



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

Université Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

Institut d'Education Physique et Sportive

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم: التربية البدنية والرياضية

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة ماستر أكاديمي في علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

تخصص: نشاط بدني رياضي مدرسي

دراسة مسحية لواقع نشاط الجمباز في درس التربية

البدنية و الرياضية في الطور المتوسط

الدراسة أجريه على بعض متوسطات ولاية غليزان

إعداد الطالب : بلحاج محمد عبدالقادر

تحت إشراف الدكتور : مناد فوضيل

لجنة المناقشة

الاسم و اللقب	الرتبة	الصفة
الدكتورة بوراس فاطمة الزهراء	استاد التعليم العالي " جامعة مستغانم "	رئيسا
الدكتور مناد فوضيل	استاذ محاضر ( أ ) " جامعة مستغانم "	مشرفا و مقررا
الدكتور شرشار عبدالقادر	استاد مساعد ( أ ) " جامعة مستغانم "	مناقشا

السنة الجامعية : 2024/2023

# الشكر والتقدير

في البداية أشكر الله تعالى على نعمه وأن وفقنا لهذا وما كنا له موقنين  
ثم أشكر الوزارة الوصية ووزارة التعليم العالي على إعطائنا الفرصة  
وإدماجنا مباشرة في سنة الثانية ماستر وإلى كل طاقم الإداري  
والبيداغوجي لقسم التربية البدنية والرياضية  
وإلى اسرت التربية الوطنية لولاية غليزان و خاصة طاقم متوسطة الشهداء  
مفلاح دار بن عبدالله  
وكل الشكر للوالدين الحبيبين وادعو الله ان يشفي أبي (أمين) و الأسرة  
الصغيرة  
كما لا أنس الدكتور كروم محمد اعراب على تشجيعه لي  
وفي الأخير شكر الخالص لي الدكتور مناد فوضيل على صبره وإخلاصه  
وتعبه لإتمام هذه المذكرة

الإهداء

الى روح صديقي و أخي المرحوم:  
قـروج قويدر  
( أستاذ مكون في التعليم المتوسط )

## الملخص

جاءت الدراسة الحالية لتسليط الضوء على واقع نشاط الجمباز في درس التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط لاستقراء واقعه معرفة أسباب التي تعيق توظيفه. ولقد استخدمت المنهج الوصفي التحليلي لملائمته مع مجريات الدراسة. وأخذت م عينة قوامها 96 أستاذ و 80 تلميذ وبطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة المتكون من أستاذة التربية البدنية والرياضية لولاية غليزان، واستخدمت في بحثي الاستبيان الذي ضم ثلاثة محاور أساسية وهي على التوالي محور الإمكانيات والمرافق الخاصة بنشاط الجمباز ومحور الخاص بالتكوين والمحور الأخير موجهة للتلاميذ وهو رغبتهم في ممارسة هذا النشاط. وقد خلصت الدراسة الحالية إلى النتائج التالية:

- يعتبر نقص الإمكانيات من الأسباب التي تحول دون ادراج نشاط الجمباز في درس التربية البدنية والرياضية وعلى الأستاذ تدليل الصعوبات وخلق وسائل بديلة قدر المستطاع لإنجاز نشاط الجمباز خلال الموسم الدراسي.
- نقص التكوين الخاص بالنشاط وعدم اهتمام المفتشين بهذا النشاط أدى الى عدم توظيف النشاط. حيث لا يحظى بالاهتمام من طرف مسؤولي المادة.
- اما المحور الثالث خاص بالتلاميذ فرغبة التلاميذ في ممارسة هذا النشاط قوية ولهم استعداد لممارسة هذا النشاط. وعليه فلا بد من الفاعلين في الميدان من مسؤولين وأساتذة التجنيد للنهوض بهذا النشاط في الطور المتوسط.

الكلمات المفتاحية: نشاط الجمباز؛ درس التربية البدنية والرياضية؛ الطور المتوسط.

## Abstract :

The current study came to shed light on the reality of gymnastics activity in the physical education and sports lesson for the middle school in which to find out the reasons that hinderits employment to make research for this study . I applied the descriptive analytical method .

I took a sample of 96 teachers and 80 students from the study population, which consisted of physical education and sports teachers from relizanne and fourth- year middle school students also , I used the questionnaire that included three basic axes , which are , the axis of capabilities and facilities for gymnastics and the last axes directed to the students , it is their desire to practice this kind of activitiers

**The results :** The current study led to the follawirg results :

- The lack of capabilities is considered one of the main reasons that prevent gymnastics from being included in this field of physical education and sports lesson , Here , the teacher must creat alternative means as much as he can to accomplish this task in the school . Moreover ,officials must provide much equipments and halls for the activity and the inspector's tack of interest led also to the unemployment of this practice. Asa solution , it is more better to itensify seminars and courses tobe familiar with gymnastics activity .

For the third axes , the students have the strong desire and the willing to do this kind of sports .Therefore , the concerned persons like officials and officials must promote this activity in the middle school

the middle school ,Studied physical education and sports , **key words:** Gymnastics activity

## فهرس و المحتويات

	شكر و عرفان
	الإهداء
	الملخص
	فهرس و المحتويات
	فهرس الجداول
	فهرس الاشكال
01	المقدمة
05	الإشكالية
07	التساؤل العام
08	الفرضيات العامة
09	مصطلحات البحث
10	أهمية الدراسة
11	أهداف الدراسة
12	الدراسات المشابهة
الباب الأول: الدراسة النظرية	
الفصل الأول : أساتذة التربية البدنية و الرياضية	
16	تمهيد
17	1- أستاذ التربية البدنية والرياضية
19	2- دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في العملية التعليمية
19	2-1- أستاذ التربية البدنية والرياضية كمربي
19	3- دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تخطيط وتنظيم وإدارة النشاط في الدرس
21	4- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية
23	5- دور الأستاذ في إعداد درس التربية البدنية والرياضية
24	خلاصة
الفصل الثاني: التربية البدنية و الرياضية	
26	1-تعريف التربية
26	2-مبادئ التربية عند جون ديوي
28	3-أهمية التربية
29	4-بعض القواعد الهامة في التربية
29	5-أهمية دراسة تاريخ التربية والرياضة
30	6-تاريخ التربية البدنية والرياضية
31	7-مفهوم التربية البدنية
32	8-الأهداف العامة والخاصة للتربية البدنية

33	9- مفهوم التربية البدنية و الرياضية
34	10- أهداف التربية البدنية والرياضية
35	11- أهداف التربية البدنية والرياضية حسب دودلي سارجنت
36	12- أهمية التربية البدنية والرياضية
37	15- تكاملية التربية البدنية والرياضية مع بعض المواد
<b>الفصل الثالث : نشاط الجمباز</b>	
42	تمهيد
43	1- ماهية الجمباز
44	2- فوائد الجمباز
45	3- القيم التربوية للجمباز
46	4- تطور الجمباز في العالم
47	4-2- الاتحاد الدولي للجمباز
48	5- أنواع الجمباز :
48	5-1- جمباز الألعاب
48	5-2- جمباز الموانع
50	5-3- جمباز الأجهزة
50	6- الأجهزة المساعدة في تعليم الجمباز الفني
52	7- تصنيف حركات الجمباز
52	7-1- الحركات الأرضية
53	7-2- طبيعة الأداء للحركات الأرضية
53	7-3- مواصفات جهاز الحركات الأرضية
54	7-4- أهمية الحركات الأرضية
55	8- نشاط الجمباز في الطور المتوسط
55	8-1- سنة الأولى متوسط
56	8-2- سنة الثانية متوسط
57	8-3- سنة الثالثة متوسط
58	8-4- سنة الرابعة متوسط
59	8-5- التنقيط في النشاط الجمباز
62	9- تعليمية نشاط الجمباز
63	خلاصة

الباب الثاني: الدراسة الميدانية

الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

66	1-تمهيد
66	2-الدراسة الاستطلاعية
68	3-المجال الزماني والمكاني
68	4- الشروط العلمية لأدوات البحث
68	4-1- صدق الاستبيان
69	5- عينة البحث و كيفية اختيارها
71	6- المنهج المستخدم
71	7- أدوات البحث
72	8- كيفية تفرغ الاستبيان
الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة نتائج البحث	
74	عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى
82	عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية
92	عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة
101	عرض و مناقشة النتائج بالفرضيات
104	الخاتمة
105	المصادر والمراجع
107	الملاحق

## فهرس الجداول

59	الجدول رقم (01) يوضح مستويات التقييم
67	الجدول رقم (02) يوضح تركيبة العينة (الأساتذة)
70	الجدول رقم (03) يوضح متوسطات التي قسمت فيها الاستثمارات
74	الجدول رقم (04) يوضح نتائج السؤال الأول
75	الجدول رقم (05) يوضح نتائج السؤال الثاني
76	الجدول رقم (06) يوضح نتائج السؤال الثالث
77	الجدول رقم (07) يوضح نتائج السؤال الرابع
78	الجدول رقم (08) يوضح نتائج السؤال الخامس
79	الجدول رقم (09) يوضح نتائج السؤال السادس
80	الجدول رقم (10) يوضح نتائج السؤال السابع
81	الجدول رقم (11) يوضح نتائج السؤال الثامن
82	الجدول رقم (12) يوضح نتائج السؤال الأول
83	الجدول رقم (13) يوضح نتائج السؤال الثاني
84	الجدول رقم (14) يوضح نتائج السؤال الثالث
85	الجدول رقم (15) يوضح نتائج السؤال الرابع
86	الجدول رقم (16) يوضح نتائج السؤال الخامس
87	الجدول رقم (17) يوضح نتائج السؤال السادس
88	الجدول رقم (18) يوضح نتائج السؤال السابع
89	الجدول رقم (19) يوضح نتائج السؤال الثامن
90	الجدول رقم (20) يوضح نتائج السؤال التاسع
91	الجدول رقم (21) يوضح نتائج السؤال العاشر
92	الجدول رقم (22) يوضح نتائج السؤال الأول
93	الجدول رقم (23) يوضح نتائج السؤال الثاني
94	الجدول رقم (24) يوضح نتائج السؤال الثالث
95	الجدول رقم (25) يوضح نتائج السؤال الرابع
96	الجدول رقم (26) يوضح نتائج السؤال الخامس
97	الجدول رقم (27) يوضح نتائج السؤال السادس



## فهرس الأشكال

60	الشكل رقم (01) يمثل حركات تقييم التلاميذ (ذكور)
61	الشكل رقم (02) يمثل حركات تقييم التلاميذ (إناث)
74	الشكل رقم (03) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الأول
75	الشكل رقم (04) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني
76	الشكل رقم (05) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثالث
77	الشكل رقم (06) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الرابع
78	الشكل رقم (07) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الخامس
79	الشكل رقم (08) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السادس
80	الشكل رقم (09) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السابع
81	الشكل رقم (10) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثامن
82	الشكل رقم (11) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الأول
83	الشكل رقم (12) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني
84	الشكل رقم (13) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثالث
85	الشكل رقم (14) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الرابع
86	الشكل رقم (15) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الخامس
87	الشكل رقم (16) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السادس
88	الشكل رقم (17) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السابع
89	الشكل رقم (18) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثامن
90	الشكل رقم (19) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال التاسع
91	الشكل رقم (20) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال العاشر
92	الشكل رقم (21) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الأول
93	الشكل رقم (22) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني
94	الشكل رقم (23) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثالث
95	الشكل رقم (24) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الرابع
96	الشكل رقم (25) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الخامس
97	الشكل رقم (26) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السادس

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

من المعلوم أن التربية البدنية و الرياضية هي تلك العملية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني و إثراء الجوانب البدنية و العقلية و الاجتماعية و الوجدانية لشخصية الفرد باستخدام النشاط البدني كأداة لتحقيق أهدافها .

و يقول الدكتور حسن الشافعي: التربية البدنية والرياضية هي جزء بالغ الأهمية من عملية التربية العامة وهي ليست حاشية أو زينة تضاف إلى البرنامج المدرسي كوسيلة لتشغيل الأطفال ولكنها على العكس من ذلك جزء حيوي من المهارات اللازمة لقضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة وينمون اجتماعياً، كما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي يسبغ على حياتهم باكتسابهم الصحة الجسمية و العقلية

و يعرف "وست و بوتشر" سنة 1990 (West et Butcher) التربية البدنية على أنها:

العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك (أمين أنور الخولي، 2001)

وهي تساعد العقل على حسن التصرف و التفكير. و كذلك تشكل طرائق التدريس و الإمكانيات المتاحة من أجهزة و أدوات الدعامة الأساسية للأستاذ في تعليم المتعلم . و تعتبر مادة رسمية ضمن النظام العام للمنظومة التربوية وهذا حسب المادة 37 : تعليم مادة التربية البدنية والرياضية إجباري على كل التلاميذ والتلميذات من بداية المتمدرس إلى نهاية التعليم الثانوي (القانون التوجيهي للتربية الوطنية 04-08 المؤرخ في 23 جانفي 2008 )

و لها أكبر تأثير مباشر و غير مباشر على الدروس الأكاديمية الأخرى أي انها تعطي للمتعلم نفساً جديداً و روحاً عالية لاستقبال الحصص الأخرى . و لها دور فعال في بناء الفرد الصالح من الناحية البدنية و الاجتماعية و النفسية . و تعمل كذلك على تنمية القدرات الحركية و المهارية و العقلية عند المتعلم إضافة الى كونها فضاء مفتوحاً للتنفيس عن مكبوتاتهم بفضل ما تحتويه من ألعاب مختلفة و تمارين رياضية متعددة تمد التلميذ بالرضا و المتعة بشرط ان تستغل هذه المادة بجميع متطلباتها

خاصة في المرحلة المتوسطة او الطور المتوسط الا وهي مرحلة المراهقة التي يحتاج الى مجال يحقق فيه ذاته.

ويعتبر النشاط الرياضي أحد المجالات التي يتناولها البحث العلمي أخيرا لما لها من أهمية في بناء الفرد والمجتمع بناء متكامل. ومن بين هذه النشاطات الرياضة نشاط الجمباز إحدى الرياضيات التي ارتقت في السنوات الأخيرة مراتب كبيرة في مختلف دول العالم نظرا لأنها وسيلة فعالة من وسائل التربية والتنشئة كما تعد من أهم عوامل الاحتفاظ بالصحة وكذلك تلعب دورا فعالا فتنمية الروح الرياضية وغرس العديد من الصفات داخل الفرد.

و إن ممارسة نشاط الجمباز في صورته الجديد من خلال حصة التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسات التربوية يعتبر ميدان هام من ميادين التربية ، وهو بذلك يعتبر ركيزة يستعين بها الفرد في حياته اليومية لتزوده بخبرات ومهارات تجعل منه جزءا لا يتجزأ عن مجتمعه وما سيراه لتطور ونمو محيطه الاجتماعي ، فممارسة لها قيمة أساسية لما تقدمه من فوائد جسمية ونفسية واجتماعية وتربوية ، فمن الناحية الجسمية تقوي العضلات وتنشطها ، أما العقلية فتساعد على تطوير القدرات العقلية و الوجدانية ، كما تجنب الفرد من العقد النفسية التي غالبا ما تسبب له صعوبات واضطرابات نفسية ، أما الناحية التربوية فهي تؤدي إلى اكتساب مهارات حركية ومعارف جديدة ، كما تتيح للفرد فرصة الاحتكاك مع الغير مما يؤديه إلى ربط علاقات مع الآخرين.

وممارسة نشاط الجمباز يعد من أهم العوامل التي تساعد الإنسان على الارتقاء بالمستوى الصحي والبدني وتكسبه القوام الجيدة وتمنحه السعادة والأخلاق الحسنة وتجعله قادرا على العمل وإنتاج كما يعتبر نشاط الجمباز وسيلة تواصل وتعاون بين الدول، وكذلك تبادل الثقافة بين الشعوب والمجتمعات. و يشهد تدريس نشاط الجمباز في الجزائر عزوفا من أساتذة التربية البدنية و الرياضية

وعليه فإننا بصدد الإلمام في دراستنا قدر المستطاع عن واقع نشاط الجمباز وهذا ما سنتناوله في موضوع بحثنا هذا والمتمثل في (دراسة مسحية لواقع نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية و الرياضية في الطور المتوسط )

وقد قمنا بتقسيم البحث إلى:

**التعريف بالبحث:** تناولنا فيه مشكلة الدراسة وفرضيات الدراسة وأهداف الدراسة وأهمية الدراسة ضبط المفاهيم والمصطلحات والدراسات المشابهة

**الباب الأول: الدراسة النظرية:**

**الفصل الأول :** - أساتذة التربية بدنية و الرياضية

**الفصل الثاني :** - التربية بدنية و الرياضية

**الفصل الثالث:** - نشاط الجمباز

**الباب الثاني: الدراسة الميدانية:**

**الفصل الأول:** منهجية البحث والإجراءات الميدانية

**الفصل الثاني:** عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث

التعريف بالبحث

الإشكالية:

إن التربية بدنية و الرياضية أصبحت أكبر من نشاط رياضي يمارسه الفرد أو الجماعة على شكل تدريبات أو تمرينات لتقوية عضلات أو مجرد اكتساب مهارات حركية معينة أو أنها عبارة عن حركات يؤديها الشخص لتعمل على تنشيط الدورة الدموية فيكتسب الفرد بذلك الجسد نشاطه بل صارت التربية البدنية و الرياضية جزء من التربية العامة التي لا يستغنى عنها و هي العملية الإيجابية التي يتربى بها الفرد تربية كاملة عن طريق إجراء نشاط متكامل وسيلته الأولى حركات الجسم كما أنها تحقق النمو الأمثل للإنسان من جميع النواحي بما يكفل تكوين شخصية متكاملة و متزنة .

وإن في مفهوم الحديث للتربية البدنية والرياضية يرقى إلى التوفيق بين القوة الكامنة داخل الفرد ليسعد في حياته ويكون فعالا في المجتمع. فالتمرينات البدنية تنمي في الفرد النشاط والحيوية وتكسبه الصحة نحو العناية بجسمه ونموه المستقر.

مما لا شك فيه إن للجمباز مجموعة من الفوائد من مختلف الجوانب فهي تؤثر على الجانب البدني من خلال تأثيرها الفعال على تنمية عناصر اللياقة البدنية وتطوير المهارات الحركية المركبة والمهارات الحركية الأساسية كالوثب بالإضافة إلى التأثير على المجموعة العضلية بصفة عامة.

وإن تحدثنا عن اللياقة البدنية فإن الشواهد والدراسات التي أجريت على اللياقة البدنية أثبتت ان الجمباز هو المدخل الصحيح لتحقيق اللياقة البدنية. ومن ثم يجب ان يكون أحد الأنشطة التي تستخدم في التدريب على اللياقة البدنية ويجب ان تشمل الحركات في رياضة الجمباز أساسا على عمل العضلات الكبيرة كعضلات الذراعين والكتفين والصدر والبطن والرجلين والظهر .. الخ (يعقوب - عادل، 1990، صفحة 14)

وإن أضفنا كذلك فإن الجمباز ومنذ القدم فرض نفسه وبطريقة لا إرادية ممزوجة بنوع من التشويق على سلوك الإنسان منذ طفولته وحتى كبره.

فالغريزة تدفع الطفل إلى التسلق إلى الأعلى، ويتأرجح ويتمايل ويلف ويدور تلبية لما بداخله، وعند ممارسة رياضة الجمباز فأن تداخل العضلي يصبح أساسيا.

ومما يميز نشاط الجمباز في برنامج التربية بدنية والرياضية الجمالية والمقدرة على إشباع حاجات الأطفال في مختلف المراحل العمرية

وكل ما يقال عن فضل رياضة الجمباز التي تعتبر كباقي الألعاب الرياضية الأخرى ذات فوائد شاملة وهامة، وجمال يسر الناظرين إليها والمتبعين لها، إلا أنها تعتبر من الأنشطة الرياضية التي ينطبق عليها القول الشائع " رياضة سهلة وممتعة أنها كشأن أي شيء يجب المرء ولا يستطيع ان يناله " وادا أتينا إلى واقعنا الذي نعيشه فإننا نلاحظ ان نشاط الجمباز مهمل خلال تخطيط للموسم الدراسي حيث نجد الأستاذ لا يدرجه في دروسه مع ما يقدمه خلال توزيع السنوي وحتى خلال الندوات التربوية مع مفتش المادة يكاد لا يذكر نشاط الجمباز وإن ذكر فإنه يكون مرور الكرام ولهذا نطرح المشكلة ما هو واقع نشاط الجمباز في حصة التربية بدنية و الرياضية و كانت كآتي :

**"دراسة مسحية لواقع نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية**

**والرياضية في الطور المتوسط "**



التساؤل العام:

❖ ما هو واقع نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط؟

التساؤلات الجزئية:

1) هل يوجد الإمكانيات اللازمة التي تساعد على تقديم درس نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط؟

2) هل للأستاذ تكوين أكاديمي يساعده في تقديم نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط؟

3) كيف هو إقبال من طرف التلاميذ على درس نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط؟

الفرضيات:

الفرضيات العامة:

يعد نقص الإمكانيات والوسائل ونقص التكوين الأكاديمي وعدم رغبة التلاميذ سبب عدم تقديم درس نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط.

الفرضيات الجزئية:

(1) يعد نقص الإمكانيات الخاصة بالنشاط من الاسباب عدم تقديم درس نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط.

(2) يوجد هناك نقص في التكوين الأكاديمي الذي هو أحد أسباب عدم تقديم درس نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط.

(3) عدم رغبة التلاميذ في ممارسة نشاط الجمباز هو أحد أسباب عدم تقديم درس نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط.

المصطلحات البحث:

👉 نشاط الجمباز:

**اصطلاحاً** : أصل الكلمة تركي (cambaz) وهي من الفارسية *جامباز* والتي تتكون من جان أي الحياة و باز أي اللاعب، وتعني اللاعب بحياته أو المغامر وعالمياً تأصل كلمة *Gymnastics* من اللغة اليونانية القديمة من كلمة "γυμνάσιον" مُنَازُوم أي "تدرب عارياً"

<https://ar.wikipedia.org/wiki/>

**إجراءياً** : هو أحد أنواع الألعاب الرياضية الفردية التي تتسم بالجمال والمخاطرة وهو نشاط بدني ورياضي المبرمج في الطور المتوسط ضمن المنهاج الدراسي والذي يتطلب إعداداً بدنياً ومهارياً عالياً حتى يستطيع الفرد ممارسته بهدف تنمية الشاملة

👉 **الطور المتوسط :**

**إصطلاحاً** : تمثل هذه المرحلة همزة وصل بين مرحلتين: الابتدائي والثانوي، وتستغرق أربع سنوات، (القانون رقم 04/08 المتضمن القانون التوجيهي للتربية الوطنية المادة 18، 2008/01/23).

**اصطلاحاً** : تهيكل سنوات التعليم المتوسط الأربع في ثلاثة أطوار تتميز بأهداف محددة : (اللجنة الوطنية للمناهج (منهاج مرحلة التعليم المتوسط)، مارس 2016)

وتدعى هذه المرحلة بالطور الثالث أو المراهقة المبكرة وتمتد من 12 إلى 15 سنة من عمر التلميذ

👉 **حصة التربية البدنية والرياضية**

**اصطلاحاً** : هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية الرياضية في الخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط الذي يريد الأستاذ أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر وغير مباشر (السيد حسن شلتوت حسن معوض، 1986)

**إجراءياً**: هي درس مادة التربية البدنية الرياضية في مؤسسات التعليم المتوسط بالجزائر والتي تطبق ميدانياً لمدة ساعتين مرة واحدة في الأسبوع.

أهمية الدراسة :

و تكمن أهمية الدراسة فيما يأتي:

1. معرفة واقع نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية والرياضية وهل هناك صعوبات تعرقل ممارسة هذا النشاط
2. الوصول الى العوائق والعراقيل التي تقف في وجه الأستاذ والتي تعكس سبب عدم توظيفه لنشاط الجمباز
3. تحديد وتشخيص الصعوبات التي تواجه وتمنع أستاذ التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط من تقديم نشاط الجمباز
4. إرشاد أساتذة التربية البدنية والرياضية الى كيفية تذليل الأسباب والصعوبات التي قد تواجههم عند تقديم درس نشاط الجمباز بشكل عام والجانب العملي بشكل خاص في الطور المتوسط
5. أملنا في ان تساهم نتائج هذه الدراسة في توجيه أنظار المسؤولين والخبراء لتعديل ولتطوير مناهج في المتوسط في شقها الخاص بنشاط الجمباز بما يتناسب مع حقيقة المرحلة دون إغفال ما توصل إليه علم الجمباز الحديث
6. يمكن ان تساعد هذه الدراسة في تقييم نشاط الجمباز في المتوسط ومدى ملاءمته لمستويات التلاميذ فكلما كانت ملائمة للتلميذ أكثر كلما كان إقبال التلاميذ أكثر

### أهداف الدراسة :

إن حجر الأساس من الدراسة هو الوصول إلى الحقائق قدر المستطاع وهذا لي:

1. الإلمام قدر المستطاع عن واقع نشاط الجمباز في درس التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط
2. التعرف على دور ومساهمة التجهيزات والوسائل الرياضية لممارسة نشاط الجمباز في الطور المتوسط
3. الكشف على دور التكوين الأكاديمي والايام التكوينية مع مفتش المادة للأستاذ في مجال نشاط الجمباز في الطور المتوسط
4. الاطلاع ومعرفة الأسباب التي تحول دون تقديم درس نشاط الجمباز في الطور المتوسط
5. تقديم وإعطاء بعض الحلول للمشاكل والعراقيل التي تجعل الأستاذ لا يوظف درس نشاط الجمباز في الطور المتوسط.
6. معرفة اذا كان عدم رغبة التلاميذ سببا في عدم توظيف نشاط الجمباز.

الدراسات المشابهة:

**الدراسة الأولى :** زرقان بلقاسم -عون نسرين "بعنوان معوقات نشاط الجمباز في الوسط المدرسي". جامعة العربي التبسي تبسه 2021. هدفت الدراسة الى تحديد وتشخيص الأسباب والصعوبات التي تواجه وتمنع أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي من تدريس نشاط الجمباز. وقد تعين أساتذة التربية البدنية و الرياضية في توجيه أنظارهم إلى كيفية تذليل وتجاوز الأسباب والصعوبات التي قد تواجههم عند تدريس نشاط الجمباز بشكل عام والجانب العملي بشكل خاص في الطور الثانوي. و تساهم نتائج هذه الدراسة في توجيه أنظار المسؤولين والخبراء لتعديل وتطوير منهاج الجمباز في الطور الثانوي بما يتناسب مع حقيقة المرحلة دون إغفال ما توصل إليه علم الجمباز الحديث. تم تقسيم استمارات استبيان على أساتذة التربية البدنية و الرياضية ثانوي بتبسة

**الدراسة الثانية :** هشام ربيعي . عبد الحليم سراي بعنوان "أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي". جامعة العربي التبسي تبسة. سنة 2020/2019 هدفت الدراسة إلى الكشف على دور ومدى مساهمة التجهيزات والوسائل الرياضية لممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرس طور المتوسط، وكذا الا معرفة أسباب عدم نشاط الجمباز في الوسط المدرسي، استخدمنا المنهج الوصفي لأنه أكثر المناهج توافقاً مع هذا النوع من الدراسات تمثل مجتمع عينة دراسة في أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور المتوسط ، وتكونت عينة الدراسة من أستاذ تربية بدنية ورياضية للطور المتوسط لولاية تبسة، خلصت الدراسة إلى جملة م جملة من النتائج أهمها وجود أسباب مادية وأخرى تكوينية كانت عائق أمام تدريس نشاط الجمباز في الطور المتوسط، مع تقديم اقتراحات من أجل هذه الاسب الاسباب: توفير قاعات رياضية وأجهزة خاصة مناسبة، وكذا إجراء دورات تكوينية للأساتذة على رياضة الجمباز ودعم ميزانية المتوسطة

**الدراسة الثالثة :** دراسة غزالي عبدالقادر - محطاري عبد الحميد " علاقة الاصابات الرياضية بدافعية الانجاز لممارسة نشاط الجمباز لدى طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بالشلف"

هدفت الدراسة الى ان يمكن اعتبار الاصابات الرياضية جانب مهم في موضوع الطب الرياضي، وقد تطورت بتطور التشخيص ووسائل العلاج، ويعد علم الاصابات الرياضية اساسا في تطوير قابلية الرياضي ووقايته من الاصابات لان معرفة اسباب حدوث الاصابة تجعل المدرب ملما بطرق تفاديها وتوفير الامان والسلامة اثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي والوقاية الملائمة. فتختلف الاصابات الرياضية الاكثر شيوعا بين الرياضيين على حسب نوع الرياضة التي يقوم بها، وخلال السنوات الاخيرة ازداد عدد الاصابات جراء الممارسة غير الصحيحة للرياضة او الضغط بقوة على الجميع ما قد يسبب الاصابة التي تتراوح بين الطفيفة والخطيرة في بعض الحالات. وفي بحثنا هذه حاولنا دراسة العلاقة الموجودة بين الاصابات الرياضية ودافعية الانجاز لدى طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بالشلف نحو ممارسة نشاط الجمباز الذي يشترك الرياضي بمفرده وبالتالي يعتمد على قدراته في انجاز الواجب الحركي على اجهزته، كما يتطلب منه التغلب على مخاوفه في تعلم الحركة وادائها. فيتعرض الرياضيون للإصابة نتيجة الجهد المستمر على اعضاء واجهزة الجسم عندما لا تراعى الشروط العلمية والفنية اثناء التدريب

الباب الأول

الدراسة النظرية



# الفصل الأول

أساتذة التربية البدنية والرياضية

تمهيد :

لقد أصبحت التربية البدنية والرياضية اليوم تشكل جانبا أساسيا في حياة الأفراد والمجتمعات، كما كانت في الحضارات السالفة ، والتي آمنت بأهمية التربية البدنية والرياضية في تدريب أفرادها ، وخاصة في الميدان العسكري لما تكسبه من لياقة بدنية عالية لأفراد الجيوش.

وتعد التربية البدنية والرياضية جزء هام من العملية التربوية العامة، فبينما يلعب الإنسان أو يمشي أو يتدرب أو يياشر نوعا من أنواع النشاط البدني الذي يساعده على تقوية جسمه وسلامته، والتربية البدنية تلعب دورا مهما في حياة النشء، وهي جزء حيوي من التربية العامة، فمن خلال برامج التربية البدنية والرياضية الموجهة توجيها سليما ينشئ الطفل تنشئة سليمة من شتى الجوانب الجسمية والعقلية، مما يجعل منه مواطنا صالحا في مجتمعه. مما دفع معظم دول العالم إلى إلزامية تدريس التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية وفق نصوص قانونية تسييرها ، وأضحت تقام لها الدورات والمنافسات الدولية، لما تحققه من تنافس نزيه بين الشباب وتقارب بين المجتمعات.

كذلك التربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة التي تهتم بمعظم الأنشطة الفعالة توازن طبيعي للتلاميذ كما تحرص على تنشئتهم على أحسن وأفضل ما تنشئ عليه من قوة الجسم وسلامة البدن ومظاهر الصحة والحيوية والنشاط لكي يصلوا في النهاية إلى تحقيق الانسجام والجمال.

ويمكن القول ان أستاذ التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من العملية التربوية ، حيث يتوقع منه أن تتوفر فيه الشخصية القوية والإعداد المهني الجيد و لديه القابلية للنمو المهني الفعال والعمل الجاد لتحسين مستواه المهني ، كما لديه الرغبة للعمل و يجب أن يتصف بخصائص وصفات لكي يقوم بالعملية التربوية على أكمل وجه ومنها الخصائص الشخصية والجسمية والعقلية والعلمية كذا الخلقية والسلوكية والنفسية والاجتماعية التي تؤهله كلها أن يكون الإنسان المناسب في المكان المناسب .

### 1- أستاذ التربية البدنية والرياضية:

أستاذ التربية البدنية والرياضية هو ذلك الشخص الهادئ المتزن و يعرف على أنه " المحافظ يميل إلى التخطيط ويأخذ شؤون الحياة بالجدية المناسبة ، يجب أسلوب الحياة الذي حسن تنظيمه، ولا ينفعل بسهولة ويساعد التلاميذ على تحقيق تحصيل علمي جيد ، دائم الحركة والنشاط ، كما يساعد الآخرين على بناء شخصيتهم السليمة السوية. (مجلة التربية و التكوين، 1986)

و من الأسس الهامة التي تقوم عليها السياسة التعليمية هي إعداد المعلم، وتتمثل هذه السياسة في إعداد المتعلم للحياة في المجتمع الذي يعيش فيه وفقا للفلسفة التي ارتضاها المجتمع لنفسه. وللعملية التعليمي أبعادها وركائزها ، ومن هنا تظهر أهمية إعداد المعلم ، يقول تشارلز ميريل "لا يسمح لأحد بممارسة مهنة التعليم ما لم يعد إعدادا أكاديميا خاصا بها حيث أنها تتطلب من القائمين بها التخصص الدقيق في المادة العلمية ، والإلمام التام بأساليب وطرق تدريسها ، كما ينبغي أن يكون خبيرا بالأسس النفسية والاجتماعية ، التي تهتم بحاجات التلاميذ ودوافعهم وميولهم ، حتى نتمكن من التعامل معهم وارشادهم وتوجيههم"

والتربية العصرية للأجيال كغيره من الأساتذة ، إذ أن عمله لا يقتصر على الجانب المعرفي فقط ، بل يتعداه إلى الجوانب الأخرى كالجانب الاجتماعي ، بحيث يساهم في الاندماج الاجتماعي للتلميذ داخل القسم و في المجتمع ، والجانب الصحي و ذلك بتمارين بدنية ، و الجانب الخلقى أين يتعلم احترام زملائه داخل القسم وخارجه. ويعتبر أستاذ التربية البدنية و الرياضية عاملا ضروريا في العملية التعليمية البيداغوجية، لأنه صاحب الدور الرئيسي في عملية التعليم و التعلم.

فيعرفه **دوسولن** : "بأنه قائد يقوم بتنظيم نشاطات تكوين التلميذ، و عمله مستمر و منهجي يوجه عملية التكوين ويراقب النتائج، أي يحقق التوازن بين الأهداف المحددة لدوره"، و يختلف عن باقي الأساتذة الآخرين لكونه تربطه علاقة وطيدة مع التلاميذ تفوق حدود حصته مما يستلزم منه مضاعفة ثقافته الفكرية والبدنية ليقترب من الصف الأمثل للأساتذة، و يراعي جوانب عديدة خاصة بالتلميذ في مهمته التربوية، النفسية كسنة ، و ميولاته ، و تطلعاته ، و قدراته... الخ،

و بمعرفته هذه الجوانب يستطيع معالجة وتحديد الاتجاه الإنساني لديهم عن طريق تبادل الأفكار و تفهم مشاكلهم، و تقدير أحاسيسهم لتعزيز الثقة بينهم و بالتالي تطوير هذا الاتجاه الإنساني. (أكرم زكي خطابية، 1997)

ويرى "وليام كلارك" : " أن المدرس يعد مصمما لبيئته التعليم ، فهو الذي يتدع الأنظمة التعليمية و يحدد أهداف الدرس و يقوم بتعداد المواقف التعليمية و التربوية و يقرر الاستراتيجية التي يسير عليها المتعلم ليتم التفاعل بينه و بين معطيات هذه المواقف التعليمية لكي يتم التعلم وكذلك يحدد مستويات الأداء المراد إنجازها من قبل المتعلم ، وأساليب تقويم الأداء هذا ."

و يشير " بون بوار" : " إلى أن مكونات المهنة التربوية من خلال وجهتها و علاقتها المترابطة تعطي لنشاط المدرس اتجاهها محدد و تطبع عمله بأسلوب المدرس، و لذا فالاختيار المهني لدور وظيفي متخصص يتطلب وجود ارتباط هذا الدور بمتطلباته من قدرات و كفاءات تخصصية مناسبة و بذلك يتضح دور مدرس التربية البدنية و الرياضية تجاه تحقيق البرامج بأهدافها التعليمية و التربوية، و التي تتطلب مدرسا على مستوى عال من الكفاءة و المهارة الفنية و الفكرية، الإنسانية".

يقول " بولديرو" : " أن الأستاذ هو القائد ، فهو المنظم و المبادر لوحدة العمل و النشاط في جماعة الفصل، فهو يعمل ليس فقط لإكساب التلاميذ المعلومات و المعارف و المهارات، و التقويم من النواحي المعرفية و مهارية فحسب، بل يتضمن عمله تنظيم جماعة الفصل و العمل على تنميتها تنمية اجتماعية".

ومن خلال التعاريف السابقة يمكن اعتبار أستاذ التربية البدنية والرياضية ذلك الفرد الذي يتميز بالاتزان والنشاط والحركة القادر على التأثير في تلاميذه بشخصيته والقادر على ممارسة عمله التربوي على الوجه الكامل ، المرضي نتيجة إلى :

- ✓ المؤهل الدراسي الذي تحصل عليه.
- ✓ الخبرة العلمية العملية التي نتجت عن ممارسته الفنية التطبيقية.
- ✓ النجاح في اختيار المواد التعليمية و مدى ملاءمتها في تسهيل عملية التعليم. (محمد الحماحمي. أنور أمين الخولي، 1990)

## 2- دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في العملية التعليمية:

### 2-1- أستاذ التربية البدنية والرياضية كمربي:

إن وظيفة الأستاذ الأساسية ولا سيما في الأمم النامية هي تربية التلميذ في جميع النواحي الجسمية والعقلية والحركية والاجتماعية ، ومهمته كمربي هي أن ينمي التلميذ من الحالة الأولى التي يجدها عليها وبذلك ينهياً له أن يقول إنه قاد التلميذ أثناء سنوات الدراسة إلى أحسن حالة متوقعة انطلاقاً من الاستعدادات الفطرية في ذات التلميذ .

فالمرابي الذي يوطن نفسه على القيام بعمل تربوي صالح يؤدي به حتماً إلى الاستفادة من الطاقة التي بداخل التلميذ وتوجيهها نحو الأحسن ، كما أنه من واجب الأستاذ المرابي إمداد التلميذ بكل ما درسه في المعهد وتعلمه وجربه حتى يجهزه للحياة المستقبلية سواء كانت المراحل الدراسية التالية أو النشاطات اللاصفية الخارجية وذلك بحسن المرافقة ، وحسن الأخذ باليد (محمد رفعت رمضان،

1994)

### 3- دور أستاذ التربية البدنية والرياضية في تخطيط وتنظيم وإدارة النشاط في الدرس:

لقد حددت روبرت دربين ، للعملية التعليمية أربع جوانب وعلى الأستاذ مراعاتها في تدريسه وهي:

- ✓ طرق تقديم محتوى الموضوع التعليمي واختيار وتنظيم أوجه النشاط التعليمي.
- ✓ استشارة دوافع المتعلمين وذلك من اجل حثهم على المشاركة.
- ✓ ضبط الفصل وذلك من خلال تعويد المتعلمين على حفظ النظام وتعويدهم على ذلك.
- ✓ استخدام طرق التعليم القائمة على المشاركة والتي تدور حول المتعلم. (سلمى محمد

جمعة، 1998)

وفي دراسة "لايفوراك دافيس" تم تحديد أربع مهام للمدرس في العملية التعليمية:

### 3-1- التخطيط :

وهو يعد عنصراً أساسياً من عناصر الإدارة وله أولوية على جميع عناصر الإدارة الأخرى فالتخطيط يعد مرحلة التفكير التي تسبق التنفيذ والتي في ضوئها يتم اتخاذ القرارة ، وتكون بالإجابة على بعض التساؤلات منها: ماذا يريد تحقيقه ما ؟ هي أفضل الطرق والوسائل؟ ما هي الإمكانيات اللازمة لتحقيق ذلك ؟

### 3-2- التنظيم :

من خلال التنظيم يقوم المدرس بعملية خلق متعمد لبيئة تعليمية مناسبة لما يراد تحقيقه من أهداف , وعملية التنظيم تتضمن:

- ✓ ترتيب أجزاء الدرس وفقا للتسلسل الذي سيتبعه في الدرس.
- ✓ أعداد وتجهيز الملاعب والأدوات التي سوف يتم استخدامها.
- ✓ توزيع الأدوار القيادية على المتعلمين وتعيين المتعلمين الذين سوف يستعين بهم.

### 3-3- القيادة والتوجيه:

بعد عمليتي التخطيط والتنظيم للنشاط تأتي مرحلة تنفيذ النشاط , وهنا يقوم المدرس بترجمة أهداف النشاط إلى سلوك يقوم به المتعلمون وذلك من خلال إرشادات وتوجيهات المدرس ، وتعد هذه القدرة إحدى قدرات المدرس وهي تدل على الجهد الذي يبذله من اجل مساعدة ، المتعلمين والبلوغ إلى الأهداف المرجوة (محمد الحماحمي. أنور أمين الخولي، 1990)

### 3-4- أستاذ التربية البدنية والرياضية كمنشط في بيئة التدريس:

يكون التنشيط بتحريك وتفرغ ما كل هو في نفسية التلاميذ وجعلهم يستغلون ويستثمرون كل ما يملكونه من مواهب تعبيرية وأفكار إبداعية , فيؤثر الواحد في الآخر ، وتظهر تجاوبات ايجابية بين أطراف الجماعة التي يمثلها الأستاذ والتلاميذ وذلك من خلال استثارة الدوافع وتوجيه الميولات وإحداث التفاعلات والعلاقات الجيدة التي تمنحهم الإحساس بالتضامن والتكافل ، ودوره كمنشط يقوم على تحديد وتقوية خصائص مجموعته من خلال الأنشطة الرياضية ، فيعيش بذلك أفراد جماعته الحركة بمعناها الحقيقي فالتنشيط يوصل إلى تحقيق التربية المطلوبة وتحقيق الأهداف المرجوة ، وهذه مسؤولية ينبغي حفظها والاهتمام بها.

فالتربية والتنشيط عاملان يحققان الفاعلية في التدريس وذلك بإحداث التغيير الموجب في سلوك التلميذ بدرجة من المهارة.

### 3-5- أستاذ التربية البدنية والرياضية ضابطا للإجراءات التدريسية:

تتطلب إدارة التعليم وتنفيذه تنفيذًا فاعلاً أن يتمتع الأستاذ بصفة القدرة على الضبط والمراقبة الجيدة حتى يتسنى له تحقيق أهداف الدرس وغياب عملية الضبط، تجعل عملية التدريس خالية من الانتظام.

وعملية الضبط عملية مخططة ومحددة بمعايير توجه حكم الأستاذ ورضاه عن خطوات سيره ، وتحقق الدرجات التي تم تحديدها لقبول أداء التلاميذ كنتاج تعليمي ، وعمليات الضبط عمليات واعية تضمن كفاءة الأستاذ في قدرته على متابعة تقدم سيره نحو النواتج ، وتتحدد هذه النواتج عادة عن طريق مقارنة نقاط البدء بنقاط التحصيل التي حققها التلاميذ في نهاية الموقف .

#### 4- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية باعتباره فردا فعالا في المجتمع أن يلتزم بواجباته المهنية التي تفرضها عليه طبيعة مهنة التدريس.

وتنقسم هذه الواجبات إلى عامة وخاصة.

#### 4-1- الواجبات العامة:

تشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية جزءا لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المدرسة التي يعمل بها ، ولقد أبرزت دراسة أمريكية حسب أمين أنور الخولي، أن مديري المدارس يتوقعون من أستاذ التربية البدنية والرياضية : ما يلي

- لديه شخصية قوية تتسم بالاتزان الانفعالي.
- معد إعدادا مهنيا جيدا لتدريس التربية البدنية والرياضية.
- يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة.
- مستوجب للمعلومات المتصلة بنمو الأطفال وتطورهم كأساس للتعليم.
- لديه القابلية للنمو المهني الفعال ,والعمل الجاد المستمر.
- يفهم فلسفة التربية البدنية والرياضية ومبرراتها وقادر على توضيحها.
- لديه الرغبة للعمل مع كل التلاميذ بكل صفاتهم. (أمين أنور الخولي، 1996)

وحدد أيضا أكرم زكي خطابية الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية:

✓ معرفة وفهم أهداف التربية البدنية والرياضية سواء كانت طويلة المدى وغير المباشرة و قصيرة المدى ومباشرة.

✓ التخطيط لبرنامج التربية البدنية والرياضية مع الأخذ بعين الاعتبار أغراضها مع مراعاة

الأمر التالية:

❖ احتياجات ورغبات التلاميذ.

- ❖ الميول والفروق الفردية.
  - ❖ تنوع وتعدد أوجه النشاط.
  - ❖ تحديد الفترة الزمنية الملائمة لتنفيذ هذه الأنشطة وتحديد حجم الفصل الدراسي.
  - ❖ الأخذ في الاعتبار المرحلة العمرية.
  - ❖ عدد الأساتذة الموجودين في المدرسة.
  - ❖ تطوير واختيار المواد والأنشطة التعليمية المناسبة لتعلم التلاميذ.
  - ❖ التحضير والتخطيط للوحدة التدريسية ودروسها اليومية مثل تحضير المعلومات التي
  - ❖ يجب أن يتعلمها التلاميذ خلال درس أو أكثر ثم اختيار طرق التدريس المناسبة لها .
  - ❖ الإعداد والتحضير لبيئة درس التربية البدنية والرياضية وتنظيمها للاستعداد والتعلم ،
  - ❖ ويشمل ذلك تحضير الأجهزة الضرورية والأجهزة المساعدة والوسائل التعليمية ، وكذلك
  - ❖ تحديد الأدوار التي سيشارك فيها كل تلميذ أو ، عدة تلاميذ كفريق.
  - ❖ توفير القيادة الرشيدة والحكيمة التي تساعد على تحقيق أغراض التربية البدنية
  - ❖ استخدام القياس والتقييم مدى معرفة تحقيق هذه الأغراض .
  - ❖ تحديد الصعوبات والعراقيل التي تواجه عملية تنفيذ المنهج والسعي لحلها
  - ❖ إعادة تقويم برامج التربية البدنية والرياضية بصفة دورية من خلال نتائج القياس والتقييم و
- تحليل هذه النتائج. (أكوم زكي خطابية، 1997)

#### 4-2- الواجبات الخاصة:

إلى جانب الواجبات العامة السابقة الذكر توجد واجبات خاصة به يتوقع أن يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة في المدرسة ، وهي في نفس الوقت قد تعتبر أحد الجوانب المتكاملة لتقدير عمل الأستاذ ، منها :

- ❖ حضور اجتماعات هيئة التدريس واجتماعات القسم ولقاءاته.
- ❖ التعاون والتنسيق مع الزملاء في نفس القسم.
- ❖ الإشراف على غرفة تبديل الملابس أثناء استخدام الطلبة لها
- ❖ القيام بالإسعافات الأولية الضرورية إذا دعت الحاجة.
- ❖ المشاركة في تنظيم وإدارة المباريات والمنافسات الرياضية.
- ❖ تقييم الطلاب وفق للخطة الموضوعية. (أمين أنور الخولي، 1996)



**5- دور الأستاذ في إعداد درس التربية البدنية والرياضية:**

أستاذ التربية البدنية والرياضية هو العنصر الأساسي في التخطيط والإعداد للدرس بكل ما يحتويه من أنشطة وخبرات تخص جميع المستويات التعليمية ، ولا شك أن هذا يتطلب منه معرفة عميقة بكيفية اختيار المحتوى والوسائل والطرق الجيدة لضمان التنفيذ السليم للدرس ، ويأتي في مقدمة ذلك معرفة الطرق والمناهج الحديثة في إخراج الدرس وفق ما تقتضيه طبيعة البيئة التربوية بكل عناصرها ومحاولة تطوير وتحسين النقائص باستمرار عملية تقويم البرامج والوسائل الموصلة لذلك. (عباس أحمد صالح،

**(1981)**

## خلاصة:

أن ممارسة التربية البدنية والرياضية بطريقة منظمة وعلمية لها الأثر الإيجابي على صحة الإنسان، سواء النفسية منها أو البدنية. إذ أصبح من البديهي والمسلم به أنها تساهم بشكل كبير في تنشئة الفرد تنشئة سليمة من شتى النواحي ، وهذا لإكمال العملية التربوية في تكوين الفرد بدنيا، فكريا، اجتماعيا وخلقيا وجعله مواطنا صالحا لنفسه ولغيره في وطنه كسائر أفراد المجتمع .

ودور المدرس لم يعد يقتصر على عمل التقليدي المعروف للجميع، بل أصبح واجبا عليه الابتكار والتجديد لترغيب الطلاب في النشاط الرياضي وممارسته بصورة إيجابية. وأصبح واجبا على مختصين العاملين في مجال التربية البدنية والرياضية مواكبة التطوير والابتكار للوصول إلى إنجازات حقيقية ومتطورة

ويمكن اعتبار ان التربية بدنية من بين الخطة التربوية العامة للدولة التي تهتم بتربية الفرد عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية بهدف التنمية الشاملة المتزنة، ومواكبة التقدم العلمي في مختلف ميادين الحياة، فلم تعد التربية البدنية والرياضية مجرد خبرات وانما تقوم على أسس وقواعد علمية وفق مناهج تعمل على الارتقاء بها.

ومما لا شك فيه إن العملية التربوية هدفها تحقيق النمو المتكامل للتلاميذ من جميع الجوانب التي نذكر منها: الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والروحية والجمالية والأخلاقية، بما يكفل تكوين الشخصية المتزنة المتكاملة.. والمدرسة تعمل على تحقيق هذه الجوانب وإكساب التلاميذ قدر كافيا من اللياقة البدنية والصحية، التي هي جزء من اللياقة الشاملة، خلال برامج وأنشطة التربية البدنية والرياضية بما يتناسب مع مرحلة نموهم وتزويدهم بالمعلومات والمعارف .. لذا يصبح من الضروري أن يقوم التدريس والتوجيه الفني للتربية البدنية والرياضية بالمدارس على أسس علمية تضمن تحقيق أهدافها العامة والخاصة بالصورة الموجودة.

و يعتبر درس التربية البدنية والرياضية وان اختلفت مناهجه وطرق إخراجها ومحتواها وطرق بنائها إلا أنه يبقى السبيل الأمثل لتعليم وتبليغ وتوجيه مكتسبا تم العقلية ، الحركية والنفسية من خلال الأهداف المسطرة السنوية و التعليمية و التعليمية ، وحجر الأساس هو بالضرورة العناية بالتلاميذ .والنتائج تتوقف على مدى اندماج التلاميذ في الدرس هذا من جهة أخرى تتوقف على قدرة الأستاذ (المدرس) على توصيل المعلومات وتسيير الحصة، وهذا لا يأتي إلا إذا أشغل المرء جميع الإمكانيات المتوفرة من وسائل مادية وبشرية لتكون حافزا في إنجاح الدرس لا في إعاقته .

# الفصل الثاني

التربية البدنية والرياضية

## 01-تعريف التربية :

أ- لغة :إذا بحثنا في المعاجم اللغوية لتحديد معنى التربية فإننا نجد أنها ترجع في أصلها اللغوي العربي إلى الفعل (ربا- يربو) أي نما وزاد. قال تعالى " وَتَرَى الْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنْزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَنْبَتَتْ مِنْ كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ { (5) سورة الحج " أي نمت وزادت لما يداخلها من الماء والنبات، وتقول ربي في بيت فلان أي نشأ فيه. ورباه بمعنى نشأه ونمى قواه الجسدية والعقلية والخلقية... قال تعالى : " قَالَ أَلَمْ نُرَبِّكَ فِينَا وَلِيدًا وَلَبِثْتَ فِينَا مِنْ عُمُرِكَ سِنِينَ " . "

وَإِخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا "

وورد في "الصحاح" في اللغة والعلوم أن التربية هي " تنمية الوظائف الجسمية والعقلية والخلقية كي تبلغ كما لها عن طريق التنشيط ". وهكذا يتضمن المعنى اللغوي للتربية عملية النمو والزيادة. (محمد منير مرسي، 1994)

## ب-اصطلاحا:

التربية اصطلاحا تفيد معنى التنمية وهي تتعلق بكل كائن حي من نبات وإنسان وحيوان، ولكل منهم طرائق خاصة للتربية، وتربية الإنسان تبدأ قبل ولادته ولا تنتهي إلا بموته وهي تعني باختصار أنها تهيم الظروف المساعدة لنمو الشخصية نموا متكاملا من جميع النواحي الخلقية والعقلية، الجسمية والروحية (رابح تركي، 1990).

ويرى " جون ملتون " أن التربية الكاملة هي أن تجعل الإنسان صالحا لأداء لأي عمل، عاما كان أو خاصا، بدقة وأمانة ومهارة في السلم والحرب. " وعند " هيربرت سبنسر " التربية إعداد الإنسان ليحيا حياة كاملة.

أما بالنسبة " لجولز سيمون " فإن التربية هي الطريقة التي بها يكون العقل عقلا آخرا، ويكون القلب قلبا آخرا . (محمد عطية الأبرشي، 1993)

## 2-مبادئ التربية عند جون ديوي:

إن مبدأ النفعية البرجماتية وطريقة المشروع هما أساس التعليم المتميز بالعمل يجب أن يوضع الطفل في موقف تسمح له بالتفكير والبرهنة من أجل الوصول بجهده الخاص إلى التعلم:

- أن يكون التلميذ موجودا في وضعية حقيقية للتجربة ويكون في نشاط مستمر.
- يظهر المشكل الحقيقي ليكون حافزا للتفكير.

- يكون التلميذ معلومت ويقوم بملاحظات ضرورية لإيجاد حلول.
- تظهر للتلميذ حلول مؤقتة ويكون مسؤولا على الإعداد المنظم
- يظهر المشكل الحقيقي ليكون حافزا للتفكير.
- يكون التلميذ معلومت ويقوم بملاحظات ضرورية لإيجاد حلول.
- تظهر للتلميذ حلول مؤقتة ويكون مسؤولا على الإعداد المنظم لها.
- تعطى له إمكانيات وفرص لتدعيم أفكاره وتطبيقها من أجل تحديد أثرها واكتشاف مدى صلاحيتها بنفسه.

### ومبادئها تتمثل في:

- تربية عملية النمو.
  - يرتكز النشاط المدرسي على نمو الطفل.
  - عدم فصل المدرسة عن المجتمع.
- فطريقة المشروع إذا كانت مطبقة بروح نفعية تكون النتيجة إيجابية لأنها تستدعي مزج النشاط العقلي بالنشاط الجسمي في وسط تسمح العلاقات الاجتماعية بتحقيق نمو التلميذ ليصبح بذلك مواطنا بإمكانه أن يعيش في وسط ديمقراطي. (وثيقة تربوية، دراسة استطلاعية حول إصلاح المنظومة التربوية، 2005)

### 3- أهمية التربية:

التربية عملية يحتاج إليها الفرد و المجتمع ، لأنها أساس البناء والتكوين الخلقى الذي هو أساس تكوين المجتمعات وبنائها على أسس سليمة، بل كانت التربية سببا رئيسيا في تنمية الشعوب و المجتمعات اقتصاديا واجتماعيا وسياسيا وثقافيا وعسكريا، فالإسلام على سبيل المثال لم ينتشر بقوة السيف، وإنما انتشر بقوة سلاح الفضيلة والأخلاق، وفي هذا المعنى يقول الفيلسوف الفرنسي الكبير فولتير في كتابه (الأخلاق) "وليس بصحيح ما يدعى من أن الإسلام استولى قهرا بالسيف على أكثر من نصف الكرة الأرضية، بل كان سبب انتشاره رغبة الناس فيه، بعد أن أقنع عقولهم، وأكبر سلاح استعمله المسلمون لبث الدعوة، هو اتصافهم بالقيم العالية إذ لا يخفي ولوع المغلوب بتقليد الغالب"

وبذلك تبرز أهمية التربية في زيادة قدرة الشعوب على مواجهة التحديات العصرية والحضارية، وفي جوانب أخرى كثيرة منها:

- أنها عامل هام في التنمية الاقتصادية.
- أنها عامل هام في التنمية الاجتماعية.
- أنها عامل هام في إرساء الديمقراطية الصحيحة.
- أنها أساس التماسك الاجتماعي.
- أنها عامل هام في إحداث التغيير الاجتماعي.
- أنها أصبحت استراتيجية قومية كبرى لشعوب العالم.
- أنها ضرورة لبناء الدولة العصرية. (أحمد محمد الطيب، 1999)

#### 4- بعض القواعد الهامة في التربية:

- يتعلم الطفل عن طريق النشاط النابع من قوى الميول الغريزية فعلى المدرسين أن يفسحوا للأطفال مجالاً يتفق مع الميول.

- مواجهة الأطفال بالمشاكل المعقدة الغامضة الجذابة للقيام بملها، و تحليلها وهذا يوجب على المدرسين أن يعملوا على إيقاظ ثني العناصر والمواهب الكامنة في الأطفال، كما يوجب عليهم أن يعملوا على مساعدتهم لاكتشاف العناصر بأنفسهم.

- اعتماد طرق التربية والتعليم على الصفات العقلية لكل فرد، وهذه الصفات تختلف قلة وكثرة بين الأفراد كما تتفاوت بين كل فرد وآخر، وهذا ما يملي علينا تقسيم الفصل الواحد إلى وحدات متجانسة من حيث طبيعة أجسامهم وحظهم في الذكاء وميولهم وأمزجتهم بحيث يمكن تزويد كل فرد بما يلائمه.

- العمل على تنمية قوى الأطفال إلى أقصى حد في ظل جو اجتماعي تساير فيه طرق التدريس هذه الصفة الاجتماعية (صالح عبد العزيز، 1993)

#### 5- أهمية دراسة تاريخ التربية والرياضة:

- استخلاص الدروس والعبر من الماضي والتعرف على الأخطاء وتجنب الوقوع فيها في الحاضر أو المستقبل.

- استقراء تأثير المتغيرات والنظم الاجتماعية على نظام الرياضة والتربية البدنية وذلك لتوجيه النظام نحو التقدم بالاستفادة من هذه التأثيرات.

- دراسة تاريخ الرياضة والألعاب والتربية البدنية كمحركات لتقدير حجم واتجاه التقدم في التربية البدنية المعاصرة.

- الاستفادة من معطيات الإدارة عبر التاريخ لاستخلاص تنظيمات جيدة للرياضة في الحاضر والمستقبل.

- دراسة المدارس الفلسفية الكبرى وتأثيرها على الرياضة والتربية البدنية من خلال العصور المختلفة لحضارة الإنسان.

- تكوين اتجاهات مهنية قوية نحو التربية البدنية لدى طلاب التربية البدنية بالتعرف على إسهامات النظام في الارتقاء بالإنسان عبر الحضارات المختلفة. (أمين أنور الخولي، 1996)

-تشجيع البحث العلمي في مجال التربية البدنية والرياضية وخاصة منطقتنا العربية التي تفتقر إلى هذه النوعية من البحوث (أمين أنور الخولي، 1996) .

### 6-تاريخ التربية البدنية والرياضية:

يهتم هذا المبحث بدراسة تاريخ الأنشطة الحركية والبدنية للإنسان وخاصة الأطر والأشكال الاجتماعية لها، كالرياضة والتدريب البدني، والترويح الرياضي، والألعاب...الخ. وتسجيل الأحداث والوقائع وتفسيرها في ضوء المتغيرات المختلفة التي من شأنها التأثير في الأحداث، كالسياسة والثقافة والعقيدة الدينية، والظروف الأمنية والعسكرية...الخ. وخاصة تلك التي واكبت هذه الوقائع والأحداث، بهدف استخلاص رؤية فكرية تساعدنا في التعرف على أخطاء الماضي فنتجنبها، والتعرف على المآثر السابقة فنستفيد منها واستقرأ أحداث ووقائع تاريخ التربية البدنية والرياضية في ضوء المتغيرات والنظم والأفكار المختلفة التي مرت عليها، تعد معيناً لا ينصب من الخبرات والتجارب التي من شأنها توجيه ثقة نظام التربية البدنية والرياضية حالياً ومستقبلاً. وتعتمد دراسة تاريخ التربية البدنية والرياضية على التقسيم التاريخي العام والشائع والذي ينقسم إلى ( التاريخ القديم، تاريخ وسيط، تاريخ حديث، تاريخ معاصر). إلا أن المعالجة التاريخية لنظام التربية البدنية يجب أن توضح الفارق بين ما هو متصل بالرياضة كنظام ثقافي اجتماعي، وبين التربية البدنية بمعطياتها التربوية وتطبيقاتها البيداغوجية التعليمية. كما يجب التفريق بين البحث التاريخي والبحث الأنثروبولوجيا ويعتقد جربر، **Gerber 1974** أن تاريخ الرياضة ليس مجرد سرد للأحداث التي يجب أن تقود للظروف الراهنة للرياضة. وهذا المبحث يطرح تساؤلات جوهرية مثل:

- من هم الفاعلون الذين اشتركوا في هذه الوقائع أو الاهتمامات؟

- ماذا فعل هؤلاء على وجه الدقة؟

- متى وقعت تصرفات الأفراد أو برزت هذه الاهتمامات؟

- كيف أثرت تصرفات الأفراد المعنيين في مجريات الحدث؟

- لماذا تصرف الأفراد المعنيون على النحو الذي حدث؟ وماذا كانت دوافعهم؟

وهناك اتجاه بحثي في التاريخ يتناول ما يعرف بالسير والتراجم، حيث يؤرخ لأحد أعلام الرياضة أو أحد رواد الحركة العلمية أو الفكرية أو المهنية في التربية البدنية، وهو اتجاه أخذ في التنامي، (أمين أنور الخولي، 2002)



فضلا عن أن بعض الرواد قد يكتب سيرته الذاتية ويؤرخ لعصره فيما يعرف بالتراجم والسيرّة الذاتية، وقد يلجأ الباحثون إلى تحقيق المخطوطات + Maniscri p وهي مؤلفات مخطوطة مكتوبة بخط اليد كتبت قبل ظهور المطابع، وذلك لإلقاء الضوء عليها أو التعليق والتحليل والدراسة (أمين أنور الخولي، 2002)

### 7- مفهوم التربية البدنية:

يمكن من خلال ما سبق اعتبار التربية البدنية والرياضية مادة من مواد النشاط وهي مواد لا تنفصل عن العناصر الأخرى من البرنامج الدراسي لأنه جزء منه وركيزة من الركائز الأساسية له. ويمكن تعريفها بأنها مجموعة الأنشطة والمهارات والفنون التي يتضمنها البرنامج بمختلف مراحل التدريب، وتهدف إلى إكساب التلميذ مهارات وأدوات تساعد على عملية التعلم، حيث يمكنه الاعتماد على التجربة الشخصية والممارسة الذاتية - وهذا ما يقصد بعبارة النشاط- أن يكتسب الآليات الضرورية التي تجعله في وضع يسمح له بالملاحظة، والنظر، والسمع والاكتشاف، والفهم والابتكار والتعبير والتبليغ. لذا يجب الاهتمام أكثر بمواد النشاط ووضعها في إطار عمل يرمي إلى توجيه مواقف التلميذ واستغلال استجابات لمتطلبات محيطه الطبيعي والبشري ومع أحداث الساعة ووسائل الإعلام، وهذا يفرض على المعلم موقفا جديدا لأن مواد النشاط وميادها ومنهجيتها لا يمكن أن تمارس إلا في نطاق موضوع علمي محدد يعطي التلميذ فرصة كافية ومنظمة للممارسة الشخصية والعلمية. فيصبح المعلم في هذه الحالة رفيقا مرشدا يوجه التلميذ ويصلح خطأه دون أن يفرض عليه طريقة معينة أو حلا معيناً، وبالتالي يتحول دور المعلم من الملقن إلى الرفيق الموجه، المرشد الذي يكون أكثر حرصاً على احترام ميول التلاميذ وتشويقهم إلى المعرفة (وزارة التربية الوطنية، من قضايا التربية، التربية البدنية، 1997)

## 8-الأهداف العامة والخاصة للتربية البدنية:

ترمي التربية البدنية إلى العناية بالكفاية التربية أي صحة الجسم ونشاطه ورشاقته وقوته كما تهتم بنمو الجسم وقيام أجهزته بوظائفها، والتربية البدنية تدرب الفرد على مختلف المهارات الحركية ولا يخفى أن للتربية البدنية أهدافا عامة وأخرى خاصة لها أثرها في تكوين شخصية الإنسان سواء من الناحية النفسية، الخلقية أو الاجتماعية ويمكن تلخيص هذه الأهداف فيما يلي:

1- تنمية المهارات النافعة للحياة.

2- تنمية الكفاية العقلية والذهنية.

3- النمو الاجتماعي.

4- الترويح وشغل أوقات الفراغ.

5- ممارسة الحياة الصحية السليمة.

6- تنمية صفة القيادة الصالحة بين المواطنين.

7- إتاحة الفرصة للناخبين للوصول إلى البطولة وتنمية الكفاءات والمواهب الخاصة.

- تشارك التربية البدنية والرياضية في تكوين التلميذ وترقيته إلى الميدان الثقافي لممارسة النشاطات البدنية والرياضية وتعيد إلى الجسم قيمته المعنوية والحركية في العلاقة مع المحيط الفيزيائي والاجتماعي وتعطي للطفل الفرصة للتعبير بطريقة مختلفة عن الوضعية المدرسية المحضة وبصفتها مادة تعليمية، فإنها تستمد تعليم النشاط البدني والرياضي كقاعدة تربوية يمكن من خلاله:

- تنمية كل الطاقات التي تساعد على تحويل الحركية الموروثة إلى حركة مبلورة ومتطورة.

- تعليم التلميذ تحصيل المساعي والجهود لاختيار وتحريك طاقته بفاعلية لبناء مهارات حركية

- تهيء الفرد لحسن التسيير والتطلع إلى توازن وجداني أفضل.

- تهدف إلى زرع الإبداع والتعبير عن فردية كل شخص (وزارة التربية الوطنية، من قضايا التربية، التربية البدنية، 1997)

ووقفا عند تحقيق هذه الأهداف فالتربية البدنية تسعى لبناء نظام قيم متفتحة، فهي تمثل عنصرا أساسيا في التربية والثقافة والحياة الأخلاقية والاجتماعية بتبيينها تحسين عوامل الفعالية الحركية، فهي تشبع بهذا رغبة التحرك، والنشاط وتجاوز الذات وتقوي بصفة عامة الصحة. كما تسمح بتحصيل المهارات في وضعيات صحية وبالتالي فهي تعلم الثقة في النفس لأنها تجبر على العمل الجماعي في عدة نشاطات، وتوفر شروط الوصول إلى المسؤولية والتضامن. (أمين أنور الخولي، 1996)

و المجالات الثلاثة التي تتمحور حولها الأهداف هي:

-المجال الوجداني الاجتماعي.

-المجال المعرفي.

-المجال النفسي الحركي. (أمين أنور الخولي، 1996)

### 9- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

لقد اختلف مفهوم التربية البدنية والرياضية من مفكر إلى آخر فنجد مفهوم التربية البدنية والرياضية لدى ديوي Dewey، أنها ليست مجرد إعداد للحياة وإنما هي الحياة نفسها ومعايشتها، وهنا تبرز معاني الخبرة المربية التي لا يتوقف اكتسابها على سن معينة، كما يبرز مفهوم التربية المستمدة من خلال تثقيف الفرد مدى الحياة. حيث ينظر للتربية البدنية والرياضية على أنها أسلوب للحياة وطريقة مناسبة لمعيشة الحياة وتعاطيها من خلال خبرات الترويح البدني واللياقة البدنية والمحافظة على الصحة وضبط الوزن وتنظيم الغذاء والنشاط، وهو مفهوم يتسق مع التربية مدى الحياة . ويرى المفكر فند رواج Vander waoig إلى أن مفهوم التربية البدنية والرياضية هو وليد القرن العشرين، فهي تتعامل مع برامج الرياضة والرقص وغيرها من أشكال النشاط البدني في المدارس وهكذا ظهرت التربية البدنية كنوع من التغييرات(المظلية) في الوضع التربوي. (وزارة التربية الوطنية، من قضايا التربية، التربية البدنية، 1997)

ونجد الاجتماعيون ينظرون إلى التربية كعمليات تطبيع وتنشئة اجتماعية للأطفال والشباب على تقاليد المجتمع وثقافته ونظامه الاجتماعي، وفي هذا السياق تحتل التربية البدنية مكانة تربية مهمة بعد أن وضع تماما دورها التطبيقي للأطفال والشباب من خلال اللعب والألعاب والرياضة التي تحكمها معايير وقواعد ونظم أشبه بتلك التي توجد في المجتمعات المعيارية الإنسانية، فهي صورة مصغرة لها، من هذه الأشكال الحركية يتم (تدريب) الأطفال والشباب على قيم المجتمع ومعاييره في إطار يتسم بالحرية والرضا والبهجة فضلا عن التلقائية وبعيدا عن التلقين.

أما بالنسبة للمفهوم الإجرائي للتربية البدنية والرياضية هو:

● مجموعة أساليب وطرق فنية تستهدف اكتساب القدرات البدنية والمهارات الحركية، والمعرفية، والاتجاهات.

● مجموعة قيم ومثل تشكل الأهداف والأغراض، وتكون بمثابة محركات، وموجهات للبرامج والأنشطة.

- مجموعة نظريات ومبادئ تعمل على تبرير وتفسير استخدام الأساليب الفنية (أمين أنور الخولي، 1996).

### 10-أهداف التربية البدنية والرياضية:

تسعى التربية البدنية والرياضية كمادة تعليمية في المرحلة الثانوية إلى تأكيد المكتسبات الحركية والسلوكية النفسية والاجتماعية المتناولة في التعليم القاعدي بشقيه الابتدائي والمتوسط، وهذا من خلال أنشطة بدنية ورياضية متنوعة وثرية ترمي إلى بلورة شخصية التلميذ وصقلها من حيث (وزارة التربية الوطنية، المناهج والوثائق المرافقة، السنة الثالثة من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي، مارس 2006)

### 10-01-الناحية البدنية:

- ✍ تطوير وتحسين الصفات البدنية (عوامل التنفيذ).
- ✍ تحسين المردود الفسيولوجي.
- ✍ التحكم في نظام تسيير الجهود وتوزيعه.
- ✍ تقدير وضبط جيد لحقل الرؤية.
- ✍ التحكم في تجنيد منابع الطاقة.
- ✍ قدرة التكيف مع الحالات والوضيعات.
- ✍ تنسيق جيد للحركات والعمليات.
- ✍ المحافظة على التوازن خلال التنفيذ
- ✍ الرفع من المردود البدني وتحسين النتائج الرياضية.

### 10-02- الناحية المعرفية:

- ✍ معرفة تركيبية جسم الإنسان ومدى تأثير الجهود عليه.
- ✍ معرفة بعض القوانين المؤثرة على جسم الإنسان.
- ✍ معرفة قواعد الإسعافات الأولية أثناء الحوادث الميدانية.
- ✍ معرفة قواعد الوقاية الصحية.
- ✍ قدرة الاتصال والتواصل الشفوي والحركي.
- ✍ معرفة قوانين وتاريخ الألعاب الرياضية وطنيا ودوليا.
- ✍ تجنيد قدراته لإعداد مشروع رياضي وطنيا ودوليا. (أمين أنور الخولي، 1996)

☞ معرفة حدود مقدرته ومقدرة الغير.

### 10-03- الناحية الاجتماعية:

التحكم في توازنه والسيطرة عليها.

☞ تقبل الآخر والتعامل معه في حدود قانون الممارسة.

☞ التمتع بالروح الرياضية وتقبل الهزيمة والفوز.

☞ روح المسؤولية والمبادرة البناءة.

☞ التعايش ضمن الجماعة والمساهمة الفعالة لبلوغ الهدف المنشود.

### 11- أهداف التربية البدنية والرياضية حسب دودلي سارجنت:

لقد استطاع دودلي سارجنت **Dudley Sargent** في عام 1879 أن يعبر عن أهداف التربية البدنية والرياضية المتمثلة في : (أمين أنور الخولي، 1996)

### 11-01- من الناحية الصحية:

☞ تقدير التناسق الطبيعي في جسم الإنسان.

☞ التعرف على تشريح أعضاء الجسم ووظائفها.

☞ دراسة المؤثرات الصحية العادية مثل: التمرين، التغذية، النوم، الاستحمام، الملابس، التهوية.

### 11-02- من الناحية التربوية:

☞ عرض القدرات العقلية والجسمية، وخاصة تلك التي يمكن استخدامها في الوصول إلى

مهارات مهنية أو بدنية، كالسباحة، الانزلاق، القولف... الخ

### 11-03- من الناحية الترويحية:

☞ تجديد القوى الحيوية التي يمكن الفرد من استئناف أعماله البدنية بنشاط، تأدية واجباته بسهولة.

### 11-04- من الناحية العلاجية:

☞ استعادة الوظائف التي طرأ عليها خلل، وإصلاح العيوب والأخطاء الجسمية.

## 12- أهمية التربية البدنية والرياضية:

لقد اهتم الإنسان من قديم الأزل بجسمه وصحته و لياقته وشكله، كما تعرّف عبر ثقافته المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته الأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكالاً اجتماعية كاللعب، والألعاب والتمارين البدنية، والرقص، والتدريب البدني، والرياضة، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني/ الصحي وحسب، وإنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها على الجوانب النفسية/ الاجتماعية، والجوانب العقلية/ المعرفية، والجوانب الحركية/ المهارية، والجوانب الجمالية/ الفنية، وهي جوانب مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلاً شاملاً ومتسقاً ومتكاملاً، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في أطر ثقافية وتربوية، عبرت عن اهتمام الإنسان وتقديره، وكانت التربية البدنية والرياضية هي الترويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة، والتي اتخذت أشكالاً واتجاهات تاريخية وثقافية مختلفة في أطرها ومقاصدها لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفها غائياً وتاريخياً.

ولعل ما أكد أهميتها وذلك منذ القدم نجد المفكر الإغريقي وأبو الفلسفة سقراط Socrate الذي قال: "على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعا الداعي".

كما يعتقد المفكر ريد Red أن التربية البدنية تمدنا تهديداً للإرادة، ويقول: "إنه لا بأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا، بل على النقيض، فإنه الوقت الوحيد الذي يمضي على خير وجه".

كما رأى بيير دي كوبرتان **Pierre De Coubertin** أن التربية البدنية قد أهملت كلية، ولذلك فهو لم يؤكد أن التربية أحد المكونات الأساسية للتعليم الشامل فحسب، وإنما أيضاً أكد ضرورة إعطاء المنافسات الرياضية وضعاً خاصاً في الحياة المدرسية، لأن عقيدة دي كوبرتان أن: "التربية البدنية تعد الفرد وشخصيته لمعارك الحياة".

ويرى عالم اجتماع الرياضة الروسي **نوفيكوف Novikov** أن أهمية التربية البدنية والرياضية

تتمثل في وظائف مثل:

- تحسين الصحة.

- مقاومة الإنسان لعوامل الانحطاط.

- مضاعفة طاقة العمل والإنتاج.

- مظهر لتجليات النشاط الاجتماعي.

وكذلك كتب محمد علي حافظ- نائب وزير التربية والتعليم المصري- وأبو(التربية الرياضية) المصرية

كتب عن أهمية النشاط الرياضي في صورته التربوية الجديدة، وبنظمه وقواعده السليمة، وبألوانه

وأنواعه المتعددة. ميدانا مهما من ميادين التربية، وعنصرا قويا في إعداد المواطن الصالح، يزوده

بجبرات ومهارات واسعة تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه، وتجعله قادرا على أن يشكل حياته، وتعيينه

على مسابرة العصر في تطوره ونموه (أمين أنور الخولي، 1996)

### 13- أهداف التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة:

للتربية البدنية والرياضية دور وأهمية فعالة في المجتمع بصفة عامة والمدرسة بصفة خاصة ولو تكلمنا

عن التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة لوجدنا أن التربية البدنية والرياضية لها عدة أهداف

وأغراض في جميع الجوانب الجسمية، العقلية، الخلقية، الاجتماعية، وفيما يلي تبرز أهم الأهداف:

#### 13-01- الأغراض الجسمية:

- تنمية الكفاءة البدنية ومحاولة الحفاظ عليها.

- تنمية المهارة البدنية التي تعين الفرد في المجتمع.

- ممارسة العادات الصحية السليمة.

- إقامة الفرص للطلاب الموهوبين رياضيا للوصول إلى مراكز البطولة.

#### 13-02- الأغراض العقلية:

- تنمية كامل حواس الإنسان.

- تنمية القدرة على دقة التفكير.

- التنمية الثقافية.

#### 13-03- الأغراض الخلقية:

- تنمية الصفات الخلقية والاجتماعية التي يصبو إليها الفرد.

- تنمية صفات القيادة السليمة. (أمين أنور الخولي وآخرون، 1998)

**13-04 - الأغراض الاجتماعية:**

- تهيئة الجو الملائم للطلاب حتى يتم التعاون بينهم وبين الآخرين وإنكار الأنانية والذات.
- الارتقاء بمستوى الأداء الحركي للطلاب من خلال الأنشطة الرياضية الموجهة التي تحقق النمو المتكامل المتزن بدنيا ومهاريا وإدراكيا وانفعاليا وتطوير مهاراته في الأنشطة المختارة وفقا لميوله واستعداداته (أمين أنور الخولي وآخرون، 1998)

**14-أهداف مادة التربية البدنية والرياضية:**

**14-01 - الأهداف العامة:**

- تساهم في التربية الشاملة بفضل نشاطاتها البدنية والرياضية المختلفة.
- تساعد التلميذ على مواجهة المواقف العديدة بداخل وخارج المدرسة.
- تسهل في مساندة النمو الطبيعي للتلميذ من حيث الانسجام والتكامل والتوازن.
- تساهم في تنمية قدرات التلميذ البدنية والفكرية.
- تعتبر الفضاء المبجل للحفاظ على الصحة والوقاية والأمن.
- تساعد على الاندماج الاجتماعي بفضل المشاركة والمساهمة ضمن الجماعة.

**14-02 - الأهداف الخاصة:**

- تساهم في تنمية القدرات الوظيفية والحركية بفضل نشاطاتها المقترحة.
- تعلم بالتلميذ ثقافة الاتصال، ثقافة التعامل، ثقافة التعايش، حرية التعبير، ثقافة التعاون والتآزر... الخ.
- توفر للتلميذ الفضاء الملائم الذي يمكنه من الاستجابة لطموحاته وكذا تطوير قدراته وإمكانياته التي تساعد على تنظيم حياته خلال مراحل نموه.

**14-03 - الأهداف التعليمية:**

- تمكن من توظيف المكتسبات وتطويرها بفضل الممارسة النشيطة.
- تساعد على لعب الأدوار الاجتماعية مفادها المساهمة في تنظيم وتسيير العمل لإنجاز المشاريع الفردية والجماعية. (اللجنة الوطنية للمناهج، الوثيقة المرافقة لمناهج مادة التربية البدنية والرياضية، 2004)
- تساهم على تنمية المهارات الحركية المناسبة لطبيعة النشاط المستعمل.



- تساهم في تنمية قدرات التنفيذ (السلوك الحركي) وكذا قدرات الإدراك.

- تعطي فرصة التعليم بواسطة الجهد البدني والتعبير الحركي والفكري.

- تنمي قدرة التكيف مع مختلف المواقف وأوساط العمل.

### 15-تكاملية التربية البدنية والرياضية مع بعض المواد:

للتربية البدنية والرياضية دور قيادي فيما يعرف بتكاملية المواد التعليمية، وهذا من خلال ما تسمح به للمتعلم من تقييم وبناء للذات و المجهودات المبذولة أثناء الممارسة. كما أنها تعمل على ترسيخ كثير من المعارف المتناولة في المواد التعليمية الأخرى في إطار ممارسة مدلولها ميدانيا.

### 15-01- التربية البدنية والرياضية واللغات:

- الحوار الحركي والشفوي مع المعلم والزملاء أثناء الممارسة يدفع بالمتعلم بالوقوف على مدلول المفاهيم ومعانيها وما يتصل بها.

- التعبير الحركي يولد القدرة على التعبير الشفوي ومنه الكتابي.

- التركيز على الموقف والبحث على حلول صائبة له يولد القدرة على الوقوف عند الفكرة وتحليلها وإبراز مغزاها.

### 15-02-التربية البدنية والرياضية وعلوم الطبيعة والحياة:

- إظهار العلاقة بين معرفة الجسم من حيث الأجهزة الحيوية ومدى تأثير المجهود البدني عليها.

- معرفة الإعاقات البدنية والإسعافات الأولية عند الحوادث.

- النظافة كعامل من عوامل الصحة والوقاية من الأمراض.

### 15-03-التربية البدنية والرياضية والرياضيات:

- ممارسة مدلول المفاهيم الرياضية كحساب الوقت، المسافات والسرعات وعلاقتها مع الموارد الذاتية.

- المساحات والأحجام ومدى أهميتها في الحياة اليومية.

- المسارات والاتجاهات.

- منطق التوقع والاحتمالات.

- الإحصاء.

- مفهوم الانتماء

**15-04 - التربية البدنية والرياضية والفيزياء:**

- ممارسة مدلول القوانين الفيزيائية) كقوانين الدفع والقوة والأثقال والجاذبية....
- علاقة الحركة بالطاقة والجاذبية والاحتكاك.

**15-05 - التربية البدنية والرياضية والتربية الخلقية:**

- مفهوم التعاون والتآزر.
- مفهوم المسؤولية وتحملها.
- مفهوم التسيير والتنظيم.
- مفهوم الاستقلالية والمواطنة. (وزارة التربية الوطنية، مديرية التعليم الثانوي العام، المناهج والوثائق المرافق لمادة التربية البدنية والرياضية، مارس 2005)

# الفصل الثالث

## نشاط الجمباز

## تمهيد:

إن رياضة الجمباز من الأنشطة الأساسية التي يمارسها كل الرياضيين في مختلف الرياضات بقصد او دون قصد. إذ يعتبرها جزءاً أساسياً من التحضير، لما تتميز به من مستوى عالي في الأداء الذهني و المهاري الحركي ولأنها تهتم بجميع جوانب اللياقة البدنية حيث تطرقنا في هذا الفصل إلى إعطاء لمحة عن ماهية وفوائد الجمباز ثم القيم التربوية له ثم نشاط الجمباز في الطور المتوسط، وبعدها تاريخ الجمباز وتطوره وأجهزته ، ثم تطرقنا إلى الاتحاد الدولي للجمباز وأنواع الجمباز، وفي الأخير لمحة عن تصنيف حركات الجمباز وإجراءات الأمن والسلامة في الجمباز ثم نشاط الجمباز في الطور المتوسط .

## 1- ماهية الجمباز:

يمكن اعتبار الجمباز من الرياضات القديمة والتي ترجع إلى العصر اليوناني حيث أطلق مصطلح الجمباز آنذاك على التمرينات البدنية التي كانت تؤدي والجسم عاري فقد أشتق هذا المصطلح من كلمة gumnnes والتي تعني عاري وهي أيضا مشتقة من كلمة gymnastio والتي تعني الفن العاري، بعد مرور السنين جاء جوتس موتس في العصر الحديث وأستبدل هذه الكلمة gumnnes بكلمة ألمانية turnen والتي تعني الجمباز.

- أما في مصر فقد أصطلح على التسمية (الجمباز) لتعني ممارسة الفرد نشاطا رياضيا على أجهزة محددة لأداء مهارات ذات طبيعة خاصة لكل جهاز مما يؤدي إلى تنمية بدنية ونفسية للفرد (محمد إبراهيم شحاتة، 2002)

إلا أن الجمباز أكثر شمولاً من هذا التعريف نظراً لما شهدته هذه الرياضة من تطور حيث أصبحت رياضة قائمة بداتها تمارس وتنظم على شكل بطولات دولية وأولمبية عالمياً، بالإضافة إلى أدواتها وأجهزتها المتنوعة وكذلك أنشطتها المتعددة.

و عليه فالجمباز يعني ممارسة الفرد نوعاً من أنشطة الجمباز باستخدام أدوات أو أجهزة أو بدونها ومنها النشاط الفردي أو الزوجي أو الجماعي وتحت مظلة القانون الدولي للجمباز بهدف التنمية الشاملة للفرد (محمد إبراهيم شحاتة، 2002)

ويعتبر الجمباز واحد من تلك الأنشطة الرياضية الأساسية وهو مجموعة الحركات الموضوعة على أسس تشريحية ، فنية ، ميكانيكية وتؤدي بغرض تنمية مختلف قدرات الفرد في مختلف المراحل السنية من أجل الوصول به إلى مرتبة المواطن الصالح

## 2- فوائد الجمباز:

مما لا شك فيه إن للجمباز مجموعة من الفوائد من مختلف الجوانب فهي تؤثر على الجانب البدني من خلال تأثيرها الفعال على تنمية عناصر اللياقة البدنية وتطوير المهارات الحركية المركبة والمهارات الحركية الأساسية كالوثب بالإضافة إلى التأثير على المجموعة العضلية بصفة عامة . كما أن ممارسة رياضة الجمباز تعمل على تنمية الصفات العقلية كاليقظة والجرأة والدقة والتفكير السريع في بعض الحركات.

بالإضافة إلى الجانب البدني والعقلي رياضة الجمباز لها تأثير فعال على كفاءة وحيوية أجهزة الجسم.

ولقد أمكن عن طريق أبحاث عدة استخلاص بعض أغراض خاصة بمجال رياضة الجمباز وهي :  
(هشام صبحي حسن، 2003)

### 2-1- التنمية البدنية: وتتمثل فيما يلي:

- ✓ تقوية العضلات والأوتار والأربطة .
- ✓ زيادة قدرة الوظائف الداخلية كالتنفس والدورة الدموية والجهاز العصبي .
- ✓ تنمية التوافق العضلي العصبي .
- ✓ تنمية القدرة الحركية والمهارية .

### 2-2- التنمية العقلية: وتتضمن ما يلي:

- ✓ تنمية القدرة على التفكير والابتكار.
- ✓ تحسين القدرة على التركيز وسرعة رد الفعل .
- ✓ زيادة المعارف والمعلومات .
- ✓ إدراك الصفات القيمة للثقافة البدنية والرياضية .

### 2-3- التنمية الصحية: وتتضمن مايلي:

- ✓ إكساب معلومات عن القواعد الصحية الضرورية.
- ✓ ضمان عادات يومية كالنظام والنظافة .

### 2-4- التنمية الاجتماعية: وتتمثل فيما يلي :

- ✓ تنمية الإحساس بالمسؤولية .
- ✓ تنمية القدرة على التفكير الجماعي .

- ✓ تنمية القدرة على التحكم الذاتي والاعتماد على النفس .
- ✓ تنمية الإحساس بالرضا عند الأداء الجيد.
- ✓ تنمية القدرة على اتخاذ القرارات.

### 2-5- تنمية الإحساس بالجمال : وذلك من خلال :

- ✓ تنمية القدرة على التأثر بالسلوك المثالي والنموذج الصحيح للمدرس واللاعب.
- ✓ تنمية وزيادة الإحساس بالجمال عند أداء الحركات الجماعية.
- ✓ تنمية القدرة على ربط وتركيب الحركات التي تتميز بالناحية الجمالية .
- ✓ تنمية الذوق في اختيار الملابس المناسبة .

### 3- القيم التربوية للجمباز:

-الجمباز من الأنشطة التي تعطي الفرد الفرصة لتعلم التحكم والسيطرة على مختلف أجزاء جسمه على الأرض أو في الهواء وذلك من خلال: (هشام صبحي حسن، 2003)

- ❖ الثقة بالنفس أثناء الطيران.
- ❖ زيادة نسبة الاتزان والسيطرة والتحكم في الجسم في الهواء.
- ❖ إزالة عامل الخوف عند ترك القدمين للأرض أو أثناء الطيران في الهواء
- ✍ يسهم الجمباز إسهاماً فعالاً في خلق الإحساس بالجمال لدى ممارسيه وذلك من حيث:
- ❖ تعلم حركات جميلة ومتناسقة
- ❖ تناسق وانسيابية جسم اللاعب
- ❖ توافق الموسيقى مع الحركات الانسيابية أثناء الأداء الحركي
- ✍ تعتبر المقدرة على الابتكار فرصة غير محدودة في رياضة الجمباز
- ❖ يعمل الجمباز على تحسين كفاءة جميع أجهزة الجسم الحيوية والعظلية
- ❖ تنمية وتطوير مختلف عناصر اللياقة البدنية بصفة خاصة كالسرعة والتوافق والمرونة
- ❖ ينمي الجمباز القدرة على التفكير حيث أنه هناك علاقة بالعمل العقلي والجسماني
- ❖ يساهم الجمباز في تحسين القوام حيث تتناسب مع مختلف المراحل السنية
- ❖ يساعد الجمباز على تنمية بعض الصفات الخلقية كالشجاعة والعزيمة والنظام.

## 4- تطور الجمباز في العالم:

تعتبر مصر القديمة من أول الحضارات التي عرفت رياضة الجمباز وكان ذلك بحوالي 3000 سنة ق.م ،حيث وجدت آثارا تبين رسومات ونقوش لحركات تمثل بعض مهارات الجمباز المعروفة في الوقت الحالي كالوقوف على الرأس والدرجة الأمامية.

كما يدل التاريخ على أن حضارة الصين هي الأخرى عرفت الجمباز وذلك قبل 2600 عام ق.م وعند ظهور حضارة الإغريق لقي الجمباز بعض العناية وكان يسمى الفن العاري ،وأصبح يندرج ضمن أنشطة التدريب ليظهر بعد ذلك الرومانيون الذين اهتموا بتعديل برامج التدريب البدني ،وكانوا أول من استخدم الحصان الخشبي الذي يشبه الحصان الحقيقي وذلك بغرض التدريب على الفروسية. (هشام صبحي حسن، 2003)

إلا أنه في عصرنا الحالي تغيرت أغراض ممارسة الجمباز حيث أصبحت ممارسته لا تقتصر على الجانب البدني فقط بل شملت حتى الجانب النفسي والعقلي والاجتماعي أي أنها تعمل على التنمية الشاملة والمثلى للإنسان.

ففي أوروبا ظهر الجمباز على يد يوهان ياسدو الألماني ،فكانت مبادرته بداية جديدة لاستمرار رياضة الجمباز ،حيث كان يمارس خارج الصالات أي في الخلاء ،إلا أن الفضل في تقدم مستوى الجمباز إلى البحوث العلمية المستمرة من قبل الاتحاد السوفياتي وذلك منذ قيام أول بطولة بموسكو عام 1885م ثم عام 1903م ومنذ ذلك صنعت الأجهزة وأنشئت القاعات وفتحت معاهد التربية لإعداد مدرّس الجمباز

## 4-1- تطور الأجهزة:

بالنسبة للحركات الأرضية يعتبر المصريون أول من مارسها سواء بصورة فردية أو زوجية أو جماعية بحركات مختلفة. أما بالنسبة للأجهزة فقد ابتكر الرومانيون أول جهاز والذي تمثل في حصان القفز ثم تطور بعد ذلك إلى أن أصبح بمقاييسه وشكله الجديد اليوم. وأما باقي الأجهزة فيعود الفضل للألمانيين في ابتكارها ،حيث ابتكروا العقلة والمتوازيين من جذوع وسيقان الأشجار ،ثم طوروها مع بداية

البطولات المختلفة . كما أنّ الإيطاليون دور في ابتكار أجهزة الجمباز والذي تمثل في جهاز الحلق والذي كان عبارة عن مثلث وتؤدي عليها مهارات بأرجحه الحلق وقد تطوّر هذا الجهاز وأصبح ذو حلقات مستديرة .



أما الحصان الخشبي ففي بداية ابتكاره كان اللاعب يؤدي مهارات ثابتة عليه مثل القفز للوقوف على الذراعين وككل الأجهزة التي تطورت كذلك هذا الجهاز تمّ تطويره وأصبح يستعمل لأداء مهارات محددة عليه وأصبح يعرف بجهاز الحلق .

ونظرا لاهتمام الدول برياضة الجمباز والاشتراك في الدورات الأولمبية وخاصة الدورة الأولى والتي أقيمت بأثينا اليونانية فقد شهدت أجهزة الجمباز تطورا كبيرا خاصة الدول المبتكرة مثل ألمانيا والتي أصبحت تستعين بأسس ومقاييس لتطوير هذه الأجهزة وهو ماساهم في أنجاز أجهزة بمواصفات دقيقة تتكيف وتناسب مع مختلف الأعمار والأحجام البشرية (هشام صبحي حسن، 2003).

#### 4-2- الاتحاد الدولي للجمباز:

تأسس الإتحاد الدولي للجمباز بعد مضي حوالي نصف قرن عن تأسيس بعض اتحادات الجمباز الأوربية فقد أسست عام 1832 أما اتحاد الجمباز السويسري فقد تأسس عام 1860 واتحاد الجمباز الألماني عام 1863 واتحاد الجمباز السلافي (جزء من يوغسلافيا ) عام 1865 والبلجيكي عام 1867 واتحاد الجمباز البولوني ثم الهولندي عام 1868 ثم الفرنسي عام 1870 بعد عام 1881 تأسست على التوالي اتحادات الجمباز في كل من المجر عام 1885 وإيطاليا عام 1887 وبريطانيا عام 1888 وتشيكوسلوفاكيا عام 1889 وبلغاريا عام 1897 والنرويج عام 1898 ولوكسمبورغ والدنمارك عام 1899

بعد ذلك بدأت اتحادات الجمباز بالدول الأوربية تنظم إلى الإتحاد الأوربي ففي عام 1897 انضمت تشيكوسلوفاكيا وفي عام 1898 انضمت المجر وكندا انضمت من خارج الدول الأوربية عام ، 1899 ثم انضمت لوكسمبورغ عام ، 1900 وانضمت كل من رومانيا ويوغسلافيا عام 1907 ثم انضمت مصر عام ، 1910 وكانت أول دولة عربية وإفريقية وآسيوية ، وفي المؤتمر الحادي عشر عام 1921 وبحضور 16 عضوا أصبح اسم الإتحاد الأوربي للجمباز بالاتحاد الدولي للجمباز ثم انضمت 1947 إيران وهي أول دولة آسيوية وفي عام 1948 انضمت كل من كولومبيا ، الأرجنتين ، كوبا ، وفي عام 1956 انضمت سوريا وفي عام 1959 انضمت تونس وفي عام 1960 انضمت المغرب وفي عام 1963 انضمت لبنان والجزائر والكويت ، وفي سنة 1968 انضمت ليبيا ، وفي عام 1975 انضمت العراق وفي عام 1981 انضمت السعودية والأردن . (زرقان بلقاسم - عون نسرين مذكرة : معوقات نشاط الجمباز في الوسط المدرسي، 2021/2020)

### 5- أنواع الجمباز :

أنواع الجمباز على العموم هناك أربعة أنواع هي:

#### 5-1- جمباز الألعاب :

تبدأ برامج جمباز الألعاب في سن الطفولة من حوالي 3 سنوات إلى 6 سنوات ، حيث تتميز التمرينات بالسهولة والبساطة والتدرج إلى جانب استخدام الأجهزة البسيطة ويهدف هذا النوع من الجمباز إلى:

- ✓ تعويد الأطفال على مختلف الأجهزة وذلك بصفة تدريجية .
- ✓ تعويد الطفل على العناية بجسمه وأوضاعه .

#### 5-1-1- مميزات جمباز الألعاب : (هشام صبحي حسن، 2003)

- ❖ إعداد الطفل بدنيا ونفسيا لتقبل رياضة الجمباز .
- ❖ تعويد الطفل على استخدام الأدوات والأجهزة المرتبطة برياضة الجمباز .
- ❖ إكساب الطفل قامة معتدلة وجسما سليما وعادات سليمة .
- ❖ بث روح المنافسة الشريفة .
- ❖ التغلب على عامل الخوف وبث روح الشجاعة .
- ❖ توسيع مدارك الطفل لطبيعة اللعب على أجهزة الجمباز .

#### 5-1-2- أنواع جمباز الألعاب : (عزيزة سالم محمود، 2006)

- ✓ مسابقات دون ان يلمس الطفل الأول .
- ✓ مسابقات على الأجهزة .
- ✓ تصعيب التمرينات وإجراء مسابقات عليها .

#### 5-2- جمباز الموانع:

أشتق اسم هذا النوع من الجمباز وهو الموانع انطلاقا من وجود جهاز على شكل مانع يحاول اللاعب بتفكيره في تخطيه ، حيث يتناسب هذا النوع من الجمباز مع مختلف المراحل السنوية سواء أطفال أو كبار كما أنه لا يرتبط بقواعد خاصة لممارسته بل يعتمد على تفكير اللاعب وقدرته على الابتكار وجرأته ، ويعتبر جمباز الموانع من أقوى أنواع الجمباز في إعداد وتشكيل الشباب وتدريبهم .

5-2-1- أهداف جمباز الموانع: (عزيزة سالم محمود، 2006)

- ❖ تقوية أجزاء الجسم المختلفة .
- ❖ تنمية مختلف عناصر اللياقة البدنية .
- ❖ إكساب اللاعب الثقة بالنفس وبالجهاز والاطمئنان بالعمل عليه .
- ❖ يوسع مدارك وفهم اللاعب وينمي ويحسن ذكائه .
- ❖ يكسب الفرد بعض الصفات الاجتماعية كالتعاون ومحبة الغير مما يساهم في زيادة العلاقات والصدقات الاجتماعية نظرا لأن الفرد يمارس مع الجماعة .
- ❖ لا بد أن يمارسه الفرد لفترة طويلة حتى يستطيع أن يتعلم ويمارس جمباز الأجهزة .

5-2-2- مميزات جمباز الموانع : (محمد إبراهيم شحاتة، 2002)

- ✓ تنمية الإحساس الحركي للناشئ .
- ✓ إكساب الناشئ الثقة و الاعتماد على النفس.
- ✓ تنمية الجرأة وقوة الإرادة والعزيمة والتصميم .
- ✓ التنمية البدنية الشاملة للناشئ .
- ✓ اكتشاف كل ناشئ الطريقة التي تصلح له وهكذا يتعود على التفكير الذاتي والرغبة في اللعب

### 5-3- جمباز الأجهزة :

جمباز الأجهزة هو الجمباز الذي يؤدي على الأجهزة القانونية ويكون نسبيا على خطته تتناسب مع مختلف المراحل النسبية ويعتبر هذا النوع من الجمباز أساسيا لإعداد البطولات وكذلك تحقيق مستوى عالي في تأدية الحركات المختلفة على الأجهزة .

ويهدف هذا النوع إلى " التنمية المنتظمة المتدرجة و العمل على إعداد اللاعبين واللاعبات بتنمية مستوياتهم الانجازية التنفسية في كل الدرجات والمراحل النسبية" (هشام صبحي حسن، 2003)

### 5-3-1- مميزات جمباز الأجهزة : (محمد إبراهيم شحاتة، 2002)

■ التعود على ممارسة التمارين المختلفة .

■ العمل على تطوير وتنمية النواحي البدنية والعقلية .

■ تكوين الإحساس الحركي بالعمل على الأجهزة .

■ تنمية الصفات النفسية كالشجاعة وغيرها.

■ تنمية الإحساس بالتوازن .

■ اكتساب الثقة والاعتماد على النفس .

### 5-4- جمباز البطولات :

ويطلق عليه كذلك جمباز الأجهزة للمستويات العالية حيث يهدف إلى إعداد الرياضي لأعلى المستويات مما يسمح له بالمشاركة في المنافسات الغالية و التنافس على الألقاب والميداليات ، حيث يتم في هذا النوع من الجمباز التغلب على درجات الصعوبة العالية جدا

### 6- الأجهزة المساعدة في تعليم الجمباز الفني :

تعتبر ممارسة رياضة الجمباز من أصعب الممارسات الرياضية وذلك نظرا لتعدد ممارساتها وتعقد تركيبها وتطور أجهزتها مما استوجب استعمال أجهزة مساعدة متنوعة تنوع أجهزته المختلفة وذلك بهدف توفير وضمان الأمن والسلامة للرياضي أو اللاعب ، ولقد تعددت أنواع الأجهزة المساعدة واختلفت أشكالها وتصميماتها حسب المتطلبات وطبيعة الأداء على كل جهاز حتى يمكن الوصول بالمتعلم إلى المستوى العالي ، وتتمثل الأجهزة المساعدة في:

1. أجهزة مساعدة لمجموعة المرجحات.

2. أجهزة مساعدة لمجموعة التلويحات.

3. أجهزة مساعدة لمجموعة الدورات.

4. أجهزة مساعدة لمجموعة الدفع.

5. أجهزة مساعدة للقوة والثبات.

6-1- أجهزة مساعدة لمجموعة المرجحات:

\* جهاز الارتداد \* الأحزمة المعلقة \* واقى الكتفين \* شرائط رسغ اليدين \* جهاز تعليم الدوائر الكبرى.

6-2- أجهزة مساعدة لمجموعة التلويحات:

\* عش الغراب بأنواعه \* حصان الحلق بأنواعه \* حصان حلق مزود باللونجة.

6-3- أجهزة مساعدة لمجموعة الدورات:

\* مشاية الترومبلين \* السلا لم بأنواعها \* الترامبولين بأنواعه \* باللونجة اليدوية.

6-4- أجهزة مساعدة لمجموعة الدفع:

\* سلم القفز \* الغطاء الأسطواني لحصان القفز \* الترومبلين بأنواعه \* الوسائل الأسفنجية.

6-5- أجهزة مساعدة للقوة والثبات:

\* جهاز معلق على عقل الحائط \* جهاز الأمان المتعدد الاتجاهات \* جهاز التحكم في الذراع الرافعة.

بالإضافة إلى الأجهزة السابقة توجد أجهزة أخرى تسمى الأجهزة المنخفضة وهي مشابهة للأجهزة القانونية وبنفس المواصفات تسمح بإعطاء الثقة بالنفس، وكذلك عدم الخوف من السقوط، هذا بالإضافة إلى الحقل الأسفنجي التي تجهز بها صالات التدريب من أجل توفير الأمن والسلامة لجميع أنواع السقوط.

### 7- تصنيف حركات الجمباز:

رغم تشابك حركات الجمباز وصعوبتها إلا أنه أمكن التوصل إلى تصنيف هذه الحركات إلى مجموعات ،حيث تشتمل كل واحدة على مجموعة من الحركات المتشابهات مما يساعد على تنظيم هذه الحركات وكذا المعرفة السهلة والسريعة لكل حركة ،وفيما يلي مخطط لتصنيف حركات الجمباز:

#### 7-1- الحركات الأرضية:

ممارسة رياضة الجمباز تكسب وتنمي اللاعبين كثيرا من القيم التربوية وذلك عن طريق تنمية النواحي النفسية والعقلية والشجاعة واليقظة والدقة إلى جانب ذلك هناك العديد من القيم التي يكتسبها الفرد من خلال ممارسة الحركات الأرضية نذكر منها:

أ- ممارسة اللاعب للحركات الأرضية تعلمه التحكم والسيطرة على أجزاء جسمه سواء على الأرض أو أثناء الأداء

في الهواء وذلك من خلال: (عدلي حسين بيومي، 1998)

✓ إعطاء الثقة بالنفس أثناء الطيران.

✓ القدرة على حفظ التوازن والسيطرة في الجسم أثناء الأداء.

✓ إزالة الخوف عند الطيران في الهواء.

ب- تسهم ممارسة الحركات الأرضية في تنمية ملكة الإحساس بالجمال لدى الممارسين وذلك عن طريق أداء حركات

في تناسق وانسيابية ،وكذلك توافق الموسيقى مع الجملة المؤداة.

ت - تساعد ممارسة الحركات الأرضية القدرة على الخلق والابتكار من خلال القيام بتنفيذ التكوينات المستطاعة من الحركات وكذلك تنمية قدرة الفرد على التوافق والاتزان والاستمرار في الأداء .

ث - تعمل الحركات الأرضية على تنمية وتطوير مختلف عناصر اللياقة البدنية خاصة تنمية عضلات الرجلين والرشاقة والتوافق العضلي العصبي.

### 7-2- طبيعة الأداء للحركات الأرضية:

- 👍 ينمي ويهيئ جهاز الحركات الأرضية فرصة الابتكار والتنوع أثناء الأداء.
- 👍 يتسم التمرين على جهاز الحركات الأرضية بأنه مشوق وملء بالحركات الأكروباتية ذات درجة عالية من الصعوبة والخطورة
- 👍 يساعد هذا الجهاز على إعداد اللاعبين على أجهزة الجمباز الأخرى حيث يتم تعلم معظم المهارات عليه وذلك لتوفير عامل الأمان وسهولة السند عليه
- 👍 تؤدي جملة الحركات الأرضية للبنات بالمصاحبة الموسيقية .
- 👍 يدخل في أداء الجملة الحركية بعض حركات الرقص الحديث والكلاسيكي في رتم إيقاعي مناسب مع ربط المهارات الحركية بعضها ببعض.
- 👍 عند أداء الجملة الحركية يجب استخدام كل المساحة المسموح بها قانونيا وكذلك استخدام كل الاتجاهات المختلفة للأرضي.
- 👍 يعتبر جهاز الحركات الأرضية من الأجهزة المحببة بالنسبة للاعبات حيث يعطي لياقة بدنية عالية لباقي أجهزة الجمباز الأخرى.
- 👍 يتميز اللاعب أثناء أداء الجملة الحركية بالرشاقة والمرونة والسرعة والتسلسل والتوافق العضلي العصبي والاستمرار.

### 7-3- مواصفات جهاز الحركات الأرضية: (عدلي حسين بيومي، 1998)

يتكون بساط الحركات الأرضية من منطقة محددة بخطوط معلمة داخل مربع مساحته 144مترا مربعا مغطى بالسجاد ومن تحته لباد ومن الأسفل قطع خشبية موضوعة على قطع بلاستيكية للمساعدة على القفز وامتصاص الهبوط. كما يجب عمل الأرضية من الخشب المتقاطع الباركية وذلك لمميزات هذا النوع ومنها:

- (1) يعطي ارتدادا أفضل .
- (2) كاتم للصوت.
- (3) سهل التنظيف ولا يحدث انزلاق.
- (4) يحفظ الحرارة ولا يمتص الرطوبة.
- (5) يدوم لمدة طويلة ولا يتلف.

وهناك بعض الشروط التي يجب أن تراعى عند استعمال هذا النوع من الخشب:

☞ تكون مساحة القطعة الواحدة من 10-12 سم وسمكها 3 سم.

☞ أن تكون مسامية ليدخلها الهواء ولا يحدث لها تشقق.

### 7-5- أهمية الحركات الأرضية:

✓ تعتبر الحركات الأرضية هي المدخل التعليمي التربوي لجمباز الأجهزة وجمباز البطولات .

✓ تحتوي الحركات الأرضية على عدد كبير من المجموعات الفنية التي تتشابه مع المجموعات

الفنية المتواجدة في أجهزة الجمباز الأخرى.

✓ تساهم الحركات الأرضية من خلال تعلمها في تنمية السمات الإرادية والتي تعتبر أساسا

هاما في الأعداد النفسي الطويل المدى للاعبي المستويات الرياضية العالية. (هدى محمد، 1995)

✓ تنمي الحركات الأرضية القدرة على استخدام أجزاء الجسم سواء على الأرض أو في

الفراغ، وهذه القدرات تساهم بشكل فعال في ارتقاء مستوى اللاعب في باقي أجهزة الجمباز.

✓ يساهم الأداء المهاري المتباين من خلال تعليم مختلف مجموعات الجمباز في الحركات

الأرضية على تنمية العديد من السمات السيكلوجية مثل "الشجاعة والثقة بالنفس والقوة الإرادية". (عدلي

حسين بيومي، 1998)

✓ تعمل الحركات الأرضية على الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية الخاصة بالجمباز والتي تساهم

بشكل فعال في سهولة أداء المهارات على الأجهزة



8- نشاط الجمباز في الطور المتوسط :

8-1- سنة الأولى متوسط : (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط،  
2016)

● الكفاءة الشاملة:

في نهاية الطور الأول من التعليم المتوسط يتمكن المتعلم من القيام بأدوار بناءة فرديا والمساهمة في العمل الجماعي من خلال تنفيذ حركات قاعدية سليمة يتطلبها الموقف.

الميدان الجمبازي (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط، 2016)  
الكفاءة الختامية :

التمكن من التغلب على الخجل و الظهور أمام الغير وتقديم المنتج.

● القيم المنشودة:

- ✓ احترام وتمجيد الرموز الوطنية و حمايتها .
- ✓ تبني مواقف وسلوكات تحترم الحياة بصفة عامة والبيئة بصفة خاصة .
- ✓ الإحساس بالمسؤولية والتحلّي بروح المبادرة.
- ✓ التشبّع بالمعرفة الصحيحة والعميقة للموروث الوطني اللغوي الثقافي والتاريخي و حمايته.
- ✓ تبني مواقف وسلوكات تضمن حياة المواطنة واستثمارها في الصّالح العام.

8-2- سنة الثانية متوسط (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط،

2016)

الكفاءة الشاملة:

تطبيق القوانين والمبادئ الأمنية والصحية أثناء إنجاز مشاريع وخطط بسيطة فرديا وجماعيا وتكييفها كلما دعت الضرورة.

الميدان الجمبازي : (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط، 2016)

● الكفاءة الختامية :

بناء لوحات فنية تتضمن مهارات موجهة للعرض .

● القيم المنشودة :

✓ التشبّع بالمعرفة الصحيحة والعميقة للموروث اللّغوي والثّقافي والتّاريخي وحمایته.

✓ الإحساس بالمسؤولية والتحلي بروح المبادرة.

✓ معرفة المؤسسات الوطنية والدّولية وعلاقتها بالحياة الوطنية والسيّاق العالمي.

✓ الإحساس والتمنّع بنشوة بذل الجهود والمساهمة مع الغير.

8-3- سنة الثالثة متوسط : (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط،  
2016)

● الكفاءة الشاملة :

في نهاية الطور الثاني من التعليم المتوسط يتمكن المتعلم من التكفل بذاته من حيث الاستقلالية والارتياح في أداء الحركات والمهارات والمساهمة الجماعية لتحقيق أهداف في إطار احترام القوانين.  
الميدان الجمبازي (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط، 2016)  
الكفاءة الختامية :

الامتثال لقانون المنافسة وتقبّل النقد والحكم على المنتج بعد عرضه.

● القيم المنشودة :

- ✓ تبني مواقف وسلوكات تتضمّن حياة المواطنة واستثمارها في الصّالح العام.
- ✓ الإحساس بالمسؤولية والتحليّ بروح المبادرة.
- ✓ الإحساس والتمتّع بنشوة بذل المجهود .
- ✓ التحليّ بروح الإتيقان والاجتهاد والتحمّل .
- ✓ التفتّح على العالم والحضارات العالمية وانتقاء ما ينفع وما يناسب.

8-4- سنة الرابعة متوسط : (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط،  
2016)

الكفاءة الشاملة :

في نهاية التعليم المتوسط يتمكن المتعلم من التواصل حركيا وشفويا والقيام بأدوار بناءة فرديا وجماعيا لإعداد وتنفيذ مشاريع معتمدا على مناهج علمية و متبنيا قواعد صحية وأمنية تضمن السلامة والفعالية.

الميدان الجمبازي : (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط، 2016)  
الكفاءة الختامية :

إنجاز عروض مبنية على المبادئ الأساسية للوقاية والسلامة وخلال التنفيذ.

● القيم المنشودة :

- ✓ احترام وتمجيد رموز الأمة و حمايتها.
- ✓ الإحساس بالمسؤولية والتحلّي بروح المبادرة .
- ✓ تبني مواقف وسلوكيات تتضمن حياة المواطنة واستثمارها في الصّالح العام.
- ✓ تبني مواقف وسلوكيات تتضمن التضامن والتسامح مع الآخر ونبتذ كافة أشكال العنف.

8-5- التنقيط في النشاط الجمبازي :

يتم تقييم التلاميذ في الحركات الأرضية بعد ملاحظتهم في حصص تقويمية وتحدد مكتسباتهم حسب شبكة خاصة معدة لذلك يوضح فيها تسلسل كل الحركات. (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط، 2016)

8-5-1-1-5-8-1- كيفية التنقيط : ينقط التلاميذ في الحركات الأرضية حسب مستويين :

8-5-1-1-5-8-1-1- المستوى الجمالي : من 05 علامات

وفيه يتم تقييم التلاميذ حسب الشبكة التقويمية التالية :

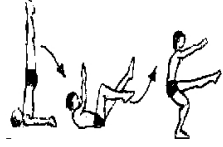
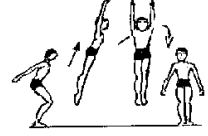






















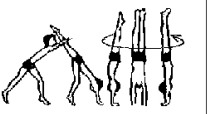

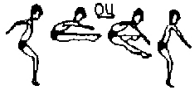



الجدول رقم (01) يوضح مستويات التقييم

العلامة/ 5	الخصائص المميزة	المستويات
01	. يتردد في تنفيذ الحركات.	المستوى 1
02	. ينفذ الحركات البسيطة .	المستوى 2
03	. ينفذ بعض الحركات المعقدة .	المستوى 3
04	. ينفذ وينسق كل الحركات المطلوبة.	المستوى 4
05	. ينفذ وينسق بإيقاع وصيغة جمالية .	المستوى 5

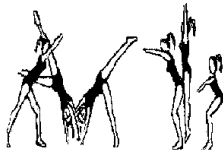


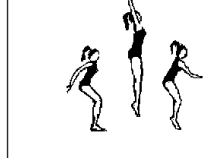
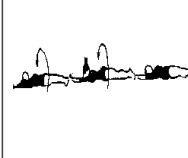





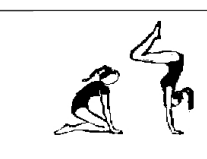
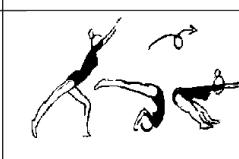



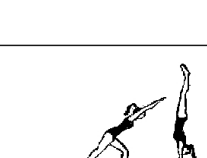


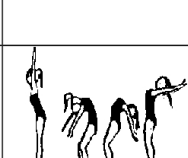

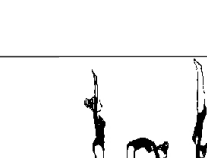


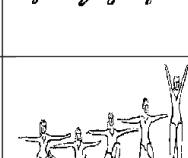
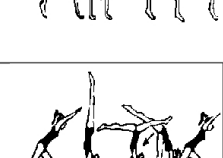

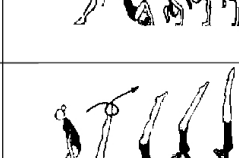

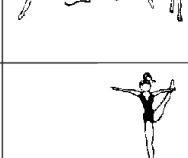



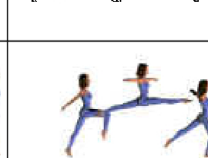
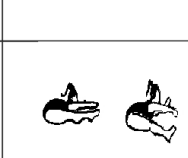
8-5-1-2: المستوى التنفيذي : من 15 علامة

- وفيه يتم تقييم التلاميذ من حيث أداء الحركات حسب صعوبتها وقيمتها المبينة في جدول تصنيف الحركات بالوثيقة المرافقة.
- مقياس الحركات الجمبازية على 15 علامة (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط، 2016)

الشكل رقم (01) يوضح حركات تقييم التلاميذ (ذكور)

الوضعية 1/ نقطة	الوثبات / 2 نقاط	التدرج / 3 نقاط	التوازن/ 4 نقاط	الدوران / 5 نقاط
				
				
				
				
				
				

الشكل رقم (02) يوضح حركات تقييم التلاميذ (إناث)

الدوران / 5 نقاط	التوازن / 4 نقاط	التدرج / 3 نقاط	الوثبات / 2 نقاط	الوضعية / نقطة
				
				
				
				
				
				
				

9- تعليمية نشاط الجمباز : (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط،  
2016)

### 10-1- المنطق الداخلي:

يقوم الجمباز الأرضي على تنفيذ مجموعة من الحركات ذات صعوبات متفاوتة ، يكون الجسم فيها عامل تنفيذ وأداته في نفس الوقت ، وتمثل عموما في :

☞ أخذ الوضعيات واعتماد هيات .

☞ الوثبات .

☞ الارتكازات والتوازنات .

☞ التدحرج .

☞ الدوران .

وترتكز أساسا على :

✓ خلق السرعة : وترتبط بكل الحركات التي تستلزم استعدادا واقترابا بإيقاع يضمن الأداء بأقل تكلفة من الطاقة.

✓ المحافظة على السرعة : لا يمكن مواصلة سير أداء سلسلة من الحركات إلا إذا تحققت

المحافظة على الإيقاع في جميع مراحل التنفيذ بتوزيع وتسيير للمجهود وهذا يفرض :

☞ الربط والتنسيق بين الحركات .

☞ تغطية فضاء الممارسة .

☞ احترام فترات الرفع والخفض من إيقاع التنفيذ.

☞ المحافظة على التوازن خلال التنفيذ.

✓ تحويل السرعة : وهو جانب مهم ، حيث يجب تحويل السرعة المناسبة للحركة باستثمار

الجري الاستعدادي في الوثبات والدوران و التدحرج . بينما تبقى حركات التوازن واتخاذ

وضعيات و هيات تعتمد أساسا على تثبيت أطراف الجسم وثباتها لمدة معينة.

✓ استثمار الاندفاعات والمسارات : يتم هذا في كلّ الوضعيات الغير المألوفة، بالبحث على

سعة الحركات بتنقلات ودوران ذات صبغة جمالية مناسبة .



## خلاصة:

و يمكننا القول أن رياضة الجمباز رياضة قديمة جدا مارسها الإنسان البدائي قديما حتى وإن كان لا يشعر بها كرياضة وإنما كطريقة لكسب القوت ، و مع التطور الذي شهدته حياة الإنسانية صاحب معه تطور رياضة الجمباز حتى أصبحت كما نراها اليوم رياضة عالمية تهدف إلى التنمية الشاملة ، تقام لها بطولات ومنافسات وفقا لقوانين ومقاييس دولية متعارف عليها، يمكن لأي فئة عمرية أن تمارسها من خلال الأنواع الأربعة لهذه الرياضة التي تتلاءم مع مختلف الأعمار والأحجام و كذلك يمكن ان تدمج و تمارس في مدارسنا اليوم اذا توفرت الامكانيات اللازمة و كان الاهتمام بها من طرف القائمين على التربية و كذلك الاساتذة يجب ان يعرفوا اهمية هذه الرياضة للنهوض بها مستقبلا .

الباب الثاني

الدراسة الميدانية

# الفصل الأول

منهجية البحث وإجراءات الميدانية

تمهيد : بما أن البحوث العلمية تعتمد على دراسة تحليلية وفق مناهج مختلفة باستعمال طرق جمع البيانات، ومن هذه المناهج هناك المنهج الوصفي التحليلي الذي بواسطته نستطيع الوصول إلى المعرفة الدقيقة والتفصيلية لعناصر مشكلة أو ظاهرة معينة

و مجموعة الإجراءات البحثية التي يقوم بها الباحث بشكل متكامل لوصف الظاهرة المبحوث معتمدا على جمع المعلومات والبيانات وتصنيفها، ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا دقيقًا لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة، أو الموضوع محل البحث (محسن علي عطية، 2009)

حيث استعملنا فيه الاستبيان الذي يعد من أهم أدوات جمع المعلومات وهو عبارة عن مجموعة من الأسئلة نصف مفتوحة والمغلقة والتي تناولناها في بحثنا هذا من أجل الوصول إلى نتائج أو حلول للإشكالية المطروحة

**2- الدراسة الاستطلاعية :** بعد استلامنا عنوان المذكرة و التدقيق فيه و إعادة صياغته عدة مرات مع المشرف و خلال تواجدنا في يوم التكويني مع مفتش المادة التربوية البدنية لمقاطعة غليزان شرق أثير موضوع نشاط الجمباز و اسباب عدم ممارسته و معيقاته و عراقيل التي تحول دون ادراجه من طرف الاستاد كانت لنا نظرة عامة عن الموضوع .

و بعد جمع المعلومات وضعنا قالب لدراسة و خطة نبرز فيها اهم النقاط التي تركز عليها في دراستنا

بالاعتماد على دراسات سابقة و المعلومات التي جمعت توصلنا الى بناء استبيان و عرضه على الأستاذ المشرف من اجل الاطلاع عليه و تحكيمه و قمنا بتحكيم الاستمارة عن أساتذة أكفاء الدين ابدو رأيهم و اعطاء بعض التوجيهات و نصائح و التي صبة كلها في اعادة صياغة بعض الاسئلة لإعطاء فهم أكبر للسؤال .

و بعدها قمنا بتوزيعها على أساتذة مادة التربية البدنية و الرياضية لولاية غليزان .

## الجدول رقم (02) يوضح تركيبة العينة ( الأساتذة)

عدد الأساتذة تخصص جمباز في الجامعة	عدد الأساتذة المكونون	عدد الأساتذة الرئيسيون	عدد الأساتذة مرسمين	عدد الأساتذة
30	20	43	33	96

اما بالنسبة لاستمارات التلاميذ فكانت حوالي 80 استمارة قسمة على 20 مؤسسات

### 3- المجال الزمني والمكاني:

**3-1 - المجال الزمني:** لقد تم تحضير الأسئلة الموجهة للأساتذة و التلاميذ وتحكيمها في الفترة ما بين (10-25) جانفي و في 27 فيفري 2024 ثم توزيعها على أساتذة المادة في الملتقى تكويني مع مفتش المادة و كان حضور جميع الأساتذة و باقي الاخر من المقاطعة الغربية في الاسبوع الموالي

و في فترة ما بين (03-21) مارس على تلاميذ الطور المتوسط

**3-2 - المجال المكاني:** تمت الدراسة على أساتذة التربية البدنية والرياضية طور المتوسط في ولاية غليزان

### 4- الشروط العلمية لأدوات البحث:

#### 4-1- صدق الاستبيان

إن المقصود بصدق الاستبيان هوان يقيس الاختبار بالفعل القدرة أو الظاهرة التي وضع لقياسها ويعتبر الصدق من أهم المعاملات لأي مقياس أو اختبار حيث أنه من شروط تحديد صلاحية الاختبار.

حيث قمنا بتوزيع 03 استمارات على 03 أساتذة في الفترة 26-30 جانفي

## 5- عينة البحث وكيفية اختيارها:

5-1- تعريف العينة": ينظر إلى العينة على أنها جزء من الكل أو البعض من الجميع في محاولة

الوصول إلى تعميمات لظاهرة معينة."

وبما أنه كان من الصعب علينا الاتصال بعدد كبير من المعنيين بدراستنا فإننا اخترنا يوم تكويني و هذا اليوم يتجمع فيه عدد كبير من الاساتذة و قمنا بتوزيع الاستمارات و هذا بعد اخذ الرخصة من مفتش المادة

عينة بحثنا تتكون من 96 أستاذًا من مختلف متوسطات غليزان و حاولنا اخذ استاذ من كل مؤسسة لمعرفة واقع معظم المؤسسات و معلوم ان عدد متوسطات غليزان هو 115 متوسطة أي ما نسبته 84 % من مجموع المتوسطات .

اما بالنسبة للتلاميذ فكانت 80 استمارة قسمت على 20 مؤسسة بمعدل 04 استمارات في كل مؤسسة واخترنا تلاميذ الاقسام النهائية أي الرابعة متوسط

الجدول رقم (03) يوضح متوسطات التي قسمت فيها الاستثمارات

الرقم	اسم المؤسسة	البلدية	الرقم	اسم المؤسسة	البلدية
01	بن نعمة مصطفى	غليزان	49	الحاج علي عبد القادر	سيدي سعادة
02	قايد احمد		50	صويان أحمد	
03	قايد عامر أحمد		51	الشيخ محمد خروبي	القلعة
04	دحون حاج عابد		52	والي ابراهيم	
05	ابن زيديون		53	جاونسي الطاهر	عين الرحمة
06	ابن رشد		54	أبو خبزة المشري	سيدي امحمد بن عودة
07	سي لزرقي بلحاج		55	بومدين محمد	سيدي خطاب
08	قادي جيلالي		56	أحمد بن بلة	بلعسل
09	مصطفى بوزيان		57	هوارى بومدين	
10	شيباني عبد الرحمن		58	بلعاليا محمد	المطمر
12	احمد زبانة		59	قوفة بن عدة	
13	بلعظم بصافي		60	محمد الصديق بن يحيى	
14	العقيد عثمان		61	بن معزوزة محمد	سيدي لزرقي
15	محمد خمبستي		62	عواد بلمنور	
16	التيقبي ابو الحسن		63	بن الحاج جلول بغدادى	واداسلام
17	مغيث يمينة		64	أول نوفمبر	منداس
18	مداني شريف بوزيان		65	الجديدة مركز	
19	فلاق بوجلطية		66	بن قلاز جيلالي	
20	محمدي بوزيان		67	الجديدة مركز	زمورة
21	الاخوين سوسي		68	بوعزيز رببعة	
22	حجوط بوخاتم		69	نذار قنور	
23	قشوط لخضر		70	ابن باديس	
24	كيلالي لزرقي		71	براشد العلمي	
25	الحاج منور		بن داود	72	الاخوة بلحسن
26	موسى ساسي ميلود	73		الجديدة بني درقن	دار بن عبدالله
27	لحمر عبو عبد العزيز	74		الشهداء مفلح	
28	عامر عامر ع القادر	75		بن بحونة أحمد	واد الجمعة
29	عابد محمد	76	بن عبد الله أحمد		
30	بلحوة طاهر	77	أحمد بن زيان		
31	بن دحمان بلقندوز	78	بن عبو محمد		
32	بلعوج العيد	يلل	79	قرايبس علي	الحمامنة
33	بغانم عدة		80	بن مسلم محمد	
34	ماحي محمد		81	الشيخ بوعمامة	
35	الشيخ العربي التبيسي		82	عالم عبدالرحمان	
36	زيان جيلالي	واد ارهبو	83	مرجة سيدي عابد	جديوية
37	حي الشبيبة		84	الاخوة الطويل	
38	ابن باديس		85	متوسطة الجديدة	
39	العربي التبيسي	مديونة	86	متوسطة الوفاق	عمي موسى
40	بلعباسي عبدالقادر		87	بعزيز احمد	
41	العرباوي الحبيب	اولادي عيش	88	بغداد بن عمار	مازونة
42	الاخوة بن بطوا		89	الاخوة عنوط	
43	سوفير عابد	اولاد سيدي ميهوب	90	هوارى بومدين	واد ارهبو
44	الاخوة هنى	القطار	91	متوسطة سوق الحد	سوق الحد
45	متوسطة الجديدة		92	محمد بوضياف	س م بن علي
46	بوطيل الحاج		93	السبع العربي	جديوية
47	مالك بن النبي	بوعددين	95	اهل العابد عابد	وارزون
48	خالد بن عين السمن	س م بن علي	96	مدني محمد	



## 6- المنهج المستخدم :

إن مناهج البحث عديدة ومتنوعة ومتباينة تباين الموضوعات والإشكاليات ولا يمكن أن ننجز هذا البحث دون الاعتماد على منهج واضح يساعد على دراسة وتشخيص الإشكالية التي يتناولها بحثنا إذ يعتمد على اتصال الباحث بالميدان ودراسة ما هو قائم فيه بالفعل لذا استخدم المنهج "الوصفي" الذي يعرف بأنه "مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة محل الدراسة."

ويمكن تعريفه بأنه: "ذلك العامل الذي من خلاله نقوم بتحديد طبيعة وخصائص بعض الظواهر المعينة لأجل تحليل العلاقات بين مختلف المتغيرات محاولين بذلك قياسها بطريقة كمية في قالب وأسلوب أخصائي هادفين من خلال ذلك إلى استخلاص نتائج الموضوع وتنبؤاته عن تطور مختلف الظواهر."

## وتم إتباع الخطوات التالية:

- \* وصف موضوع الدراسة وصفا دقيقا وذلك من خلال جمع المعلومات الكافية
- \* التحقق من المعلومات المجمعة حول موضوع الدراسة بالوصف الدقيق والتحليل ذي النتائج الجيدة اعتمادا على الظروف المصاغة والمحددة سابقا بغية استخلاص التعليمات ذات النتائج الجيدة

## 7- أدوات البحث:

من أجل الإحاطة بالموضوع من كل جوانبه تم استخدام استمارة الاستبيان" التي تعد أداة رئيسية لجمع البيانات الكلية عن وقائع محدودة وعدد كبير نسبيا من الأشخاص"

## 8 - كيفية تفرغ الاستبيان:

عند جمع كل الاستمارات الخاصة بأساتذة المقدرة بمئة (96) استمارة و التي يحتوي كل منها على ستة عشر (16) سؤال ، و الاستمارات الخاصة بالتلاميذ المقدرة بـ (80) استمارة التي تحتوي على ستة أسئلة (06)

قمنا بتفرغ وفرز الأسئلة وتمت هذه العملية بحساب عدد التكرارات للأجوبة لكل سؤال ،وبعدها يتم حساب النسب المئوية بالطريقة التالية:

$$س = \text{عدد التكرارات} \times 100 / \text{مجموع العام للعينة}$$

س: النسبة المئوية.

# الفصل الثاني

عرض و تحليل و مناقشة نتائج البحث

01- عرض و تحليل ومناقشة نتائج

1- 1 - الفرضية الأولى: هناك نقص في الإمكانيات الخاصة بالنشاط التي تحول دون تقديم درس الجمباز في الطور المتوسط.

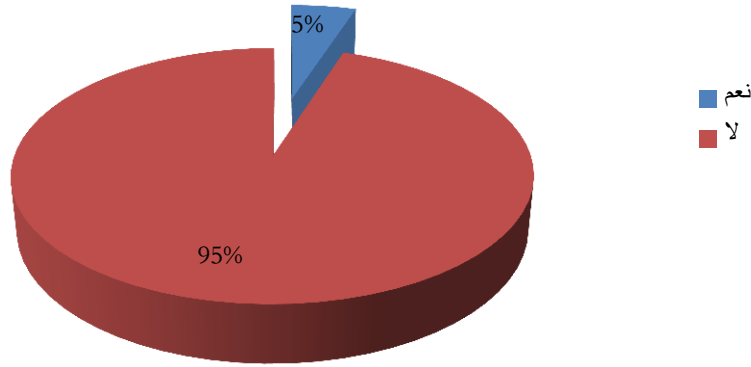
1-1-1 - السؤال الأولي: هل لديك قاعة رياضية في المؤسسة؟

هدفه: التعرف على الأماكن المخصصة للرياضة داخل المؤسسة

الجدول رقم (04) يوضح نتائج السؤال الأول

النسبة المئوية	التكرار	الاحتمالات
05%	05	نعم
95%	91	لا
100%	96	المجموع

الشكل رقم (03) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الأول



كما توضحه الإجابات في الجدول (04) نجد أن نسبة 05 % من الأساتذة أجابوا بنعم لوجود قاعات رياضة داخل المؤسسة التي يدرسون فيها بينما 95 % منهم أجابوا ب لا لعدم وجود قاعات رياضة داخل المؤسسة التي يدرسون فيها.

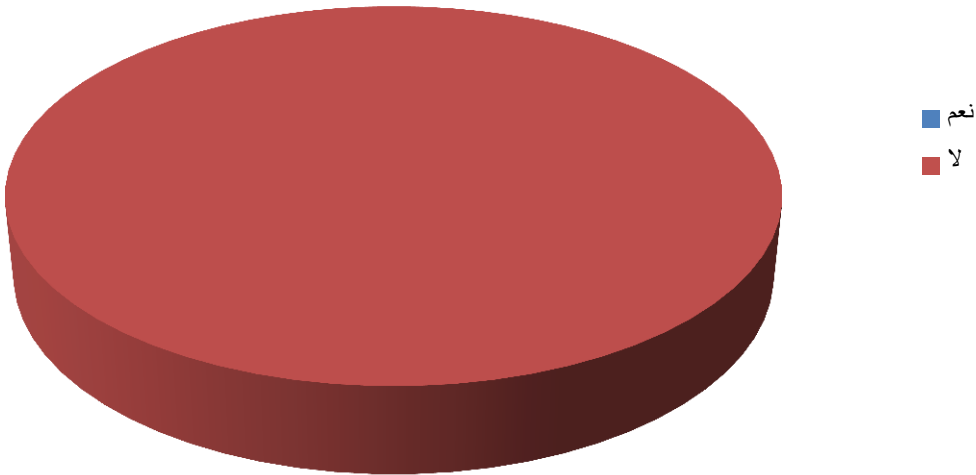
الاستنتاج: من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 95 % من المؤسسات التربوية لا تحتوي على قاعات مخصصة للرياضة كما لا يخفى عليكم ان للقاعات الرياضية دور في مساهمة في إنجاز نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية والرياضية.

1-1-2- السؤال الثاني: اذا لم تكن لديك قاعة هل تستطيع الذهاب إلى قاعة أخرى؟  
هدفه : تصرف الاستاذ بمحاولة الاستعانة بقاعات بديلة عن المؤسسة .

الجدول رقم (05) يوضح نتائج السؤال الثاني

النسبة المئوية	التكرار	الاحتمالات
00%	00	نعم
100%	96	لا
100%	96	المجموع

الشكل رقم (04) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني



كما توضحه الإجابات في الجدول (05) نجد أن نسبة 00% من الأساتذة أجابوا ب نعم بينما 100% منهم أجابوا ب لا لعدم الاستفادة من خدمات قاعات اخرى خارج مؤسستهم. الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 100% من الأساتذة لا يستغلون قاعات اخرى خارج مؤسستهم في حالة عدم توفرها داخل مؤسستهم لأن الأستاذ يجد نفسه تحت مسؤولية كبيرة خاصة عند العمل خارج حرم المؤسسة .

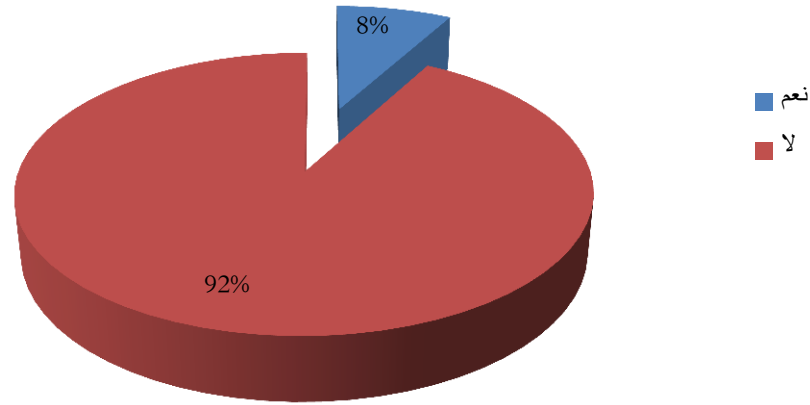
1-1-3- السؤال الثالث: هل لديك أجهزة خاصة بالجمباز؟

هدفه : معرفة مدى توفر الأدوات الخاصة بالجمباز.

الجدول رقم (06) يوضح نتائج السؤال الثالث

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	08	8%
لا	88	92%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (05) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثالث



كما توضحه الإجابات في الجدول (06) نجد أن نسبة 08 % من الأساتذة أجابوا ب نعم لوجود أجهزة خاصة بالجمباز داخل المؤسسة التي يدرسون فيها بينما 92 % منهم أجابوا ب لا لعدم وجودها داخل المؤسساتهم .

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 92 % من المؤسسات التربوية لا تحتوي على أجهزة خاصة بالجمباز و هنا بيت القصيد حيث ان نشاط الجمباز لا يمكن الاستعانة بالأدوات البديلة مثل النشاطات الأخرى خاصة فيما يخص الجانب الأمني للمهارة .

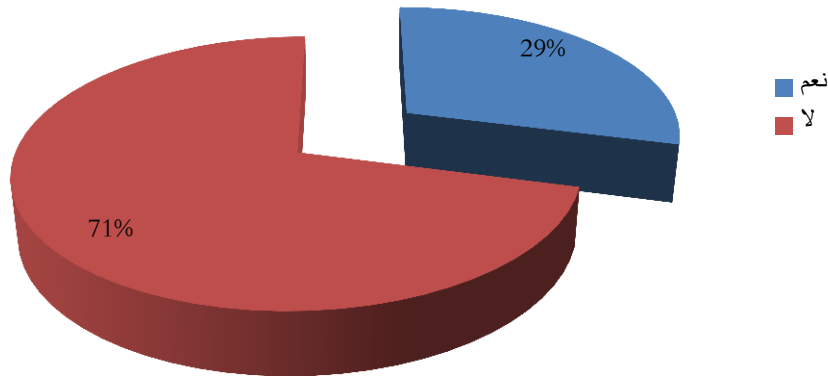
1-1-4- السؤال الرابع : هل تملك بساط خاصة بالجمباز ؟

هدفه : معرفة مدى توفر على بساط الخاصة بالجمباز.

الجدول رقم (07) يوضح نتائج السؤال الرابع

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	28	29%
لا	68	71%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (06) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الرابع



ما نلاحظه من الإجابات في الجدول (07) نجد أن نسبة 29 % من الأساتذة أجابوا ب نعم لوجود أجهزة خاصة بالجمباز داخل المؤسسة التي يدرسون فيها بينما 71 % منهم أجابوا ب لا لعدم وجودها داخل المؤسساتهم .

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 71 % من المؤسسات التربوية لا تحتوي على بساط خاص بالجمباز وهو ابسط وسيلة في رياضة الجمباز وبدونه لا يمكن عمل حركات جمباز و ما نعرفه ان تكلفته كبيرة جدا حيث لا يمكن للمزانية ان تغطي مصاريفه و خاصتنا ان لدينا عتاد اخر للنشاطات الأخرى يجب جلبه.

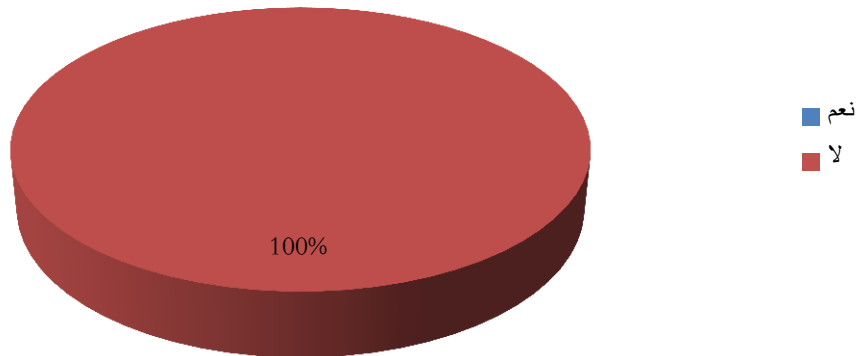
1-1-5-السؤال الخامس: هل تشرف في نادي (جهاز) خارج المؤسسة؟

هدفه: الكشف عن اهتمام الأستاذ برياضة الجمناز خارج المؤسسة

الجدول رقم (08) يوضح نتائج السؤال الخامس

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	00	00%
لا	96	100%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (07) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثامن



ما هو موضح الإجابات في الجدول (08) نجد أن نسبة 00 % من الأساتذة أجابوا ب نعم لعدم إشرافهم على نادي خاص بالجمناز بينما 100 % منهم أجابوا ب لا.

الاستنتاج: من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 100 % من الأساتذة لا يشرفون على نوادي للجمناز مع العلم ان لا يوجد نادي للجمناز في ولاية غليزان.

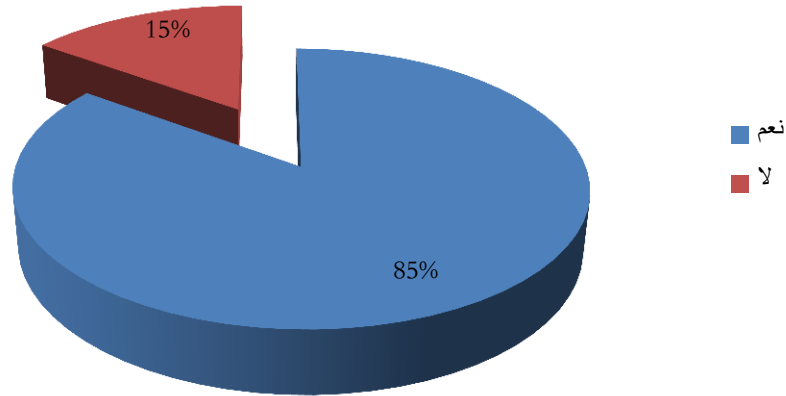


1-1-6-السؤال السادس: هل نقص ميزانية المؤسسة هو السبب في عدم توفير وسائل الجمباز؟ هدفه: الكشف عن دور الميزانية الموجهة لنشاط الجمباز لتوفير الاجهزة الخاصة به.

الجدول رقم (09) يوضح نتائج السؤال السادس

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	82	85%
لا	14	15%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (08) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السادس



كما توضحه الإجابات في الجدول (09) نجد أن نسبة 85 % من الأساتذة أجابوا ب نعم سبب نقص الاجهزة راجع لعدم توفر الوسائل داخل المؤسسة التي يدرسون فيها فيما 15 % منهم أجابوا ب لا

الاستنتاج: من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 85 % من مؤسسات تعاني من نقص في الميزانية كانت سببا في عدم توفر الاجهزة الخاصة بالجمباز وللعلم ان الوزارة خصصت مبالغ ضعيفة وزهيدة جدا خاصتا في السنوات الأخيرة حيث المبلغ المخصصة لا يلبى حتى لشراء كرات او ابسط عتاد خاص بالنشاطات الأخرى فما بالك عتاد الجمباز.

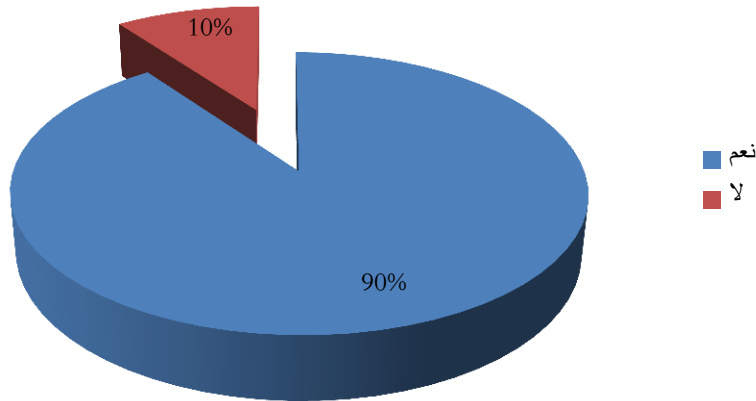
1-1-7-السؤال السابع: هل عدم توفير الأجهزة المخصصة لرياضة الجمباز سببا في العزوف عن الجمباز؟

هدفه: الكشف عن دور الاجهزة الخصة بنشاط الجمباز في توظيف النشاط خلال حصة التربية البدنية و الرياضية .

الجدول رقم (10) يوضح نتائج السؤال السابع

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	87	91%
لا	09	09%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (09) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السابع



كما توضحه الإجابات في الجدول (10) نجد أن نسبة 91% من الأساتذة أجابوا ب نعم لتبرير سبب عزوفهم عن ممارسة نشاط الجمباز راجع لعدم توفر الاجهزة ينما 09% منهم أجابوا ب لا لعدم وجودها داخل المؤسساتهم .

الاستنتاج: من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 91% من الاساتذة لا يوظفون نشاط الجمباز بسبب عدم توفر الاجهزة الخاصة بالجمباز حيث يعتبرون أن الوسائل البيداغوجية الخاصة بنشاط الجمباز لها دور في إنجاح الحصة من كل الجوانب.

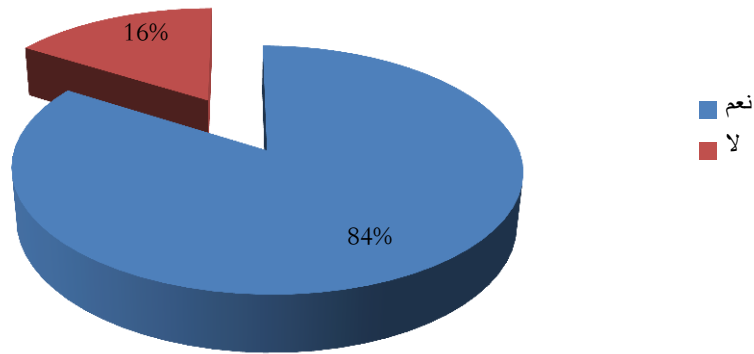
1-1-8- السؤال الثامن : إذا تم توفير الأجهزة هل سوف يتم تدريس نشاط الجمباز في متوسطتكم ؟

هدفه :الكشف عن رغبة الأساتذة في ادراج نشاط الجمباز ادا توفره الاجهزة الخاصة بنشاط الجمباز

الجدول رقم (11) يوضح نتائج السؤال الثامن

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	81	84%
لا	15	16%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (10) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثامن



من خلال الإجابات في الجدول ( 11 ) نجد أن نسبة 84 % من الأساتذة أجابوا ب نعم على انهم ادا توفرت الاجهزة سوف يوظفون نشاط الجمباز خلال الموسم الدراسي ينما 16 % منهم أجابوا ب لا أي حتى وإن توفرت الاجهزة لا يدرجون نشاط الجمباز في حصة التربية البدنية و الرياضية

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 84 % من الأساتذة سوف يدرجون نشاط الجمباز ادا توفرت لديهم الاجهزة الخاصة بالجمباز الباقي لديهم أسباب أخرى .

1 - 2 - الفرضية الثانية: هناك نقص في التكوين الأكاديمي لأساتذة التربية البدنية والرياضية الخاص بالنشاط الجمباز

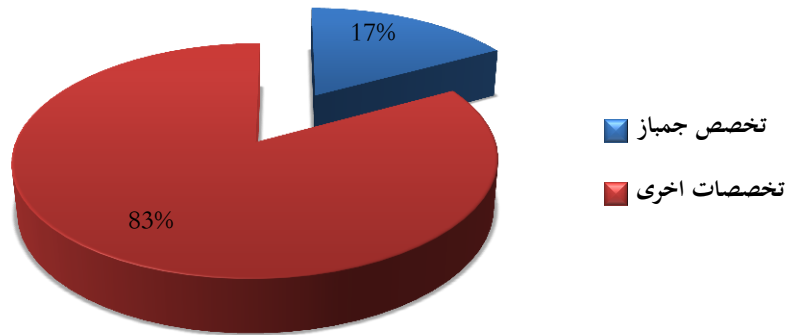
1-2-1-السؤال الأولي :تخصص في الجامعة أو المعهد ؟

هدفه : التعرف على التكوين الجامعي المتخصص في رياضة الجمباز

الجدول رقم (12) يوضح نتائج السؤال الأول

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
تخصص الجمباز	16	17%
تخصصات اخرى	80	83%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (11) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الأول



كما توضحه الإجابات في الجدول (12) نجد أن نسبة 17 % من الأساتذة تخصصهم في الجامعة كان نشاط الجمباز بينما 83 % منهم تخصصاتهم نشاطات اخرى.

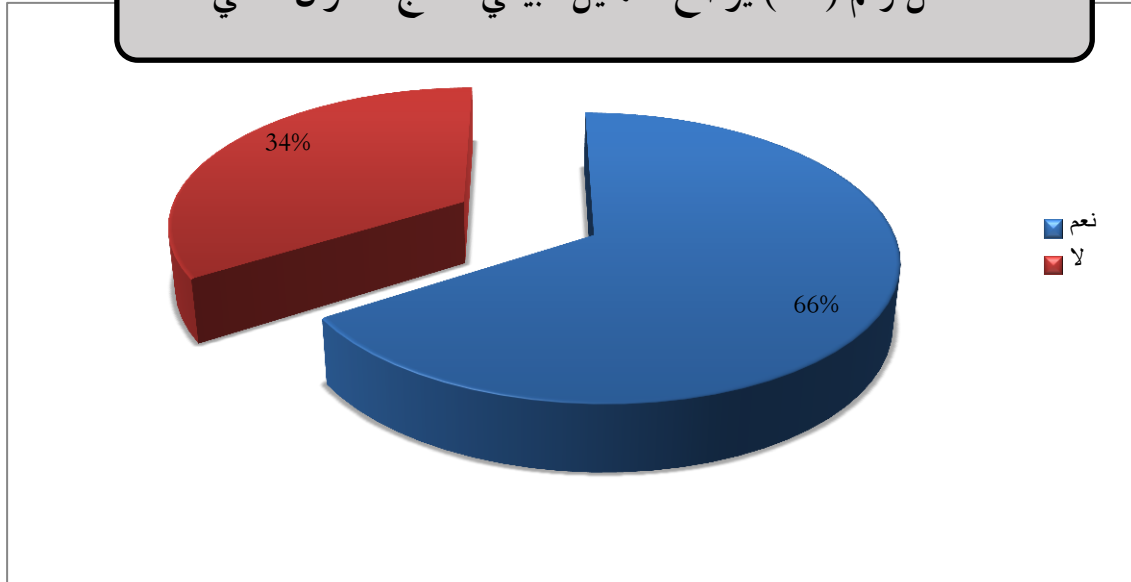
الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 17 % من الاساتذة فقط لديهم تخصص جمباز في الجامعة او المعهد و هذا يعكس تهرب الأستاذ عن هذا التخصص في الجامعة .

1-2-2-السؤال الثاني: هل نقص الخبرة يؤدي إلى عدم ممارسة نشاط الجمباز ؟  
 هدفه : معرفة ادا كان نقص الخبرة في مجال الجمباز سبب في عزوف الاستاذ عن ادراج نشاط الجمباز في الطور المتوسط .

الجدول رقم (13) يوضح نتائج السؤال الثاني

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	63	66%
لا	33	34%
المجموع	96	100 %

الشكل رقم (12) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني



كما توضحه الإجابات في الجدول (13) نجد أن نسبة 66 % من الأساتذة أجابوا ب نعم سبب نقص الخبرة ادى الى عدم ممارسة نشاط الجمباز بينما 34 % منهم أجابوا ب لا أي الخبرة ليست عائق في توظيف نشاط الجمباز خلال الموسم الدراسي.

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 66 % من الاساتذة يرجعون نقص الخبرة هو من الاسباب التي تؤدي الى عدم ادراج الجمباز في درس التربية البدنية و الرياضية وهذا من الاسباب الجوهرية في عدم ممارسة نشاط الجمباز و جهل الأستاذ بالنشاط يعد حجر عثرة امام لتوظيفه.

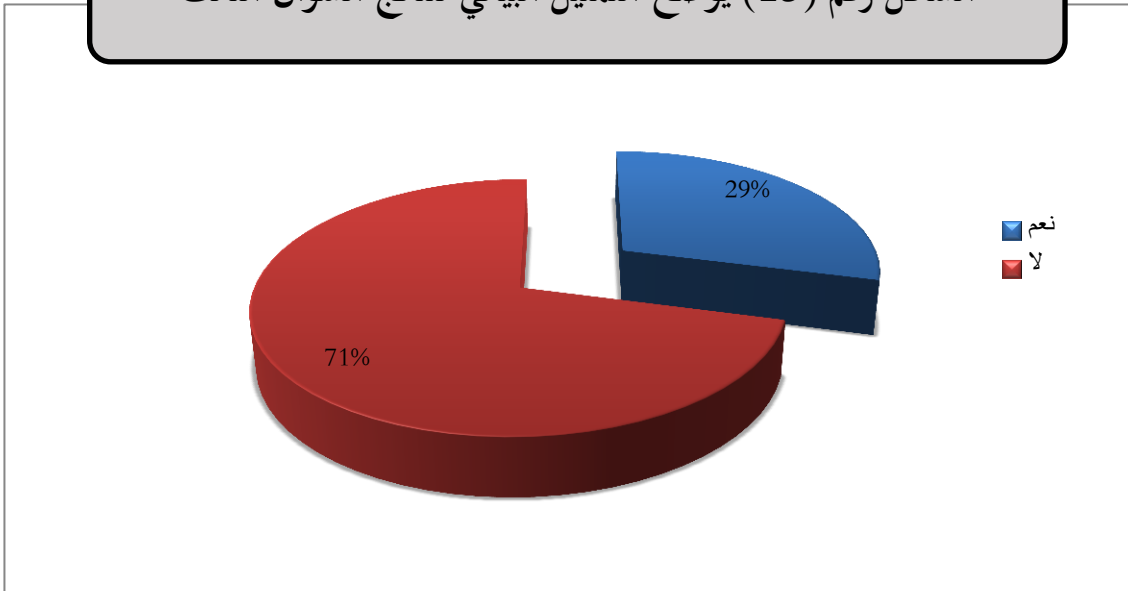
1-2-3-السؤال الثالث: هل تلقيت تكويناً في نشاط الجمناز مع المفتش ؟

هدفه :التعرف على مدى اهتمام مفتش المادة بنشاط الجمناز

الجدول رقم (14) يوضح نتائج السؤال الثالث

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	28	29%
لا	68	71%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (13) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثالث



مما نلاحظه من الإجابات في الجدول (14) نجد أن نسبة 29 % من الأساتذة أجابوا ب نعم أي تلقوا تكويناً في نشاط الجمناز بينما 71 % منهم أجابوا ب لا لعدم تلقيهم تكويناً في نشاط الجمناز.

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 71 % من الاساتذة لم يتلقوا تكويناً في نشاط الجمناز مع مفتش المادة و هذا يدل على اهمال بعض المفتشين لنشاط الجمناز و خاصتا في الندوات التنسيق بين الأساتذة و بصفتي أستاذ لذي خبرة في الميدان لا نعرف أستاذ قام بحصة جمناز خلال تثبيته و هذا بسبب خوف و جهل النشاط .

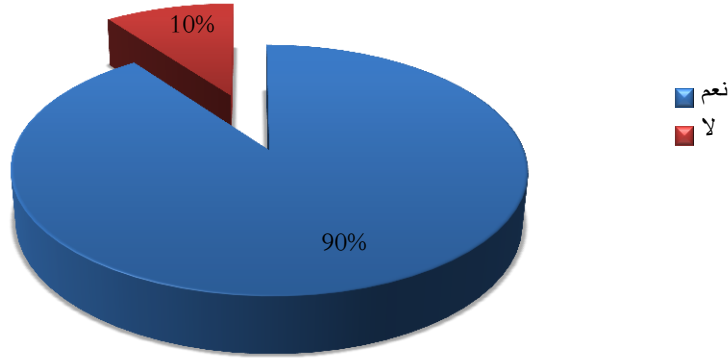
1-2-4-السؤال الرابع: هل لديك رغبة في ممارسة نشاط الجمباز ؟

هدفه : معرفة رغبة الأساتذة في توظيف نشاط الجمباز في درس التربية البدنية و الرياضية في الطور المتوسط

الجدول رقم (15) يوضح نتائج السؤال الرابع

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	86	90%
لا	10	10%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (14) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الرابع



كما توضحه الإجابات في الجدول (15) نجد أن نسبة 90 % من الأساتذة أجابوا ب نعم لتبرير سبب عزوفهم عن ممارسة نشاط الجمباز راجع لعدم توفر الاجهزة بينما 10 % منهم أجابوا ب لا لعدم وجودها داخل المؤسساتهم.

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 90 % من الاساتذة يرغبون في إدراج نشاط الجمباز في مقرر الدراسي لديهم و هذا لان يرون فيه فوائد عديدة خاصة على نفسية التلميذ.

1-2-5-السؤال الخامس: هل تساعد رياضة الجمباز في تحسين الجانب التربوي للتلاميذ؟  
هدفه: الكشف عن أهمية الجمباز في تحسين الجانب التربوي للتلاميذ.

الجدول رقم (16) يوضح نتائج السؤال الخامس

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	96	100%
لا	00	00%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (15) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الخامس



من خلال الإجابات في الجدول (16) نجد أن نسبة 100 % من الأساتذة أجابوا ب نعم على ان نشاط الجمباز يساعد في تحسين الجانب التربوي للتلميذ

الاستنتاج: من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 100 % من الاساتذة اتفقوا على ان نشاط الجمباز يساعد على تحسين الجانب التربوي للتلميذ حيث ان هذا الأخير يجعل من التلميذ التغلب على الخوف و حب الاطلاع على مهارات جديدة و جعل ثقته في نفسه كبيرة.



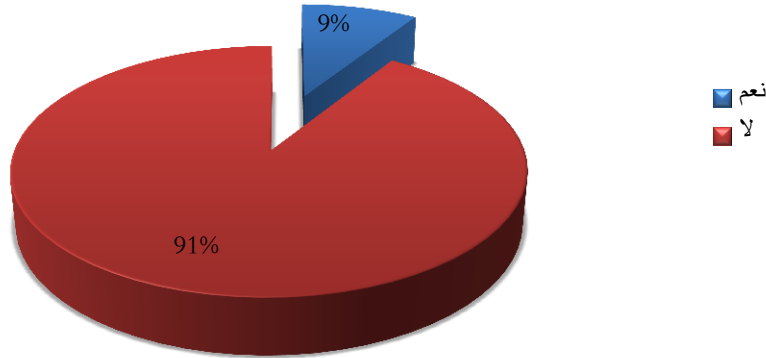
1-2-6-السؤال السادس: هل تسطر نشاط الجمباز في برنامجك السنوي؟

هدفه :الكشف عن مدى اهتمام الاستاذ بنشاط الجمباز خلال السنة.

الجدول رقم (17) يوضح نتائج السؤال السادس

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	09	09%
لا	87	91%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (16) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السادس



كما توضحه الإجابات في الجدول (17) نجد أن نسبة 09 % من الأساتذة أجابوا ب نعم يسطرون نشاط الجمباز خلال موسم الدراسي بينما 91 % منهم أجابوا ب لا لعدم توظيفهم نشاط الجمباز درس التربية البدنية والرياضية.

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 91 % من الاساتذة لا يوظفون نشاط الجمباز خلال الموسم الدراسي و كما ذكر سابق بسبب نقص الإمكانيات المناسبة للنشاط و نقص التكوين .

1-2-7- السؤال السابع : هل لديك فكرة عن كيفية تقييم نشاط الجمباز؟

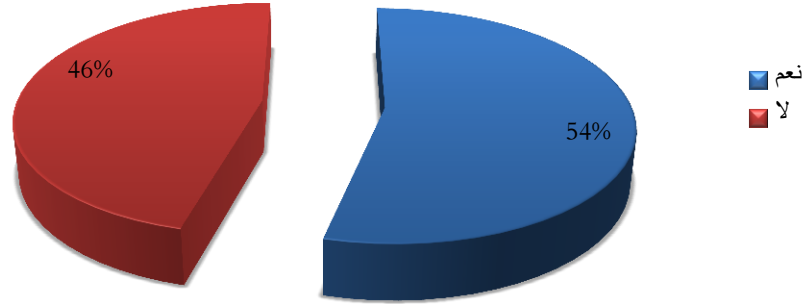
هدفه :الكشف عن مدى معرفة الاستاذ بطرق التقييم خاص بنشاط الجمباز حسب المنهاج

الرسمي

الجدول رقم (18) يوضح نتائج السؤال السابع

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	52	54%
لا	44	46%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (17) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السابع



كما توضحه الإجابات في الجدول (18) نجد أن نسبة 54 % من الأساتذة أجابوا ب نعم لديهم فكرة عن كيفية تقييم نشاط الجمباز في طور المتوسط. بينما 46 % منهم أجابوا ب لا لعدم معرفتهم كيفية تقييم نشاط الجمباز خلال الموسم الدراسي.

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 54 % من الاساتذة ملمون بكيفية التقييم في نشاط الجمباز و النسبة الأخرى عكس حيث يجدون ان المنهاج غير مفهوم في مسألة التقييم لأن التقييم يتطلب ندوات خاصة و ان تحتّم الأمر يلجئ الى خبراء في المجال الجمباز .

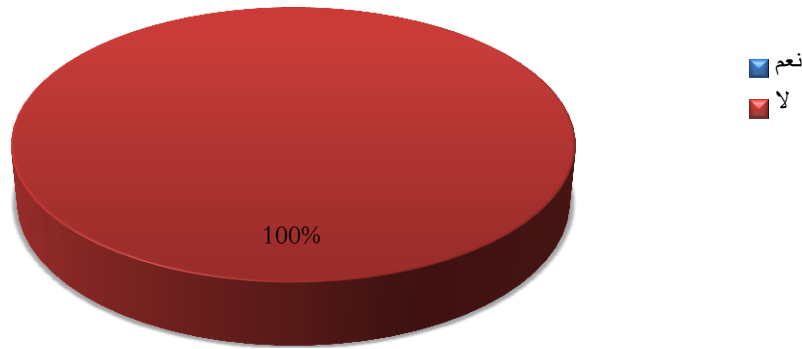
1-2-8-السؤال الثامن : هل لديك تلاميذ يمارسون الجمباز في أندية خارج الصف؟

هدفه :الكشف عن مدى اهتمام الاستاذ بنشاط الجمباز خلال السنة.

الجدول رقم (19) يوضح نتائج السؤال الثامن

النسبة المئوية	التكرار	الاحتمالات
00%	00	نعم
100%	96	لا
100 %	96	المجموع

الشكل رقم (18) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثامن



كما توضحه الإجابات في الجدول (19) نجد أن نسبة 00 % من الأساتذة أجابوا ب نعم لديهم لديهم تلاميذ نشاط الجمباز خارج مؤسستهم. بينما 100 % منهم أجابوا ب لا يوجد تلاميذ يمارسون نشاط الجمباز خارج مؤسستهم

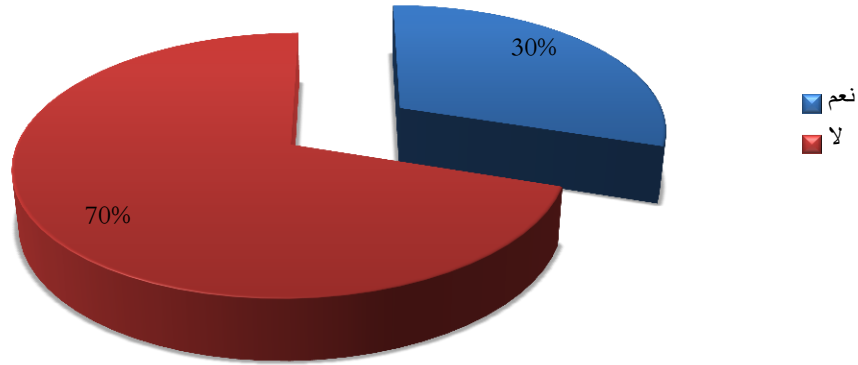
الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 100 % من التلاميذ لا يمارسون نشاط الجمباز خارج مؤسستهم و ما نعرفه عن المنطقة انه لا يوجد نادي خاص بالجمباز في غليزان .

1-2-9- السؤال التاسع : هل التهرب من رياضة الجمباز راجع الى خطورتها؟  
هدفه :الكشف عن التهرب الاستاذ من نشاط الجمباز بسبب الاصابات الخطيرة للعبة.

الجدول رقم (20) يوضح نتائج السؤال التاسع

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	67	70%
لا	29	30%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (19) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال التاسع



كما توضحه الإجابات في الجدول (20) نجد أن نسبة 70 % من الأساتذة أجابوا ب نعم أي سبب عدم ادراج نشاط الجمباز راجع الى خطورة هذه الرياضة. بينما 30 % منهم أجابوا ب لا.

الاستنتاج: من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 70 % من الاساتذة يرون ان بسبب خطورة النشاط يجعلهم يعزفون عن ممارسته او التهرب منه وهذا لافتقار الى التكوين في الاسعافات الاولية وأمور أخرى وجهلهم لكيفية تنفيذ الحركات الجمباز.

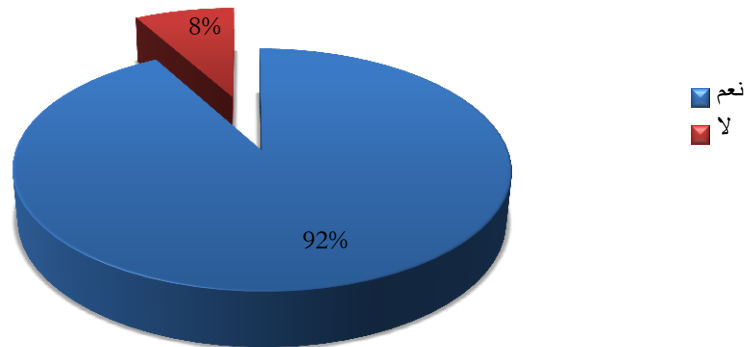
1-2-10- السؤال العاشر : هل التمسست في التلاميذ رغبة في ممارسة نشاط الجمباز؟

هدفه :الكشف عن رغبة التلاميذ في ممارسة النشاط مما يحفز الاستاذ على ادراجه خلال الموسم

الجدول رقم (21) يوضح نتائج السؤال العاشر

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	88	92%
لا	08	08%
المجموع	96	100%

الشكل رقم (20) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال العاشر



مما نلاحظه من الإجابات في الجدول (21) نجد أن نسبة 92 % من الأساتذة أجابوا ب نعم أي التمسوا في التلاميذ الرغبة في ممارسة هذا النشاط. بينما 08 % منهم أجابوا ب لا أي التلاميذ لا يجذبون مثل هذا النوع من النشاط

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 92 % من التلاميذ يجذبون هذا النوع من النشاط الا و هو الجمباز الذي يرون فيه متعة .

1 - 3 - الفرضية الثالثة: عدم رغبة التلاميذ في ممارسة نشاط الجمباز

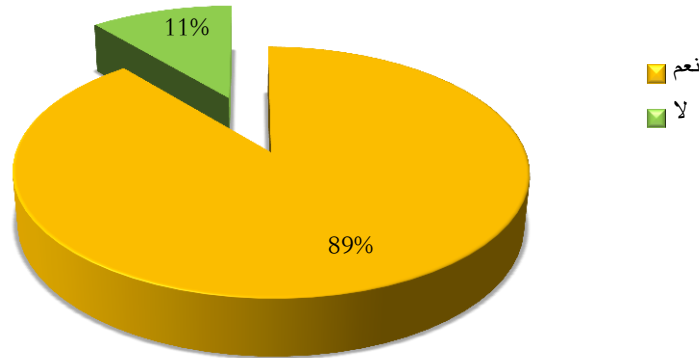
1-3-1-السؤال الأولي: هل تعرف رياضة الجمباز؟

هدفه : مدى معرفة التلميذ لرياضة الجمباز

الجدول رقم (22) يوضح نتائج السؤال الأول

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	71	89%
لا	09	11%
المجموع	80	100%

الشكل رقم (21) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الأول



كما توضحه الإجابات في الجدول (22) نجد أن نسبة 89 % من التلاميذ أجابوا ب نعم وهذا دليل على أنهم يعرفون رياضة الجمباز بينما 11 % منهم أجابوا ب لا أي لا يعرفون هذه الرياضة

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 89 % من التلاميذ على اطلاع على هذه الرياضة سواء داخل مؤسستهم او خارج مؤسستهم او عن طريق مشاهدته على التلفزيون مع العلم ان العينة كانت سنة الرابعة متوسط .

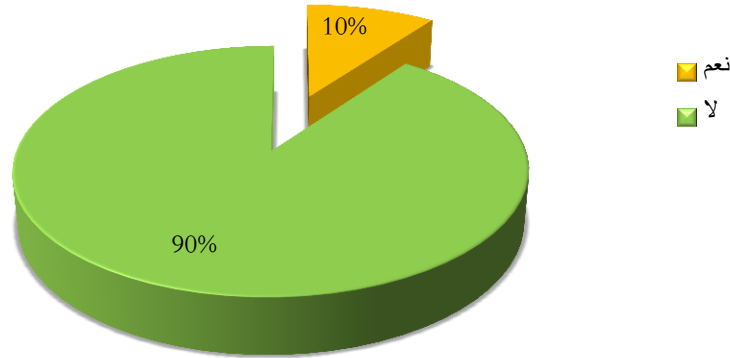
1-3-2-السؤال الثاني: هل تدرس نشاط الجمباز في مؤسستكم؟

هدفه : ادا يتلقى التلميذ نشاط الجمباز خلال الموسم الدراسي

الجدول رقم (23) يوضح نتائج السؤال الثاني

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	08	10%
لا	72	90%
المجموع	80	100%

الشكل رقم (22) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثاني



مما نلاحظه من الإجابات في الجدول (23) نجد أن نسبة 10 % من التلاميذ أجابوا ب نعم أي درسوا نشاط الجمباز في مؤسستهم بينما 90 % منهم أجابوا ب لا أي لم يدرسوا هذا النشاط خلال موسم الدراسي.

الاستنتاج: من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 90 % من التلاميذ لم يدرسوا نشاط الجمباز خلال الطور المتوسط مع العلم ان العينة سنة الرابعة متوسط أي لم على الأقل ثلاثة سنوات في مؤسساتهم

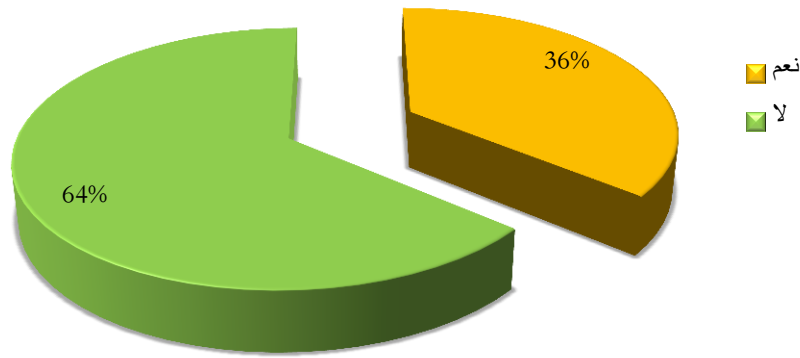
1-3-3-السؤال الثالث: هل تخاف من الحركات الصعبة التي تدرسونها في حصة التربية البدنية والرياضية؟

هدفه : معرفة الجانب النفسي ( الخوف ) من الحركات الصعبة و الخطيرة في حصة التربية البدنية و الرياضية

الجدول رقم (24) يوضح نتائج السؤال الثالث

النسبة المئوية	التكرار	الاحتمالات
36%	29	نعم
64%	51	لا
100%	80	المجموع

الشكل رقم (23) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الثالث



كما توضحه الإجابات في الجدول (24) نجد أن نسبة 36 % من التلاميذ أجابوا ب نعم يخافون من الحركات الصعبة بينما 64 % منهم أجابوا ب لا أي لا يخافون من الحركات الصعبة.

الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 64 % من التلاميذ لا يخافون من الحركات الصعبة أي أنهم يمكن لهم ممارسة نشاط الجمباز بدون عقدة او خوف .



1-3-4- السؤال الرابع : هل تمارس رياضة الجمباز خارج مؤسستكم في النادي ؟  
هدفه : معرفة التلاميذ الذين ينشطون خارج المؤسسة في تخصص جمباز.

الجدول رقم (25) يوضح نتائج السؤال الثاني

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	00	00%
لا	80	100%
المجموع	80	100%

الشكل رقم (24) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الرابع



من خلال الإجابات في الجدول (25) نجد أن نسبة 100 % من الأساتذة أجابوا ب لا أي لا يوجد تلاميذ يمارسون نشاط الجمباز خارج المؤسسة  
الاستنتاج : من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 100 % من التلاميذ لا يمارس رياضة الجمباز خارج المؤسسة أي لا يوجد نادي للجمباز في غليزان

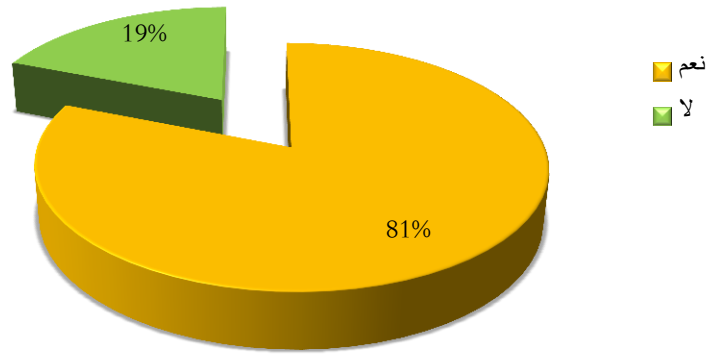
1-3-5- السؤال الخامس : هل ترغب في دراسة نشاط الجمباز في مؤسستكم ؟

هدفه :الكشف عن مدى رغبة التلميذ بممارسة نشاط الجمباز .

الجدول رقم (26) يوضح نتائج السؤال الخامس

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	65	81%
لا	15	19%
المجموع	80	100%

الشكل رقم (25) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال الخامس



كما توضحه الإجابات في الجدول (26) نجد أن نسبة 81 % من التلاميذ أجابوا ب نعم يرغبون في دراسة نشاط الجمباز في مؤسستهم بينما 19 % منهم أجابوا ب لا لعدم رغبتهم في ممارسة النشاط.

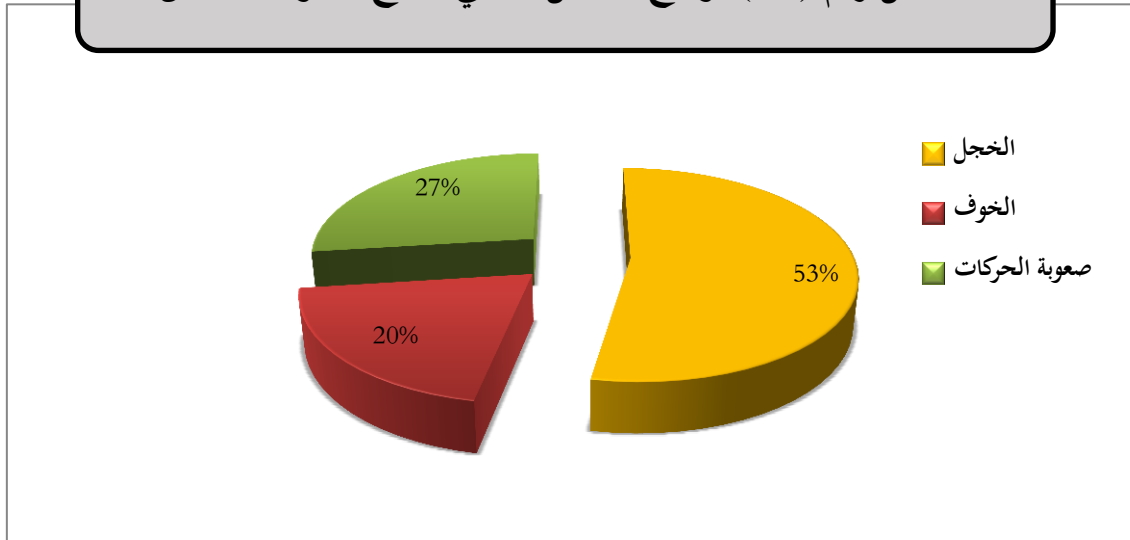
**الاستنتاج:** من خلال نتائج الجدول نستنتج أن 81 % من التلاميذ يرغبون في ممارسة نشاط الجمباز ومن المعروف التلميذ له حب الاطلاع على ما هو جديد وخاصة نشاط الجمباز له متعة وحيوية أثناء الأداء و الباقية التلاميذ الذين أجابوا ب لا 19% اجابوا عن سبب عدم رغبتهم في ممارسة النشاط في السؤال الموالي رقم 06

1-3-6-السؤال السادس: إذا كانت الاجابة ب لا فما هي الاسباب ؟  
هدفه :الكشف سبب عدم الرغبة في ممارسة النشاط من( 19 % ) من التلاميذ

الجدول رقم (27) يوضح نتائج السؤال السادس

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
الخوف	03	20%
الخجل	08	53%
صعوبة الحركات	04	27%
المجموع	15	100%

الشكل رقم (26) يوضح التمثيل البياني لنتائج السؤال السادس



كما توضحه الإجابات في الجدول (27) نجد أن نسبة 53 % من التلاميذ أجابوا ب الخجل بينما 20 % منهم أجابوا بالخوف ونسبة التي اجابة عليها التلاميذ بصعوبة الحركات كانت 27%.

الاستنتاج: من خلال نتائج الجدول نستنتج أن الخجل هو سبب الرئيسي في عزوف التلاميذ في ممارسة نشاط الجمباز وكانت العينة اغلبها من صنف الإناث.

عرض نتائج الدراسة:

استنتاجات عامة:

الفرضية الأولى: هناك نقص في الإمكانيات الخاصة بالنشاط التي تحول دون تقديم درس الجمباز في الطور المتوسط.

✓ لا يوجد قاعة رياضية في المؤسسة 95 %

✓ لا يوجد اجهزة خاصة بنشاط الجمباز 92 %

✓ لا يمكن الذهاب إلى قاعة أخرى 100 %

✓ لا املك بساط خاص بالجمباز 71 %

✓ لا تمارس الجمباز في نادي خارج المؤسسة 100 %

✓ نعم نقص ميزانية المؤسسة هو السبب في عدم توفير وسائل الجمباز 58 %

✓ نعم عدم توفير الأجهزة المخصصة لرياضة الجمباز سببا في العزوف عن الجمباز 91 %

✓ نعم إذا تم توفير الأجهزة سوف يتم تدريس نشاط الجمباز في متوسطتكم 84 %

الفرضية الثانية: هناك نقص في التكوين الأكاديمي لأساتذة التربية البدنية والرياضية الخاص بالنشاط الجمباز

✓ نعم نقص الخبرة يؤدي إلى عدم ممارسة نشاط الجمباز 66 %

✓ لا لم اتلقى تكويننا مع مفتش المادة في نشاط الجمباز 71 %

✓ نعم لديه الرغبة في ممارسة الجمباز 84 %

✓ نعم تساعد رياضة الجمباز في تحسين الجانب التربوي للتلاميذ 100 %

✓ لا يسيطر نشاط الجمباز في برنامجه السنوي 91 %

✓ نعم لديه فكرة عن كيفية التقييم في نشاط الجمباز في المدرسة 54 %

✓ لا ليس لديه تلاميذ يمارسون الجمباز في أندية خارج الصف 100 %

✓ نعم يتهرب من ممارسة رياضة الجمباز بسبب خطورته 70 %

✓ نعم التمس في تلامذته الرغبة في ممارسة نشاط الجمباز 90 %

الفرضية الثالثة: عدم رغبة التلاميذ في ممارسة نشاط الجمباز

- ❖ نعم يعرف رياضة الجمباز 89 %
- ❖ لا يدرس نشاط الجمباز في مؤسسته 90 %
- ❖ لا يخاف من الحركات الصعبة التي يدرسها في حصة التربية البدنية والرياضية 64 %
- ❖ لا يمارس رياضة الجمباز خارج مؤسسته (في النادي) 100 %
- ❖ نعم يرغب في دراسة نشاط الجمباز في مؤسسته 81 %
- ❖ الدين اجابوا ب لا فكانت الاسباب هي :
- ✓ خوف من الإصابة 20 %
- ✓ الخجل 53 %
- ✓ صعوبة الحركات 27 %

عرض و مناقشة النتائج بالفرضيات:

➤ في ضوء تساؤلات الدراسة

الفرضية الأولى: هناك نقص في الإمكانيات الخاصة بالنشاط التي تحول دون تقديم درس الجمباز في الطور المتوسط.

☞ الأسباب المادية التي تمنع ممارسة نشاط الجمباز بالطور المتوسط تتمثل في:

☞ عدم توفر المؤسسات على قاعات رياضية

☞ عدم توفر أجهزة جمباز حتى البساط الذي هو أدنى وسيلة للقيام بالحركات الأرضية

☞ عدم ممارسة الأساتذة لرياضة الجمباز.

☞ نقص في ميزانية المؤسسة.

☞ التكاليف الباهظة لاقتناء أجهزة الجمباز.

☞ عدم إعطاء الإدارة أولوية للممارسة نشاط الجمباز

و هذا ما توصل اليه هشام ربيعي . عبد الحليم سراي بعنوان "أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي" حيث كانت الاسباب نفسها المذكورة سابقا و كانت الدراسة على متوسطات تبسة

ومن هنا نقول للأستاذ انه يستطيع تدليل الصعوبات ان توفرت له ابسط الامكانيات الا و هي

البساط فإنه لا يحتاج الى القاعة او أجهزة يمكن الاستعانة بالوسائل البديلة و العمل في ميدان

المؤسسة و يختار الفصل المعين و المساعد لأن يمكن تعليم التلميذ بعض الحركات البسيطة و السهلة دون الحاجة الى كم كبير من الاجهزة و يمكن ادراجه خلال شهر رمضان فإنه يساعد التلميذ دون تعب

الفرضية الثانية: هناك نقص في التكوين الأكاديمي لأساتذة التربية البدنية والرياضية الخاص بالنشاط الجمباز

المشاكل التكوينية التي تقف حجر عثرة امام مزاوله نشاط الجمباز هي:

☞ أغلبية الاساتذة ليس لهم تخصص في الجمباز

☞ نقص خبرة الأساتذة.

☞ عدم تلقي تكوين نظريا او تطبيقيا للأساتذة في رياضة الجمباز مع مفتش المادة.

☞ عدم تسطير برنامج نشاط الجمباز

✍ خطورة وصعوبة الحركات الجمبازية.

✍ عدم تشجيع إدارة المؤسسة على ممارسة نشاط الجمباز.

✍ نقص التوعية من الوسائل الإعلامية لرياضة الجمباز

✍ نقص في البرامج والمنافسات في رياضة الجمباز

و هذا ما توصل اليه الطالبان (زرقان بلقاسم وعون نسرين) في دراستهما معوقات نشاط الجمباز في الوسط المدرسي حيث تمحورت حول الاسباب المذكورة سابقا الا ان الدراسة كانت على اساتذة ثانويات تبسة .

- و عليه فإن من انواع التكوينات التكويني الذاتي و هو البحث في رياضة الجمباز ويمكن تعلم بعض الحركات خاصة اذا استعمل الوسائل المرئية كالفديو و هذا كله لفائدة التلاميذ عسى ان يتعلموا هذا النشاط الذي فوائده كبيرة خاصة في سنهم حيث هذا الاخير يساعد التلميذ على زيادة مرنته .

### الفرضية الثالثة: عدم رغبة التلاميذ في ممارسة نشاط الجمباز

يوجد إقبال التلاميذ على نشاط الجمباز هي:

✍ له معرفة سطحية عن نشاط الجمباز

✍ لا يمارسون رياضة الجمباز خارج مؤسستهم

✍ لديهم الرغبة في ممارسة نشاط الجمباز

✍ ليس لهم خوف من الحركات الصعبة

✍ يريدون التعرف على هذه الرياضة و متعتها

و عليه مما سبق فإننا يمكننا القول :

إذا اردنا التطرق لواقع نشاط الجمباز فإن هناك أسباب مادية تحول دون ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي للطور المتوسط متمثلة في عدم توفر قاعات خاصة بنشاط الجمباز و الأجهزة والأدوات الخاصة به ، وكذلك عدم توفير ميزانية خاصة بنشاط الجمباز من طرف المؤسسات التربوية ومنه تحقق الفرضية الأولى.

- هناك معوقات تكوينية أكاديمية لأساتذة التربية و الرياضة تحول دون ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي للطور المتوسط متمثلة في نقص خبرة الأساتذة في رياضة الجمباز و نقص التكوين



الخاص بالأستاذة في رياضة الجمباز و خلو نشاط الجمباز من المخطط السنوي الخص بهم ، بالإضافة إلى الخوف من خطورته على التلاميذ و منه تتحقق الفرضية الثانية.

- اما الفرضية الثالثة فهي مستبعدة حيث التمسنا من العينة (التلاميذ) الرغبة الشديدة في ممارسة هذا النشاط وكذلك حب التعرف على نشاط الجمباز. ولهذا نقول ان الفرضية الثالثة لم تتحقق.

### التوصيات:

1. محاولة الارتقاء بمستوى نشاط الجمباز في مختلف المؤسسات التربوية وخاصة الطور المتوسط والابتدائيات التي شهدت مؤخرا ادراج التربية البدنية والرياضية في برامجها باعتباره الرياضة القاعدية للناشئ.
2. تخصيص ميزانية خاصة لممارسة نشاط الجمباز في المؤسسات التربوية خاصتنا البساط الرياضي باعتباره أدنى وسيلة في الجمباز
3. تسطير نشاط الجمباز ضمن البرنامج السنوي ولو بعدد قليل من الحصص
4. العمل على رفع وتيرة الأبحاث والدراسات الخاصة برياضة الجمباز من قبل الباحثين وطلبة الدراسات العليا
5. اعطاء الاولوية لنشاط الجمباز مثل باقي النشاطات الاخرى من طرف المفتش
6. توفير قاعات رياضية في كل متوسطة.
7. دعم الوزارة الوصية ميزانية المؤسسات من أجل اقتناء أجهزة الجمباز أو توفيرها خصيصا خارج ميزانية المؤسسة.
8. برمجة دورات تكوينية للأساتذة على رياضة الجمباز.
9. تشجيع كل من الأساتذة والتلاميذ على مزاولة رياضة الجمباز
10. الحد من نشر بين التلاميذ خطورة ممارسة رياضة الجمباز.
11. اهتمام وسائل الاعلام برياضة الجمباز ومنحها وقت خاص دون الرياضات الشعبية الأخرى.
12. تشجيع إدارة المؤسسات على مزاولة نشاط الجمباز ومنح المتفوقون جوائز تشجيعي
13. اعطاء الفرصة للأساتذة الذين كان لهم تكوين في تخصص جمباز لبناء وحدات تعليمية وتعلمية وتقديمها لباقي الاساتذة

في الاخير اصدقكم القول ان قلت لكم ان حيي لهذا النشاط و غيرتي عليهم و رؤيتي له و هو يهمل جعلني اهتم بهذا الموضوع لأن تميز هذا النشاط عن غيره من الأنشطة الرياضية بصعوبة حركاته وخطورتها، فنجد معظم الأساتذة ينفرون من ممارسته، هذا من جهة ومن جهة أخرى تراكم الأسباب والصعوبات تنفيذ وتدریس هذا النشاط في الطور المتوسط أدى إلى تفاقم الوضع، فنجد في الطور المتوسط معظم المتوسطات لا تدرس هذا النشاط وهذا الجملة من الأسباب متنوعة بعدم امتلاك قاعة رياضة إلى التكاليف الباهظة لاقتناء الأجهزة مع نقص ميزانية المؤسسات خاصتا في السنوات الاخيرة حيث الميزانية لا تكفي حتى لشراء كرات خاصة بنشاطات الجماعية ، هذا ما عاد بالسلب على الأساتذة ما جعلهم في مدة تدریسهم كانت طويلة او قصيرة لا يمتلكون خبرة في تدریس هذا النشاط، وحتى ولو أنهم تلقوا تكوينا في رياضة الجمباز خاصة في المرحلة الجامعية الا انه قليل ما عادى الدين تخصصوا في هذا المجال .

ومن هذا قمت في دراستي هذه بمحاولة حصر للأسباب العديدة وقدمت حلول من اجل تذليل هذه الصعوبات والمعوقات، رغم الدور الفعال لنشاط الجمباز في تنشيط الجسم ويخرج الفرد من عزلته ويكسب الثقة بالنفس وله دور فعال في بناء شخصية التلميذ. وخلصت في دراستي إلى ضرورة تسطير وتنفيذ نشاط الجمباز بالطور المتوسط في حصة التربية البدنية الرياضية لأنه وسيلة لتكوين التلاميذ عقليا وبدنيا، ويساهم في تنمية أنماط السلوك الاجتماعي من خلال التأثير الايجابي لشخصية الأستاذ. فكلي امل ان يتم استغلال هذه نتائج دراسية المتوصل إليها من اجل توظيفها فيما يخدم التلاميذ و التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات التربوية.

1. أحمد محمد الطيب. (1999). أصول التربية. القاهرة، بالأزاريطة: المكتب الجامعي الحديث بالأزاريطة.
2. أكرم زكي خطابية. (1997). المناهج المعاصرة في التربية الرياضية. عمان: دار الفكر.
3. السيد حسن شلتوت حسن معوض. (1986). التنظيم و الإدارة في التربية الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
4. القانون رقم 04/08 المتضمن القانون التوجيهي للتربية الوطنية المادة 18. (2008/01/23). الجزائر: الجريدة الرسمية.
5. اللجنة الوطنية للمناهج، الوثيقة المرافقة لمناهج مادة التربية البدنية والرياضية. (2004). الوثيقة المرافقة لمناهج مادة التربية البدنية والرياضية. الجزائر: اللجنة الوطنية للمناهج.
6. الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط. (2016). الوثيقة المرافقة. الجزائر: وزارة التربية الوطنية.
7. أمين أنور الخولي . (2001). أصول التربية البدنية و الرياضية - المدخل - التاريخ - الفلسفة. القاهرة: دار الفكر العربي.
8. رابح تركي. (1990). أصول التربية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
9. زرقان بلقاسم - عون نسرین مدكرة : معوقات نشاط الجمباز في الوسط المدرسي. (2021/2020). مدكرة : معوقات نشاط الجمباز في الوسط المدرسي. تبسة: جامعة العربي التبسي.
10. سلمى محمد جمعة. (1998). ديناميكيات العمل مع الجماعة. مصر: المكتب الجامعي الحديث.
11. صالح عبد العزيز. (1993). التربية وطرق التدريس. القاهرة: دار المعارف.
12. عباس أحمد صالح. (1981). طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية. العراق، بغداد: المكتبة الوطنية.
13. عدلي حسين بيومي. (1998). المجموعات الفنية في الحركات الأرضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
14. عزيزة سالم محمود. (2006). رياضة الجمباز بين النظري و التطبيقي. القاهرة: مركز الكتب.
15. مجلة التربية و التكوين. (1986). الجزائر: همزة وصل.

16. محسن علي عطية. (2009). البحث العلمي في التربية مناجه، أدواته، وسائله الإحصائية. عمان الأردن: دار المناهج للنشر و التوزيع.
17. محمد إبراهيم شحاتة. (2002). أسس تعليم الجمباز. مصر: دار الفكر العربي.
18. محمد الحماحي. أنور أمين الخولي. (1990). أسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية. القاهرة- مصر: دار الفكر العربي.
19. محمد عطية الأبرشي. (1993). روح التربية والتعليم. مصر: دار الفكر العربي.
20. محمد منير مرسي. (1994). أصول التربية. مصر: المطبعة النموذجية للأوفس.
21. هدى محمد. (1995). تأثير تنمية مرونة الخاصة على مستوى أداء بعض الحركات الارضية للاعبات الجمباز 8-10 سنوات. مصر: أطروحة ماجستير.
22. هشام صبحي حسن. (2003). مبادئ الجمباز الحديث. عوض ذهب.
23. وثيقة تربوية، دراسة استطلاعية حول إصلاح المنظومة التربوية. (2005). دراسة استطلاعية حول إصلاح المنظومة التربوية. الجزائر: دراسة استطلاعية حول إصلاح المنظومة التربوية.
24. وزارة التربية الوطنية، المناهج والوثائق المرافقة، السنة الثالثة من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي. (مارس 2006). السنة الثالثة من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي. الجزائر: مطبعة الديوان الوطني للتعليم عن بعد.
25. وزارة التربية الوطنية، من قضايا التربية، التربية البدنية. (1997). من قضايا التربية، التربية البدنية. الجزائر: المركز الوطني للوثائق التربوية.
26. يعقوب -عادل. (1990). النظريات و الاسس العلمية في تدريب الجمباز. القاهرة: دار الفكر العربي.

استمارات موجهة لأساتذة التعليم المتوسط

البيانات الشخصية:

الصفحة:  مكون  رئيسي  مرسوم

المستوى الدراسي:  ليسانس  ماستر  خريج معهد

تخصص في الجامعة او المعهد:

كرة قدم  كرة اليد  كرة الطائرة  كرة السلة  العاب القوى   
 السباحة  الجمباز  جيدو  تخصص اخر

الفرضية الأولى: "هناك نقص في الإمكانيات الخاصة بالنشاط التي تحول دون تقديم درس الجمباز في الطور المتوسط"

❖ هل لديك قاعة رياضية في المؤسسة؟  نعم  لا

❖ إذا لم تكن لديك قاعة هل تستطيع الذهاب إلى قاعة أخرى؟  نعم  لا

❖ هل لديك أجهزة خاصة بنشاط الجمباز؟  نعم  لا

❖ هل تملك بساط خاص بالجمباز؟  نعم  لا

❖ هل تشرف على نادي خارج المؤسسة؟  نعم  لا

❖ هل نقص ميزانية المؤسسة هو السبب في عدم توفير وسائل الجمباز؟  نعم  لا

❖ هل عدم توفير الأجهزة المخصصة لرياضة الجمباز سببا في العزوف عن الجمباز؟  نعم  لا

❖ إذا تم توفير الأجهزة هل سوف يتم تدريس نشاط الجمباز في متوسطتكم؟  نعم  لا

الفرضية الأولى: "هناك نقص في التكوين الأكاديمي لأساتذة التربية البدنية والرياضية الخاص بالنشاط الجمباز"

- ❖ هل نقص الخبرة يؤدي إلى عدم ممارسة نشاط الجمباز؟ نعم  لا
- ❖ هل تلقيت تكويناً في نشاط الجمباز مع المفتش؟ نعم  لا
- ❖ هل لديك رغبة في ممارسة نشاط الجمباز؟ نعم  لا
- ❖ هل تساعد رياضة الجمباز في تحسين الجانب التربوي للتلاميذ؟ نعم  لا
- ❖ هل تسطر نشاط الجمباز في برنامجك السنوي؟ نعم  لا
- ❖ هل لديك فكرة عن كيفية تقييم نشاط الجمباز حسب المنهاج؟ نعم  لا
- ❖ هل لديك تلاميذ يمارسون الجمباز في أندية خارج الصف؟ نعم  لا
- ❖ هل التهرب من ممارسة رياضة الجمباز راجع إلى خطورته؟ نعم  لا

## استمارات موجهة لتلاميذ التعليم المتوسط

البيانات الشخصية للتلميذ : ضع علامة ( X ) في الخانة المناسبة :

<input type="checkbox"/>	أنثى	<input type="checkbox"/>	ذكر	الجنس :
<input type="checkbox"/>	سنة الثانية متوسط	<input type="checkbox"/>	سنة الأولى متوسط	المستوى :
<input type="checkbox"/>	سنة الرابعة متوسط	<input type="checkbox"/>	سنة الثالثة متوسط	

الفرضية الثالثة: "عدم رغبة التلاميذ في ممارسة نشاط الجمباز "

ضع علامة ( X ) في الخانة المناسبة :

<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم	هل تعرف رياضة الجمباز؟	❖
<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم	هل تدرس نشاط الجمباز في مؤسستكم؟	❖
<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم	هل تخاف من الحركات الصعبة التي تدرسونها في حصة التربية البدنية والرياضية؟	❖
<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم	هل تمارس رياضة الجمباز خارج مؤسستكم (في النادي)؟	❖
<input type="checkbox"/>	لا	<input type="checkbox"/>	نعم	هل ترغب في دراسة نشاط الجمباز في مؤسستكم؟	❖
				اذا كانت الإجابة ب لا فما هي الأسباب :	❖
<input type="checkbox"/>				✓ خوف من الإصابة	
<input type="checkbox"/>				✓ الخجل	
<input type="checkbox"/>				✓ صعوبة الحركات	