



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في علوم و التقنيات البدنية
والرياضية

عنوان

دور ممارسة الأنشطة الرياضية و البدنية في اكتساب الأهداف المعرفية للتربية
البدنية و الرياضية
بحث وصفي مسحي اجري على تلاميذ السنة الثالثة ثانوي علوم تجريبية ثانويات بلدية مستغانم

-الإشراف-
د/عبد دايم عدة

-إعداد الطالب :-

-بحري سفيان

-بكوش الميلود

-مهيدي رضا

السنة الجامعية: 2016/2015

الفهرس

الفهرس

تعريف بالبحث

الموضوع

الفهرس

ج.....	الإهداء
د.....	الشكر و التقدير
ه.....	ملخص البحث
و.....	قائمة الجداول
و.....	قائمة الأشكال
.....2	مقدمة الدراسة
.....3	الإشكالية
.....4	2-الأهداف
.....4	3-الفرضيات
.....4	3-1-الفرضية العامة
.....4	3-2-الفرضيات الجزئية
.....5	4-المصطلحات البحث
.....5	4-1-النشاط البدني الرياضي
.....5	4-2-التربية البدنية و الرياضية
.....5	4-3-المعرفة الرياضية
.....6	5-الدراسات السابقة
.....6	مقدمة
.....6	1-دراسة ماجيستر هيلين شواربناء اختبار معرفي في كرة السلة "دراسة منشورة (1937)
.....7	2-دراسة دكتوراه هويت بناء اختبار معرفي في التنس دراسة منشورات 1974
.....7	3-دراسة العبيسي (2002)
.....7	4-قام مبارك، (1988)
	الباب الاول :الجانب النظري
	الفصل الاول :الانشطة الرياضية و الخصائص العمرية
.....11	تمهيد

11	1-1-تعريف النشاط
11	2-1-تعريف النشاط البدني
12	3-1-تعريف النشاط البدني والرياضي
12	1-3-1-أنواع النشاط البدني والرياضي التربوي
14	4-1-خصائص النشاط البدني والرياضي التربوي:
14	5-1-الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي التربوي:
14	1-5-1-الدوافع المباشرة للنشاط البدني الرياضي:
15	2-5-1-الدوافع الغير مباشرة للنشاط البدني الرياضي:
15	6-1-الأهداف العامة للنشاط البدني والرياضي التربوي
15	1-6-1-أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية البدنية
15	2-6-1-أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية الاجتماعية
16	3-6-1-أهداف النشاط الرياضي التربوي من الناحية الخلقية
	(2)-خصائص العمرية
16	1-2-مفهوم المراهقة:
16	1-1-2-تعريف المراهقة لغويا
17	2-1-2-تعريف م. دبب
17	2-2-تحديد مراحل المراهقة
18	1-2-2-المراهقة المبكرة:
18	2-2-2-المراهقة المتوسطة:
18	3-2-2-المراهقة المتأخرة:
18	3-2-3-مميزات وخصائص مرحلة المراهقة:
18	1-3-2-الخصائص الإنمائية الجسمية:
19	2-3-2-الخصائص الحركية
19	4-2-خلاصة
	الفصل الثاني:المعرفة الرياضية
22	تمهيد:
22	3- مفهوم المعرفة
22	1-3-القاموس الدولي للتربية :
23	2-3- خصائص المعرفة :
24	3-3-أنماط المعرفة:
24	1-3-3- المعرفة لإجرائية و الإعلانية:
24	2-3-3- المعرفة البعدية:
25	3-3-3-المعرفة الاستكشافية :
25	4-3- مصادر المعرفة :

.....25	5-3- أنواع المعرفة :
.....25	3-5-1- المعرفة الإدراكية للعالم الخارجي:
.....26	3-5-2- معرفة الإحساس العام :
.....26	3-5-3- المعرفة السياسية:
.....26	3-5-4- المعرفة العلمية:
.....27	3-5-5- المعرفة الفلسفية :
.....27	3-5-6- المعرفة الرياضية :
.....27	3-6- الأهداف المعرفية في المجال الرياضي :
.....28	3-7- موضوعات المعرفة الرياضية :
.....28	3-7-1- معرفة تاريخ الرياضة:
.....29	3-7-2- معرفة المهارات الحركية الرياضية:
.....29	3-7-3- معرفة قواعد المنافسات:
.....30	3-7-4- معرفة المصطلحات ولغة الرياضة :
.....31	3-7-5- معرفة الأدوات و الأجهزة الرياضية :
.....31	3-7-6- معرفة الملابس الرياضية:
.....32	3-7-7- معرفة الأمان والسلامة من الإصابات الشائعة:
.....32	3-7-8- معرفة آداب الرياضة:
.....32	3-8- الخاتمة:
الباب الثاني: الجانب الميداني للبحث	
الفصل الاول: منهجية و اجراءات البحث	
.....36	تمهيد
.....36	1-منهج البحث
.....36	2-1-مجتمع البحث
.....36	2-2-عينة البحث
.....37	2-2-1-جدول تقسيم العينة
.....37	3-متغيرات البحث
.....38	4-مجالات البحث
.....38	4-1-المجال البشري
.....38	4-3-المجال الزمني
.....38	5-أدوات البحث
.....38	5-1-خطوات إعداد وبناء أدوات البحث
.....39	5_2_ الصورة الأولية للأداة
.....39	5_3_ صلاحية الأداة:
.....39	6_ الاسس العلمية للاختبارات

.....39	1-6- صدق الاستبيان
.....40	2-6- الاستبيان الموجه للتلاميذ
.....40	3-6- إجراءات الدراسة الاستطلاعية
.....41	4-6- الأساليب الإحصائية المستخدمة
.....41	5-6- الأساليب الإحصائية المستخدمة:
.....41	7- كيفية عرض البيانات
.....42	الخلاصة
الفصل الثاني : عرض و تحليل النتائج	
.....44	تحليل نتائج الاستبيان
.....47	المحور الثاني-الثقافة الرياضية:
.....49	المحور الثالث-التدريب الرياضي :
.....51	-المحاور :
.....54	الاستنتاج العام
.....55	مناقشة الفرضيات:
.....55	-مناقشة الفرضية الاولى
.....55	-مناقشة الفرضية الثانية:
.....56	-مناقشة الفرضية الثالثة :
.....56	الاقتراحات
.....59	الخاتمة
.....59	المراجع
.....59	الملاحق

الإهداء

إلى الذين قال فيهما المولى عز و جل * و بالوالدين إحساناً*
إلى التي ربنتي في كنفها و لم تفارقني ابتسامتها و لم تبخل علي بالدعاء و النصح
أمي الغالية والتي
سهرة الليالي
إلى العزيز الغالي، أبي.
إلى أعز ما أملك أفراد عائلتي و إخوتي
إلى البراعم الصغار أبناء أخي و أختي
إلى كل من رافقني في حياتي التعليمية خاصة
إلى كل من يحمل لقب أبي وأمي في كل مكان من الأقارب والأحباب
إلى أصدقائي وزملائي وكل دفعة ليسانس 2013
إلى جميع أساتذتي من الطور الابتدائي إلى الجامعي و إلى كل طلبة معهد علوم و
تقنيات الأنشطة
البدنية و الرياضية بمستغانم.
إلى كل من هم في ذاكرتي و لم تسع مذكرتي لذكرهم.
إلى كل هؤلاء، أهدي ثمرة عملي و جهدي المتواضع.

التشكرات

بسم الله الرحمن الرحيم و به نستعين، الحمد لله الذي وفقنا في دراستنا وبلوغ غايتنا
لإنجاز

هذا العمل المتواضع، نحمده حمدا يليق بجلاله و عظيم سلطانه.

(اللهم لك الحمد حتى ترضى ولك الحمد إذا رضيت، ولك الحمد بعد الرضا).

ثم نشكر كل من منحنا ولو لحظة من وقته وأفادنا من تجاربه، بالأخص الأستاذ «عبد
الدايم عدة»

الذي اشرف على تأطيرنا، ومتابعة مراحل عملنا، فكانت هذه المذكرة بمثابة الثمرة
التي تبلور سنوات جهدنا.

كما نتقدم ببالغ شكرنا و تقديرنا و امتناننا إلى أساتذة معهد علوم و تقنيات الأنشطة
البدنية و الرياضة"

و إلى موظفي و عمال الإدارة

إلى كل هؤلاء وكل من ساعدنا من بعيد أو من قريب في إنجاز هذا العمل

-ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الى معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي في اكتساب الاهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضية الذي تلاميذ مستوى الثالثة ثانوي تبعا لمتغير الجنس ، و قد قمنا بوضع الفرضيات التالية : للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في اكتساب الاهداف المعرفية لدى تلاميذ مستوى الثالثة ثانوي ، النشاط البدني الرياضي التربوي له اثر في تحقيق الاهداف المعرفية بلين الاناث و الذكور اثناء ممارسته لدى تلاميذ مستوى الثالثة ثانوي ،توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاناث و الذكور في اكتساب الاهداف المعرفية في المحاور الثلاثة لدى تلاميذ مستوى الثالثة ثانوي ،وبذلك تم اختيار العينة بطريقة عمدية من بين الطلبة السنة الثالثة ثانوي تخصص علوم التجريبية عبر ثانويات العشر لبلدية مستغانم حيث تم اختيار (20) تلميذ من كل ثانوية (10) اناث و (10) ذكور حيث بلغ العدد (200) تلميذ، وقد استخدمنا في بحثنا هذا الاستبيان الموجه للتلاميذ و هذا لجمع المعلومات التي تساعدنا في الوصول إلى الإجابات عن أسئلتنا ، وقد تبنت الدراسة المنهج الوصفي حيث يعرف أحد أشكال التحليل و التغيير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة و تصويرها كميًا عن طريق جمع البيانات و معلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة و تلخص الأساليب الإحصائية فيما يلي : المتوسط الحسابي ، تحليل التباين، الانحراف المعياري، مستوى الدلالة ، ودرجة الحرية. وقد أسفرت النتائج النهائية للنشاط البدني الرياضي التربوي دور كبير في اكتساب الاهداف المعرفية لدى تلاميذ المستوى الثالثة ثانوي ، و إن ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي يؤثر في اكتساب الاهداف المعرفية للذكور اكثر من الاناث تلاميذ مستوى الثالثة ثانوي ، و وجود فروق احصائية لها دلالة تعود تفوق التلاميذ في محور التدريب في اكتساب الاهداف المعرفية وبذلك تكون نسبة تحقق فروض البحث بنسبة إيجابية ، وقد فسرت النتائج ونوقشت على ضوء مقابلتها بالفرضية و مقارنتها بالدراسات السابقة و المشابهة و بذلك تكون نسبة تحقق الفروض كاملة،وعليه تم التوصل الى اقتراحات تتمثل في ابراز اهمية دور الذي يلعبه النشاط الرياضي التربوي،الاهتمام بجانب التوعية لاهمية النشاط الرياضي في اكتساب المعارف و الاهداف

لدى المراهق, اجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية على الاهداف المعرفية للتربية البدنية
و الرياضية لمستويات و مراحل اخرى
الكلمات المفتاحية :الانشطة الرياضية,المعرفة الرياضية,التربية البدنية و الرياضية

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
40	جدول يبين نتائج توزيع تلاميذ	1
47	جدول يبين نتائج صحة الاجابة التلاميذ	2
49	جدول يبين نتائج محور اللياقة البدنية	3
51	جدول يبين نتائج محور الثقافة الرياضية	4
53	جدول يبين نتائج محور التدريب الرياضي	5
55	جدول يبين نتائج المقارنة بين المحاور	6

قائمة الأشكال البيانية

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
48	أعمدة بيانية تمثل نتائج التلاميذ لصحة الاجابة التلاميذ	1
50	منحنى بياني يمثل نتائج محور اللياقة البدنية	2
52	منحنى بياني يمثل نتائج محور الثقافة الرياضية	3
54	منحنى بياني يمثل نتائج محور التدريب الرياضي	4
57	منحنى بياني يمثل نتائج المقارنة بين المحاور	5

التعريف بالبحث

الإشكالية

المعرفة هي "مصطلح عام يعبر عن العمليات الخاصة بالإدراك، الاكتشاف، التخيل التقدير التذكر التعلم و التفكير والتي من خلالها يتحصل الفرد على المعلومات" (الخولي و عنان، 1999، صفحة 15) هي مجموعة المعاني و المعتقدات والمفاهيم و التصورات الفكرية التي تتكون لدى الإنسان نتيجة لمحاولاته المستمرة لفهم الظواهر و الأشياء المحيطة به .(السيد عبد العاطي و أحمد بيومي، 2002، صفحة 24)، عن "سولو" أن المعرفة هي مجموعة متباينة من الاستعدادات و القدرات العقلية وذلك كالدراسة الفهم الإدراك التخيل ، التذكر الحكم ،التقدير ،الاستدلال و التفكير .لذلك فالنتاج المعرفي هو المحصلة النهائية للاكتساب والتحصيل وتكوين المفاهيم .(السيد فرحات، 2001، صفحة 11)،هي مزيج من المفاهيم و الأفكار و القواعد و الإجراءات التي تهدي الأفكار و القرارات، أي أنها ممتزجة بالتجربة و الحقائق و الأحكام و القيم التي تعمل مع بعضها .(غالب ياسين، 2007، صفحة 25). حيث للمعرفة أنواع مختلفة منها الحسية و تعتبر مجرد ملاحظة بسيطة غير مقصودة ،و المعرفة التأملية و التي تعتمد على التفكير في الأسباب البعيدة و كذلك المعرفة العلمية التجريبية تقوم على أساس الملاحظة المنظمة المقصودة للظواهر و على أساس وضع فروض ملائمة و تحقق منها بالتجربة، وتجميع البيانات و تحليلها ،مما أدى إلى ظهور المعرفة المفهوماتية التي تسعى إلى فهم الأنشطة الرياضية و تعلمها لإستخدامها في الحياة اليومية لسلامة الفرد و المجتمع ،ومن أهداف المعرفة توعية التلاميذ بثقافة رياضية عامة،إكتساب المعلومات اللغافية عن قوانين الألعاب و توضيح السلوك الجيد عند المشاركة بالسباقات وفي غمار هذا الموضوع طرح التساؤل التالي:

_هل لممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية دور في اكتساب الأهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضي؟

التساؤلات الجزئية

-هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الاناث في اكتساب الاهداف المعرفية؟

_هل توجد فروق ذات دلالة احصائية لدى التلاميذ في اكتساب الأهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضي بين المحاور الثلاثة؟

2-الأهداف

1-يكن هدف بحثنا هذا في إبراز دور الأنشطة البدنية و الرياضية لاكتساب الأهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضية

2-دراسة الفروق المعرفية بين الذكور و الإناث في ثانويات بلدية مستغانم.

3-الفرضيات

3-1-الفرضية العامة

ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية دور في اكتساب الأهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضية.

3-2-الفرضيات الجزئية

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الاناث في اكتساب الاهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضية من خلال ممارسة الانشطة الرياضية
-توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى التلاميذ السنة الثالثة ثانوي في إكتساب الأهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضية في المحاور الثلاثة.

مصطلحات البحث

4-1- النشاط البدني الرياضي

يعرفه " أمين الخولي " بأنه " وسيلة تربية ؛تتضمن ممارسات موجّهة ؛تساعد على إشباع حاجات الفرد ودوافعه ،بتهيئة المواقف التعليمية المماثلة للمواقف التي يتلقاها الفرد في حياته. "

4-2- التربية البدنية و الرياضية

عرفتها تشارلز بيوت شر : أن التربية البدنية هي جزء متكامل من التربية، والتي تهدف

إلى تكوين الفرد اللائق في الجوانب البدنية والعقلية والانفعالية وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني المختار بغرض تحقيق هذه الحصائل.

ويرى " ويليامز " : " هي مجموعة الأنشطة البدنية للإنسان التي اختيرت كأنواع ونفذت لحصائل (د.محمد الحمامي / د.أمين الخولي،ص1918)

4-3- المعرفة الرياضية

تعتبر المعرفة من أهم الجوانب الثقافية لدى الفرد ، والمعرفة الرياضية تعتبر كفرع من الثقافة العامة التي تراكمت خبراتها وأدواتها ونظمها وقواعدها عبر آلاف السنين، ومن خلال خبرات ملايين من البشر مارسوا الرياضة وطوروها وأصلوها، إلى أن صارت ذات بنية معرفية لها نظرياتها ومبادئها ومفاهيمها ومصطلحات الخاصة.

ولابد للمتعلّم الرياضي من المعرفة أولاً ثم الممارسة ثانياً (الخولي وعنان،

1999،صفحة11).

5-الدراسات السابقة

مقدمة

تعد الدراسات المشابهة من أهم المحاور التي يجب التطرق إليها لكونها تدل الباحث على المشكلات التي تم انجازها من قبل أو المشكلات التي لا زالت في حاجة إلى الدراسة، كما أنها ذات فائدة كبيرة من حيث الزيادة في مصداقية البحث و إثرائه من جميع النواحي وعلى هذا الأساس تطرقنا الى جمع الدراسات المشابهة للإستفادة منها في إعداد هذا البحث.

1-دراسة ماجيستر هيلين شوارتز HELEN SEWARTSبنا اختبار معرفي في كرة السلة "دراسة منشورة (1937)

تهدف إلى بناء المعلومات وتحصيل في كرة السلة للبنات في المدارس العليا، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، حيث اختيرت العينة العشوائية من طالبات المدارس العليا وتم بناء الاختبار بعد عرض على الخبراء في مجال كرة السلة ، وكذلك بإيجاد معاملات الصعوبة والتمييز وتحقيقه لمعاملات ثبات و صدق عالية و الاختبار في صورته النهائية يحتوي على عبارات بلغ عددها 50 عبارة، كانت الإجابة كلها بطريقة الصواب و الخطأ، 15 عبارة بطريقة التكملة، 15 عبارة و الإجابة عليها خلال الصور، و90 عبارة تتناسب و أبعاد الاختبار الأساسية و قد تحددت الإجابة بزمن 45د و أوصى الباحث بما يلي

-الاستفادة من نتائج الدراسة في تقييم المستوى المعرفي في كرة السلة لطالبات

المدارس العليا

-الاعتماد على الاختبارات المعرفية كوسائل موضوعية لقياس المستوى المعرفي في الألعاب الرياضية المختلفة.

2-دراسة دكتوراه هويت HEUIT بناء اختبار معرفي في التنس دراسة منشورات 1974

-هدفت إلى بناء اختبار معرفي في التنس,بغرض تحديد معرفة الطلاب الذكور و الإناث في التنس,وللتأكد من درجة التطور أو ما تم تعلمه.

-وقد وضع الباحث بطارية اختبار بلغ أسئلتها 300سؤال,لمعرفة أهم العناصر الخمسة

في التنس كما وضعتها الجهات المختصة وهي :

-تاريخ اللعبة, رياضة التنس,الأجهزة المطلوبة,قانون التنس,صالات اللعب.

-وأوصى الباحث بما يلي :

-استخدام الاختبار المقترح في قياس مستوى معرفة الطلاب في التنس,و متابعة مستوى التطور في التعلم.

-الاهتمام بالجانب المعرفي لأهميته في عملية التعلم.

-إجراء دراسات أخرى باستخدام طرق التحليل العلمي

3- دراسة العبسي (2002)

هدفت الدراسة إلى معرفة مدى اكتساب طلاب المرحلة الأساسية للمفاهيم والمهارات الرياضية العددية في مدارس غوث في منطقة أربد, استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي,ولقد بلغت عينة الدراسة 900طالب و طالبة من الصفوف السادس والثامن والعاشر,وقد اختيرت العينة بطريقة عشوائية ,وقد اعد الباحث اختبارا تحصيلي يقيس

مدى اكتساب طلاب المرحلة الأساسية العليا للمفاهيم والمهارات الرياضية العددية، وقام الباحث بحساب متوسطات الدرجات لطلاب في الاختبار التحصيلي.

وتوصلت الدراسة إلى نتائج من أهمها :

-قبول مستوى أداء الطلاب في المفاهيم و المهارات الرياضية العددية في مستوى المعرفة المفاهيمية، والمعرفة الإجرائية للصف الثامن و العاشر، وضعف مستوى أداء طلاب الصف السادس في المعرفة المفاهيمية والمعرفة الإجرائية.

4- قام مبارك، (1988)

الدراسة هدفت إلى بناء اختبار معرفي في التربية الرياضية لطلاب المرحلة الثانوية بنين في دولة الكويت وقد بلغت عينة الدراسة (1450) طالبا وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائته طبيعة الدراسة، وقد ضم الاختبار (8) ألعاب مختلفة واشتمل على خمسة محاور رئيسية وقد أظهرت النتائج ضرورة الاهتمام ببناء اختبارات معرفية لطلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت لتسهم في الارتقاء في الأداء المهاري المطلوب.

الباب الأول الجانب النظري

الفصل الأول

الأنشطة الرياضية والخصائص العمرية

تمهيد

اهتم الإنسان ومنذ القديم بجسمه وصحته ولياقته، كما تعرّف عبر كفاءته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية والتي اتخذت إشكالا اجتماعيا كاللعب، التمرينات البدنية، التدريب البدني، الرياضة، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأنشطة الجانبية النافعة لها على النواحي النفسية، الاجتماعية، العقلية، المعرفية، الحركية، المهارية، الجمالية، والفنية، وهذه الجوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا متكاملًا، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في ترميتها في إطار ثقافي وتربوي بحيث تعتبر التربية البدنية والرياضية هي التتويج العصري لفوائد هذه الأنشطة، التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى الوطني، وهذا ما سيكون محور دراستنا في هذا الفصل الذي سنتناول فيه أبرز الجوانب المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية.

1-1- تعريف النشاط

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية (محمد الحمامي، أمين الخولي، 1990، ص 29).

1-2- تعريف النشاط البدني

يقصد به المجال الكلي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والترخيص في مقابل الكسل والوهن والخمول، في الواقع فإن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان، والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام ولقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال وأطوار الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء يبرز Larsen

الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى (أمين أنور الخولي, 2001, ص120).

-1-3-1- تعريف النشاط البدني والرياضي:

يعتبر النشاط البدني والرياضي أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيماً والأرفع من الأشكال الأخرى للنشاط البدني.

ويعرف "ماتيف" بأنه نشاط ذو شكل خاص وهو المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها، وبذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط في حد ذاته وتضيف "كوسولا" أن التنافس سمة أساسية تضاف على النشاط الرياضي طبعاً اجتماعياً ضرورياً وذلك لأن النشاط الرياضي إنتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن اجتماعي ثقافي. وهذه القواعد تكون على مدى التاريخ سواء قديماً أو حديثاً والنشاط الرياضي يعتمد أساساً على الطاقة البدنية للممارس وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط وطرق اللعب (أمين أنور الخولي, 1996, ص32).

-1-3-1- أنواع النشاط البدني والرياضي التربوي:

إذا أردنا أن نتكلم عن نواحي النشاط والتربية الرياضية، كان من الواجب معرفة أن هناك نشاط ممارسة الفرد وحده وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستعانة بالآخرين، في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط : الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، السباحة، ألعاب القوى، رمي الرمح، رمي القرص، تمرينات الجمباز . وأما النشاط الآخر

فيمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق ومن أمثلته كرة السلة، كرة اليد، كرة الطائرة، فرق التتابع في السباحة والجري، ورياضة الهوكي. هذا التقييم من الناحية الاجتماعية لكن يمكننا تقسيمه حسب أوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يؤدي بها هذا النشاط فمن النشاط ما يحتاج إلى كرات أو أدوات خاصة و بعضها لا يحتاج إلى ذلك ومنها:

1-1-3-1- ألعاب هادئة:

لا تحتاج إلى مجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادئ ومكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية، أو إحدى الغرف وأغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم

1-1-3-2- ألعاب بسيطة:

ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال. (محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، 1965، ص 39)

1-3-1-3- ألعاب المنافسة

تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي، ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب، يتنافس فيها الأفراد فردياً و جماعياً. إذن بما أن المنافسة يشترط توفر خصمين أو متنافسين فلا بد من توفير جميع الشروط من قبل أحد المتنافسين من أجل تحقيق الفوز.

وفيما يخص النشاط الرياضي المرتبط بالمدرسة والذي ينعى بالنشاط اللاحقي للتربية البدنية، فإنه يعتبر أحد الأجزاء المكتملة لبرنامج التربية البدنية و محقق نفس

أصدائها، وينقسم بدوره إلى نشاط داخلي ونشاط خارجي(محمد عادل خطاب ,كمال الدين زكي,1965,ص40).

1-4- خصائص النشاط البدني والرياضي التربوي:

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص متنوعة منها:

-النشاط البدني عبارة عن نشاط اجتماعي وهو يعبر عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.

-خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الأساسي.

-أصبحت الصور التي يتسم بها النشاط هو تدريب متناسف.

-يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية وأركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة منا لمتطلبات والأعباء البدنية، يؤثر المجهود الكبير على يسر العمليات النفسية للفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الانتباه و التركيز(عصام عبد الخالق,1982,ص19).

1-5-الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي التربوي:

تتميز الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني والرياضي بتعددده انظار لتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق الممارسة للنشاط الرياضي بصورة مباشرة وغير مباشرة وتتمثل هذه الدوافع في مايلي

1-5-1-الدوافع المباشرة للنشاط البدني الرياضي:

تتلخص في مايلي:

-الإحساس بالرضا، والإشباع كنتيجة للنشاط البدني والرياضي.

-المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية.

-الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها والتي تطلب المزيد من الشجاعة الرياضية وما يرتبط بخيالات الفعالية المتعددة . نستخلص مما سبق أن الدوافع المباشرة توفر الراحة النفسية للفرد عند قيامه بنشاط رياضي ما

1-5-2-الدوافع الغير مباشرة للنشاط البدني الرياضي:

ومن أهم الدوافع الغير المباشرة للنشاط البدني الرياضي مايلي:

-محاولة اكتساب اللياقة البدنية والصحة عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.
-ممارسة النشاط البدني يساهم في رفع مستوى قدرته في عمله ويرفع من مستوى إنتاجه في العمل والإحساس بضرورة النشاط البدني والرياضي.

1-6-الأهداف العامة للنشاط البدني والرياضي التربوي:

إن أهداف التربية البدنية والرياضية تسعى إلى التعبير عن مفاهيم واتجاهات

النظام التربوي والعمل في سبيل تحقيق إنجازها وتوضيح وظائفها ومجالات اهتمامها وهي تتفق ببداية مع أهداف تربية وتنشئة وإعداد الفرد الصالح بطريقة متوازنة، متكاملة وشاملة وفي مايلي نذكر بعض أهداف الأنشطة الرياضية

1-6-1-أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية البدنية:

وتتمثل في تنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابها للياقة البدنية والقدرات الحركية التي تساعده على القيام بواجباته اليومية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق مثل إكسابه القوة، السرعة، المرونة والقدرة العضلية . فالتربية البدنية والرياضية تهدف تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيفه المستمر مع الطبيعة.

1-6-2-أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية الاجتماعية:

إن التربية البدنية لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني وإنما يمتد لي يشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، فهي حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها الطور الطبيعي للفرد ولا بد أن تستخدم محبته للحركة من أج لتسيير تطوره والإبداع فيه، ولا يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط لإسهام في التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي.. (بقي محمد، مذكرة ماستر، 2010-2011، ص22).

1-6-3- أهداف النشاط الرياضي التربوي من الناحية الخلقية:

إن التربية البدنية والرياضية تعمل على رعاية النمو التنافسي لدى التلاميذ في المرحلة الثانوية بالتوجيه السلمي لإبواز الطاقات الإبداعية الخلاقة وذلك في ضوء السمات النفسية للمرحلة كما أنها تعمل على تنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب التلاميذ على القيادة والتعبئة والتعرف علنا لحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون والاحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة فيضل نشر الثقافة الرياضية لدى التلاميذ كجزء من الثقافة العامة وتقديم الاختبارات المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية والصفة العامة المتناسبة مع القدرات العقلية وبموجب المواد (أمين أنور الخولي، 1980، ص133).

2- خصائص العمرية (اجريت الدراسة على الفترة العمرية المراهقة)

2-1- مفهوم المراهقة:

يعتمد العلماء والباحثون ضرورة دراسة المراهقة لإمتيازات مدرسية صرفة، إلا أن ذلك لا يمنع من دراسة تلك المرحلة - المراهقة - لإمتيازات نفعية تجعلنا نقدر على

التعامل مع المراهق من جهة، وعلى فهمه وفهم الأصول النفسية الراهنة من جهة أخرى (ميخائيل إبراهيم أسعد، ص227)

2-1-1- تعريف المراهقة لغويا :

المراهقة لغويا هي الاقتراب من الحلم، فكلمة مراهق تعني اقتراب أو دنى من الشيء، فهو إذن الفرد الذي يقترب من الحلم و اكتمال النضج فالعالم النفساني " دورو نيروجرز "يقول أنها فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية ومرحلة ذهنية . كما أنها فترة تحول تنفسية عميقة(مذكرة ليسانس ص25)

وهي مرحلة انتقال من الطفولة إلى الشباب وهي فترة معقدة من التحول والنمو وتحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية واضحة، تجعل الطفل الصغير عضوا في المجتمع . وسنتطرق إلى بعض من تعاريف العلماء منها.

2-1-2- تعريف م. دببس:

يعرفها بأنه فترةا لتحويلات الجسمية النفسية التي تحدث بين سن الطفولة وسن الرشد(محمد مصطفى زيدان، ص152).

وحسب هذا التعريف فإن المراهقة عبارة عن مرحلة عبور تتخللها تغيرات من جانبيين أساسيين:

2-1-2-1- تغيرات جسمية: تتعلق بالنضج الفيزيولوجي والجسمي بوجه عام حيث

يكتمل نمو الأعضاء داخليا وخارجيا.

2-2-1-2- تغيرات نفسية: تتمثل في ظهور حاجات عاطفية ومشاعر جديدة كالغرائز

الجنسية إلى جانب نمو الوظائف العقلية كقدرة التفكير المنطقي والتجريد إضافة إلى ظهور بعض المشاكل النفسية كالقلق والخجل والاكتئاب...

2-2- تحديد مراحل المراهقة

بداية المراهقة تختلف من فرد إلى آخر ومن جنس لآخر ومن سلسلة إلى أخرى، ونستدل بعدم القدرة على تحديد هذه الفترة بقول - جوزيف ستون وتشرشين - أن المراهقة تبدأ بمظاهر البلوغ، وبداية المراهقة ليست دائما واضحة، وبدايتها تأتي دائما مع إتمام النضج الاجتماعي دون تحديد ما قد وصل إليه الفرد من هذا النضج الاجتماعي (مخائيل عوض خليل، ص 27).

كما أن هناك ما يربط بين الجناس والبلوغ، ويفسر العلماء اثر المناخ على الإنسان فيقولون أن المراهقة في المناطق الحارة تسبق المراهقة في المناطق الباردة . إضافة إلى تأثير الفوارق الفردية والوراثية والصحة العامة والنفسية والتربية البدنية في تحديد موعد النضج الجنسي وبدأ المراهقة . هذا وقد قسم العلماء المراهقة إلى مراحل فرعية أهمها: 2-2-1- المراهقة المبكرة: تبدأ من 11 إلى 14 سنة حيث تصادف هذه المرحلة الطور الثالث من التعليم . تمتد من بدء النمو السريع الذي يصاحبه البلوغ وحتى بعد البلوغ بسنة تقريبا أي عند استقرار التغيرات البيولوجية الجديدة للفرد 2-2-2- المراهقة المتوسطة: تتراوح ما بين 14 إلى 18 سنة تصادف في الغالب الطور الثانوي.

2-2-3 المراهقة المتأخرة: فيما يحاول المراهق تكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه محاولا التعود على ضبط النفس وغالبا ما تمتد هذه المرحلة ما بين 18 و 21 سنة 2-3-3- مميزات وخصائص مرحلة المراهقة:

2-3-1- الخصائص الإنمائية الجسمية: النمو بصفة عامة يقصد به التغير نحو اتجاه عادي مقبول، وعند المراهق يظهر في ناحيتين أساسيتين.

1 :الناحية الفيزيولوجية: وتشمل نمو ونشاط بعض الغدد والأجهزة الداخلية التي توافق بعض الظواهر الخارجية، وأن اكتمال الغدد - غدد الجنس - ذات اثر بالغ على الجسم، وعلى الحالة المزاجية والنفسية للمراهقين

2: المرحلة الجسمية والمورفولوجية: وتشمل الزيادة في الطول والحجم والوزن حيث يتأخر نمو الجسم العصبي بمقدار سنة تقريبا، مما يسبب للمراهق تعباً وإرهاقاً، كما أن سرعة النمو في الفترة الأولى من المراهقة، تجعل حركاته غير دقيقة ويميل نحو الكسل والتراخي (مصطفى سوفي، ص 227)

كما يبلغ الفتيان والفتيات نضجهم البدني الكامل تقريبا، حيث تأخذ ملامح الوجه والجسم صورتها النهائية تقريبا، وتصبح عضلات الفتیان قوية ومثينة في حين تتميز عضلات الفتيات بالمرونة والليونة، إضافة إلى أن الفتیان أطول وأثقل وزنا من الفتيات

2-3-2- الخصائص الحركية: في مرحلة النمو الحركي يظهر الإتران التدريجي في نواحي الارتباك والاضطراب الحركي وتأخذ مختلف النواحي النوعية للمهارات الحركية في التحسن لتصل إلى درجة عالية من الجودة، ويستطيع فيها الفتیان والفتيات سرعة اكتساب وتعلم مختلف الحركات وإتقانها وتثبيتها بالإضافة إلى ذلك فإن عامل زيادة قوة العضلات الذي يتميز بها الفتى تساعد على إمكانية ممارسة أنواع متعددة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوى العضلية، كما أن زيادة مرونة عضلات الفتاة تساهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية كالجمباز . السباحة...

كما تساهم عمليات التدريب الرياضي المنضمة في الوصول إلى المستويات

الرياضية

العالية كما تلعب أيضا عمليات التركيز الواعية والإرادة القوية دورا هاما في نجاح

عمليات التعلم والتدريب وبلوغ درجة النجاح بسرعة فائقة

2-4- خلاصة:

إن ما يمكن أن نستخلصه من خلال ما أشرنا إليه حول النشاط البدني والرياضي بكل أنواعه وفوائده الكثيرة يعمل على إشباع حاجات الأفراد ورغباتهم المتباينة بالإضافة إلى

كونه نشاطا اجتماعيا، ترفيهيا، ممتعا، فهو يعتبر وسيلة وقائية وفعالية للفرد إذا ما تم استغلاله بصفة منتظمة ومستمرة كما أن النشاط البدني والرياضي التربوي له دور كبير في تطوير قدرات الفرد مثل : القوة والمداومة والمرونة، وأنها وسيلة مهمة في تربية روح الجماعة والتعاون و إحترام الآخرين وتدفعه للوصول إلى أعلى المستويات من خلال الاندماج معا لجماعة وكذلك من خلال تطوير قدراتها لبدنية

الفصل الثاني

المعرفة الرياضية

تمهيد:

تعتبر المعرفة من أهم الجوانب الثقافية لدى الفرد ، والمعرفة الرياضية تعتبر كفرع من الثقافة العامة التي تراكمت خبراتها وأدواتها ونظمها وقواعدها عبر آلاف السنين، ومن خلال خبرات ملايين من البشر مارسوا الرياضة وطوروها وأصلوها، إلى أن صارت ذات بنية معرفية لها نظرياتها ومبادئها ومفاهيمها ومصطلحات الخاصة. ولا بد للمتعلم الرياضي من المعرفة أولا ثم الممارسة ثانيا ، أي أن المعرفة هنا من القاعدة الأولى لأداء أي نشاط رياضي أو مهارة حركية وتبنى عليها ، عمليات التعلم والإتقان.

كما تعد المعرفة الرياضية وجها ثقافيا وحضاريا مشرقا وثرثيا ، وما تتطلبه الرياضة الحديثة وهو الاهتمام بالجانب المعرفي، وذلك لتطوير الرياضيين وتحسين مستوياتهم ونتائجهم لذا أصبح من ضروري على المتعلم الرياضي أن يعرف أولا ويمارس ثانيا.

3- مفهوم المعرفة :

يوضح بيراورليون 1977 أن المقصود باستعمال كلمة معرفة أو معرفي

للاعتبارات الخاصة بتكوين المعلومات .

أما جيل فورد : فيرى أن المعرفة تسهل الوعي بالمعلومات أو اكتشافها اكتشافا

مباشرا أو التعرف عليها

3-1- القاموس الدولي للتربية :

فيعرفها كما يلي "مصطلح عام يعبر عن العمليات الخاصة بالإدراك، الاكتشاف، التخيل التقدير التذكر التعلم و التفكير والتي من خلالها يتحصل الفرد على المعلومات"

(الخولي و عنان، 1999، صفحة 15) هي مجموعة المعاني و المعتقدات والمفاهيم و التصورات الفكرية التي تتكون لدى الإنسان نتيجة لمحاولاته المستمرة لفهم الظواهر و الأشياء المحيطة به .(السيد عبد العاطي و أحمد بيومي، 2002، صفحة 24) عن "سولو" أن المعرفة هي مجموعة متباينة من الاستعدادات و القدرات العقلية وذلك كالدراسة الفهم الإدراك التخيل ، التذكر الحكم ،التقدير ،الاستدلال و التفكير .لذلك فالنتاج المعرفي هو المحصلة النهائية للاكتساب والتحصيل وتكوين المفاهيم . (السيد فرحات، 2001، صفحة 11) .

هي مزيج من المفاهيم و الأفكار و القواعد و الإجراءات التي تهدي الأفكار و القرارات، أي أنها ممتزجة بالتجربة و الحقائق و الأحكام و القيم التي تعمل مع بعضها .(غالب ياسين، 2007، صفحة 25).

3-2- خصائص المعرفة :

توجد ملامح و خصائص مميزة للمعرفة و قد نذكرها فيما يلي :

- 1 - تتطلب المعرفة تفاعلا انسانيا مع الواقع ووعيا و إدراكا له من حيث متغيراته و عناصر شكله و القوى المحفزة له أي أن المعرفة ترتبط بالتقدم الحضاري و التنمية الإنسانية الشاملة.
- 2 - إن المعرفة ذات موضوع فهي : "ذات " لأن المعرفة مخزونة قبل كل شيء في عقل الفرد نفسه، وفي نفس الوقت تعتبر موضوعا عندما تكون مستقلة عن الفرد، أي عندما تكون في المراجع و الكتب و الوثائق في كل الأحوال لا تنفصل المعرفة كذات عن المعرفة كموضوع . (غالب ياسين، 2007، صفحة 33)
- 3 - للمعرفة مضمون اجتماعي إنساني إنها كائن لا يعيش لنفسه و بنفسه بل يحتاج إلى بيئة يتنفس و يعيش فيها، و مجتمع يشارك بالمعرفة من أجل التقدم و الرقي .

- 4 - المعرفة تأخذ مسار تصاعدي مستمر تتجدد فيه ثياب المعرفة و لباسها، لذلك يقولون تترك المعرفة القديمة المسرح للمعرفة الجديدة .
- 5 - ترتبط المعرفة بالحقيقة و الإدراك اليقين لأنه عندما نكسب خبرة و تجربة جديدة فهذا دليل على أننا تعرفنا على حقائق جديدة . (غالب ياسين، 2007، صفحة 34)
- 6 - هي مردود إنساني لا ينقص بل ينمو، و هي حالة إنسانية أرقى من مجرد حصول الفرد على معلومات، كما يمكن أن نقول أن المعرفة أقل درجة من الحكمة لالتزام الأخيرة بالقيم الأخلاقية العليا للإنسانية مثل الحرية و العدالة و الكرامة الإنسانية.
- 7 - و أخيرا فالمعرفة قد تكون جزءا من نظام فرد ديناميكي لإدراك الواقع الموضوعي بمعنى أن المعرفة هي نتاج النشاط الذهني للعقل في حوار مع الطبيعة . (غالب ياسين، 2007، صفحة 34).

3-3-أنماط المعرفة:

لا يوجد نمط واحد للمعرفة و يمكن تصنيفها كمايلي :

3-3-1- المعرفة لإجرائية و الإعلانية:

و تصف كيف يجب حل المشكلة كما توجه الانتباه إلى الطريقة التي تعمل بها الأشياء. أن القواعد و البرامج و الإجراءات هي الأنماط النموذجية للمعرفة و توضح ما هو معروف حول المشكلة و هذا يتضمن تعابير بسيطة للاختيار ما بين الصح والخطأ. (غالب ياسين، 2007، صفحة 34)

3-3-2- المعرفة البعدية:

يتناول هذا النوع توصيف المعرفة نفسها بما يساعد في اختيار المعرفة الملائمة للمشكلة من خلال منهجية الإدراك و التفكير بالاتجاه الصحيح (غالب ياسين، 2007، صفحة 34).

3-3-3- المعرفة الاستكشافية :

وهي المعرفة التي تستخدم قواعد المنطق لضبط عملية التفكير و الإدراك و تدعى كذلك المعرفة الظلية، و هي معرفة تجريبية ترافق المرء خلال تجاربه في حل مشكلات سابقة، و هي غنية بمحتواها بعيدة في تحليل عناصر و متغيرات المشكلة، و تستوفي شروط فهمها و تستوعب نطاق المساحة التي تمتد إليها هذه المشكلة .ولها درجة أقل من اليقين و الاعتقاد ولهذا تحتاج إلى اختبار و ممارسة ونفاذ إلى التجربة لكي يمكن تثبيتها و تأصيلها. (غالب ياسين، 2007، صفحة 35)

3-4- مصادر المعرفة :

لم يعد التقدم العلمي مقصورا على بلد معين دون غيره ،بل أن الجديد في المعرفة موجود كل يوم في بلاد متعددة ،و من هنا وجدت ادوار جديدة لتكنولوجيا التعليم و تقنياتها الحديثة التي لا تعتمد على الكتاب المدرسي فقط في نقل المادة العلمية،بل هناك من المصادر الكثير لتقديم المعارف إلى الطلاب في أماكن وجودهم ،مثلما يبث بواسطة الأقمار الصناعية لبرامج تلفزيونية مفتوحة و خطية إضافة إلى اسطوانات الليزر و أقراص الكمبيوتر و التسجيلات السمعية و البصرية المختلفة. (محمود مطر، 2008، صفحة 173).

3-5- أنواع المعرفة :

قسمها جير فيش Gurvitch إلى خمسة أنواع :

3-5-1- المعرفة الإدراكية للعالم الخارجي:

تتضمن الإحساس بالعالم الخارجي، وكل ما يدور فيه، و تفسير الأحكام الثابتة و الواقعية التي تدركها يصدهه (السيد عبد العاطي و أحمد بيومي، 2002، صفحة 24) وهي إدراك أنساق العلاقات الاجتماعية أي معرفة الأفراد و العلاقات و العمليات الاجتماعية.

3-5-2- معرفة الإحساس العام :

و هي معرفة الحياة اليومية أو ما يعرف بالمعرفة "بالخبرة" و المعاشية اليومية لواقع اجتماعي معين كما أنها معرفة كل المهارات والياقات التي تمكن من زيادة السيطرة على العالم الاجتماعي و الطبيعي معا (السيد عبد العاطي و أحمد بيومي، 2002، صفحة 25).

3-5-3- المعرفة السياسية:

وهي ما يعبر عنها في الخطب و الأحاديث و المناظرات و النشاط السياسي وردود فعل الرأي العام .و تقتضي هذه المعرفة وجود دولة أو نظام سياسي مؤسس بل قد توجد و تكتسب حتى في الأشكال البدائية للتجمع الإنساني،من خلال الصراعات التي تقوم بين العشائر و القبائل تماما كما تكتسب في المجتمع الحديث من خلال النزاعات و الصراعات التي تقوم بين الجماعات أو الطبقات السياسية أو الأحزاب. (السيد عبد العاطي و أحمد بيومي، 2002، صفحة 26)

3-5-4- المعرفة العلمية:

وهي المعرفة التي تتحقق من خلال أطر علمية أو هي نتاج استخدام المنهج العلمي في البحث و الاستقصاء و التحليل و التفسير، وهي بمنأى عن تأثير العوامل الاجتماعية وهي تتمتع بقدر من الاستقلال و الموضوعية. (السيد عبد العاطي و أحمد بيومي، 2002، صفحة 26)

3-5-5- المعرفة الفلسفية :

هي حصيلة نشاط فكري فردي للتأمل في موضوعات تتجاوز حدود العالم المادي أو الواقع الامبيرقي ومن ثمة تعتبر من أشكال المعرفة الفردية أو الذاتية في مقابل المعرفة العلمية ذات الصبغة الموضوعية. (السيد عبد العاطي و أحمد بيومي، 2002، الصفحات 25-26).

3-5-6- المعرفة الرياضية :

إن الإدراك الحركي للفرد هو الهدف الأول لمدرسي التربية البدنية و الرياضة و التمرينات البدنية. والمعرفة تعد أحد الأهداف الهامة لمعظم برامج التربية الرياضية و كذلك برامج اللياقة البدنية سواء طلاب أو لاعبين، فمن الأمور الهامة معرفتهم بالقوانين ، القواعد، فن الأداء ، المصطلحات، الخطط لجميع أنواع النشاطات . (السيد فرحات، 2001، صفحة 31)

3-6- الأهداف المعرفية في المجال الرياضي :

- 1 - معرفة تاريخ الرياضة و الإبطال.
- 2 - معرفة المفاهيم و المصطلحات الرياضية السائدة في النشاط الممارس .
- 3 - معرفة فن الأداء الحركي الصحيح لكل نشاط ممارس "التكنيك" .
- 4 - معرفة قوانين و قواعد اللعب.
- 5 - معرفة الخطط الهجومية و الدفاعية .
- 6 - معرفة قواعد الأمن والسلامة لتفادي الإصابات.
- 7 - معرفة المعلومات الصحيحة العامة.
- 8 - معرفة اللياقة البدنية الخاصة بالنشاط الممارس .
- 9 - معرفة القيم الاجتماعية المكتسبة من الممارسة و كذلك السلوك المتميز .

10- معرفة المهارات الترويحية التي يمكن أن يمارسها في وقت الفراغ . (السيد فرحات، 2001، الصفحات 32-33).

3-7- موضوعات المعرفة الرياضية :

يتعين على الفرد الرياضي ممارسا أو مشاهدا أن يتفهم و يستوعب قدرا ملائما من المعرفة الرياضية العامة و الخاصة. فالمجال المعرفي الرياضي يزخر بكم هائل من الموضوعات و هي من الأهمية بحيث تتعدى مجرد بعدها التقني و التقليدي . ولا تقتصر أهمية المعرفة الرياضية على اللاعبين أو المربين فحسب بل تتعدى إلى العاملين المهنيين بالمجال الرياضي على مختلف تخصصاتهم، مدرب ، أخصائي، مربى، إداري، هم في أمس الحاجة إلى المعرفة الرياضية المتطورة و يسعون إلى اكتساب هذه المعارف و توظيفها على النحو اللائق.

(الخولي و عنان، 1999، صفحة 85) .

ومن هذه الموضوعات نجد.

3-7-1- معرفة تاريخ الرياضة:

يعتبر جانب معرفي ثقافي هام في سياق المعرفة الرياضية، فهو يهتم بتسجيل الأحداث و الوقائع و تفسيرها في ضوء الظروف و المتغيرات المختلفة التي من شأنها التأثير في الأحداث.

ويعتقد جربر "Gerber" أن تاريخ الرياضة ليس مجرد سرد للوقائع و الأحداث بل

يطرح تساؤلات هامة مثل.

- من هم اللذين شاركوا في الوقائع ؟

- ماذا فعل هؤلاء ؟

- متى وقعت هذه الأحداث ؟

-كيف أثرت على تصرفاتهم ؟

كما يمكن تصنيف التاريخ الرياضي إلى النحو الآتي.

-التاريخ الرياضي الدولي العام (قاري-دولي-أولمبي)

-التاريخ العالمي لرياضة ما (دولي-عالمي-أولمبي)

-التاريخ القومي للرياضة (إقليمي-محلي-شعبي)

-التاريخ القومي لرياضة بذاتها (رفع الأثقال، كرة القدم)

-كما يمكن أن نظيف إلى موضوع التاريخ الرياضي القيمة المعرفية التي من خلالها

نستخلص العبر و الدروس و الأخطاء لتجنب الوقوع فيها حاضرا و مستقبلا.

كما نعرف سيرة و تاريخ عظماء و أبطال الرياضات من خلال مشاركاتهم وانجازاتهم

والنصر الذي حققوه و الأرقام التي حطموها . (الخولي و عنان، 1999، صفحة 86)

3-7-2- معرفة المهارات الحركية الرياضية:

يجب على الرياضي أن يعلم المهارات الحركية الخاصة بالنشاط الممارس و تحديدها

و تصنيفها ووصفها في ضوء الأداء الفني للنشاط فيما يطلق عليه التكنيك.

كما يعتقد (مات فيف Matviv) أنه يجب على الممارس أن يكون على معرفة ذاتية

للاكتمال و التثبيت للقدرة الحركية الرياضية بهدف الوصول لأعلى مستوى رياضي في

المباراة .(الخولي و عنان، 1999، صفحة 89).

3-7-3- معرفة قواعد المنافسات:

أو ما يطلق عليه قانون اللعب و هي مجموعة من المبادئ التي تحكم أداء اللاعبين

و سلوكهم في المنافسات ما هو مسموح وما هو ممنوع بالنسبة لكافة العناصر المشتركة

، وكما ترى (مرقاريت روب) أنه من الأنسب تقديم قواعد المنافسات للاعب عندما يكون

ملوم بشكل مقبول بمهارات اللعبة الأساسية ومتفهما لوظائف هذه المهارات .

كما يرى (درويش كمال) أنه يجب تعليم قواعد المنافسة حتى يتفهم اللاعب سبل تطبيقها في المنافسات. (الخولي و عنان، 1999، صفحة 88)

3

-4-7- معرفة المصطلحات ولغة الرياضة :

تتميز الرياضة بأن لها لغتها الخاصة مثل كثير من المركبات الثقافية ، بل لكل رياضة لغة خاصة من مصطلحات ورموز و مفاهيم .
وإن لهذه المصطلحات الرياضية أهمية معرفية يصعب تجاهلها .
- إن معرفة المصطلحات و لغة الرياضة قد تقع تحت ما ذكره المفكر (فيتجن شين) في ملاحظاته عن تعريف الألعاب، عندما قال قيمة المصطلحات و لغة الرياضة توجد بين ثنايا السياقات الرياضية نفسها.
ولقد أمكن تحديد بعض أنواع الاتصال فيما يلي:

-تحديق العينين

-تغيرات الوجه

-الإيماءات

-الإشارات. . (الخولي و عنان، 1999، صفحة 103)

3-7-5- معرفة الأدوات و الأجهزة الرياضية :

ان معرفة الأدوات و الأجهزة الرياضية على مختلف أنواعها و ألوانها لها بعد ثقافي "أنثر وبولوجي"

فلقد تطورت الأدوات و الأجهزة عبر السنين لتصل إلى الشكل المعاصر الذي نراه الآن، فالرمح هو أصلا رمح حرب، و الجلة هي في الأصل دانه المدفع التقليدي، و هكذا .

ويمكن وصف الأدوات و الأجهزة الرياضية و التعرف عليها من ملامح و خصائص (حجم، الكتلة، اللون، الوزن، الملمس...الخ) حيث أن المعايشة و الألفة هي مصدر من هذا النوع من المعرفة (الخولي و عنان، 1999، الصفحات 111-112)

3-7-6- معرفة الملابس الرياضية:

يعد موضوع الملابس و التجهيزات التي يرتديها الرياضيون من الموضوعات الثقافية التي ترتبط بالممارسة الرياضية منذ وعاها الإنسان و اهتم بها، و يمكن تصنيف الملابس الرياضية في عدد من الأسس و الاعتبارات منها على سبيل المثال:

3-7-6-1- الوظيفة :

- ملابس ذات ألوان موحدة لمعرفة و التمييز بين الفريق الواحد .
- ملابس بلون موحد لمعرفة الحكام القضاة، مراقبي الخطوط .
- ملابس ثقيلة أو قماش غير منفذ للهواء قصد إحماء الرياضي .
- ملابس خفيفة قصد التهوية.

3-7-6-2-أجزاء الجسم :

- إن الرياضي لابد له من معرفة أنواع اللباس الذي يرتديه مثل :
- خوذة أو قبعة للحماية من الشمس للاعب تنس .
 - قناع معدني شبكي للاعب المبارزة بالسيف.
 - قطعة واحدة مايوه - سباحة- غطس
 - أحذية خفيفة مثل - حذاء الجمباز - حذاء لاعب كرة اليد ، كرة السلة.
 - رياضات تتطلب ارتداء بدلات واحدة للتعرف على الخصم.
- (الخولي و عنان، 1999، الصفحات 118-123).

3-7-7- معرفة الأمان والسلامة من الإصابات الشائعة:

تعتبر مفاهيم الأمان والسلامة في الرياضات إطارا معرفيا و تثقيفيا على القيمة لكل ممارس أو مهتم و يرجع الاهتمام بالأمان و السلامة في الرياضة إلى المخاطر الناجمة عن تجاهل هذه المبادئ و الاعتبارات من إصابات بعضها مميتة حيث تمنع الممارس من معاودة التدريب و المشاركة في المنافسة و خاصة إذا ما أهمل علاجها على الشكل المطلوب .(الخولي و عنان، 1999، صفحة 125) .

3-7-8- معرفة آداب الرياضة:

تتصل آداب الرياضة بجوانب المعرفة الرياضية ذات الطبيعة الأخلاقية و هي سلوكيات تكونت عبر تاريخ الرياضة في حضارة الإنسان و ثقافته و بشكل تراكمي. ومن أمثلة هذه الآداب ما نراه قبل بداية كل مقابلة كرة قدم أو رياضات اهرى من تحية المنافسين و طاقم التحكيم والقضاة و قد تعتمد بعض الرياضات إلى إدراجها و التمسك بها كقاعدة من قواعد اللعبة و قوانين المنافسة. كما نجد من ضمن آداب الرياضة التحية للنشيد الوطني لكل بلد و احترامه ، و لأن الآداب ينظر إليها من أكثر من زاوية فإن البعض يعتبرها اقرب إلى الاتجاهات النفسية أكثر من كونها حقائق معرفية ، فهي قابلة للتعلم المعرفي بهدف تطبيقها سلوكيا في الملعب شأنها في ذلك شأن أي جانب من جوانب المعرفة الرياضية .(الخولي و عنان، 1999، الصفحات 128-129).

3-8-الخاتمة:

تم الإلمام في هذا الفصل بمختلف مفاهيم المعرفة العامة و المعرفة الرياضية .و التي هي بمثابة النور و شعاع المضيء على كل العمليات التعلم للفعاليات و المهارات في جميع الرياضات، ومصدر انطلاق للإعداد الرياضيين بدنيا، ومها ربا، خططيا، نفسيا ومعرفيا. و تعتبر المعرفة الرياضية الوسيلة المثلى لتفهم الواجبات الحركية و توسيع دائرة الإدراك لدى الرياضيين باختلاف أعمارهم و مستوياتهم و كذا تخصصاتهم

الباب الثاني الجانب التطبيقي

الفصل الأول اجراءات البحث

تمهيد

تناول الطلبة في هذا الفصل الإجراءات المنهجية للدراسة ,وذلك من حيث منهج الدراسة المستخدم في هذه الدراسة وتحديد مجتمع وعينة البحث و متغيراتها و مجالاتها و أدواتها

1-منهج البحث

يرى الطلبة أن المهج الوصفي المسحي يتناسب مع طبيعة هذا البحث حيث يعتمد الطلبة على جمع البيانات و تبويبها وتحليلها و الربط بين مدلولاتها للوصول إلى النتائج التي قد تسهم في التعرف على دور ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية في إكتساب الأهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضية

1-2-مجتمع البحث

شملت مجتمع البحث تلاميذ السنة الثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بثانويات بلدية مستغانم السنة الثالثة ذكور و إناث, لسنة 2015/2016

2-2-عينة البحث

قام الطلبة بإختيار العينة بطريقة عشوائية تتكون من 200 تلميذ وتم إختيارها على النحو التالي:

وقع إختيارنا على 20تلميذ من كل ثانوية توزعت على 10تلاميذ ذكور و 10تلاميذ إناث وبذلك بلغ عدد ثانويات 10 تابعة لمديرية التربية لولاية مستغانم وهذا بعدما قمنا بمقابلة كافة التلاميذ وتوزيعنا لهم إستمارات الإستبيان.كما يوضحها الجدول التالي

1-2-2-جدول تقسيم العينة

إسم الثانوية	عدد الطلاب	النسبة المئوية	عدد الطلاب في كل ثانوية
إدريس السنوسي-تجديت-	20	%20	100
ثانوية ولد قابلية صليحة	20	%18	111
ثانوية زروقي	20	%19	105
ثانوية اكراف محمد -	20	%21	95
ثانوية أول نوفمبر	20	%22	90
ثانوية بن قلة التواتي	20	%19	105
ثانوية 5 جويلية	20	%25	80
ثانوية تجديت الجديدة	20	%20	100
ثانوية بن زازة مصطفى	20	%21	95
ثانوية خميستي	20	%20	100

عدد إجمالي للتلاميذ 981 تلميذ	نسبة المئوية الكلية	20,38%
-------------------------------	---------------------	--------

جدول رقم (01) يوضح عدد الطلبة الذين اجريت عليهم الدراسة

3-متغيرات البحث

_ المتغير المستقل: الأنشطة البدنية و الرياضية

_ المتغير التابع: الأهداف المعرفية

4-مجالات البحث

1-4-المجال البشري

أجري البحث الميداني على 200 تلميذ موزع على الذكور و الإناث بالتساوي (10 ذكور و 100 إناث)

2-4-المجال المكاني

أجري البحث الميداني في 10 من ثانويات بلدية مستغانم تابعة لمديرية التربية لولاية مستغانم

3-4-المجال الزمني

لقد كانت بداية إجراء البحث النظري من بداية شهر فيفري 2016، أما البحث التطبيقي قرابة الشهر والنصف، من منتصف شهر مارس إلى 2016 بداية شهر ماي 2016، وخلال هذه المدة تم توزيع الإستمارات وتفرغها وتحليل النتائج المتحصل عليها، بإستعمال الطرق الإحصائية

5-أدوات البحث

استخدمنا في بحثنا هذا الاستبيان الموجه للتلاميذ وهذا لجمع المعلومات التي تساعدنا في الوصول إلى الإجابات عن أسئلتنا التي طرحناها في بداية بحثنا

5-1-خطوات إعداد وبناء أدوات البحث

استخدمنا في بحثنا هذا الاستبيان الموجه لتلاميذ المستوى-الثالثة ثانوي علوم تجريبية وهذا لجمع المعلومات التي تساعدنا في الوصول إلى الإجابات عن أسئلتنا التي طرحناها في بداية بحثنا هذا .وقد استخدمنا في الاستبيان الأسئلة المغلقة التي هي أن يختار المفحوص الإجابة من مجموع الإجابات. :

الإختيار من الصواب أو الخطأ و الإختيار من متعدد ,قمنا بإعداد بحثنا من خلال إتباع الخطوات التالية:

-مراجعة البحوث والدراسات النظرية والميدانية التي تناولت مثل هذه المواضيع

-تكييف الاستبيان حسب متطلبات البحث

-المقابلة الشخصية

-توجيهات الأساتذة أثناء الدراسة الاستطلاعية

-توجيه أساتذة المعهد.

5_2_ الصورة الأولى للأداة:

قمنا بتحضير مجموعة من الأسئلة تقدر بحوالي 40سؤال على شكل استبيان قصد

الإجابة على الفرضيات

5_3_ صلاحية الأداة :بفضل مراجعة توجيهات الأساتذة المشرفين وهذا بتحكيم

الاستبيان تمت الموافقة

5_4_ مرحلة تجريب و ضبط الأداة

5-4-1-صدق الاستبيان:

حيث طلب الطلبة من المحكمين والمختصين في التربية المنهجية بالإضافة إلى أساتذة النشاط البدني الرياضي لقسم التربية البدنية والرياضية ذوي الخبرة والمعرفة في المجال في إبداء الرأي في مدى وضوح عبارات أسئلة الاستبيان ومدى ملائمة هذه العبارات والتي وضعت لأجله ووضع التعديلات اللازمة لتطوير أداة لدراسة

5-4-2-الاستبيان الموجه للتلاميذ

يعرف الاستبيان بأنه مجموعة من الأسئلة يتم وضعها على شكل استمارة ترسل إلى الأشخاص المعنيين وذلك للحصول على أجوبة وهو من أنجع الطرق لجمع المعلومات

المراد الحصول عليها وقد وجهنا للتلاميذ دور ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية في إكتساب الأهداف المعرفية للتربية البدنية الرياضية ويضم 40 سؤال مقسمة إلى 3 محاور

الصورة النهائية للأداة:

بعدها تم تحكيم الاستبيان وتقسيم الأسئلة حسب الفرضيات للإجابة على التساؤل العام حيث قسم إلى ثلاث محاور وهم على التوالي:

المحور الأول : خاص بللياقة البدنية يحتوي على 20 سؤال

المحور الثاني : خاص بلثقافة الرياضية العامة يحتوي على 15 سؤال

المحور الثالث : خاص بالتدريب الرياضي يحتوي على 5 أسئلة

5-5- إجراءات الدراسة الاستطلاعية

قمنا بالتقريب من المؤسسات التعليمية على خلاف التي أجرينا فيها الدراسة كأول خطوة ونقصد هنا ثانويات دائرة وادي ارهيو التابعة لمديرية التربية لولاية غليزان طبعا وذلك من أجل الوقوف على السلبيات أو المعوقات التي قد تعترض أو ترافق التجربة الأساسية وكذلك مدى ملائمة أسئلة الاستبيان مع العينة التي تم اختيارها والتعرف على التلاميذ حيث قدم استبيان استطلاعي على 60 تلميذ حتى نتمكن من تقديم استبيان متكامل وملائم لخصائص العينة.

6-1- الأساليب الإحصائية المستخدمة- :

إن الأساليب الإحصائية تستعمل لدراسة أي عينة ، و هذا الهدف التعرف على المجموع الكلي للموضوع و التوصل إلى صحة الفرضيات أو خطئها و الدراسة الإحصائية تعطينا دقة ، باعتبار أنها تترجم إلى أرقام ، وقد تمت المراجعة الإحصائية بواسطة البرامج الإحصائية ، وكذلك للحصول على نتائج دقيقة في أسرع وقت ، حيث تتمثل الدراسة الإحصائية في :

1- المتوسط الحسابي : وهو من أشهر مقاييس النزعة المركزية. يستخرج بجمع كل عناصر المجموعة ثم القسمة النتيجة على عدد العناصر

2-تحليل التباين الاحادي :وهو يستعمل للمقارنة

3-الاتحراف المعياري :وهو من اهم مقاييس التشتت وادقها و يستخدم لمعرفة مدى تشتت القيم عن المتوسط الحسابي

درجة الحرية (N-2) =حيث k عدد المتغيرات مستوى الدلالة 0.5

8-2- كيفية عرض البيانات

استخدمنا المنحنيات و الاعمدة البيانية لعرض البيانات.

الخلاصة

لقد أوفى هذا الفصل على منهجية البحث و إجراءاته الميدانية التي أنجزها ال طلبة حيث قبل البدء في الدراسة الرئيسية كانت هناك دراسة إستطلاعية و مقابلات شخصية مع الأساتذة المحكمين لإثراء البحث و تمهيدا للدراسة الرئيسية تم الإتفاق على المنهج المستخدم في البحث و أدواته و الوسائل الإحصائية و مواصفات الإستبيان و الصعوبات التي واجهها الطالب خلال تأدية البحث.

الباب الثاني

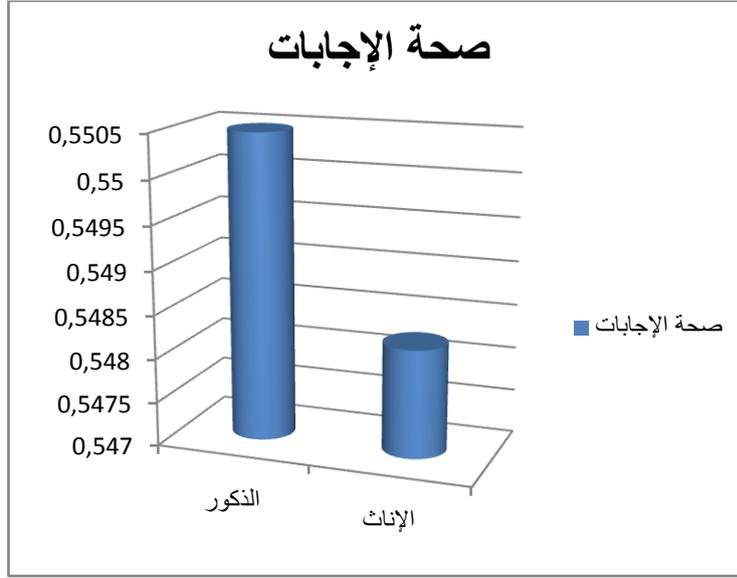
عرض و تحليل النتائج

تحليل نتائج الاستبيان

الجدول رقم 2: يمثل تحليل التباين لإجابات التلاميذ حول الاستبيان

تحليل التباين	مصدر التباين	مجموع الترتيب	درجة الحرية	معدل الترتيب	ف	الاحتمال	قيمة ف الجدولية
المعرفة	729	23,01	2	11,508	4,9607	2,1E-127	3,01089
المجموعة	758	0,000	1	0,0007	3,2678	0,856	3,85716
تباين البيئي	412	0,026	2	0,0132	0,5692	0,566	3,01089
تباين داخلي	055	13,78	594	0,0232		269	2

تحليل نتائج الجدول الذي يوضح تحليل التباين لإجابات التلاميذ حول الاستبيان حيث نلاحظ من خلال النتائج السابقة الذكر في الجدول أعلاه نلاحظ وجود دلالة إحصائية بالنسبة لصحة الإجابة في حالة المعرفة و المجموع و التباين البيئي و التباين الداخلي معا في اتخاذ القرار، إذ أن ف العينة المحسوبة تقدر بـ (4,96) عند درجة الحرية 2 أكبر من ف الجدولية المقدر بـ (3,01) أما بالنسبة للعمود فان ف المحسوبة المقدر بـ (3,26) عند درجة الحرية أكبر من ف الجدولية المقدر بـ (3,85) أما بالنسبة للتباين البيئي فان ف المحسوبة المقدر بـ (5,69) عند درجة الحرية 2 أكبر من ف الجدولية المقدر بـ (3,01)، وهذا يؤكد أن ممارسة الأنشطة الرياضية و البدنية من طرف التلاميذ تكسبهم الأهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضية



المنحنى رقم 1: يوضح متوسط الحسابي لصحة الاجابات حول الاستبيان

-تحليل الشكل البياني :

نلاحظ من خلال الشكل البياني أن نسبة صحة الإجابة عند الذكور بلغت (0,55) التي كانت متقاربة من صحة الإجابات لدى الإناث حيث بلغت (0,54) وهذا ما يؤكد صحة النتائج المتحصل عليها سابقا

المحور الاول-اللياقة البدنية

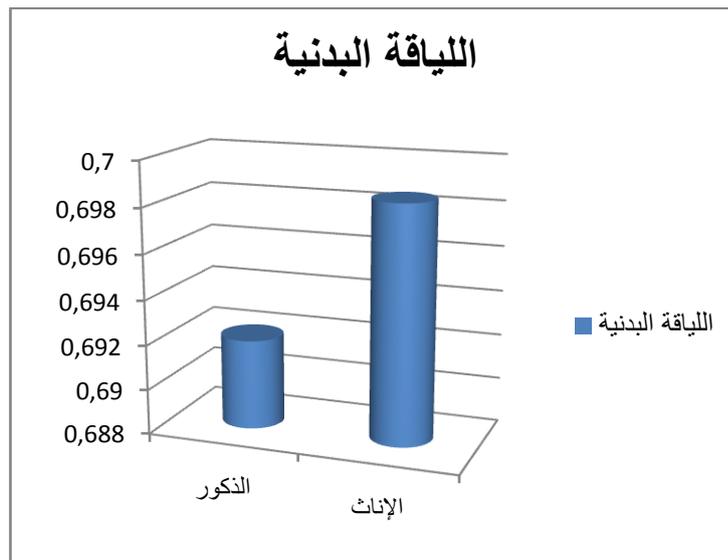
جدول رقم 3:يمثل المتوسط الحسابي وتحليل التباين و الانحراف المعياري لمحور اللياقة البدنية

المجموع	الإناث	الذكور	RAPPORT DÉTAILLÉ
			اللياقة البدنية
200	100	100	عدد العينة
0,69525	0,6985	0,692	المتوسط الحسابي

0,01287 9	0,0100 23	0,01584 4	التباين
	0,1000 95	0,12617	الانحراف المعياري

-تحليل النتائج الجدول:

نلاحظ من خلال النتائج المبينة في الجدول إن نسبة المتوسط الحسابي في اللياقة البدنية للإناث (0,698) اكبر من نسبة المتوسط الحسابي للذكور (0,692) ونسبة الانحراف المعياري للإناث ب (0,10) ونسبة التباين للإناث (0,010) وهما شبه متقاربان بنسبة للذكور حيث بلغت نسبة الانحراف المعياري للذكور ب (0,12) ونسبة التباين ب(0,015) و هذا دال على وجود فروق بين الذكور و الإناث بتفوق الإناث و هذا راجع لكون أن الإناث لديهم العناية أكثر بمظهرهم و ظهورهم ببدن جميل على غرار الذكور



2- الشكل البياني رقم 2: أعمدة بيانية توضح نسبة المتوسط الحسابي بين الذكور و الإناث في مجال المعارف في اللياقة البدنية

-تحليل نتائج الشكل البياني:

من خلال المنحنى نرى أن نسبة المعارف في اللياقة البدنية عند الإناث والتي بلغت

نسبة (0,698) شبه متقاربة من نسبة المعارف لدى الذكور و التي بلغت

نسبة (0,692) و هنا راجع إلى أن البنات يتمتعون بجسم نحيف و سليم و يحبن

الرشاقة الجسمية لذلك يتمتعن بنسبة معرفة اكبر من الذكور

المحور الثاني-الثقافة الرياضية:

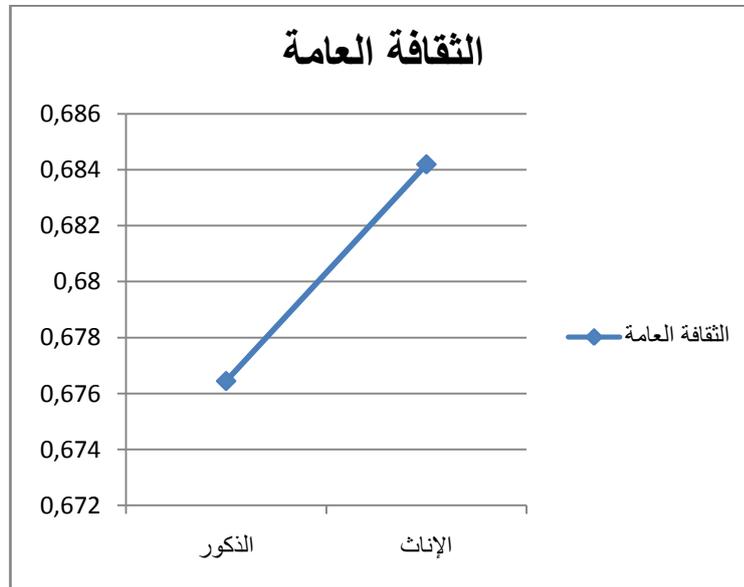
الجدول رقم 4: الذي يوضح نسبة المتوسط الحسابي و تحليل التباين و الانحراف المعياري لمحور الثقافة الرياضية

الثقافة العامة	الذكور	الإناث	المجموع
عدد العينة	100	100	200
المتوسط الحسابي	0,676444	0,6842	0,680322
التباين	0,016145	0,010552	0,013296
الانحراف المعياري	0,125921	0,10314	

-تحليل نتائج الجدول

تبين النتائج المسجلة في الجدول الآتي كمايلي :

نسبة المعارف في الثقافة الرياضية بين الذكور و الإناث حيث كانت نسبة المتوسط الحسابي للذكور (0,676) و كانت نسبة المتوسط الحسابي للإناث (0,684) ومن هنا نستخلص أن الإناث لديهم معرفة تشبه متفاوتة مع الذكور في مجال الثقافة الرياضية , أما بالنسبة للتباين حيث بلغ عند الذكور (0,016) أما عند الإناث بلغ (0,010), وبلغت نسبة الانحراف المعياري للذكور (0,12) إما عند الإناث بلغ (0,10) ودال على وجود فروق الأهداف بين الجنسين بالنسبة اكبر للإناث, وهذا راجع إلى أن الإناث لديهم وقت الفراغ كبير على غرار الذكور فتصرفه في المطالعة والدراسة



الشكل البياني رقم 3-منحنى بياني يوضح نسبة المتوسط الحسابي بين الذكور و الإناث في الثقافة الرياضية

نلاحظ من خلال المنحنى الذي يوضح نسبة المتوسط الحسابي للإناث والذكور في الثقافة الرياضية و الذي يدل على نسبة المعارف المفهوماتية للجنسين , حيث نلاحظ أن نسبة المتوسط الحسابي للإناث يفوق نسبة المتوسط الحسابي للذكور بنسبة ضئيلة و هذا ما يؤكد المعلومة السابقة التي تدال على وجود نسبة المعارف عند الإناث في الثقافة

الرياضية اكبر منها عند الذكور وذلك لان الإناث ياخذون وقتهم في مشاهدة التلفزة
فياخذون المعارف من المسابقات و المباريات

المحور الثالث-التدريب الرياضي :

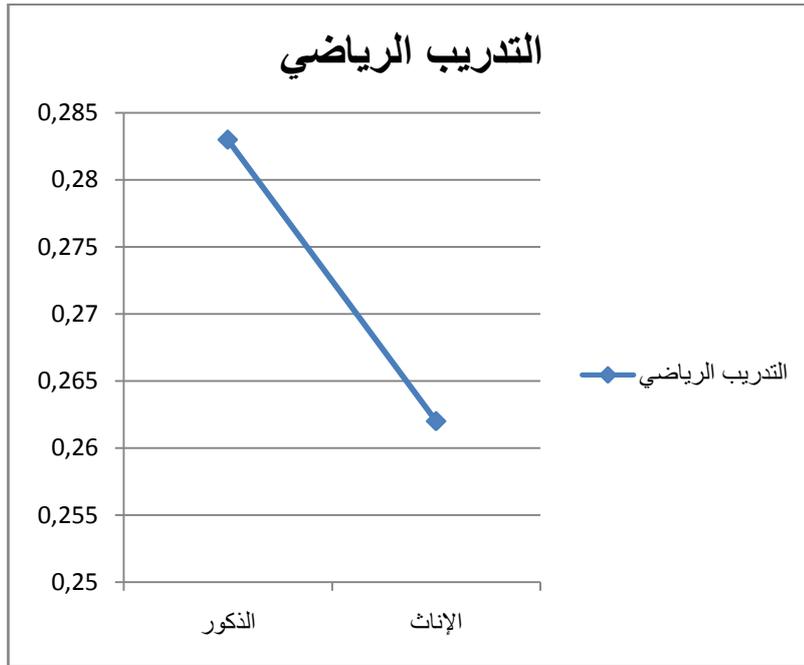
الجدول رقم 5 :الذي يوضح نسبة المتوسط الحسابي و تحليل التباين و الانحراف
المعياري لمحور التدريب الرياضي

التدريب الرياضي	الذكور	الإناث	المجموع
عدد العينة	100	100	200
المتوسط الحسابي	0,283	0,262	0,2725
التباين	0,051324	0,03530 9	0,04321
الانحراف المعياري	0,227545	0,18572	

-تحليل نتائج الجدول

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن نسبة (0,283) كانت نسبة المتوسط الحسابي للذكور وهي اكبر من نسبة المتوسط الحسابي للإناث و التي قدرت ب(0,262).ونلاحظ كذلك أن نسبة الانحراف المعياري (0,227) كانت تفوق نسبة الانحراف المعياري للإناث (0,185) وكان نسبة التباين للذكور (0,051) اكبر من نسبة التباين للإناث (0,035) وهنا دلالة على وجود فروق بين الجنسين ,حيث نلاحظ

التفوق للذكور في مجال التدريب و هذا راجع إلى أن الذكور يأخذون تدريبات في الحمل والثقل و الانخراطهم في الفرق يمتلكون معرفة عن التدريب على غرار الإناث فتجد لهم معرفة عند البعض فقط



الشكل البياني رقم 4 : منحنى بياني يبين المتوسط الحسابي بين الذكور و الإناث نلاحظ من خلال المنحنى أن نسبة المتوسط الحسابي للذكور تقدر ب (0,283) وهي تفوق نسبة ضئيلة من المتوسط الحسابي للإناث و الذي قدر ب (0,262) وهذا يدل على أن الذكور هم الأكثر معرفة من الإناث في مجال التدريب و هذا راجع إلى أن الذكور أكثرهم منخرطين في الفرق و النوادي و قيامهم بتدريبات الحمل و الثقل على غرار الإناث نجد القلة منهم في ذلك المجال

-المحاور :

جدول رقم 6: الذي يبين نسبة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و تحليل التباين و معامل التماثل بين المحاور الثلاثة

	التدريب الرياضي		الثقافة العامة		اللياقة البدنية		
	الذكور	الإناث	الذكور	الإناث	الذكور	الإناث	
المتوسط الحسابي	0,283838	0,683737	0,678563	0,697475	0,692929	0,258586	
الانحراف المعياري	0,227545	0,10314	0,125921	0,100095	0,12617	0,18572	
التباين الاحادي	0,051777	0,010638	0,015856	0,010019	0,015919	0,034492	
معامل التماثل	0,399936	0,200079	-0,15626	0,826263	1,298264	0,315396	
عدد العينة	99	99	99	99	99	99	
درجة الثقة(95,0%)	0,045383	0,020571	0,025114	0,019964	0,025164	0,037041	

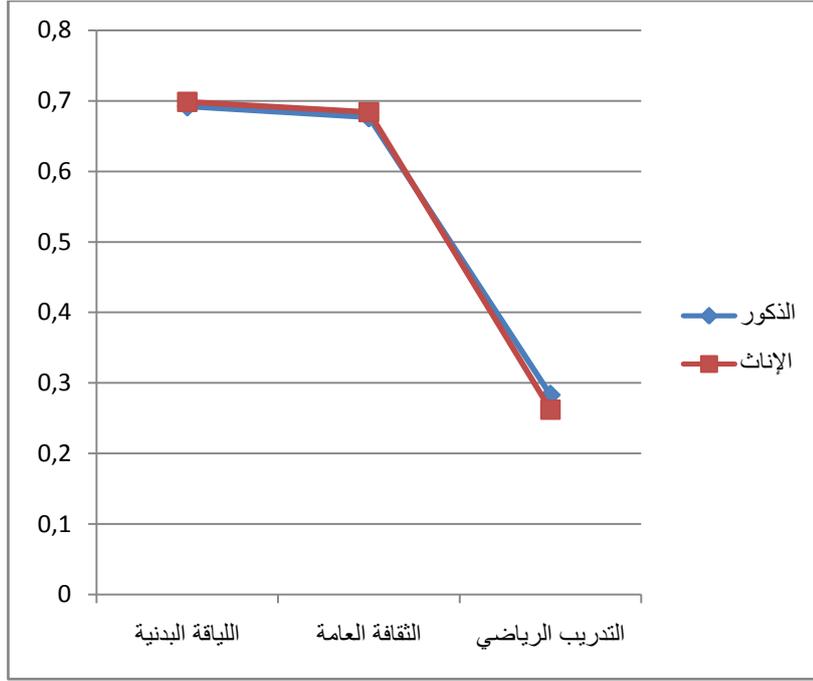
تحليل نتائج الجدول

نلاحظ من خلال الجدول الأعلى الذي يبين لنا نسبة التفوق بين الذكور و الإناث في المحاور الثلاثة حيث نجد أن نسبة (0,69)تمثل متوسط الحسابي للذكور في اللياقة البدنية وهي اقل من نسبة (0,69)التي تمثل المتوسط الحسابي للإناث في اللياقة البدنية بحيث نسبة الانحراف المعياري (0,12) و نسبة التباين (0,015) و هما نسبة اكبر من نسب الانحراف المعياري (0,10) و نسبة التباين(0,010).

ونلاحظ في الثقافة العامة أن نسبة المتوسط الحسابي (0,68) و نسبة الانحراف المعياري(0,12) و قيمة التباين (0,015)للذكور تقديرا متساوية مع نسبة المتوسط الحسابي(0,68) و الانحراف المعياري(0,10) و التباين(0,010)للإناث ومن هنا نجد أن الإناث و الذكور لديهم تقريبا نفس المستوى المعرفي العالي في المحور اللياقة البدنية و الثقافة العامة.

أما بالنسبة للتدريب الرياضي نلاحظ أن نسبة المتوسط المعرفي (0,28) و الانحراف المعياري(0,22) و التباين (0,051) للذكور متقارب مع نسب المتوسط الحسابي (0,25) و الانحراف المعياري (0,18) و التباين (0,034) للإناث.

ومن هنا نستخلص أن نسبة المتوسط الحسابي للذكور (0,69) و للإناث(00,69) في اللياقة البدنية اكبر من نسبة المتوسط الحسابي (0,67) للذكور و الإناث (0,68) في الثقافة العامة و الذي بدوره اكبر من المتوسط الحسابي (028) للذكور و (0,25) للإناث في التدريب الرياضي, أما بالنسبة للانحراف المعياري فنجد أن نسبته في اللياقة البدنية للذكور (0,12) و للإناث (0,10) اصغر من نسبة الانحراف المعياري للثقافة العامة (0,125) للذكور و (0,105) للإناث و هما اصغر من نسبة الانحراف المعياري للتدريب الرياضي (0,22) للذكور و (0,18) للإناث, أما تحليل التباين للياقة البدنية (0,015) للذكور و (0,010) للإناث متساوي مع تحليل التباين للثقافة العامة حين بلغت نسبة الذكور(0,015) و الإناث (0,010) وهما اقل نسبة من التدريب الرياضي حيث بلغت عند الذكور(0,051) و للإناث (0,034), ومن هذه النتائج نجد كلا الجنسين لديهم التفوق في المحاور اللياقة البدنية و الثقافة العامة, أما التدريب الرياضي ضعف المعرفة لديهم مع التفوق الضئيل عند الذكور.



الشكل البياني رقم 5: الذي يبين متوسطات الحسابية بين المحاور الثلاثة. نلاحظ من خلال المنحنى أن نسبة اللياقة البدنية بلغت (0,7) لكل من الذكور و الإناث و هي اكبر نسبة في المحاور الثلاثة, ثم تليها نسبة الثقافة العام لكل من الذكور و الإناث حيث بلغت (0,68) ونلاحظ تساير المنحنيين في كلا من المحاور اللياقة و الثقافة, أما بالنسبة للتدريب الرياضي نلاحظ انخفاض المنحنيين حيث بلغ عند الإناث (0,27) و عند الذكور (0,29)

الاستنتاجات:

من خلال الدراسة التي أجريناها ، تأكد لنا بأن حصة الأنشطة البدنية و الرياضية لها دور كبير في اكتساب الأهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ في المرحلة الثانوية ، وأثبتت النتائج المتوصل إليها ما يؤكد الفرضيات التي طرحناها والتي تتفق في أن لأنشطة البدنية و الرياضية تأثير إيجابي على معرفة التلميذ من خلال الألعاب والأنشطة المتعددة التي يمارسها، التي تساهم في تحقيق الأهداف المعرفية ،وتوصلنا أيضا إلى أن يوجد فروق إحصائية بين الذكور و الإناث في نسبة اكتساب الأهداف المعرفية في للتربية البدنية و الرياضية ،مع وجود اختلاف بين التلاميذ السنة الثالثة ثانوي في نسبة تحقيق المعرفة بين المحاور الثلاثة ، كما توصلنا إلى معرفة الأسباب التي تحول دون تحقيق الأهداف المنتظرة ، ويمكن حصر هذه الأسباب في النقاط التالية:

1-نقص الحصص التطبيقية ، مما يمنع حصة الأنشطة الرياضية من الوصول إلى الأهداف المنتظرة.

2-نقص الإمكانيات والوسائل البيداغوجية ، خاصة العتاد الرياضي ومساحات اللعب.

3-عدم الاهتمام بالرياضة المدرسية من طرف المسؤولين وأولياء التلاميذ.

4-عدم اهتمام التلاميذ وهذا راجع لنقص الوعي بأهمية النشاط البدني والممارسة الرياضية.

5-نقص الوقت المخصص لحصة التربية البدنية وانخفاض معاملها ، مما يجعل التلاميذ لا يعيروا أهمية،ويتهاونون أثناء حضورها

6-اختلاف التلاميذ فيما بينهم من خلال ممارسة الرياضة خارج نطاق المدرسي و عدم ممارستها

7-ميل التلاميذ فيما بينهم حسب رغبتهم في ممارسة الأنشطة الرياضية

التوصيات

من خلال ما توصلنا اليه توصي الطلبة ب:

- على وزارة التربية التأكيد على درس التربية الرياضية أسوة بالدروس.
- على مدرسي ومدرسات التربية الرياضية الاهتمام وبذل أقصى الجهود لإخراج درس التربية الرياضية وإظهاره بالمظهر اللائق.
- التأكيد على إدخال درس التربية الرياضية ضمن جدول الحصص على أن يسبق الحصص العلمية.
- لا مانع من أن يكون درس التربية الرياضية ضمن الحصص الرابعة أو الخامسة لأنها تخدم وتؤدي الغرض المطلوب.
- أجراء بحوث مماثلة على عينات أخرى وفي مجتمعات أخرى.
- أجراء بحوث مبراز أهمية و الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي التربوي.
- الاهتمام بالمراهق في هذه المرحلة العمرية الحرجة.
- الاهتمام بجانب التوعية لأهمية هذا النشاط في خلق المعارف و الأهداف لدى المراهقين.

-حث المربين على البحث في تطوير أساليب و طرق تعليم الأنشطة البدنية و ذلك

لتنمية

الأهداف المعرفية

-أن تكون ممارس الرياضة بصفة عامة أي نوع من النشاط مجالا خصبا لإشباع حاجة

الطالب إلى الحركة ومنسقا قويا لطاقته الحركية الكامنة.

- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية على الأهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضية في مستويات و مراحل تعليمية أخرى.
- إعادة إجراء هذا الاختبار على عينة أخرى تختلف في السن و الجنس و العدد.
- محاولة خلق فضائات وطنية للاحتكاك مع زملائهم في مختلف جبهات الوطن وهذا ببرمجة دورات رياضية وطنية.
- ضرورة الكشف عن اتجاهات التلاميذ فور التحاقهم بالثانويات من طرف الأساتذة وهذا لتعزيز الاتجاهات الايجابية و القضاء أو تغيير الاتجاهات السلبية مماثلة تتضمن المقارنة ما بين المدارس أو المحافظات

الخطبة

الخاتمة:

من خلال الدراسة التي اجريناها،حاولنا إبراز دور ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي في اكتساب الاهداف المعرفية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ، و في ضل ثورة والمعرفية التي أدت إلى تطور العلوم تزداد كل يوم وتيرتها و تأثيرها على كل التلاميذ العالم و انتشار المعارف ، وقد حاولنا تسليط الضوء على فئة مهمة ألا وهي فئة المراهقين و الذين يعيشون مرحلة تعد من أصعب و أخطر المراحل خاصة في اكتساب المعرفي للمراهق ورحلة البحث عن علومه في المدرسة أو الفرق بشكل عام في ضل تعدد الاهداف المعرفية للتربية البدنية و الرياضية .

إن تأثير الاهداف المعرفية على تلاميذ الثالثة ثانوي له أثر بالغ في تكوين الشخصية الرياضية وحسب نظريات التعلم فإن البناء الأساسي للتعلم ليس فقط في البناء التي يحملها الفرد ذاته و طريقة التفاعل في الحركة هي النشاط.

ومن هنا يبين لنا تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي اتجاه المراهق و إكسابه للاهداف المعرفية التي تساعدته للقيام بتسيير حياته الرياضية مستقبلا و تنمية الصفات البدنية و تسهم في تفاعله مع معقات الجسمية التي تمس البدن ، و هو وسيلة لتنمية الاهداف المعرفية و تزويد التلميذ بالمعارف الرياضية لدى المراهقين وتحقيق المفاهيم للتربية البدنية والرياضية

المصادر والمراجع

المصادر و المراجع

- الأمير، كاظم جابر، 1997 ، تقييم المستوى المعرفي لمدربي وإداريي كرة القدم بدولة الكويت في مجال تغذية الرياضيين
- المجلة العلمية لتربية الرياضية، العدد الثاني عشر، جامعة الإسكندرية.
- حتاملة، محمود عايد، 2002 م، الحصييلة المعرفية لدى مدربي ولاعبي الكرة الطائرة في الأردن، رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية.
- الحوري، محمد محمود فياض، 2003 ، الحصييلة المعرفية العلمية لدى مدربي الكاراتيه في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.
- الخولي، أمين أنور، 1983 ، مصادر المعرفة الرياضية لطلبة وطالبات جامعة حلوان، المؤتمر العلمي الرابع، دراسات وبحوث التربية الرياضية، المجلد الثاني، جامعة حلوان مصر.
- الخولي، أمين ومحمود عنان، 1999 ، المعرفة الرياضية، ط1 ودار الفكر العربي، القاهرة.
- درويش، كمال، 1977 ، نظريات وطرق التربية الرياضية للترويج في أوقات الفراغ، دار الجيل للطباعة، القاهرة.
- شمروخ، نبيل محمد، 1996 ، المستوى المعرفي بكرة اليد لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية بمديرية إربد الثانية.
- علاوي، محمد حسن، 1999 ، علم نفس المدرب وتدريب الرياضي، ط1 ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- فرحات، ليلي السيد، 2001 ، القياس والاختبار في التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- الكردي، عصمت درويش، 1983 ، العلاقة بين ممارسة النشاط الرياضي والتحصيل العلمي لدى طلبة الجامعة الأردنية.

-مبارك، أحمد فرج، 1988 ، بناء اختبار معرفي في التربية البدنية لطلاب المرحلة

الثانوية بنين بدولة الكويت، رسالة ماجست

- مالك محول : علم نفس الطفولة و المراهقة ، ط 0 ، منشورات جامعة دمشق ،

244

-سعد حلال، الطفولة والمراهقة ط 2 دار الفكر العربي

-الأمير، كاظم جابر، 1997 ، تقييم المستوى المعرفي لمدربي وإداريي كرة القدم

بدولة الكويت في مجال تغذية الرياضيين،

-المجلة العلمية التربوية الرياضية، العدد الثاني عشر، جامعة الإسكندرية..

-الحوري، محمد محمود فياض، 2003 ، الحصيعة المعرفية العلمية لدى مدربي

الكاراتيه في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

المذكرات:

- محمد بقدي : مذكرة ماستر ،ممارسة النشاط البدني و الرياضي و دوره في

التحرر من الخجل لدى 2411تلاميذ المرحلة الثانوية ، جامعة شلف 2014

-عيسى بن صديق : من النشاط التربوي و الترفيهي إلى الأداء الرياضي الرفيع

المستوى ، الملتقى الدولي الثالث ، تيازة 1 2 مارس 2014

الملاحق

تعليمات الاستبيان

_ضع علامة (√) للعبارة الصحيحة وعلامة (X) للعبارة الخاطئة.

_لا تعتمد على التخمين، مع عدم ترك أي عبارة بدون إجابة

الإختبارات المعرفية

الإجابة	العبارة
	-تكتسب اللياقة البدنية عن طريق الإهتمام بالجهازين العقلي و العصبي فقط
	2-اللياقة البدنية تهدف إلى إكساب التحمل فقط.
	3- أوجه النشاط المتعدد بالمدرسة يساعد على إكتساب اللياقة البدنية
	4-الإحماء أحد عناصر اللياقة البدنية الهامة
	5اسبوع واحد وقت كاف لتنفيذ برنامج تدريبي لإكساب اللياقة البدنية.
	6-تساعد اللياقة البدنية على زيادة كفاية الفرد الإنتاجية مع الإقتصاد في الجهد.
	7-تمرين (الضغط) الإنبطاح المائل ثني الذراعين ينمي أساسا عضلات البطن
	8-تظهر مرونة الكتف بوضوح في المرجحة الدائرية للذراعين

	9-الجرى المكوكى بين خطى المسافة بينهما 10م أربع مرات ينمى الرشاقة
	10-يجب أن يستهدف درس التربية البدنية و الرياضية في المدرسة تنمية اللياقة البدنية لدى التلاميذ
	11-يتأسس إكتساب اللياقة البدنية قبل التدريب على التغذية السليمة
	12-القدرة العضلية هي القدرة على رمي أكبر كمية من القوة في أكبر زمن ممكن.
	13-الإنسان ذو اللياقة البدنية العالية يمتلك حالة نفسية و إنفعالية متزنة تجعله يحيا حياة سعيدة و مريحة.
	14-يمكن إكتساب اللياقة البدنية من خلال أنشطة الحياة اليومية العادية دون الحاجة إلى ممارسة التدريب البدني بصورة منتظمة.
	15-ممارسة التمرينات البدنية بصورة صحيحة و منتظمة تساعد الفرد على إمتلاك قوام معتدل.
	16-اللياقة البدنية تعني إمتلاك الإنسان لعضلات قوية تساعد على الصراع البدني مع الآخرين
	17-الممارسة الصحيحة و المنتظمة للتمرينات البدنية تعمل على زيادة فعالية أجهزة الجسم

	المختلفة.
	18-يعتبر التوافق و الرشاقة و الدقة من أهم القدرات البدنية التي يجب أن تتصف بها البنات.
	19-الفرد ذو اللياقة البدنية العالية متواضع و ناجح إجتماعيا.
	20اللياقة البدنية العامة يعني تنمية جميع عناصر اللياقة البدنية بصورة شاملة و متوازنة.
	21-تكتسب اللياقة البدنية لذكور عن طريق مزاوله الأنشطة الرياضية العنيفة.
	22-التدخين و المسكرات لا يؤثران على مستوى لياقة الفرد البدنية.
	23-الشخص ذو اللياقة البدنية العالية مغرور و متعال
	24-إمتلاك لياقة بدنية عالية يعني تاخر الشعور بالتعب.
	25-لا تؤثر السمنة الزائدة على اللياقة البدنية.
	26-لا تؤثر النحافة الزائدة على اللياقة البدنية
	27اللياقة البدنية ضرورية للذكور و غير ضرورية للإناث

	<p>28- يمكن ممارسة التمرينات البدنية لتنمية اللياقة البدنية في أي مكان (المنزل، الحي، الحديقة، المدرسة، النادي)</p>
	<p>29 يجب القيام بالإحماء قبل الممارسة الرياضية</p>
	<p>30 للياقة البدنية تعني العقل السليم في الجسم السليم</p>
	<p>31- تعتبر القوة و التحمل و السرعة أهم القدرات البدنية التي يتصف بها الذكور.</p>
	<p>32 تعلم المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية لا يتطلب بالضرورة أن يكون الفرد ذا لياقة بدنية عالية.</p>
	<p>33 تنمية اللياقة البدنية للفرد مسؤولية مشتركة بين الفرد نفسه و مؤسسات الدولة.</p>
	<p>34- العائد من اللياقة البدنية يعود على الفرد نفسه وليس على الدول.</p>
	<p>35 ممارسة التمرينات البدنية في صالة مغلقة أفضل من ممارستها في الهواء الطلق</p>

الجزء الثاني:

يرجى إختيار الإجابة المناسبة عن طريق وضع (√) في المكان المناسب
إشارة

1. أحد المكونات التالية لا تكون من مكونات حمل التدريب

أ-شدة الحمل

ب-كثافة الحمل

ج-حجم الحمل

د-كتلة الحمل

2\تطوير عنصر المرونة يجب ان تستمر مدة الثبات عند أداء تمرين الإطالة

أ- 10-30ثا

ب-45-60ثا

ج-60-80ثا

د-75-90ثا

3\عند أداء تمارين القوة, تتميز التكرارات العالية اكثر من 30 تكرار فإنك تتوقع
أن:

أ-تقلل من السمنة أو البدانة كاملة من الجسم

ب-تقلل من مرونة العضلات

ج-تقلل من مرونة الأعصاب

د-يزيد التدريب من مرونة العضلات

4\أحد التمرينات التالية لا تساعد على مرونة عضلات الجذع.

أ-الجلوس الطويل,ثنيالجذع,لمس أصابع اليدلأمشاط القدم

ب-الوقوف,مد الذراعين جانبا ,تبادل لف الجذع للجانبين

ج-الوقوف,ثني الجذع أماما,لمس الأمشاط

د-وقوف إنتشاء عرضي ,ظغط المنكبين للجانب

5\عند أداء تمارين القوة يجب البدء ب.

أ-العضلات الصغيرة ثم الكبيرة

ب-العضلات الكبيرة ثم الصغيرة

ج-التناوب بين العضلات الصغيرة و الكبيرة

د-لا توجد قاعدة تحدد ذلك