

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم : تربية بدنية و رياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية و الرياضية

## بعنوان:

فاعلية وحدات تعليمية مقترحة لتعلم بعض المهارات الاساسية في  
الكرة

بحث تجريبي اجري على تلاميذ السنة اولى ثانوي (15-18)بثانوية الرائد فراخ ببشار

الأستاذ المشرف :

/ خالد وليد

إعداد الطلبة :

\* خالد مراح

\* حاج جيلاني فاتح

\* بختاوي ابو بكر

السنة الجامعية : 2016/2015

# الإهداء



أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع إلى من أعطتني الحياة ومنبع الحنان: أمي ثم أمي  
أمي

إلى من مهد لي الطريق من أجل الخوض في الحياة: أبي إلى كل أفراد العائلة إلى  
كل من تربطني بهم صلة قرابة إلى الأستاذ القدير و المشرف خالد وليد

الذي كان له الفضل الكبير في إتمام هذا العمل .

إلى كل أصدقاء bac 2013 إلى الاستاذ مرزوقي محمد امين

إلى أصدقاء الحياة الجامعية :عدة لطرش .-عمر ايت قاسم -حمو محفوظ -\_هشام

مباركي

إلى أصدقاء الفوج 01 تخصص سباحة.

إلى من ساهم في إنجاز هذا العمل من قريب أو من بعيد ولو بالكلمة الطيبة .

إلى كل من يصلهم قلبي ولم يكتبهم قلبي .

## شكر و تقدير

قال الله تعالى: و قال رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي

وأن

أعمل صالحا ترضاه وادخلني برحمتك في عبادك الصالحين 9 النمل :19.

فالحمد لله حمد الشاكرين موصولا بالثناء عليه وتوفيقه لنا في إتمام إنجاز

هذه المذكرة ،فالحمد له أولا والشكر له ثانيا ، والفضل له ثالثا.

وقال الرسول: من لم يشكر الناس لم يشكر الله

حيث نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ خالد وليد المشرف على مذكرة تخرجنا هذه

لما

أسدى لنا به من نصح وتوجيه .

وإلى جميع الأساتذة الذين درسونا ،وإلى الطاقم الإداري و البيداغوجي لقسم تربية

بدنية و رياضية

ولا يفوتنا أيضا التنويه بالتسهيلات العملية المدرسين الكرام :الاستاذ مرزوقي محمد

امين و الاستاذ بو شيببة مصطفى

كما نتقدم بالشكر الكبير الاسرة التربوية

وإلى كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد .

## قائمة الأشكال

الرقم	العنوان
1	يمثل طريقة اداء اختبار تكرار التمرير مع الحائط
2	يمثل الاداء الصحيح لمهارة التمرير من اعلى
3	يمثل اختبار التمرير من اعلى
4	يمثل اختبار التمرير من اسفل بالذراعين
5	يمثل اختبار التمرير من الاسفل بالذراعين
6	يمثل اختبار الدقة في التمرير من اسفل بالذراعين
7	يمثل اختبار الارسال من اعلى او من اسفل
8	يمثل اختبار الارسال من اعلى او من اسفل
9	يمثل اختبار الارسال من اعلى او من اسفل
10	يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار التمرير الاول للعيينة التجريبية
11	يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار التمرير الثاني للعيينة التجريبية
12	يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار الاستقبال الثاني للعيينة التجريبية
13	يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار الاستقبال الثالث للعيينة التجريبية
14	يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار الارسال الاول للعيينة التجريبية

15	يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار الارسال الثالث للعيينة التجريبية
16	يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية للاختبارات البعدية في التمرير الاول
17	يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية للاختبارات البعدية في التمرير الثاني
18	يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية للاختبارات البعدية في الاستقبال الثاني

19	يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية للاختبارات البعدية في الاستقبال الثالث
20	يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية للاختبارات البعدية في الارسال الاول
21	يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية للاختبارات البعدية في الارسال الثالث

### قائمة الجداول

الرقم	العنوان
1	يمثل الجدول النسبة المئوية لعينة البحث
2	يمثل صدق و ثبات الاختبارات المطبقة
3	يمثل نتائج الاختبارات المهارية القبلية و البعدية للعينة الضابطة
4	يمثل نتائج الاختبار الاول في التمرير بالنسبة للعينة الضابطة
5	يمثل نتائج الاختبار الثاني في التمرير بالنسبة للعينة الضابطة
6	يمثل نتائج الاختبار الثاني في الاستقبال بالنسبة للعينة الضابطة
7	يمثل نتائج الاختبار الثالث في الاستقبال بالنسبة للعينة الضابطة
8	يمثل نتائج الاختبار الاول في الارسال بالنسبة للعينة الضابطة
9	يمثل نتائج الاختبار الثالث في الارسال بالنسبة للعينة الضابطة
10	يمثل نتائج الاختبارات المهارية القبلية و البعدية للعينة التجريبية
11	يمثل نتائج الاختبار الاول في التمرير بالنسبة للعينة التجريبية
12	يمثل نتائج الاختبار الثاني في التمرير بالنسبة للعينة التجريبية
13	يمثل نتائج الاختبار الاول في الاستقبال بالنسبة للعينة التجريبية
14	يمثل نتائج الاختبار الثالث في الاستقبال بالنسبة للعينة التجريبية
15	يمثل نتائج الاختبار الاول في الارسال بالنسبة للعينة التجريبية

16	يمثل نتائج الاختبار الثالث في الارسال بالنسبة للعينه التجريبية
17	يمثل نتائج اختبارات البعدية العينتين التجريبية و الضابطة
18	يمثل نتائج البعدية للاختبار الاول في التمرير للعينتين التجريبية و الضابطة
19	يمثل نتائج البعدية للاختبار الثاني في التمرير للعينتين التجريبية و الضابطة
20	يمثل نتائج البعدية للاختبار الثاني في الاستقبال للعينتين التجريبية و الضابطة
21	يمثل نتائج البعدية للاختبار الثالث في الاستقبال للعينتين التجريبية و الضابطة
22	يمثل نتائج البعدية للاختبار الاول في الارسال للعينتين التجريبية و الضابطة
23	يمثل نتائج البعدية للاختبار الثالث في الارسال للعينتين التجريبية و الضابطة
24	يدرس حجم تأثير الوحدات التعليمية في تعلم المهارات الاساسية للكرة الطائرة على العينة التجريبية

### قائمة المحتويات

ص	العنوان
	ج- اهداء
	د- شكر و تقدير
	ملخص البحث
	ط - قائمة الجداول
	ي- قائمة الاشكال
	قائمة المحتويات
	التعريف بالبحث
2	1- مقدمة
4	2- مشكلة
5	3- اهداف
6	4- فرضيات

7	5- مصطلحات البحث
8	6- الدراسات المشابهة
12	الباب الاول : الجانب النظري
13	الفصل الاول : التعلم
15	تمهيد
15	1- مفهوم التعلم
16	2- انواع التعلم
17	3- مراحل التعلم
17	3-1- مرحلة التعلم الخام
17	3-2- مرحلة التعلم الدقيق
17	3-3- مرحلة التعلم الثابتة
18	4- نظريات التعلم
19	4-1- نظرية الارتباط الشرطي
20	4-2- نظري التعلم بالمحاولة و الخطأ
21	4-3- نظرية التعلم بالاستبصار
22	5- طرق التعلم
23	5-1- الطريقة الجزئية لتعلم المهارات الحركية
23	5-2- الطريقة الكلية لتعلم المهارة الحركية
24	5-3- الطريقة الكلية الجزئية لتعلم المهارات الحركية
25	6- العوامل التي تؤثر في التعلم
25	الخلاصة
26	الفصل الثاني : المراهقة
28	تمهيد
28	1- تعريف المراهقة .

30	2- خصائص المراهقة .
34	3- مظاهر البلوغ عند الجنسين .
44	4- مشاكل المراهقة .
46	5- مميزات المراهقة

48	الباب الثاني : الجانب الميداني للموضوع
49	الفصل الاول : منهجية البحث و الاجراءات الميدانية
50	تمهيد
50	1- المنهج المتبع
50	2- مجتمع و عينة البحث
51	3-متغيرات البحث
51	3-1 المتغير المستقل
51	3-2 المتغير التابع
52	3-3 ضبط المتغيرات
54	4- مجالات البحث
54	5- ادوات البحث
66	6- الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة
66	6-1 دراسة الصدق و الثبات
67	7- الوسائل الاحصائية
67	7-1 المتوسط الحسابي
67	7-2 الانحراف المعياري
68	7-3 اختبار توزيع ت ستيودنت
68	7-4 معامل الارتباط لبيرسون

69	الفصل الثاني : عرض و تحليل النتائج
70	1- عرض و تحليل النتائج
70	1-1 عرض و تحليل نتائج اختبارات العينة الضابطة
75	1-2 عرض و تحليل نتائج اختبارات العينة التجريبية
83	1-3 عرض و تحليل نتائج اختبارات البعدية العينتين التجريبية و الضابطة
92	1-4 دراسة حجم التأثير
93	2- الاستنتاجات
94	3- مناقشة الفرضيات
94	3-1 التحقق من صحة الفرضية التالية
97	4- الاقتراحات
97	5- الخلاصة العامة
101	6- المصادر و المراجع
	7- الملاحق

**\*التعريف بالبحث :**

1- مقدمة

2- مشكلة

3- اهداف

4- فرضيات

5- مصطلحات البحث

6- الدراسات المشابهة

تعد التربية البدنية و الرياضية جزءا لا يتجزأ من التربية العامة و ذلك لاستهدافها جوانب عديدة في شخصية الفرد و يرى علماء النفس و التربية ان الهدف التربوي و التعليمي الجيد لابد ان يشتمل التلميذ ككل جسميا و عقليا و نفسيا لكي تتم العملية التربوية (زغلول 1995، 12) حيث اصبحت الرياضة احد المظاهر الحديثة التي تعكس تقدم الدول و رقيها فاهتمامها في بناء الفرد الفاعل في المجتمع.

فالتربية البدنية و الرياضية تعمل على تنمية و بلورة شخصية الفرد من جميع النواحي الحركية منها و النفسية و الاجتماعية معتمدة في ذلك على الانشطة البدنية و الرياضية كدعامة ثقافية و اجتماعية اذ تمنح المتعلم رصيذا صحيا يضمن له توازنا سليما و تعايشا منسجما مع المحيط الخارجي وكل هذا يأتي نتيجة التعليم الرياضي .

وعليه فان التعلم الرياضي هو تعلم المبادئ الاساسية لمهارة رياضية و الوصول بها حافة اللعب و طرق نحو التعلم هو ذلك التحسن الملحوظ في اداء الحركات الرياضية بعد اكتساب الخبرات و المعرفة كما ان للتعلم الرياضي نظريات متعددة و مختلفة نذكر منها نظريات الارتباط الشرطية , نظريات التعلم بالتجربة او الخطأ , نظرية التعلم بالاستبصاروعليه ان نظريات التعلم كل واحد منها لها مبادئ تقوم عليها و لا يمكن اعتبارها مسلمات يعتمد عليها و لكن على المدرس الناجح ان يوظفها في العملية حسب مقتضيات اهداف البرامج و الوحدات التعليمية في تعلم المهارات الاساسية و المعرف و المعطيات النظرية(دعوص، 52) , و قد استندنا نحن الطلبة الباحثون في عملية تطبيق البرنامج على النظريات المذكورة سابقا .

و من منطلق الاهتمام بالتربية البدنية و الرياضية و بشكل دقيق تطرقنا الى الطور الثاني و بالتحديد السنة الاولى و نشاط الكرة الطائرة و ممارسة هذه الرياضة خلال البرنامج التربوي .

ان الكرة الطائرة من بين الرياضات الجماعية و ذات تأثير ايجابي في ميدان التربية الرياضية داخل المؤسسات التربوية في حصة التربية البدنية و الرياضية تتميز رياضة الكرة الطائرة بقانون مبسط تمارس بكلا الجنسين و مختلف الاعمار حيث كل فريق في الملعب يتكون من 6 لاعبين تفصل بينهم شبكة و هذا يجعلها من الرياضات التي تقل فيها مظاهر العنف و الاصابات بالإضافة الى ما تقدمه الى مزاوليها من بنية جسمية مميزة و مهارات حركية تزيد من جماليتها و هذه المهارات تتطلب الكثير من الاهتمام باعتبارها ابجديات كرة الطائرة و من بينها التمرير - الاستقبال - الارسال

و الذي هو موضوع بحثنا فعالية وحدات تعليمية مقترحة لتعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة طور ثانوي (15-16) سنة .

الدافع لدراستنا لهذا الموضوع هو ملاحظتنا للنقص الموجود في تعلم الاداء الصحيح للمهارات الاساسية للكرة الطائرة بالإضافة الى الممارسة القليلة نوعا ما لهذه الرياضة في الثانويات حيث احتوت دراستنا على بابين الاول الدراسة النظرية الذي يحتوي على

ثلاثة فصول الفصل الاول يتمثل في التعلم و نظرياته و طرقه اما الفصل الثاني فيتمثل في المهارات الاساسية في الكرة الطائرة و طرق تعلمها و الفصل الثالث فيتمثل في مرحلة المراهقة و اهم ما يميز المراهق في هاته الفترة من تغيرات في جميع المجالات اما الباب الثاني و الذي يحتوي على فصلين الفصل الاول يتمثل

في منهجية البحث و اجراءاته الميدانية و المراحل التي انتهجناها في دراسة التطبيقية اما الفصلالثاني يتمثل في عرض و تحليل النتائج و الاستنتاجات و الاقتراحات

## 2- الاشكالية :

تعتبر رياضة كرة الطائرة من بين الرياضات الاكثر شعبية و تطورا التي تزاول في المسابقات الدولية و العالمية و ذلك لميزتها عن باقي الالعاب الجماعية من ناحية الاداء الفني و المهارى و الخطط التكتيكية ,حيث شهدت هذه الرياضة وخاصة في الآونة الاخيرة انتشارا واسعا في جميع انحاء العالم.

و كباقي الالعاب الرياضية الجماعية لرياضة كرة الطائرة متطلبات مهارية تعتبر أبجديات هذه اللعبة و يشترط في تعلمها الدقة و فنيات عالية حيث توجد مهارات دفاعية من بينها الاستقبال الصد الدفاع عن الملعب و مهارات هجومية تتمثل في الارسال الاعداد التمير و السحق و من بين هذه المهارات مهارة الاستقبال الارسال و التمير حيث اذا تم تعلمها بشكل صحيح تضمن الفوز للفريق و تعطيه فرص عديدة

للريح بالمباراة و لهذه المهارات عدة طرق لتعليمها حسب خصائص كل متعلم .  
قد لاحظتتا نحن الاساتذة المتريصين داخل الثانويات النقص الواضح في مزاولة هذه اللعبة و الراجع الى عدم اتقان الجيد للمهارات الاساسية في كرة الطائرة و لذلك و مما سبق يمكن ان نطرح التساؤلات التي بإمكانها ان ترفع اللبس عن تعلم هذهالمهارات (التمير - الاستقبال - الارسال) ودورها في اللعب الجيد و من خلال هذا نطرح التساؤل التالي " ما مدى فعالية الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الاساسية لكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

- هل الوحدات التعليمية المقترحة تساعد على تعلم المهارات الاساسية للكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

- ما حجم تأثير الوحدات التعليمية في تعلم المهارات الاساسية للكرة الطائرة ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينتين التجريبية و الضابطة في الاختبارات البعدية ؟

**3- اهداف البحث :** نحن الطلبة حاج جيلاني فاتح - مراح خالد - بختاوي ابو بكر نهدف الى :

- معرفة مدى فعالية وحدات تعليمية مقترحة في تعلم بعض المهارات الاساسية للكرة الطائرة لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي

- تعلم الاداء الصحيح لبعض المهارات الاساسية لكرة الطائرة لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي

**4- فرضيات البحث :**

من خلال تساؤلات المطروحة في الاشكالية السابقة تم وضع الفرضيات التي من خلالها يمكننا ان ننطلق في عملية البحث و هي على النحو التالي :

**4-1- الفرضية العامة :**

للوحدات التعليمية المقترحة اثر ايجابي في تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة الطائرة لدى تلاميذ سنة اولى ثانوي

**4-2 الفرضيات الجزئية :**

-الوحدات التعليمية المقترحة تساعد على تعلم المهارات الاساسية للكرة الطائرة  
لدى تلاميذ الطور الثانوي.

-هناك تأثير كبير للوحدات التعليمية على تعلم المهارات الاساسية في الكرة  
الطائرة .

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينتين التجريبية و الضابطة في  
الاختبارات البعدية .

#### **5- اهمية البحث :**

ان اختيار هذا البحث راجع الى التأكيد على اهمية الوحدات التعليمية في عملية  
التعليم في مجال التربية البدنية و الرياضية

- قلة انجذاب تلاميذ السنة الاولى الى رياضة كرة الطائرة بكثرة

- غياب التعليم الصحيح لمهارات كرة الطائرة

#### **6- مصطلحات البحث :**

**6-1- الوحدات التعليمية:** هي عبارة عن حصص تعليمية منظمة و منسقة و  
مركبة ضمن غرض او هدفخاص لكل حصة لكي تقدم الهدف العام لهذه الوحدات  
كما يراها واضعها و تحمل صفات و مميزات درس التربية البدنية و الرياضية و  
تشمل اهدافه الرئيسية التي تتمثل في اهداف حركية و اهداف نفسية و  
اجتماعية(عطاءالله 2009، ص 13-14)

#### **6-2- التعلم :**

يعرفه علماء النفس و علم الحركة هو تعلم المبادئ الاساسية لمهارة رياضية و الوصول بها حافة اللعب و طرق نحو التعلم هو ذلك التحسن الملحوظ في اداء الحركات الرياضية بعد اكتساب الحبرات و المعرفة(معوض 1997، ص 52)

### 6-3- المهارات الاساسية :

وتشمل المهارات الهجومية و الدفاعية و تعتبر بمثابة اساس اللعبة و حقيقة ان للعبة ثلاثة اركان هامة في جانب الناحية النفسية و الاعداد الذهني يراعى عند وضع مادة

التدريب خلال مواسم رياضية , و هي الاعداد البدني و المهارات الحركية و خطط اللعب (زايد 2003، ص 41)

### 6-4- الكرة الطائرة :

هي لعبة جماعية تتكون من فريقين كل فريق يتكون من ستة لاعبين في ملعب بطول 18 م و عرض 9 م تفصل بينهما شبكة بارتفاع 2.43 م للرجال و 2.24 م للنساء و هدف اللعبة اسقاط الكرة في ملعب الخصم تتميز بعدم و جود احتكاكات بين اللاعبين و الاصابات .(خطابية 2002، 20)

### 6-5- التلميذ :

هو ذلك الفرد الذي يسلم نفسه للمعلم حتى يتعلم منه صفة او علما و سعيا في طلب العلم و المعرفة لتغذية رصيده المعرفي و تنمية جوانب شخصيته .(عياش 1987، 37-36)

6-6- الثانوية :هي مؤسسة تربية و تعليمية تهدف الى تربية التلميذ بالدرجة الاولى ثم تعليمه و هي مرحلة ينتقل اليها التلميذ بعد مزاولته الاكاديمية تحضيريا

لدراسته الجامعية تتراوح اعمار تلاميذ الثانوية ما بين 15-18 سنة . (عياش  
1987، 36)

#### 7- الدراسات المشابهة :

ان التطرق في عملية البحث العلمي الى البحوث و الدراسات السابقة و المشابهة  
نقطة لا بد المرور بها و ذلك لا عطائنا نظرة مبسطة للبحث و لأجل هذا قمنا  
بمحاولة الاستشهاد في بعض البحوث التي سبق انجازها و التي تتشابه مع موضوع  
بحثنا

#### 7-1- الدراسة الاولى :

جاءت بعنوان اثر وحدات تعليمية مقترحة في تعلم بعض المهارات الاساسية لكرة  
الطائرة للطلالان مريزق لخضر و يوسف محمد امين سنة 2007/2008 و  
تناول فيها البحث الاشكالية التالية : ما مدى تأثير بعض الوحدات التعليمية المقترحة  
في تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة الطائرة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي و  
الهدف منها اقتراح وحدات تعليمية بإمكانها ان تساعد في تعليم بعض المهارات  
الاساسية في كرة الطائرة لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي و المنهج المتبع في هذه  
الدراسة هو :

المنهج التجريبي حيث كان الاستنتاج العام الذي توصل اليه الباحثان هو للوحدات  
التعليمية المقترحة اثر ايجابي في تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة الطائرة في  
الطور الثانوي .

#### 7-2- الدراسة الثانية:جائت بعنوان فعالية استخدام اسلوب حل المشكلات في تعلم

مهارة الارسال الساحق في الكرة الطائرة لدي تلاميذ السنة الاولى ثانوي للطلالاني  
شرشاف طاهر وهنية عابد سنة 2014/2015 و تناولوا فيها الباحثان الاشكالية

التالية : هل استخدام اسلوب حل المشكلات له فعالية في تعلم مهارة الارسال الساحق في الكرة الطائرة لدي تلاميذ السنة الاولى ثانوي و الهدف منها معرفة ما فعالية استخدام اسلوب حل المشكلات في تعلم مهارة الارسال الساحق في الكرة الطائرة لدي تلاميذ السنة الاولى ثانوي

و المنهج المتبع في هذه الدراسة هو المنهج التجريبي حيث كان الاستنتاج العام هو ان التدريس بأسلوب حل المشكلات له اثر ايجابي في تعلم مهارة الارسال الساحق في الكرة الطائرة لدي تلاميذ السنة الاولى ثانوي

### 7-3 - الدراسة الثالثة :

جاءت بعنوان الأساليب التعليمية لأستاذ التربية البدنية و الرياضية اثناء حصة الكرة الطائرة لدي تلاميذ المرحلة الثانوية للطلبة الاتية اسمائهم بن عيسى عبد القادر و

تازي يوسف و التازي عبد الغاني سنة 2014-2015 و تناول فيها الباحثون الاشكالية التالية : الى اي مدى تأثر الاساليب البيداغوجية على تعلم المهارات الرياضية للكرة الطائرة اثناء حصة التربية البدنية و الرياضية على تلاميذ الطور الثانوي الهدف منها معرفة نظرة التلاميذ و الاستاذ التربية البدنية و الرياضية في الدور الذي تلعبه الوسائل البيداغوجية في تعلم المهارات الاساسية اثناء الحصة لتلاميذ طور

ثانوي و المنهج المتبع في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي التحليلي حيث كانا لاستنتاج العام الذي توصل اليه الباحثون هو ان للأساليب التعليمية اثر كبير في تعلم المهارات الحركية للكرة الطائرة اثناء حصة التربية البدنية و الرياضية تجعل العلاقة بين المتعلم و المعلم متكاملة بشكل كبير

التعليق على الدراسات المشابهة: اجريت هذه الدراسات في الفترة الممتدة من 2013 الى 2015 و قد تم استخدام المنهج التجريبي في معظم الدراسات حيث انحصرت العينة في معظم الدراسات على تلاميذ الطور الثانوي و كانت اهم النتائج التي توصلت اليها الدراسات التي لها نفس الاهتمام مع بحثنا هي: - دراسة الاداء المهاري في الكرة الطائرة

- قياس التعلم المهاري للكرة الطائرة عن طريق الاختبارات

- فروق ذات دلالة احصائية في جميع الاختبارات للعينة المستهدفة بين الاختبارات القبلية و البعدية

و من حيث المتغيرات اختلفت المتغيرات ما بين الدراسات الثلاث و لكننا معظمها ركزت على الاداء المهاري و تعلمه في الكرة الطائرة حيث استفادتنا نحن الطلبة من الدراسات المشابهة :

- صياغة اهداف و فروض البحث

- تحديد المناهج المستخدمة لطبيعة الدراسة

- الخطوات المتبعة في اجراءات البحث

- تحديد الوسائل الاحصائية

تمهيد

1- مفهوم التعلم

2- انواع التعلم

3- مراحل التعلم

4- نظريات التعلم

4-1- نظرية الارتباط الشرطي

4-2- نظري التعلم بالمحاولة و الخطأ

4-3- نظرية التعلم بالاستبصار

5- طرق التعلم

5-1- الطريقة الجزئية لتعلم المهارات الحركية

5-2- الطريقة الكلية لتعلم المهارة الحركية

5-3- الطريقة الكلية الجزئية لتعلم المهارات الحركية

6- العوامل التي تؤثر في التعلم

الخلاصة

## التمهيد :

ان التعلم لن يستطيع ان يحقق اكبر فائدة اذا لم يتعلم النشاط الخاص به  
لذا الغرض من هذا الفصل هو اعطاء تعريفا مختصرا لعملية التعلم في مجال نشاطه  
و ذلك من اجل المراجعة و الوقوف على الجوانب الايجابية و السلبية التي تكون قد  
مررنا بها و العمل على الاستفادة و تطوير الجوانب الايجابية و السعي و البحث  
الدائمين لإيجاد الحلول المناسبة للجوانب السلبية

### 1- مفهوم التعلم:

التعلم كما يعرفه والكر 1967 هو التغيير النفسي المستمر في الاداء باعتباره  
محصلة للخبرة (الشيخ، 28)

ويعرفه موسل بانه يتضمن حسنا مستمرا في الاداء وان طبيعة هذا التحسن يمكن  
ملاحظتها نتيجة التغيير الذي يحدث اثناء التعلم (محمود 1998، 88)

التعليم هو التغيير الذي يحدث نتيجة للخبرات التي يمر بها الفرد و الخبرات كثيرة

و

متنوعة و تتأثر بالبنية الطبيعية و الاجتماعية و العاطفية التي تتم فيها التعلم و  
النضج و التعلم عمليتان متداخلتان و مترابطتان واي قصور في احدهما يؤدي الى  
القصور الاخرى فمثلا النمو اللغوي و العقلي لطفلة حرمت في الخبرات التعليمية في  
السنوات الاولى من عهدها لسبب او لأخريكون بكثير من الاطفال اتحت لهم مثل  
هذه الخبرات (ناشف 1993، 80-81)

ان التعلم لا يمكن ملاحظته بالطريقة المباشرة بل نفترض وجوده لأننا لا نراه و هنا يكأد احمد زكى صالح ان التعلم كعملية تكوين فردي يفترض وجوده و مستدل عليه من اثاره و المتابعة بالسلوك(صالح، 22)

و التعلم كما يعرفه العام و الخاص هو تعلم المبادئ الاساسية لمهارة رياضية و الوصول بها حافة اللعب و طرق نحو التعلم هو ذلك التحسن الملحوظ في اداء الحركات الرياضية بعد اكتساب الخبرات و المعرفة

## 2-انواعالتعلم :

ينقسم التعلم الى قسمين اساسيين

**2-1-الابحاثوالتجاربالتيتتجهاساسالدراسةكيفيةحدثالتعلم و من امثلتها تجارب التي** تقوم عليها نظريات التعلم المختلفة بقصد الوصول الى تغيير لهذه العملية و يعتمد هذا النوع من البحات في الغالب على الحيوان كموضوع لدراسته لان القصد هنا التفسير و تحديد العوامل الاساسية في عملية التعلم و ربطها في الإطار النظري المحدد اذا كان موضوع تجارب هو الانسان مما يعطي اهمية لاستخدام الحيوان في تجارب التعلم التي من هذا النوع (د.محمود، 22)

**2-2-الابحاثوالتجاربالتيتتجهفيدراسةالعواملالتيتتأثر فيعمليةالتعلم و تساعد على** تحسينها او الى دراسة الظروف الخاصة بانتقال اثر التعلم من موقف الى اخر اغلب التجارب الخاصة هذا القسم الاخير تتخذ من الانسان موضوعا لها لان الطبيعة شكلها تتصل به و تنصب على تعلمه و لان اغلبها من النوع العلمي التطبيقي الذي يفيد في توضيح الظروف التي تساعد على التعلم و تأثر فيه و الذي يمكن الاستفادة منه في مجالات التعلم المختلفة داخل الفصل المدرسي و خارجه

### 3-مراحل التعلم:

#### 3-1-مرحلة التعلم الخام :

تسمى مرحلة التعلم الاولى و هي البدئ في تعلم المهارة الرياضية و كيف بدا اساسا باختيار المهارات الرياضية التي تتناسب مع الحركات المكتسبة الاساسية والتي تعلمها ثم تطوير الصفات البدائية الوراثة بشكل يتناسب مع الصفات البدائية الوصول الى حالات اللعباستخدام العضلات العامة مما يؤدي الى حالة التعب المبكر اضافة الى الحالة النفسية التي تأدي الى شد عضلي (الخوف - الفشل في اداء الحركة) الاخطاء في مرحلة التعلم الخام كثيرة وهناك فردية بين الافراد تصحيح الاخطاء الرئيسية هذه المرحلة يمر بها اي انسان في اي مهنة بصفة عامة

#### 3-2-مرحلة التعلم الدقيق: تطوير المبادئ الاساسية للمهارة الرياضية و الصفات

البدنية بشكل يقلل حالة الاخطاء التي يمكن ان تقع اثناء اللعب المتعلم بالشعور بالأداء الحركي بالرفع من وجود الاخطاء قليلة (توزيع القوة في الاداء)

#### 3-3-مرحلة التعلم الثابتة: انتقال الاداء الحركي من حالة الشعور الى حالة

اللاشعور في اداء الحركات و يتم ذلك من خلال اكتساب خبرات و التجارب و اداء الحركة و التي تخزن في الذاكرة الحركية بشكل صورة واضحة غير مشهورة تعكس عند الاداء الحركي و تكون فيها الاخطاء ضعيفة لا يمكن ان يراها المدرب الا من خلال البحث الموضوعي باستخدام اجهزة متطورة بالجهاز النكيموغرافي و التصوير السنيماي و ديناو غرافي (رسم مجال الخطوة) قياس سرعة العضو و الجسم اثناء الاداء الحركي اما الدينامو غرافي مقدار القوة المسؤولة اثناء البناء الحركي تستخدم القوة بشكل مناسب و الوضع المناسب

#### 4-نظريات التعلم:

من خلال مفهوم الية التعلم تبين لنا ان التعلم هو العملية العصبية الداخلية المفترض حدوثها عند حدوث تغيير في الاداء ليس ناتجا عن النمو و اللعبن هنا يتبين لنا ان التعلم تغيير نحو الافضل دائما فالطريقة الخاطئة يمكن نقلها مثل الطرق الصحيحة و حاليا نلاحظ ان الشخص الذي يتعلم لعب التنس دون نصائح المدرب او وجود نموذج جيد يحمي خبراته في اوضاع اساسية خاطئة في الملعب " ان استخدام هذه الاساليب الضعيفة ستمكن اللاعب من اداء مباريات في لعبة التنس ولكن تقدمه سيكون ضعيف , هناك نظريات اساسية طرحها علماء النفس لتفسير اكتساب بالانسان مهارة معينة او تعلم حركة معينة او هذه النظريات هي :

-نظريات الارتباط الشرطية

-نظريات التعلم بالتجربة او الخطأ

-نظرية التعلم بالاستبصار

#### 4-1-نظرية الارتباط الشرطي: 1- و فيها يفسر بافلوف عملية التعلم تفسيراً

فيزيولوجيا على اساس تكوين نوع من الارتباط العصبي الاستجابة الخاصة لذلك المثير الاصلي واسع بمفرده يستدعي الاستجابة الخاصة لذلك المثير الاصلي ويرى بافلوف اهم العوامل التي يجب توفرها لكن يتم هذا النوع من التعلم و هي (د.محمود، 43-50)

1- ظهور المثير الاصلي الطبيعي بالمثير الشرطي معا بالتعاقب مع مراعات ان تكون الفترة بين ظهورهما قصيرة جدا ....

2- تكرار ارتباط المثير الطبيعي للمثير الشرطي لعدة مرات و تلعب الفروق الفردية دورا هاما بالنسبة لعدة مرات التكرار

3- عدم وجود بعض المثيرات الفردية المشتتة للانتباه في غضون فترة الارتباط  
للمثير الطبيعي بالمثير الشرطي

ب- عدم تفوق القيمة الحيوية للمثير الشرطي على المثير الطبيعي وقد تم  
استخلاص المبادئ التالية التي تفيد في فهم طبيعة هذا النوع من التعليم نتيجة على  
تجارب التي اجريت على الاستجابة الشرطية و تمكن من تطبيقها في مجال التربية  
البدنية و هي

-التدعيم

- الخمود و العودة التلقائية

- التعميم

- التمييز

-الاستجابة المتوقعة

#### 4-2- نظرية التعلم بالمحاولة و الخطأ :

اجريت تجارب عديدة لاثبات نظرية التعلم عن طريق تكوين الروابط اي بالمحاولة  
والخطأ حيث يرى "تروندايك" ان التعلم سواء في الانسان و الحيوان يحدث عن  
طريق المحاولة و الخطأ ف الكائن الحي في كله ازاء مختلف المواقف و يقوم ببذل  
العديد من الاستجابات او المحاولات الخاطئة قبل ان يصل للاستجابات الصحيحة و  
يضيف محمد علاوي لذلك حيث يذكر ما يلي "في حالة تعلم الفرد مهارة التصويب  
او التمرير يجد ان الاداء يتسم في البداية بكثير من الاخطاء و يرتبط بالحركات  
الزائدة غير الضرورية و بمواصلات التدريب تنقص هذه الاخطاء وفي هذا المجال  
"ان نظرية المحاولة و الخطأ تمثل ظاهرة ملموسة لدى كل من المدرس و التلميذ

حيث تستخدم من بل المتعلم عند بداية التعلم فعندما يشرح المدرس مهارة ما يحاول المتعلم اداء المهارة مصيبا تارتا و مخطئا تارتا اخرى الى ان يتمكن في النهاية من السيطرة على هذه المهارة .

ويذكر ابراهيم وحيد محمود في هذا المجال "ان تعلم هذه المواقف يتم بالتدرج بمعنى ان تكرار المحاولات يؤدي الى تقدم تدريجي نحو السيطرة على المواقف و تعلم الاستجابة الصحيحة .

و هناك بعض العوامل الهامة التي يشترط توفرها في مثل هذا النوع من التعلم هي ضرورة قيام بنشاط نتيجة استشارة حاجة عنده .

-وجود عقبة في سبيل الفرد للوصول الى الهدف .

-ضرورة قيام الفرد في سبيل الوصول الى الهدف باستجابات متعددة

-ضرورة وجود الاثارة التي تحددتها الاستجابة

يقوم الفرد باستجابات عدة بعضها خاطئ و بعضها صائب حتى يصل الى الهدف ومن اهم القوانين التي استنتجت في هذه الطريقة هي :

-قانون الاثر

-قانون الاستعداد

-قانون التدريب

#### 4-3- نظرية التعلم بالاستبصار :

دلت التجارب التي قام بها كهلر على الانسان يمكن ان يتعلم عن طريق الادراك المفاجئ للموقف محير او مربك الذي يتعرض له و حل المشكلة عن طريق

البصيرة كثيرا ما يعتمد على الخبرة و نضج و يعتبر التعلم بهذه الطريقة اصعب انواع التعلم وعليه و مما تم ذكر ايضا يلخص الباحث ان نظريات التعلم كل واحد منها لها مبادئ تقوم عليها و لا يمكن اعتبارها مسلمات يعتمد عليها و لكن على المدرس الناجح ان يوظفها في العملية حسب مقتضيات اهداف البرامج و الوحدات التعليمية في تعلم المهارات الاساسية و المعرف و المعطيات النظرية (دعوص، 52)

## 5- طرق التعلم :

هناك عدة طرق لتعلم المهارات الحركية المختلفة و لكل واحدة منها الاساليب التي يمكن استخدامها و (حمادى 1999، 137-138) يحدد مفتي ابراهيم حماد و بصورة عامة ثلاث طرق رئيسية و هي :

-طريقة الجزئية لتعلم المهارات

- طريقة الكلية لتعلم المهارات

- طريقة الكلية الجزئية لتعلم المهارات (طريقة مختلطة)

## 5-1- الطريقة الجزئية لتعلم المهارات الحركية :

و هي الاكثر شيوعا في تعلم المهارات الصعبة الحركية من بعض الاجزاء المعقدة و تناسب المهارات التي يمكن تقسيمها الى اجزاء (السمراني 1982، 40) بينما يضيف مفتي ابراهيم حماد بان هذه الطريقة تقسم المهارة الحركية المطلوب تعلمها الى عدة اجزاء حيث يقوم المدرس بتعليم الناشئين الجزء الاول و بعد اتقانهم له ينتقل الى الجزء الثاني ليقوم بتعلمها و بعد اتقانه للجزء الثاني ينتقل بهم الى الجزء الثالث و هكذا حتى يتعلم الناشئين كل اجزاء المهارة و بعد ذلك يقوم الناشئين بأداء المهارة كوحدة واحدة (الخالق 1992، 198)

وان استخدام الطريقة الجزئية في تعلم المهارات الحركية يتم بمراعات الاشتراطات التالية :

\* عندما تكون المهارة طويلة و صعبة الاداء

\* عندما تكون اجزاء المهارة معقدة

\* عندما يكون الوقت كافيا لتجزئة المهارة و السيطرة على تلك الاجزاء ثم اداء المهارة ككل

\* عندما توفر وسائل الايضاح المناسبة

\* عندما يكون المتعلمون صغار في السن

## 5-2- الطريقة الكلية لتعلم المهارات الحركية :

يقول عصام عبد الخلق في هذه الطريقة عنها لا تتجزأ فيها المهارة بل تعرض و يدركها المتعلم كوحدة غير كتجزئة ثم يتدرب عليها كذلك دون تقسيم و من مميزات هذه الطريقة انها تساعد التعلم على ادراك العلاقات بين عناصر المهارة الحركية و ما يناسبها من طرق (الخالق 1992، 198)

و يذكر عفاف عبد الكريم يجب ان تعلم المهارات المختلفة بشكل كلي قدر الامكان لان ايقاع الحركة التي تؤدي في الاجزاء لا يتماثل مع ايقاع الحركة الكلية فكل جزء من الحركة هو الحقيقة تمهيد للجزء الموالي و هكذا و بخصوص المفاضلة بين استخدام طرق تعلم المهارة الحركية يوضح ومتي ابراهيم حماد حيث يذكر على المدرس ان يقيم اختياره للطرق من جانبين اساسيين هما:

اولا : درجة تعقيد المهارة الحركية

ثانيا: درجة تكامل و ترابط اجزاء المهارة فلذا كانت المهارة الحركية منخفضة في  
درجة

تعقد و مرتفعة في درجة تكامل و ترابط افرادها ففي هذه الحالة من الفضل ان  
يتدرب المتعلم على المهارة بطريقة كلية كانت درجة تعقيد المهارة الحركية مرتفعة و  
كانت درجة تكامل و ترابط اجزائها منخفضة فان من الافضل ان يتدرب المتعلم على  
المهارة بالطريقة الجزئية

### 5-3- الطريقة الكلية الجزئية (المختلطة) :

يقول ابراهيم حماد من الطبيعي ان الطريقتين الجزئية و الكلية مميزاتهما و عيوبهما  
هناك بعض المهارات التي يفضل استخدام طريقتين معا حتى يمكن الاستفادة من  
مرايا كل منهما و في نفس الوقت لتفادي عيوب كل طريقة (حمادى 1999، 138-  
139) و هذا يمكن ان نعتبر ان الطريقة الجزئية الكلية حلا و سطيا للطريقتين حيث  
يوضح عفاف عبد الكريم ذلك بقولها "يوصي الكثير من اصحاب الفكر في التعلم بانه  
يجب ان يتاح للمتعلم فرصة العمل بالحركة الكلية قبل العمل بالأجزاء و يكون التقدم  
هنا (كلي-جزئي-كلي)(الكريم 1989، 280)(السمراني 1982، 43) و عند استخدام  
الطريقة الجزئية الكلية لتعلم المهارات الحركية لا بد من مراعات الشروط التالية :

-تعلم المهارات الحركية ككل مبسطة في اول الامر

-تعلم الاجزاء الصعبة بصورة مفصلة مع ربط ذلك بأداء الكلي بالمهارة الحركية

-مراعات تقسيم اجزاء المهارة الحركية الى وحدات متكاملة و مترابطة عند التدريس  
عليها كأجزاء و يلعب المدرس دورا جوهريا في مختلف مراحل التعلم فهو يعمل على  
تحليل اداء الناشئين باكتشاف اخطاء الاداء و التعرف على اسبابه و عليه ان يقدم  
المعلومات الفنية اللازمة من خلال تغذية راجعة و مؤثرة و كذلك يقوم المدرس

الرياضي بالتوجيه و الارشاد و اصلاح الاخطاء في حين يقوم الفرد الرياضي بتكرار الاداء و محاولة الارتقاء به حتى يستطيع اكتساب الاداء و التوافق الجيد و هذا لا يتم الا من خلال اختيارات صائبة الطرق لتعلم المهارات الاساسية المتنوعة حسب الاهداف المسطرة من البرامج التعليمية و التدريبية للناشئين في كل طريقة

## 6- العوامل التي تؤثر في التعلم :

- 1- نمو الاجهزة الداخلية و كفاءتها لكل نشاط رياضي مواصفات معينة
- 2- بناء التوافق الحركي و بناء الصفات البدنية الحركية
- 3- العامل النفسي يقصد به الميل الى النشاط الدوافع
- 4- التصور و الشعور و الارادة (لماذا امارس النشاط الرياضي) ترتبط بوسائل الاعلام و الثقافة
- 5- تجربة المعلم و حيويته في مجال التعلم و المعارف التي اكتسبها من خلال الممارسة(عباس)

## الخلاصة :

ان تعلم المهارات الاساسية او التعلم بصفة عامة يرتبط بالظروف المتعلقة بالفرد المتعلم سواء كانت هذه الظروف داخلية او خارجية تحيط به و تجعله يسرع او يبطئ في عملية التعلم , اذ يؤثر طرق التعلم في سرعة و مستوى التعلم كما ان اهمال مرحلة على اخرى من مراحل التعلم يؤثر ايضا في سرعة و مستوى التعلم .

## الفصل الثاني: المراهقة

### تمهيد

- 1- تعريف المراهقة .
- 2- خصائص المراهقة .
- 3- مظاهر البلوغ عند الجنسين .
- 4- مشاكل المراهقة .
- 5- - مميزات المراهقة

## تمهيد:

تعتبر فترة المراهقة فترة يمر بها الفرد، وذلك للتغيرات المتنوعة والسريعة في نفس الوقت، التي تطرأ على المراهق في جميع النواحي الشخصية والجسمية و العقلية والانفعالية والاجتماعية، كما أن هذه الفترة التي تربط بين الطفولة والرشد تتميز بجملة من التحولات التي تصل بالمراهق إلى النضج في الجوانب المختلفة.

كما يزداد في هذه المرحلة نمو القدرات العقلية كالتصور والانتباه والذكاء ويعرف المراهق بخصوبة خياله وباستغراقه في أحلام اليقظة.

وسوف نتناول في هذا الفصل بعض الخصائص المميزة لمرحلة المراهق، وما يكتنفها من تغيرات فيزيولوجية حيث تزداد فيها قدراته العقلية التي يستطيع من خلالها المراهق تحديد مساره الرياضي من خلال التفكير في الرياضة من لعب ولهو إلى التفكير فيها على أنها فن وتربية واحتراف.

### 1- تعريف المراهقة:

هناك عدة تعاريف تطرقت للمراهقة في مختلف المصادر المتعلقة بعلم نفس النمو وعلم النفس التربوي بحيث تناولت هذا الموضوع من مختلف الزوايا وتبعاً لذلك وضعت عدة تعاريف اخترنا منها ما يخدم هذه الدراسة.

- تعريف محمد خير الدين الزارد:

المراهقة يمكن أن تدل على الفترة الزمنية التي غالبا ما تحدث بين 12 و 21 سنة تقريبا، وهي مرحلة انتقالية تجمع بين خصائص الطفولة وسمات الرجولة إذ تبدأ حين ظهور علامات البلوغ ويقصد بالبلوغ تلك التغيرات التي ينتقل فيها الفرد من عالم الطفولة إلى بداية سن الرشد، وهذه المرحلة تصنف على أنها شديدة الحساسية والانفعال وشدة التأثير والقلق (الرجحاني، 2000، صفحة 25) وقد تناول هذا التعريف المرحلة العمرية وكذا بعض السمات والمميزات الخاصة بمرحلة المراهقة وما يصحبها من تغيرات باعتبارها الفترة النهائية للمراهقة وبداية الرشد.

- تعريف مالك مخول سليمان:

راهق لغويا إلى الفعل الذي معناه قارب الحلم، أي هي فترة بلوغ الحلم، والانتقال من الطفولة إلى الرشد (سليمان، 1980، صفحة 215)، وينقسم هذا التعريف إلى ثلاثة أقسام للمراهقة وهي:

مراهقة مبكرة : 11 - 14 سنة .

مراهقة متوسطة : 14 - 18 سنة .

مراهقة متأخرة : 18 - 20 سنة .

- تعريف طلعت حسن عبد الرحيم:

كلمة المراهقة adolescence كلمة انجليزية مشتقة من الفعل اللاتيني adalexere ومعناه يتجه نحو النضج البدني والجسمي والجنسي والعقلي، والانفعالي والاجتماعي، إذ يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها النضج بمختلف جوانبه (الرحيم، 1986، صفحة 277)

- **تعريف عماد الدين اسماعيل:** كلمة مراھقة تستخدم للدلالة على المرحلة التي يتم فيها تحول الناشئ من الطفولة إلى الرشد، وهي لا ترتبط بفترة زمنية محددة البداية والنهاية بالدقة، إلا أن بدايتها تتطرق من ظهور أول علامات البلوغ وتستمر معها وتنتهي باكتمال نضج الفرد وبلوغ القامة إلى أقصى طولها، وكذا الذكاء إلى أعلى درجاته حسب روائد الذكاء المعيارية لفئة المراهقين (إسماعيل، صفحة 16 )

- **التعريف الإجرائي :**

المراھقة هي الفترة أو المرحلة التي يمر فيها الفرد الناشئ وهو غير الناضج حسيًا واجتماعيًا وانفعاليًا وعقليًا نحو النضج، وكل هذه الجوانب وهي الفترة التي لا يمكن ضبطها وتحدد معالمها عند جميع الأفراد إذ أنها تخضع لمتغيرات خارجية كالبيئة والثقافة والجنس والتنشئة الاجتماعية .

**2- خصائص النمو في المراهقة:**

تعتبر المراهقة تلك الفترة التي تبدأ من نهاية الطفولة وتنتهي عند بداية الرشد وهي فترة انتقالية يسعى الفرد فيها إلى الاستقلال الاجتماعي الأسري وتحقيق التوافق الشخصي (عقل، 1982، صفحة 515 )

وهي مرحلة تسودها الثورات والانفعالات الحادة والاستقرار والملاحظ أن المراهقة تتخذ صورًا وأنماطًا من بلد لآخر وفق الثقافات الموجودة والعادات المتبعة على الرغم من أن جميع المراهقين يمرون بنفس التحولات البيولوجية إلا أن التغيرات النفسية والسلوكية والاجتماعية ليست نمطية أو واحدة (إسماعيل، صفحة 19 )

والحديث عن خصائص المراهقة وجوانب النمو فيها لا ينسبنا وحدة الشخصية عند المراهق وتفاعل مكوناتها وجوانبها، فنحن عندما نتكلم عن الجانب الحسي، فإن ذلك يعني حتما تأثره بباقي الجوانب الأخرى النفسي والعقلي والاجتماعي، أما بخصوص تحليلنا وتطرقنا لكل جانب ومعرفة خصائص نموه الطبيعي، إنما هو لتسهيل البحث العلمي النظري وذلك لتشخيص والتطرق لكل جانب على حدى، وبالتالي معرفة مختلف العوامل والمتغيرات التي تؤثر على كل جانب وعلى شخصية المراهق .

## 2-1- الجانب الجسمي الفيزيولوجي :

لا يمكننا فهم الفرد إلا بفهمنا لتاريخه النهائي، ومراحل نموه ما قبل الميلاد وحتى الشيخوخة مروراً بالطفولة والمراهقة حسب معظم الباحثين هي فترة الطفرة في النمو والنمو السريع في مختلف الجوانب والتي منها الجانب الجسمي أو العضوي والمتمثل في نمو أعضاء الجسم والهيكل العظمي، والعضلات بالإضافة إلى هذا نجد كذلك الجانب الفيزيولوجي .

والذي لا يقل أهمية عن سابقه وهو مرتبط به، إذ معناه نضج العضلات والغدد والأعضاء الجسمي التي تصبح قادرة على تأدية وظائفها (صالح، 1986، صفحة 224)

قوة العضلات تتطور بشكل غير مناسب لوزن الجسم وخاصة قوة عضلات الرجلين كما تمتاز بزيادة في قوة السرعة وكذا فترة الاستجابة العضلية والتردد يصل إلى أقصاه (رابح، 1990 ، صفحة 242 )

تطور قدرة التحمل على ثبات ظروف الدورة الدموية، عمليات إعادة التكوين مرتبط بالنضج المستمر للأجهزة الداخلية وعكس ذلك يحدث انخفاض في قيم نبضات القلب عند القيام بأعمال خاصة كما يزداد الدم المدفوع من القلب في الدقيقة .

## 2-2- الجانب الجسمي:

يمتاز هذا الجانب بسرعة وتيرة النمو في فترة المراهقة بشكل ملفت للانتباه وهي تعرف بفترة الشباب الضيقة، فالطفل الذي تضاعفت قامته ما بين عمر ستة إلى خمسة سنوات تتخفف في سن العاشرة لتبلغ حدها الأدنى، ثم تعود للنمو من جديد بسرعة قصوى في سن الحادية عشر عند البنت والثالثة عشر عند الصبي مسجلة أحيانا 25 سم سنويا(الديدي، 1995 ، صفحة 34 )

وكما سبق ذكره فإن هذه الفترة تعتبر مرحلة الطفرة في النمو حيث يزداد وزن الأحشاء ووزن الجسم (نمو الوزن يسبق النمو في الطول ) والملاحظ كذلك زيادة النمو لمدة تقارب الثلاث سنوات " 11 - 14 " وتستمر إلى غاية 18 سنة عند الإناث، حيث يبلغ النمو الأقصى سرعته في سن 12 سنة، هذا فيما يخص الإناث أما الذكور فإن زيادة النمو تزداد ما بين 12 - 16 سنة وتستمر إلى غاية 20 سنة ويبلغ النمو سرعته القصوى في حوالي السنة 13 عن عمر الطفل، كما يتغير شكل الوجه إلى حد كبير وتزول ملامح الطفولة لتحل محلها ملامح الرجولة، ويلاحظ كذلك اتساع محيط الكتفين والارداق ويزداد طول الجذع وعرض الحوض وطول الساقين ويزداد نمو العضلات والعظام ومختلف الأعضاء ( عند الإناث 12 - 14 سنة وعند الذكور من ( 14 - 16 سنة ) ( زهران، 1977، صفحة 235 )

ومن المؤكد أن هناك فروق بين الجنس الواحد، وهذا يعود إلى عوامل عدة أهمها المحددات الوراثية والتغذية وإفرازات الغدد فالغدة النخامية تفرز الهرمونات المحرصة على النمو الجسمي، أو ما يعرف بهرمونات النمو growth hormone وكذلك هناك فروق واضحة في توقيت النمو الجسمي بين الجنسين، إذ يلاحظ تأخر مؤقت عند الذكور وتقدم مؤقت عند الإناث، حيث أنهن يسبق الذكور بعامين تقريبا ثم يعود الذكور للتفوق عليهن من حيث النمو الطولي والعظمي والعظمي، فالذكور أقوى نسبيا في الجسم من الإناث حيث تنمو عضلاتهم نموا أسرع لتصبح مستعدة لمواجهة أعباء العمل، أما البنات فيتراكم الدهن ويتسرب على أماكن معينة كالحوض والفخذين تمهيدا لوظيفة الحمل والولادة (الديدي، مصدر سابق، صفحة 36 )

ومن الملاحظ أن النمو الجسمي لا يسير مع جوانب النمو الأخرى، حيث سبقها نوعا ما، فنجد أن الفتاة قد تم نموها الجسمي، بينما ما زال نموها العقلي والانفعالي متأخر في النمو وينقصه النضج، وقد يتأخر النمو الجسمي عن الجوانب الأخرى فنجد أن الفتى مثلا نضج عقليا لكن جسمه ما زال لم ينضج بعد (دسوقي، 1979 ، صفحة 98 )

ومن الملفت للانتباه في فترة المراهقة ظهور ما يسمى بحب الشباب وهو من أهم ما يشغل بال المراهقين ويسبب الحرج والمشاكل النفسية والمعروف عن المراهق أنه شديد النرجسية وشديد الانتباه بكل ما يمت له بصلة للإشارة فإن النرجسية تطلق على كل ما يركز اهتمامه في ذاته أو يجعل نفسه وقيمتها ومشاعرها مركز العالم (الميليجي، 1973، صفحة 36 )

وللإشارة فحب الشباب عدة أنواع فمنه الحبيبي والنقطي، وذات الرؤوس السوداء وكذا العقدي والحويصلي، وتظهر كل هذه الأصناف نتيجة النشاط الزائد للغدد الدهنية في

الجلد وخاصة في الوجه والذراعين مع العلم أنه لا وقاية منه الذي ينبغي التعامل معه على أنه تغير فسيولوجي عادي وطبيعي، وهو يزيد بزيادة القلق منه والتأثر به، وخاصة عند شديدي النرجسية وهو ما يؤدي بهم إلى سوء التوافق النفسي أو إلى سلك سلوكيات عدوانية كأساليب تعويضية (الديدي، صفحة ص 37 )

وعند التطرق إلى النمو الجسمي، يجب أن نخرج على النشاط الحركي وما يمكن ملاحظته في هذه الفترة تنامي القدرات الحركية بشكل عام إلى جانب الميل نحو الخمول والكسل والتراخي، كما أن حركات المراهق تكون متعثرة وغير دقيقة ومرتبكة والسبب هو طفرة النمو التي تجعل الجسم ناقص الاتساق يضاف إلى ذلك عدم التوافق النفسي والجسمي، حيث تؤدي هذه التغيرات الجسمية إلى شعور المراهق بذاته وتغير صورة الجسم لديه مما يزيده ارتباكاً وعدم توازناً حيث يتعثر في مشيته ويصدم الأثاث وما إلى ذلك خاصة في المواقف الحرجة (فهمي، صفحة ص 174 )

ومن خلال هذه التغيرات يتضح أن هناك ارتباط وثيق بين النمو الجسمي والنشاط الحركي، وهو وحده الذي يؤدي إلى التوافق النفسي، هذا إذا كان متناسقاً حركياً، أما إذا كان غير ذلك فإنه سيؤدي إلى السلوكيات العدوانية كتعويض عن النقص وإعلاء لاحتباطاته المختلفة والمؤثرة عليه .

## 2-3- الجانب الفيزيولوجي :

يعتبر النشاط الفيزيولوجي في هذه المرحلة أهم تغير يميزها عن غيرها، فهي فترة البلوغ وما يصاحبها من نضج للغدد وتمكنها من إفراز هرموناتها، ويمكن معرفة أهم التغيرات من خلال معرفة مظاهر البلوغ .

### 3- مظاهر البلوغ عند الجنسين:

إن الوراثة في الأساس هي التي تقرر سن البلوغ للفتاة هذا ومع عدم إهمال التغيرات الأخرى التي تتحكم في البلوغ كالبينة الجغرافية والثقافة والتنشئة الاجتماعية وما إلى ذلك.

وتبدأ التغيرات الفيزيولوجية التي يميز سن البلوغ من تشغيل المراكز المهادية (تحت السريبر البصري) في الدماغ والتي تأمر الغدة النخامية بإفرازها هرمونات مسؤولة على حث الغدد الأخرى على النشاط مثل الغدد التناسلية، والغدة الكظرية، والمعلوم أن الغدد التناسلية عند الذكر هي الخصيتان المسؤولتان على إفراز السائل المنوي وهرمون التستوستون، أما عند الأنثى فنجد المبيضان وهما المسؤولان على تكوين البويضات والهرمونات الأنثوية الأخرى كالغولليكولين

يعتبر البلوغ الميلاد الجنسي أو اليقظة الجنسية للفرد ويتحدد هذا البلوغ عند الذكور بحدوث أو قذف منوي، وعند الإناث بحدوث أول حيض مع ظهور الخصائص الجنسية الثانوية الأخرى، ويختلف أفراد الجنس الواحد تبعاً لاختلاف العوامل المؤثرة فيه، ويختلف كذلك بين أفراد الجنسين، حيث نجد أن الإناث يبلغن بداية من سن 9 - 17 سنة والذكور يبلغون في سن 11 - 18 سنة وهكذا فإن الإناث يسبقن الذكور بعامين .

ويعتبر مرد البكور الجنسي أو البلوغ السريع والمبكر في أساسه إلى سرعة النمو الفيزيولوجية الحيوي والنمو السريع للغدد الصماء، خاصة النخامية منها وبالمقابل فإن تأخر البلوغ يعود أساسه إلى اضطرابات النمو الفيزيولوجي واختلاف في إفرازات الغدد الخاصة بالبلوغ (وآخرون، 2002، صفحة ص 182 )

وهكذا نلاحظ أن البلوغ يخضع إلى حالة النشاط الفيزيولوجي الغددي أساسا بالإضافة إلى العوامل الوراثية والاستعداد الفردي وبعض العوامل البيئية كالتغذية مع عدم إهمال الجوانب النفسية والانفعالية والتي هي مهمة كالتوافق الشخصي والسلوك السوي والعادي، ويرى بعض العلماء أن المتوافقون شخصيا أسبق من غيرهم إلى البلوغ والمبكرين في بلوغهم عادة ما يكونون في حياة أفضل اتزاناً من الآخرين (صالح، صفحة ص 218 )

وعلى العموم فإن هناك نوعان من الهرمونات لها دور فعال في عملية البلوغ أو النضج الفيزيولوجي وهما :

أ- **هرمونات الجونادوتروفين:** وهي التي تتكون في الفص الأمامي للغدة النخامية وظيفتها، تحفيز المبيض على انضاج البويضات وتحفيز عند الذكور في الهرمون الستوسترون، وتتحكم كذلك في الخصائص الجنسية الثانوية.

ب- **الهرمونات الستيرويدية:** وهي تشمل عدة هرمونات أنثوية وذكورية مهمتها تحفيز الأعضاء التناسلية على تأدية وظائفها البيولوجية ومنها .

الاستروجين والبروجسترون وهما هرمونات عند الأنثى يساعدان على تحفيز الرحم وتقوية عضلاته وتكوين البطانة المستقبلية للبويضة والمساعدة على افراز الجسم الأصفر ونمو الثديين، وكل ما يتعلق بالخصائص الجسمية الثانوية .

الاندروجين والتسترون حيث تلعب دورا هاما في تكوين صفات البلوغ الثانوية كالقدرة العضلية وخشونة الصوت وبروز الحنجرة ونمو شعر الوجه والجسم عند الذكور ومن هذا يتبين أن للنمو الفيزيولوجي تأثيرات على الجانب النفسي للمراهقين وهي تختلف باختلاف الجنسين فعند الإناث نجد استجابات مختلفة فهناك من تشعر بالخل

والقلق والخوف إزاء هذه التغيرات وهناك من تقابل ذلك باللامبالاة والتكتم، وهناك من تشعر بالفخر والإحساس بالقيمة الأنثوية، وفي جميع الحالات فإن البنت البالغة لا تنكر هذه التغيرات بل تبتهج لها وتحس باكتمال أنوثتها وباعتبار هذا البلوغ دليلاً على نضجها (إغا، 1981، صفحة 235)

غير أن النضوج المبكر أو البلوغ المبكر في عمومها يعطي لصاحبه المزيد من الثقة بالنفس والشعور بالحرية وتكوين المفهوم الإيجابي عن الذات وتقديرها النفسي والاجتماعي والانفعالي

### 3-1- الجانب الانفعالي:

يسمى هذا البعد في المراهق لدى علماء النفس بالصراع الانفعالي كون المراهق ينتقل من حالة إلى أخرى متأرجحاً بين التدهور والجبن من جهة وبين المثالية والواقعية من جهة أخرى، بالإضافة إلى الحنة والأنانية والغضب والقبول بين التدين والإلحاد كون المراهق شخصية مضطربة قلقة غير مستقرة ومن الواضح أن هذا الصراع الذي يتكون في أعماق ذاته ناتج عن الصراع بين انفعالاته التي لا يمكن تجاوزها بالتغلب عليها فيصاب المراهق بالقلق والخوف وعدم الاستقرار

والمراهقة مرحلة غامضة الانفعالات ومعقدة وسطحية، إذ أن المراهق ينتقل من الانفعال غير الواضح إلى التعبير الانفعالي البناء، ومن الدوافع الطفلية إلى المثيرات الناضجة ومن مواجهة الصراعات بالحيل الدفاعية والهروب منها، إلى مواجهتها وحلها بكل رزانة وثقة بالنفس، والواقع أن كل ما يصادف في حياته هو مصدر انفعالاته وقادراً على إثارتها، إلا أن انفعالية المراهق تشد وتزداد حدة عندما يعجز عن تحقيق رغباته وتلبية حاجاته الخاصة أو تأكيد ذاته المستقلة فهو في حالات

كهذه يفقد اتزانه العاطفي خاصة في ظل عدم توافقه وتكيفه النفسي والاجتماعي(زيداني، 1986 ، صفحة 170 )

المستجدات والتغيرات التي تطرأ على المراهق والتي ضمنها التحولات الفيزيولوجية الجسمية والعقلية والتي تختلف من شخص لآخر يدل على الاختلاف بين انفعالات الطفولة والمراهقة كل حسب تكوينه الشخصي وتجسد هذه الانفعالات عدة عواطف أو بالأحرى مظاهر للانفعالات والتي منها الصداقة والغيرة والحب .

**3-1-1- الحب:** ليس الحب مجرد شهوة جنسية بل هو حالة معقدة من الانفعالات والأحاسيس والتصورات بالاضافة إلى عنصر الانتقاء والاختيار اتجاه أحد دون غيره وهناك الرغبة المصاحبة في تملكه والاستثارة به وعدم السماح لأحد بأن يمسه أو مجرد النظر إليه، وبالتالي فإنه من خلال الحب يعطي الشريك قيمة ومرتبة لا تقل عادة عن قيمة ذاته ويسقط عليه كل ما هو مفضل لديه، والملاحظ أنه إذا أحس هذا المراهق بأن الشريك لا يعيره نفس الاهتمام فإنه يشعر بالإحباط الذي يؤدي به إلى الصراع النفسي الحاد الذي ينجم عنه سوء التوافق النفسي أو انعدامه (إسماعيل، النمو في مرحلة المراهقة، صفحة 261)

**3-1-2- الغيرة:** الغيرة هي الخوف من ضياع أو فقدان ما نملك حيث أنها تزداد حدة في المراهقة خاصة عند الفتيات وهي تتخذ أنواعا وأشكالا والتي منها الغيرة التنافسية حيث يحسد المراهق رفيقه الأغنى منه فيعاديته، وكذلك الغيرة الاسقاطية وفيها يسقط المراهق رغبة الذاتية على الشريك الذي يصبح متهما بالخيانة وبالتالي مصدر للغيرة عليه وكذلك الغيرة الهذائية وهي الشكل المرضي الذي نلاحظه في مرض البارانويا أو مرض جنون العظمة، وكل هذه تعتبر أنواع غير عادية فهي تؤدي إلى الشعور بعدم الثقة والانتماء وتؤدي إلى الأنانية وبالتالي فإن الاستجابات

الناجمة عنها تكون غير سوية تجعل المراهق في حالة صراع دائم (فهمي، صفحة 55)

**3-1-3 الصداقة :** يظهر مصطلح الصداقة على تبادل الشعور بين الذاتين وهي مرحلة تمر عبر عدة مراحل حيث تبدأ بالاعلان ثم البوح ثم الاكتشاف ثم المرحلة الحقيقية وهي المرحلة الحاسمة، حيث يكتشف المراهق صديقه بكل محاسنه ومساوئه، فإن كان مناسباً تمسك به فهو مرآة لذاته يبوح له بأسراره وبيئته همومه وشجونه وينتقاسم معه أفراحه وأحزانه .

أما إذا رآه غير مناسب رفضه ورفض ذاته، وهو ما يسبب بعد ذلك العدائية (رابح، 1990 )

### **3-2- الجانب العقلي :**

تتميز هذه المرحلة بأنها فترة نضج في القدرات وفي النمو العقلي عموماً، حيث تزداد قدرة المراهق على الانتباه، وكذا نمو التذكر وكذا استنتاج العلاقات بين الأشياء ويتجه خيال المراهق من المحسوس إلى المجرد، كما تزداد قدرته على التفكير والاستنتاج، وتنمو لديه المفاهيم المعنوية مثل الخير، التعاون، المنافسة، وفي نهاية مرحلة المراهقة يصل الذكاء إلى اكتمال نضجه تقريباً ويزداد نمو التفكير المجرد والتفكير المنطقي (الديدي، التحليل النفسي للمراهقة، 1995 )

يصاحب النمو الجسماني والانفعالي النمو العقلي والاجتماعي ولكي نفهم تطور القدرات العقلية الفردية في مرحلة المراهقة يجب أن نتعرض للمراحل التي قبلها حسب ما جاء به " جون بياجيه " حيث يمر النمو المعرفي حسب حسه خلال أربع مراحل

:

المرحلة الحسية الحركية : العامان الأولان يحدث التمييز بين الذات والبيئة .

المرحلة ما قبل الإجرائية : 2-8 سنة يحدث نمو التفكير الحدسي والحسي .

المرحلة الإجرائية : 8-11 سنة يحدث تصنيف الأشياء مع إدراك ثباتها وتوزيعها .

المرحلة العملية الشكلية :حيث ينمو التفكير المجرد وإدراك أن الفئات ليست

مجموعة من الأشياء المادية والحسية، ولكن يمكن فهمها وتصورها شكليا كما

يستخدم الرموز ويعطي لها تعريف مجرد في ذهنه فقط , وهكذا نستطيع القول أن

القدرات العقلية تزداد خلال سن المراهقة وأنه في قرابة نهاية المراهقة تصل القدرة

على التحكم ذروتهاويمكن أن نتطرق إلى هذه القدرات بالتفصيل بدءا بالذكاء ثم

الانتباه .

### 3-2-1- الذكاء :

هو القدرة المعرفية العامة والقدرة على التصرف الهادف (الرجحاني، 2000)وحسب

دراسة " هورك جون " horrck jhon نقول بأن : " ... نمو الذكاء ليس له في المدة

التي يستغرقها معدل مستقر بل أنه ينمو بسرعة في زمن الطفولة ثم يأخذ معدل

السرعة في زمن المراهقة في الانخفاض ... " بعد الخامسة عشر يزداد الانخفاض

بسرعة

### 3-2-2- التخيل :

يتجه خيال المراهق نحو الخيال المجرد المبني على الألفاظ أي الصورة اللفظية،

ونمو قدرة المراهق على التخيل تساعد على التفكير المجرد في كل ما يواجهه في

حياته خاصة في الموضوعات التي تتأثر وتأخذ منحى آخر إذا عولجت بالتفكير غير المجرد كالعاطفة والانفعال .

### 3-2-3- التذكر :

يبنى تذكر المراهق ويؤسس على الفهم والميل فتعتمد عملية التذكر الموضوعات لديه على مدى فهمه لها وربطها بغيرها مما مر به من خبرات والفهم لهذه الموضوعات لا يتم إلا إذا كان الإنسان متوازنا في عناصر شخصيته واستجاباته في مجملها تكون عادية (زهرا، 1977)

### 3-2-4- الانتباه :

تزداد في هذه الفترة قدرة المراهق على الانتباه، وذلك في المدى والمدة، فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل طويلة الزمن ومعقدة التركيب في يسر وسهولة والانتباه هو أن يتبلور الإنسان شعوره على شيء ما في مجاله الإدراكي والذي هو الحيز المحيط بالذات، واستيعاب الفرد لمشاكله وحصرها في انتباهه يعني قدرته على معالجتها بطريقة لائقة واستجابات مناسبة، وهو ما يحقق للفرد كيفاً أكثر

### 3-2-5- الاستدلال والتفكير :

ينمو التفكير المجرد والقدرة على التحليل والتركيب وتكوين التصميمات الدقة وفهم الأفكار المجردة في فترة المراهقة بسرعة كبيرة، وهذا ما يساعد المراهق على فهم نفسه وتحليل مكونات وعناصر شخصيته وقدرته على تركيب هذه العناصر بتصميمات دقيقة (الرحيم، 1986)

### 3-3- الجانب الاجتماعي :

يتأثر النمو الاجتماعي بالبيئة الاجتماعية الأسرية التي يعيش فيها ويتوقف النضج الاجتماعي على الخبرات التي يقوم بها والمعاملة التي يتلقاها في كل من المنزل والمدرسة وكذلك المجتمع، كلما كانت هذه البيئة مختلفة عن بعضها البعض من حيث المعاملة والخبرات التي تنتجها للمراهق، فإننا نتوقع اختلاف بين المراهقين عن بعضهم البعض في الخصائص الاجتماعية والانفعالية ومن بين العناصر والمؤسسات الاجتماعية التي ينشأ منها المراهق نجد الأسرة والمدرسة ومؤسسات أخرى أهمها :

### 3-3-1- الأسرة :

تعتبر الأسرة أول وسط تفاعل فيه بحيث يكتسب منها كثيرا من مقومات شخصيته، فإذا كانت الأسرة صالحة فإن شخصية المراهق تكون خالية من الصراعات، حيث يتعلم من الأسرة كل ما هو صالح وإيجابي فيعتمد على نفسه ويشعر بالانتماء، وهو أساس الشخصية المتوازنة والسوية، أما إذا كانت الأسرة فاسدة وغير صالحة في تنشئتها الاجتماعية فإنها حتما ستطغى على الفرد الصفات غير المحبذة والسلبية في نظر المجتمع ويكون ذلك المراهق مضطربا وهذا ما يؤدي به إلى سلوكات عدائية (عقل، 1982)

### 3-3-2- المدرسة :

تعتبر المدرسة بمثابة الأسرة الثانية بعد الأسرة الحقيقية فهي مكملتها لما بدأتها الأسرة من أنواع النشاط الاجتماعي الذي يساعد على سرعة النمو بصفة عامة واكتمال النضج بطريقة عادية ويتأثر المراهق بمدرسيه بحبه لهم وتقليدهم وتقمص

شخصياتهم فإذا كانت سوية وخالية من الاضطرابات فإن المراهق يصبح سوي الشخصية(الديدي، مصدر سابق )

**3-3-3- جماعة الرفاق:** نجد أن المراهق يتأثر بجماعة الرفاق كما يتأثرون به فإن كان سلوكهم سوي، فإنه سيتبعهم ويسلك سلوكهم بالإضافة إلى هذا فإن لعنصر الانتماء والشعور به دور في التدريب على الحوار الاجتماعي، ويبرز مدى خضوعه وتآلفه وتأثره بالجماعة وكذا القدرة على حل المشكلات بطريقة مقبولة اجتماعيا.

### **3-3-4- العادات والتقاليد :**

إن أهم ما يغرس المجتمع أو الضمير الجمعي، هو القيم والأعراف والتقاليد التي تساعد على تكوين شخصيته وتجعل منه عضوا فعالا في المجتمع، وهذا ما يحقق له توافقا أكبر من مجتمعه ومع نفسه، أضف إلى ذلك فإن العادات والتقاليد تساعد المراهق على ايجاد فضاء يمكنه من سلك سلوكات سوية متعارف عليها سلوك شخصي (وآخرون، 2002)

ولتفادي السلوكات الشاذة والغير سوية والتي من بينها :

- ميل المراهق إلى مساعدة الآخرين وعمل الخير ويأخذ هذا الميل أشكالا كالايثار والتضحية .

- ميل المراهق للتكتل في جماعة مع تنامي الوعي الاجتماعي وروح المسؤولية لديه (اغا، 1981)

وكذا ينمو الذكاء الاجتماعي للمراهق والذي هو القدرة على التصرف في المواقف الاجتماعية وتتضح الرغبة في توجيه الذات .

- اتساع نطاق اتصال المراهق وخاصة الاتصال الشخصي، وهذا ما ينمي قدرة المراهق على الحوار وينمي ميوله واتجاهاته ويوسع وجهة نظره ويزيد من معلوماته العامة ويثري شخصيته بالتفاعل

### 3-4- الجانب النفسي :

لقد انتبه الفرويديون وسواهم إلى أن الطفل قد يكون لديه الحاح وفصول جنسيان وببلوغه سن المراهقة فإن هذه الحاجات تكبر وتزداد ومن مظاهر هذا النمو النفسي كثرة الانفعالات وظهور العزلة أحيانا، وقد يلجأ على الاستغراق والتدين إلى حد الإلحاد والإنكار بالدين بالمرّة، وقد يلجأ إلى الاستماع إلى الناس لقوة غريزته الاندفاعية تصرفاته إلى رجل مسؤول عنها، ولاشك أن توتر الآباء والأمهات قد يترك أثرا في نفس المراهق، يترتب على هذا أن نظرتهم للحياة تصبح كئيبة ومليئة بالحقد، غامرة بالقلق بدل التفاؤل بالسعادة .

### 4-3- المشاكل الانفعالية :

في الأسرة نجد المراهق يميل إلى الاستقلال والحرية والتمرّد وعندما تتدخل الأسرة فإنه يعتبر هذا الموقف تصغيرا وانتقادا لقدرته، لذلك نجده يميل إلى النقد ومناقشة كل ما يعرض عليه من أفكار مما يؤدي إلى الصراع مع عائلته.

### أما في مشاكل المراهقة :

تتميز المراهقة بالفوضى والتناقض فيبحث الفرد على هوية جديدة، كما أن، المراهق يحاول تجاوز هذه الأزمات والتوترات بالرياضة والأعمال الفنية، وفي بداية الأزمة تبدأ ببطء ثم تنفجر وسببها الإحساس بالخوف والخجل، وهي مرتبطة بمستوى الذكاء، كما أن إرجاع هذه المشاكل إلى عدة عوامل من بينها نفسية كالعزلة،

واجتماعية كعدم الامتثال للمجتمع " العدوانية "، وقد يبحث عن الذات وكذا العادات فيصبح قلقا ونستخلص أهم المشاكل التالية :

#### 4-1- المشاكل النفسية:

انطلاقا من العوامل النفسية التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التجديد والاستقلال وتأكيد الذات بشتى الطرق والوسائل، فالمراهق لا يخضع للأمور البيئية وقوانينها وأحكام المجتمع بل أصبح يقصد الأمور ويناقشها على حسب تفكيره وقدراته، وإذا أحس بمعارضة المجتمع يسعى لأن يؤكد نفسه بالتمرد فإن كانت المدرسة والأسرة والأصدقاء لا يهتمون بقدراته ومواهبه ولا يعاملونه كفرد مستقل، فهو يحس بذاته وأن يتعرف كل الناس على قيمته

#### 4-2- المشاكل الاجتماعية: إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحا

في عنف انفعالاته وحدتها واندفاعها، هذا الاندفاع الانفعالي ليس أسبابه نفسية خاصة بل يرجع ذلك إلى التغيرات الجسمية .

ويتجلى ذلك بوضوح في خوف المراهق نتيجة انفعالاته وهي مرحلة مطلوب فيها التفكير في كونه طفلا غير مسؤول عنالمجتمع نجد المراهق يواجه النقد من المجتمع والعادات والتقاليد والقيم الخلقية والدينية السائدة لكونه كفرد بانتمائه إلى المجتمع يؤكد رغبة في التعبير عن ذاته وشخصيته .

#### 4-4- المشاكل الصعبة:

المشاكل المرضية التي يعاني منها المراهق هي السمنة البسطة والمؤقتة، لكن إذا كانت السمنة كبيرة يجب تنظيم الأكل وممارسة الرياضة وزيارة الطبيب المختص، لأن لدى المراهق إحساس خانق بأن أهله لا يهتمون به

#### 4-5- المشاكل الحركية :

وفي هذه المرحلة تظهر على المراهق تغيرات وخصوصا المورفولوجية منها نمو العضلات والزيادة في الطول والوزن، وتكون القدرة على العمل المتزن ضئيلة لأن نمو العظام في الطول والعمق والكفاءة يتغير النظام الميكانيكي فيما يلي :

#### 4-5-1- الافتقار إلى الرشاقة :

ويتضح ذلك بالنسبة للحركات التي تتطلب حسن التوافق لمختلف أجزاء الجسم .

#### 4-5-2- الزيادة المفرطة للتوكات:

عادة ما ترتبط الحركات العادية للمراهق بحركات زائدة جانبية، وتعني تلك الزيادة الواضحة في الحركات وعدم القدرة على الاقتصاد الحركي .

#### 4-5-3- نقص في القدرة على التحكم :

المراهق يبدي صعوبة في اكتساب المهارات الجديدة ويساهم الخوف في كسبها

#### 5- مميزات المراهقة :

مرحلة المراهقة ما هي إلا مرحلة نمو طبيعية، ولكن بصفة انتقالية حيث لها عدة مميزات أهمها التخلي عن الطفولة السابقة وظهور مجموعة من العمليات توافق بين الضغوط الناتجة عن التصور وعملية النمو والقدرة على التفكير وكل ما يؤدي إلى الرشد وهناك ثلاث مميزات أساسية هي :

**5-1- التداخل:** تختلط سلوكات المراهق بين الصبانية وتصرفات الراشدين أي السلوكات السوية وغير السوية، إلا أننا نلاحظ دوما سعي المراهق للترفع عن كل ما هو طفيلي ومحاولة الالتحاق بالكبار

### **5-2- عدم الاستقرار :**

ذكر أسوبال في كتابه نظرية ومشكلات نمو المراهق أن عدم الاستقرار الانفعالي هو أهم المميزات في مرحلة المراهقة، حيث يعاني في التجاذب الوجداني والانتقال من الاحساس والمشاعر المختلفة كالحب والكره، وهذه فترة انتقالية، فالمراهق في هذه الفترة ينظم شخصيته وفقا للمتغيرات في الميول والاتجاهات فهو لم يعد يتخذ المواقف الطفولية كحل لمشكلاته بل وجب عليه أو يوفق بين عناصر شخصيته.

### **5-3- السرعة :**

تتميز هذه المرحلة بالنمو السريع والمفاجئ لأنها تمر دون استعداد كافي لها، حيث تمر جميع النواحي العقلية والنفسية والجسمية والاجتماعية والانفعالية بسرعة، وتعرف بمرحلة الطفرة لأنها تختلف عن جميع المراحل النمو كما تعرف كذلك باسم الثياب الطيفية

## خلاصة:

وكخلاصة لهذا الفصل فإنه يمكن القول أنه كما لهذه المرحلة تأثير على حياة المراهق فإنها أيضاً تعتبر بالنسبة للمراهق الرياضي مرحلة حاسمة في مساره الرياضي حيث يبدأ في تحديد وجهاته وميولاته الرياضية.

كما أن هذه التغيرات الفيزيولوجية والعقلية لدى المراهق ومدى تفاعله معها وحسن استقلالها تعتبر مفتاحاً لنجاح مشواره الرياضي.

## تمهيد:

بعد تطرقنا للجانب النظري الذي يتناول الرصيد المعرفي الخاص بموضوع بحثنا الذي يحتوي على ثلاثة فصول لدراسة موضوعنا سنحاول الانتقال للجانب التطبيقي لدراسة الموضوع دراسة ميدانية

### 1- المنهج المتبع:

تحتاج اي مشكلة علمية في دراستها الى اختيار المنهجية التي يتبعها الباحث باعتبارها الموجه في كامل خطوات بحثه والمنهج الذي قمنا باختياره تبعا لطبيعة مشكلة دراستنا هو المنهج التجريبي الذي يعتبر من احد اهم المناهج العلمية المستخدمة في مجال الدراسات العلمية و كذلك في مجال التربية البدنية و الرياضية وقد عرف بانه اقرب مناهج البحوث لحل المشاكل بالطريقة العلمية كما يعد هو المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختيار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب و الاثر (جفانة 2002، 57) ولي هذا فقد تم استخدام المنهج التجريبي الذي يشير في مضمونه العلمي العام الى قياس تأثير موقف معين على ظاهرة ما هو مرتبط اساسا بالجانب (عمر 2004، 55) الزمني

### 2- المجتمع و عينة البحث:

النسبة المئوية	العدد	
100	215	مجتمع البحث
4.65	10	عينة البحث

الجدول رقم 1: يمثل الجدول النسبة المئوية لعينة البحث

العينة في البحوث التجريبية تعتبر اساس مهم لا مفر منه باعتبارها ضرورية عند عدم امكانية حصر مجتمع البحث كله و يقول ' انجرس' الوقت الكلفة الصعوبة يجعل استقصاء جزئ من المجتمع امرا محتوما

تم في الدراسة استخدام عينة مكونة من 10 تلاميذ يمثلون قسم (1 اف) من السنة الاولى ثانوي ثانوية الرائد فراج بشار تمثل العينة الاستطلاعية

وعينة مكونة من 10 تلاميذ يمثلون قسم (1 ع ج ) من السنة الاولى ثانوي ثانويةالرائد فراج بشار تمثل العينة التجريبية

و عينة مكونة من 10 تلاميذ يمثلون قسم (2 ع ج) من السنة الاولى ثانوي ثانوية الرائد فراج بشار تمثل العينة الضابطة

### 3- متغيرات البحث:

3-1- المتغير المستقل:هو الوحدات التعليمية المقترحة المرتكزة على عدة اختبارات مهارية (استقبال-تمرير-ارسال) في الكرة الطائرة تم تطبيقها

3-2- المتغير التابع:وكان في هذا البحث قياس تعلم المهارات الاساسية في الكرة الطائرة (استقبال-تمرير-ارسال) بواسطة اختبارات ذات صدق و ثبات عاليين وتم قياس المهارات الثلاث في عدة مراحل لمعرفة مدى تاثير المتغير المستقل عليها

### 3-3- ضبط المتغيرات ( المشوشة ):

3-1- الاعتدالية :

التجريبية		الضابطة		العينة	
المجال	معامل الالتواء	المجال	معامل الالتواء	الاختبارات	
يوجد اعتدالية	0.56	يوجد اعتدالية	0.20	1	التمرير
يوجد اعتدالية	-0.30	يوجد اعتدالية	0	2	
يوجد اعتدالية	0.58	يوجد اعتدالية	0	1	الاستقبال
يوجد اعتدالية	0.18	يوجد اعتدالية	0.61	2	
يوجد اعتدالية	0.62	يوجد اعتدالية	1.81	1	الارسال
يوجد اعتدالية	0.52	يوجد اعتدالية	0.25-	2	

الجدول رقم : يمثل دراسة الاعتدالية للاختبارات البعدية للعينتين الضابطة و التجريبية

التحليل: من خلال الجدول اعلاه يتضح ان قيم معامل الالتواء للاختبارات المهارية للعينتين الضابطة و التجريبية انها تراوحت ما بين [-0.30 الى 1.81] و كلها جاءت تنتمي الى المجال من [3 الى -3]

الاستنتاج: نستنتج انه يوجد اعتدالية

### 3-2 التجانس :

الدلالة الاحصائية	ف الجدولية	النسبة الفائية	التجريبية		العينة الاختبارات	
			التباين ع <sup>2</sup>	الضابطة	التباين ع <sup>2</sup>	الضابطة
غير دال	4.03	3.22	10.04	32.37	1	التمرير
غير دال		2.01	20.07	9.98	2	
غير دال		3.70	2.37	0.64	1	الاستقبال
دال		4.58	2.75	0.6	2	
غير دال		2.08	206.20	98.80	1	التمرير
غير دال		1.66	20.61	34.22	2	

الجدول رقم : يمثل الجدول دراسة التجانس للاختبارات البعدية للعينتين الضابطة و التجريبية

التحليل: من خلال الجدول اعلاه نلاحظ ان النسبة الفائية للعينتين الضابطة و التجريبية قد تراوحت ما بين 1.66 الى 4.58 و هي كلها تقريبا اصغر من ف الجدولية التي قدرت ب 4.03 مما يدل على عدم وجود دلالة احصائية

الاستنتاج: نستنتج وجود تجانس بين العينتين الضابطة و التجريبية

### 3-3-3- المناخ:

اجرية الاختبارات و الحصص في الفترة الصباحية

### 3-3-3- الجنس :

تم المزج بين الذكور و الاناث في عينة يبلغ عددها 10 تلاميذ

### 3-3-3- العمر:

تراوح عمر العينة التجريبية و الضابطة بين 15-18 سنة

### 4- مجالات البحث:

#### 4-1- المجال البشري:

يتمثل المجتمع في السنة الاولى من الطور ثانوي و تم تحديد 3 عينات مكونة من 30 تلميذ مقسمة علي العينة الاستطلاعية و التجريبية و الضابطة

#### 4-2- المجال المكاني:

تم اجراء الاختبارات المهارية و الحصوص المبرمجة في وحدات تعليمية في ملعب كرة الطائرة لثانوية الرائد فراج بشار

#### 4-3- المجال الزمني: من 2016/01/01 الى 2016/05/17

### 5- ادوات البحث:

#### اولا اختبارات التمرير من اعلى

الاختبار الاول: اختبار تكرار التمرير مع الحائط

**الهدف:** قياس قدرات المختبر على سرعة التمرير ومقدار تمكنه من مهارة التمرير من اعلى بالأصابع و من الثبات

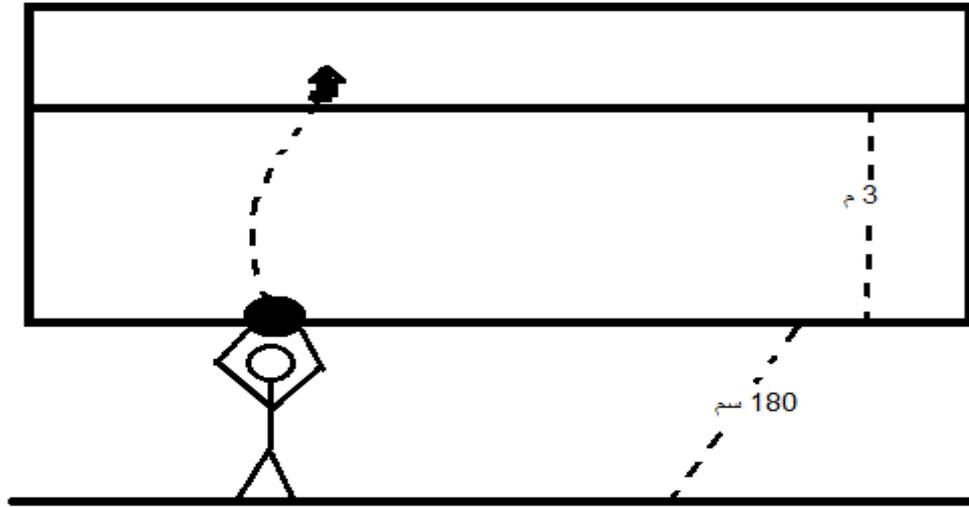
**طريقة الاداء:** يقف المختبر على الخط الذي يبعد على الحائط بمقدار 180 سم على ان بمسك الكرة باليدين امام الوجه ثم يقوم بالتمرير باتجاه الحائط و اعلى الخط المرسوم عليها على ان ترتد الكرة لتصل اليه مرة اخرى خلف خط التمرير لمتابعة

التمرير من اعلى بأصابع اليدين يستمر المختبر في اداء هذا العمل لمدة نصف دقيقة

انظر الشكل المقابل

**طريقة القياس:** يحسب عدد مرات ملامسة الكرة للحائط خلال 30 ثانية المقررة للاختبار و لا تحسب اي محاولة تخالف الشروط السابق ذكرها و تعتبر الدرجة النهائية للمختبر هي عدد محاولات الصحيحة في 30 ثانية المضروبة في 3 و يجب ملاحظة عدم حساب الكرات الممررة في بداية الاختبار او التمريرة التالية لكل توقف نتيجة خطأ قام به المختبر

**الادوات:** حائط المس مرسوم عليه خط موازي بارتفاع 3 امتار من سطح الارض يرسم خط موازي للحائط و يبعد عنه 180 سم - كرة طائرة - ساعة ايقاف (المنعم 2001، 28)



الشكل رقم 1 : يمثل طريقة اداء اختبار تكرار التمرير مع الحائط

اولا : اختبارات التمرير من اعلى

الاختبار الثاني : الاداء الصحيح لمهارة التمرير من اعلى

الهدف: قياس القدرة على اداء مهارة التمرير من اعلى بشكل صحيح

طريقة الاداء يقف المختبر في مربع مخصص له (3م\*3م) ثم يقوم بالتمرير باليدين من اعلى لمدة 30 ثانية

طريقة القياس: يسجل للمختبر عدد التمريرات الصحيحة حيث مقابل كل خطأ (1-)  
( من الاخطاء التالية :

\* العمل براحة اليد(-1)

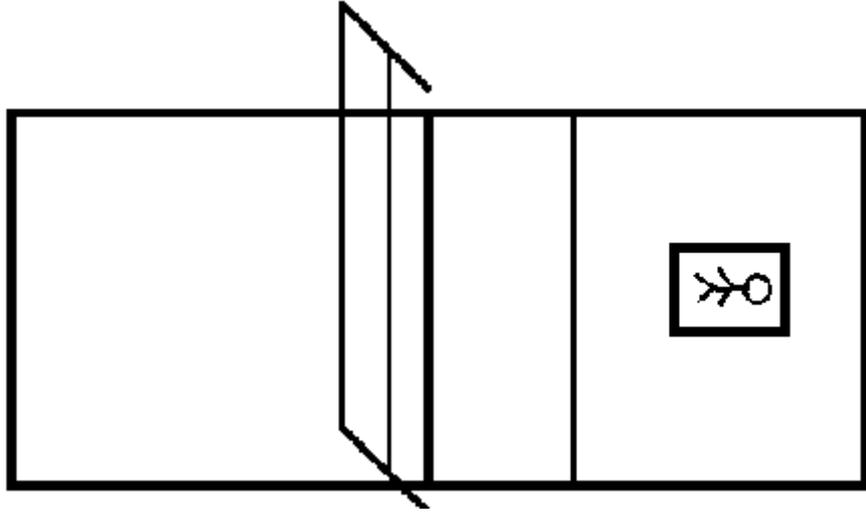
\* ضرب الكرة بالأصابع (-1)

\* دفع الكرة على مستوى الصدر(-1)

\* الدرجة النهائية هي عدد المحاولات الصحيحة مضروبة\*3

الادوات : كرة الطائرة - ملعب كرة طائرة - ساعة إيقاف

(المنعم 2001، 45)



الشكل رقم 2 : يمثل الاداء الصحيح لمهارة التمرير من اعلى

اولا اختبارات التمرير من اعلى

الاختبار الثالث: اختبار التمرير من اعلى

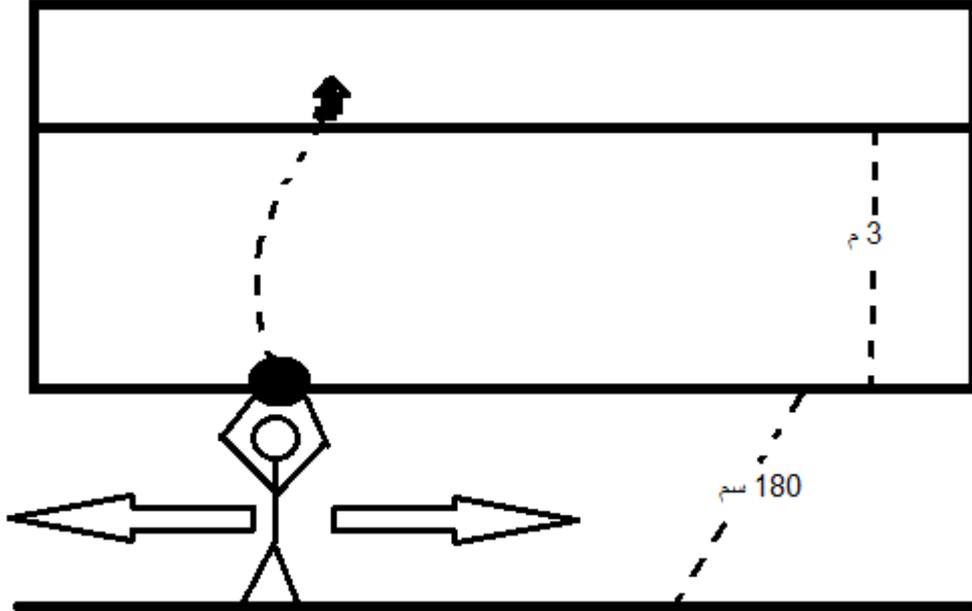
**الهدف:** قياس تمكن اللاعب من مهارة التمرير من اعلى بالأصابع اثناء الحركة

**طريقة الاداء:** يقف المختبر خلف الخط الذي يبعد على الحائط بمقدار 180 سم على ان يمسك الكرة باليدين امام الوجه ثم يقوم بالتمرير اتجاه الحائط و اعلى الخط المرسوم عليها يستمر المختبر بأداء هذا العمل لمدة 30 ثانية

**طريقة القياس:** يحسب عدد مرات ملامسة الكرة للحائط خلال 30 ثانية و لا تحتسب اي محاولة تخالف الشروط السابق ذكرها و تعتبر الدرجة النهائية للمختبر هي عدد المحاولات الصحيحة مضروبة\*3 و يجب عدم حساب الكرات الممررة في بداية الاختبار او التمرير التالية لكل توقف نتيجة الخطأ قام به المختبر

**الادوات:** حائط املس مرسوم عليه خط موازي بالارتفاع 3 امتار من السطح الارض يرسم خط موازي للحائط و يبعد عنه 180 سم - كرة طائرة - ساعة ايقاف

(المنعم 2001، 48)



الشكل رقم 3 : يمثل اختبار التمرير من اعلى

## ثانيا اختبارات التمير من اسفل (الاستقبال)

الاختبار الاول: اختبار التمير من اسفل بالذراعين

**الهدف:** قياس قدرة المختبر على سرعة التمير و مقدار تمكنه من مهارة التمير من اسفل باليدين مع الحركة (الاستقبال)

**طريقة الاداء:** يحسب عدد مرات ملامسة الكرة للحائط في مدة 30 ثانية (المحاولات الصحيحة فقط) ثم تضرب في 3 لكل تمريرة صحيحة 3 نقاط و الدرجة النهائية للاختبار هي عدد المحاولات الصحيحة في 30 ثانية

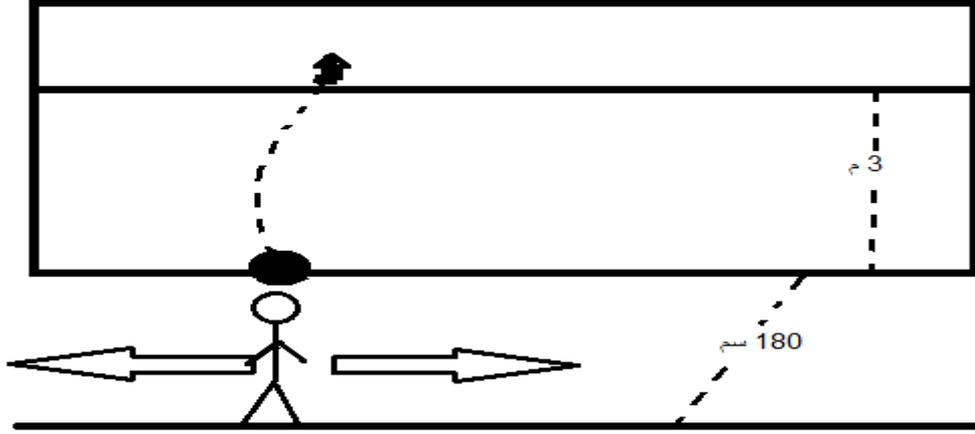
**طريقة القياس:** الجدول يوضح المعايير و المستويات على هذا الاختبار حيث قسمت الى 4 مستويات ضعيف- متوسط - جيد - ممتاز

### الجدول:

المستويات	ضعيف	متوسط	جيد	ممتاز
التلاميذ	اقل من 18	19-28	29-34	35 فاكثر

**الادوات:** حائط املس - يرسم على الارض خط موازي للحائط يبعد عنه 180 سم - خط التمير و مواجهها للحائط على ان يمسك الكرة باليدين - كرة طائرة - ساعة ايقاف

(المنعم 2001، 50)



الشكل رقم 4 : يمثل اختبار التمرير من اسفل بالذراعين

ثانيا اختبارات التمرير من اسفل (الاستقبال)

الاختبار الثاني : اختبار التمرير من الاسفل بالذراعين

الهدف: القدرة على الاداء الصحيح لمهارة التمرير من اسفل بالذراعين

طريقة الاداء: على المختبر ان يعمل داخل منتصف الملعب (9/9) و يقوم بالتمرير

من اسفل بالذراعين يكرر الاداء لمدة 30 ثانية

طريقة القياس: تحسب عدد التمريرات الصحيحة حيث مقابل كل خطأ (-1) من

الاطاء التالية

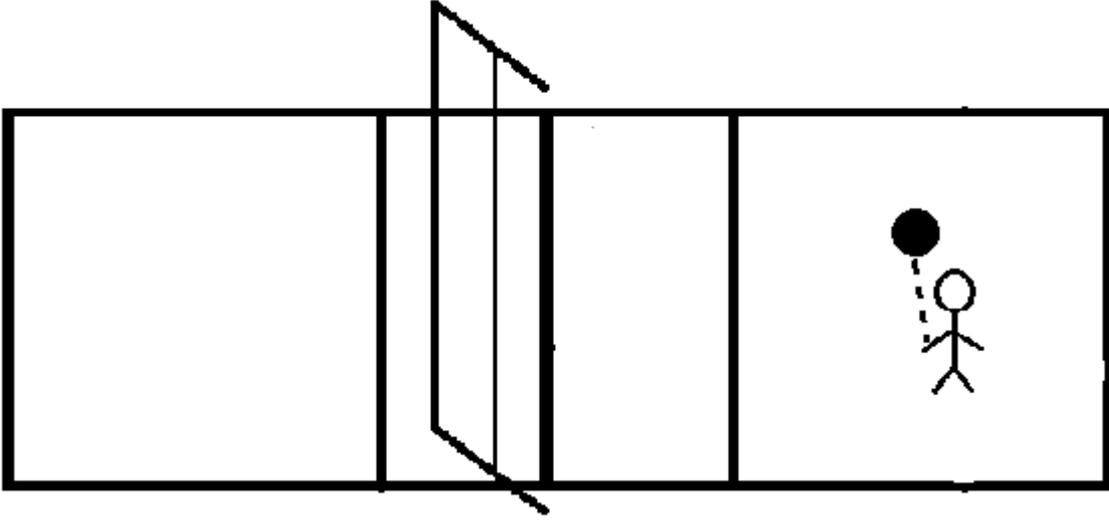
ضرب الكرة بالمعصم (-1)

ضرب الكرة براحة اليد (-1)

عدم استقامة الذراع اثناء ضرب الكرة (-1)

الادوات: ملعب كرة الطائرة - كرة الطائرة - ساعة إيقاف

(المنعم 2001، 62)



الشكل رقم 5 : يمثل اختبار التمرير من الاسفل بالذراعين

ثانيا اختبارات التمرير من اسفل (الاستقبال)

الاختبار الثالث: اختبار الدقة في التمرير من اسفل بالذراعين

الهدف : قياس القدرة في دقة التمرير

طريقة الاداء: يقف المختبر داخل المنطقة الدفاعية في الملعب (9/9) امتاز يقوم بالتمرير بالذراعين من اسفل محاولا اسقاط الكرة داخل الحلقات الموضوعة في الملعب

يمنح للمختبر 5 تمريرات (انظر الشكل)

طريقة القياس: يسجل للمختبر النقاط حسب القواعد التالية

\* اذا تم اخراج الكرة خارج الملعب لا تحسب التمريرة

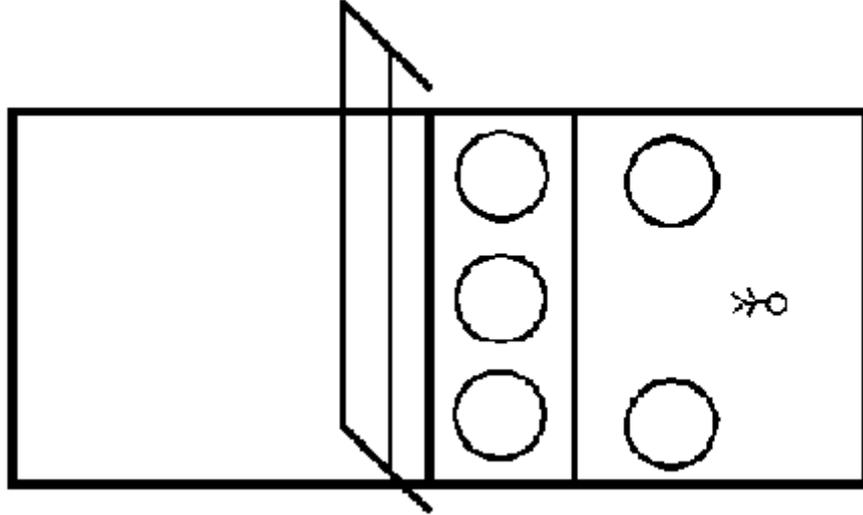
\* اذا كانت التمريرة داخل الملعب يحتسب نقطة واحدة

\* اذا سقطت الكرة في الاطار للحلقة تحتسب نقطتان

\* اذا سقطت الكرة داخل الحلقة تحتسب 3 نقاط

\* الادوات: ملعب كرة الطائرة -5 كرات طائرة -شريط قياس - يتم تخطيط الملعب  
كما هو موضح في الشكل

(المنعم 2001، 62)



الشكل رقم 6 : يمثل اختبار الدقة في التمرير من اسفل بالذراعين

ثالثا اختبارات الارسال

الاختبار الاول: اختبار الارسال من اعلى او من اسفل

الهدف: قياس مهارة الارسال من اعلى او من اسفل

طريقة الاداء: يقف المختبر في منطقة الارسال و يقوم بأداء المهارة الى نصف  
الملعب المقابل و يمكن استخدام النوعين من المهارة اي الارسال من اسفل او من  
اعلى

طريقة القياس: يحصل اللاعب على 10 درجات اذا سقطت الكرة في المنطقة  
المرقمة ب10 , وعلى 5 درجات اذا سقطت الكرة في المستطيل المرقم ب5 و  
الدرجة النهائية تمثل مجموع درجات المختبر في المحاولات 10 التي يقوم بها اي  
الدرجة النهائية لهذا الاختبار هي 100

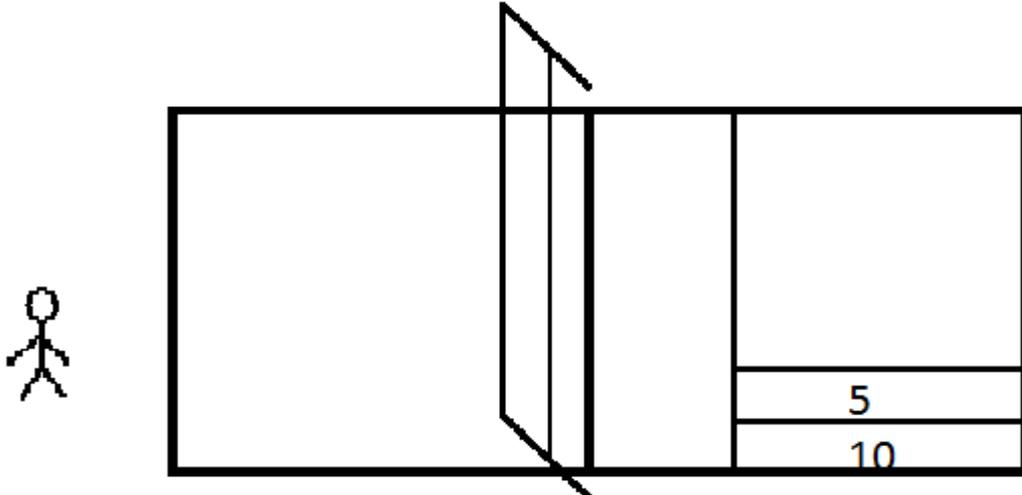
و هناك معايير و مستويات في الجدول التالي على هذا الاختبار تمثل مجموع الدرجات في المحاولات العشر مخصصة لكل مختبر

المستويات	متوسط	جيد	ممتاز
التلاميذ	49-30	79-50	100-80

يمثل الجدول معايير و مستويات اختبار الارسال من اعلى او من اسفل

**الادوات:**

ملعب كرة الطائرة-10 كرات طائرة-شبكة تحدد منطقة الارسال و في النصف الثاني من الملعب يرسم خطان متوازيان لخط الجانب يكب على الاول 10 و على الثاني 5حيث تمثل هذه الارقام درجات المختبر  
(المنعم 2001، 65)



الشكل رقم 7 : يمثل اختبار الارسال من اعلى او من اسفل

**ثالثا اختبارات الارسال**

**الاختبارالثاني:** اختبار الارسال من اعلى او من اسفل

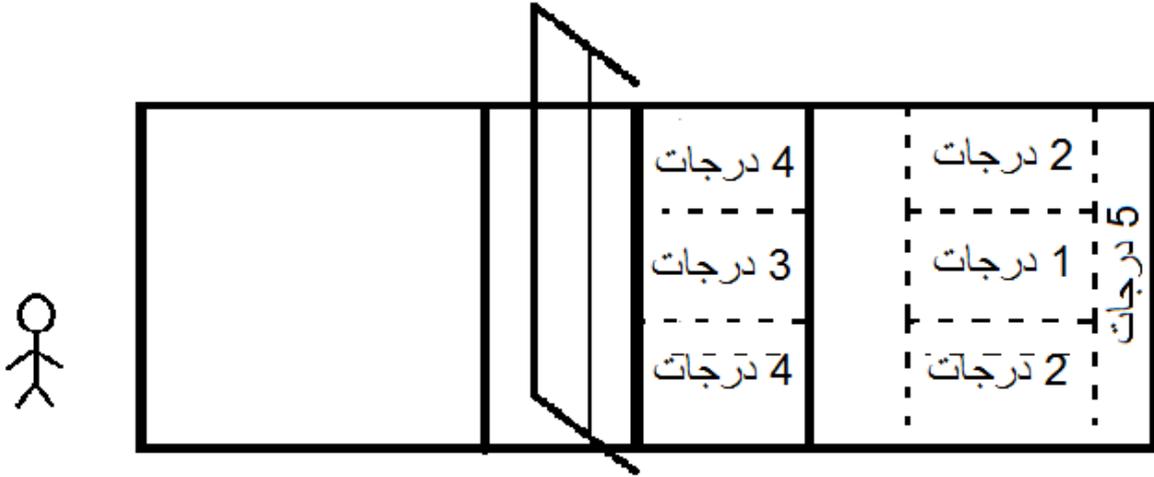
**الهدف:** قياس دقة الارسال من اعلى او من اسفل

**طريقةالاداء:** يقوم المختبر بأداء 5 ارسالات متتالية من اسفل و 5 ارسالات من

الاعلى محاولا توجيه الكرة الى المنطقة التي تكتب فيها اعلى درجة

**طريقة القياس:** يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات العشرة علما ان الدرجة النهائية هي 50 (حيث 5 محاولات يستخدم فيها الارسال من الاعلى و 5 محاولات يستخدم فيها الارسال من الاسفل) ويحصل على الدرجة التي بداخل المنطقة التي سقطت فيها الكرة اذا لمست الكرة الشبكة او خرجت خارج الملعب يحصل المختبر على صفر

**الادوات:** يقسم الملعب كما هو موضح في الشكل -10 كرات -شريط قياس-تحدد النقاط الممنوحة على المناطق المستهدفة وتكتب على الارض (المنعم 2001، 69)



**الشكل رقم 8 :** يمثل اختبار الارسال من اعلى او من اسفل  
ثالثا اختبارات الارسال

**الاختبار الثالث:** اختبار الارسال من اعلى او من اسفل

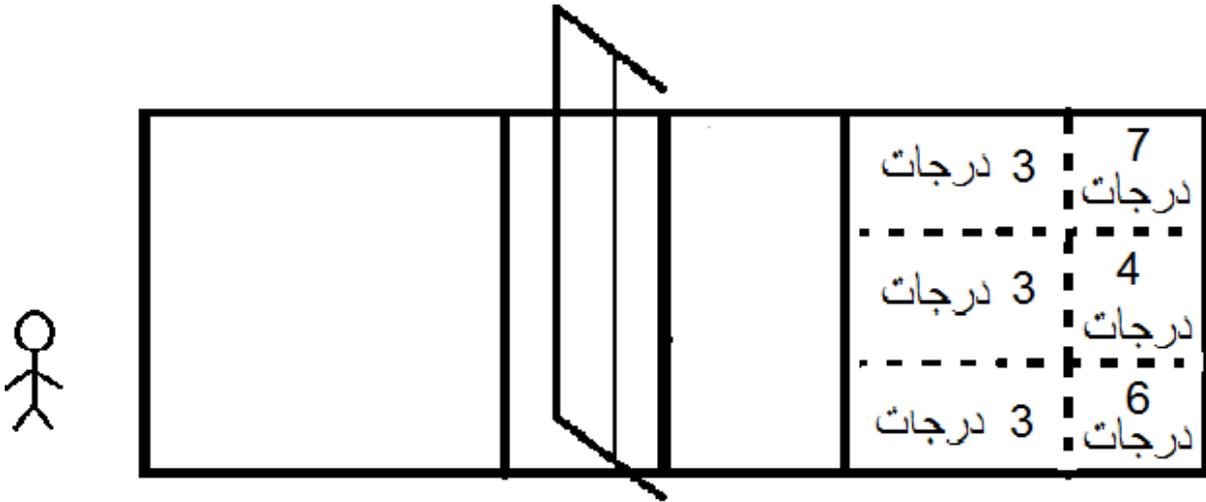
**الهدف:** قياس دقة الارسال من اعلى او من اسفل

**طريقة الاداء:** يقوم المختبر بأداء 5 ارسالات متتالية من اسفل محاولا توجيه الكرة الى المنطقة التي كتب عليها اعلى درجة ثم يقوم بأداء 5 ارسالات اخرى متتالية من اعلى محاولا توجيه الكرة الى المنطقة التي كتب بداخلها اعلى درجة

طريقة القياس: يسجل للمختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات العشرة و لكل مختبر عشر محاولات (خمسة من اسفل و خمسة من اعلى) و يحصل المختبر على الدرجة التي بداخلها الدرجات سقطت الكرة

الادوات: ملعب كرة الطائرة-عشرة كرات طائرة -قانوني (يعدل ارتفاع الشبكة) شريط قياس-تحديد النقاط الممنوحة على المناطق المستهدفة و تكتب على الارض وفقا لماهو وارد بالشكل

(المنعم 2001، 72)



الشكل رقم 9 : يمثل اختبار الارسال من اعلى او من اسفل

6- الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

1- دراسة الصدق و الثبات:

الصدق	الدلالة الاحصائية	مستوي الدلالة	درجة الحرية ن-2	ر الجدولية	الارتباط بيرسون	الاختبارات	
0.948	دال				0.90	التطبيق	

						1	التمرير
0.916	دال				0.84	التطبيق 2	
0.911	دال	0.05	08	0.23	0.83	التطبيق 1	الاستقبال
0.979	دال				0.96	التطبيق 2	
0.866	دال				0.75	التطبيق 1	الارسال
0.948	دال				0.90	التطبيق 2	

الجدول رقم 2: يمثل صدق و ثبات الاختبارات المطبقة

**التحليل :** من خلال الجدول اعلاه نلاحظ ان قيم معاملات الارتباط الخاصة بكل اختبار جاءت دالة و بقيم كبيرة حيث بلغت ( 0.90 - 0.84 - 0.83 - 0.75 - 0.90 ) و هي اكبر من راء الجدولية التي بلغت ( 0.23 ) عند مستوى الدلالة ( 0.05 ) و درجة الحرية ( 8 ) مما يدل على ان هناك ارتباط

7- الوسائل الاحصائية :

7-1 المتوسط الحسابي :

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

حيث :

$\bar{X}$  : هو المتوسط الحسابي

$\Sigma$ س : هي مجموع القيم

ن : عدد القيم

2-7 الانحراف المعياري :

$$ع = \sqrt{\frac{\Sigma(س-\bar{س})^2}{ن-1}}$$

حيث : ع : الانحراف المعياري

$\bar{س}$  : المتوسط الحسابي

س : قيمة عددية (نتيجة الاختبار)

ن : عدد العينة

3-7 اختبار توزيع ت ستودنت :

$$ت = \frac{س_1 - س_2}{\sqrt{\frac{(ع_1)^2 + (ع_2)^2}{ن-1}}}$$

حيث س<sub>1</sub> : متوسط الحسابي للمجموعة الاولى

س<sub>2</sub> : متوسط الحسابي للمجموعة الثانية

ن : عدد افراد العينة

ع<sub>1</sub> : انحراف المعياري للمجموعة الاولى

ع<sub>2</sub> : انحراف المعياري للمجموعة الثانية. Tapez une équation ici.

4-7 معامل الارتباط لبيرسون :

$$r = \frac{(ص \text{ مـ} * ص \text{ مـ}) - (ص * ص \text{ مـ})}{\sqrt{[(ص \text{ مـ})^2 - (ص * ص \text{ مـ})] [ص \text{ مـ}^2 - (ص * ص \text{ مـ})]}}$$

حيث ر : معامل الارتباط لبيرسون

س : قيم الاختبار الاول

س̄ : المتوسط الحسابي للاختبار الاول

ص : قيم الاختبار الثاني

ص̄ : المتوسط الحسابي للاختبار الثاني

: يدرس حجم التأثير  $5-7\mu^2$  معامل

$$\mu^2 = \frac{\text{تالحيية تسوية}}{100 \text{ ت المحسوية} + \text{درجة}}$$

**خلاصة:**

لقد شمل هذا الفصل المنهجية المتبعة أثناء البحث بالإضافة إلى إجراءات ما قبل التجربة، اختبارات بدنية و تقنية و عينات البحث و مجالاته، و كذا الدراسات الإحصائية.

حيث أن هذه الإجراءات تعبر عن أسلوب منهجي في أي بحث، بالإضافة إلى أنها تساعد الباحث على تحليل النتائج التي توصل إليها هذا من جهة، و من جهة أخرى تجعلنا نثبت تدرج العمل الميداني في الأسلوب المنهجي الذي يتبعه أي بحث منهجي

## تمهيد :

بعد أن تطرقنا إلى منهجية البحث وإجراءاتها سنتطرق إلى عرض وتحليل نتائج الاستبيان الموجه للاعبين والمدربين بعد جمع المعلومات والبيانات ومناقشة محاور الفرضيات ، ثم معرفة الاستنتاج العام للدراسة

### 1- عرض و تحليل النتائج :

#### 1-1- عرض و تحليل نتائج اختبارات العينة الضابطة :

المهارات	القبلي		البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية	مسئولية الدلالة
	ع	س	ع	س				
التمرير	22.2	4.04	21.3	5.69	1	2.26	9	0.05
	19.2	5.69	18	3.16	1.17			
الاستقبال	3.5	1.07	3.5	0.8	0			
	4.7	1.88	4.4	0.78	0.89			
الارسال	10.5	11.6	11	9.94	0.31			
	15.1	7.48	15.5	5.85	0.49			

الجدول رقم 3 : يمثل نتائج الاختبارات المهارية القبلية و البعدية للعينه الضابطة

### 1-1-1 نتائج اختبار التمرير الاول :

الاحصائية	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدول	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		
						ع	س	ع	س	
غير	0.05	9	2.26	1	5.6	21.	4.0	22.	التمرير	
دال					9	3	4	2	الاول	

الجدول رقم 4: يمثل نتائج الاختبار الاول في التمرير بالنسبة للعينه الضابطة

التحليل: من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان "ت" ستيودنت المحسوبة قد قدرت ب1 وهي أصغر من "ت" الجدولية التي قدرت ب (2.26) عند مستوي الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 9 ما يشير الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بينالاختبار القبلي و البعدي

الاستنتاج: مستوى التلاميذ في مهارة التمرير لم يتحسن وهذا راجع الى عدم تلقي هذه العينة لبرنامج تعليمي خاص بالمهارات الاساسية في الكرة الطائرة.

## 1-1-2 نتائج اختبار التمرير الثاني :

الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		
					ع	س	ع	س	
غير دال	0.05	9	2.26	1.17	3.16	18	5.6	19.2	التمرير الثاني

الجدول رقم 5: يمثل نتائج الاختبار الثاني في التمرير بالنسبة للعينة الضابطة

### التحليل :

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان "ت" ستيودنت المحسوبة قد قدرت ب 1.17 وهي أصغر من "ت" الجدولية التي قدرت ب (2.26) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 9 ما يشير الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين

الاختبار القبلي و البعدي

الاستنتاج: مستوى التلاميذ في مهارة التمرير لم يتحسن وهذا راجع الى عدم تلقي هذه العينة لبرنامج تعليمي خاص بالمهارات الاساسية في الكرة الطائرة.

## 1-1-3- نتائج اختبار الاستقبال :

الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		
					ع	س	ع	س	
غير دال	0.05	9	2.26	0	0.8	3.5	1.0	3.5	الاستقبال الثاني

**الجدول رقم 6:** يمثل نتائج الاختبار الثاني في الاستقبال بالنسبة للعينة الضابطة

**التحليل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان "ت" ستيودنت المحسوبة قد قدرت ب0 وهي أصغر من "ت" الجدولية التي قدرت ب (2.26) عند مستوي الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 9 ما يشير الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بينالاختبار القبلي و البعدي

**الاستنتاج :**

مستوى التلاميذ في مهارة الاستقبال لم يتحسن و هذا راجع الى عدم تلقي هذه العينة لبرنامج تعليمي خاص بالمهارات الاساسية في الكرة الطائرة.

**1-1-4- نتائج اختبار الاستقبال :**

الاحصائية	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	ت الجدولية	ت		القبلي		
					المحسوبة	البعدي	ع	س	
غير	0.05	9	2.26	0.89	0.	4.4	1.8	4.	الاستق
دال					78		8	7	بال
									الثالث

**الجدول رقم 7:** يمثل نتائج الاختبار الثالث في الاستقبال بالنسبة للعينة الضابطة

**التحليل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان "ت" ستيودنت المحسوبة قد قدرت ب0.89 وهي أصغر من "ت" الجدولية التي قدرت ب (2.26) عند مستوي الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 9 ما يشير الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بينالاختبار القبلي و البعدي

**الاستنتاج:** مستوى التلاميذ في مهارة الاستقبال لم يتحسن و هذا راجع الى عدم تلقي هذه العينة لبرنامج تعليمي خاص بالمهارات الاساسية في الكرة الطائرة.

### 1-1-5- نتائج اختبار الارسال :

الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		
					ع	س	ع	س	
غير دال	0.05	9	2.26	0.31	9.	11	11.	10	الارسال الاول
					94		65	.5	

**الجدول رقم 8:** يمثل نتائج الاختبار الاول في الارسال بالنسبة للعينة الضابطة

### التحليل :

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان "ت" ستيودنت المحسوبة قد قدرت ب 0.31 وهي أصغر من "ت" الجدولية التي قدرت ب (2.26) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 9 ما يشير الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين

الاختبار القبلي و البعدي .

### الاستنتاج :

مستوى التلاميذ في مهارة الارسال لم يتحسن وهذا راجع الى عدم تلقي هذه العينة لبرنامج تعليمي خاص بالمهارات الاساسية في الكرة الطائرة.

## 1-1-6- نتائج اختبار الارسال :

الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		
					ع	س	ع	س	
غير دال	0.05	9	2.26	0.49	5.85	15.5	7.48	15.1	التمرير الاول

الجدول رقم 9: يمثل نتائج الاختبار الثالث في الارسال بالنسبة للعينة الضابطة

**التحليل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان "ت" ستودنت المحسوبة قد قدرت ب 0.49 وهي أصغر من "ت" الجدولية التي قدرت ب (2.26) عند مستوي الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 9 ما يشير الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي و البعدي

### الاستنتاج :

مستوى التلاميذ في مهارة الارسال يتحسن و هذا راجع الى عدم تلقي هذه العينة لبرنامج تعليمي خاص بالمهارات الاساسية في الكرة الطائرة.

### 1-2 عرض و تحليل نتائج اختبارات العينة التجريبية :

الدلالة الاحصائية	مس توى الدلالة	درج ة الحر ية	ت الجدولية	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		المهارات	
					ع	س	ع	س		
دال				9.75	3.17	29.1	3.3	21.3	1	التمرير

دال	0.05	9	2.26	9.44	4.48	29.7	2.98	17.21	
دال				11.38	1.54	6.8	1.15	3.31	الاستق
دال				9	1.66	9.1	2.58	5.2	بال
دال				7.06	14.36	33	9.06	9.1	الارسا
دال				8.28	4.54	27.8	6.56	14.22	ل

الجدول رقم 10 : يمثل نتائج الاختبارات المهارية القبلية و البعدية للعينة التجريبية

**التحليل:** من خلال الجدول رقم 10 الذي يوضح النتائج القبلية و البعدية للعينة التجريبية يتضح ان قيم ت المحسوبة للاختبارات الستة قد قدرت من 4.45 الى 11.38 و هي كلها اكبر من ت الجدولية المقدرة ب ( 2.26 ) عند درجة الحرية 9 و مستوى الدلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل الاختبارات لصالح الاختبارات البعدية

**الاستنتاج:** وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل الاختبارات لصالح الاختبارات البعدية

### 1-2-1 - نتائج اختبار التمرير 1 :

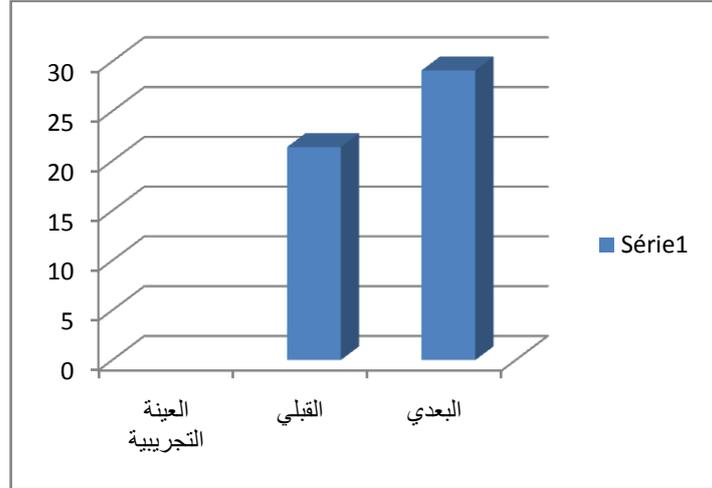
الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		
					ع	س	ع	س	
دال	0.05	9	2.26	9.75	3.17	29.1	3.3	21.3	التمرير الاول

الجدول رقم 11: يمثل نتائج الاختبار الاول في التمرير بالنسبة للعينة التجريبية

### التحليل :

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستيودنتا المحسوبة قد قدرت ب 9.75 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.26 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر .

**الاستنتاج:** تلاميذ تحسنوا في مهارة التمرير بتاثير المتغير المستقل المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه الرسم البياني التالي:



الشكل رقم 10 : يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار التمرير الاول للعينة التجريبية

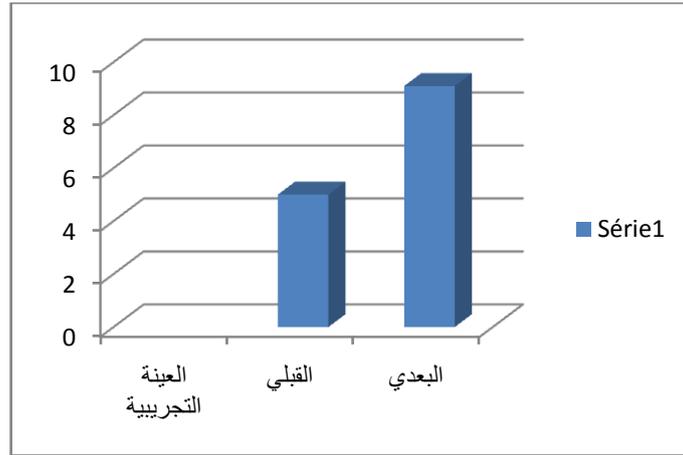
## 1-2-2 - نتائج اختبار التمرير 2 :

الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		
					ع	س	ع	س	
	0.05	9	2.26	9.44	4.	29.	2.9	17	التمرير
دال					48	7	8	.1	الثاني

الجدول رقم 12: يمثل نتائج الاختبار الثاني في التمرير بالنسبة للعينة التجريبية

**التحليل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستيدونت المحسوبة قد قدرت ب 9.44 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.26 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر, وعليه

يمكن القول ان التلاميذ قد تحسنوا في مهارة التمرير بتاثير المتغير المستقل المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه الرسم البياني التالي:.



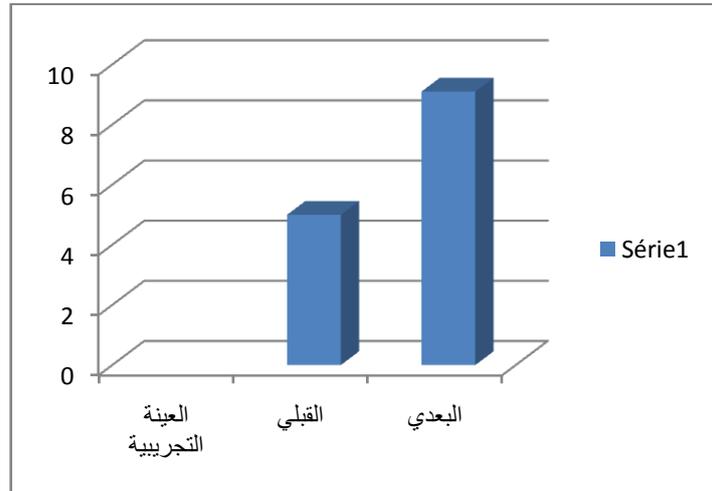
الشكل رقم 11 : يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار التمرير الثاني للعينة التجريبية

### 1-2-3 - نتائج اختبار الاستقبال الثاني :

الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسو بة	البعدي		القبلي		
					ع	س	ع	س	
دال	0.05	9	2.26	11.38	1. 54	6.8	1.1 5	3. 3	الاستق بال الثاني

**الجدول رقم 13:** يمثل نتائج الاختبار الاول في الاستقبال بالنسبة للعينة التجريبية

**التحليل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستيدونت المحسوبة قد قدرت ب 11.38 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.26 عند درجةحرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر, وعليه يمكن القول ان التلاميذ قد تحسنوا في مهارة الاستقبالبتاثير المتغير المستقل المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه الرسم البياني التالي:.



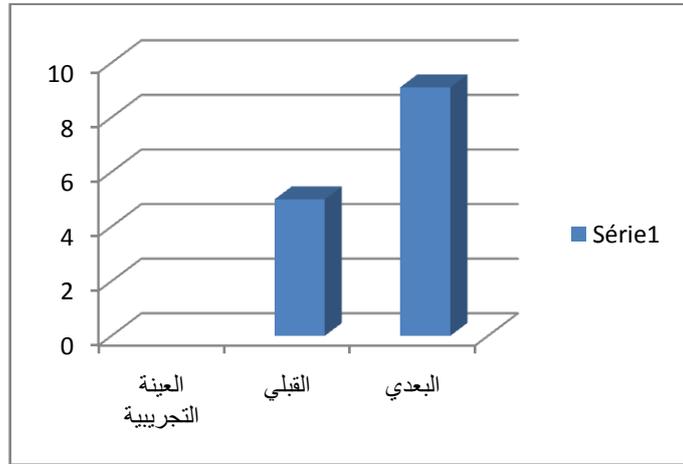
**الشكل رقم 12:** يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار الاستقبال الثاني للعينة التجريبية

#### 1-2-4 - نتائج اختبار الاستقبال الثالث :

الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		
					ع	س	ع	س	
دال	0.05	9	2.26	9	1.66	9.1	2.5	5	الاستقبال الثالث

**الجدول رقم 14:** يمثل نتائج الاختبار الثالثي الاستقبال بالنسبة للعينة التجريبية

**التحليل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستيودنت المحسوبة قد قدرت ب 9 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.26 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر, وعليه يمكن القول ان التلاميذ قد تحسنوا في مهارة الاستقبال بتاثير المتغير المستقل المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه الرسم البياني التالي.:



**الشكل رقم 13:** يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار الاستقبال الثالث للعينة التجريبية

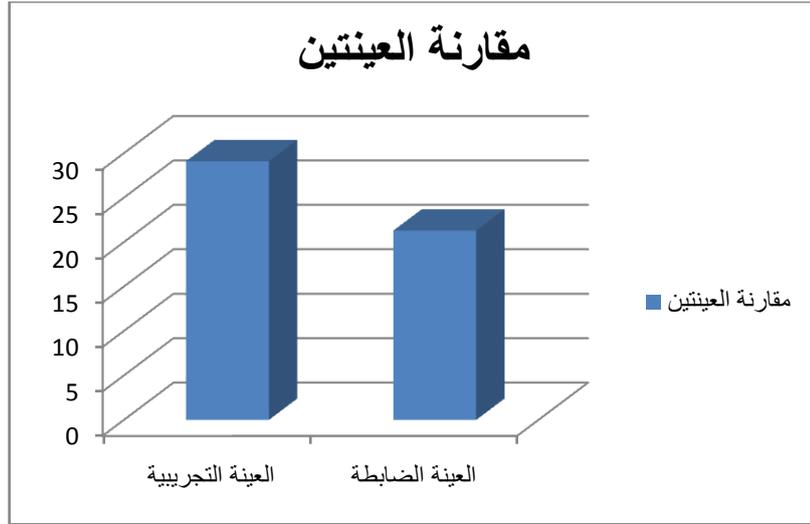
## 1-2-5 - نتائج اختبار الارسال الاول :

الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		
					ع	س	ع	س	
دال	0.05	9	2.26	7.06	14	33	9.0	9	الارسال الاول
					.3		6		ل
					6				الاول

الجدول رقم 15: يمثل نتائج الاختبار الاول في الارسال بالنسبة للعينة التجريبية

### التحليل :

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستيودنت المحسوبة قد قدرت ب 7.06 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.26 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر, وعليه يمكن القول ان التلاميذ قد تحسّنوا في مهارة الارسال بتاثير المتغير المستقل المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة.



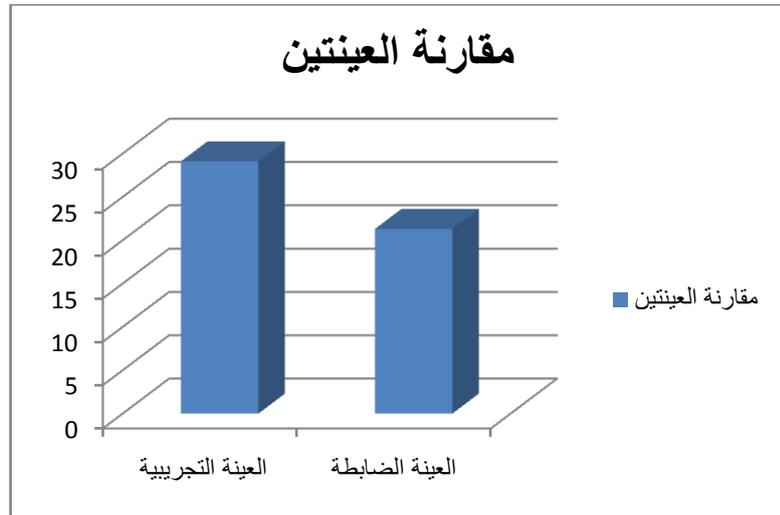
الشكل رقم 14 : يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار الارسال الاول للعينة التجريبية

## 1-2-6 - نتائج اختبار الارسال الثالث :

الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	البعدي		القبلي		
					ع	س	ع	س	
دال	0.05	9	2.26	8.28	4.54	27.8	6.56	14.2	الارسال الثالث

**الجدول رقم 16:** يمثل نتائج الاختبار الثالثي الارسال بالنسبة للعينة التجريبية

**التحليل :** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستيودنت المحسوبة قد قدرت ب 8.28 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.26 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر, وعليه يمكن القول ان التلاميذ قد تحسنوا في مهارة الارسال بتاثير المتغير المستقل المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه الرسم البياني التالي:



الشكل رقم 15 : يمثل يمثل اعمدة بيانية لنتائج اختبار الارسال الثالث للعينه التجريبية

3-1 عرض و تحليل نتائج اختبارات البعدية العينتين التجريبية و الضابطة :

المهارات	القبلي		البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية	درجة الحرية	مس توى الدلالة	الدالة الاحصائية	
	ع	س	ع	س						
التمرير	1	21.3	4.34	29.1	3.17	4.5	9	0.05	دال	
	2	18	3.16	29.7	2.98	8.5				
الاستق بال	1	3.5	0.84	6.8	1.54	5.9			2.1	دال
	2	4.4	1.95	9.1	1.66	5.79				دال
الارسال	1	11	9.94	33	16.14	3.97				دال
	2	15.4	5.79	27.3	4.76	5.01				دال

الجدول رقم 17 : يمثل نتائج اختبارات البعدية العينتين التجريبية و الضابطة

التحليل : من خلال الجدول رقم 17 الذي يوضح النتائج البعدية للعينتين التجريبية و الضابطة يتضح ان قيم ت المحسوبة للاختبارات الستة قد تراوحت من 3.97 الى 8.5 و هي كلها اكبر من ت الجدولية المقدره ب ( 2.26 ) عند درجة الحرية 9

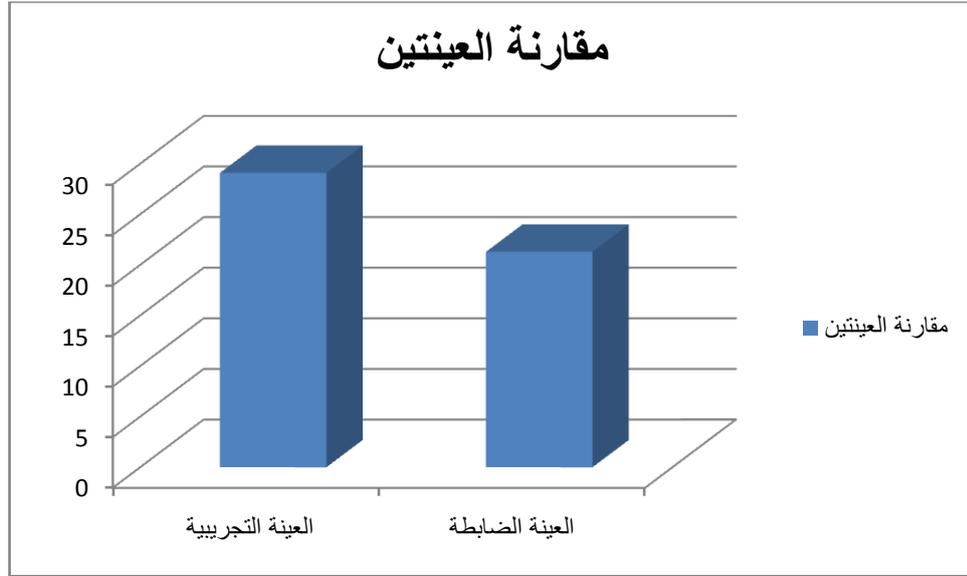
و مستوى الدلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل الاختبارات لصالح العينة التجريبية

### -3-1- عرض نتائج اختبارات التمرير الاول :

الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	العينة التجريبية		العينة الضابطة		
					ع	س	ع	س	
	0.05	9	2.1	4.5	3.	29.	4.3	21	التمرير
دال					17	1	4	.3	الاول

**الجدول رقم 18:** يمثل نتائج البعدية للاختبار الاول في التمرير للعينتين التجريبية و الضابطة

**التحليل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستودنت المحسوبة قد قدرت ب 4.5 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.1 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين العينة التجريبية و العينة الضابطة لصالح العينة التجريبية من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر, وعليه يمكن القول ان التلاميذ قد تحسنا في مهارة التمرير بتاثير المتغير المستقل المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه الرسم البياني التالي:



**الشكل رقم 16:** يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية للاختبارات البعدية في التمرير الاول

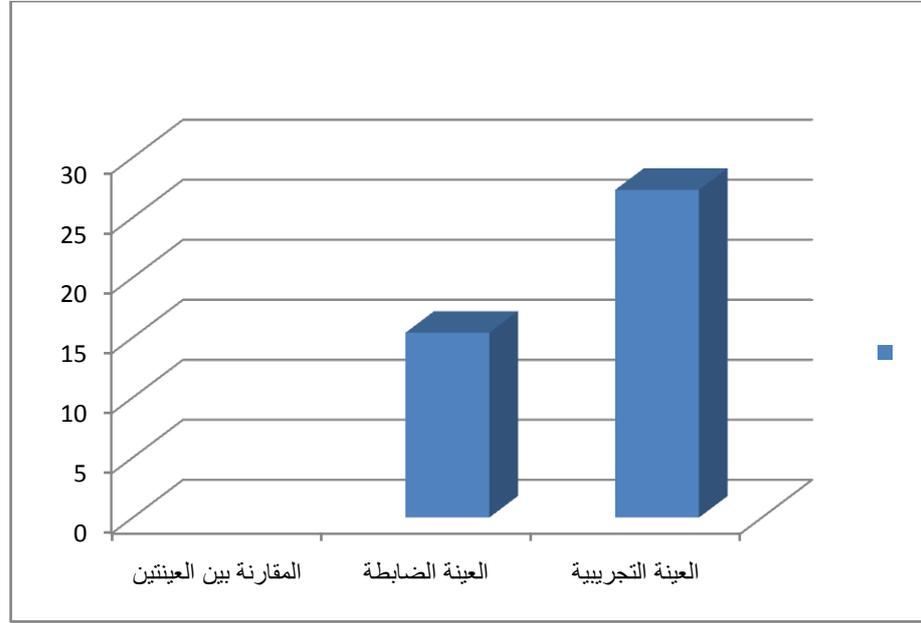
### 1-3-2- عرض نتائج اختبارات التمريرالثاني :

الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	العينة التجريبية		العينة الضابطة		
					ع	س	ع	س	
دال	0.05	9	2.1	8.5	2.98	29.7	3.16	18	التمرير الثاني

**الجدول رقم 19:** يمثل نتائج البعدية للاختبار الثاني في التمرير للعينتين التجريبية و الضابطة

**التحليل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستودنت المحسوبة قد قدرت ب 8.5 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.1 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين العينة التجريبية و العينة الضابطة لصالح العينة التجريبية من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر, وعليه يمكن القول ان التلاميذ قد تحسنا في مهارة التمرير بتاثير

المتغير المستقل المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه  
الرسم البياني التالي:



الشكل رقم 17 : يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية  
للاختبارات البعدية في التمرير الثاني

### 1-3-3- عرض نتائج اختبارات الاستقبال الثاني :

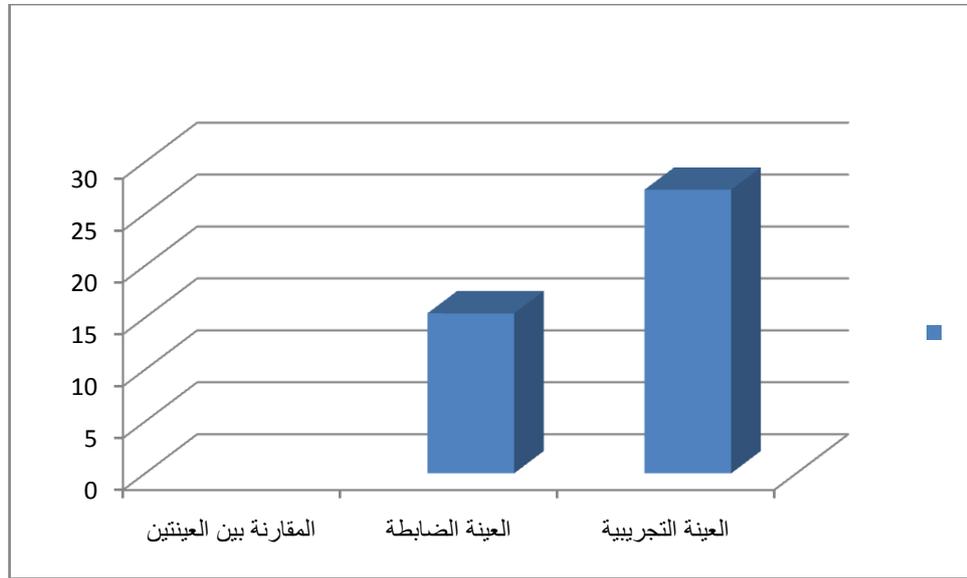
الدالة الاحصائية	مستوى الدالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسو بة	العينة التجريبية		العينة الضابطة		
					ع	س	ع	س	
دال	0.05	9	2.1	5.9	1.54	6.8	0.84	3.5	الاستق بال

									الثاني
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--------

الجدول رقم 20: يمثل نتائج البعدية للاختبار الثاني في الاستقبال للعينتين التجريبية و الضابطة

### التحليل :

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستيودنت المحسوبة قد قدرت ب 5.9 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.1 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين العينة التجريبية و العينة الضابطة لصالح العينة التجريبية من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر, وعليه يمكن القول ان التلاميذ قد تحسنوا في مهارة الاستقبال بتاثير المتغير المستقل المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه الرسم البياني التالي:



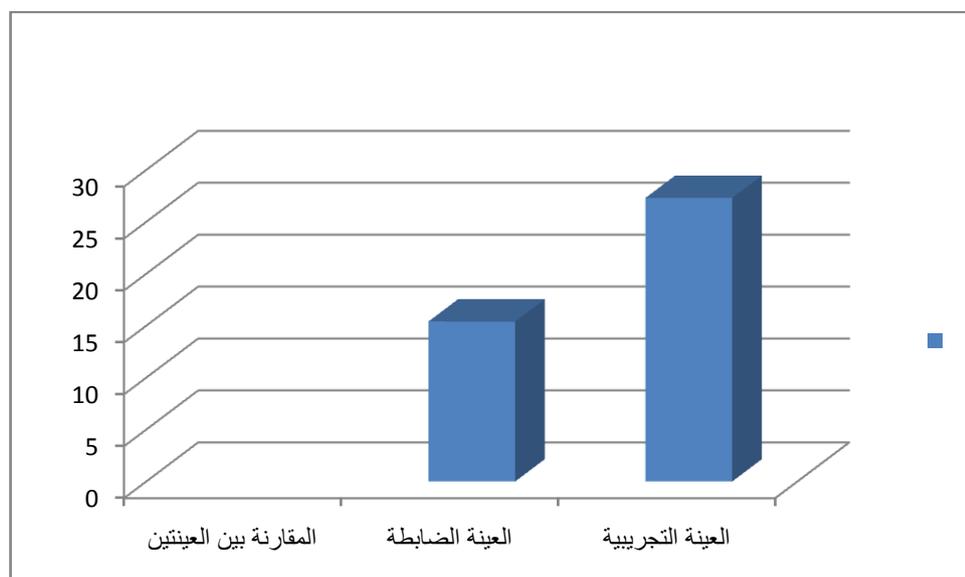
الشكل رقم 18 : يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية للاختبارات البعدية في الاستقبال الثاني

### 1-3-4- عرض نتائج اختبارات الاستقبال الثالث :

الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	العينة التجريبية		العينة الضابطة		
					ع	س	ع	س	
دال	0.05	9	2.1	5.79	1.66	9.1	1.95	4.4	الاستق بال الثالث

**الجدول رقم 21:** يمثل نتائج البعدية للاختبار الثالث في الاستقبال للعينتين التجريبية و الضابطة

**التحليل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستودنت المحسوبة قد قدرت ب 5.79 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.1 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين العينة التجريبية و العينة الضابطة لصالح العينة التجريبية من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر, وعليه يمكن القول ان التلاميذ قد تحسنا في مهارة الاستقبال بتاثير المتغير المستقل المتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه الرسم البياني التالي:.



الشكل رقم 19 :يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية للاختبارات البعدية في الاستقبال الثالث

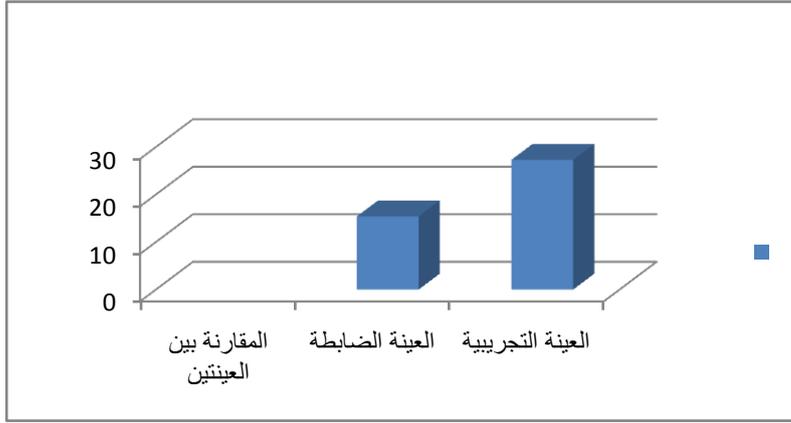
### 1-3-5- عرض نتائج اختبارات الارسال الاول :

الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية ن-1	ت الجدولية	ت المحسوبة	العينة التجريبية		العينة الضابطة		
					ع	س	ع	س	
دال	0.05	9	2.1	3.97	16	33	9.9	11	الارسال الاول
					.1		4		
					4				

الجدول رقم 22: يمثل نتائج البعدية للاختبار الاول في الارسال للعينتين التجريبية و الضابطة

**التحليل:** من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستيودنت المحسوبة قد قدرت ب 3.97 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.1 عند درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين العينة التجريبية و العينة الضابطة لصالح العينة التجريبية من منطلق المتوسط الحسابي الاكبر,وعليه يمكن القول ان التلاميذ قد تحسنوا في مهارة الارسال بتاثير

المتغير المستقل المتمثلي الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه



الرسم البياني التالي:.

الشكل رقم 20: يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية

للاختبارات البعدية في الارسال الاول

### 1-3-6- عرض نتائج اختبارات الارسال الثالث :

الارسا ل الثالث	العينة الضابطة		العينة التجريبية		ت المحسو بة	ت الجدولية	درجة الحرية ن-1	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
	ع	س	ع	س					
	5.7	15	4.	27.	5.01	2.1	9	0.05	دال
	9	.4	76	3					

الجدول رقم 23: يمثل نتائج البعدية للاختبار الثالث في الارسال للعينتين التجريبية

و الضابطة

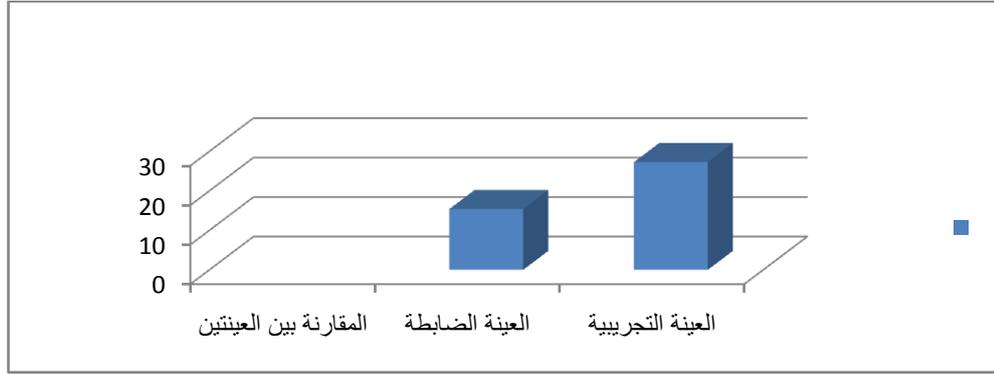
التحليل: من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه يتضح ان ت ستيودنت

المحسوبة قد قدرت ب 5.01 و هي اكبر من ت الجدولية التي قدرت ب 2.1 عند

درجة حرية 9 و مستوى دلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية

بين العينة التجريبية و العينة الضابطة لصالح العينة التجريبية من منطلق المتوسط

الحسابي الاكبر, وعليه يمكن القول ان التلاميذ قد تحسنوا في مهارة الارسال بتاثير المتغير المستقل المتمثلي الوحدات التعليمية المقترحة و هو الامر الذي يوضحه الرسم البياني التالي:



الشكل رقم 21: يمثل اعمدة بيانية لنتائج مقارنة العينتين الضابطة و التجريبية

للاختبارات البعدية في الارسال الثالث

#### 4-1 دراسة حجم التأثير:

المهارات	الاختبارات	ت المحسوبة	درجة الحرية	$\mu^2$	مدى التأثير
التمرير	الاختبار 1	9.75	9	52%	تأثير كبير جدا
	الاختبار 2	9.49		51%	تأثير كبير جدا
الارسال	الاختبار 1	7.06		43%	تأثير كبير جدا
	الاختبار 3	8.28		47%	تأثير كبير جدا
الاستقبال	الاختبار 2	11.38		55%	تأثير كبير جدا
	الاختبار 3	9		50%	تأثير كبير جدا

**الجدول رقم 24 :** يدرس حجم تأثير الوحدات التعليمية في تعلم المهارات الاساسية للكرة الطائرة على العينة التجريبية

### **تحليل:**

من خلال النتائج المدونة في الجدول اعلاه نلاحظ ان النسب المؤوية لحجم تأثير الوحدات التعليمية تراوحت ما بين 43% الى 55% و هذا ما يشير الى مدى التأثير الكبير جدا للوحدات التعليمية على التلاميذ مما يدل على فعالية هذه الوحدات لتعلم المهارات الاساسية للكرة الطائرة

### **2- الاستنتاجات :**

- إن الهدف من كل جهد فكري أو عملي أو بحث علمي أكاديمي هو الحصول على بعض الاستنتاجات والتوصيات والاقتراحات التي يمكن أن تعود بالفائدة على الباحثين الآخرين، حيث يمكن اعتبارها كمرجع أو بداية لدراساتهم وإثراء بحوثهم بمعلوماتنا والاستفادة منها ولو بقدر قليل .
- ومن خلال موضوع بحثنا هذا وبعد تحليل النتائج توصلنا إلى النتائج التالية :
- للوحدات التعليمية المقترحة اثر ايجابي في تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور الثانوي .
- لا يوجد تباين في حجم التعلم بالنسبة للمهارات المعتمدة من طرف الطلبة الباحثين.
- هناك اقبال كبير من طرف تلاميذ الطور الثانوي على تعلم المهارات الاساسية في الكرة الطائرة.

### **3- مناقشة الفرضيات :**

قمنا في بحثنا هذا بتسليط الضوء على الوحدات التعليمية و تأثيرها على تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي وقد قمنا في هذا الاطار بمحاولة التحقق من الفرضيات المقدمة من قبل حيث تركزت

الفرضية العامة حول التأثير الايجابي للوحدات التعليمية المقترحة في تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي وعرضنا فرضيتان ثانويتان الاولى هي انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينتين التجريبية و الضابطة في اختبارات المهارة البعدية لصالح العينة التجريبية اما الفرضية الثانية فتمثلت في ان هناكتأثير كبير للوحدات التعليمية على تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي

### **3-1 التحقق من صحة الفرضية التالية :**

ان للوحدات التعليمية اثر ايجابي في تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لتلاميذ السنة الاولى ثانوي

من خلال الجدول رقم 10 الذي يوضح النتائج القبلية و البعدية للعينة التجريبية يتضح ان قيم ت المحسوبة للاختبارات الستة قد قدرت من 4.45 الى 11.38 و هي كلها اكبر من ت الجدولية المقدره ب ( 2.26 ) عند درجة الحرية 9 و مستوى الدلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل الاختبارات لصالح الاختبارات البعدية بفعل المتوسط الحسابي البعدي الاكبر من القبلي في كل الاختبارات و هذا يقودنا الى القول ان الوحدات التعليمية المقترحة قد اثرت ايجابا على التلاميذ و كان لها قيمة ايجابية في عملية التعليم حيث اننا نلاحظ من خلال ما تقدم ان التلاميذ قد تحسنوا في المهارات الثلاثة هذا التحسن و الذي كما قلنا يرجع للوحدات التعليمية المطبقة و هو الامر الذي يذهب اليه مريزق لخضر و

يوسف محمد امين حيث اشار في دراسته سنة 2008/2007 ان للوحدا التعليمية  
اثر ايجابي في تعلم بعض المهارات الاساسية للكرة الطائرة  
ومن خلال كل ما تقدم يمكننا ان نخلص الى القول ان للوحدا التعليمية اثر ايجابي  
في تعلم بعض المهارات الاساسية للكرة الطائرة ما يعني ان الفرضية تحققت  
**3-2 التحقق من صحة الفرضية التالية :**

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين العينة الضابطة و العينة التجريبية في الاختبار  
البعدي  
من خلال الجدول رقم 17 الذي يوضح النتائج البعدية للعينتين التجريبية و  
الضابطة يتضح ان قيم ت المحسوبة للاختبارات الستة قد تراوحت من 3.97 الى  
8.5 و

هي كلها اكبر من ت الجدولية المقدرة ب ( 2.26 ) عند درجة الحرية 9 و  
مستوى الدلالة 0.05 ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل  
الاختبارات لصالح العينة التجريبية حيث اننا نلاحظ من خلال ما تقدم ان التلاميذ  
العينة التجريبية قد تحسنوا في المهارات الثلاثة عكس العينة الضابطة هذا التحسن  
و الذي كما قلنا يرجع الى البرنامج المطبقة و هو الامر الذي يذهب اليه مريزق  
لخضر و يوسف محمد امين حيث اشار في دراسته سنة 2008/2007 ان للوحدا  
التعليمية اثر ايجابي في تعلم بعض المهارات الاساسية للكرة الطائرة  
ومن خلال كل ما تقدم يمكننا ان نجزم بصحة الفرضية المتمثلة في انه توجد فروق  
ذات دلالة احصائية بين العينة الضابطة و العينة التجريبية في الاختبار البعدي

### **التحقق من صحة الفرضية التالية**

تتمثل في ان هناك تأثير كبير للوحدات التعليمية على تعلم بعض المهارات الاساسية  
في الكرة الطائرة لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي

من خلال الجدول رقم 24 الذي يوضح حجم تأثيرالوحدات التعليمية المقترحة على تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوييتضح ان النسب المؤوية تراوحت قيمها ما بين 43% الى 55% و استنادا لمحكات كوهن نلاحظ ان كل النسب المؤوية اكبر من 10% مما يدل على ان التأثير كبير جدا مما يعكس تحسن التلاميذ العينة التجريبية و من خلال هذا يمكن القول ان هناك تأثير كبير للوحدات التعليمية على تعلم بعض المهارات الاساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي ما يعني ان الفرضية قد تحققت

#### التحقق من صحة الفرضية التالية

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار البعدي و القبلي بالنسبة للعينة الضابطة

من خلال الجدول رقم 3 الذي يوضح النتائج القبليّة و البعديّة للعينة التجريبية يتضح ان قيم ت المحسوبة للاختبارات الستة قد تراوحت من 0.31 الى 1.17 هي كلها اصغر من ت الجدولية المقدرّة ب ( 2.26 ) عند درجة الحرية 9 و مستوى الدلالة 0.05 و هذا ما يشير الى عدم تحسن العينة الضابطة لعدم خضوعها للبرنامج المقترحة و هذا ما اشار اليه الطلبة بن عيسى عبد القادر -تازي يوسف - تازي عبد الغاني سنة 2015/2014 بان الاساليب التعليمية اثر كبير في تعلم المهارات الحركية للكرة الطائرة

و من خلال ما تقدم يمكننا ان نجزم بصحة الفرضية انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار البعدي و القبلي بالنسبة للعينة الضابطة

#### 4- الاقتراحات :

\* القيام ببحوث مماثلة لفترات زمنية اطول

\* استخدام النتائج التي تم الحصول عليها لاجراء دراسات و بحوث اخرى

\* الاهتمام بالمهارات الاساسية للكرة الطائرة لكونها اعمدة اللعبة

## 5- الخلاصة العامة :

ان الهدف الاساسي و الاسمى من عملية البحث العلمي هي تقديم ما هو جديد في مجال التعليم يهدف بصفة عامة الى رفع مستوى التعليم و اعداد التلاميذ في مختلف المجالات علميا رياضيا خلقيا بصفة خاصة اي ان البحث العلمي يستهدف بالدرجة الاولى التلميذ حيث يكون هذا البحث تحت ايطار عملية مؤهلة تتميز بالاستمرارية و يعتبر التعليم الرياضي احد اهم البحوث العلمية ذات الصلة الوطيدة بالفرد التي تهدف بالدرجة الاولى الى رفع مستوى اداء التلاميذ في مختلف الرياضات الجماعية و الفردية و باعتبار ان كرة الطائرة من بين الرياضات الجماعية الاكثر ممارسة و التي تتميز بادائها المهاري الذي يعتبر من ضروريات هذه الرياضة و الواجب تعلمه للتلاميذ حيث تعددت البحوث في هذا المجال والمقصود به التعلم المهاري و في هذا الاطار نتطرق الى احد البحوث المعنون ب فعالية وحدات تعليمية مقترحة لتعلم بعض المهارات الاساسية لتلاميذ الطور الثانوي

وقد جاءت هذه الدراسة لكي نلاحظ مدى فعالية البرنامج المقترح لتعلم مهارة الاستقبال و التمير و الارسال لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي وقد شمل البحث على دراسة نظرية تناولنا فيها ثلاث فصول ، الفصل الاول و هو التعلم اما الفصل الثاني تمثل في المهارات الاساسية للكرة الطائرة و الفصل الثالث تناول فترة المراهقة

أما الدراسة التطبيقية فشملت فصلين أولهما: فصل الطرق المنهجية للبحث وفصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج، حيث احتوت هذه الدراسة على ثلاث عينات : عينة شاهدة شملت (10) تلاميذ وعينة تجريبية شملت (10) تلاميذ بالاضافة الى العينة الاستطلاعية التي شملت (10) تلاميذ حيث أن العينتين الشاهدة و

الاستطلاعية لم يطبق عليها البرنامج المقترحة وأجريت اختبارات قبلية وبعديّة وفي النهاية بعد حصولنا على مختلف نتائج الاختبارات لجأنا إلى عرضها وتحليلها ومناقشتها، واعتمادا على هذه النتائج توصلنا إلى أن للوحدات التعليمية أثر كبير في تعلم المهارات الأساسية للكرة الطائرة .

وفي الأخير نقول بأن البرامج الخاصة والحصص الرياضية بجميع مكوناتها لها أهمية كبيرة حيث تفتح المجال لتعلم المهارات الأساسية للكرة الطائرة .

## المصادر و المراجع

- 1- الشيخ, يوسف , التعلم الحركي صفحة 28
- 2- محمود, ابراهيم وجيد , التعلم اسسه ونظرياته وتطبيقاته , البلد , 1998
- 3- ناشف, هدى , استراتيجية التعلم في الطفولة المبكرة , 1993 ص 81
- 4- صالح, احمد زكي , التعلم و اسسه ومناهجه و نظرياته ص 22
- 5- د.محمود, فيصل ياسين النشاطي , نظريات وطرق التربية البدنية ص 22
- 8- د عوص, محمود , نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ص 52
- 9- حمادى, مفتى ابراهيم , التدريب الرياضي للجنسين , 1999 ص 137-138
- 10- السمراني, عباس احمد , التدريب الرياضي , 1982 ص 40
- 11- الخالق, عصام عبد , التدريب الرياضي , 1992 ص 198
- 14- الكريم, عفاف عبد , طرق التدريب الرياضي في التربية البدنية و الرياضية  
1989 ص 280
- 15- عباس, فيصل , علم الحركة 1999 ص 85
- 17- خطابية, اكرم زكي , موسوعة الكرة الطائرة الحديثة , دار الفكر الغربي ,  
القاهرة 2002 ص 59

- 18- طه, علي مصطفى , كرة الطائرة , تاريخ , تعلم , تدريب قانون ط1 , دار  
الفكر العربي القاهرة 1999 ص 16
- 20- الجواد , حسن عبد , مبادئ الالعب الاعدادية , دار الفكر العربي القاهرة  
1999 ص 20
- 21- فرج , الينوديغ , كرة الطائرة , دليل المعلم و المدرب و اللاعب , منشأة  
المعارف الاسكندرية ص 77,78,79,8,81
- 27- الرجحاني, رفعت فيعان , التوافق النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي , الجزائر  
رسالة ماجستير 2000 ص 25
- 28- سليمان, مالم مخول , علم الطفولة و المراهقة , مطابع مؤسسة الوحدة 1980  
ص 215
- 29- الرحيم, طلعت حسن عبد , الأسس النفسية للنمو الانساني , دار القلم الكويت  
1986 ص 277
- 30- إسماعيل , محمد عماد الدين , النمو في مرحلة المراهقة دار القلم الكويتي  
الكويت ص 16
- 31- عقل , فاخر , علم النفس التربوي , دار العلم للملايين بيروت 1982 ص  
515
- 33- صالح, أحمد زكي , علم النفس التربوي , مكتبة النهضة المصرية 1986 ص  
224
- 34- رابح, تركي , اصول التربية و التعليم 1990 ص 242

35- الديدى ، عبدالغنى ، التحليل النفسى للمراهقة ، دار الفكر اللبناى بىروت  
1995 ص 34

36- زهران ، حامد عبد السلام ، علم النفس النمو ، عالم الكتب القاىرة 1977 ص  
235

38- عبد الغنى الديدى : مصدر سابق ، ص 37 .

39- مصطفى فهمى : سيكولوجية الطفولة والمراهقة ، دار مصر للطباعة والنشر ،  
ص 174

41- سعدون سلمان ، نجم الحليوشى وآخرون : التوجيه التربوى والإرشاد النفسى ،  
منشورات EL GA 2002 ، ص 182 .

42- أحمد زكى صالح : مصدر سابق ، ص 218

43- والى كاظم اغا : علم النفس الفيزيولوجى : دار الآفاق الجديد ، بىروت ،  
1981 ، ص 235 .

45- مالك سليمان مخول : علم النفس النمو والمراهق ، دمشق ، ط 2 ، 1984 ،  
ص 334 .

46- محمد مصطفى زيدانى : النمو النفسى للطفل والمراهق ، دار الشروق ، ط 2 ،  
1986 ، ص 170 .

حلمى المليجى : مصدر سابق ، ص 233 .

47- فتحي السيد عبد الرحيم : سيكولوجيا الأطفال غير العاديين ، دار القلم ،  
الكويت ، ط 2 ، 1982 ، ص 317 .

48- عمر محمد الشبناى : الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب ، دار الثقافة ،  
بىروت ، 1997 ، ص 104 .

49- شارل بيورك : أسس التربية الدينية ، ترجمة الدكتور : حسن عوض صلاح عبد ، المكتبة الانجلو مصرية ، القاىرة  
، 1994 ، ص 257

50- سعيد جلال محمد علاوي : علم النفس التربوي الرياضي ، دار المعارف، ط  
4 ، القاهرة ، 1994 ، ص 160 .

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

معهد التربية البدنية و الرياضية \_ مستغانم

الإجراءات الميدانية للبحث المعنون ب :

فعالية وحدات تعليمية المقترحة في تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لتلاميذ الطور الثانوي

مكان البحث : ثانوية الرائد فراج \_ بشار

من إعداد : تحت إشراف :

- امراح خالد - استاذ : خالد وليد

- حاج جيلاني فاتح

- بختاوي أبو بكر

العينة : الاستطلاعية

نتائج الاختبارات للمهارة رقم : التمرير في الكرة الطائرة

القسم : 1 اف

الرقم	الاختبارات	الاختبارات القبليّة		الاختبارات البعدية	
		الاختبار 1:	الاختبار 2:	الاختبار 3:	الاختبار 4:
1-	عمران ماجدة	18	12	15	15
2-	تكبر سعيدة	30	27	29	27
3-	الغازي رجاء	15	12	18	15
4-	ملياني محمد	21	18	18	15

21	24	21	24	صافي مصطفى	5-
15	18	21	21	الفارسي سليمة	6-
15	18	12	21	ولد الصديق يوسف	7-
24	27	24	27	حبيب مولاي هاشم	8-
15	18	15	21	جابر خليل	9-
21	24	24	27	فضلاوي العيد	10-

العينة : الإستطلاعية

نتائج الإختبارات للمهارة رقم الإستقبال في الكرة الطائرة

القسم : 1 اف

الإختبارات البعيدة		الإختبارات القبلية		الإختبارات الاسم	الرقم
الإختبار :3	الإختبار :2	الإختبار :3	الإختبار :2		
5	3	6	2	عمران ماجدة	1-
6	5	7	5	تكبير سعيدة	2-
3	2	2	2	الغازي رجاء	3-
3	3	2	3	ملياني محمد	4-
5	5	6	4	صافي مصطفى	5-
3	2	2	2	الفارسي سليمة	6-
3	4	4	3	ولد الصديق يوسف	7-
4	4	5	5	حبيب مولاي هاشم	8-

7	3	8	4	9-	جابر خليل
6	4	5	3	10-	فضلاوي العيد

العينة : الإستطلاعية

نتائج الإختبارات للمهارة رقم الإرسال في الكرة الطائرة

القسم : 1 اف

الرقم	الإختبارات الأسم	الإختبارات القبلية		الإختبارات البعدية	
		الإختبار:1	الإختبار:3	الإختبار:1	الإختبار:3
1-	عمران ماجدة	5	9	5	10
2-	تكبر سعيدة	25	25	20	24
3-	الغازي رجاء	0	9	5	10
4-	ملياني محمد	10	22	5	19
5-	صافي مصطفى	10	28	10	25
6-	الفارسي سليمة	0	18	0	19
7-	ولد الصديق يوسف	5	16	0	13
8-	حبيب مولاي هاشم	5	12	5	13
9-	جابر خليل	10	16	5	18
10-	فضلاوي العيد	5	16	10	16

العينة : التجريبية

نتائج الإختبارات للمهارة رقم : التمرير في الكرة الطائرة

القسم : 1 ع ج

الرقم	الإختبارات الأسم	الإختبارات القبلية		الإختبارات البعدية	
		الإختبار: 1	الإختبار: 2	الإختبار: 1	الإختبار: 2
1-	عماد جلولي	21	24	30	33
2-	حمو جهاد	27	21	30	27
3-	ماروك امين	21	21	33	30
4-	بن ديدي عبد الهادي	21	18	27	30
5-	كاملين محمد	15	12	24	24
6-	حلماي اسلام	18	12	27	33
7-	بكار كلثوم	24	15	33	30
8-	بن جيمة ايناس	21	12	27	27
9-	اغا فوزية	24	21	33	33
10-	بن ديدي سامية	21	15	27	30

العينة : التجريبية

نتائج الإختبارات للمهارة رقم : الإستقبال في الكرة الطائرة

القسم : 1 ع ج

الرقم	الإختبارات الأسم	الإختبارات القبلية		الإختبارات البعدية	
		الإختبار: 2	الإختبار: 3	الإختبار: 2	الإختبار: 3
1-	عماد جلولي	3	4	5	9
2-	حمو جهاد	5	5	8	9
3-	ماروك امين	5	7	10	10

11	7	10	4	بن ديديعبد الهادي	4-
12	8	6	4	كاملين محمد	5-
10	6	6	3	حلمايي اسلام	6-
7	5	2	2	بكار كلثوم	7-
7	6	2	2	بن جيمة ايناس	8-
8	7	6	2	اغا فوزية	9-
8	6	2	3	بن ديديسامية	10-

العينة : التجريبية

نتائج الإختبارات للمهارة رقم : الإرسال في الكرة الطائرة

القسم : 1 ع ج

الرقم	الإختبارات الأسم	الإختبارات القبليية		الإختبارات البعدية	
		الإختبار : 1	الإختبار : 3	الإختبار : 1	الإختبار : 3
1-	عماد جلولي	10	15	30	33
2-	حمو جهاد	10	24	25	36
3-	ماروك امين	20	19	35	24
4-	بن ديديعبد الهادي	25	18	45	30
5-	كاملين محمد	15	21	55	29
6-	حلمايي اسلام	10	15	55	27
7-	بكار كلثوم	0	6	30	24

25	20	6	0	بن جيمة ايناس	8-
25	20	12	0	اغا فوزية	9-
20	15	6	0	بن ديديسامية	10-

العينة : الطابطة

نتائج الإختبارات للمهارة رقم : التمرير في الكرة الطائرة

القسم : 2 ع ج

الإختبارات البعدية		الإختبارات القبلية		الإختبارات الأسم	الرقم
الإختبار : 2	الإختبار : 1	الإختبار : 2	الإختبار : 1		
21	18	21	21	وهابي الياس	1-
15	18	12	21	جديدي بو تخيل	2-
21	30	24	27	صديقي احمد	3-
21	18	24	21	روميصة علوي	4-
15	21	12	18	العوفي مريم	5-
15	15	12	15	بسادات محمد	6-
15	24	18	21	مزوني زكرياء	7-
21	21	21	24	بل عيد فاطمة	8-
15	24	18	27	عتبي عمر	9-
21	24	24	27	عبد الحكيم عبد اللاوي	10-

العينة : الطابطة

نتائج الإختبارات للمهارة رقم : الإستقبال في الكرة الطائرة

القسم : 2 ع ج

الرقم	الإختبارات الأسم	الإختبارات القبلية		الإختبارات البعدية	
		الإختبار :2	الإختبار :3	الإختبار :2	الإختبار :3
1-	وهابي الياس	3	3	4	2
2-	جديدي بو تخيل	3	4	3	5
3-	صديقي احمد	5	5	4	4
4-	روميصة علوي	2	2	3	3
5-	العوفي مريم	2	2	3	2
6-	بسادات محمد	4	7	5	7
7-	مزوني زكرياء	3	6	4	4
8-	بل عيد فاطمة	4	5	3	4
9-	عتبي عمر	4	6	5	5
10-	عبد الحكيم عبد اللاوي	5	7	4	8

العينة : الطابطة

نتائج الإختبارات للمهارة رقم : الإرسال في الكرة الطائرة

القسم : 2 ع ج

الرقم	الإختبارات الأسم	الإختبارات القبلية		الإختبارات البعدية	
		الإختبار :1	الإختبار :3	الإختبار :1	الإختبار :3
1-	وهابي الياس	20	19	15	16
2-	جديدي بو تخيل	35	21	30	22

21	5	19	0	صديقي احمد	3-
16	0	3	0	روميصة علوي	4-
12	5	9	0	العوفي مريم	5-
21	25	24	20	بساتات محمد	6-
16	15	15	10	مزوني زكرياء	7-
6	5	3	0	بل عيد فاطمة	8-
19	15	19	10	عتبي عمر	9-
8	4	7	5	عبد الحكيم عبد اللاوي	10-

المستوى: 1 ثانوي	النشاط البدني : كرة الطائرة	مدة الإنجاز : 1 سا	مكان الإنجاز : ملعب كرة الطائرة	وسائل الإنجاز : ميقاتي - صافرة - كرات الطائرة
الكفاءة القاعدية	بناء سلوكيات جيدة و ترتيبها			
الهدف التعليمي رقم : 3	ان يتعلم التلميذ ارسال التنس			
حالات و فترات التعلم	الاهداف الاجرائية	وضعيات التعلم	المدة	مؤشرات النجاح
الحالة التعليمية  الأولى  مرحلة التحضير	ان يتهئ التلميذ نفسيا و بدنيا للحصة	التحضير النفسي: التحية - النداء - مراقبة البدلة - شرح مضمون الحصة  التحضير العام: جري خفيف حول الملعب لمدة 4 الى 5 دقائق مع تسخين عام لجميع الاطراف  التحضير الخاص: تسخين خاص للاطراف العلوية - جري جانبي مع رفع اليدين على طول الشبكة مرة و مرة اخرى بالقفز  القيام بتمارين التمديدات العضلية	8 د	القيام بمختلف الحركات الخصبة للاطراف العلوية احترام مراحل التسخين
التوجيهات	التركيز على التسخين ترك المسافات بين أعضاء الفوج			

<p>احترام الادوار</p> <p>الالتزام بالصمت و الانضباط</p> <p>الحرص على مشاركة جميع التلاميذ في التمارين</p>	<p>الالتزام بالصمت و الانضباط</p> <p>مشاركة التلاميذ في كل التلاميذ</p>	<p>35 د</p>	<p>الموقف 1: كل تلميذ لديه كرة طائرة لكن التلميذ بعد ان يرمي الكرة عاليا يرفع الذراع الضاربة عاليا خلفا و يضرب الكرة اثناء سقوطها</p> <p>الموقف 2: يقف التلاميذ على شكل صف امام الحائط بمسافة 3 م و ينفذون ارسال التنس باليد اليمنى ثم اليسرى على الحائط بارتفاع 2.5 م يكرر التمرين عدة مرات مع التاكيد على سحب اليد الضاربة خلفا و اليد الثانية اماما عاليا و اثناء التنفيذ تسحب اليد الضاربة مع الكتف اماما و اليد الثانية تسحب اسفل خلفا</p> <p>الموقف 3 : نفس التمرين السابق و لكن المسافة على الحائط تكون 5 م و الارتفاع على الحائط يكون 3 م</p>	<p>ان يفهم التلميذ مختلف الوضعيات</p> <p>ان يتعلم التلميذ ارسال التنس</p>	<p>الحالة التعليمية الثانية</p> <p>مرحلة الإنجاز</p>
<p>يجب ان يقوم التلميذ بتمارين الاسترخاء</p>	<p>مشاركة التلاميذ في المناقشة</p>	<p>7د</p>	<p>جمع التلاميذ للمناقشة حول الحصة - تصحيح الاخطاء - تمارين الاسترجاع - التحية - الانصراف</p>	<p>المشاركة في التقييم و المناقشة</p>	<p>الحالة التعليمية الثالثة</p> <p>مرحلة التقييم</p>

السنة

الدراسية: 2015-2016

الاساتذة: بختاوي ابو بكر - مراح خالد - حاج جيلاني فاتح

ثانوية: الراحل فرج

المستوى : 1 ثانوي



وسائل الإنجاز: ميقاتي - صافرة - كرات الطائرة	مكان الإنجاز : ملعب كرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 سا	النشاط البدني : كرة الطائرة	المستوى: 1 ثانوي
بناء سلوكيات جديدة و ترتيبها				الكفاءة القاعدية

ان يتعلم التلميذ الوضعية الصحيحة لمهارة الاستقبال				الهدف التعليمي: 3	
التوجيهات	مؤشرات النجاح	المدة	وضعيات التعلم	الاهداف الاجرائية	حالات و فترات التعلم
التركيز على التسخين ترك المسافات بين أعضاء الفوج	القيام بمختلف الحركات الخاصة للاطراف العلوية احترام مراحل التسخين	8 د	التحضير النفسي: التحية - النداء - مراقبة البدلة - شرح مضمون الحصة التحضير العام: جري خفيف حول الملعب لمدة 4 الى 5 دقائق مع تسخين عام لجميع الاطراف التحضير الخاص: تسخين خاص للاطراف العلوية - جري جانبي مع رفع اليدين على طول الشبكة مرة و مرة اخرى بالقفز القيام بتمارين التمديدات العضلية	ان يتهئ التلميذ نفسياً و بدنياً للحصة	الحالة التعليمية  الأولى  مرحلة التحضير

<p>احترام الادوار</p> <p>روح التنافس</p> <p>فهم طريقة المنافسة</p> <p>الحرص على مشاركة جميع التلاميذ</p>	<p>روح التنافس</p> <p>التزام الصمت و الانضباط</p>	<p>35</p> <p>د</p>	<p>الموقف 1 : وضع التلاميذ في نصف دائرة في حين يقوم الاستاذ بشرح مهارة الاستقبال مع التركيز على النقاط الجوهرية في الوضعية الصحيحة لهذه المهارة</p> <p>الموقف 2: اداء المهارة دون كرة من خلال قيام الاستاذ بالوضعية الصحيحة لمهارة الاستقبال و التلاميذ مقابلين له محاولين تقليده في ما يفعل</p> <p>الموقف 3: كل تلميذين متقابلين بينهما كرة بحيث احدهما يكون واقفا معه كرة يعمل على تمريرها باليدين الى الزميل الذي يعيدها اليه من خلال مهارة الاستقبال ليمسكها ثانية و يمررها لزميله مرة اخرى ليؤدي مهارة الاستقبال مرة اخرى و هكذا</p> <p>الموقف 4 : نفس التشكيل السابق و لآكن يحاول اللاعب الاول اداء استقبال الكرة لوحده مرات في الهواء لآعلى ثم يمررها لزميله الذي يقوم بنفس العمل و هكذا</p>	<p>ان يفهم التلميذ مختلف الوضعيات</p> <p>ان يتعلم التلميذ استقبال الكرة و توجيهها</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثانية</p> <p>مرحلة الإنجاز</p>
<p>يجب ان يقوم التلميذ بتمارين الاسترخاء</p>	<p>مشاركة التلاميذ في المناقشة</p>	<p>7د</p>	<p>جمع التلاميذ للمناقشة حول الحصة - تصحيح الاخطاء - تمارين الاسترجاع - التحية - الانصراف</p>	<p>المشاركة في التقييم و المناقشة</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثالثة</p> <p>مرحلة التقييم</p>

السنة الدراسية: 2015-2016

ثانوية: الرائد فراج

الاساتذة: بختاوي ابو بكر - مراح خالد - حاج جيلاني فاتح

المستوى : I ثانوي



المستوى: 1 ثانوي	النشاط البدني : كرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 سا	مكان الإنجاز : ملعب كرة الطائرة	وسائل الإنجاز: ميفاتي – صافرة – كرات الطائرة
------------------	-----------------------------	-------------------	---------------------------------	--

بنساء سلوكات جد يدودة و ترتيبها					الكفاءة القاعدية
ان يتعلم التلميذ الارسال من الاسفل					الهدف التعليمي رقم : 3
التوجيهات	مؤشرات النجاح	المدة	وضعيات التعلم	الاهداف الاجرائية	حالات و فترات التعلم
التركيز على التسخين ترك المسافات بين أعضاء الفوج	القيام بمختلف الحركات الخاصة للأطراف العلوية احترام مراحل التسخين	8 د	التحضير النفسي: التحية - النداء - مراقبة البدلة - شرح مضمون الحصة التحضير العام: جري خفيف حول الملعب لمدة 4 الى 5 دقائق مع تسخين عام لجميع الاطراف التحضير الخاص: تسخين خاص للأطراف العلوية - جري جانبي مع رفع اليدين على طول الشبكة مرة و مرة اخرى بالقفز القيام بتمارين التمديدات العضلية	ان يتهى التلميذ نفسيا و بدنيا للحصة	الحالة التعليمية  الأولى  مرحلة التحضير

<p>احترام الادوار</p> <p>الحرص على مشاركة جميع التلاميذ في التمارين</p>	<p>الالتزام بالصمت و الانضباط</p> <p>مشاركة التلاميذ في كل التلاميذ</p>	<p>35 د</p>	<p>الموقف 1 يقف التلاميذ على شكل قاطرات امام الحائط و بمسافة 2م وعند الاشارة ياخذ التلاميذ وضع الاستعداد للارسال على الحائط والذي ينفذ التمرين يرجع خلف قاطرته</p> <p>الموقف 2 نفس التمرين 1 ولكن بارتفاع 2م وعلى بعد 3م من الحائط</p> <p>الموقف 3 وقوف التلاميذ على شكل قاطرات فوق خط الهجوم وامام كل قاطرة من الجانب الاخر من الملعب تلميذ يقومون التلاميذ بارسال الكرة من الاسفل فوق الشبكة الى الزميل المقابل والذي ينفذ التمرين يرجع خلف قاطرته</p>	<p>ان يفهم التلميذ مختلف الوضعيات</p> <p>ان يتعلم التلميذ الارسال من الاسفل</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثانية</p> <p>مرحلة الإنجاز</p>
<p>يجب ان يقوم التلميذ بتمارين الاسترخاء</p>	<p>مشاركة التلاميذ في المناقشة</p>	<p>7د</p>	<p>جمع التلاميذ للمناقشة حول الحصة - تصحيح الاخطاء - تمارين الاسترجاع - التحية - الانصراف</p>	<p>المشاركة في التقييم و المناقشة</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثالثة</p> <p>مرحلة التقييم</p>

السنة الدراسية

2015-2016:

ثانوية:الرائد فراج

المستوى : 1 ثانوي لاساتذة : بختاوي ابو بكر - مراح خالد - حاج جيلاني فاتح



ثانوية: الرائد فراج

السنة الدراسية  
2016-2015:

المستوى: 1 ثانوي	النشاط البدني : كرة الطائرة	مدة الإنجاز : 1 سا	مكان الإنجاز : ملعب كرة الطائرة	وسائل الإنجاز : ميقاتي - صافرة - كرات الطائرة
الكفاءة القاعدية	بناء سلوكيات جيدة و ترتيبها			
الهدف التعليمي رقم : 3	ان يتعلم التلميذ الارسال من الاعلى			
حالات و فترات التعلم	الاهداف الاجرائية	وضعيات التعلم	المدة	مؤشرات النجاح
الحالة التعليمية  الأولى  مرحلة التحضير	ان يتهى التلميذ نفسيا و بدنيا للحصة	التحضير النفسي : التحية - النداء - مراقبة البدلة - شرح مضمون التحضير العام : جري خفيف حول الملعب لمدة 4 الى 5 دقائق مع تسخين عام لجميع الاطراف  التحضير الخاص : تسخين خاص للاطراف العلوية - جري جانبي مع رفع اليدين على طول الشبكة مرة و مرة اخرى بالقفز  القيام بتمارين التمديدات العضلية	8 د	القيام بمختلف الحركات الخاصة للاطراف العلوية احترام مراحل التسخين
		التوجيهات		
		التركيز على التسخين ترك المسافات بين أعضاء الفوج		

<p>احترام الادوار</p> <p>التزام الصمت و الانضباط</p> <p>مشاركة التلاميذ في جميع التمارين</p> <p>الحرص على مشاركة جميع التلاميذ</p>	<p>35</p> <p>د</p>	<p>الموقف 1 يقف التلاميذ على شكل قاطرات امام الحائط و بمسافة 2م وعند الاشارة ياخذ التلاميذ وضع الاستعداد للارسال على الحائط والذي ينفذ التمرين يرجع خلف قاطرته</p> <p>الموقف 2 نفس التمرين 1 ولكن بارتفاع 2م وعلى بعد 3م من الحائط</p> <p>الموقف 3 وقوف التلاميذ على شكل قاطرات فوق خط الهجوم وامام كل قاطرة من الجانب الاخر من الملعب تلميذ يقومون التلاميذ بارسال الكرة من الاعلى فوق الشبكة الى الزميل المقابل والذي ينفذ التمرين يرجع خلف قاطرته</p>	<p>ان يفهم التلميذ مختلف الوضعيات</p> <p>ان يتعلم التلميذ الارسال من الاعلى</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثانية</p> <p>مرحلة الإنجاز</p>
<p>يجب ان يقوم التلميذ بتمارين الاسترخاء</p>	<p>مشاركة التلاميذ في المناقشة</p>	<p>7د</p> <p>جمع التلاميذ للمناقشة حول الحصة - تصحيح الاخطاء - تمارين الاسترجاع - التحية - الانصراف</p>	<p>المشاركة في التقييم و المناقشة</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثالثة</p> <p>مرحلة التقييم</p>



وسائل الإنجاز: ميقاتي - صافرة - كرات الطائرة	مكان الإنجاز : ملعب كرة الطائرة	مدة الإنجاز : 1 سا	النشاط البدني : كرة الطائرة	المستوى: 1 ثانوي
--	---------------------------------	--------------------	-----------------------------	------------------

السنة الدراسية: 2015-2016

الاساتذة: بختاوي ابو بكر - مراح خالد - حاج جيلاني فاتح

ثانوية:الرائد فراج

المستوى : 1 ثانوي

بناء سلوكيات جيدة و ترتيبها				الكفاءة القاعدية	
ان يتعلم التلميذ التمرير الصحيح من الثبات				الهدف التعليمي رقم : 3	
التوجيهات	مؤشرات النجاح	المدة	وضعيات التعلم	الاهداف الاجرائية	حالات و فترات التعلم
التركيز على التسخين ترك المسافات بين أعضاء الفوج	القيام بمختلف الحركات الخاصة للاطراف العلوية احترام مراحل التسخين	8 د	التحضير النفسي : التحية - النداء - مراقبة البدلة - شرح مضمون الحصّة التحضير العام : جري خفيف حول الملعب لمدة 4 الى 5 دقائق مع تسخين عام لجميع الاطراف التحضير الخاص : تسخين خاص للاطراف العلوية - جري جانبي مع رفع اليدين على طول الشبكة مرة و مرة اخرى بالقفز القيام بتمارين التمديدات العضلية	ان يتهى التلميذ نفسيا و بدنيا للحصّة	الحالة التعليمية  الأولى  مرحلة التحضير

<p>احترام الادوار</p> <p>الحرص على مشاركة جميع التلاميذ</p>	<p>التزام الصمت و الانضباط</p> <p>مشاركة التلاميذ في جميع التمارين</p>	<p>35</p> <p>د</p>	<p>الموقف 1: وضع التلاميذ على شكل صف على خطي الملعب الجانبي و كل منهم لديه كرة و عند الاشارة يمررون الكرة الى الزميل المقابل و من الثبات</p> <p>الموقف 2:: وضع التلاميذ على شكل قاطرات ثم التمرير يكون مع الحائط على بعد 2 م بثني الرجلين و التركيز على الاصابع الاربعة</p> <p>الملاسة للكرة</p> <p>الموقف 3 :: وضع التلاميذ على شكل صفيين و بينهما الشبكة ثم العمل على التمرير فوق الشبكة الى الزميل المقابل</p>	<p>ان يفهم التلميذ مختلف الوضعيات</p> <p>ان يتعلم التلميذ الوضعية الصحيحة للتمرير</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثانية</p> <p>مرحلة الإنجاز</p>
<p>يجب ان يقوم التلميذ بتمارين الاسترخاء</p>	<p>مشاركة التلاميذ في المناقشة</p>	<p>د7</p>	<p>جمع التلاميذ للمناقشة حول الحصاة - تصحيح الاخطاء - تمارين الاسترجاع - التحية - الانصراف</p>	<p>المشاركة في التقييم و المناقشة</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثالثة</p> <p>مرحلة التقييم</p>



وسائل الإنجاز: ميقاتي - صافرة - كرات الطائرة	مكان الإنجاز : ملعب كرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 سا	النشاط البدني : كرة الطائرة	ثانوي 1 المستوى:
--	---------------------------------	-------------------	-----------------------------	------------------

السنة الدراسية: 2015-2016

ثانوية: الرائد فراج

الاساتذة: بختاوي ابو بكر - مراح خالد - حاج جيلاني فاتح

المستوى : 1 ثانوي

بناء سلوكيات جيدة و ترتيبها				الكفاءة القاعدية	
ان يتعلم التلميذ التمرير الصحيح من الحركة				الهدف التعليمي رقم : 3	
التوجيهات	مؤشرات النجاح	المدة	وضعيات التعلم	الاهداف الاجرائية	حالات و فترات التعلم
التركيز على التسخين ترك المسافات بين أعضاء الفوج	القيام بمختلف الحركات الخاصة للاطراف العلوية احترام مراحل التسخين	8 د	التحضير النفسي: التحية - النداء - مراقبة البدلة - شرح مضمون الحصة التحضير العام: جري خفيف حول الملعب لمدة 4 الى 5 دقائق مع تسخين عام لجميع الاطراف التحضير الخاص: تسخين خاص للاطراف العلوية - جري جانبي مع رفع اليدين على طول الشبكة مرة و مرة اخرى بالقفز القيام بتمارين التمديدات العضلية	ان يتهى التلميذ نفسيا و بدنيا للحصة	الحالة التعليمية  الأولى  مرحلة التحضير

<p>احترام الادوار</p> <p>الحرص على مشاركة جميع التلاميذ</p>	<p>التزام الصمت و الانضباط</p> <p>مشاركة التلاميذ في جميع التمارين</p>	<p>35 د</p>	<p>الموقف 1: وضع التلاميذ على شكل صف على خطي الملعب الجانبي و كل منهم لديه كرة و عند الاشارة يمررون الكرة الى الاعلى مع المشي حتى الخط المقابل و الرجوع خلفا</p> <p>الموقف 2: نفس التمرين السابق لكن التنفيذ يكون بالمشي جانبا و المحافظة على الكرة و عدم سقوطها</p> <p>الموقف 3: وضع التلاميذ على شكل صف على خطي الملعب الجانبي و كل منهم لديه كرة و عند الاشارة يمررون الكرة الى الاعلى مع المشي من وضع الانحناء الكامل للرجلين حتى الخط المقابل</p>	<p>ان يفهم التلميذ مختلف الوضعيات</p> <p>ان يتعلم التلميذ الوضعية الصحيحة للتمرير</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثانية</p> <p>مرحلة الإنجاز</p>
<p>يجب ان يقوم التلميذ بتمارين الاسترخاء</p>	<p>مشاركة التلاميذ في المناقشة</p>	<p>7د</p>	<p>جمع التلاميذ للمناقشة حول الحصة - تصحيح الاخطاء - تمارين الاسترجاع - التحية - الانصراف</p>	<p>المشاركة في التقييم و المناقشة</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثالثة</p> <p>مرحلة التقييم</p>



وسائل الإنجاز: ميقاتي - صافرة - كرات الطائرة	مكان الإنجاز : ملعب كرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 سا	النشاط البدني : كرة الطائرة	ثانوي 1 المستوى:
--	---------------------------------	-------------------	-----------------------------	------------------

السنة الدراسية :

2015-2016 ثانوية: الرائد فراج

بناء سلوكيات جيدة و ترتيبها				الكفاءة القاعدية
ان يتعلم التلميذ الوضعية الصحيحة للتمرير				الهدف التعليمي رقم : 3
التوجيهات	مؤشرات النجاح	المدة	وضعيات التعلم	الاهداف الاجرائية
التركيز على التسخين ترك المسافات بين أعضاء الفوج	القيام بمختلف الحركات الخاصة للأطراف العلوية احترام مراحل التسخين	8 د	التحضير النفسي : التحية - النداء - مراقبة البدلة - شرح مضمون الحصّة التحضير العام : جري خفيف حول الملعب لمدة 4 الى 5 دقائق مع تسخين عام لجميع الاطراف التحضير الخاص : تسخين خاص للأطراف العلوية - جري جانبي مع رفع اليدين على طول الشبكة مرة و مرة اخرى بالقفز القيام بتمارين التمديدات العضلية	ان يتهى التلميذ نفسيا و بدنيا للحصّة  الأولى  مرحلة التحضير

<p>احترام الادوار</p> <p>الحرص على مشاركة جميع التلاميذ</p>	<p>التزام الصمت و الانضباط</p> <p>مشاركة التلاميذ في جميع التمارين</p>	<p>35</p> <p>د</p>	<p>الموقف 1: وضع التلاميذ على شكل صف على خطي الملعب الجانبي و كل منهم لديه كرة و عند الاشارة يمررون الكرة الى الاعلى و بارتفاع 30 سم تقريبا مع التأكيد على ثني الرجلين و على حركة الرسغ و الاصابع 4 فقط</p> <p>الموقف 2 : نفس التمرين السابق لكن التنفيذ يكون بالانشاء الكامل للرجلين مع مراعات لمس الكرة ب 4 اصابع و التميرير الى الزميل المقابل</p> <p>الموقف 3: نفس التمرين السابق لكن التنفيذ يكون من وضع البروك النصفي و التميرير الى الزميل المقابل</p>	<p>ان يفهم التلميذ مختلف الوضعيات</p> <p>ان يتعلم التلميذ الوضعية الصحيحة للتمرير</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثانية</p> <p>مرحلة الإنجاز</p>
<p>يجب ان يقوم التلميذ بتمارين الاسترخاء</p>	<p>مشاركة التلاميذ في المناقشة</p>	<p>د7</p>	<p>جمع التلاميذ للمناقشة حول الحصة - تصحيح الاخطاء - تمارين الاسترجاع - التحية - الانصراف</p>	<p>المشاركة في التقييم و المناقشة</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>مرحلة التقييم</p>

الاساتذة :بختاوي ابو بكر - مراح خالد - حاج جيلاني فاتح

المستوى 1 ثانوي



وسائل الإنجاز: ميقاتي - صافرة - كرات الطائرة	مكان الإنجاز : ملعب كرة الطائرة	مدة الإنجاز : 1 سا	النشاط البدني : كرة الطائرة	المستوى: 1 ثانوي
بناء سلوكيات جديدة و ترتيبها				الكفاءة القاعدية

ان يتعلم التلميذ الاستقبال من الثبات				الهدف التعليمي 2	
التوجيهات	مؤشرات النجاح	المدة	وضعيات التعلم	الاهداف الاجرائية	حالات و فترات التعلم
التركيز على التسخين ترك المسافات بين أعضاء الفوج	القيام بمختلف الحركات الخاصة للأطراف العلوية  احترام مراحل التسخين	8 د	<p>التحضير النفسي: التحية - النداء - مراقبة البدلة - شرح مضمون الحصة</p> <p>التحضير العام: جري خفيف حول الملعب لمدة 4 الى 5 دقائق مع تسخين عام لجميع الاطراف</p> <p>التحضير الخاص: تسخين خاص للأطراف العلوية - جري جانبي مع رفع اليدين على طول الشبكة مرة و مرة اخرى بالقفز</p> <p>القيام بتمارين التمديدات العضلية</p>	ان يتهئ التلميذ نفسيا و بدنيا للحصة	الحالة التعليمية  الأولى  مرحلة التحضير

<p>فهم طريقة المنافسة</p> <p>احترام الادوار</p> <p>الحرص على مشاركة جميع التلاميذ</p>	<p>روح التنافس</p> <p>التزام الصمت</p>	<p>45 د</p>	<p>الموقف 1 : كل تلميذ لديه كرة يحاول رمي الكرة للأعلى عدة مرات بالساعد مرة باليمنى و مرة باليسرى</p> <p>الموقف 2 : من تشكيل كل تلميذين متقابلين بينهما كرة يقوم احدهما بتمرير الكرة لزميله الذي يعيد الكرة اليه عن طريق الاستقبال مع التأكيد على رفع الكرة عاليا</p> <p>الموقف 3 : من نفس التشكيل السابق يقوم التلميذ الاول بتمرير الكرة الى زميله بالساعدين من خلال مهارة الاستقبال ليعيدها اليه زميله مباشرة من خلال الاستقبال كرة واحدة ثم يعيدان العمل و هكذا</p> <p>الموقف 4: نفس العمل و لكن يحاولان تأديته بعدة مرات</p>	<p>ان يفهم التلميذ مختلف الوضعيات ان يتعلم التلميذ الوضعية الصحيحة للاستقبال</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثانية</p> <p>مرحلة الإنجاز</p>
<p>يجب ان يقوم التلميذ بتمارين الاسترخاء</p>	<p>مشاركة التلاميذ في المناقشة</p>	<p>7د</p>	<p>جمع التلاميذ للمناقشة حول الحصة - تصحيح الاخطاء - تمارين الاسترجاع - التحية - الانصراف</p>	<p>المشاركة في التقييم و المناقشة</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثالثة</p> <p>مرحلة التقييم</p>

السنة

ثانوية:الرائد فراج

الدراسية: 2015-2016

المستوى: 1 ثانوي الاساتذة: بختاوي ابو بكر - مراح خالد - حاج جيلاني فاتح





ثانوية: الرائد فراج

المستوى: 1 ثانوي	النشاط البدني : كرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 سا	مكان الإنجاز : ملعب كرة الطائرة	وسائل الإنجاز: ميقاتي - صافرة - كرات الطائرة	
الكفاءة القاعدية	بناء سلوكيات جيدة و ترتيبها				
الهدف التعليمي رقم : 2	ان يتعلم التلميذ الاستقبال يستقبل و هو في حالة حركة				
حالات و فترات التعلم	الاهداف الاجرائية	وضعيات التعلم	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات

2015-2016 السنة الدراسية :

<p>التركيز على التسخين ترك المسافات بين أعضاء الفوج</p>	<p>القيام بمختلف الحركات الخاصة للأطراف العلوية احترام مراحل التسخين</p>	<p>8 د</p>	<p>التحضير النفسي: التحية - النداء - مراقبة البدلة - شرح مضمون الحصة التحضير العام: جري خفيف حول الملعب لمدة 4 الى 5 دقائق مع تسخين عام لجميع الاطراف التحضير الخاص: تسخين خاص للأطراف العلوية - جري جانبي مع رفع اليدين على طول الشبكة مرة و مرة اخرى بالقفز القيام بتمارين التمديدات العضلية</p>	<p>ان يتهى التلميذ نفسيا و بدنيا للحصة</p>	<p>الحالة التعليمية الأولى مرحلة التحضير</p>
---	--	------------	--	--	--

<p>فهم طريقة المنافسة</p> <p>احترام الادوار</p> <p>الحرص على مشاركة جميع التلاميذ</p>	<p>روح التنافس</p> <p>الالتزام بالصمت و الانضباط</p>	<p>45 د</p>	<p>الموقف 1 : عمل كل تلميذ منفرد من خلال رمي الكرة عاليا بالساعد مرة باليمنى و مرة باليسرى</p> <p>الموقف 2: عمل كل تلميذين فيما بينهما من خلال مهارة الاستقبال</p> <p>الموقف 3: نفس التشكيل السابق و لكن يقف احد التلاميذ و معه الكرة و يحاول رميها الى زميله مرة الى اليمين و مرة الى اليسار ليعيدها اليه زميله من خلال الاستقبال بعد الحركة ثم يتبادلان الادوار</p> <p>الموقف 4 : نفس العمل و لكن الى الامام و الورا بحيث يؤدي التلميذ الاستقبال مع الحركة</p>	<p>ان يفهم التلميذ مختلف الوضعيات</p> <p>تعلم الاستقبال الجيد اثناء التنقل</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثانية</p> <p>مرحلة الإنجاز</p>
<p>يجب ان يقوم التلميذ بتمارين الاسترخاء</p>	<p>مشاركة التلاميذ في المناقشة</p>	<p>7د</p>	<p>جمع التلاميذ للمناقشة حول الحصة - تصحيح الاخطاء - تمارين الاسترجاع - التحية - الانصراف</p>	<p>المشاركة في التقييم و المناقشة</p>	<p>الحالة التعليمية</p> <p>الثالثة</p> <p>مرحلة التقييم</p>

المستوى : 1ثانوي

الاساتذة :بختاوي ابو بكر - مراح خالد - حاج جيلاني فاتح

