



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية



UNIVERSITE  
Abdelhamid Ibn Badis  
MOSTAGANEM

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية بعنوان:

**أثر وحدات تعليمية مقترحة باستخدام التربية الحركية في  
تحسين بعض المهارات الأساسية عند تلاميذ القسم  
التحضيرى (5-6) سنوات**

من إعداد الطالبتان:

- بن ويراد مروى

- خضرواي مجوبة

تحت إشراف:

د/ حرباش إبراهيم

السنة الجامعية: 2019-2020



# كلمة شكر

بداية أشكر الله سبحانه وتعالى على توفيقني في إكمال هذه الدراسة

وبكل الحب والوفاء وبأرق كلمات الشكر والثناء

ومن قلوب ملؤها الإخاء نتقدم بالشكر الجزيل

للأستاذ المؤطر "د/ إبراهيم حرباش"

لوقوفك إلى جانبنا لإتمام هذا العمل المتواضع راجين من المولى أن ينير درب حياتك

نظير لتقديمك كل ما تملك كي يبتسم الناس

وتسعى بأقصى ما تستطيع لرسم السعادة على الوجوه

كما نتقدم بالشكر لكل من ساعدنا على إنجاز هذا العمل

إلى كل أساتذة و طلبة معهد التربية البدنية و الرياضية لولاية مستغانم،

إلى كل العاملين بمدرسة بلبشير حمو بجي 600 مسكن.

## إهداء

إلى من اقترن اسمها باسم رب العالمين  
والذي وأمي المَبْجَلين مَتَّعهما اللهُ بالصحة والعافية  
إلى جميع الأهل و الأُحباب و الأصدقاء  
إلى جميع الباحثين، وطلبة العلم  
أهدى إليكم ثمرة جهدي  
إن إنّهائي لعملي لم يكن ليتم لولا الدعم الغير المنقطع  
من أستاذي العزيز "د/ إبراهيم حرباش"  
وأتمنى أن ينال رضاكم.

مروى

## إهداء

إلى من علّمني كيف أفق بكل ثبات فوق الأرض "أبي المحترم"

إلى نبع المحبة والإيثار والكرم "أمي الموقرة"

إلى أقرب الناس إلى نفسي

إلى عائلتي و أصدقائي

إلى جميع من تلقّيتُ منهم النصيح والدعم

إلى الأستاذ النبيل المحترم "د/ إبراهيم حرباش"

أهديكم خلاصة جُهدِي العلمي

محبوية

## ملخص الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى إبراز أهمية وحدات تعليمية مقترحة في تعلم بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال 5-6 سنة، حيث تكونت عينة البحث من 28 طفلاً من القسم التحضيري للمدرسة الابتدائية ببلشير حمو بحي 600 مسكن بولاية مستغانم، وتم اختيارها بطريقة عشوائية قسمت إلى مجموعتين (مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية)، واستعملت الطالبتان الباحثتان إختبارات بدنية محكمة ومقننة لقياس صفة التوافق والرشاقة، وتوصلت الطالبتان الباحثتان في الأخير إلى أن للوحدات التعليمية المقترحة أثر في تعلم مهارتي الرشاقة والتوافق للأطفال (5-6) سنوات، كما شددت الطالبتان على ضرورة إدراج حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة الطور الابتدائي لما لها من أثر في تعلم المهارات الحركية للأطفال والإعتماد على الوحدات التعليمية لنجاحها في تحقيق الأهداف التربوية والبيداغوجية المرجوة.

**الكلمات المفتاحية:** التعلم الحركي، الوحدات التعليمية، الطفولة، التربية الحركية.

### Résumé :

L'étude vise à souligner l'importance des unités éducatives dans l'apprentissage des habiletés motrices de base des enfants, l'hypothèse de l'étude était que les unités éducatives avaient un effet sur l'apprentissage des habiletés motrices de base des enfants (5-6) ans, l'échantillon de recherche était composé de 28 enfants de la section préparatoire de l'école primaire Belbachir Hamou dans le quartier de 600 logements à Mostaganem. Il a été choisi au hasard et divisé en deux groupes. Les chercheurs ont utilisé les tests de compatibilité et de fitness, et les deux chercheurs ont conclu que les unités éducatives ont un effet sur l'apprentissage des compétences de fitness et de compatibilité des enfants (5-6) ans. Les deux étudiantes ont également souligné la nécessité d'inclure une classe d'éducation physique et sportive au primaire en raison de son impact sur l'apprentissage des habiletés motrices des enfants, et compter sur les unités éducatives pour leur efficacité à atteindre les objectifs éducatifs et pédagogiques souhaités.

**Les mots clés:** Mouvements d'apprentissage ; Unité pédagogique ; Enfance ; Éducation cinétique.

## قائمة الجداول و الأشكال

### أ. قائمة الجدول:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يمثل صدق وثبات الإختبار	77
02	يبين مدى التجانس بين العينتين عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 26	81
03	يمثل نتائج القياس القبلي و البعدي للعينه الضابطة في إختبار قياس الرشاقة	81
04	يمثل نتائج القياس القبلي و البعدي للعينه التجريبية في إختبار قياس الرشاقة	82
05	يمثل نتائج القياس القبلي و البعدي للعينه الضابطة في إختبار قياس التوافق	83
06	يمثل نتائج القياس القبلي و البعدي للعينه التجريبية في إختبار قياس التوافق	84

### ب. قائمة الأشكال:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (03)	82
02	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (04)	83
03	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (05)	84
04	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (06)	85

## قائمة المحتويات

### الصفحة

### المحتويات

ج

كلمة شكر

د

إهداء 1

هـ

إهداء 2

و

ملخص الدراسة

ز

قائمة الجدول و الأشكال

ح

قائمة المحتويات

### الفصل التمهيدي: التعريف بالبحث

2

1. مقدمة

4

2. الإشكالية

5

3. فرضيات الدراسة

6

4. أهمية البحث

6

5. أهداف البحث

7

6. مصطلحات البحث

8

7. الدراسات المشابهة

### الإطار النظري

### الفصل الأول: التعلم الحركي

13

تمهيد

13

1-1. مفهوم التعلم

14

1-2. تعريف التعلم

15

1-3. خصائص عملية التعلم

16	4-1. مفهوم الحركة
17	1-4-1. المدخل الميكانيكي
17	2-4-1. المدخل الفسيولوجي
17	3-4-1. المدخل السيكولوجي
17	5-1. العوامل التي تؤثر على الحركة
18	1-5-1. العوامل الفيسيولوجية
18	2-5-1. العوامل النفسية
18	3-5-1. العوامل البيئية والاجتماعية
18	4-5-1. العوامل الوراثية
19	6-1. أنواع الحركات
19	1-6-1. الحركات الانعكاسية
19	2-6-1. الحركات الأساسية
19	3-6-1. القدرات الحركية
19	4-6-1. القدرات البدنية
20	5-6-1. الحركات المهارية
20	6-6-1. لغة الاتصال الحركي
20	7-1. التعلم الحركي
21	1-7-1. مفهوم التعلم الحركي
21	2-7-1. تعريفات التعلم الحركي
21	3-7-1. مراحل تعلم المهارات الحركية
25	8-1. مراحل التعلم الحركي
25	1-8-1. مرحلة التوافق الخام (الشكل الأولي للحركة)

26	2-8-1. مرحلة التوافق الدقيق (الجيد)
26	3-8-1. مرحلة ثبات والية المهارة
27	9-1. نظريات التعلم الحركي
27	1-9-1. نظريات التعلم الحركي
27	2-9-1. نظرية الدائرة المغلقة
28	3-9-1. نظرية الدائرة المفتوحة
30	4-9-1. نظرية مخطط الاستدعاء
30	10-1. طرائق التعلم الحركي في التربية البدنية والرياضية
30	1-10-1. الطريقة الجزئية لتعلم المهارة الحركية
31	2-10-1. الطريقة الكلية لتعلم المهارات الحركية
32	3-10-1. الطريقة الكلية - الجزئية لتعلم المهارات الحركية
33	خلاصة الفصل
	<b>الفصل الثاني: التربية الحركية و المهارات الأساسية للفئة العمرية (5-6) سنوات</b>
36	تمهيد
36	1-2. تعريف التربية الحركية
36	2-2. خصائص مراحل النمو والأنشطة الحركية المناسبة لأطفال (5-6) سنوات
36	1-2-2. الجانب البدني
37	2-2-2. الجانب النفسي
38	3-2-2. الجانب العقلي
38	4-2-2. الجانب الاجتماعي
39	3-2. أهمية الحركة للأطفال
41	4-2. التطور الحركي في مرحلة الطفولة

- 42 5-2. أهمية التذكير بالتربية الحركية للطفل
- 43 6-2. أسلوب التربية الحركية في تعلم الحركة
- 45 7-2. أسس بناء برامج التربية الحركية
- 45 1-7-2. لأساس الحركي
- 45 2-7-2. الأساس النفسي
- 46 3-7-2. الأساس الاجتماعي والثقافي
- 46 4-7-2. الأساس الفلسفي
- 46 8-2. المهارات الحركية الأساسية
- 46 1-8-2. المهارات الإنتقالية
- 47 2-8-2. مهارات المعالجة و التناول
- 47 3-8-2. مهارات الإلتزان الثابت و الحركي
- 48 9-2. التطور الحركي للمهارات الأساسية في مرحلة ما قبل المدرسة
- 50 خلاصة الفصل

### الفصل الثالث: الأقسام التحضيرية و الوحدات التعليمية

- 52 تمهيد
- 52 1-3. تعريف المنهج
- 52 2-3. تعريف التربية التحضيرية
- 52 3-3. منهاج التربية التحضيرية
- 54 4-3. أهداف التربية التحضيرية
- 54 5-3. الكفاءات الختامية للتربية التحضيرية
- 55 6-3. ملامح الطفل في نهاية مرحلة التربية التحضيرية
- 56 1-6-3. في المجال الحس حركي

56	2-6-3. في المجال الإجماعي و الوجداني
56	3-6-3. في المجال اللغوي و التواصل
57	4-6-3. في المجال العقلي المعرفي
57	7-3. الوحدات الدراسية
58	1-7-3. تطور مفهوم الوحدة
60	2-7-3. أنواع الوحدات و الفرق بينها
60	3-7-3. الوحدات القائمة على المادة الدراسية
61	4-7-3. الوحدات القائمة على الخبرة
62	8-3. خصائص منهج الوحدات
62	1-8-3. التكامل
62	2-8-3. الإيجابية
63	3-8-3. الوظيفية
63	4-8-3. الإعداد المسبق
63	5-8-3. العمل التعاوني و الروح الجماعية
63	6-8-3. التدريب على التفكير
63	7-8-3. التقويم الشامل للتلاميذ
64	8-8-3. الإطار المرجعي
64	9-8-3. التقويم المستمر للوحدات
64	9-3. خطوات بناء الوحدات
68	10-3. مزايا منهج الوحدات
69	11-3. عيوب منهج الوحدات
69	خلاصة الفصل

## الإطار التطبيقي

### الفصل الأول: منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

73	تمهيد
73	1-1. منهج البحث
73	1-2. مجتمع البحث
73	1-3. عينة البحث
73	1-4. مجالات البحث
74	1-5. أدوات البحث
77	1-6. صدق وثبات الإختبار
77	1-7. الدراسة الإحصائية
79	خلاصة الفصل

### الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج و مناقشة الفرضيات و الإستنتاجات

81	2-1. عرض و تحليل النتائج
85	2-2. مناقشة الفرضيات
87	2-3. الإستنتاجات
87	2-4. الإقتراحات و التوصيات
89	قائمة المصادر و المراجع
	الملاحق

الفصل التمهيدي:

التعريف بالبحث

## 1. مقدمة:

إن الدعائم الجوهرية لحياة الإنسان البالغ الراشد تقوم على خواص طفولته فأطفال اليوم هم رجال الغد وازدهار الأمم يأتي من العناية التي تقدمها لتنشئة أطفالها، التنشئة الصحيحة وكذلك بالإمكانيات المناسبة التي توفرها لأطفالها لكي تساعدهم على النمو السليم وبناء على ذلك أصبح الاهتمام بالأطفال مطلباً حضارياً، يقاس من خلاله مدى تقدم الأمم وتحضرها، كما أنها تعتبر حداً فاصلاً بين المرحلة السابقة التي يعامل فيها كطفل والمرحلة التي تليها التي يشب فيها ، لذا يشعر طفل المدرسة الابتدائية بأنه لا ينتمي إلى عالم من هم أصغر منه سناً أو إلى عالم من هم أكبر منه سناً الأمر الذي يؤدي إلى صعوبة التعامل معه، ولأنها تعتبر من أهم مراحل النمو في حياة الإنسان فهي تشكل حجر الزاوية في تكوين شخصية الفرد وتبلورها هذا ما أدى إلى الاهتمام بها وبمتطلباتها لأن الاهتمام بالطفولة يعني الاهتمام بمستقبل الأمة كلها، فالإعداد السليم للطفل يساعده على مواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها حتمية التطور، ولذلك قد ازداد الاهتمام في الآونة الأخيرة بالحركة الرياضية حتى أصبح تقدم الرياضة في أي بلد من بلدان العالم مقياساً لتقدم الشعوب والحضارات (أحمد، 1998، صفحة 08)

المدرسة الابتدائية هي المكان الذي يتعلم فيه التلميذ أنواع مختلفة من الأنشطة الحركية والبدنية حيث أنها القاعدة الأساسية لتعلم المهارات الحركية الأساسية ، كما أنها من

أهم مراحل حياة الإنسان ففيه تنمو قدرات الطفل وتنضج مواهبه وتكون قابلة للتأثير والتوجيه والتشكيل وتحديد اتجاهاته في المستقبل (أحمد، 1998، صفحة 10).

كما أن درس التربية البدنية والرياضية في المدارس الابتدائية من المجالات المهمة في تقديم الأنشطة الرياضية المختلفة للأطفال سواء كانت هذه الأنشطة حركية أو غيرها إذ، تستخدم الحركة كوسيلة أساسية في عملية التعلم ويمكن أن تقدم هذه الحركة على شكل ألعاب تنافسية حركية أو تقديمها على شكل مشكلة فيحاول الطفل إيجاد حل لها يؤكد العديد من الباحثين في هذا المجال على أن إحدى الأهداف الأساسية لدرس التربية الرياضية تتمثل في توفير وسائل ودعائم النمو المتكامل للطفل من حيث النواحي البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية حيث تستخدم الحركة كوسيلة أساسية في العملية التربوية (علاوي، 1994، صفحة 95).

وكذلك الأنشطة الحركية التي يهتم بها درس التربية الرياضية هي الأنشطة الأكثر شيوعاً وممارسة من قبل الأطفال داخل المدرسة وتسهم بدور كبير في تطوير المهارات الحركية الأساسية، حيث تعد هذه المهارات القاعدة الأساسية للممارسات الحركية للطفل أن إذ ممارستها والعناية بتطويرها تعد دعامة أساسية للممارسة الحركية في النشاط الرياضي التخصصي في المراحل التالية للطفولة وتقود إلى أداء مهارات رياضية أفضل في حياة الطفل المستقبلية.

إن تعلم المهارات الحركية هو عملية مستمرة تهدف إلى تنمية مجموعة من القدرات العقلية والحركية، بحيث يتحسن أداء المتعلم بواسطة التكرار والتدريب المتواصل ومتابعة الأستاذ له، وهذا بتوفر عدة شروط أساسية لتحقيق غاية التربية العامة وهي تأهيل فرد صالح في المجتمع واعي لأهمية كل المجالات، وغياب هذه الشروط تخلق صعوبات ومشاكل تربوية كبيرة خاصة في الطور الابتدائي، وهذا ما سوف نطرحه في بحثنا .

## 2. الإشكالية:

تعتبر دراسة مرحلة الطفولة من كافة النواحي الاجتماعية والنفسية والحركية والانفعالية والعقلية أحد المعالم الهامة التي تظهر الوعي العلمي في المجتمع، لأنه كما قلنا سابقا فهذه المرحلة تشكل حجر الزاوية في تكوين شخصية الفرد والمجتمعات وهذا الاهتمام يؤدي إلى التفكير والبحث، وبالتالي يقودنا إلى تكوين أفكار موضوعية وشاملة عن الإنسان وواقعه ومستقبله وما يكون عليه، ولأن كل طفل يولد مزودا بعدة غرائز وميولات تظهر في سلوكياته وانفعالاته فإن تعليم الطفل في هذه المرحلة يجب أن تبني برامجه أو تعدل في ضوء أسس التربية البدنية والرياضية لاعتبارات عديدة منها ما يتعلق بخصائص النمو في هذه المرحلة وكذلك خصائص النمو التي ترتكز بشكل أساسي على حركة الطفل ، وقد اهتم العلماء وخصوصا علماء النفس فيما يخص التعلم والنمو الحركي في المجالات التربوية التي تعتمد على النشاط الحركي مثل التربية البدنية والحركية، ونظرا لهذا الاهتمام اتجه العلماء إلى دراسة القدرات الحركية التي أظهرت مفاهيم ونظريات وأدوات لقياس هذه القدرات

وعلاقتها بجوانب نموها المختلفة الحركية منها والمعرفية والوجدانية لتحديد المشكلات التي يواجهها الطفل نتيجة القصور في نمو هذه القدرات وهذا ما دفعنا للخوض في هذا المجال والعمل على اقتراح برنامج تربية بدنية ورياضية يساعد في تطوير المهارات الحركية والصفات البدنية لتلاميذ المدرسة الابتدائية (05-06) سنوات.

**التساؤل العام:** هل الوحدات التعليمية المقترحة تساهم في تحسين المهارات الحركية عند تلاميذ الطور الابتدائي من 05 إلى 06 سنوات.

### التساؤلات الجزئية:

- هل تساهم الوحدات التعليمية في تحسين مهارة الرشاقة عند تلاميذ الطور الابتدائي من 05 إلى 06 سنوات.

- هل تساهم الوحدات التعليمية في تحسين مهارة التوافق عند تلاميذ الطور الابتدائي من 05 إلى 06 سنوات.

### 3. فرضيات الدراسة:

**الفرضية العامة:** للوحدات التعليمية أثر في تحسين بعض المهارات الحركية الأساسية عند تلاميذ الطور الابتدائي من 05 إلى 06 سنوات.

## الفرضيات الجزئية:

- للوحدات التعليمية المقترحة أثر في تحسين مهارة الرشاقة عند تلاميذ الطور الابتدائي من 05 إلى 06 سنوات.

- للوحدات التعليمية المقترحة أثر في تحسين مهارة التوافق عند تلاميذ الطور الابتدائي من 05 إلى 06 سنوات.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبارات المستخدمة.

## 4. أهمية البحث:

تمثلت أهمية البحث في إبراز أهمية التربية الحركية عند أطفال الطور الابتدائي من 05 إلى 06 سنوات في تعلم المهارات الأساسية، وأثر الوحدات التعليمية المقترحة في إثراء البرنامج التربوي لحصّة التربية البدنية في الطور الابتدائي ، إضافة إلى إظهار مدى أهمية حصّة التربية البدنية في تنمية القدرات الحركية عند الأطفال ، والإلحاح على ضرورة إدراج حصّة التربية البدنية في الطور الابتدائي.

## 5. أهداف البحث:

- التعرف على أثر للوحدات التعليمية في تحسين مهارة الرشاقة عند تلاميذ الطور الابتدائي من 05 إلى 06 سنوات.

- التعرف على أثر للوحدات التعليمية في تحسين مهارة التوافق عند تلاميذ الطور الابتدائي من 05 إلى 06 سنوات.

## 6. مصطلحات البحث:

6-1. **الوحدات التعليمية المقترحة:** وهي مجموعة من الإجراءات الصفية التي يتخذها

المعلم لتنفيذ مادة دراسية معينة تتسم بالتكامل والوحدة والموضوعية وتضع المتعلمين في

مواقف تعليمية متكاملة تثير اهتمامهم وتطلب منهم أنشطة متنوعة تؤدي إلى مرورهم

بخبرات معينة وإلى تعلمهم تعلمًا خاصًا وبالتالي بلوغ مجموعة من الأهداف التعليمية

المرسومة.

6-2. **المهارات الحركية:** عرفتها رجب: بأنها " أشكال ومشتقات الحركات الطبيعية والتي

يمكن التدريب عليها واكتسابها في عديد من الواجبات الحركية التي تشكل تحديًا لقدرات

الطفل من أجل اكتساب حصيلة جيدة من مفردات المهارات الحركية" (راتب، 1999،

صفحة 177)

6-3. **الطفولة:** الطفولة مرحلة من مراحل السنوات التطورية التي تبدأ من لحظة الوضع

وتستمر حتى سن البلوغ، فهي مرحلة حتمية يمر بها كل مولود بشري وينمو فيها جسميًا،

حسيًا، حركيًا، عقليًا، لغويًا، نفسيًا واجتماعيًا في أسرته والمحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه

(الوافي، 2006، صفحة 141).

## 7. الدراسات المشابهة:

### 7-1. الدراسات العربية:

أ.دراسة طيبي حسين وآخرون (2019): "تأثير برنامج تربية حركية على تنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لدى تلاميذ الصف الرابع ابتدائي ( 9-10 سنة) بجامعة بومرداس.

هدفت الدراسة إلى تأثير برنامج تربية حركية مقترح على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية الأطفال المرحلة الابتدائية لتحقيق من صحة فرضيات البحث، أستخدم الباحثين المنهج التجريبي.

أجريت الدراسة على 26 طفلا تم اختيارهم بطريقة العمدية، حيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة متشكلة كلاهما من 13 فردا. لقياس قيمة التغيرات على مستوى المتغير التابع استخدمنا اختبارات المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية المعالجة الإحصائية للبيانات تمت بواسطة اختبار T للعينات المستقلة. أظهر التحليل الإحصائي لنتائج الدراسة أن البرنامج المقترح للتربية الحركية له تأثير إيجابي على تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية و القدرات الحركية للأطفال.

ب. دراسة خالد شنوف وآخرون (2019): "أثر الألعاب الحركية في تحسين بعض المهارات الحركية الغير انتقالية ( التوازن الثابت- التوازن المتحرك ) لدى تلاميذ الطور الأول من

التعليم الابتدائي - دراسة ميدانية بالمدرسة الابتدائية - بمعهد التربية البدنية والرياضية

جامعة العلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف - وهران الجزائر .

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الألعاب الحركية في تحسين بعض المهارات الحركية الغير انتقالية ( التوازن الثابت التوازن المتحرك ) لدى تلاميذ الطور الأول من التعليم الابتدائي، حيث اعتمد الباحث على المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة الدراسة ذو التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة، تكون مجتمع البحث التلاميذ المسجلين في أقسام السنة ثانية من التعليم الابتدائي.

وتم اختيار العينة بطريقة قصدية وبلغ عدد أفراد العينة ( 33 ) بين ذكور وإناث، واعتمد الباحث كأداة للدراسة كل من اختباري المشي على عارضة التوازن، الوقوف على رجل واحدة من أجل قياس بعض المهارات الحركية الغير انتقالية (التوازن الثابت - التوازن المتحرك) واستخدم الباحث في المعالجات الإحصائية برنامج ( SPSS المطبق في العلوم الاجتماعية والإنسانية).

وتوصل الباحثون إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار ( المشي على عارضة التوازن ) لدى أفراد المجموعة التجريبية عند مستوى دلالة ( 0.05 ) وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار (الوقوف على رجل واحدة).

## 7-2. الدراسات الأجنبية:

أ.دراسة سلطان، وأبو قنديل (1986):برنامج العاب صغيرة مقترح لتطوير المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بكرة اليد سبعة أفراد لمرحلة الطفولة المبكرة من 06 إلى 09 سنوات.

"هدفت الدراسة إلى التعرف على اثر برنامج العاب صغيرة مقترح في تطوير المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بكرة اليد، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من (300) تلميذ وتلميذة من الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية وبواقع(50) تلميذ و ( 50 تلميذة من كل صف) وتم اختبار عينة البحث بالاختبارات الخاصة بالمهارات الحركية الأساسية المرتبطة بكرة اليد وهي(سرعة الرمي ،واللقف مع التوقف، الركض 30م). وتم تطبيق البرنامج المقترح على مدى ستة وحدات تعليمية أسبوعية، وبمعدل ثلاث دروس في الأسبوع لكل صف دراسي، وتم تخصيص ( 10 دقائق لتعليم الألعاب الصغيرة من الزمن الكلي للدرس الواحد، وبواقع (30) دقيقة أسبوعياً، بعدها تم إجراء القياس البعدي، واستخدم الباحثان(الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبارات T كوسائل إحصائية)، وتوصلت الدراسة إلى الاستنتاج الآتي:

برنامج الألعاب الصغيرة المقترح أدى إلى تطوير المهارات الحركية المرتبطة بكرة اليد وذلك للصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية.

ب. دراسة المهدي، (1991): اثر برنامج مقترح على بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال دور الحضانة بمحافظة الشرقية "هدفت الدراسة إلى وضع برنامج رياضي تروحي لأطفال دور الحضانة.

وكذلك هدفت إلى معرفة تأثير البرنامج المقترح على الأطفال في بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة بعمر (04-05) سنوات واستخدم الباحث المنهج التجريبي، اشتملت عينة البحث على (100) طفل وطفلة تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين بالعدد، واستخدمت الاختبارات الآتية كأدوات للبحث:(الوثب الطويل من الثبات، رمي كرة التنس لأقصى مسافة بالمتر، اختبار سرعة عدو 20 م بالثانية)، وتم استخدام(الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبار T (كوسائل إحصائية).

دراسة الرومي، (1999): تأثير برامج حركية مختلفة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض بعمر (6 - 5)سنوات.

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير البرامج المختلفة(القصة الحركية، والألعاب الصغيرة، والبرنامج المشترك، وبرنامج الروضة) في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض بعمر (6- 5) سنوات، كما هدفت إلى التعرف على النسبة المئوية لتطوير البرامج المختلفة لبعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض، وكذلك هدفت إلى المقارنة بين اثر البرامج المختلفة في تطوير المهارات والذكاء.

واشتملت عينة الدراسة على (48) طفلاً ذكراً وقد تم تقسيم العينة إلى أربعة مجموعات بواقع (12) طفلاً في كل مجموعة، ثلاث مجاميع منها تجريبية والمجموعة الرابعة كانت ضابطة، وطبقت المجموعة التجريبية الأولى (البرنامج المشترك) الذي يجمع بين القصة الحركية والألعاب الصغيرة أما المجموعة التجريبية الثانية فقد طبقت (برنامج الألعاب الصغيرة) أما المجموعة التجريبية الثالثة فقد طبقت (برنامج القصة الحركية) والمجموعة الرابعة وهي الضابطة فقد طبقت (برنامج الروضة).

# الإطار النظري

## الفصل الأول:

### التعلم الحركي

تمهيد:

إن جسم الإنسان يمثل وحدة متكاملة تستطيع أن تتغير فتتكيف تحت شروط البيئة المحيطة بالفرد، والحركة تمثل العلاقة بين جسم الإنسان والبيئة التي تحيط به، عن طريق انتقال أو دوران الجسم أو أحد أجزائه سواء كان بهدف أم بدون هدف، لأن الحركة تمثل الخاصية الحيوية الأساسية للإنسان، الأمر الذي يجعل الوظائف الأخرى متناسقة حسب وظيفة الحركة، وهذا الترابط المؤثر يجعل من الحركة ذات تأثير هام على الأجهزة الحيوية للجسم، حيث نلاحظ بأن الحركة كانت وسيلة الإنسان الأساسية في المحافظة على بقاء واستمرار حياته من خلال الحفاظ على صحته والدفاع عن نفسه (متعب، 1991، صفحة 65).

1. مفهوم التعلم:

يشمل التعلم كل أنواع التعلم البشري، حتى إنه لا يوجد نشاط بشري يخلو من تعلم، وكل فرد يكتسب الأنماط السلوكية التي يعيش فيها عن طريق التعلم، ويشير سيد خير الله، إلى أن المجتمع الإنساني لم يتقدم إلا نتيجة تمكن كل جيل من الاستفادة عن طريق التعلم من خبرات ومستحدثات الأجيال التي سبقته، وبما يضيفه النمو إلى الحصيلة المستمرة للمعرفة الإنسانية، فالتقاليد والقوانين والأديان واللغات والمؤسسات الاجتماعية تعد نتيجة لقدرة الإنسان على التعلم، فالتعلم نشاط خاص يقوم به الإنسان لتملك الخبرة والمعرفة ومظاهر النشاط البشري عبارة عن تعبير واضح عن مسار التعلم الذي قطعه الإنسان خلال حياته،

فالإنسان يتعلم ليعيش، وكلما زاد تعلم الإنسان من خلال تفاعله مع الظروف التي تحيط به والبيئة التي يعيش فيها، كلما كان أقدر على التكيف والتأقلم مع العالم الخارجي فالتلميذ يتعلم القراءة والكتابة والحساب والمهارات، وطالب التربية البدنية يتعلم المهارات والحركات الرياضية، وطالب الطب يتعلم التشريح الجسم الإنسان ..... الخ، كل ذلك يكون من ضمن عملية التعلم، فالفرد يتعلم تعديل سلوكه ولاكتساب خبرة معرفية تزيد من نموه وفهمه للعالم المحيط به، ويؤدي بالتالي إلى زيادة قدرته على السيطرة على البيئة وتسخيرها لخدمته (كماش، صفحة 33).

## 1 2. تعريف التعلم:

لقد اختلف العلماء والخبراء في إعطاء تعريف واحد للتعلم، وذلك راجع إلى وجهات نظر مختلفة، وبذلك فإنه ليس من السهل إعطاء تعريف شامل، لأنه لا يمكن ملاحظة عملية التعلم بشكل مباشر، ولا يمكن الإشارة إليها كوحدة منفصلة أو دراستها كوحدة منعزلة والشيء الوحيد الذي يمكن في الواقع دراسته هو السلوك، وعليه فستعرض بعضاً من أهم هذه التعريفات، وهي كالآتي:

يعرفه أويتبخ (1984) (Wetting): بأنه أي تغير نسبي ثابت في الحصيلة السلوكية للكائن الحي ناتج عن الخبرة.

ويعرفه (جيتس Gates) : بأنه التغيير المطرد في السلوك الذي يرتبط بنتابع الموقف من ناحية، والمجهودات المتكررة لتحقيق الهدف وترضي الدوافع من ناحية أخرى.

ويعرفه (ماكوئل Me Conel): بأنه التغيير المطرد في السلوك الذي يرتبط من ناحية بالمواقف المتغيرة التي يوجد فيها الفرد، ويرتبط من ناحية أخرى بمحاولات الفرد المستمرة والاستجابة لها بنجاح.

أما سيد خير الله وممدوح الكنائي ( 1983 ) فيعرفانه بأنه عملية عقلية تحدث داخل الكائن الحي وتظهر في صورة تغير تقدمي دائم نسبيا في سلوك الكائن (أو في إمكانية السلوك) وذلك نتيجة للممارسة المدعومة (كماش، صفحة 35).

### 1 3. خصائص عملية التعلم:

- لعملية التعلم كما يشير ممدوح الكنائي (1994) خصائص معينة من أهمها:
- التعلم تكوين فرضي، فالتعلم يعد تكويناً فرضياً نستدل على حدوثه من خلال الآثار والنتائج المترتبة عليه، والتي تتمثل في تغيير السلوك وتعديله.
  - التعلم عملية تغير، ففي المراحل الأولى لتعلم مهارة معينة تكون استجابات الفرد مشتتة غير منتظمة، يعوزها التناسق والانتظام، وعن طريق التدريب الصحيح تتناقص الاستجابات غير الضرورية وتحذف الاستجابات غير المنتظمة حتى يقوم الفرد بالمهارة في يسر وسهولة.
  - التغير الذي يحدثه التعلم يجب أن يتصف بالاستمرار النسبي.

- التغيير الذي يحدثه التعلم يكون في الأداء (ما هو ظاهر) أو في إمكانية الأداء التعلم الكامن.

- التغيير الذي يحدثه التعلم يتم تحت شروط الممارسة، وليس نتيجة عوامل أخرى مثل النضج والتعب (كماش، صفحة 39).

- التغيير الذي يحدث التعلم يشمل الجوانب المختلفة للشخصية، وهذا يعني أن التعلم يتضمن التغيير في النواحي الحركية (اكتساب مهارات حركية) والتغيير في النواحي العقلية (اكتساب المعارف والمعلومات والتغيير في النواحي الوجدانية والانفعالية).

#### 1 4. مفهوم الحركة:

ولدت الحركة منذ بدء الخليقة، واتخذت أشكالاً وصوراً عديدة لا حصر لها بعضها صغير جداً كحركة الذرات و التي لا يمكن رؤيتها بالعين المجردة، وهناك حركات يمكن ملاحظتها ومشاهدتها مثل حركة الكائنات الحية والتي يستطيع الإنسان أن يلاحظ حركتها في مختلف الأوساط، ولقد أوضح العديد من العلماء والمختصون في مجال علوم الحركة والميكانيكا الحيوية وكذلك علماء النفس والتربية والتربية الرياضية أن حركة الإنسان بمنأى عن بقية حركات الكائنات الأخرى، فهي تتباين في خصائصها وأشكالها وبالتالي تختلف في أهدافها.

والحركة بمعناها العام هي النشاط والشكل الأساسي للحياة، وهي استجابة بدنية ملحوظة لمثير ما سواء كان داخلية أو خارجية. كما تعرف بأنها انتقال الجسم أو دورانه في

زمن معين أو حركة أي جزء من أجزائه لغرض معين يمكن أن نطلق عليه كلمة حركة وتدرس حركات الإنسان في بيئات مختلفة (الأرض - الماء - الفضاء) ومن خلال ثلاث مداخل أساسية وهي (متعب، 1991، صفحة 08):

والحركة بمعناها العام هي النشاط والشكل الأساسي للحياة، وهي استجابة بدنية ملحوظة لمثير ما سواء كان داخلية أو خارجيا. كما تعرف بأنها انتقال الجسم أو دورانه في زمن معين أو حركة أي جزء من أجزائه لغرض معين يمكن أن نطلق عليه كلمة حركة وتدرس حركات الإنسان في بيئات مختلفة (الأرض - الماء - الفضاء) ومن خلال ثلاث مداخل أساسية وهي:

#### 1-4-1. المدخل الميكانيكي: وتدرس فيه حركات الإنسان من وجهة نظر المتغيرات

الميكانيكية مثل الزمن والمسافة والقوة المؤثرة على حركة الإنسان.

#### 1-4-2. المدخل الفسيولوجي: وفيه تدرس حركات الإنسان من وجهة نظر البيوكيميائية

ونظم إنتاج الطاقة التي تمثل البداية الأولى للحركات، أي دراسة المكونات

والمتغيرات البيولوجية والبيوكيميائية للسلوك الحركي.

#### 1-4-3. المدخل السيكولوجي: وفيه تدرس حركات الإنسان من وجهة نظر الإدراكات

الحسية والدافعية والإشارات والميكانزمات العصبية التي توجه الأداء (متعب، 1991،

صفحة 08).

#### 1 5. العوامل التي تؤثر على الحركة:العوامل التي تؤثر على الحركة:

**1-5-1. العوامل الفسيولوجية:** إن سلامة الأجهزة الوظيفية كالجهاز الدوري التنفسي

والجهاز العصبي والعضلي والعظمي تؤثر بدرجة كبيرة على مستوى أداء الحركات الأساسية والرياضية.

**1-5-2. العوامل النفسية:** تلعب الحالة النفسية دورا مهما في دقة أداء الحركات وخاصة

الحركات الرياضية لأن معظم الظواهر النفسية التي يتعرض لها الرياضي تؤثر على الحركة. لذا أصبح الإعداد النفسي جزء أساسي ومكملا للإعداد البدني والمهاري وخاصة في المستويات العليا من خلال تنمية روح المنافسة والسيطرة على حالات القلق والخوف.

**1-5-3. العوامل البيئية والاجتماعية:** تتأثر الحركات البيئية التي يعيشها الفرد، فهناك

العديد من الحركات لا يمكن أدائها في البيئة الحارة بينما هناك حركات لا يمكن أدائها إلا في البيئة الباردة، كما يلعب العامل الاجتماعي دورا فاعلا في حركة المتعلم، من خلال طبيعة العلاقة بين المتعلم وأفراد أسرته وعلاقته مع زملائه .... الخ

**1-5-4. العوامل الوراثية:** الوراثة هي مجموع الصفات التي تحدد الموروثات التي تحمل

(23) زوج من الكروموسومات التي تحمل الصفات الوراثية، فنجد بعض الأفراد يرثون الأمراض في حين يرث الآخرون الصفات البدنية والجسمية التي تكسب الإنسان سماته الشخصية التي لا يمكن للعوامل البيئية تغييرها (متعب، 1991، صفحة 09).

**6-1. أنواع الحركات:** الحركة تتطور مع تطور الإنسان، فالحركات الأولية التي يؤديها

الطفل مثل الجلوس والزحف والوقوف والمشي هي حركات أساسية يؤديها الطفل ثم تتطور مع تطور نضج الطفل. وتقسم الحركة على أساس النفس حركي إلى ستة مستويات وهي:

**6-1-1. الحركات الانعكاسية:** تعتبر الحركات الانعكاسية حركات لا إرادية من حيث

طبيعتها وتبدأ بالظهور منذ ولادة الجنين وتنمو مع نضج الطفل، ومن أشكالها (منعكس مرور ومنعكس انتصاب القامة و منعكس القبض و منعكس الشد بالذراعين للأعلى).

**6-1-2. الحركات الأساسية:** تعد هذه الحركات فطرية حيث تمثل الأساس للحركات

المهارية الأساسية الخاصة بكل لعبة، ومن أمثلة هذا النوع الحركات الانتقالية (المشي والقفز والحجل...) والحركات غير الانتقالية (تحريك الأطراف والجذع والرأس) وحركات المعالجة والتناول (يتم فيها التعامل مع أجسام أخرى كالكرة والمضرب... الخ).

**6-1-3. القدرات الحركية:** تمثل كافة الوسائل الإدراكية لدى المتعلم والتي بموجبها يتم

استقبال المنير في الوحدات الحركية ومن ثم نقلها إلى المراكز العقلية في الدماغ، ومن أشكال أجهزتها في الدماغ هي الأجهزة الخاصة بالتمييز الحركي والتمييز البصري والسمعي.

**6-1-4. القدرات البدنية:** وهي القدرات التي تعبر عن النمو البدني الذي يحدث لمكونات

اللياقة البدنية عند نمو الأجهزة الحيوية في الجسم والتي يختلف استخدامها في الأداء المهاري للحركات ومن أمثلتها القوة والمطاولة والسرعة.

1-6-5. الحركات المهارية: وهي الحركات التي يتم استخدامها لتنفيذ المهارات البسيطة

والمركبة والمعقدة مثل الجمباز.

1-6-6. لغة الاتصال الحركي: يضم هذا النمو الحركي أشكالاً متعددة للحركات الاتصالية

والتي تبدأ بالحركات التعبيرية والقوامية وتستمر إلى حركات الرقص الحديث والباليه و تشمل

على الحركات التعبيرية (متعب، 1991، صفحة 10).

1-7. التعلم الحركي:

1-7-1. مفهوم التعلم الحركي Motor Learning :

التعلم الحركي هو سلسلة من المتغيرات التي تحدث خلال خبرة مكتسبة لتعديل سلوك

الإنسان، كما أنه عملية اكتساب وتطوير وثبيت المهارات الحركية والقدرة على استخدامها

والاحتفاظ بها، كذلك اكتساب المعارف المختلفة عن الحركة وتحسين القدرات التوافقية

والبدنية، ومن خلالها يستطيع المتعلم تكوين قابليات حركية جديدة أو تبديل قابلياته الحركية

عن طريق الممارسة والتجربة، ويعد التعلم الحركي احد فروع العملية التعليمية العامة والتي

تميز حياة الكائن الحي منذ ولادته وحتى وفاته، حيث لا يخلو النشاط البشري بمختلف

أنواعه من التعلم والتعلم الحركي، وتتفق عملية التعلم الحركي مع التدريب الرياضي في

عملية انتقال المعلومات من المدرب أو المدرس إلى اللاعب أو التلميذ، كذلك في التغيرات

التي تحدث في السلوك الحركي والنتيجة من العملية التعليمية والتي تهدف إلى إكساب

المتعلم أو اللاعب صفات بدنية أو قدرات حركية أو مهارية (كماش، صفحة 18).

## 1-7-2. تعريفات التعلم الحركي: للتعلم الحركي عدة تعريفات نذكر منها:

- التعلم الحركي هو مجموعة من العمليات المرتبطة بالتدريب والخبرة والذي يؤدي إلى تغيرات ثابتة نسبيا في قابلية الفرد على الأداء المهاري .
- التعلم الحركي هو دراسة الحصول على المهارات الحركية نتيجة الممارسة والخبرة.
- التعلم الحركي هو عملية التغير في السلوك الحركي للمتعلم والتي تنتج أساسا من خلال لممارسة الفعلية للأداء ولا تكون ناتجة عن عمليات مؤقتة كالتعب أو النضج أو تعاطي المنشطات وغير ذلك من العوامل التي تؤثر وقتية في السلوك الحركي.
- التعلم الحركي إنه عملية غير مرئية يمكن رؤية نتائج التعلم المهاري في تحسن الأداء ولكن عملية التعلم تكون داخل الجسم والعقل ويشترك فيها الجهاز العصبي والمخ والذاكرة
- التعلم الحركي هو مجموعة من العمليات التي تحدث خلال التمرينات التي تؤدي إلى تغير ثابت في قدرات ومهارة الفرد.

## 1-7-3. مراحل تعلم المهارات الحركية:

يرى " محمد حسن علاوي " أن مراحل تعلم المهارات الحركية لها أهمية خاصة في عملية التدريب الرياضي إذ تهدف إلى اكتساب الفرد للمهارات الحركية وإتقانها بحيث يمكنه استخدامها بدرجة كبيرة من الفعالية أثناء المنافسات الرياضية.

والإتقان التام للمهارات الحركية يتأسس عليه الوصول لأعلى المستويات الرياضية، فهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي ومهما اتصف به من سمات نفسية فانه لا يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه، هذا بالإضافة إلى أن إتقان المهارات الحركية من العوامل الهامة لإتقان خطط اللعب المختلفة (علاوي، 1986، صفحة 58).

وتمر عملية تعلم المهارات الحركية في ثلاث مراحل أساسية ترتبط فيما بينها وتؤثر منها في الأخرى وتتأثر بها، وهذه المراحل هي :

- مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الحركية.
- مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمرحلة الحركية.
- مرحلة إتقان وتثبيت المهارة الحركية.

### 1-7-3-1. مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الحركية :

إن التعرف الجيد من جانب اللاعب على مهارة جديدة يعتمد على الشرح أو مشاهدة الأفلام التعليمية أو الصور أو النماذج المختلفة حيث انه كلما توفرت الخبرة السابقة ارتبطت المهارة الحديثة بذهن اللاعب وكان التصور لها واستيعابها أسرع، ويجب أن يكون الشرح اللفظي واضحا ومناسبا مع المستوى الفكري للاعبين، ويجب على المدرب ملاحظة تبسيط الموافق التعليمية حتى يتمكن اللاعبون من استيعاب المهارات (عصام، 1992، صفحة

(178).

عند تعلم مهارة حركية جديدة، تجد أن الحركة ليست سليمة لأداء تماما، إذ أنه يدخل عليها حركات بأجزاء مختلفة من جهة لا ضرورة لها ومن هنا لابد على المدرب في هذه المرحلة مراعاة الخطوات الآتية:

- عمل نموذج الحركة وان أمكن استخدام الصور والأفلام.
- الشرح باللفظ بطريقة سهلة ومبسطة وشاملة للمهارة بحيث يستوعب اللاعبون الشرح وذلك من خلال تكرار الأداء يبدأ اللاعبون في الإحساس بالحركة، ويزداد توافقهم العضلي والعصبي وإثناء أداء اللاعبين للمهارة يقوم المدرب بإصلاح الخطأ أو شرح الطريقة الصحيحة في أداء المهارة.

### 1-7-3-2. مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية:

في غضون هذه المرحلة يمكن استخدام مختلف الوسائل المعينة على التعلم السابق ذكرها مع مراعاة أن تتناسب مع درجة المستوى الذي وصل إليه اللاعب الرياضي وتحث الوسائل العلمية مكانة هامة في هذه المرحلة والتي يمكن بواسطتها ممارسة وأداء المهارة الحركية والتدريب عليها ككل وأجزاء، كما تحث عملية إصلاح الأخطاء دور هام في خلال عملية التدريب على المهارة الحركية. إن المطلب الأساسي والرئيسي هذه المرحلة هو محاولة الوصول بالأداء دون الوقوع في الخطأ حيث يجب أن يكون مناسباً لإمكانية اللاعبين ومشوارهم الفني، ويمكن التركيز على أداء مهارة في مسارين متوازيين (مفتي، 1994، الصفحات 37-38):

■ تنمية المهارة من خلال التمرينات.

■ تنمية المهارات من خلال اللعب ذاته في التقسيمات الصغيرة والكبيرة والمتوسطة.

### 1-7-3-3. مرحلة إتقان وتثبيت المهارة الحركية:

في هذه المرحلة يمكن إتقان وتثبيت أداء المهارة الحركية من خلال مواءمة التدريب

وإصلاح الأخطاء تحت الظروف المتعددة والمتنوعة.

إذا كان هدف المرحلة الثانية الوصول بالحركة إلى التوافق الدقيق، فإن أهداف المرحلة

الثالثة، الوصول بالحركة إلى أقصى وأدق توافق حركي ممكنة، حتى يثبت وتستقر الحركة

وحتى تظهر بشكلها الآلي (أوتوماتيكية الحركة) وبذلك يمكن للاعب التغلب على كل

المؤثرات الخارجية والداخلية دون الشعور بالتعب وبدون بذل جهد زائد، وعلى ذلك يمكن

تسمية تلك المرحلة بجانب مرحلة ثبات الحركة بمرحلة الإدراك أو التوافق الآلي أو الإحساس

للحركة.

ومن الضروري لضمان وإتقان المهارات الحركية في غضون المنافسة أن يقوم

اللاعب الرياضي من وقت لآخر بأداء المهارة الحركية تحت مختلف الظروف التي تتميز

بزيادة عامل الصعوبة عما يصادفه أثناء المنافسة الرياضية (بسطويسي، 1996، صفحة

90).

## 1-8. مراحل التعلم الحركي:

من الصعوبة أن يؤدي المتعلم أي حركة أو مهارة بمجرد عرضها أمامه ولا يتم هذا التعلم بين ليلة وضحاها، وإنما تستمر عملية التعلم والتدريب لسنوات عدة حتى يصل المتعلم إلى مرحلة الإتقان الكامل، وهذا ما فسره ماينل بتقسيم أي حركة أو مهارة إلى ثلاثة مراحل وهي:

**1-8-1. مرحلة التوافق الخام (الشكل الأولي للحركة):** وتتميز هذه المرحلة بأن انسيابية الحركة غير سلسة وتكون متقطعة، والتوافق الخام معناه أداء الحركة الرياضية بشكل أولي ويتعلم فيه الفرد شكل الحركة الأساسي. ومن أهم مميزات هذه المرحلة هي (كماش، صفحة 22):

- لا تتوازن ما يبذله المتعلم من قوة وجهد مع متطلبات الحركة أو المهارة.
- انعدام الانسيابية (زمان، مجال الحركة،...).
- تأخر الانتقال بين أقسام الحركة التحضيرية والرئيسية والختامية).
- التوقع الحركي ضعيف لقلة المعلومات الموجودة في الذاكرة.
- عدم النجاح بالأداء كل مرة.
- الإحساس بالتعب مبكراً نتيجة للعمل العضلي الكبير الذي تشترك فيه عضلات ليس لها دور بالمهارة.

▪ التوقيت ورد الفعل ضعيف.

▪ انعدام الرشاقة التي تنظم كافة الصفات الحركية.

### 1-8-2. مرحلة التوافق الدقيق (الجيد): التوافق الدقيق هو قدرة الجهاز العصبي على

التنظيم العضلي، أي تنظيم القوة الداخلية لتتسجم مع القوة الخارجية فتتجنب الحركات الزائدة

لهذا يصبح التوافق منسجم مع الحركة، ومن مميزات هذه المرحلة هي:

▪ تتطور وتترتب المهارة نتيجة الإحساس بالأداء الخاطئ فيتولد انسجام للحركة.

▪ تطور التوقع الحركي والرشاقة في أداء الحركات.

▪ كبت الخوف مما يؤثر على التوافق الدقيق ويطوره.

▪ الإعادة والتكرار والتفكير الجيد يؤدي إلى الدقة ويعزل الحركات الزائدة و غير

الصحيحة.

▪ التوافق الدقيق يتميز بانسجام التكنيك مع بداية تعلم التكنيك.

▪ تطور الانسيابية في مجال وزمان الحركة - ملاحظة توجيه و تكامل التكنيك.

### 1-8-3. مرحلة ثبات والية المهارة: ويعني أن الحركة أو المهارة تؤدي اوتوماتيكية مهما

كانت الظروف الخارجية، إذ إن الحركة أصبحت برنامج محسوبة على الذاكرة الحركية

ومنسجما مع الأداء الحركي، وتتميز هذه المرحلة بالقدرة على ربط الحركات والمجموعات

الحركية مع بعضها وتوجيه الحركة والتصرف بها، كما أن تطور قابلية التوافق الحركي هي الأساس في تطور التكامل الحركي (كماش، صفحة 23).

**1-9-1. نظريات التعلم الحركي:** لتفسير كيفية حدوث التعلم الحركي توجد نظريات عدة، ومن هذه النظريات هي :

**1-9-1-1. نظرية العادة (Habit Theory):** تعد أبسط وأقدم نظرية في التعلم الحركي وتسمى بنظرية العادة، وهي نظرية تركز أساساً على التغيرات الداخلية (وربما الفسيولوجية للمتعلم نتيجة الأداء المعزز، والذاكرة الحركية هي أساس (العادة) ، لأن المتعلم ما لم يؤدي الحركة بالرجوع للذاكرة الحركية عدة مرات، لا تصبح تلك الحركة أو المهارة عنده عادة، لأن العادة عبارة عن نوع من السلوك المكتسب يصبح ثابتاً لا يتغير مع التكرار والخبرة، كما أن الاستجابة الحركية التي يعقبها تعزيز وتشجيع تميل إلى التكرار، أما الاستجابة الحركية التي لا يعقبها أي تشجيع أو يعقبها عقاب فلا تميل للتكرار، وإن هذا القانون أصبح حجر الزاوية في كافة الدراسات السلوكية في هذا القرن والقرن الماضي (الدليمي، 2012، صفحة 16).

**1-9-2. نظرية الدائرة المغلقة (ClosedLoopTheory):** إن أهم جانب في هذه النظرية (التغذية الراجعة في التعلم الحركي) هو أن المتعلم يقوم بعمل مقارنات بين ما تم عمله وبين ما هو متوقع، ويقوم مستوى النجاح في الاستجابة الحركية، فإذا تمت ملاحظة الأخطاء فيمكن عمل التصحيح والتعديل للأداء الحركي، كما أكدت هذه النظرية بأن

الحركات تنفذ عن طريق المقارنة بين التغذية الراجعة ( Feed back ) من أعضاء الجسم وبين المرجع التصحيحي الذي تعلمه المتعلم سابقة، وأن المرجع التصحيحي الذي يعتمده المتعلم يسمى الأثر الحسي ( Perceptual Trace ) وإن الأثر الحسي هو عبارة عن مجال حسي، أو أثر يشبه خط الدبوس في الجهاز العصبي المركزي، وكلما تكررت الحركة تكرر خط هذا الدبوس بحيث يترك أثرا أعمق لذلك فإن التدريب أو التكرار يعني إيجاد أثارا عميقة في الجهاز العصبي المركزي، بحيث يكون مرجعا سهلا لمرور الاستجابة الحركية عند تكرارها، وتحديد مدى دقتها بالاعتماد على هذا الأثر الحسي، إن هذا الأثر يتكون نتيجة المعلومات الراجعة (Feed back)، والتي تحدد نسبة الخطأ أو البعد عن المرجع الصحيح، وتسمى نوعية التغذية الراجعة بمعلومات حول النتيجة ( Knowledge of Result ) وإن نظام الدائرة المغلقة هو نظام تتم فيه عملية المقارنة، وأن عدم وجود المقارنة تصبح دائرة مفتوحة، وهي أوامر صادرة من الجهاز العصبي وراجعة مرة أخرى إلى الجهاز العصبي لغرض المقارنة لمعرفة الفعل الحركي (المهارة الحركية) وتتمثل فكرة الدائرة المغلقة للسيطرة الحركية في أن أي استجابة حركية تكون نتيجة لأوامر صادرة من الجهاز العصبي المركزي والتي تعتمد على التغذية الراجعة الآتية من الجهاز العصبي المحيطي (الطرفي) خلال الحركة أو المهارة (الدليمي، 2012، صفحة 17).

### 1-9-3. نظرية الدائرة المفتوحة ( Open Loop Theory ): إن هذه النظرية مشابهة

في بعض الجوانب النظرية الدائرة المغلقة أو (الحلقة المكتملة للتغذية الراجعة، إلا أن نظرية

البرنامج الحركي تفترض أن التتابعات الرئيسة السلوك الحركية تتوالي بمجرد أن تبدأ الاستجابة للمثير، ويعتقد حدوث تقدم في التتابع كلما كان لها تخطيط في المخ، وتتطلب القليل من التغذية الراجعة، أو قد لا تتطلب تغذية راجعة على الإطلاق، ومع ذلك فإنه يعتقد أن التغذية الراجعة قد تحدث تغيرات في البرنامج من وقت لآخر (الدليمي، 2012، صفحة 18).

وتفسر هذه النظرية بأن هناك شكلين من الذاكرة الحركية وهما ذاكرة | الاسترجاع (Recall Memory) وهي مسؤولة عن إيجاد الحركة و ذاكرة التمييز (Recognition Memory) وهي مسؤولة عن تقويم الحركة، ففي الحركات السريعة تقوم ذاكرة الاسترجاع في تهيئة برنامج حركي (من ناحية السرعة والقوة والاتجاه) ، ولا يعتمد على التغذية الراجعة الخارجية، أما الذاكرة التمييزية فإن الجهاز الحسي (Sensorysystem) الذي له القابلية على تقويم كيفية تنفيذ الحركة بعد انتهائها، أما في الحركات البطيئة، فإن الذاكرة الاسترجاع دورة فاعلا لأن اهتمامها منصب على المقارنة بين الحركة وبين المعلومات الجوابية، إذن فإن نظام الدائرة المفتوحة، هو ذلك النظام الذي لا تحدث فيه مقارنة، إذ يصدر القرار بشكل آني وسريع من الدماغ، وفي هذا النظام تكون الظروف البيئية غير معروفة، لذا فإن المتعلم يتكهن المعلومات لتلك الدائرة، وأن هذه الدائرة تكون فيها سرعة متعاقبة في القرارات، والمتعلم لا يستطيع التصحيح إلا بعد الانتهاء من الأداء الحركي ، وبذلك فإن هذا النظام لا

يحتاج إلى التغذية الراجعة، وبهذا فإن فكرة هذا النظام، هو أن التغذية الراجعة ليست ضرورية للتحكم الحركي (الدليمي، 2012، صفحة 18).

**1-9-4. نظرية مخطط الاستدعاء:** تشير هذه النظرية إلى أن فردا ما يتعلم مفهومة عامة عن استجابة حركية، وهذه يمكن استعمالها في العديد من المواقف التعليمية النوعية المختلفة، وإن مثل هذه النظرية تساعد في تفسير التصنيفات الهائلة لنماذج الحركة التي تظهر في الأداء الفعلي، ومثال ذلك هو أن بتعلم المتعلم الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) في الكرة الطائرة، ومن ثم يستعمل هذا المخطط عند تعلمه الضرب الساحق بالكرة الطائرة (الدليمي، 2012، صفحة 19).

**1-10. طرائق التعلم الحركي في التربية البدنية والرياضية :** هناك ثلاث طرائق رئيسية لتعلم المهارة الحرة في التربية الوطنية وهي :

**1-10-1. الطريقة الجزئية لتعلم المهارة الحركية :** إن الطريقة الجزئية، تعتمد على تجزئة المهارة الحركية إلى مراحل، وتعلم كل مرحلة بعد الأخرى. وهذه الطريقة تستعمل في المهارات الصعبة والمعقدة ، يقول عصام عبد الخالق: " هي أكثر الطرق شيوعا في تعلم المهارة الصعبة، والمركبة من بعض الأجزاء المعقدة، وتتاسب المهارات التي يمكن تقسيمها إلى أجزاء " (مفتي، التدريب الرياضي للجنسين، 1996، صفحة 137)

ويضيف كذلك: " في هذه الطريقة تجزأ المهارة إلى أجزاء صغيرة ويعلم كل جزء منفصل عن الآخر ، وبعد إتقان المتعلم للجزء الأول ينتقل إلى الجزء الذي يليه ، وهكذا حتى يتم تعلم

جميع أجزاء الحركة ( المهارة الأساسية ) ثم بعد ذلك يقوم المتعلم أداء المهارة كوحدة واحدة  
" (عليان، 1999، صفحة 78).

وهناك الكثير ممن يفضل استعمال الطريقة الجزئية معتمدين في ذلك على القول الموالي :  
كما يفضل بعض المربين الطريقة الجزئية ، مرتكزين على المبدأ القائل إن إتقان الكل  
ينبغي إتقان الجزء ، فتعلم الأجزاء يسهل نسبيا من تعلم الحركة ككل .  
ويقول عباس احمد صالح السامرائي :

أ. البدء في تعلم الجزء الرئيس والمهم من الحركة ، ثم الأجزاء الأقل أهمية أي بعد السيطرة  
على الجزء الأول ، يبدأ تعلم الجزء الموالي في الأهمية .

ب. للبدء في تعلم الأجزاء على حسب تسلسلها الحركي ، وبالتالي يجب على المدرب أن  
يعرف بدقة وكفاءة عاليتين كيف يقسم لحركة؟ وكيف يرتب أجزائها ؟ قبل البداية في تعليمها  
أي " أنه إذا أراد المدرس أن يقوم بتعليم المهارة الحركية بالطريقة الجزئية ، فعليه أن يعرف  
ما هي أفضل الأماكن في المهارة التي يمكن فصل جزء عن جزء آخر.

### 1-10-2. الطريقة الكلية لتعلم المهارات الحركية :

إن هذه الطريقة تعرض فيها المهارة كوحدة واحدة لا تجزأ إلى أجزاء، ويقوم المتعلم بأدائها  
بدون تقسيم، وما يميز هذه الطريقة " أنها تساعد المتعلم على إدراك العلاقات بين عناصر  
المهارات الحركية ، مما يسهم في سرعة تعلم (مفتي، التدريب الرياضي للجنسين، 1996،  
صفحة 113).

وإتقانها كما أنها تسهم في العمل على خلق أسس التذكير الحركي للمهارة ، نظرا لأن المتعلم يقوم باستدعاء واسترجاع المهارة الحركية كوحدة واحدة " . وبخصوص علاقة نوع المهارة الحركية وما يناسبها من طرائق . تذكر عفاف عبد الكريم أنه " يجب أن تعلم المهارات المغلقة بشكل كلي قدر الإمكان ، لأن إيقاع الحركة التي تؤدي في الأجزاء لا يتماثل مع الإيقاع الحركة الكلية ، فكل جزء من الحركة هو في الحقيقة تمهيد للجزء التالي ، وهكذا . ولا يوجد ضمان بأن المتعلم الذي يمكن أن يؤدي كل جزء منفصلا سيكون ناجحا عند الأداء الكلي " (السمرائي، 1984، صفحة 43).

لكي ننجح في تطبيق الطريقة الكلية يجب أن نحترم الشروط التالية:

- أن تكون المهارة الحركية قصيرة ، حتى تكون الأخطاء المرتكبة قليلة:
- أن تتوفر وسائل إيضاح مناسبة ، وذلك لتمكين المتعلمين من اكتساب التخيل الحركي الصحيح .
- أن تكون المهارة سهلة الأداء ، أي غير معقدة ، ومناسبة لإمكانيات المتعلمين المهارية والعقلية عندما يصعب تجزئة المهارة إلى أجزاء .

### 1-10-3. الطريقة الكلية - الجزئية لتعلم المهارات الحركية :

إن العمل بهذه الطريقة يسمح لنا بالتغلب على عيوب الطرائق السابقة ، فهناك بعض المهارات التي يجب أن نستعمل فيها كل من الطريقتين ، حتى نصل إلى تحقيق الهدف

المسطر حيث يقول عباس أحمد السامرائي : " يمكن أن تكون الطريقة الكلية الجزئية حلا وسطا للطريقتين . التطبيق هذه الطريقة يجب أن نراعي الشروط التالية:

- تعليم المهارة الحركية ككل بصورة مبسطة في أول الأمر .
- تعليم الأجزاء الصعبة بصورة منفصلة ، مع ربط ذلك بالأداء الكلي للمهارة الحركية .
- مراعاة تقسيم أجزاء المهارة الحركية إلى وحدات متكاملة ومترابطة عند التدريب عليها كأجزاء .

و بالتالي يمكن أن نستخلص بأنه لتعلم المهارات الحركية يمكن أن نستعمل طرق مختلفة (الطرق السابق ذكرها) مع مراعاة مختلف الأسس والشروط لكل طريقة من اجل تحقيق أهداف المسطرة والوصول إلى تعلم حركي صحيح ودقيق لمختلف الحركات في مختلف الأنشطة الرياضية وهذا يساعد الأستاذ والمدرّب على ربح الوقت وتحقيق تطور حركي لدى المتعلمين .

### خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق ذكره يمكننا القول بأن التعلم عامة والمراحل الأولى من التعلم الحركي خاصة تلعب دورا هاما في الكشف عن الأخطاء التي يتحمل ثبوتها وظهورها وبالتالي صعوبة التخلص منها في حالة عدم سرعة تداركها، بالإضافة إلى ذلك يجب علينا أن لا نغفل بأن معرفة التلميذ لمدى التحسن الذي حققه، يعتبر من أنجح الوسائل لزيادة الدافع نحو الممارسة ومحاولة تحسين المستوى، حيث أن المربي الناجح هو الذي يستطيع

الإفادة من دراسة خصائص التعلم الحركي في اكتساب المعلومات التي تسهم في حسن التوجيه والتحكم في عملية التعلم الحركي خلال حصة التربية البدنية والرياضية وهذا لا يتم إلا بالعمل وفق المبادئ و النظريات العلمية و مختلف الأساليب و الطرق الحديثة التي تسهل في عملية التعلم الحركي في مختلف المراحل و المستويات.

## الفصل الثاني:

التربية الحركية والمهارات

الأساسية لفئة (5-6) سنوات

**تمهيد:**

تعتبر مرحلة الطفولة من أهم المراحل العمرية التي يمر بها الفرد و عند دخول الطفل إلى المدرسة تختلف حياته كلية، حيث يتحول من التعلم و التلقي من الوالدين إلى التعلم بطريقة بيداغوجية منظمة و فق أسس تربوية تعليمية وتشمل التربية الحركية في هذه المرحلة من النمو عملية أساسية من خلال حصة النشاط الحركي، ومن خلال هذا الفصل سنتعرف على خصائص النمو الحركي في هذه المرحلة.

**2-1. تعريف التربية الحركية:** هي التعلم عن طريق الحركة ففيه تسع دائرة التعلم فتشمل

جميع جوانب نمو الفرد وتكون الحركة أداة هذه الدائرة في تحقيق الأهداف المرجوة، وهي

اللياقة البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعي (صابر، 2006، صفحة 25)

**2-2. خصائص مراحل النمو والأنشطة الحركية المناسبة لأطفال ( 5-6 ) سنوات: أهم**

خصائص هذه المرحلة ما يلي:

**2-2-1. الجانب البدني:** يتميز طفل هذه المرحلة بالحركة الكثيرة فان وجود طاقة كبيرة

لدى طفل تجعله دائم الحركة يرفض الاستكانة لدرجة أننا ينتابنا القلق عندما تقل حركة

الطفل ويلزم عرضه على الطبيب حيث يتعلم الطفل أثناء أدائه لحركات البدنية المختلفة.

نلاحظ في هذه المرحلة النمو السريع للطفل بعدها يأخذ النمو في البطيء ويستمر بهذا

المعدل حتى سن ( 9 ) سنوات ومن ناحية أخرى نجد إن عظام الطفل تكون قريبة من

الغضاريف ولذلك لا يتعرض الطفل إلى حوادث الكسور بكثرة ويظهر النمو بشكل واضح في

العضلات، وفي هذه المرحلة يحتاج الطفل إلى ممارسة الأنشطة الرياضية المناسبة لمساعدة عضلاته في النمو بطريقة متزنة وفي اتجاهها الصحيح بشرط أن تكون الممارسة بطريقة صحيحة في سن من ( 6 ) سنوات يتمكن الطفل من المشي جيدا ولكن تقابله صعوبات في مهارات الانتقال وتمييز الاتجاه وكل مهارات التوازن كما انه يبدأ في تعلم استخدام البدني ويبدأ عنصر الرشاقة في النمو(شرف، 2005، صفحة 86).

■ في هذه المرحلة نجد أن النمو الجهاز العصبي لا يواكب نمو العضلات وذلك يجب البعد عن الحركات الدقيقة وتكون حركات شامل بسيطة لا تحتاج إلى توافق عضلي عصبي كبير.

■ النمو العضلي العصبي غير متعادل في جميع أجزاء الجسم فنجد الطفل يجيد أداء مهارات معينة وقد لا يجيد مهارات أخرى ويرجع ذلك لمدى نمو العضلات والأعصاب التي تشترك في أداء هذه الحركات.

لذلك يجب أن تراعي مبدأ التنوع في الحركات التي نعلمها لأطفالنا ولا نلجأ إلى نوع معين من الحركات قد لا يجيد الطفل أداؤها تسبب له إحباطات نحن في غني عنها. حيث يبدأ التوافق في النمو في نهاية هذه المرحلة.

## 2-2-2. الجانب النفسي:

■ تتميز هذه المرحلة بظهور واضح لسمة حب الاستطلاع عند الطفل فهو يريد أن يعرف أن يكتشف بنفسه كل ما يدور حوله.

- طفل هذه المرحلة محلا للظهور يميل إلى الاستحواذ على اهتمام الآخرين خاصة الأم والأب وتصبح مشكلة لو رزقته الأم بطفل آخر.
- المحاكاة التقليد أهم مظاهر هذه المرحلة السنة فالطفل يقلد حركات العائلة.
- يظهر في هذه المرحلة حب الطفل لذاته ويكون محوره نفسه ويميل إلى الانفرادية والأنشطة الإيقاعية(شرف، 2005، صفحة 87).
- طفل هذه المرحلة متقلب في لحظة يشعر بالسعادة وفي لحظة أخرى يشعر بالتعصب.

### 2-2-3. الجانب العقلي:

- ينمو في هذه المرحلة خيال الطفل ويتحسن وتجده يميل باستمرار إلى سماع القصص ولا يملها أبدا.
- قدراته العقلية كالانتباه والإدراك ليست بالنمو الكافي، ولذلك يلزم البعد عن الحركات الرياضية الطويلة أو الحركية(شرف، 2005، صفحة 89).

### 2-2-4. الجانب الاجتماعي:

- يميل إلى الفردية في بداية هذه المرحلة لذلك يجب أن نلجأ إلى الأنشطة الرياضية الفردية مع الطفل.

- في نهاية المرحلة يميل الطفل إلى الجماعية ومن هنا نراعي أن نستخدم معه الأنشطة الرياضية الجماعية. صفة التعاون غير ظاهرة عند أطفال هذه المرحلة.
- طفل هذه المرحلة يتميز بالأنانية وحب الامتلاك (شرف، 2005، صفحة 90).

### 2-3. أهمية الحركة للأطفال:

تساعد الحركة في تنمية عقول الأطفال فالحركة تلعب دورا أساسيا في خلق الخلايا العصبية والتي هي أساس في عملية التعلم، كما تساعد الحركة في تكوين فكرة جيدة عن أنفسهم.

حيث أن تحسين صورة الذات تكون نتيجة للعملية المخططة لأداء النشاط الحركي الناجح والتي من الممكن أن يشارك بشكل فعال التربية الحركية التي تقدم في أثناء عملية التعلم. فالحركة تساعد على تنمية عظام الأطفال وعضلاتهم كما تساعد على التوازن والرشاقة والتناسق، ويمكن الأطفال أن يستخدموا الحركة التي تعلموها من أجل تعليم حركات جديدة. ويحتاج الأطفال للعديد من فرص الحركة في السنوات الأخيرة من مرحلة الطفولة لتصبح حركاتهم أكثر مهارة.

- خبرة تحليل الحركة
- الخبرة الحركية في حد ذاتها.
- الاستكشاف و حل المشكلات الحركية

- إكساب الطفل اللياقة البدنية الصحية التي تأهله للقيام بمتطلبات العمل اليومي وذلك من خلال الاشتراك في النشاط الحركي من أجل الترويح.
- تنمية المهارات الحركية التي تؤهل الطفل للاشتراك في الأنشطة والألعاب الرياضية والجماعية.
- إكساب الطفل المهارات الاجتماعية عن طريق مشاركته في الأنشطة والألعاب الحركية والرياضية (عفاف، 2008، صفحة 13).
- إكساب الطفل مفاهيم السلامة العامة والخاصة المرتبطة بالممارسة البدنية. : أهمية ممارسة النشاط البدني من أجل الصحة والوقاية من الأمراض.
- إكساب الطفل التحكم في الانفعالات في حالة التنافس مع أقرانه.
- تنمية وتطوير الإدراك الحسي الحركي لدى الأطفال في:
- ❖ **الوعي بالجسم:** معرفة الطفل بأجزائه جسمه وعلاقتها بالحركات المختلفة. الوعي المكاني: معرفة الطفل بحجم الفراغ وعلاقته
- ❖ **الوعي الزماني:** معرفته بالوقت وعلاقته بالإيقاع والموسيقى وأنماط توقيته مختلفة (عفاف، 2008، صفحة 14).

## 2-4. التطور الحركي في مرحلة الطفولة:

إن أساس الاستنتاجات لمتطلبات التطور الحركي للطفل تأتي من خلال إعطاؤه  
الإمكانيات الحركية الكافية مع توفير المحيط الذي يشبع رغباته، وللاج الركض والقفز يحتاج  
الطفل إلى مجال يتحرك فيه ن كما يجب توفير ما يناسب حركته كي يتمكن من التسلق  
والصعود والتعلق والتأرجح والرمي، عند توافر الشروط المناسبة نكون قد خدمنا التطور  
الحركي الطبيعي للطفل، فالأطفال يتبعون رغباتهم الحركية كذلك استخدام الإمكانيات  
المتاحة، ومن خلال ذلك يحصلون على القابلية الحركية المناسبة لأشكال الحركات وعلى  
الخبرة الحركية.

بجانب فعالية اللعب ولأجل التطور الحركي يكون ضروريا توجيه الطفل وإثارته كما  
يجب اختيار الحركات السابقة الذكر ضمن مجموعة من التمارين المتغيرة والمختلفة التي  
تناسب مقتضى التطور وذات متطلبات متدرجة في الصعود لضمان نجاح أدائها من قبل  
الطفل، وعليه يجب الانتباه إلى التبادل بين دواع الطفل الحركية وحاجاته على إن تؤدي تلك  
التمارين بشدة كافية ومتعددة الجوانب وفنية التغير من الناحية المنهجية، يجب استثمار  
خصائص ومتطلبات الأجهزة وجعلها مناسبة من اجل فسخ المجال للتحرك الهادف.

وعندما يكون الأطفال في عمر أقل من 05 سنوات يكون فهمهم للإرشادات التي  
تعطى إليهم محدودا في الوقت الذي تزداد رغبتهم في تقليد الحركات أثناء عرضها أمامهم،  
فيصبح أدائها مهم أمرا كما يجب الانتقال بالطفل من اللعب لوحده أو الاحتكاك القليل

بالآخرين إلى اللعب على شكل مجموعات على أن يتم ذلك تدريجياً، فالإرشادات والحوافز يمكن إعطائها للأطفال بعد ذلك حتى وإن كان هناك احتمال عدم فهمها لها.

إن ذلك يؤدي إلى زيادة قوة الاحتكاك وزيادة فاعليتهم مع تطور لغتهم، و يتمكنون من استيعاب المعلومات التي تناسبهم والعمل بموجبها وبهذا نكون قد حققنا خطوة مهمة تجاه التعلم وضعت الأساس الجيد لتعليم الأطفال الحركات الجمناستيكية قبل الدخول إلى المدرسة(الهاشمي، 2012، صفحة 38).

## 2-5. أهمية التبكير بالتربية الحركية لطفل:

تعتبر مرحلة الطفولة المبكرة من أهم المراحل بناء الطفل حركياً وبدنياً سلوكياً، والطفل بطبيعة يميل للحركة ويقدر ما تكون حركته متزنة وموجهة بقدر ما يكون نموه سليم، وحركة الطفل لا تكون فقط مجرد نشاط حركي تلقائي، وإنما للحركة دورها الفعال في تشكيل مفاهيم الطفل ومدركات الكلية حركياً و معرفياً ووجدانياً مما يعكس أثرها على تحقيق النمو الشامل للطفل والحركة وسيلة التعلم واكتشاف البيئة ن حوله، وصف جاء الاهتمام التربية الحركية والتي تعني التعلم ن طريق الحركة، والمقصود وإنما هي إطار معرفي يضم مختلف الخبرات الإدراكية والمعرفية من خلال الحرة يمكن تنمية مفاهيم الطفل وقدراته ومعارفه وعلاقاته الاجتماعية(الرحيم، 2005، صفحة 43).

وطفل الروضة يحتاج إلى أنشطة حركية مخططة وموجهة لإشباع حاجاته واهتماماته بما يتناسب مع خصائص نموه في هذه المرحلة.

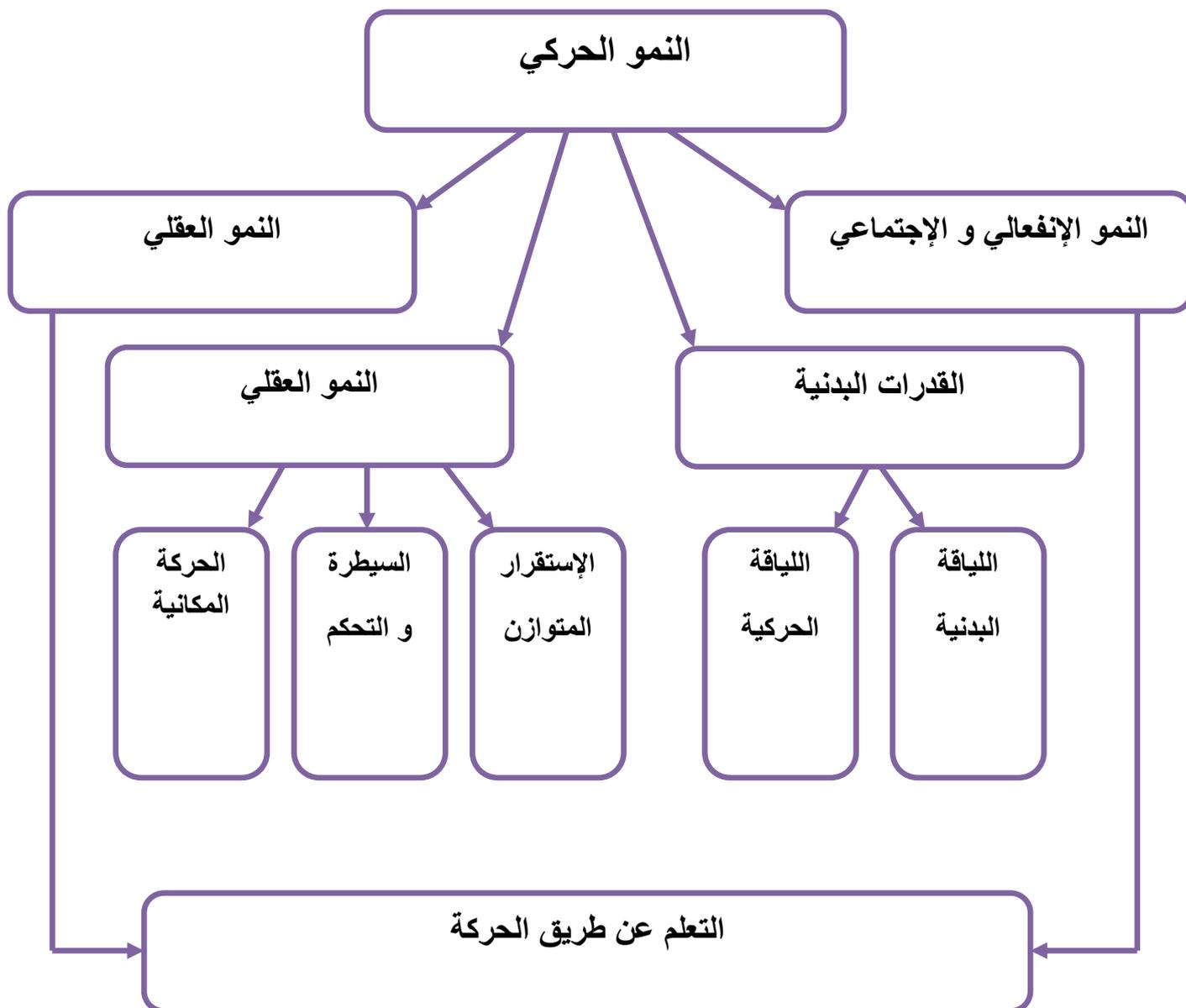
لذا تعد فترة ما قبل دخول المدرسة ( 5 سنوات ) فترة طويلة في حياة الطفل ولا ينبغي لنا أن نهملها ونتعامل بمثل هذا التقصير الواضح فيجب أن نبدأ التربية الحركية للطفل مبكرا ما أمكن بمجرد أن يتمكن من الجري بسهولة.

وتلخص خطورة إهمال هذه القدرة من الناحية التربوية الحركية أن الطفل كثيرا ما يصاب بالعيوب والانحرافات القومية وضعف في القدرات والبارعات الحركية، الأمر الذي يجعل برنامج التربية الرياضية على تحقيق أهدافها (الرحيم، 2005، صفحة 45).

**2-6. أسلوب التربية الحركية في تعلم الحركة:** ونلخصها في المخطط الموضح أسفله. (9)

قيم التربية الحركية:

ترى لوجسدون (خبيرة التربية الحركية) أنه لكي تسهم التربية البدنية إسهاما ذا معنى في تحقيق أهداف التربية العامة، فإن عليها تقديم الخبرات التي ترقى من حركة الطفل والتي تتضمن اشتراك عملياته العقلية، المشاركة الايجابية في تنمية نظامه القيمي، وتقديره لنفسه والآخرين (صابر، 2006، صفحة 25).



والقيم بمعناها الواسع هي ما يجعل الشيء جديرا بأن يمتلك أو يكتسب وهناك قيم

مادية كالأموال والعقارات وغيرها مما نملك من ثروات وهناك قيم معنوية اجتماعية أخلاقية كالتعاون، التسامح، تقدير الذات.

وللقيم أهمية قصوى في أي نظام تربوي، فهي أساسية لكل ما يتصل باتخاذ القرارات المهمة في كل الجوانب التربوية بدءا من اشتقاق الأهداف وصولا إلى التقييم النهائي. وفي مجال التربية الحركية وباعتبارها مادة بيداغوجية (تعليمية) إذ كان لا بد من توضيح الإطار القيم الذي يحكم عملياتها التربوية والتعليمية على أساس أنها تمثل الفوائد والمنافع والنواتج التي يجب أن تكون في أذهان المسؤولين عن التربية الحركية للطفل وتقود كافة قراراتهم.

وتعتقد لدوينج luding أن قيم التربية الحركية تتمثل في: خبرة النجاح متاحة لمعظم

الأطفال مع توقع أداء نوعي جيد، الانضباط الذاتي والتوجيه الفردي حيث يتحمل الطفل مسؤولية سلوكه - موقف تعليم حر ومبدع حيث تطرح البدائل والحلول دون خوف أو فشل، الرضا الحركي والإشباع حيث النتائج سارة و بلا منافسة(راتب، 2007، صفحة 177).

## 2-7. أسس بناء برامج التربية الحركية:

### 2-7-1. الأساس الحركي: والذي يركز على طبيعة الحركة من حيث الشكل والمضمون

وما تتطلبه من قدرات وإمكانيات الحركة وما يتعلق من نواحي فسيولوجية.

### 2-7-2. الأساس النفسي: والذي يحدد طبيعة المتعلم وخصائص نموه واتجاهاته واستعداده

وقدرته على التعلم الحركي من خلال الحركة.

**2-7-3. الأساس الاجتماعي والثقافي:** ويختص بالبيئة التي ينتمي إليها المتعلم في مجال

التربية الحركية وذلك من عادات وقيم واتجاهات وإمكانات (شرف، 2005، صفحة 51).

**2-7-4. الأساس الفلسفي:** الذي يختص بأن الهدف الأساسي لبرامج التربية الحركية هو

الوصول إلى اللياقة والصحة ويحقق ذلك من خلال الأداء الحركي (شرف، 2005، صفحة

52).

**2-8. تصنيف المهارات الحركية الأساسية:**

لقد تضمنت المؤلفات المتنوعة من بحوث ودراسات وكتب في مجال المهارات

الحركية الأساسية تصنيفات متعددة لهذه المهارات وذلك نظراً لتباين وتنوع وجهات النظر،

ولكن يمكن تصنيف المهارات الحركية الأساسية إلى ثلاث فئات رئيسية تمثل وجهة نظر كل

من (دافيد جاليهيو 1982)، و(الخولي وراتب 1982)، و (فريدة عثمان 1984) و(أسامة

راتب 1999) وفيما يأتي عرض لتصنيفات المهارات الحركية الأساسية حسب وجهات النظر

السابقة:

**2-8-1. المهارات الانتقالية:**

وهي تلك المهارات التي تؤدي إلى تحريك الجسم من مكان إلى آخر عن طريق تعديل موقعه

بالنسبة لنقطة محددة على سطح الأرض، وتشمل المهارات الانتقالية، المشي، والجري ،

الوثب الطويل والعمودي، والحجل والتسلق.

**2-8-2. مهارات المعالجة والتناول:**

وهي تلك المهارات التي تتطلب معالجة الأشياء أو تناولها بالأطراف كاليد والرجل أو استخدام أجزاء أخرى من الجسم وتتضمن هذه المهارات وجود علاقة بين الطفل والأداة التي يستخدمها وتتميز بإعطاء قوة لهذه الأداة أو استقبال قوة منها، وتجمع مهارات المعالجة والتناول بين حركتين أو أكثر، ومن خلال هذه المهارات يتمكن الأطفال من استكشاف حركة الأداة في الفضاء من حيث تقدير كتلة الشيء المتحرك، والمسافة التي يتحركها، وسرعة واتجاه الأداة، وتشمل مهارات المعالجة والتناول مهارات كالرمي، والاستلام(اللقف)، والركل، ودحرجة الكرة، وطبطبة الكرة، والضرب، والالتقاط.

**2-8-3. مهارات الاتزان الثابت والحركي:**

وهي تلك المهارات التي يتحرك فيها الجسم حول محوره الرأسي أو الأفقي وتتضمن هذه المهارات:

أ. **الاتزان الثابت:** ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة.

ب. **الاتزان الحركي:** ويقصد به القدرة التي تسمح للطفل بالتوازن أثناء أداء حركي معين، وتشمل مهارات ثبات واتزان الجسم مهارات كالثني، والمد، والمرجحة، واللف، والدوران، والدحرجة، والاتزان المقلوب، والاتزان على قدم واحدة، والمشي على عارضة التوازن.

**2-9. التطور الحركي للمهارات الحركية الأساسية في مرحلة ما قبل سن المدرسة:**

إن التعرف على التطور الحركي للطفل ولاسيما تطور المهارات الحركية الأساسية له أكبر الأثر بالنسبة للآباء والمربين، وجميع الذين يتعاملون مع الطفل ويتابعون تطورهم عن وعي وإدراك من أجل تهيئة الظروف والعوامل البيئية المناسبة لتحقيق التطور الحركي للطفل، وكذلك إن التعرف على التطور الحركي للطفل له أهمية في تحديد المناهج والأنشطة الرياضية لأن بناء أي منهاج في هذه المرحلة العمرية يتطلب منا معرفة مقدار التطور الحركي الذي وصل إليه الطفل، وفيما يأتي عرض لبعض المهارات الحركية الأساسية وتطور أداءها والتي تضمنها المنهاج المقترح وكما يأتي:

**مهارة الركض:**

يعد الركض امتداداً طبيعياً لحركة المشي التي يؤديها الطفل، إذ إن تطور الركض يعتمد بشكل أساسي على حركة المشي السريع للطفل، إذ تعد بمثابة مرحلة تمهيدية لمهارة الركض، وتظهر المحاولات الأولى للركض عندما يؤدي الطفل حركة المشي السريع في حوالي الشهر الثامن عشر بعد الولادة، ولكن لا يعد حركة ركض حقيقي لأن الطفل لا يمتلك القوة العضلية بالقدر الكافي الذي يسمح للقدمين إن تتركان الأرض بصورة دقيقة، ويختلف الركض عن المشي في إن هناك فترة طيران قصيرة أثناء كل خطوة وتسمى مرحلة عدم الارتكاز أو مرحلة الطيران، في حين يكون المشي على اتصال دائم بالأرض أما بقدم أو بالقدمين معاً، ويمكن ملاحظة فترة الطيران أثناء الركض خلال السنة الثانية من عمر

الطفل، وتعد مهارة الركض من المهارات الأساسية التي يتوقف عليها نجاح الكثير من

المهارات الرياضية والألعاب المختلفة.

### مهارة الوثب:

تعني مهارة الوثب اندفاع الجسم في الهواء بواسطة دفع إحدى الرجلين أو الرجلين معاً، ثم

الهبوط على إحدى القدمين أو القدمين معاً، ويمكن إن تؤدي مهارة الوثب في اتجاهات

مختلفة وبإشكال متنوعة، مثل الوثب لأعلى أو لأسفل أو للأمام أو للخلف أو للجانب، ومن

الأهمية إن ينظر إلى مهارة الوثب كإحدى المهارات الأساسية المستقلة و الهامة، فضلاً عن

أنها مهارة تتسم بقدر من الصعوبة يزيد عن مهارة الركض، ويعود سبب ذلك إلى إن مهارة

الوثب تتطلب من الطفل فضلاً عن توافر قدر ملائم من القوة يسمح بدفع الجسم في الهواء .

### مهارة الرمي:

تعد مهارة الرمي من أكثر المهارات أهمية وشيوعاً للتعبير عن حركات المعالجة والتناول

للعضلات الكبيرة في هذه المرحلة، ويمكن إنجاز هذه المهارة بطرائق عديدة، حيث تؤدي

مهارة الرمي والذراع مفرودة من أعلى الرأس، كما يمكن إن تؤدي باليدين من أسفل الحوض،

تؤدي بحركة الذراع للجانب... وتعد مهارة الرمي والذراع مفرودة من أعلى الرأس من أكثر

مهارات الرمي استخداماً في مجال دراسات تطور النمو الحركي لمهارة الرمي، كما يمكن

أداء هذه المهارة باستخدام أدوات مختلفة حيث يختلف الشيء المراد رميه من حيث الحجم

والوزن والشكل، كما إن الهدف من الرمي يختلف فقد يكون دقة الرمي، أو قوة الرمي، أو زيادة المسافة، لذلك من الصعوبة تحديد نمط ثابت ومعين لأداء هذه المهارة.

### مهارة الاستلام (اللقف):

تعد مهارة الاستلام (اللقف) من أكثر المهارات الحركية الأساسية تمثيلاً لمهارة المعالجة والتناول للعضلات الكبيرة في الجسم، ويعد المحك العلمي لنجاح مهارة الاستلام لدى الطفل هو استلام الشيء المقذوف أو الكرة باليدين.

### خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق استخلصنا أن للتربية الحركية أهمية كبيرة لا تقل عن المواد الأخرى في حياة الطفل بصفة عامة ونموه بصفة خاصة، فهي تعرفه بنفسه ويجسمه وكذلك من خلالها ينمي لياقته البدنية والصحية ومفاهيمه وعلاقاته وانفعالاته ومعارفه على ضوء النشاط الحركي الهادف الذي يقوم به.

الفصل الثالث:

الأقسام التحضيرية

و الوحدات التعليمية

## تمهيد:

إن مرحلة النمو الممتدة ما بين الرابعة والسادسة من العمر مرحلة حرجة في نمو شخصية الطفل وتطوره، ففيها تبني الأسس الأولى للشخصية، وفيها إمكانيات كبيرة للتعلم إذا استغلست استغلالا فعالا وهادفا، وخاصة عن طريق نشاط اللعب المسيطر على حياة الطفل في هذه المرحلة يلعب الطفل وفي نفس الوقت نفسه يتعلم.

وكما بينت نتائج البحوث المقارنة أن الأطفال الذين استفادوا من خدمات التربية التحضيرية هم أسرع نموا وتطورا كما وكيفا من غيرهم، خاصة فيما يتعلق بالقدرات العقلية والتواصل والتفاعل مع الغير والالتزان الانفعالي.

**3-1. تعريف المنهج:** ومفهوم منهج التربية التحضيرية في الجزائر هو: ما تقدمه المدرسة للأطفال بين سن 5-6 وسنوات معرفية وفنية و تربوية من خلال الخبرات المتنوعة.

**3-2. تعريف التربية التحضيرية:** التربية التحضيرية، والتي يمكن عن طريقها تحقيق تربية متكاملة للطفل الذي تراوح سنه بين 5-6 سنوات داخل مدارس الصفوف الابتدائية

**3-3. منهاج التربية التحضيرية:** وفقا للمنشور الوزاري رقم 2305 والخاص بتنصيب منهاج التربية التحضيرية نلخصه كما يلي:

▪ اعتبار التربية التحضيرية مرحلة من مراحل السلم التعليمي، ومدتها سنة واحدة،

تغطي الفئة العمرية للأطفال ما بين خمس إلى ست سنوات.

- الشروع في توسيع أقسام التربية التحضيرية حسب الإمكانيات المتوفرة محليا تأطيرا وهياكل.
- وضع منهاج التربية التحضيرية والدليل المرافق له حيز التطبيق الميداني في كافة القطاعات المعنية بالتربية التحضيرية من عمومية وخاصة.
- إن التربية التحضيرية ليست نظاما تعليميا شكليا صارما كما هو الشأن لما يجري في أقسام السنة الأولى من التعليم الابتدائي، إنما هو تعليم حتى وان كان مهيكلا في أنشطة موجهة، فانه يغلب عليه طابع التلقائية والعب والحرية والحركة والانسراح، ويهتم فيه بفعالية الطفل في سيرورة عملية التعلم أكثر من الاهتمام بنتيجة التعلم.
- إن التسجيل في أقسام التربية التحضيرية مفتوح لجميع الأطفال الذين بلغوا سن الخامسة من العمر في حدود البقع المتوفرة على مستوى المدرسة المعنية على ألا يتعدى عدد الأطفال المسجلين في الفوج التربوي 25 طفلا.
- تسند أقسام هذا النوع من التربية إلى معلمي التعليم الابتدائي.
- تسند أقسام هذا النوع من التربية إلى معلمي التعليم الابتدائي.
- إشراك الممارسين التربويين (المعلمين، المربيات ) في القطاعات العمومية والخاصة المعتمدة.
- للمعلم الحرية في تنظيم فضاء التعلم بما يتناسب ونشاطات التعلم أما الورشة فهي مكان يتم فيه تنظيم العمل ويسمح للطفل بالتواصل إلى تحقيق انجازات فردية أو

اجتماعية ويستحسن أن تكون الورشة مستقلة عن القسم ودائمة (مساحة خضراء، فضاءات).

### 3-4. أهداف التربية التحضيرية: إن التربية التحضيرية ترمي إلى أهداف عديدة من بينها:

1. العمل على تفتح شخصية الأطفال بفضل أنشطة اللعب التربوي.
2. توعيتهم بكيانهم الجسمي لاسيما باكتسابهم عن طريق اللعب مهارات حسية وحركية.
3. غرس العادات الحسنة لديهم بتدريبهم على الحياة الجماعية.
4. تطوير ممارستهم اللغوية من خلال وضعيات التواصل المنبثقة عن النشاطات المقترحة ومن اللعب.
5. إكسابهم العناصر الأولى للقراءة والكتابة والحساب من خلال نشاطات مشوقة وألعاب مناسبة.
6. العمل على تكملة التربية العائلية واستدراك جوانب النقص فيها ومعالجتها.

### 3-5. الكفاءات الختامية للتربية التحضيرية:

- أ. نشاط القراءة: الكفاءة النهائية: يقرأ بعض الكلمات.
- ب. نشاط الكتابة : الكفاءة النهائية: يتحكم في مبادئ الكتابة.
- ج. نشاط الرياضيات: الكفاءة النهائية: ينهي مشروعا بتوظيف معارف رياضية واستراتيجيات حل المشكلات.

د. نشاط التربية العلمية والتكنولوجية: الكفاءة النهائية: ينجز مشروعا بتوظيف معارفه

البيولوجية والفيزيائية والتكنولوجية.

هـ. الأنشطة الاجتماعية:

و. نشاط التربية الإسلامية والمدنية: الكفاءة النهائية يتعايش ويندمج في مختلف

الفضاءات الاجتماعية.

ز. أنشطة التربية البدنية والإيقاعية: الكفاءة النهائية: يستعمل إمكاناته الجسمية في

مختلف الوضعيات الحركية.

ح. أنشطة التربية الموسيقية: الكفاءة النهائية: يتجاوب مع الإيقاع واللحن الموسيقى.

ط. نشاط التربية التشكيلية: الكفاءة النهائية: يوظف إمكاناته الإبداعية في إنتاجات

تشكيلية.

ي. أنشطة المسرح والقتيل: الكفاءة النهائية: يتواصل مع الآخرين بتمثيل وضعيات

مسرحية ودرامية.

3-6. ملامح الطفل في نهاية مرحلة التربية التحضيرية: تتمثل ملامح الطفل في مجموعة

من الصفات والخصائص التي تتميز بها نمو شخصية الطفل التربية التحضيرية في هذه

المرحلة العمرية ومعرفتها أصبح أمرا ضروريا للمربية من أجل تحقيق ما يرمي إليه المنهاج،

ويتجلى هذا الملمح فيما

### 3-6-1. في المجال الحسي الحركي:

- ينفذ أنشطة من حركات شاملة ودقيقة.
- كلية وجزئية بتناسق ودقة ومرونة.
- يتموقع في الزمان والمكان حسب معالم خاصة به.
- يتعرف على إمكاناته الجسمية وحدوده - الحسية والحركية.

### 3-6-2. في المجال الاجتماعي والوجداني:

- يكتشف ذاته وفردا نيته.
- يتبادل مشاعره وأحاسيسه مع الآخر.
- يظهر استغلاليته من خلال الألعاب والأنشطة والحياة اليومية داخل القسم وخارجه.
- يستعمل الوسائل الملائمة للاستجابة لحاجاته وميوله ورغباته واهتماماته.

### 3-6-3. في المجال اللغوي والتواصل:

- يتحدث ويعبر بصفة سليمة.
- يبحث ويتساءل على معاني ومدلولات الكلمات.
- يستعمل الجمل الاسمية والفعلية المفيدة متجاوزا استعمال الكلمة/ الجملة (ينطق كلمة ويقصد جملة).

### 3-6-4. في المجال العقلي - المعرفي:

■ يظهر اهتماماته وفضوله لمكونات المحيط الاجتماعي والفيزيائي والعلوم والتكنولوجية.

■ يوظف تفكيره في مختلف المجالات. (يستكشف، يمارس، يستعمل المعلومة، يوظف الحكم النقدي ويحل المشكلات).

■ يظهر اللبنة الأولى في بناء المفاهيم (الزمن، المكان، المقدار، الكمية، القياس الحجم، الوزن، الشكل، المساحة، اللون، المادة، الجمال، التوازن، الصوت ...).

### 3-7. الوحدات الدراسية

يعرف إبراهيم (إبراهيم، 2001م، صفحة 554) الوحدات الدراسية بأنها: "تنظيم خاص في

مادة الدراسة، وطريقة في التدريس، تضع المتعلمين في موقف تعليمي متكامل، يثير

اهتمامهم، ويتطلب منهم نشاطا متنوعا، ويؤدي إلى مرورهم في خبرات معينة، وإلى تعلمهم

تعلمها خاصا، يترتب على ذلك كله بلوغ مجموعة من الأهداف الأساسية المرغوب فيها".

واتفق (الوكيل والمفتي) على تعريفها بأنها: "أنشطة تعليمية متنوعة، تحت إشراف المعلم

وتوجيهه، وهي دراسة مخطط لها مسبقا، وتركز على موضوع من الموضوعات التي تهم

التلاميذ، أو على مشكلة من المشكلات التي تواجههم في حياتهم اليومية، ولا يتقيد بتنظيم

الحقائق التي تدرس في الوحدة تنظيما منطقيا، ولا يلتزم بالحدود الفاصلة بين فروع المادة"

(المفتي، 2015، صفحة 299)

وأورد (الخليفة، 2015، صفحة 230) أن من أشهر تعريفات الوحدة الدراسية ما ذكره جود (Good) بأنها: "تنظيم للنشاطات والخبرات، وأنماط التعليم المختلفة حول هدف معين أو مشكلة معينة، تحدد بالتعاون بين مجموعة من المتعلمين ومعلمهم، ويشتمل هذا التخطيط على تنفيذ هذه الخطط وتقييم النتائج."

### 3-7-1. تطور مفهوم الوحدة:

هناك جملة من العوامل، والاتجاهات التي ارتبط بها منشأ وتطور فكرة الوحدات الدراسية كتنظيم الخبرات المنهج، وكطريقة، أو أسلوب للتعليم. ويمكن أن نرجع ذلك ابتداء إلى ما يزيد على قرنين من الزمان، وأن من الممكن وبصفة عامة أن نميز العوامل والاتجاهات التي أثرت في تطور مفهوم الوحدة الدراسية من خلال استقرار بعض الأفكار والرؤى في هذا المجال.

يلاحظ أن نقطة البداية لفكرة الوحدات الدراسية ترجع إلى أفكار ورؤى ونظريات العالم جون هيربارت، حيث رأى أن الاهتمام الكامل بالمادة الدراسية الذي كان سائد في وقته لا يقود إلى تعلم المفاهيم والتعميمات الأخلاقية والتي يرى أن تزويد المتعلم بها هو هدف أساسي للتربية. أما نظريته في طرق التدريس فكانت تبني على أساس أن "أية فكرة ذات أهمية يمكن تقويتها بربطها بأفكار أخرى لها علاقة وثيقة بها"، ومن خلال هذه النظرية انبثقت تطبيقات متعددة كان لها أثر كبير في تنظيم المادة الدراسية، وطريقة تدريسها، ومن الأمثلة لهذه التطبيقات ما يسمى بالخطوات الخمس، ومن التطبيقات المهمة أيضا أنه يرى

أن تحقيق وإنجاز الأهداف التربوية لا يمكن بلوغه عن طريق تعليم المادة الدراسية بشكل أجزاء متفرقة ومفككة وإنما لابد من وضعها على شكل وحدات مترابطة ومتماسكة حتى يمكن من خلال ذلك للأفكار والرؤى والقواعد الأخلاقية أن تبدو واضحة في ضمير الطالب ووجدانه، ومفهوم الترابط هنا له دلالة كبيرة في تنظيم خبرات المنهج الدراسي، وبهذا يمكن أن تعتبر هذه الرؤى والتصورات بداية الاستخدام فكرة الوحدة الدراسية في مجال تنظيم المناهج (حسين، 2010، صفحة 167).

وقد كان للنتائج التي توصل إليها علماء النفس تأثيرها على تطور مفهوم الوحدة الدراسية، حيث كانت المواضيع تدرس لجميع التلاميذ بطريقة واحدة أملاً أن يصلوا إلى نفس المستوى، وقد بات هذا الأمر مستهجنة و غير مرغوب فيه لأنه يتعارض مع المبادئ الأساسية للتعليم التي توصلت إليها الدراسات والبحوث في هذا المجال، وبرز الاهتمام بالتعليم المفرد والذي يهدف إلى تطويع المنهج وطرائق التدريس بما يتناسب مع إمكانات وقدرات كل فرد.

ثم جاءت مناهج النشاط فقدمت مفهوماً جديدة للوحدة، ففي تنفيذ المشروع تزول الحواجز بين المواد وتتكامل المعرفة والخبرة وتتلاحم الأهداف وتتحقق الوحدة بين المنهج والطريقة وبين العلم والعمل وبين النظرية والتطبيق وعلى الرغم من المآخذ التي أخذت على منهج النشاط، وما واجهه من صعوبات فقد نجح في توجيه أنظار المربين إلى أهمية تكامل الخبرة، وتكامل المعرفة واثراً كل ذلك في تكامل الشخصية

ثم جاءت المناهج المحورية التي جعلت من حاجات التلاميذ ومشكلات حياتهم اليومية محورا للدراسة، بدلا من ميولهم وأغراضهم، وفي ظل هذه المناهج أمكن تخطيط المنهج مقدما، وتحديد محتوياته، والعمل على تسلسلها وترابطها وتكاملها بصورة لم يسبق لها مثيل من قبل (حسين، 2010، صفحة 178).

### 3-7-2. أنواع الوحدات والفرق بينها:

انتشر تنظيم المناهج على أساس الوحدات انتشارا واسعة في الآونة الأخيرة، الأمر الذي أدى إلى ظهور أنواع متعددة للوحدات الدراسية "حيث إن نوع الوحدة يتحدد بناء على الأساس الذي تبنى عليه الوحدة". (وليم عبيد و مجدي، 1999، صفحة 211).

إن المنتبع لأنواع هذه الوحدات يستنتج أنها تتدرج ضمن نوعين رئيسين، هم:

❖ الوحدات القائمة على المادة الدراسية (Matter -Subject Unit)

❖ الوحدات القائمة على الخبرة (Experience Unit)

### 3-7-3. الوحدات القائمة على المادة الدراسية:

تؤكد تسمية هذا النوع من الوحدات ارتباطها الخاص بالمادة الدراسية، وهذا يعني أن منهج الوحدات الدراسية ما هو إلا حلقة جديدة متطورة من سلسلة من التطويرات المنهجية التي مر بها منهج المواد، حيث تدور الدراسة في هذا النوع من الوحدات حول محور رئيسي يشتق من المادة الدراسية ذاتها، ولكنه يعالج ناحية ذات أهمية في حياة المتعلمين، ولا يتقيد بتنظيم الحقائق والمعلومات التي تدرس في الوحدات تنظيما منطقيا، كما لا يلتزم الحدود

الفاصلة بين فروع المادة، أو بين مادة وأخرى، وإنما تجمع المعلومات والبيانات حول محور موضوع الدراسة". (الخليفة، 2015، صفحة 230)

والمادة الدراسية في منهج الوحدات ليست الغاية الرئيسة لهذا المنهج، وإنما هي نقطة الانطلاق لتحقيق غايات أبعد من المادة الدراسية، كتكوين الاتجاهات، وتعزيز المهارات، وتعديل السلوك، إضافة إلى اكتساب المعلومات، من خلال إيجابية المتعلم ونشاطه وفاعليته، لا عن طريق الإكراه والتلقين، كما في منهج المواد.

### 3-7-4. الوحدات القائمة على الخبرة:

يختلف هذا النوع من الوحدات عن النوع السابق في أن الدراسة في الوحدات القائمة على الخبرة لا تدور حول موضع دراسي معين، وإنما تدور حول إحدى حاجات المتعلمين، أو مشكلاتهم، أو حاجات مجتمعهم أو مشكلاته، حيث يقوم التلاميذ بجمع المعلومات من مواد مختلفة، ومصادر متعددة، والقيام بأنشطة مختلفة، وإجراء التجارب والعمليات التي تتطلبها، وتخدم موضوع الوحدة تحت إشراف المعلم وتوجيهه، وهذا ما يتيح للتلميذ فرصة الممارسة، والاعتماد على النفس في اكتساب الخبرات التعليمية المختلفة (السعيد و جاب الله، 2014، صفحة 297).

وصياغة الوحدات بهذه الطريقة وارتكازها على الخبرات جعل البعض يتخوف من إهمال اكتساب المعلومات، ولكن يمكننا القول بأن هذا التخوف لا أساس له من الصحة لأن مرور

التلاميذ بالخبرات المتنوعة يؤدي بطبيعة الأمر إلى اكتساب معلومات جديدة وتكوين عادات واتجاهات وتنمية قيم ومهارات.

### 3-8. خصائص منهج الوحدات

أشار (الخليفة، 2015، الصفحات 232-239) و (السعيد و جاب الله، 2014،

الصفحات 277-278) إلى مجموعة من الخصائص نوجزها في النقاط التالية:

#### 3-8-1. التكامل: حيث يحقق منهج الوحدات التكامل بين الأهداف، والتكامل بين

المقررات، والتكامل في الخبرة، والتكامل بين المدرسة ومحيطها، ويتجلى هذا التكامل في

وجود مركز واحد لكل وحدة دراسية، لها أهداف تدريسية متكاملة، تتضافر مختلف المقررات

الدراسية، وتتكامل لتحقيقها، دون فصل بينها، أو تقيد بطبيعة أي منها، فتتحقق وحدة

المعرفة، ويدرك التلاميذ العلاقة بين مكوناتها، كما يتجلى التكامل في هذا المنهج من خلال

تكامل جوانب الخبرة، المعرفية والوجدانية والمهارة التي تقدم للتلاميذ، وتترك آثارها الإيجابية

في نموهم من مختلف الجوانب، هذا بالإضافة إلى التكامل بين المدرسة ومحيطها

الاجتماعي؛ نظرا لأن معظم الوحدات تدور حول حاجات المتعلمين، ومشكلاتهم الاجتماعية

والبيئية؛ مما يضطر المدرسة إلى الانفتاح على محيطها.

#### 3-8-2. الإيجابية: فالوحدات الدراسية تدور حول حاجات المتعلم، ومشكلاته، الأمر الذي

يخلق في نفسه الدافعية للتعلم، والبحث والتقصي، والمشاركة الفاعلة في الأنشطة العلمية

والتعليمية، فيكتسب الخبرة المربية، ويتحقق له النمو الشامل والمتكامل والمتوازن.

**3-8-3. الوظيفية:** فالوحدات تتمحور حول ما يهم المتعلم، ويناسب قدراته، ويشبع حاجاته، ويساعده على مواجهة المشكلات البيئية والحياتية، وتكوين الاتجاهات الإيجابية، وبناء الميول البناءة، وبصفة عامة إنها ليست منفصلة عن اهتماماته، أو خارج نطاق حياته الشخصية والاجتماعية.

**3-8-4. الإعداد المسبق:** ولا يعني هذا تجاوز المتعلم، فالوحدات معدة لتلبي حاجات المتعلم، وتشبع ميوله، وتتمى استعداداته، بناء على دراسات علمية رصينة للتلاميذ، في مختلف المراحل الدراسية، وليس بناء على ميول مؤقتة، واهتمامات متغيرة متبدلة.

**3-8-5. العمل التعاوني والروح الجماعية:** حيث يشارك التلاميذ في أعمال تنفيذ الوحدات الدراسية، من حيث توزيع الأدوار الفردية والجماعية لتنفيذ الأعمال وتقييمها، والتدريب على أساليب الحياة الاجتماعية.

**3-8-6. التدريب على التفكير:** فمنهج الوحدات لا يقدم مقررة جاهزة، وإنما يهيئ مواقف تعليمية، ومشكلات يعمل التلاميذ على حلها من خلال توظيف التفكير العلمي السليم، وتنمية روح المبادرة، وتقديم الحلول المبدعة.

**3-8-7. التقويم الشامل للتلاميذ:** إذ لا يقتصر تقويم التلاميذ في منهج الوحدات على الأساليب التقليدية، وإنما يستخدم إضافة إلى الأساليب المعروفة أساليب تقويمية حديثة

تشتمل على ملاحظة التغير في السلوك، والتطور في الجوانب العقلية، والتعديل الإيجابي للميول والاتجاهات والقيم، فالتقويم في منهج الوحدات يتسم بالشمول والاستمرار والعلمية

**3-8-8. الإطار المرجعي:** ويعني الإطار المرجعي للوحدة توافر المراجع العلمية المتصفة بالحدثة والمصدقية التي يمكن عودة الطلاب إليها عند الحاجة، وتوافر دليل للمعلم يتضمن أهداف كل وحدة، وطرائق تدريسها، والنشاطات المساعدة على تحقيق أهدافها، وأساليب تقويم المتعلمين.

**3-8-9. التقويم المستمر للوحدات:** للتأكد من مناسبة المحتوى للمتعلمين، وارتباطه بالأهداف، وإسهامه بالتدرج والترابط والتكامل عمودياً، وأفقياً، ومن التوازن بين مختلف المجالات، وعدم طغيان مجال على آخر، وكذلك للتأكد من جدوى الوسائل والنشاطات في تحقيق الأهداف، ومراجعة مدى كفاية مرجع الوحدة، وفاعليته في حسن تنفيذها.

### 3-9. خطوات بناء الوحدة

في ضوء الوقوف على مفهوم الوحدات الدراسية والخصائص المميزة لها، يمكن تحديد الخطوات اللازمة لبنائها كما أوردها (الخليفة، 2015، صفحة 235) و (السعيد و جاب الله، 2014، صفحة 277) النحو التالي:

أ. دراسة خصائص المتعلمين: تعد هذه الخطوة أهم الخطوات إذ تتوقف عليها جميع الإجراءات التالية لبناء الوحدة، وهي تهدف إلى التعرف على ميول المتعلمين وحاجاتهم ومشكلاتهم، ونضجهم الاجتماعي، وتحصيلهم الدراسي، وكذلك التعرف على واقع المجتمع،

وفلسفته، وحاجاته، وتحديد سمات العصر التي ينبغي أن تؤخذ بالحسبان؛ كي يتم تخطيط الوحدة وبنائها على أسس سليمة.

ب. تحديد الأهداف العامة للوحدات أو لمنهج الوحدات : في ضوء فلسفة تربوية واضحة، وفي ضوء حاجات المجتمع، وخصائص العصر، وطبيعة المتع.

ج. تحديد الموضوعات التي تدور حولها الوحدات: إما أن تكون موضوعات عامة، أو على صورة مشكلات، أو صورة مفاهيم، وفي ضوء ذلك ينبغي أن يكون عنوان الوحدة مطابقة لمحتواها، ومثيرة للاهتمام، وداعية إلى العمل والتفكير.

د. تحديد الأهداف المباشرة للوحدة: وتتناول هذه الأهداف الأفكار والمفاهيم المراد تعلمها، وطرق التفكير السليمة، والاتجاهات والعادات والمهارات المرغوب فيها، على أن يترجم المعلم أهداف الوحدة بلغة سلوكية واضحة 5. اختيار الخبرات التعليمية التي تسهم في تحقيق أهداف الوحدة الدراسية، على أن يراعى في اختيارها المناسبة للمتعلمين، والصحة العلمية، والحدثة، والتنوع، والعمق، والثراء.

هـ. اختيار الخبرات التعليمية التي تسهم في تحقيق أهداف الوحدة الدراسية: على أن يراعى في اختيارها المناسبة للمتعلمين، والصحة العلمية، والحدثة، والتنوع، والعمق، والثراء.

ح. تنظيم الخبرات التعليمية رأسياً: بمعنى استناد كل خبرة إلى خبرة سابقة، والتأسيس لخبرة لاحقة أكثر الساعه وعمقا، بحيث يحقق تنظيم الخبرات الاستمرارية والتتابع. وأفقياً، بمعنى ارتباط ك خبرة بالخبرات الأخرى في المجالات الأخرى، بحيث تظهر خبرات المنهج بصورة

متكاملة، الأمر الذي ينعكس إيجابا على المتعلم، بحيث يكون فهمه متكاملًا، ونظرته إلى الأمور نظرة شمولية.

ط. اختيار الوسائل التعليمية، والطرائق التدريسية، والنشاطات المنهجية المساعدة في تحقيق أهداف الوحدة: وينبغي أن تتسم هذه الوسائل والطرائق والأنشطة بالتنوع، والجاذبية، والمرونة، وتحدي قدرات المتعلم، لتكون في نفسه الدافعية والحماسة للتعلم والعمل، وفي الوقت نفسه التناسب قدرات كل متعلم، واستعداداته.

ي. اختيار أساليب تقويم المتعلمين: وينبغي أن تتنوع تلك الأساليب كالملاحظة، والمقابلة، والتقويم الذاتي، وكتابة التقارير، والقيام بالأبحاث والنشاطات المختلفة، إضافة إلى الأساليب التقليدية المعروفة، ولا بد من أن يشمل تقويم المتعلمين مختلف مظاهر نموهم، كما ينبغي أن يتسم بالاستمرار، والعلمية.

ك. يخضع بناء الوحدة وتنفيذها لعملية تقويم مستمر: تحديدا لأوجه القوة والضعف، وتشخيصة للمشكلات. مرجع الوحدة "دليل الوحدة"

يعد مرجع الوحدة دليلا للمعلم ليسترشده به في تدريس الوحدات ومعين للطلاب أثناء دراستهم للوحدة، وهو يختلف عن دليل المعلم الذي يعد عادة لتوجيه المعلم لكيفية تدريس كتاب مدرسي معين، وبالتالي فهو ليس بكتاب مدرسي ولكنه يحتوي بصورة عامة وصفا إجرائيا لكل ما يجب القيام به من اجل تنفيذ الوحدات المكونة للمنهج في إطار الأهداف المرجوة.

ويذكر (الخليفة، 2015، الصفحات 237-238) أن مرجع الوحدة يتضمن الجوانب التالية:

- ✓ **عنوان الوحدة:** مصوغا في صورة موضوعات أو مشكلات أو مبادئ بطريقة مثيرة وملفتة للانتباه.
- ✓ **مقدمة الوحدة:** وتتضمن بيان أهمية الوحدة والموضوعات التي تتناولها.
- ✓ **نطاق الوحدة:** حيث ينبغي تحديد نطاق الوحدة تحديدا يساعد على بيان الموضوعات والمشكلات التي تتناولها.
- ✓ **أهداف الوحدة:** ويتم في هذا الجزء استعراض مقتضب لأهم ما سيتحقق للتلاميذ من دراستهم الوحدة
- ✓ **أوجه النشاط:** ويشتمل مرجع الوحدة عادة على أوجه نشاط عديدة مرتبطة بموضوع الوحدة، وتساعد على تحقيق أهدافها إذا ما تكاملت مع طرائق التدريس، والوسائل التعليمية المناسبة.
- ✓ **الإمكانات المادية والبشرية والوسائل التعليمية والقراءات:** حيث يتطلب تحقيق الوحدة، توافر إمكانات مادية وبشرية، ووسائل تعليمية عديدة، وقراءات متنوعة، هذا إلى جانب الحاجة إلى مواد، وأدوات، وربما أجهزة، ويتم اختيار هذه الأمور كلها في ضوء الأهداف المحددة، وفي ضوء ما سيجري بينها وبين طرائق التدريس والأنشطة من تفاعل وتكامل لتوفير خبرات مربية .

✓ أساليب التقويم: المقصود بذلك أن يجد المعلم أمامه ما يساعده على تقويم أعمال

تلاميذه، ومستويات تقدمهم مرحلية في أثناء تنفيذ الوحدة، ويشتمل هذا الجانب عادة على

أشكال متنوعة للاختبارات الموضوعية، وربما أساليب التقويم الذاتي، وأساليب تقويم

الجماعة لجهودها، وفي جميع الأحوال تكون تلك الأساليب شاملة، بمعنى أنها تغطي

مختلف أوجه التعلم التي تعنى بها الوحدة

### 3-10. مزايا منهج الوحدات

يتمتع منهج الوحدات الدراسية بعدد من المزايا أبرزها الأتي كما ذكرها (زيتون، 2010،

صفحة 416):

- يزيد منهج الوحدات القائم على الموضوع من التحصيل الأكاديمي للطلاب.
- يزيد من الدافعية للتعلم والاهتمام لدى التلاميذ.
- ينمي الرؤية الشمولية لوحدة المعرفة لدى التلاميذ.
- يربط التلاميذ بواقع حياتهم المعاش، ويزيد من قدرتهم على حل المشكلات.
- ينمي مهارات التفكير والتعلم الذاتي والمهارات الحياتية لدى الطلاب.
- يجعل التلاميذ أكثر اندماجا في عملية التعلم.
- يخفف المناهج الدراسية ويخلصها من الحشو الزائد.
- يزيد من التواصل بين المعلمين إذ يمكن تدريس الوحدات من خلال تدريس الفريق.

▪ يسمح بتوظيف التكنولوجيا في التعليم ودمجها فيه.

▪ ينمي كفايات المواطنة المسئولة

### 3-11. عيوب منهج الوحدات : يوجه عيوب لهذا التصميم في جوانب جوهرية في عملية

التعليم كما ذكرها (إبراهيم، 2001م) (المفتي، 2015) ومن أبرزها ما يأتي:

- ✓ أنها لا تصلح إلا لبعض المراحل التعليمية كالمرحلة الابتدائية أو المتوسطة.
- ✓ لا تتيح الفرصة بتزويد التلاميذ بالقدر الكافي من المعلومات.
- ✓ أنها لا تسمح بإعداد أو طبع كتب دراسية بطريقة منظمة ومستمرة، لأنها لا تلزم أي جهة بهذه العملية، وبالتالي يصعب الحصول على المراجع اللازمة بمرور الوقت.
- ✓ أنها صعبة التنفيذ في معظم الدول النامية.
- ✓ تحتاج إمكانات معينة وظروف خاصة تتعلق بالجدول المدرسي، وبوجود معلمين مهنيين ومدربين، وتوفر المعامل والورش والمراجع.
- ✓ تتطلب وجود خبراء متخصصين لإعداد هذه المناهج وتخطيط وتقويمها.

### خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق تطرقت الطالبتان الباحثتان في هذا الفصل إلى الأقسام التحضيرية التي تشكل مجتمع البحث حيث حاولنا إلقاء الضوء على أهم ما يميز هذه المرحلة التعليمية، ثم

إلى إحدى متغيرات البحث وهي الوحدات التعليمية و كيفية صياغتها و أعدادها و أهم الخطوات إضافة إلى عيوبها.

# الجانبة التطبيقية

الفصل الأول:

منهجية البحث

و إجراءاته الميدانية

## تمهيد:

يعمل الجانب التطبيقي من البحث على تكملة وتأكيد ما جاء في الجانب النظري، فهو وسيلة نقل مشكل البحث إلى الميدان، وتوضيحها وتحديدها والإجابة عن تساؤلات هذا البحث واختبار صحة فروضه للوصول إلى الأهداف المرجوة.

### 1-1. منهج البحث: لقد تم استخدام المنهج التجريبي لتناسبه مع طبيعة الدراسة فالمنهج

التجريبي هو تغيير متعمد ومضبوط للشروط المحددة للظاهرة وملاحظة نواتج التغير في الظاهرة موضوع الدراسة.

### 1-2. مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث من تلاميذ الأقسام التحضيرية لمدرسة "بلبشير

حمو" حي 600 مسكن البالغ عددهم 50 تلميذ مقسمين على قسمين ببلدية مستغانم - ولاية مستغانم.

### 1-3. عينة البحث: وتكونت من 28 تلميذا من القسم التحضيري " أ " بمدرسة بلبشير حمو

بحي 600 مسكن ولاية مستغانم (14 تلميذا المجموعة التجريبية - 14 تلميذ من المجموعة الضابطة) و تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية.

### 1-4. مجالات البحث:

أ. المجال الزمني: امتدت الدراسة من 10 / 10 / 2019 إلى غاية 28 / 02 / 2020، وتم

التوقف بسبب جائحة كورونا وخروج التلاميذ في عطلة.

ب. المجال المكاني: المدرسة الابتدائية بلبشير حمو بحى 600 مسكن بلدية مستغانم - ولاية مستغانم.

ج. المجال البشري: تلاميذ القسم التحضيري " أ " بمدرسة بلبشير حمو المقدر عددهم ب 28 تلميذا.

1-5. أدوات البحث: بعد الإلمام بأساليب اختيار العينات، نتطرق الآن إلى بعض وسائل جمع المعلومات عن طريق الاستبيان والمقابلة والملاحظة، وهذه الأنواع الثلاثة يمكن أن يعتمد عليها كل متخصص في مهنته سواء كان ذلك التخصص العلوم البحوث أو العلوم الاجتماعية لكن الأمر يتوقف على طبيعة الموضوع ونوع المعلومات المراد جمعها.

أ. المصادر والمراجع بالعربية والأجنبية: قصد الإحاطة الكلية والإمام النظري بموضوع البحث قام الطالبان الباحثان بالاعتماد على كل ما توفر لديهما من مصادر ومراجع باللغتين العربية والأجنبية، فضلا عن شبكة الإنترنت، كما تم الاستعانة والاعتماد على الدراسات السابقة، حيث قام الباحثون باستخدام القاموس لترجمة بعض المصطلحات من اللغة الأجنبية إلى اللغة العربية والعكس.

ب. الاختبارات البدنية: من أهم الطرق استخداما خاصة في البحوث التجريبية باعتبارها أساس التقييم الموضوعي، فهي تعد من أنجع الطرق للوصول إلى نتائج دقيقة، وعليه اعتمد الباحثون على اختبارات مقننة تقيس القدرات التوافقية للأطفال على عينة البحث والمرتبطة بموضوع الدراسة، كما تم عرض هذه الاختبارات على الخبراء للتحكيم.

ج. الوحدات التعليمية المقترحة: تحقيقاً لأهداف البحث وحلاً لمشكلته قام الطالبان الباحثان

باختيار عينتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة وأقيمت عليهما مجموعة من الاختبارات

القبلية، وطبقت على العينة التجريبية الوحدات المقترحة وقد احتوت هذه الوحدات على

مجموعة من ألعاب التربية الحركية التي من شأنها تنمية بعض المهارات الأساسية مثل

التوافق والرشاقة وكان العدد الإجمالي للوحدات المقترحة 08 وحدات بمعدل وحدة تعليمية

في الأسبوع خلال شهرين. ويمكن تلخيص الوحدات المقترحة في ما يلي:

**الإطار العام للوحدات التعليمية:** إن الوحدات التعليمية الحديثة تتميز عن الوحدات التقليدية

في كونها مبنية على أسس علمية مضبوطة مراعية لجميع الجوانب المتعلقة بالتلميذ خاصة

فيما يتعلق بخصائص المرحلة العمرية، وبحيث لدينا في هذا البحث مرحلة الطفولة المتأخرة

حيث تتميز بنمو وتطور في الجانب البدني أو النفسي أو الاجتماعي حيث للوحدات

التعليمية في مجال التربية البدنية والرياضية دور كبير في هذا النمو .

**خطوات بناء الوحدات التعليمية المقترحة:** تم بناء الوحدات المقترحة للطور الأول عن

طريق:

- المصادر والمراجع العلمية، وشبكة الإنترنت.

- اللقاءات والتوجيهات من الدكاترة ومعلمي الطور الأول.

- اقتباس المعلومات من الأساتذة والدكاترة من محاضرات الحصص التطبيقية

**تطبيق الوحدات المقترحة :** بعد تحديد العينتين التجريبية والضابطة، وإجراء الاختبارات القبلية، ومن خلال ما تم ذكره من خطوات بناء الوحدات المقترحة لخص الباحثون الوحدات وتتكون 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 والتحضير 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. صدق وثبات الإختبار:

أ. ثبات الإختبار: تم الحصول على ثبات الإختبار من خلال طريقة إعادة الإختبار وذلك بعد اجراء جميع الإختبارات قيد الدراسة على عينة استطلاعية متكونة من 10 تلميذا من تلاميذ القسم التحضيري "ب" في غضون الأسبوع الأول من شهر نوفمبر 2019، وكانت المدة بين تطبيق الإختبار الأول وإعادة الإختبار أسبوع، وتراوحت معاملات الثبات بين ( 0.82 ) إلى (0.64) وهي معاملات مقبولة جدا مما يوضح بأن الإختبارات تتسم بثبات وصدق عاليين.

معامل الصدق	معامل الثبات	الإختبارات
0.90	0.82	إختبار الجري المتعرج بين الشواخص
0.80	0.64	إختبار الدوائر المرقمة

الجدول رقم (01): يمثل صدق و ثبات الإختبار

1-7. الدراسة الإحصائية: لقد اعتمدت الطالبتان الباحثتان خلال إصداره ما للأحكام الموضوعية حول نتائج الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية على تحويل الدرجات الخام المتحصل عليها إلى نتائج بغرض الاستناد عليها في إصدار أحكام موضوعية وتم ذلك من خلال الاستخدام الأمثل لبعض الوسائل الإحصائية التالية:

أ- **المتوسط الحسابي**: وهو الطريقة الأكثر استعمالاً، حيث يعتبر الحاصل لقسمة مجموعة المفردات أو القيم في المجموعة التي أجري عليها القياس،  $1X, 2X, 3X, \dots, 4X, \dots, Xn$  على عدد القيم ( $n$ ) وصيغة المتوسط الحسابي تكتب على الشكل التالي:

حيث:  $\bar{X}$  - المتوسط الحسابي

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

$\sum X$ : هي مجموع القيم

$n$ : عدد القيم (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، صفحة 153)

ب- **الانحراف المعياري**: هو أهم مقاييس التشتت لأنه أدقها، حيث يدخل استعماله في كثير من قضايا التحليل الإحصائي ويرمز له بالرمز ( $\sigma$ )، فإذا كان الانحراف المعياري قليل فإن ذلك يدل على أن القيم متقاربة والعكس صحيح ويكتب على الصيغة التالية:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{n}}$$

حيث  $\sigma$ : الانحراف المعياري.

$\bar{X}$ : المتوسط الحسابي.

$\sum (X - \bar{X})^2$ : قيمة عددية (النتيجة).

$n$ : عدد العينة. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، صفحة 231)

ج- اختبار دلالة الفروق تستودنت للعينات المتساوية بالعدد: يستخدم قياس ت ستودنت

للدلالة الإحصائية ، وكذا قياس مدى دلالة الفرق بين متوسطي المجموعتين ومن أجل ذلك

يستعمل القانون التالي:

$$T = \frac{\bar{x}_2 - \bar{x}_1}{\sqrt{\frac{s^2}{n_1} + \frac{s^2}{n_2}}}$$

حيث:

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

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

n: عدد أفراد العينة.

$s^2$ : الانحراف المعياري للمجموعة الأولى.

$s^2$ : الانحراف المعياري للمجموعة الثانية(نزار مجيد الطالب.محمد السمراي، 1980،

صفحة 76)

**خلاصة الفصل:**

لقد تضمن هذا الفصل منهجية البحث والإجراءات الميدانية التي تم القيام بها ، كما

ثم التطرق إلى الأدوات المستخدمة في البحث، وكذا توزيع العينات وتحديد مجالات البحث

الزمني والمكاني ومختلف الوسائل الإحصائية.

# الفصل الثاني:

عرض و تحليل النتائج ومناقشة

الفرضيات و الاستنتاجات

## 1-2. عرض و تحليل النتائج:

أ. نتائج الاختبارات القبلية لعينتي البحث:

الجدول (02): يبين مدى التجانس بين العينتين عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة

الحرية 26

المتغيرات	وحدة القياس	العينة التجريبية		العينة الضابطة		ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع			
الطول	المتر	1.4	0.03	1.41	0.02	1.16	1.70	غير دال
الوزن	كغ	30.69	1.48	31.05	1.24	0.68		غير دال
إختبار الجري المتعرج بين الشواخص	(ثا)	9.07	0.68	8.35	0.86	0.65		غير دال
إختبار الدوائر المرقمة	(ثا)	4.07	1.14	3.78	1.10	0.18		غير دال

ب. نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للعينة الضابطة إختبار قياس الرشاقة:

الجدول رقم (03): يمثل نتائج القياس القبلي والبعدي للعينة الضابطة في إختبار قياس

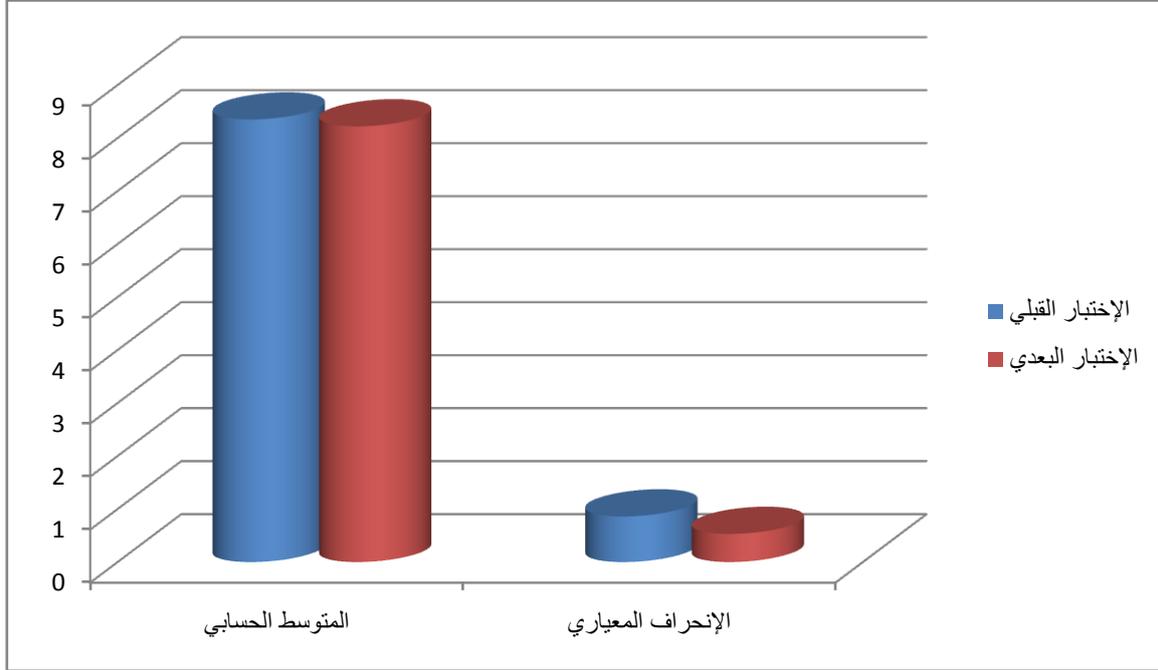
الرشاقة:

المتغيرات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية
	1س	1ع	2س	2ع		
إختبار الجري المتعرج بين الشواخص	8.35	0.86	8.28	0.53	0.22	1.70
مستوى الدلالة	0.05					
درجة الحرية	26					

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في إختبار قياس الرشاقة حيث أن ت

المحسوبة أصغر من ت الجدولية ( $1.70 > 0.22$ ) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية = 26.

الشكل رقم (01): يبين النتائج المبينة في الجدول رقم (03)



ج. نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للعينة التجريبية إختبار قياس الرشاقة:

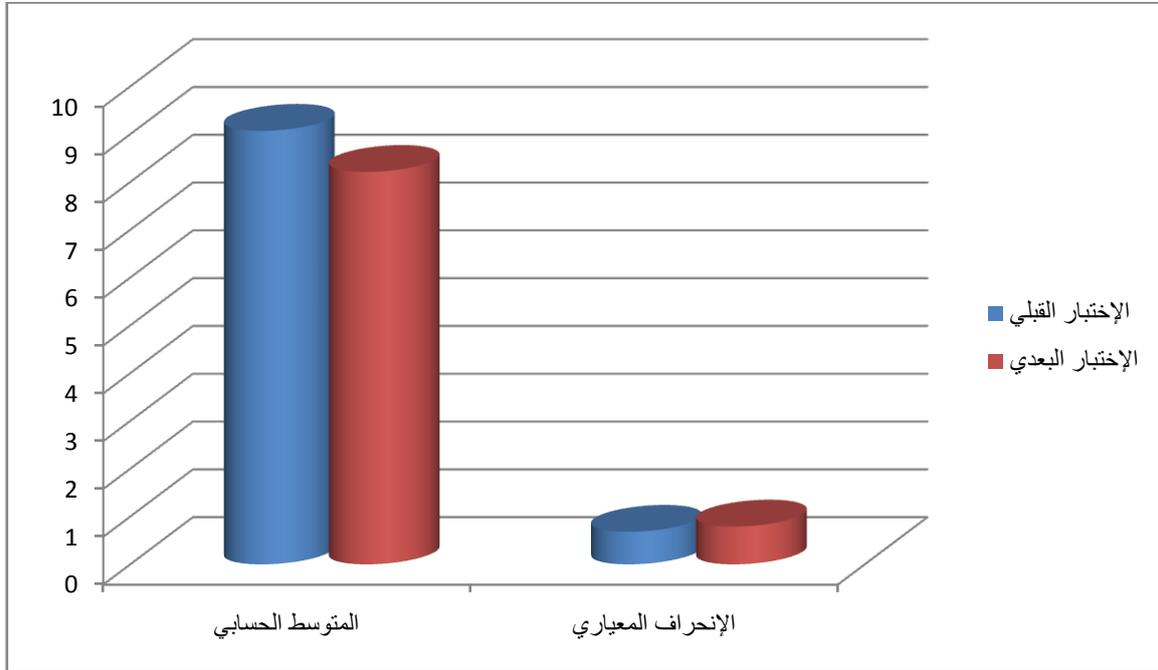
الجدول رقم (04): يمثل نتائج القياس القبلي والبعدي للعينة التجريبية في إختبار قياس الرشاقة:

ت الجدولية	ت المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		المتغيرات
		ع2	س2	ع1	س1	
1.70	2.63	0.79	8.21	0.68	9.07	إختبار الجري المتعرج بين الشواخص
0.05						مستوى الدلالة
26						درجة الحرية

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و البعدي للعينة التجريبية في إختبار قياس الرشاقة عند مستوى الدلالة

0.05 و درجة الحرية = 26، حيث أن ت المحسوبة و المقدره بـ 2.63 أكبر من ت الجدولية و المقدره بـ 1.70.

الشكل رقم (02): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (0)



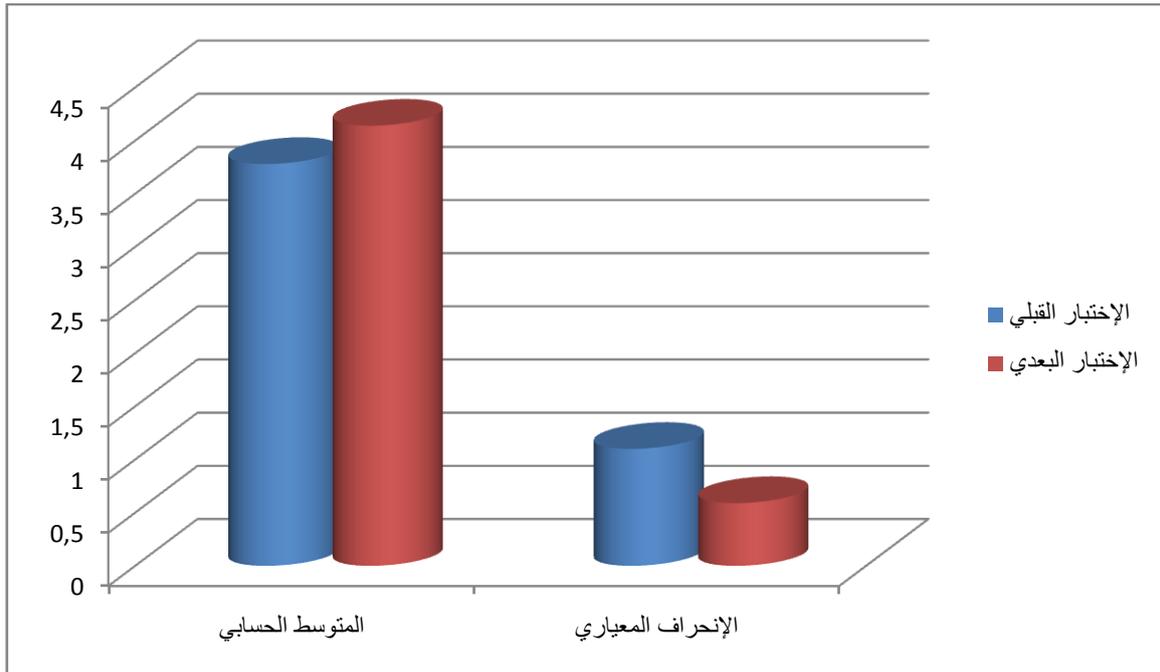
د. نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للعينة الضابطة إختبار قياس التوافق:

الجدول رقم (05): يمثل نتائج القياس القبلي والبعدي للعينة الضابطة في إختبار قياس التوافق:

ت الجدولية	ت المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		المتغيرات
		ع2	س2	ع1	س1	
1.70	1.02	0.59	4.14	1.10	3.78	إختبارالدوائر المرقمة
0.05						مستوى الدلالة
26						درجة الحرية

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستخلص عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي والبعدي بالنسبة للعينة الضابطة في اختبار الدوائر المرقمة، حيث أن ت المحسوبة أصغر من ت الجدولية (  $1.02 < 1.70$  ) وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 26.

الشكل رقم (03): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (05)



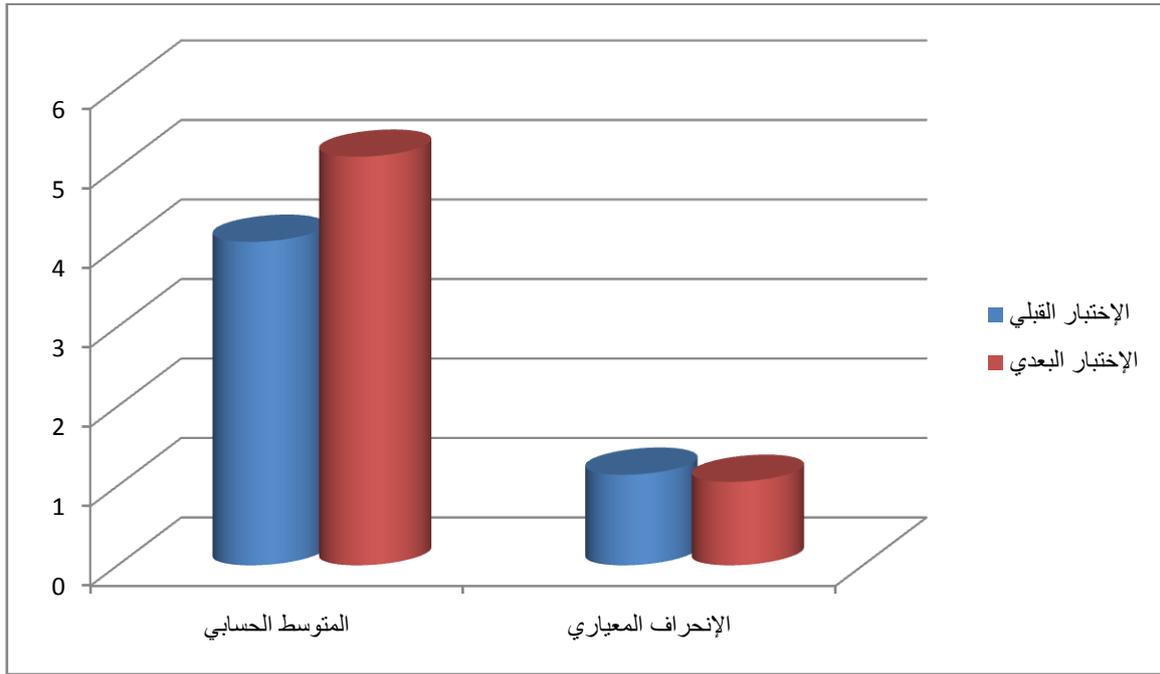
هـ. نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للعينة التجريبية إختبار قياس التوافق:

الجدول رقم (06): يمثل نتائج القياس القبلي والبعدي للعينة التجريبية في إختبار قياس التوافق:

ت الجدولية	ت المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		المتغيرات
		2ع	2س	1ع	1س	
1.70	2.70	1.05	5.14	1.14	4.07	إختبار الدوائر المرقمة
0.05						مستوى الدلالة
26						درجة الحرية

من خلال النتائج المتحصل عليها و المبينة في الجدول رقم ( 05) نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و البعدي لصالح الإختبار البعدي بالنسبة للعينة التجريبية في اختبار قياس التوافق حيث قدرت قيمة ت المحسوبة ب ( 2.70) و هي أكبر من قيمة ت الجدولية (1.70)، عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 26.

الشكل رقم (04): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (06)



## 2-2. مناقشة الفرضيات:

### 2-2-1. مناقشة الفرضية الجزئية الأولى: من خلال النتائج المبينة في الجدولين رقم (02)

نلاحظ عدم وجود فروق معنوية بين الإختبارين القبلي والبعدي بالنسبة للمجموعة الضابطة في اختبار الجري بالتعرج بين الشواخص لقياس الرشاقة، بينما نلاحظ من خلال الجدول رقم (03) أن هناك فروق معنوية بين الإختبارين القبلي والبعدي للعينة التجريبية وهذا ما يدل على أن تطور صفة الرشاقة عند الأطفال ( 5-6) سنوات نتيجة اللعب و الحركة المستمرة وهذا راجع أثر الوحدات التعليمية من خلال البرنامج الحركي البدني المطبق على العينة التجريبية، وهذا ما يتوافق مع دراسة (طبيبي حسين، أيت لونيس مراد، إزري سوانلدة) حيث توصل إلى أن برنامج التربية الحركية تعمل على تنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لأطفال صف الإبتدائي، وهذا ما يدل على صحة الفرضية الجزئية الأولى.

2-2-2. مناقشة الفرضية الجزئية الثانية: يتضح من خلال الجدول رقم ( 04) عدم وجود فروق معنوية للعينة الضابطة بين الإختبارين القبلي والبعدي، أما بالنسبة للجدول رقم ( 05) لاحظنا وجود فروق ذات دلالة معنوية لصالح الإختبار البعدي بالنسبة للعينة التجريبية في اختبار الدوائر المرقمة لقياس مهارة التوافق، وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على أن البرنامج الحركي الذي تم تطبيقه من قبل الطالبان لعب دورا هاما في تنمية صفة التوافق لأطفال الأقسام التحضيرية (5-6) سنوات، وفي هذا الصدد يقول (كماش، صفحة 22) من الصعوبة أن يؤدي المتعلم أي حركة أو مهارة بمجرد عرضها أمامه ولا يتم هذا التعلم بين ليلة وضحاها، وإنما تستمر عملية التعلم والتدريب عدة حتى يصل المتعلم إلى مرحلة الإتقان الكامل، وتتوافق هذه النتائج مع ما تم التوصل إليه في دراسة (الرومي، 1999)، وبالتالي فإن الفرضية الجزئية الثانية ثابتة وصحيحة.

2-2-3. مناقشة الفرضية العامة: من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (03)، والجدول رقم ( 05)، نلاحظ أن هناك فروق معنوية لصالح الإختبار البعدي في قياس مهارتي (الرشاقة والتوافق)، وهذا ما يدل على أن التعلم الحركي من خلال الوحدات التعليمية للنشاط الحركي يساعد على تنمية المهارات الحركية الأساسية عند أطفال الأقسام التحضيرية ( 5-6) سنوات، وهذا ما تم التوصل إليه في الدراسات السابقة المذكورة سالفًا، حيث أن الحركة أو المهارة تؤدي أوتوماتيكية مهما كانت الظروف الخارجية، إذ إن الحركة أصبحت برنامج محسوبة على الذاكرة الحركية ومنسجما مع الأداء الحركي، وتتميز هذه المرحلة بالقدرة على

ربط الحركات والمجموعات الحركية مع بعضها وتوجيه الحركة والتصرف بها، كما أن تطور قابلية التوافق الحركي هي الأساس في تطور التكامل الحركي (كماش، صفحة 23). و هذا ما يثبت صحة الفرضية العامة للدراسة.

### 2-3. الإستنتاجات:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي والبعدي للعينة الضابطة في اختبار قياس الرشاقة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي والبعدي في اختبار قياس الرشاقة لصالح العينة التجريبية.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي والبعدي للعينة الضابطة في اختبار قياس التوافق.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في اختبار قياس التوافق لصالح العينة التجريبية.

### 2-4. الإقتراحات و التوصيات:

- إدماج صحة التربية البدنية والرياضية في التعليم الابتدائي لما لها من أهمية في تنمية المهارات الحركية الأساسية.
- الاعتماد على الوحدات التعليمية في برنامج النشاط الحركي.

- تكوين المعلمين في مجال النشاط الحركي وما يتلائم مع خصائص كل مرحلة من مراحل النمو.

قائمة

المصادر و المراجع

## قائمة المصادر و المراجع

1. إبراهيم, ج. أ. (2001م). (تنظيمات المناهج وتخطيطها وتطويرها. عمان: دارالشروق.
2. أحمد بسطويسي. (1996). اسس ونظريات الحركة. القاهرة: دار الفكر العربي.
3. أحمد, س. ك. (1998). دراسات في سيكولوجية الطفل. الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.
4. الخليفة, ح. ج. (2015). المنهج المدرسي المعاصر. الرياض: مكتبة الرشد.
5. الدليمي, ن. ع. (2012). أساليب في التعلم الحركي. بيروت: دار الكتب العلمية.
6. الرحيم, م. م. (2005). تعليم المهارات الأساسية الرياضية في رياض الأطفال من خلال التربية الحركية. الإسكندرية: دار الوفاء لندنيا الطباعة.
7. الرومي. (1999). تأثير برامج حركية مختلفة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض بعمر (5 - 6) سنوات .
8. السعيد و جاب الله, ع. ا. (2014). المناهج المدرسية بين الأصالة و المعاصرة. مكتبة الرشد.
9. السمراي, ي. أ. (1984). طرق التدريس في مجال التربية الرياضية .
10. المفتي, م. أ. (2015). أسس بناء المناهج وتنظيماتها. دار المسيرة للنشر و التوزيع.
11. الهاشمي, ف. ي. (2012). أصول التربية الحركية لأطفال ما قبل المدرسة. مصر: دار ومكتبة الإسراء لطباعة ونشر الكتب الجامعية والعلمية.
12. الوافي, ع. ا. (2006). مدخل إلى علم النفس. الجزائر: دار هومة.
13. حسين, ز. ح. (2010). مدخل الى المنهج الدراسي رؤية عصرية. الرياض: دار الصولتية للنشر والتوزيع.
14. راتب, أ. أ. (2007). نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال. القاهرة: دار الفكر العربي.
15. راتب, أ. ك. (1999). النمر الحركي. القاهرة: دار الفكر العربي.

16. زيتون، ح. ح. (2010). مدخل الى المنهج الدراسي رؤية عصرية. الرياض: دار الصولتية للنشر والتوزيع.
17. شرف، ع. ا. (2005). التربية الحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
18. صابر، ف. ع. (2006). التربية الحركية وتطبيقاتها. الإسكندرية: دار الوفاء دنيا الطباعة.
19. طيبي حسين، أيت لونيس مراد، إزري سواندة. تأثير برنامج تربية حركية على تنمية المهارات الحركية الأساسية والقدرات الحركية لدى تلاميذ الصف الرابع ابتدائي. بومرداس: جامعة بومرداس.
20. عفاف، ع. (2008). الإتجاهات الحديثة في التربية الحركية. الإسكندرية: دار الوفاء.
21. علاوي، م. ح. (1994). علم النفس الرياضي. دار المعارف.
22. متعب، و. ص. -س. (1991). التعلم الحركي و تطبيقاته في التربية البدنية و الرياضية. بيروت: دار الكتب العلمية.
23. مروان عبد المجيد إبراهيم. (2000). الإحصاء الوصفي والإستدلالي. عمان: دار الفكر.
24. مفتي، إ. ح. (1996). التدريب الرياضي للجنسين. المركز العربي للنشر الزقازيق.
25. مفتي، إ. ح. (1994). التربية الحركية و تطبيقاتها. مؤسسة المختار للنشر و التوزيع.
26. نزار مجيد الطالب. محمد السمرائي. (1980). مبادئ الإحصاء و الإختبارات البدنية و الرياضية. جامعة الموصل. بغداد: دار الكتاب للطباعة و النشر.
27. وليم عبيد و مجدي، ع. إ. (1999). روى تربية للقرن الحادي والعشرين، ط 2 - تنظيمات معاصرة للمناهج. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
28. يجي مصطفى عليان. (1999). وسائل تكنولوجيا التعلم. دار الصفاء.

الملاحق

# الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

## الوحدة التعليمية رقم (01)

عدد التلاميذ: 24

المؤسسة: بلبشير حمو حي 600 مسكن

المكان: ملعب المدرسة

المستوى: الطور الابتدائي

الهدف التعليمي: إشراك كل الجسم في المواقف الحركية المختلفة

الوسائل المستعملة:

النشاط التعليمي	المحتوى	الزمن	شروط النجاح
المرحلة التحضيرية	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التنظيم: الوقوف على شكل قوس أمام المعلم.</li> <li>✓ شرح الحصة</li> <li>✓ تقسيم التلاميذ إلى أفواج</li> <li>✓ القيام بعماية الإحماء</li> </ul>	15 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التأكد من سلامة مكان العمل</li> <li>✓ التأكد من سلامة وصحة التلاميذ</li> <li>✓ الحث على الجدية في العمل</li> </ul>
المرحلة الرئيسية	<p>يتم تقسيم كل فريق إلى أربعة (04) أفواج.</p> <p>يقف كل فريق مقابلا للفريق الآخر على شكل قاطرتين.</p> <p>يقوم كل تلميذ بالجري لمسافة 15 مترا ذهابا وإيابا حاملا الكرة ثم يعطيه لزميله الذي يقوم بإرجاعها لآخر فرد في المجموعة</p>	25 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ احترام خط الإنطلاق و الوصول.</li> <li>✓ تعلم الجري في الرواق على خط مستقيم.</li> <li>✓ تعلم التوازن أثناء الجري مع حمل الكرة</li> </ul>
المرحلة الختامية	تمديد العضلات	05 دقائق	<ul style="list-style-type: none"> <li>العمل على الإسترخاء الجيد</li> <li>لكافة أعضاء الجسم والرجوع إلى حالة الهدوء</li> </ul>

## الوحدة التعليمية رقم (02)

عدد التلاميذ: 24

المؤسسة: بلبشير حمو حي 600 مسكن

المكان: ملعب المدرسة

المستوى: الطور الابتدائي

الهدف التعليمي: إشراك كل الجسم في المواقف الحركية المختلفة

الأدوات المستعملة: صافرة، أقماع، كرة

النشاط التعليمي	المحتوى	الزمن	شروط النجاح
المرحلة التحضيرية	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التنظيم: الوقوف على شكل قوس أمام المعلم،</li> <li>✓ شرح الحصة</li> <li>✓ تقسيم التلاميذ إلى أفواج</li> <li>✓ القيام بعماية الإحماء</li> </ul>	15 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التأكد من سلامة مكان العمل</li> <li>✓ التأكد من سلامة وصحة التلاميذ</li> <li>✓ الحث على الجدية في العمل</li> </ul>
المرحلة الرئيسية	<p>يتم تقسيم كل فريق إلى أربعة (04) أفواج.</p> <p>يقف كل فريق مقابلا للفريق الآخر على شكل قاطرتين.</p> <p>يقوم كل تلميذ بتمرير الكرة باليد باتجاه زميله في الفريق المقابل، وعلى الزميل استقبال الكرة دون فقدانها</p>	25 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ تعليم عملية التمرير والإستقبال باليد.</li> <li>✓ التركيز على إيصال الكرة إلى الزميل.</li> <li>✓ التركيز على عملية الإستقبال</li> </ul>
المرحلة الختامية	تمديد العضلات	05 دقائق	الرجوع إلى حالة الهدوء

### الوحدة التعليمية رقم (03)

عدد التلاميذ: 24

المؤسسة: بلبشير حمو حي 600 مسكن

المكان: ملعب المدرسة

المستوى: الطور الابتدائي

الهدف التعليمي: الحفاظ على توازن الجسم أثناء المواقف المختلفة

الأدوات المستعملة: صافرة، أقماع، حبل، صفائح بلاستيكية

النشاط التعليمي	المحتوى	الزمن	شروط النجاح
المرحلة التحضيرية	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التنظيم: الوقوف على شكل قوس أمام المعلم،</li> <li>✓ شرح الحصة</li> <li>✓ تقسيم التلاميذ إلى أفواج</li> <li>✓ القيام بعماية الإحماء</li> </ul>	15 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التأكد من سلامة مكان العمل</li> <li>✓ التأكد من سلامة وصحة التلاميذ</li> <li>✓ الحث على الجدية في العمل</li> </ul>
المرحلة الرئيسية	<p>يتم تقسيم التلاميذ إلى ثنائيات مثنى مثنى بحيث يقف التلاميذ عند خط الإنطلاق (محدد بقمع) في الصف الأمامي.</p> <p>و الصف الآخر خلفهم مباشرة ويبعد بـ 2 متر وعند الإشارة ينطلقان بالجري بأقصى سرعة ممكنة ويحاول كل تلميذ من الصف الخلفي الإمساك بزميله الذي في الصف الأمامي قبل الوصول إلى خط النهاية الذي يبعد 15 م و محدد بقمع</p>	25 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التنسيق الحركي أثناء الجري بين الأطراف العلوية و السفلى.</li> </ul>
المرحلة الختامية	تمديد العضلات	05 دقائق	الرجوع إلى حالة الهدوء

## الوحدة التعليمية رقم (04)

عدد التلاميذ: 24

المؤسسة: بلبشير حمو حي 600 مسكن

المكان: ملعب المدرسة

المستوى: الطور الابتدائي

الهدف التعليمي: الحفاظ على توازن الجسم أثناء المواقف المختلفة

الأدوات المستعملة: صافرة، أقماع، حبل، صفائح بلاستيكية

النشاط التعليمي	المحتوى	الزمن	شروط النجاح
المرحلة التحضيرية	✓ التنظيم: الوقوف على شكل قوس أمام المعلم، ✓ شرح الحصة ✓ تقسيم التلاميذ إلى أفواج ✓ القيام بعماية الإحماء	15 دقيقة	✓ التأكد من سلامة مكان العمل ✓ التأكد من سلامة وصحة التلاميذ ✓ الحث على الجدية في العمل
المرحلة الرئيسية	لعبة شد الحبل: يقسم التلاميذ إلى مجموعتين متقابلتين ويرسم خط بينهما و عند الإشارة تقوم كل مجموعة بسحب الحبل إلى المنطقة المحددة الخاصة بها.	25 دقيقة	✓ عدم السقوط على الأرض. ✓ المحافظة على التوازن. ✓ العمل الجماعي كفريق.
المرحلة الختامية	تمديد العضلات	05 دقائق	الرجوع إلى حالة الهدوء

## الوحدة التعليمية رقم (05)

عدد التلاميذ: 24

المؤسسة: بلبشير حمو حي 600 مسكن

المكان: ملعب المدرسة

المستوى: الطور الابتدائي

الهدف التعليمي: الحفاظ على توازن الجسم أثناء المواقف المختلفة

الأدوات المستعملة: صافرة، أقماع، حبل، صفائح بلاستيكية

النشاط التعليمي	المحتوى	الزمن	شروط النجاح
المرحلة التحضيرية	✓ التنظيم: الوقوف على شكل قوس أمام المعلم، ✓ شرح الحصة ✓ تقسيم التلاميذ إلى أفواج ✓ القيام بعماية الإحماء	15 دقيقة	✓ التأكد من سلامة مكان العمل ✓ التأكد من سلامة وصحة التلاميذ ✓ الحث على الجدية في العمل
المرحلة الرئيسية	لعبة الدودة: تشكل قاطرة من 05 إلى 07 تلاميذ ويقوم تلميذ آخر الذي يمثل المنافس بمحاولة الوصول إلى آخر عنصر في القاطرة و إمساكه و يحاول أول تلميذ (القائد) منعه من الوصول.	25 دقيقة	✓ المحافظة على التوازن. ✓ العمل الجماعي كفريق.
المرحلة الختامية	تمديد العضلات	05 دقائق	الرجوع إلى حالة الهدوء

## الوحدة التعليمية رقم (06)

عدد التلاميذ: 24

المؤسسة: بلبشير حمو حي 600 مسكن

المكان: ملعب المدرسة

المستوى: الطور الابتدائي

الهدف التعليمي: إظهار القدرة على التواصل مع الزملاء أثناء اللعب

الأدوات المستعملة: صافرة، أقماع، حبل، صفائح بلاستيكية

النشاط التعليمي	المحتوى	الزمن	شروط النجاح
المرحلة التحضيرية	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التنظيم: الوقوف على شكل قوس أمام المعلم،</li> <li>✓ شرح الحصة</li> <li>✓ تقسيم التلاميذ إلى أفواج</li> <li>✓ القيام بعماية الإحماء</li> </ul>	15 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التأكد من سلامة مكان العمل</li> <li>✓ التأكد من سلامة وصحة التلاميذ</li> <li>✓ الحث على الجدية في العمل</li> </ul>
المرحلة الرئيسية	<p>تقسيم التلاميذ إلى فريقين متقابلين بينهما الشبكة وعند الإشارة يحاول كل عنصر من الفريق تمرير الكرة فوق الشبكة وإسقاطها في منطقة الفريق المنافس.</p> <p>التنوع: تمرير الكرة بين الزملاء ثم نحو الفريق المنافس.</p>	25 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ مشاركة جميع أفراد الفريق في التمرير والإستقبال.</li> <li>✓ العد بصوت مرتفع من طرف جميع عناصر الفريق.</li> </ul>
المرحلة الختامية	تمديد العضلات	05 دقائق	الرجوع إلى حالة الهدوء

## الوحدة التعليمية رقم (07)

عدد التلاميذ: 24

المؤسسة: بلبشير حمو حي 600 مسكن

المكان: ملعب المدرسة

المستوى: الطور الابتدائي

الهدف التعليمي: سرعة الإستجابة و التناسق

الأدوات المستعملة: كرة، أقماع

النشاط التعليمي	المحتوى	الزمن	شروط النجاح
المرحلة التحضيرية	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التنظيم: الوقوف على شكل قوس أمام المعلم،</li> <li>✓ شرح الحصة</li> <li>✓ تقسيم التلاميذ إلى أفواج</li> <li>✓ القيام بعماية الإحماء</li> </ul>	15 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ التأكد من سلامة مكان العمل</li> <li>✓ التأكد من سلامة وصحة التلاميذ</li> <li>✓ الحث على الجدية في العمل</li> </ul>
المرحلة الرئيسية	<p>لعبة المناداة على الزميل: يقف التلاميذ في دائرة ويقف الرامي في وسطها حيث يرمي الكرة إلى الأعلى وينادي إسم أحد التلاميذ، ويحاول التلميذ المنادى عليه مسك الكرة بعد ارتدادها على الأرض</p>	25 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ عدم التكتل أثناء الجري.</li> <li>✓ لكل فريق كرتة الخاصة و تكون بلون مغاير حتى لا يتم اصطدام التلاميذ.</li> </ul>
المرحلة الختامية	تمديد العضلات	05 دقائق	الرجوع إلى حالة الهدوء

## الوحدة التعليمية رقم (08)

عدد التلاميذ: 24

المؤسسة: بلبشير حمو حي 600 مسكن

المكان: ملعب المدرسة

المستوى: الطور الابتدائي

الهدف التعليمي: التنسيق الحركي أثناء الجري و القفز

الأدوات المستعملة: كرة، أقماع، صافرة، حلقات

شروط النجاح	الزمن	المحتوى	النشاط التعليمي
<p>✓ التأكد من سلامة مكان العمل</p> <p>✓ التأكد من سلامة وصحة التلاميذ</p> <p>✓ الحث على الجدية في العمل</p>	15 دقيقة	<p>✓ التنظيم: الوقوف على شكل قوس أمام المعلم،</p> <p>✓ شرح الحصة</p> <p>✓ تقسيم التلاميذ إلى أفواج</p> <p>✓ القيام بعماية الإحماء</p>	المرحلة التحضيرية
<p>✓ الجري في المسار بطريقة مستقيمة.</p> <p>✓ القفز داخل الحلقات.</p> <p>✓ إسقاط الكرة داخل الحلقة الموضوعة في الأرض</p>	25 دقيقة	<p>يصطف التلاميذ على شكل قاطرة ويبدأ التلميذ بالجري لمسافة 15م، ثم يغير المسار ويقفز داخل حلقات، ثم يرمي الكرة في حلقة معينة موضوعة في الأرض.</p>	المرحلة الرئيسية
الرجوع إلى حالة الهدوء	05 دقائق	تمديد العضلات	المرحلة الختامية



