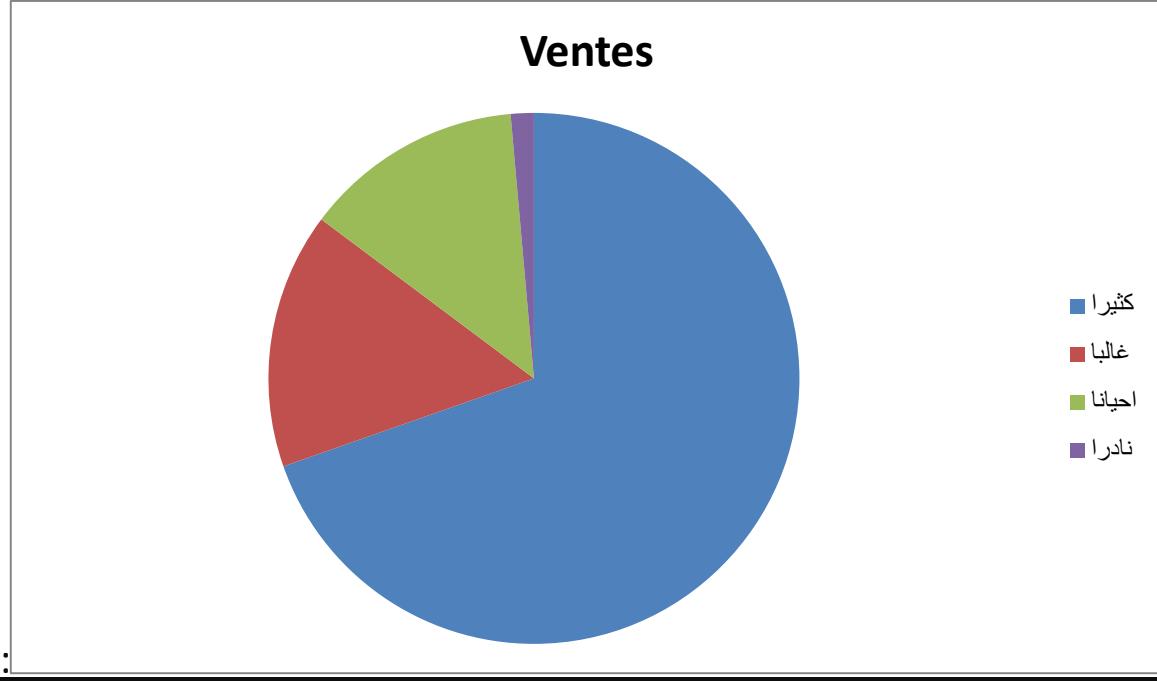
السؤال الاول: هل تحب ممارسة الانشطة الفردية في حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

الجدول 1:

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	65.41	16.19	17	كثيرا
					13.33	14	غالبا
					11.43	12	احيانا
					59.05	62	نادرا
					/	% 100	105

الجدول رقم 1: يمثل نتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ حول السؤال الاول

التمثيل البياني 1



الدائرة النسبية رقم 01 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الاول

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 1 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 59.06 % مقابل 13.33 % غالبا و احيانا 11.43 % ونسبة نادرا قدرت ب 16.19 % من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 65.41 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدرة ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 01

الاستنتاج : النشاط الفردي اكثر فعالية خلال حصة التربية البدنية .

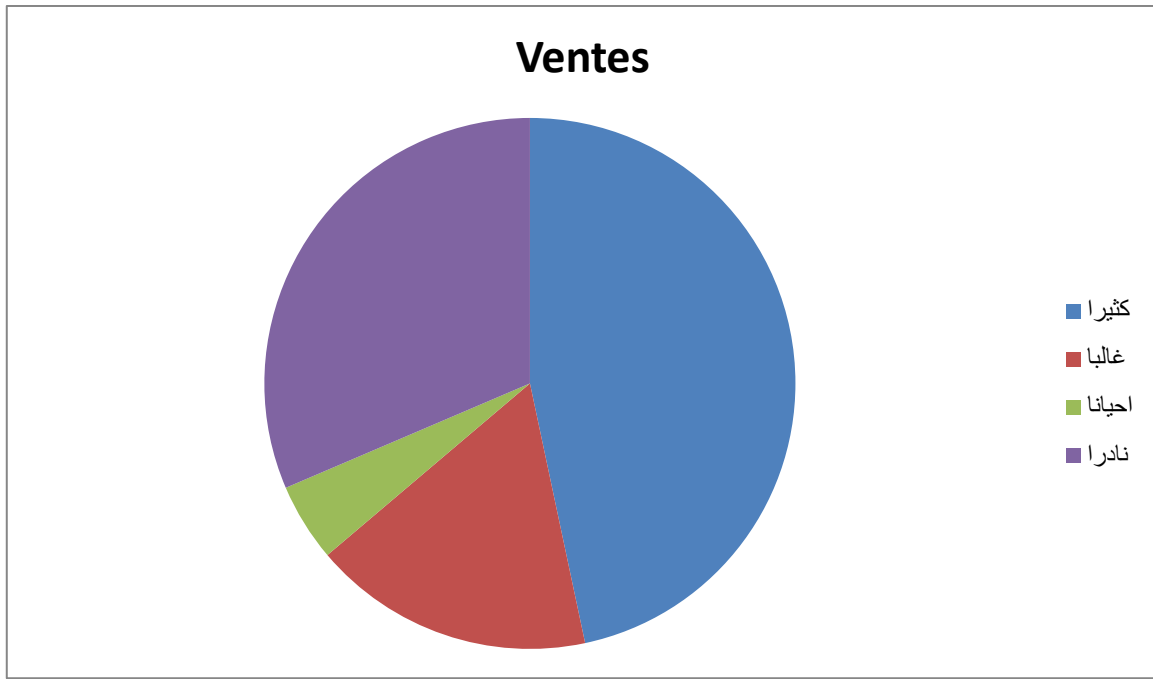
السؤال الثاني: هل تفضل الانشطة الرياضية التي ليس فيها جهد بدني كبير؟

الجدول 2:

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	51.35	51.45	49	كثيرا
					18.9	18	غالبا
					5.25%	05	احيانا
					34.65	33	نادرا
					100%	105	المجموع
			/				

الجدول رقم 02: يمثل نتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ حول السؤال الثاني

التمثيل البياني



الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

الدائرة النسبية رقم 02 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثاني

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 2 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 59.06 % مقابل 18.9% غالبا و احيانا 5.25% ونسبة نادرا قدرت ب 34.65% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 51.35 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدرة ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 02

الاستنتاج : الانشطة الرياضية التي ليس فيها جهد بدني كبير تلقا حبا و اقبالا من اغلبية التلاميذ .

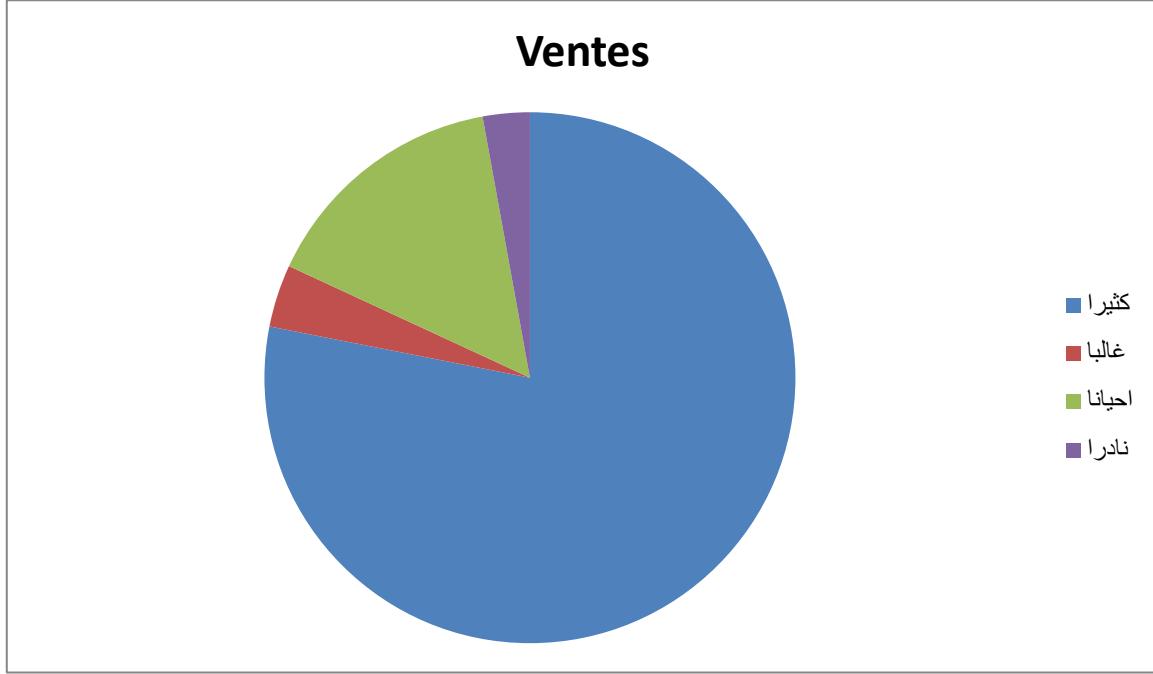
السؤال الثالث: الهدف الرئيسي لممارسة الرياضة هو اكتساب الصحة؟

الجدول 3 :

العبارات	عدد التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
كثيرا	82	86.1	161.45	7.82	3	0.05	دال
غالبا	4	4.2					
احيانا	16	16.8					
نادرا	03	3.15					
المجموع	105	100 %					

الجدول رقم 03: يمثل نتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ حول السؤال الثالث

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 03 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثالث

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 32 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 86.1% مقابل 4.2% غالبا و احيانا 16.8% ونسبة نادرا قدرت ب 3.15% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 161.45 وبمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدر ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 03

الاستنتاج: الهدف الرئيسي لممارسة الرياضة هو اكتساب الصحة لدى التلاميذ .

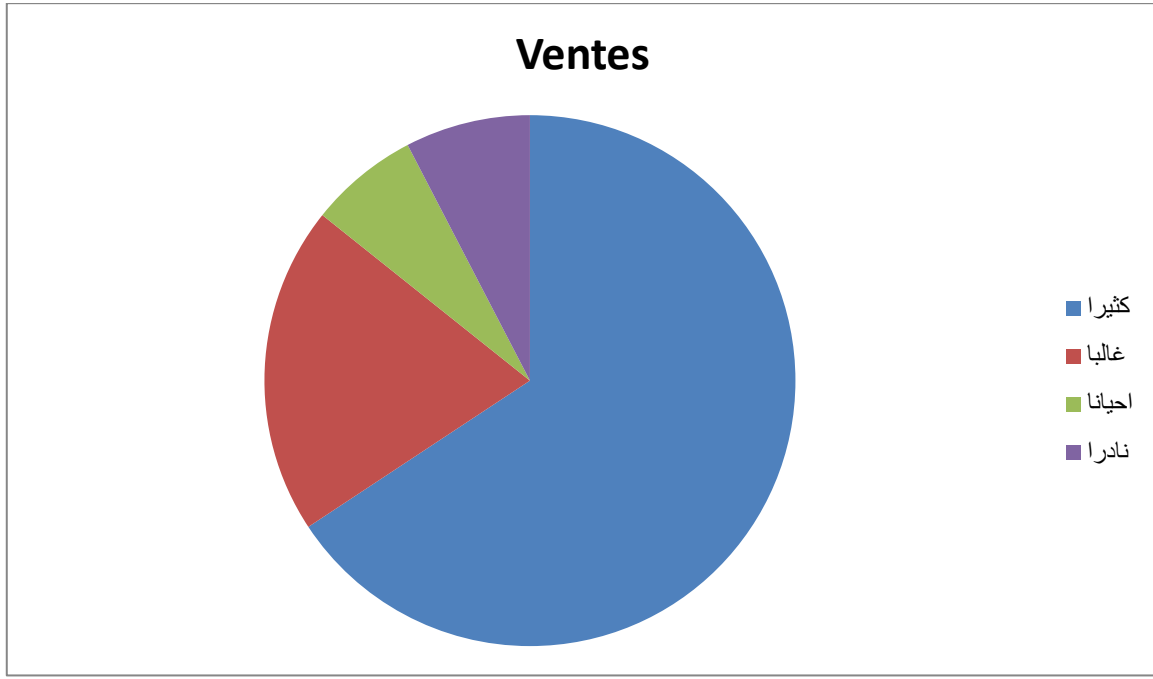
السؤال الرابع: افضل ممارسة الانشطة الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الافراد؟

الجدول 4 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	69.62	72.45	69	كثيرا
					22.05	21	غالبا
					7.35	07	احيانا
					8.4	08	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

الجدول رقم 04: يمثل نتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ حول السؤال الرابع

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 04 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الرابع

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 2 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 72.45 % مقابل 22.05 % غالبا و احيانا 7.35 % ونسبة نادرا قدرت ب 8.4 % من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة ك2 المحسوبة 69.62 و بمقارنتها مع ك2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 04

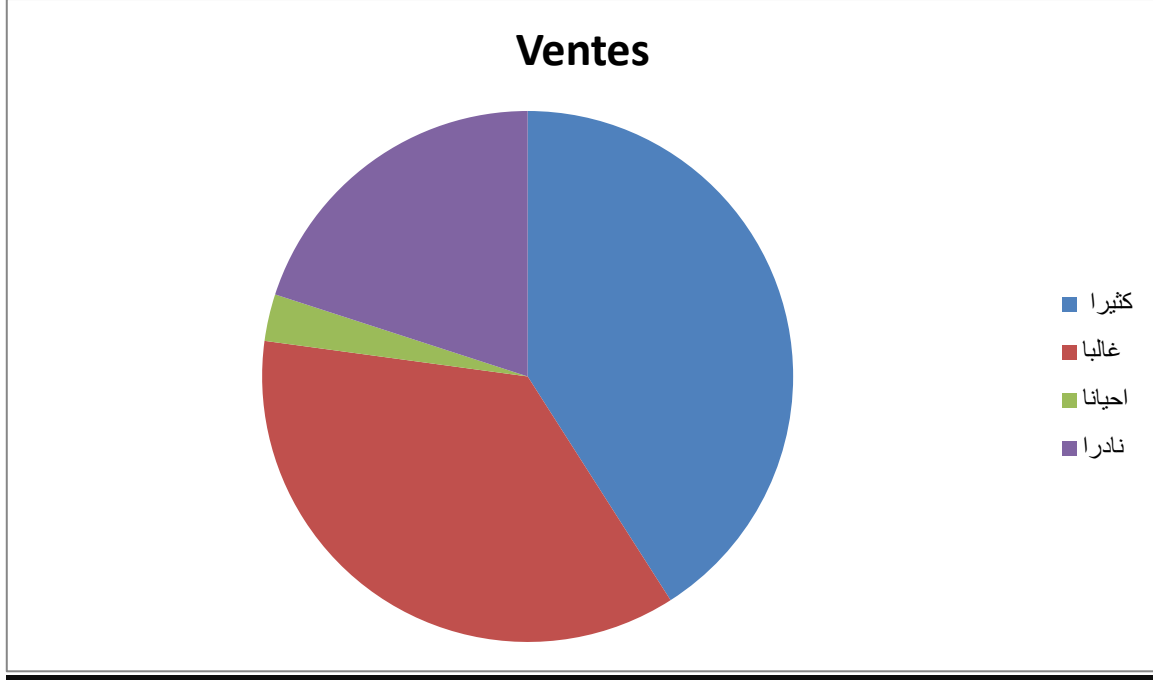
الاستنتاج : ممارسة الانشطة الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الافراد اكثر فعالية لدى أغلبية التلاميذ .

السؤال الخامس : هل تمارس الانشطة الرياضية لتصبح بطل المستقبل؟

الجدول 5 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	37.59	45.15	43	كثيرا
					39.9	38	غالبا
					3.15	3	احيانا
					22.05	21	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 05 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الخامس

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 05 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 45.15 % مقابل 39.9% غالبا و احيانا 3.15% ونسبة نادرا قدرت ب 22.05% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 37.59 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 05

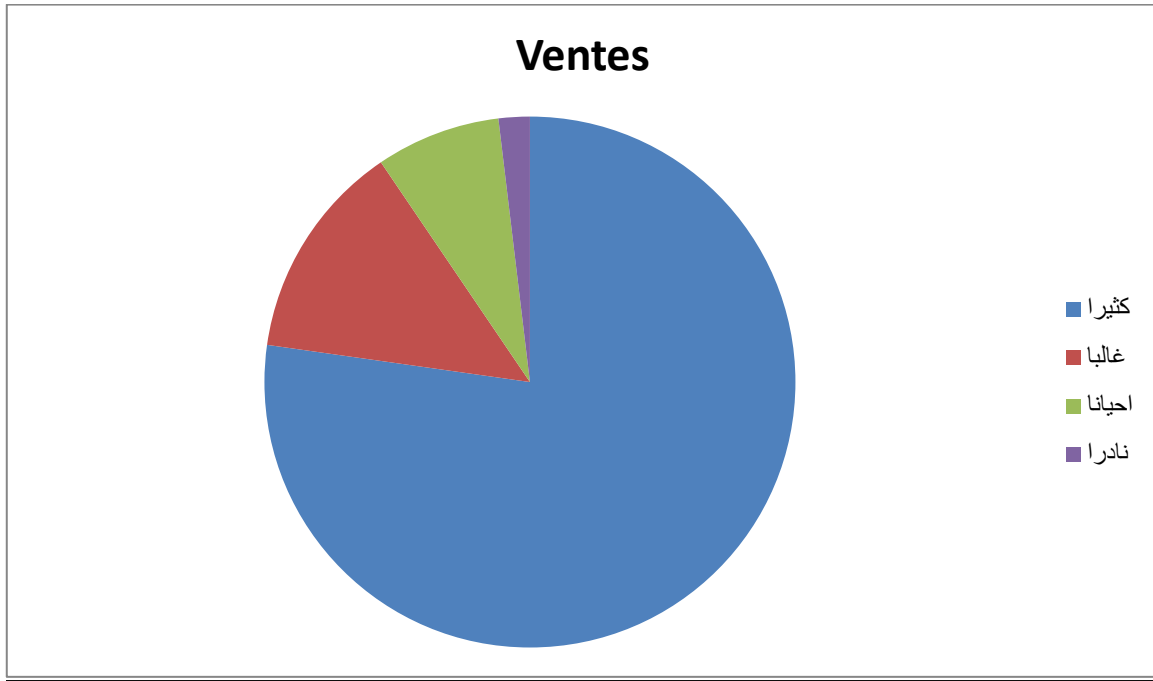
الاستنتاج: أغلبية التلاميذ يمارسون الرياضة ليصبحو ابطال في المستقبل .

السؤال السادس: تمارس الانشطة الرياضية من اجل زيادة اللياقة البدنية؟

الجدول 6 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	154.91	85.05	81	كثيرا
					14.7	14	غالبا
					8.4	08	احيانا
					2.1	02	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 06 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السادس

• عرض ومناقشة النتائج :

من خلال الجدول 06 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 85.05 % مقابل 14% غالبا و احيانا 08% ونسبة نادرا قدرت ب 2.1% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة ك2 المحسوبة 154.91 و بمقارنتها مع ك2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 06

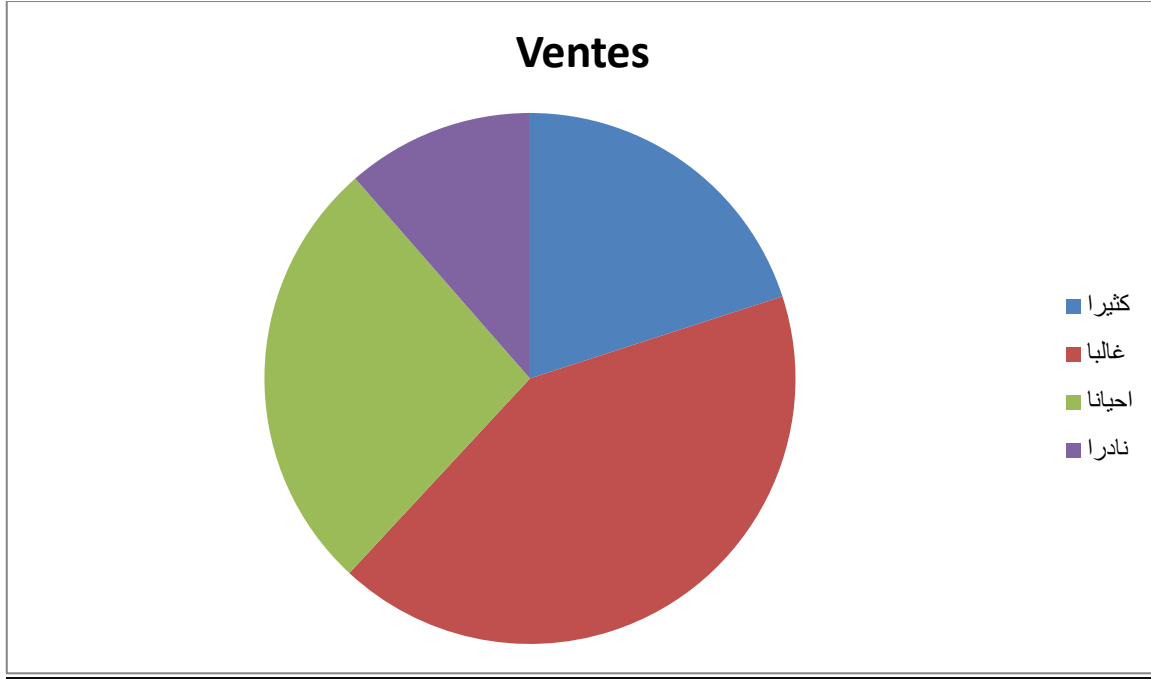
الاستنتاج: أغلبية التلاميذ يمارسون الانشطة الرياضية من اجل زيادة اللياقة البدنية.

السؤال السابع: امارس الانشطة الرياضية بمفردي خارج اوقات الدراسة؟

الجدول 7 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	68.88	22.05	21	كثيرا
					46.2	44	غالبا
					29.4	28	احيانا
					12.6	12	نادرا
			/		100 %	105	المجموع

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 07 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السابع

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 07 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم غالباً بنسبة مئوية قدرت ب 46.2 % مقابل 22.05% كثيرا و احيانا 29.4% ونسبة نادرا قدرت ب 12.6% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 51.35 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 07

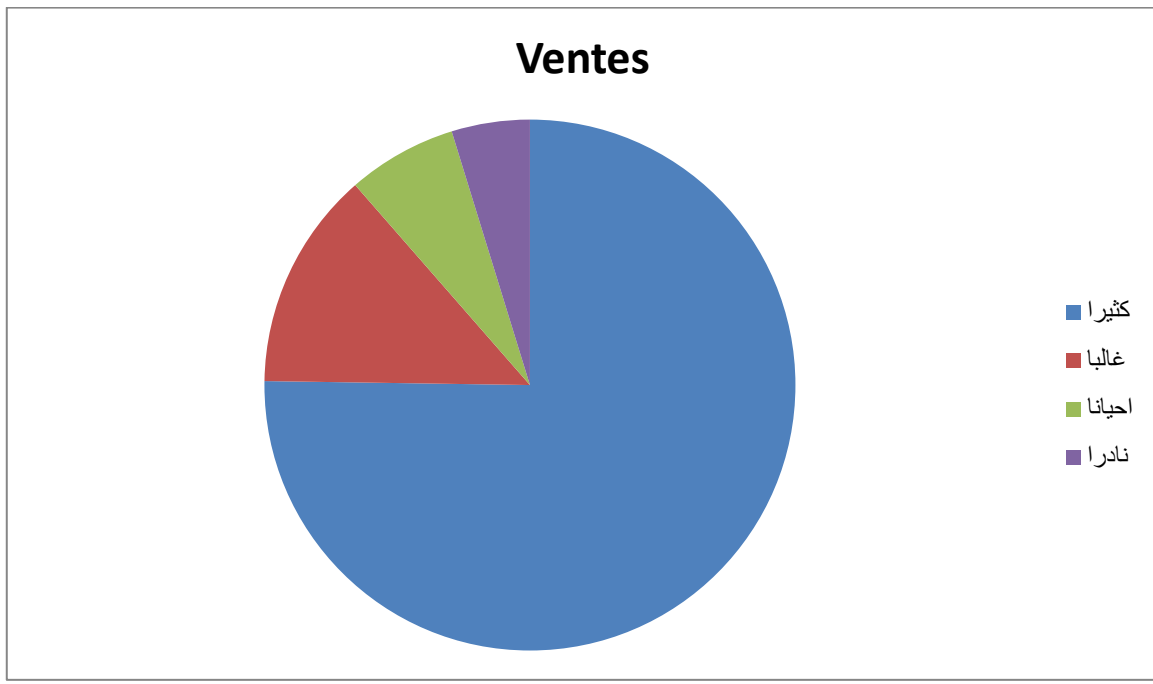
الاستنتاج: أغلبية التلاميذ غالبا ما يمارسون الانشطة الرياضية بمفردهم خارج اوقات الدراسة.

السؤال الثامن: من خلال حصة التربية البدنية تعلمت مبادئ العامة للممارسة النشاط الرياضي؟

الجدول 8 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	<u>0.05</u>	3	7.82	248.05	82.95	79	كثيرا
					14.7	14	غالبا
					7.35	7	احيانا
					5.25	5	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

الدائرة النسبية رقم 08 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثامن

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 08 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 82.95% مقابل 14.7% غالبا و احيانا 7.35% ونسبة نادرا قدرت ب 5.25% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 248.05 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدرة ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 08

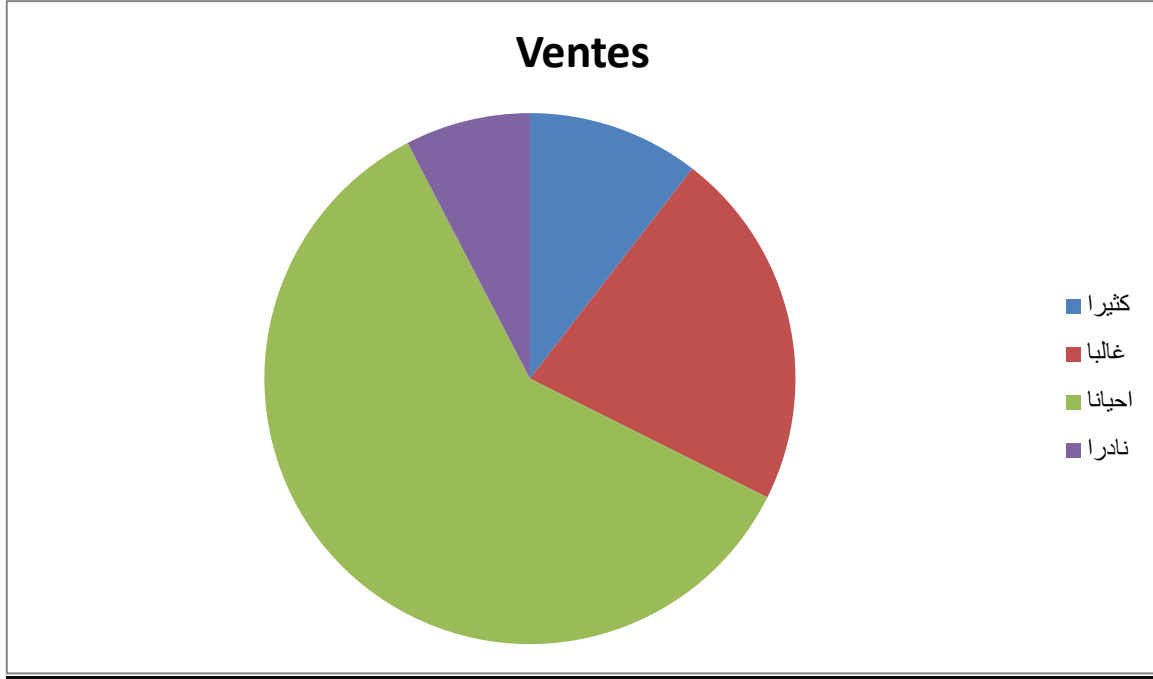
الاستنتاج: أغلبية التلاميذ تعلمو مبادئ العامة للممارسة النشاط الرياضي من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية.

السؤال التاسع: امارس الرياضة بشكل دوري في الاسبوع بمعدل ثلاث حصص؟

الجدول 9:

العبارات	عدد التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
كثيرا	11	11.55	178.4	7.82	3	0.05	دال
غالبا	23	24.15					
احيانا	63	66.15					
نادرا	08	8.4					
المجموع	105	% 100	/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 09 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال التاسع

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 09 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم احيانا بنسبة مئوية قدرت ب 66.15 % مقابل 24.15 % غالبا وكثيرا 11.55% ونسبة نادرا قدرت ب 8.4% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كاي المحسوبة 178.4 و بمقارنتها مع كاي الجدولية المقدرة ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 09

الاستنتاج: أغلبية التلاميذ احيانا ما يمارسون الرياضة بشكل دوري في الاسبوع بمعدل ثلاث حصص.

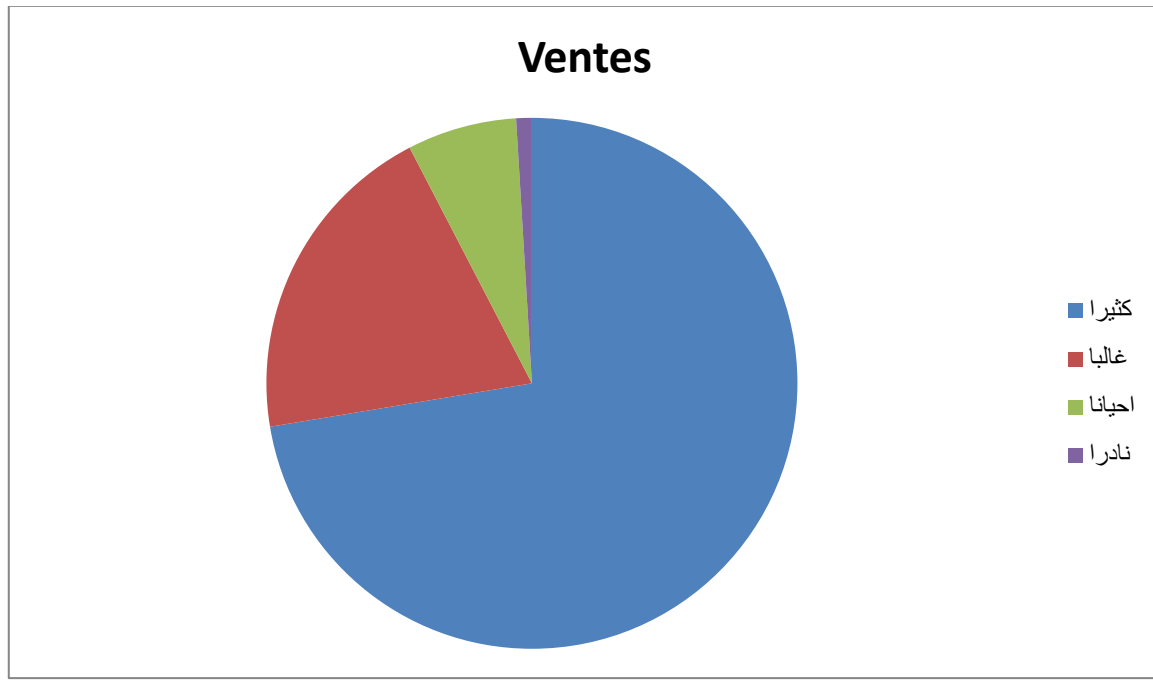
السؤال العاشر: اعتبر رياضة المشي هي من اهم الرياضات التي يجب على الفرد القيام بها؟

الجدول 10 :

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	238.72	79.8	76	كثيرا
					22.05	21	غالبا
					7.35	07	احيانا
					1.05	01	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 10 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال العاشر.

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 10 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرنا بنسبة مئوية قدرت ب 79.8 % مقابل 22.05 % غالبا و احيانا 7.35 % ونسبة نادرا قدرت ب 1.05 % من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 238.72 و بمقارنتها مع كا2

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

الجدولية المقدرة ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 10

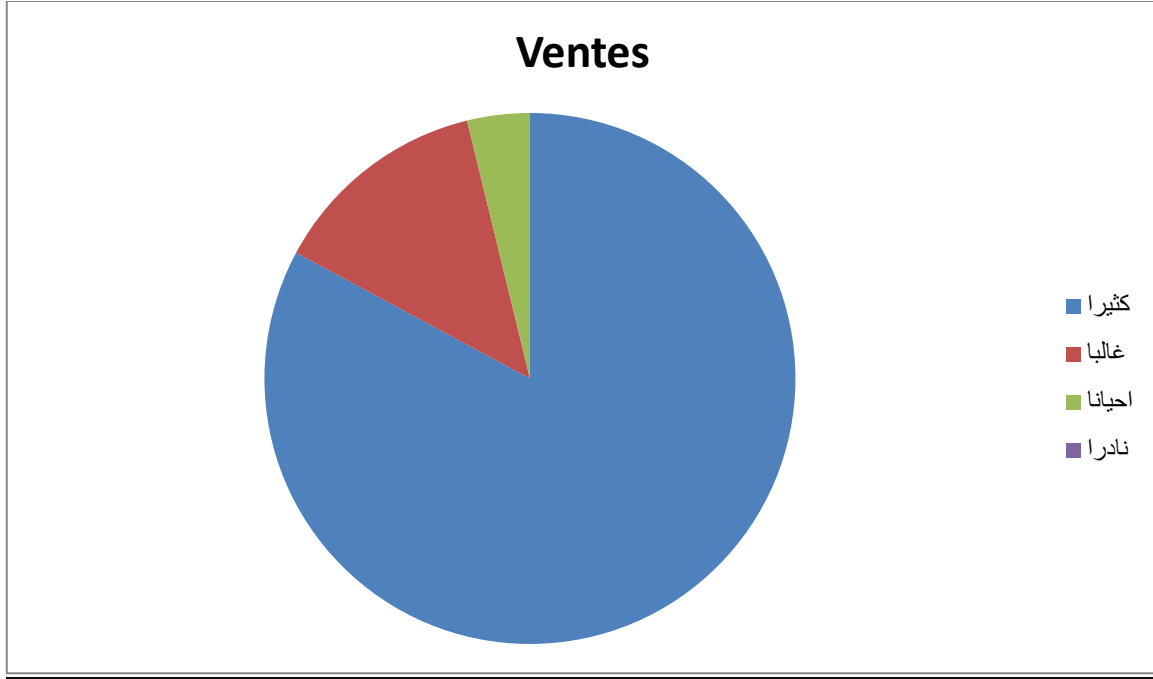
الاستنتاج: أغلبية التلاميذ يعتبرون رياضة المشي هي من اهم الرياضات التي يجب على الفرد القيام بها.

السؤال الحادي عشر: في حصة التربية البدنية والرياضية تعلمت ان الرياضة لها اثر ايجابي على نفسية الفرد؟

الجدول 11 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	296.42	91.35	87	كثيرا
					14.7	14	غالبا
					4.2	04	احيانا
					00	00	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 11 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الحادي عشر

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 11 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 91.35 % مقابل 14.7% غالبا و احيانا 4.2% ونسبة نادرا قدرت ب 00% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كاي المحسوبة 296.42 و بمقارنتها مع كاي الجدولية المقدر ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 11

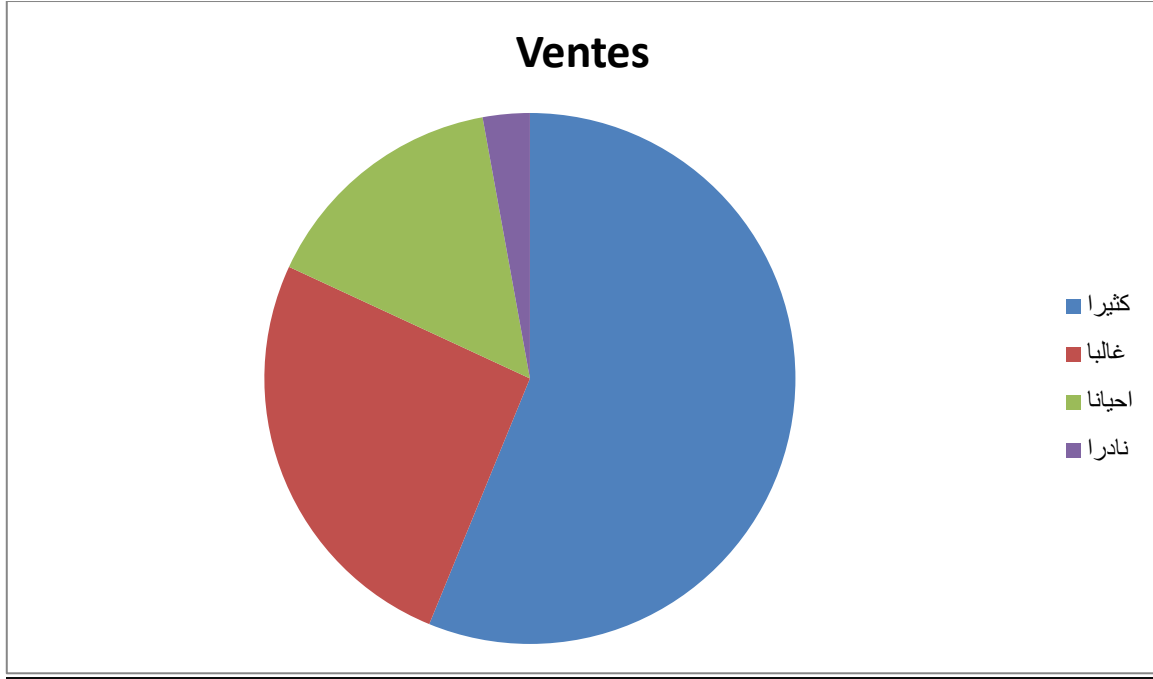
الاستنتاج : خلال حصة التربية البدنية والرياضية يتعلمون التلاميذ ان الرياضة لها اثر ايجابي على نفسية الفرد .

السؤال الثاني عشر: هل يشجعك الاستاذ داخل الحصة على ممارسة الرياضة بشكل دوري؟

الجدول 12 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	130.4	61.95	59	كثيرا
					28.35	27	غالبا
					16.8	16	احيانا
					3.15	03	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 12 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثاني عشر

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 12 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم بكثيرًا بنسبة مئوية قدرت ب 61.95 % مقابل 28.35 % غالبًا وأحيانًا 16.8% ونسبة نادرًا قدرت ب 3.15% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة ك2 المحسوبة 130.4 و بمقارنتها مع ك2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 12

الاستنتاج نسبة تشجيع الاستاذ للتلاميذ احيانا كانت متقاربة ، إلا أن النسبة الأكبر كانت في تشجيعهم كثيرا بشكل دوري.

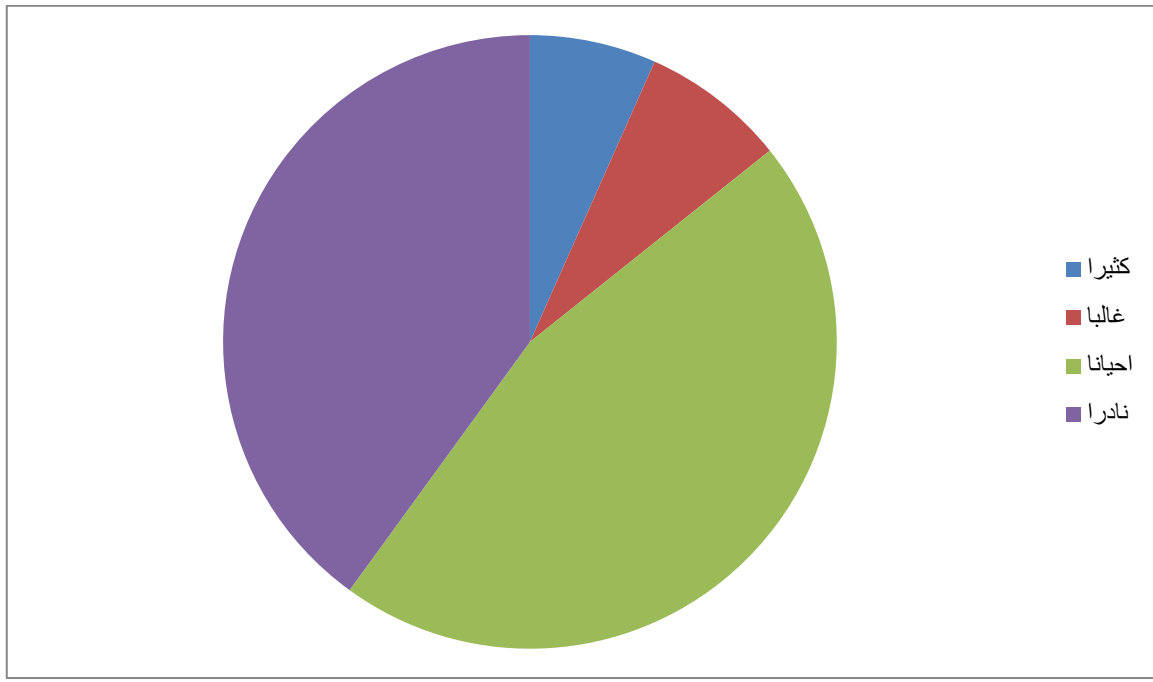
الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

السؤال الثالث عشر: هل المعفى او الذي لا يمارس حصة التربية البدنية بدون سبب تراه محق؟

الجدول 13 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	159.28	7.35	07	كثيرا
					8.4	08	غالبا
					50.4	48	احيانا
					44.1	42	نادرا
					% 100	105	المجموع

التمثيل البياني



الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

الدائرة النسبية رقم 13 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثالث عشر.

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 13 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم احيانا بنسبة مئوية قدرت ب 40.4 % مقابل 8.4% غالبا وكثيرا 8.4% ونسبة نادرا قدرت ب 44.1% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 195.28 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدرة ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 13

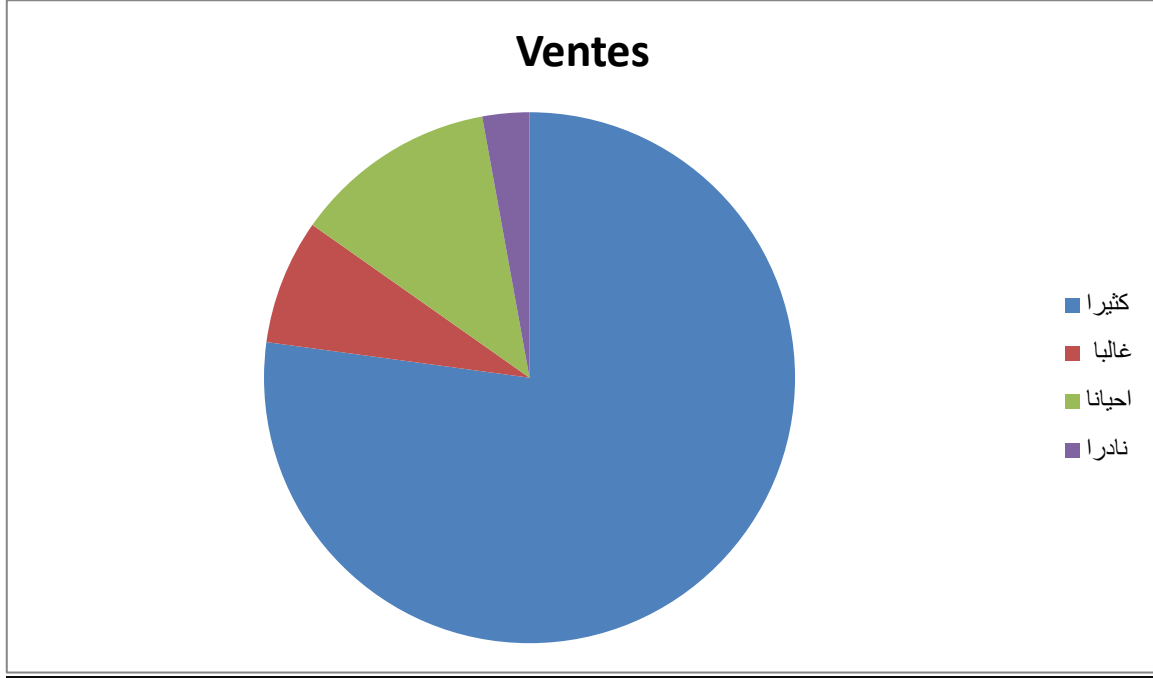
الاستنتاج : التلميذ المعفى الذي لا يمارس حصة التربية البدنية بدون سبب يراه التلاميذ احيانا محق.

السؤال الرابع عشر: اتخلص من الضغوط والقلق من خلال حصة التربية البدنية لذلك امارس الرياضة بشكل دوري؟

الجدول 14 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	292.82	85.05	81	كثيرا
					8.4	08	غالبا
					13.65	13	احيانا
					3.15	3	نادرا
					% 100	105	المجموع

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 14 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الرابع عشر

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 14 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 85.05 % مقابل 8.4% غالبا و احيانا 13.65% ونسبة نادرا قدرت ب 3.15% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 292.82 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 14

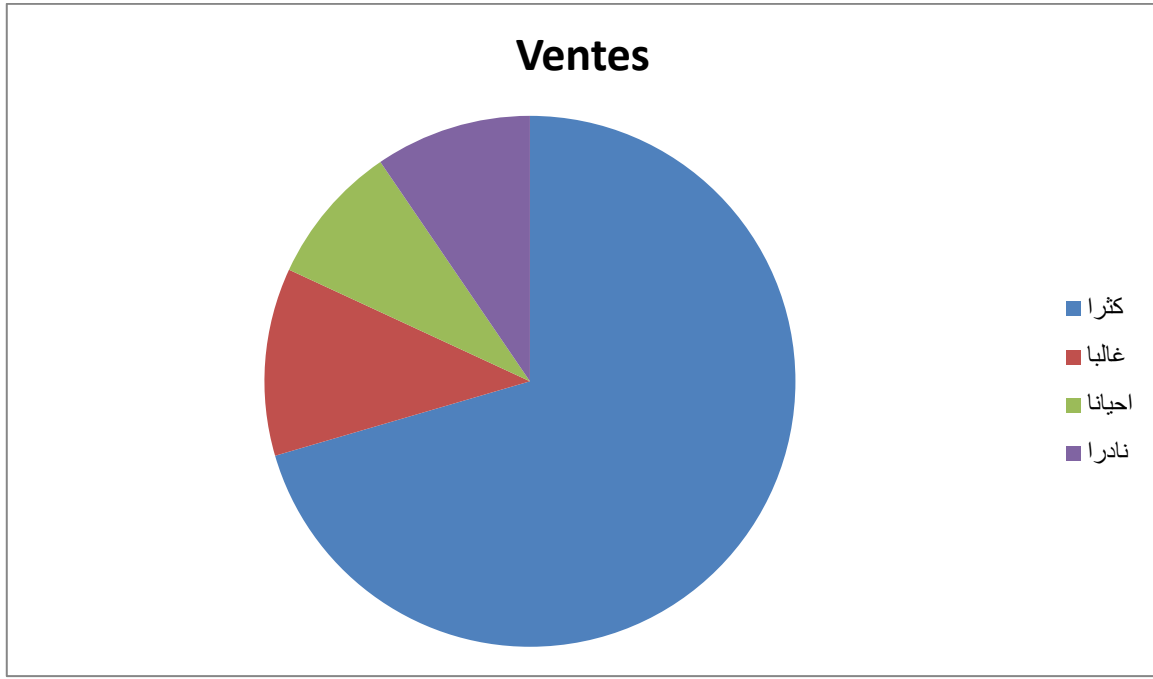
الاستنتاج : ممارسة الانشطة بشكل دوري من خلال حصة التربية البدنية تساعد التلاميذ من التخلص من الضغوط و القلق .

السؤال الخامس عشر: تساعد الرياضة في تحسين الجهاز الدوري والتنفسي لممارس الرياضة؟

الجدول 15 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	301.19	77.7	74	كثيرا
					12.6	12	غالبا
					9.45	9	احيانا
					10.5	10	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 15 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الخامس عشر.

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 15 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 77.7 % مقابل 12.6% غالبا و احيانا 9.45% ونسبة نادرا قدرت ب 10.5% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة ك2 المحسوبة 301.16 و بمقارنتها مع ك2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 15

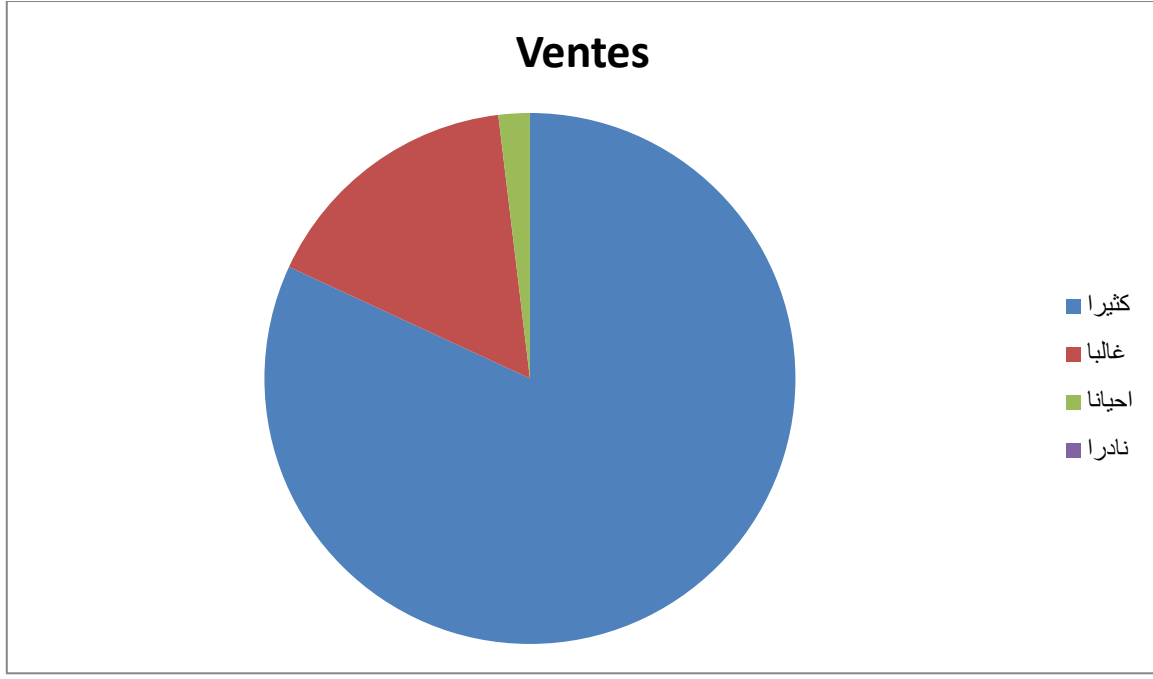
الاستنتاج : الرياضة تساعد في تحسين الجهاز الدوري والتنفسي لممارس الرياضة .

السؤال السادس عشر: تساعد ممارسة الانشطة البدنية و الرياضة في تحسين بعض تشوهات العمود الفقري؟

الجدول 16 :

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	292.91	90.3	86	كثيرا
					17.85	17	غالبا
					2.1	02	احيانا
					00	00	نادرا
					% 100		المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 16 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السادس عشر .

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 16 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 90.3% مقابل 17.85% غالبا و احيانا 2.1% ونسبة نادرا قدرت ب 0% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كاي المحسوبة 51.35 و بمقارنتها مع كاي الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 16

الاستنتاج : ممارسة الانشطة البدنية و الرياضة تساعد في تحسين بعض تشوهات العمود الفقري لدى اغلبية التلاميذ .

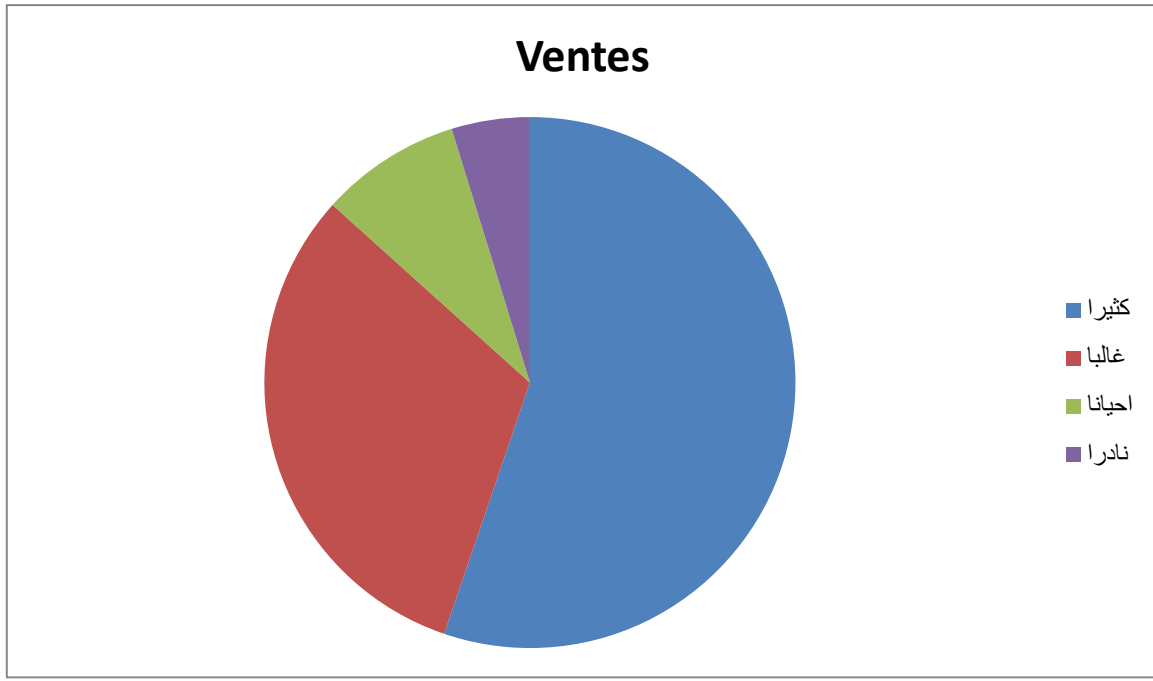
السؤال السابع عشر : هل ترى بان الرياضة تزيد من الثقة بالنفس لدى الممارس؟

الجدول 17 :

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	173.68	60.9	58	كثيرا
					34.65	33	غالبا
					9.45	09	احيانا
					5.25	05	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 17 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السابع عشر.

• عرض و مناقشة النتائج :

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

من خلال الجدول 17 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 60.9 % مقابل 34.65% غالبا و احيانا 9.45% ونسبة نادرا قدرت ب 5.25% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة ك2 المحسوبة 137.68 و بمقارنتها مع ك2 الجدولية المقدرة ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

- اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 17

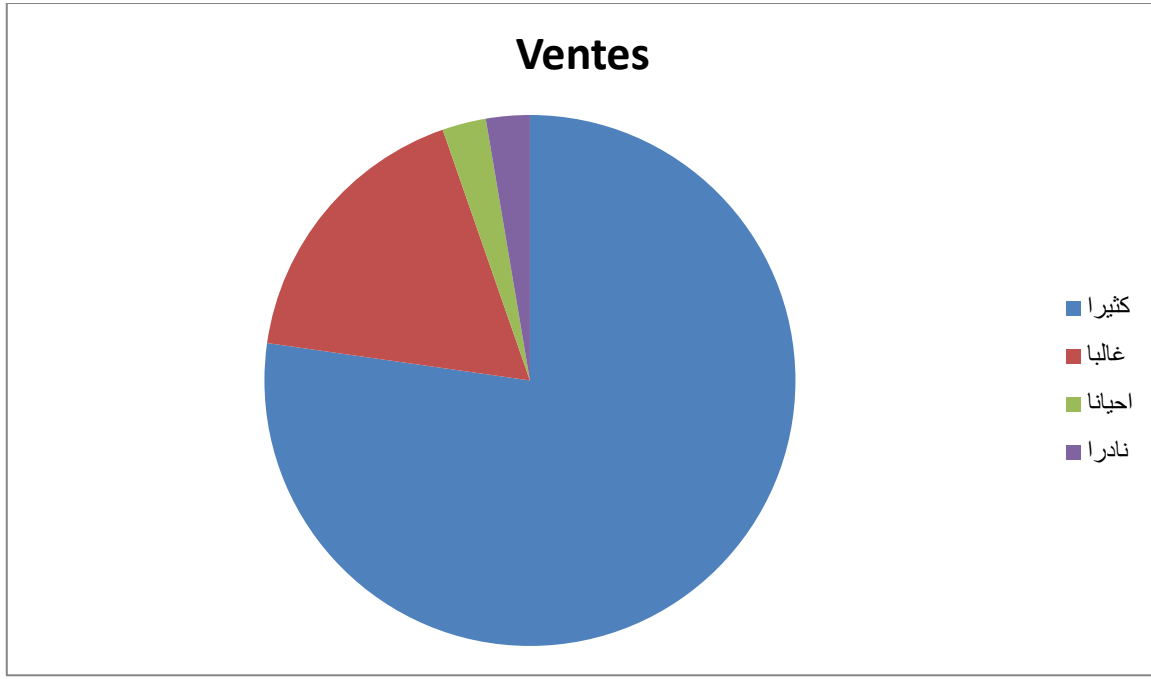
الاستنتاج: الرياضة تزيد من الثقة بالنفس لدى الممارس .

السؤال الثامن عشر: هل تستعين بأستاذ التربية البدنية إذا كانت لك مشكلة في اداء التمارين الرياضية؟

الجدول 18 :

العبارات	عدد التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
كثيرا	87	91.35	294.51	7.82	3	0.05	دال
غالبا	12	12.6					
احيانا	03	3.15					
نادرا	03	3.15					
المجموع	105	% 100	/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 18 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثامن عشر.

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 18 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 91.35 % مقابل 12.6 % غالبا و احيانا 3.15 % ونسبة نادرا قدرت ب 3.15 % من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 294.51 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 18

الاستنتاج : يستعينون التلاميذ بأستاذ التربية البدنية إذا كانت لديهم مشكلة في اداء التمارين الرياضية.

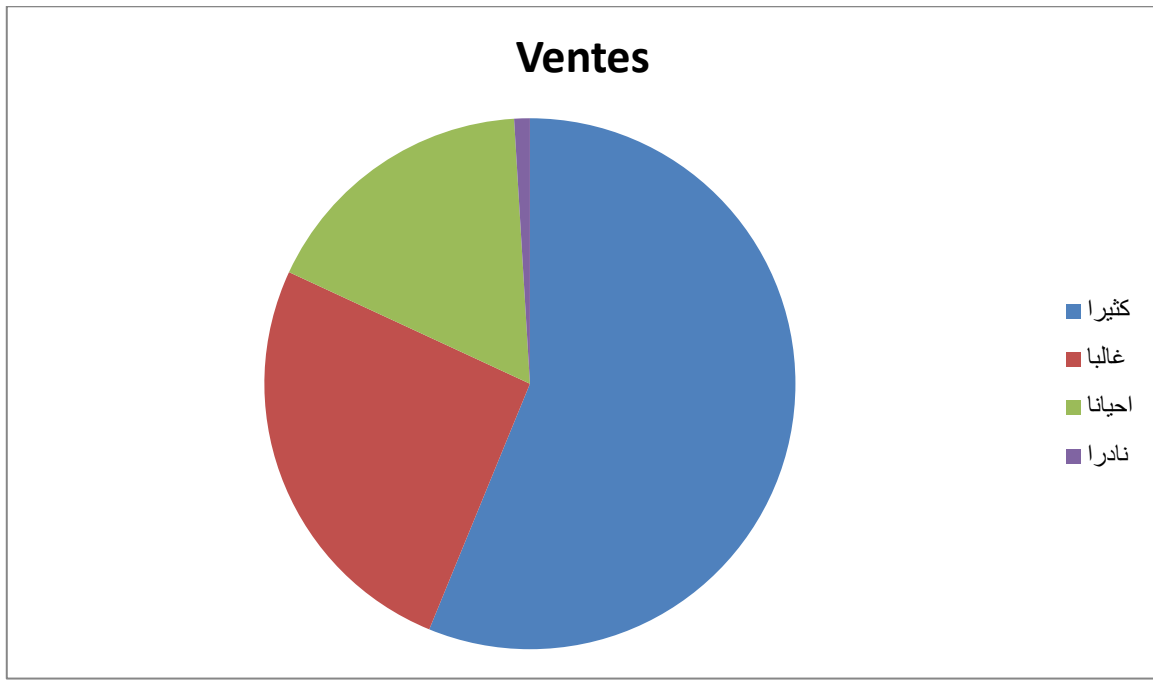
الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

السؤال التاسع عشر: من خلال ممارسة الانشطة الرياضية بشكل دوري تعود بافائدة على الجهاز العضلي؟

الجدول 19:

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	172.76	61.95	59	كثيرا
					28.35	27	غالبا
					18.9	18	احيانا
					1.05	01	نادرا
					% 100	105	المجموع

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 19 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال التاسع عشر

• عرض و مناقشة النتائج :

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

من خلال الجدول 19 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 61.95 % مقابل 28.35 % غالبا و احيانا 19% ونسبة نادرا قدرت ب 1.05% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 172.67 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

- اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 19

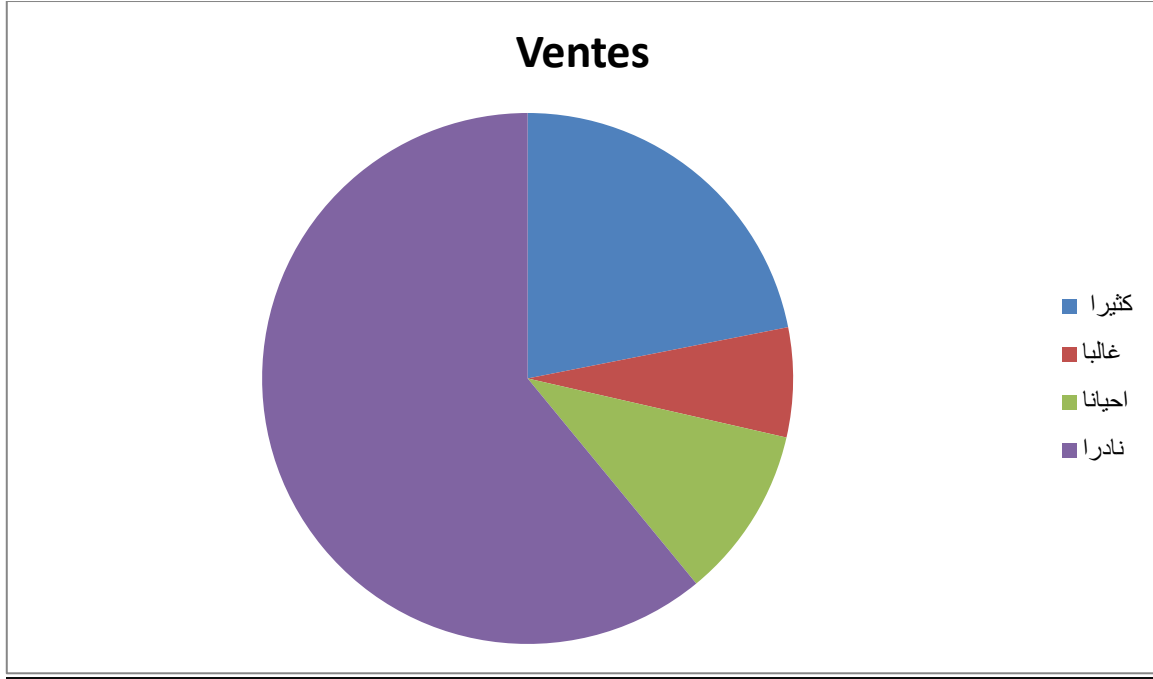
الاستنتاج: ممارسة الانشطة الرياضية بشكل دوري تعود بافائدة على الجهاز العضلي.

السؤال العشرون: ترى وقت المخصص لممارسة حصة التربية البدنية و الرياضة كافي ؟

الجدول 20:

العبارات	عدد التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
كثيرا	23	24.15	182.67	7.82	3	0.05	دال
غالبا	07	7.35					
احيانا	11	11.55					
نادرا	64	67.2					
المجموع	105	100 %	/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 20 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال العشرين.

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 20 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بنادر بنسبة مئوية قدرت ب 67.2 % مقابل 7.35 % غالبا و احيانا 11.55% ونسبة كثيرا قدرت ب 24.15 % من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كاسا المحسوبة 182.67 و بمقارنتها مع كاسا الجدولية المقدر ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 20

الاستنتاج : الوقت المخصص لممارسة حصة التربية البدنية و الرياضة غير كافي.

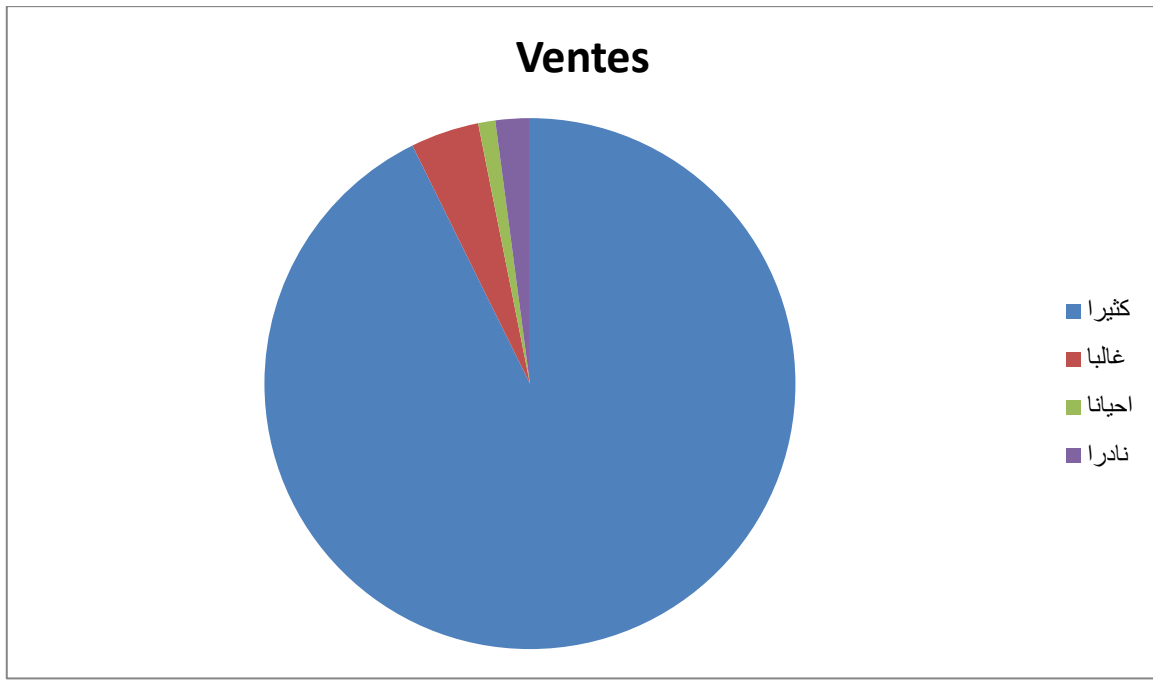
الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

السؤال الواحد و العشرون :هل الممارسة الجيدة للنشاط الرياضي تقلل من التعرض بالإصابات

الجدول 21:

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	366.67	93.33	98	كثيرا
					4.2	04	غالبا
					1.05	01	احيانا
					2.1	02	نادرا
							المجموع
		/		% 100	105		

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 21 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الواحد و العشرون .

• عرض و مناقشة النتائج :

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

من خلال الجدول 21 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 102.9% مقابل 4.2% غالبا و احيانا 1.05% ونسبة نادرا قدرت ب 2.1% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 366.67 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

- اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 21

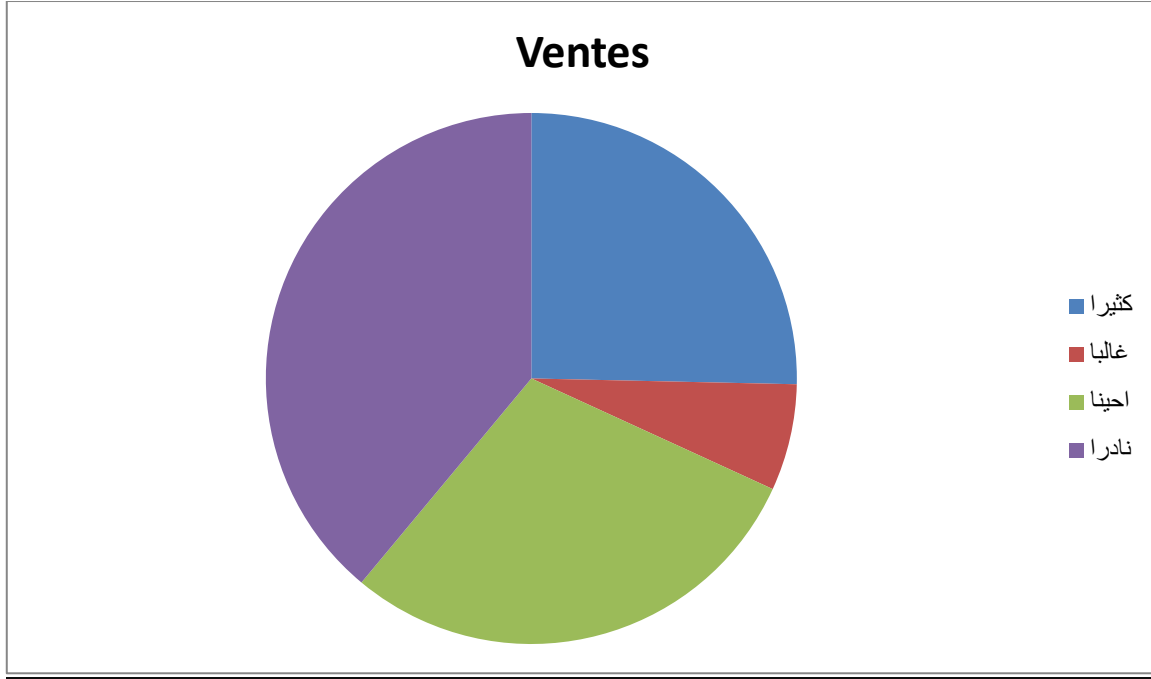
الاستنتاج: الممارسة الجيدة للنشاط الرياضي تقلل من التعرض بالإصابات.

السؤال الثاني و العشرون: اشعر من خلال حصة التربية البدنية اني قادر على ممارسة الرياضة دون استاذ خارج وقت الدراسة

الجدول 22:

العبارات	عدد التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
كثيرا	82	86.1	172.76	7.82	3	0.05	دال
غالبا	02	2.1					
احيانا	09	9.45					
نادرا	12	12.6					
المجموع	105	% 100	/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 22 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثاني والعشرون

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 22 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 86.1 % مقابل 2.1% غالبا و احيانا 9.45% ونسبة نادرا قدرت ب 12.6% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كاي 2 المحسوبة 172.76 و بمقارنتها مع كاي الجدولية المقدرة ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 22

الاستنتاج : حصة التربية البدنية تساهم بشكل كبير على قدرة ممارسة الرياضة دون استاذ خارج وقت الدراسة.

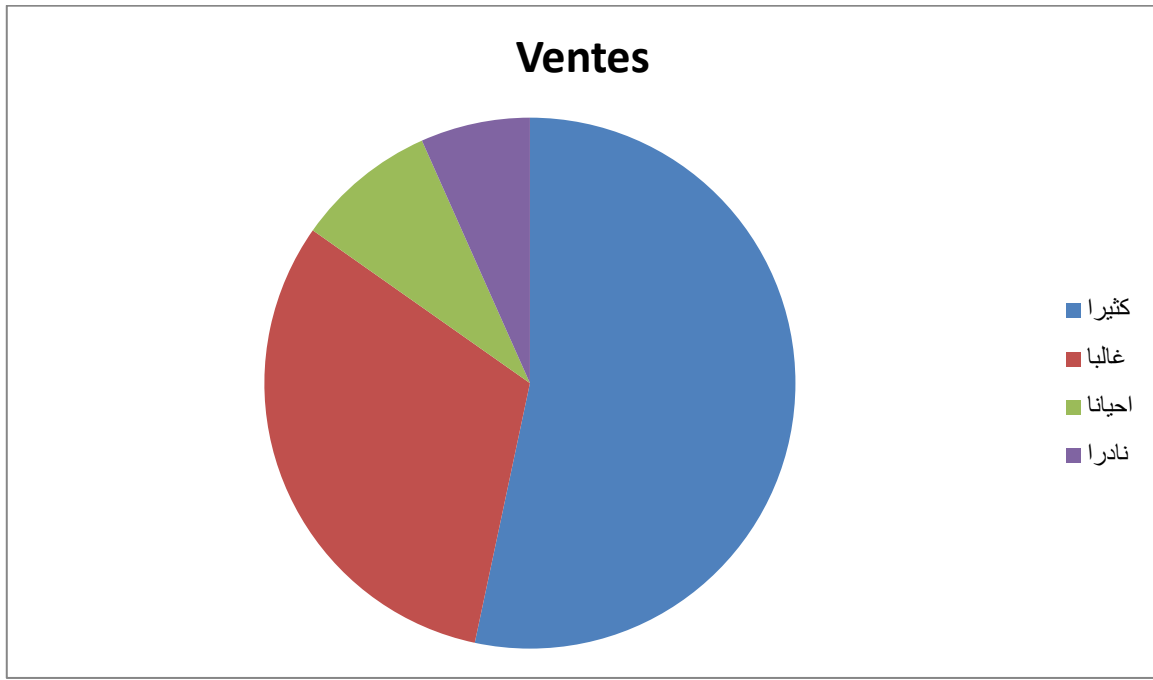
الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

السؤال الثالث والعشرون: أكتسب قوة بدنية جيدة بعد حصة التربية البدنية و الرياضة؟

الجدول 23:

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	165.92	58.8	56	كثيرا
					34.65	33	غالبا
					9.45	09	احيانا
					7.35	07	نادرا
					% 100	105	المجموع

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 23 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثالث والعشرون .

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 23 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 58.8 % مقابل 34.65% غالبا و احيانا 9.45% ونسبة نادرا قدرت ب 7.35% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 165.92 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدرة ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 23

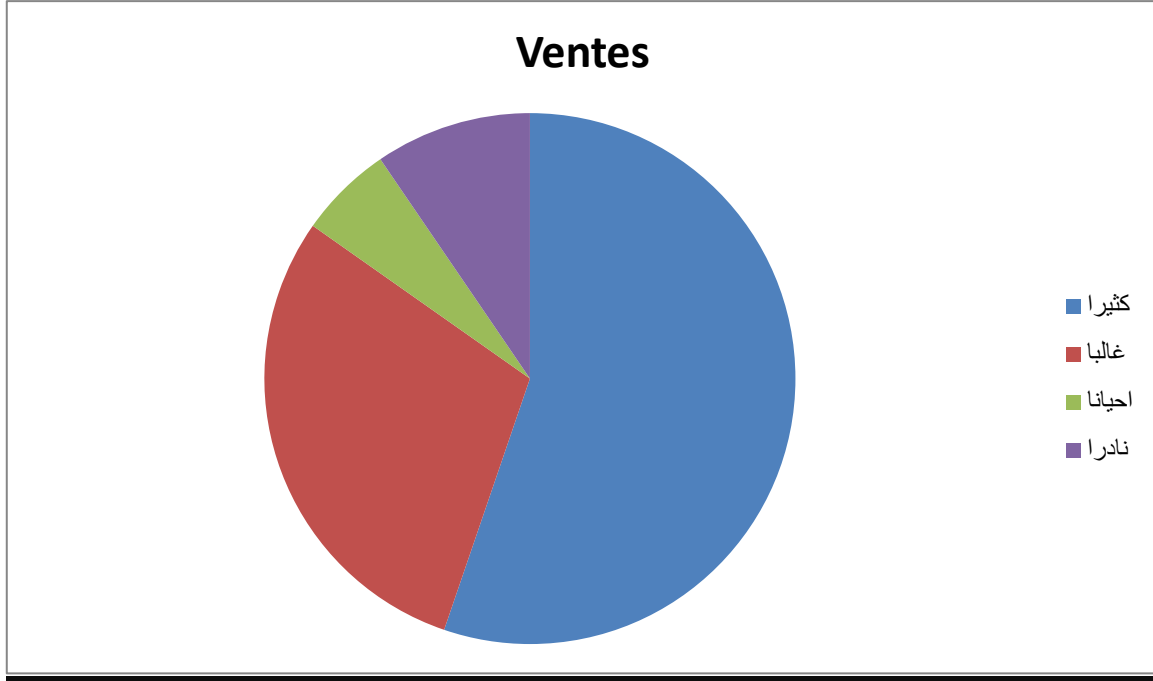
الاستنتاج : بعد حصة التربية البدنية و الرياضة تكسب اغلبية التلاميذ قوة بدنية جيدة .

السؤال الرابع و العشرون : ارى بان حصة التربية البدنية كافية من اجل بناء جسم سليم

الجدول 24:

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	169.94	60.9	58	كثيرا
					32.55	31	غالبا
					6.3	6	احيانا
					10.5	10	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 24 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الرابع و العشرون .

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 24 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 60.09 % مقابل 32.55 % غالبا و احيانا 6.3 % و نسبة نادرا قدرت ب 10.5 % من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 169.94 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدرة ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 24

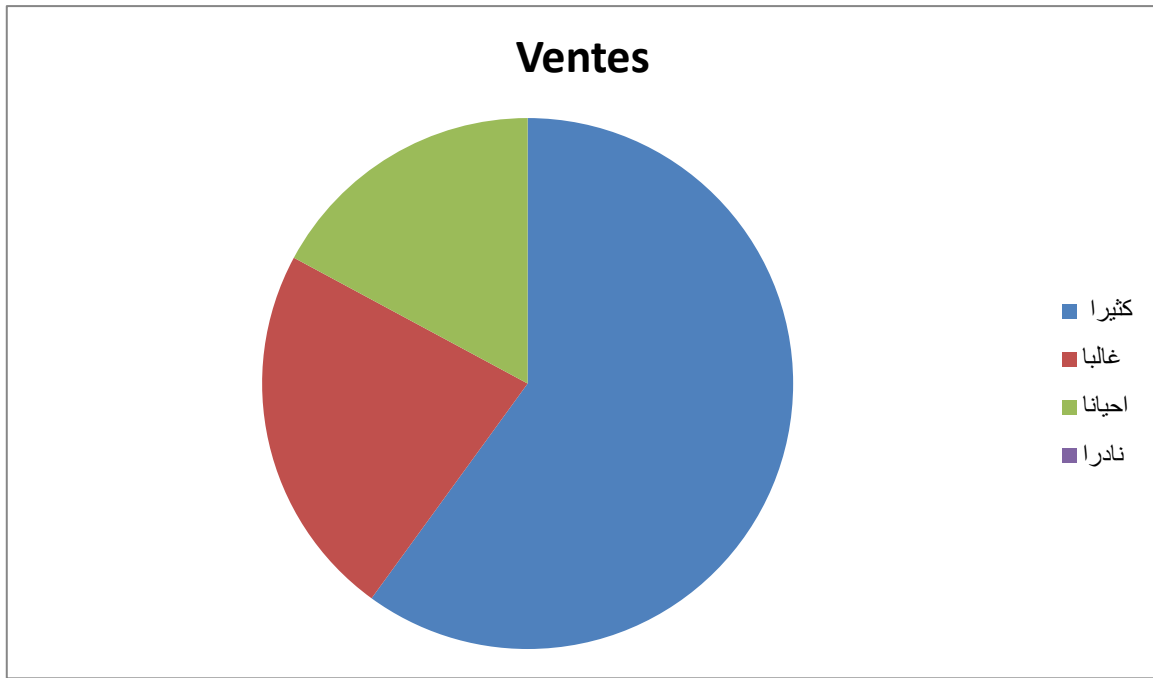
الاستنتاج : حصة التربية البدنية و الرياضية كافية من اجل بناء جسم سليم.

السؤال الخامس و العشرون :ممارسة النشاط الرياضي يحافظ و يخفض من وزن
الوزن الزائد؟

الجدول 25:

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	63.98	66.15	63	كثيرا
					25.2	24	غالبا
					18.9	18	احيانا
					00	00	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 25 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الخامس و العشرون

• عرض و مناقشة النتائج :

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

من خلال الجدول 25 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 66.15 % مقابل 25.2% غالبا و احيانا 18.9% ونسبة نادرا قدرت ب 00% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 51.35 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

- اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 25

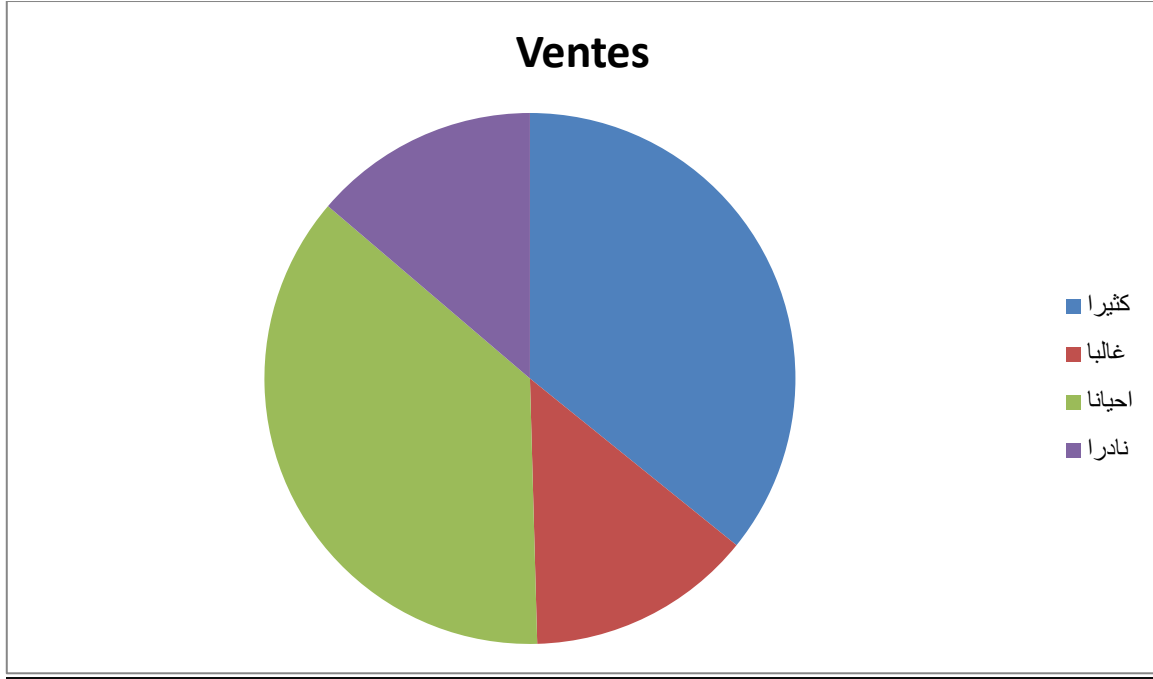
الاستنتاج: ممارسة النشاط الرياضي له دور كبير في الحفاظ و انخفاض من الوزن الزائد.

السؤال السادس و العشرون: ممارسة الانشطة الرياضية مدة 30 دقيقة اربع مرات اسبوعيا كافية للصحة الفرد

الجدول 26:

العبارات	عدد التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
كثيرا	91	95.55	213.58	7.82	3	0.05	دال
غالبا	03	3.15					
احيانا	08	8.4					
نادرا	03	3.15					
المجموع	105	% 100	/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 26 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السادس والعشرون.

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 26 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 95.55 % مقابل 3.15 % غالبا و احيانا 8.4 % ونسبة نادرا قدرت ب 3.15 % من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 213.58 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 26

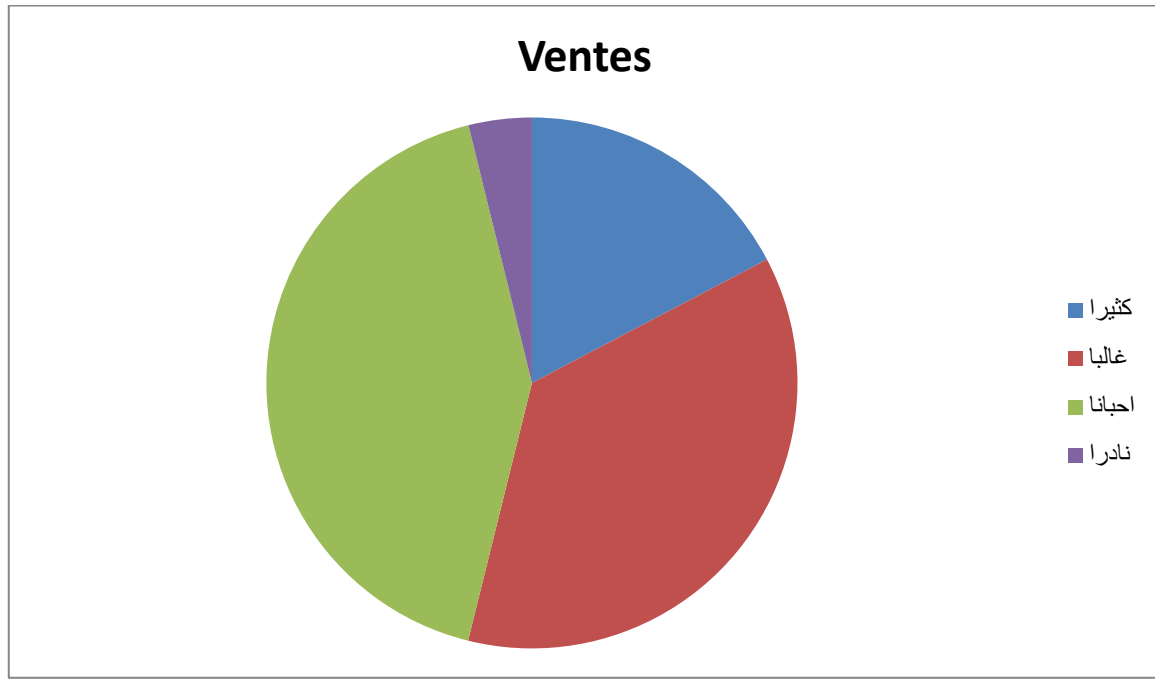
الاستنتاج: ممارسة الانشطة الرياضية مدة 30 دقيقة اربع مرات اسبوعيا كافية للصحة الفرد .

السؤال السابع و العشرون :لا امارس الرياضة خارج اوقات الدراسة لاني لا املك الوسائل المساعدة

الجدول 27:

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	39.64	18.9	18	كثيرا
					39.95	39	غالبا
					46.2	44	احيانا
					4.2	04	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 27 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال السابع و العشرون .

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 27 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم غالباً بنسبة مئوية قدرت ب 39.59% مقابل 18.9% كثيراً و أحيانا 46.2% ونسبة نادراً قدرت ب 4.2% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة ك2 المحسوبة 51.35 و بمقارنتها مع ك2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائياً.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 27

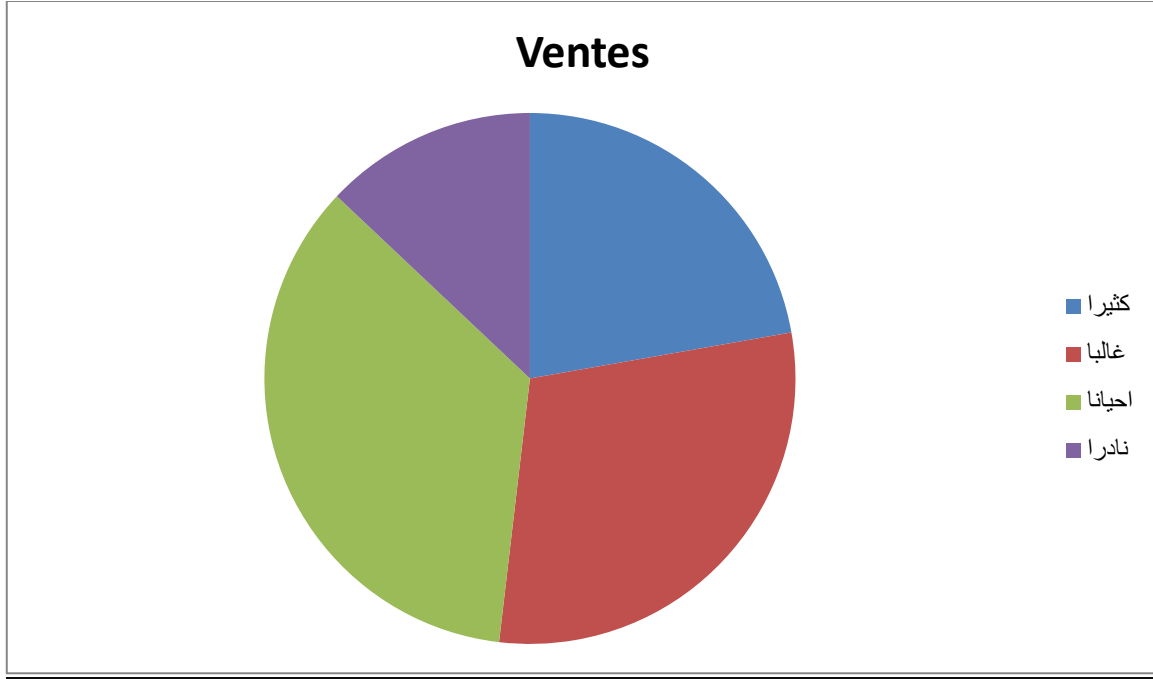
الاستنتاج : التلاميذ لا يمارسون الرياضة خارج اوقات الدراسة لانهم لا يملكون الوسائل المساعدة.

السؤال الثامن و العشرون :

الجدول 28: الانشطة الرياضية المفيدة للجسم لا تمارس الا في القاعات و تحت اشراف مدرب متخصص

العبارات	عدد التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
كثيرا	24	22.86	12.43	7.82	3	0.05	دال
غالبا	32	30.48					
احيانا	38	36.19					
نادرا	14	13.33					
المجموع	105	% 100	/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 28 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثامن والعشرون .

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 28 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجابتهم باحيانا بنسبة مئوية قدرت ب 39.9% مقابل 33.6% غالبا وكثيرا بنسبة 25.2% ونسبة نادرا قدرت ب 14.4% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كاي المحسوبة 12.43 و بمقارنتها مع كاي الجدولية المقدر ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 28

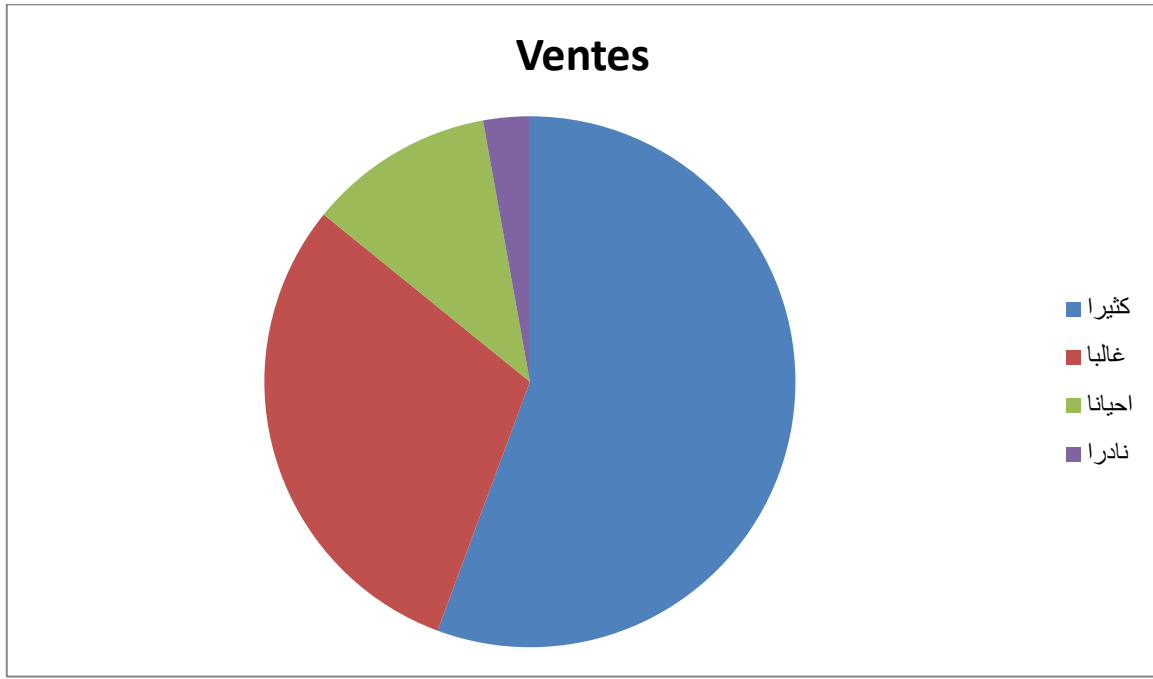
الاستنتاج : الأنشطة الرياضية المفيدة للجسم احيانا لا تمارس الا في القاعات و تحت اشراف مدرب متخصص.

السؤال التاسع و العشرون :لا امارس الرياضة او أي نشاط الا بعد القيام باحماء جيد

الجدول 29:

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	K2 الجدولية	K2 المحسوبة	النسبة %	عدد التكرارات	العبارات
دال	0.05	3	7.82	70.18	56.19	59	كثيرا
					30.48	32	غالبا
					11.43	12	احيانا
					2.86	03	نادرا
					% 100	105	المجموع
			/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 29 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال التاسع و العشرون .

• عرض و مناقشة النتائج :

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

من خلال الجدول 29 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 61.95 % مقابل 32.6% غالبا و احيانا 12% ونسبة نادرا قدرت ب 3% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 70.18 بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

• اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 29

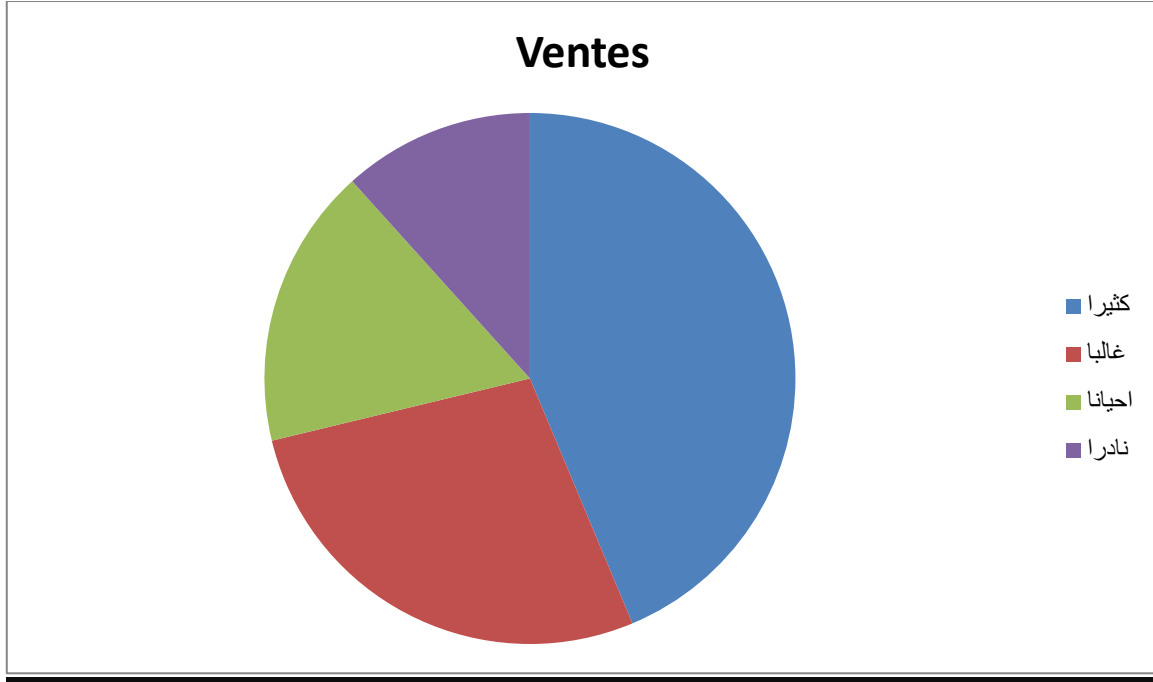
الاستنتاج: ممارسة الرياضة او أي نشاط لا يتم الا بعد القيام باحماء جيد.

السؤال الثالثون: يمكن لممارسة الانشطة الرياضية ان تؤثر سلبا على التحصيل الدراسي

الجدول 30:

العبارات	عدد التكرارات	النسبة %	K2 المحسوبة	K2 الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
كثيرا	46	48.3	25.48	7.82	3	0.05	دال
غالبا	29	30.45					
احيانا	18	18.9					
نادرا	12	12.6					
المجموع	105	% 100	/				

التمثيل البياني



الدائرة النسبية رقم 30 تمثل نتائج الاستبيان حول السؤال الثلاثون .

• عرض و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول 30 تبين لنا أن أغلبية التلاميذ كانت إجاباتهم بكثيرا بنسبة مئوية قدرت ب 48.3 % مقابل 30.45% غالبا و احيانا 18.9% ونسبة نادرا قدرت ب 12.6% من خلال المعالجة الاحصائية بلغت قيمة كا2 المحسوبة 25.48 و بمقارنتها مع كا2 الجدولية المقدره ب 7.82 و هذا عند درجة حرية 03 و مستوى الدلالة 0.05 كان القرار دال احصائيا.

اذن هناك فروق ذات دلالة احصائية في اجابات افراد العينة على السؤال رقم 30

الاستنتاج : يمكن لممارسة الانشطة الرياضية ان تؤثر سلبا على التحصيل الدراسي .

الاستنتاجات العامة:

- ✓ يكتسب التلميذ دافع لممارسة الانشطة البدنية من خلال حصة التربية البدنية.
- ✓ تساهم الانشطة الرياضية الممارسة داخل الحصة في الرفع من ميول التلاميذ لهوية ممارسة الرياضة.

مناقشة فرضيات:

الفرضية الأولى:

من خلال الدراسة التي قمنا بها تحت عنوان ميول التلاميذ لهوية ممارسة الانشطة الرياضية من خلال حصة التربية البدنية والرياضية والتي حاولنا من خلالها تسليط الضوء على مدى دور حصة التربية البدنية والرياضية في الرفع من ميول التلاميذ نحو هوية ممارسة الانشطة الرياضية استطعنا أن نخلص من خلال الفرضية الأولى التي تنص على الآتي:

حصة التربية البدنية تكسب التلاميذ دافعية لممارسة الانشطة البدنية خارج اوقات الدراسة ويتضح لنا جليا أن الانشطة الرياضية التي يؤديها التلاميذ داخل حصة التربية البدنية والرياضية لها تأثير ايجابي في ايجابي في الرفع من ميول التلاميذ للاقبال على هوية ممارسة الانشطة البدنية وبعد تحليل نتائج الاستبيان الموجه لهم توصلنا إلى أن نتائج النسب المئوية للمؤيدين اكثر بكثير من الراضين وهذا دليل على أن التلاميذ يؤيدون ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية وبالتالي يمكننا أن نقول أن الفرضية الأولى تتحقق وهذا راجع لميول التلاميذ للاقبال على ممارسة النشاط البدني .

الفرضية الثانية:

➤ **حصة التربية البدنية تكسب التلاميذ دافعية لممارسة الانشطة البدنية خارج اوقات الدراسة.**

ويتضح لنا جليا أن حصة التربية البدنية والرياضية لها تأثير ايجابي على الرفع من دافعية التلاميذ لممارسة الرياضة في اوقات الفراغ وبعد تحليل الاستبيان الموجه لهم توصلنا إلى أن نتائج النسب المؤيدين للمؤيدين أكبر بكثير من الراضين وهذا دليل على أن حصة التربية البدنية و الرياضية تكسب اللاميز دافعية لممارسة الأنشطة الرياضية خارج اوقات الدراسة وبالتالي يمكن أن نقول أن الفرضية الثانية قد تحققت وهذا راجع لميول التلاميذ إلى ممارسة الأنشطة البدنية وهذا ما تطرقنا إليه في الجانب النظري بخصوص اكتساب التلاميذ لهوية ممارسة الانشطة البدنية و الرياضية .

مقارنة النتائج بالفرضية العامة:

بعد تحليل ومعالجة النتائج تبين لنا صدق الفرضيات وهذا من خلال وجود فروق نسبية دالة في الفرضيات الجزئية وبالتالي الفرضيات الجزئية تنص على أن حصة التربية البدنية تكسب التلاميذ دافعية لممارسة الانشطة البدنية خارج اوقات الدراسة و كذلك للانشطة

الممارسة داخل حصة التربية البدنية والرياضة دور ايجابي في الرفع من ميول التلاميذ للاقبال على ممارسة الانشطة البدنية وتعمل على إثبات الفرضية العامة التي ترى أن لحصة التربية البدنية والرياضية دور ايجابي في الرفع من ميول التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة البدنية والرياضية .

بينت نتائج الجداول لعرض وتحليل الاستبيان الموجهة للتلميذات من السؤال (1- 30) أن القسم الكبير من النسب المئوية تشير إلى الموافقة وهذا يدل على ان التلاميذ يكتسبون ميول لهواية ممارسة الانشطة البدنية من خلال الانشطة المختلفة الممارسة داخل الحصة و كذا تكسب التلاميذ دافعية لممارسة الرياضة خارج اوقات الدراسة هذا ما يدل على إثبات وصدق الفرضيات التي ترى أن حصة التربية البدنية تكسب التلاميذ دافعية لممارسة الانشطة البدنية خارج اوقات الدراسة و كذلك للانشطة الممارسة داخل حصة التربية البدنية والرياضة دور ايجابي في الرفع من ميول التلاميذ للاقبال على ممارسة الانشطة البدنية وهذا ما يتحقق مع دراستنا النظرية التي ترى أن الأنشطة الممارسة داخل الحصة لها دور ايجابي في الرفع من ميول التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة البدنية وما يزيد التأكيد هو الدراسات المشابهة التي ترى أن حصة التربية البدنية والرياضية تساعد التلميذ على الرفع من درجة ميول نحو هواية ممارسة الانشطة البدنية و كذا تعلم مبادئ الاساسية لممارسة هذه الانشطة وادراك تلاميذ المراهقة بالدور الذي تلعبه هذه الأخيرة في تحقيق جسم سليم و صحي و كذا القضاء على اوقات الفراغ .

وما يزيد التأكيد هو الدراسة المشابهة التي ترى أن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم بشكل ايجابي في اكساب الاتلاميذ هواية ممارسة الانشطة البدنية بالدور الذي تلعبه هذه الأخيرة في تعليم التلاميذ المبادئ الاساسية لممارسة هذه الانشطة من خلال الحصة وهذا ما جاء به دراسة قام بها احميدة نصير / جرمون علي / غندير نور الدين / بن عبد الواحد عبد الكريم (2019) بالجزائر

(ورقة) بعنوان درجة اكتساب الطلبة لمهارات التدريس في التدريب الميداني و علاقتها بالاتجاه و الرغبة نحو مهنة التدريس .

التوصيات:

من خلال هذه الدراسة التي قمنا بها راودتنا مجموعة من الاقتراحات حاولنا إدراجها فيما يلي:

- ✚ ضرورة حث التلاميذ على اهمية ممارسة الانشطة البدنية .
- ✚ التنوع وتكثيف الانشطة البدنية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

✚ على استاذ التربية البدنية و الرياضية اعطاء نتائج و توجيهات للتلاميذ حول اهمية ممارسة الانشطة البدنية في اوقات الفراغ .

✚ على استاذ التربية البدنية اعطاء التلاميذ المبادئ الاساسية للتمارين الرياضية داخل الحصة .

✚ توعية الأولياء بضرورة ممارسة النشاط الرياضي لأبنائهم .

✚ على الاستاذ و الاولياء تشجيع ابنائهم على ممارسة الانشطة البدنية .

✚ استغلال اوقات الفراغ في ممارسة الرياضة .

الخلاصة

العامّة

حساسية موضوع ميول التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة البدنية من خلال حصة التربية البدنية ونقص الاهتمام به جعلتنا نتطرق إلى العلاقة الموجودة بينهما، نتناول في هذا الموضوع تحقيق ميول التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة البدنية من خلال حصة التربية البدنية قد افترض أن للانشطة الممارسة داخل حصة التربية البدنية دور ايجابي في الرفع من ميول التلاميذ للاقبال على ممارسة الانشطة البدنية و كذلك حصة التربية البدنية تكسب التلاميذ دافعية لممارسة الانشطة البدنية خارج اوقات الدراسة .

ولإثبات هذه الفرضية قمنا بتوزيع استبيانات خاصة بالتلاميذ وبعد جمع الإحصاءات وتحليل النتائج توصلنا إلى تحقيق الفرضيات الجزئية بنسبة معتبرة، الفرضية الأولى تخص أن للانشطة الممارسة داخل حصة التربية البدنية دور ايجابي في الرفع من ميول التلاميذ للاقبال على ممارسة الانشطة البدنية والتي تحققت بنسبة كبيرة والدور الفعال لحصة التربية البدنية في الرفع من دافعية ممارسة الانشطة البدنية خارج اوقات الدراسة ، وبالتالي تحقق هذا الأخير يعني تحقيق الفرضية العامة التي ترى أن لحصة التربية البدنية و الرياضية دور ايجابي في دفع التلاميذ نحو هواية ممارسة النشطة البدنية و الرياضية .

المراجع

- الخولي أ. (1996). *الرياضة و المجتمع الكويت: سلسلة عالم المعرفة*. الخولي أ. (2001). *اصول التربية البدنية و الرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ابراهيم م. ع. (2000). *الادارة و التنظيم في التربية الرياضية*. دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع. ابن منظور. (1995).
- احمد. (2005). *مناهج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي و التقني*. دار الخلدونية.
- احمد. (2005). *مناهج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي*. دار الخلدونية.
- أحمد ع. أ. (1984). *طرق التدريس في المجال التربية البدنية*.
- أحمد م. (2004). *تكنولوجيا إعداد و تأهيل معلم التربية الرياضية*. الاسكندرية: دار الوفاء للنشر.
- احمد ي. ع. (2017/2018). *دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تحسين*. مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير.
- أكرم. (2014).
- الحمد ك. ع. (1994). *مقدمة التقويم في التربية البدنية*. القاهرة.
- الخالق. (1982). *التدريب الرياضي نظريات و تطبيقات*. مصر: دار المكتبة الجامعية.
- الخولي أ. (1996). *اصول التربية البدنية الرياضية*. مدخل تاريخ الفلسفة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- الخولي أ. (1996). *اصول التربية البدنية و الرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي: مدخل تاريخ الفلسفة.
- الخولي أ. (2001). *اصول التربية البدنية و الرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- الخولي م أ. (1990). *اسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- الخولي أ. (2001). *اصول التربية البدنية و الرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- العلوي م. ح. (1992). *علم النفس التربوي*. القاهرة: دار المعارف.
- الفارابي. (1994). *معجم علوم التربية*. مصطلحات البيداغوجيا و الديداكتيك. دار الخطاب للنشر و التوزيع.
- المنصوري. (1978).
- بسطويسي ع. (s.d.).
- بقدي. (2010-2011). *مذكرة لنيل شهادة ماستر تحت عنوان ممارسة النشاط البدني و الرياضي و دوره في التحرر من الخجل لدى التلاميذ المرحلة الثانوية*. الجزائر: جامعة شلف.
- بك عبد القادر. (2016-2017). *رساله لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية و الرياضية تحت عنوان دور التربية البدنية و الرياضية في تخفيف من حدة القلق الامتحان للتلاميذ المقبلين على شهادة التعليم المتوسط*. الجزائر.
- بوزيان ق. &., و. (s.d.). *دور حصة التربيه البدنيه و الرياضيه في تنميه القيم الاجتماعيه للتلاميذ المحرات المتوسط*. رساله ضمن متطلبات نيل شهاده الماستر في النشاط البدني المدرسي.
- تعليم جديد- <https://www.new-educ.com/%D8%A7%D9%84%D9%87%D9%88%D8%A7%D9%8A%D8%A7%D8%AA-8%D8%A7%D9%84%D8%B4%D8%AE%D8%B5%D9%8A%D8%A9> (s.d.).
- محمود و اغطية 1959 التوجيه التربوي المهني القاهرة مكتبة الفلسفة المصرية.
- حبيب م. (2019-2020). *دور حصة التربية البدنية و الرياضية في إدماج التلميذات المصابات بالسمنة في الجماعة طور المتوسط 15-13 سنة*. (الجزائر: ماستر نشاط بدني مكيف).

- حسن شلتوت حسن معوض (s.d.). *التنظيم والإدارة في التربية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- خولي، ا. ا. (2001). *اصول التربية البدنية والرياضية المدخل التاريخ الفلسفة*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- خيضر، و. ح. (2010). *الاثار النفسية والاجتماعية في العلاقات بين استاذ التربية البدنية والرياضية والتلاميذ*. يسكرة: جامعة محمد خيضر .
- دندش (2004). *في اصول التربية*. الاسكندرية: دار دنيا للطباعة و النشر .
- زكي (1965). *التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية*. القاهرة: دار النهضة العربية.
- شيشوب، أ. (1994). .. *تطورات التلاميذ المراهقين القانون المدرسي دراسة نفسية اجتماعية*. تونس: الدار التونسية للنشر و التوزيع.
- صلحاي، ح. (2016). *اتجاهات تلميذات المرحلة المتوسطة نحو حصة التربية البدنية والرياضية بالمناطق الريفية و الحضرية*. يسكرة: اطروحة دكتوراه.
- عبد الباني (1983) .
- عبد الرحمان سعد (1983). *السلوك الانساني في تحليل المتغيرات*. الكويت: مكتبة الفلاح.
- عبد السلام عبد الغفار (2000). *مقدمة علم النفس العام*، ط. 2 لبنان: دار النهضة العربية.
- عبد ش ب (1994). *أسس التربية البدنية*. القاهرة: مكتبة الانجلو مصرية.
- عدنان درويش و اخرون (1994). *التربية الرياضية المدرسية*، ط. 3 القاهرة: دار الفكر العربي.
- عزمي (2004). *اساليب تطوير و تنفيذ درس التربية البدنية و الرياضية*. الاسكندرية: دار الوفاء .
- علي يحي منصور (1971). *الثقافة والرياضة الجزء الاول* ط. 1 مصر.
- فرج (1988). *مناهج وطرق التدريس التربية البدنية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- فهيم (2004). *طرق تدريس في التربيه الرياضية*. الاسكندرية: مركز الكتاب للنشر.
- قرين بوزيان مداحي وليد (s.d.) .
- كامل ش، (1998). *المرتكزات الحديثة لكرة القدم كلية التربية البدنية والرياضية*. جامعه بغداد.
- متولى عبد الله (2011). *طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية و التطبيق*. الاسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر.
- محمد رفعت رمضان و محمد سليمان و خطاب عطية علي (s.d.). *اصول التربيه و علم النفس*. دار الفكر العربي.
- محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي (1992). *نظريات وطرق تدريس التربية البدنية*، ط. 2 الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- محمد عوض البوسني (1992). *تأليف محمد عوض البوسني، نظريات و طرق تدريس التربية البدنية* (صفحة 94). الجزائر: ديوان المطبوعات الجزائرية .
- محمود عوض البسيوني و آخرون (1992). *نظريات وطرق تدريس التربية البدنية*. Dans 1. ع . و آخرون *نظريات وطرق تدريس التربية البدنية*، ط. (p. 94) 2 الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- مروان، غ. ا. (2001). *التربية الترويحية و اوقات الفراغ*. عمان: مؤسسات الوراق للنشر و التوزيع . معوض ح. ش. (s.d.) .
- منداس وسيلة ، فاني ريم (2020-2021). *مذكرة لنيل شهادة الماستر تحت عنوان دوافع ممارسة النشاط البدني و الرياضي لتلاميذ الطور الثانوي*. الجزائر: جامعة مستغانم.
- منظور، ا. (1995) .
- ياسين (s.d.) .

الملاحق

وزارة التعليم العالي و
البحـث العلمـي
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -
معهد التربية البدنية و
الرياضية
قسم التربية البدنية والرياضة

استبيـان

ان

يشرفنا ان نضع بين ايديكم هذه الاستمارة الذي تحتوي على مجموعة من العبارات التي تحمل جملة من المعارف و المفاهيم التي نرجو منكم اعزائي التلاميذ الاجابة عليها حسب ما ترونه وتجدون ان العبارة تتلائم مع تعرفونه قصد استخدامها في انجاز مذكرة ليسانس تربية و علم الحركة المدرجة تحت عنوان:
" ميول التلاميذ لهواية ممارسة الانشطة البدنية و الرياضية من خلال حصة التربية البدنية و الرياضية

من اعداد الطالب
تحت اشراف الدكتور

- قايد منير .
- د / هشام بيطار .

السنة الجامعية 2021 / 2022

الرقم	العبارات	كثيرا	غالباً	أحياناً	نادراً
1.	هل تحب ممارسة الانشطة الفردية في حصة التربية البدنية و الرياضية				
2.	هل تفضل الانشطة الرياضية التي ليس فيها جهد بدني كبير				
3.	الهدف الرئيسي لممارسة الرياضة هو اكتساب الصحة				
4.	افضل ممارسه الانشطة الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الافراد				
5.	هل تمارس الانشطة الرياضية لتصبح بطل المستقبل				
6.	تمارس الانشطة الرياضية من اجل زيادة اللياقة البدنية				
7.	امارس الانشطة الرياضية داخل الجماعات خارج اوقات الدراسة				
8.	من خلال حصة التربية البدنية تعلمت مبادئ العامة للممارسة النشاط الرياضي				
9.	امارس الرياضة بشكل دوري في الاسبوع بمعدل ثلاث حصص				

				اعتير رياضة المشي من اهم الرياضات التي يجب على الفرد ممارستها	0
				في حصة التربية البدنية والرياضية تعلمت ان الرياضة لها اثر ايجابي على نفسية الفرد	1
				هل يشجعك الاستاذ داخل الحصة على ممارسة الرياضة بشكل دوري	2
				هل المعفى او الذي لا يمارس حصة التربية البدنية بدون سبب تراه محق	3
				اتخلص من الضغوط والقلق من خلال حصة التربية البدنية لذلك امارس الرياضة بشكل دوري	4
				تساعد الرياضة في تحسين الجهاز الدوري والتنفسي للمارس الرياضة	5
				تساعد ممارسة الانشطة البدنية و الرياضة في تحسين بعض تشوهات العمود الفقري	6
				هل ترى بان الرياضة تزيد من الثقة بالنفس لدى الممارس	7
				هل تستعين بأستاذ التربية البدنية إذا كانت لك مشكلة في اداء التمارين الرياضية	8
				من خلال ممارسة الانشطة الرياضية بشكل دوري فائدة على الجهاز العضلي	9
				ترى وقت المخصص لممارسة حصة التربية البدنية و الرياضة كافي ؟	20
				هل الممارسة الجيدة للنشاط الرياضي تقلل من التعرض بالإصابات	21
				اشعر من خلال حصة التربية البدنية اني قادر على ممارسة الرياضة دون استاذ خارج وقت الدراسة	22

				أكتسب قوة بدنية جيدة بعد حصة التربية البدنية و الرياضة؟	23
				ارى بان حصة التربية البدنية كافية من اجل بناء جسم سليم	24
				ممارسة النشاط الرياضي يحافظ و يخفض من وزن الوزن الزائد؟	25
				ممارسة الانشطة الرياضية مدة 30 دقيقة اربع مرات اسبوعيا كافية للصحة الفرد	26
				لا امارس الرياضة خارج اوقات الدراسة لاني لا املك الوسائل المساعدة	27
				الانشطة الرياضية المفيدة للجسم لا تمارس الا في القاعات و تحت اشراف مدرب متخصص	28
				لا امارس الرياضة او أي نشاط الا بعد القيام باحماء جيد	29
				يمكن للممارسة الانشطة الرياضية ان تؤثر سلبا على التحصيل الدراسي	30

مستغانم: 2022/05/23

قسم : التربية البدنية والرياضية

الرقم: 132 / 05 / 2022

إلى السيد (ة): مدير متوسطة عقال امحمد .
ولاية سعيدة

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية نرجو من سيادتكم

المحترمة تسهيل مهمة .

الطالب : قايد منير .

تاريخ و مكان الازدياد : 1999/10/27 — : سعيدة .

المسجل(ة) في السنة الثالثة ليسانس تربية و علم الحركة ، للسنة الجامعية 2021-2022 .

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم
جامعة مستغانم
قسم التربية
البدنية والرياضية
مستغانم
التربية البدنية والرياضية
مستغانم
التربية البدنية والرياضية
مستغانم