

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في:

التربية و علم الحركة

تحت عنوان:

وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية في تحسين  
بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (8-11) سنة

بحث تجريبي أجري على تلاميذ مدرسة ابن بطوطة مستغانم

تحت إشراف الدكتور:

من إعداد الطالبان الباحثان:

د - جغدم بن ذهبية

\* دروسي نور الهدى

\* قويزي هاجر

السنة الجامعية: 2021/2020

## الشكر و التقدير

- أول من يستحق الشكر هو الله عز و جل الحمد لله على نعمة

العلم و على توفيقه لنا لإتمام هذا العمل

- و نتقدم كذلك بشكرنا الخاص إلى أستاذنا المحترم

المشرف على هذا العمل من بدايته إلى نهايته د. جعدم

بن ذهيبه الذي أنار هذا العمل بتوجيهاته و نصائحه

المساهمة في هذا النجاح

- و نخص بالشكر كذلك مدير ابتدائية ابن بطوطة

"المدير جعدم الشارف" و تلاميذها بدعمهم لنا و مساهمتهم

في إنجاز هذا العمل

كما نشكر كل أساتذة و عمال معهد التربية البدنية و

الرياضية

\*لكل هؤلاء تحية شكر و تقدير\*

\*شكرا جزيل\*



## الإهداء

أهدي عملي هذا المتواضع إلى:

والدي وخصوصاً إلى من كانت و لازالت رفيقة دربي وسندي و  
ضوئي في حياتي و مشواري الدراسي و سبب نجاحي الذي كان سره  
وجودها بجانبني و دعواتها لي الإنسنة العظيمة، المرأة المثالية أمي

أطال الله في عمرها

جدتي التي أعتبرها أمي الثانية الغالية أدامها الله فوق رؤوسنا تاج  
التي بفضلها و بفضل دعواتها المباركة لي استطعت الوصول إلى

هذا المرحلة

رفيقة دربي و بيت أسراري و صدقتي الغالية "شيماء"

\*أسأل الله لي و لكل زملائي التوفيق\*

دروسي نور الهدى



## الإهداء

أهدي عملي هذا إلى أعز الناس و أقربهم إلى قلبي إلى  
والدتي العزيزة و والدي العزيز اللذان كانا عوننا و سندنا  
لي و كان لدمائهما المبارك أعظم الأثر في تسيير سفينة  
البحث حتى ترسو على هذه الصورة

إلى أخواتي و جميع أفراد أسرتي الذين وقفوا إلى جانبي  
إلى أساتذتي و أهل الفضل علي الذي عمروني بالنصيحة و

توجيه و الإرشاد

\*إلى كل هؤلاء أهدىهم هذا العمل المتواضع\*

قويزي هاجر



## ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة: وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية في تحسين بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مدى مساهمة الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ( 08-11) سنة، و تمحور الفرض العام من الدراسة هو للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية اثر ايجابي في تحسين بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (08-11) سنة .

شملت العينة التي استهدفها البحث في مجموعة من التلاميذ ( 08-11 ) سنة و بلغ حجمها 18 فردا تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة و تجريبية قوام كل منهما 09 تلاميذ ، تم اختيارهم بطريقة عرضية (العمدية ) ، مع تطبيق مجموعة من الاختبارات البدنية على العينتين كقياس قبلي و إعادة تطبيق الاختبارات البعدية على العينة التجريبية و العينة الضابطة بعد تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة.

و من أهم الاستنتاجات التي توصلت إليها الدراسة هي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية لعينتي البحث على مستوى بعض القدرات التوافقية و لصالح العينة التجريبية حيث أظهرت الوحدات التعليمية المقترحة و المتمثلة في الألعاب الشبه رياضية الأثر الإيجابي في تحسين بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .

وعلى ضوء الاستنتاجات السابقة تم اقتراح بعض التوصيات و تجسدت أهمها في الاهتمام بهذه الفئة العمرية و كذا إدراج حصة التربية البدنية و الرياضية كمادة أساسية في المدارس الابتدائية.

## الكلمات المفتاحية:

القدرات التوافقية-الألعاب الشبه رياضية-حصة التربية البدنية و الرياضية.



## **Résumé:**

Titre de l'étude: Unités pédagogiques suggérées pour l'utilisation de jeux semi-sportifs pour améliorer certaines capacités de coordination des élèves du primaire

Cette étude vise à identifier l'étendue de la contribution des unités éducatives proposées à l'amélioration de certaines capacités de coordination des élèves du primaire (08-11) ans, et l'hypothèse générale de l'étude est que les unités éducatives proposées utilisant des jeux semi-sportifs ont un effet positif en améliorant certaines capacités de coordination des élèves du primaire (08-11 ans).

L'échantillon ciblé par la recherche comprenait un groupe d'élèves (08-11) de 18 ans, qui ont été divisés en deux groupes témoins et expérimentaux, chacun composé de 09 élèves, qui ont été choisis à l'échantillonnage raisonné, avec un ensemble de tests physiques appliqués aux deux échantillons en utilisant la méthode test-retest sur l'échantillon expérimental et l'échantillon de contrôle avant et après l'application des unités d'enseignement proposées.

la conclusion la plus importante de l'étude est que les différences entre les résultats des pré et post tests des deux échantillons de recherche dans les capacités de coordination sont statistiquement significatives et en faveur de l'échantillon expérimental. Par conséquent, les unités éducatives proposées représentées dans les jeux semi-sportifs ont montré un effet positif en améliorant certaines capacités de coordination des élèves du primaire.

Sur ce jargon, nous proposons quelques recommandations, la plus importante étant d'accorder plus d'attention et de se concentrer sur cette tranche d'âge par les responsables de la discipline, ainsi que l'inclusion de la classe d'éducation physique et de sport comme discipline de base dans les écoles primaires.

### **mots clés :**

capacités de coordination - jeux semi-sportifs - éducation physique et cours de sport.



**Summary:**

**Study title:** Suggested educational units for using semi-sports games to improve some coordination abilities of primary school pupils

This study aims to identify the extent of the proposed educational units' contribution to improving some of the coordination abilities of primary school pupils (08-11) years, and the general hypothesis of the study is that the proposed educational units using semi-sports games have a positive effect in improving some coordination abilities of primary school pupils (08-11) years.

The sample targeted by the research included a group of (08-11) pupils of 18 years of age, who were divided into two control and experimental groups, each of which consisted of 09 students, who were chosen purposively (intentional), with a set of physical tests applied to the two samples using the test-retest method on the experimental sample and the control sample before and after applying the proposed educational units.

the most important conclusion of the study is that the differences between the results of the pre and post tests of the two research samples in the coordination abilities is statistically significant and in favor of the experimental sample. Therefore, the proposed educational units represented in the semi-sports games showed a positive effect in improving some coordination abilities of the primary school pupils.

On this parlance, we propose some recommendations, the important one is giving more attention and focus on this age group by the discipline responsables, as well as the inclusion of the physical education and sports class as a basic discipline in primary schools.

**key words:**

coordination abilities - semi-sports games - physical education and sports class.



# قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	التسلسل
54	يوضح معامل ثبات وصدق الاختبارات	01
65	يوضح دلالة الفروق بين متوسطات نتائج الاختبارات القبلية لعينتي البحث	02
66	يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي للاختبار القبلي والبعدي لعينتي البحث في اختبار الجري على شكل رقم ثمانية	03
68	يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي اختبار المشي قدم خلف قدم	04
70	يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي اختبار نلسن للاستجابة الحركية	05
72	يوضح دلالة الفروق بين متوسطات نتائج الاختبارات البعدية لعينتي البحث	06
73	يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي للاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار الجري على شكل رقم ثمانية	07
74	يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي للاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار المشي قدم خلف قدم	08
75	يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي اختبار نلسن للاستجابة الحركية	09

# قائمة الأشكال البيانية

الصفحة	العنوان	التسلسل
51	يبين كيفية أداء اختبار الجري على شكل الرقم ثمانية	01
52	يبين كيفية أداء المشي قدم خلف قدم	02
53	يبين كيفية أداء اختبار نلسن للاستجابة الحركية	03
67	يبين المتوسط الحسابي القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الجري على شكل رقم ثمانية	04
69	يبين المتوسط الحسابي القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار المشي قدم خلف قدم	05
71	يبين المتوسط الحسابي القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار نلسن للاستجابة الحركية	06
73	يبين المتوسط الحسابي البعدي لعينتي البحث في اختبار الجري على شكل رقم ثمانية	07
74	يبين المتوسط الحسابي البعدي لعينتي البحث في اختبار المشي قدم خلف قدم	08
75	يبين المتوسط الحسابي البعدي لعينتي البحث في اختبار نلسن للاستجابة الحركية	09

# الفهرس

الصفحة	العناوين
أ	- الإهداء
ب	- الشكر والتقدير
ز	- قائمة الجداول
ح	- قائمة الأشكال البيانية
<b>التعريف بالبحث</b>	
01	1. مقدمة البحث
02	2. مشكلة البحث.
03	3. أهداف البحث
03	4. فروض البحث
04	5. التعريف بمصطلحات البحث.
05	6. الدراسات السابقة.
05	6-1 دراسة بشطوط عبد المالك (2018/2019)
07	6.2 دراسة بختي محمد رياض (2018-2019)
08	6.3_ دراسة بوعبسة محمد وبنو إيمان وعلي يحي نصر الدين (2014_2015)
09	6.4 رسالة ماجستير لمروة محمد محمد علي سليمان
11	6-5. التعليق على الدراسات.
<b>الباب الأول: الدراسة النظرية</b>	
13	تمهيد الباب
<b>الفصل الأول: اللعب والألعاب الشبه رياضية</b>	
15	1-1 تعريف الألعاب الشبه...
16	2.1 التحضير
16	1-3- خصائص الألعاب الشبه رياضية
16	1-4 مميزات الألعاب الشبه رياضية.

17	1-5 أهمية الألعاب الشبه رياضية.
17	1-6 أنواع الألعاب الشبه رياضية
18	1-7 أهداف الألعاب الشبه رياضية
18	1-8 أسس اختيار الألعاب الشبه رياضية.
20	1-8- تعريف التعلم باللعب.
20	9-1- أهمية اللعب في التعلم
21	1-10- فوائد التعلم باللعب
22	1-11- دور المعلم في أسلوب التعلم باللعب
23	1-12- المعايير التي تحكم المعلم عند اختيار الألعاب التعليمية
	<b>الفصل الثاني: القدرات التوافقية و خصائص المرحلة العمرية</b>
25	2-1- خصائص النمو البدني الحركي
25	2-2- الخصائص الحركية
26	2-3- الخصائص العقلية.
26	2-4- خصائص النمو النفسي
27	2-5- خصائص النمو الاجتماعي و الانفعالي
28	2-6- خصائص النمو المعرفي: التطور المعرفي
28	2-7- الألعاب المناسبة لطفل المدرسة الابتدائية.
29	-8- الوصف العام لمراحل التطور العمري للتلاميذ بأعمار مختلفة.
29	2-9- العمر و الصفات البدنية
30	4.2 القدرات التوافقية.
30	1.4.2 تعريف القدرات التوافقية.
30	2.4.2 مكونات القدرات التوافقية
30	3.4.2 القدرة على الربط الحركي
30	4.4.2 القدرة على التحليل
30	5.4.2 القدرة على التوازن.
31	6.4.2 القدرة على التوجيه

31	7.4.2 القدرة الإيقاعية
31	5.2 أهمية القدرات التوافقية
32	1.5.2 التوافق
32	1.1.5.2 التوافق الحركي.
33	6.2 أنواع التوافق الحركي
33	6.1 التوازن
33	1-6-1-تعريف التوازن
33	2-6-1-أنواع التوازن
34	3-6-1-الأذن الداخلية
34	4-6-1-العوامل التي تتحكم الاتزان
35	7.1 سرعة رد الفعل
35	1.7.1. تعريف سرعة رد الفعل
35	2.7.2. بعض العوامل المؤثرة في رد الفعل
36	3-7-1-أنواع سرعة رد الفعل
37	8.2 الطفولة المتأخرة
38	1.8.2. مفهوم الطفولة المتأخرة
38	2.8.2. مميزات الطفولة المتأخرة
39	3.8.2-متطلبات النمو خلال مرحلة الطفولة المتأخرة
39	4.8.2 خصائص المرحلة المدروسة
39	5.8.2. الخصائص المورفولوجية
40	6.8.2. الخصائص الفيزيولوجية
42	- خاتمة الباب الأول
	<b>الباب الثاني: الدراسة الميدانية</b>
44	- تمهيد الباب
	<b>الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية</b>

46	1-1- الدراسة الأساسية
46	1-1-1- منهج البحث
46	1-1-2- مجتمع البحث..
46	1-1-3- مجالات البحث
47	1-1-4- متغيرات البحث
47	1-1-5- الضبط الإجرائي للمتغيرات
48	1-2- أدوات البحث
50	1-3- مواصفات الاختبارات المستخدمة
53.	1-4- الأسس العلمية للاختبارات
56	1-5- التجربة الأساسية
57	1-6- الوسائل الإحصائية
<b>الفصل الثاني: عرض و مناقشة النتائج</b>	
65	2-1- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة للعينتين الضابطة والتجريبية
66	2-2- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للعينتين الضابطة والتجريبية
71	2-3- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات البعديّة للعينتين الضابطة والتجريبية
76	2-4- مناقشة فرضيات البحث
76	2-4-1- مناقشة الفرضية الأولى
77	2-4-2- مناقشة الفرضية الثانية.
77	2-5- الاستنتاجات

78	7-2- الاقتراحات
	المصادر و المراجع
	الملاحق

# التعريف بالبحث

---

1. مقدمة البحث

2. مشكلة البحث

3. أهداف البحث

4. فروض البحث

5. التعريف بمصطلحات البحث

6. الدراسات السابقة



## 1. مقدمة البحث:

إن التطور الكبير في المجال التكنولوجي الذي شهده العالم أدى إلى ظهور العديد من التقنيات التي بات الإنسان يعتمد عليها في حياته اليومية وهذا لسهولة وارتسامها بالراحة، وبالرغم من كل الإيجابيات المنوطة بها إلا أنها غيرت من نمط معيشته وأدت إلى التقليل من نشاطه وابتعاده عن الحركة وهذا ما أثر سلباً على قدراته البدنية .

تعد حصة التربية بالمؤسسات التربوية احد الأنشطة الإنسانية المهمة فلا يكاد يخلو مجتمع من المجتمعات الإنسانية من شكل من أشكال التربية البدنية بغض النظر عن درجة تقدم أو تخلف هذا المجتمع فالتربية البدنية تنفرد من بين سائر المواد الدراسية بشمول تأثيرها على العملية التربوية في المدرسة لا لأنها تغطي احتياجات التلميذ من النواحي الصحية والجسمانية فحسب بل لأنها تعكس أيضاً على حياته العقلية و الوجدانية هذا ما يؤكد دورها الكبير في التربية العامة في بناء الشخصية المتزنة .

و يعتبر الطور الابتدائي مرحلة التعليم المحصورة بين التحضيري و المتوسط و التي توافق المرحلة العمرية من 8 إلى 11 سنة و قد أعطيت عدة تصورات للتربية البدنية في هذا الطور فالبعض منها يعطيها مفهوم مثل الألعاب و قت الفراغ للترويح و كل هذه التصورات تعبر عن أشكال الحركة المنظمة في المجال الأكاديمي و الذي يطلق عليه اسم التربية البدنية و الرياضية .

كما أن الألعاب الشبه رياضية هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد ميسرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين و يغلب عليها طابع الترويح و التسلية و قد تستخدم بأدوات أو أجهزة أو بدونها حيث أنها وسيلة تربوية فعالة في إثارة دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف كما أنها تشجع حاجات الفرد إلى الشعور بالاعتبار و التقدير من الآخرين في تلك التمارين المحببة إلى نفوس اللاعبين تجرى في مساحات ضيقة و بعدد معين من اللاعبين .

و نجد أن القدرات التوافقية هي عبارة عن شروط حركية و نفسية عامة لانجاز الرياضي تمكنه في جميع أنواع الرياضة من التحكم في الأداء الحركي و تتمثل مثلاً في التوازن فهو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء الأوضاع و الحركات و يمثل عامل هام في مختلف الرياضات التي تتميز بالاحتكاك الجسماني خاصة و تتمثل أيضاً في سرعة رد الفعل والتي تعتبر عامل أساسي في رفع و تطوير مستوى الرياضي و الوصول به إلى أفضل الانجازات .

## 2. مشكلة البحث:

تعتبر حصة التربية البدنية و الرياضة العملية التي ترمي إلى تكوين الفرد تكوين متكاملًا من الناحية الحسية الحركية و الاجتماعية و العاطفية و المعرفية حيث يمكن للتربية البدنية إن تؤدي وظيفة مزدوجة بتوفير الفرص لممارسة النشاط البدني و لكن الأهم من ذلك تطوير المهارات و القدرات لممارسة النشاط البدني على مدى الحياة بحيث تعد احد الأنشطة المهمة التي تمكن الأطفال من إشباع مطالب نموهم وفق ما يتجاوب مع مركز اهتمامه سواء من ناحية النضج العضوي أو العضلي من جهة أخرى.

كما تعد مرحلة الطور الابتدائي من أهم المراحل التي تساعد التلميذ على تخطي العقدة و الصعوبات و تطوير القدرات البدنية بشكل متكامل و تنميتها كما تعتبر التربية البدنية في هذه المرحلة مهمة جدا لان يكتسب الفرد من خلالها أفضل المهارات البدنية و العقلية و الاجتماعية و اللياقة من خلال هذا النشاط البدني.

تعتبر الألعاب الشبه رياضية ألعاب صغيرة و مختارة يمكن تنفيذها بأدوات بسيطة يسهل استخدامها و تدخل الشوق و الإحساس في دروس التربية الرياضية فضلا عن المتعة التي يكتسبها الفرد من مزاولته إياها فهي من ابرز مظاهر التربية البدنية التي تجعل تحقيق أهدافها سهلا و ميسورا فهي تساعد أجهزة الجسم الحيوية على العمل بكفاءة و انتظام و تعود الفرد الشعور بالمسؤولية فضلا عن فائدتها الترويجية للجسم و العقل.

تعد القدرات التوافقية بأنها قدرة الفرد على تحقيق حركات أو إجراءات بطريقة مترامنة و متناغمة تتعلق بالجهاز العصبي و العضلي حيث عرفها (وينك) بأنها قدرة الفرد على تنظيم حركاته باستغلال العديد من المجموعات العضلية من اجل تحقيق حركة رياضية أكثر أو اقل تعقيدا بأقل قدر من الطاقة و تشمل التوازن مثلا توازن الجسم خلال أداء الحركة و سرعة رد الفعل أي سرعة الانطلاق و الاستجابة لتنفيذ الحركة.

. مما دفع الطالبين الباحثين إلى طرح التساؤل العام كالتالي :

● **التساؤل العام :** هل للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام للألعاب الشبه رياضية دور ايجابي في

تحسين القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية؟

و جاءت التساؤلات الجزئية على النحو التالي :

● **التساؤلات الجزئية :**

هل للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية يلعب دور ايجابي في تحقيق التوازن لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية؟

. هل للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية يلعب دور ايجابي في تحسين رد الفعل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية؟

**3. أهداف البحث:**

تهدف هذه الدراسات إلى :

● **الهدف العام :**

معرفة مدى مساهمة الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية في تحسين القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

● **. الأهداف الجزئية :**

. معرفة مدى مساهمة الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية في تحسين صفة التوازن لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

. معرفة مدى مساهمة الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية في تحسين صفة رد الفعل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

**4. فروض البحث:**

\* **الفرضية العامة:**

– إن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية دور ايجابي في تحسين القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

● **الفرضية الجزئية:**

– إن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية دور ايجابي في تحسين صفة التوازن لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

- إن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية دور ايجابي في تحسين صفة سرعة رد الفعل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

## 5.التعريف بمصطلحات البحث:

إن البحث أو الدراسة في ميدان من الميادين ذات الطابع العلمي يقتضي من الباحث أو الدارس أن يحدد مضمون ألفاظه تحديدا دقيقا من أجل وجوب استخدام هذا اللفظ أو ذاك في حدود معينة (حجازي،2005،ص7)، و يعتبر التعريف الاصطلاحي من أكبر الاهتمامات التي يجب على الباحث أن يقوم بشرحها حتى يعطي الفكرة الواضحة حول ما يريده من هذه المصطلحات التي يتطرق لها في بحثه و إن من أهم المصاعب التي يتعرض لها الباحث تداخل المصطلحات و المفاهيم ويشير في هذا الصدد محمد صبحي حسانين " إن المشكلة التي ظهرت هي أن المجال قد أصبح مزدحما بعدد ضخم من المصطلحات تداخل بعضها و تمايز بعضها و تعارض البعض الأخر. (حسانين،1995، ص 36)

- **التعلم:** هو العملية التربوية التي تتم داخل وسائط التربية النظامية (المدارس،المعاهد،الجامعات) و هو عملية مقصودة و هادفة و موجهة تهدف لمساعدة الأفراد على تحقيق مكتسبات معينة (زيتون،الحلاق،2008،ص21).

و منه يعرف الطالبان التعلم بأنه العملية المنظمة التي تمارس من قبل المعلم بهدف نقل المعارف المهارية إلى التلاميذ و تنمية اتجاهاتهم نحوها و يعد التعلم هو الناتج الحقيقي لعملية التعليم.

- **اللعب:** هو الأنشطة التي يقوم بها الطفل دون قوانين , كما ترى لجنة بلاودن أن اللعب بمعنى التعامل مع الأشياء و مع الأطفال دون تخطيط مسبق و هو أمر حيوي لتعلم الأطفال.(إيمان عباس الخفاف،2010،ص28)

## ● الألعاب الشبه رياضية :

التعريف الاصطلاحي : هي مجموعة من الألعاب المختارة متعددة الأغراض تؤدي بلاعب واحد أو أكثر بسيطة من حيث القوانين الموضوعية لها و من حيث الأدوات المستخدمة و يغلب عليها طابع المنافسة كما تبعث الشوق و الحماس و السرور في النفوس و هي محببة لدى الأطفال .

التعريف الإجرائي : هو ذلك الوقت المخصص من اجل القيام بتمارين و مهارات و حركات رياضية تكون تحت إشراف الأستاذ الذي يعد المسؤول عن طريقة أداء هذه التمارين و تكون مبرمجة ضمن البرنامج المدرسي و تكون محددة من حيث المدة الزمنية و المنهج المتبع

### - القدرات التوافقية :

هي عبارة عن شروط حركية و نفسية عامة لانجاز الرياضي تمكنه في جميع أنواع الرياضة من التحكم في الأداء الحركي و قد حل مفهوم القدرات التوافقية محل مفهوم الرشاقة القديم.

## 6. الدراسات السابقة

### - تمهيد:

إن الدراسات السابقة تعتبر من أهم المحاور التي يجب على الباحث أن يتناولها ويثري بحثه من خلالها ، أما الهدف فيكمن في تحديد ما سبق إتمامه و خاصة فيما يتعلق بمشكلة البحث ، وهذا لإتاحة الفرصة للباحث لإنجاز بحثه على نحو أفضل و بالتالي معرفة المشكلات التي لا تزال في حاجة إلى دراسة و هل أن مشكلة البحث عولجت بالقدر الكافي ، الأمر الذي يستدعي عدم إجراء المزيد من الدراسة لهذه المشكلة،

### 1.6 دراسة بشطوط عبد المالك (2018/2019)

اثر الألعاب الشبه رياضية في تنمية بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور المتوسط (12 سنة)

### - مشكلة البحث :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة و البعدية للمجموعتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات لبعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور المتوسط (12 سنة) ؟

### - فرضيات البحث :

الفرضية العامة :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات البعدية و القبليّة للمجموعتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات لبعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور المتوسط (12 سنة)

## -الفرضيات الجزئية :

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية و القبليّة للعب التجريبيّة في اختبار التوازن لدى تلاميذ الطور المتوسط (12 سنة)

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية و القبليّة للعب التجريبيّة في اختبار تحسين رد الفعل لدى تلاميذ الطور المتوسط.

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية و القبليّة للعب التجريبيّة في اختبار تحسين الإيقاع الحركي لدى تلاميذ الطور المتوسط

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية و القبليّة للعب التجريبيّة في اختبار تحسين التمييز بين الإحساسات المختلفة لدى تلاميذ الطور المتوسط

## - أهداف البحث :

إبراز أهمية الألعاب الشبه رياضية في تنمية بعض القدرات التوافقية خلال مرحلة الطفولة المتأخرة (12 سنة)

التعرف على الفروق بين الاختبارات القبليّة و البعدية عند المجموعتين في مستوى تطور بعض القدرات

التوافقية عند تطبيق برنامج الألعاب الشبه رياضية

معرفة أهمية الألعاب الشبه رياضية في تنمية بعض الجوانب الحسية الحركية للطفل

تعميم مفهوم اللعب بصفة عامة و الألعاب الصغيرة بصفة خاصة

## . أغراض البحث :

إبراز الأهمية العلمية للألعاب الشبه رياضية :

أهمية اللعب في حياة الطفل و خاصة في مرحلة الطفولة

تحسيس أستاذ التربية البدنية و الرياضة بأهمية الألعاب الشبه رياضية في تحسين مستوى الأطفال و خاصة

مرحلة الطفولة

إثراء و زيادة في مجموع الدراسات الخاصة في المجال الرياضي

## . المنهج المتبع المنهج التجريبي

. العينة تمثلت في 18 تلميذ (ذكور و إناث) مقسمة إلى 9 تلاميذ للعينة الضابطة و 9 للعينة التجريبيّة

العمر من (12.10) سنة

## 2.6 دراسة بختي محمد رياض (2018-2019)

وحدات تعليمية مقترحة باستخدام اللعب الموجه لتحسين بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-12 سنة)

### ● مشكلة البحث :

هل تساهم الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اللعب الموجه في تنمية بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9\_12) سنة

### ● فرضيات البحث :

### ● الفرضية العامة :

إن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام اللعب الموجه لها اثر على القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9\_12) سنة

### ● الفرضيات الفرعية :

هناك فروق دالة إحصائية في نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية لعبيّ البحث لصالح النتائج البعدية - هناك فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و الضابطة في القياسات البعدية لصالح المجموعة التجريبية الممارسة للوحدات

### ● أهداف البحث :

معرفة مدى تأثير الوحدات المقترحة باستخدام اللعب الموجه على القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9\_12) سنة

- معرفة إذا ما كان هناك فروق دالة إحصائية لصالح النتائج البعدية لعينيّ البحث في النتائج القبليّة البعدية

- معرفة نوعية الفروق الحاصلة بين عينيّ البحث جراء تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة

### ● أغراض البحث :

معرفة تأثير اللعب الموجه على بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9\_12) سنة  
تزويد العامل بحقل التدريس بهذا المرجع العلمي الذي تطرق في مضمونه لتوضيح فاعلية اللعب على القدرات التوافقية لدى تلاميذ الطور الابتدائي

تسليط الضوء على أهمية التربية البدنية و الرياضية في هذه المرحلة وخاصة باستخدام اللعب الموجه

### ● المنهج المتبع

(استخدام الباحث المنهج التحريبي)

### ● العينة

يتمثل مجتمع البحث في أطفال ما بين 9\_12 سنة للموسم الدراسي (2018\_2019) وقد شملت عينة

البحث 26 تلميذ من جنس الذكور موزعين على الشكل التالي

العينة التجريبية والتي تضم 13 تلميذ سنة رابعة ابتدائي قسم (ا)

العينة الضابطة والتي تضم 13 تلميذ سنة رابعة ابتدائي قسم (ب)

3.6\_دراسة بوعبسة محمد وبنو ايمان وعلي يحي نصرالدين

(2014\_2015)

دور الألعاب المنظمة في تنمية القدرات الحركية لدى التلاميذ في المدارس الابتدائية (6\_8) سنة

مشكلة البحث

هل للعب المنظم تأثير ايجابي في تطوير الصفات الحركية لدى التلاميذ

### ● فرضيات البحث

### ● الفرضية العامة

للعب المنظم تأثير ايجابي في تطوير الصفات الحركية لدى التلاميذ المدارس الابتدائية

الفرضيات الجزئية

للألعاب المنظمة دور كبير في تحقيق أهداف التربية البدنية و الرياضية للتلاميذ في الطور الابتدائي

2- تساهم الألعاب المنظمة في تنمية القدرات الحركية لدى تلاميذ الطور الابتدائي(6\_8) سنة

### ● أهداف البحث

كشف مدى اهتمام المعلمين بالألعاب المنظمة في تنمية القدرات الحركية للتلاميذ

التعرف على مختلف أنواع وأشكال الألعاب المنظمة و إمكانية إدراجها في حصص التربية البدنية والرياضية

لتلاميذ الطور الابتدائي

التعرف على دور الألعاب المنظمة في تنمية بعض القدرات الحركية للتلاميذ (6\_8) سنة

## • أغراض البحث

لفت الانتباه لاستعمال طريقة الألعاب المنظمة داخل المؤسسات الابتدائية لأنها تتماشى مع خصوصيات هذه الفئة العمرية و تحقق بدورها الأهداف العامة لدرس التربية البدنية والرياضية تحبيب الرياضة للصغار عن طريق الألعاب المنظمة مم يحفزهم أكثر على الممارسة

## • المنهج المتبع

استخدم الباحث المنهج الوصفي

## • العينة

70 معلم ومعلمة للطور الابتدائي من دائرة ماسرى مستغانم و دائرة عين تموشنت .

## • التوصيات :

ضرورة الاهتمام بالمراحل الابتدائية لأهم الأساس لبناء جيل المستقبل .  
الاهتمام بالطفل و خاصة في هذه المرحلة العمرية ( 6 إلى 08 ) سنة لأنها مرحلة التطور البدني و المورفولوجي مع مراعات التعامل معها .  
استخدام الألعاب المنظمة التي تحتوي على تمارين هادفة و مهارات أولية و تساهم إيجابا في تطوير و تنمية الأطفال بدنيا و عقليا .

توفير أساتذة متخصصين في الميدان للإشراف على تلاميذ الطور الابتدائي .  
توفير العتاد و الوسائل و تخصيص مساحات اللعب في المدارس الابتدائية .

## 4.6 رسالة ماجستير لمروة محمد محمد علي سليمان :

فعالية برنامج للعب الموجه في علاج قصور بعض الجوانب الإدراك لدى أطفال الروضة .

## • مشكلة البحث :

هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس النمو الإدراكي (إبعاده ودرجة الكلية) لأطفال الروضة؟

هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدي على مقياس النمو الإدراكي (إبعاده ودرجة) لأطفال الروضة؟

## ● فرضيات البحث:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية و الضابطة في القياس البعدي على مقياس النمو الإدراكي (إبعاده و الدرجة الكلية) لأطفال الروضة لصالح المجموعة التجريبية. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدي على مقياس النمو الإدراكي (أبعاده و الدرجة الكلية) لأطفال الروضة لصالح القياس البعدي. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية في القياسين البعدي و القبلي على مقياس النمو الإدراكي (أبعاده و الدرجة الكلية) لأطفال الروضة.

## ● أهداف البحث:

تحدد أهداف الدراسة الحالية فيما يلي:

معرفة فعالية برنامج للعب الموجه في علاج قصور بعض جوانب الإدراك لدى أطفال الروضة.

إعداد برنامج للعب الموجه لهذه الفئة من الأطفال.

إعداد مقياس للنمو الإدراكي لأطفال الروضة.

اختيار أهمية التدخل المبكر في علاج بعض جوانب الإدراك لأطفال الروضة.

## ● أغراض البحث:

تتم الدراسة بمرحلة هامة من مراحل النمو هي مرحلة الطفولة المبكرة (سن الروضة) وذلك باعتبارها

كمدخل تنموي لجميع جوانب السلوك الفردي البشري.

التأكيد على العلاج المبكر لبعض جوانب الإدراك عند أطفال الروضة و ذلك لأنه كلما قدمت المساعدة

المبكرة كلما كان أفضل للطفل.

مساعدة معلمات رياض الأطفال في التغلب على قصور بعض الجوانب الإدراك لدى أطفال الروضة.

## ● المنهج المتبع:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي.

## ● العينة:

24 تلميذ قسمت الى 12 تلميذ للعينة الضابطة و 12 تلميذ للعينة التجريبية.

## ● التوصيات:

العمل بالوحدات التعليمية المقترحة كنموذج لإخراج درس التربية البدنية و الرياضية على نحو فعال و إلى تحقيق الكفاءات المنشودة.

نقترح إسناد مادة التربية البدنية والرياضية لأساتذة مختصين نظرا لخصوصية المادة و نشاطها المميز عن باقي المواد وكذا أهميتها في هذه المرحلة على وجه الخصوص  
ضرورة إلزام المعلمين بتطبيق برنامج مادة التربية البدنية و الرياضية.

## 7.التعليق على الدراسات

. بعد عرض هذه الدراسات المشابهة و لوجود ترابط بينها و بين الدراسة الحالية و دعمها لهذه الدراسة خاصة مرحلة الطفولة إضافة إلى إن تحليل هذه الدراسات يساعد الطالبان على توضيح مدى التشابه و الاختلاف بين هذه الدراسات و الدراسة الحالية كما توصلت هذه الدراسات إلى أهمية التعلم باللعب خاصة في مرحلة الطفولة .

الباب الأول

الدراسة النظرية

- تمهيد الباب:

تم تقسيم هذا الباب إلى فصلين حيث تم التطرق في الفصل الأول إلى اللعب و الألعاب الشبه رياضية ،  
بينما احتوى الفصل الثاني على القدرات التوافقية و خصائص المرحلة العمرية

# الفصل الأول

## اللعب والألعاب الشبه رياضية

تمهيد.

. الألعاب الشبه رياضية.

خصائص الألعاب الشبه رياضية.

. مميزات الألعاب الشبه رياضية.

. أهمية الألعاب الشبه رياضية .

. أنواع الألعاب الشبه رياضية.

. أهداف الألعاب الشبه رياضية.

. أسس اختيار الألعاب الشبه رياضية.

. التعلم باللعب.

. أهمية التعلم باللعب.

فوائض التعلم باللعب.

مقئ نستخدم التعلم باللعب.

مدور المعلم في أسلوب التعلم باللعب.

لمعايير التي تحكم المعلم عند اختيار الألعاب التعليمية.

## 1-1 تعريف الألعاب الشبه رياضية

يعرفها عبد الحميد مشرف إنها ألعاب بسيطة التنظيم و تتميز بسهولة في أدائها يصاحبها البهجة و السرور تحمل بين طياتها روح التنافس و تتميز قوانينها بالبساطة و السهولة كما يعرفها أنور الخولي بأنها ألعاب بسيطة التنظيم فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على السن او المستوى البدني و يغلب عليها الطابع الترويحي و التسلية و قد تستخدم فيها أدوات و أجهزة بسيطة.

و مما سبق يمكن القول إن الألعاب الشبه رياضية عبارة عن ألعاب مختارة لا تحتاج إلى ملاعب كبيرة و يمكن تنفيذها بأدوات بسيطة يسهل استخدامها و تدخل الشوق و الحماس في حصص التربية البدنية و الرياضية فضلا عن المتعة التي يكتسبها الفرد من مزاولته إياها كما إنها سهلة و سريعة و غير معقدة و يمكن إن يمارسها الأطفال و الشباب و الكبار... كما أنها تجلب لمن يمارسها السرور و عدم التوتر و لا

يمكن الاستغناء عنها سواء في الدراسة أو في التدريب.

و للإشارة فقط أن مصطلح الألعاب الشبه رياضية غير مستعملة في التعاريف العالمية بل يستعمل مصطلح الألعاب الصغيرة أو الألعاب الحركية كمفردات بدلا منها لكونها مستمدة من خيال الأطفال و مستوحاة من تقاليد و عادات الشعوب و تستعمل الألعاب الشبه رياضية من اجل التحفيز

ليس هناك سلوك دون التحفز لذلك يجب إدخال مثير لإثارة الفكر لكي يدخل في الحركة فالتحفيز يمثل العامل الرئيسي الذي به ينمي الفكر و التركيز و الانتباه و الترفيه و الراحة في المنافسة لكي يستطيع الطفل إعطاء أفضل ما لديه من روح الإبداع في كل الأوضاع البيداغوجية. و يجب التأثير على التحفيز لدى اللاعب و ذلك من خلال عدة عوامل نذكر منها . عوامل مرتبطة باللاعب منها حب التنفيذ و كذلك استعمال متطلبات الحركة . عوامل مرتبطة بالنشاط في حد ذاته كتتنوع الوضعيات المتتابعة و الإحساس بالاستقلالية.

. عوامل مرتبطة بشخصية المدرب التي تنقسم إلى

. احترام شخصية اللاعب.

. إيجاد وسط امن و مثير في نفس الوقت.

## 2.1 التحضير

يكون اللعب على أشكال مختلفة حسب العمر و يكون مركز على الميولات المكتسبة عن طريق الممارسة و يعتبر اللعب المحرك الأساسي لتطور القدرات البدنية و العقلية و النفسية و الاجتماعية في الرياضات و الممارسة الكلية و المداومة تكون مقيدة لكن هذه الإجراءات تتخذ قصد تميز الألعاب الخاصة بالطفل التي لها دلالة ومعاني مختلفة.

### 1-3- خصائص الألعاب الشبه رياضية

تتميز الألعاب الشبه رياضية بعدة خصائص تتجلى في

. الألعاب الشبه رياضية لا تتطلب وسائل و إمكانيات متعددة و معقدة.

. تكون الألعاب الشبه رياضية محددة بقواعد صحيحة و سهلة الفهم.

. نتيجة التنافس لا تعتمد على الصدق.

. يجب أن تكون محفزة خاصة المتعلقة بفكر اللاعب.

. يجب أن تسمح بمجهود بدني متنوع لكامل الجسم و التوزيع المتوازن للجهد البدني و لوقت

الراحة.

. يجب أن تحتوي الألعاب الشبه رياضية على مجهود بدني و عقلي تفيد الفرد.

### 1-4 مميزات الألعاب الشبه رياضية:

تتميز الألعاب الشبه رياضية بمميزات عدة نذكر منها

. إعطاء الفرص للأفراد لاختيار ما يناسب ميولاتهم و رغباتهم لتعدد أنواعها.

. تناسب جميع الأعمار و لكلا الجنسين.

. لا تحتاج لمساحات واسعة أو شاسعة بل يمكن تأديتها في مساحة ضيقة (ساحة المدرسة، ملعب

صغير).

. لا تحتاج لأدوات كثيرة أو كبيرة بل تؤدي بوسائل بسيطة.

. تعطي الفرص للجميع في الاشتراك في لعبة واحدة.

#### 1-5 أهمية الألعاب الشبه رياضية:

تكتسي الألعاب الشبه رياضية أهمية كبيرة و تتجلى فيما يلي

. تعتبر وسيلة أساسية في تطوير الجانب البدني للطفل.

. تنمي روح التعاون و التفاعل الاجتماعي.

. هي بمثابة تمهيد لألعاب الفرق من خلال تنمية المهارات الحركية الأساسية المختلفة.

. تضيف على درس التربية البدنية و الرياضية جوا من المرح و التسلية.

#### 1-6 أنواع الألعاب الشبه رياضية :

للألعاب الشبه رياضية أشكال متعددة و مختلفة تتمثل في

- ألعاب حركية مثل ألعاب الجري و المطاردة و التي يقبل عليها التلاميذ بكل شوق لأنها تشبع

رغبتهم في الركض و الوثب و القفز و تشكل ألعاب الجري الجزء الأكبر من الألعاب و تتضمن

ألعاب المسابقات و المطاردة و المسك و اللمس.

- ألعاب بسيطة التنظيم و تتضمن مهارات أولية مثل الرمي و تتميز ببساطتها و بساطة الأدوات

المستعملة فيها كما تتميز بصغر المكان أو موقع اللعب تعلم الطفل و تعده للألعاب المعقدة أعداد

جيد يشمل تعلم النظام و احترام قانون اللعبة و عمل التشكيلات.

- ألعاب الكرات و تحتل ألعاب الكرات مكانة هامة بين مجموعات الألعاب الشبه رياضية و ذلك

يعود لمميزاتها و أهميتها المتنوعة إذ يكتسب الطفل من خلال ممارستها للكثير من المهارات و الخبرات

الحركية التي تساهم في إتقان اللعبة.

- الألعاب الجماعية يتميز هذا النوع من الألعاب بكثرة قوانينها و تباين أنواعها و هي تمهد الألعاب

الجماعية و تساعد التلميذ تدريجيا على أن يتولى قيادة الجماعة و أن يكون عضوا فيها فيأمر بأمر

القائد فتتمو عنده روح الجماعة و روح العمل لمصلحتها و الانتصار لها.

- ألعاب التتابعات يعتبر هذا النوع من انسب النشاطات لهؤلاء التلاميذ لان التتابع نشاط الجماعات و هذا التلميذ يميل إلى التنافس و إظهار قدراته و مهاراته وولائه للجماعة و هناك أنواع أخرى من الألعاب الشبه رياضية هي

. ألعاب اللياقة البدنية و تشمل الدفع ,التوازن,الرشاقة,القوة,السرعة.

. ألعاب الخلاء مثل ألعاب المطاردة.

. الألعاب المائية مثل ألعاب المطاردة في المياه و التتابع.

. ألعاب الحواس و تحتوي على الحركات لتدريب الحواس المختلفة.

#### 1-7. أهداف الألعاب الشبه رياضية :

إن لاستعمال الألعاب الشبه رياضية في درس التربية البدنية دور فعال في إنجاح الحصة و كذلك إضفاء طابع الحيوية و المتعة على درس التربية البدنية و الرياضية و لكن استعمال الألعاب الشبه رياضية في كل جزا من أجزاء الحصة لديه أهداف ثانوية أخرى نوضحها فيما يلي

#### - المرحلة التحضيرية :

تستعمل الألعاب في هذه المرحلة لخدمة غرضين أساسيين و هما

. القيام بعمليات الإحماء لتحضير الجسم لتقبل الجهد خلال طول الحصة .

. تنشيط الحصة قصد تحفيز الطلبة على القيام بمجهود بدني و عقلي دائما في صياغ عملية الترقية.

#### - المرحلة الرئيسية : و تستعمل الألعاب في هذه المرحلة لتعزيز و تدعيم عملية التعلم و ذلك باقتراح

ألعاب تخدم هدف الحصة بحيث تسمح باكتساب المهارات الحركية و التقنية في وسط تنافسي تنمي فيه جميع الصفات البدنية و العقلية.

#### - المرحلة النهائية: و تستعمل الألعاب الشبه الرياضية في المرحلة النهائية لخدمة هدفين أساسيين و

يتمثل الأول في عملية الاسترخاء البدني بعد أداء جهد بدني مرتفع, إما الهدف الثاني فيتمثل في ترك

التلاميذ في نشاط دائم في حالة عدم احتواء المرحلة الرئيسية على حمل كبير (جهد بدني كبير).

#### 1-8 أسس اختيار الألعاب الشبه رياضية:

. هناك بعض الأسس و بعض النقاط الهامة يجب على المربي مراعاتها أثناء اختياره للألعاب الشبه

رياضية و تشمل عدة نواحي نلخصها فيما يلي

من الناحية الفيزيولوجية

أن توضع مراحل النمو موضع الاختيار

. يجب أن تلمس معظم العضلات الكبرى

من الناحية الفردية

. أن تراعي حاجات و ميولات و دوافع الفرد

. الأخذ بعين الاعتبار المراحل العمرية و خصائصها البدنية و النفسية , الرياضية , الاجتماعية.

. مراعاة الفروق الفردية المهارات , مستويات الأداء , الخبرات السابقة.

من الناحية الاجتماعية

. يجب أن تكون الألعاب هواية لاستثمار وقت الفراغ.

. أن تتناسب مع العادات و المثل التي يؤمن بها المجتمع.

. أن تقدم الألعاب الشبه رياضية النمو الخلقى للفرد.

. أن تفيدي في التقدم و التطور الاجتماعي.

أن تعمل على النضوج الاجتماعي للفرد و بالتالي تفيدي المجتمع.

من ناحية محتوياتها

. أن تكون ممتعة و مشوقة.

. أن تحقق فرص المشاركة لجميع الأفراد.

. أن تكون مناسبة لجميع الأعمار و لكلا الجنسين.

. مرنة و قابلة للتعديل.

. أن تتوفر على فرص الاختبار للمشاركين.

## 8-1- تعريف التعلم باللعب:

يعرف اللعب بأنه نشاط موجه يقوم به الأطفال لتنمية سلوكهم و قدراتهم العقلية و الجسمية و الوجدانية و يحقق في نفس الوقت المتعة و التسلية و أسلوب التعلم باللعب هو استغلال أنشطة اللعب في اكتساب المعرفة و تقريب مبادئ العلم للأطفال و توسيع أفقهم المعرفية (فهد الغامدي, 2009).

و منه يعرف الطالب التعلم باللعب بأنه نوع من الأنشطة لها مجموعة من القوانين التي تنظم سير اللعب و عادة ما يشترك فيه اثنان أو أكثر للوصول إلى أهداف مسبقة التحديد و يدخل في هذا الأسلوب عنصر المنافسة و عنصر الصدفة و ينتهي اللعب بفوز احد الفريقين.

## 9-1- أهمية اللعب في التعلم:

إن اللعب أثره الكبير في تعليم الطفل و تنمية شخصيته من الناحية المعرفية و السلوكية و في تحسين تواصله الاجتماعي مع الآخرين. فاللعب أداة تربوية تساعد في إحداث تفاعل الفرد مع البيئة لغرض التعلم و إنماء الشخصية و السلوك. يمثل اللعب وسيلة تعليمية تقرب المفاهيم و تساعد في إدراك المعاني للأشياء. كما يعتبر اللعب طريقة علاجية يلجأ إليها المربون لمساعدتهم في حل بعض المشكلات التي يعاني منها بعض الأطفال فبعض الأطفال الذين يعانون من مشكلة العزلة أو مشكلة العدائية للآخرين يمكن توجيههم إلى السلوك المرغوب من خلال إشراكهم في بعض الألعاب الجماعية التي تشجع المشاركة و تبعدهم عن السلوك السيئ.

من خلال استخدام الألعاب كوسائل تعليمية, تساعد الألعاب على تثبيت المعلومات حيث أن المعلومة التي يتم تقديمها من خلال لعبة لا يمكن أن ينساها الدارس حيث تكون فيها عنصر للحركة فهي تسمع و ترى و تقوم بنفسها بعمل حركي و تستخدم أكثر من حاسة, لذا فان التعليم باللعب يكون أكثر ثباتا من غيره. كما يعتبر اللعب وسيلة هامة من وسائل التفرغ عن الانفعالات المختلفة لدى الدارس في هذه المرحلة حيث تظهر الهوايات و الميل للشلة و الشعور بالمكانة كل هذه من خصائص اللعب الذي يعمل عمل تفرغ هذه الطاقات (بلقيس احمد 1987ص34). يعتبر التعلم بواسطة اللعب أداة فعالة تفيد التعلم و تنظيمه لمواجهة الفروق الفردية و تعليم الأطفال وفقا لإمكاناتهم و قدراتهم فكل طفل من الممكن أن يختار

اللعبة التي تناسبه أو يشارك في الألعاب بحسب قدراته و إمكانياته و بالتالي ينمي ما لديه من هذه القدرات دون عزلة عن العملية التعليمية/التعلمية.(توفيق مرعي, 1998, ص 17). و من خلال ما سبق استخلص الطالب أن التعلم باللعب يساعد على تنشيط الدارس لاستيعاب المعلومات و القدرة على التفكير و تبعد عنه الملل و السآمة.

#### 10-1- فوائد التعلم باللعب:

- . يؤكد ذاته من خلال التفوق على الآخرين فرديا و في نطاق الجماعة.
- . يتعلم التعاون و احترام حقوق الآخرين من خلال مشاركته في الألعاب الجماعية.
- . يتعلم احترام القوانين و يلتزم بها من خلال تنفيذ قوانين و قواعد اللعبة و الالتزام بها.
- . يعزز انتماءه للجماعة من خلال اللعب الجماعي.
- . يكتسب الثقة بالنفس والاعتماد عليها من خلال الأدوار التي يمثلها في اللعب.
- . يساعد اللعب في تنمية ذاكرة الطفل و تفكيره و ذلك من خلال محاولاته لحل المشاكل التي يواجهها أثناء لعبه. و من ما سبق اتضح للطالب بان التعلم باللعب يساعد في نمو الذاكرة و التفكير و الإدراك و التخيل و يكتسب التلميذ الثقة بالنفس و الاعتماد عليها و يسهل اكتشاف قدراته و اختبارها و يخلص الطفل من انفعالاته السلبية.
- . متى نستخدم التعلم باللعب:

. يستخدم اللعب كتهيئة قبل الدرس فيستطيع المعلم بدء درسه بأحر الفوايزر و التي يمكن أن يكون حلها عنوانا للدرس مثلا و بذلك يشوق التلاميذ للدرس و يشد انتباههم إليه يستخدم لتنشيط الدراسات و تحريك الأجواء و إبعاد الملل و السآمة عن أنفس التلاميذ فتقسيم الصف مثلا لمجموعات تعمل على الفوز بمسابقة يضعها المعلم تجعل من الحصة أكثر متعة و دافعية من التلاميذ.

. كوسيلة تعليمية فمعلم اللغة الانجليزية مثلا إذا أراد أن يدرّب تلاميذه على مهارة التعبير الشفهي, ما عليه إلا أن يبتكر مسرحية تمثيلية يقوم بأدوارها التلاميذ.

لتحقيق الأهداف الوجدانية و السلوكية, فالألعاب الجماعية مثلا تعلم التلاميذ التعاون و القيم الأخرى بالإضافة أنها تصحح من سلوك التلاميذ الغير مرغوب.

. من خلال ما سبق يذكر الطالبان أن التعلم باللعب يستخدم في التقويم, فيستطيع المعلم في نهاية حصته أن يقيم مسابقة بين مجموعات من الصف تكون أسئلة المسابقة من الدرس الذي قام بتقديمه و بذلك يكون قد استطاع تقويم درسه من خلال ملاحظته لأداء التلاميذ في اللعبة.

#### 1-11- دور المعلم في أسلوب التعلم باللعب: إجراء دراسة للألعاب المتوفرة في بيئة التلميذ.

. التخطيط السليم لاستغلال هذه الألعاب و النشاطات لخدمة أهداف تربوية تتناسب و قدرات و احتياجات الطفل.

- توضيح قواعد اللعبة للتلاميذ.
- ترتيب المجموعات و تحديد الأدوار لكل تلميذ.
- تقديم المساعدة و التدخل في الوقت المناسب.
- تقويم مدى فعالية اللعب في تحقيق الأهداف التي رسمها.
- أن يحدد المعلم الوقت و المكان المناسبين لتنفيذ اللعبة (فهد الغامدي, 2009) لتفادي الأخطاء و الارتباك أثناء التطبيق يجب على المعلم أن يتقن اللعبة و يحدد نتائجها التعليمي قبل التنفيذ.
- أن يقوم المعلم بالتمهيد للعبة قبل المشروع في تطبيقها من اجل إيجاد عنصر التشويق لدى الطلاب و ربط اللعبة بالموقف الصفّي.
- أن يقدم المعلم شروط اللعبة بوضوح ليخلق جوا من التنافس بين الطلاب.
- أن يكون المعلم جادا في تنفيذ اللعبة و عادلا في النتيجة.
- أن يعزز المعلم النتاج التعليمي للعبة (فهد الغامدي, 2009) و من خلال ما سبق يستنتج الطالبان أن دور المعلم في أسلوب التعلم باللعب:

. أن تكون الألعاب مناسبة للمرحلة العمرية و مستوى النمو العقلي و البدني و الاجتماعي .

. أن تخلو من التعقيد و البساطة الشديدين و تنفذ حسب قواعد.

. أن تثير مهارة التفكير و الابتكار و الملاحظة و التأمل لدى المتعلمين.

- أن تخلو من الأخطار التي تؤدي المتعلمين. كما يكون هنالك معيار واضح و محدد للفوز باللعب.

- أن يستشعر المتعلمين بالاستقلالية و الحرية أثناء اللعب.

- أن تناسب اللعب و عدد المشاركين (فردى, جماعى) بحيث لا يكون هنالك طفل بلا عمل يخصه. وان

تناسب مع الزمن المحدد.

#### 12-1- المعايير التي تحكم المعلم عند اختيار الألعاب التعليمية:

- ابرز هذه المعايير ترتبط بمدى اتصال الألعاب بالأهداف التعليمية الخاصة التي يسعى المعلم لتعليمها.

- مناسبة هذه الألعاب لأعمار التلاميذ و مستوى نموهم العقلي و البدني.

- أن تساعد هذه الألعاب المتعلم على التأمل و الملاحظة و الموازنة و الوصول إلى الحقائق بخطوات مرئية

منطقية. و حلوها من أية مخاطر.

- أن تساعد هذه الألعاب المعلم على تشخيص مدة نمو المتعلم من اكتساب الخبرات المطلوبة و التعرف إلى

أماكن الضعف في تحصيله ثم تزويده بالخبرات المناسبة التي تعالج ذلك.

- أن تتصل هذه الألعاب ببيئة التعلم. و أن تكون قواعد اللعبة سهلة و غير معقدة.

- أن تكون هذه اللعبة مثيرة و ممتعة و مناسبة لخبرات و قدرات و ميول التلاميذ.

## الفصل الثاني:

### القدرات التوافقية و خصائص المرحلة العمرية.

1-2- خصائص النمو البدني الحركي.

2-2- الخصائص الحركية.

3-2- الخصائص العقلية.

4-2- خصائص النمو النفسي.

5-2- خصائص النمو الاجتماعي و الانفعالي.

6-2- خصائص النمو المعرفي: التطور المعرفي.

7-2- الألعاب المناسبة لطفل المدرسة الابتدائية.

8-2- الوصف العام لمراحل التطور العمري للتلاميذ بأعمار مختلفة.

9-2- العمر و الصفات البدنية.

## 3.22 خصائص و مميزات الفئة العمرية (08-11) سنة:

### 1.3.2 خصائص النمو البدني الحركي:

-من بداية عمر 08 سنوات يتسم النمو بالبطء و الاستقرار حتى نهاية المرحلة.

-نمو العضلات الكبيرة أسرع من نمو العضلات الصغيرة.

-مساعدة التلميذ على السيطرة على دوافعه و تكوين الضمير للمساعدة على السلوك و تعديل القيم و الاتجاهات.

-صعوبة في التوافق(العين واليد،العين و القدم)بينما تتحسن هذه التوافقات في نهاية المرحلة.

-الطاقة الزائدة لكلا الجنسين و لكن التحمل منخفض مع سرعة الشعور بالتعب.

### 2.3.2 الخصائص الحركية:

-التطور الحركي:

خلال مرحلة طفولة المتوسطة و المتأخرة يصبح التطور الحركي عند الطفل أكثر سلاسة وتنسيق مما كان عليه في مرحلة الطفولة المبكرة فعلى سبيل المثال يستطيع طفل واحد من ألف طفل ضرب كرة التنس بحيث تتجاوز الشبكة وفي سن من 08 إلى 11 سنة فان معظم الأطفال يستطيع المشاركة في الألعاب الرياضية و خلال هذه المرحلة تصبح مهارات الركض و الوثب و القفز و لعب الكرة أكثر تهذيب حيث ينتج عن هذه المهارات الممتعة اكتساب أربعة أنواع من القدرات الحركية الأساسية مثل المرونة-التوازن-الرشاقة-القوة... (جاد ص 356,355, 2004, الصفحات).

-تنمو العضلات الكبيرة و العضلات الصغيرة،ويجب الطفل العمل اليدوي و تركيب الأشياء وامتلاك ما تقع عليه يده، و يشاهد النشاط الزائد و تعلم المهارات الجسمية و الحركية اللازمة للألعاب مثل لعب كرة هذه المرحلة يستطيع هذه الأدوات و الآلات و يسمح له بذلك.

-واستخدم طين الصلصال في تشكيل أشكال أكثر دقة من تلك التي كان الطفل يستطيع تشكيلها في المرحلة السابقة.

-ويزداد رسم الطفل وضوحا فهو يستطيع أن يرسم رجلا و منزلا و شجرة,وما شابه ذلك,ونجده يجد الرسم بالألوان بدرجة جيدة مثل(العدو,الوثب,التسلق).

-تعتبر هذه المرحلة فترة تأسيس المهارات الحركية كتمهيد للألعاب و المهارات الرياضية.

-"إن هذا السن أفضل عمر زمني يجب استثماره لترويض القبليّة الحركية حيث يجب اخذ الحذر في هذه المرحلة,فيما يتعلق بالعادات الحركية السيئة و تصحيحها بسرعة لأنها تكون صعبة التصحيح مستقبلا"(حبيب ب.,,2007,صفحة47).

### 3.3.2 الخصائص العقلية:

تتميز هذه المرحلة بأنها سريعة في النمو حيث يلاحظ أن الطفل يستطيع أن يفكر ويستعمل التحليل ير بالظواهر الاجتماعية. ويشير كل من أسامة راتب و إبراهيم عبد ربه أن"هذه المرحلة تتميز بنضج بعض القدرات العقلية و عمليتها الإدراكية, فالطفل يستطيع البدء بالتفكير المجرد والتصور و التذكر و الانتباه,وبالرغم من هذه المرحلة تتميز ببطء في النمو الجسمي فان التكوين العقلي يبدأ بنشاطه الإدراكي و استقوار التفكير الحسي و شموله".(جاد ص51,2004).

### 4.3.2 خصائص النمو النفسي:

في هذه المرحلة يظهر الطفل نوعا من التفتح و التعبير عن نفسه في الشخصيات التي يتمصها و يقلدها, و يؤكد محمد حسن علاوي أن"خلال هذه المرحلة يهتم الأطفال بالجماعة و ينتقل التركيز من الذات إلى الجماعة كما يزيدهم إعجابهم بالأبطال. كذلك يهتم الطفل بمظهره الشخصي خاصة عند الذكور لذا فهم بحاجة إلى الرعاية الخاصة,و في نفس السياق يؤكد تيل وآخرون "أن الطفل في هذه المرحلة العمرية يمتاز بالشجاعة و الثقة في النفس , كما تتولى الرغبة و الروح التنافسية لعلية".(جاد ص50,2004).

-تزداد رغبة الطفل في التعلم عن طريق النشاط و اللعب يميل في السن الثامن إلى الجدل و تزداد معرفته بالفروق بين الأشياء و الأفراد و ينمو لديه الاستعداد الخيالي و حب الروايات الدرامية و القصص الخيالية كما انه مغرم بجمع الأشياء. إما في التاسعة فتتضح قدراته و استعداداته كما انه يستطيع التركيز لمدة أطول ولكنه يفقد الحماسة بسرعة إذا لم يجد المكافأة الفورية و التشجيع الدائم, وفي هذا السن يقل الاهتمام بالخيال و تقل أحلام اليقظة , و تغلب عليها الواقعية و تزداد الطلاقة اللفظية , ولكن لازال يبدي تناقص في قدراته على القراءة.

### 5.3.2 خصائص النمو الاجتماعي و الانفعالي:

- تزداد رغبة الطفل في أنشطة المغامرة أو المخاطرة.
- في بداية المرحلة يتفاعل الطفل في لعبة مع المجموعات الصغيرة.
- يتطور مفهوم الذات للطفل, ويكون غالبا عدوانيا ناقدا لذاته يتميز بردود الفعل الزائدة.
- غير متفهم لقيمة المكسب و يصعب عليه تقبل الخسارة.
- في النهاية المرحلة يتضح له معنى النظام, المساواة, الواجب, الحق, و يفهم معنى التعاون و يمارسه.
- سرعان ما يكتشف الأطفال الأكبر سنا أن التعبير عن الانفعالات و خاصة غير السارة منها يكون غير مقبول اجتماعيا من قبل الأقران, و يدركون أن أقرانهم ينظرون إلى ثورات الغضب التي تصدر عنهم باعتبارها تصرفات طفولة, ونتيجة لذلك يكتسب الأطفال الأكبر التغيرات القوية عن الانفعالات (جاد ص 387, 2004). إن الذكور في هذه المرحلة يلقون تشجيعا عاما للممارسة لأنواع الرياضة التي تتميز بالالتحام البني و المهارات التي تحتاج إلى القوة العضلية.

-تتضح الفروق بين البنين و البنات في هذه المرحلة بشكل واضح في سن (7-11) فيصادق الولد ولدا و البنت بنتا, و يختلفون في ميولهم و نشاطاتهم في اختيار كتب المطالعة مثلا(حبيب ب . 2007, صفحة55).

### 6.3.2 خصائص النمو المعرفي: التطور المعرفي:

خلال الفترة ما بين 07 إلى 11 سنة تصبح عمليات الاستدلال منطقية بسبب القدرة الجديدة على استخدام العمليات العقلية تشهد مرحلة الطفولة الوسطى و المتأخرة مرحلة تفكير العمليات المادية, و تغيرات معرفية على درجة كبيرة من الأهمية حيث تبرز قدرة الأطفال على التفكير من خلال نجاحهم, فهم يستطيعون ترتيب الأشياء بشكل متسلسل من حيث الحجم و الوزن و غيرها و يستطيعون أيضا فهم قابلية العمليات المنطقية للانعكاسية, إن التطور السريع للقدرات المعرفية خلال مرحلتي الطفولة المتوسطة و المتأخرة يستند إلى الزيادة الكبيرة في سرعة الأطفال في معالجة المعلومات و اتساع مدى الذاكرة القصيرة المدى.(جاد ص 361, 2004).

-تزداد الرغبة في التعلم و لكنه يحتاجون إلى مساعدة في حسم الأمور.

-يمكنهم ابتكار ضعف المقدرة على التفكير المجرد.

-نمو مضطرب في القدرة على الاستيعاب و حل المشكلات.

### 7.3.2 الألعاب المناسبة لطفل المدرسة الابتدائية:

يتخذ اللعب في هذه المرحلة أبعادا جديدة تتفق و ما يطرأ على الطفل من تطور في أبعاد شخصيته الثلاثة العقلية المعرفية و الجسدية الحركية, و الوجدانية الاجتماعية, و النفسية الانفعالية.

ويطلق على اللعب في هذه المرحلة اسم اللعب التعاوني و يعتبر هذا النمط من اللعب أكثر صعوبة مما سبق من أنماطها و ذلك للأسباب التالية:

-مهامه و صعوباته أكثر عددا و تعقيدا.

-ميول أطرافه المشتركين فيه متشابهة, مما يؤدي إلى حدة التنافس.

-تتطلب ممارسته التقيد ببعض القواعد و القوانين و الالتزام بها.

-في نطاق اللعب التعاوني أو الاجتماعي يشارك الأطفال في وسائل و أدوات اللعب,ولذا كان يتطلب الكثير من التعلم الاستعداد ليصبح ممكنا أو مقبولا لدى الأطفال ينبغي أن ننظم التنافس و نوجهه ليتخذ شكل التنافس مع الذات اللعب المتوازي و الفردي و التنافسي مع الجماعة و في إطار الجماعة في اللعب الجماعي أو الاجتماعي التعاوني.

### 8.3.2 الوصف العام لمراحل التطور العمري للتلاميذ بأعمار مختلفة:

إن اصغر عمر لتلاميذ المدارس يتراوح بين (8-11) سنة للأولاد,

و(7-11) سنة للبنات وهو انسب عمر في عملية نمو الطفل, فهو يتصف بوتائر نمو متوسطة و مرونة في التطور و تدرج تغير التراكيب و الوظائف,وهنا لا يخشى المدرب الذي لا يتجاوز مبادئ السهولة و النظام و التدرج حدوث أي مساوئ, خلال عمله في هذا العمر و يتضاعف احتمال ظهور الإصابات. وفرط الحمولة و فرط التعب, بدرجة كبيرة في عمر الأحداث (ريسان خريبط مجيد و عبد الرحمن مصطفى الانصاري,2002,صفحة 13).

### 8.3.2.1 العمر و الصفات البدنية:

تحدد التغيرات العمرية للإمكانيات الوظيفية لأجهزة الجسم الرئيسية و التغيرات العمرية لمستوى الصفات البدنية و تغير الوقت و عدم انتظام تطورها و يظهر تغير الوقت حيث يصل مستوى المرونة و السرعة و المهارة قيمته العظمى في عمر الأحداث.

### 2.8.3.2 العمر و القوة:

وهي قدرة الإنسان للتغلب,أو مجابهة المقاومة على حساب الجهد العضلي,إذا ترتبط ارتباطا وطيدا مع تطور النسيج العظمي و العضلي و المحلل الحركي و بواسطة تأثير الهرمونات التي تعتمد على تغير المقطع العرضي

الفلسحي للعضلة و يتناسب الألياف العضلية مختلف الأنواع(ريسان خريط مجيد و عبد الرحمن مصطفى الانصاري,2002,صفحة32).

## 4.2 القدرات التوافقية:

### 1.4.2 تعريف القدرات التوافقية:

. هي قدرة الفرد على تحقيق حركات أو إجراءات بطريقة متزامنة و متناغمة تتعلق بالجهاز العصبي و العضلي عرفها (WEINECK 1997) قدرة الفرد على تنظيم حركاته باستغلال العديد من المجموعات العضلية من اجل تحقيق حركة رياضية أكثر أو اقل تعقيدا بأقل قدر من الطاقة(JUSTINE2013)

### 2.4.2 مكونات القدرات التوافقية:

. القدرات التوافقية صفة بدنية جد معقدة تتكون من عدة مكونات و تختلف من شخص لآخر أو من تمرين لآخر هناك سبعة مكونات للقدرات التوافقية (مينيل و شنابل 1987)وفقا لهم يمكننا تقسيم القدرات التوافقية إلى عدة قدرات هي:

### 3.4.2 القدرة على الربط الحركي :

هي قدرة الفرد على تنسيق حركات مختلف أجزاء الجسم بغرض انجاز حركة شاملة.

### 4.4.2 القدرة على التحليل :

هي القدرة على انجاز حركة بدقة متناهية مع الاقتصاد في الحركة تسمح بتكييف الحركة مع الوضعية .

### 5.4.2 القدرة على التوازن:

هي إمكانية الحفاظ على التوازن أثناء الثبات أو الحركة هذه القدرة تكتسب في مرحلة النشأة و تزول مع التقدم في السن في حالة عدم التدريب عليها.

## 6.4.2 القدرة على التوجيه :

هي القدرة على تحديد و تغيير حركات الجسم و الأشياء الأخرى في الفضاء و الزمن (الفضاء و الزمن المحدد).

## 7.4.2 القدرة الإيقاعية:

. هي القدرة على إعادة إنتاج,زيادة,أو تخفيض إيقاع الحركة .

القدرة على رد الفعل:

هي قدرة الفرد على انجاز و بطريقة سريعة لقطة حركية على أساس إشارة معطاة ,حيث يجب التنفيذ في الوقت المناسب و بأقصى سرعة.

القدرة على إعادة التكييف:

قدرة الفرد على تكييف لقطة حركية يقوم بها في وضعية جديدة.(JUSTINE,2013).

## 5.2 أهمية القدرات التوافقية:

إن القدرات التوافقية أثبتت أهميتها في الكثير من الفعاليات الرياضية و أصبحت الركن الثالث للقدرات الحركية و لهذا نرى أن تطورها سيصب ايجابيا في تطور المستوى العام للرياضي و ذلك من خلال:

. كفاءة القدرات التوافقية تعمل على تقليل الزمن اللازم لتعلم الرياضي المهارات الحركية.

. جودة أداء الرياضي في الحركات و الاقتصاد في الجهد المبذول خلال التنفيذ.

. درجة استغلال قدراته البدنية لتحقيق الانجاز المنشود.

. تساعد الرياضي على الاستخدام السريع و الهادف للمهارات الرياضية في الشروط و المواقف المتغيرة.

. تعمل على سرعة تعلم الرياضي لدى ضرورة تعديل المهارة أو تعلم مهارة جديدة بالنسبة للرياضي المتدرب لسنوات عديدة.

. تحدد القدرات التوافقية بالاشتراك مع باقي عناصر الانجاز الأخرى في حدود القدرة الانجازية للرياضي.

. قدرة الرياضي على تعلم الحركات بشكل عام و الحركات ذات العلاقة بنوع الرياضة التخصصية (محمود, 2007).

## 1.5.2 التوافق:

\* من الناحية الرياضية: و يعرفه لارسن: هو قدرة الرياضي على إدماج حركات من أنواع مختلفة داخل إطار واحد, إما بارو و ميحي فقد عرفا التوافق بأنه قدرة الفرد على إدماج أنواع من الحركات في إطار محدد , و يقول فليشمان أن التوافق هو قدرة الفرد على أداء عدد من الحركات التكتيكية في وقت واحد (حسانين, 1987).

\* من الناحية الفسيولوجية: تعرف هان التوافق على انه العمل المتزامن للجهاز العصبي المركزي و الهيكل العظمي من اجل تنفيذ حركة رياضية بحيث هناك تسلسل متناغم بين مختلف مكونات هذه الحركة (2008, دلال).

## 1.1.5.2 التوافق الحركي:

يعني التوافق الحركي قدرة الفرد على تحريك مجموعتين عضليتين مختلفتين في وقت واحد. (شلش و مازن, 2010).

يرتبط التوافق الحركي بإمكانية الجهاز الحركي و الجهاز العصبي المركزي و الذي يتم فيه عملية فهم و استيعاب و تحليل و إدراك الحركة أو البرنامج الحركي فالجهاز العصبي هو المركز الأساسي للتوافق لأنه ينظم الجهد من خلال تنظيم عمل القوة المسلطة من قبل العضلات لكي تتطابق مع المهارة المراد أداءها, كما يربط التوافق الحركي بعمل الأجهزة الداخلية و مدى قدرتها على تنظيم و تنسيق الجهد المبدول طبقا للهدف من خلال بناء الصفات البدنية و الحركية كالقوة و السرعة و الرشاقة... وغيرها.

و لذلك فان تعلم الحركات يكون بدرجات مختلفة طبقا و أن عمليات التوافق الحركي ليست متساوية بين الأفراد نتيجة اختلاف القدرات و الصفات البدنية و الحركية بين المتعلمين أو اللاعبين. (الدليمي, 2008).

## 6.2 انواع التوافق الحركي:

\* **التوافق العام:** و هو مقدرة المتعلم أو اللاعب على الاستجابة لمختلف المهارات الحركية بصرف النظر عن خصائص اللعبة ويعد كضرورة لممارسة النشاط كما يمثل الأساس الأول لتطوير التوافق الخاص.

\* **التوافق الخاص:** وهو قدرة المتعلم أو اللاعب على الاستجابة لخصائص المهارات الحركية للنشاط الممارس و الذي يعكس مقدرة اللاعب على الأداء بفاعلية خلال التدريب و المنافسات.

\* **التوافق العصبي العضلي:** هو قدرة الجهاز العصبي على إعطاء أكثر من أمر في الوقت نفسه أو مع فارق زمني قليل جدا , و يعرفه (سنجر): هو قدرة الفرد السيطرة على عمل أجزاء الجسم المختلفة أو المشتركة في أداء واجب حركي معين وربط هذه الأجزاء بحركة أحادية بانسيابية ذات جهد فعال لانجاز ذلك الواجب الحركي و ينقسم إلى توافق عام و توافق خاص.(ساري و نورمان , 2001).

### 6.1 التوازن:

#### 1-6-1-تعريف التوازن:

يعرفه جونسون "بقاء الجسم في حالة اتزان أو الثبات إذا أصبحت محصلة القوى المؤثرة عليه تساوي الصفر سواء كانت هذه القوة خارجية أو داخلية, و يعرفه لارسون او يوكيم: "قدرة الفرد على السيطرة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية و العصبية". كما يعرفه كيورتن: "إمكانية الفرد على التحكم في القدرات الفسيولوجية و التشريحية التي تنظم التأثير على التوازن مع القدرة الإحساس بالمكان سواء باستخدام البصر أو بدونه وذلك عضليا وعصبيا".

#### 1-6-2-أنواع التوازن:

لقد اتفق الكثير من العلماء في المجال الرياضي على وجود نوعين من التوازن هما التوازن الثابت و التوازن الحركي.

## ● التوازن الثابت:

يعرفه نيلسون و جونسون بكونه " القدرة البدنية التي تمكن الفرد من الاحتفاظ بوضع ساكن", و يعرفه علاوي ونصر بأنه " القدرة التي تسمح للفرد بالبقاء في وضع ثابت , أو على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة"

## ● التوازن الحركي:

يعرفه جونسون و نيلسون بأنه " القدرة على الاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة", وهو القدرة الجسم على الحفاظ على توازنه أثناء أداء الحركات في وضع من الأوضاع مثل المشي.

### 1-6-3-الأذن الداخلية:

تتركب من القوقعة و الدهليز و القنوات النصف هلالية, إذ يقول كارل بيرنهارت: " تقع حاسة التوازن في القنوات الشبه دائرية للأذن الداخلية وتنبه هذه الأعضاء الحسية بواسطة حركة الرأس , كما أنها ضرورية في توازن الجسم في جميع حركاته"

### 1-6-4-العوامل التي تتحكم الاتزان:

- نسبة ارتفاع مركز الثقل فوق قاعدة الارتكاز: كلما قرب مركز ثقل الجسم من القاعدة الارتكاز كان التوازن أفضل و العكس صحيح.
- مساحة قاعدة الارتكاز: كلما كانت المساحة كبيرة كلما كان الارتكاز أكثر سهولة.
- العلاقة بين خط الجاذبية و قاعدة الارتكاز: كلما كان خط الجاذبية قريب من مركز قاعدة الارتكاز أو عليه مباشرة كان الارتكاز أفضل و العكس صحيح.
- ثقل الجسم: كلما كان وزن الجسم أكبر كان الاتزان أفضل.
- الاحتكاك بالسطح: كلما كانت كمية الاحتكاك أكثر كان الاتزان أفضل فالأرض الملساء يصبح الشخص فوقها اقل قدرة على التحكم في توازنه من الأرضية الخشنة و هذا ما يظهر فوق الجليد أو أرض من الرخام إذ يتطلب الأمر بذل جهد كبير حتى يحافظ الشخص على توازنه.

- الانقسام إلى أجزاء: فالجسم مركب من أجزاء كلما وقعت مراكز هذه الأجزاء عمودية فوق بعضها بعض كان هذا الجسم اثبت و يصبح التوازن أفضل الانحناءات الطبيعية الموجودة في العمود الفقري للأمام و الخلف تعادل بعضها البعض بحيث يتم الاتزان.
- العوامل النفسية: الخوف من العوامل النفسية التي تؤثر على الاتزان (تقل قدرة التوازن عند المرتفعات و النظر إلى الأسفل).
- العوامل الفسيولوجية: التوازن من العناصر التي تتطلب سلامة الجهاز العصبي و العضلي.(عصام الدين,2011).

## 7.1 سرعة رد الفعل:

**1.7.1. تعريف سرعة رد الفعل:** هي الفترة الزمنية بين ظهور مثير معين و الاستجابة الحركية لهذا المثير و هذه لها أهميتها الكبرى في تحديد الاستجابة المناسبة للمثيرات المختلفة سواء كانت مثيرات بسيطة أو مركبة.(عبد الحميد و حسانين,2001).

كما عرفها محمد حسين العلاوي الرابط بين الزمن الرجوع و زمن الحركة أي أنها عبارة عن الزمن الكلي الذي ينقضي ما بين حدوث المنبه و الانتهاء من إتمام الحركة أو العمل.(وجدى و السيد,2002).

## 2.7.2. بعض العوامل المؤثرة في رد الفعل:

\* **التدريب:** إذا كان الفرد مدربا من قبل على الاستجابة للمثير الحادث فان الاستجابة عادة تكون سريعة نسبيا, إذا قورن ذلك بزمن رد الفعل لقرينه غير المدرب عندما يتعرض لنفس المثير.

\* **الإجهاد:** يؤثر الإجهاد تأثيرا بالغا على زمن رد الفعل فهناك علاقة طردية بين الإجهاد و زمن رد الفعل. . التركيز: الفرد الذي تكون له القدرة على التركيز يستطيع أن يستجيب للمثيرات في زمن اقل من قرينه الذي لا يتمتع بهذه الخاصية.

\* **الحالة النفسية:** يتأثر زمن رد الفعل بالحالة النفسية للفرد فالخوف و الملل و الكراهية و الحب و غير ذلك من السمات الشخصية تؤثر تأثيرا واضحا على زمن رد الفعل.

\* **التوقع:** كثير من الأفراد لديهم القدرة على توقع نوع المثير الحادث و شدته و هؤلاء يحققون درجات عالية في اختبارات زمن رد الفعل في حالة صدق توقعهم.

\* **الحالة الصحية:** إصابة الفرد بالأمراض يؤثر على زمن رد الفعل خاصة الأمراض التي تصيب الجهاز العصبي. (حسانين, 1987).

كما أن سرعة رد الفعل تعتبر صفة وراثية طبيعية لا يتحكم بها الفرد أي تخلق معه دون إرادته و رغم هذا يمكن تطويرها و تنميتها و يكون ذلك بواسطة التدريبات المنهجية الصحيحة و المبنية على أسس صحيحة, و لا ذلك في حدود معينة و هذا لان سرعة رد الفعل خاصية من خصائص الجهاز العصبي المركزي و يصعب التحكم بها لمدى كبير . (إبراهيم, 1998)

**1-7-3-أنواع سرعة رد الفعل:** هناك نوعان من سرعة رد الفعل هما:

#### ● سرعة رد الفعل البسيط:

وهي الاستجابة لمنبه معين و ثابت بفعل حركي ثابت، مثلا انطلاق السباح في سباق 100م سباحة حرة و هي تقاس بزمن رد الفعل البسيط و الذي يتمثل في الزمن المحصور بين لحظة ظهور مثير واحد و معروف (طلقة البدء) و لحظة الاستجابة لهذا المثير. كما يظهر رد الفعل البسيط حينما يكون المثير معروفا للرياضي و هو يعلم أيضا أسلوب الاستجابة لهذا المثير مثل البدء في ألعاب القوى أو السباحة.

#### ● سرعة رد الفعل المركب:

وهي في الغالب تشمل على رد فعل اختياري لمنبهات مختلفة و متعددة و تقاس بزمن رد الفعل المركب

( التمييزي ) الذي يمكن تقسيمه إلى ما يلي:

**بداية حدوث المثير.**

اللحظة الحسية التي يتم فيها استقبال المثيرات من أعضاء الحس مثل الأذن، العين.

لحظة تميز المثير عن غيره من المنبهات الحادثة في نفس الوقت، هذا يعني التعرف عليه و تنظيمه ضمن مجموعة معروفة لدى الفرد .

لحظة اختيار الاستجابة الحركية المناسبة للمثير .

اللحظة الحركية و تسبقها لحظة تأهب الجهاز العصبي المركزي للاستجابة الحركية.

و هناك نوعين من رد الفعل المركب هما:

رد الفعل المركب بالاستجابة الواحدة:

بمعنى أن يقوم الرياضي برد الفعل تجاه موقف معين بأسلوب معين مثل رد الفعل الملائم على أداء الملائم المنافس يكون أو بالتقدم أو بالتصدي.

رد الفعل المركب بعدة استجابات:

يعتبر هذا النوع من رد الفعل هو أصعبها نظرا لاحتياجاته إلى تركيز انتباه عال لسرعة اتخاذ القرار المناسب و الناجح و الذي يتطلب أحيانا الإعداد المبكر لتوقعات الأداء للخصم مثلا:

لاعب السلاح الذي يبدأ بالهجوم و هو في نفس الوقت مستعد للرد على الدفاع المضاد للخصم و كذلك لاعب كرة السلة الذي يصوب على السلة و هو مستعد للرد على فشل التصويب و عدم نجاحه أو على دفاع الخصم و كذلك لاعب الملاكمة الذي يوجه اللكمة و في نفس الوقت يستطيع الرد على الدفاع المضاد للخصم بعد التغلب عليه .(أبو العلاء, 1997).

## 8.2 الطفولة المتأخرة:

تسمى هذه المرحلة (12.09 سنة) بمرحلة الطفولة المتأخرة و ينظر إليها كثير من العلماء على أنها الفترة الثانية المكتملة لمرحلة الطفولة المتوسطة و تأتي هذه المرحلة فيما قبل المراهقة و كأنها مقدمة لها.

و يبدو طفل هذه المرحلة مشغولا بالعالم الخارجي و مهتما بما يدور حوله فهو شغوف بالبحث و الاكتشاف للتعرف على الأشياء كما يشارك أقرانه في نشاطات اللعب. و يتصف الطفل في هذه المرحلة بالحركية و الحيوية حب المبادرة.

و تتميز هذه المرحلة عموما بما يلي :

بطيء معدل النمو بالنسبة لسرعته في المرحلة السابقة و المرحلة و المرحلة اللاحقة .

زيادة الاختلاف بين الجنسين بشكل واضح .

تعلم المهارات اللازمة لشؤون الحياة و تعلم المعايير الخلقية و القيم . (زهران ، 1995)

1.8.2. مفهوم الطفولة المتأخرة: هي مرحلة إتقان الخبرات و المهارات اللغوية الحركية والعقلية السابق اكتسابها حيث ينتقل الطفل تدريجيا من مرحلة الكسب إلى مرحلة الإتقان، و الطفل في حد ذاته ثابت و قليل المشاكل الانفعالية، ويميل الطفل ميلا شديدا إلى الملكية التي تبدأ في النمو قبل ذلك، كما يتجه إلى الانتماء إلى الجماعات المنتظمة بعد أن كان يميل قبل ذلك لمجرد الاجتماع لمن في سنه . (عيساوي ، 1992،

إن طفل هذه المرحلة يأخذ الأمور بجدية تامة و يتموقع الجدية من الكبار إذ نجد هناك صعوبات يجدها الكبار في معاملتهم له وخاصة أننا نتذبذب في هذه المعاملة، فتارة نطلبه أن يكون كبيرا ، وتارة أخرى نذكره انه مازال طفلا صغيرا فإذا بكى مثلا، عاتبناه لأنه ليس بطفل صغير، وإذا ابتعد عن المنزل عاتبناه لأنه طفل صغير . (جلال، 1991).

2.8.2. مميزات الطفولة المتأخرة: من أهم مميزات هذه المرحلة نجد:

- اكتساب المهارات اللازمة للألعاب العديدة.

- إدراك دوره مذكر أو مؤنث.

- تنمية المهارات الأساسية للقراءة و الكتابة و الحساب.

- تنمية المفاهيم اللازمة للحياة اليومية.
- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.
- اقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور و الإناث، كما أن الاختلاف بين الجنسين غير واضح (خيري،1976).

### 3.8.2-متطلبات النمو خلال مرحلة الطفولة المتأخرة:

سنوضح فيما يلي أهم المظاهر الرئيسية للمطالب خلال مراحل العمر حتى نبين مدى تتابعها و أهميتها في عملية التكيف التي تساعد الفرد على أن يتقبل الحياة التي يحياها بقبول حسن دون عسر و هي:

- يكون الفرد اتجاهها عاما حول نفسه ككائن حي ينمو.
- يتعلم الفرد كيف يصاحب أقرانه.
- يتعلم المهارات الأساسية للقراءة و الكتابة و الحساب.
- يكون مفاهيم و المدركات الخاصة بالحياة اليومية.
- يكون الضمير ، و القيم الأخلاقية و معايير السلوكية.
- تكوين علاقات مع الرفقاء من كلا الجنسين .
- تكوين الاتجاهات النفسية المتصلة بالتجمعات البشرية المختلفة و المنظمات الاجتماعية.
- استقلال عاطفي عن الوالدين و الكبار.(النمكي و ابو المجد،1997).

### 4.8.2 خصائص المرحلة المدروسة :

ولهذه المرحلة العمرية عدة خصائص نذكر منها:

### 5.8.2. الخصائص المورفولوجية:

يتسم النمو بالبطء عن ذي قبل ، كما يبد و التمايز بين الجنسين بشكل واضح.

يستمر نمو الجسم و تحدث زيادة في الطول و العرض و الوزن .

تعدل النسب الجسمية و تصبح قريبة من النسب الجسمية عند الراشد.

يزداد نمو العضلات الصغيرة و يستمر نمو العضلات الكبيرة.

لا تتضح الفروق بين الجنسين إلا أنها توجد بعض الفروق البدنية القليلة بينهما، فالبنات في سن الحادة عشر يكن أكثر طولاً و أثقل وزناً من البنين في نفس السن بالإضافة إلى وجود فروق في الهيكل العظمي حيث نلاحظ الزيادة في عظام الحوض بالنسبة للإناث مقارنة بالذكور وتستمر هذه الزيادة حتى سن البلوغ.(الخلوي و الحماحي،1990).

## 6.8.2. الخصائص الفيزيولوجية:

إن ميدان التربية البدنية و الرياضية يستلزم قدرة عالية لمختلف الأجهزة و لهذا يرى العلماء انه من الضروري تنميتها منذ الصغر و فيما يلي نستعرض بعض الأجهزة الوظيفية التي لها دور حيوي في تنمية قدرات الطفل

### -الجهاز الدوري القلبي:

في مرحلة(8. 11 سنة) يكون القفص الصدري بالنسبة للأطفال ضيق مما يؤدي إلى النمو التدريجي للقلب فنجد بذلك انه كلما اتسع القفص الصدري كلما زاد حجم القلب حسب العالم (لابتيف 1983) فعن الوزن المطلق للقلب عند الطفل من 8 إلى 15 سنة يتراوح بين 96 غرام إلى 200 غرام تقريبا و منه نستنتج أن قلب الطفل في هذه المرحلة صغير و ينمو من الناحية الطولية و في مرحلة المراهقة يبدأ في النمو عرضيا من ناحية السمك.

### -الجهاز الدوري التنفسي :

إن المشاكل التي تواجه القلب أثناء الطفولة هي نفسها التي تواجه الرئتين حيث يؤثر القفص الصدري تأثيرا كبيرا على الرئتين و بالتالي فنمو القدرات النفسية و الحيوية للرئتين و زيادة حجم الرئتين يكون على حساب الأعمار و كمية الأكسجين الممتصة من كل لتر واحد من الهواء و تكون كذلك حسب سن الطفل فمثلا السن 12 تصل السعة الهوائية للرئتين إلى 2200 ملل.(علاوي،1987).

## - خصائص النفس حركية:

يكتسب الطفل في هذه المرحلة المهارات الحركات البسيطة مثل العاب السباحة, الجمباز, الرشاقة, و يؤكد ويكسثروم أن الطفل في هذه المرحلة له القدرة على استخدام المهارات العامة في الفراغ العام و الفراغ الخاص.

و كذلك لا يتم إشباع رغبة الأطفال للألعاب التقليدية مثل (كرة القدم...) و يزداد إلهامهم على اللعب لتطوير مهاراتهم الحركية.

و يؤكد ويكسثروم أن الأطفال في الحادية عشر من العمر يصبح لديهم القدرة على امتلاك التوافق العصبي العضلي و الدقة و التوازن و الرشاقة والسيطرة على المهارات الحركية.

في هذه المرحلة يحب الطفل النشاط الحركي و يصبح قادرا على التمييز بين الأشياء و يحب النقد الذاتي و المبادرة الشخصية و يكتشف القواعد المتبعة في الألعاب و يجب إظهار قدراته الشخصية للتفاخر بمهاراته الحركية و السيطرة عليها.(الديري,1999).

## - الخصائص الاجتماعية و الانفعالية :

تتميز هذه المرحلة بأنها مرحلة الاستقرار و الثبات الانفعالي لذلك يطلق عليها مرحلة الطفولة الهادئة كما تتميز بقدرة الطفل بالسيطرة على نفسه و الميل إلى المرح و إلى التعبير عن حالات الغضب بالمقاومة النفسية.

الطفل في هذه المرحلة لا يكمل لكنه يمل.

يهتم الطفل بجسمه و أهمية مفهوم الجسم.

يزداد تفاعل الطفل الاجتماعي خاصة مع أقرانه (الخولي و الحمامي,1990).

كما يزداد احتكاك الطفل بعالم الكبار و يكتسب كثيرا من المعايير و اتجاهات و قيم الراشدين كما يستمر تأثير جماعة الرفاق على الطفل مما يجعله يحتفظ بأسرار الجماعة و لا يبوح بها كما يميل إلى الابتعاد إلى حد ما عن الأهل.

و تتميز هذه المرحلة عامة بزيادة شعور الطفل بالمسؤولية و بالقدرة على الضبط الذاتي و تتباين الفروق بين الجنسين بشكل واضح. (القذافي, 2000)

#### - خاتمة الباب الأول:

من خلال الإلمام تم تدوين المتطلبات العلمية و النظرية لهذا البحث العلمي المتواضع في فصلين وهذا بالتطرق إلى الألعاب الشبه رياضية و اللعب في الفصل الأول ،والتطرق في الفصل الثاني إلى بعض النقاط المتعلقة بالقدرات التوافقية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية و اختتمت الطالبات الباحثات الباب النظري بالتطرق إلى خصائص المرحلة العمرية للفئة قيد الدراسة.

الباب الثاني

الدراسة الميدانية

## - تمهيد الباب:

لقد احتوى هذا الباب على فصلين حيث تطرقت الطالبتان الباحثتان في الفصل الأول إلى الدراسة منهجية البحث و الإجراءات الميدانية ، بينما تضمن الفصل الثاني عرض لمختلف النتائج المتوصل إليها من الدراسة ومناقشتها كما عرج إلى مقابلة النتائج بالفرضيات مع استخلاص مجموعة من الاستنتاجات و الوصول إلى خاتمة عامة لهذا البحث مبرزين في الأخير جملة من التوصيات.

# الفصل الأول

## منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

- تمهيد

1-1-1- الدراسة الأساسية

1-1-1-1- منهج البحث

1-1-2- مجتمع البحث

1-1-3- مجالات البحث

1-1-4- متغيرات البحث

1-1-5- الضبط الإجرائي للمتغيرات

1-2- أدوات البحث

1-3- مواصفات الاختبارات المستخدمة

1-4- الأسس العلمية للاختبارات

1-5- التجربة الأساسية

1-6- الوسائل الإحصائية

1-7- صعوبات البحث

1-6- الوسائل الإحصائية

1-7- صعوبات البحث

- خاتمة الفصل

## - تمهيد:

يعتبر هذا الفصل لبنة البحث حيث يتم من خلاله معالجة مشكلة البحث المطروحة و التي تتناول في مضمونها و معرفة مدى تأثير التعلم باستخدام الألعاب الشبه رياضية في تحسين بعض القدرات التوافقية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية من أجل ذلك تطرق الطالبان الباحثان في هذا الفصل إلى إبراز منهجية البحث و الإجراءات الميدانية المتخذة و المسطرة في سبيل الوصول إلى الأهداف من هذا البحث العلمي

### 1-1-1- الدراسة الأساسية :

#### 1-1-1-1- منهج البحث :

في مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها بحيث يشير عمار بوحوش في تعريفه للمنهج في البحث العلمي بأنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة واكتشاف الحقيقة (الذنيات، 1995، ص 89) ومن خلال طبيعة المشكلة استخدمت الطالبتين الباحثتين المنهج التحريبي لملائمته في حل المشكلة . فالتجريب هو عبارة عن إحداث تغيرات في الواقع وضبط إجراءات التجربة للتأكد من عدم وجود عوامل أخرى داخلية. (عويس، 1998، ص 109)

#### 1-1-2- مجتمع البحث:

ويسمى أيضا بمجتمع الدراسة الأصلي و يقصد به كامل الأفراد أو الأحداث أو مشاهدات موضوع البحث أو الدراسة. (مبيضين، 1999، ص 84)، وفي هذا الشأن تمثل المجتمع الأصلي للبحث في تلاميذ المرحلة الابتدائية 8-11 سنة.

#### - عينة البحث :

بحيث شملت العينة المختبرين الذين استهدفهم البحث في مجموعة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ( 8-11 ) سنة و بلغ عددها 18 تم تقسيمهم إلى مجموعتين منهما الضابطة و التجريبية قوام كل منهما 09 تلميذ و هذا بمدرسة ابن بطوطة مستغانم و لقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

#### 1-1-3- مجالات البحث :

#### 1-1-3-1- المجال البشري :

- يتمثل في عينة المختبرين الذين تم عليهم البرنامج وبلغ عددهم 18 فردا من التلاميذ مقسمين إلى مجموعتين ضابطة و تجريبية

### **1-1-3-2- المجال المكاني :**

تم إجراء الاختبارات على مستوى الملعب المخصص لحصة التربية البدنية و الرياضية مدرسة ابن بطوطة - أجريت التجربة الاستطلاعية بمدرسة ابن بطوطة وشملت إجراء الاختبارات القبلية و البعدية و تطبيق البرنامج المعني في الميدان الرياضي لهذه المدرسة .

### **1-1-3-3-المجال الزمني:**

امتدت فترة الدراسة من 2020/10/27 إلى 2021/03/10 و انتظمت عبر المراحل الزمنية التالية:

#### **1- المرحلة الأولى:**

فترة توزيع الاستبيان على المحكمين من 2020/10/25 إلى 2020/10/27

فترة إنجاز الاختبارات القبلية و البعدية للتجربة الاستطلاعية 2020/11/04 إلى غاية 11-

2020/11

#### **2- المرحلة الثانية :**

وتمثلت في تطبيق التجربة الأساسية وامتدت من 2020/11/13 إلى 2021/02/23 و خلال هذه

الفترة تم إجراء الاختبارات القبلية للعينتين الضابطة و التحريبية بتاريخ 13 - 2020/11/14 بينما

الاختبارات البعدية أنجزت بتاريخ 23-2021/02/24

#### **1-1-4- متغيرات البحث:**

نظرا لطبيعة البحث و المنهج المستخدم تطلب الأمر حصر متغيرات البحث فيما يلي :

#### **1-1-4-1- المتغير المستقل:**

تمثل المتغير المستقل لهذا البحث في الالعب الشبه رياضية

#### **1-1-4-2- المتغير التابع:**

تمثل في القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (08-11) سنة

#### **1-1-5- الضبط الإجرائي للمتغيرات :**

تتطلب الدراسة الميدانية ضبطا للمتغيرات وهذا بغية التحكم فيها من جهة وعزل بقية المتغيرات الأخرى

و يذكر محمد حسن علاوي و أسامة كامل راتب في هذا الصدد بأنه " يصعب على الباحث معرفة

المسببات الحقيقية للنتائج دون ممارسة الباحث لإجراءات الضبط الصحيحة". (راتب، 1987، ص 243) وبدون هذا تصبح النتائج المتحصل عليها صعبة التحليل والتصنيف و بناء على هذه الاعتبارات لجأت الطالبتان الباحثتان إلى الخطوات التالية بغية ضبط متغيرات البحث :

- العينة المبحوثة كانت من نفس المؤسسة
- الإشراف على الاختبارات كان شخصيا من طرف الطالبتين الباحثتين
- أخذ جميع الاحتياطات لتفادي وقوع بعض الحوادث أو الإصابات
- الإشراف من طرف الطالبتين الباحثتين على جميع الاختبارات القبليّة و البعدية
- عدم التغيير أو التبدل في وسائل القياس في جميع مراحل الاختبارات القبليّة و البعدية

## 1-2- أدوات البحث :

بغرض إنجاز البحث على نحو أفضل و لتحقيق الأهداف المنشودة استعانت الطالبتين الباحثتين بمجموعة من الأدوات:

- الإلمام النظري حول موضوع البحث وهذا من خلال الدراسة لكل المصادر والمراجع العربية و الأجنبية، المجالات و المذكرات

- استبيان يضم مجموعة من الاختبارات التي تم عرضها على مجموعة من الأساتذة والدكاترة بغية الأخذ بآرائهم حول أنسب الاختبارات التي تقيس بصدق وثبات و موضوعية القدرات المراد قياسها والمتمثلة في بعض القدرات التوافقية

- اختبار الجري على شكل رقم ثمانية

- اختبار المشي قدم خلف قدم

- اختبار نلسن للاستجابة الحركية

كما تطلب إنجاز هذه الاختبارات :

- شريط متري

- عداد الكتروني من النوع الجيد

- شواخص - صافرة

- طرق البحث :

- طريقة جمع المادة الخبيرة :

هي عملية جمع وتحليل المعطيات النظرية التي لها صلة مباشرة بموضوع البحث اعتمادا على المصادر والمراجع العلمية و آراء الأساتذة والدكاترة.

- طريقة الاستبيان :

هي إحدى الوسائل المستعملة لاختيار انسب الاختبارات التي تتماشى و نوع العينة استنادا إلى معطيات البحث وتم عرض هذا الاستبيان على أساتذة ودكاترة في معهد التربية البدنية بجامعة مستغانم للأخذ بآرائهم و بعد ذلك تم اختيار الاختبارات البدنية

- طريقة الملاحظة:

تمثلت في مجموعة الزيارات الميدانية لبعض المؤسسات التربوية

- التجربة الاستطلاعية:

تم إنجاز هذه التجربة على عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية (08-11) سنة و بلغ حجم العينة 07 أفراد و هذا بغية التعرف على مدى ثبات وصدق و موضوعية الاختبارات المستخدمة في هذا البحث العلمي

- التجربة الأساسية :

تم تطبيق التجربة الأساسية على عينة مكونة من 09 أفراد مثلت العينة التجريبية و 09 أفراد م مثلوا العينة الضابطة بحيث تم إجراء الاختبارات القبليّة للعينتين مع مراعاة إعادة تطبيق الاختبارات البعدية بالنسبة للعينتين التجريبية التي تم تطبيق محتوى البرنامج التعليمي عليها و الضابطة التي لم تتعرض لهذا البرنامج.

## - الوسائل الإحصائية:

بهدف إصدار أحكام موضوعية عملت الطالبتين الباحثتين على تحويل مجموع الدرجات الخام المتحصل عليها من التجربة الأساسية و ذلك باستخدام أنسب الوسائل الإحصائية و المتمثلة في مايلي:

1- النسبة المئوية.

2- مقياس النزعة المركزية: و يتمثل في المتوسط الحسابي.

3- مقياس التشتت: و يتمثل في الإحرف المعياري.

4- مقياس العلاقة بين المتغيرات (الارتباط): و يتمثل في معامل الارتباط البسيط لبيرسون.

5- مقياس الدلالة: و يتمثل في اختبار الدلالة ت.

بغية الحصول على نتائج دقيقة و إصدار أحكام موضوعية حول نتائج الدراسة

- كما تمت المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج Stat Excel.

## - طريقة إجراء الاختبارات:

تعتبر من أهم الطرق و خاصة في البحوث التجريبية كونها أساس التقييم الموضوعي للتوصل إلى نتائج دقيقة و موضوعية و تمثلت في مجموعة من الاختبارات الخاصة بمعرفة مستوى القدرات و تم إجراء الاختبارات على العينة التجريبية بالملاعب الرياضي الخاص بالمؤسسة التربوية كما أشرفت الطالبتان الباحثتان على إنجاز الاختبارات القبليّة و البعدية للعينة التجريبية مع أن وسائل القياس المستخدمة لم يجر عليها أي تعديل أثناء مراحل تنفيذ الاختبارات القبليّة و البعدية في التجربة الاستطلاعية والأساسية.

## 1-3- مواصفات الاختبارات المستخدمة:

أولا: اختبار الجري على شكل الرقم ثمانية

هدف الاختبار: قياس مدى توافق التلميذ .

الأدوات المستعملة  :

-شواخص لتحديد المسافة.

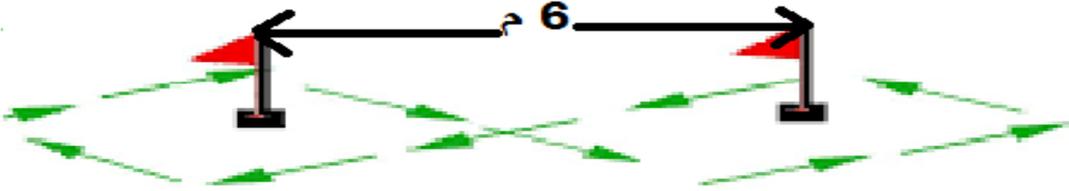
-مقياتي لتحديد الوقت الخاص بكل تلميذ.

-شريط ديكامتر.

طريقة العمل: يوضع شاخصان بـ 6 أمتار، يبدأ الطفل □

بالجري على شكل الرقم ثمانية بحيث يعتمد الطفل على الشاخصان لتحديد مكان

تغييره لاتجاهه، يقوم الطفل بجري أربع دورات ليحدد الوقت الخاص به.



شكل رقم (1) يبين م ارجل أداء اختبار الجري على شكل الرقم ثمانية

ثانيا: اختبار المشي قدم خلف قدم

الهدف من الاختبار: قياس مدى توازن التلميذ □ .

الأدوات المستعملة □ :

-مقياتي

-شريط ديكامتر

-شاخص

\* طريقة العمل: تحدد مسافة 6 أمتار بالشواخص حيث يقف المختبر عند الشاخص

الأول وعند سماع الصافرة ينطلق التلميذ بالمشي قدم خلف قدم ليصل إلى الشاخص

الثاني بحيث يتلامس كعب القدم مع الأصابع في المشي طيلة المسافة لتكون

المحاولة صحيحة، ليسجل الوقت الخاص بكل مختبر.



الشكل رقم (2) يبين كيفية أداء المشي قدم خلف قدم

ثالثا: اختبار نلسن للاستجابة الحركية

الهدف من الاختبار: قياس مدى سرعة رد الفعل للتلميذ.

الأدوات المستعملة □ :

-ميقاتي

-شريط ديكا متر

-شواخص

طريقة العمل: يقف المختبر في مواجهة المؤقت الذي يمسك ساعة توقيت بإحدى □

يديه ويرفعها للأعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه ، إما إلى جهة اليسار أو اليمين

وفي الوقت نفسه يقوم بتشغيل الميقاتي، ليقوم المختبر بالركض بأقصى سرعة إلى

الجانب الذي أشار إليه المؤقت وعندما يصل إلى نهاية المسافة المحددة سلفا والتي

تبعد مسافة 6.4 ( م ) يقوم المؤقت بإيقاف الميقاتي ليتم تسجيل الوقت الخاص بالمختبر



الشكل رقم (3) يبين كيفية أداء اختبار نلسن للاستجابة الحركية

#### 1-4- الأأسس العلمية للاختبارات

عمدت الطالبتان الباحثتان في هذه الخطوة إلى التوجه واستطلاع آراء عدد من دكاترة وأساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بالإضافة إلى بعض الدكاترة مع الاعتماد على المصادر والمراجع و بعض الدراسات السابقة وهذا بغية التحليل والتفكير المنطقي لمعرفة أهم القدرات التوافقية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية

واعتمدت هذه الخطوة على التأكد من الثقل العلمي للاختبارات بحيث تناولت الطالبتين الباحثتين بالتجريب وكان الغرض من هذه الخطوة قياس مدى صلاحية الاختبارات المنتقاة و المطبقة في التجربة الأساسية لمعرفة صدق و ثبات و موضوعية الاختبارات حتى يكون لها الثقل العلمي و تم إنجاز هذه التجربة على عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية (08-11) سنة و بلغ حجم العينة 07 أفراد ، وقد تجلت أغراض هذه التجربة فيما يلي:

- العمل على تحديد الأدوات والوسائل اللازمة لإجراء الاختبارات.
- مراعاة وقت تطبيق الاختبارات والقياسات.
- العمل على معرفة وتحديد الصعوبات والعراقيل التي تحد من إمكانية إجراء هذه الاختبارات.

– تطبيق الاختبارات المنتقاة :

الجدول رقم(01) يوضح معامل ثبات وصدق الاختبارات

معامل الصدق	معامل ثبات الاختبار	القيمة الجدولية لمعامل الارتباط	مستوى الدلالة	درجة الحرية	حجم العينة	المقاييس الإحصائية الاختبارات
0,94	0,899	0.707	0.05	6	7	اختبار الجري على شكل رقم ثمانية
0,91	0,84					– اختبار المشي قدم خلف قدم
0,83	0,69					– اختبار نلسن للاستجابة الحركية

– ثبات الاختبار :

يعتبر الثبات أحد العوامل التي يجب توفرها لصلاحية استخدام أي اختبار ويعرف كل من محمد أحمد خاطر وعلي فهمي البيك ثبات الاختبار "الاختبار على نفس الأفراد ونفس الظروف " . (البيك، 1996، ص23)، و على اثر المعالجة الإحصائية باستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون وبعد الكشف في الدلالة لمعامل الارتباط عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية (ن – 1) أي 6 وجد بأن القيمة المحسوبة لكل اختبار هي أكبر من القيمة الجدولية 0.707 حيث بلغت أدنى قيمة كانت 0,83 و أعلى قيمة بلغت 0,94 وهذا ما يدل على أن الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية وهذا ما يوضحه الجدول رقم (01)

## – صدق الاختبار :

نقصد بصدق الاختبار المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض الذي وضع من أجله ، و بهدف التعرف على الصدق الذاتي للاختبارات استخدم الطالبان الباحثان المعادلة التالية:

الصدق الذاتي =  $\frac{\text{العلامة}}{\text{العدد الإجمالي للعلامات}}$  . (حسانين، القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية - ج 1 - ط3، 1995، ص 197،192) ولقد وجدت النتائج التالية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية ( ن- 1 ) أي 6 بحيث كانت القيمة المحسوبة للاختبار أكبر من القيمة الجدولية فنجد أدنى قيمة كانت 0,69

و أعلى قيمة بلغت 0,89 وقدرت القيمة الجدولية ب 0.707 وهذا ما يثبت أن القيم المحسوبة تتميز بدرجة عالية من الصدق كما هو موضح في الجدول .

## – موضوعية الاختبارات :

حسب تعريف بارو ماك جي الموضوعية هي درجة الاتساق بين أفراد مختلفين لنفس الاختبار ويعبر عنهم بمعامل الارتباط ، إن الموضوعية العالية للاختبار تظهر عندما يقوم مجموعة من المحكمين بحساب درجة الاختبار في نفس الوقت عندما يطبق الاختبار على مجموعة معينة من الأفراد ثم يحصلون تقريبا على نفس النتائج. (حسانين، 1987، ص 85) كما أن الاختبار يكون موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة بالرغم من اختلاف الممتحن.

و على هذا الأساس استخدمت الطالبتين الباحثتين مجموعة من الاختبارات السهلة والواضحة مع حساب درجات الاختبار بعيدا عن الصعوبة والغموض مع تقديم تفاصيل ومتطلبات كل اختبار مع الشرح و استخدام الوسائل والطرق اللازمة كما تم مراعاة الوقت و حالة الجو وعليه فإن الاختبارات المستخدمة تتمتع بموضوعية عالية

## 1-5- التجربة الأساسية:

### 1- توزيع العينة:

من خلال استيفاء الطالبين الباحثين للشروط العلمية للاختبارات وهذا من خلال صدقها وثباتها و موضوعيتها تم إجراء هذه الاختبارات على العينة التجريبية و الضابطة و هذا كقياس قبلي وبعد تطبيق المحتوى التعليمي المقنن تم إعادة إجراء الاختبارات البعدية على العينة التجريبية و العينة الضابطة التي مارست الحصة بمفردها.

### 2- كيفية إجراء التجربة: تم إجراء الوحدات التعليمية و هذا في أيام المخصصة لحصة التربية البدنية و

الرياضية

### 5-الوحدات التعليمية المقترحة:

تحقيقاً لأهداف البحث وحلًا لمشكلته قامت الطالبتان الباحثتان باختيار عينتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة وأقيمت عليهما مجموعة من الاختبارات القبليّة. وطبقت على العينة التجريبية الوحدات المقترحة وقد احتوت هذه الوحدات على مجموعة من الألعاب الشبه رياضية التي من شأنها تنمية بعض القدرات التوافقية وكان العدد الإجمالي للوحدات المقترحة 10 وحدات بمعدل وحدتين تعليميتين فالاسبوع تماشياً مع التدابير الوقائية المطبقة في المؤسسة التربوية .ويمكن تلخيص الوحدات المقترحة في ما يلي:

### 5-4-1 الإطار العام للوحدات التعليمية:

إن الوحدات التعليمية الحديثة تتميز عن الوحدات التقليدية في كونها مبنية على أسس علمية مع مراعاة لجميع الجوانب المتعلقة بالتلميذ خاصة فيما يتعلق بخصائص المرحلة العمرية ، حيث تتميز بنمو و تطور في الجانب البدني أو النفسي أو الاجتماعي حيث للوحدات التعليمية في مجال التربية البدنية والرياضية دور كبير في هذا النمو.

### 5-4-2 خطوات بناء الوحدات التعليمية المقترحة: تم بناء الوحدات المقترحة للطور

الأول عن طريق:

-المصادر و المراجع العلمية، وشبكة الإنترنت.

-اللقاءات والتوجيهات من الدكاترة ومعلمي الطور الأول.

### 5-4-3 تطبيق الوحدات المقترحة : بعد تحديد العينتين التجريبية و الضابطة، و إجراء الاختبارات

القبليّة، ومن خلال ما تم ذكره من خطوات بناء الوحدات المقترحة تكونت الوحدات كما يلي:  
تكون كل وحدة مقترحة من زمن قدره 45 دقيقة، بحيث تتركب من ثلاثة مراحل أساسية وهي:

**المرحلة التحضيرية:** تحتوي هذه المرحلة على التحضير النفسي والمتمثل في التحفيز والتنظيم وشرح التمارين للتلاميذ أو لتحضير البدني للتلاميذ والمتمثل في الإحماء البدني العام والخاص للدخول مباشرة في القسم الرئيسي و ذلك بتمارين و حركات الإحماء تدوم لمدة 7 دقائق.

**المرحلة الرئيسية:** تحتوي هذه المرحلة على ألعاب تنافسية محببة للطفل هادفة إلى تنمية بعض القدرات التوافقية ومنها التوافق، التوازن وسرعة رد الفعل حيث تستغرق هذه الألعاب من 25 دقيقة إلى 30 دقيقة بحيث يقسم التلاميذ إلى فوجين يحدد الفائز في نهاية كل وحدة وذلك لدفع التلاميذ للعمل أكثر.

**المرحلة الختامية:** آخر مرحلة في الوحدة المقترحة تحتوي على تمارين الاسترخاء قصد العودة بالتلاميذ للحالة الطبيعية والتركيز عليها، بحيث في بعض الأحيان لا تكون حصة التربية البدنية والرياضية هي آخر حصة في اليوم بل تكون هناك حصص مبرمجة للدعم في بعض المواد التعليمية الأخرى. تدوم المرحلة الختامية 8 دقائق، ويتم فيها إعلان الفوج الفائز لزيادة التنافس للوحدات القادمة.

### 1-6- الواسائل الإحصائية :

يعتبر علم الإحصاء من أبرز العلوم التي تضبطها نظريات ثابتة و معروفة إذ يعد من العلوم التطبيقية ، حيث تستخدم فيه مختلف الأدوات و الطرق الإحصائية المعروفة في تحليل الظواهر و الوقوف على حقيقة تغيرها و إظهار الاستدلالات العلمية و يشير محمد صبحي أبو صالح وعدنان محمد عوض بأن علم الإحصاء هو ذلك العلم الذي يبحث في جمع البيانات و تنظيمها و عرضها و تحليلها و استقراء النتائج و اتخاذ القرارات بناء عليها. (عوض، 1984، صفحة 9)

و من هذا المنطلق فإن الهدف من استخدام المعالجة الإحصائية هو الوصول إلى مؤشرات تساعدنا على التحليل و التفسير و التأويل، ثم إصدار الحكم و تختلف خطتها باختلاف نوع المشكلة و تبعاً لهدف الدراسة و من هنا تم الاعتماد على الوسائل الإحصائية التالية :

### 1- النسبة المئوية:

نسمي النسبة المئوية أو المعدل المئوي بالنسبة الثابتة لمقدارين متناسبين عندما يكون القياس

الثاني هو 100 و يعبر عنها بالمعادلة التالية:

$$\text{النسبة المئوية (\%)} = \frac{\text{س}}{\text{ن}} \times 100$$

س : هو عدد التكرارات.

ن: حجم العينة . (الهادي، 1999، ص 141)

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد الإجابات}}{\text{المجموع الكلي}} \times 100$$

(السيد، 1992، ص 34)

### 2- المتوسط الحسابي:

هو من أكثر مقاييس الوسط استخداما و يعتبر من أهمها من جهة الدراسة النظرية و في التطبيق العلمي و هو ضروري لاستخراج الانحراف المعياري. (باهي، 1999، ص 24) ، و يستخرج بجمع قيم كل

عناصر المجموعة ثم قسمة النتيجة على عدد العناصر كما هو موضح من خلال

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

المعادلة التالية:

حيث: المتوسط الحسابي للقيم.

$\bar{x}$  : حجم العينة. (GILBERT(N), 1988, p. 32)

$\sum x$ : مجموع القيم. (Champely, 2004, p. 64)

### 3- الإنحراف المعياري:

و هو من أهم مقاييس التشتت و أدقها و يستخدم لمعرفة مدى تشتت القيم عن المتوسط الحسابي.

وهو الأكثر استعمالا لدى المهتمين بالبحث العلمي. (حلمي، 1993، ص 91،89)

و الانحراف المعياري يبين ابتعاد الدرجة المفحوصة من النقطة المركزية و ذلك باستخدام جذر متوسط

الانحرافات عن المتوسط. (الله، 1991، صفحة 185)

$$\text{المعادلة الإحصائية:} \quad \sigma = \sqrt{\frac{\sum (x - \bar{x})^2}{n-1}}$$

حيث: ع: الإنحراف المعياري

س: المتوسط الحسابي

ن: حجم العينة ، ن-1 للعينات اقل من 30

(d'autre, 1984, p. 48) مجموع الانحراف مربع القيم عن متوسطها الحسابي.  $\sum (x - \bar{x})^2$

**4- معامل الارتباط البسيط لكارل بيرسون:** هو معرفة العلاقة الارتباطية بين الاختبارين بالرجوع إلى جدول الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط بيرسون. (محمد، 1988، ص105) و هو يسمى بمقياس العلاقة بين درجات المتغيرات المختلفة و يرمز له بالزمن "ر" و يشير هذا المعامل إلى مقدار العلاقة الموجودة بين متغيرين و التي تنحصر في المجال (-1،+1)، فإذا كان الارتباط سالبا دل ذلك على أن العلاقة بين المتغير علاقة عكسية، بينما يدل معامل الارتباط الموجب على وجود علاقة طردية بين المتغيرين.

و تظهر درجة العلاقة بين المتغيرين من مقدار الارتباط بينهما بحيث:

إذا بلغت "ر" قيمة +1 أو -1 فإن هذا يعني وجود ارتباط تام.

و إذا بلغت "ر" قيمة +0,95 أو 0,88 فإن هذا يعني وجود ارتباط عالي.

و إذا بلغت "ر" قيمة صفر فهذا يعني عدم وجود ارتباط أو علاقة و يحسب معمل الارتباط وفق المعادلة.

الإحصائية التالية:

$$r = \frac{\text{مج س} \cdot \text{ص} - \frac{(\text{مج س}) \cdot (\text{مج ص})}{n}}{\sqrt{\left[ \frac{(\text{مج ص})^2}{n} - 2 \cdot \text{مج ص} \cdot \frac{(\text{مج س})^2}{n} - 2 \right]}}$$

ر: معامل الارتباط البسيط

مج س.ص: مجموع الدرجات في الاختبار س X درجات الاختبار ص.

مج س: مجموع الدرجات في الاختبار س.

مج ص: مجموع الدرجات في الاختبار ص.

مج س<sup>2</sup>: مجموع مربع الدرجات في الاختبار س.

مج ص<sup>2</sup>: مجموع مربع الدرجات في الاختبار ص.

(مج س)<sup>2</sup>: مربع مجموع الدرجات في الاختبار س.

(مج ص)<sup>2</sup>: مربع مجموع الدرجات في الاختبار ص.

ن: عدد أفراد العينة. (باهي إ.، 2000، ص 310)

**5- الصدق الذاتي:** وهو صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من

أخطاء القياس وبذلك تصبح الدرجات الحقيقية للاختبار هي المحك الذي ينسب إليه صدق الاختبار.

(رضوان، 1998، ص 350) و يقاس الصدق الذاتي بحساب الجذع التربيعي لمعامل ثبات الاختبار كما

هو موضح في المعادلة الإحصائية الموالية:

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل الثبات}} \quad (\text{حسانين، ، 1995، ص 192})$$

**6- إختبار الدلالة "ت":**

يستعمل اختبار الدلالة "ت" لقياس دلالة فروق المتوسطات المرتبطة و الغير المرتبطة و للعينات المتساوية و غير المتساوية. و في هذا الصدد استخدم الطالبان الباحثان المعادلتين التاليتين:

أ- دلالة الفروق بين متوسطين مرتبطين بحيث (ن<sub>1</sub> = ن<sub>2</sub>):

$$T = \frac{\sum F}{\sqrt{\frac{\sum F^2}{n} - \frac{(\sum F)^2}{n}}}$$

حيث: م ف: متوسط الفروق =  $\frac{\sum F}{n}$   
ح<sup>2</sup> ف: مجموع مربعات إنحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق.

ن : هو عدد أفراد العينة. (ن-1): درجة الحرية.

و تحسب ت الجدولية من خلال الجدول الإحصائي الخاص و هذا عند مستوى الدلالة 0,05 و درجة الحرية (ن-1).

ب- دلالة الفروق بين متوسطين مستقلين بحيث ن<sub>1</sub> = ن<sub>2</sub>:

في حالة ما إذا كانت العينتين متساويتين في العدد فإن المعادلة الإحصائية "ت" تكون كالتالي:

$$T = \frac{\bar{S}_1 - \bar{S}_2}{\sqrt{\frac{E_1^2 + E_2^2}{n-1}}}$$

بحيث  $\bar{S}_1$ : المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى.

$\bar{S}_2$ : المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية.

E<sub>1</sub>: الإنحراف المعياري للمجموعة الأولى.

ع2 : الإنحراف المعياري للمجموعة الثانية.

ن : عدد أفراد العينة.

(2-ن): درجة الحرية

7- اختبار حسن المطابقة : و هو يستخدم لاختبار مدى دلالة الفرق بين تكرار حصل عليه و يسمى

التكرار المشاهد و تكرار مشاهد مؤسس على الفرض الصفري و يسمى هذا الاختبار باختبار حسن المطابقة أو اختبار التطابق النسبي وهو من أهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يتم الحصول عليها من تجربة حقيقية بمجموعة من البيانات الفرضية التي وضعت على أساس النظرية الفرضية التي يراد اختبارها و يتم حساب كا<sup>2</sup> وفق المعادلة التالية:

$$كا^2 = \frac{\text{مج (ك ش - ك ت)}^2}{ك ت}$$

حيث إن: ك ش = التكرارات المشاهدة.

ك ت التكرارات المتوقعة. درجة الحرية = (ن-1).

حيث تدل (ن) على عدد الفئات أو المجموعات لا عدد الأفراد أو المشاهدات في العينة.

-ماذا تعني كا<sup>2</sup> المحسوبة:

-في حالة ما إذا كانت قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة = 0، فإن ذلك لا يدل على أن هناك فروقا بين القيم

المشاهدة و القيم المتوقعة.

- في حالة كا<sup>2</sup> < 0 فإن ذلك يدل على أن هناك فروقا بين القيم المشاهدة و القيم المتوقعة.

- إذا كانت كا<sup>2</sup> المحسوبة أكبر من كا<sup>2</sup> الجدولية. و هذا معناه أن الفروق بين التكرارات المشاهدة

و التكرارات المتوقعة فروقا معنوية و إنما لا ترجع للصدفة.

- إذا كانت كا<sup>2</sup> المحسوبة أقل من كا<sup>2</sup> الجدولية. و هذا معناه أن الفروق بين التكرارات المشاهدة و

التكرارات المتوقعة فروقا غير معنوية (راجع للصدفة). (حسن أحمد الشافعي، 2004 ، ص 424)

- قانون نسبة التحسن للمسافة =  $\frac{\text{القياس القبلي} - \text{القياس القبلي}}{\text{القياس}} \times 100$  (محمد عبد العال وحسن

مردان، 2005، ص 10)

$$\text{قانون نسبة التحسن} = \frac{\text{القياس اللفظي} - \text{القياس البعدي}}{\text{القياس}} \times 100$$

### - خاتمة الفصل:

لقد تمحور لب هذا الفصل حول منهجية البحث والإجراءات الميدانية التي قامت بها الطالبتان الباحثتان خلال التجربة الاستطلاعية والأساسية وهذا تماشياً مع طبيعة البحث العلمي والمتطلبات التي يقتضيها من الناحية العلمية والعملية، حيث تم التطرق في هذا الفصل إلى الخطوات العلمية التي أنجزت تمهيداً للتجربة الأساسية بحيث استهلكت بتوضيح المنهج المتبع في البحث، العينة مجالات البحث والأدوات والوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث.

# الفصل الثاني

## عرض و مناقشة النتائج

- تمهيد

- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية للعينتين الضابطة والتجريبية

2-1- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للعينتين الضابطة والتجريبية

2-2- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية للعينتين الضابطة والتجريبية

2-3- مناقشة فرضيات البحث

2-3-1- مناقشة الفرضية الأولى

2-3-2- مناقشة الفرضية الثانية

2-4- الاستنتاجات

2-5- الخاتمة العامة للبحث

2-6- الاقتراحات

المصادر و المراجع

الملاحق

- تمهيد:

تناولت الطالبتين الباحثتين في هذا الفصل معالجة النتائج الخام بالاستناد إلى مجموعة من المقاييس الإحصائية و هذا بغية عرضها في جداول ثم التحليل و المناقشة مع تمثيلها بيانيا حتى يتسنى لهم استنباط مجموعة من النتائج التي يعتمد عليها في عملية إصدار الأحكام الموضوعية حول النتائج المتحصل عليها.

- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية للعينتين الضابطة والتجريبية

بغية إصدار أحكام موضوعية حول طبيعة التجانس القائم بين عينتي البحث التجريبية و الضابطة من خلال نتائج مجموع الاختبارات القبلية عملت الطالبتان الباحثتان إلى معالجة مجموعة من الدرجات الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار دلالة الفروق (ت ستودنت) كما هو مبين في الجدول الموالي  
الجدول رقم (02) يوضح دلالة الفروق بين متوسطات نتائج الاختبارات القبلية لعينتي البحث

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة الإحصائية	درجة الحرية (2-2)	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	العينات التجريبية		العينات الضابطة		المقاييس الإحصائية الاختبارات	
					الاختبارات القبلية					
					ع1	س1	ع1	س1		
غ. دال	0.05	16	1.73	1.70	2,21	22,13	2,52	21,19	اختبار الجري على شكل رقم ثمانية	
غ. دال					1.19	2,66	20,36	4,24	16,73	- اختبار المشي قدم خلف قدم
غ. دال					1.33	0,50	4,81	0,59	4,92	- اختبار نلسن للاستجابة الحركية
غ. دال										

من خلال الجدول رقم (02) يتبين بأن جميع قيم ت المحسوبة و التي تراوحت بين 0.34 كأصغر قيمة و 1.70 كأكبر قيمة هي أصغر من قيمة ت الجدولية 1.73 عند درجة الحرية (2-2)، 16 و مستوى الدلالة 0.05 مما يؤكد على عدم وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات و هذا ما يدل على مدى التقارب الحاصل بين عينتي البحث من حيث التماثل في مستوى القدرات التوافقية

## 2-1- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للعينتين الضابطة والتجريبية

### 2-1-1- عرض ومناقشة نتائج اختبار الجري على شكل رقم ثمانية

الجدول رقم (03) يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي للاختبار القبلي والبعدى لعينتي البحث في

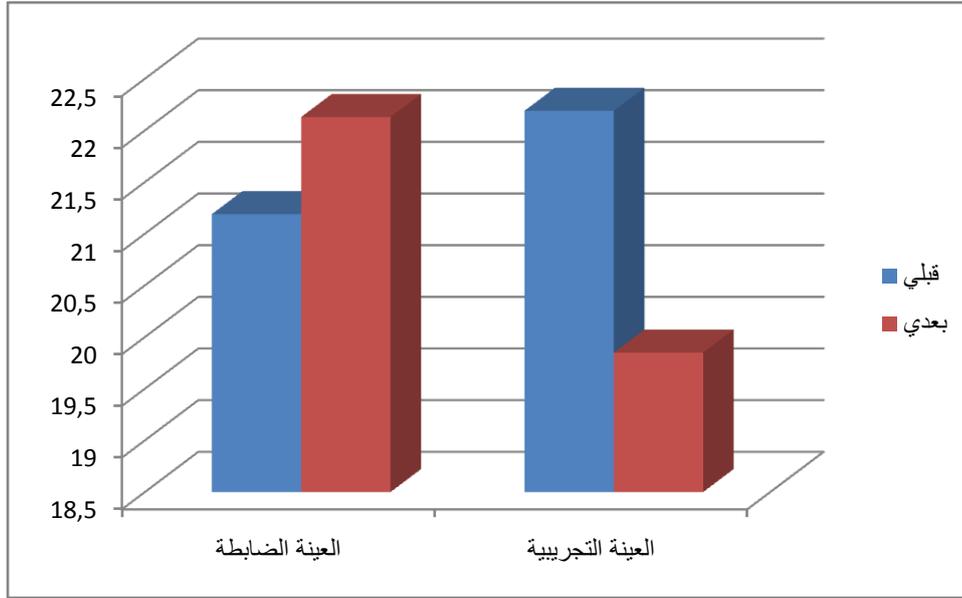
اختبار الجري على شكل رقم ثمانية

الدلالة الإحصائية	ت ج	ت م	الاختبار البعدى		الاختبار القبلي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية
			ع <sup>2</sup>	س <sup>2</sup>	ع <sup>1</sup>	س <sup>1</sup>		
غير دال	2,31	0,28	1,06	22,19	2,52	21,19	09	العينة الضابطة
دال		3,97	1,57	19,85	2,21	22,13	09	العينة التجريبية

\* عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة حرية (ن-1)=8

يتبين من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم ( 03 ) أن قيمة المتوسط الحسابي القبلي عند العينة الضابطة بلغت (2,52±21,19) أما في الاختبار البعدى و لنفس العينة فبلغ المتوسط الحسابي ( 1,06±22,19)، بينما على مستوى العينة التجريبية المطبقة الوحدات التعليمية فقد بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي ( 2,21±22,13) أما في الاختبار البعدى فقد بلغت (1,57±19,85) ، وبعد استخدام ت ستيودنت تبين أن قيمة ت المحسوبة بالنسبة للعينة الضابطة بلغت 0,28 و هي أصغر من ت الجدولية و التي بلغت عند درجة الحرية (ن- 1) 8 و مستوى الدلالة 0.05 القيمة 2,31 مما يدل على أنه لا توجد دلالة إحصائية وبالتالي لا يوجد فرق معنوي بين متوسط النتائج القبليّة و البعدية ، أم بالنسبة للعينة التجريبية فبلغت قيمة ت المحسوبة 3,97 و هي أكبر من قيمة ت الجدولية 2,31 عند درجة الحرية 8 و مستوى الدلالة 0.05 ما يدل على وجود دلالة إحصائية أي أنه يوجد فرق معنوي بين المتوسطات و ترى الطالبان الباحثان أن هذا التحسن راجع إلى طبيعة الوحدات التعليمية المقترحة بحيث كان لها الأثر البارز في تحسين القدرات التوافقية

الشكل رقم (04) يبين المتوسط الحسابي القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الجري على شكل رقم ثمانية



يتبين من خلال الشكل رقم ( 04) بأن المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في القياس القبلي و البعدي على مستوى تحسن القدرات التوافقية كان متدنيا و ترجع الطالبتين الباحثتين هذا راجع الى نقص في ممارسة التلاميذ لحصة التربية البدنية مع استاذهم،و بالمقارنة بالمتوسط الحسابي القبلي و البعدي للعينة التجريبية نلاحظ عليها التحسن على مستوى القدرات التوافقية و التي يعكس نتائج تحسنها اختبار الجري على شكل رقم ثمانية و هذا التحسن راجع إلى تطبيق البرنامج و المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية.

### 3-1-2- عرض ومناقشة نتائج اختبار المشي قدم خلف قدم

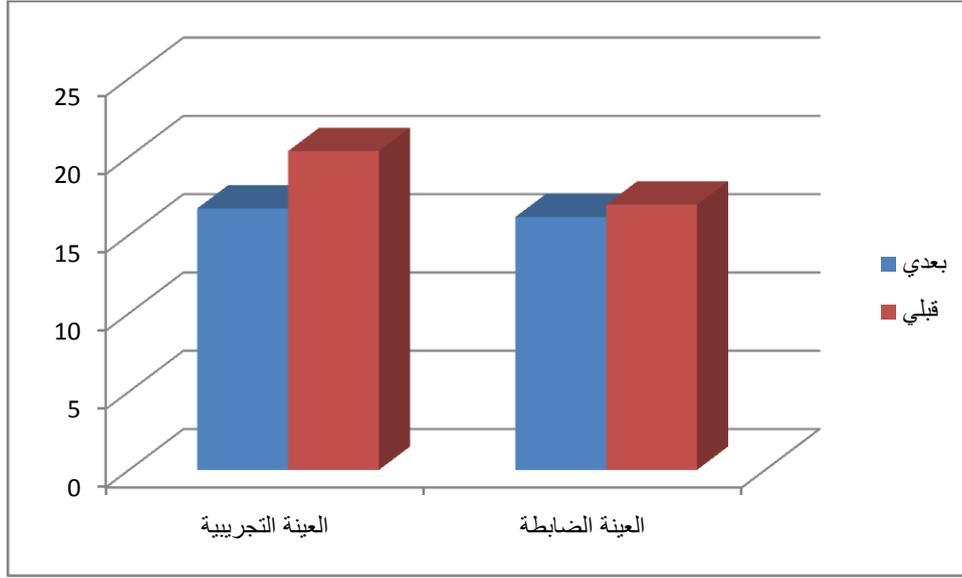
الجدول رقم (04) يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي اختبار المشي قدم خلف قدم

الدلالة الإحصائية	ت ج	ت م	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية
			ع <sup>2</sup>	س <sup>2</sup>	ع <sup>1</sup>	س <sup>1</sup>		
دال	2,31	2,41	3,91	16,15	4,24	16,7	09	العينة الضابطة
دال		2,33	3,02	16,94	2,66	20,36	09	العينة التجريبية

\* عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة حرية (ن-1)=9

يتبين من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (04) أن قيمة المتوسط الحسابي القبلي عند العينة الضابطة بلغت (4,24±16,7) أما في الاختبار البعدي و لنفس العينة فبلغ المتوسط الحسابي (3,91±16,15)، بينما على مستوى العينة التجريبية المطبقة الوحدات التعليمية فقد بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2,66±20,36) أما في الاختبار البعدي فقد بلغت (3,02±16,94) ، وبعد استخدام ت ستودنت تبين أن قيمة ت المحسوبة بالنسبة للعينة الضابطة بلغت 2,41 وهي أصغر من ت الجدولية و التي بلغت عند درجة الحرية (ن-1) 8 و مستوى الدلالة 0.05 القيمة 2,31 مما يدل على أنه لا توجد دلالة إحصائية وبالتالي لا يوجد فرق معنوي بين متوسط النتائج القبلي و البعدي ، أم بالنسبة للعينة التجريبية فبلغت قيمة ت المحسوبة 2,33 و هي أكبر من قيمة ت الجدولية 2,31 عند درجة الحرية 8 و مستوى الدلالة 0.05 ما يدل على وجود دلالة إحصائية أي أنه يوجد فرق معنوي بين المتوسطات و ترى الطالبان الباحثان أن هذا التحسن راجع إلى طبيعة الوحدات التعليمية المقترحة بحيث كان لها الأثر البارز في تحسين القدرات التوافقية

الشكل رقم (05) يبين المتوسط الحسابي القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار المشي قدم خلف قدم



يتبين من خلال الشكل رقم ( 05) بأن المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في القياس القبلي و البعدي على مستوى تحسن القدرات التوافقية كان متدنيا و ترجع الطالبتين الباحثتين هذا راجع الى نقص في الحجم الساعي المخصص للحصة،و بالمقارنة بالمتوسط الحسابي القبلي و البعدي للعينة التجريبية نلاحظ عليها التحسن على مستوى القدرات التوافقية و التي يعكس نتائج تحسنها اختبار المشي قدم خلف قدم و هذا التحسن راجع إلى تطبيق البرنامج و المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية.

### 3-1-3- عرض ومناقشة نتائج اختبار نلسن للاستجابة الحركية:

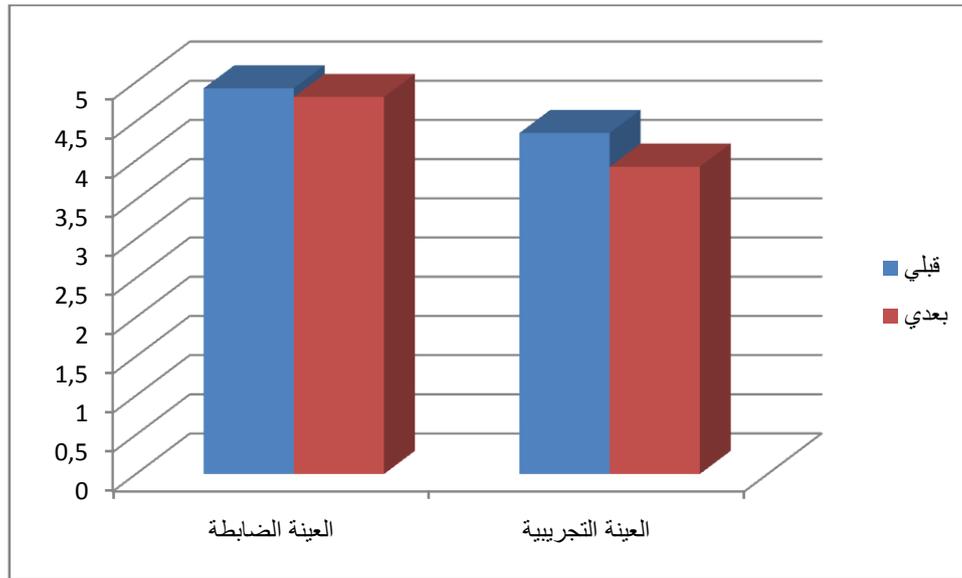
الجدول رقم (05) يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي اختبار نلسن للاستجابة الحركية

الدلالة الإحصائية	ت ج	ت م	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية
			2ع	2س	1ع	1س		
غير دال	2,31	2,18	0,27	4,35	0,59	4,92	09	العينة الضابطة
دال		6,28	0,30	3,92	0,50	4,81	09	العينة التجريبية

\* عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة حرية (ن-1)=8

يتبين من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم ( 05) أن قيمة المتوسط الحسابي القبلي عند العينة الضابطة بلغت (0,59±4,92) أما في الاختبار البعدي و لنفس العينة فبلغ المتوسط الحسابي ( 0,27±4,35)، بينما على مستوى العينة التجريبية المطبقة الوحدات التعليمية فقد بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي ( 0,50±4,81) أما في الاختبار البعدي فقد بلغت (0,30±3,92)، وبعد استخدام ت ستودنت تبين أن قيمة ت المحسوبة بالنسبة للعينة الضابطة بلغت 2,18 و هي أصغر من ت الجدولية و التي بلغت عند درجة الحرية (ن- 1) 8 و مستوى الدلالة 0.05 القيمة 2,31 مما يدل على أنه لا توجد دلالة إحصائية وبالتالي لا يوجد فرق معنوي بين متوسط النتائج القبلي و البعدي، أم بالنسبة للعينة التجريبية فبلغت قيمة ت المحسوبة 6,28 و هي أكبر من قيمة ت الجدولية 2,31 عند درجة الحرية 8 و مستوى الدلالة 0.05 ما يدل على وجود دلالة إحصائية أي أنه يوجد فرق معنوي بين المتوسطات و ترى الطالبان الباحثان أن هذا التحسن راجع إلى طبيعة الوحدات التعليمية المقترحة بحيث كان لها الأثر البارز في تحسين القدرات التوافقية

الشكل رقم (06) يبين المتوسط الحسابي القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار نلسن للاستجابة الحركية



يتبين من خلال الشكل رقم ( 06) بأن المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في القياس القبلي و البعدي على مستوى تحسن القدرات التوافقية كان متدنيا و ترجع الطالبتين الباحثين هذا راجع الى عدم تطبيق وحدات تعليمية مقننة أثناء الحصة ، و بالمقارنة بالمتوسط الحسابي القبلي و البعدي للعينة التجريبية نلاحظ عليها التحسن على مستوى القدرات التوافقية و التي يعكس نتائج تحسنها اختبار نلسن للاستجابة الحركية و هذا التحسن راجع إلى تطبيق البرنامج و المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية.

## 2-2- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية للعينتين الضابطة والتجريبية

الجدول رقم (06) يوضح دلالة الفروق بين متوسطات نتائج الاختبارات البعدية لعينتي البحث

الدلالة الإحصائية	درجة الحرية (ن-2)	مستوي الدلالة	ت الجدولية	ت المحسوبة	العينة التجريبية		العينة الضابطة		المقاييس الإحصائية الاختبارات
					ع	س	ع	س	
دال	7	0,05	1,75	3,69	1,57	19,85	1,06	22,19	اختبار الجري على شكل رقم ثمانية
دال				3,48	3,02	16,94	3,91	16,15	- اختبار المشي قدم خلف قدم
دال				3,09	0,30	3,92	0,27	4,35	- اختبار نلسن للاستجابة الحركية

3-2-1- عرض ومناقشة نتائج اختبار الجري على شكل رقم ثمانية

الجدول رقم (07) يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي للاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار الجري على شكل رقم

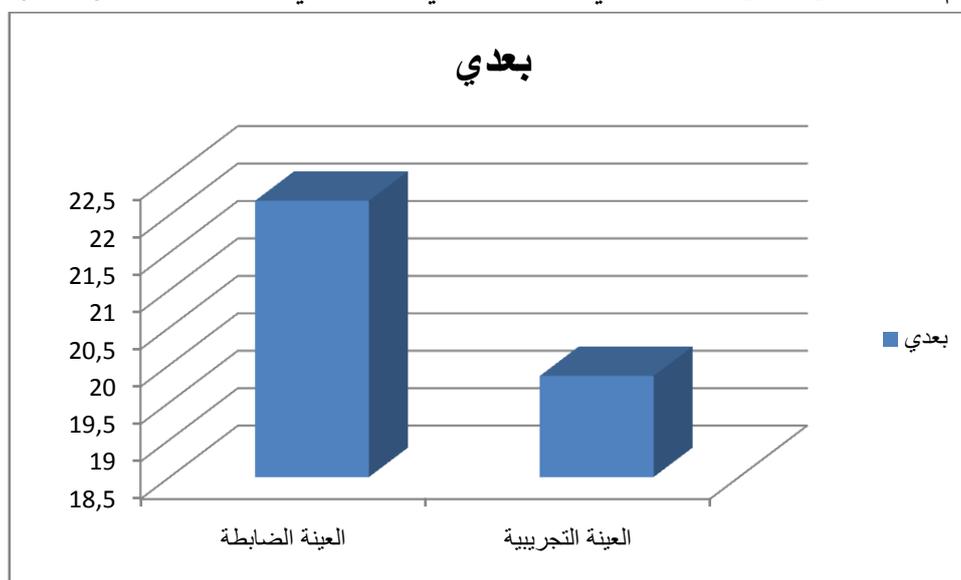
ثمانية

الدلالة الإحصائية	ت ج	ت م	الاختبار البعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
			2ع	2س		
دال إحصائيا	1,75	3,69	1,06	22,19	09	العينة الضابطة
			1,57	19,85		العينة التجريبية

\* عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة حرية (2-2)=16

يلاحظ من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم ( 07 ) أن قيمة ت المحسوبة للاختبار البعدي لعينتي البحث بلغت 3,69 و هي أكبر من ت الجدولية البالغة القيمة 1,75 عند درجة الحرية 16 و مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 و هذا ما يدل على وجود فرق معنوي دال لصالح العينة التي تحصلت على المتوسط الحسابي الأكبر و هي العينة المطبقة عليها الوحدات التعليمية و المتمثلة في الألعاب الشبه رياضية

الشكل رقم (07) يبين المتوسط الحسابي البعدي لعينتي البحث في اختبار الجري على شكل رقم ثمانية



يتبين من خلال الشكل رقم ( 07 ) بأن المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في القياس البعدي في اختبار الجري على شكل رقم ثمانية كان متدنيا و تعزو الطالبتين الباحثتين هذا الضعف إلى الطريقة العفوية في تسيير حصص التربية البدنية و الرياضية و الابتعاد على الأسس العلمية ، أما المتوسط الحسابي البعدي للعينة التجريبية نلاحظ عليها التحسن في اختبار الجري على شكل رقم ثمانية و هذا التحسن راجع إلى تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة.

### 3-2-2- عرض ومناقشة نتائج: اختبار المشي قدم خلف قدم

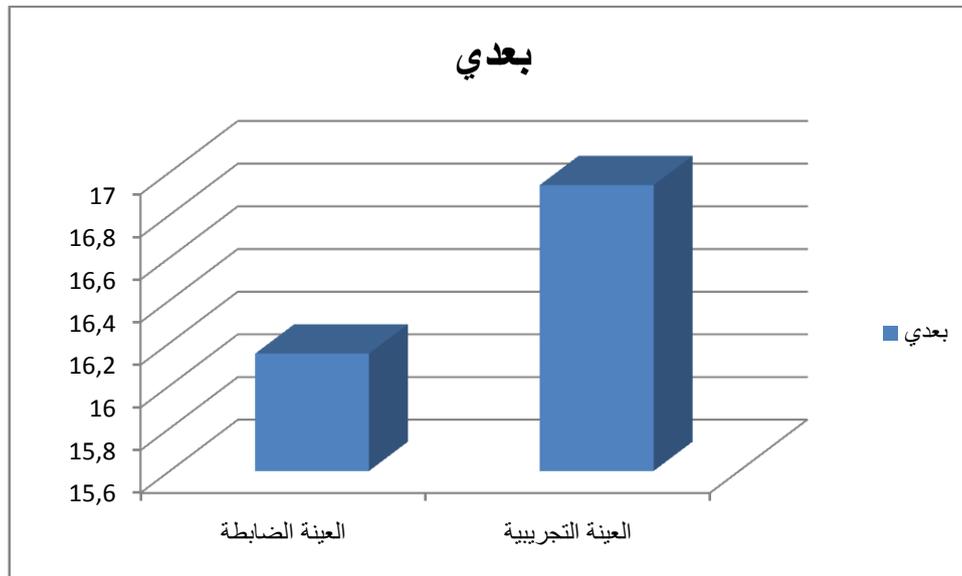
الجدول رقم (08) يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي للاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار المشي قدم خلف قدم

الدلالة الإحصائية	ت ج	ت م	الاختبار البعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية
			ع <sup>2</sup>	س <sup>2</sup>		
دال إحصائيا	1,75	3,48	3,91	16,15	09	العينة الضابطة
			3,02	16,94		العينة التجريبية

\* عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة حرية (2-2)=16

يلاحظ من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم ( 08 ) أن قيمة ت المحسوبة للاختبار البعدي لعينتي البحث بلغت 3,48 و هي أكبر من ت الجدولية البالغة القيمة 1,75 عند درجة الحرية 16 و مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 و هذا ما يدل على وجود فرق معنوي دال لصالح العينة التي تحصلت على المتوسط الحسابي الأكبر و هي العينة المطبقة عليها الوحدات التعليمية و المتمثلة في الألعاب الشبه رياضية

الشكل رقم (08) يبين المتوسط الحسابي البعدي لعينتي البحث في اختبار المشي قدم خلف قدم



من خلال الشكل رقم ( 08 ) يتضح بأن المتوسط الحسابي البعدي للعينة الضابطة كان منخفضا مقارنة مع المتوسط الحسابي البعدي للعينة التجريبية على مستوى هذه القدرات التوافقية و هذا التأثير راجع إلى تطبيق البرنامج و المتمثل الوحدات التعليمية المقترحة و المتمثلة في الألعاب الشبه رياضية.

### 3-2-3- عرض ومناقشة نتائج: اختبار نلسن للاستجابة الحركية

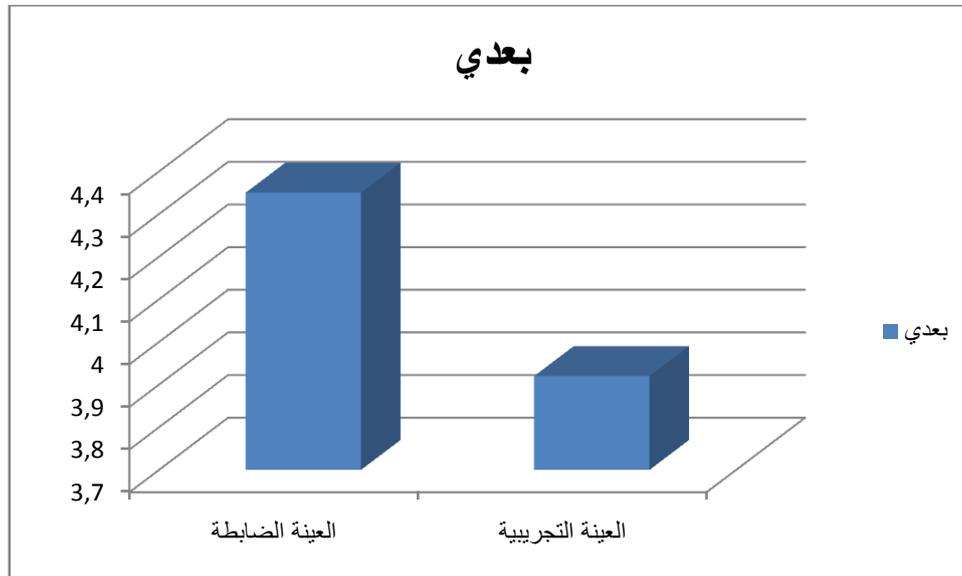
الجدول رقم (09) يوضح الفرق بين المتوسط الحسابي اختبار نلسن للاستجابة الحركية

الدلالة الإحصائية	ت ج	ت م	الاختبار البعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
			ع <sup>2</sup>	س <sup>2</sup>		
دال إحصائيا	1,75	3,09	0,27	4,35	09	العينة الضابطة
			0,30	3,92		العينة التجريبية

\* عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة حرية (2-2)=16

يلاحظ من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم ( 09 ) أن قيمة ت المحسوبة للاختبار البعدي لعينتي البحث بلغت 3,09 و هي أكبر من ت الجدولية البالغة القيمة 1,75 عند درجة الحرية 16 و مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 و هذا ما يدل على وجود فرق معنوي دال لصالح العينة التي تحصلت على المتوسط الحسابي الأكبر و هي العينة المطبقة عليها الوحدات التعليمية و المتمثلة في الألعاب الشبه رياضية

الشكل رقم (09) يبين المتوسط الحسابي البعدي لعينتي البحث في اختبار نلسن للاستجابة الحركية



من خلال الشكل رقم ( 09 ) يتضح بأن المتوسط الحسابي البعدي للعينة الضابطة كان منخفضا مقارنة مع مستوى العينة التجريبية في اختبار نلسن للاستجابة الحركية ، و هذا راجع إلى تطبيق محتوى البرنامج التعليمي المقنن و هذا ما نلاحظه من خلال المتوسط الحسابي البعدي للعينة التجريبية

### 3-3- مناقشة فرضيات البحث:

#### 3-3-1- مناقشة الفرضية الأولى:

- إن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية دور ايجابي في تحسين صفة التوازن لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

يتبين من خلال النتائج المستخلصة للاختبارات القبلية والبعدي للقدرات التوافقية و المتمثلة في صفة التوازن وبعد استخدام المعالجة الإحصائية عن طريق اختبار دلالة الفروق (ت ستودنت) لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها وهذا بغية إصدار أحكام موضوعية والتي تتركز أساسا حول معرفة مدى فاعلية الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية حيث تبين بعد المعالجة الإحصائية لنتائج العينة الضابطة أنه لم يتضح أي تحسن على مستوى بعض القدرات التوافقية و المتمثلة في صفة التوازن والتي يبين نتائجها الجدول رقم (16) الذي يوضح بأن قيم ت ستودنت المحسوبة لدى العينة الضابطة بين الاختبار القبلي والبعدي لم تكن ذات دلالة إحصائية وتعزي الطالبين الباحثين هذا إلى انتهاج الأسلوب العفوي في الممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية، ومن خلال ملاحظة نفس الجدول والذي يعكس النتائج المعالجة إحصائيا للاختبارات القبلية والبعدي لدى العينة التجريبية حيث يظهر جليا أن قيم ت المحسوبة للاختبارات للقدرات التوافقية و المتمثلة في صفة التوازن هي أكبر من ت الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 8 كما يتضح ذلك أيضا من خلال نسب التحسن هذا ما يؤكد أن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية دور ايجابي في تحسين صفة التوازن لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية مما يمكن القول أن فرضية البحث الأولى قد تحققت.

#### 3-3-2- مناقشة الفرضية الثانية

- - ان الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية دور ايجابي في تحسين صفة سرعة رد الفعل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

يتبين من خلال النتائج المستخلصة للاختبارات القبلية والبعدي للقدرات التوافقية و المتمثلة في صفة سرعة رد الفعل وبعد استخدام المعالجة الإحصائية عن طريق اختبار دلالة الفروق (ت ستودنت) لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها وهذا بغية إصدار أحكام موضوعية والتي تتركز أساسا حول معرفة مدى فاعلية الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية حيث تبين بعد المعالجة الإحصائية لنتائج العينة الضابطة أنه لم يتضح أي تحسن على مستوى بعض القدرات التوافقية و المتمثلة في صفة سرعة رد الفعل والتي يبين نتائجها الجدول رقم (16) الذي يوضح بأن قيم ت ستودنت المحسوبة لدى العينة الضابطة بين الاختبار القبلي والبعدي لم تكن ذات دلالة إحصائية وتعزي الطالبين الباحثين هذا إلى انتهاج الأسلوب العفوي في الممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية او عدم ادراجها من طرف بعض المعلمين، ومن خلال ملاحظة

نفس الجدول والذي يعكس النتائج المعالجة إحصائيا للاختبارات القبليّة والبعديّة لدى العينة التجريبيّة حيث يظهر جليا أن قيم  
ت المحسوبة للاختبارات للقدرات التوافقية و المتمثلة في صفة التوازن هي أكبر من ت الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة  
الحرية 8 كما يتضح ذلك أيضا من خلال نسب التحسن هذا ما يؤكد أن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه  
رياضية دور ايجابي في تحسين صفة سرعة رد الفعل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية مما يمكن القول أن فرضية البحث الثانية قد  
تحققت.

## 2-5 الاستنتاجات:

من خلال دراسة هذا الموضوع و الإلمام النظري بكل متطلباته و تحليل مضمون الدراسات السابقة ثم تحليل النتائج الإحصائية  
المستخلصة من التجربة الاستطلاعية و الأساسية وبالمعالجة الإحصائية باستخدام أنسب المقاييس الإحصائية الحديثة استخلصت  
الطالبتين الباحثتين مجموعة من الاستنتاجات الموجزة فيمايلي :

- إن ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية من طرف تلاميذ الطور الابتدائي يبقى شئ مهم في بناء الفرد من جميع النواحي  
خاصة ما يتعلق بالقدرات التوافقية
- الوحدات التعليمية المستخدمة باستخدام الألعاب الشبه رياضية يسعى من خلالها إلي معرفة مستوى القدرات التوافقية عند  
التلاميذ
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة و البعديّة لعينتي البحث على مستوى القدرات التوافقية لصالح  
العينة التجريبيّة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعديّة و هذا لصالح العينة التجريبيّة في جميع الاختبارات ما يعكس نجاعة  
الوحدات التعليمية المقترحة و المتمثلة في الألعاب الشبه رياضية

توصي الطالبتين الباحثتين بمايلي:

1. استخدام وحدات تعليمية تبنى على أسس علمية بما يتماشى و القدرات المعرفية و البدنية للتلميذ
2. نوصي السلطات الوصية على هذا القطاع إلى إعطاء أهمية لحصة التربية البدنية و الرياضية و ذلك من خلال إدراجها كمادة أساسية و تكليف أهل التخصص بتدريسها و هم خريجي معاهد التربية البدنية و الرياضية
4. توعية أولياء التلاميذ بمدى أهمية النشاط البدني التربوي لأبنائهم
7. إجراء المزيد من الدراسات على مراحل سنية مختلفة عن طريق تطبيق برامج أخرى تبنى على أسس علمية
8. تنظيم دورات تكوينية و توعوية على مستوى المعاهد و المؤسسات التربوية من اجل التعريف الحقيقي لحصة التربية البدنية و الرياضية

# المصادر والمراجع

## – المصادر والمراجع باللغة العربية

❖ باللغة العربية

1. القرآن الكريم
2. إبراهيم م. ع. (1999). الاختبارات و القياس و التقويم في التربية الرياضية – ط. 1. عمان: دار الفكر للطباعة و النشر.
3. إبراهيم م. ع. (2001). تصميم و بناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام التحليل العملي – ط. 1. عمان: مؤسسة الوراق.
4. البساطي، أ. أ. (1998). قواعد و أسس التدريب الرياضي و تطبيقاته. الإسكندرية: منشأة المعارف..
5. الحسن، ق. ح. (1990). الأسس التدريبية لفعاليات ألعاب القوى. بغداد: جامعة بغداد.
6. الحفيظ، م. ع. (1993). الإحصاء النفسي و التربوي. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية..
7. الدين، ع. ج. (2004). فسيولوجيا التربية البدنية و الأنشطة الرياضية – ط. 2. القاهرة: المركز العربي للنشر.
8. السلام، ت. ع. (2001). الترويح و التربية الترويحية – ط. 1. القاهرة: دار الفكر العربي.

9. السيد ,م .أ . (1992). المعين في الإحصاء 100 نموذج من الأسئلة و التمارين المحلولة . دار العلوم للنشر و التوزيع :الجزائر.
10. باهي ,إ .م . (2000). طرق البحث العلمي و التحليل الاحصائي في المجالات التربوية، النفسية والرياضية . القاهرة :مركزالكتاب للنشر.
11. باهي ,ح . (1999). الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية و النفسية و الاجتماعية - ط 1 . القاهرة : دار الفكر العربي.
12. بسطويسي ,د-ب .أ . (1999). أسس و نظريات التدريب الرياضي - ط 1. القاهرة : دار الفكر العربي.
13. حسانين ,د .ك . (1984). التدريب الدائري - ط 1. القاهرة : دار الفكر العربي.
14. حسانين ,د .م . (1987). طرق بناء و تقنين الاختبارات في التربية البدنية - ط 2. القاهرة : دار الفكر العربي.
15. حسانين ,د-م .ص . (2001). القياس و التقويم في التربية البدنية والرياضية - ج-1 ط 4. القاهرة : دار الفكر العربي.
16. حسانين ,م .ص . (2003). القياس و التقويم في التربية البدنية والرياضية ج- 2 ط 5 . القاهرة : دار الفكر العربي.
17. حلمي ,ع .أ . (1993). مدخل إلى الإحصاء - ط 2. الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية.
18. حماد ,د .م . (2001). التدريب الرياضي الحديث - ط 1. القاهرة : دار الفكر العربي.
19. حماد ,م .إ . (2001). التدريب الرياضي الحديث تخطيط و تطبيق و قيادة - ط 2. القاهرة : دار الفكر العربي.
20. خيط ,ي .ل . (2009). علم وظائف الأعضاء في المجال الرياضي . عمان : دار الزهران.
21. درويش ,م .م . (1986). الترويح و أوقات الفراغ في المجتمع المعاصر . القاهرة : دار الفكر العربي.
22. ريسان خريبط مجيد، عبد الرحمان مصطفى الأنصاري. (2001). موسوعة بحوث التربية البدنية والرياضية بالوطن العربي في القرن العشرين ج 1 - ط 1. عمان: دار المناهج.
23. سلامة ,د .أ . (2000). المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية . الإسكندرية : منشأة المعارف.
24. عثمان ,ف . (1984). التربية الحركية لمرحلة الرياض و المرحلة الابتدائية - ط 1. الكويت : دار القلم.
25. الدليمي ناهدة عبد زيد . (2008) اساسيات في التعلم الحركي. العراق دار الضياء للطبع والنشر.
26. حمادي مفتي ابراهيم. (2000). طرق تدريس العاب الكرات . ط 1. دار الفكر

27. العربي.
28. الخولي امين انور، الحماحمي محمد. (1990). اسس بناء برنامج التربية الرياضية. دار الفكر العربي
29. وجدي مصطفى الفاتح؛ السيد محمد لطفي. (2002). الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب . المنيا. مصر. دار الهدى للتوزيع والنشر.
30. النمكي اسماعيل، ابو المجد عمر. (1997). تخطيط برامج التربية وتدريب الناشئين في كرة القدم. القاهرة . مركز الكتاب والنشر
31. نبيل عبد الهادي. (2004). سيكولوجية اللعب وأثرها في تعلم الأطفال ط. 1 عمان. الأردن. دار وائل
32. محمد علي سليمان مروة. (2004). فعالية برنامج للعب الموجه في علاج قصور بعض الجوانب. مصر. جامعة الزقازيق
33. القذافي محمد رمضان. (2000). علم نفس النمو الطفولة و المراهقة. ط. 2 الاسكندرية. المكتبة الجامعية.
34. القصاص مهدي محمد. (2007). مبادئ الاحصاء والقياس الاجتماعي جامعة المنصورة . كلية الآداب
35. متولي عصام الدين عبد الله. (2007). الاتجاهات الحديثة لدراسة مناهج التربية الرياضية. الاسكندرية . مصر. الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
36. زهران حامد عبد السلام. (1995). علم نفس النمو الطفولة والمراهقة. ط. 5 القاهرة. عالم الكتب. المصادر والمراجع باللغة الأجنبية.
37. Chavanene, N. (1999). L'éducateur d'activités physique pour tous. Paris: éditions vigot.
38. Daniel, L. (1991). L'entrainement dans les sports. canada: la vague saint jean.
39. d'autre, B. -P. (1987). Performance et entrainement en altitude aspect physiologique. Paris: vigot..
40. Edgar thill, e. R. (2003). L'éducateur sportive préparation au brevet d'état. Paris: vigot.
41. FATES, K. L. (1989). ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES POUR TOUS Santé et Loisirs. Alger: Entreprise Nationale du Livre.
42. GILBERT(N). (1988). Statstique:traduirpar JEAN-GRUY SAVARD. Montréal: édition: HRWLTEE
43. Hanifi, N. D.-A.-R. (1990). Techniques d'évaluation physiologiques des athlètes. alger: Comite Olympique Algerien.
44. Hugues Monod, R. F. (2007). Physiologie du sport Bases physiologiques des activités physiques et sportives 6e édition. Paris: ELSEVIER MASSON.

45. Lacrampe, J.-L. C. (2007). MANUEL PRATIQUE de l'entraînement. PARIS: édition amphora.
46. Laidet, J. S.-L. (1998). Le Guide pratique du cardio training comprendre et pratique. Paris : édition amphora.
47. legros, E. j.-P. (1990). Exoloitatioob du métabolisme énergétique. Paris.
48. Mathews, F. e. (1994). Les bases Guyader, J. L. (1999). Manuel de Préparation physique. paris: chiron.
49. Medelli, P. H.-J. (2006). Tests d'aptitude et tests d'effort l'évaluation scientifique de l'aptitude physique 4 édition. Paris: édition chiron.
50. N.Dekkar.A.Brikci.R.Hanifi. (1990). Technique d'évaluation physiologique des athlètes 1édition. alger: Comite olympique algirienne.
51. Platonov, V. N. L'entraînement sportive théorie et méthode d'éducation .
52. RONCIN, P. V. (1986). le corps et les communicatoins humaines. Paris: éditions vigot.
53. ROUSSEY, G. P.-P.-P.-L.-T. (2004). L'échauffement du sportif. Paris: éditions amphora
54. SDDIKI, D. (1994). Physiologie appliquee al'activité physique et sportive 1ér édition. alger: fennec.
55. Dellal, A. (2008). *l'entraînement à la performance en football*.
56. Louvain-la-Neuve, belgique: de boeck.
57. 2- Monchamp, Decvoly Et. (1978). *Initiation à l'activité Intellectuelle*
58. *Et Motrice Par Les Jeux éducatifs* (éd. 7). Paris: Niestle, Delachause.
59. 3- Justine, K. (2013). Quelle qualité physique intervient le plus dans la
60. conduite de balle en football féminin : vitesse ou coordination ?
61. UNIVERSITÉ DE STRASBOURG, entraînement, préparation
62. physique et management du sportif

الملاحق

# الملحق الأول

- استمارة ترشيح الاختبارات
- النتائج الخام للتجربة الاستطلاعية
- النتائج الخام للاختبارات لدى عيني البحث

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

استمارة ترشيح الاختبارات

تحية طيبة أما بعد:

نظرا لمكانتكم العلمية و خبرتكم يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة ونرجو منكم التكرم بإبداء رأيكم وتوجيهاتكم في ترشيح أهم الاختبارات الخاصة بقياس كل عنصر من عناصر القدرات التوافقية وذلك من أجل مساعدة الطالبين الباحثان في إنجاز هذه الدراسة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية و علم الحركة تحت عنوان " وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية في تحسين بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (08-11) سنة ".

ولكم منا جزيل الشكر والاحترام.

ملاحظة : ضع علامة (X) أمام الاقتراح الذي توافقون عليه

المشرف

الطالبين الباحثين :

د - جفدم بن ذهبية

دروسي نور الهدى

قويزي هاجر

الاختبارات الخاصة بالقدرات التوافقية:

التوازن

اختبار العصا المستقيمة (الموجهة بالطول)

يضع مؤدي الاختبار قدم إحدى الرجلين على القطعة الخشبية بحيث يكون كعب القدم متصلا بالقطعة الخشبية، عند إعطاء مدير الاختبار أمر البدء يرفع مؤدي الاختبار كعب القدم المستهدفة من فوق القطعة الخشبية بالطول و يرفع الرجل الأخرى من على الأرض.

اختبار القدمين متلاصقتين

عندما تعطى أمر البداية يضع مؤدي الاختبار كعب القدم المستهدفة في أمام أصابع القدم الأخرى، يحافظ المختبر على ذلك الوضع لأطول مدة ممكنة بدون أخذ أي خطوة.

اختبار المشي قدم خلف قدم

يقوم مؤدي الاختبار بخطوات حتى نهاية الخط 6.4 ( م ) على أن تلامس أصابع القدم عقب القدم الثانية عند المشي.

التوافق

اختبار الجري في شكل 8

يقف المختبر بجانب أحد القائمين وعند سماع الصافرة يقوم بالجري على شكل الرقم ثمانية بحيث يقوم بأربع دورات الدورة الواحدة تنتهي في نفس المكان الذي بدأ منه

اختبار الدوائر المرقمة

يقف المختبر داخل الدائرة رقم 1 و عند سماع الإشارة يقوم بالوثب بالقدمين معا إلى الدائرة رقم 2 ثم إلى 3 إلى غاية دائرة رقم 8 بأقصى سرعة ممكنة.

اختبار رمي واستقبال الكرة

يقف المختبر أمام الحائط و خلف الخط المرسوم على الأرض على بعد 5 ( م ) حيث يرمي المختبر الكرة خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبلها بعد ارتدادها بنفس اليد يعاد العمل باليد اليسرى اختبار سرعة رد الفعل

اختبار مسك المسطرة باليد

يجلس المختبر بشكل مريح و يضع يده على منضدة بحيث تكون اليد بارزة للأمام ب 3 أو 4 سم بحيث تكون السبابة مواجة للإبهام يحمل مدير الاختبار المسطرة والتي تكون بها علامة سوداء بين 12 و 13 سم وتكون المسطرة عمودية بين الإبهام والسبابة. يترك المدير المسطرة تسقط و يحاول المختبر مسكها أقرب ما يكون للعلامة

اختبار نلسن للاستجابة الحركية

يقف المختبر عند إحدى نهايتي خط المنتصف في مواجهة المؤقت الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر للخط، يرفع يده للأعلى ليقوم بتحريكها للجهة اليمنى أو اليسرى وفي نفس الوقت يقوم بتشغيل الميقاتي خلال ذلك يقوم المختبر بالركض بأقصى سرعة الى خط الجاني الذي أشير إليه وعندما يصل الى الخط الذي يبعد 6.4 م يتم إيقاف الميقاتي.

اختبار رمي واستقبال الكرة

يقف المختبر أمام الحائط و خلف الخط المرسوم على الأرض على بعد 5 ( م ) حيث يرمي المختبر الكرة خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبلها بعد ارتدادها بنفس اليد يعاد العمل باليد اليسرى

الاختبار الثالث		الاختبار الثاني		الاختبار الاول		الاسم و اللقب
5,42	5,23	22,90	23,90	23,13	23,50	بن عبو خولة
4,22	5,53	23,73	24,72	23,99	24 ,45	لكحل فطيمة
4,80	4,88	24,40	24,50	23,75	23,87	بلغول اية
4,20	4,94	21,88	23,17	23,82	24,15	عيموش وسيلة
4,70	5,30	20,98	21,25	23,30	23,39	دريدش شهرزاد
4,04	4,63	22,97	23,36	22,05	22,15	يخلف قدور
3,98	4,27	22,73	21,54	22,81	23,05	عامر منصف علاء الدين

نتائج التجربة الاستطلاعية

نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعيينة الضابطة

الاختبار الثالث		الاختبار الثاني		الاختبار الاول		الاسم و اللقب
4,40	4,40	14,90	15,30	21,5	23,00	بوزيد ناريمان
4,87	4,94	24 ,30	25,18	23,75	24,60	بوراس الحاج يوسف
4,26	6,33	14,09	15,46	22,00	23,16	بلعماري وردة فراح
4,17	4,61	20,00	21,38	20,96	22,22	بن لحسن احمد بدر الدين
4,04	4,96	11,80	12,08	23.5	16,08	بن هدي حفصة
4,56	4,76	14,05	13,40	22,53	22,69	مونة مريم الباتول
4,16	5,01	17,80	18,06	22,94	24,5	نواري مروة
4,02	3,95	11,20	12,32	20,09	20,5	عتو ابراهيم الخليل
4,09	4,30	15,27	16,63	20,92	22,06	فارس اكرام
3,47	3,50	13,00	12,50	19,09	20,08	بن احمد محمد الامين
4,61	5,04	13,15	13,08	22,00	19,9	الاحول نور الهدى

نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينه التجريبيه

الاختبار الثالث		الاختبار الثاني		الاختبار الاول		الاسم و اللقب
4,13	4,30	17,01	17,84	20,59	24,08	مفلاح عبد الله
4,32	5,20	17,96	20,10	23,01	24,5	بوزيان صارة
4,10	4,85	16,20	16,38	19,03	23,8	حيمر ميساء
3,98	5,60	15,30	25,37	20,32	24,3	مونة انفال زوليخة
4,92	5,25	22,80	20,80	26,14	23,85	عريبي نريمان
3,42	4,30	13,25	22,20	18,22	22,1	بوعزة محمد اسلام
4,20	4,27	21,40	23,57	25,13	23,2	بن عالية عبد الله
4,05	5,10	19,82	18,45	20,30	20,90	بن حدوش نصر الدين
4,03	5,25	14,55	21,30	20,14	20,84	بلبيوض انس لؤي حسام
3,47	4,42	15,26	20,03	17,55	18,00	زحاف نجود
3,85	4,28	23,15	21,59	19,55	20,70	عيموش احمد

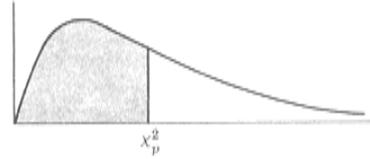


قيم معامل الارتباط بيرسون عند مستوى الدلالة 0.05 ، 0.01

0.01	0.05	د ج	0.01	0.05	د ج
0.418	0.325	35	0.9999	0.997	1
0.413	0.320	36	0.990	0.950	2
0.403	0.312	38	0.959	0.878	3
0.393	0.304	40	0.917	0.811	4
0.384	0.297	42	0.874	0.754	5
0.376	0.291	44	0.834	0.707	6
0.372	0.288	45	0.798	0.666	7
0.368	0.284	46	0.765	0.632	8
0.361	0.279	48	0.735	0.602	9
0.354	0.273	50	0.708	0.576	10
0.338	0.261	55	0.684	0.553	11
0.325	0.250	60	0.661	0.532	12
0.313	0.241	65	0.641	0.514	13
0.302	0.232	70	0.623	0.497	14
0.292	0.224	75	0.606	0.482	15
0.283	0.217	80	0.590	0.468	16
0.275	0.211	85	0.575	0.456	17
0.267	0.205	90	0.561	0.444	18
0.260	0.200	95	0.549	0.433	19
0.254	0.195	100	0.537	0.423	20
0.228	0.174	125	0.526	0.413	21
0.208	0.159	150	0.515	0.404	22
0.193	0.148	175	0.505	0.396	23
0.181	0.138	200	0.487	0.388	24
0.148	0.113	300	0.479	0.381	25
0.128	0.098	400	0.471	0.374	26
0.115	0.088	500	0.463	0.367	27
0.081	0.062	1.000	0.456	0.361	28
			0.449	0.355	29
			0.436	0.349	30
			0.424	0.349	31
				0.329	31

(الحفيظ، 1993، ص 311)

VALEURS DES CENTILES ( $\chi_p^2$ )  
 pour la  
 DISTRIBUTION du KHI-DEUX  
 en fonction du nombre  $\nu$  de degrés de liberté  
 (aire en grisé =  $p$ )

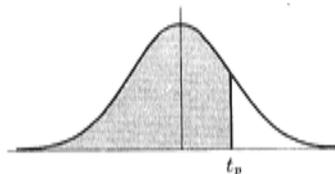


$\nu$	$\chi_{0,995}^2$	$\chi_{0,99}^2$	$\chi_{0,975}^2$	$\chi_{0,95}^2$	$\chi_{0,90}^2$	$\chi_{0,75}^2$	$\chi_{0,50}^2$	$\chi_{0,25}^2$	$\chi_{0,10}^2$	$\chi_{0,05}^2$	$\chi_{0,025}^2$	$\chi_{0,01}^2$	$\chi_{0,005}^2$
1	7,88	6,63	5,02	3,84	2,71	1,32	0,455	0,102	0,0158	0,0039	0,0010	0,0002	0,0000
2	10,6	9,21	7,38	5,99	4,61	2,77	1,39	0,575	0,211	0,103	0,0506	0,0201	0,0100
3	12,8	11,3	9,35	7,81	6,25	4,11	2,37	1,21	0,584	0,352	0,216	0,115	0,072
4	14,9	13,3	11,1	9,49	7,78	5,39	3,36	1,92	1,06	0,711	0,484	0,297	0,207
5	16,7	15,1	12,8	11,1	9,24	6,63	4,35	2,67	1,61	1,15	0,831	0,554	0,412
6	18,5	16,8	14,4	12,6	10,6	7,84	5,35	3,45	2,20	1,64	1,24	0,872	0,676
7	20,3	18,5	16,0	14,1	12,0	9,04	6,35	4,25	2,83	2,17	1,69	1,24	0,989
8	22,0	20,1	17,5	15,5	13,4	10,2	7,34	5,07	3,49	2,73	2,18	1,65	1,34
9	23,6	21,7	19,0	16,9	14,7	11,4	8,34	5,90	4,17	3,33	2,70	2,09	1,73
10	25,2	23,2	20,5	18,3	16,0	12,5	9,34	6,74	4,87	3,94	3,25	2,56	2,16
11	26,8	24,7	21,9	19,7	17,3	13,7	10,3	7,58	5,58	4,57	3,82	3,05	2,60
12	28,3	26,2	23,3	21,0	18,5	14,8	11,3	8,44	6,30	5,23	4,40	3,57	3,07
13	29,8	27,7	24,7	22,4	19,8	16,0	12,3	9,30	7,04	5,89	5,01	4,11	3,57
14	31,3	29,1	26,1	23,7	21,1	17,1	13,3	10,2	7,79	6,57	5,63	4,66	4,07
15	32,8	30,6	27,5	25,0	22,3	18,2	14,3	11,0	8,55	7,26	6,26	5,23	4,60
16	34,3	32,0	28,8	26,3	23,5	19,4	15,3	11,9	9,31	7,96	6,91	5,81	5,14
17	35,7	33,4	30,2	27,6	24,8	20,5	16,3	12,8	10,1	8,67	7,56	6,41	5,70
18	37,2	34,8	31,5	28,9	26,0	21,6	17,3	13,7	10,9	9,39	8,23	7,01	6,26
19	38,6	36,2	32,9	30,1	27,2	22,7	18,3	14,6	11,7	10,1	8,91	7,63	6,84
20	40,0	37,6	34,2	31,4	28,4	23,8	19,3	15,5	12,4	10,9	9,59	8,26	7,43
21	41,4	38,9	35,5	32,7	29,6	24,9	20,3	16,3	13,2	11,6	10,3	8,90	8,03
22	42,8	40,3	36,8	33,9	30,8	26,0	21,3	17,2	14,0	12,3	11,0	9,54	8,64
23	44,2	41,6	38,1	35,2	32,0	27,1	22,3	18,1	14,8	13,1	11,7	10,2	9,26
24	45,6	43,0	39,4	36,4	33,2	28,2	23,3	19,0	15,7	13,8	12,4	10,9	9,89
25	46,9	44,3	40,6	37,7	34,4	29,3	24,3	19,9	16,5	14,6	13,1	11,5	10,5
26	48,3	45,6	41,9	38,9	35,6	30,4	25,3	20,8	17,3	15,4	13,8	12,2	11,2
27	49,6	47,0	43,2	40,1	36,7	31,5	26,3	21,7	18,1	16,2	14,6	12,9	11,8
28	51,0	48,3	44,5	41,3	37,9	32,6	27,3	22,7	18,9	16,9	15,3	13,6	12,5
29	52,3	49,6	45,7	42,6	39,1	33,7	28,3	23,6	19,8	17,7	16,0	14,3	13,1
30	53,7	50,9	47,0	43,8	40,3	34,8	29,3	24,5	20,6	18,5	16,8	15,0	13,8
40	66,8	63,7	59,3	55,8	51,8	45,6	39,3	33,7	29,1	26,5	24,4	22,2	20,7
50	79,5	76,2	71,4	67,5	63,2	56,3	49,3	42,9	37,7	34,8	32,4	29,7	28,0
60	92,0	88,4	83,3	79,1	74,4	67,0	59,3	52,3	46,5	43,2	40,5	37,5	35,5
70	104,2	100,4	95,0	90,5	85,5	77,6	69,3	61,7	55,3	51,7	48,8	45,4	43,3
80	116,3	112,3	106,6	101,9	96,6	88,1	79,3	71,1	64,3	60,4	57,2	53,5	51,2
90	128,3	124,1	118,1	113,1	107,6	98,6	89,3	80,6	73,3	69,1	65,6	61,8	59,2
100	140,2	135,8	129,6	124,3	118,5	109,1	99,3	90,1	82,4	77,9	74,2	70,1	67,3

D'après Catherine M. Thompson, *Table of percentage points of the  $\chi^2$  distribution*, Biometrika, Vol. 32 (1941).

(spiegel, 1996, p. 345)

VALEURS des CENTILES  
pour la  
DISTRIBUTION  $t$  de STUDENT  
en fonction du nombre  $\nu$  de degrés de liberté  
(aire en grisé =  $p$ )



$\nu$	$t_{0,995}$	$t_{0,99}$	$t_{0,975}$	$t_{0,95}$	$t_{0,90}$	$t_{0,80}$	$t_{0,75}$	$t_{0,70}$	$t_{0,60}$	$t_{0,55}$
1	63,66	31,82	12,71	6,31	3,08	1,376	1,000	0,727	0,325	0,158
2	9,92	6,96	4,30	2,92	1,89	1,061	0,816	0,617	0,289	0,142
3	5,84	4,54	3,18	2,35	1,64	0,978	0,765	0,584	0,277	0,137
4	4,60	3,75	2,78	2,13	1,53	0,941	0,741	0,569	0,271	0,134
5	4,03	3,36	2,57	2,02	1,48	0,920	0,727	0,559	0,267	0,132
6	3,71	3,14	2,45	1,94	1,44	0,906	0,718	0,553	0,265	0,131
7	3,50	3,00	2,36	1,90	1,42	0,896	0,711	0,549	0,263	0,130
8	3,36	2,90	2,31	1,86	1,40	0,889	0,706	0,546	0,262	0,130
9	3,25	2,82	2,26	1,83	1,38	0,883	0,703	0,543	0,261	0,129
10	3,17	2,76	2,23	1,81	1,37	0,879	0,700	0,542	0,260	0,129
11	3,11	2,72	2,20	1,80	1,36	0,876	0,697	0,540	0,260	0,129
12	3,06	2,68	2,18	1,78	1,36	0,873	0,695	0,539	0,259	0,128
13	3,01	2,65	2,16	1,77	1,35	0,870	0,694	0,538	0,259	0,128
14	2,98	2,62	2,14	1,76	1,34	0,868	0,692	0,537	0,258	0,128
15	2,95	2,60	2,13	1,75	1,34	0,866	0,691	0,536	0,258	0,128
16	2,92	2,58	2,12	1,75	1,34	0,865	0,690	0,535	0,258	0,128
17	2,90	2,57	2,11	1,74	1,33	0,863	0,689	0,534	0,257	0,128
18	2,88	2,55	2,10	1,73	1,33	0,862	0,688	0,534	0,257	0,127
19	2,86	2,54	2,09	1,73	1,33	0,861	0,688	0,533	0,257	0,127
20	2,84	2,53	2,09	1,72	1,32	0,860	0,687	0,533	0,257	0,127
21	2,83	2,52	2,08	1,72	1,32	0,859	0,686	0,532	0,257	0,127
22	2,82	2,51	2,07	1,72	1,32	0,858	0,686	0,532	0,256	0,127
23	2,81	2,50	2,07	1,71	1,32	0,858	0,685	0,532	0,256	0,127
24	2,80	2,49	2,06	1,71	1,32	0,857	0,685	0,531	0,256	0,127
25	2,79	2,48	2,06	1,71	1,32	0,856	0,684	0,531	0,256	0,127
26	2,78	2,48	2,06	1,71	1,32	0,856	0,684	0,531	0,256	0,127
27	2,77	2,47	2,05	1,70	1,31	0,855	0,684	0,531	0,256	0,127
28	2,76	2,47	2,05	1,70	1,31	0,855	0,683	0,530	0,256	0,127
29	2,76	2,46	2,04	1,70	1,31	0,854	0,683	0,530	0,256	0,127
30	2,75	2,46	2,04	1,70	1,31	0,854	0,683	0,530	0,256	0,127
40	2,70	2,42	2,02	1,68	1,30	0,851	0,681	0,529	0,255	0,126
60	2,66	2,39	2,00	1,67	1,30	0,848	0,679	0,527	0,254	0,126
120	2,62	2,36	1,98	1,66	1,29	0,845	0,677	0,526	0,254	0,126
$\infty$	2,58	2,33	1,96	1,645	1,28	0,842	0,674	0,524	0,253	0,126

D'après R.A. Fisher et F. Yates, *Statistical Tables for Biological, Agricultural and Medical Research* (5<sup>th</sup> édition), Table III, Oliver and Boyd Ltd., Edinburgh.

