



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التربية البدنية والرياضية



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة ليسانس أكاديمي
في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
التخصص: نشاط بدني رياضي مدرسي
العنوان

"مساهمة بعض الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى
تلاميذ التعليم الابتدائي مرحلة التعليم الابتدائي"

(دراسة وصفية أساتذة التربية البدنية والرياضية ابتدائيات ولاية مستغانم)

تحت الإشراف:

- د. مناد فضيل

من إعداد الطالب:

- بو عبد الله بلال

- بلميسوم محمد

السنة الجامعية: 2024/2023

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
بَدَأَ خَلْقَ الْإِنسَانِ
مِنْ طِينٍ مِنْ تَلْهَاتٍ
فَاتَّخَذَ الْإِنسَانَ
أَحْسَنَ الْوَجْهِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
بَدَأَ خَلْقَ الْإِنسَانِ
مِنْ طِينٍ مِنْ تَلْهَاتٍ
فَاتَّخَذَ الْإِنسَانَ
أَحْسَنَ الْوَجْهِ

الاهداء

نهدي عملنا هذا المتواضع الى الوالدين الكريمين، ولا اعظم

من الام حفظها الله ولا اعظم من الابح حفظه الله

كما نهدي عملنا لكامل الأصدقاء والعائلة

ونهدي عملنا أيضا خصيصا للأستاذ

" مناد " المشرف على بحثنا والذي لم يتوان بتقديم

توجيهاته القيمة وإرشاداتها و نناجها الهامة.

كما لا ننسى أن نهدي هذا العمل المتواضع

كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد من أهل وإخوان وزملاء

وخاصة أساتذة العلم.



شكر وتقدير

نحمد الله حمد الشاكرين ونثني عليه أن وفقنا وسدد خطانا لإتمام هذا
الجهد المتواضع. وعملاً بقوله صلى الله عليه وسلم

{من لم يشكر الناس لم يشكر الله}

اتقدم بالشكر والعرفان لأمي الغالية وأبي أعلی ما عندي حفظها الله
ورعاها خاصة أُمِّي التي حرصت على إيصالني إلى هذه المرحلة منذ
الابتدائي ودون أن ننسى أبي قرة عيني والذي أفنيت حياته من أجلنا
وساهم في وصولي لهذا المستوى واللهم أطل في عمرهما كما أشكر
أستاذنا الفاضل الدكتور " مناد " المشرف على بحثنا والذي لم
يتوان بتقديم توجيهاته القيمة وإرشاداتها ونائجها الهامة.

كما لا ننسى أن نشكر كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد من أهل
وإخوان وزملاء وخاصة أساتذة العلم.



ملخص باللغة العربية

هدفت الدراسة الى معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات والمهارات النفسية والعقلية لدى تلاميذ الطور الابتدائي الكشف عن مدى انعكاس الألعاب الشبه الرياضية على تنمية القدرات المعرفية مثل التخطيط والانتباه والتركيز والتصورات العقلية، تم استخدام المنهج الوصفي وتصميم استبيان مقسم الى محورين يضم 14 سؤالاً، تم توزيعه على عينة قدرت ب (35) أستاذ تربية البدنية والرياضية يدرسون على مستوى ابتدائيات مدينة مستغانم تم اختيارهم بطريقة عشوائية ومن خلال المعالجة الاحصائية تم التوصل الى النتائج التالية: للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين دافعية الإنجاز لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات) للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين قدرة الثقة في النفس لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات).

الكلمات المفتاحية: الألعاب الشبه رياضية، القدرات النفسية، أساتذة التربية البدنية والرياضية، تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي

Abstract

The study aimed to investigate the role of semi-sporting games in developing psychological and mental abilities among elementary school students. It aimed to explore how these games reflect on the development of cognitive abilities such as planning, attention, concentration, and mental imagery. A descriptive approach was utilized, with a questionnaire divided into two axes comprising 14 questions, distributed among a sample of 35 physical education teachers teaching at elementary schools in Mostaganem city, selected randomly. Through statistical analysis, the following results were obtained: Semi-sporting games play a role in improving achievement motivation among elementary school students (aged 8 to 10 years). Semi-sporting games contribute to enhancing self-confidence among elementary school students (aged 8 to 10 years).

Keywords: semi-sporting games, psychological abilities, physical education teachers, elementary school students

Résumer

The study aimed to investigate the role of semi-sporting games in developing psychological and mental abilities among elementary school students. It aimed to explore how these games reflect on the development of cognitive abilities such as planning, attention, concentration, and mental imagery. A descriptive approach was utilized, with a questionnaire divided into two axes comprising 14 questions, distributed among a sample of 35 physical education teachers teaching at elementary schools in Mostaganem city, selected randomly. Through statistical analysis, the following results were obtained: Semi-sporting games play a role in improving achievement motivation among elementary school students (aged 8 to 10 years). Semi-sporting games contribute to enhancing self-confidence among elementary school students (aged 8 to 10 years).

Keywords: semi-sporting games, psychological abilities, physical education teachers, elementary school student

قائمة المحتويات

الاهداء

الشكر والتقدير

الملخص

قائمة المحتويات

قوائم الجداول والاشكال

1..... مقدمة

التعريف بالبحث

3.....1-الاشكالية

4.....2-التساؤلات:

4.....3-الفرضية

5.....4- هدف البحث

5.....5- أهمية البحث

6.....6-مصطلحات البحث

7.....7-الدراسات السابقة

11.....8-التعليق على الدراسات السابقة

12.....9- نقد الدراسات السابقة

الجانب النظري

الفصل الأول: الألعاب الشبه رياضية

15..... تمهيد

15.....1-1-تعريف اللعب:

16	1-2-قيمة اللعب
16	1-3-انواع اللعب:
18	1-4-اهداف اللعب
19	2- الألعاب الشبه رياضية
19	2-1- تعريف الألعاب الشبه رياضية
20	2-2- أهمية الألعاب الشبه الرياضية
20	2-3- استخدام الألعاب الشبه الرياضية في المجالات المختلفة
21	2-4- مميزات الألعاب الشبه الرياضية
22	2-5- أهداف الألعاب الشبه الرياضية
23	خلاصة
25	تمهيد

الفصل الثاني: القدرات النفسية

25	1- مفهوم علم النفس الرياضي
26	2- الهدف من دراسة السلوك في الرياضة
27	3- مفهوم القدرات النفسية
28	4- أنواع القدرات النفسية
34	خلاصة

الفصل الثالث: الفئة العمرية من 8 الى 10 سنوات

37	تمهيد
37	1- مفهوم تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات):
38	2- خصائص النمو لدى التلميذ في المرحلة الابتدائية: (من 8 سنوات الى 10 سنة)
38	3- أنواع مراحل الطفولة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات):

- 4-العوامل المؤثرة في نمو الطفل التلميذ (8-10 سنوات)..... 40
- 4-6-- الهواء النقي وأشعة الشمس :..... 42
- 5- حاجات أساسية للتلميذ (8-10 سنوات)..... 42
- خلاصة..... 43

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

- تمهيد: 46
- 1- الدراسة الاستطلاعية: 46
- 2- منهج البحث: 46
- 3- مجتمع وعينة البحث: 46
- 4- مجالات البحث:..... 50
- 5-أدوات البحث:..... 50
- 6-الخصائص السيكمترية للاستبيان: 51
- 7-الاساليب الإحصائية:..... 52

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث

- 1-عرض وتحليل النتائج 56
- 3- الاستنتاجات 71
- 4-التوصيات والاقتراحات..... 72
- 5-الخلاصة العامة..... 72
- 96..... (1قائمة المراجع

قائمة الجداول

- جدول رقم 1: يبين توزيع الأساتذة وفق متغير الجنس 47
- جدول رقم 02 يبين توزيع الأساتذة وفق متغير السن 48
- جدول رقم 03 يبين توزيع الأساتذة وفق متغير الخبرة المهنية..... 49
- جدول رقم (4) يحدد الخصائص السيكومترية للاستبيان 52
- جدول رقم 5 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الأولى من المحور الأول 56
- جدول رقم 6 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثانية من المحور الأول..... 57
- جدول رقم 7 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثالثة من المحور الأول..... 58
- جدول رقم 8 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الرابعة من المحور الأول 59
- جدول رقم 9 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الخامسة من المحور الأول 60
- جدول رقم 10 يبين التحليل الإحصائي للعبارة السادسة من المحور الأول..... 61
- جدول رقم 11 يبين التحليل الإحصائي للعبارة السابعة من المحور الأول..... 62
- جدول رقم 12 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الأولى من المحور الثاني 63
- جدول رقم 13 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثانية من المحور الثاني..... 64
- جدول رقم 14 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثالثة من المحور الثاني..... 65
- جدول رقم 15 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الرابعة من المحور الثاني 66
- جدول رقم 16 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الخامسة من المحور الثاني 67
- جدول رقم 17 يبين التحليل الإحصائي للعبارة السادسة من المحور الثاني 68
- جدول رقم 18 يبين التحليل الإحصائي للعبارة السابعة من المحور الثاني 69

قائمة الأشكال

- الشكل (1) يوضح نموذج التدفق الداخلي 29
- الشكل (2) يوضح نموذج التدفق لخارجي 30
- شكل رقم 3 يوضح الثقة بالنفس العالية والمنخفضة 31
- شكل رقم 4 يوضح النسب المئوية لتوزيع الأساتذة وفق متغير الجنس 48
- شكل رقم 5 يوضح النسب المئوية لتوزيع الأساتذة وفق متغير السن 48
- شكل رقم 6 يوضح النسب المئوية لتوزيع الأساتذة وفق متغير الخبرة المهنية 49
- شكل رقم 7 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 01 من المحور الأول 56
- شكل رقم 8 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 02 من المحور الأول 57
- شكل رقم 9 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 03 من المحور الأول 58
- شكل رقم 10 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 04 من المحور الأول 59
- شكل رقم 11 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 05 من المحور الأول 60
- شكل رقم 12 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 06 من المحور الأول 61
- شكل رقم 13 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 07 من المحور الأول 62
- شكل رقم 14 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 01 من المحور الثاني 63
- شكل رقم 15 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 02 من المحور الثاني 64
- شكل رقم 16 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 03 من المحور الثاني 65
- شكل رقم 17 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 04 من المحور الثاني 66
- شكل رقم 18 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 05 من المحور الثاني 67
- شكل رقم 19 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 06 من المحور الثاني 68
- شكل رقم 20 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 07 من المحور الثاني 69

مقدمة

تعد مرحلة التعليم الابتدائي من أهم المراحل التعليمية في حياة الإنسان، حيث يتم خلالها تشكيل الأسس الأولى للنمو الجسدي والنفسي والاجتماعي. في هذه المرحلة، يكون الأطفال في حالة تطور سريع ويكتسبون المهارات والمعرفة التي ستؤثر على حياتهم المستقبلية، إذ يلعب النشاط البدني دورًا حيويًا في هذه الفترة، حيث يساهم في تحسين الصحة العامة والنمو البدني. ومع ذلك، تزداد الأهمية بشكل أكبر عندما نلاحظ التأثيرات النفسية والاجتماعية للنشاط البدني على الأطفال، هذه المرحلة تعرف بالاستقلالية النسبية عن الأم أو المربية بالنسبة للطفل، في أكثر من مجال وناحية بالإضافة إلى نشاط وحيوية ملحوظة تتمثل في اللعب، القفز والجري" (خوري، 2000، صفحة 05)

وتعتبر الألعاب شبه الرياضية جزءًا مهمًا من النشاط البدني في هذه المرحلة، حيث تجمع بين المتعة والفائدة الصحية. تتيح هذه الألعاب للأطفال فرصة للتفاعل الاجتماعي، التعبير عن أنفسهم، وتطوير مهاراتهم النفسية والاجتماعية إذ تعد وسيلة تربية فعالة في إثارة دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف، كما أنها تشبع حاجات الفرد إلى الشعور بالاعتبار والتقدير من الآخرين. (رمضان، 2007، صفحة 18)

وقد جاءت دراستنا التي تكتسي أهمية كبيرة في البحث في مدى مساهمة الألعاب شبه الرياضية في تحسين بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور الابتدائي، التي تعتبر مهارات تساعد الرياضي على مواجهة الضغوط النفسية والتكيف مع الظروف التدريب المستمر والبيئة التنافسية بهدف الوصول الى الأداء الأمثل ويتضمن التحريب الرياضي تلك المهارات النفسية لتكتمل بذلك الجوانب الاعداد البدني المهاري (الزبيدي، 2019، صفحة 15) وعليه نظرًا لأهمية مرحلة التعليم الابتدائي في تكوين شخصية الطفل جاءت هذه الدراسة للتركيز على فعالية الألعاب شبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية.

فدراسة بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي يمكن أن يساهم في تصميم برامج تربية أكثر فعالية وشمولية، مما يساعد على تطوير الأطفال ليصبحوا أفرادًا ناجحين ومتكاملين. لذا، تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف مدى مساهمة الألعاب شبه الرياضية في تحسين القدرات النفسية للتلاميذ، مع التركيز على الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز، هذا ما دفعنا أكثر لنجر دراستنا التي تنقسم الى فصل تعريف للبحث وفصول تتضمن الخلفيات النظرية لمتغيرات البحث، وجانب تطبيقي يعرض اهم الإجراءات المنهجية الميدانية وعرض وتحليل ومناقشة النتائج

التعريف بالبحث

1-الإشكالية

يعيش الأطفال في مراحل نموهم الجسدي المختلفة عدة تغيرات فيسيولوجية ونفسية يولد الطفل فيها مزودا بعدة غرائز وميول تنتقل بالوراثة وتدفعه الى أن يسلك سلوكا معيناً يحقق به احتياجات خاصة فقد عرف إن الطفولة من منظور "روسو" بأنها لا تقبل التعامل بمنطق الواجب وحسب، بل لا تكون قادرة على تعقل الأفعال والأشياء كما هو الحال مع الراشدين، ويرجع ذلك لسبب بسيط يكمن في أن الطفل ليس في حاجة إلى هذا التعقل أصلاً. فهو لا يليق والأسلوب الذي يستطيع به الطفل إشباع حاجاته. إنه تكبير لحريته في توظيف ملكاته وقواه، وفضلاً عن ذلك يعتبر "روسو" أن المشاكل التي تصادف الطفل لا تستلزم بالضرورة حلولاً عقلية (روسو، تربية الطفل من المهد إلى الرشد. تر: نظمي لوقا، د.ت، صفحة 115)

وان الطفل يكون خلال مراحل النمو في الطفولة قدرات ومهارات يمكن صقلها والتي عرفها (بلعيد، 2021) بأنها التوافق بين الوظائف النفسية للفرد وشعوره بالرضا والسعادة مع ذاته وقدرته على إشباع حاجاته دون الوقوع في صراع مع نفسه. (بلعيد، 2021، صفحة 16)

ولابد ان نشير الى ان مرحلة الطفولة من ضمن احتياجاتها للنمو السليم وتحقيق الصحة النفسية تحقيق احتياج اللعب، لصقل المهارات النفسية لدى الطفل ومحاولة ضبط سلوكياته وتحديد أنماطها، وقد أشار "زهران، 1995" بان الأطفال يتميزون بالحركية الشديدة ونشاطاً كثيراً لا يمكن التحكم فيه الا عن طريق اللعب، مثل المطارة والجري والألعاب الشبه رياضية لتصرف طاقة الطفل. (زهران، 1995، صفحة 162)

ويعتبر اللعب نشاط حر موجه أو غير موجه، ويكون على شكل حركة يمارس في جماعات أو فرادى ويشغل طاقة الجسم الذهنية والحركية، ويتصف بالسرعة والخفة لارتباطه بالدوافع الذاتية للطفل ومن خلاله يحصل الطفل على التفريغ الطاقوي. (ابراهيم، 2002، صفحة 174)

ويمكن للعب ان يمارس في بيئات مختلفة، غير انه لابد من التركيز على البيئة التربوية التي تقدمها وتسعى لتحقيق أهدافها مؤسسة التعليم الابتدائي، اذ تعتبر الألعاب الشبه الرياضية من بين الأنشطة التي يجسدها أستاذ التربية البدنية والرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية، وتعتبر الألعاب الشبه رياضية هي مجموعة من الحركات أو الفعاليات المريحة والترفيهية مهمتها تطوير القدرات البدنية والعقلية

التعريف بالبحث

بطريقة نشيطة ومريحة، فالألعاب الشبه رياضية هي نشاط خاص بالطفل ويأخذ عدة أشكال حسب العمر وهو مركز على الميول المأخوذة من النشاط كليا بحيث يعتبر المحرك الرئيسي لتطوير شخصية الطفل وغالبا ما تسير الألعاب الشبه رياضية بطابع تنافسي دون الحاجة أو اللجوء إلى قواعد تنافسية رسمية من بينها مدة اللعب وعدد اللاعبين والملعب وطبيعة الوسائل المستعملة في

الرياضة الجماعية بصفة عامة (ميلر س.، 1987، صفحة 167)

وعليه وانطلاقا مما سبق وعلى ضوء الطرح المقدم نرى بانه من الجلي الاهتمام بالدور الذي تلعبه الألعاب الشبه الرياضية في تحسين القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور الابتدائي والذين هم في فئة عمرية حساسة النمو من (8 الى 10 سنوات)، وعليه نطرح التساؤلات التالية:

2-التساؤلات:

- هل للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات)؟

2-1-التساؤلات الفرعية

- هل للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين دافعية الإنجاز لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات)؟
- هل للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين قدرة الثقة في النفس لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات)؟

3-الفرضية

3-1- الفرضية العامة

- للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات).

3-2- الفرضيات الجزئية

- للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين دافعية الإنجاز لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات)

- للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين قدرة الثقة في النفس لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات).

4- هدف البحث

4-1- الهدف العام

- معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات والمهارات النفسية والعقلية لدى تلاميذ الطور الابتدائي.
- الكشف عن مدى انعكاس الألعاب الشبه الرياضية على تنمية القدرات المعرفية مثل التخطيط والانتباه والتركيز والتصورات العقلية.
- الكشف عن مدى انعكاس الألعاب الشبه الرياضية على تنمية القدرات الجسمية مثل تفعيل الطاقة، الثقة بالنفس في الأداء.
- الكشف عن مدى دور الألعاب الشبه الرياضية على تنمية قدرة الثقة في النفس مثل إعادة تنشيط الجسم بعد التعب.
- تسليط الضوء على فئة عمرية حساسة وهي مرحلة الطفولة.

5- أهمية البحث

تتمثل أهمية بحثنا هذا بأن القدرات النفسية تدخل ضمن الجوانب التي تنمو لدى الطفل خلال مرحلة النمو النفسي والفيزيولوجي في الطفولة، والتي تتضمن في جوانبها مهارات معرفية مثل التركيز والتصور والانتباه والادراك، ومهارات انفعالية ومعارات بدنية جسمية، ومهارات حسية وحركية، ومهارات الضبط الذاتي ولتعاون الاجتماعي وغيرها، فقد ركزنا في دراستنا على البعد المعرفي والبعد الجسمي والبعد الاسترجاعي، وهي ابعاد مرتبطة بشكل كبير بالقدرة العقلية والحالة النفسية للتلاميذ، وبما ان مرحلة النمو لدى الطفل تتطلب استخدام مفهوم اللعب ومستوياته، تدخل الألعاب الشبه الرياضية في هذا المفهوم بوظيفتها، لتتمى بعض الجوانب العقلية والنفسية لدى الطفل، وخلال بحثنا عن دراسات سابقة تناولت دراسة تاثير وانعكاس الألعاب الشبه الرياضية لتنمية القدرات النفسية لدى الطفل، في حدود علمنا لم نجد دراسات كافية وهذا ما يعزز أهمية دراستنا.

6-مصطلحات البحث

لابد من تحديد مصطلحات البحث وتعريفها اصطلاحا واجراء كالتالي:

6-1-الألعاب الشبه الرياضية

أ- التعريف الاصطلاحي

عرفها (علاوي، 1986) بانها: " حيث تعتبر الألعاب الشبه رياضية قاعدة الألعاب، فمن خلالها يمكن الوصول بالطفل إلى تعلم اللعبة الجماعية أو الفردية بصفتها العامة، وتدرج الألعاب في الحصوص التعليمية قصد وضع الطفل في وضعيات تسمح له بإعطاء أجوبة خاصة به عن طريق روح الإبداع في جو من الانبساط والترقيبه إضافة إلى إكساب الطفل القدرات البدنية وإنجاز المهارات الحركية، كما تساهم في تنشئة الطفل اجتماعيا وارتانه عاطفيا وانفعاليا، فالطفل يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين حيث أن الجانب الاجتماعي هو الجانب الأهم في النشاط الرياضي لأن الطفل لا بد من دمج في الجماعة لكي يستطيع التعبير " (علاوي م.، 1986)

ب- التعريف الإجرائي

هو تلك الألعاب التي يتعلم من خلالها الطفل ممارسة الألعاب الجماعية والفردية خلال حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الابتدائي، يتعلم فيها الطفل اللعب مع الآخرين وتنمية الجوانب النفسية والعقلية والجسمية والاجتماعية.

6-2- القدرات النفسية

أ- التعريف الاصطلاحي

" تعرف بأنها التوافق بين الوظائف النفسية للفرد وشعوره بالرضا والسعادة مع ذاته وقدرته على إشباع حاجاته دون الوقوع في صراع مع نفسه. (بلعيد، 2021، صفحة 16)

ب- التعريف الإجرائي

هي تلك القدرات النفسية التي تتماشى مع مراحل النمو لدى التلميذ في مرحلة الطفولة والتي يقصد بها الجانب المعرفي، والجسمي، وجانب الاسترجاع، والثقة بالنفس وغيرها من الجوانب التي يمكن تحديد درجتها لدى التلاميذ وفق أداة قياس.

6-3- تلاميذ التعليم الابتدائي (8 الى 10 سنوات)

أ- التعريف الاصطلاحي

يتبين مفهوم الطفولة لتلك المرحلة المبكرة من حياة الإنسان والتي يكون فيها الإنسان في حالة اعتماد واضحة على المحيطين به سواء كانوا الآباء أو المدرسين... الخ. وترجع أهمية هذه المرحلة من حياة الطفل لكونه يكون فيها الفرق المستجيب لعملية التفاعل من حوله حيث يزود بالعادات والتقاليد والقيم والمعايير وأساليب التقييم وأنماط السلوك التي تسود التمتع وتحددها ثقافته. (يخلف، 2014، صفحة 155)

ب- التعريف الإجرائي

هي تلك الخاصية العمرية التي يتميز بها تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي والتي يتراوح أعمارهم من خلالها من 8 سنوات الى 10 سنوات، والذين يدرسون في الطور الابتدائي.

7- الدراسات السابقة

تعتبر الدراسات السابقة النتائج العلمية التي تثرى الدراسات القادمة من خلال إعطاء نموذج منهجي يساعد الباحث في رسم الشكل المنهجي لبحثه انطلاقاً من تفسير أيضاً نتائج بحثه مقارنة بنتائج الدراسات السابقة، من خلال هذا العنصر سنعرض الدراسات السابقة والمشابهة لدراستنا المعنونة ب"مساهمة بعض الألعاب الشبه الرياضية في تحسين القدرات النفسية لدى تلاميذ طور التعليم الابتدائي.

7-1- الدراسة الأولى: دراسة (سقاى احمد، 2017) تحت عنوان " مدى أهمية الألعاب الشبه في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ناشئي كرة البد "9 الى 12) سنة"

هدف البحث الى الكشف عن ح الدور الفعّال الذي تلعبه الألعاب الشبع الرياضية في حياة ناشئي ولاعبى كؤة اليد في مرحلة الطفولة المتاخرة وبداسة المراهقة، مركزين على تأثيرها في تنمية جوانب نموهم، لاسيما الجوانب العقلية والحركية والنفسية، وقد استند الباحث في هذا البحث إلى المنهج الوصفي المسحي، نظراً لملاءمته لطبيعة البحث المطروح، اما بالنسبة للأدوات المستخدمة في الدراسة، تم اعتماد تقنية الاستبيان، التي تُعتبر أحد أفضل الطرق للحصول على معلومات مفصلة حول موضوع معين أو مشكلة محددة، وقد تم اختيار عينة تتألف من 15 مدرباً لكرة اليد باستخدام طريقة العينة العشوائية، أما بالنسبة للنتائج،

التعريف بالبحث

فقد أظهرت الدراسة أن الألعاب الشبه رياضية تلعب دوراً إيجابياً في تحسين السلوك الحسي للأطفال، وللوصول إلى هذه النتائج، كان من الضروري فهم أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تحسين السلوك وتنمية بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال، والتي تساهم في تحقيق أداء جيد في الحركة. وهذا يؤكد صحة الفرضيتين المطروحتين: الألعاب الشبه رياضية لها دور إيجابي في تحسين السلوك الحسي للأطفال، تساهم الألعاب الشبه رياضية في تحقيق أداء جيد للحركة لدى الأطفال

7-2- دراسة (عبد القادر برفوق، 2017) تحت عنوان " دور الألعاب الشبه رياضية في رفع دافعية الانجاز الرياضي المدرسي لدى تلاميذ الطور الثانوي "

هدفت الدراسة الى التعرف على الدور الذي تلعبه الألعاب الشبه الرياضية سواء أجابيا أو سلبيا في رفع دافعية الانجاز الرياضي المدرسي . و معرفة فيما إذا كانت الألعاب الشبه الرياضية تساهم في تحقيق دافع انجاز النجاح لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ومعرفة ما إذا كانت الألعاب الشبه رياضية تساهم في تحقيق دافع تجنب الفشل لدى تلاميذ ومعرفة ما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية الانجاز الرياضي المدرسي تعزى لمتغير الجنس. إستخدم الطالب المنهج الوصفي بدراسة مسحية للتحقق من فرضيات الدراسة. و تمثلت عينة الدراسة في تلاميذ سنة الثالثة ثانوي الذين يدرسون بثانويات بلدية ورقلة، والتي بلغ عددها (100) تلميذ منها 52 تلميذة و 48 تلميذ. و اعتمد الطالب في هذه الدراسة على استبيان ومقياس لجمع البيانات؛ المقياس كان موجه للتلاميذ والاستبيان موجه للأساتذة ، وتم استعمال الأدوات الإحصائية التالية : المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و"ك" تربيع واختبار "ت" للدلالة الإحصائية للفروق. وتوصل الطالب إلى أن الألعاب الشبه الرياضية تساهم في تحقيق دافع انجاز النجاح لدى تلاميذ وكذا أن الألعاب الشبه رياضية تساهم في تحقيق دافع تجنب الفشل لدى تلاميذ كما توصل الطالب إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية الانجاز الرياضي المدرسي تعزى لمتغير الجنس. في حين إقترح الطالب ضرورة الدعم و المساندة و التركيز على الألعاب الشبه الرياضية والعمل على تطويرها ، من أجل الرفع من مستوى الأنشطة البدنية و الرياضية في كل أبعادها بشكل إيجابي و تجنب الأساليب غير فعالة حتى لا تعود بالسلب على مردود التلاميذ في الأداء.

التعريف بالبحث

3-7- الدراسة الثانية: دراسة كل (مصطفى بوشيبية، 2018) تحت عنوان " دور الألعاب شبه الرياضية في تنمية الحاجات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي في حصة التربية البدنية والرياضية بحث مسحي أجري على بعض تلاميذ المرحلة النهائية لبعض ثانويات ولاية بشار "

هدفت هذه الدراسة على إبراز الدور الذي تلعبه الألعاب شبه الرياضية في تنمية الحاجات النفسية لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي في بعض ثانويات ولاية بشار، بحيث اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الإحصائي لموائمه مع أهداف الدراسة، وتم تطبيق أداة الدراسة وهي استبيان طبق على عينة البحث قوامها من 300 تلميذ و 10 أساتذة للتربية البدنية والرياضية باستخدام طريقة العينة العشوائية. بعد تقدير خصائصه السيكومترية، وتم تحليل النتائج باستخدام حزمة SPSS، وأظهرت النتائج التالية:

- للألعاب شبه الرياضية دور في تنمية الاستقلالية لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.
- للألعاب شبه الرياضية دور في تنمية الكفاءة لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.
- للألعاب شبه الرياضية دور في تنمية القرب من الآخرين لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

4-7- الدراسة الثالثة: دراسة كل من (منصوري عبد الوهاب، 2018-2019) تحت عنوان " مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ ثالثة متوسط "

هدفت الدراسة إلى استكشاف وجود فروق واختلافات في مستوى القدرات النفسية بين الممارسين وغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية من تلاميذ الطور المتوسط وقد اتبع الباحث المنهج الوصفي، الذي يعد مناسباً لهذا النوع من البحوث وقد استخدمت الأدوات في الدراسة الاستبيان ومقياس القدرات النفسية، وتم تحليل النتائج باستخدام أعمدة بيانية وبرنامج SPSS، حيث تم تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار. أظهرت النتائج أن الألعاب الشبه الرياضية تساهم في تنمية بعض القدرات النفسية. ومع ذلك

أظهرت النتائج النهائية من خلال التحليل الإحصائي عدم تحقيق الفرضيات التي وضعت في الدراسة، حيث لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية، كما افترضت الفرضيات.

5-7- الدراسة الرابعة: دراسة (خير الدين خشاب، 2018) تحت عنوان " القلق وعلاقته بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة الرياضية"

هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات العقلية لتلاميذ مرحلة الثانوي. أجريت الدراسة الميدانية في بعض ثانويات مدينة المسيلة بهدف إبراز تأثير الألعاب الشبه الرياضية في تطوير القدرات العقلية للتلاميذ. كما تهدف الدراسة إلى التركيز على أهمية التربية البدنية والرياضية في المدارس ودورها في تعزيز هذه القدرات العقلية، واعتمد الباحث المنهج الوصفي الإحصائي لأنه يناسب طبيعة الظاهرة المدروسة ويوفر تفسيرًا دقيقًا وعلميًا. تم اختيار عينة عشوائية بسيطة للدراسة، واستخدم الباحث الاستبيان كأداة لجمع البيانات، واستخدم في طريقة حساب الإحصائيات اختبار (كي-مربع) والنسب المئوية.

أظهرت الدراسة عدة نتائج، منها: تأثير إيجابي للألعاب الشبه الرياضية على القدرات العقلية لتلاميذ مرحلة الثانوي. قدرة الألعاب الشبه الرياضية على رفع مستوى القدرات العقلية وتطوير العديد من السمات الشخصية، مثل الذكاء والتصور العقلي والإبداع والانتباه.

6-7- الدراسة الخامسة: دراسة كل من (بظاهر محمد، 2020) تحت عنوان " قيم القلق النفسي في المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم دراسة ميدانية تجرى على بعض فرق البطولة الوطنية للقسم الوطني الثاني هواة لكرة القدم صنف اكابر"

تهدف الدراسة إلى استكشاف مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية صفتي التعاون والتنافس كصفتين نفسية وعقلية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من وجهة نظر أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. استخدم الباحث المنهج الوصفي، الذي يتناسب مع طبيعة الموضوع، تم بناء استمارة استبيان ذات بعدين وتطبيق الدراسة على عينة مكونة من 17 أستاذًا في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد بوضياف المسيلة.

وأسفرت النتائج عن ما يلي: تشير وجهة نظر أساتذة المعهد إلى أن الألعاب الشبه الرياضية تلعب دورًا كبيرًا في تنمية صفة التعاون لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. كما أظهرت النتائج أن الألعاب الشبه الرياضية تسهم بشكل كبير في تنمية الجانب التنافسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، من وجهة نظر أساتذة المعهد.

7-7- الدراسة السادسة: دراسة كل من (اسلام مرزوقي، عقبة دغنوش، 2023) تحت عنوان " تأثير الألعاب الشبه الرياضية في تحسين بعض المهارات الاساسية والجانب النفسي لدى لاعبي كرة اليد "فئة 09-11 سنة"

تهدف الدراسة إلى استكشاف تأثير الألعاب الشبه الرياضية في تحسين بعض المهارات الأساسية والجانب النفسي لدى لاعبي كرة اليد في فئة الأعمار من 9 إلى 11 سنة. يُعتبر هذا البحث مهماً لفهم مدى إسهام الألعاب الشبه الرياضية في تطوير المهارات الأساسية والجانب النفسي في هذه المرحلة العمرية، والتي تُعتبر أساسية لتطوير رياضيين متميزين، استخدم الباحثان في البحث المنهج الوصفي بناءً على ملاءمته لطبيعة الدراسة، تم توزيع استبيان محكم يغطي ثلاثة محاور على عينة مكونة من 43 مدرباً وأساتذة للتربية البدنية والرياضية، تم اختيارهم بطريقة عشوائية. بعد جمع وتحليل البيانات، توصل الباحثان إلى النتائج التالية: للألعاب الشبه الرياضية دور فعّال في تحسين بعض المهارات الأساسية وتعزيز الجانب النفسي لدى اللاعبين ويُوصى بشدة باستخدام الألعاب الشبه الرياضية في هذه المرحلة العمرية، نظراً لفعاليتها في تطوير المهارات الأساسية وتحسين الجانب النفسي.

8-التعليق على الدراسات السابقة

: من خلال استعراض الدراسات السابقة يمكن الإشارة الى عدة نتائج

- _ معظم الدراسات تناولت متغيري الألعاب الشبه الرياضية والقدرات النفسية.
- _ بعض الدراسات تناولت عدة متغيرات مختلفة متشابهة مع مفهوم القدرات النفسية مثل القدرات العقلية والجوانب الحسية الحركية.
- _ تنوعت الدراسات السابقة من حيث الأدوات المستخدمة كالاستبيان.
- _ معظم الدراسات توصلت الى نتائج تمثلت في ان الألعاب الشبه الرياضية تؤثر بشكل إيجابي وتساهم في تنمية الجانب النفسي ومهاراته.
- _ معظم الدراسات تبنت إحدى المناهج الأكثر استخداما في التربية البدنية والرياضية وهو المنهج الوصفي. غير انها تنوعت في استخداماته مثل المسحي والتحليلي.

التعريف بالبحث

_ معظم الدراسات اختلفت في اختيار العينة مقابل عينتنا اذ تمثلت عينتنا في تلاميذ الطور الابتدائي واتخذت الدراسات التي حددناها كل من التلاميذ في الطور المتوسط والثانوي أي المراهقين بمختلف فئاتهم العمرية والمراهقين لاعبي كرة اليد. وقد استفدنا كباحثين من تحليل هذه الدراسات من حيث المنهج الوصفي والوسائل المستخدمة في جمع البيانات وتحديد الأدوات الإحصائية أيضا.

9- نقد الدراسات السابقة

اختلفت الدراسات السابقة مع دراستنا الموسومة "مساهمة بعض الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي (8-10 سنوات " من حيث ضبط بعض المتغيرات اذ تركز راستنا على مفهوم القدرات النفسية في حين وصفت دراسات أخرى هذا المفهوم ب القدرات العقلية، او المهارات النفسية، ولا بد ان نشير الى ان دراستنا اهتمت بفئة التلاميذ (8 الى 10 سنوات) والذين يدرسون في المدارس الابتدائية في حين اختلفت الدراسات السابقة بتناولها لاعبي كرة القدم خير الدين خشاب، 2018) ، ولاعبي كرة اليد مثل دراسة (اسلام مرزوقي، عقبة دغنوش، 2023)، وتلاميذ الطور المتوسط والثانوي في دراسات أخرى، وعليه لم تنطبق عينة دراستنا مع الدراسات السابقة، غير انها تشابهت مع دراستنا في استخدام المنهج الوصفي.

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول

الألعاب الشبه الرياضية

تمهيد

الألعاب شبه الرياضية هي تلك الأنشطة التي تجمع بين السمات الترفيهية والبدنية دون أن تكون منافسات رياضية تقليدية. تهدف هذه الألعاب إلى تعزيز اللياقة البدنية، التفاعل الاجتماعي، وتوفير التسلية للمشاركين. تشتمل هذه الألعاب على مجموعة متنوعة من الأنشطة مثل ألعاب الشوارع، الألعاب الجماعية الترفيهية، والمسابقات غير الرسمية التي لا تتطلب تجهيزات رياضية متخصصة أو قواعد صارمة.

1-1- تعريف اللعب:

يعرف اللعب بأنه أي نشاط يمارسه الطفل دون أي ضغوطات عليه من البيئة المحيطة به، والمتمثلة في بيئته العائلية والاجتماعية والبيئية والطبيعية. هو جميع أوجه النشاط التي يقوم بها الطفل بقصد إشباع حاجاته النفسية وتفريغ طاقته ويعرف جود اللعب بأنه فاعلية ممتعة تؤدي لذاتها، والفاعلية هنا تحوي ضمناً نشاطاً وحركة، كما أنها تزود صاحبها بالسرور ويعرف بياجيه اللعب بأنه عبارة عن عملية تمثل أو تعلم تعمل على تحويل المعلومة الواردة لتلائم حاجات الفرد. واللعب كما جاء في موسوعة علم النفس هو ضرب من النشاط الجسدي ينطوي على هدف رئيس هو اللذة والمتعة الناجمة عن ذلك النشاط (معوض، 1970، صفحة 29)

ويعرف فروبل اللعب بأنه نشاط تلقائي ونفسي، وهو مثال للحياة البشرية في مجموعها، لذلك كان مقروناً دائماً بالفرح والرضا والراحة النفسية والجسمية والشعور بالسلام (حسان، 1986، صفحة 106) وترى فيولا البيللوي أن اللعب نشاط تلقائي يمارسه الفرد ليك يبعث في نفسه البهجة، ويهدف للهو واستهلاك الطاقة والجهد بدون أن تكون هناك قوى أو دوافع خارجية تحركه وتوجهه، وهو بذلك يختلف عن العمل الحقيقي الذي هو نشاط موجه نحو غاية محددة يقوم بها الفرد. ونظراً لتعدد تعريفات اللعب، فمن المفيد عرض سامته وعليه، فاللعب يتصف بأنه: (اسماعيل، 1986، صفحة 09)

- فاعلية ممتعة يؤديها الفرد لذاتها بإخلاص وانها مك .
- نشاط حر لا قسر فيه ولا إجبار .
- مرن ومتنوع، فهو موجه وغري موجه، إبهامي وواقعي.

- يتضمن نشاطات متنوعة جسدية وعقلية وانفعالية ولغوية واجتماعية، لذلك فهو يساهم في نمو الفرد من جميع النواحي .
- من الصعب التنبؤ بنتائجه
- يرتبط بالميل والدوافع الداخلية، وعليه فهو لا يتعب صاحبه
- ميّاز بالسرعة والخفة.
- بعيد عن الصراع النفسي والاضطراب؛ لأن الذات تسيطر على موقف اللعب، ولو حدث وظهر هناك صراع نفسي لسبب أو لآخر. فإن الذات سرعان ما تتحرر منه بالتعبيري الحر والتعويض والتطهيري الانفعالي.
- مطلب من مطالب نمو الطفل
- عملية تمثل يتعلم الطفل عن طريقه وينمو عقله (اسماعيل، 1986، صفحة 09)

1-2- قيمة اللعب

يعتبر اللعب من أهم الوسائل التربوية التي تدخل في تشكيل جوانب شخصية الفرد لأنه يساعد الطفل على اكتشاف المحيط واكتساب الخبرة، حيث نجد اللعب له قيمة كبيرة تتلخص فيما يلي: (الخطاب، 1973)

- تدريس الحواس وتنمية الملاحظة واكتساب الخبرة
- تمكين الطفل من اكتشاف المحيط وتنظيم الفضاء
- تلبية حاجات الطفل وميوله إلى اللعب والحركة
- مساعدته على التكيف الاجتماعي
- تسهيل اكتساب المعارف عن طريق الممارسة
- استغلال الألعاب في تنظيم الحوار قصد تصحيح المكتسبات اللغوية وإثرائها.

1-3- أنواع اللعب:

يمر اللعب بمراحل تطور تتفق مع مراحل النمو للطفل ونضجه الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي، حيث يرى جون بياجيه أن ألعاب الصغار تتغير شيئاً فشيئاً بحكم تطورها من الداخل لتصبح بناءً مكيفاً يستلزم البناء العقلي باستمرار وبناءً على ذلك يمكن تصنيف اللعب إلى: (حمادي، 2000، الصفحات 25-26)

3-1- اللعب الحسي الحركي: يظهر هذا اللعب في مرحلة المهد ويعتمد على الحركات العضلية من خلال تكرير الحركات الجسدية واكتشاف الحواس وهذا النوع من اللعب يبدأ في الشهر الثالث من العمر حيث يقوم الطفل بالنظر إلى الأشياء ويبتسم لها، وذلك إذا أحسن الوالدان اختيار اللعب التي يتم تعليقها على سرير الطفل.

3-2- اللعب بالدمى: وهي الألعاب التي تسود في الفترة العمرية من السنة الأولى وحتى سن ما قبل المدرسة، وهذا النمط من اللعب يعتبر مكملاً للعب الاستكشافي، فيتابع الطفل عمليات الاستكشاف الفردي لكل ما يقع عليه بصره أو تصل إليه يداها من دمي والعاب حيث يتعرف الطفل على الدمى والألعاب وكأنها أشياء قادرة على الكلام والإحساس والحركة والحركة حتى يبلغوا سنين أو ثالث ثم يبدأ اهتمام الطفل بالدمى والألعاب الجامدة الفردية يقل مع التقدم في السن وعلى العموم يظهر هذا النوع من اللعب عند الأطفال في عمر أقل من

3-3- اللعب الإيهام: وهي المرحلة الثالثة في النمو ويظهر الطفل في هذا النوع من اللعب قدرته العضلية الابتكارية والاجتماعية فيلعب بعالم الكبار، ويستعيز عن الواقع بموقف خيالي يشبع فيه رغباته الشخصية وأمنيته، وفي هذا النوع من اللعب يتعامل الطفل مع المواد والمواقف كما لو أنها تحمل خصائص أكثر مما تتصف

3-4- اللعب الإنشائي: وهذا النوع من اللعب يهيئ الطفل للأنشطة الابتكارية فهو قادر في هذه المرحلة على الاستمرار لمدة أطول في اللعب والتركيز لمدة أطول كذلك، ويستطيع إن يخطط للعبة، ويتطور اللعب الإنشائي من مجرد تناول الأشياء وتفحصها فقط إلى تشكيلها، ويدرك الطفل نفسه من خلال عملية التشكيل هذا كمتكر. وقد عرف "جونسون" اللعب الإنشائي بأنه استخدام الخام أتمثل المكعبات لبناء شيء ما. (مكوض، 1970، الصفحات 44-45)

3-5- اللعب الاجتماعي: ويظهر هذا النمط من اللعب بعد سن السادسة من عمر الطفل، كما ويتخذ شكل الألعاب الجماعية التي يشارك فيها الطفل أقرانه في الألعاب الرياضية والمباريات والتمثيل والهوايات، ويستمر هذا النمط م اللعب حتى نهاية مرحلة الطفولة وقبل مرحلة البلوغ.

وكلما تقدم الطفل في العمر يكون أكثر قدراً على التعاون مع غيره من الأطفال، كما يزداد حجم الجماعات مع حجم التقدم والجدير بالذكر إن اللعب الاجتماعي يتأثر كما وكيفاً بالعادات والتقاليد والمكان الذي يعيش فيه الطفل (حمادي، 2000، صفحة 26)

وهناك أيضا عدة أنواع من اللعب يمكن تصنيفها كما يلي :

- من حيث عدد المشاركين في اللعب وهو نوعان: اللعب الفردي، اللعب الجماعي.
 - من حيث تنظيم اللعب والإشراف عليه نوعان أيضا: اللعب المنظم، اللعب الحر التلقائي غير المنظم. من حيث نوع اللعب وطبيعته وهو أربعة: اللعب النشط، اللعب الهادئ، اللعب الذي يساعد على تنسيق الحركات ونمو العضلات، اللعب الذي تغلب عليه الصفة العقلية (لطي)،
- (1949، الصفحات 40-41)

1-4-اهداف اللعب

إن الإنسان الذي لا يلعب لا يمكن أن يكون إنساناً، وهذه حقيقة لا يمكن تجاهلها خصوصاً عندما تلمح وجود اللعب عند جميع الناس ومنذ بداية أعمارهم، بل إن اللعب ليس مقصوراً على بني الإنسان فالحيوانات نفسها تلعب ومنذ قديم الزمان كان الإنسان يمارس اللعب، فالرجل البدائي على سبيل المثال، كان يقوم بتمثيل رحلة الصيد وما بها من حوادث وصراعات قبل الخروج إلى الصيد وكان هذا التمثيل في أحيان كثيرة مدعاة للنجاح في رحلة الصيد . وفي أواخر القرن التاسع عشر وبدايات القرن العشرين اهتم المربون باللعب، ومن ذلك مثلاً الطبيبة الإيطالية ماريا منتسوري التي صممت ألعاباً عديدة لتنمية حواس الطفل وذكائه ولتعليمه المهارات الاجتماعية واللغة والحساب (ميلر س.، 1987، صفحة 16)

من ناحية أخرى أكد العديد من الباحثين في القرن العشرين على أهمية اللعب وقدرته على تحقيق أهداف متنوعة للطفل وقد اشار البعض لما للعب من علاقة بالإبداع ونمو الشخصية بشكل عام. وأكد آخرون على الأهداف التي يحققها اللعب في مجال النمو العقلي، وأشار هو زنجاء إلى دور اللعب كترويج. أما كاجان فكان يؤكد دائماً على أن اللعب شيء مهم في الحياة.

ويرى إدار أن اللعب يساعدنا على فهم الطفل وينمي قدرته على التكيف الاجتماعي واللعب في رأيه إشباع الحاجات الطفل كتعويض له عندما يفشل في : ناحية معينة. أما «كار، فيؤكد على أن اللعب وسيلة للتفيس عن الميول الذميمة أو تحويلها إلى ميول مقبولة عن طريق الإعلاء والتوجيه كما اهتم كار بوظيفة اللعب في وبعد قراءة العرض السابق يمكننا أن نستنتج الأهداف العامة التي يحققها اللعب للطفل وهي: (فرج، 2002، صفحة 26)

2- الألعاب الشبه رياضية

2-1- تعريف الألعاب الشبه رياضية

وتسمى أيضا الألعاب الصغيرة، وهي مجموعة الألعاب المختارة متعددة الغراد تؤدي باللعب واحد أكثر وهي بسيطة من حيث القوانين الموضوعية لها، ومن حيث الأدوات المستخدمة، وال تحتاج إلى ما لعب كبيرة ويغلب عليها الطابع المنافسة، وتبعث الشوق والحماس والسرور في النفوس، وهي محببة لا لطفال ويقبل عليها كال الجنسين برغبة من أبرز مظاهر التربية البدنية، التي تجعل تحقيق أهدافها سهلا وميسورا، فهي تساعد أجهزة الجسم الحيوية على العمل بكفاءة وانتظام، وتعود الفرد الطاعة والشعور بالمسؤولية والتعاون، فضال عن فائدتها الترويحوية للجسم والعقل تعريفات أخرى لها "مجموعة متعددة من العاب الجري والعب الك ارت، أو التي تمارس باستخدام الأدوات الصغيرة والعب الرشاقة وما إلى ذلك، من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع المرح والسرور والتنافس، مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها، وتكرارها عقب بعض الإيضاحات البسيطة". وسيلة تربوية فعالة في إثارة دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف، كما أنها تشبع حاجات الفرد إلى الشعور بالاعتبار والتقدير من الآخرين. (رمضان، 2007، صفحة 18)

وتستعمل الألعاب الشبه رياضية من أجل - :

• **التحفيز** : بحيث أنه ليس هناك سلوك دون التحفز لذلك يجب إدخال مثير إثارة الفكر لكي يدخل في الحركة فالتحفيز يمثل العامل الرئيسي الذي به ينمي الفكر، والتركيز والانتباه والترفيه والراحة في المنافسة كي يستطيع الطفل إعطاء أفضل ما لديه من روح الإبداع في كل الأوضاع البيداغوجية. يجب التأثير على التحفيز لدي الطفل وذلك من خلال عدة عوامل:

- عوامل مرتبطة بالتلميذ منها حب التنفيذ وكذلك استعمال متطلبات الحركة - .

عوامل مرتبطة بالنشاط في حد ذاته كتتنوع الوضعيات المتتابعة والإحساس بالاستقلالية

عوامل مرتبطة بشخصية المربي ومنها - :

احترام شخصية الطفل

إيجاد وسط آمن ومثير في نفس الوقت

التحضير: يكون اللعب على أشكال مختلفة حسب العمر ويكون مركز على الميول المكتسبة عن طريق الممارسة ويعتبر اللعب المحرك الأساسي لتطور القدرات البدنية والعقلية، والنفسية والاجتماعية في الرياضات والممارسة الكلية والمداومة تكون مقيدة، لكن هذه أبلج راءات تتخذ قصد تميز الألعاب الخاصة بالطفل التي لها دالة ومعاني (ميلر س.، 1987، صفحة 192)

2-2- أهمية الألعاب الشبه الرياضية

تتمثل الألعاب الشبه الرياضية خاصة واللعب عامة أهمية بالغة في نمو الطفل والتلميذ وهذا ما يجعلنا نلاحظ التلميذ يقوم أثناء اللعب بنشاطات يظنها سهلة في حين ، أنها ليست كذلك ولكن هذه النشاطات نظرا لصعوبات التي تطوي عليها ، فهي تعتبر وسيلة جديدة للتدريب والنظام وطريقة ناجحة لتعليم اللغة ، إذ عن طريقها يتعرف التلميذ على جوهر الأشياء ، الألعاب والصور ، ويحاول بتعابير مركزة شرح أفكاره وما يراه خطأ أو صواب .

كما أن الألعاب الشبه الرياضية تعمل على إشباع ميل التلاميذ إلى الحركة والنشاط وتدريب كسابهم القدرة على استخدامها، كما أنها حواسهم، واج تساهم على امتصاص الانفعالات وتدريب العضالة الكبيرة والشبه الرياضية وتحقق التوافق إضافة إلى ذلك فإنها تساهم في تنمية سلوك التعاون وتبادل الرأي والمشاركة الجماعية وكيفية التعامل مع الآخرين، والاحترام المتبادل 1والعناية بالممتلكات الشخصية وممتلكات الغير- (ناشف، 1993، صفحة 80)

2-3- استخدام الألعاب الشبه الرياضية في المجالات المختلفة

_ في درس التربية البدنية والرياضية : لقد لعبت الألعاب الشبه الرياضية دورا هائلا في تغيير الدرس ومضمونه ، وخروجه عن صورته الجامدة التي كانت مبعثا الملل وتضايق التلاميذ ، فقد عملت على تغيير وتنويع مادة الدرس وجعلت دور التلاميذ خلال الدرس ايجابيا ، يستغل فيه مهارته وقد ارته و امكانياته و حواسه وانفعالاته مما يساعد على تحقيق الهدف من التربية الرياضية وقد تطور درس التربية البدنية والرياضية تبعا للتطور الذي شمل النواحي التعليمية بصفة عامة والتربية البدنية بصفة خاصة ، وعند وضع الألعاب الشبه الرياضية ضمن خطة حصة التربية البدنية والرياضية وهي تحقق الغرض منها في الحصة يجب مراعاة النقاط الهامة التالية:

- عند استخدامها في المقدمة) الإحماء (تختار الألعاب التي يشترك فيه جميع الأفراد في وقت واحد مع مراعاة أن تستخدم هذه الألعاب النشاط التعليمي للحصة وان تشمل إعداد جميع أجزاء الجسم.

- عند استخدامها في الجزء الخاص بالتمرنات فان الحصة يجب أن تخدم عناصر اللياقة البدنية ويفضل استخدام التمرينات في صور الألعاب الشبه الرياضية الدخال عنصر المنافسة وبت روح المرح والتشويق.

- عند استخدامها في النشاط التطبيقي ، نختار الألعاب الشبه الرياضية التي تمهد لألعاب الكبير

- عند استخدامها في النشاط الختامي للحصة توضع لعبة صغيرة تهدف إلى الراحة والتهدئة والعودة بالجسم إلى الحالة الطبيعية

- **في التدريب الرياضي :** الألعاب الشبه الرياضية عنصر أساسي هام في التدريب الرياضي الحديث حيث أنها تحقق الغرض من التمرينات وتعمل على تنمية عناصر اللياقة البدنية مع تطبيق المهارات الأساسية أثناء ممارسة تلك الألعاب لذلك يجب الابتعاد عن النواحي الشكلية المملة في التدريب الرياضي ، ويجب أن تطور بإدخال الألعاب الشبه الرياضية ، حيث أنها تعتبر عنصرا أساسيا من عناصر التشويق والمرح والمنافسة المطلوبة للارتفاع بالناحية النفسية لألعب ، وتعيده على 1 طاعة القوانين المبسطة الموجودة في هذه الألعاب دون اعتراض وهي ناحية أخلاقية هامة (حسن، 1997، صفحة 28)

2-4- مميزات الألعاب الشبه الرياضية

- :تمتاز الألعاب الشبه الرياضية بكثرة أنواعها مما يجعل الفرصة للاختيار من بينها ما يتفق وميول الأفراد- .

تناسب كل الأعمار والقدرات من كال الجنسين فيستطيع كل فرد أن يختار منها ما يناسب سنه وجنسه وقدرته- . يمكن أداءها في أي مساحة من الأرض مهما صغرت كما يمكن تصنيع أدوات صغيرة بواسطة التلاميذ والاستفادة من الأدوات الكبيرة- . التي تخضع للقوانين المعترف بها ويمكن الاتفاق على وضع قواعد وقوانين للعبة - . التي تحتاج ممارستها أي قدرة جسمية وعقلية عالية - . مجال واسع لتجديد النشاط والشعور بالسعادة والترويح عن النفس- .

تمتاز مسابقات الألعاب الشبه الرياضية بالحماس وروح المنافسة في نفوس التلاميذ لها دور كبير في تنمية قوة الملاحظة وسرعة التلبية واليقظة، فرصة مناسبة إعطائهم حق ممارسة الحكم الذاتي أي حكم أنفسهم بأنفسهم - .

تؤهل الأطفال لألعاب الكبيرة- . ليست لها هيئات رياضية تشرف عليها - . تمارس بالأدوات أو بدونها.

2-5- أهداف الألعاب الشبه الرياضية

إن لاستعمال الألعاب الشبه رياضية في درس التربية البدنية دور فعال في إنجاح الحصة وكذلك إضفاء طابع الحيوية والمتعة على درس التربية البدنية والرياضية ولكن استعمال الألعاب الشبه الرياضية في كل جزء من أجزاء الحصة لديه أهداف ثانوية أخرى نوضحها فيما يلي:

5-1- المرحلة التحضيرية تستعمل الألعاب في هذه المرحلة لخدمة غرضين أساسيين وهما:

القيام بعمليات الإحماء لتحضير الجسم لتقبل الجهد خلال طول الحصة. - تنشيط الحصة قصد تحفيز الطلبة على القيام بمجهود بدني وعقلي دائما في صياغ عملية الترقية. 2.6.2 المرحلة الرئيسية وستعمل الألعاب في هذه المرحلة لتعزيز وتدعيم عملية التعلم وذلك باقتراح ألعاب تخدم هدف الحصة، بحيث تسمح باكتساب المهارات الحركية والتقنية في وسط تنافسي تنمي فيه جميع القدرات البدنية والعقلية.

5-2- المرحلة النهائية وتستعمل الألعاب الشبه رياضية في المرحلة النهائية لخدمة هدفين أساسيين ويتمثل الأول في عملية الاسترخاء البدني بعد أداء جهد بدني مرتفع، أما الهدف الثاني فيتمثل في ترك التلاميذ في نشاط دائم في حالة عدم احتواء المرحلة الرئيسية على حمل كبير جهد بدني كبير

خلاصة

تعتبر الألعاب شبه الرياضية جزءًا هامًا من الأنشطة البدنية والترفيهية التي يمكن أن يمارسها الأفراد بمختلف الأعمار والخلفيات. من خلال تشجيع هذه الأنشطة، يمكن تعزيز الصحة البدنية والنفسية للأفراد والمجتمعات، وتعزيز الروابط الاجتماعية والتفاعل الإيجابي بين الناس، ومن خلال هذا الفصل توضح لنا أهمية الألعاب الشبه الرياضية..

الفصل الثاني

القدرات النفسية

تمهيد

تلعب القدرات النفسية دوراً حيوياً في تحقيق النجاح الرياضي، حيث لا يقتصر الأداء الرياضي المتميز على اللياقة البدنية والمهارات التقنية فحسب، بل يتطلب أيضاً توازناً نفسياً قوياً وتحكماً ذاتياً عالياً. يُعدُّ التحضير النفسي عاملاً أساسياً في تدريب الرياضيين، ويساعدهم في التعامل مع الضغط، الحفاظ على التركيز، وتنمية الثقة بالنفس. تتضمن القدرات النفسية مجموعة متنوعة من المهارات مثل التحفيز، ضبط الأعصاب، وإدارة الإجهاد، والتي تساهم جميعها في تحسين الأداء الرياضي وتحقيق الأهداف المرجوة.

1- مفهوم علم النفس الرياضي.

يعتبر علم النفس الرياضي هو أحد فروع علم النفس التي تستهدف دراسة سلوك الشخص الرياضي، ودراسة المؤثرات النفسية التي تؤثر على أدائه الرياضي، بالإضافة إلى دراسة العوامل التي تؤثر على النشاط الرياضي، يعتبر الهدف من دراسة علم النفس الرياضي، هي محاولة لاكتشاف العوامل التي تؤثر في الشخصية الرياضية لتعزيز وتحسين الأداء الرياضي إلى الأفضل. تؤثر دراسة وفهم علم النفس الرياضي إلى رفع المستوى الرياضي، عن طريق استغلال الطاقة الإضافية الموجودة داخل الإنسان والتي لا تستغل إلا عند الضرورة، ومما يؤدي إلى استغلال مستوى طاقة اللاعب بشكل أفضل. (التميمي، 2021، صفحة 15)

و بالنظر إلى علم النفس الرياضي كفرع من علوم الرياضة والتدريب، فمن المحتمل أن تتضمن بؤرة الدراسة محاولة وصف السلوك وتفسيره والتنبؤ به في المواقف الرياضية. ويعد مفهوم علم نفس الحركة، وجهة نظر شاملة لدراسة السلوك في الرياضة؛ حيث يعرف مارتنز علم الحركة على أنه: دراسة الحركة الإنسانية، وخاصةً النشاط البدني في كافة الأشكال والمجالات. وانطلاقاً من هذا المفهوم الشامل، فعلم نفس الحركة - علم النفس الرياضي والتعلم والضبط الحركي، يتضمن دراسة الجوانب النفسية للحركة البشرية، وتشمل الجوانب الأخرى: غراب، 1999، صفحة 104)

1- فسيولوجيا علم الحركة - فسيولوجيا التدريب.

2- الميكانيكا الحيوية في علم الحركة - الميكانيكا الحيوية في الرياضة.

3- علم الحركة الاجتماعي - علم الحركة الثقافي - علم الاجتماع الرياضي.

4- الحركة والنمو - النمو الحركي. (غراب، 1999، صفحة 104)

ومن الصعوبة وضع تعريف دقيق لعلم النفس الرياضي؛ حيث تتعدد المنظورات وتتناوب الأدوار بما يفرض اتجاهات متعددة في التعريف، فتصنفه فئة على أنه (أحد فروع علم النفس العام)، ويصنفه آخرون، بأنه (أحد فروع الرياضة، وعلم التدريب الرياضي)، بينما فئة ثالثة، تفرق بين علم النفس الرياضي الذي يولى اهتماماً باللاعبين وخصائصهم وعلم نفس النشاط البدني الذي يتضمن كافة المجالات المرتبطة بالحركة.

2-الهدف من دراسة السلوك في الرياضة

- هو محاولة اكتشاف العوامل النفسية التي تؤثر على سلوك الرياضي، هذا من ناحية .
 - من ناحية اخرى تأثير خبرة الممارسة الرياضية نفسها على جوانب شخصية الرياضي من ناحية ،الامر الذي يسهم في تطوير الأداء الاقصى وتنمية الشخصية .
- ومن هنا ظهرت العديد من الموضوعات التي يقوم بدراستها علم النفس الرياضي منها (السلوك ،الشخصية، الدوافع، العدوانية،الاتجاهات، القيادة الرياضية، القلق ، خبرات الفشل والنجاحالخ)
- وتشهد السنوات الاخيرة تزايداً ملحوظاً بالمجال التطبيقي لعلم النفس الرياضي واصبح تخصيص برامج لتدريب المهارات النفسية ((logical skills training يسير جنباً إلى جنب مع تطوير المهارات الحركية والنواحي الخطئية والبدنية(معطي، 1993، صفحة 102).

اهم المهارات النفسية التي يحتاجها الرياضي في التدريب الرياضي هي:-

- 1-التصور الذهني.
- 2- تنظيم الطاقة النفسية.
- 3-اساليب مواجهة توتر المنافسة الرياضية (التدريب على الاسترخاء).
- 4-بناء الاهداف.

لغرض دراسة السلوك مهما كان كظاهرة تقوم على اساس الملاحظة والقياس والتجريب نضع امامنا ثلاثة اوجه رئيسية للسلوك هي.

اولاً:- اتجاه سلوك الفرد الرياضي.

ثانياً:- كمية أو مقدار السلوك للفرد.

ثالثاً:- دقة السلوك الصادر من الفرد الرياضي.

3- مفهوم القدرات النفسية

ان المهارات النفسية هي برامج منظمة تربوية رياضية يستخدمها المدربين والقائمين على الفريق الرياضي النخبوي من أجل مساعدة الرياضيين بغرض تحسين الأداء واتقانه حيث يمكن القول بأن المهارات النفسية هي القدرات نفسية وعقلية تساعد الرياضي على مواجهة الضغوط النفسية والتكيف مع الظروف التدريب المستمر والبيئة التنافسية بهدف الوصول الى الأداء الأمثل ويتضمن التحريب الرياضي تلك المهارات النفسية لتكتمل بذلك الجوانب الاعداد البدني المهاري (الزبيدي، 2019، صفحة 15)

في علم النفس الرياضي يستخدم مصطلح تدريب المهارات النفسية (Psychological Skills Training) للإشارة الى عملية التي يتم في غضون تعليم وتدريب المهارات النفسية في اطار عملية التدريب الرياضي العقلي والذي يقصد به التطبيق المنهجي المنظم للأساليب العلمية النفسية للارتقاء بمستوى الأداء الرياضي فالمهارة النفسية شأنها كشأن المهارة الحركية يمكن تعلمها واتقانها من خلال التدريب المستمر الموجه كما أن تدريبها يمكن أن يطور من فاعلتها وحسن توظيفها خلال مواقف التدريب والمنافسات الرياضية. (الزبيدي، 2019، صفحة 15)

ومما تطرقنا اليه يظهر دور الهدف وتحديدها من قبل المدرب ، ومن هذا المنطلق اخذنا المهارات النفسية في الرياضة والتي تتضمن كل من :-

- القدرة على التصور

- القدرة على الاسترخاء

- القدرة على التركيز الانتباه

- القدرة على مواجهة القلق

- الثقة بالنفس

- دافعية الانجاز الرياضي

4- أنواع القدرات النفسية

4-1 التصور الذهني :-

توجد العيد من المصطلحات الشائعة الاستخدام في المجال الرياضي ، يستخدم على نحو مرادف لتصف اللاعب ذهنيا قبل المنافسة ، ومن ذلك التصور الذهني ، التصور البصري ، التمرين الذهني ، والمراجعة الذهنية . جميع هذه المعنى تدور حول معنى واحد وأساسي وهي أن الأشخاص يستطيعون أن يستحضروا في ذهنهم أو ان يتذكروا احداثا او خبرات سابقة ، إن التصور الذهني على انه اعم واشمل من عملية التصور البصري حيث انه يشمل حواس اخرى إضافة الى حاسة البصر ، مثل حواس السمع واللمس والشم والاحساس الحركي .

يوجد تصنيفان شائعان لانماط التصورهما :- (راتب، 1997، صفحة 318)

- التصور الخارجي .
- التصور الداخلي .

4-1-1- النظريات المفسرة للتصور العقلي

هناك آراء متعددة بهذا الخصوص ولكل واحد وجهة نظره الخاصة والمدعمة وعموما فإن جميع هذه الآراء تكاد تكون متشابهة ومتقاربة بعض الشيء ومنها : أن عملية التصور أو استحضار الصورة الذهنية يأتي من البرنامج الحركي الموجود في الدماغ أو ما تسمى ، الشبكة الافتراضية وخصوصا إذا كانت المهارة متعارفا عليها مسبقا فإن عملية استحضارها يكون أسهل ، أما الرأي الأخر فهو أن عملية التصور تحدث من حائل أحداث متعاقبة أي تجزئة المهارة إلى أجزاء أو أحداث مجزلة وعند القيام بالتصور الذهني يتم استحضار هذه الصور للمهارة بشكل متسلسل الواحدة بعد الأخرى (خليلة، 2000، صفحة 146)

كما وأنها تعطى انطبعا أوليا عن المهارة المراد تصورها وبالإضافة إلى هذا الانطباع فإن عمليات حسية داخلية تعمل بالوقت نفسه وتعطى التصور الحركي أما التفسير الأكثر شيوعا والمدعم بمجموعة عريضة من البحوث بالإضافة إلى آراء اللاعبين العاملين، فإنه يقوم على احتمالين للتصور الذهني هم: (خليلة، 2000، صفحة 146)

هنالك نظرية حول الرمزية ومفادها أن التصور العقلي هو عبارة عن نظام للرموز الشفرة تساعد اللاعب على التصور، وأن أية حركة تقوم بها في الحياة يعطي لها رمزا ومن ثم تطبع في الدماغ وعند القيام بالتصور فإننا نقوم باسترجاع أجزاء هذه المهارة ومن حائل تكرر التدريب على التصور العقلي فإن الحركة تصبح آلية ويسهل استرجاعها، ولتوضيح ما سبق تطبق المثال التالي : حاول غلق عينيك الفترة وتصور حركة سريعة في مباراة الكرة السلة وأنت تؤدي تمريرة خاطفة مع العب تتحرك نحو المنافس في البداية لتتصور مثل هذا المشهد يجب أن يكون في ذاكرته معلومات مرتبة سبق تخزينها عن كرة السلة وإلا فلن يحدث هذا التصور مطلقا (خليلة، 2000، صفحة 146)

وهناك نظرية أخرى حول الاسترجاع العقلي كالتالي:

أ-التدفق الداخلي



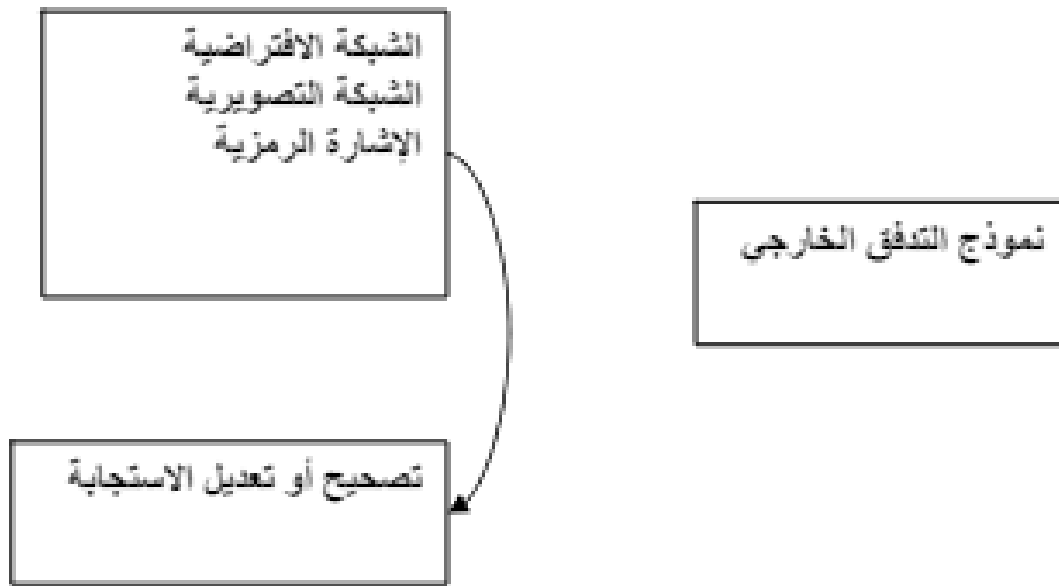
الشكل (1) يوضح نموذج التدفق الداخلي

(2016، صفحة 35)

شرح النموذج: يفترض من هذا النموذج أن الوظيفة أثناء الاسترجاع العقلي المهارة حركية تبدأ من الشبكة الافتراضية، وهي مستمدة من الذاكرة الطويلة المدى، والخطوة التالية هي الأنشطة التصويرية ويحدد

المربع أعلى الشكل هذه الخطوات، وبعد ذلك ينتج تدفق خارجي صادر إلى نفس العضلات التي تستخدم أثناء الأداء الفعلي لنفس المهارة، وهو ما يعبر عنه السهم يمين الشكل، وعلى الرغم من أن كمية الاسترجاع نقل خلال الاسترجاع التصوري عند المقارنة مع الأداء البدني إلا أنها محددة في العضلات المرتبطة بالمهارة، وكنتيجة للاستثارة العصبية الضعيفة للعضلات فإن التغذية الرجعية الحسية يعاد إرسالها إلى الشبكة الافتراضية ، (2016، صفحة 35)

ب- نموذج التدفق الخارجي:



الشكل (2) يوضح نموذج التدفق لخارجي

(2016، صفحة 35)

يمثل النشاط المعرفي للإشارة الرمزية العامل الرئيسي في نموذج التدفق الخارجي، وهذا النموذج مشابه تماما لتفسير التعلم الاجتماعي الذي وضعته " بانادورا " (1977) والمبني على مشاهدة عملية التعلم، ويفترض هذا النموذج أنه أثناء الاسترجاع التصوري يبدأ العمل في الشبكة الافتراضية مستمدا من الذاكرة الطويلة المدى، ثم تأتي الخطوة الثانية وهو عمل الإشارة الرمزية للمعلومات المرتبطة بالمهارة وبعدها يبدأ إجراء التعديل والتصحيح في الشبكة، وهذه التغيرات المفترضة تستخدم بعد ذلك كأساس لإرسال تدفق خارجي صادر إلى العضلات، وهذا يؤدي بدوره إلى تصحيح الاستجابة أو تعديل في الأداء ، (2016، صفحة 35)

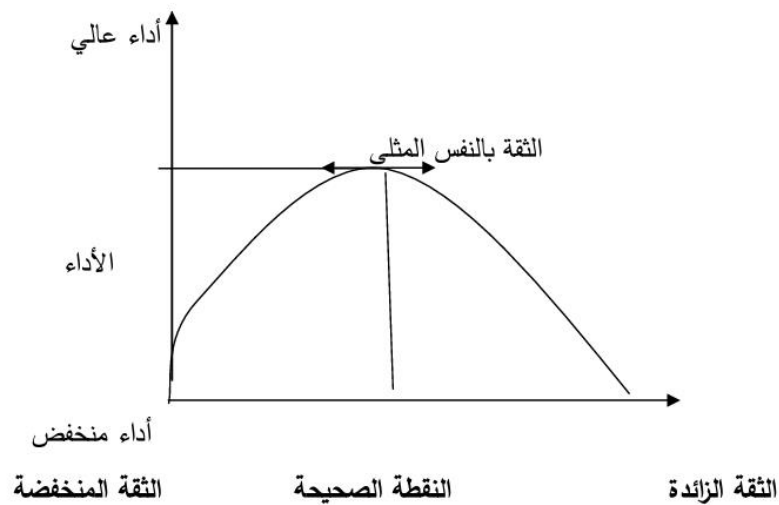
4-2- التركيز الانتباه :

التركيز على مايجري حولك او الانتباه اليه وما تقوم به تجاه انجاز الواجب المطلوب منك هو مهارة يمكن تعلمها .يجب ان تتدرب على المحافظة على التركيز بمستوى عال لانه من المتطلبات الاساسية للعب بمستوى عال. (انويا، 2002، صفحة 88)

يختلف الرياضيون في مدى التركيز وشدته الذي يمكن ان يعملوا بهما اثناء المباراة او السباق . لهذا على المدرب والرياضي ان يخطط التدريب حيث يبدأ التدريب على الواجبات الصعبة في وقت مبكر من الوحدة التدريبية.

يتطلب التركيز او الانتباه الاختياري المقدرة على الاهتمام بما يجري حولك ، والى اي مدى يمكن ان تحافظ على هذا الاهتمام. الانتباه الاختياري يعكس قدرتك على اختيار ما ستهتم به وتجاهل المثيرات الاخرى . كما يعكس القدرة على تركيز ذهنك على شيء واحد دون الانتباه الى الاثشاء الاخرى ، واحيانا يعكس القدرة على التركيز على عدة مثيرات ذات العلاقة بما يدور حولك في ان واحد. وكلما زادت قدرتك على الاهتمام بما ترغب فيه كلما تتحسن استجابتك ويتحسن اداؤك. (عدس، 2005، صفحة 448)

4-3- الثقة بالنفس:



شكل رقم 3 يوضح الثقة بالنفس العالية والمنخفضة

حيث يتضح الشكل زيادة الداء بزيادة الثقة بالنفس حتى نقطة المثالية وبعدها تكون الثقة الزائدة التي ينخفض معها الأداء بحيث هذه الثقة تكون زائفة لأنها أكبر من القدرات ولذا تحذر من انحدار الأداء لمن لديهم الثقة الزائدة لأنهم لا يقدرّون إعداد أنفسهم ولا يبذلون الجهد اللازم لإتمام الأداء رغم أنهم يتقون في الفوز الذي لا يتحقق لن الثقة مبالغ فيها أي تعطي المنافس حق القدرة على الفوز حيث الثقة الزائدة تعتبر مشكلة أكثر من النقص الثقة حيث يبالغ الرياضي من تقدير ذاته و من تقدير المنافسين وتظهر الثقة بالنفس الزائفة أحيانا حينما يحاول الرياضي تغطية الشكوك الذاتي لديه ليبن ثقته الزائفة أمام الآخرين والمدرّب لعدم إظهار النقص والشكوك أمام المدرّب وأصحابه ليكسب مكانة كاذبة وهنا كما نرى في المثال في المنحنى على شكل يو مقلوب انه هناك مقدار ثابت للثقة بالنفس. (علاوي و رضوان، 1987، صفحة 25)

وكلما تتجاوز الثقة هذا المقدار ينخفض الأداء وكذلك نفس الأمر بالنسبة للنقص في الثقة أي الثقة المنخفضة حيث الرياضيون الذين لديهم الثقة المنخفضة في قدراتهم على الأداء يجعلهم تحت الضغوط ويكون الأداء منخفض لديهم كما هو موضح في الشكل رقم 1 هي عبارة عن قدرة يمكن تعلمها وإتقانها عن طريق التعلم والمران والتدريب، فاللاعب الرياضي لن يستطيع اكتساب و تعلم و إتقان المهارات الحركية كالتصويب أو التمرير أو الإرسال أو غير ذلك من المهارات الحركية إلا إذا تعلمها و تدرّب عليها لدرجة الإتقان، وينطبق ذلك أيضا على المهارات النفسية، فلن يستطيع اللاعب الرياضي إتقانها إلا إذا تعلمها و تدرّب عليها. (علاوي و رضوان، 1987، صفحة 25)

4-4- دافعية الانجاز الرياضي :

ان الدافعية الانجاز (أو الحاجة للانجاز) يقصد بها طبقاً لمفهوم " ميوراى " تحقيق شيء صعب والتحكم في الموضوعات المادية (الفيزيقية) او الكائنات البشرية او الافكار وتناولها او تنظيمها واداء ذلك باكبر قدر ممكن من السرعة والاستقلالية والتغلب على العقبات وتحقيق مستوى مرتفع والتفوق على الذات ومنافسة الاخرين والتفوق عليهم وزيادة تقدير وفاعلية الذات عن طريق الممارسة الناجحة للقدرة . وفي اطار التحديد السابق يمكن النظر الى الدافعية الانجاز على انها تمثل السعي والكفاح نحو مستوى معين من الامتياز والتفوق . كما ان هدف الانجاز يتحدد على انه اما التنافس مع معيار او مستوى معين للامتياز او التنافس مع اخرين او تنافس الفرد مع ادائه السابق ومحاولة

السعي والكفاح نحو انجاز متفرد والمثابرة على ذلك بالجهد طويل المدى نحو التمكن والسيطرة في اداء ما يتميز بالصعوبة. (علاوي م.، 1998، صفحة 105)

4-5- الاسترخاء:

كما يعرفه كلاوس و آخرون (1991) بأنه أسلوب إلى التعلم التدريجي للسيطرة على التوتر و الاسترخاء، لمجموعات عقلية معينة، ويتضمن التدريب الكامل في البداية يتم وفق تعليمات المعالج عن طريق الشد لوقت قصير لأجزاء متفرقة، وبعد ذلك إرخاؤها بشكل كامل قدر الإمكان". المبادئ العامة للاسترخاء في حين أن أساليب الاسترخاء تتنوع في الشكل إلا أن هناك عددا من النقاط المشتركة بينهم جميعا، ولذا يجب أن تؤخذ العوامل تالية الذكر في عين الاعتبار في أثناء التحضير لجلسة الاسترخاء.

- يجب أن يذهب الأشخاص إلى دورة المياه قبل بدء جلسة الاسترخاء.
- يجب أن يتم خلع الأحذية، كما يجب أن يتم ترخية جميع الملابس الضيقة خاصة عند الرقبة و الوسط. (كلاوس واخرون، 1991، صفحة 203)
- يجب ألا تعقد جلسة استرخاء بعد تناول الوجبات، و ذلك لأن هذا من شأنه أن يبطئ عملية الهضم و لن يقوم بعمله بشكل صحيح، ويجب ألا تعقد أيضا قبل وقت النوم مباشرة، حيث أن ذلك من شأنه أن يعطي الإحساس بالنوم و النعاس في أثناء جلسة الاسترخاء، وفي حالة إذا كان الشخص يريد أن يستخدم أحد أساليب الاسترخاء لمساعدته في التغلب على الأرق، يجب أن يختار أسلوبا مخصصا لهذا الغرض.

و من المهم أن تتم ممارسة أساليب الاسترخاء بشكل منتظم، نظرا لأن الاستخدام المنتظم لأساليب الاسترخاء سيساعد في معرفة المهارات التي تتضمنها هذه الأساليب بشكل جيد، و بمجرد أن يتم استيعاب مبادئ الاسترخاء، سيكون حينها في قدرة الفرد أن يستخدم هذه الأساليب بشكل أقل انتظاما، و قد تتراوح مدة الجلسة فيما بين عشرين دقيقة إلى ساعة و إن كانت مدة ثلاثين دقيقة هي المدة المثلى لذلك إن الهدف من الاسترخاء أن يظل الفرد واعيا ومدركا لما يحدث له لا أن يخلد الى النوم، و مما يوضح أن كلا من النوم والاسترخاء عبارة عن تجارب مختلفة، هو أن شكل موجات ألفا الدماغية التي توجد في الاسترخاء لا توجد عادة أثناء النوم، وقد قيل أن قضاء عشرين دقيقة من

الإسترخاء الحقيقي له القدرة على الإنعاش و تجديد النشاط، مما يقلل حاجة الفرد إلى النوم (كريستين، 2005، صفحة 43)

خلاصة

تناولنا في هذا الفصل المهارت النفسية المقسمة الى عدة ابعاد في المجال الرياضي من استرخاء وارجاع وتحمل نفسي والثقة بالنفس والقدرة على الادراك والتصور البصري، تشكل القدرات النفسية جزءاً أساسياً من النجاح الرياضي، حيث تساهم في تعزيز الأداء وتطوير مهارات التحكم الذاتي والتعامل مع الضغوط. من خلال التركيز على التدريب النفسي وتنمية المهارات النفسية، يمكن للرياضيين تحقيق أداء متميز والتغلب على التحديات التي تواجههم في مسيرتهم الرياضية. يظل التحضير النفسي عاملاً لا يمكن إغفاله لتحقيق النجاح والتميز في المجال الرياضي.

الفصل الثالث

تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10
سنوات)

تمهيد

تعتبر مرحلة الطفولة إحدى أهم مراحل حياة الإنسان، حيث تتشكل خلالها الأسس الأولى للنمو الجسدي والنفسي والاجتماعي. في هذه المرحلة، يكون الأطفال في حالة نمو وتطور مستمر، ويكتسبون المهارات والمعرفة التي تؤثر بشكل كبير على حياتهم المستقبلية. تتطلب هذه الفترة رعاية واهتماماً خاصين من الأهل والمربين لضمان تحقيق بيئة مناسبة لنمو صحي وسليم. دراسة الطفولة تساعدنا على فهم التحديات والفرص التي يواجهها الأطفال وتقديم الدعم اللازم لهم ليصبحوا أفراداً فاعلين في المجتمع.

1- مفهوم تلاميذ الطور الابتدائي (8 إلى 10 سنوات):

أشار جاك روسو أن الطفولة من منظور روسو ال تقبل التعامل مبنطق الواجب وحسب، بل ان تكون قادرة على تعقل الافعال والاشياء كما هو الحال مع الراشدين. ويرجع ذلك لسبب بسيط يكمن في أن الطفل ليس في حاجة إلى هذا التعقل اصلا. فهو لا يليق والاسلوب الذي يستطيع، وفضلا عن ذلك لا يمكن للطفل إشباع حاجاته وحده، يعتبر روسو أن المشاكل التي تصادف الطفل لا تستلزم بالضرورة حلول عقلية اذ لا يعرف الطفل الصغير أن عضوا من أعضائه أنه جزء منه بل يحتاج إلى تفكير، إذ يكفي مثال أن تهتز قدمه فوقه ويتحسس هذا الاهتزاز حتى يرتسم في ذهنه الاحساس بانتماء هذا العضو في جسمه وامتالكة له دون أي برهان عقلي. (روسو، تربية الطفل من المهد إلى الرشد، ترجمة نظمي لوقا، د.ت، صفحة 115)

يعرفها الباحث عبد الفتاح دويدار: " نجد الطفولة المتوسطة تبدأ من 6 إلى 9 سنوات، فيها ينتقل الطفل من البيت إلى المدرسة، فتتوسع دائرة بيئته الاجتماعية وتتنوع تبعاً لذلك علاقاته، وتتحدد ويكتسب الطفل معايير وقيم واتجاهات جديدة، والطفل في هذه المرحلة يكون مستعداً لأن يكون عتماداً على نفسه وأكثر تحملاً للمسؤولية وأكثر ضبطاً لانفعالاته وهي أنسب مرحلة للتنشئة أكثر اجتماعي وغرس القيم التربوية والتطبيع الاجتماعي (دويدار، 1996، صفحة 201)

-يقول الباحث توما جورج خوري أن: " هذه المرحلة تعرف بالاستقلالية النسبية عن الأم أو المربية بالنسبة للطفل، في أكثر من مجال وناحية بالإضافة إلى نشاط وحيوية ملحوظة تتمثل في اللعب، القفز والجري" (خوري، 2000، صفحة 05)

2- خصائص النمو لدى التلميذ في المرحلة الابتدائية: (من 8 سنوات 10 سنة

1-2- النمو الجسمي والفيزيولوجي: ويقصد به مجموعة من التغيرات الكمية من زيادة الحجم والوزن وطول الجسم والأطراف. مجموعة من التغيرات الكيفية المرتبطة بتطور الأداء الوظيفي للأجهزة الجسم مثل طول وسمك الألياف العصبية، تناقص معدل نبض القلب.

2-2- النمو الحركي:

ويقصد به نمو العضلات الكبيرة والصغيرة للطفل مثل: زيادة نمو التآزري بين العضلات الدقيقة. التآزر بين العين واليد وبين حاسة السمع والبصر. (علواني و بن سليمان، 2009، صفحة 06)

2-3- النمو الحسي:

ويقصد به: قدرة الإدراك الحسي للأطفال من خلال بعض العمليات الحسية على: القراءة والكتابة والتعرف على الأشياء من خلال ألوانها وأشكالها وأحجامها، رائحتها، ذوقها. قدرة التعرف على الحيوانات من حيث التذكير والتأنيث، ومعرفة الأشكال الهندسية والأعداد وتعلم العمليات الحسابية الأساسية. معرفة الحروف المجانية وتركيبها في كلمات وجمل. يتميز النمو الحسي للأطفال ابتداء من من السادسة، بالتوافق البصري والسمعي واللمسي والشمي والتذوق الذي يتجه نحو الاكتمال بالتدريب في نهاية المرحلة مع وجود بعض الصعوبات الحسية عند كثير من الأطفال (البصر، السمع). (الطمانى، 1998، صفحة 131)

2-4- نمو العقلي:

ويقصد به غير النمو العقلي به القدرة على التعليم أو التفكير أو التحميل لم الذكاء وحب الاستطلاع ولو المفاهيم تأثر النمو العقلي عليا والجايا بالنستوى الاجتماعي والقبالي والاقتصادي للأسرة ويرتبط إلى حد كبير بالنمو الاجتماعي والانفعالي لدى الأعمال. ارتباطه بالمحسوس والشموس والذي تتوفر فيه عناصر آثار أكثر. (عباب، 1997، صفحة 06)

3- أنواع مراحل الطفولة لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات):

1-2- مرحلة الطفولة المبكرة

المرحلة الطفولة المبكرة خصائص نمو تنفرد بها جسمية وحركية وعقلية وانفعالية واجتماعية ومعرفة هذه الخصائص تساعد في تفهم سلوك الأطفال وتصرفاتهم والأساليب التي يستخدمونها لمعالجة الأمور

أو للتفاعل مع الآخرين، وتساعدنا في التعرف على كيفية التعامل معهم وتوجيههم ومساعدتهم لينمو نموا سليما بإعتبار أن النمو عبارة عن سلسلة متتابعة من التغييرات تهدف إلى اكتمال النضج. وله مجموعة من المبادئ المختلفة التي يسير وفقا لها وهي : أنه عملية مستمرة متصلة الحلقات، إذ لا يتوقف نمو الفرد في أية مرحلة عمرية، ويؤدي اكتمال أية حلقة منها إلى نمو الحلقة التالية لها. أنه عملية تحدث للكائن الحي ككل، فلا تحدث في جانب دون الآخر أو لعضو دون عضو آخر فهو عملية متشابكة شديدة الارتباط. (عبد الحليم، د.ت، صفحة 01)

2-3- مرحلة الطفولة المتوسطة:

تمثل هذه المرحلة الصفوف الثلاثة الأولى من الدراسة يتراوح عمر الطفل فيها من (6-9) سنوات يعرفها دويدار : نجد الطفولة المتوسطة تبدأ من (6) سنوات فيها ينتقل الطفل من البيت الى المدرسة، فتتوسع دائرة بيئته الاجتماعية وتتنوع تبعا لذلك علاقاته وتتحدد، ويكتسب الطفل معايير وقيم واتجاهات جديدة، والطفل في هذه المرحلة يكون مستعدا لان يكون أكثر اعتمادا على نفسه وأكثر تحملا للمسؤولية وأكثر ضبطا لانفعالاته وهي أنسب مرحلة للتنشئة الاجتماعية وغرس القيم التربوية والتطبيع الاجتماعي . ويقول الباحث خوري : ان هذه المرحلة تعرف بالاستقلالية النسبية عن الام أو العريية بالنسبة للطفل، في أكثر من مجال وناحية بالإضافة الى نشاط وحيوية ملحوظة تتمثل في اللعب، القفز، والجري. (دويدار، 1996)

يطلق العديد من الاباء على هذه المرحلة اسم مرحلة الازعاج والمشكلات " حيث يكون الاطفال في هذه المرحلة غير راغبين في القيام بما يطلب منهم ويصبح تأثرهم بالآباء او غيرهم من اعضاء الأسرة، ولأن معظم الأطفال الأكبر سنا ولاسيما الذكور منهم غير مهتمين بملابسهم ولا يظهرون المسؤولية حول المحافظة عليها او على غيرها من الممتلكات الأخرى، فان الاباء يعتبرون هذه المرحلة فترة زمنية يتميز فيها الطفل بالانسحاق، حيث يكون الاطفال غير مهتمين بنظافة ملابسهم وأجسامهم، وتكون غرفهم الخاصة مبعثرة بحيث يصعب على أي أحد اخر مجرد الدخول اليها.

3-3- مرحلة الطفولة المتأخرة:

تقع هذه المرحلة بين عمر 9 و12 سنة، وينظر اليها الكثير من العلماء على أنها الفترة الثانية المكتملة لمرحلة الطفولة الوسطى وتأتي هذه المرحلة فيما قبل المراهقة وكأنها مقدمة لها. ويبدو طفل

هذه المرحلة مشغولا عن نفسه بالعالم الخارجي، فهو شغوف بالبحث والاكتشاف للتعرف على الأشياء، كما يشارك مع أقرانه في نشاطات اللعب والنشاطات العلمية.

4-العوامل المؤثرة في نمو الطفل التلميذ (10-8 سنوات)

ينمو الإنسان نتيجة للتفاعل بين عوامل الوراثة والبيئة ، فعامل الوراثة والذي يتمثل في الخصائص والقدرات والسمات الجسمية والعقلية المورثة إلى جانب الغدد والنواحي الفسيولوجية والعصبية ، وعامل البيئة بما يمثله من تعلم وخبرات وعلاقات اجتماعية وثقافية.

وهذه العوامل متداخلة بشكل كبير بحيث يصعب الفصل بينها: (العامري، د.ت، صفحة 02)

4-1-العوامل الوراثية

الوراثة:هي مجموع الخصائص والسمات التي تنتقل من الآباء والأجداد والأسلاف إلى الأبناء عن طريق الكروموزومات والجينات .. تبدأ حياة الإنسان بتكوين الخلية الملقحة (الزيجوت) التي تتكون من 23 زوجا من الكروموزومات نصفها يحمل الصفات الوراثية من الأب بينما النصف الآخر يحمل الصفات الموروثة من الأم ، أول صفة تحدد هي نوع جنس الجنين حيث تتشابه 22 زوجا من الكروموزومات عند الأبوين ، ويتحدد جنس الجنين من الزوج 23. فالأم تعطي النوع (x) بينما الأب النوعين (x) أو (y) فإذا كان نوع الكروموزوم (x) ينتج أنثى ، إما إذا كان من النوع (y) فينتج ذكرا

4-2-العوامل البيئية

يشير مصطلح "البيئة" إلى ما يحيط بالفرد من متغيرات طبيعية جغرافية مثل درجات الحرارة ، ونوع البيئة زراعية - صناعية - ساحلية ، والبيئة الاجتماعية من عادات وتقاليد ونظم ثقافية ودينية وتعليم ، وما يوفره المجتمع من إمكانات وتسهيلات ، كما يتضمن هذا المفهوم مصطلح " البيئة النفسية " والتي تشير إلى تأثر الفرد بمثيرات معينة دون غيرها. وتعرف البيئة بأنها:مجموع الاستنارات التي يتلقاها الفرد منذ لحظة إخصاب البويضة في رحم الأم وحتى وفاته (العامري، د.ت، صفحة 02)

4-3-والتعلم النضج : هو تغيرات نمائية يمكن ملاحظتها ..

النضج هو .. " التغير المفاجئ لمظاهر سلوكية تظهر عند أفراد النوع الواحد دون أثر للتدريب والمران " مثال : نضج الجهاز العصبي والتشريحي للطفل الذي يمكنه من المشي أو الكلام أو الكتابة والقراءة .. -أنواع النضج

أ- النضج العضوي أو الجسمي : درجة نمو أعضاء الجسم بما يمكنها من القيام بوظائف محددة ، مثل درجة نمو عضلات اليد والأصابع والجهاز العصبي الذي يمكن الطفل من الكتابة أو الرسم.

ب- النضج العقلي : درجة نمو الوظائف العقلية كالتفكير، الانتباه التي تمكن الفرد من التعلم وحل المشكلات..

ج- النضج الاجتماعي : وصول الفرد إلى درجة من النمو تمكنه من التفاعل الاجتماعي مع أفراد البيئة التي يعيش فيه..

د- النضج الانفعالي: وصول الفرد إلى درجة من النمو تمكنه من التحكم في مشاعره. (العامري، د.ت، صفحة 02)

4-3- عوامل ثانوية

1- المرض والحوادث: تؤثر بعض الأمراض التي تصاب بها الأم أثناء حملها على نمو الطفل . وقد دلت أبحاث L.W.Sontag على أن إصابة الأم بالمalaria ، قد يؤثر على الأذن الداخلية للجنين فيصاب الطفل بصمم كلي أو بصمم جزئي ، ويؤثر هذا الصمم بدوره على النمو اللغوي فيعطله أو يعوقه.

هذا ، وقد تؤثر بعض الأمراض البدنية على النمو الانفعالي والاجتماعي ، فالطفل المصاب بالهيموفيليا Hemophila إذا نزل دمها فإنه لا يتجمد بل يظل يسيل حتى تخور قواه ويشرف على الهلاك ، فهو لذلك يخشى دائماً على حياته فيعيش قلقاً مضطرباً . ويبعد دائماً عن رفقاءه حتى لا يصاب بأى جرح ما ، وهو يلعب معهم ، وبذلك تضيق دائرة تفاعله الاجتماعي ، ويتأخر نضجه.

4-5- الانفعالات الحادة:

يتأثر نمو الطفل بالانفعالات الحادة. ولقد دلت أبحاث ويدوسن E.M.widowson التي أجراها على الأطفال الذين يعيشون في ملاجئ اليتامى بألمانيا والذين تمتد أعمارهم من 4 إلى 14 سنة ، على أن الانفعالات القوية الحادة تؤخر سرعة نمو هؤلاء الأطفال تأخيراً واضحاً. (العامري، د.ت، صفحة 03)

2-4-6- الولادة المبكرة:

يولد بعض الأطفال ولادة مبكرة ، أي أنهم يولدون قبل أن تكتمل المدة الطبيعية للحمل . ولهذا تتأثر حياتهم وصحتهم وسرعة نموهم مدة حملهم . ولقد دلت أبحاث ستينر M.Steiner وبونرامت

W.Poneramce على أن نسبة الوفيات بين الأطفال الرضع تتناسب عكسياً ومدة الحمل . فكلما نقصت هذه المدة زادت نسبة الوفيات ، وكلما زادت هذه المدة نقصت نسبت الوفيات . هذا وتتاثر الحواس عامة بهذه الولادة المبكرة وخاصة حاسة البصر .

4-6-- الهواء النقي وأشعة الشمس :

تأثر النمو بدرجة نقاوة الهواء الذي يتنفسه الطفل فأطفال الريف ينمون أسرع من أطفال المدن المزدحمة بالسكان. ولأشعة الشمس أثرها الفعال في سرعة النمو وخاصة الأشعة فوق البنفسجية. (العامري، د.ت، صفحة 03)

5- حاجات أساسية للتلميذ (10-8 سنوات)

أولاً: الحاجات الأولية اللازمة للبقاء (المستوى الأول):

- الحاجات الفيزيولوجية: تشمل الحاجات الأساسية للبقاء مثل الدفاع، الطعام، الراحة، الحركة، وكل ما هو ضروري للحفاظ على الحياة.
- الحاجات الأمنية: تتمثل في الحاجة إلى تجنب المخاطر والخوف من الأشياء غير المألوفة، بالإضافة إلى الشعور بالأمان والانعزال عن التهديدات.
- الحاجات إلى الانتماء: تتعلق بالرغبة في الانتماء العاطفي، إقامة العلاقات العاطفية، وإيجاد مكانة بين الآخرين.

ثانياً: الحاجات الثانوية (المستوى الأعلى):

- الحاجة إلى الاعتبار: تتمثل في الحاجة إلى تقدير الذات والشعور بالحب والاحترام من الآخرين.
- الحاجة إلى تحقيق الذات: تتجسد في رغبة الفرد في أن يكون ما يريد هو نفسه، وليس ما يريده الآخرون له، مما يمكنه من تحقيق آماله وطموحاته بما يتناسب مع شخصيته.
- الحاجة إلى المعرفة والفهم: تتجلى في حب الاستطلاع، وحب المغامرة، والاستكشاف.
- الحاجات الجمالية: تحتل مكانة عالية في سلم الحاجات الأساسية للفرد، وتتمثل في تقدير الجمال والرغبة في تحقيق التجارب الجمالية. (د.ا، 2014، صفحة 02)

خلاصة

تعتبر مرحلة الطفولة حجر الأساس في حياة الإنسان، حيث تتشكل فيها المبادئ الأولى للنمو الشامل. من خلال فهم طبيعة الطفولة وتقديم الدعم اللازم، يمكننا تمكين الأطفال من الوصول إلى إمكانياتهم الكاملة وتحقيق حياة صحية وسعيدة. الاهتمام بالتربية الجيدة، التعليم المناسب، وتوفير بيئة آمنة ومحفزة يسهم في بناء جيل قادر على مواجهة تحديات المستقبل والمساهمة بفعالية في المجتمع.

الباب الثاني

الوراثة التطبيقية

الفصل الرابع

منهجية البحث وإجراءاتها الميدانية

تمهيد:

بعد أن قمنا بتغطية معظم النواحي النظرية للبحث، سنركز في هذا الفصل على تسليط الضوء على منهجية البحث المتبعة، وهو الأسلوب الذس نخطط لاتباعه للتحقق من صحة الفرضيات. سنقوم بذلك من خلال اختيار منهج يتناسب مع طبيعة الدراسة، واستخدام الأدوات المناسبة لجمع البيانات، بالإضافة إلى تحديد عينة البحث والطرق المستخدمة في اختيارها. سنحدد أيضًا المتغيرات المستقلة والمتغيرات التابعة في الدراسة، وسنوضح المحال الزمانية والمكانية المستخدمة. كل هذه الخطوات تهدف إلى الوصول إلى نتائج دقيقة تسهم في تسليط الضوء على المشكلة المدروسة وتقدم البحث العلمي بشكل عام.

1- الدراسة الاستطلاعية:

من خلال دراستنا قمنا بالتعرف على مكان اجراء دراستنا أي على مستوى بعض الابتدائيات ولاية مستغانم، اين تم التعرف على عينة الدراسة الا وهم أساتذة التربية البدنية والرياضية، وذلك بهدف حساب الخصائص السيكومترية أيضا لاداة الدراسة بحيث، من أجل حساب معامل الثبات، قمنا بتوزيع استمارات الاستبيان على عينة التجربة الاستطلاعية البالغ قوامها 10 أساتذة والتي تم استبعادها من عينة الدراسة الأساسية ثم تم توزيعه مرة أخرى بعد مرور خمسة عشر يوما ومن خلال هذا تم معرفة درجة ثبات الأداة.

2- منهج البحث:

المنهج هو وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف أيضا إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة. (إخلاص محمد، مصطفى باهي 2000، ص83). واعتمدنا على المنهج الوصفي في دراستنا لملاءمته طبيعة الموضوع.

3- مجتمع وعينة البحث:

3-1- مجتمع البحث: مجتمع البحث في العلوم الانسانية هو: "مجموعة العناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى، والتي يجري عليها البحث". (موريس أنجرس، 2004، ص22).

ان المجتمع يعتبر شمول كافة وحدات الظاهرة التي نحن بصدد دراستها، ومجتمع بحثنا هذا يتمثل في تلاميذ شهادة التعليم الابتدائي على مستوى ابتدائيات بلديات مستغانم.

3-2- عينه البحث:

العينة في معناها هي مجتمع الدراسة الذي يجمع منه البيانات الميدانية وهي جزء من الكل، وتعني بذلك عدد الأفراد المستخرج من المجتمع المراد دراسته والبالغ عددهم (35) أستاذا تربية بدنية والرياضية وتستخدم للدلالة على جزء من مفردات المجتمع التي تم اختيارها في الدراسة في أغلب الأحيان وتطبق نتائجها على المجتمع.

3-2-1- كيفية اختيار العينة:

وفي ضوء أهداف البحث وطبيعة الدراسة ولأجل اختبار فرضيات البحث استعملنا عينة من أساتذة التربية البدنية والرياضية في ابتدائيات تابعات لبلديات ولاية مستغانم الذين تم اختيارهم بطريقة عشوائية حرصا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية.

3-2-2- خصائص ومواصفات عينه البحث:

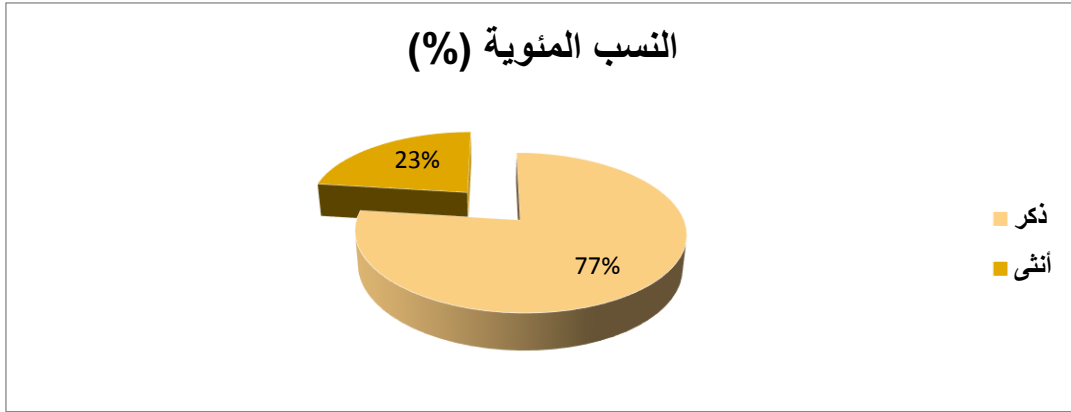
تحتوي عينه البحث على 35 أستاذ تربية بدنية ورياضية

عرض وتحليل توزيع أفراد العينه وفق البيانات الشخصية:

- الجنس:

جدول رقم 1: يبين توزيع الأساتذة وفق متغير الجنس

النسب المئوية (%)	التكرارات	
77,1	27	ذكر
22,9	08	أنثى
100	35	المجموع



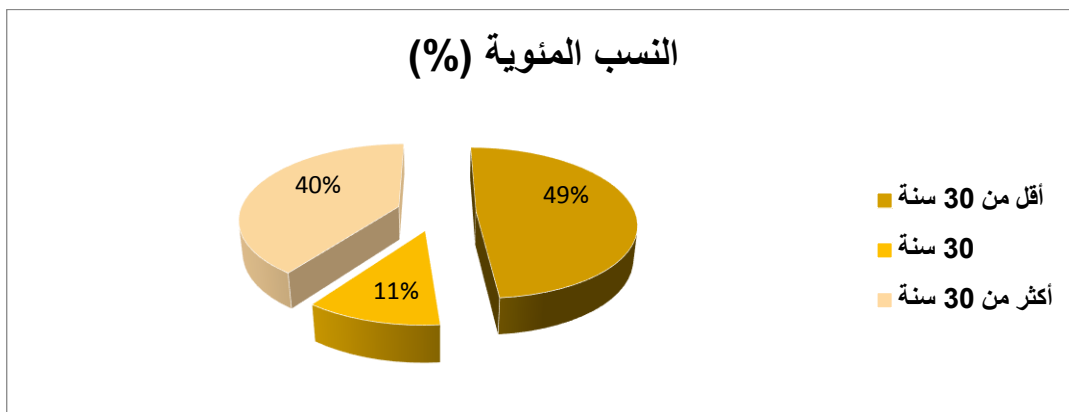
شكل رقم 4 يوضح النسب المئوية لتوزيع الأساتذة وفق متغير الجنس

من خلال الجدول رقم 01 يظهر لنا أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 77% من جنس الذكور، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 23% من جنس الإناث.

- السن:

جدول رقم 02 يبين توزيع الأساتذة وفق متغير السن

النسب المئوية (%)	التكرارات	
48,6	17	أقل من 30 سنة
11,4	04	30 سنة
40	14	أكبر من 30 سنة
100	35	المجموع



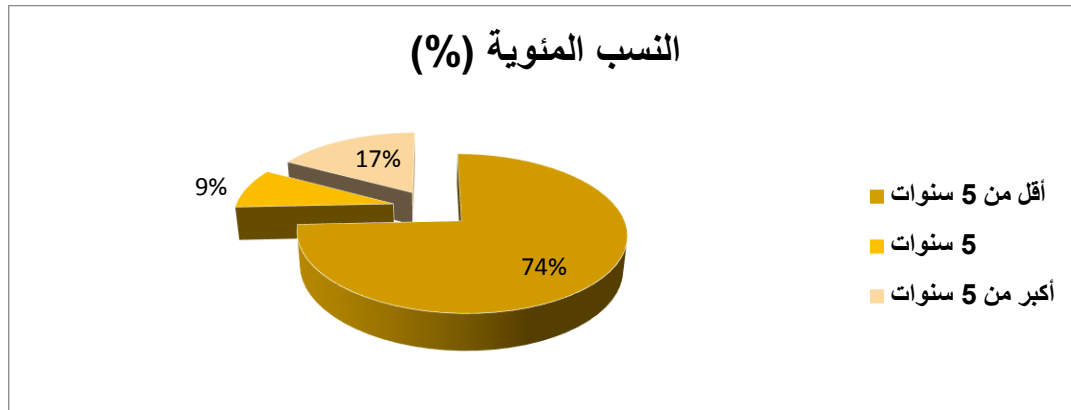
شكل رقم 5 يوضح النسب المئوية لتوزيع الأساتذة وفق متغير السن

من خلال الجدول رقم 02 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 49% تقل أعمارهم عن 30 سنة، تليها النسبة المتوسطة من الأساتذة والتي تمثل 40% تزيد أعمارهم عن 30 سنة، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 11% تساوي أعمارهم 30 سنة.

- الخبرة المهنية:

جدول رقم 03 يبين توزيع الأساتذة وفق متغير الخبرة المهنية

النسب المئوية (%)	التكرارات	
74,3	26	أقل من 5 اشهر
8,6	03	5 اشهر
17,1	06	أكبر من 5 اشهر
100	35	المجموع



شكل رقم 6 يوضح النسب المئوية لتوزيع الأساتذة وفق متغير الخبرة المهنية

من خلال الجدول رقم 03 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 74% تقل خبرتهم المهنية عن 05 سنوات، تليها النسبة المتوسطة من الأساتذة والتي تمثل 17% تفوق خبرتهم المهنية 05 اشهر، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 09% تساوي خبرتهم 05 اشهر.

4- مجالات البحث:

4-1- المجال الزمني للدراسة:

بدأت دراستنا من ديسمبر 2023 حيث قمنا بإنجاز الجانب النظري من مختلف المراجع بالاستناد على مصادر ذات الصلة بموضوع بحثنا وكذا الدراسات السابقة والمثابرة لدراستنا.

قمنا بالدراسة الإستطلاعية في يوم 28-02-2024 وكان الهدف منها هو التعرف على المجتمع الأصلي للدراسة وإختيار العينة، حيث تم التنقل إلى بعض ابتدائيات بمستغانم، من أجل توضيح الغرض من الدراسة الاستطلاعية والنتائج المتوقعة في الدراسة وتحديد قنوات الاتصال مع المدرسين.

أما الجانب التطبيقي فكان في الفترة الممتدة من 2024/03/20 إلى غاية 2024/05/15، تم خلالها توزيع واسترجاع الاستبيانات.

4-2- المجال المكاني:

تم التوجه إلى بعض ابتدائيات لولاية مستغانم،

4-3- المجال البشري:

أجريت الدراسة على عينة قدرت ب(35) أستاذ تربية بدنية ورياضية أختيروا بطريقة عشوائية من مجتمع الأصلي للدراسة.

5- أدوات البحث:

يتم تحديد أدوات الدراسة وفقا للموضوع المعالج، حيث "تعتبر الأدوات التي يستخدمها الباحث في جمع البيانات المرتبطة بموضوع البحث من أهم الخطوات وتعتبر المحور الأساسي والضروري في الدراسة" (بوداود، 2009، ص75). ومنه فقد استخدمنا أدوات ووسائل ومن أهم هذه الوسائل اننا قمنا ببناء استبيان مقسم الى قسمين:

- الحور الأول الدافعية للانجاز
- المحور الثاني الثقة بالنفس

5-3-1- إجراءات التطبيق الميداني للمقياس:

كما قمنا بتسليمه للأساتذة من أجل الاطلاع عليه جيدا والإجابة عليه بعد التأكد من عدم وجود صعوبة لديهم في استيعاب وفهم مضمون الأسئلة الموجهة لهم. ومما اتضح أيضا أن الإجابة على الأسئلة كانت تستغرق في العموم والمتوسط (من 2 إلى 5).

6- الخصائص السيكمومترية للاستبيان:

- الثبات:

يعبر الثبات عن قدرة الاستبيان على إعطاء نتائج متقاربة عند إعادة تطبيقه على نفس الأفراد في نفس الظروف بعد فترة زمنية معينة، ومن أهم أنواعه ثبات التطبيق وإعادة التطبيق، وهذا ما تم استخدامه في الدراسة الحالية، حيث تم توزيع الاستبيانات على عينة استطلاعية مستبعدة من العينة الأساسية وقدرها 10 أساتذة، ثم تم توزيعه مرة أخرى عليهم بعد مرور 10 أيام، ثم تم استخراج معامل الارتباط بين التطبيقين، لنجد درجة الثبات الأداة.

- الصدق الظاهري:

تم اختبار الصدق الظاهري عن طريق توزيع الاستبيان على مجموعة من الأساتذة المختصين والبالغ عددهم 05 أساتذة حيث قدموا عدة ملاحظات حول صياغة العبارات، وتم بالأخذ بجميع ملاحظات الأساتذة المحكمين وتعديلها تمكنا من أخذ الموافقة النهائية من أجل عملية طبع الاستبيان في صورته النهائية حيث اتبعنا خطوات بناء الاستبيان المنشود من حيث:

- مدى مناسبة المحاور المقترحة للاستبيان.
- مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة.
- مدى مناسبة العبارات لكل محور.
- مدى ارتباط العبارات وانتمائها للمحاور.
- حذف أو تعديل العبارات التي لا تسهم في إثراء الاستبيان.
- الصدق الذاتي:

لاستخراج الصدق الذاتي تم حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات، والجدول التالي يوضح نتائج الخصائص السيكومترية المطبقة على العينة الاستطلاعية:

جدول رقم (4) يحدد الخصائص السيكومترية للاستبيان

الصدق الذاتي	الثبات	محاور الاستبيان
0.86	0.75	المحور الأول
0.90	0.81	المحور الثاني
0.88	0.79	الاستبيان ككل

يظهر لنا من الجدول أعلاه نتائج معاملات الثبات والصدق الذاتي، حيث نجد أن معاملات الثبات تراوحت بين 0.75 الى 0.81، ومعاملات الصدق تراوحت بين 0.86 الى 0.90، وجميعها اعلى من القيمة الأدنى للاتساق الداخلي 0.60، ومنه الاستبيان يتمتع بصدق وثبات عاليين.

7-الاساليب الإحصائية:

تمثلت الاساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة في:

أ. اختبار كا تربيع:

يعبر عنه بالمعادلة التالية:

$$كا^2 = \text{مجموع} [(\text{التكرارات المشاهدة} - \text{التكرارات المتوقعة})^2 / \text{التكرارات المتوقعة}]$$

ب. معامل الارتباط البسيط لبيرسون:

يستخدم لإيجاد قوة العلاقة بين متغيرين (س، ص) ويرمز له ب (r) ويحتسب وفق القانون

التالي:

$$R = \frac{(x-\bar{x})(y-\bar{y})}{\sqrt{\sum(x-\bar{x})^2 - \sum(y-\bar{y})^2}}$$

R : معامل الارتباط البسيط لبيرسون. \bar{X} : المتوسط الحسابي للمجموعة 01. X : قيم المجموعة

01.

y: قيم المجموعة 02. \bar{y} : المتوسط الحسابي للمجموعة 02.

خلاصة:

نستخلص من هذا الفصل ان الإجراءات المنهجية لابد ان تحدد في كل من الدراسة الاستطلاعية والاساسية اذ تساعد الدراسة الاستطلاعية في التعرف على المجال البشري والمكاني وبناء أداة القياس وحساب خصائصها السيكومترية وكذا تحديد الأساليب الإحصائية لتحليل نتائج البحث.

الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد

إن عملية عرض النتائج وتحليلها له أهمية بالغة في الدراسة الميدانية، حيث يتم التعرف على مدى تحقيق الفرضيات أو عدم تحقيقها، وسنحاول في هذا الفصل من خلال عرض النتائج ومناقشتها على ضوء الفرضيات، وما أتيج لنا من تراث نظري ودراسات سابقة، التوصل إلى إثبات الفرضيات أو نفيها.

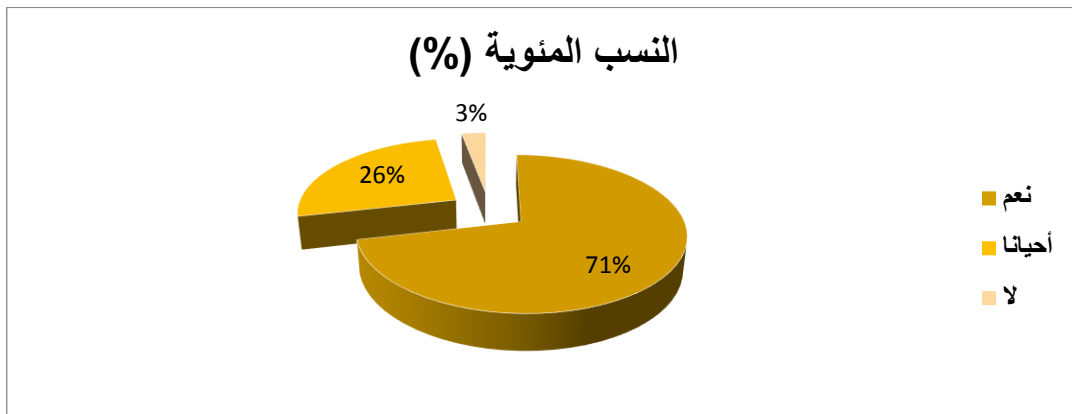
1- عرض وتحليل النتائج

عرض وتحليل استجابات أفراد العينة حول عبارات المحور الأول: دافعية الإنجاز

- العبارة الأولى: " قبل الحصة يستعد التلميذ لبذل أقصى جهد بحماس "

جدول رقم 5 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الأولى من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	6,50	25,60	71,4	25	نعم
					25,7	09	أحيانا
					2,9	01	لا
					100	35	المجموع



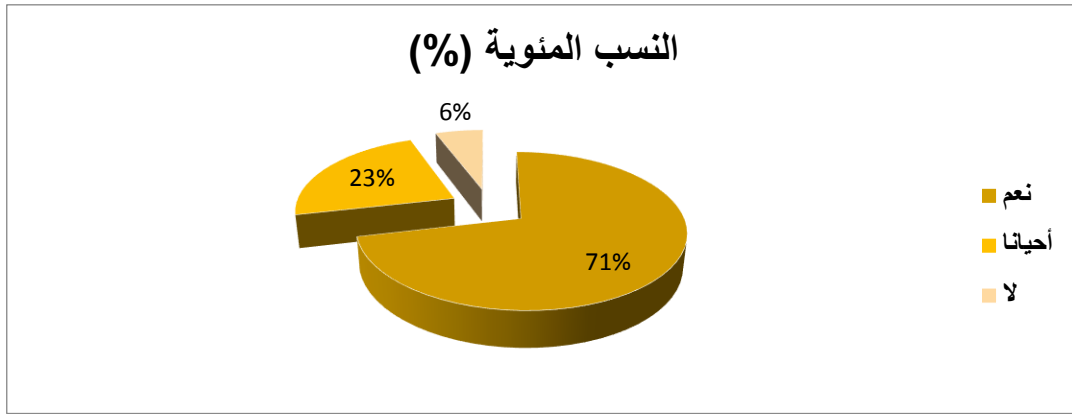
شكل رقم 7 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 01 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 5 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 71% يرون أن التلاميذ يستعدون للحصة ببذل أقصى جهد بحماس، بينما نسبة 26% يرون أنهم يستعدون هكذا أحيانا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 03% يرون أنهم لا يستعدون للحصة ببذل أقصى، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 25,60 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6,50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يرون أن التلاميذ يستعدون للحصة ببذل أقصى جهد بحماس.

- العبارة الثانية: " يبادر التلميذ في المشاركة في النشاطات الرياضية دائما"

جدول رقم 6 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثانية من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	6,50	24,40	71,4	25	نعم
					22,9	08	أحيانا
					5,7	02	لا
					100	35	المجموع

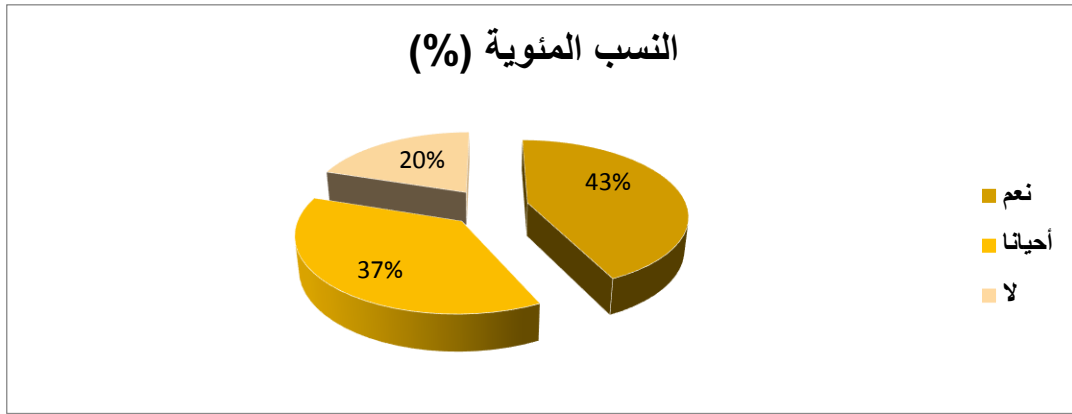


شكل رقم 8 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 02 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 6 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 71% يرون أن التلميذ يبادر في المشاركة في النشاطات الرياضية دائما، بينما نسبة 23% يرون أنه يبادر أحيانا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 6% يرون أنه لا يبادر، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 24,40 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6,50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يرون أن التلميذ يبادر في المشاركة في النشاطات الرياضية دائما.

- العبارة الثالثة: " يستطيع التلميذ الحفاظ على أدائه وحماسه أثناء اللعب طيلة الحصة"
جدول رقم 7 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثالثة من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
غير دال	02	0.05	6,50	2,97	42,9	15	نعم
					37,1	13	أحيانا
					20	7	لا
					100	35	المجموع



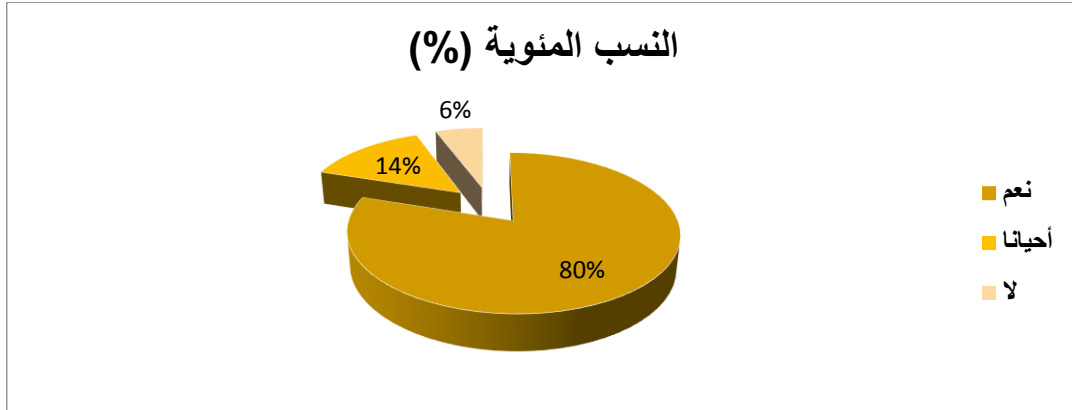
شكل رقم 9 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 03 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 7 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 42.9% يرون أن التلميذ يستطيع الحفاظ على حماسه وأدائه أثناء اللعب طيلة الحصة، تليها نسبة 37.1% من الاساتذة يرون أن ذلك أحيانا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 20% لا يرون ذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 2.97 وهي أصغر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة غير دالة إحصائيا ما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة.

- العبارة الرابعة: " تشعر بأن التلميذ يبذل أقصى جهد خلال ممارسة الألعاب شبه الرياضية"

جدول رقم 8 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الرابعة من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	6,50	34,68	80	28	نعم
					14,3	05	أحيانا
					5,7	02	لا
					100	35	المجموع



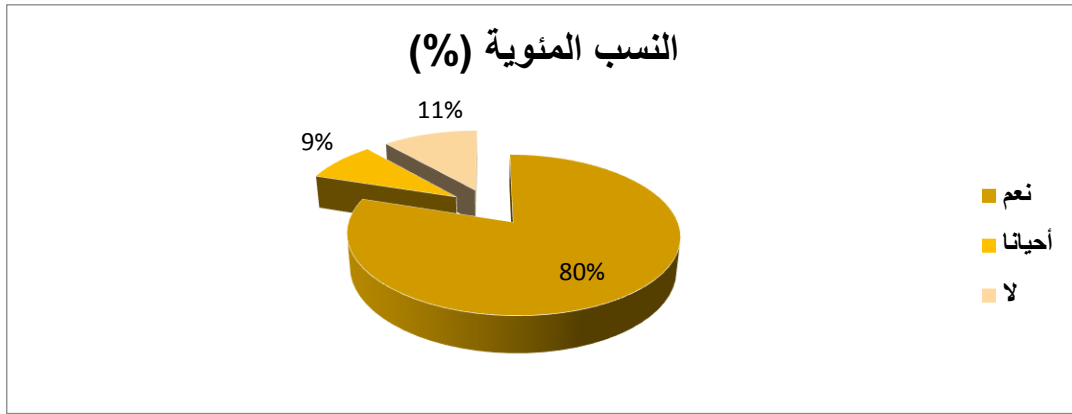
شكل رقم 10 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 04 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 8 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 80% يرون أن التلميذ يبذل أقصى جهد خلال ممارسة الألعاب شبه الرياضية، تليها نسبة 14% من الاساتذة يرون أن ذلك يكون أحيانا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 6% لا يرون ذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 34.68 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن التلميذ يبذل أقصى جهد خلال ممارسة الألعاب شبه الرياضية.

- العبارة الخامسة: " يشارك التلميذ بفعالية كبيرة في مختلف أنواع اللعب "

جدول رقم 9 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الخامسة من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	6,50	34,34	80	28	نعم
					8,6	03	أحيانا
					11,4	04	لا
					100	35	المجموع

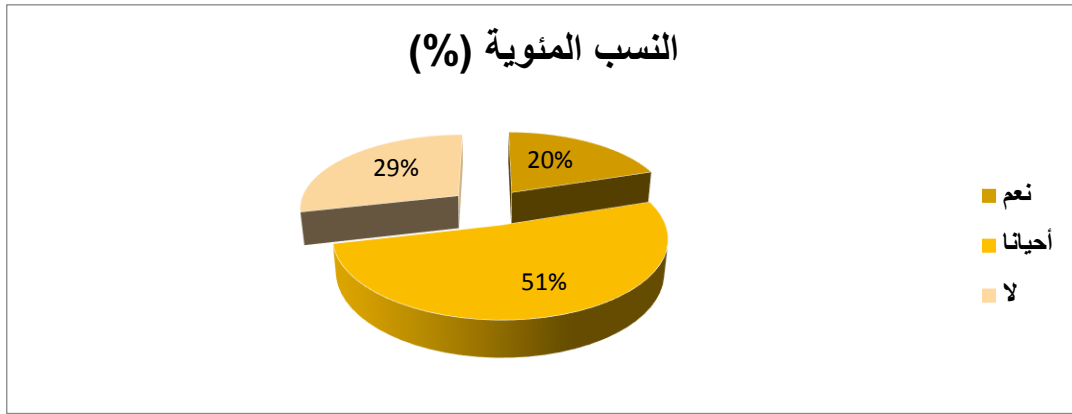


شكل رقم 11 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 05 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 9 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 80% يرون أن التلميذ يبذل أقصى جهد خلال ممارسة الألعاب شبه الرياضية، تليها نسبة 14% من الاساتذة يرون أن ذلك يكون أحيانا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 6% لا يرون ذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 34.68 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن التلميذ يبذل أقصى جهد خلال ممارسة الألعاب شبه الرياضية.

- العبارة السادسة: " يستطيع التلميذ التركيز أثناء ممارسة النشاط الرياضي بدرجة عالية"
 جدول رقم 10 يبين التحليل الإحصائي للعبارة السادسة من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
غير دال	02	0.05	6,50	5,54	20	07	نعم
					51,4	18	أحيانا
					28,6	10	لا
					100	35	المجموع



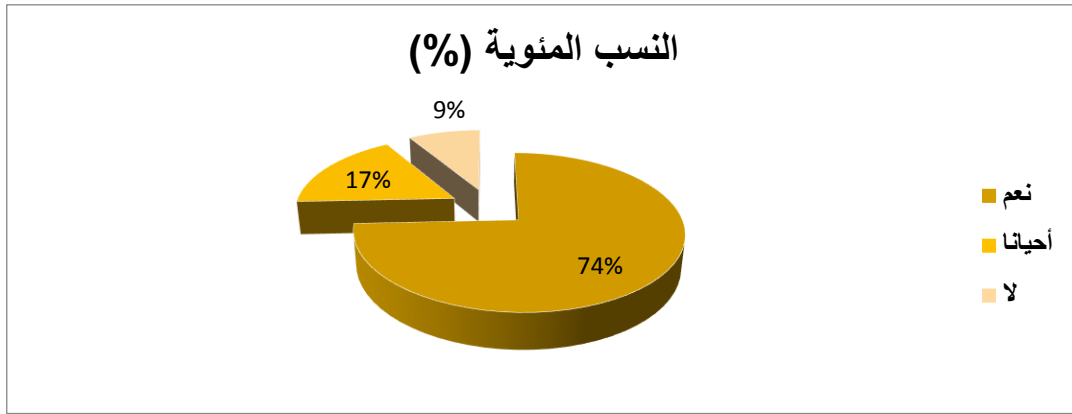
شكل رقم 12 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 06 من المحور الأول

من خلال الجدول رقم 10 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 51,4% يرون أن التلميذ يستطيع التركيز أثناء ممارسة النشاط الرياضي أحيانا، تليها نسبة 28,6% من الاساتذة يرون أنه لا يستطيع التركيز، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 20% يرون أنه يستطيع التركيز بدرجة عالية، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 5.54 وهي أصغر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة غير دالة إحصائيا ما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة.

- العبارة السابعة: " يتجاوب ويتفاعل التلميذ جيدا مع مختلف الألعاب شبه الرياضية"

جدول رقم 11 يبين التحليل الإحصائي للعبارة السابعة من المحور الأول

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	6,50	26,80	74,3	26	نعم
					17,1	06	أحيانا
					8,6	03	لا
					100	35	المجموع



شكل رقم 13 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 07 من المحور الأول

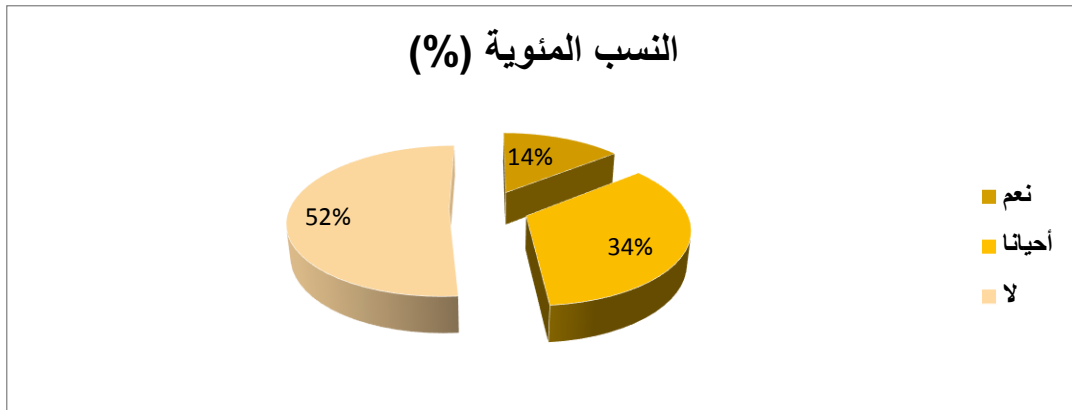
من خلال الجدول رقم 11 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 74,3% يرون أن التلميذ يتجاوب ويتفاعل جيدا مع مختلف الألعاب شبه الرياضية، تليها نسبة 17,1% من الاساتذة يرون أن ذلك يكون أحيانا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 8.6% لا يرون ذلك، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 26.80 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاساتذة الذين يرون أن التلميذ يتجاوب ويتفاعل جيدا مع مختلف الألعاب شبه الرياضية.

عرض وتحليل استجابات أفراد العينة حول عبارات المحور الثاني: تحسين الألعاب شبه الرياضية لقدرة الثقة في النفس

- العبارة الأولى: " تنخفض ثقة التلميذ بنفسه بسهولة أثناء ممارسة النشاط شبه الرياضي "

جدول رقم 12 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الأولى من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	6,50	7,25	14,3	05	نعم
					34,3	12	أحياناً
					51,4	18	لا
					100	35	المجموع



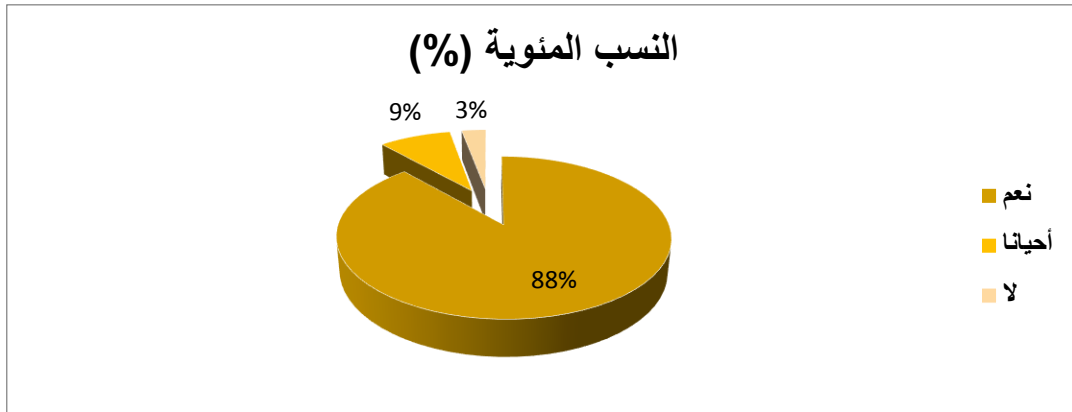
شكل رقم 14 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 01 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 12 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 51.4% يرون أنه لا تنخفض ثقة التلميذ بنفسه بسهولة أثناء ممارسة النشاط شبه الرياضي، تليها نسبة 34.3% من الاساتذة يرون أن ذلك يكون أحياناً، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 14.3% لا يرون ذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 7.25 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائياً ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن ثقة التلميذ بنفسه لا تنخفض بسهولة أثناء ممارسة النشاط شبه الرياضي.

- العبارة الثانية: " تساهم الالعاب شبه الرياضية في رفع الثقة في النفس لدى التلميذ"

جدول رقم 13 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثانية من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	6,50	48,22	88,6	31	نعم
					8,6	03	أحيانا
					2,9	01	لا
					100	35	المجموع



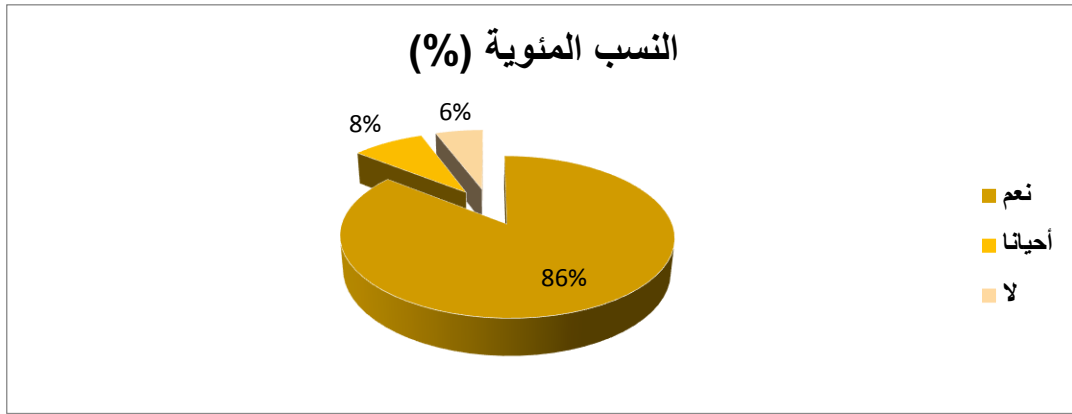
شكل رقم 15 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 02 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 13 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 88.6% يرون أن الألعاب شبه الرياضية تساهم في رفع الثقة في النفس لدى التلاميذ، تليها نسبة 8.6% من الاساتذة يرون أن ذلك يكون أحيانا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 2.9% لا يرون ذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 48.22 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن الألعاب شبه الرياضية تساهم في رفع الثقة لدى التلميذ.

- العبارة الثالثة: " يساهم اللعب الجماعي في تنمية ثقة التلميذ بنفسه من خلال احتكاكه مع زملائه"

جدول رقم 14 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الثالثة من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	6,50	43,25	85,7	30	نعم
					8,6	03	أحيانا
					5,7	01	لا
					100	35	المجموع

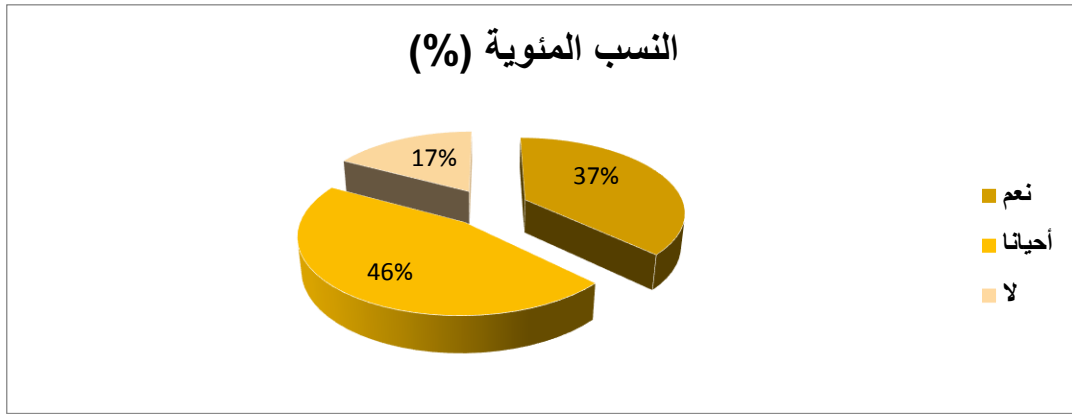


شكل رقم 16 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 03 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 14 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 85.7% يرون أن اللعب الجماعي يساهم في تنمية ثقة التلميذ بنفسه من خلال احتكاكه مع زملائه، تليها نسبة 8.6% من الاساتذة يرون أن ذلك يكون أحيانا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 5.7% لا يرون ذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 43.25 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائيا ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن اللعب الجماعي يساهم في تنمية ثقة التلميذ بنفسه من خلال احتكاكه مع زملائه.

- العبارة الرابعة: " يشعر التلميذ بضعف في قدراته ويشعر بالإحباط بسرعة خلال اللعب"
 جدول رقم 15 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الرابعة من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
غير دال	02	0.05	6,50	4,51	37,1	13	نعم
					45,7	16	أحيانا
					17,1	6	لا
					100	35	المجموع

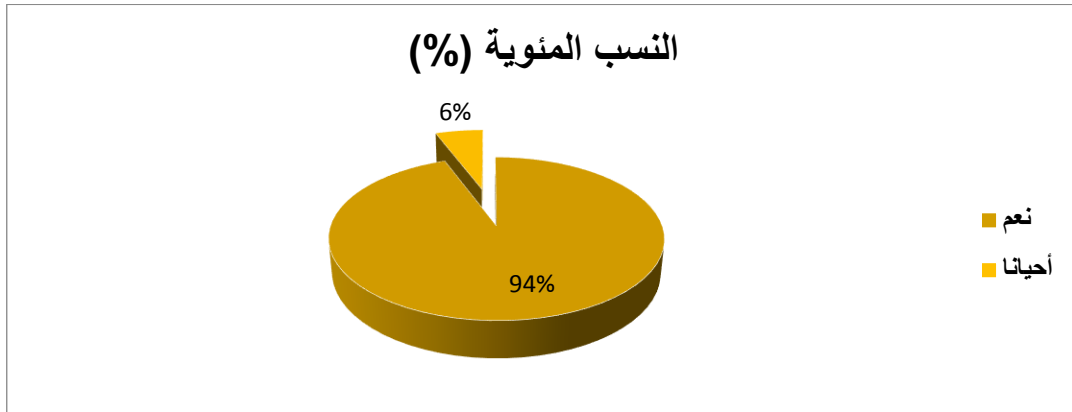


شكل رقم 17 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 04 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 15 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 45.7% يرون أن التلميذ شعر أحيانا بضعف في قدراته ويشعر بالإحباط بسرعة خلال اللعب، تليها نسبة 37.1% من الاساتذة يرون أنه يشعر بضعف في قدراته ويشعر بالإحباط بسرعة خلال اللعب، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 17.1% يرون أنه لا يشعر بذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 4.51 وهي أصغر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة غير دالة إحصائيا ما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة.

- العبارة الخامسة: " تتفق مع فكرة أن اللعب يطور من ثقة التلميذ بقدراته البدنية والرياضية"
جدول رقم 16 يبين التحليل الإحصائي للعبارة الخامسة من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
دال	02	0.05	6,50	27,45	94,3	33	نعم
					5,7	02	أحياناً
					100	35	المجموع



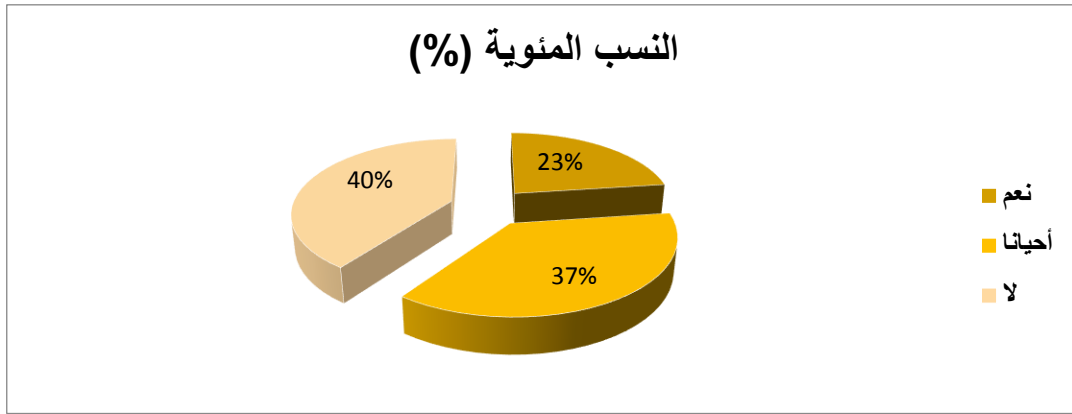
شكل رقم 18 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 05 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 16 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 94.3% يتفقون مع فكرة أن اللعب يطور من ثقة التلميذ بقدراته البدنية والرياضية، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 5.7% يرون أن ذلك أحياناً، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 27.25 وهي أكبر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة دالة إحصائياً ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يتفقون مع فكرة أن اللعب يطور من ثقة التلميذ بقدراته البدنية والرياضية.

- العبارة السادسة: " يتردد التلميذ في اللعب مع زملائه خوفاً من انطباعهم عليه"

جدول رقم 17 يبين التحليل الإحصائي للعبارة السادسة من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
غير دال	02	0.05	6,50	1,77	22,9	08	نعم
					37,1	13	أحياناً
					40	14	لا
					100	35	المجموع



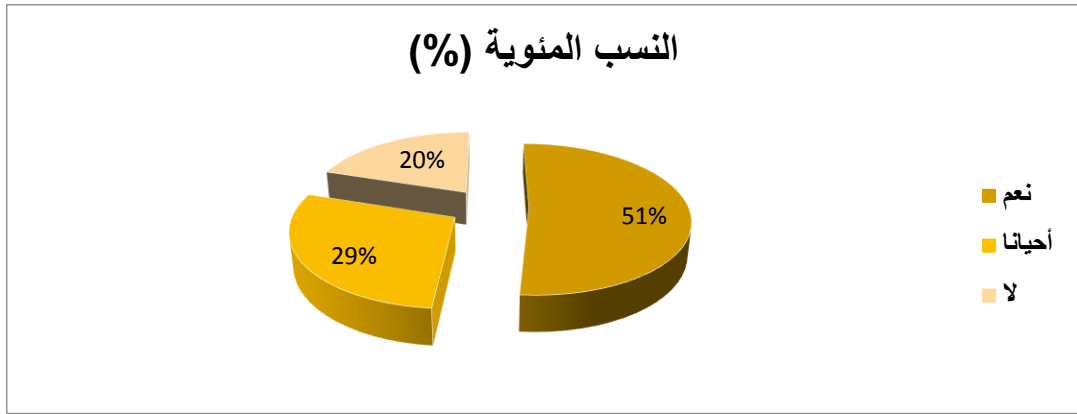
شكل رقم 19 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 06 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 17 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 40% يرون أن التلميذ لا يتردد في اللعب مع زملائه خوفاً من انطباعهم عليه، تليها نسبة 37.1% من الاساتذة يرون أن ذلك يحدث أحياناً، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 22.9% يرون أنه يتردد خوفاً من الانطباع، كما بلغت قيمة كا² المحسوبة 1.77 وهي أصغر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة غير دالة إحصائياً ما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة.

- العبارة السابعة: " لا يخشى التلميذ الفضل اثناء اللعب مع زملائه"

جدول رقم 18 يبين التحليل الإحصائي للعبارة السابعة من المحور الثاني

دلالة اختبار كا ²	درجة الحرية	نسبة الخطأ	قيمة كا ²		النسب المئوية (%)	التكرارات	
			الجدولية	المحسوبة			
غير دال	02	0.05	6,50	5,54	51,4	18	نعم
					28,6	10	أحيانا
					20	7	لا
					100	35	المجموع



شكل رقم 20 يوضح النسب المئوية لإجابات للعبارة رقم 07 من المحور الثاني

من خلال الجدول رقم 18 نلاحظ أن النسبة الأكبر من الأساتذة والتي تمثل 51.4% يرون أن التلميذ لا لا يخشى اللعب الفضل اثناء اللعب مع زملائه، تليها نسبة 28.6% من الاساتذة يرون أن ذلك يحدث أحيانا، في حين أن النسبة الأقل والذين يمثلون 20% يرون أن التلميذ يخشى ذلك، كما بلغت قيمة كا² المحتسبة 5.54 وهي أصغر من قيمة اختبار كا² الجدولية والبالغة 6.50 عند درجة حرية 02 ونسبة خطأ 0.05 وهذه القيمة غير دالة إحصائيا ما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة.

2- مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات

2-1- مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى:

- للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين دافعية الإنجاز لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات)

من خلال نتائج الجداول للمحور الأول مثل جدول رقم (5) و (07) و (09) توضح بان للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين دافعية الإنجاز لدى تلاميذ الطور الابتدائي، اتفقت نتائج دراستنا مع دراسة (عبد القادر برقوق، 2017) والذي توصل من خلال تحليل نتائج الاستبيان المقدم لأساتذة التربية البدنية والرياضية الى أن إلى أن الألعاب الشبه الرياضية تساهم في تحقيق دافع انجاز لدى تلاميذ وكذا أن الألعاب الشبه رياضية تساهم في تحقيق دافع تجنب الفشل لدى تلاميذ كما توصل الطالب إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية الانجاز الرياضي المدرسي تعزى لمتغير الجنس. في حين إقترح الباحث ضرورة الدعم و المساندة و التركيز على الألعاب الشبه الرياضية والعمل على تطويرها ، من أجل الرفع من مستوى الأنشطة البدنية و الرياضية في كل أبعادها بشكل إيجابي و تجنب الأساليب غير فعالة حتى لا تعود بالسلب على مردود التلاميذ في الأداء.

2-2- مناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية

- للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين قدرة الثقة في النفس لدى تلاميذ الطور الابتدائي (8 الى 10 سنوات).

من خلال نتائج الجداول للمحور الأول مثل جدول رقم (14) و (18) و (20) توضح بان للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين الثقة بالنفس لدى تلاميذ الطور الابتدائي، اختلفت نتائج دراستنا مع دراسة (منصوري، 2018) بحديث اسفرت نتائجها ومن خلال نتائج البحث التي توصل إليها في دراسة الميدانية والتي اكد على نفي الفرضية أي عدم وجود فروق دالة إحصائية في القدرة على بالنفس بين التلاميذ الممارسين والتلاميذ غير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ، أي ان التلاميذ يتساوون في بعد القدرة على الثقة بالنفس حيث كذلك جل الدراسات أثبتت عكس ذلك خاصة نظرية:"باندورا"التي اكدت على ان مفهوم كفاءة الذات يعبر عن جانب هام من مفهوم الثقة بالنفس.

3- الاستنتاجات

* عرض وتحليل استجابات أفراد العينة حول عبارات المحور الأول: دافعية الإنجاز

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يرون أن التلميذ يستعدون للحصة ببذل أقصى جهد بحماس.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الذين يرون أن التلميذ يبادر في المشاركة في النشاطات الرياضية دائما.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن التلميذ يبذل أقصى جهد خلال ممارسة الألعاب شبه الرياضية.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن التلميذ يبذل أقصى جهد خلال ممارسة الألعاب شبه الرياضية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن التلميذ يتجاوب ويتفاعل جيدا مع مختلف الألعاب شبه الرياضية.

* عرض وتحليل استجابات أفراد العينة حول عبارات المحور الأول: دافعية الإنجاز

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن ثقة التلميذ بنفسه لا تتخفف بسهولة أثناء ممارسة النشاط شبه الرياضي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن الألعاب شبه الرياضية تساهم في رفع الثقة لدى التلميذ.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يرون أن اللعب الجماعي يساهم في تنمية ثقة التلميذ بنفسه من خلال احتكاكه مع زملائه.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة لصالح الاستاذة الذين يتفوقون مع فكرة أن اللعب يطور من ثقة التلميذ بقدراته البدنية والرياضية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات الأساتذة.

4-التوصيات والاقتراحات

ناءً على نتائج الدراسة، يمكن تقديم التوصيات التالية لتحسين القدرات النفسية للتلاميذ من خلال الألعاب شبه الرياضية:

- دمج الألعاب شبه الرياضية في المناهج الدراسية: يجب على المدارس دمج هذه الألعاب في الأنشطة اليومية والبرامج الدراسية لتعزيز التفاعل الإيجابي بين التلاميذ وتحفيزهم.
- توفير بيئة داعمة: يجب توفير بيئة مشجعة وداعمة حيث يتم تقدير جهود التلاميذ ومكافأتهم على إنجازاتهم، مما يعزز ثقتهم بأنفسهم.
- تدريب المعلمين: على المعلمين الحصول على تدريب في كيفية استخدام الألعاب شبه الرياضية كأداة تعليمية لتحفيز الطلاب وتعزيز قدراتهم النفسية.
- تقييم مستمر: إجراء تقييمات مستمرة لقياس تأثير هذه الألعاب على دافعية الإنجاز والثقة بالنفس لدى التلاميذ، وتعديل البرامج وفقاً للنتائج.

5-الخلاصة العامة

تناولت هذه الدراسة دور الألعاب الشبه رياضية ومدى مساهمتها في تحسين بعض القدرات النفسية مثل الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، بحيث تم تطبيق استبيان على عينة من أساتذة التربية البدنية والرياضية في مختلف ابتدائيات ولاية مستغانم، حيث كشفت النتائج عن التأثير الفعّال لهذه الألعاب في تعزيز القدرات النفسية لدى التلاميذ. إذ تؤكد الدراسة على أهمية الألعاب الشبه رياضية كأداة فعالة لتحسين دافعية الإنجاز والثقة بالنفس.

وفقد توصلت النتائج الى ما يلي:

- للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين دافعية الإنجاز لدى تلاميذ الطور الابتدائي،
- للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين الثقة بالنفس لدى تلاميذ الطور الابتدائي

تُظهر النتائج أن الألعاب الشبه رياضية تسهم بشكل كبير في تعزيز دافعية الإنجاز لدى تلاميذ الطور الابتدائي، مما يجعلهم أكثر استعداداً لمواجهة التحديات والسعي نحو تحقيق أهدافهم. بالإضافة إلى ذلك، تُساهم هذه الألعاب في تحسين الثقة بالنفس لدى التلاميذ، مما يمنحهم شعوراً أكبر بالكفاءة والقدرة على النجاح في مختلف الأنشطة الأكاديمية والرياضية.

فمن خلال دمج الألعاب الشبه رياضية في البيئة التعليمية، يمكن تحقيق فوائد نفسية واجتماعية متعددة. فهي تعزز من التواصل الاجتماعي بين التلاميذ، وتشجع على العمل الجماعي، وتساعد في تطوير مهارات حل المشكلات. تعكس هذه النتائج أهمية تعزيز البرامج التربوية التي تتضمن الأنشطة الشبه رياضية، لضمان نمو نفسي واجتماعي متكامل للتلاميذ.

وفي الختام، تبرز هذه الدراسة الدور الحيوي للألعاب الشبه رياضية في تطوير شخصية التلاميذ بشكل متكامل. وبالتالي، توصي الدراسة بضرورة تعزيز استخدام هذه الألعاب في المناهج الدراسية كوسيلة فعالة لتحسين دافعية الإنجاز والثقة بالنفس لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مما يساهم في إعدادهم بشكل أفضل لمواجهة تحديات المستقبل.

قائمة العراجع

قائمة المراجع باللغة العربية

1 قائمة المراجع

- (2) ابراهيم حمادي. (2000). طرق تدريس الألعاب الكرات. ط.1. دار الفكر العربي.
- (3) اسامة كامل راتب. (1997). علم نفس الرياضة المفاهيم – التطبيقات. ط2. القاهرة: دار الفكر العربي.
- (4) التصور العقلي ودوره في تحسين لمهارات الاساسية لدى لاعبي كرة اليد. مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر. (2016). جامعة مسيلة.
- (5) إلين وديع فرج. (2002). خبرة في الألعاب للصغار والكبار. ط.2. الاسكندرية: دار المعارف.
- (6) تيرس عوديشو انويا. (2002). دليل الرياضي للاعداد النفسي. ط1. عمان: دار وائل للنشر.
- (7) جان جاك روسو. (د.ت). تربية الطفل من المهد إلى الرشد، ترجمة نظمي لوقا، . القاهرة: الشركة العربية للطباعة والنشر.
- (8) جان جاك روسو. (د.ت). تربية الطفل من المهد الى الرشد. تر: نظمي لوقا. القاهرة: الشركة العربية للطباعة والنشر.
- (9) جورج خوري. (2000). 2سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق. ط1 . بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسات.
- (10) حسام الدين بلعيد. (2021). دور النشاط البدني والرياضي في تحسين القدرات النفسية لدى المراهقين. مذكرة تخرج ماستر في تخصص تدريب نخبوي. جامعة محمد خيضر بسكرة.
- (11) حسن، معوض. (1970). طرق التدريس في التربية الرياضية. القاهرة: مكتبة القاهرة الحديثة.

- (12) د.ا. (2014). محاضرات خصائص مرحلة الطفولة. جامعة بابل.
- (13) د.ج زهران. (1995). علم النفس النمو من الطفولة الى المراهقة. القاهرة: عامل الكتب.
- (14) رفيقة يخلف. (2014). النمو المعرفي في مرحلة الطفولة المبكرة. مجلة الاتفاق العلمية. (9).
- (15) سوزان، ميلر. (1987). سيكولوجية اللعب، تر: حسن عيسى. الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- (16) سوزانا ميلر. (1987). سيكولوجية اللعب. تر: حسن عيسى. الكويت: عالم المعرفة.
- (17) سيد، مكوض. (1970). طرق التدريس في ت.ب.ر. القاهرة: مكتبة القاهرة الحديثة.
- (18) شيماء مطر التميمي. (2021). علم النفس الرياضي محاضرات لطلبة المرحلة الرابعة للعام الدراسي مدرسة المادة. جامعة المستنصرية.
- (19) عادل، الخطاب. (1973). الألعاب الريفية الشعبية. ط.1. مكتبة الانجلو المصرية.
- (20) عبد الجواد، حسن. (1997). علم التدريب. دار المعارف.
- (21) عبد الرحمان عدس. (2005). المدخل الى علم النفس. ط.6. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- (22) عبد الرزاق الطماني. (1998). طرق التدريس العامة، بجامعة عمر مختار. بنغازي: البيضاء.
- (23) عبد الفتاح دويدار. (1996). سيكولوجية النمو والارتقاء. ط.1. الزابطة: دار المعرفة الجامعية .
- (24) عبد الفتاح، لطفى. (1949). الاجهزة المخبرية واستخداماتها في التربية البدنية. مطبعة أحمد لجمر.

- (25) عبد المجيد ابراهيم. (2002). علم الاجتماع التربوي الرياضي. القاهرة.
- (26) عبد الهلا، رمضان. (2007). برنامج مقترح لألعاب الصغيرة في تنمية بعض الصفات البدنية. مذكرة ليسانس .جامعة وهران.
- (27) عبد الودود الزبيدي. (2019). المتغيرات النفسية في المجال الرياضي. الاسكندرية: شركة الاكاديميون للنشر والتوزيع.
- (28) عكي علواني، و محمد بن سليمان. (2009). خصائص الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة من 5 12 سنة الموجة التربوية بمدرسة الحق العلمية، أولاد يعيش البلدية الجزائر، . دماول.
- (29) عماد اسماعيل. (1986). الأطفال ميراث المجتمع. الكويت: سلسلة ثقافية دار العلم.
- (30) فيصل عباب. (1997). النمو النفسي والانفعالي للطفل. بيروت: دار الفكر العربية.
- (31) كلاوس واخرون. (1991). مستقبل العلاج النفسي، ترجمة : سمير جميل رضوان. سوريا.
- (32) محمد ، حسان. (1986). طفل ما قبل المدرسة الابتدائية. مكة المكرمة: دراسات وبحوث مكتبة الطالب الجامعي.
- (33) محمد حسن علاوي. (1998). مدخل في علم النفس الرياضي. ط1 . القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- (34) محمد حسن علاوي، و نصر الدين رضوان. (1987). الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي . القاهرة: دار الفكر العربي.
- (35) محمد حسين علاوي. (1986). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
- (36) محمد عبد اللطيف خليفة. (2000). الدافعية للانجاز تلك . القاهرة: دار غريب.

- (37) نجلاء فتحي أحمد عبد الحليم. (د.ت). خصائص النمو في مرحلة الطفولة المبكرة. مدرس الفئات الخاصة - كلية الدراسات العليا للتربية.
- (38) هدى، ناشف. (1993). أهمية الألعاب الرياضية.
- (39) هيرون كريستين. (2005). العلاج بالاسترخاء الدليل العلمي. ط1. مصر: دار الفاروق.
- (40) ياسر العامري. (د.ت). المحاضرة الثانية العوامل المؤثرة في النمو. المنتصرية: جامعة بغداد العراق.

الملاحق



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -
معهد التربية البدنية والرياضية



استمارة جمع المعلومات خاصة ببحث علمي

تحية طيبة وبعد:

"مساهمة بعض الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ التعليم
الابتدائي (8-10 سنوات "

نرجوا منكم الإجابة على هذا الاستبيان من خلال وضع علامة (X) على الإجابة الأقرب إليكم، مع
قراءة البنود جيدا وعدم نسيان أحد منها، نشكركم على المشاركة

المعلومات البيولوجرافية

1- الجنس:

- أنثى
 - ذكر

2- السن:

- أقل من 30 سنة
 - 30 سنة
 - أكثر من 30 سنة

3- أقدمية التدريس:

- أقل من 5 سنوات
 - 5 سنوات
 - أكثر من 5 سنوات

النموذج الأول/ النسخة الاولى

محور الأول: دافعية الانجاز			
أحيانا	لا	نعم	البنود
			1 قبل الحصة يستعد التلميذ لبذل اقصى جهد بحماس.
			2 يبادر التلميذ في المشاركة في النشاطات الرياضية دائما.
			3 يستطيع التلميذ الحفاظ على أدائه وحماسه اثناء اللعب طيلة الحصة.
			4 تشعر بان التلميذ يبذل اقصى جهد خلال ممارسة الألعاب الشبه رياضة.
			5 يشارك التلميذ بفعالية كبيرة في مختلف أنواع اللعب.
			6 يستطيع التلميذ التركيز اثناء ممارسة النشاط الرياضي بدرجة عالية
			7 يتجاوب ويتفاعل التلميذ جيدا مع مختلف الألعاب الشبه الرياضية
المحور الثاني: تحسين الألعاب الشبه الرياضية لقدرة الثقة في النفس			
أحيانا	لا	نعم	البنود
			1 تتخضع ثقة التلميذ بنفسه بسهولة اثناء ممارسة النشاط الشبه الرياضي

			2	تساهم الألعاب الشبه الرياضية في رفع الثقة في النفس لدى التلميذ
			3	يساهم اللعب الجماعي في تنمية ثقة التلميذ بنفسه من خلال احتكاكه مع زملائه.
			4	يشعر التلميذ بضعف في قدراته ويشعر بالإحباط بسرعة خلال اللعب.
			5	تتفق مع فكرة ان اللعب يطور من ثقة التلميذ بقدراته البدنية والرياضية
			6	يتردد التلميذ في اللعب مع زملائه خوفا من انطباعهم عليه
			7	لا يخشى التلميذ الفضل اثناء اللعب مع زملائه

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم

معهد التربية والرياضية

تخصص تربية وعلم الحركة

ورقة تحكيم الاستبيان

مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في تخصص تربية بدنية

تحت عنوان

مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ التعليم الابتدائي (8-10

سنوات *

(دراسة استطلاعية، أساتذة التربية البدنية والرياضية ثانويات ولاية مستغانم)

تحت إشراف: د. مناد فضيل

من إعداد الطالبة: بو عبد الله بلال، بالميسوم أحمد

الرقم	الأستاذ	التخصص	الدرجة العلمية
01	محمد بن ذهيرة	ت ب ر	دكتوراه
02	شعراة الفخالة	ت ب ر	دكتوراه
03	سأسة سداوي	ت ب ر	دكتوراه
04			
05			
06			
07			
08			