



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم  
معهد التربية البدنية والرياضية  
قسم: التربية البدنية والرياضية  
تخصص: تربية وعلم الحركة  
مذكرة لنيل شهادة الليسانس في ميدان علوم والتقنيات النشاطات البدنية الرياضية  
تحت عنوان



## علاقة النشاط البدني الرياضي التربوي باكتساب المهارات الحركية

دارسه ميدانية اجريت على النلاميذ المرحلة الابتدائية (06-12) في بعض المدارس  
الابتدائية لولاية مستغانم

تحت إشراف د/ الاستاذ المشرف

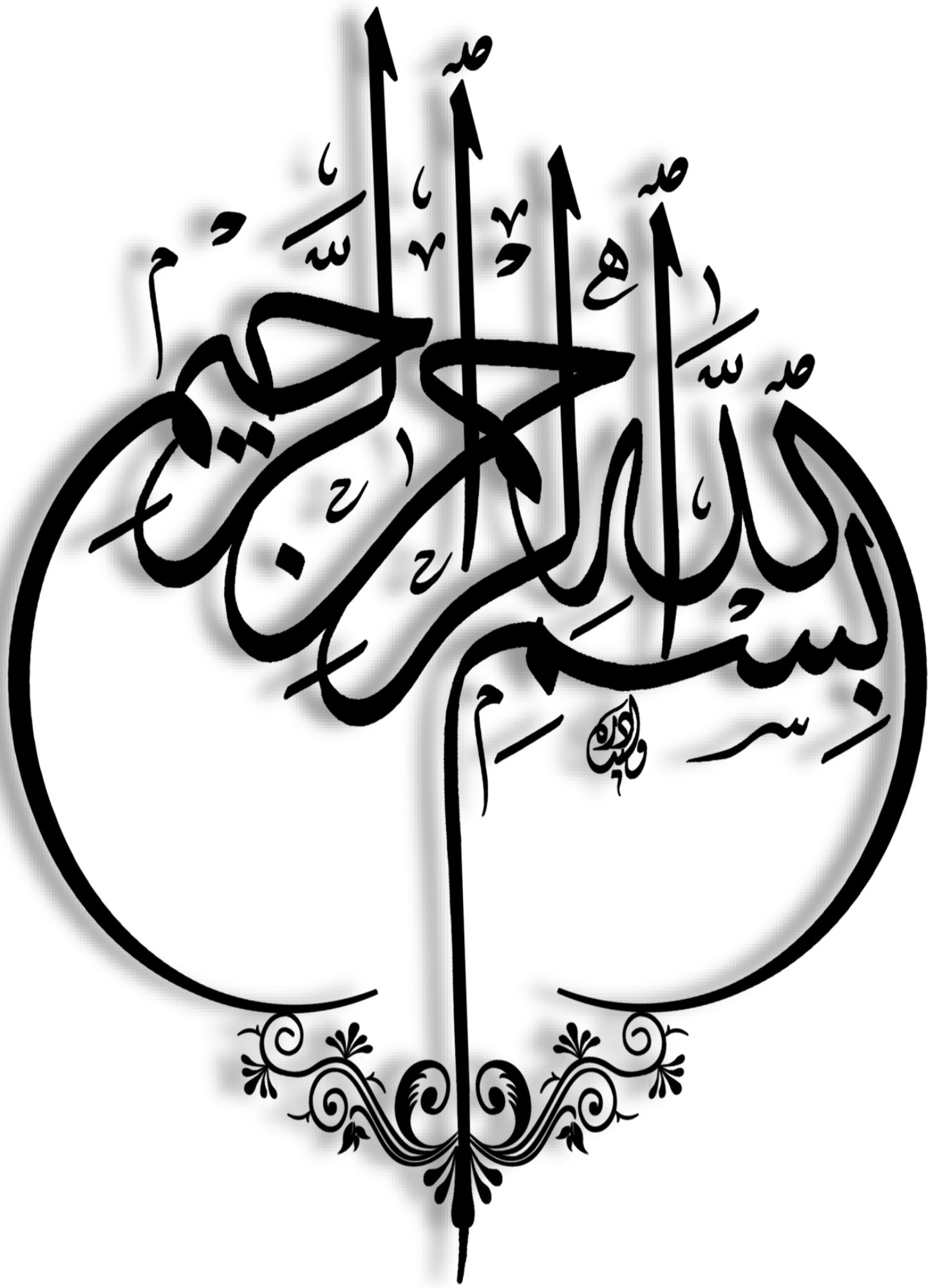
من إعداد الطلبة

- بن قاصد على الحاج محمد

- فاروق فراج

- بن يوب مشري

السنة الجامعية 2024/2023



# إهداء

احمد الله عزوجل على منه و عونہ على انتهاء هذا البحث  
اهدى هذا العمل المتواضع الي الوالدين الكريمين حفظهما الله و اطال في عمرهما  
الي ذلك الوجه الذي لم يفارقني طيلة حياتي الي ذلك القلب الحنون و الدافىء امي  
الغالية و الي الذي لم يبخل علي يوما بدعمه المعنوي و المادي ابي الغالي  
و الي اخي و صديقي و شريك هذا العمل " بن يوب مشري "  
ولكل من اعطاني يد العون من قريب او من بعيد و ساعدني في انجاز هذه المذكرة  
واخص بالذكر المشرف الدكتور بن قاصد علي الحاج محمد

طالب/ فاروق فراج

## إهداء

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات هذه ثمرة من الجهد و  
الاجتهاد اهدي هذا العمل المتواضع الى المنبع حنان... رمز  
العطف و المحبة على التي لن اوافيها حقها مهما قدمت لها الى  
من تقع الجنة تحت اقدامها و امرنا الرحمان بطاعتها امي  
الغالية الى الرمز و الفخر ... الذي شقى لي درب الحياة من  
اجل راحتي و الى الذي لن اردله قليل بما منحني ابي العزيز  
الى كل عائلتي اخواني و اخواتي و عائلتي و خاصة الى جدي  
و جدتي اطال الله في عمرهما تحية خاصة للأستاذ بن قاصد  
علي و الى كل الأساتذة و عمال معهد تربية البدنية و الرياضة  
طالب/ بن يوب مشري

## شكر و عرفان

قال تعالى في محكم تنزيله " وسيجزى الله الشاكرين " سورة ال عمران اية 144  
قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " من لم يشكر الناس لم يشكر الله " صدق  
رسول الله صلى الله عليه وسلم

الحمد لله ربي العالمين و الصلاة و السلام على اشرف المرسلين و بعد  
احمد الله و اشكره على فضله و نعمته في اتمام هذا البحث المتواضع  
و مما يدعونا واجب الوفاء و العرفان بالجميل ان نتقدم بالشكر العميق الى استاذنا  
الفاضل المشرف على بحثنا بن قاصد علي الحاج محمد الذي لم يبخل علينا  
بمعلوماته القيمة و ارائه الصائبة  
كما نتوجه بالشكر الخاص الى كل من ساهم من قريب او من بعيد في مساعدتنا على  
اتمام هذا البحث  
كما لايفوتنا ان نشكر كل اساتذة التربية البدنية و الرياضية و اساتذة معهد التربية  
البدنية و الرياضية

## ملخص

ومن هنا سنتنتج ان النشاط البدني الرياضي التربوي في اكتساب المهارات الحركية لذي تلاميذ الطور الابتدائي" وهذه غايات منه هو التعرف علي دور النشاط البدني الرياضي التربوي في اكتساب المهارات الحركية لذي تلاميذ الطور الابتدائي حياة الطفل، والتعرف علي تنمية المهارات الحركية وإبراز دور التربية البدنية والرياضية في تحسين الأداء الحركي للطفل، ولفت انتباه المسؤولين في قطاع التربية إلى إعطاء الأهمية الكافية لحصة التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي كما هو معمول به في الطور المتوسط والثانوي، وتم وضع فرضيتين هما "تساهم التربية البدنية والرياضية في النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية المهارات الحركية لذي تلاميذ الطور الابتدائي" واستخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث المراد عمله او القيام به، وتمثلت عينة البحث من 10 معلما من معلمي الطور الابتدائي، واعتمد الباحث علي تقنية الاستبيان التي تعتبر من أنجع الطرق للحصول علي المعلومات، واعتمد علي الأسلوب الإحصائي" برنامج الحزم الإحصائية للعلم الاجتماعية واستنتج الباحث أن النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية المهارات الحركية لذي تلاميذ الطور الابتدائي، وتحققت الفرضين وأوصي الباحث بإبراز أهمية التربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي، ومراعاة ظروف تطبيق حصة تربية بدنية والرياضية في المدرسة، ولفت انتباه المسؤولين علي ضرورة وجود مختص لحصة التربية البدنية والرياضية.

### الكلمات المفتاحية :

1/ النشاط البدني /2/ الرياضي التربوي /3/ التعلم الحركي /4/ المهارات الحركية /5/ تلاميذ الطور الابتدائي.

**Summary:**

De là, on conclura que « l'activité physique sportive éducative dans l'acquisition de la motricité chez les élèves du primaire » et cet objectif est d'identifier le rôle de l'activité physique sportive éducative dans l'acquisition de la motricité pour la vie des élèves du primaire, et d'identifier les développement des capacités motrices et souligner le rôle de l'éducation physique et sportive dans l'amélioration des performances motrices de l'enfant, et attirer l'attention des responsables du secteur éducatif sur l'importance accordée à l'enseignement de l'éducation physique et sportive au niveau primaire, comme c'est le cas C'est le cas au collège et au secondaire, et deux hypothèses ont été avancées : « L'éducation physique et le sport contribuent à l'activité physique, éducative et sportive dans le développement de la motricité des enfants ». « Les élèves du primaire » et le chercheur a utilisé l'approche descriptive en raison de son adéquation à la nature de la recherche à effectuer ou à réaliser. L'échantillon de recherche était composé de 10 enseignants du primaire. Le chercheur s'est appuyé sur la technique du questionnaire, considérée comme l'un des moyens les plus efficaces pour obtenir des informations, et s'est appuyé sur les statistiques. méthode « Programme Al-Hazm ». Statistiques pour les sciences sociales. Le chercheur a conclu que l'activité physique et sportive éducative dans le développement des capacités motrices des élèves du primaire était remplie. Le chercheur a recommandé de souligner l'importance de l'éducation physique et du sport dans le domaine. au niveau primaire, en tenant compte des conditions de mise en œuvre d'un cours d'éducation physique et sportive à l'école, et en attirant l'attention des responsables sur la nécessité de disposer d'un spécialiste pour la classe.

**les mots clés :**

1/ Activité physique 2/ Sports éducatifs 3/ Apprentissage moteur 4/ Motricité 5/ Élèves du primaire.

**résumé**

La problématique de l'étude a été définie comme suit : « L'activité physique sportive éducative

**Symmary:**

From here, it will be concluded that “educational physical sports activity in acquiring motor skills for primary school students” and this purpose is to identify the role of educational sports physical activity in acquiring motor skills for primary school students’ life, and to identify the development of motor skills and highlight the role of physical and sports education in Improving the motor performance of the child, and drawing the attention of officials in the education sector to giving sufficient importance to the physical education and sports class in the primary stage, as is the case in the middle and secondary levels, and two hypotheses were put forward: “Physical education and sports contribute to physical educational sports activity in developing the motor skills of children.” “Primary stage students” and the researcher used the descriptive approach due to its suitability to the nature of the research to be done or done. The research sample consisted of 10 primary school teachers. The researcher relied on the questionnaire technique, which is considered one of the most effective ways to obtain information, and relied on the statistical method “Al-Hazm Program.” Statistics for Social Science. The researcher concluded that educational physical and sports activity in developing the motor skills of primary school students. The two hypotheses were fulfilled. The researcher recommended highlighting the importance of physical education and sports in the primary stage, taking into account the conditions for implementing a physical education and sports class in the school, and drawing the attention of officials to the necessity of having a specialist for the class. Physical education and sports.

**key words :**

1/ Physical activity 2/ Educational sports 3/ Motor learning 4/ Motor skills 5/  
 Primary school study



# قائمة المحتويات

إهداء 1	01
إهداء 2	02
شكر و عرفان	02
ملخص بالعربية	03
ملخص بالفرنسية	04
ملخص بالإنجليزية	05
مقدمة	01
1-فرضيات الدراسة	02
1- الفرضية الأساسية للدراسة	02
1-2 الفرضيات الفرعية للدراسة:	02
2- أهداف الدراسة	03
1-2 الهدف الرئيس:	03
2- 2 الأهداف الفرعية:	03
3- أهمية الدراسة	03
4- الدراسات السابقة والمثابفة	04
5- مفاهيم أساسية لمصطلحات الدراسة	06
6-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	08
1-6 منهج الدراسة	08
2-6 مجتمع الدراسة	08
3-6-عينة الدراسة	08
4-6 مجالات الدراسة	09
7- أدوات الدراسة	09
1-7 أدوات الجانب التطبيقي	09
2-7 الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة	10

الفصل الأول : النشاط البدني الرياضي التربوي ..... 14

1- ماهية النشاط البدني الرياضي التربوي ..... 15

1-1: تعريف النشاط: ..... 15

1-2: تعريف النشاط البدني..... 15

1-3: تعريف النشاط البدني الرياضي ..... 15

2- أنواع النشاط البدني والرياضي التربوي: ..... 16

1-2 ألعاب هادئة ..... 17

2-2: ألعاب بسيطة: ..... 17

3-2: ألعاب المنافسة: ..... 17

3- خصائص النشاط البدني والرياضي التربوي: ..... 18

4- الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي التربوي: ..... 18

1-4: الدوافع المباشر : ..... 18

2-4: الدوافع غير المباشرة: ..... 19

5- الأسس العلمية للنشاط البدني الرياضي التربوي: ..... 19

1-5: الأسس البيولوجية: ..... 19

2-5: الأسس النفسية: ..... 20

3-5: الأسس الاجتماعية: ..... 20

6 - وظائف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي: ..... 20

1-6 النشاط البدني الرياضي لشغل أوقات الفراغ: ..... 20

2-6: النشاط البدني الرياضي لتنشيط الذهن: ..... 21

3-6: النشاط البدني الرياضي لتنمية التفكير: ..... 21

4-6: النشاط البدني لدعم مقومات الإنسان لمتابعة الحياة الحديثة: ..... 22

5-6: النشاط البدني الرياضي لإثراء العلاقات الاجتماعية: ..... 22

6-6: النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة وتحسينها: ..... 22

7- الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي: ..... 23

1-7: أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية البدنية: ..... 23

24	2-7: أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية والاجتماعية: .....
24	3-7: أهداف التربية البدنية والرياضية من الناحية الخلقية: .....
25	8- دور النشاط البدني التربوي في تطوير الجانب الاجتماعي: .....
28	<b>الفصل الثاني : التعلم الحركي والمهارات الحركية.....</b>
29	1- مفهوم المهارة.....
29	2- أنواع المهارات : .....
29	1-2- مفهوم المهارات الحركية: .....
29	2-2- أنواع المهارات الحركية: .....
30	2-2-1- المهارة الحركية الكبيرة: .....
30	2-2-2- المهارة الحركية الدقيقة: .....
30	3- مفهوم المهارة والمهارة الحركية الرياضية.....
31	1-3- أهمية المهارات الحركية: .....
31	2-3- العوامل التي تحدد المهارة في المجال الرياضي.....
32	3-3- تقسيم المهارات الحركية في المجال الرياضي.....
32	3-3-1- المهارات الحركية الأساسية: .....
33	3-3-2- المهارات الرياضية.....
33	3-4- تصنيف المهارات الحركية الرياضية.....
34	3-4-1- التصنيف على أساس التوافق البدني: .....
35	3-4-2- التصنيف على أساس النشاط: .....
36	3-4-3- التصنيف على أساس الترابط والإستمرارية: .....
38	4-4- التصنيف على أساس طبيعة ومتطلبات الأداء : .....
39	3-5- خطوات تعلم المهارات الحركية: .....
39	3-5-1- الشرح: .....
40	3-5-2- تقديم النموذج: .....
41	3-5-3- الأداء الأولي للمهارة: .....

41	4-5-3 الأداء الجيد للمهارة:
42	5-5-3 - الأداء الفائق للمهارة:
42	6-3 - طرق تعلم المهارات الحركية
43	1-6-3 - الطريقة الجزئية:
43	2-6-3 - الطريقة الكلية
43	II تعلم الحركي :
43	1- : تعريف التعلم :
44	2: تعريف التعلم الحركي :
44	3-:مراحل التعلم الحركي:
44	3-1-مرحلة التوافق الأولى للحركة :
45	3-2-مرحلة التوافق الجيد للحركة :
45	3-3-مرحلة ثبات الحركة:
46	4- نظريات التعلم الحركي :
46	4-1- نظرية التعلم الشرطي:
47	4-2- نظرية المحاولة والخطأ (الارتباطية)
48	5- طرق النقل في التعلم الحركي:
48	6-: منحني التعلم الحركي :
51	7- هضبة التعلم الحركي:
51	8- العوامل المؤثرة في التعلم الحركي:
51	8-1- التصميم على الهدف:
52	8-2- المخزن الحركي والتجارب الحركية
53	8-3- عرض الحركة وأهدافها:
56	<b>الباب الثاني : دراسة مدنية</b>
58	<b>الفصل الأول :الإجراءات المنهجية للدراسة</b>
58	1- الدراسة الإستطلاعية:
60	2- منهج البحث
60	3- مجتمع وعينة الدراسة:

61	1-3 مجتمع الدراسة:
61	2-3 عينة الدراسة:
62	4- متغيرات البحث:
62	1-4: المتغير المستقل
62	2-4 المتغير التابع:
63	5- وسائل وأدوات البحث:
63	1-5: الملاحظة:
63	2-5: الإستبيان:
63	6- مجالات الدراسة:
64	1-6 المجال الزمني
64	2-6: المجال المكاني:
64	3-6 المجال البشري :
64	7- الوسائل الإحصائية:
65	1-7 التكرارات والنسب المئوية:
65	2-7 اختبار T في حالة عينة واحدة (T-Test).

## الفصل الثاني : عرض وتحليل نتائج.....66-67

67	1- عرض وتحليل نتائج الإستبيان الخاص بالأساتذة:
67	2-1 عرض وتحليل نتائج المحور الأول: النشاط البدني الرياضي التربوي
81-68	3-1 عرض وتحليل نتائج المحور الثاني: إكتساب المهارات الحركية
93-82	2- استنتاج العام
94	3- الاقتراحات
96-95	خاتمة
99-97	قائمة المراجع
	ملاحق

## فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
	الاحصائيات الخاصة بالاستبانة	01
67	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا2) للسؤال رقم 01	02
69-68	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا ) 2 للسؤال رقم 02	03
70	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا2 للسؤال رقم03	04
71	بين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا2 للسؤال رقم 04	05
73-72	بين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا2 للسؤال رقم 05	06
74	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا ) 2 للسؤال رقم 06	07
76-75	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا ) 2 للسؤال رقم07	08
77	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا ) 2 للسؤال رقم08	09
78	بين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا2 السؤال رقم 09	10
80-79	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا2) للسؤال رقم10	11
82-81	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم(كا ) 2 للسؤال رقم 01	12
83	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم(كا ) 2 للسؤال رقم 02	13
85-84	يبين التكرارات لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 03	14
86	يبين التكرارات لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 04	15
87	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم(كا ) 2 للسؤال رقم 05	16
89-88	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم(كا ) 2 للسؤال رقم 06	17
91	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا) للسؤال رقم07	18
92	يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا2) للسؤال رقم 08	19

## فهرس الاشكال

الصفحة	عنوان الأشكال	رقم الشكل
50	يوضح منحني التعلم الحركي	01
68	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 01	02
69	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 02	03
71	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 03	04
72	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 04	05
73	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 05	06

75-74	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 06	07
76	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 07	08
77	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 08	09
79-78	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 09	10
80	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 10	11
82-81	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 01	12
84-83	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 02	13
85	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 03	14
86	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 04	15
88-87	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 05	16
89	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 06	17
91-90	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 07	18
93-92	يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 08	19



مقدمة

## مقدمة:

تعتبر الطفولة مرحلة أساسية من عمر الإنسان حيث تشغل ما يقرب ربع حياته ولأحداثها آثار واضحة في بقية عمره سواء أكان ذلك في السلوك أو الصفات الشخصية يتعلم الطفل المهارات المختلفة التي تساعد في الحياة المستقبلية ، أيضاً لما لهذه المرحلة النمائية من خصائص وانعكاسات على الطفل وتنشئته، ونموه في المراحل العمرية

يعتبر الطفل في المناهج الحديثة المحور الأساسي في جميع نشاطاتها فهي تدعوه دائماً الى النشاطات الذاتية ، وتنمي فيه عنصر التجريب والمحاولة والاكتشاف وتشجعه على اللعب الحر، وترفض مبدأ الاجبار والقسر بل تركز على مبدأ المرونة والابداع والتجديد والشمول وهذا كله يستوجب وجود نظام تربوي يستند على أحدث ما توصلت إليه نتائج البحث التربوي في المجالات التربوية، الرياضية ، من خلال جسم الطفل والتي يطلق عليه المهارات الحركية الأساسية.

فبمجرد أن يدخل الطفل المدرسة الابتدائية وهو في سن الست سنوات تبدأ ملامح تأثير النفس على الجسد فنجد هذه المرحلة كثير الحركة ومحب للمغامرة وشغوف للاكتشاف وغيرها، فهناك تبرز أهمية الأنشطة الملقنة التي يستمتع بها الأطفال، وبما أن التوافق الحسي الحركي يعتبر نظاماً تربوياً هادفاً وتقدمياً ثرياً بمختلف الخبرات يستمر خلال سنوات الطفولة حتى البلوغ ينتظر منها تنمية ملاحظات الطفل و مفاهيمه وقدراته وإدراكه للحركة و جميع المهارات المتعلقة بها، لتكسبه المعرفة بكل مستوياتها فيعود الطفل علي مثل هذه المهارات المكتسبة ليوطورها في المراحل الدراسية القادمة، ذلك أن قدرات الطفل العقلية والمعرفية تكون سريعة النمو في السنوات الست الأولى قياساً إلى مراحل العمر، لهذا أوصي معظم العلماء والباحثين والمهتمين بشؤون الطفل بضرورة استغلال مرحلة الطفولة في بناء الأساس القوي ولعمليتي التعلم والتعليم مؤكداً التوافق الحركي الذي يؤدي المهارات التي يحتاجها الأفراد باختلاف المجتمعات والأزمنة، كما تختلف من حيث الأهمية باختلاف التطورات والتغيرات الحاصلة في العالم. فالتقدم العلم والتكنولوجي المتسارع يتطلب تطويراً وتغييراً في المهارات الحياتية لمواكبة هذا التقدم والتطور وبما يشبع حاجات الأفراد ورغباتهم. فالتحديات التي يواجهها الأفراد من الطفولة إلى الشيخوخة تتطلب منهم اكتساب مهارات حياتية مختلفة لمنحهم القدرة على التكيف مع المحيط و العيش بسعادة

وبما أن النشاط البدني الرياضي يعد وسيلة لتحقيق واكتساب الفرد للمهارات، ويمكن تحقيق هذه الاحتياجات والسلوكيات عن طريق مختلف الأنشطة الرياضية واللعب والترويح، لهذا فإن هدف النشاط البدني الرياضي هو خدمة حالة الفرد النفسية والاجتماعية بدرجة كبيرة، وفي هذا الصدد يشير "جوداس وآخرون أن النشاط البدني الرياضي بيئة مناسبة لتعلم المهارات الحياتية، والتي هي منقولة لمجالات الحياة الأخرى، حيث حيث تشمل هذه المهارات القدرة الحركية

ولذلك تعد ممارسة النشاط البدني الرياضي أحد أهم الأنشطة العامة ضمن البرامج التربوية والتي تهدف إلى إعداد الفرد لمجتمع يكون فيه فائدة، كما أن النشاطات الرياضية الجماعية والفردية من أهم النشاطات البدنية والرياضية فهي الأساس لصحة الأجسام وسلامة العقول"

وعليه نستطيع القول بأن التربية البدنية والرياضية كمادة دراسية ليست شيئاً مضافاً إلى البرنامج المدرسي بل تعتبر هامة جداً بحيث توجه التلميذ توجيهها صحيحاً يكسب من خلاله المهارات اللازمة، ويشارك في النشاطات التي تفيد صحياً، بدنياً عقلياً اجتماعياً، ونفسياً، فمن الناحية الصحية فهي تساهم في التكوين الصحيح والسليم لمختلف وظائف الجسم، والمتمثلة في سلامة الجهاز الدوري والتنفسي والعصبي والعضلي، وسلامة العظام أيضاً، أما من ناحية التطور الحركي فهي تساعد المراهق على الشعور بجسمه وتحسين قدراته البيولوجية، أما من الناحية الاجتماعية فالتربية البدنية تسعى إلى تنمية الروح الاجتماعية للتلميذ، والمتمثلة في حسن معاملة والتعامل مع الآخرين ومعرفة الحقوق والواجبات التي يلتزم بها الفرد إزاء مجتمعه وتقبل القوانين والإحساس بالمسؤولية.

ولقد تمّ اختيارها على أسس علمية من أجل تنمية بعض المهارات والحركية على اعتبار أنّ هذه الألعاب تهدف إلى تنمية التوافق العصبي العضلي. من خلال ما تقدم فإنّ إشكالية دراستنا تتمحور في التساؤل الآتي:

**ما علاقة النشاط البدني الرياضي التربوي بالاكْتساب المهارات الحركية لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية (06-12) سنة**

وذلك من خلال الإجابة على الأسئلة الآتية:

- ✓ ماهو الدور النشاط البدني الرياضي التربوي بالاكْتساب المهارات الحركية ؟
- ✓ هل توجد فروق ذات دلالة في النتائج الاستبتيان المتحصل عليها في نشاط البدني الرياضي التربوي بالاكْتساب المهارات الحركية لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية(06-12) سنة؟

### 1-فرضيات الدراسة

#### 1- الفرضية الأساسية للدراسة:

- توجد علاقة بين حصة التربية البدنية الرياضية وتحسين بعض المهارات الحركية (الجري والقفز) لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية 6 الى 12 سنة.

#### 2-1 الفرضيات الفرعية للدراسة:

- ✓ للنشاط البدني الرياضي التربوي دور ايجابي بالاكْتساب المهارات الحركية .

✓ توجد فروق ذات دلالة في النتائج الاستبتيان المتحصل عليها في نشاط البداني الرياضي التربوي بالاكْتساب المهارات الحركية لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية(06-12) سنة.

## 2- أهداف الدراسة

1-2 الهدف الرئيس: معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحركية لتلاميذ الطور الابتدائي؟

### 2-2 الأهداف الفرعية:

✓ التعرف الدور النشاط البدني الرياضي التربوي بالاكْتساب المهارات الحركية .  
 ✓ معرفة فروق ذات دلالة في النتائج الاستبتيان المتحصل عليها في نشاط البداني الرياضي التربوي بالاكْتساب المهارات الحركية لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية(06-12) سنة.

## 3- أهمية الدراسة

نظرا أهمية موضوع الدراسة يحمل في أعماقه الكثير من المؤشرات و الدلالات التي تبرز أهميته، حيث تسلط الضوء على ممارسة التربية البدنية والرياضية داخل المدارس الابتدائية على وجه الخصوص، كونها تبحث في أثر برنامج تروحي مبني على الألعاب وأثره في تنمية وتطوير بعض المهارات الحركية على عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، ومنه فإن أهمية الدراسة تظهر في الجوانب الآتية:

- تنمية القدرات الحركية لدى الفئة العمرية ما بين 6 لى 12 في النشاطات البداني في إكْتساب المهارات الحركية في طور الابتدائي
- توفير الألعاب الخاص بالنشاط البدني الرياضي لدى الفئة في الفئة العمرية 6 الى 12 داخل المؤسسات الابتدائية وغاياتها وتحقق أهداف التربية البدنية النشاطات الرياضية في المجل التربوي التربوية .

## 4- الدراسات السابقة والمشابهة

1- دراسة حماء (1996): هدفت الدراسة التعرف على تأثير النشاطات البداني الرياضي في اكتساب المهارات الحركية في مرحلة الابتدائية استخدام النشاطات الرياضي والمهارات الحركية المقترحة على تنمية القدرة على التعلم لأطفال المرحلة الابتدائية، وتناولت الدراسة عينة مكونة من 32 تلميذا من الصف الرابع ابتدائي، استخدم الباحث المنهج التجريبي بنظام المجموعة الواحدة، من أهم النتائج أن هذه الألعاب المقترحة والتي اشتملت على مجموعة من الحركات المختلفة والمتنوعة، ساعدت على تنمية القدرة على التعلم الحركي ولها تأثير إيجابي على تنمية تلك القدرة.

2- دراسة إبراهيم (2004): هدفت الدراسة على تأثير النشاطات البداني الرياضي في اكتساب المهارات الحركية في مرحلة الابتدائية استخدام النشاطات الرياضي والمهارات

الحركية في تطوير مستوى القابلية الذهنية للأطفال، أقيمت الدراسة على عينة متكونة من 40 طفلاً 20 إناثاً و20 ذكوراً، استخدم الباحث المنهج التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى أن الألعاب الشعبية المقترحة والتي شملت على مجموعة من الحركات المتنوعة المختلفة مكنت من تطوير مستوى القابلية الذهنية.

3- دراسة دارا عزيز (2011): هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الألعاب الشعبية في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية لتلاميذ الصف الرابع والخامس الابتدائي بعمر (6-12)، وأقيمت الدراسة على عينة من تلاميذ الصف الرابع والخامس من مدرسة الجامعة الابتدائية للبنين في الساحل الأيسر من مدينة الموصل والبالغ عددهم (109) تلاميذ، وعدد أفراد العينة 40 تلميذاً، استخدم الباحث المنهج التجريبي، كما استخدم مجموعة من الاختبارات الخاصة لقياس بعض القدرات البدنية والحركية، ومن أهم النتائج المتوصل إليها أن النشاطات الرياضي والمهارات الحركية لها تأثير كبير ومباشر على تطوير القدرات البدنية لتلاميذ الصف الرابع والخامس بعمر 12 سنة.

4- دراسة كمش (2012): هدفت الدراسة إلى توظيف الألعاب الشعبية في درس التربية البدنية والرياضية لأجل تطوير النشاطات البدني الرياضي في اكتساب المهارات الحركية في مرحلة الابتدائية على اعتبار أنها ألعاب تساهم في تنمية التوافق العضلي العصبي، وهي الأصل في الملاحظة والإدراك وطبقت الدراسة على عينة ضمت 60 تلميذاً من التلاميذ بعمر (06-08) سنوات في الصف الأول الابتدائي في مدرسة ديالي بالعراق، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذا التصميم التجريبي لمجموعتين ضابطة وتجريبية، كما استخدمت مجموعة من الأجهزة والأدوات في تطبيق الاختبارات، ومن أهم النتائج المتوصل إليها أن للألعاب الشعبية لها دور هام وكبير في تنمية المهارات حركية بالمقارنة مع الألعاب الرياضية العادية.

5- دراسة قويدر بن براهيم (2018): هدفت الدراسة على تأثير برنامج من الألعاب الصغيرة في النشاطات البدني الرياضي في اكتساب المهارات الحركية في لطفل ما قبل المدرسة (4-6) سنوات على عينة تكونت من 48 طفلاً لغرض التعرف على مدى تأثير البرنامج باعتماد المنهج التجريبي وبتوظيف مجموعة اختبارات لقياس المهارات الحركية وتوصلت النتائج إلى فاعلية استخدام هاته الألعاب ساهمت في تطوير المهارات الحركية الأساسية ورفع كفاءات الإدراك - حركي لطفل ما قبل المدرسة، وأن هناك فروقا إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

6- دراسة مقشوش وآخرون (2020): هدفت الدراسة إلى التعرف على الدور الذي تلعبه النشاطات البدني الرياضي في اكتساب المهارات الحركية في مرحلة الابتدائية، شملت الدراسة عينة من (70) طفلاً لأطفال المرحلة التحضيرية مختارين بالطريقة العشوائية، وذلك باعتماد المنهج التجريبي وتوظيف مجموعة من الاختبارات لقياس القدرات الإدراكية حركية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج ولصالح المجموعة التجريبية في جميع بنود الاختبار.

7- دراسة عويني (2020): هدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج الألعاب الحركية في تنمية بعض النشاطات البدني الرياضي في اكتساب المهارات الحركية في مرحلة الابتدائية وطريقة احتساب وصفة التوازن لأطفال الابتدائي (6-7 سنوات)، اعتمد الباحث على المنهج التجريبي، شملت عينة الدراسة 22 تلميذا تم تقسيمهم بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بواقع 11 تلميذا لكل مجموعة، استخدم الباحث مقياس (دايتون) المسحي للإدراك للأطفال، وخلصت الدراسة أن البرنامج المقترح من الألعاب الحركية والتقليدية أثر ايجابي على صفة التوازن وبعض النشاطات البدني الرياضي في اكتساب المهارات الحركية في مرحلة الابتدائية

### 5- مفاهيم أساسية لمصطلحات الدراسة

1- **الطور الابتدائي:** ويقصد بها مرحلة التعليم المحصورة بين مرحلة التحضيري ومرحلة المتوسط وهي التي توافق المرحلة العمرية بين 6 و 12 سنة .

2- **الممارسة الرياضية :** تمارين منظمة وألعاب ذات أصول وقواعد يقصد بها إلى تقوية الجسم، وتغذية العقل وتهذيب النفس بإكتساب المهارات الحركية والنشاطات البدنية كالمثابرة .  
2.1- **الأثر أثر يؤثر تأثيرا :** إحساس يحدثه عامل ما من العوامل في النفس والجسم والعقل والسلوك، وقع أو انطباع يخلفه شيء في النفس، نتيجة تحدثها خاصية شيء ما أو قدرته الفاعلة كإفعال في العقل والقلب، تحرك المشاعر أو اهتزازها النتيجة التي يمكن أن تكون الواقعة معينة على مجرى قضية، وقع جمالي يسعى لإحداثه في النفس باستعمال بعض الطرق الفنية، وقع يسعى إليه ببعض الحركات أو التمارين أو الوضعيات وغيرها، تغيير في السلوك والتصرفات والانفعالات .

2- **النمو :** نما ينمو نموا؛ نما الشيء زاد وكثر ارتفع، بلغ ، وصل يشير مفهوم النمو من الناحية النفسية إلى جملة التغيرات التي تحدث عند الإنسان أو الحيوان منذ لحظة الإخصاب وحتى الوفاة وينطبق هذا المصطلح على التغيرات المنتظمة التي تستمر لفترات طويلة نسبيا، أما التغيرات المؤقتة فلا تعتبر نموا، وهو كذلك ارتقاء خصائص الكائن الحي سواء

### 3- الترويح:

- مصطلح الترويح مشتق من أصل لاتيني عرف بالإنجليزية **Recréation** وتعني التجديد والخلق والابتكار، وقد تم استخدامه في بادئ الأمر لتعريف النشاط الإنساني الذي يتم اختياره عن دافع شخصي والذي يؤدي إلى تنشيط الفكر ليكون قادرا على ممارسة عمله.
- الترويح هو نشاط اختياري ممتع للفرد ومقبول من المجتمع يمارس في أوقات الفراغ، ويسهم في بناء الفرد وتنميته

4- **المهارات والنشاطات الحركية:** هي القدرة على توظيف ميكانيكية الجسم لأداء الواجب الحركي بدرجة تمكن الفرد من إنجاز هدف أو عمل معين ومدى السيطرة على هذا الأداء وتميزه بالتوافق والتحكم والوعي

### 6- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

## 1-6 منهج الدراسة

اعتمدنا في هذه الدراسة على التصميم التجريبي للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين (التجريبية والضابطة) والذي يعتمد أساسا على قياسا قبليا (قبل إجراء التجربة)، ثم قياسا بعديا (بعد إجراء التجربة)، مع عدم تعرض المجموعة الضابطة للمتغير التجريبي (البرنامج التروحي المقترح من الالعب التقليدية)، والفروق الموجودة بين القياسين (القبلي والبعدي) تثبت أو تنفي صحة فروض الدراسة.

## 2-6 مجتمع الدراسة

يعتبر مجمع الدراسة والذي يتكون من أطفال المرحلة الابتدائية لمدينة مستغانم المسجلين في السنة الدراسية (2023 – 2024) والبالغ عددهم (45700) طفلا من غير التحضيري مقسمين على (4587) فوجا وفق إحصائيات الخريطة المدرسية التابعة لمديرية التربية لولاية مستغانم الموقع الرسمي للولاية مستغانم

## 3-6 عينة الدراسة

تتكون العينة الأساسية للدراسة من 05 استاذ تلميذا يشكلون فوجين للسنة الثالثة ابتدائي من ابتدائية دردور بلقاسم بسلامندر لقد قمنا في اختيار عينا من الافواج يمثل المجموعة التجريبية وقوامها (35) تلميذا والآخر يمثل المجموعة الضابطة وقوامها (35) تلميذا، وتم اختيار هذين الفوجين بعد تطبيق اختبارات المهارات الحركية على (250) تلميذا يشكلون (06) أقسام للتعليم الابتدائي من (03) ابتدائيات من المقاطعة الإدارية الأولى مستغانم والمقاطع الادارية رقم 01 ابتدائية دردور بلقاسم بسلامندر ، وقد تم اختيار هذه المقاطعة عشوائيا من اجل التكوين و التحضير الجانب البدني الرياضي والنشاطات الحركية لمديرية التربية لولاية مستغانم

## 4-6 مجالات الدراسة

أجريت الدراسة الميدانية، على مستوى المدارس الابتدائية التابعة للمقاطعة التربوية السادسة لمديرية التربية لولاية مستغانم ، والمقدر عددها (06) ابتدائيات للسنة الدراسية 2024/2023 وفق إحصائيات الخريطة المدرسية التابعة لمديرية التربية لولاية مستغانم ، وتم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح والمعتمد على الالعب التقليدية بابتدائية دردو بلقاسم بسلامندر .

## 7- أدوات الدراسة

- لقد شكلت أدوات ضبط العينة: تم تصميم البيانات من التلاميذ بغرض ضبط خصائص العينة تشمل (المستوى التعليمي للوالدين، العمر الزمني، مستوى الذكاء، الترتيب الميلادي)، كما تم قياس مستوى المهارات الحركية قبل تطبيق البرنامج.

## 1-7 أدوات الجانب التطبيقي:

• يعتبر الجانب التطبيقي هو مجموع من استبيان يضم من قدرات وعناصر اللياقة البدنية التي تتماشى مع متطلبات المرحلة العمرية (6-12) سنة عرضت على مجموعة من الأساتذة والمحكمين لأخذ آراءهم حول القدرات البدنية التي يمكن توظيفها في هذه الدراسة.

• استبيان يضم مجموعة من الاختبارات المقننة عرض على الأساتذة المحكمين وأهل الاختصاص للأخذ بآرائهم حول أنسب الاختبارات التي تقيس بثبات وصدق وموضوعية المتغير التابع المراد قياسه.

• ومن هنا نستنتج ان استبيان يشمل عدد من الألعاب التقليدية الخاصة بمنطقة مستغانم عرض على الأساتذة المحكمين للأخذ بآرائهم حول أنسب الألعاب التي يمكن تطبيقها على المرحلة العمرية (6-12) سنة والتي يرجى من خلالها تطوير بعض النشاط البدني الرياضي في اكتساب المهارات حركية.

• هي مجموع من الاختبارات التي اعتمدها في مجموعة من الاختبارات المقننة بعد ترشيحها من بعض المحكمين في النشاطات البدني الرياضي في اكتساب المهارات الحركية في مرحلة الابتدائية والمتمثل في اختبارات (نط الحبل – الجري حول الدائرة – المشي على العارضة - اختبار الجري لمسافة 20 م وعرض 2 م –) ثم عرضها ومناقشتها مع خبراء متخصصين.

## 7-2 الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

1. صدق المحتوى: شملت هذه المرحلة الاستطلاع حول آراء عدد من الأساتذة ، وذلك للاسترشاد بآرائهم وعددهم 5 محكما.

2. الصدق التمييزي: بعد ترتيب درجات المقياس تنازليا من الأكبر إلى الأصغر تمت المقارنة بين 33% من المستوى العلوي مع 33% من المستوى السفلي، ثم طبق بعد ذلك اختبار «ت» لدلالة الفروق بين متوسطي لعينتين وأسفرت النتائج على القدرة التمييزية للاختبار.

3. لقد تم التثبيت البيانات وتحليلها عن طريق الاختبار وإعادة الاختبار المهارات حركية : قمنا بإجراءات أولية، وهذا من أجل حساب معامل الثبات لكل اختبار بطريقة (اختبار- إعادة اختبار)، حيث طبقت الاختبارات الأولى على عينة من التلاميذ عددها 20 تلميذا، وبعد أسبوعين قمنا بإعادة الاختبار على نفس الأفراد في نفس الظروف، من خلال هذه الخطوة، تناولنا تلك الاختبارات بالتجريب للتأكد من ثقلها العملي، بعد تجميع النتائج وحساب الارتباط بين التطبيقين وبلغ معامل الثبات (0.74)، ومنه تبين أن الاختبار يتمتع بمعنوية عالية من الاستقرار والثبات.





# الباب الأول دارسة النظرية

#### تمهيد

يعتبر النشاط الرياضي من أهم وسائل التعبير عن الذات بالنسبة للأفراد بمختلف أعمارهم وعن رغباتهم وميولهم وكذلك مواهبهم عن طريق اللعب كما يعمل على تنشيطهم من الناحية الفيزيولوجية والنفسية فيرفع من مردودهم البدني والذهني مما يؤدي إلى إخراجهم من روتين الحياة اليومية. أما من الناحية الاجتماعية فهو يحقق التكوين الاجتماعي والاتجاهات المرغوب فيها، ولكي يتحقق كل هذا يتطلب التوجيه التعليمي والمهني الصحيح ويرجع ذلك بالدرجة الأولى إلى أستاذ التربية البدنية والذي يجب عليه أن يعي جيدا ويقوم بعمله على أحسن وجه إزاء هذا النشاط ويكون بمراعاة دوافع التلاميذ ورغباتهم في الممارسة الرياضية لتدعيمها وتوجيهها حتى يستطيع النجاح في عمله، أما من الناحية النفسية تهدئته وصرف طاقته الداخلية وفق ما يعود بالفائدة على بدنه وفكره فبالممارسة يتعلم كيف يواجه مشاكله وحل عقده ومشاكله النفسية، فيتعلم المثابرة وعدم الاستسلام ومواجهة الواقع مهما كان نوعه والاعتماد على نفسه في تلبية حاجياته اليومية ومتطلبات الحياة فالمهارة الحركية التي ينجزها التلميذ في المنافسة جوهر أداء النشاط الرياضي التربوي وفي اكتساب المهارات الحركية الرياضية وهي وسيلة في تطوير النشاطات البدنية الرياضي كما إنها تعتبر نوع من العمل يقتضي استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق انجاز بدني خاص، وتمتاز المهارات الحركية في الألعاب الرياضية بأنها تعتمد على شكل أساسي على الحركة، حيث تقوم كل النشاطات الرياضية على أداء مهارات حركية معقدة ومتعددة، هذه المهارات الحركية ساهمت بشكل كبير في إكساب الأداء الجمالي.

# الفصل الأول

## النشاط البدني الرياضي التربوي

## تمهيد

يكتسي النشاط البدني الرياضي التربوي في الاكتساب المهارات الحركية في تعيل كما تعرف عبر كفاءته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية والتي إتخذت أشكالاً إجتماعية كاللعب، التمرينات البدنية، التدريب البدني ، الرياضة، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأنشطة الجانبية النافعة لها على النواحي النفسية الإجتماعية العقلية المعرفي الحركية المهارية، الجمالية والفنية، وهذه الجوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلاً متكاملًا، وتمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في إطار ثقافي وتربوي بحيث تعتبر التربية البدنية والرياضية هي التتويج العصري لفوائد هذه الأنشطة، التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى الوطني، وهذا ما سيكون محور دراستنا في هذا الفصل الذي سنتناول فيه أبرز الجوانب المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية.

## 1- ماهية النشاط البدني الرياضي التربوي

يعتبر النشاط البدني الرياضي أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيماً وأرفع مهارة من الأشكال الأخرى ويعرفه أمين أنور الخولي بأنه نشاط بشكل خاص وهو جوهر المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها .

### 1-1: تعريف النشاط:

يعتبر النشاط الرياضي من أهم وسائل التعبير عن الذات بالنسبة للأفراد بمختلف أعمارهم وعن رغباتهم وميولهم وكذلك مواهبهم عن طريق اللعب كما يعمل على تنشيطهم من

## الفصل الأول : النشاط البدني الرياضي التربوي

الناحية الفيزيولوجية والنفسية فيرفع من مردودهم البدني والذهني مما يؤدي إلى إخراجهم من روتين الحياة اليومية هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية<sup>1</sup>.

### 2-1: تعريف النشاط البدني

يقصد به المجال الكلي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والتربص في مقابل الكسل والوهن والخمول، في الواقع فإن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان، والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام ولقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال وأطوار الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء بيرز Iarsen الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى<sup>2</sup>.

### 3-1: تعريف النشاط البدني الرياضي

يتميز النشاط البدني والرياضي أحد الأشكال الراقية للظاهر الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيماً والأفرع من الأشكال الأخرى للنشاط البدني.

كما عرفها "مات "فيف" بأنه : نشاط ذو شكل خاص وهو المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تجديدا لها، وبذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط في حد ذاته، وتضيف "كوسولا" أن التنافس سمة أساسية تضي على النشاط الرياضي طابعا إجتماعيا ضروريا وذلك لأن النشاط الرياضي انتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن إجتماعي ثقافي.

أو نسبة إليه، كما أنه مؤسس أيضا ، ويتميز النشاط الرياضي عن بقية ألوان النشاط البدني بالاندماج البدني الخالص، ومن دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط على أنه نشاط رياضي قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة وهذه القواعد تكونت على مدى التاريخ سواء قديما أو حديثا والنشاط الرياضي يعتمد أساسا على الطاقة البدنية للممارس وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط وطرق اللعب<sup>3</sup>.

1 - محمد الحمادي، أنور خولي، أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص 29.

2 - امين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص120.

3 - امين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع ، سلسلة عالم المعرفة ، الكويت، 1996، ص32

ومن خلال نجد ان النشاط البدني الرياضي هو مجموعة من المهارات ومعلومات وإتجاهات يمكن أن يكتسبها الفرد دون سن معين يوظف ما تعلمه في تحسين نوعية الحياة نحو المزيد من تكيف الفرد مع بيئته ومجتمعه، حيث أن ممارسة النشاط البدني والرياضي لا تقتصر المنافع على الجانب الصحي والبدني فقط، إلا أنه يتم التأثير الإيجابي على جوانب أخرى ألا وهي نفسية واجتماعية العقلية المعرفية، الحركية والمهارية، الجمالية والفنية وكل هذه الجوانب تشكل شخصية الفرد شاملا منسقا متكاملًا<sup>1</sup>.

## 2- أنواع النشاط البدني والرياضي التربوي:

إذا أردنا أن نتكلم عن نواحي النشاط والتربية الرياضية، كان من الواجب معرفة أن هناك نشاط ممارسة الفرد وحده وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الإستعانة بالآخرين في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط نجد الملاكمة، ركوب الخيل المصارعة المبارزة ، السباحة، ألعاب القوى، رمي الرمح، رمي القرص تمرينات الجمباز. وأما النشاط الآخر فيمارسه الفرد داخل الجماعة ما وهو يسمى بنشاط الفرق نجد: كرة السلة كرة اليد كرة الطائرة فرق التنابغ في السباحة الجري، ورياضة الهوكي.

أمثله ومن هذا التقييم من الناحية الإجتماعية لكن يمكننا تقسيمه حسب أوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يؤدي بها هذا النشاط فمن النشاط ما يحتاج إلى كرات أو أدوات خاصة وبعضها لا يحتاج إلى ذلك ومنها<sup>2</sup>.

### 1-2 ألعاب هادئة

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

### 2-2: ألعاب بسيطة:

ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال.

### 3-2: ألعاب المنافسة:

تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي، ومجهود جسماني يتناسب مع نوع هذه الألعاب ويتنافس فيها الأفراد فردياً وجماعياً، إذن بما أن المنافسة يشترط توفر خصمين أو منافسين فلا بد من توفير جميع الشروط من قبل أحد المتنافسين من أجل تحقيق الفوز.

1 - علي يحي المنصور، الثقافة والرياضة، الجزء الأول ، ط1، مصر، 1971، ص 209  
2 - محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النشر، القاهرة، 1965، ص 17

## الفصل الأول : النشاط البدني الرياضي التربوي

وفيما يخص النشاط الرياضي المرتبط بالمدرسة والذي يدعى بالنشاط اللاحقي للتربية البدنية، فإنه يعتبر أحد الأجزاء المكمل لبرنامج التربية البدنية ومحقق نفس أصدائها، وينقسم بدوره إلى نشاط داخلي ونشاط خارجي.

### 3- خصائص النشاط البدني الرياضي :

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص أهمها :

- ✓ النشاط البدني الرياضي عبارة عن نشاط إجتماعي و هو تعبير تلقائي عن متطلبات الفرد و المجتمع .
- ✓ يتسم النشاط البدني الرياضي بصورة توضح التدريب ثم التنافس .
- ✓ يعتبر التدريب و المنافسة الرياضية أهم أركان النشاط البدني الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات و الأعباء البدنية التي يحتاجها<sup>1</sup>.
- ✓ يتميز النشاط البدني الرياضي بحدوثه في جمهور غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث كثير من الأمور الحياة .
- ✓ يحتوي النشاط البدني الرياضي على عدة مزايا مفيدة تساعد الفرد في ذهنه .
- ✓ النشاط البدني الرياضي له أثر واضح أثناء الفوز والهزيمة و ما يرتبط بكل منهما من النواحي السلوكية

### 4-الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي التربوي:

كما أن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تنقسم إلى دوافع مباشرة ، ودوافع غير مباشرة ، أما الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي فتتلخص في الإحساس بالرضا والإشباع نتيجة للنشاط البدني، والمتعة الجمالية بسبب الحركات الذاتية للفرد وجمالها ، ورشاققتها، والشعور بالارتياح نتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق الممارسة للنشاط الرياضي بصورة مباشرة وغير مباشرة، وتتمثل هذه الدوافع فيما يلي:

#### 4-1: الدوافع المباشرة :

يمكن تلخيص أهم الدوافع المباشرة للنشاط المباشرة للنشاط البدني الرياضي التربوي<sup>2</sup>:

— الإحساس بالرضا للإشباع كنتيجة للنشاط الرياضي.

المتعة الجمالية بسبب الرشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد.

الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة وما يرتبط بخبرات الفعالية المتعددة. تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز.

#### 4-2: الدوافع غير المباشرة:

1 - عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، دار المكتبة الجامعية، مصر، 1982، ص19.

- عبد الرحمان العسوي، علم النفس بين النظرية والتطبيق ، بيروت، 1984، ص 230<sup>2</sup>



من أهم الدوافع غير المباشرة للنشاط البدني الرياضي التربوي<sup>1</sup>:

- محاولة إكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.
- ممارسة نشاط رياضي لإسهامه في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج.
- الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي.
- الوعي بالدور الإجماعي الذي تقوم به الرياضة، حيث يرى الفرد أنه يريد أن يكون رياضيا يشترك في الأندية والفرق الرياضية ويسعى للإلتقاء إلى جماعة معينة وتمثيلها رياضيا.
- 5-الأسس العلمية للنشاط البدني الرياضي التربوي:

إعتبر المختصين في الميدان الرياضي أن لأي نشاط أسس يرتكز عليها، بحيث تعتبر كمقومات للنشاط لا تخرج عما يحيط بالإنسان في مختلف الميادين خاصة العلمية منها وهو ما يجعلهم لا يفصلون الأسس التالية كقاعدة للنشاط البدني، وهي كالتالي<sup>2</sup>:

### 1-5: الأسس البيولوجية:

المقصود بها طبيعة عمل العضلات أثناء النشاط البدني الرياضي إضافة إلى مختلف الأجهزة الأخرى التي تزوده بالطاقة كالجهاز الدوري التنفسي العظمي.

### 2-5: الأسس النفسية:

هي كل الصفات الخلقية والإرادية والمعرفية لشخصية الفرد ودوافعه وإنفعالاته، وهي تساعد على تحليل أهم النواحي النشاط الرياضي من خلال السلوك . كما تساهم في التحليل الدقيق للعمليات المرتبطة بالنشاط الرياضي، إضافة الى مساعدة في الإعداد الجيد والمناسب والتدريب الحركي المناسب.

### 3-5: الأسس الاجتماعية:

ويقصد بها العمل الجماعي، التعاون الالفة، الإهتمام بأداء الآخرين ويمكن لهذه الصفات تنميتها من خلال أوجه النشاطات الرياضية المختلفة

### 6 - وظائف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي:

تتمثل أهم الوظائف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي في<sup>3</sup>:

### 1-6 النشاط البدني الرياضي لشغل أوقات الفراغ:

- محمد حسن علاوي، سعد جلال: علم النفس التربوي الرياضي، ط7، دار المعارف، القاهرة، 1987، ص183.<sup>1</sup>  
- إبراهيم رحمة، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1998، ص09.<sup>2</sup>

<sup>3</sup> - امين أنور الخولي، مرجع سابق، ص ص : 42.43

إذا أردنا ان يكون قويا وسليما في بنيته، عاملا للخير متطلعا لغد أفضل، فلا بد أن نعمل على استغلال أوقات الفراغ وتحويله من وقت ضائع إلى وقت نافع ومفيد تنعكس فوائده على كل افراد المجتمع.

قد يكون النشاط البدني الرياضي أحسن مصدر لكل الناس الذين يودون الاستفادة على الأقل من وقت فراغهم من نشاط بناء يعود عليهم بالصحة والعافية رغم وجود الكثير من الأنشطة المفيدة، كالرسم والنحت وقيادة السيارات وغيرها، إلا أنه يجب أن تكون بديلة للنشاط الرياضي، والوسيلة الوحيدة لتنمية الكفاءة البدنية والحركية اللازمة للحياة المتدفقة ولكن أن تكون هذه الأنشطة وسائل مساعدة لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة.

وهكذا يساهم النشاط البدني الرياضي في حسن إستغلال وقت الفراغ وحل إحدى مشكلات العصر الخطيرة الكثيرة من المدمنين على الكحول والمخدرات، كان سبب إدمانهم عدم استغلال الوقت الفراغ.

### 2-6: النشاط البدني الرياضي لتنشيط الذهن:

إن الفرد الذي يقبل على النشاط البدني بحيوية وصدق، ويكون في حالة تهيأ عقلي افضل من الإنسان الذي يركن الى الكسل والخمول من حيث التكافؤ العوامل الأخرى المؤثرة على النشاط الذهني مثل: الثقافة، السن، الجنس، كما يبدو منطقيا ان الممارسين للأنشطة الرياضية فان القدرة العقلية في المجالات الرياضية زاخرة بالمواقف التي تتطلب إدراكا بصريا للحركة، الأمر الذي يؤدي إلى تنمية وتطوير القدرة، وبالتالي تطوير التفكير والذكاء العام وهذا يعني بوضوح عام أن النشاط الرياضي يساهم في إنعاش الذهن وإستخدامه إستخداما اكثر فائدة وتأثير، بالإضافة إلى أن ألوان النشاط الرياضي ليست مقتصرة على الناحية البدنية فقط، بل يصاحبها إكتساب الكثير من المعلومات والمعارف ذات أهمية بالغة في تنمية الثقافة العامة.

### 3-6: النشاط البدني الرياضي لتنمية التفكير:

إن للأداء الرياضي جانبين، جانب فكري يتمثل في التفكير في الحركة قبل أدائها وتحديد غرضها وأسارها "القوة، السرعة، الاتجاه" وهذا التحديد العقلي هو ما يسمى بالتوقيع الحركي إلى المداومة الفكرية الرياضية وجانب آخر عملي وهو يتعلق بتطبيق الحركة فعليا كما فكر الفرد، وصاغها عقليا على ضوء إقتصاره المسبق للعلاقات الكائنات بين الوسيلة والهدف، وهو ما يسمى بالإيقاع الحركة.

والمؤكد أن التفكير المسبق للحركة ومدى صياغة العقل وأبعادها هو الذي يتوقف عليها نجاحه، فكلما كان التفكير سليم كان الأداء محقق ناجح لأغراضه وأهدافه والعكس صحيح، فالأداء الرياضي لا يتم بصورة آلية ولكنه يتأسس على التفكير الذي يؤثر فيه ويتبين الأثر به، وهناك تكمن أهمية الأنشطة الرياضية في تنمية التفكير .

## 4-6: النشاط البدني لدعم مقومات الإنسان لمتابعة الحياة الحديثة:

يحتل النشاط الرياضي مكانة بارزة بين الوسائل الترويجية والبريئة الهادفة التي تساهم بدرجة كبيرة في تحقيق الحياة المتوازنة، والتخلص من حدة التوتر العصبي، ذلك إن الفرد حينما يستغرق في الأداء الرياضي الذي يكون يمارسه أو يتراخى تبعا منقبضة التوتر الذي يشهد أعصابه، ويرى "Rydon" ان السرعة المتزايدة للحياة الحديثة يمكن أن تخفف وطأتها عن طريق النشاط البدني وأن الملاعب والمساحات والشواطئ بمثابة معامل ممتاز يستطيع أن يمارس فيها التحكم في عواطفه ويطرح القلق جانبا ويشعر بالثقة النابعة من قلبه.

## 5-6: النشاط البدني الرياضي لإثراء العلاقات الاجتماعية:

النشاط البدني الرياضي هو الذي يتخذ مركبة العناية في مجالها للفرد نطاق العضلات البارزة والمنافسة المستعصية، والفرد الذي يعرف من خلال الرياضة ذاتها ويتحكم فيها ويتغلب فيها ويطوعها في خدمة الآخرين والنشاط الرياضي لا يقتصر على تقديم وسائل تتيح للشباب فرص الإقتراب من بعضهم فقط ولكنه يساعد هؤلاء الشباب على التكيف الاجتماعي وإثراء العلاقات الاجتماعية والروح الرياضية ليست في المجال الرياضي فحسب، بل في مجال الحياة داخل المجتمع.

## 6-6: النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة وتحسينها:

إن المجهود البدني الذي كان يقوم به الانسان وحتى المجهودات البدنية الاعتيادية فهي محدودة ومتكررة وهذا ما جعلها تفقد الإنسان مرونته وحساسيته وقوته على مقاومته للأمراض مثل السمنة، ويشتكى من أمراض لم يكن يشتكى منها من قبل مثل أمراض الدورة الدموية الجهاز العصبي، الامراض النفسية، لقد استطاع الطب أن يسيطر على العضال، ولكنه وقف حائرا أمام الكثير منها وراجعة من إنتقال الإنسان من حياة النشاط والحركة إلى حياة الكسل والخمول، مما جعله يتجه إلى المزيد من التحليل البدني وبالتالي عدم القدرة على النهوض للقيام بواجباته الأساسية لأن ذلك يتطلب منه قدرا كبيرا من اللياقة البدنية التي تمكنه من القيام بهذه الواجبات.

## 7-الأهداف العامة للنشاط البدني الرياضي التربوي:

إن أهداف التربية البدنية تسعى إلى التعبير عن المفاهيم وإتجاهات النظام التربوي والعمل في سبيل تحقيق إنجازها وتوضيح وظائفها ومجالات إهتمامها وهي تتفق ببداية مع

## الفصل الأول : النشاط البدني الرياضي التربوي

أهداف تربية وتنشئة إعداد الفرد الصالح بطريقة متوازنة متكاملة وشاملة، وفيما يلي نذكر أهم أهداف التربية البدنية والرياضية<sup>1</sup> :

### 7-1: أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية البدنية:

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

### 7-2: أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية والاجتماعية:

إن التربية البدنية لا يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني وإنما يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، فهي حريصة على أن يكون مصدرها ورائدها الطور الطبيعي للفرد ولا بد أن تستخدم محبته للحركة من أجل تسيير تطوره والإبداع فيه، ولا يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط للإسهام في التحليل الدقيق للعملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي. كما تساهم التربية البدنية والرياضية بمعناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة وقوية بمساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة. فالتربية البدنية تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الأفراد، تلك القيادة التي تجعل من الفرد أبا وعونا موجهها وتنمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح فيها الطفل عضوا في جماعة منطقة. فالتربية البدنية تعتبر مجالاً للوثام المدني، فهي تنمي روح الإنضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية وتعمل على التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر خلاف بين أفراد مجموعة واحدة أو بين المجموعات تنتمي إلى هيئة اجتماعية واحدة.

### 7-3: أهداف التربية البدنية والرياضية من الناحية الخلقية:

إن التربية البدنية والرياضية تعمل على رعاية النمو التنافسي لدى التلاميذ في المرحلة المتوسطة بالتوجيه السلمي لإبراز الطاقات الإبداعية الخلاقة وذلك في ضوء السمات النفسية للمرحلة كما أنها تعمل على تنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب التلاميذ على القيادة والتعبئة والتعرف على الحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون والإحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة في ظل نشر الثقافة الرياضية لدى التلاميذ كجزء من الثقافة

<sup>1</sup> - محمد بقدي، مفاضة النشاط البدني والرياضي ودوره في التحرر من الخجل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة ماستر، جامعة شلف، 2011، ص 23-24

العامة، وتقديم الخبرات المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية والصفة العامة المتناسبة مع القدرات العقلية وبرامج المواد الأساسية.

فالتربية البدنية والرياضية بالإضافة إلى نشر الروح الرياضية تشمل التهذيب وتكوين الشخصية وإظهار صفات كالشجاعة والصرامة، التعاون، الطاعة، حب النظام.

### 8- دور النشاط البدني التربوي في تطوير الجانب الاجتماعي:

أجمع العلماء على أن فرص التفاعل الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية المتبادلة والمتاحة عبر الرياضة من خلال متضمناتها كالتدريب المنافسة ... إلخ، تساعد بشكل واضح في خلق القيم الاجتماعية المقبولة، وإكساب المعايير الاجتماعية المتميزة والاهتمام بتشجيع منتخب دولة والمشاركة في الشعور العام، وإذا نظرنا الواقع فإن العمليات الاجتماعية من صراع وتعاون وتكيف وامتنال ... إلخ، كلها تسخر بالتفاعلات الاجتماعية والمواقف داخل إطار الفريق الرياضي.

ويظهر دور الرياضة في هذا الجانب في الروح الرياضية التي يبديها الخاسر بعد نهاية المقابلة وتقبله الخسارة وتعتبر بمثابة إحباط، فهو نوع من تقبل الفشل في أحد جوانب حياته الاجتماعية وتغلبه على الإحباط، ويدرك بعدها أن الخسارة ألا الخسارة مقابلة وليست كل المقابلات، وهذا ما لا يتوفر في الفرد غير الرياضي الذي يتعرض لأزمة نفسية بمجرد تضارب أهدافه وطموحاته مع الواقع، وما يميز فترة المراهقة بصفة خاصة هو عدم التكيف وتقبل الآخرين ورفض السلطة المفروضة والابتعاد عن الاحتكاك الاجتماعي وهذا ما يهيئ الظروف لدخوله عالم الانحراف السلوكي والوقوع في آفة المخدرات إلا أنه يفضل الرياضة، كانت هناك فرق تتمتع بالتعاون والتفاهم في تحقيق الهدف الذي يعود بالمنفعة على الفرد رغم اختلاف البشرية، والمستويات الاجتماعية، ويكون هناك إحترام للرأي الجماعي ورأي قائد الفريق، والحكم والقوانين العامة للعب المنظم، كما تخلق جوا عائليا أخويا بين افراد الفريق<sup>1</sup>

**خلاصة:**

ومن هنا نستنتج في هذه الفصل ان النشاط البدني الرياضي التربوي له أهمية و بكل أنواعه وفوائده الكثيرة يعمل على إشباع حاجات الأفراد و رغباتهم المتباينة بالإضافة إلى كونه نشاطا إجتماعيا، ترفيهيا ممتعا، فهو يعتبر وسيلة وقائية وفعالية للفرد إذا ما تم إستغلاله بصفة منتظمة ومستمرة كما إن النشاط البدني والرياضي التربوي له دور كبير في تطوير قدرات الفرد مثل: القوة والمداومة والمرونة، وانها وسيلة مهمة في تربية روح الجماعة والتعاون واحترام الآخرين وتدفعه للوصول الى أعلى المستويات من خلال الإندماج مع الجماعة وكذلك من خلال تطوير قدراته البدنية.في مجال النشاط البدني الرياضي التربوي

# الفصل الثاني

## التعلم الحركي والمهارات الحركية

**تمهيد:**

يعرف التعلم الحركي بأنه "مجموعة من العمليات تحدث خلال التمرينات او الخبرات والتي تؤدي الى تغير ثابت في قدرات ومهارة الاداء" .

كما يعرف ايضا بأنه "تحسن الاداء الحركي للفرد والتي تنتج اساساً من خلال التدريب والممارسة ولا تكون نتيجة للنضج او التعب او تعاطي المنشطات وغير ذلك من العوامل التي تؤثر وقتياً على السلوك الحركي" . نستخلص من ذلك بان التعلم الحركي ما هو الا تعلم المهارات الحركية ناتجة عن قيام الفرد المتعلم بجهد مما ادى الى تغيير سلوكه الحركي الى الأفضل

ولقد تطرقنا في هذا الفصل إلى مفهوم المهارة والمهارة الحركية الرياضية وأهميتها وبعض العوامل المحددة لها في المجال الرياضي، إضافة إلى تقسيم المهارات الحركية إلى المهارات الحركية الأساسية والمهارات الحركية الرياضية، ثم تطرقنا إلى تصنيف هذه المهارات في المجال الرياضي، ختاماً بخطوات وطرق تعلم المهارات الحركية.

أجمع العديد من خبراء التعلم الحركي والتدريب الرياضي على أن للمهارة مفاهيم عديدة. ويأتي استعمالها أيضاً بطرائق متعددة، إذ إن هناك من يعرفها بأنها عبارة عن "مهمة أو عمل معين يعكس فاعلية عالية في الأداء"، وهناك من ينظر إليها على أنها "قدرة الفرد على أداء مجموعة من الحركات الخاصة التي تتضمنها اللعبة بدقة وكفاية ونجاح.. وتتطلب هذه القدرة استعمال مجموعة العضلات العامة في الحركة، والعضلات المقابلة لها، والعضلات المحايدة، والعضلات المثبتة للمفاصل بتوافق وانسيابية"، يضاف إلى هذا وذاك أن المهارة وبخاصة في الألعاب الرياضية "تبيّن القدرة على استعمال الجهازين العصبي والعضلي، الاستعمال الصحيح لإخراج القوة العضلية اللازمة لأداء الحركات المطلوبة فيها بشكل دقيق في التوقيت المناسب.

نخلص من هذا كله أن المهارة الحركية تتطلب تنظيم وترتيب عمل مجاميع عضلية معينة في اتجاه معين.

**1- مفهوم المهارة**

**يقصد بالمهارة " عدة معان مرتبطة ،منها: خصائص النشاط المعقد الذي يتطلب فترة من التدريب المقصود، والممارسة المنظمة ، بحيث يؤدي بطريقة ملائمة، وعادة ما يكون لهذا النشاط وظيفة مفيدة. ومن معاني المهارة أيضا الكفاءة والجودة في الأداء . وسواء استخدم المصطلح بهذا المعنى أو ذاك ،فإن المهارة تدل على السلوك المتعلم أو المكتسب الذي يتوافر له شرطان جوهريان ، أولهما: أن يكون موجهاً نحو إحراز هدف أو غرض معين، وثانيهما : أن يكون منظماً بحيث يؤدي إلى إحراز الهدف في أقصر وقت ممكن. وهذا السلوك المتعلم يجب أن يتوافر فيه خصائص السلوك الماهر**



ويعرف كوتريل المهارة بأنها: القدرة على الأداء والتعلم الجيد وقتما نريد. والمهارة نشاط متعلم يتم تطويره خلال ممارسة نشاط ما تدعمه التغذية الراجعة. وكل مهارة من المهارات تتكون من مهارات فرعية أصغر منها، والقصور في أي من المهارات الفرعية يؤثر على جودة الأداء الكلي.

تعريفا للمهارة بأنها " شيء يمكن تعلمه أو اكتسابه أو تكوينه لدى المتعلم ، عن طريق المحاكاة والتدريب، وأن ما يتعلمه يختلف باختلاف نوع المادة وطبيعتها وخصائصها والهدف من تعلمها".

**لغة:** لقد عرفت هذا الكلمة من فعل "مهر" أي حذق وأتقن والماهر والماهر هو الحاذق والسابح المجيد. اصطلاحا: تعرف المهارة على أنها : الأداء المتقن والتميز في إنجاز عمل ما لتحقيق التفوق والنجاح<sup>1</sup> ويعرفها "جبثري" على أنها: قدرة تكتسب بالتعلم حيث يفترض مسبقا الحصول على نتائج محددة لها<sup>2</sup>.

## 2- أنواع المهارات :

ينقسم الى ثلاث أنواع من المهارات وهي:

- مهارات عقلية أو معرفية مثل التفكير ، التذكر، التعلم، الحساب والهندسة.
- مهارات إدراكية: وتعني قدرة الفرد على إدراك الأشياء ومختلف الأشكال.
- مهارات حركية مثل المهارات الرياضية.

## 2-1- مفهوم المهارات الحركية:

هي القدرة على اتخاذ سلسلة من الأوضاع التشريحية لأجزاء الجسم منفردة أو جماعية، بدقة وكفاية عاليتين وبالإختصار في الوقت والجهد<sup>3</sup>

## 2-2- أنواع المهارات الحركية:

تنقسم المهارات الحركية عند الإنسان إلى نوعين هما:

## 2-2-1- المهارة الحركية الكبيرة:

وهي التي تتطلب استخدام العضلات الكبيرة الأساسية في الجسم، مثل عضلات الجذع والعضلات التي تربط الأطراف بالجذع مثل مهارات كرة القدم، ألعاب القوى والمنازلات.

1 - المنجد في اللغة العربية والإعلام، دار المشرق لبنان، سنة 1987، ص777  
 2 - محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، مصر سنة 1987، ص 20.  
 3 - مفتي إبراهيم حماد التدريب الرياضي للجنسين، ط1، دار الفكر، القاهرة، سنة 1996، ص 150.

**2-1-2-2 المهارة الحركية الدقيقة:**

تتميز بأكثر دقة وتفرد، تشمل حركات متخصصة، وتمثل المهارات الحركية التي تنجز عن طريق الأطراف والمجموعات العضلية الدقيقة، كالتوافق العضلي العصبي بين اليدين والعينين مثلاً في الرماية.

**3- مفهوم المهارة والمهارة الحركية الرياضية**

عرف شلش وصبحي عن "ماجيل Magil المهارة على أنها عمل أو وظيفة لها هدف أو غرض يستوجب الوصول إليه، ويتطلب حركة طوعية للجسم أو أحد أعضائه لكي يؤدي الحركة أداء سليماً<sup>1</sup>

وقد عرفها "سنجر" <sup>2</sup> singer بالمعادلة الآتية:

$$\text{المهارة} = \text{السرعة} \times \text{الدقة} \times \text{الشكل} \times \text{الملائمة}$$

كما تعرف المهارة الحركية الرياضية بأنها : ثبات الحركة وأليتها واستعمالها في وضعيات مختلفة وبشكل ناجح<sup>3</sup>.

والمهارة الحركية الرياضية تعتمد على التوافق الحركي والتوافق بحسن، وينظم ويرتب المجموعات العضلية بما ينسجم والإقتصاد بالجهد وسهولة الأداء دون بذل مجهود وهي جوهر الأداء، وهي اصطلاح يعني نوع الحركة<sup>4</sup>

**3-1- أهمية المهارات الحركية:**

إن اكتساب المهارات الحركية له منافع وفوائد ذات أبعاد كثيرة منها على سبيل المثال:

- المهارات الرياضية تتيح فرصة الإستمتاع بأوقات الفراغ ومناشط الترويح.

- المهارة الحركية تنمي مفهوم الذات وتكسب الثقة بالنفس.

- المهارة الحركية توفر طاقة العمل وتساعد على اكتساب اللياقة البدنية.

<sup>1</sup> - نجاح مهدي شلش وأكرم مهدي صبحي التعلم الحركي، دار الكتاب للتعليم والنشر، الموصل، سنة 1989، ص24.

<sup>2</sup> - robert.n et singer. Motor learning and human performance. macmillan company. London.

année1980. P213.

<sup>3</sup> - وجيه محجوب: علم التطور الحركي منذ الولادة وحتى الشيخوخة، ط1، مطبعة جامعة الموصل، الموصل، سنة 1989 ص 150

<sup>4</sup> - وجيه محجوب مرجع سابق، ص 24

- المهارة الحركية أصبحت مطلب للعمالة الماهرة في الصناعة وفي زيادة الإنتاج.
- المهارة الحركية تساعد على الجو الاجتماعي والوضع الاجتماعي المتميز.
- المهارة الحركية تمكن الفرد من الدفاع عن النفس وزيادة فرص الأمان<sup>1</sup>

### 3-2- العوامل التي تحدد المهارة في المجال الرياضي

هناك العديد من العوامل التي تؤثر على تحديد المهارة الحركية ومن أبرز هذه العوامل ما يلي:

**وزن الجسم:** إن زيادة وزن الجسم عامل سلبي معوق للأداء المهاري السليم ويجعل الفرد يحتاج إلى مجهود إضافي لأداء الحركة.

طول الجسم إن ارتفاع مركز ثقل الجسم يكون عاليا عند الشخص الطويل وليس الحال كذلك عند الشخص القصير، وعادة ما يكون مركز ثقل الجسم للشخص الطويل بعيدا عن قاعدة الارتكاز، وعندما يتطلب مهارة إزاحة مركز الثقل في أي اتجاه ما باستثناء المستوى الأفني، فإن الشخص الطويل القائمة سوف يتطلب إزاحة حركية ونشاط عضلي كبير لتحقيق الاتزان أثناء الحركات ويحافظ على قوامه أثناء التمرين.

التوقيت تتطلب ممارسة المهارة توافقا جيدا في توقيت الانقباضات العضلية فعند متابعة الحركات عند التمرين ينبغي على كل عضلة مشاركة في خدمة الواجب الحركي أن تنقبض أو تنبسط في اللحظة المناسبة.

**دقة الحركة :** إن دقة الحركة ضرورية ولازمة في جميع التمارين المهارية وتشتمل على التوافق العضلي والإحساس بالحركة والتوازن وزمن الاستجابة وسرعة الحركة والإتقان والتحكم.

التوتر العضلي: له تأثير في الطاقة المصروفة على الأداء الحركي ومعدل حركة الجسم وأعضائه وبداية ظهور التعب<sup>2</sup>

### 3-3 - تقسيم المهارات الحركية في المجال الرياضي

#### 3-3-1 - المهارات الحركية الأساسية:

يستخدم مصطلح المهارات الأساسية في مجال التربية الرياضية بالإشارة إلى بعض مظاهر الإنجاز التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكر مثل: الحبو المشي الدرجية،

<sup>1</sup> - علاق مناد وطهراوي حمزة: الألعاب الشبه رياضية وأهميتها في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي، مذكرة ليسانس جامعة الجزائر سنة 2008-2009، ص 40

<sup>2</sup> - مفتي ابراهيم حماد: مرجع سابق، ص 207

الوثب، الرمي والتسلق وغيرها من الحركات التي ترتبط ببعض مظاهر النضج البدني في مراحلها الأولى، ولأن هذه الأنماط الحركية تظهر عند الإنسان في شكل أولي، لذا يطلق عليها البعض اسم المهارات الحركية الأساسية أو الرئيسية، ومن الملاحظ أن الكفاية في أداء تلك الأنماط الحركية يعتمد على عوامل رئيسية لإحداث الحركة مثل: القوة العضلية السرعة القدرة العضلية الرشاقة توافق العين واليد، العين والقدم والتوازن وغيرها من العوامل الرئيسية المحدثة للحركة<sup>1</sup>

### 3-3-2 - المهارات الرياضية

هي تلك الحركات الرياضية التي تؤدي بوجود الأداء الرياضي الذي يعلم من المتعلم وتخضع للقوانين واللوائح المنظمة للفعاليات الرياضية ويمكن تسميتها بالفاعلية الرياضية وتشمل الألعاب المنظمة وألعاب الساحة والميدان والمنازلات الرياضية والألعاب الفردية والجماعية التي تخضع للقوانين واللوائح الرياضية<sup>2</sup>

### 3-4 - تصنيف المهارات الحركية الرياضية

حاول بعض العلماء تقديم بعض النظم والمحكمات التي يمكن استخدامها في تصنيف المهارات الحركية في الألعاب وتكمن أهمية هذه النظم في الآتي:

تزدنا نظم التصنيف المختلفة لمعرفة الوسائل والأسس التي يمكن استخدامها في وضع هذا الكم المتعدد والمتنوع من المهارات الحركية في فئات متشابهة، تحدد لنا العناصر المشتركة في كل فئة من فئات التصنيف المختلفة مما يزيد من فهمنا لطبيعة المهارات الحركية المختلفة.

- يفيدنا التعرف على نظم التصنيف المختلفة في توجيه الأبعاد العلمية في المجال الرياضي نحو دراسة طبيعة العناصر المشتركة في كل فئة من فئات التصنيف كل على حدة.

- تصنيف المهارات الحركية في الألعاب مجموعات أو فئات، قد يفيد على اختيار الأنشطة المناسبة للمناهج الدراسية وفقا لمتغيرات السن والجنس، وقد يساعد المدرس والمدرّب على اختيار طرق التدريس والتدريب لتدريس تنس الطاولة لكنها لا تصلح لتدريس السباحة.

وقد أسفرت . جهود العلماء في هذا الخصوص في تحديد أربعة معايير رئيسية لتصنيف المهارات الحركية في الرياضات، وهذه المعايير كانت كالآتي:

- التصنيف على أساس التوافق البدني.
- التصنيف على أساس الحركة.
- التصنيف على أساس الترابط والإستمرارية.
- التصنيف على أساس طبيعة ومتطلبات الأداء.

### 3-4-1- التصنيف على أساس التوافق البدني:

<sup>1</sup> - محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة ص 31.

<sup>2</sup> - نجاح مهدي شلش وأكرم . محمد صبحي: مرجع سابق، ص 92.

تصنف المهارات الحركية في الألعاب الرياضية وفقا للتوافق البدني إلى فئتين:  
مهارات حركية تتطلب التوافقات الدقيقة بين العين واليد:

ويتطلب في هذا النمط من أنماط الأداء الحركي استخدام بعض أجزاء الجسم في أداء العديد من الحركات التي تتعلق بقدرات الإحساس وتتميز بالدقة الشديدة غالبا ما يكون المجال المكافئ الذي يؤدي فيه هذا النمط من الحركات محدود جدا، ويهدف هذا النمط من الأداء إلى تحقيق استجابات حركية صحيحة ودقيقة في حدود المسافات والأبعاد المتاحة للأداء. ويظهر هذا الشكل من أشكال الأداء الحركي في التوافقات العضلية العصبية التي تتضمن المهارات الحركية التي تؤدي إلى تحقيق أهداف محدودة والتي تتطلب التحكم، الدقة والتوافق، وهي مهارات حركية غالبا ما تتطلب التوافق بين العين واليد، ومثال على ذلك نأخذ في ميدان كرة السلة تتطلب الدقة الشديدة في رمي الكرة نحو الهدف (السلة).

### مهارات حركية تتطلب التوافقات الكلية للجسم:

وهي مهارات تشير من حيث التكيف إلى عكس المهارات الدقيقة وهي بهذا المفهوم، تعني أشكال الأداء التي تتضمن القيام بالحركات الكبيرة للجسم أو الكلية للجسم، والتي تتميز بالوضوح الشديد، وغالبا ما يتطلب هذا النمط من الحركات باستخدام مجموعات العضلات الكبيرة لتحريك الجسم كالوحدة لتنفيذ الحركات المطلوبة ويغلب هذا النوع على معظم أشكال الأداء في الألعاب الرياضية كالأداء في كرة القدم الكرة الطائرة وكرة السلة.

ويرى بعض علماء القياس النفسي أن المهارات الحركية في الألعاب الرياضية تتضمن العديد من مظاهر الأداء الحركي الدقيق وخاصة ألعاب الكرة، ومع أن معظم المهارات الحركية في الألعاب الرياضية تتطلب استخدام القوة وسرعة الانتقال وهي عوامل تتعلق بالتوافقات الكلية للجسم.

وهناك اتجاه يرى أن العوامل العامة تقدم إسهامات عريضة لها صفة الشمول بالنسبة للعديد من مظاهر الأداء الخاصة، في حين أن العوامل النوعية (الخاصة) تعتمد على الفرص التي تحتاج للفرد في بيئته، حيث أن هذه العوامل قد ترتبط بالتعلم وبالممارسة وبالخبرات التي يكسبها الفرد نتيجة تفاعله مع بيئته، ومن ثم فإن هذه العوامل الخاصة تحدد في إطار نمطي خاص يتعلق بالبيئة المعينة وبالأعمال والأنشطة الخاصة التي يمارسها الفرد دون غيره.

### 3-4-2 التصنيف على أساس النشاط:

- أنشطة تؤدي من الوضع الساكن:

ويضم هذا التصنيف فئة من الأنشطة التي يتمكن فيها اللاعب من أداء بعض المهارات الأولية في النشاط وهو في حالة سكون، ومثال على ذلك الإرسال في الكرة الطائرة وتنس الطاولة، أو

عندما تكون الإستجابة الحركية من أهداف ثابتة موجودة في البيئة الخارجية مثل التصويب في كرة السلة من الثبات.

تتميز المهارات الحركية التي تدخل ضمن هذا النمط من التصنيف بأنها لا تحتاج إلى مستوى عال من الإستراتيجية أثناء الأداء، كما تقل فيها الحاجة إلى الإهتمام بالتوقع وسرعة التكيف في الإدراك الحسي نحو المهارة، في حين تكون الحاجة كبيرة إلى القيام بالإستجابات الحركية المناسبة وفقا لما تقرره قواعد ونظم اللعبة.

### - أنشطة تؤدي واللاعب في حالة سكون والهدف في حالة حركة:

ويتضمن هذا التصنيف الأعمال الحركية التي يحدث فيها تغير جزئي في مواقف الأداء، وفيها يكون اللاعب في حالة سكون والهدف الخارجي في حالة حركة، ويشمل هذا التصنيف العديد من المهارات الحركية والتي تدخل في مجال الصناعة.

### - أنشطة تؤدي وكل من اللاعب والهدف في حالة حركة:

ويتضمن هذا التصنيف الأنشطة التي تتطلب الأداء أثناء تحرك كل من اللاعب والهدف، غالبا ما يضم هذا التصنيف الأنشطة التي تتم ضد منافس، وهي مركبة تتميز بالصعوبة لأنها تؤدي في الحركة بالإشتراك مع الآخر.

وأنشطة الصيد فوق ظهور الخيول أو من فوق آليات متحركة ضد حيوانات أو طيور، هي أحسن أمثلة للأنشطة التي يضمها هذا التصنيف، وترجع الصعوبة في أداء هذا النوع من الأنشطة إلى ما تتطلبه من الدقة والسرعة في الإستجابة<sup>1</sup>

### 3-4-3- التصنيف على أساس الترابط والإستمرارية:

قام فيثس " fittes في عام 1962 بتصنيف المهارات الحركية في الألعاب على أساس الترابط والإستمرارية في الأداء إلى ثلاث تصنيفات رئيسية هي<sup>2</sup> :

- المهارات المنقطعة.
- المهارات المستمرة.
- المهارات المترابطة.

### المهارات المتقطعة:

<sup>1</sup> - علاق مناد وطهراوي حمزة: الألعاب الشبه رياضية وأهميتها في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي، مذكرة ليسانس، جامعة الجزائر سنة 2008-2009، ص 45-47

<sup>2</sup> - بسيوطي أحمد أسس ونظريات الحركة، ط1، دار الفكر العربي، مصر، سنة 1996، ص 48-50

ويضم هذا التصنيف فئة المهارات التي تتكون من وحدة حركية واحدة تؤدي في شكل مفرد غير مركب، ويكون لها بداية ونهاية محددة قاطعة، وغالبا ما يتطلب الأداء في مثل هذا النوع من المهارات بذل مجهود مفرد في فترة زمنية قصيرة نسبيا، ومثل ذلك المهارات الحركية التي تتطلب رد الفعل البسيط السريع لمرة واحدة فقط وفي حالة رمية التماس في كرة القدم وفي كرة السلة، حيث يكون للمهارة بداية واضحة ونهاية محددة، وتتطلب بذل مجهود بدني مفرد في فترة زمنية قصيرة.

### - المهارات المستمرة

حينما تؤدي المهارات المتقطعة بشكل متتابع وبسرعة حينئذ يمكن اعتبارها مهارة مستمرة أو متسلسلة، ومثل ذلك: تكرار مهارة الصد في تنس الطاولة، تكرار التصويب في كرة السلة، السباحة وتتميز المهارات الحركية التي يضمها هذا التصنيف بأن حدوث أي توقف لحظي وقصير بين سلسلة الحركات المتعاقبة في المهارة قد لا يفسد الأداء فيها بعكس الأداء في المهارة الحركية المترابطة.

ويبين "فيتس" fittes أن العديد من المهارات الحركية في الألعاب يمكن وضعها في سلسلة تنحصر بين المهارة المنقطعة والمستمرة كالآتي:



ويقصد بالمهارات المترابطة تلك المهارات التي يعتمد الأداء فيها على مدى النجاح في إنجاز مجموعة من الحركات الجزئية المكونة لهذه المهارة، بحيث لا يمكن الفصل بين هذه الجزئيات ومثل ذلك: المشي، الوثب العالي. ويوضح Bittes أن مسألة ترابط هذه المسألة نسبية، فهناك مهارات حركية تتميز بالترابط الشديد كالغطس، وتتضمن فئة المهارات عادة الأعمال والمهارات الحركية التي يتطلب أدائها القيام بحركات في سلسلة متعاقبة متتالية ومترابطة

**3-4-4 التصنيف على أساس طبيعة ومتطلبات الأداء :**

وقد قام بولتون boulton بتطبيق هذا التصنيف فيما بعد في مجال الحركة الرياضية، واقترح تصنيف المهارات الحركية في المجال الرياضي على أساس طبيعة ومتطلبات الأداء كالتالي:

- مهارات المجال المحدد.
- مهارات المجال المفتوح

**- مهارات المجال المحدد**

ويضم هذا التصنيف المهارات الحركية التي تؤدي في بيئة مستمرة نسبياً، وتتطلب هذه البيئة أنماط حركية على درجة عالية من الانسياب وتتميز هذه الصفات الحركية التي يضمها هذا التصنيف بأن اللاعب يكون حر في إنجاز المهارات دون الحاجة إلى السرعة في اتخاذ القرارات، لأن بيئة الأداء تخلو من أي تغيرات غير متوقعة الحدوث.

**- مهارات المجال المفتوح**

ويضم هذا التصنيف المهارات الحركية التي يكون أداؤها عبارة عن استجابات حركية لمتغيرات في البيئة الخارجية أي هذا التصنيف يضم المهارات التي تتضمن استجابات غير نمطية، أي غير محدودة أو غير متوقعة من المنافس أو بيئة اللعب كما في المصارعة، وفي مثل هذه المهارات تكون القدرة والسرعة في اتخاذ القرار من أهم الوسائل التي تضع القدرات على الإنجاز وعلى النجاح في مثل هذه المهارات<sup>1</sup>.

**3-5-5 خطوات تعلم المهارات الحركية:**

يندرج تعلم المهارات الحركية ضمن التعلم الذي يمس الجانب الحسي الحركي، لكن قبل الحديث عن ما ينبغي إتباعه من خطوات مهمة أثناء تعليم المهارات الحركية من ربح الوقت والجهد في عملية التعلم لا بد توفير جملة من الشروط في الفرد المتعلم نذكر منها<sup>2</sup>:

- توفر الدوافع لدى المتعلم الذاتي أو المكتسب).
- إن تناسب المهارة مستوى التلاميذ النضج العقلي والجسدي.
- توافر عناصر اللياقة البدنية لدى التلميذ المؤدي للمهارة معنى ذلك إن يفى الجسم بمتطلبات الحركة.

- أن يكون لدى الطالب خبرات حركية يبنى ويكتسب على ضوءها الحركة الجديدة.
- سلامة الحواس المستقبلية مثل الحركية.

**3-5-1 - الشرح:**

<sup>1</sup> - علاق مناد وطهراوي حمزة: مرجع سابق، ص49

<sup>2</sup> - محمد الشحات تدريس التربية الرياضية العلم والإيمان للنشر والتوزيع، مصر، سنة 2007، ص 185



تعد خطوة التعريف والشرح للمهارة أول ما يبدأ به الدرس عند تعليم الطلاب (التلاميذ) للمهارات الحركية المختلفة وخاصة الجديدة منها، فمهمة هذه الخطوة هي تكوين الفكرة العامة عن الحركة مع لفت الإنتباه إلى الأجزاء الرئيسية المشكلة لها. خطوة الشرح لا ينبغي أن تطول عند تعليم صغار السن، لأنهم يغلبون استعمال الحواس عن العقل في إدراكهم للأشياء .

### 3-5-2- تقديم النموذج:

هنا يقدم المدرس النموذج للمهارة الحركية المطلوبة التي ينوي تدريسها، وعليه أن يقدمها بصورة سليمة لكي يتم التعلم على أكمل وجه، خاصة إذا كانت جديدة على الطلاب، وبحكم أنه قلما نجد مدرس التربية البدنية والرياضية يجيد المهارات الرياضية في الألعاب الجماعية والفردية فإن الطرق متعددة لتأدية النموذج أمام أعين الطلاب نذكر منها على سبيل المثال:

- تأدية المهارة من طرف المدرس بشرط وقوفه في وضعية تسمح لجميع الطلاب من رؤية الأداء (يستحسن وضع تشكيلات معينة للطلاب كأن يكون قصار القامة من الطلاب في الأمام).
- الإستنتاج بأحد الطلاب المميزين في تأدية المهارة المقصودة مع الإلتزام بما قيل في حق المدرس في العنصر السابق.
- الإستعانة بالنماذج المعدة مسبقا لهذا الغرض، والمشاهد، والصور المتحركة في عرض المهارة على الطلاب.
- استخدام شريط فيديو، أو قرص مضغوط على جهاز الإعلام الآلي أو الكتيب التعليمي (استخدام التكنولوجيا في (التعليم) في عرض المهارة لأحد الأبطال.
- استخدام أوراق الواجب كما في الأسلوب التدريبي والتبادلي والتي تبين أوضاع الجسم أثناء أداء المهارة بشكل تفصيلي.
- تعتبر هاتين الخطوتين هامتين جدا في تعليم المهارات الحركية أما ما سيأتي فله علاقة بمراحل التعلم الحركي.

### 3-5-3 الأداء الأولي للمهارة:

بعد تعريف الطالب على المهارة ومقاربة فهمها يبدأ بمحاولة تأديتها، وهنا لا بد أن يتقبل وأن يسمح المدرس ببعض المحاولات التي تتأرجح بين الخطأ تارة والصواب تارة أخرى، لذلك فهو ملزم بتقديم التصحيحات الفورية واللازمة وتقديم التغذية الراجعة بحركات كافية وفي

الوقت المناسب، وبالطريقة اللائقة حتى لا تثبت المهارة بشكل خاطئ في ذهن الطالب وتأتي ممارسته لها على ذلك النحو.

إن ما هو جدي بالتلميح إليه هو التركيز على الفهم أولاً قبل الممارسة والتكرار ولذلك يجب أن يأخذ الفهم كشرط من شروط التعلم مكانة قبل الممارسة.

هذا وتظهر هنا الفروق الفردية جليا في أداء الطلاب لذا يستحسن تقسيم الطلاب حسب قدراتهم وهذا الأمر أكثر من طبيعي بحكم أن التدريس الحديث هو الذي يسمح لكل طالب بأن ينمو وفقا لما تؤهله له قدراته واستعداداته الشخصية هذا كما يغلب على أداء الطلاب إشراك العديد من المجاميع العضلية<sup>1</sup>.

### 3-5-4 الأداء الجيد للمهارة:

هنا يكون الطالب بدأ يتخلص من الحركات التي لا حاجة لها ويميل إلى أداء توافقي من خلال إشراك العضلات المسؤولة بصفة مباشرة على تأدية المهارة، كما يبدأ في الإقتصاد في الجهد المبذول<sup>2</sup>.

### 3-5-5- الأداء الفائق للمهارة:

هنا يثبت الطالب الأداء، كما يستشعر أن أدائه يتجه للكمال شكلا وإيقاعا زيادة على أن أدائه يتميز بالسرعة الدقة والإتقان، ويسير بأقل جهد مبذول .

إن دروس التربية البدنية والرياضية في المدارس والمتوسطات والثانويات وكذا الجامعات من خلال الحجم الساعي الممنوح لها، لا يمكنها الوصول إلى هذه المرحلة لكن مع ذلك قد نجد طلاب متميزين، لتبقى مهمة إعداد الأبطال مهمة إضافية لمدرس التربية البدنية والرياضية خارج أوقات العمل الرسمي (الرياضة المدرسية الجامعية).

هذا وهناك من يرى تعلم المهارات الحياتية عامة والحركية خاصة ينبغي أن يكون في سن مبكرة لأن الحاجة للمهارات تتزايد حسب سن الطفل وزيادة عناصر الإدراك والإحساس لديه، وعليه يجب أن يراعي مدرس التربية البدنية والرياضية ما يختاره من أنشطة تركز في البداية على تقوية العضلات والتحكم في المكان وإتقان التوازن لتكون قاعدة متينة قصد

1 - محمد الشحات: مرجع سابق، ص 188-189

2 - وصيف بديدة محمد وبن شبيبة شرف الدين: تأثير أساليب التدريس على تعلم المهارات الحركية في حصة التربية البدنية والرياضية، مذكرة ليسانس، جامعة ورقلة، سنة 2011-2012، ص 30

الوصول إلى الغرض المطلوب، ومنه الإشتراك في التمرينات التنافسية والتي يتطلب بدورها مهارات لأجزاء معينة من الجسم<sup>1</sup>.

**3-6-6- طرق تعلم المهارات الحركية** أجمعت الدراسات على أنه يمكن تعلم المهارات الحركية بإحدى الطرق التالية:

- الطريقة الجزئية.
- الطريقة الكلية.
- الطريقة الكلية الجزئية.

### 3-6-1 - الطريقة الجزئية:

وهي الطريقة المتدرجة لتعليم المهارة مع تقسيمها إلى أجزاء متتالية على أن يؤدي كل جزء على حدة حتى يتم إتقانها، بحيث يقوم اللاعب بربط هذه الأجزاء مع بعضها حتى تصل في النهاية إلى الحركة السليمة ككل.

وبالرغم من مناسبة هذه الطريقة لبعض المهارات الحركية السهلة البسيطة، أو المهارات الحركية والتي لا يمكن تجزئتها، ويرى البعض أن من أهم عيوب هذه الطريقة أنه في كثير من الأحيان تفقد بعض أجزاء المهارة الحركية الارتباط الصحيح بالأجزاء الأخرى، مما يعمل على تأخير إتقان التوافق المنشود للمهارة الحركية وظهور بعض العادات الحركية الخاطئة كنتيجة لربط الأجزاء المنفصلة بعضها ببعض الآخر<sup>2</sup>.

### 3-6-2 - الطريقة الكلية

هذه الطريقة تختلف جذريا عن الطريقة الأولى، وهنا يعرض المدرس المهارة أو الحركة وحدة واحدة بلا تجزئة من خلال ما يقدمه من نموذج، وبعدها يقوم التلاميذ بالتنفيذ بناء على ما شاهدوه

## II تعلم الحركي :

يعرف التعلم الحركي بأنه "مجموعة من العمليات تحدث خلال التمرينات أو الخبرات والتي تؤدي إلى تغيير ثابت في قدرات ومهارة الأداء". كما يعرف أيضا بأنه "تحسن الأداء الحركي

<sup>1</sup> - ناهد محمود سعد نبلي ورمز فاهيم طرق التدريس في التربية الرياضية، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، سنة 2004 ص

30

<sup>2</sup> - مروان عبد المجيد ابراهيم النمو البدني والتعلم الحركي، ط1، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع عمان، سنة 2002، ص 1

للفرد والتي تنتج أساساً من خلال التدريب والممارسة ولا تكون نتيجة للنضج أو التعب أو تعاطي المنشطات وغير ذلك من العوامل التي تؤثر وقتياً على السلوك الحركي".

### 1- : تعريف التعلم :

عرفه "ستالنج stalling" التعلم بأنه تغير في السلوك ، وعرفه "ماجيل magil" بأنه حالة داخلية لا يمكن ملاحظتها مباشرة بل يمكن الاستدلال عليها من خلال سلوك الفرد.

### 2: تعريف التعلم الحركي :

التعلم الحركي هو "التغيير الثابت في الأداء الناتج عن التدريب والممارسة وهو سلسلة من المتغيرات تحدث خلال التدريب أو التمرين أو التكرار<sup>1</sup>.

وعرفه "مروان" عبد المجيد ابراهيم يم" بأنه : تغير في الأداء يرتبط بالممارسة الإيجابية ، وهو اكتساب معرفة عن طريق أداء مهارات جديدة<sup>2</sup>.

### 3:-مراحل التعلم الحركي:

#### 3-1-مرحلة التوافق الأولى للحركة :

لقد سمي "ماينل" تلك المرحلة بالإضافة إلى مرحلة التوافق الأولى للحركة بمرحلة الاكتساب الأولى أو مرحلة الإدراك الأولى، أو المرحلة الخام للحركة. وعلى ذلك تهدف تلك المرحلة إلى اكتساب المتعلم وإدراكه التوافق الحركي الأول للمهارة، والذي يسمى "بالشكل الخام" ومجال تلك المرحلة درس التربية البدنية في المدرسة أو أول مرحلة من مراحل تعلم الناشئين في الأندية الرياضية. يمكن الوصول إلى "اللحظة الحاسمة" والتي يصفها بلحظة التوافق الأولى أو الخام عن طريق أسلوبين مختلفين هما:

✓ الاكتساب الغير متعلم.

✓ الاكتساب المتعلم.

✓ الاكتساب الغير متعلم:

يسميه مانيل بالتعلم الحر حيث أنها طريقة غير موجهة وتتم بالطريقة الذاتية للمتعلم والاكتشاف الشخصي المبني على المحاولة والخطأ، حتى تتقارب أجزاء الحركة ويحدث التوافق الأول لها.

**الاكتساب المتعلم:**

1 - "ناهد عبد زيد، أساسيات في التعلم الحركي ، ط1، دار الضياء للطباعة والتصميم، العرق النجف ، سنة2008،ص30)  
2 - مروان عبد المجيد ابراهيم ، النمو البدني والتعلم الحركي،الدار العلمية الدولية ودار الثقافة ، ط1 عمان الأردن 2002 ص 80-81)

يتم عن طريق المعلم حيث يتبع طريقة خاصة وأسلوب معين، فتعلم المهارات الرياضية المختلفة يكون بواسطة المعلم في الدرس أو في خارجه بالمدرسة، ويذكر " شابل " بأن تعلم الشكل الأول للحركة يكون مناسباً في سن الطفولة، حيث يتعلم الأطفال تلك المهارات ويقبلون عليها بشغف

### 3-2-مرحلة التوافق الجيد للحركة :

لقد سميت تلك المرحلة بالإضافة إلى مرحلة التوافق الجيد بمرحلة الاكتساب الجيد للحركة أو التوافق أو الأداء الجيد للحركة ، وتهدف هذه المرحلة إلى التخلص من معظم الأخطاء الفنية الكثيرة والتي تميزت بها المرحلة التعليمية السابقة حتى تبدوا الحركة نظيفة خالية من الزوايا الحادة والحركات الغريبة في مسار الحركة.

### 3-3-مرحلة ثبات الحركة:

تعتبر المرحلة الثالثة من مراحل التعلم الحركي المرحلة الحاسمة للحركة، يمكن تقويم المستوى الحركي بمستوى أداء الأبطال الدوليين والأولمبيين حيث يتميز شكل حركاتهم وأدائها بالإيقاع الموزون والانسياب والدقة التي تعطيها صفة الثبات والاستقرار والآلية الحركية وبذلك يمكن أن تصل الحركة إلى درجة المهارة حيث تسمى بالمهارة الحركية، ويكون ذلك هو الاكتمال الحركي.

فهدف هذه المرحلة هو الوصول بالحركة إلى أقصى وأدق توافق حركي ممكن، حتى تثبت وتستقر الحركة وتظهر بشكلها الآلي وبذلك يمكن للاعب التغلب على كل المؤثرات الخارجية والداخلية دون الشعور بالتعب ودون بذل جهد زائد<sup>1</sup>.

### 4- نظريات التعلم الحركي :

#### 1. نظرية الدائرة المغلقة

أكدت نظرية آدم (1971) Adams في الدائرة المغلقة بان الحركات تنفذ عن طريق المقارنة بين التغذية الراجعة من أعضاء الجسم وبين المرجع التصحيحي والذي تعلمه الفرد. إن المرجع التصحيحي الذي يعتمد الفرد يسمى الأثر الحسي، يشبهه خط الدبوس في الجهاز العصبي المركزي وكلما تكررت الحركة تكرر خط هذا الدبوس بحيث يترك اثر اعمق. ولذلك فان التدريب يعني إيجاد آثار عميقة في الجهاز العصبي المركزي بحيث يكون مرجعاً سهلاً لمرور الاستجابة عند تكرارها إن هذا الأثر يتكون نتيجة المعلومات الراجعة التي تحدد نسبة الخطأ أو البعد عن المرجع التصحيحي، أما نقاط ضعف هذه النظرية فهي لا تتسجم مع الحركات السريعة حيث لا يتمكن الفرد من المقارنة بين التغذية الراجعة والمرجع الحسي وبذلك فلا يكون هناك عملية تصحيح أو استثمار للتغذية الراجعة.

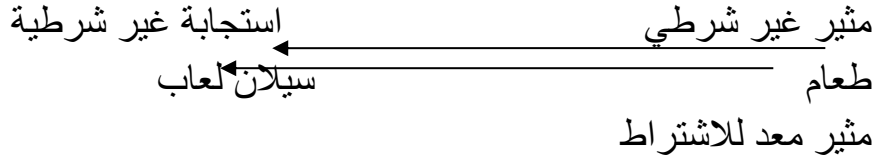
#### 4-1- نظرية التعلم الشرطي:

الاستجابة الشرطية أو التعلم الشرطي هي نظرية في التعلم الترابطي وضعها الطبيب الروسي إيفان بافلوف، وتعنى رد الفعل التكيفي للكائن تجاه منبه خاص ويكتسب هذا التكيف من

<sup>1</sup> - بسطويس أحمد، أسس ونظريات الحركة دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، سنة 1996، ص(90-78)

وضع الكائن مكرراً في الموقف نفسه لا يسمح الإنسان البالغ لجسده بلمس النار بشكل مقصود  
ابداً على الرغم من جمالها الأخاذ

ورائد هذه النظرية هو " إيفان بافلوف " ترى أن التعلم يحدث على المستوى  
الفيزيولوجي، وهذا من خلال ربط المثير (م) بالاستجابة (س) ونستطيع أن نمثل عملية  
الاشتراك كما يلي:



وبعد قرن المثير الشرطي الطبيعي (الطعام) عدداً من المرات فإن عملية الاشتراط أصبحت كما  
يلي:



#### 4-2- نظرية المحاولة والخطأ (الارتباطية)

تأتي نظرية التعلم بالمحاولة والخطأ من خلال تفسير ثورنديك لحدوث عملية التعلم وفقاً  
لمبدأ المحاولة والتجربة، أي أن الارتباطات بين الاستجابات والمثيرات تتشكل اعتماداً على  
خبرات الفرد بنتائج السلوكية التي يقوم بها تجاه المواقف المثيرة التي يواجهها ويتفاعل معها  
تحتج إلى تفكير الاستفادة من الخبرات السابقة، وهي من أحسن الطرق لأنها تتطلب النضج  
العقلي للكائن الحي لمعرفة العلاقات والمرافق المحيطة بالمشكلة.

وعملية إدراك المواقف تكون بصورة كبيرة في البداية ثم تبدأ في الاختصار إلى أن  
تتكون الاستجابة الصحيحة وكلما كان المجال كبير كانت المهارة كبيرة، وقد تمكنت المدرسة  
الجشالتية من خلال التجارب التي قامت بها إثبات هذه النظرية ودورها في الرياضات  
الجماعية، وهذا بعد تنبهها إلى أهمية التعلم والإدراك المعرفي. إن نظرية الإدراك المعرفي في  
الرياضات الجماعية هي النظرية الأساسية التي يجب على المدرسين والمربين والرياضيين  
أخذها بعين الاعتبار.

#### 4-3- نظرية التعلم بالاستبصار:

<sup>1</sup> - محمد حسن علاوي سعد جلال علم النفس التربوي، ط6 دار المعارف مصر سنة 1987، ص 346

التعلم بالاستبصار يقوم على الفهم والادراك الكلي للعلاقات القائمة بين عناصر الموقف، فعندما تكون عناصر الموقف واضحة للكائن الحي فإنه يتعلم حل مشكلته عن طريق إعادة ترتيب عناصر الموقف بحيث يسمح هذا بإيجاد علاقات جديدة بينها تؤدي إلى الحل الصحيح.<sup>1</sup> في حين أن نظرية الارتباط والاستجابة الشرطية تبدو أكثر فائدة في الألعاب الفردية كالسباحة، وألعاب القوى<sup>2</sup>.

### 5- طرق النقل في التعلم الحركي:

هناك أنواع من النقل يحدث بسبب التشابه والتماثل في العناصر للمهارة، وإن هناك نقل يحدث نتيجة للخبرة السابقة. أن النقل يمكن أن يكون إيجابياً أو سلبياً اعتماداً على نوعية الواجب إذ يمكن أن يحدد على أنه المقدار الحاصل أو الفقدان في فعالية ما أو واجب حركي نتيجة للتدريب أو الخبرة في واجب حركي آخر.

### النقل من مهارة إلى أخرى:

يتم نقل بعض العناصر المتشابهة بين عدد النقل من السهل إلى الصعب:

**الألعاب.** من إن التدرج في تعلم المهارات السهلة ثم الانتقال إلى الأصعب مستمد من ملاحظتنا لأن عملية النقل ستكون سير أسهل إذا تدرجنا من ناحية الصعوبة. النقل بالاستناد إلى فهم الأسس العامة للحركة: إن فهم اللاعب للأسس العامة التي تؤثر على خط الحركة (الكرة)، وارتدادها يساعد في تعلم المهارات التي تتطلب ارتداد الكرة، وكذلك فإن من المهم فهم اللاعب للقوانين الفيزيائية التي تؤثر على الحركة، وكذلك إذا استطاع اللاعب فهم المبادئ العامة فإنه يستطيع استخدامها لصالح تعلم مهارة جيدة.<sup>3</sup>

### 6-:- منحني التعلم الحركي:

وهو المنحني الذي باستخدامه يمكننا معرفة مقدار التقدم أو التحسن في الأداء كما أنه يحدد قيمة الانجاز الحركي من خلال التكرار أثناء عملية التعلم بشكل ناجح بمعنى مبسط آخر وجود تحسن واضح في الانجاز بين محاولة وأخرى وبمنظرة سريعة من قبل المدرب أو المدرس يعرف مستوى النجاح والتقدم في الأداء من خلال بعد المنحني الذي حصل عليه.

إن العمليات الحركية المعروفة لدينا تفرض علينا وجود إنجاز حركي لإثبات صحة النظرية على أساس منحني التعلم. إن توافق وتنظيم الحركة سهل الوصول إليه ولكنه أمر غير مرئي، فمثلاً تحديد مرحلة المهارة الجزئية أو الكلية في علم الحركة نطلق عليه انتشار السمات

1 - محمد حسن علاوي، مرجع سابق، ص 346

2 - محمد خليفة بركات علم النفس التعليمي، ج 1 دار التعليم، بيروت لبنان، سنة 1975، ص 283

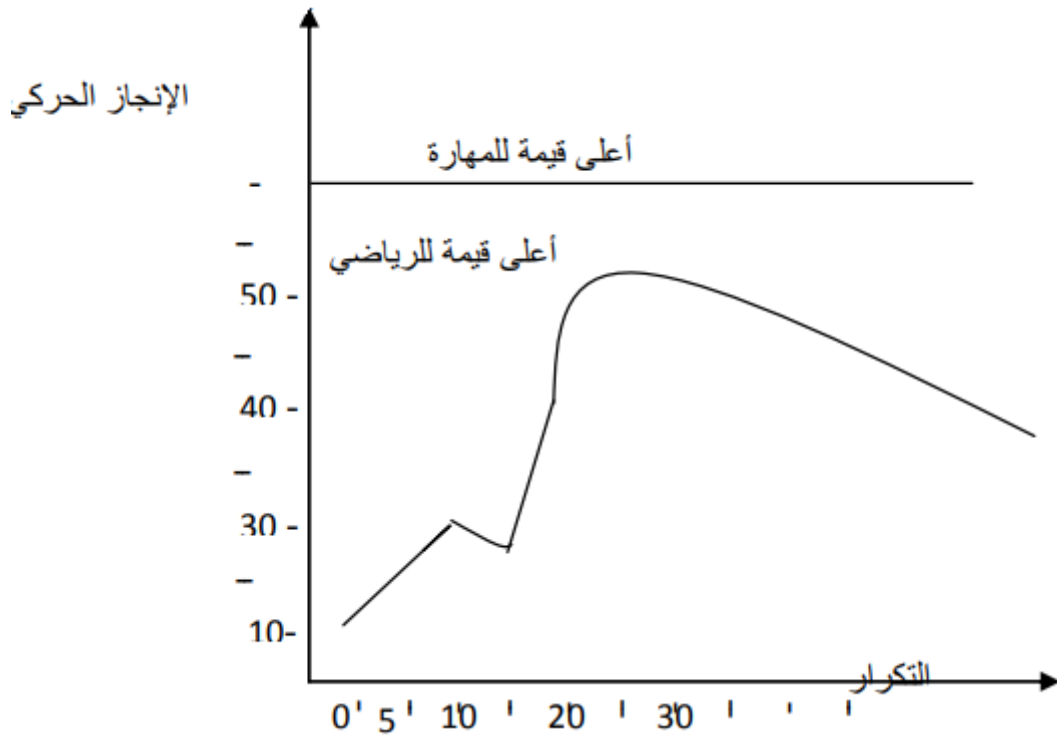
3 - محمد عوض بسيوني، مرجع سابق، ص 62-81

الحركية، إن الأسس في تكوين العمليات الحركية لتنظيم وقيادة المهارة والتي أساسها التأثيرات الداخلية والخارجية.

عندما يتعلم الإنسان ويتقن ما تعلم فإن تغييرات كمية وكيفية تحدث أثناء التدريب فالكفاءة ليست الإسراع في عمل يكرر بصورته التي كان عليها في البداية، على أن التغييرات الكمية التي تحدث في التعلم يمكن رؤيتها عن طريق الملاحظة بمنحنى التعلم والذي نعبر عنه بالإحصاء الخطي البياني الذي يمثل كمية التحسن وحدوده.<sup>1</sup>

الإنجاز الحركي

### شكل رقم (01): يوضح منحنى التعلم الحركي



من الباحثين والمهتمين في مجال التعلم الحركي من يرون أن مستوى الفرد يتناوله التحسن في كل وقت بشرط استخدام الطرق والوسائل الملائمة، وعليه فهم يفكرون بالحد الفسيولوجي كمقياس حقيقي ثابت والبعض الآخر يتخذ موقفا وسطا ويرون أن الفرد قلما يصل في تعلم نشاط ما إلى الحد الفسيولوجي الأقصى غير أن التعلم يصبح عسير كلما زاد اقتراب الفرد هذا الحد.

ومن هناك فرق بين الهضاب و"الذبذبات القصيرة" في منحنيات التعلم والتي يمكن ملاحظتها في الهبوط و الارتفاع للبسط المثالي، الذي يحدث لفترة وجيزة بين فترة تدريجية وأخرى، وهذه الظاهرة أيضا الذبذبات" تكاد تكون ظاهرة عامة في كثير من منحنيات التعلم، وعلى المدرب الرياضي ملاحظة المتعلم للوقوف على الأسباب الحقيقية وراء حدوث ظاهرة

<sup>1</sup> - مروان عبد المجيد إبراهيم ، سنة 2002، ص 116-118)



الهضاب مع مراعاة الروح المعنوية للمتعلم، خاصة في اللحظات الحرجة، ويمكن أن يلعب الثناء والتشجيع دوراً هاماً في خلق خبرات النجاح لدى المتعلم.

إن جميع منحنيات التعلم الفردية أو الجماعية قد تصل إلى قيمة عليا تعتبر حداً أقصى للمنحنى، وعادة ما يخضع هذا الحد لطبيعة المادة المتعلمة أو العمل الحركي المتعلم. إن التعلم الحركي عن طريق رؤيته بالمنحنى يمثل منحني بياني لكمية التحسن الناتج عن التمرين الواحد أو الوحدة التدريبية وسرعتها ويبين مقدار النجاح الحاصل لدى الرياضي في الصعود والنزول، كذلك يمكن حساب الوقت اللازم للإدراك وكذلك الانجازات.

### 7- هضبة التعلم الحركي:

ومن أجل اجتياز هضبة التعلم يفضل إيجاد طرائق أو أساليب جديدة للتمرين من أجل تطوير البرنامج الحركي للمهارة إذ إن تطوير البرنامج الحركي يكون من خلال إخضاعه إلى متطلبات جديدة وصعبة حتى يتم التكيف مع الوضع الجديد وإن إحدى هذه الطرائق أو الأساليب لتطوير البرنامج الحركي لمهارة معينة هي أدائها في ظروف وأوضاع جديدة غير معتادة و إن التعلم، ويطلق عليها الهضبة plateau وتتمثل في وجود بعض الفترات التي لا يحقق فيها المتعلم أي تقدم في الموقف التعليمي على الرغم من مواصلته للتعلم. والسبب قد يكون خطأ في طريقة تعلمه للحركة أو سبب سيكولوجي مرتبط بالحياة الانفعالية للفرد بسبب الفشل أو التعب أو عدم الثقة في النفس كما يمكن أن يكون هو السبب هو فقر الرياضي لإحدى مكونات اللياقة البدنية كالمرونة والسرعة والقوة والتحمل والرشاقة إضافة إلى عامل الشجاعة والتحضير والتدريب الجيدين<sup>1</sup>.

### 8- العوامل المؤثرة في التعلم الحركي:

#### 1-8- التصميم على الهدف:

يعتبر التصميم على الهدف هو تعلم حركة جديدة عمل إيجابي من جانب الفرد الرياضي، يرتبط بإدراك الفرد للحركة أو المهارة الجديدة مع إيمان اللاعب بهدف الحركة أو المهارة، وطالما أن ذلك عمل إيجابي فهناك نشاط يقوم به الفرد في مختلف الظروف والعوامل بتصميم معين وهدف محدد وهو دافع الحركة هذا الدافع الحركي الذي يظهر بوضوح عندما نلاحظ أن الأطفال الأصحاء يكونون في حركة دائمة خلال مراحل نموهم المختلفة، وتناسب ذلك مع مستوى التطور الحادث في الجهاز العصبي لهؤلاء الأطفال الأصحاء، ويقوى هذا الدافع كلما كان الطفل مازال صغيراً وبعد ذلك يظهر واقع الحركة عند الطفل في مراحل.

ولقد أطلق "pawlow" على دافع الحركة والميران التصميم على تحقيق الهدف، فالحياة تعمل من أجل هدف المحافظة على الحياة ذاتها، ويسعى الإنسان ويعمل بكل من أجل تحقيق ذلك الهدف الهدف بغريزة الحياة، إن هذا الدافع يتكون من عدة دوافع ويشكل القسم الأكبر منها الدوافع الحركية الإيجابية التي تتم في ظل عوامل وشروط تتناسب والحياة، والتي يمكن ملاحظتها من خلال حركات الذراعين.

<sup>1</sup> - مروان عبد المجيد إبراهيم، مرجع سابق، ص 119

**2-8- المخزن الحركي والتجارب الحركية**

يرتبط تعلم الحركات الجديدة دون شك على نمو الأجهزة الداخلية المختلفة وخاصة الجهاز العصبي فلا يستطيع الطفل المشي دون أن تنمو ساقاه، بحيث تستطيع تحمل وزن الجسم، ولكن يتمكن الطفل من الشعور بالاتزان ويستطيع الفرد الرياضي تعلم حركات جديدة كلما كثرت عنده التجارب الحركية (الخبرة الحركية).

إن التجارب الحركية التي يمر بها الإنسان أو الفرد الرياضي يحتفظ بها في المخزن الحركي بالمخ، ذلك أن المخ ينمو وينضج من خلال العمل الدائم، وهذا يفسر لنا كيف يتم انتقال أثر التدريب من مهارة معينة. من المعروف أن الفرد الرياضي لا بد أن يتعلم المهارات الحركية والسلوك الرياضي من درجة الصفر فلقد ذكرنا أن الفرد منذ ولادته يبدأ في تعلم المهارات الحركية، إذن ففي المجال الرياضي نجد أن الفرد قد مر بتجارب حركية وسلوكية كثيرة تؤثر في الخبرات يحاول تعلمها واكتشافها، وقد يكون تأثير هذه الخبرات إيجابيا أو سلبيا، وهذا يتوقف بالطبع على الخبرات السابقة التي يحتفظ بها في المخزن الحركي، لذلك فهناك انتقال إيجابي لأثر التدريب والميران، وهو عبارة عن إسهام مهارة معينة سبق تعليمها واكتسابها في تكوين أو تطوير مهارة أو مهارات جديدة مما يساعد في سرعة تعلمها وإتقانها والتي تركز على خبرة حركية سابقة للفرد الرياضي، وهذه الخبرة الحركية تتميز بالإتقان والتثبيت الصحيح للمهارة الحركية السابقة والتي تتشابه في مكوناتها أو بعض منها مع تلك المهارة الجديدة.<sup>1</sup>

كما أن الفرد الرياضي عندما يعرف مدى التشابه بين مكونات الحركة الجديدة (الخبرات الحركية) يبحث عن عامل آخر وهو اكتشاف العلاقات الأساسية بين المهارة الجديدة والخبرة الحركية لديه، لإمكانية التعميم بينهما ففي كثير من المواقف يمكن تعميم ما تعلمه الفرد الرياضي في المواقف المتشابهة، فالخدع مثلا في الألعاب الصغيرة يمكن استخدامها في الألعاب الكبيرة

**3-8- عرض الحركة وأهدافها:**

لكل حركة واجب يحدد هدف وغرض، الحركة وكل حركة رياضية يتعلمها الفرد تخدم أو تحقق واجبا حركيا أن تعلمه أو معرفته وعليه كان من الأهمية استطاعة الفرد الرياضي استيعاب الواجب الحركي مضبوطا وواضحا، حتى تكون هناك قاعدة تعلم أفضل.

<sup>1</sup> - مروان عبد المجيد إبراهيم : النمو البدني والتعلم الحركي سنة 2002 ، ص 92-93

**خلاصة:**

ومن هنا نستنتج إن المهارات الحركية هي رياضة من الرياضيات تشير إلى قدرة الفرد على أداء مجموعة من الحركات الخاصة بدقة وكفاية ونجاح، وتتطلب هذه القدرة استخدام مجموعة من العضلات المؤدية للحركة والعضلات القابلة لها وبعض العضلات المحايدة والمثبتة للمفاصل بتوافق وانسيابية، وكذا استخدام الجهازين العضلي والعصبي لإخراج القوة اللازمة لأداء الحركات المطلوبة في المهارات بالنسبة للأفراد بصفة عامة والمراهقين بصفة خاصة.

ستخلص في هذا الفصل في شرح أهم العوامل والجوانب التي تكتسبها المهارات الحركية، وأهم الخصائص وأنواع المهارة الحركية الرياضية، وكذا عرض تقسيمات وتصنيفات المهارة الحركية في المجال الرياضي، وأهداف المهارة الحركية الرياضية بغية توضيح طريقة أدائها بصورة صحيحة ومناسبة حسب متطلبات اللعب وقواعده لكي يستفيد منها التلميذ والأستاذ معا.

وقد عرف التعلم الحركي هو مجموعة من الحركات والمهارات الذي يكتسبها الطفل في المرحلة العمرية ما بين 6 الى 12 مع معرفة غرض تلك المرحلة، وكلما توضح هدف وواجب الحركة فإن ذلك يبحث في نفسية الرياضي الحماس والإقدام على أداء تلك الحركة، ويصبح التعلم الحركي ذا فعالية عندما يتعامل الفرد الرياضي مع أداة أو يحاول التغلب على شيء يواجهه.

# الباب الثاني دارسة مدنية

**تمهيد**

تميز دراسة ميدانية من مجموعة من المناهج العلمية من لآبد من إعتماء منهج علمي يبين كيفية تطبيق الإجراءات الميدانية كما تطرقنا إلى عرض أدوات جمع البيانات، ثم لأساليب الإحصائية التي اعتمدنا عليها في تحليل المعطيات التي جمعناها عن طريق إستمارة المقابلة والتحليل البيانات والاستنتاجات المتحصل عليها مع تحقيق الاهداف في النشاط البداني التربوي الرياضي في اكتساب المهارات الحركية

# الفصل الأول الإجراءات المنهجية للدراسة

## تمهيد

ومن خلال ما تم التطرق إليها في شرح الجوانب النظرية الخاصة بالبحث، سنحاول في هذا الفصل أولاً التعرف على بيئة موضوع الدراسة، وذلك من خلال الدراسة الإستطلاعية والتي تسمح لنا بالحصول على بيانات هامة لها علاقة بموضوع البحث، كالمقابلة، والإستبيان بالإضافة إلى تحديد المجال الزمني والمكاني والبشري وكذلك علينا توضيح الأداة المستخدمة، وكذا تحديد عينة الدراسة والطريقة التي اعتمدت في تحديد حجمها، وككل دراسة ميدانية لا بد من اعتماد منهج علمي يبين كيفية تطبيق الإجراءات الميدانية كما تطرقنا إلى عرض أدوات جمع البيانات، ثم لأساليب الإحصائية التي اعتمدنا عليها في تحليل المعطيات التي جمعناها عن طريق إستمارة المقابلة المكونة من 11 عينة من استمارة .

## 1- الدراسة الإستطلاعية:

في إطار تحديد الموضوع الدراسة تحديد دقيقا وسعا في دراسة موضوع ميداني الذي يكون قابل التحليل وهذه تعتبر الدراسة الإستطلاعية بمثابة الأساس الجوهري لبناء البحث كله وهي الخطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها

وهذه يمثل الدراسة الإستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعدنا في المام جوانب الدراسة الميدانية، كما تساعدنا على تجربة وسائل البحث لمعرفة مدى ملاءمتها وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المتحصل عليها في النهاية<sup>1</sup>.

وبناء على هذا، قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية على العينة المقصودة من التلاميذ في المرحلة الابتدائية جميع المؤسسات التربوية في ولاية مستغانم ، قصد التعرف على مجتمع البحث، ومميزاته وخصائصه، كذلك التأكد من صلاحية أداة البحث من خلال وضوح العبارات وملاءمتها لمستوى العينة، وخصائصها العمرية.

ولهذا قمنا بزيارة أفراد العينة المراد دراستها، وذلك وفق المراحل التالية:

**المرحلة الأولى :** بعد الحصول على الترخيص طلب تسهيل المهام - الخاص بالدراسة، من طرف رئيس قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، يوم 2024/04/29 حيث تم التوجه إلى الابتدائية والمؤسسات التربوية في الاطار الابتدائي للتعرف عليها، ثم الاتصال بمديرها والقيام بمقابلة معه وتقديم التعريفات الخاصة بموضوع الدراسة.

**المرحلة الثانية:** وتم فيها جمع المعلومات الخاصة بكل مؤسسة.

1 - محي الدين مختار، بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995، ص 74.

المرحلة الثالثة : توزيع الاستمارة في الفترة الممتدة من : 29 افريل 2024 إلى غاية 12 ماي 2024.

### الدراسة الميدانية والهدف منها:

لكل بحث علمي أهداف محددة لأنه بتحديد هذه الأهداف يمكن لنا حصر موضوع الدراسة وتحديد الوسائل والطرق التي تتم بواسطتها ومنه يمكن تلخيص أهداف دراستنا الميدانية فيما يلي:

- تدعيم الجانب النظر.
- التأكد من صحة الفرضيات بعد تحليل ومناقشة النتائج.
- الخروج بنتائج عامة حول الموضوع.
- معالجة بعض جوانب النقص التي لمسناها في الجانب النظري.
- إعطاء مقترحات مستقبلية.

### 2- منهج البحث

نظرا لطبيعة موضوعنا ومن اجل تشخيص الظاهرة وكشف جوانبها، وتحديد العلاقة بين عناصرها (بدور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الابتدائية )، وتبين انه من المناسب استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة، فالدراسة الوصفية تهدف إلى تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالإعتماد على جمع الحقائق وتفسيرها وتحليلها وإيجاد العلاقات بين متغيراتها واستخلاص دلالاتها، فهي إذا كما يعرفها مصطفى حسن باهي: "يعتبر المنهج الوصفي من أكثر المناهج إستخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والإجتماعية والرياضية، حيث يهتم بجمع أوصاف دقيقة وعلمية للظاهرة المدروسة، ووصف الوضع الراهن وتفسيره، كما يهدف إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة، ولا يقتصر المنهج الوصفي على جمع البيانات وتبويبها ، وإنما يمتد الى ما هو أبعد من ذلك لأنه يتضمن قدرا من التفسير لهذه البيانات، لذا يجب على الباحث تصنيف البيانات والحقائق، وتحليلها تحليلا دقيقا وكافيا للوصول الى تعميمات بشأن موضوع الدراسة<sup>1</sup>.

### 3- مجتمع وعينة الدراسة:

1 - مصطفى حسن باهي، الإحصاء وقياس العقل البشري، مركز الكتاب لنشر، مصر، 2000، ص83.



بعد تحديد الباحث لمشكلة البحث وما يرتبط بها من فرضيات تأتي خطوة جمع البيانات كي يتأكد من فروضه، وأول خطوة من هذه الخطوات هي اختيار المجتمع الذي تطبق عليه الدراسة، وكذا العينة البحثية، وبعد اختيار الباحث للعينة من أهم خطوات ومراحل البحث إذ تعتمد البحوث الاجتماعية الحالية على استعمال العينات بشكل أساسي لكونها الطريقة الأكثر اقتصادا في نفقات البحث لذلك، فعادة ما يقوم الباحث بتحديد جمهور بحثه أو مجتمع دراسته حسب الموضوع أو الظاهرة أو المشكلة التي يختارها، ولما كانت المجتمعات المدروسة غالبا كبيرة الحجم، فإنه لا يمكن لباحث واحد أن يقوم بدراسة ظاهرة أو حدث في ذلك المجتمع منفردا وإنما يلجأ لاختيار عينة الدراسة من ذلك المجتمع حيث تمثله تمثيلا تاما.

### 3-1 مجتمع الدراسة:

فمجتمع الدراسة هو المجتمع الكلي للعناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة، أي أنها المجموعة الأصلية التي تؤخذ منها العينة<sup>1</sup>.

وعلى هذا الأساس تمثل مجتمع البحث في تلاميذ الابتدائية في المؤسسة الابتدائية في ولاية مستغانم، حيث بلغ عدد أفراد المجتمع حسب إحصائيات شهر أفريل 2024 والصادرة من الابتدائية ولاية مستغانم

### 3-2 عينة الدراسة:

فالعينة هي الجماعة التي تجرى عليها الدراسة وهي عبارة عن جزء صغير من أي من مجتمع الدراسة<sup>2</sup>.

وبما أنه من الصعب على الباحث أن يتصل بعدد كبير من المعنيين بدراسته لكي يطرح عليه الأسئلة ويحصل منهم على الأجوبة، فإنه لا مفرّ من اللجوء الى أسلوب أخذ العينات التي تمثل المجتمع الأصلي حتى يستطيع ان يأخذ صورة مصغرة عن التفكير العام. واختيار هذه العينة هي 1 العامل الذي يتوقف عليه تعميم النتائج بالنسبة للبحوث العلمية وتعتبر ركيزة ما يقوم به الباحث.

وبما أن موضوعنا يركز دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ طور الابتدائية ، فقد عملنا على أخذ عينة مقصودة تقدر ب 35 تلميذ من مجموع المجتمع الأصلي الذي يساوي 654 تلميذ وتلميذة عبر كافة الابتدائية ولاية مستغانم، حيث تم توزيع 07 استمارة، وقد تم استعادة 07 الاستمارة.

### الجدول رقم (01) الإحصائيات الخاصة بالاستبانة

1 - اعصام حسن الدليمي، على عبد الرحيم صالح، البحث العلمي أسسه- ومناهجه، ط1، دار الرضوان والتوزيع، عمان، 2014، ص 74.

2 - تمحي محمد مسعد، الطريقة العلمية لإعداد البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، 2002، ص 175.

الاستبانة	التوزيع التكراري	النسبة
الاستبانات الخاضعة للتحليل	30	%85.71
الاستبانات المستبعدة	/	/
الاستبانات غير المعادة	05	%14.28
الاستبانات الكلية	35	%100

المصدر: من اعداد الطلبة.

#### 4- متغيرات البحث:

##### 4-1: المتغير المستقل

وهو المتغير الذي يؤثر في حدوث موقف معين، فلو أردنا مثلاً دراسة زيادة عدد السيارات في البلد على الحوادث، فإن زيادة عدد السيارات هو المتغير المستقل، وعدد الحوادث هو التابع.

##### 4-2 المتغير التابع:

هو المتغير الذي حدث نتيجة لتأثير المتغير المستقل، أو هو ما يتبع في حدوث المتغير المستقل ويسمى العامل التابع بالعامل الناتج.

وفي بحثنا هذا المتمثل في دور النشاط البدني التربوي في لدى تلاميذ طور الابتدائية فإن النشاط البدني الرياضي التربوي " هو المتغير المستقل، تنمية التفاعل الاجتماعي " هو المتغير التابع.

#### 5- وسائل وأدوات البحث:

لقد تم في دراستنا استخدام وسائل وأدوات والتي نذكرها كالآتي:

##### 5-1: الملاحظة:

تعتبر الملاحظة وسيلة خاصة لجمع المعلومات العلمية بما يتمتع به من خصائص تصبح مصدراً أساسياً من مصادر الحصول على البيانات.

وقد استعملنا هذه الوسيلة من خلال تتبعنا وملاحظتنا لطريقة تعامل التلاميذ مع بعضهم خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

##### 5-2: الإستبيان:

يمكن تعريف الإستبيان كما يلي: عبارة عن لائحة مؤلفة من مجموعة من الأسئلة ترتبط بموضوع الدراسة وبعد تصميمها بشكل صحيح ودقيق من المراحل المنهجية الهامة التي يتعين

على الباحث ان يولها اهتمامه. إن الافتراضات التي ستحول الى أسئلة ضمن الاستمارة تشكل البيانات الأولى بناء المنطلقات النظرية المعرفية للبحث المدروس<sup>1</sup>.

## 6- مجالات الدراسة:

وتعنى بالمجالات الثلاث المجال الزمني المجال المكاني، كذلك المجال البشري للدراسة الميدانية)

### 6-1 المجال الزمني

تمت معالجة البحث في جانبه النظري في الفترة الممتدة من شهر جانفي الى غاية شهر ماي، اما الجانب التطبيقي فقد كان في شهري أفريل وماي تم من خلالهما تحضير الأسئلة الخاصة بالاستمارة وتوزيعها على العينة المختارة، ثم قمنا بعملية جمع النتائج وتحليلها ومناقشتها.

### 6-2: المجال المكاني:

بناء على عنوان الدراسة والهدف منها أن المجال المكاني لها متوسطة درجو بلقاسم صلامندر – مستغانم

### 6-3 المجال البشري :

المجتمع البحثي أو مجتمع الدراسة يقصد به جميع العناصر، أو المجموعة الكلية التي يسعى الباحث إلى تعميم نتائج بحثه عليها وتكون محور الدراسة وتتمحور الإشكالية عليها<sup>2</sup>. حيث شملت هذه الدراسة تلاميذ المرحلة الابتدائية

### 7- الوسائل الإحصائية:

حتى تكون نتائج الاستبيان لها معنى ودلالة واهمية تم تفرغ وتحليل الإستبانة من خلال برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ( Statistical package force social sciences)SPSS وسوف يتم الاستعانة ببعض الأدوات الإحصائية التالية:

### 7-1 التكرارات والنسب المئوية:

<sup>1</sup> - محمد شفيق، البحث العلمي، خطوات المنهجية لاعداد البحوث، المطبعة المصرية، الإسكندرية، 1986، ص86.  
<sup>2</sup> - خيرى وناس، بوصنوبر عبد الحميد، التربية وعلم النفس، الديوان للتعليم والتكوين عن بعد، الجزائر، 2008، ص53.

تمت الاستعانة بالتكرارات والنسب المئوية للتعرف على الخصائص الشخصية والوظيفية لأفراد عينة الدراسة، وكذا لتحديد استجابات أفرادها اتجاه عبارات محاور الاستبيان.

وتحسب بالعلاقة التالية<sup>1</sup>:

$$100 \times \frac{\text{تكرار العنصر (x)}}{\text{مجموع التكرارات}}$$

النسبة المئوية للعنصر (x)

2-7 اختبار T في حته عينه واحده (T-test).

<sup>1</sup> - إبراهيم عبد الوكيل القارة الإحصاء الوصفي باستخدام الحزمة الإحصائية الدلتا لتكنولوجيا الحسابات، جامعة طنطا، 1997، ص 108.

الفصل الثاني  
عرض وتحليل  
نتائج

الفصل الثاني:  
عرض وتحليل نتائج

1- عرض وتحليل نتائج الإستبيان الخاص بالأساتذة:

1-2- عرض وتحليل نتائج المحور الأول:

المحور الأول: النشاط البدني الرياضي التربوي

السؤال رقم 01 : حسب فهمك النشاط البدني الرياضي التربوي

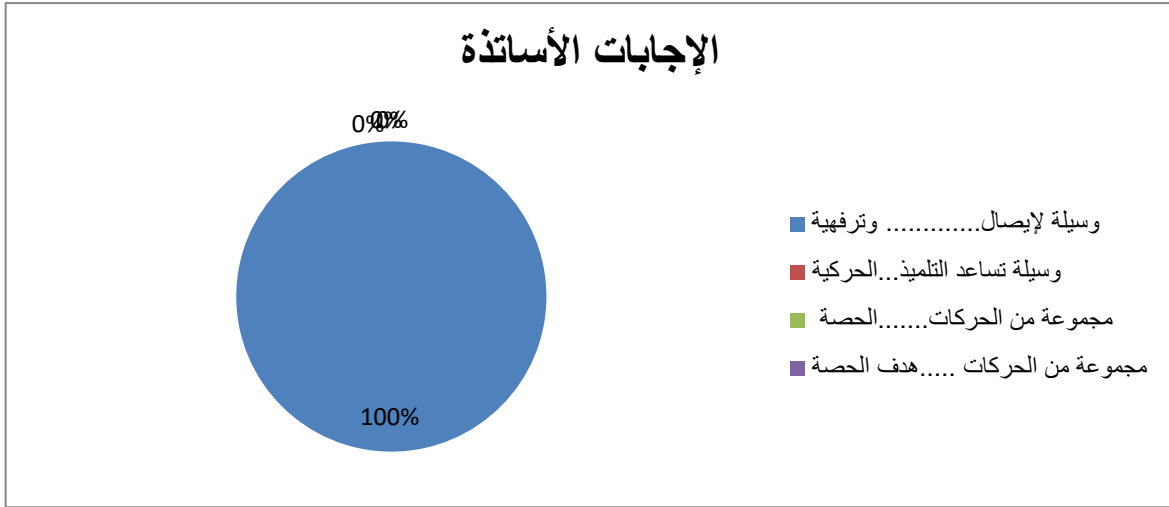
الغرض منه: التعرف على مدى إدراك مفهوم الألعاب الشبه رياضية لدى أساتذة التربية الرياضية في الوسط الابتدائية .

الجدول رقم 02: يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا) للسؤال رقم (01)

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
- وسيلة لإيصال..... وترفيهية - وسيلة تساعد التلميذ...الحركية - مجموعة من الحركات.....الحصة - مجموعة من الحركات .....هدف الحصة	04 04 04 06	% 1 00	30	3,84	0,05	1	دال
المجموع	24	%100					

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم (02) يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (01)



### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (02) نلاحظ نصف عينة الأساتذة المقدره بـ 50% يرون أن الألعاب الشبه رياضية هي وسيلة لإيصال المعلومات للتلميذ بطريقة مريحة وترفيهية، تليها نسبة من الأساتذ قدر بـ 23,33% يرون بأنها وسيلة تساعد التلميذ على تعلم وإتقان بعض المهارات الحركية، كما يرى البعض بأنها مجموعة من الحركات والتمرينات الموجهة لتحقيق هدف الحصة بنسبة قدرت بـ 16,67% في حين نسجل آخر نسبة قدرت بـ 10% من عينة الأساتذة أجابوا بأنها مجموعة من الحركات الرياضية المتقنة تستعمل كمنهجية لتبسيط أهداف الحصة، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (02)، وهو ما يمثل مقدار (كا) عند مستوى الحرية 0,05 ودرجة الحرية (03) ، حيث كانت قيمة (كا) المجدولة المقدره بـ 7,82 أصغر من (كا) المحسوبة المقدره بـ 11,06، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

### الاستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج من هذه الإجابات أن رغم اختلافها وتباينها في بعض الإجابات إلا أنها ترمي إلى نفس الهدف أو المغزى أي أن معظم الأساتذة لا يفرقون بين هدف الألعاب الشبه رياضية ومفهومها.

**السؤال رقم 02:** هل تطبق النشاطات الرياضية والبدنية في الألعاب الفردية والجماعية في حصة التربية البدنية والرياضية؟

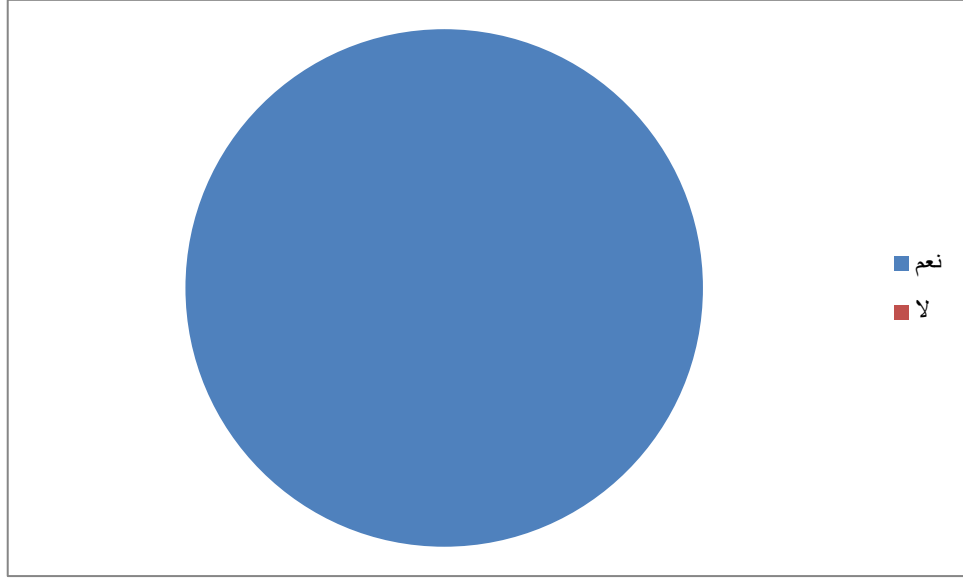
**الجدول رقم 03:** يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا 2) للسؤال رقم 02

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا 2 المحسوبة	كا 2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
-نعم	07	100%	30	3,84	0,05	1	دال
-لا	00	00%					

					30	100 %	المجموع
--	--	--	--	--	----	-------	---------

المصدر: من إعداد الطلبة

### الشكل رقم (03) يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (02)



المصدر: من إعداد الطلبة

#### تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (03) ، يتضح لنا أن نسبته 100% من أساتذة ، العينة أجابوا ب"نعم" أي أنهم يطبقون الألعاب الشبه رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (03) وهو ما يمثل مقدار (كا2) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (01) حيث كانت قيمة (كا2) المجدولة المقدره ب 3,84 أصغر من (كا2) المحسوبة والمقدره ب30، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

#### الإستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن جميع أساتذة العينة يطبقون الألعاب الشبه رياضية في الحصة، ومنه يتضح لنا أهمية هذه الألعاب في حصة التربية والرياضية.  
السؤال رقم (03) : متى تستعمل الألعاب الشبه رياضية؟  
الغرض منه : معرفة الوقت المناسب لإستعمال الألعاب الشبه رياضية أثناء الحصة.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
- وسيلة لإيصال.... وترفيهية - وسيلة تساعد التلميذ...الحركية - مجموعة من الحركات.....الحصة - مجموعة من الحركات .....هدف الحصة	04 04 06	10 % 0	30	5,99	0,05	2	دال



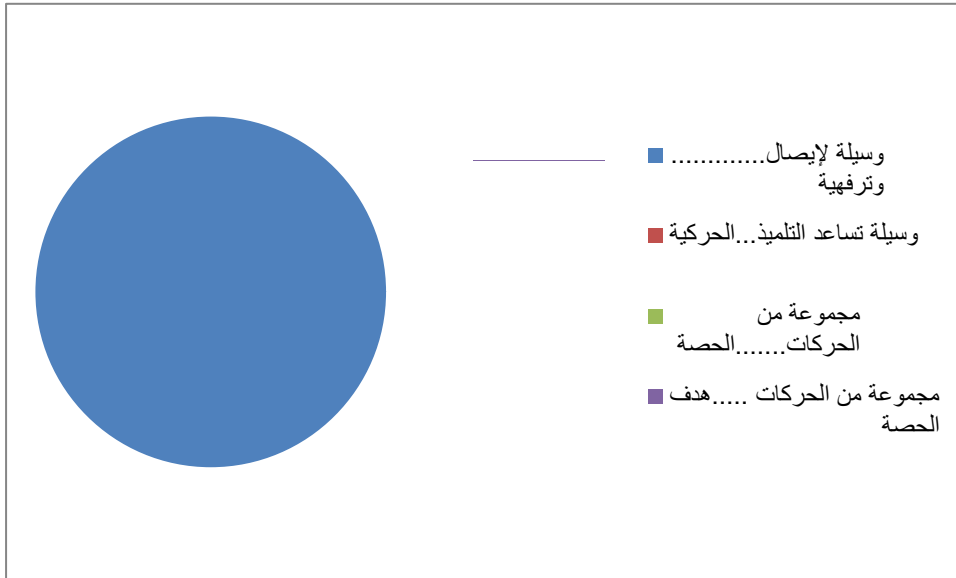
الفصل الثاني:  
عرض وتحليل نتائج

					المجموع	14	%100

الجدول رقم 04: يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا2 للسؤال رقم ( 03 )

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم 04: يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 03



المصدر: من إعداد الطلبة

تحليل النتائج :

الجدول رقم 05: بين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا2 للسؤال رقم 04

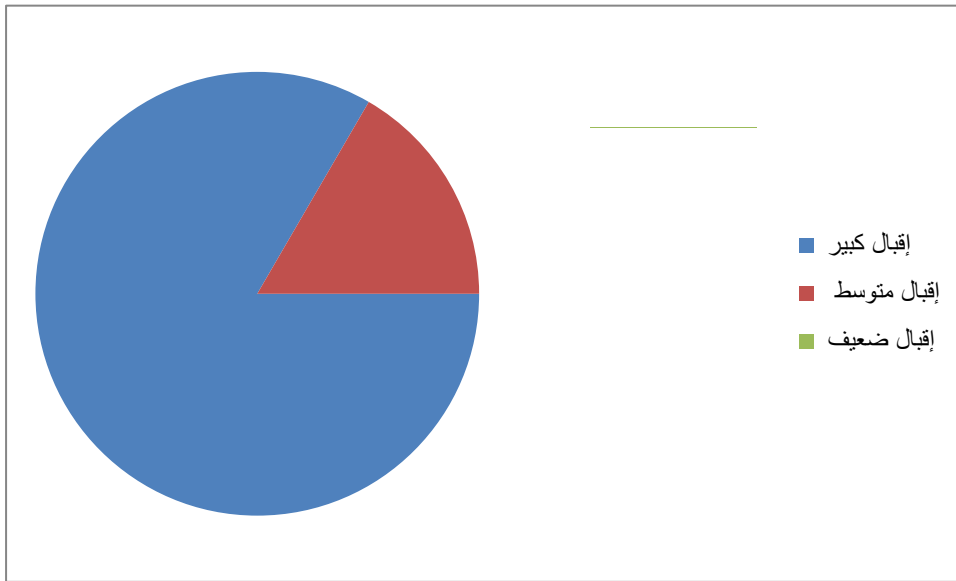
الاجابات	التكرارات	النسبة	كا2	كا2	مستوى	درجة	الادلالة
----------	-----------	--------	-----	-----	-------	------	----------

## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج

الاحصائية	الحرية	الدلالة	المجدولة	المحسوبة	المئوية		
دال	2	0,05	5,99	35	%83,3 %16,6 %0	25 05 00	- إقبال كبير - إقبال متوسط - إقبال ضعيف
					%100	30	المجموع

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم 05 : يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 04



المصدر: من إعداد الطلبة

### تحليل النتائج

نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) أن %83,33 من أساتذة العينة يرون أن إقبال التلاميذ على ممارسة الألعاب الشبه رياضية هو إقبال كبير، في حين نسجل نسبة ثانية بـ %16,67 من أساتذة العينة يرونه بأنه إقبال متوسط، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (05) ، وهو ما يؤكد مقدار (كا) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية، (02)، حيث كانت قيمة ( كا) المجدولة المقدره بـ 5,99 أصغر من قيمة (كا) المحسوبة والتي تقدر بـ 35 ، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

### الاستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن درجة إقبال التلاميذ على ممارسة الألعاب الشبه رياضية كبيرة ومنه نخلص إلى أهمية تواجد الألعاب الشبه رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية ودور الأستاذ في إيجاد الألعاب المناسبة التي تخدم وتحفز التلاميذ على المشاركة وذلك يتفق مع ما جاء به علي بن زياد وعبد المالك خالدي

## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج

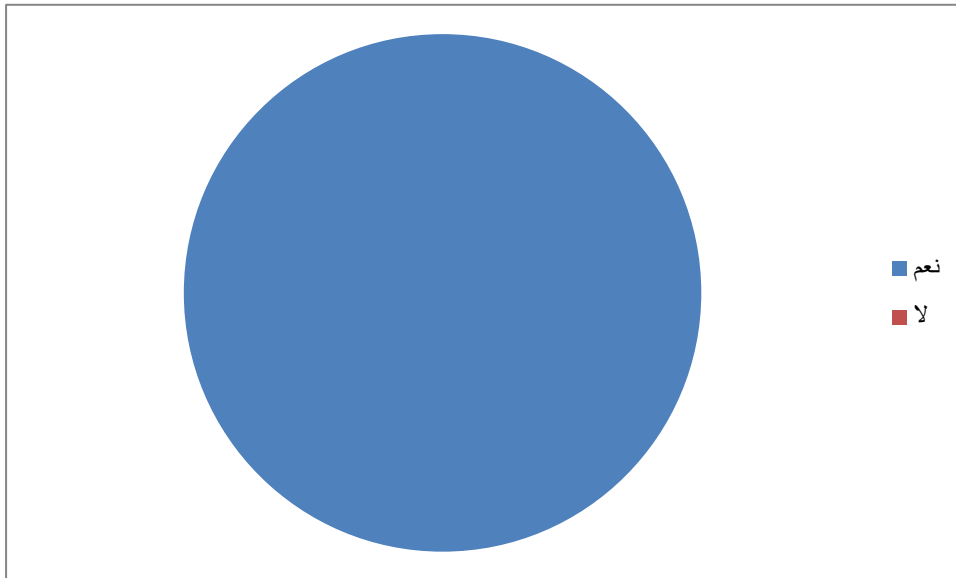
أن لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور في تحفيز التلاميذ على المشاركة الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية.

**السؤال رقم 05:** هل تنتقون الألعاب الفردية والجماعية (النشاط البدني الرياضي التربوي) التي تخدم هدف الحصة؟  
الغرض منه: الكشف عن أهمية انتقاء الألعاب الشبه رياضية التي تخدم هدف الحصة.  
**الجدول رقم 06:** يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا) 2 للسؤال رقم (05)

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
نعم لا	00 30	%100	30	3,84	0,05	1	دال
المجموع	30	%100					

المصدر: من إعداد الطلبة

**الشكل رقم 06:** يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (05)



المصدر: من إعداد الطلبة

### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (06) ، يتضح لنا أن جميع أساتذة العينة بنسبة 100% ينتقون الألعاب الشبه رياضية التي تخدم هدف الحصة، حيث يتم انتقاؤها حسب هدف الحصة أو حسب كل نشاط، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (06)، وهو ما يمثل مقدار (كا2) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (01)، حيث كانت

## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج

قيمة (كا2) المجدولة المقدرة ب 3,84 أصغر من قيمة (كا2) المحسوبة المقدرة ب30 ، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الإستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن أساتذة العينة ينتقون الألعاب الشبه رياضية التي تخدم هدف الحصة باعتبارها نشاط هام بحيث يتم انتقاؤها على أساس هدف كل نشاط.

**السؤال رقم 06** هل نوعية الألعاب الشبه رياضية فردية أو جماعية التي تبرمجها تؤثر على إقبال التلاميذ لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية ؟  
**الغرض منه:** معرفة ما إذا كانت نوعية الألعاب الشبه رياضية تؤثر على إقبال التلاميذ لممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية.

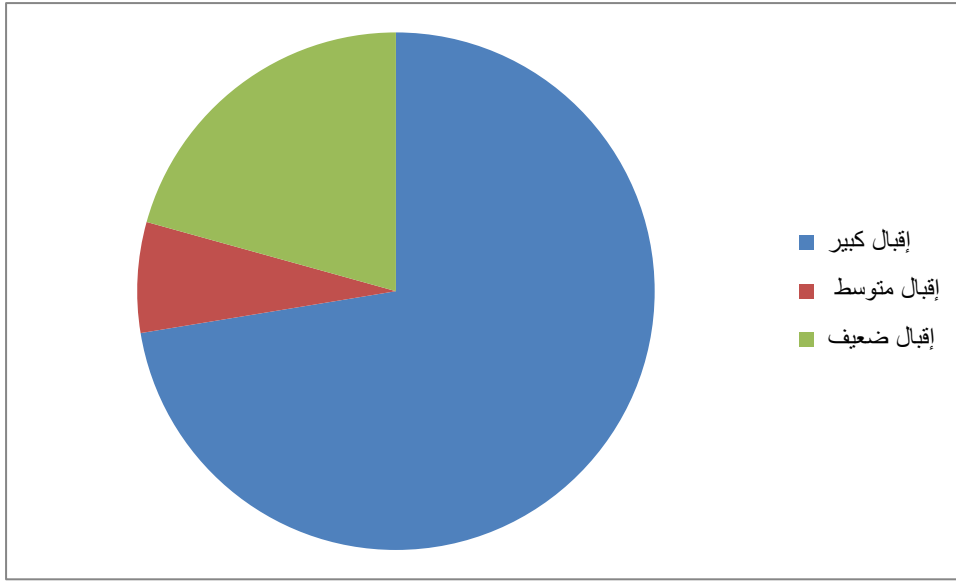
**الجدول رقم 07 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم ( كا ) 2 للسؤال رقم ( 06)**

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
- إقبال كبير	22	%73,33	24,4	5,99	5,99	2	دال
- إقبال متوسط	05	%06,67					
- إقبال ضعيف	06	%20					
المجموع	30	%100					

المصدر: من إعداد الطلبة

**الشكل رقم 07 : يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (06)**

## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج



المصدر: من إعداد الطلبة

### تحليل النتائج

: من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (07) ، نلاحظ نسبة كبيرة من أساتذة العينة أجابوا بتعم أي أن نوعية الألعاب الشبه رياضية المبرمجة تؤثر على إقبال التلاميذ للمشاركة في الحصة نسبة قدرت بـ 73,33 ، تليها نسبة 20% من أساتذة العينة أجابوا بـ "أحيانا"، في حين نسجل آخر نسبة من أساتذة العينة يرون عكس ذلك أجابوا بـ "لا" أي أن نوعية الألعاب لا تؤثر على إقبال التلاميذ للمشاركة في الحصة بنسبة قليلة قدرت بـ 6,67% ، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (07)، وهو ما يمثل مقدار (كا2) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (02) حيث كانت قيمة (كا) المجدولة المقدره 5,99 أصغر من قيمة (كا2) المحسوبة المقدره ،ب24,4، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

### الإستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن أهمية الأستاذ في انتقاء الألعاب الشبه رياضية التي تجذب أو تزيد من إقبال التلاميذ لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية كبيرة جدا، بحيث يعمل على توفير الأنشطة والألعاب التي تتماشى وميول ورغبات التلاميذ.

**السؤال رقم: 07:** ما الغرض من استعمال الألعاب الشبه رياضية؟

**الغرض منه:** معرفة الهدف الحقيقي من استعمال الألعاب الشبه رياضية خلال حصص التربية البدنية والرياضية.

**الجدول رقم08 :** يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم( كا ) 2 للسؤال رقم(07)

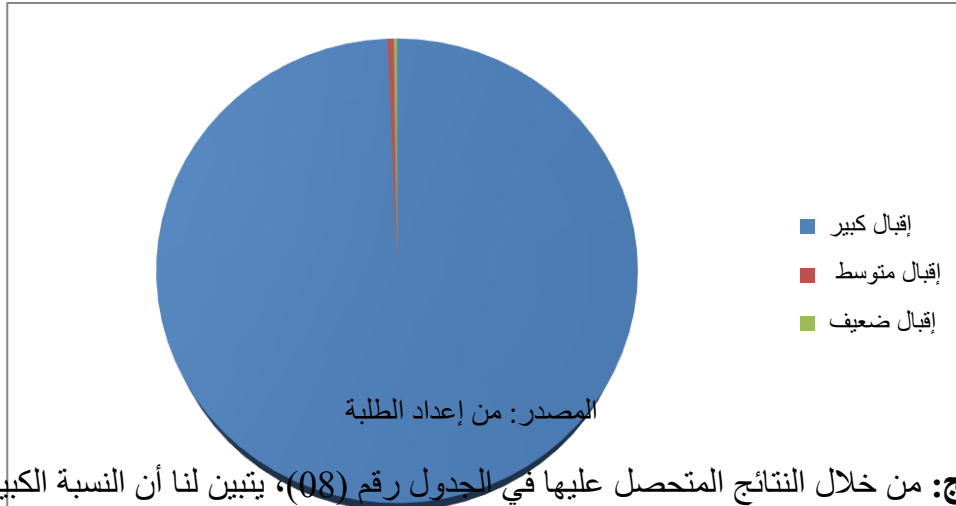
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
- إقبال كبير	18	60%	10,4	5,99	0,05	2	دال
- إقبال متوسط	08	26,67%					
- إقبال ضعيف	04	13,33%					

الفصل الثاني:  
عرض وتحليل نتائج

					30	المجموع
--	--	--	--	--	----	---------

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم 08: يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (07)



**تحليل النتائج:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (08)، يتبين لنا أن النسبة الكبيرة من أساتذة العينة يرون أن غرض استعمال الألعاب الشبه رياضية هو غرض تحفيزي بنسبة عالية قدرت بـ60% تليها نسبة ثانية قدرت بـ26,67% يرون أن غرضها ترفيهي، في حين نسجل آخر نسبة قدرت بـ13,33% يرون بان الغرض من استعمال الألعاب الشبه رياضية هو تعليمي وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (08)، وهو ما يمثله مقدار (2ك) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (02)، حيث كانت قيمة (2ك) الجدولة المقدره بـ5,99 أصغر من (2ك) المحسوبة المقدره، بـ10,4 وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:**

من خلال ما سبق نستنتج أن الغرض الحقيقي من استعمال الألعاب الشبه رياضية هو تحفيزي لجلب التلاميذ إلى الممارسة وتنشيط الحصة.

**السؤال رقم 08 :** هل هناك رغبة من التلاميذ في ممارسة الألعاب بالشبه رياضية؟

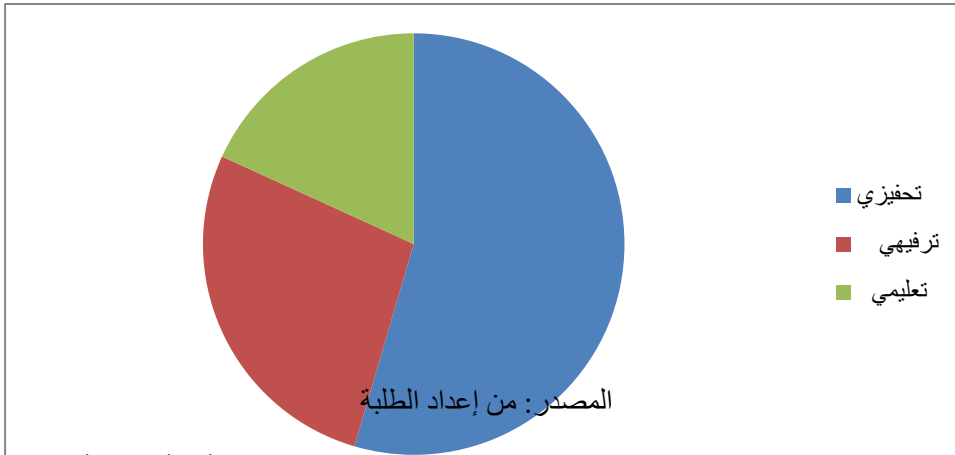
الغرض منه: التعرف على رغبة التلاميذ في ممارسة الألعاب الشبه رياضية.

الجدول رقم 09 : بين التكرارات والنسب المئوية وقيم كا2 السؤال رقم (08)

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
- تحفيزي	18	60%	10,4	5,99	0,05	2	دال
- ترفيهي	08	26,67%					
- تعليمي	04	13.33%					
المجموع	30						

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم 9: يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم 08.



**تحليل النتائج:** من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (09) نلاحظ أن أغلبية أساتذة العينة أجابوا بـ"نعم" أي هناك رغبة دائمة من التلاميذ في ممارسة الألعاب الشبه رياضية بنسبة عالية تقدر بـ83,33%، تليها نسبة 16,67% أجابوا بـ"أحيانا"، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (09) ، وهو ما يمثل مقدار (كا2) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (02) ، حيث كانت قيمة (كا2) المحسوبة والمقدرة بـ35، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

#### الاستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن هناك رغبة دائمة من التلاميذ في ممارسة الألعاب الشبه رياضية باعتبارها نشاط ترفيهي يتماشى مع رغباتهم وميولهم إلى حب اللعب والفوز.

**السؤال رقم 09: هل تستعمل الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها كحافز نحو إقبال التلاميذ على المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية؟**

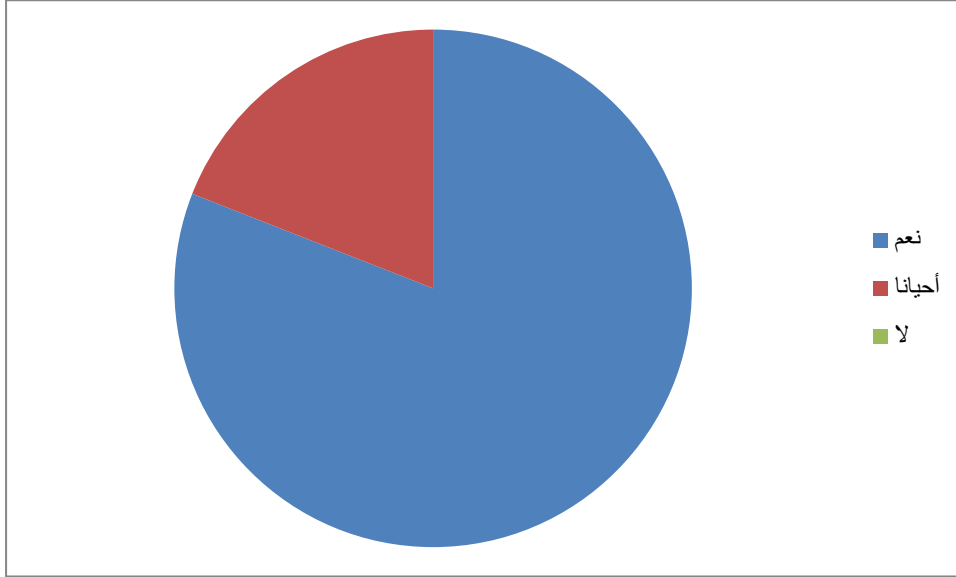
الغرض منه: معرفة ما إذا كان الأساتذة يستخدمون الألعاب الشبه رياضية كحافز لإقبال التلاميذ على حصة التربية البدنية والرياضية.

**الجدول رقم 10: يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا2) للسؤال رقم (09)**

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
- نعم	25	83.33%	35	5,99	0,05	2	دال
- أحيانا	05	16.67%					
- لا	00	00%					
المجموع	30	100%					

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل الرقم 10 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا) للسؤال رقم (09)



المصدر: من إعداد الطلبة

**تحليل النتائج:** من خلال نتائج الجدول رقم (10) ، يتبين لنا أن النسبة الكبيرة من أساتذة العينة أجابوا بـ"نعم" أي أنهم يستعملون الألعاب الشبه رياضية كحافز نحو إقبال التلاميذ على المشاركة في الحصة بنسبة قدرت بـ80%، تليها نسبة 13,33 أجابوا بـ"أحيانا"، بينما نسجل آخر نسبة 6,67% أجابوا بـ"لا" أي أنهم لا يستعملونها كحافز نحو الإقبال على المشاركة في الحصة، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (10)، وهو ما يمثل مقدار (كا) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (02)، حيث كانت مقدار (كا) المجدولة المقدره بـ 5,99 اصغر من (كا) المحسوبة المقدره بـ 29,6 ، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

**الاستنتاج:**

من خلال ما سبق نستنتج أن أغلبية الأساتذة يستعملون الألعاب الشبه رياضية كحافز نحو إقبال التلاميذ إلى المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية، وهنا يلعب أستاذ التربية البدنية والرياضية دور في توفير الأنشطة والألعاب الصغيرة التي تعمل على تحقيق التوازن الإنفعالي للتلميذ والتنفيس عن مشاعره خلال ممارسة النشاط البدني واللعب خلال حصة التربية البدنية والرياضية (1) .

س 15: هل طبيعة الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها تحفز التلميذ على الإقبال لممارسة الألعاب الشبه رياضية؟

الغرض منه : معرفة ما إذا كانت طبيعة الألعاب الشبه رياضية المستخدمة في الحصة تحفز التلاميذ على ممارسة الألعاب الشبه رياضية.

**السؤال رقم 10** هل طبيعة الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها تحفز التلاميذ على الإقبال لممارسة الألعاب الشبه رياضية؟

**الجدول رقم 11 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا) 2 للسؤال رقم (10)**

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية

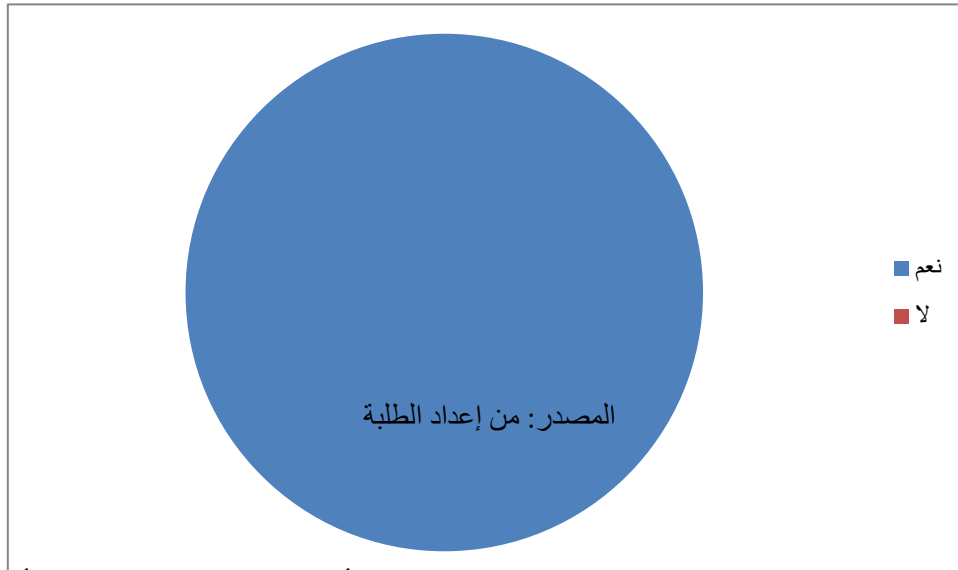


## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج

دال	2	0,05	3,84	30	%100 %00	30 00	- نعم - لا
					%100	30	المجموع

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم 11 : يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (10)



من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (11) يتبين لنا أن نسبة 100% من العينة أجابوا بـ "نعم" أي أنهم يرون أن طبيعة الألعاب الشبه رياضية التي يبرمجونها تحفز التلاميذ على الإقبال لممارسة الألعاب الشبه رياضية، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (11)، وهو ما يمثل قيمة (كا) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية، (01)، حيث كانت قيمة (كا) الجدولة المقدره بـ 3,84 أصغر من (كا) المحسوبة المقدره بـ 30، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

### الإستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن طبيعة الألعاب الشبه رياضية تحفز التلاميذ على الإقبال لممارسة الألعاب الشبه رياضية ومنه يتضح لنا دور الأستاذ في اختيار الأنشطة والألعاب المناسبة التي تتماشى ورغبات التلاميذ في حب اللعب.

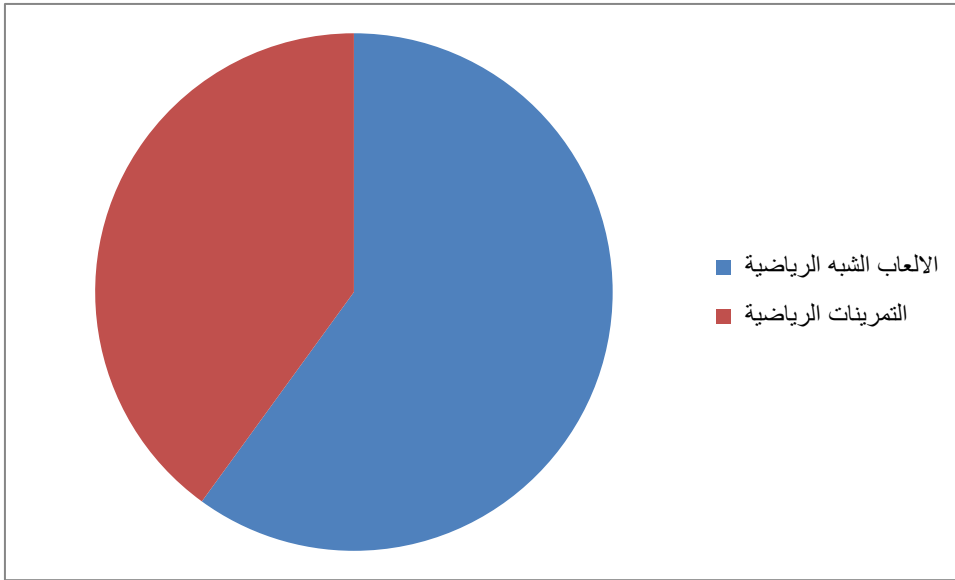
3-1 عرض وتحليل نتائج المحور الثاني :  
المحور الثاني: إكتساب المهارات الحركية  
السؤال رقم 01 حسب رأيكم أيهما أفضل إكتساب المهارات الحركية ؟  
الغرض منه :معرفة الوسيلة الأفضل لتنمية مهارت الحركية بين الألعاب الشبه رياضية والتمرينات الرياضية.

الجدول رقم 12 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم ( كا ) 2 للسؤال رقم (01)

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
-الالعاب الشبه الرياضية -التمرينات الرياضية	18 12	%60 %40	1.2	3,84	0,05	1	دال
المجموع	30	%100					

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم 12 : يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (01)



## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج

المصدر: من إعداد الطلبة

### تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (12) ، يتبين لنا أن النسبة الكبيرة من أساتذة العينة والمقدرة بـ60% يرون أن الوسيلة الأفضل لتنمية المهارات الحركية هي الألعاب الشبه رياضية لأنها تعتبر ألعاب سهلة ومشوقة للتلميذ، أما النسبة الثانية والتي تقدر بـ40% من أساتذة العينة يرون أن تنمية المهارات الحركية يكون بالتمرينات الرياضية كونها تكون أكثر دقة وان التمرين يصيب هدف الحصة مباشرة، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (12) ، وهو ما يمثل مقدار (كا) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (01)، حيث كانت قيمة (كا) المجدولة مقدرة بـ3,84 أكبر من قيمة (كا) المحسوبة المقدرة بـ1,2، وهذا ما يدل على أنها لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

### الإستنتاج:

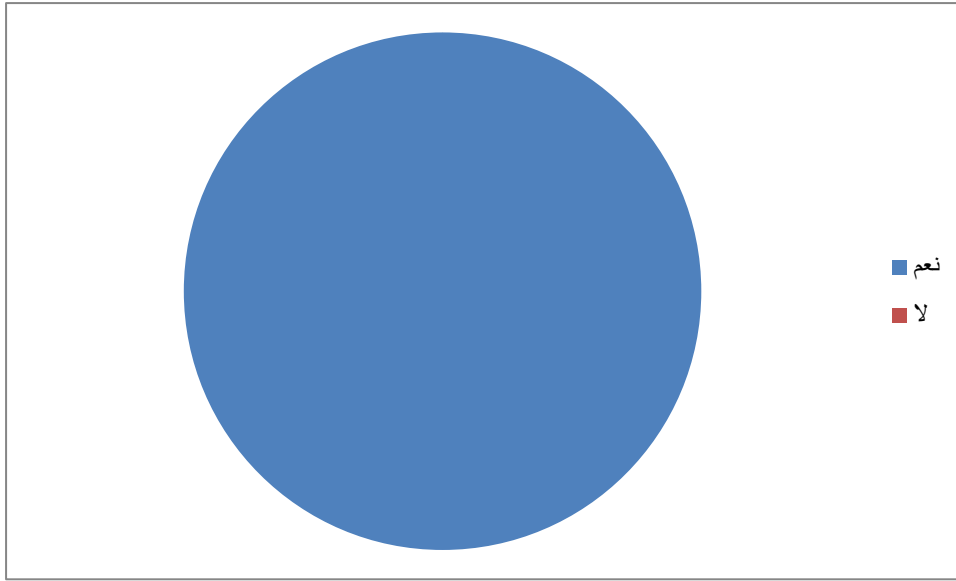
من خلال ما سبق نستنتج أن الألعاب الشبه رياضية هي الوسيلة الأنجح لتنمية المهارات الحركية لحب التلاميذ ممارسة هذه الألعاب وأنها تعتبر سهلة ومشوقة بالنسبة لهم.

**السؤال رقم 02** هل الألعاب الفردية والجماعية( النشاط البدني الرياضي التربوي) التي تبرمجها في حصة التربية البدنية والرياضية من شأنها إكتساب المهارات الحركية للتلاميذ؟  
**الجدول رقم 13 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم ( كا ) 2 للسؤال رقم (02)**

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
- نعم - لا	30 00	100% 00%	30	3,84	0,05	2	دال
المجموع	30	100%					

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم (13): يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (02)



المصدر: من إعداد الطلبة

### تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (13) ، يتضح لنا أن كل أستاذة العينة بنسبة 100% يرون بأن للألعاب الشبه الرياضية تأثير فعال على التلاميذ خلال الحصة، وذلك من خلال حب التلاميذ للعب والإقبال على المشاركة وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (13)، وهو ما يمثل مقدار (2كا) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (01)، حيث كانت قيمة (2كا) المجدولة المقدرة بـ3,84 أصغر من قيمة (2كا) المحسوبة والمقدرة بـ 30 ، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

**السؤال رقم 03:** هل ترى في ممارسة الألعاب الفردية والجماعية التي تبرمجها أثناء الحصة من قبل التلاميذ تساهم؟  
الغرض منه: التعرف على أري الأساتذة في ماذا تساهم الألعاب الشبه رياضية أثناء الحصة.  
الجدول الرقم ( 15 ) : يبين التكرارات لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (03)

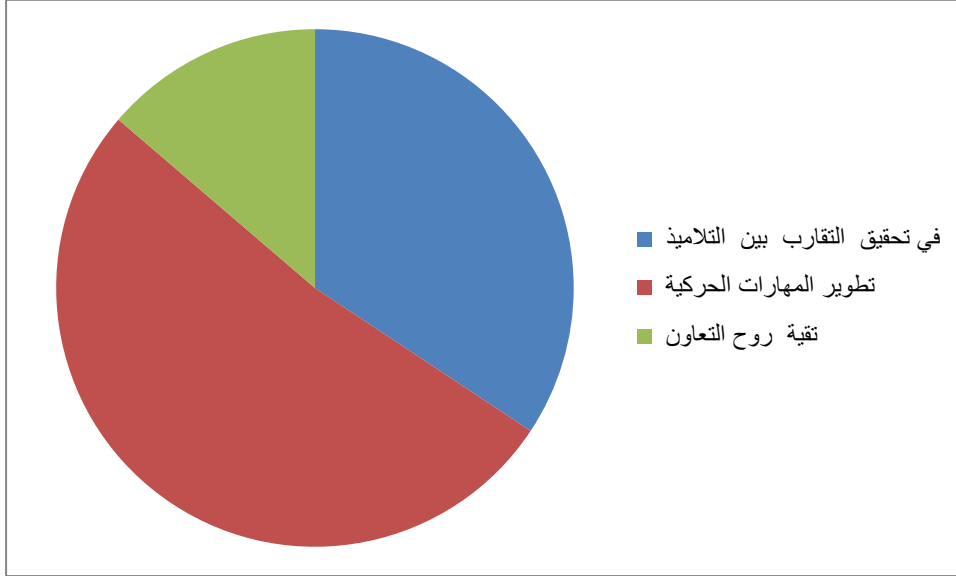
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	2كا المحسوبة	2كا المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
في تحقيق التقارب بين التلاميذ تطوير المهارات الحركية تقية روح التعاون	30 00	33,33% 53.33% 13.34%	7.2	5,99	0,05	2	دال

الفصل الثاني:  
عرض وتحليل نتائج

					30	المجموع
				100%		

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم ( 14 ) : يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (03)



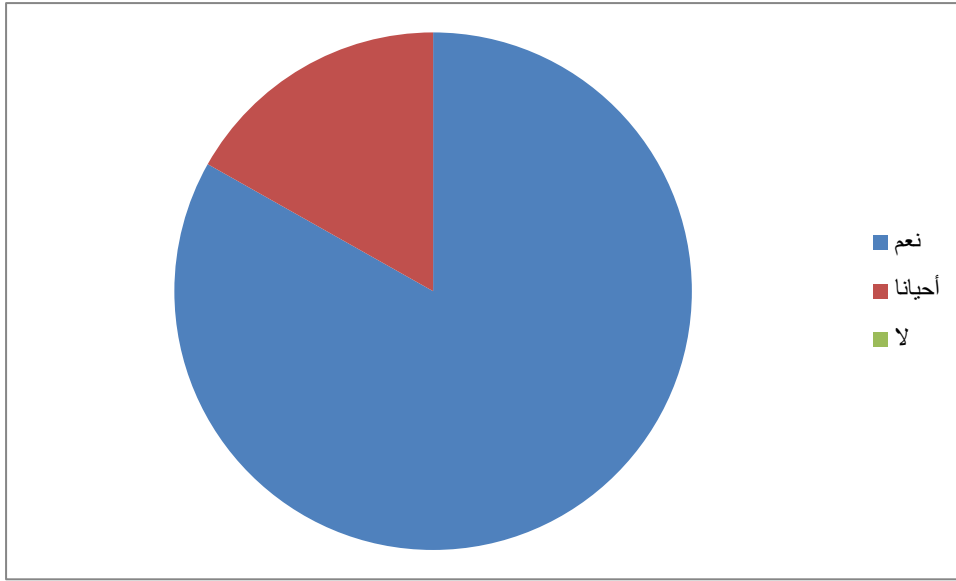
المصدر: من إعداد الطلبة

السؤال رقم :04: هل الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها أثناء الحصة تحفز التلاميذ على اكتساب مهاراتهم الحركية؟  
الغرض منه: التعرف على رغبة التلاميذ في ممارسة الألعاب الشبه رياضية.  
الجدول رقم 15 : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم ( كا ) 2 للسؤال رقم (04)

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
نعم - أحيانا - لا	30 05 00	83,33% 16,67% 00%	35	5,99	0,05	2	دال
المجموع	30	100%					

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم 15 : يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (04)



المصدر: من إعداد الطلبة

### تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (15) نلاحظ أن أغلبية أساتذة العينة أجابوا بـ"نعم" أي هناك رغبة دائمة من التلاميذ في ممارسة الألعاب الشبه رياضية بنسبة عالية تقدر بـ83,33%، تليها نسبة 16,67% أجابوا بـ"أحيانا"، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (15) ، وهو ما يمثل مقدار (كا) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (02)، حيث كانت قيمة (كا) المحسوبة والمقدرة بـ35، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

### الإستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن هناك رغبة دائمة من التلاميذ في ممارسة الألعاب الشبه رياضية باعتبارها نشاط ترفيهي يتماشى مع رغباتهم وميولهم إلى حب اللعب والفوز.

**السؤال رقم: 05** هل الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها لها و تأثير على التلاميذ خلال الحصة؟

الغرض منه: معرفة درجة تأثير الألعاب الشبه رياضية على التلاميذ خلال الحصة.

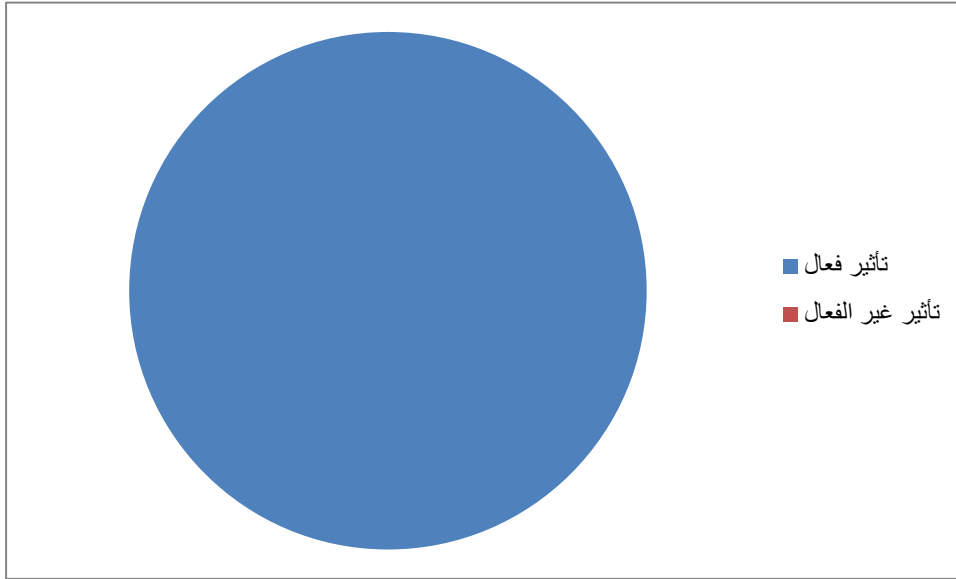
الجدول رقم (16) : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم ( كا ) 2 للسؤال رقم ( 05 )

## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
-تأثير فعال - تأثير غير الفعال	30 00	% 100 % 00	30	3,84	0,05	2	دال
المجموع	30	% 100					

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم ( 16 ) يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم ( 05 )



المصدر: من إعداد الطلبة

### تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (16)، يتضح لنا أن كل أساتذة العينة بنسبة 100% يرون بأن للألعاب الشبه الرياضية تأثير فعال على التلاميذ خلال الحصة، وذلك من خلال حب التلاميذ للعب والإقبال على المشاركة وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (16) ، وهو ما يمثل مقدار (كا2) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (01)، حيث كانت قيمة (كا2) الجدولة المقدره بـ3,84 أصغر من قيمة (كا2) المحسوبة والمقدره بـ 30 ، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج

### الإستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن الألعاب الشبه رياضية لها تأثير فعال على التلاميذ خلال الحصة وذلك من خلال حب التلاميذ للعب وإقبالهم على ممارسة هذه الألعاب وتحفيزهم على المشاركة في الحصة وهنا يكمن الدور الرئيسي للألعاب الشبه رياضية.

**السؤال رقم 06 :** هل احتواء الحصة على مجموعة كبيرة من التمارين تزيد من اكتساب المهارات حركية لدى التلميذ؟

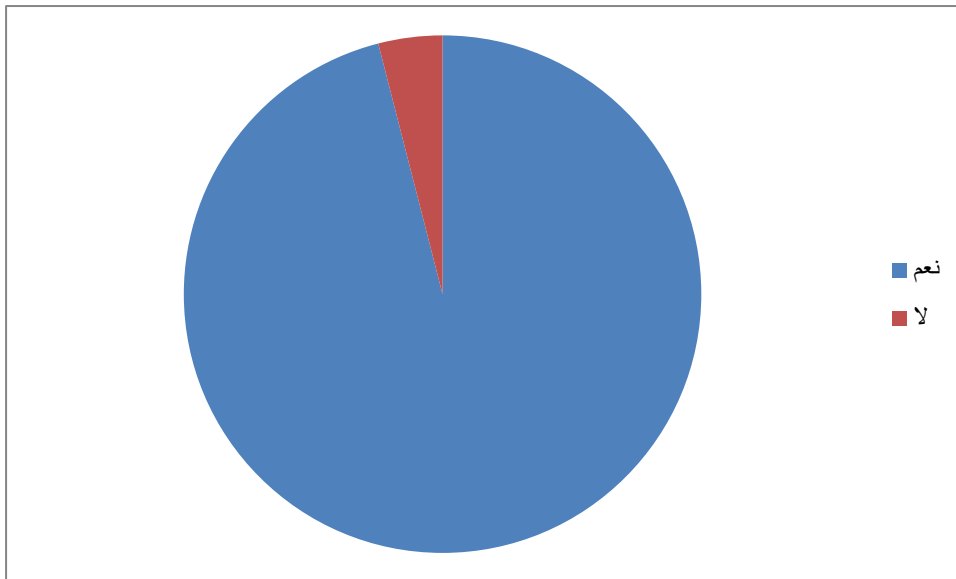
الغرض منه معرفة ما إذا كان التلميذ يشعر بالمتعة والإرتياح عندما تحتوي الحصة على مجموعة من الألعاب الشبه رياضية.

**الجدول رقم (17) : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا) للسؤال رقم (06)**

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	كا2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
- نعم - لا	29 01	96.67% 3.33%	26.12	3.84	0,05	1	دال
المجموع	30	100%					

المصدر: من إعداد الطلبة

**الشكل رقم ( 17 ) يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم ( 06 )**



المصدر: من إعداد الطلبة



تحليل النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (17) نلاحظ أن أغلبية أساتذة العينة أجابوا بـ"نعم" أي أنهم يرون أن الحصص الغنية بالألعاب الشبه رياضية تجعل التلميذ يشعر بالمتعة والإرتياح بنسبة عالية قدرها 96,67% في حين أن نسبة قليلة والمتمثلة في 3,33 بمقدار أساتذ واحد يرى عكس ذلك، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (17) ، وهو ما يمثل مقدار (كا) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (01)، حيث كانت قيمة (كا) الجدولة المقدره بـ3,84 أصغر من (كا) المحسوبة والمقدرة بـ 26,12، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الإستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن احتواء الحصص على مجموعة كبيرة من الألعاب الشبه رياضية تجعل التلميذ يشعر بالمتعة والإرتياح، وهذا ما يؤكد على أنها نشاط ترفيهي ممتع للتلميذ.

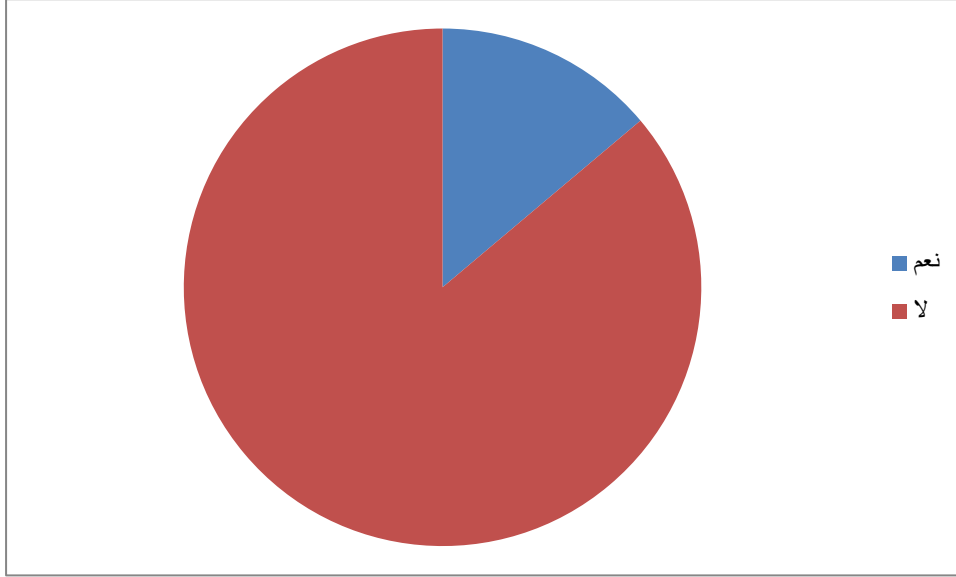
**السؤال رقم 07 :** هل ترى أن الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها وحدها كافية اكتساب المهارات الحركية للتلاميذ؟  
الغرض منه معرفة ما إذا كانت الألعاب الشبه رياضية وحدها تكفي لتنمية المهارات الحركية.

الجدول رقم (18): يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا) للسؤال رقم (07)

الاجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا المحسوبة	كا الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
- نعم - لا	04 26	13.33% 86.67%	16.12	3,84	0,05	1	دال
المجموع	30	100%					

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم (17) : يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم ( 07 )



المصدر: من إعداد الطلبة

**تحليل النتائج :** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (17) ، نلاحظ أن أغلبية أساتذة العينة بنسبة قدرت بـ 86,67%، أجابوا بـ "لا" أي أن الألعاب الشبه رياضية لا تكفي وحدها لتنمية المهارات الحركية، إذ لا بد من توفر التمرينات الرياضية وإحداث تكامل بين الألعاب الشبه رياضية والتمرينات الرياضية، بينما الأقلية من أساتذة العينة أجابوا بـ "نعم" أي يرون أن الألعاب الشبه رياضية وحدها كافية لتنمية المهارات الحركية للتلاميذ بنسبة قدرت بـ 13,33 ، وهذا ما تم تمثيله في الشكل رقم (17)، وهو ما يمثل مقدار (كا) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (01) ، حيث كانت قيمة (كا) (المجدولة المقدر بـ 3,84 اصغر من (كا) المحسوبة المقدر بـ 16,12، وهذا ما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

#### الإستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن الألعاب الشبه رياضية وحدها لا تكفي لتنمية المهارات الحركية، إذ لا بد من تكامل بين التمرينات الرياضية والألعاب الشبه الرياضية.

**السؤال رقم 08** هل الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها أثناء الحصة تزيد من دافعية التلميذ في اكتساب مهارات حركية جديدة ؟  
الغرض منه: معرفة الدور الذي تلعبه الألعاب الشبه رياضية في تحفيز التلاميذ على إكتشاف مهارات جديدة.

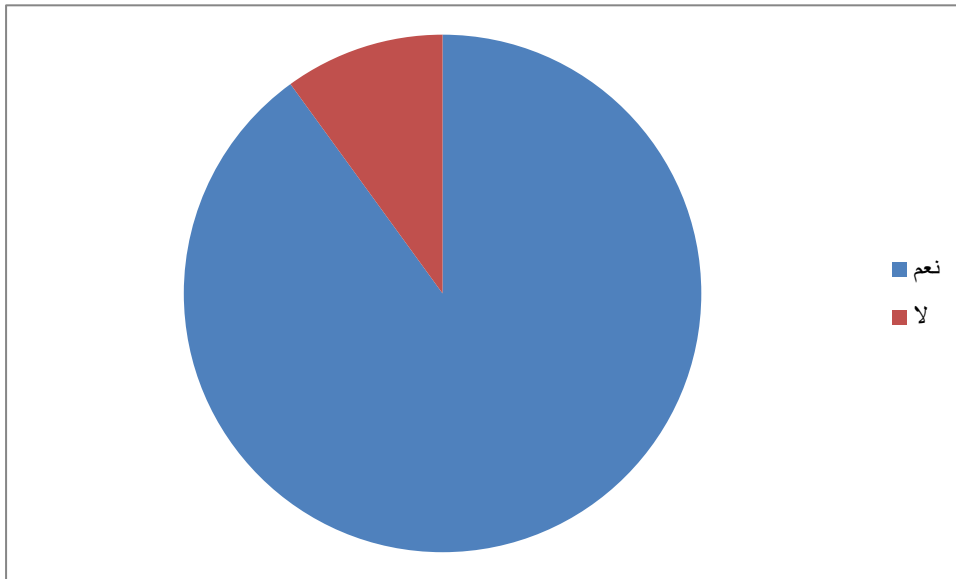
الجدول رقم (19) : يبين التكرارات والنسب المئوية وقيم (كا) 2 للسؤال رقم (08)

## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	2كا المحسوبة	2كا المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الادلالة الاحصائية
- نعم - لا	27 03	%90 %10	19.2	3,84	0,05	1	دال
المجموع	30	%100					

المصدر: من إعداد الطلبة

الشكل رقم (19) : يمثل دائرة نسبية لإجابات الأساتذة على السؤال رقم (08)



المصدر: من إعداد الطلبة

### 2- استنتاج العام:

بعد إتمامنا للدراسة التطبيقية توصلنا إلى نتائج هامة وتوصلنا إلى إثبات صحة وصدق الفرضيات التي طرحناها في بداية الدراسة، حيث تبين أن للنشاط البدني الرياضي التربوي دور كبير في تنمية التفاعل الاجتماعي، حيث تبين أن للنشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة المتوسطة وخاصة في هذه المرحلة الحساسة من حياته إضافة الى دوره الجماعية الذي يعد

## الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج

حاجة من الحاجات العامة التي تشعره بالروابط المشتركة بينه الفعال في تنمية تنمية روح و بين افراد مجتمعه وتقوية شعوره بالانتماء للمجتمع.

ان تبين ان النشاط البدني الرياضي التربوي دور هام في تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي وهذا ما تؤكدته النتائج المتوصل اليها وما تحققه الفرضية الفرعية الأولى " للنشاط البدني الرياضي التربوي دور تحقيق مبدأ التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الابتدائي " .

هام وكذلك للنشاط البدني الرياضي التربوي دور إيجابي في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ الطور المتوسط، وهذا ما تؤكدته النتائج المتوصل اليها وما تحققه الفرضية الفرعية الثانية " للنشاط البدني التربوي دور ايجابي في تنمية روح الجماعة لدى تلاميذ الطور المتوسط "

اما الفرضية الرئيسية التي تنص على ان " النشاط البدني الرياضي التربوي يعمل على تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط " قد تحققت بفعل الفرضيات الفرعية.

### 3- الاقتراحات :

بناء على ما توصلنا إليه من خلال هذه الدراسة من النتائج وإطلاقاً من القضايا التي أثارناها والتي إتضح لنا من خلال دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي وعلى هذا إرتئينا ان نتقدم بجملة من الإقتراحات لعلها تجد آذان صاغية الى كل من يهمله الأمر من المراهقين وأطفال واولياء ومربين من أجل العمل والإقتداء بها آمليين في تكوين الأفراد من أجيال سليمة، من جميع النواحي البدنية والنفسية والفعلية المتمثلة فيما يلي:

- ✓ ابراز أهمية والدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي التربوي.
- ✓ الإهتمام بالمراهق في هذه المرحلة العمرية الحرجة.
- ✓ الإهتمام بجانب التوعية لأهمية هذا النشاط في خلق علاقات اجتماعية لدى المراهق.
- ✓ حث المربين على البحث في تطوير أساليب وطرق تعليم الأنشطة البدنية وذلك لتنمية التفاعلا لإجتماعي.
- ✓ محاولة خلق فضاءات وطنية للاحتكاك مع زملائهم في مختلف جهات الوطن وهذا من خلال برمجة دورات رياضية الوطنية.

خاتمة

ومن هنا نستنتج التربية البدنية والرياضية من المواد التعليمية الاساسية في بناء شخصية الطفل وضمان نموه المتوازن بين المهارة الحركية والبنية الجسمية والسمات الشخصية والنفسية وما فعلناه في برنامجنا وما سجلناه من نتائج ما هو إلى قطرة من بحر خمسة سنوات من التعليم الابتدائي الذي تم تعينها التربية البدنية بشكل لا يليق بوزنها خصوصا عندما يتعلق الأمر بإسناد تدريسها لغير أخصائيين في الأنشطة البدنية والرياضية .

إن النمو الحركي للطفل ينبغي أن لا يكون في ذيل ترتيب أولويات المنهاج التربوي، بل يجب أن يحتل مكانة أساسية فيه وذلك لما له من تأثير مباشر على حياة الطفل ناهيك عن الاكتشاف المبكر للمواهب المخزنة في هذا السن من حياة الطفل التي ستكون مفتاح نجاحه وبلوغه رياضة النخبة غذا تم الاعتناء به في هاته المرحلة بالذات .

ويعتبر النشاط البدني الرياضي التربوي في الاكتساب المهارات الحركية مظهر من مظاهر الصحة البدنية والعقلية ونظاما من مجموع النظم التربوية، مكملة للتربية العامة ككل، وكذلك أسسها وأهدافها وغاياتها التربوية، وقد تساءلنا في موضوع بحثنا هذا عن إمكانية أن النشاط البدني الرياضي التربوي في الاكتساب المهارات الحركية، هذا الفرد الذي يعيش مرحلة نموذج معقدة تظهر فيها عدة تغيرات وتفرض عليه عدة متطلبات نفسية واجتماعية وعقلية لا يتناسب معها و ممارسة الرياضة بأنشطتها المتنوعة وسيلة من الوسائل المهمة التي تساعد الفرد على تفريغ الطاقات الزائدة والتعبير عن الذات، وبناء الشخصية المتزنة والمتكاملة فمارستها بالطريقة التربوية الصحيحة والمنتظمة تؤثر بشكل مباشر على الفرد والتلميذ بشكل خاص وتكسبه اتجاهات وقيم وسلوكيات سليمة تجعله يتواءم مع نفسه وافراد مجتمعه وهذا ما أشار اليه تشارلز بيوتشر الى ان الأنشطة التربوية الرياضية تعمل على تدعيم العلاقات الإنسانية بين افراد الجماعة وذلك من خلال تدعيم قيم الصداقة والود كما تعمل على تنمية المواهب والاستعدادات الفطرية.

كما عرف معظم الباحثين على أن النشاط البدني الرياضي التربوي له اثر كبير في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين للرياضة عكس غيره من التلاميذ غير الممارسين للرياضة وذلك من خلال احتكاك بعضهم مع بعض وتنمية الروح الرياضية والاجتماعية وتحقيق الاتصال الاجتماعي وتنمية الإحساس بضرورة احترام القوانين التي تحكم المجتمع باعتبار الرياضة لعبة منظمة ورغم ذلك يبقى النشاط البدني الرياضي التربوي نقص من حيث مستوى الإهتمام التربوي والبيداغوجي والهيكل مما يؤثر سلبا على النتائج المرجوة منها في هذا المستوى التعليمي.

# قائمة المراجع

قائمة المراجع  
الكتب

1. إبراهيم رحمة، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، 1998،
2. اعصام حسن الدليمي، على عبد الرحيم صالح، البحث العلمي أسسه - ومناهجه، ط1، دار الرضوان والتوزيع، عمان، عمان، 2014،
3. امين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001
4. امين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع ، سلسلة عالم المعرفة ، الكويت، 1996
5. امين أنور الخولي، طالب الكفاءة التربوية، مؤسسة الشرف للطباعة ، بيروت، 1980
6. بسطويس أحمد، أسس ونظريات الحركة دار الفكر العربي، ط1، القاهرة ، مصر، سنة 1996
7. تمحي محمد مسعد، الطريقة العلمية لإعداد البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية، الإسكندرية، 2002
8. خيرى وناس، بوصنوبر عبد الحميد، التربية وعلم النفس، الديوان للتعليم والتكوين عن بعد، الجزائر، 2008
9. عبد الرحمان العسوي، علم النفس بين النظرية والتطبيق ، بيروت، 1984، ص230
10. عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، دار المكتبة الجامعية، مصر، 1982، ص19.
11. علي يحي المنصور، الثقافة والرياضة، الجزء الأول ، ط1، مصر، 1971
12. محمد الحمامي، أنور خولي، أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990
13. محمد الشحات تدریس التربية الرياضية العلم والإيمان للنشر والتوزيع، مصر، سنة 2007
14. محمد حسن علاوي سعد جلال علم النفس التربوي، ط6 دار المعارف مصر سنة 1987
15. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، مصر سنة 1987
16. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة بسيوطي أحمد أسس ونظريات الحركة، ط1، دار الفكر العربي، مصر، سنة 1996
17. محمد حسن علاوي، سعد جلال: علم النفس التربوي الرياضي، ط7، دار المعارف، القاهرة، 1987، ص183.
18. محمد خليفة بركات علم النفس التعليمي، ج1 دار التعليم ، بيروت لبنان ، سنة 1975



19. محمد شفيق، البحث العلمي، خطوات المنهجية لاعداد البحوث، المطبعة المصرية، الإسكندرية، 1986
20. محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النشر، القاهرة، 1965، ص ص 17
21. محي الدين مختار، بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995
22. مروان عبد المجيد إبراهيم : النمو البدني والتعلم الحركي سنة 2002
23. مروان عبد المجيد ابراهيم ، النمو البدني والتعلم الحركي ،الدار العلمية الدولية ودار الثقافة ، ط1 عمان الأردن 2002
24. مروان عبد المجيد ابراهيم النمو البدني والتعلم الحركي، ط1، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع عمان، سنة 2002
25. مصطفى حسن باهي، الإحصاء وقياس العقل البشري، مركز الكتاب لنشر، مصر، 2000
26. مفتي إبراهيم حماد التدريب الرياضي للجنسين، ط1، دار الفكر، القاهرة، سنة 1996
27. المنجد في اللغة العربية والإعلام، دار المشرق لبنان، سنة 1987
28. ناهد عبد زيد، أساسيات في التعلم الحركي ، ط1، دار الضياء للطباعة والتصميم، العرق النجف ، سنة 2008
29. ناهد محمود سعد نيلي ورمز فاهيم طرق التدريس في التربية الرياضية، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، سنة 2004
30. نجاح مهدي شلش وأكرم مهدي صبحي التعلم الحركي، دار الكتاب للتعلم والنشر، الموصل، سنة 1989
31. وجيه محجوب: علم التطور الحركي منذ الولادة وحتى الشيخوخة، ط1، مطبعة جامعة الموصل، الموصل، سنة 1989

#### المذكرات

1. محمد بقدي، ممارسة النشاط البدني والرياضي ودوره في التحرر من الخجل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة ماستر، جامعة شلف، 2011،
2. علاق مناد وظهر اوي حمزة: الألعاب الشبه رياضية وأهميتها في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي، مذكرة ليسانس جامعة الجزائر سنة 2008-2009.
3. إبراهيم عبد الوكيل القارة الإحصاء الوصفي باستخدام الحزمة الإحصائية الدلتا لتكنولوجيا الحسابات، جامعة طنطا، 1997، وصيف بديدة محمد وبن شبيبة شرف الدين: تأثير أساليب التدريس على تعلم المهارات الحركية في حصة التربية البدنية والرياضية، مذكرة ليسانس، جامعة ورقلة، سنة 2011-2012.

#### المراجع باللغة الاجنبية

robert.n et singer. Motor leaminge and human performance. macmillan company. London. année1980. P213

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التربية الوطنية

مستغانم في: 2024/04/28

مديرة التربية  
إلى  
السيدات والسادة  
مديري المدارس الابتدائية  
تحت إشراف مفتشي الإدارة

ولاية مستغانم  
مديرية التربية  
مصلحة التكوّن والتفتيش  
رقم: 2024/20.20/190

**الموضوع:** ترخيص لإجراء ترويض ميداني.

يشرفني أن أطلب منكم السماح للطلاب (ة):

- بن يوب مشري .
- فراج فاروق.

بإجراء ترويض ميداني بالمؤسسة التي تشرفون عليها .

**كليات:** التربية البدنية والرياضية .  
**التخصص:** ليسانس تربية و علم الحركة .

وذلك ابتداء من : 29 أفريل 2024 إلى غاية 12 ماي 2024 .

مديرة التربية



ختمة و بتفويض منها  
أذن العام  
أحجور عبد القادر

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم : التربية البدنية والرياضية

تخصص تربية وعلم الحركة

استمارة استبيان موجهة للأساتذة

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تحت عنوان:

علاقة النشاط البدني الرياضي التربوي بالإكتساب المهارات الحركية

لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية من (06-12)

موجهة للأساتذة

نرجو منكم ملئ هذه الاستمارة وذلك بالإجابة على الأسئلة المطروحة، بكل

موضوعية، من أجل الوصول إلى نتائج تفيدنا في بحثنا، ونتعهد بعدم تسرب إجاباتكم إلى

طرف آخر لأننا سنلتزم بسرية هذه المعلومات، ولن نستعملها لأي غرض آخر سوى البحث

العلمي.

إشراف الأستاذ : بن قاصد علي الحاج محمد

الأساتذة	التوقيع	الجامعة
1 - بن خالد صالح		مسالك
2 - حريات جراحيم		اصعبل
3 - مهران صهار		" "
4 - جعفر بن دجيب		" "
5 - سترارة العالم		" "

تحت إعداد الطلبة :

- فراج فاروق

- بن يوب مشري

عبد الصمد

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم : التربية البدنية والرياضية

تخصص تربية وعلم الحركة

استمارة استبيان موجهة للأساتذة

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تحت

عنوان: **علاقة النشاط البدني الرياضي التربوي بالإكتساب المهارات**

**الحركية لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية (06-12)**

موجهة للأساتذة

نرجو منكم ملئ هذه الاستمارة وذلك بالإجابة على الأسئلة المطروحة، بكل موضوعية، من أجل الوصول إلى نتائج تفيدنا في بحثنا، ونتعهد بعدم تسرب إجاباتكم إلى طرف آخر لأننا سنلتزم بسرية هذه المعلومات، ولن نستعملها لأي غرض آخر سوى البحث العلمي.

ملاحظة: ضع علامة (X) أمام الإجابة المختارة.

إشراف الأستاذ:

- بن قاصد علي الحاج محمد

إعداد الطلبة

- فراج فاروق

- مشري بن يوب

السنة الجامعية : 2024/2023

- معلومات شخصية :

الجنس

ذكر

أنثى

التجربة المهنية:

- أقل من 05 سنوات

- من 05 إلى 10 سنوات

- من 10 إلى 15 سنة

- 15 سنة فما فوق

- شهادة المتحصل عليها

المحور الأول: النشاط البدني الرياضي التربوي

السؤال رقم 01 حسب فهمك النشاط البدني الرياضي التربوي ؟

- وسيلة لإيصال ..... وترفيهية

- وسيلة تساعد التلميذ ..... الحركية

- مجموعة من الحركات ..... الحصة

- مجموعة من الحركات ..... هدف الحصة

السؤال رقم 02: هل تطبق النشاطات الرياضية والبدنية في الألعاب الفردية والجماعية في

حصة التربية البدنية والرياضية؟

- نعم

- لا

في حالة الإجابة بنعم: متى تستعمل الألعاب النشاط البدني الرياضي التربوي ؟  
لماذا؟.

- بداية الحصة

- وسط الحصة

- نهاية الحصة

السؤال رقم 03 ما هي درجة إقبال التلاميذ على ممارسة الألعاب الفردية والجماعية (النشاط

البدني الرياضي التربوي)؟

- إقبال كبير

- إقبال متوسط

- إقبال ضعيف

السؤال رقم 04: هل تنتقون الألعاب الفردية والجماعية (النشاط البدني الرياضي التربوي)

التي تخدم هدف الحصة؟

- نعم

- لا

- إذا كانت الإجابة بنعم على أي أساس تنتقونها؟

السؤال رقم 05 هل نوعية الألعاب الشبه رياضية فردية أو جماعية التي تبرمجها تؤثر على

إقبال التلاميذ لممارسة حصة التربية البدنية والرياضية ؟

- نعم

- لا

- أحيانا

السؤال رقم 06: ما عرض من استعمال الألعاب الشبه رياضية؟

- تحفيزي

- ترفيهي

- تعليمي

اقتراحات أخرى اذكر .

السؤال رقم 07: هل هناك رغبة من التلاميذ في ممارسة الألعاب بالشبه رياضية؟

- دائما

- أحيانا

- أبدا

**السؤال رقم 08:** هل تستعمل الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها كحافز نحو إقبال التلاميذ على المشاركة في حصة التربية البدنية والرياضية؟

- نعم

- لا

- أحيانا

**السؤال رقم 09:** هل طبيعة الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها تحفز التلاميذ على الإقبال لممارسة الألعاب الشبه رياضية؟

- نعم

- لا

**المحور الثاني**  **المهارات الحركية**

**السؤال رقم 01:** حسب رأيكم أيهما أفضل إكتساب المهارات الحركية؟

الألعاب الشبه رياضية

التمرينات الرياضية

لماذا؟

.....  
.....  
.....

**السؤال رقم 02:** هل الألعاب الفردية والجماعية (النشاط البدني الرياضي التربوي) التي تبرمجها في حصة التربية البدنية والرياضية من شأنها إكتساب المهارات الحركية للتلاميذ؟

- نعم

- لا

- كيف ذلك

**السؤال رقم 03:** هل الألعاب الفردية والجماعية التي تبرمجها أثناء الحصة تساهم في إكتساب مهارات حركية معينة للتلميذ؟

- نعم

- لا

إذا كانت الإجابة بـ "نعم" فذكر بعض المهارات؟

**السؤال رقم 04:** هل ترى في ممارسة الألعاب الفردية والجماعية التي تبرمجها أثناء الحصة من قبل التلاميذ تساهم؟

- في تحقيق التقارب بين التلاميذ

- تطوير المهارات الحركية

- تقوية روح التعاون

- اقتراحات أخرى أذكر .

**السؤال رقم 05:** هل الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها أثناء الحصة تحفز التلاميذ على إكتساب مهاراتهم الحركية؟

- نعم

- لا

- أحيانا

السؤال رقم 06: هل الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها لها و تأثير على التلاميذ خلال الحصة؟

- تأثير فعال

- تأثير غير فعال

اشرح كيف.

ذلك؟

السؤال رقم 07: هل احتواء الحصة على مجموعة كبيرة من التمارين تزيد من اكتساب المهارات حركية لدى التلميذ؟

- نعم

- لا

السؤال رقم 08: هل ترى أن الألعاب الشبه رياضة التي تبرمجها وحدها كافية اكتساب المهارات الحركية للتلاميذ؟

- نعم

- لا

اقترحات أخرى

السؤال رقم 09: هل الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجها أثناء الحصة تزيد من دافعية التلميذ في اكتساب مهارات حركية جديدة ؟

- نعم

- لا