

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -
معهد التربية البدنية و الرياضية
قسم التربية البدنية و الرياضية
تخصص علم الحركة و حركية الإنسان

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في نظريات و مناهج
التربية البدنية و الرياضية

العنوان :

تأثير حصة التربية البدنية " الأسلوب التدريبي " على تعلم بعض المهارات الأساسية في
رياضة الجمباز الأرضي (06 - 09) سنوات

بحث تجريبي أجري على تلاميذ الطور الابتدائي بمدرسة
مكيوي مأمون لولاية معسكر

الأستاذ المشرف:

* د. ادريس خوجة محمد

من إعداد الطالبين:

❖ آل سيد الشيخ كريم

رضا

❖ بوهلال يوسف

لجنة المناقشة :

الرئيس:...../.....

العضو :-

...../.....

السنة الجامعية : 2014/2013

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر و عرفان



وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ
عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ
[وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ
ويقول رسول الله : { من لم يشكر الناس لم يشكر الله }
اللهم أعنا على شكرك على الوجه الذي ترضى به عنا.
ونتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ الفاضل :

ادريس خوجة محمد رضا

على حسن إشرافه وتشجيعه المتواصل لنا

ونتقدم بالشكر إلى كافة أساتذة قسم التربية البدنية و الرياضية

وأخيرا نتقدم بأسمى عبارات الشكر والعرفان

إلى كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد

في انجاز هذا العمل من الأساتذة والزملاء في الدراسة .

وشكرا لعمال مكتبة المعهد التي ساهمة على انجاز هذه المذكرة .

يوسف كريم

الفهرس

التعريف بالبحث

- 02..... مقدمة -
- 04..... 2- إشكالية الدراسة
- 05..... 3-فرضيات البحث
- 05..... 4- أهداف البحث
- 06..... 5- أهمية البحث و الماهية إليه
- 06..... 6- المصطلحات البحث
- 07..... 8- الدراسات المشاهدة
- 13..... 9- خلاصة

الجانب النظري

- 16..... مقدمة الباب الأول

الفصل الأول : التدريس و الأسلوب التدريبي

- 16..... تمهيد
- 17..... 1- أهمية أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية
- 17..... 2- طبيعة أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية

- 3- أهداف أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية 17
- 4- مراحل و عمليات التدريس في التربية البدنية و الرياضية 18
- 4-1- مرحلة التخطيط..... 18
- 4-2- مرحلة التنفيذ..... 19
- 4-3- مرحلة التقويم 21
- 5- أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية..... 23
- 5-1- الأسلوب الأمري..... 23
- 5-2- الأسلوب التبادلي..... 24
- 5-3- الأسلوب المراجعة الذاتية 25
- 5-4- الأسلوب التضمين (الإحتواء) 26
- 5-5- الأسلوب التدريبي 26
- 5-5-1- تطبيق الأسلوب التدريبي..... 28
- 5-5-2- مميزات الأسلوب التدريبي..... 31
- 5-5-3- عيوب الأسلوب التدريبي 32
- 6- خلاصة 33

الفصل الثاني : الجمباز التربوي و الحركات الأرضية

- 1- تمهيد 35
- 2- ماهية الجمباز 35
- 2- فوائد الجمباز 36
- 2-1- التنمية البدنية 36

- 37.....2-2-التنمية العقلية.....
- 37.....3-2-التنمية الصحية.....
- 37.....4-2-التنمية الإجتماعية.....
- 37.....5-2-تنمية الإحساس بالجمال.....
- 38.....3-القيم التربوية للجمباز.....
- 38.....4-أنواع الجمباز.....
- 39.....1-4-جمباز الألعاب.....
- 39.....2-4-جمباز الموانع.....
- 40.....3-4-جمباز الأجهزة.....
- 41.....5-الأجهزة المساعدة في تعليم الجمباز الفني.....
- 42.....1-5-أجهزة مساعدة لمجموعة المرجحات.....
- 42.....2-5-أجهزة مساعدة لمجموعة التلويجات.....
- 42.....3-5-أجهزة مساعدة لمجموعة الدورات.....
- 42.....4-5-أجهزة مساعدة لمجموعة الدفع:.....
- 42.....5-5-أجهزة مساعدة للقوة والثبات:.....
- 43.....6-الحركات الأرضية.....
- 43.....1-6-الأهمية التربوية للحركات الأرضية.....
- 43.....2-6-طبيعة الأداء للحركات الأرضية.....
- 45.....3-6-منطقة الحركات الأرضية.....
- 45.....4-6-مواصفات جهاز الحركات الأرضية.....
- 46.....5-6-أهمية الحركات الأرضية.....

- 47.....6-6- بعض الحركات الأساسية الأرضية في الجمباز.
- 47.....1-6-6- مهارة الدحرجة الأمامية .
- 48.....2-6-6- مهارة الدحرجة الخلفية .
- 50.....3-6-6- مهارة الوقوف على الرأس.
- 51.....6-6-5- مهارة الوقوف على الكتفين (الشمعة)
- 52.....7- إجراءات الأمن والسلامة في الجمباز.
- 53..... خلاصة

الفصل الثالث :

خصائص المرحلة العمرية (06 - 09)

- 55.....1- تمهيد
- 56.....1- المرحلة العمرية المدروسة .
- 56.....2- مرحلة الطفولة متوسطة .
- 56.....3- مميزات المرحلة العمرية (06 - 09) سنوات
- 56.....3-1- المميزات المورفولوجية
- 57.....3-2- المميزات الفيزيولوجية
- 58.....4- خصائص المرحلة العمرية (06-09) سنوات :
- 58.....4-1- الخصائص اللغوية و النفسية
- 58.....4-1-1- الخصائص اللغوية
- 58.....4-1-2- الخصائص النفسية
- 59.....4-2- الخصائص الإجتماعية

60..... 4-3- الخصائص العقلية و المعرفية

60..... الخلاصة

71..... خاتمة الباب الأول

الجانب التطبيقي

الفصل الأول: الدراسة الإستطلاعية

73..... مقدمة الباب الثاني

74..... تمهيد

74..... 1- الدراسة الإستطلاعية

74..... 1-1- مرحلة إعداد و تحكيم الإستمارة الإختبارات المبرجة

75..... 1-2- مرحلة زيارة بعض المدارس الإبتدائية

75..... 2- الغرض من الدراسة الإستطلاعية

76..... 3- مجالات الدراسة الإستطلاعية

76..... 4- أدوات الدراسة الإستطلاعية

77..... 4-1- الإستمارة الإختبارات

77..... 4-2- طريقة تقييم الإستمارة الإختبار

78..... 5- إجراءات الدراسة

78..... خاتمة الفصل

الفصل الثاني : المنهجية البحث و إجراءاته الميدانية

79..... تمهيد

79..... 1- منهج البحث

79..... 2-2- عينة البحث

80.....	3- مجالات البحث
80.....	3-1/ المجال المكاني
80.....	3-2/ المجال البشري
80.....	3-3/ المجال الزمني
81.....	4- متغيرات البحث
82.....	5- أدوات البحث
82.....	5-1- مصادر و المراجع
82.....	5-2- الزيارات الميدانية
83.....	5-3- العتاد الرياضي
83.....	5-4- الإختبارات المبرجة في الدراسة
83.....	5-4-1- إختبارين في الحركات الأرضية الدحرجات
84.....	5-4-2- إختبارين في حركات الثبات
85.....	5-4-3- طريقة تقييم إستمارة الإختبار
85.....	5-4-4- الإختبار القبلي
86.....	5-4-5- الأسس العلمية للإختبار
89.....	5-4-6- البرنامج التعليمي
96.....	5-4-7- الإختبار البعدي
96.....	6- الوسائل الإحصائية المستخدمة في الدراسة
98.....	7- صعوبات البحث
99.....	خلاصة

الفصل الثاني:

عرض وتحليل النتائج

100.....	تمهيد
101.....	1- عرض وتحليل نتائج الإختبارات الدراسة.....
134.....	2- الإستنتاجات.....
135.....	3- مناقشة فرضيات الدراسة.....
139.....	4- الخلاصة العامة.....
141.....	- توصيات و الإقتراحات.....
	- مصادر و المراجع
	- الملاحق
	- ملخص باللغة الأجنبية .
	- ملخص باللغة الإنجليزية .
	- ملخص البحث بالعربية .

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان البحث	التسلسل
86	يوضح الأسس العلمية للاختبار (صدق و ثبات الإختبارات)	01
89	يوضح البرنامج التعليمي المطبق على العينة التجريبية	02
95	يوضح الحجم الزمني والنسب المئوية للوحدة التعليمية	03
101	يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية	04
103	يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة	05
105	يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية	06
107	يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية	07
109	يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية	08
111	يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة	09
113	يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية	10
115	يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية	11
117	يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية	12
119	يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة	13
121	يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية	14
123	يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية	15
125	يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية	16
127	يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة	17
129	يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية	18
131	يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية	19

قائمة الأشكال البيانية

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح الخطوات الرئيسية للتدريس	23
02	يوضح منطقة مخصصة الحركات الأرضية الجمبازية	49
03	يوضح خطوات الدحرجة الأمامية المتكورة	51
04	يوضح عملية التكور و التدحرج	52
05	يوضح الخطوات الدحرجة الأمامية على مستوى مائل	52
06	يوضح الخطوات الدحرجات الخلفية المتكورة	53
07	يوضح الخطوات الدحرجة الخلفية على مستوى مائل	54
08	يوضح الدحرجة الخلفية على البساط	54
09	يوضح الخطوات الوقوف على الرأس	54
10	يوضح الخطوات الوقوف على الكتفين	55
11	يوضح الخطوات الوقوف على اليدين	57
12	يوضح الدحرجة المستقيمة على البساط لتعلم إستقامة الجسم	58
13	يوضح السقوط لفوق بساط هش لتقوية الجسم و لمعرفة كيفية شد الجسم	58
14	يوضح الوقوف على اليدين بجانب الحائط	58
15	يوضح أخذ وضع الوقوف على اليدين و العودة للوقوف	59
16	يوضح الخطوات العجلة البشرية	59
17	يوضح العجلة البشرية على مستوى مائل	60
18	يوضح العجلة البشرية بمساعدة المدرب	60
19	يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية	102
20	يوضح قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة	104
21	يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية	106
22	يوضح قم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و لبعدي لعينة البحث الضابطة	108
23	يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية	110
24	يوضح قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة	112
25	يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية	114

116	يوضح قم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و لبعدي لعينة البحث الضابطة	26
118	يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية	27
120	يوضح قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة	28
122	يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية	29
124	يوضح قم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و لبعدي لعينة البحث الضابطة	30
126	يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية	31
128	يوضح قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة	32
130	يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية	33
132	يوضح قم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و لبعدي لعينة البحث الضابطة	34

التعريف بالبحث

- المقدمة
- الإشكالية
- الفرضيات
- الأهداف
- أهمية البحث
- مصطلحات البحث
- الدراسات المشابهة
- خاتمة

تمهيد :

يعتبر التدريس موقفا يتميز بالتفاعل بين طرفين لكل منهما أدوار يمارسها من أجل تحقيق أهداف معينة و تعد أساليب التدريس احدى الركائز الأساسية لعملية التدريس الفعال في التربية البدنية و الرياضية حيث أن التدريس الفعال لا يعتبر مجرد وظيفة يقوم بها كل من سولت له نفسه لاختيارها بل هو عملية تصميم مشروع متعدد الجوانب له حدود ومركزات معلومة ترتبط مباشرة مع خصوصيات تلك الفئة التي تقوم بتدريسها ولهذا فان فهم هذه الخصوصيات والعوامل المؤثرة في عملية التدريس تعتبر من بين القواعد الأساسية التي يجب على العاملين في ميدان التدريس معرفتها وتفهم مختلف الفقرات التي تتخذ من أجلها القرارات لبناء أساليب التدريس ونظرا لأهمية هذا الموضوع وما له من علاقة وتطوير عملية التدريس والرجوع إليه والتفصيل فيه يعد ضرورة من ضروريات البحث حيث نعطي للمطالع عموما ومدرس التربية البدنية والرياضية خصوصا القاعدة في بناء أساليب التدريس والمعرفة في اختيارها والتدرج في تطبيقها .

1- أهمية أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية :

تنبثق أهمية اتقان المهارات المتعلقة بأساليب تدريس التربية الرياضية منطلقات متعددة هذه ابرزها (عايش،

2008، صفحة 184)

- تطور التربية وتعقد عملياتها
- تطور الاحداث والدراسات ذات الصلة بالتربية الرياضية
- التطور في دور المعلم و المتعلم
- تعدد مصادر المعرفة وتنوع طرق نقل المعلومات

2- طبيعة أسلوب التدريس في التربية البدنية و الرياضية :

سبق القول أن أسلوب التدريس يرتبط بصورة أساسية بالصفات والخصائص والسمات الشخصية للمعلم وهو ما يشير إلى عدم وجود قواعد محددة لأساليب التدريس و ينبغي على المعلم اتباعها أثناء قيامه بعملية التدريس وبالتالي فإن طبيعة أسلوب التدريس تضل مرهونة بالمعلم الفرد و شخصيته و ذاتيته فالتعبيرات اللغوية والحركات الجسمية و تعبيرات الوجه ، الانفعالات ، نغمة الصوت ، مخارج الحروف الإشارات و الإيماءات و التعبير عن قيم و غيرها تتمثل في جوهرها الصفات الشخصية الفردية التي يتميز بها المعلم عن غيره من المعلمين ، ووفقا لها يتميز أسلوب التدريس الذي يستخدمه و

تحديد طبيعة أنماطه (جامل، 2003، صفحة 162)

3- أهداف أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية : (عايش، 2008، صفحة 184)

- التعرف على أساليب التدريس العامة و الخاصة .
- تعرف على طرق نقل المعارف الى التلميذ
- الاستخدام الأنسب للوسائل التعليمية وصولا إلى الوفاء برغبات و حاجات التلاميذ
- الاختيار الأنسب لطرائق و أساليب التدريس
- تمكين المعلم من فهم خصائص المتعلم و مراحل نموه
- مساعدة المعلم على السلوك التعليمي للمتعلم أصناء حدوثه

4- مراحل و عمليات التدريس التربوية البدنية و الرياضية :

تعد عملية التدريس ركنا أساسيا من أركان العملية التربوية يتم من خلالها إحداث التغيرات المرغوبة في سلوك الأفراد و اكتساب معارف والخبرات والقيم والعادات وأنماط السلوك الأخرى ولا يتوقف دور عملية التدريس على تزويد الأفراد بالمعرفة و المعلومات فحسب بل يتعدى ذلك الى تطور القدرات و المهارات العقلية الحركية و تنمية الجوانب الوجدانية لدى المتعلمين يرى كل من (دنكان و بيدل 1974) " أن عملية التدريس نشاط يتضمن مراحل الأتية :

- مرحلة تخطيطية التنظيمية و فيها يتم فيها تحديد الأهداف المهمة و الخاصة و الوسائل و الإجراءات.
- مرحلة تدخل وتتضمن الإستراتيجيات التعليمية و التدريسية : الدور كل من الطالب و المتعلم و الاساليب التقنية
- مرحلة تحديد وسائل و ادوات القياس النتائج و تغيير البيئات
- مرحلة التقويم و ما يترتب عليها من تغذية الراجعة تزود المعلم بمدى تحقيق اهداف و مدى ملاحظة الاجراءات و الاساليب و الانشطة و مدى ملائمة الاسئلة الي تضمنتها ادوات المتعلم و ما يترتب عن ذلك من تعديل او تغيير الخطط من اجل الدروس اللاحقة (جابر، 2009، الصفحات 85-86)

ويتكون التدريس من مراحل أساسية و يتميز كل منها بدور و نوع معين من عمليات و هي كالتالي : تخطيط و

تنفيذ و تقويم

4-1- مرحلة التخطيط :

وهي مرحلة التمهيدية للتدريس التي يتم فيها الإعداد والتخطيط والإختيار الدقيق للموارد و الإجراءات التعليمية يقول حسين سكوف " ينبغي للمربي أن لا يدخل قاعة درسه و يواجه تلاميذه قبل أن يعد لهم العدة الكاملة التي يهيئهم بواسطتها إلى تقبل معلومات التي يود تزويدهم بها في كل درس " و هذه المرحلة التي تسبق التدريس و فيها المدرس الأهداف و مستوى المادة الدراسية و يدرس خصائص الفئة التي يدرسها بصفة عامة و يخطط للتدريس من كافة النواحي

(أحمد، 2006، صفحة 34)

و تتطلب هذه العملية إتخاذ قرارات بشأن حاجات المجتمع و مطالب نمو التلاميذ و أكثر الأهداف مناسبة من حيث النوع و المستوى و الدفاعية المطلوبة لبلوغ الأهداف العامة و الخاصة و هناك بعض العمليات الأساسية التي يجب أن يقوم بها المعلم لكي تقوم العملية التخطيط على نحو السليم و هي :

- تشخيص حاجات التلاميذ وهي عملية مستمرة و متجددة إذ أن تلك الحاجات دائمة التغير لكثرة ما يحيط التلاميذ من قوى المؤثرة في ظهور الحاجة و تغيرها .
- وضع الأهداف العامة و الخاصة بما يعني وعيا كاملا ، بمصادر اشتقاق تلك الأهداف و الشروط التي يجب أن تتوفر من حيث النوع و الكم و المستوى .
- تحديد الأنشطة التعليمية المصاحبة و المناسبة للتلاميذ والتي يمكن ان تتكامل مع طريقة و المادة و الوسيلة بلوغا للأهداف التي تحدد للمواقف التعليمية .

تقول عنايات محمد أحمد فرج : أن التخطيط المدرس يعد عملا كبيرا هاما و عليه إيجاد الوقت و الإمكانيات لحل مختلف مشاكل التعليمية و التربوية في فصوله (فرج، 1988، صفحة 81)

وهناك بعض التعليمات الأساسية التي يجب أن يقوم بها المدرس أو المعلم لكي تقوم العملية التخطيط على النحو السليم و هي : (محمد، 1995، صفحة 170)

2-4- مرحلة التنفيذ :

تعتبر هذه المرحلة عما يريد المدرس القيام به ؟ و بشكل أصح : كيف أدرس ؟ بأي وسيلة أدرس : يقوم المدرس بتنفيذ القرارات التي يتخذها خلال المرحلة السابقة و هي مرحلة تخطيط (أحمد، 2006، صفحة 37)

بعد انجاز المعلم لعملية التخطيط و التحضير لدرس من حيث صياغة الأهداف و اختبار المعلومات المنهجية و الطرق و وسائل المناسبة لها . بحيث الوقت لتنفيذ هذه الخطة من خلال ما يسمى بعملية التدريس ، حيث خلال هذه المرحلة يتم للتلاميذ مبدئيا تعلم مهارات و القدرات و المعارف التي تنص عليها الأهداف السلوكية للتدريس بشكل خاص و المنهج بشكل عام ، يستعمل المعلم في هذه المرحلة معظم المعلومات و الوسائل و المبادئ التي اقترحها في مرحلة التحضير لتعليم التلاميذ كما يقوم بمعالجة المشاكل الصعبة و المحافظة على النظام (حمدان، 1986، الصفحات 38-39)

وفي هذه العملية يكون على المعلم أن يقوم بتنفيذ ما اتخذ من قرارات في مرحلة التخطيط و خاصة ما يتعلق منها بطرق التدريس و وسائل التعليمية و الأنشطة ، وتحدث هذه العملية حينما يبدأ التفاعل بين المعلم و التلاميذ من أي موقف تعليمي ، و يحتاج المعلم في هذا الشأن إلى أن يكون قادرا على تقديم المادة و إثارة الاهتمامات والشرح والتمهيد والتوضيح و الاستماع و الاختيار الاستجابات المناسبة و التلخيص ، وهي كلها عمليات أساسية لا بد أن يقوم المعلم المتمكن حتى يستطيع أن ينقل ما تمى وضعه في مرحلة التخطيط على واقع الممارسة الميدانية و يلاحظ أن جهد المعلم و التلاميذ في هذا الشأن هو جهد موجه في اتجاه الأهداف التي حددت في مرحلة التخطيط على ان ذلك لا يعني التزام المعلم بما جاء في خطة التي يضعها قبل التنفيذ ولكنه يستطيع ان يغير و يطوع في ضوء ما يظهر من تغيرات لم تكن في حسابات في مرحل التخطيط .

(محمد، 1995، صفحة 171)

وتشمل هذه المرحلة جميع السلوكيات التي تستخدم في التدريس حيث تعتمد على عملية التحضير السابقة

وتشمل على القرارات التالية : (الحكيم، 2008، صفحة 116)

__ التهيئة النفسية للتلاميذ للعملية التعليمية .

__ استخدام الأنشطة التعليمية

__ الإرشاد وضبط التلاميذ أثناء الأداء

__ الاستخدام السليم للأدوات والأجهزة

__ الاستفادة الكاملة من الزمن المتاح

__ تقييم أداء التلاميذ أثناء وبعد التدريس

__ تتضمن القرارات التنفيذ مجموعة القرارات التي تخص بنقل أداء الأعمال وهي : (الكريم، 1993، صفحة 87)

__ استخدام القرارات التخطيط بها

__ قرارات التعديل التي تتخذ في حالة تعثر في أي فقرة من الفقرات السابقة ففي بعض الأوقات لا تسير الأمور كما هو

متوقع في فقرة من فقرات وعندما يحدث ذلك يتخذ قرار التعديل وتستمر فعالية أو الوحدة الدراسية.

__ قرارات أخرى يمكن إضافتها .

__ ويضيف عباس احمد صالح السامرائي إضافة إلى الأشياء التي ذكرها موسكا و سارة ، النقاط أخرى (أحمد، 2006،

صفحة 38)

__ عندما يتم تحديد أي قرار ضروري آخر يمكن إضافته.

__ اختيار العمل المطلوب وهذا العمل يقوم به المعلم هو اختيار المهارات الخاصة للتدريب عليها وتوصيل هذه المعلومات

أو الأعمال إلى المتعلم ويقوم المعلم بهذه الأعمال عن طريق (الشرح).

__ التدريب بشكل كلي أو بالتجزئة المهارة

__ عرض النهار

__ التدريب على المهارة

__ التغذية الراجعة

__ الأوامر وتوجيه العمل ويكون بإعطاء العمل وشرحه للتلميذ من طرف المعلم وما على التلميذ إلا أن يضع خطته للعمل

ومدى تصوره للاستجابة (رد الفعل) المرغوب من قبل المعلم وفي الغالب يقوم المعلم بالتدخل بجزئيات الحركة وفي بعض

الأحيان يقوم بإعطاء تفاصيل عن الحركة وفي هذه المرحلة يكون دور المعلم كيفية أداء العمل.

__ توجيه التغذية الراجعة وتحليلها ، الاستجابة من التلميذ انتهى خلال ثوان بصورة الانجاز ظلت عالقة في ذهن المعلم ،

وعليه أن يقوم بالتوجيه المستمر ، وإثارة الانتباه حول أشياء خاصة ، وكذلك المساعدة على تقوية الأشياء الجيدة .

4-3- مرحلة التقويم : (الكريم، 1993، صفحة 88)

هي القرارات تختص بتقويم الأداء والتقويم والتغذية الراجعة التي تعطى للمتعلمين والتي تتخذ أثناء وبعد أداء عمل

ما بالرغم من أن المتعلم يقوم بصورة تلقائية بتقييم مدى تقدم تلاميذه والتعرف على الصعوبات والمشاكل التي تواجههم

أثناء التعلم وتوجيه تدريسه على هذا الأساس ، إلا أن التقييم الرسمي لمخرجات عملية التدريس يأتي في الغالب بعد انتهاء

المرحلة التنفيذية للتعليم ، أو عند اختتام موضوع أو وحدة دراسية أو في نهاية الفصل أو السنة الدراسية . (حمدان،

1986، صفحة 49)

وكذلك تتطلب هذه العملية التعرف على مدى ما يستخدمه المعلم من طرق من أجل مساعدة التلاميذ على بلوغ الأهداف والتعرف على ما إذا كان التلاميذ قد تعلموا ما حدده المعلم وما تضمنته الأهداف من جوانب التعلم أم لا وبالتالي سيكون على المعلم في هذه المرحلة أن يحدد الأهداف المراد تقويمها وتوظيف البيانات والمعلومات المطلوبة لعملية التقويم والحصول على التسجيلات لأداء التلاميذ وأدائه وتحليلها من أجل الوصول إلى إحكام سليمة وفي ضوء ما يتم التوصل إليه يكون على المعلم أن ينظر إلى مدى حاجته إلى خطط جديدة أو تجريب أساليب تنفيذ أخرى. (محمد، 1995، صفحة 171)

وهنا يجب على المدرس إيجاد بدائل إلى مدخل لها ، يستطيع أن يعطي للدرس دفعا جديدا وقويا ومسارا آخر حتى تحقق الأهداف التي طرحها للتحقيق ، وبشكل عام التقويم يساعد المدرس على أداء وظائف أربعة . (أحمد، 2006، صفحة 40)

— معرفة جوانب الخطأ والصواب والقوة والضعف في تعليمه وأسبابه

— الرضا وتحقيق الإشباع عندما يؤدي عمله بنجاح

— الحكم على مدى كفاية طرائف وأساليبه في التدريس

— أداء الإحكام التي تتخذ أساسا للتنظيم الإداري

كما أن عملية التقويم تتضمن الخطوات التالية : عملية القياس ، جمع النتائج والحكم عليها ، إعادة التقويم

ويلخص محمد نصر الدين وآخرون التي يتضمن التدريس والتقويم في الشكل الآتي : (أحمد، 2006، صفحة 62)

المرحلة السابقة 1 : - تحديد وصياغة الأغراض التعليمية

التخطيط الشخصي - تحديد حاجات وقدرات المتعلم التقويم

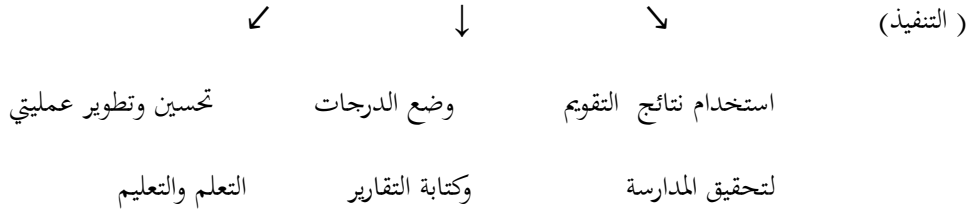
المرحلة الوسطية 2 - التقويم التكويني أثناء التدريب بغرض

التنفيذ - التعرف على مقدار التقدم

- تشخيص صعوبات التعلم

- الحث الدافعي

المرحلة النهائية 3 - تقويم حصائل التعلم التقويم التجميعي



الشكل (01) يبين الخطوات الرئيسية للتدريس

نستنتج مما تقدم أن عملية التدريس تعتمد على مراحل وعمليات التدريس الفعال يرتبط بالعلاقة الإيجابية التي تنشأ بين المعلم والتي تساعد هذا الأخير على فهم إمكانياته واستغلالها بشكل صحيح وسليم ، بشكل عام عملية التدريس تمر بثلاث مراحل (التخطيط ، التنفيذ ، التقويم) ، حيث كل مرحلة تخدم المرحلة التي تليها

5- أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية :

إن أسلوب التدريس هو عبارة عن مجموعة من القرارات و ينظر لها أنها عبارة عن تواصل متسلسل في اتخاذ القرارات لإحداث التدريس و هي كذلك عبارة عن إطار عمل يوضح انتقال أو تغيير الطرائق التي يمكن أن ننظر فيها إلى عملية التدريس و من خلال هذه التعريفات يمكننا أن نقول بأن أسلوب التدريس هو عبارة عن تواصل متسلسل في اتخاذ القرارات بين المعلم و المتعلم و ذلك لتحقيق الهدف و النتيجة التي يخرج بها هو تطوير عمل التدريس ، أن التدريس في مجال التربية البدنية والرياضية تتنوع أساليبه باختلاف المواقف التعليمية ولكل أسلوب مميزاته وخصائصه ومواقف واستعماله.

5-1- الأسلوب الأمري : (سايح، 2003، صفحة 19)

يعتبر هذا الأسلوب الأول في مجموعة الأساليب و يتميز بقيام المعلم باتخاذ جميع القرارات في بنية و تركيب هذا الأسلوب و بالتالي فإن دور المعلم هو اتخاذ جميع القرارات في مرحلة ما قبل الدرس و كذلك في مرحلة ما بعد الدرس. فبذلك المعلم هو المسؤول عن القرارات التي يتخذها ، هذا ما يميز الأسلوب الأمري و بهذا يكون اتجاه القرارات من المعلم إلى المتعلم وما على التلميذ إلى القيام بما طلب منه دون مناقشة ، و بهذا تكون عملية التدريس مباشرة و كذلك العلاقة المباشرة بين الأمر و الإنجاز حيث أن التلميذ يعمل ضمن النموذج المعمول له من قبل المعلم ، و الصفة الغالبة على هذا الأسلوب ينبغي أن تكون الوفق التصور الأتي :

- الإنجاز الجيد و الذي يأتي بعد الأمر .
- يكون المعلم مستمرا بإعطاء الإيقاع أو الوزن لضمان مفعول الأوامر و الأداء الصحيح من قبل التلاميذ ..
- إن أغلب قرارات المعلم لا تناقش .
- الجانب الإبداعي يقرره المعلم و لا علاقة لتلميذ به .

وتمثلت أهداف الأسلوب الأمري في مايلي : (سايح، 2003، صفحة 21)

- تحديد الموضوع الذي يتطلب إتجاها واحدا ينبغي اتباعه .
- الإستجابة المباشرة للحافز .
- التقيد بالشكل و النموذج .
- المعلم يشرح و يعرض الحركة (المهارة) و يعد الواجب الذي يؤديه التلاميذ .
- أوامر المعلم ينبغي أن تكون بدرجة عالية من الإتقان .
- قرارات المعلم غير قابلة للسؤال عنها .

5-2- الأسلوب التبادلي : (سايح، 2003، صفحة 34)

إن تصميم هذا الأسلوب يكون بشكل تلميذ (عامل) و آخر (ملاحظ) و دور التلميذ العامل هو إنجاز العمل و إنجاز القرارات الممنوحة كما في الأسلوب التدريبي ، أما دور التلميذ الملاحظ فهو إعطاء التغذية الراجعة إلى التلميذ العامل كستندا في ذلك إلى المعلومات الوافية التي سبق للمعلم أن أعدها ما بشكل معلقة أو توزع على التلميذ مسبقا وتأكيد من معلم يتم شرحها ، وفي هذا الأسلوب تكون الحركة أكثر للتلاميذ في اتخاذ القرارات و في إعطاء التغذية الراجعة للزميل ، و بالتالي هناك تأثير مباشر على عملية التعلم و عملية تحقيق النتائج .

و تمثلت أهداف الأسلوب التبادلي : (سايح، 2003، صفحة 36)

- الإنشغال في العملية التعليمية التي تؤدي إلى العلاقة الإجتماعية و التي تعتبر فريدة بالنسبة لهذا الأسلوب و إعطاء و امتلاك التغذية الراجعة العكسية مع الزميل .

- الإنشغال في الخطوات هذه العملية و ملاحظة أداء زميل و مقارنة الأداء مع الورقة الواجب ، و التوصل إلى استنتاجات و تبادل الآراء و إيصال الأداء غلى زميل .
- تطوير صفات الصبر و التحمل و الصدق و النبل و التي هي مطلوبة في نجاح هذه العملية .
- التدريب و خيارات التغذية العكسية المتوفرة ، و التي تؤدي إلى استمرار العلاقات .
- التعرف على مشاعر الخاصة و رؤية نجاح زميل له.
- الدقة في إعطاء التغذية الراجعة و حسب ورقة البيانات .
- تسهيل العلم المطلوب و ذلك بسبب التغذية الراجعة المباشرة من طرف التلميذ .

5-3- أسلوب المراجعة الذاتية : (سايح، 2003، صفحة 40)

في هذا الأسلوب يقوم كل تلميذ بإنجاز العمل بنفسه كما في الأسلوب التدريبي و بعد ذلك يتخذ قرارات مرحلة ما بعد التدريس بنفسه أيضا ، فهناك مقارنة الإنجاز مع ورقة البيانات و الإستنتاج عند الإنجاز الذي تعلموا و تدربوا عليه كما في أسلوب التبادل يكون تقييمه بنفسه عند فحص إنجازه ، كما نلاحظ أن دور المعلم هو اتخاذ قرارات مرحلة ما قبل التدريس كلها حيث أن المعلم يتخذ القرارات جميعها بشأن اختيار الموضوع أما التلميذ فيقوم بإتخاذ القرارات الممنوحة له كما هو الحال في الأسلوب التدريبي عندما يقوم بإنجاز العمل و كذلك التلميذ نفسه يقوم بإتخاذ القرارات مرحلة ما بعد التدريس .

و تمثلت أهداف الأسلوب المراجعة الذاتية : (سايح، 2003، صفحة 42)

- التلميذ يمكنه زيادة خبرته و ذلك بواسطة عمله الخاص و الذي بدأه في الأسلوب التدريبي
- التلميذ يتعلم كيفية ملاحظة إنجازه .
- التلميذ يتعلم كيفية استعمال ورقة البيانات لتحسين إنجازه .
- التلميذ يكون صادقا و واثقا من أدائه .
- التلميذ يتعلم كيف يستثمر الوقت .

4-5 - أسلوب التضمين (الإحتواء) : (سايح، 2003، صفحة 45)

يضع أسلوب التضمين أسلوبا مختلفا في تصميم الواجب ، مستويات متعددة من الأداء للواجب نفسه ، ويعني هذا إنتقال قرارا رئيسيا إلى التلاميذ لا يكون باستطاعتهم اتخاذه في الأساليب السابقة .
و هو أسلوب يأخذ بنظر الإعتبار مستويات الفصل كافة فالتلميذ يؤدي الحركة من المستوى الذي أداؤه ضمن العمل الواحد و بهذا فالقرار الرئيسي يكون من قبل التلميذ حول بدء العمل و المستوى الذي يمكنه البدء به .

و تمثلت أهداف الأسلوب التضميني : (سايح، 2003، صفحة 48)

إن أهداف التي يمكن التوصل إليها بموجب إستعمال هذا الأسلوب هي :

- إدخال أو تضمين جميع التلاميذ .
- توفير العمل للتلاميذ على الرغم من الفروق بينهم .
- توفير فرصة الرجوع إلى مستوى أدنى لغرض إنجاز الإنجاز .
- الفرصة للدخول للعمل من أي مستوى يريده .
- فرصة الإنتقال من الأعلى إذا ما رغب التلميذ في ذلك .

5-5- الأسلوب التدريبي:

إنتقال عدد معين من القرارات من المعلم إلى التلميذ يؤدي إلى إيجاد علاقات جديدة بين المعلم والتلميذ والواجبات الحركية أو المهارات وبين التلاميذ أنفسهم .

وبما أن أساليب التدريس هي مجموعة من القرارات التي تتخذ من المعلم أو المتعلم لتحقيق الأهداف ، فإن الأسلوب التدريبي يسمح بانتقال جملة من القرارات في مراحل محددة من الدرس إلى التلميذ ، يقوم موسكا .م - سارة.أ : " إن الأسلوب التدريبي يؤدي إلى إيجاد دوافع جديدة فهو يوفر طرقا جديدة في عملية التعليم ويتوصل إلى مجموعة مختلفة من الأهداف ، حيث أن قسما من هذه الأهداف له علاقة بأداء المهارات بينما القسم الآخر له علاقة باتساع نطاق دور

الفرد في الأسلوب (أحمد، 2006، صفحة 86)

يقول (محمد حميس أبو تمرة و نايف سعادة)

" أن هذا الأسلوب من شأنه أن يوجد ظروف جديدة للتعليم وتحقيق أهداف مختلفة منها ماله صلة بالموضوع

الدراسي والأخرى بشكل أكثر بالمتعلم من حيث دوره في هذا الأسلوب " (سعادة، 2009، صفحة 141)

ويقول ناهد محمود سعد : " أن تحويل بعض القرارات من المعلم تنتج عنها مواقف وعلاقات جديدة بين التلاميذ

والأعمال التي يؤديها أو بين المدرس والتلميذ نفسه إذ هذا الأسلوب في التدريس يكون بداية عملية انفرادية في تنفيذ

القرارات ، فالمدرس يجب أن يعتاد تدريجياً ترك (الأوامر) لكل نشاط داخل الدرس (فهيم، 1998، صفحة 77)

ويؤكد مصطفى السايح محمد : " نستطيع تصميم هذا الأسلوب في النموذج التدريسي الجديد وإيجاد مخرج للتلاميذ

لممارسة الجوانب الاستقلالية في أعمالهم .

ينبغي علينا أن نقوم ببعض التغييرات وذلك بتحويل بعض صلاحيات المعلم في بعض مواقف الدرس ولا سيما في

القسم الرئيسي ومنها إلى التلاميذ في المرحلة أثناء سير الدرس لكي نهيئ للتلميذ أن يكتسب خبرة في الاعتماد على

نفسه والتعاون والإبداع ويمكنه التدريب عليها عن طريق التغذية الراجعة إلى الإيجابية التي يقدمها المعلم خلال تنفيذ

العمل

(سايح، 2003، الصفحات 24-25)

من خلال ما تقدم نلاحظ في هذا الأسلوب يفتح المجال على التعلم لاتخاذ القرارات والحرية في إبراز دوره مقارنة

بالأسلوب الأمري.

و تمثلت أهداف الأسلوب التدريبي :

أن الصفة المميزة لهذا الأسلوب هي بداية الاستقلالية في ممارسة بعض الأعمال حيث أن المتعلم يقوم باتخاذ

القرارات الممنوحة له بنفسه وفي هذا الصدد تقول عفاف عبد الكريم " بإمكان المتعلمين في هذا الأسلوب أن يمارسوا

الاستقلالية في أول درجتها ."

(الكريم، 1993)

يحقق هذا الأسلوب بعض الأهداف الخاصة بالموضوع الدراسي و أخرى مرتبطة بدور المتعلم و هي كالآتي :

(سعادة، 2009، الصفحات 141-142)

أهداف مرتبطة بالموضوع الدراسي:

- ممارسة الأعمال المطلوبة كما شرحت من قبل المتعلم.
- الاقتراب من الأداء الصحيح للمهمات المطلوب على قدر الإمكان.
- التعرف بالخبرة أن الأداء الكفاء مرتبط بتكرار العمل.
- التعرف بالخبرة أن أداء العمل مرتبط بالوقت.
- التعرف بالخبرة أن الأداء الكفاء مرتبط بالمعارف و المعلومات عن الأداء.
- التعرف بالخبرة أن هذه المعلومات يمكن الحصول عليها من التغذية الراجعة التي يوفرها المعلم التي تتصل بفهم التلاميذ و استيعابهم.

أما أهداف مرتبطة بدور المتعلم:

- يتعود اتخاذ القرارات السعة التي انتقلت اليه عند تنفيذ قرارات التخطيط.
- يتعرف بالخبرة أن اتخاذ القرار يلائم تعلم العمل.
- يدخل في خبرة جديدة مع المعلم من خلال توقع التغذية الراجعة الخاصة به.
- يدخل في خبرة جديدة مع المعلم من خلال توقع التغذية الراجعة الخاصة به.
- يدخل في أول العمل الفردي لفترة معينة.
- تقبل أدائه في العمل دون المقارنة دائمة مع الآخرين.
- يحترم دور المتعلمين الآخرين و قراراتهم في الفئات التسع.
- يتحمل المسؤولية عن توالي القرارات التسعة.

5-5-2- تطبيق الأسلوب التدريبي:

يعتبر أسلوب التدريب من أكثر الأساليب السائدة لدرس التربية الرياضية فهناك فرص كثيرة في هذا الحقل لتدريب المهارات لعدد أكبر من التلاميذ ، و ما دان جوهر التربية الرياضية هو العمل فلا حاجة كثيرة الى الشرح المفرط أو الايضاح أو أي وسيلة في حركة التلميذ أسلوب التدمير مهم و وضع لزيادة حركة كل تلميذ و توفير الوقت الكافي لممارسة

النشاط و التدريب عليه و هذا الأسلوب يتطلب المزيد من التكرارات في العمل و المزيد من التغذية الراجعة . (خفاجة، 2008، صفحة 267)

و يقول موكساهم و سارة. أ "في هذا الأسلوب يتغير محور سلسلة الأحداث و تنشأ علاقة جديدة بين المعلم و التلميذ حيث يقوم المعلم بممارسة عملية الثقة بالتلميذ من القرار و بشكل ينسجم مع أداء الواجب الحركي (أحمد، 2006، صفحة 95)، تقول عفاف عبد الكريم فالمدرّب عندما يأمر التلاميذ بالذهاب لبدء العمل يقوم التلميذ باتخاذ القرارات التسعة و أثناء ممارسة التلميذ للعمل يكون لدى المدرس الوقت للتحرك بينهم ، يلاحظ الأداء الفردي و يعطي التغذية الراجعة .

(الكريم، 1993، صفحة 100)

أن جوهر هذا الأسلوب هو عملية تكرار القرارات التسعة و أثناء ممارسة التلميذ العمل يكون لدى المدرس الوقت للتحرك بينهم يلاحظ الأداء الفردي و يعطي التغذية الراجعة (الكريم، 1993، صفحة 100)

إن جوهر الأسلوب هو عملية تكرار للعلاقة التي تحدث بين المعلم و التلميذ ، يقوم المعلم بشرح و عرض المهارات ثم يقوم التلميذ بأدائها لفترة من الوقت ، و بعد ذلك يقوم المعلم بمراقبة الأداء و اعطائه التغذية العكسية (أحمد، 2006، صفحة 95) و توضيح الخطوات الآتية أهمية تحليل الأسلوب التدريبي كأداة لتوجيه عملية التطبيق أو التنفيذ ان هذه العملية تتضمن اتخاذ قرارات في كل مرحلة من المراحل الآتية:

❖ **مرحلة ما قبل الدرس :** كما هو الحال في الأسلوب الأمري ، فان دور المعلم يكمن في اتخاذ جميع القرارات في

فترة ما قبل الدرس لكن الاختلاف الرئيسين هما: (أحمد، 2006، صفحة 96)

— الامام بعملية انتقال القرارات التي سوف تتم خلال فترة الدرس (الأداء).

— اختيار المهارات التي تقضي الى استخدام هذا الأسلوب أو تساعد على استخدامه.

❖ **مرحلة الدرس (الأداء) :** يشرح المعلم أسلوب التنفيذ ، و مسؤوليته في أخذ القرارات التسعة عند استخدام

المتعلمين هذا الأسلوب لأول مرة و يقوم المعلم بما يلي:

— يطلب المعلم من المتعلمين الوقوف قريبا منه ، حسب التشكيل التنظيمي المطلوب.

— يبصر المعلم المتعلم بأهداف الأسلوب و المتمثلة في اعطاء وقت لكل متعلم ليعمل بمفرده و اتاحة الفرصة لتزويده بتغذية راجعة عادية.

— يشرح المعلم دور المتعلم في اتخاذ القرارات التسعة السابقة.

— يشرح المعلم دوره المتمثل في ملاحظة أداء المعلم و تزويده بالتغذية الراجعة و الإجابة عن أسئلته.

— يوضح المعلم المهمة مراعيًا عناصر التوصيل الآتية و الاختيار داخل كل عنصر.

● **المحتوى** : كل مهارة لها محتوى معين يتمثل في ماذا سيؤدي.

● **الطريقة** : كل مهارة لها شكل خاص لتقديمها. و للمتعلم اختيار طريقة التقديم ، فأما أن يقدمها

لفظيا أو يعرض نموذجًا. أو الطريقتين معا ، و يتوقف اختيار كل طريقة على طبيعة المهمة و على

الموقف القائم.

● **الوسيلة التعليمية** : هناك وسائل تعليمية متعددة لإيضاح المهارة و إيصالها عن طريق المعلم نفسه و

عن طريقة ورقة الواجب أو أشياء أخرى ، يضيف كذلك عطا الله أحمد في هذا الصدد ما يلي:

(أحمد، 2006، صفحة 98)

❖ **التنفيذ أو العمل** : إن كل الصيغة في الصيغ تمتلك شكلا حركيا خاصة بها، و يمتلك المعلم خيارا

حول الكيفية التي يتحدث بها عن المهارة و عن طريقة عرضها.

— يحدد المعلم عدد مرات أداء كل مهارة ، مرات التكرار ، طول فترة أداء المهارة و تسليمها.

— هنا يتعرف المتعلمون توقعات الأدوار و متطلبات الأعمال الدراسية ، و يحدد المعلم الاجراءات التنظيمية و

المكان المناسب لأداء المهمة.

— عندما يتضح سير العمل المتعلم يجيب المتعلم عن أي أسئلة أو استفسارات قبل أن يأمرهم بالبدء في أداء

المهارة.

— بعد ذلك يبدأ المتعلمون في اتخاذ القرارات التنفيذ ، و عندما ينتشرون للتنفيذ على كل متعلم أن يتخذ قراره

فيما يتعلق بالمكان و يقوم أداء الواجب الحركي و اتخاذ باقي القرارات.

– يلاحظ و يتابع أداء المتعلمين في اللحظات الأولى لوحدة التدريس ، ثم يتحرك بين المتعلمين لتقديم المساعدة لكل منهم.

❖ **مرحلة التقويم :** تتم عملة التقويم من خلال اعطاء التغذية الراجعة لجمع التلاميذ حيث تحرك المدرس بن التلاميذ وحدد الاخطاء و عطى التغذية الراجعة صحيحة للمتعلم (الحكيم، 2008، صفحة 129)

أثناء هذه العملة على المعلم بمايلي: (أحمد، 2006، صفحة 99)

- القيام و بسرعة بتحديد التلاميذ الذين يخطون في كل من الأداء و عملية اتخاذ القرار
- توفير التغذية الراجعة المناسبة لتلاميذ .
- مكوث مع التلاميذ لتأكد من السلوك الصحيح
- الانتقال من تلمذ الى اخر
- ملاحظة التأثير الايجابي التراكمي للتلاميذ .
- وأخيرا التغذية الراجعة لكل من الصف (قسم) حول ما تم تعلمه.

قنوات التطوير في الأسلوب التدريبي : الشيء الذي يمكن أن نقوله عن موقع التلميذ في قنوات التطور ، أننا إذا استعملنا الإستقلالية

5-5-3- مميزات الأسلوب التدريبي :

إن من أكبر مميزات هذا الأسلوب هو الإستقلالية المحدودة التي يتمتع بها التلاميذ و التي تعتبر أحسن من الأسلوب الأمري تقول عفاف عبد الكريم "بإمكان متعلمين فهذا الأسلوب إن مارسوا الإستقلالية في أول درجتها ، و هو تمز زمن الكاف لتطبيق و الهدف من هذا الأسلوب هو تعلم المهارات بظروف تسمح توفر اقصى وقت لتطبيقها " و وضع لنا عباس أحمد سمراني

- ممكن استخدام أسلوب مع مجموعة كبيرة من التلاميذ (الطلاب) .
- يساعد على اظهار مهارات الفردية و الإبداع .

- يعطي وقتا كافيا للتلاميذ لممارسة الفعالية .
- يعلم التلاميذ كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة .
- يمكن التلاميذ من مشاهدة المعلم في وضع الذي تختارونه ، العمل بصورة استقلالية وفق المنظور (قواعد) لدرس، وري ابراهيم محمد المحاسنة " ان من مميزات هذا الاسلوب مايلي : (المحاسنة، 2006، صفحة 63)

- عدم استخدام و تكرار الزمن في الاداء مثل : أداء تمرن لمدة 30 ثا و عدم تحدد عدد المرات يتح مجال أمام التلميذ القوي لأداء أكبر عدد ممكن كذلك الضعيف يمكنه اداء التمرين حسب قدراته
- اتاحة فرص للتلاميذ لاختار الزملاء او مجموعة الت ترغب بالعمل معها .
- اتاحة مجال امام التلاميذ لأداء مهارة بالإيقاع و المكان الذي يراه مناسباً لقدراته
- و من خلال ما تقدم يرى الطالب الباحث ان هذا النوع من الاساليب يعطي فرصة لكل المتعلمين بالإبداع و التعلم كيفية او طريقة اتخاذ القرارات.

5-5-3- عيوب الأسلوب التدريبي:

من عيوب هذا الأسلوب ما يلي: (خفاجة، 2008، صفحة 270)

- لا تكون السيطرة على حركات الأداء دقيقة.
- يأخذ وقتا طويلا من الدرس.
- يحتاج الى أدوات و أجهزة كثيرة .

خلاصة :

أسلوب التدريس كما سبق القول يرتبط بصورة أساسية بشخصية المعلم و سماته و خصائصه و مع تسليمنا بأنه لا يوجد أسلوب محدد يمكن تفضيله عما سواه من الأساليب ، على اعتبار مسألة تفضيل أسلوب تدريسي عن غيره تظل مرهونة بالمعلم نفسه و بما يفضله هو و في ضوء ما سبق يتضح لنا أن هناك مفاهيم واضحة لأساليب التدريس على أنه له عدة صور و أشكال ، فتطرقنا إلى الأسلوب التدريبي و غالبا فإننا نجد أن المعلم لا يحدد هذه الأساليب تحديدا مسبقا وفق أثر التدريس ، و لكن تكاد تصل إلى درجات مختلفة من النمطية في الأداء التدريسي ، و ذلك بإختلاف الخصائص الشخصية للمعلمين .

الفصل الثاني

الجمباز و الأسلوب التدريبي

- تمهيد
- ماهية الجمباز
- فوائد الجمباز
- القيم التربوية للجمباز
- تاريخ الجمباز
- أنواع الجمباز
- الأجهزة المساعدة في تعليم الجمباز
- الحركات الأرضية
- إجراءات الأمن و السلامة في الجمباز
- خلاصة

تمهيد :

تعتبر رياضة الجمباز من الرياضات الأساسية التي يمارسها كل الرياضيين في مختلف الرياضات إذ يعتبرونها جزءا أساسيا من التحضير ، لما تتميز به من مستوى عالي في الأداء الذهني و المهاري الحركي ولأنها تهتم بجميع جوانب اللياقة البدنية ، حيث تطرقنا في هذا الفصل إلى إعطاء لمحة عن ماهية وفوائد الجمباز ثم القيم التربوية له ، وبعدها تاريخ الجمباز وتطوره وأجهزته ، ثم تطرقنا إلى الاتحاد الدولي للجمباز وأنواع الجمباز ، وفي الأخير لمحة عن تصنيف حركات الجمباز وإجراءات الأمن والسلامة في الجمباز .

1- ماهية الجمباز:

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

أما في مصر فقد أصطلح على التسمية (الجمباز) لتعني ممارسة الفرد نشاطا رياضيا على أجهزة محددة لأداء مهارات ذات طبيعة خاصة لكل جهاز مما يؤدي إلى تنمية بدنية ونفسية للفرد. (شحاتة، 2004، صفحة 11)

إلا أن الجمباز أكثر شمولاً من هذا التعريف نظراً لما شهدته هذه الرياضة من تطور، حيث أصبحت رياضة قائمة بذاتها تمارس وتنظم على شكل بطولات دولية وأولمبية عالمية ، بالإضافة إلى أدواتها وأجهزتها المتنوعة وكذلك أنشطتها المتعددة ، وعليه فالجمباز يعني ممارسة الفرد نوعاً من أنشطة الجمباز باستخدام أدوات أو أجهزة أو بدونها ومنها النشاط الفردي أو الزوجي أو الجماعي وتحت متصلة القانون الدولي للجمباز بهدف التنمية الشاملة للفرد . (شحاتة، 2004، الصفحات 11-12)

ويعتبر الجمباز واحد من تلك الأنشطة الرياضية الأساسية وهو مجموعة الحركات الموضوعة على أسس تشريحية ، فنية ، ميكانيكية ، وتؤدي بغرض تنمية مختلف قدرات الفرد في مختلف المراحل السنية من أجل الوصول به إلى مرتبة المواطن الصالح. (محمد، 1995، صفحة 7)

2 - فوائد الجمباز:

تحتل رياضة الجمباز مكانة هامة على جميع المستويات التعليمية في معظم الدول المتقدمة نظرا لاحتوائها على العديد من الحركات والمهارات التي يتنافس فيها الفرد مع نفسه وبالتالي يعمل الفرد على محاولة فرض نفسه وتأكيد ذاته وذلك لما تتضمنه رياضة الجمباز من اختبارات للقدرات الذاتية ولهذا لرياضة الجمباز مجموعة من الفوائد من مختلف الجوانب فهي تؤثر على الجانب البدني من خلال تأثيرها الفعال على تنمية عناصر اللياقة البدنية وتطوير المهارات الحركية المركبة والمهارات الحركية الأساسية كالوثب بالإضافة إلى التأثير على المجموعة العضلية بصفة عامة .

كما أن ممارسة رياضة الجمباز تعمل على تنمية الصفات العقلية كاليقظة والجرأة والدقة والتفكير السريع في بعض الحركات .

بالإضافة إلى الجانب البدني والعقلي رياضة الجمباز لها تأثير فعال على كفاءة وحيوية أجهزة الجسم ، ولقد أمكن

عن طريق أبحاث عدة استخلاص بعض أغراض خاصة بمجال رياضة الجمباز وهي:(حسن، 2003، صفحة 5)

2-1- التنمية البدنية: وتتمثل فيما يلي:

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

2-2- التنمية العقلية : وتتضمن مايلي:

- تنمية القدرة على التفكير والابتكار.
- تحسين القدرة على التركيز وسرعة رد الفعل .

- زيادة المعارف والمعلومات .

- إدراك الصفات القيّمة للثقافة البدنية والرياضية .

2-3- التنمية الصحية : وتتضمن مايلي :

- أكساب معلومات عن القواعد الصحية الضرورية .

- ضمان عادات يومية كالنظام والنظافة .

2-4 - التنمية الاجتماعية : وتمثل فيما يلي :

- تنمية الإحساس بالمسؤولية .

- تنمية القدرة على التفكير الجماعي .

- تنمية القدرة على التحكم الذاتي والاعتماد على النفس .

- تنمية الاحساس بالرضا عند الأداء الجيّد.

- تنمية القدرة على اتخاذ القرارات.

2-5- تنمية الاحساس بالجمال : وذلك من خلال :

- تنمية القدرة على التأثر بالسلوك المثالي والنموذج الصحيح للمدرس واللاعب .

- تنمية وزيادة الاحساس بالجمال عند أداء الحركات الجماعية .

- تنمية القدرة على ربط وتركيب الحركات التي تتميز بالناحية الجمالية .

- تنمية الذوق في اختيار الملابس المناسبة .

3 - القيم التربوية للجمباز:

1- الجمباز من الأنشطة التي تعطي الفرد الفرصة لتعلم التحكم والسيطرة على مختلف أجزاء جسمه على الأرض أو في

الهواء وذلك من خلال: (سالم، الصفحات ص4-5)

✓ الثقة بالنفس أثناء الطيران.

✓ زيادة نسبة الاتزان والسيطرة والتحكم في الجسم في الهواء .

✓ إزالة عامل الخوف عند ترك القدمين للأرض أو أثناء الطيران في الهواء

2- يسهم الجمباز إسهاما فعالا في خلق الاحساس بالجمال لدى ممارسيه وذلك من حيث :

✓ تعلم حركات جميلة ومتناسقة

✓ تناسق وانسيابية جسم اللاعب

✓ توافق الموسيقى مع الحركات الانسيابية أثناء الأداء الحركي

3- تعتبر المقدرة على الابتكار فرصة غير محدودة في رياضة الجمباز

4- يعمل الجمباز على تحسين كفاءة جميع أجهزة الجسم الحيوية والعضلية

5- تنمية وتطوير مختلف عناصر اللياقة البدنية بصفة خاصة كالسرعة والتوافق والمرونة (سالم، الصفحات ص4-5)

6- ينمي الجمباز القدرة على التفكير حيث أنه هناك علاقة بالعمل العقلي والجسماني

7- يساهم الجمباز في تحسين القوام حيث تتناسب مع مختلف المراحل السنية

8- يساعد الجمباز على تنمية بعض الصفات الخلقية كالشجاعة والعزيمة والنظام

4 - أنواع الجمباز :

تعتبر رياضة الجمباز من الرياضات التي يمكن لأي شخص ممارستها مهما كان سنّه وقدرته وميوله وحجمه ،فباختلاف

الفروقات الفردية بين الأفراد ،تختلف أنواع الجمباز وعلى العموم هناك أربعة أنواع هي :

4-1- جمباز الألعاب :

تبدأ برامج جمباز الألعاب في سن الطفولة من حوالي 3 سنوات إلى 6 سنوات ،حيث تتميز التمرينات بالسهولة والبساطة

والتدرج إلى جانب استخدام الأجهزة البسيطة ويهدف هذا النوع من الجمباز إلى:

- تعويد الأطفال على مختلف الأجهزة وذلك بصفة تدريجية .

- تعويد الطفل على العناية بجسمه وأوضاعه .

• **مميزات جمباز الألعاب :** (شحاتة، 2004، صفحة 70)

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

• **أنواع جمباز الألعاب :** (سالم، صفحة 5)

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

4-2- جمباز الموانع:

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

• **أهداف جمباز الموانع :** (سالم، صفحة 6)

- ✓ تقوية أجزاء الجسم المختلفة .
- ✓ تنمية مختلف عناصر اللياقة البدنية .

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

• مميزات جمباز الموانع : (شحاتة، 2004، صفحة 72)

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

4-3- جمباز الأجهزة :

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

ويهدف هذا النوع إلى " التنمية المنتظمة المتدرجة و العمل على إعداد اللاعبين واللاعبات بتنمية مستوياتهم الانجازية التنفسية في كل الدرجات والمراحل النسبية" (حسن، 2003، صفحة 26)

✓ مميزات جمباز الأجهزة : (شحاتة، 2004، صفحة 79)

1. التعود على ممارسة التمارين المختلفة .
2. العمل على تطوير وتنمية النواحي البدنية والعقلية .

3. تكوين الإحساس الحركي بالعمل على الأجهزة .

4. تنمية الصفات النفسية كالشجاعة وغيرها.

5. تنمية الإحساس بالتوازن .

6. اكتساب الثقة والاعتماد على النفس .

5 - الأجهزة المساعدة في تعليم الجمباز الفني :

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

✓ أجهزة مساعدة لمجموعة المرجحات.

✓ أجهزة مساعدة لمجموعة التلويحات.

✓ أجهزة مساعدة لمجموعة الدورات.

✓ أجهزة مساعدة لمجموعة الدفع.

✓ أجهزة مساعدة للقوة والثبات.

5-1- أجهزة مساعدة لمجموعة المرجحات:

-جهاز الارتداد -الأحزمة المعلقة-واقي الكتفين-شرائط رسغ اليدين-جهاز تعليم الدوائر الكبرى.

5-2- أجهزة مساعدة لمجموعة التلويحات:

- عش الغراب بأنواعه

- حصان الحلق بأنواعه

- حصان حلق مزود باللونجة.

5-3- أجهزة مساعدة لمجموعة الدورات:

- مشاية الترومبلين
- السلاالم بأنواعها
- الترامبولين بأنواعه
- باللونجة اليدوية.

5-4- أجهزة مساعدة لمجموعة الدفع:

- سلم القفز
- الغطاء الأسطواني لحصان القفز
- الترومبلين بأنواعه
- الوسائل الأسفنجية.

5-5- أجهزة مساعدة للقوة والثبات:

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

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

6- الحركات الأرضية :

6-1- الأهمية التربوية للحركات الأرضية :

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

أ- ممارسة اللاعب للحركات الأرضية تعلمه التحكم والسيطرة على أجزاء جسمه سواء على الأرض أو أثناء الأداء في الهواء وذلك من خلال: (بيومي، 1998، صفحة 50)

*إعطاء الثقة بالنفس أثناء الطيران.

*القدرة على حفظ التوازن والسيطرة في الجسم أثناء الأداء.

*إزالة الخوف عند الطيران في الهواء.

ب- تسهم ممارسة الحركات الأرضية في تنمية ملكة الإحساس بالجمال لدى الممارسين وذلك عن طريق أداء حركات في تناسق وانسيابية، وكذلك توافق الموسيقى مع الجملة المؤداة.

ت- تساعد ممارسة الحركات الأرضية

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

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

6-2- طبيعة الأداء للحركات الأرضية:

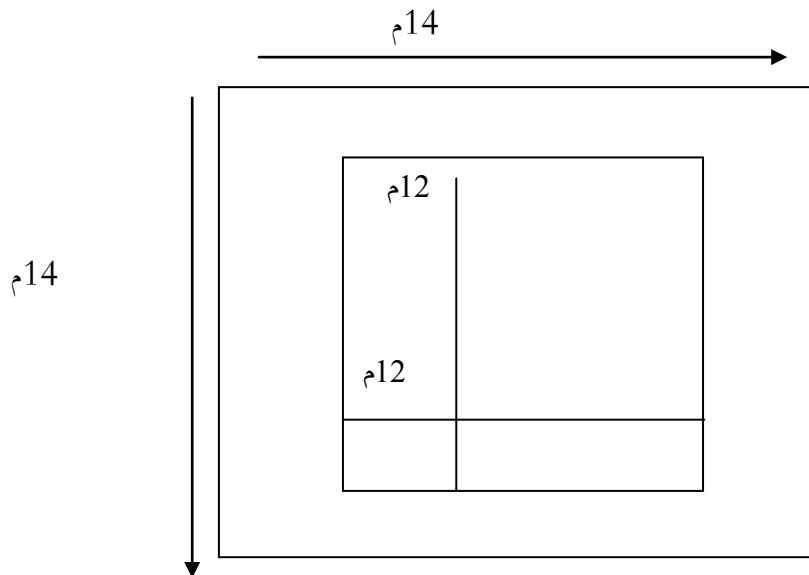
- ◆ ينمي ويهيئ جهاز الحركات الأرضية فرصة الابتكار والتنوع أثناء الأداء.
- ◆ يتسم التمرين على جهاز الحركات الأرضية بأنه مشوق وملء بالحركات الأكروباتية ذات درجة عالية من الصعوبة والخطورة.
- ◆ يساعد هذا الجهاز على إعداد اللاعبين على أجهزة الجمباز الأخرى حيث يتم تعلم معظم المهارات عليه وذلك لتوفير عامل الأمان وسهولة السند عليه. (بيومي، 1998، صفحة 50)

- ◆ تؤدي جملة الحركات الأرضية للبنات بالمصاحبة الموسيقية .
- ◆ يدخل في أداء الجملة الحركية بعض حركات الرقص الحديث والكلاسيكي في رتم إيقاعي مناسب مع ربط المهارات الحركية بعضها ببعض.
- ◆ عند أداء الجملة الحركية يجب استخدام كل المساحة المسموح بها قانونيا وكذلك استخدام كل الاتجاهات المختلفة للأرضي.
- ◆ يعتبر جهاز الحركات الأرضية من الأجهزة المحببة بالنسبة للاعبات حيث يعطي لياقة بدنية عالية لباقي أجهزة الجمباز الأخرى.
- ◆ يتميز اللاعب أثناء أداء الجملة الحركية بالرشاقة والمرونة والسرعة والتسلسل والتوافق العضلي العصبي والاستمرار.

6-3 منطقة الحركات الأرضية: (بيومي، 1998، صفحة 53)

تحدد منطقة الحركات الأرضية بمربع مساحته 12×12 م سواء بالنسبة للرجال أو السيدات، من الخشب المعشق ثم طبقة الأسفنج ثم سجاد لمساعدة اللاعبين على الارتداد.

وفي بعض الأحيان تحدد المساحة السابقة بمربع آخر مساحته 14×14 م وهذا الفاصل يكون من جميع الجهات كمنطقة أمان.



شكل رقم (02) يوضح منطقة محصنة الحركات الأرضية الجمبازية

6-4- مواصفات جهاز الحركات الأرضية: (بيومي، 1998، صفحة 53)

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

1. يعطي ارتدادا أفضل .

2. كاتم للصوت.

3. سهل التنظيف ولا يحدث انزلاق.

4. يحفظ الحرارة ولا يمتص الرطوبة.

5. يدوم لمدة طويلة ولا يتلف.

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

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

*أن تكون مسامية ليدخلها الهواء ولا يحدث بها تشقق.

6-5 - أهمية الحركات الأرضية:

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

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

أجهزة الجمباز الأخرى.

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

النفسي الطويل المدى للاعبين المستويات الرياضية العالية. (محمد، 1995، صفحة 36)

✓ تنمي الحركات الأرضية القدرة على استخدام أجزاء الجسم سواء على الأرض أو في الفراغ، وهذه القدرات

تساهم بشكل فعال في ارتقاء مستوى اللاعب في باقي أجهزة الجمباز.

✓ يساهم الأداء المهاري المتباين من خلال تعليم مختلف مجموعات الجمباز في الحركات الأرضية على تنمية العديد

من السمات السيكلولوجية مثل "الشجاعة والثقة بالنفس والقوة الإرادية". (بيومي، 1998، صفحة 13)

تعمل الحركات الأرضية على الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية الخاصة بالجمباز والتي تساهم بشكل فعال في سهولة أداء

المهارات على الأجهزة

6-6- بعض الحركات الأساسية الأرضية في الجمباز: (www.badania.net)

6-6-1- مهارة الدحرجة الأمامية :



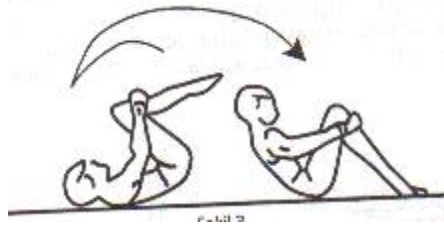
شكل رقم(03) يوضح خطوات الدحرجة الأمامية المتكورة

- تبدأ من الوقوف ضمناً الذراعين جانباً أو أماماً أو عالياً.
- ثني الركبتين لحوالي 45 درجة الذراعين أماماً.
- الميلان للأمام و وضع اليدين على الأرض لنقل الاستناد من الرجلين إلى اليدين.
- مد الركبتين للحصول على عزم للدوران.

- لمس البساط بخلف الرقبة - الظهر - المقعدة (هنا تغادر اليدين البساط).
- ثني الركبتين بسرعة للوصول إلى التكور و الركبتين تمسان الصدر (من الممكن هنا مسك الساقين باليدين أو عدم مسكهما و مد الذراعين للأمام).
- مد الركبتين للوصول إلى الوقوف مع اكتمال التدحرج.

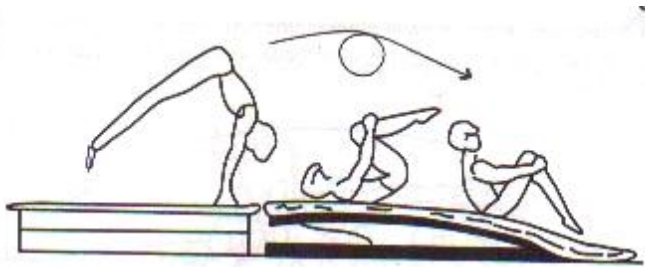
✓ الخطوات التعليمية الدرحة الأمامية :

تعليم وضع التكور و التدحرج للأمام و الخلف



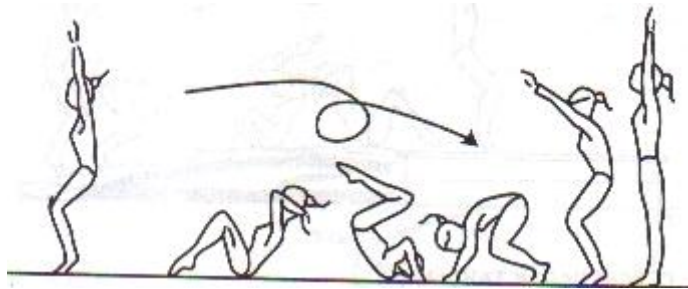
الشكل رقم (04) يوضح عملية التكور و التدحرج

- الدرحة الأمامية بمستوى مائل.



الشكل رقم (05) يوضح الخطوات الدرحة الأمامية على مستوى مائل

2-6-6- مهارة الدرحة الخلفية : (<http://uqu.edu.sa/page/ar/185438>)



شكل رقم(06) يوضح الخطوات التدريجات الخلفية المتكورة

من الوقوف ثني الرجلين و الميلان للخلف للتدحرج على المقعدة فالظهر و هناك يستند الجمبازي على اليدين و التي تكونا بجانب الرأس لرفع الرأس عن طريق الحركة و إكمال التدحرج للخلف للوصول إلى الوقوف.

✓ الخطوات التعليمية الدرجة الخلفية :

بمستوى مائل و تعويد الطفل على وضع يديه بجانب الرأس و الدفع لإكمال الحركة.

المراحل التعليمية للحركة:

1- بمستوى مائل و تعويد الطفل على وضع يديه بجانب الرأس و الدفع لإكمال الحركة.

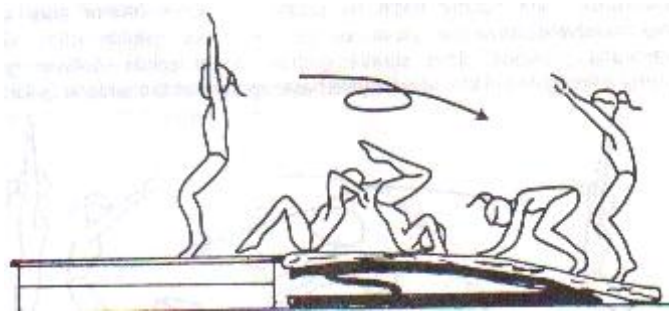
2- أداء الحركة على البساط

الدرجة الخلفية المنحنية

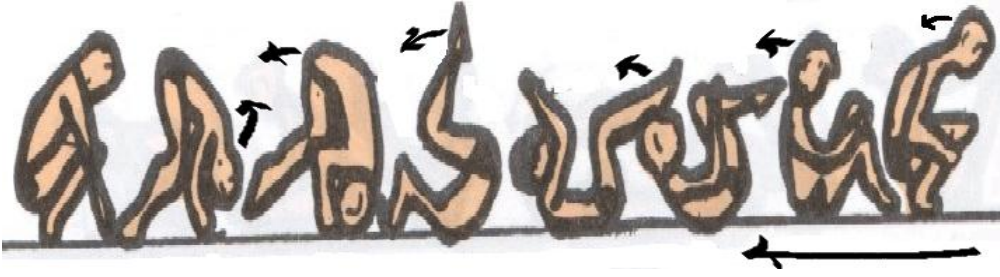
من الوقوف ضمّاً غلق زاوية الجذع على الرجلين مع لحظة الجلوس على المقعدة و لكن يتم الاستناد باليدين و التدحرج على المقعدة و يتم نقل اليدين بجانب الرأس و من ثم إكمال الانقلاب للخلف للوصول إلى الوقوف.

المراحل التعليمية للحركة:

بمستوى مائل و من ثم بمستوى مستوى

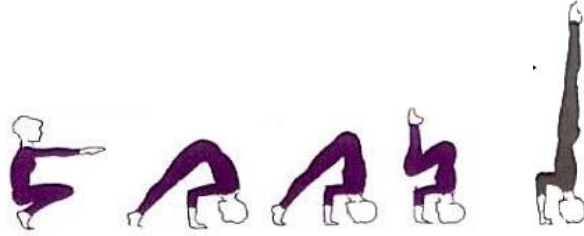


الشكل رقم (07) يوضح الخطوات التدريجية للخلفية على مستوى مائل



الشكل رقم (08) يوضح التدريج الخلفية على البساط

3-6-6- مهارة الوقوف على الرأس: (<http://uqu.edu.sa/page/ar/185438>)



الشكل رقم (09) يوضح الخطوات الوقوف على الرأس

✓ - اليدين باتساع الصدر

- الأصابع تشير إلى الأمام

- وضع الرأس على الأرض بحيث تعمل مثلثاً متساوي الساقين مع اليدين

- استناد الرأس يكون على الجبهة وعلى وجه التحديد نقطة التقاء الرأس بالجبهة (عند منبت الشعر)

- الجسم يكون مفروداً على استقامته وعمودياً على الأرض

- عضلات الجسم أثناء أداء الحركة تكون مشدودة

الخطوات التعليمية للوقوف على الرأس :

- جلوس على أربع مع وضع الجبهة على الأرض (دفع الأرض بالقدمين للوصول إلى وضع الوقوف

على الرأس والركبتان منشيتان على الصدر (يلاحظ عدم الثبات)

- جلوس على أربع الوقوف على الرأس والركبتان منشيتان ثم مدهما فثبتها ثانية للرجوع (التمرين

بالمساعدة من الجانب يد على الظهر والأخرى على عضلات الفخذ الأمامية)

- وقوف على أربع فتحاً سند الجبهة على الأرض رفع الرجلين ببطء للوصول إلى وضع الوقوف على

الرأس فتحاً ثم ضم الرجلين والثبات

- جلوس على أربع الرجل اليمنى خلفاً مرجحة الرجل خلفاً عالياً تتبعها الرجل المرتكزة والارتكاز على

الأرض بالجبهة للوقوف على الرأس

- جلوس على أربع : الركبتان مضمومتان بين اليدين و الوقوف على الرأس

أداء الحركة مع تقليل المساعدة تدريجياً إلى أن يمكن أداؤها بدون مساعدة ومن مختلف أوضاع البدايات

6-4-6 مهارة الوقوف على الكتفين (الشمعة) : (<http://uqu.edu.sa/page/ar/185438>)



الشكل رقم (10) يوضح الخطوات الوقوف على الكتفين

يجب أن يعلم هذا الوضع كوضع أساسي لكثرة استخدامه في تعلم الحركات الصعبة ولسهولة الوضع وسرعة تعليمه

وعبئه اللاعب بأداء وضع من الأوضاع المطلوبة ويراعى ما يأتي عند تعليم الوضع المذكور عليه .

يجب أن يكون الارتكاز على منطقة الرقبة أو على عظمي اللوحين والعضد.

* يجب أن يكون الجذع مستقيماً.

* يجب أن تكون المشطان والنظر على استقامة واحده.

* يجب سند الجذع من الخلف باليدين بحيث تشير الأصابع لأعلي.

✓ الخطوات التعليمية للوقوف على الكتفين:

- 1- الدحرجة خلفا للتحمل على الكتفين مع ثني الركبتين.
- 2- وضع اليدين خلف الظهر والكوعين والعضدين علي الأرض والثبات في هذا الوضع على أن يكون المشطين فوق الرأس والركبتين علي الصدر وتكرر هذه الحركة عدة مرات لإتقانها.
- 3- من رقم (2) مد الركبتان عاليا للوصول لأقصى ارتفاع ممكن.
- 4- امتداد جميع زوايا الجسم وذلك منطقه الرقبة واعلي عظمتي اللوحتين والعضد.
- 5- التحكم في هذا الوضع وهو الوقوف على الكتفين بان تبنى اللاعب مفصلي الركبتين ومدهما ومفصلي الفخذين ومدهما.
- 6- يقوم الساند بمسك قدمي اللاعب ورفعها لأعلي ومد جميع زوايا الجسم.

7- إجراءات الأمن والسلامة في الجمباز:

يعتبر ممارسي رياضة الجمباز من الرياضيين الأكثر عرضة للإصابات أثناء ممارستهم لهذه الرياضة وذلك لصعوبة الأداء على وسائل هذه الرياضة ولذلك يجب على المدرب أو الرياضي نفسه أخذ كافة الاحتياطات التي من خلالها يمكن تجنب وقوع هذه الحوادث، ويرجع وقوع هذه الحوادث أساسا إلى: (حسن، 2003، صفحة 45)

✓ التقويم الخاص للحركة

✓ الخبرة غير المكتملة للمساعد أو للمدرب

✓ التنظيم غير الوافي للتدريب

✓ التتابع غير المتدرج للتمرينات

✓ السن غير الصحيح

✓ الإحماء غير الكافي

ومن بين الحوادث الأكثر وقوعا أثناء ممارسة رياضة الجمباز مايلي:

✓ جروح اليدين وذلك لعدم نظافة جهاز عارضة العقلة وكذا عدم حمايتها.

✓ اصطدام الرياضي بالأجهزة لعدم تموضعها في مكانها الصحيح .

✓ التواء العمود الفقري أثناء القيام بالدرجة الطائرة.

✓ تمزق الأربطة خاصة عند نهاية الحركة .

ومن أجل تجنب وقوع هذه الحوادث يجب مراعاة مايلي: (حسن، 2003، صفحة 46)

✓ مراعاة كافة مسؤوليات الإشراف .

✓ الحالة الجيدة لصالة الجمباز.

✓ الملابس الرياضية المناسبة.

✓ العناية الصحية بالأجهزة .

✓ تأمين اللاعب.

خلاصة :

مما سبق يتضح أن رياضة الجمباز رياضة قديمة جدا مارسها الإنسان البدائي قديما حتى وإن كان لا يشعر بها كرياضة وإنما كطريقة لكسب القوت ، إلا أن التطور الذي شهدته حياة الإنسانية صاحب معه تطور رياضة الجمباز حتى أصبحت كما نراها اليوم رياضة عالمية تهدف إلى التنمية الشاملة ، تقام لها بطولات ومنافسات وفقا لقوانين ومقاييس دولية متعارف عليها ، يمكن لأي فئة عمرية أن تمارسها من خلال الأنواع الأربعة لهذه الرياضة التي تتلاءم مع مختلف الأعمار والأحجام .

الفصل الثالث

خصائص المرحلة العمرية

- تمهيد
- المرحلة العمرية المدروسة
- مرحلة الطفولة المتوسطة
- مميزات المرحلة العمرية (06-09) سنوات
- خصائص المرحلة العمرية (06-09) سنوات
- خلاصة

تمهيد :

إن التعامل مع فئة الأطفال يستوجب علينا معرفة و توفير المعلومات الكافية و توفير الوسائل اللازمة لمعلمين لبلوغ الأهداف التدريسية و التعليمية المرجوة من هذه الفئة و ذلك بالإلمام بمختلف خصائصهم و مميزاتهم و إدراك نوع الأنشطة الرياضية التي يتأقلمون معها مع تعديلها و ضبطها حسب قدراتهم و إمكانياتهم البدنية و المهارية و العقلية خصوصا و نحن نتعامل مع الفئة في السن مهم جدا للتعليم وهذا ما سنتطرق إليه في هذا الفصل حيث يتم دراسة بعض خصائصها

1- مرحلة العمرية المدروسة :

قد قام تيرنر بتقسيم مراحل النمو و تعد دراسته أكثر فعالية و أكثر فعالية و أكثر استخداما في دراسات الطفولة

و النمو الحركي

1- مرحلة طفولة المبكرة في الميلاد حتى ثلاث سنوات

2- مرحلة الطفولة ما قبل المدرسة : 03-06 سنوات

3- مرحلة الطفولة المتوسطة (الخولي، 1984)

2- مرحلة الطفولة المتوسطة :

و تعتبر هذه المرحلة فترة بين الطفولة و المراهقة أي أنها مرحلة فاصلة بين عهدين مختلفين في طبيعتها و مقتضياتها

من عدة نواحي

و انطلاقا من ذلك سوف يتطرق الطالب إلى الدراسة خصائص و مميزات المرحلة العمرية التي تمثل عينة البحث:

3- مميزات المرحلة العمرية (6-9) سنوات :

يلتحق الأطفال بالمدرسة الابتدائية حسب العمر الزمني حيث يحدد عمر الطفل الحديث المندمج في المدرسة ب

06 سنوات ومع الدخول الطفل إلى المدرسة تتغير علاقاته بالمحيط حيث تتسع دائرة اتصاله الاجتماعي و يزداد تشبعها.

و يتوقف سلوك الطفل الاجتماعي في المدرسة مع جماعات أقرانه ، في البيئة المحلية و طبقته الاجتماعية على نوع شخصيته التي نمت نتيجة تعلمه الماضي في المنزل و في دار الحضانة إذا تربي فيها (زهران، 1985)

وفي هذه المرحلة أي سن سادسة يصل الطفل إلى القدرة على التعلم ، حيث " كورت مانيل " انطلاقا من وجهه التطور الحركي فإن هذا العمر هو أفضل عمر زمني يجب استثماره لتطوير قابليته الحركية المتنوعة الوجه (مانيل، 1987)

وعليه يرى الطالبان أن المرحلة العمرية (06-09) سنوات هي أهم مرحلة في حياة الطفل يجب استغلالها بطريقة صحيحة و جيدة ، خاصة الاهتمام بالصفات البدنية و الحركية لديه وسوف يتطرق الطالبان إلى المميزات المرفولوجية و الفسيولوجية للمرحلة العمرية المقصودة

3-1- المميزات المورفولوجية :

في هذه المرحلة نرى أن النسب الجسمية تعادل ، حيث تتصل الأطراف و يتزايد النمو العضلي و تكون العظام أقوى مما كانت عليه من قبل و يشهد الطول زيادة ، وفي النهاية المرحلة تلاحظ طفرة في نمو الطول و يشهد الوزن كذلك زيادة ملحوظة ، و تزداد المهارات الجسمية ، و يعتبر أساس ضروريا لعضوية الجماعة و النشاط الاجتماعي ، و يقاوم الطفل المرض بدرجة ملحوظة (زهران، 1985، الصفحات 265-267)

حيث أن معدل وزن الذكور في السادسة يساوي 8 كغ و تزداد إلى 26 كغ في السن (08-09) سنوات و معدل الطول في السادسة إلى 1 متر و 10 سنتيم وفي التاسعة إلى 1 متر و 25 سنتيم يستجيب الطفل لكل مثير خارجي بأداء بعض الإستجابات الحركية المختلفة و المتعددة .

يمكن للفرد في نهاية هذه المرحلة القدرة على إتقان و تثبيت الكثير من المهارات الحركية الإنسانية كالمشي و الجري و القفز و الرمي (يعقوب، 1971، صفحة 52)

كما يقوم الأطفال في هذه المرحلة بتجربة المهارة الحركية لعدة مرات بالطريقة الكلية ، لأن التعلم الحركي في هذه المرحلة لا يحدث عن طريق التحليل الإدراكي التفكيرية للمهارات الحركية كما هو الحال بالنسبة للبالغين ، لأن الأطفال لا

يقومون بالتأمل و التفكير لفترة طويلة في جزئيات المهارة الحركية لذا فإن قدرة الاستيعاب لديهم للفعالية أو الحركة ضعيفة (الفهم الكلي) و هذا ما يجعلنا نطبق عليهم الطريقة الكلية و طريقة التقليد (المندللاوي، 1990، صفحة 120)

ومن ذلك يرى الطالبان أن مميزات المورفولوجية للطفل هي ملائمة جدا لتعلم الأنشطة الرياضية و التدريب عليها

و لذا يجب على المدرس استغلالها وفق طرق و مناهج علمية سليمة

3-2- المميزات الفيزيولوجية :

تعتبر هذه المرحلة مهمة جدا لأن الطفل يكون متوازي و حيوي ، و ذلك لسرعة النمو القصوى لمختلف الأجهزة و الأعضاء ، و تسمى أيضا مرحلة القفز للنمو ، وهذا القفز في النمو يرجع خصوص إلى النشاط الكبير للغدد ذات الإفراز الداخلي و تنمو خلال نفس المرحلة القوة خاصة في سن الثامنة ، أما بخصوص الأوعية الدموية فيعرف تطورها تأخر ملحوظا بالمقارنة بريتم نمو القلب ، و هذا يخلف نوعا من عدم الاستقرار في مقاييس الفسيولوجية كالضغط الدموي الشرياني المرتفع و اضطرابات في النشاط الدموي القلبي ، و إمداد بالدم غير كافي في الدماغ لذلك تظهر أعراض التعب على الأطفال بسرعة و لا سيما في السن 7-8 و أن أي زيادة في البرامج الرياضية في حيث تصعب التمرينات و الحركات و زيادة مدة التدريب يؤدي بالأطفال في مرحلة إلى الإجهاد الكلي (البدرى، 1979، صفحة 214)

وتمتلك الجهاز العصبي في هذه المرحلة مستوى عالي من التحليل على ما كان عليه ، و تظهر قدرة جيدة للتعلم و الإتقان و عليه يستنتج الطالبان أن المميزات الفسيولوجية في هذه المرحلة الحساسة جدا لذا يجب التركيز في وضع البرامج التدريبية حتى لا يتعرض الطفل للإرهاق و ينمو نموا سليما يمكنه من الاستجابة الكافية لمقتضيات النشاط الحركي.

4- خصائص المرحلة العمرية (06-09) سنوات :

4-1- الخصائص اللغوية و النفسية :

4-1-1- الخصائص اللغوية :

تظهر الطلاقة اللغوية عند الطفل العادي و يزداد الحصول اللفظي و يساعده على هذا الاتساع دائرة حياته الاجتماعية و كثرة تجاربه فهو يميل لوصف مشاهداته التي تعبر عن أفكاره ، و يميل الطفل بكثرة القراءة بالأخص فيما يتعلق بحياة النبات و الحيوان و أطفال الشعوب الأخرى .

4-1-2- الخصائص النفسية :

في هذا السن تختلف الصفات النفسية للطفل فالتهور الساذج للعالم الذي تحل محله خصائص أخرى و هي نقد الواقع ففي هذه المرحلة يستطيع الطفل أن يركز على واجبات معينة الفترة طويلة و يبحث عن علاقات و يعمقها و ينمو عنده نشاط ذهني كبير حيث يزيد ميله إلى اكتشاف البيئة و المحيط و يكون اعتماده على حواسه و خبرته العلمية و يميل إلى التفتح و التعبير عن نفسه

ويظهر واضحا في تكوين اهتمام بالنسبة للأشياء التي يفضلها ، فتلهفه للمعرفة يجعله يعيش في مغامرات لبعض الأبطال الأمر الذي يدعوه إلى تمييز تلك الشخصيات و تقليدها و جعلها نموذجا لحياته يجذو حذوها . (بسطويسي، 1984، صفحة 106)

يتسع مدى استيعاب لمعان جديدة و يظهر ميله للتفكير المنطقي و تصبح ذاكرته أقوى ، يلعب الاختلاف بين البنين و البنات في الصف الواحد دورا كبيرا بالنسبة لمستوى التلاميذ من الناحية الذهنية و الاجتماعية و العاطفية و الإدراكية .

الطفل في هذه المرحلة حاد المزاج و متقلب الأطوار و الميول ، يثور و يرغب و يكره ، وفي سن الثامنة يصبح الطفل شجاعا متأثرا بالرياضة . (tomas, 1983, p. 361)

4-2- الخصائص الاجتماعية :

- تبدأ اسئلة التكيف الاجتماعي في البروز .
- يتسع مجال الميول و القدرات الحركية و الاجتماعية بدرجة ملمومة و يرتاحون عند اكتسابهم مهارة أو لنجاحهم في عمل ما .

- يزداد ارتباط الطفل بالجماعة أو الشئلة ، و يزداد ولاؤه لها و يسعى لاكتساب تقديرها مع المنافسات بين هذه الجماعة ، كما تزداد الترة إلى الاستقلالية و يبدأ في التحرر مع تعلقه بوالديه ، ويتجه نحو
- يدرك الطفل العلاقات التي تربط أفراد أسرته وواجباته نحوها من الحب و الاحترام .
- يتعرف الطفل خلال مجالات نشاطه في المدرسة ما له من حقوق وما عليه من واجبات (بسطويسي، 1984)

4-3- الخصائص العقلية و المعرفية :

- يتطور إدراك الطفل للعلاقات بين أجزاء الأشياء المركبة منها ، نظرا لاتساع مدى إدراكه بذلك يستطيع تركيب الأشياء المعقدة ، بالإضافة إلى أن الطفل يصبح أكثر وعيا و إدراكا بالمشاكل التي تتميز بقدر معين من التعقيد.
- يزداد نضج العمليات العقلية كالتذكر و التفكير ، إن تزداد قدرته الطفل من طور التفكير الخيالي إلى طور الواقعية و يأخذ في النظر إلى بيئته من النواحي الواقعية كما تزداد قدرته على الانتباه و التركيز من حيث المدى و المدة .
- يزداد ميله للإستطلاع مما يحفزه إلى الكشف كما يقع تحت حواسه .
- يعتبر الطفل في هذه المرحلة عمليا في نظرتة لبيئة ، و يبدأ في التحرر من اللعب الإبهامي .
- ينمو ميله للملكية ، و يبدو واضحا في حرص للطفل على الجمع و الاقتناء كجمع الطوابع مثلا .
- يميل إلى تشكيل الأشياء و الابتكار و التقليد ، كما يميل إلى الراديو و السينما و قراءة مجالات الأطفال و خاصة في نهاية هذه المرحلة .

- تقوى روح الحماسة و الرغبة في المنافسة كما يزداد الميل للمرح و الفكاهة .
- لا يهتم الأطفال و خاصة الصبيان بمظهرهم الشخصي . (سليمان، 2001، صفحة 109)

خلاصة :

من خلال عرضنا لبعض النواحي الاجتماعية ، و النفسية ، الحركية و الانفعالية و غيرها للفئة العمرية قيد الدراسة فإن مرحلة الطفولة تتطلب الدراسة الدقيقة لجميع جوانبها ، و خاصة ضرورة التعرف على مدى التفاعل بين كل من الوظائف المختلفة و سلوك الطفل ، فالنشاط الحركي تعتبر ضروريا لنمو قدراته ، و أن القصور في نموها مسؤول عن عجزه في الكثير من عمليات النمو ، و إن الإلمام بهذا الموضوع و دراسته يمكن للمدرس أو المدرب اختيار الأنشطة الرياضية الترويجية و أساليب مختلفة تساعد التلميذ على التفاعل مع الأنشطة التعليمية و مع وضع البرامج التدريسية التي تناسب مع خصائصهم و مميزاتهم مما يمكن أفراد هذه الفئة من توظيف جميع الطاقات المخزنة و استغلالها من أجل الوصول إلى المستويات العالية في النشاط الرياضي .

خاتمة الباب الأول :

في ضوء ملاحظة الطالبان و الإطلاع على الأساليب و المناهج التدريس الحديثة حيث لاحظنا عدم الإطلاع عليها أو إستخدامها علما أنهما عديدة و مختلفة و من منطق الأخذ و العمل بنتائج الدراسات السابقة حول الموضوع و بخصوص رياضة الجمباز و الحركات الأرضية و مع كل هذا جاءت الفكرة لدى الطالبان في محاولة تطبيق و توظيف الأسلوب التدريبي على تلاميذ الطور الإبتدائي ذوي المرحلة العمرية (06-09) سنة و في هذا السياق عمل الطالب على اعداد الباب الأول و الذي خصص للدراسة النظرية حيث انتظم في ثلاثة فصول الفصل الأول حول التدريس و الأسلوب التدريبي ، و الفصل الثاني حول رياضة الجمباز و الحركات الأرضية ، و الفصل الثالث تطرق فيه الطالبان إلى المرحلة العمرية و خصائصها .

الجانب التطبيقي

- مقدمة الفصل التطبيقي
- الفصل الأول : الدراسة الإستطلاعية
- الفصل الثاني : منهجية البحث و الدراسة الميدانية
- الفصل الثالث : عرض و مناقشة النتائج
- خاتمة الباب الثاني

مقدمة الباب الثاني :

لقد شمل هذا الباب ثلاثة فصول حيث الفصل الأول سنخصصه إلى الدراسة الاستطلاعية ، الفصل الثاني سنخصصه لمنهجية البحث و الدراسة الميدانية و نبين فيه المنهج المستخدم الملائم مشكلة البحث ، مجتمع عينة البحث ، مجالات البحث ، متغيرات البحث ، الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث ، الأدوات البحث و الوسائل الإحصائية و في الأخير صعوبات البحث أما الفصل الثالث سيشمل عرض و مناقشة نتائج الاختبارات قيد الدراسة لدى عيني البحث ثم استخلاص مجموعة من الاستنتاجات و الاستعانة بها في مناقشة الفرضيات ثم الخروج بمجموعة من الاقتراحات وصولاً إلى الخلاصة العامة .

الفصل الأول

الدراسة الإستطلاعية

- تمهيد
- الدراسة الإستطلاعية
- الغرض من الدراسة الإستطلاعية
- مجالات الدراسة الإستطلاعية
- أدوات الدراسة الإستطلاعية
- إجراءات الدراسة
- خلاصة

تمهيد :

بعد دراستنا للجانب النظري الذي تناول الرصيد المعرفي الخاص بالموضوع البحث و الذي ضم ثلاثة فصول بهذه الدراسة سنحاول الانتقال للجانب التطبيقي (الميداني) قصد دراسة الموضوع دراسة ميدانية من أجل تحقيق المعلومات النظرية التي تناولناها في الفصول السابقة الذكر و عليه لا بد من عملية تنظيم و إعداد خطوات الإجرائية ميدانية ، وفي هذا الفصل سيتطرق الباحثان إلى الدراسة الاستطلاعية التي تعد مرحلة تمهيدية لإجراء التجربة الرئيسية .

1- الدراسة الاستطلاعية:

لإنجاز التجربة الاستطلاعية فقد مر الطالبان بعدة مراحل متدرجة و متكامل فيما بينها

1-1- مرحلة إعداد و تحكيم الاستمارة الاختبارات المبرمجة:

بعد ذلك قام الطالبان مع الأستاذ المشرف المتخصص في رياضة الجمباز بإعداد استمارة الاختبارات المراد تطبيقها في الدراسة الاستطلاعية ، وبعد ذلك قام الطالبان بأخذ آراء و توجيهات العلمية بعض الأساتذة و المدرسين حول خصائص كل اختبار من الاختبارات المبرمجة وبعد ذلك قام الطالبان لتعديل الاختبارات.

بعد ذلك قام الطالبان بتحكيم الاختبارات المبرمجة من طرف بعض الأساتذة و دكاترة المعهد التربية البدنية و الرياضية .

1-2- مرحلة الزيارة بعض المدارس الابتدائية:

قمنا بزيارة بعض المدارس الابتدائية في مركز ولاية معسكر ، و كان الغرض منها دراسة و تحديد جوانب المشكلة ، التي نحن بصدد دراستها إضافة إلى البحث عن مدرسة ملائمة لغرض إجراء التجربة الميدانية التي هي محور علمنا ، و من خلال هذه الزيارة كنا قد اطلعنا على الإمكانيات المتوفرة في هذه المدارس من حيث البرامج المستخدمة (الوزارية المقررة) ، و الخاصة بالطور الأول في ايطار درس التربية البدنية و الرياضية ، فوقع الاختيار بالاتفاق على مدرس رويحي لخضر و مكوي مأمون ، و كانت مدرسة رويحي لخضر لدراسة الاستطلاعية و مدرسة مكوي مأمون لدراسة الميدانية نظرا لاحتواء الأخيرة على وسائل مقبولة إلى حد ما و الذي قام مديرها و المعلمين من تسهيل مهمتنا في تطبيق الاختبارات على العينة من تلاميذ ، مشكورة الإدارة على المبادرة الطيبة .

2- الغرض من الدراسة الاستطلاعية :

- تحديد معالم المشكلة البحث .
- إعداد الأرضية الملائمة للعمل التجريبي .
- تعديل إستمارة الإختبار على حسب مستوى البدني لتلاميذ .
- تحديد العينة الاستطلاعية (عدد العينة) .
- تحديد العينة الضابطة و التجريبية لدراسة الرئيسية .
- تحديد الصعوبات التي سنواجهها في الدراسة الرئيسية .
- معرفة ظروف الحصص التربية البدنية في هذا الطور .
- أخذ نظرة على الوسائل البيداغوجية المتوفرة في هذه المؤسسات .

3- مجالات الدراسة الاستطلاعية :

3-1- المجال البشري :

شملت العينة الاستطلاعية على 10 تلميذ كلهم ذكور من الفئة العمرية (06-09) سنوات

3-2- المجال الزمني :

قام الطالبان أو الباحثان بإجراء التجربة الاختبارات على التلاميذ العينة الاستطلاعية في المرحلتين الأولى في 20-

2014-01 و الثانية في 2014-01-27 .

3-3- المجال المكاني :

أجريت التجربة الإستطلاعية في مدرسة الابتدائية رويحي لخضر لولاية معسكر .

4- أدوات الدراسة الاستطلاعية :

- الملاحظة
- الوسائل البيداغوجية :
- ملعب المدرسة
- بساط رياضة الجمباز الأرضي .

-1-4 الاستمارة الاختبارات :

لقد أعد الطالبان هذه الإستمارة الاختبار لغرض البحث :

تقييم التلاميذ يكون من خلال خصائص كل مهارة :

5- خصائص الدرجة الأمامية : 05 خصائص

6- خصائص الدرجة الخلفية : 05 خصائص

7- خصائص الوقوف على الكتفين (الشمعة) : 05 خصائص

8- خصائص الوقوف على الرأس : 05 خصائص .

بحيث تكون التقييم على كل خاصية من الخصائص بوضع علامة (X) في خانة تظهر أو تظهر نوعا ما أو خانة لا تظهر.

✓ طريقة تقييم الإستمارة الاختبار :

بعد تقييم العينة الإستطلاعية يتم تفرغ كل مهارة على حدى وما يحتويه من خصائص ثم تحويل الدرجات الخام

إلى درجات معيارية وهي كالآتي :

- عند التقييم بعارة يظهر = 03 درجات

- عند التقييم بعارة يظهر نوعا ما = 02 درجتين

- عند التقييم بعبارة لا يظهر = 01 درجة واحدة

5- إجراءات الدراسة :

قام الطالبان الباحثان بتحديد العينة و هذا بمساعدة المعلمين في المدرسة و بعد ذلك قمنا نحن الطالبان بشرح المهارات على التلاميذ نظريا و بعد ذلك قمنا بتهيئة الجو الملائم لسير الحسن لعملية إجراء الإختبار و بعد جمع العينة في الملعب المخصص لإجراء الإختبار و إجراء التسخين أو الإحماء العام و الخاص ثم شرح التمارين و المهارات المبرجة في الإختبار و ذلك بتطبيق الطالبان للمهارة أمام التلاميذ لنسهل عليهم عملية التصور المهارة، و بعد ذلك إعطاء التلميذ بعض المحاولات الحرة لتأقلم مع المهارات المبرجة في الإختبار و بعد ذلك تنظيم التلاميذ و قيام التلاميذ بالإختبار كل تلميذ على حدى وذلك مع ملاءمة إستمارة و تمت هذه العملية على مرحلتين و هذا للتحقق من ثبات و صدق الإختبار، و أجريت هاتين المرحلتين كالآتي :

أ- المرحلة الأولى :

تمت المرحلة الأولى من تنفيذ الإختبار بتاريخ 20-01-2014 على الساعة 14:30 زوالا

ب- المرحلة الثانية :

تمت المرحلة الأولى من تنفيذ الإختبار بتاريخ 27-01-2014 على الساعة 14:30 زوالا .

6- الأسس العلمية للإختبارات :

لكي يتم استخدام و تطبيق بعض الإختبارات و المقاييس ينبغي مراعاة العديد من الشروط و الأسس العلمية و

هي كما يلي :

معامل الصدق	معامل الثبات	القياس البعدي		القياس القبلي		
		ع	س	ع	س	
0,98	0.98	0.43	5.3	0.32	5.2	إختبار الدرجة الأمامية
0,98	0.97	0.6	5.5	0.72	5.9	إختبار الدرجة الخلفية

0,98	0,99	0,54	5,9	0,9	6,3	اختبار الوقوف على الرأس
0,98	0,97	0,48	5,8	0,8	6,2	اختبار الوقوف على الكتفين

حجم العينة (10) - درجة الحرية (ن-1) - مستوى الدلالة 0.05 القيم الجدولية 0.60

الجدول رقم (01) يوضح الأسس العلمية للإختبار (صدق و ثبات الإختبارات)

1-6- الثبات الإختبار :

يعني ثبات الإختبار أنه إذا ما أعيد الإختبار على نفس الظروف يعطي نتائج معنوية أي وجود معامل الارتباط

كبير بين نتائج الإختبار. (المجيد، 1999، صفحة 70)

و يقصد به كذلك درجة الركود على النتائج المقياس و درجة الثقة في هذه النتائج فضلا على ثبات النتائج و عدم

تغيرها ، وذلك أن الإختبار لا يتغير في النتيجة (أي ذو قيمة ثابتة) خلال التكرار أو الإعادة و بمعنى آخر إعطاء ثبات

للنتائج التي تحصل عليها الطالب إذا ما أعيدت التجربة على نفس المجموعة المشابهة(المهادي، 1999، صفحة 109)

استخدام الباحثان إحدى طرق حساب ثبات الاختبار و هي طريقة تطبيق الاختبار و إعادة تطبيقه (معامل

الارتباط (test - retest) للتأكد من مدى دقة و استقرار نتائج الاختبار و يهدف هذا الأسلوب إلى تحديد نسبة و

عوامل المؤقتة او الموقفية المؤثرة في الاختبار و على هذه الطريقة قام الباحثان بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني

قدره أسبوع مع تثبيت كل المتغيرات (نفس العينة ، نفس المكان ، نفس التوقيت) .

بعد حساب معامل الارتباط لبيرسون قمنا بالكشف في الجدول الدلالات الارتباط لمعرفة ثبات الاختبار عند درجة الحرية

(ن-1) و عند مستوى الدلالة 0,05 تبين أن هذه الاختبارات تتميز بدرجة ثبات عالية ، حيث أن كل القيم المتحصل

عليها كانت عالية حيث بلغت أدنى قيمة 0,97 أما أعلى قيمة 0,98 و هي أكبر من القيمة الجدولية التي تساوي (

0,60) مما يشير إلى الارتباط القوي الحاصل بين نتائج الاختبار القبلي و البعدي.

2-6- الصدق الاختبار:

يعتبر الصدق أهم شروط الاختبار الجيد الذي يدل على مدى تحقيق الاختبار لهدفه الذي وضع من أجله ، و

يقصد بصدق الاختبار مدى صلاحية الاختبار لقياس ما وضع لقياسه (الحفيظ، 1993، صفحة 146)

من خلال النتائج الإحصائية المدونة في الجدول السابق بين أن الاختبارات تتميز بدرجة عالية من الصدق الذاتي كون القيم المحسوبة لمعامل الصدق الذاتي للاختبارات أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بيرسون حيث كل مؤشرات الثبات كانت على القيمة 0,98 وهي أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط والتي بلغت 0,60 و هذا عند مستوى الدلالة الإحصائية 0,05 و درجة الحرية 09

6-3- الموضوعية :

ترجع موضوعية الاختبار إلى مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار وحساب الدرجات أو النتائج الخاصة به، وتظهر موضوعية الاختبار حينما يقوم مجموعة من المدرسين أو المحكمين بحساب درجات الاختبار في نفس الوقت عندما يطبق الاختبار على مجموعة من الأفراد، ثم يحصلون تقريبا على نفس النتائج، وذلك مع التسليم بأن المدرسين أو المحكمين مؤهلون للقيام بهذه المهمة بدرجة عالية ومتكافئة^(الأخرون، 1989، صفحة 202)

وعليه استخدم الطالبان اختبارات واضحة وسهلة وهم ذات موضوعية كبيرة و قد تم اختيارها بمساعدة من مدرب

متخصص في هذه الرياضة و بموافقة من الأستاذ المشرف و بعض الأساتذة و الدكاترة المعهد التربية البدنية و الرياضة .

خلاصة الفصل :

لقد تضمن هذا الفصل الدراسة الإستطلاعية حول المشكلة بحيث تعتبر قاعدة ترتكز عليها في تحديد المشكلة بإضافة إلى ضبط متغيرات البحث و الوسائل المساعدة بهدف الوصول إلى كشف عن الحقيقة عن طريق الدراسة الأساسية التي يقبل الطالبان على ذكرها في الفصل التالي ، وبهذا تعتبر الدراسة الإستطلاعية مرحلة تمهيد لدراسة الأساسية التي هي محور و أساس عملنا و جوهر بحثنا .

الفصل الثاني

منهجية البحث و الدراسة الميدانية

- تمهيد
- منهج البحث
- عينة البحث
- مجالات البحث
- متغيرات البحث
- أدوات البحث
- الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث
- صعوبات البحث
- خلاصة

تمهيد:

يعتبر هذا الفصل جوهر البحث، حيث يتم فيه معالجة مشكلة البحث المطروحة، والتي تناولت في مضمونها أثر استخدام الأسلوب التدريبي على تعلم بعض المهارات الأساسية في الجمباز الأرضي لفئة (06- 09) سنوات، حيث يتضمن هذا القسم من الدراسة وصفا للعينة المستخدمة، ومجالات البحث والأدوات التي تم تطبيقها على أفراد العينة، والأسلوب الإحصائي الذي اتبعه الطالبان في بحثهما.

1- منهج البحث:

وعلى ضوء هذا اتبع الطالبان المنهج التجريبي الملائم لطبيعة البحث ومشكلته المطروحة والمناسب للوصول إلى نتائج ذات درجة عالية من الموضوعية، فتستخدم فيه التجربة لإثبات الفروض، ويعتبر المنهج التجريبي من أفضل مناهج البحث العلمي لأنه يعتمد بالأساس على التجربة العلمية القائمة على قواعد المنهج العلمي، مما يتيح فرصة عملية لاختبار الاستنتاجات والتأكد من تطابقها مع الحقائق الموضوعية. (عثمان، 2001، صفحة 18)

2- عينة مجتمع البحث:

أ - مجتمع البحث :

لقد تم إختيار العينة من مجتمع مدرسة مكويي مأمون في ولاية معسكر و هي المدرسة الوحيدة التي قبل مديرها قيام الطالبان بالدراسة و تطبيق البرنامج على تلاميذ هذه المدرسة و كان على حسب مدير المدرسة المذكورة بأن عدد ذكور هذه المدرسة بعدد 182 أما بتفصيل فهو كالتالي :

- السنة الأولى إبتدائي بلغ عدد ذكور هذا المستوى ب 67
- السنة الثانية ابتدائي بلغ عدد ذكور هذا المستوى ب 58
- السنة الثالثة ابتدائي بلغ عدد ذكور هذا المستوى ب 57

أما بخصوص التجربة التي قاما بها الطالبان اشتملت عينة البحث على (46) طفل كلهم ذكور حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية وقد تراوحت أعمارهم بين (06-09) سنوات، تم تقسيمهم إلى ثلاثة مجموعات:

أ- العينة التجريبية: عدد أفرادها (18) ذكور.

ب- العينة الضابطة: عدد أفرادها (18) ذكور.

ت- العينة التجريبية الاستطلاعية : عدد أفرادها (10) ذكور

3-مجالات البحث:

3-1- المجال المكاني:

✓ تم العمل في الدراسة الاستطلاعية في مدرسة رويحي لخضر لولاية معسكر .

✓ تم العمل في الدراسة الأساسية في مدرسة الابتدائية مكويي مأمون لولاية معسكر.

3-2-المجال البشري:

✓ تمت الدراسة على تلاميذ من المدرسة المذكورة سابقا، والذين تتراوح أعمارهم ما بين (06-09)

سنوات، حيث بلغ مجموعهم (46) ويمثلون المجتمع الأصلي للفتة العمرية المقصودة.

✓ تم أخذ (10) تلاميذ من المجتمع الأصلي بطريقة عشوائية طبقت عليهم الدراسة الإستطلاعية ، ثم تم

تعيين عينة البحث والتي شملت (36) طفل لتجربة الرئيسية أخذوا بطريقة عشوائية، حيث قسمت إلى

مجموعتين، تجريبية وضابطة شملت كل مجموعة (18) اطفال.

3-3- المجال الزمني:

تم انجاز العمل التجريبي خلال مرحلتين أساسيتين:

✓ المرحلة الأولى : فترة انجاز التجربة الاستطلاعية :

تم فيها تطبيق اختبارات المقررة من طرف الطالبان القبليّة والبعدية في الفترة الآتية :

✓ الاختبارات القبليّة: يوم الإثنين 20 جانفي 2014.

✓ الاختبارات البعدية: يوم الإثنين 27 جانفي 2014.

• المرحلة الثانية: فترة انجاز الدراسة الأساسية:

امتدت هذه الدراسة من 2014/02/13 إلى غاية 2014/04/24.

وخلال هذه الفترة الزمنية أُنجزت الاختبارات القبليّة يوم 2014/02/13.

و بعدها طبقت الوحدات التعليمية المقترحة من طرف الطالبان على العينة التجريبيّة في الفترة المحصورة ما

بين 2014/02/17 و 2014/04/21 ، ودامت مدة كل حصّة 60 دقيقة، وطبقت كل وحدة تعليمية مرتين في

نفس الأسبوع.

✓ أما العينة الضابطة فتكرت تمارس حصصها تحت إشراف معلمها.

وقد أجريت الاختبارات البعدية يوم : 2014/04/24 ، حيث طبق الباحثان الاختبارات نفسها.

4- متغيرات البحث:

4-1- المتغير المستقل: تأثير الأسلوب التدريبي.

4-2- المتغير التابع: تعلم بعض مهارات الأساسية في رياضة الجمباز.

4-3- المتغير المحرّج.:

إن الدراسة الميدانية تتطلب ضبط للمتغيرات قصد التحكم فيها من جهة وعزل بقية المتغيرات الأخرى وبدون هذا

النتائج التي يصل إليها الباحثان مستعصية على التحليل والتصنيف والتفسير ويذكر محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب "

يصعب على الباحث أن يتعرف على المسببات الحقيقية للنتائج بدون ممارسة الباحث لإجراءات الضبط الصحيحة ".

(راتب، 1994، صفحة 243)

وعلى هذا الأساس قام الباحثان بمجموعة من الإجراءات لضبط متغيرات قصد التحكم فيها أو عزلها والتي تمثلت

فيما يلي:

1 - .- الاعتماد على القسم الذي لديه الجاهزية الكاملة ويناسب أهداف بحثنا.

- 2 - عدم الاعتماد على التلاميذ الذين لم يتم إجراء عليهم الاختبار القبلي و المعفيين.
- 3 - الاعتماد على أساتذة المادة في تعديل وتصحيح البرنامج والاهداف التعليمية (الحصص التعليمية).
- 4 - إستعمال الصور في تصحيح الأخطاء.
- 5 - حرص الباحثان على حضور جميع التلميذ في كامل الحصص التعليمية .

5- أدوات البحث:

هي الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل المشكلته مهما كانت تلك الأدوات ، بيانات ، عينات ، أجهزة ... إلخ و لهذا فعل الباحث أن يستخدم عدة أدوات من أجل القيام بالبحث بالشكل الذي يضمن له بالنهاية الوصول إلى الهدف ، و عليه فيتوجب على الباحث أن يختار أنسب الطرق و الأدوات التي يستطيع بها اختيار صدق فروضه (حاسم، 1985).

إن الأدوات التي استخدمها الباحثان في إجراء بحثهما التي اعترناها محورا نستند عليه و توظفه للوصول إلى الغاية التي بنيت عليها أهدافنا و فرضياتنا من خلال المشكلة التي طرحناها وقد إستندنا في كشف جوانب البحث و تحديدها على ما يلي :

1-5- مصادر و المراجع :

هي عملية سرد المعطيات و المعارف النظرية المرتبطة بالموضوع و تماشى و أهداف البحث و الوصول إلى صيغة علمية نخدم العمل و لإيجاد توضيحات للنقاط الغامضة ، ومن خلال الإستناد على المراجع و المصادر العلمية من الكتب و المجالات كل هذا من أجل توضيح الموضوع و كشف جوانبه .

2-5- الزيارات الميدانية :

و لغرض التأكد من الأهداف المشكلة قام الباحثان بزيارات ميدانية في عين المكان في المدارس الإبتدائية لتتأكد من وضعية دروس التربية البدنية و الرياضية الخاصة بهذا الطور بالرغم من أننا قمنا بالإطلاع على الكثير من الرسائل الجامعية التي قام بها طلبة المدرسة العليا خلال سنوات مضت و التي تم فيها الإشارة إلى وضعية السيئة لدروس التربية البدنية و الرياضية .

5-3- العتاد الرياضي :

نظرا لنقص العتاد المتوفر في المدارس الابتدائية كان على أقل شيء إيجاد مدرسة تتوفر فيها وسائل تساعد الطالبان على

أجراء الدراسة على الشكل المطلوب :

- ساحة المدرسة
- بساط إسفنجي ملائم للحركات الجمباز الأرضي .
- سبورة لشرح
- وثائق مساعدة لشرح خطوات الحركات
- أقماع
- صافرة
- ميثاقتي

5-4- الإختبارات المبرمجة في الدراسة :

تم إختيار هذه الإختبارات وفق دراسة مسبقة و محددة تناسب هذه المرحلة العمرية :

5-4-1- إختبارين في حركات الأرضية الدحرجات :

5-4-1-1- إختبار الدحرجة الأمامية : 05 خصائص المهارة

الهدف: الوعي بالجسد خلال الدوران و التحكم فيها (الإحساس الجسدي في المكان)

الإجراءات: الجلوس وضعية القرفصاء - الذراعين عاليا - وضع اليدين على الأرض أمام الجسد ، ثم يميل

بالجسد على الأمام مع ثني الذراعين ليتدحرج على العرضي الوهمي .

5-4-1-2- إختبار الدحرجة الخلفية : 05 خصائص المهارة

الهدف: الوعي بالجسد و التحكم فيه .

الإجراءات: الجلوس وضعية القرفصاء - وضع الكتفين قرب الأذنين - التدحرج إلى الخلف مع إحداب

الظهر ، وضع الرجلين على الأرض و رفع الرأس بالارتكاز على اليدين (الذراعين).

5-4-2- إختبارين في حركات الثبات :

5-4-2-1- إختبار الوقوف على الكتفين (الشمعة) : 05 خصائص المهارة

الهدف: التحكم في الجسد و هيكلته و تنمية التوازن

الإجراءات: جالسا و الأرجل ممتدان مضمومتان ، اليدين على الجانب من الحوض ، تأرجح للخلف و الظهر

مسطح مع رفع الحوض و الرجلين نحو الأعلى تدريجيا .

5-4-2-2- إختبار الوقوف على الرأس : 05 خصائص المهارة

الهدف: التوازن و التحكم في الجسم

الإجراءات: إنطلاقا من الإرتكاز على القوائم الأربعة و الجبهة (الجبهة و اليدين تشكلان مثلا متساوي الأضلاع)

رفع الحوض و الرجلين ممدودين و مضمومين عموديا بالتدريج .

بحيث تكون التقييم على كل خاصية من الخصائص بوضع علامة (X) في خانة تظهر أو تظهر

نوعا ما أو خانة لا تظهر .

5-4-3- طريقة تقييم الإستمارة الإختبار :

بحيث تكون التقييم على كل خاصية من الخصائص بوضع علامة (X) في خانة تظهر أو تظهر

نوعا ما أو خانة لا تظهر .

بعد تقييم العينة يتم تفرغ كل مهارة على حدى وما يحتويه من خصائص ثم تحويل الدرجات الخام

إلى درجات معيارية وهي كالآتي :

- عند التقييم بعبارة يظهر = 03 درجات
- عند التقييم بعبارة يظهر نوعا ما = 02 درجتين
- عند التقييم بعبارة لا يظهر = 01 درجة واحدة

5-4-4- الإختبار القبلي :

تم إجراء الإختبار على العينة التجريبية و الضابطة مستخدمة في ذلك الحركات الجمبازية الأرضية التالية :

الدرجة الأمامية - الدرجة الخلفية- الشمعة (الوقوف على الكتفين) - الوقوف على الرأس

فقد أجري الإختبار في ساحة المدرسة الابتدائية مكبوي مأمون بمعسكر بعد تجهيز المكان ، و استغرقت مدة الإختبار يوم

واحد العينة الضابطة صباحا و العينة التجريبية مساء 2014/02/13 و هذا ضمن الفترات المقررة لدرس التربية البدنية

و الرياضية من إدارة المدرسة خاصة بكل قسم و أعطيت للتلاميذ محاولتين قبل البدء في الإختبار حتى يتسنى لهم تفهم

الإختبار المقصود و ذلك بعد الشرح الشفوي و العرض للحركات من طرف الطالبان .

5-4-5 البرنامج التعليمي :

الحصة التعليمية الثانية و الثالثة



إحماء بسيط لتلاميذ : المشي بأنواعه و الهولة الجري و القفز.

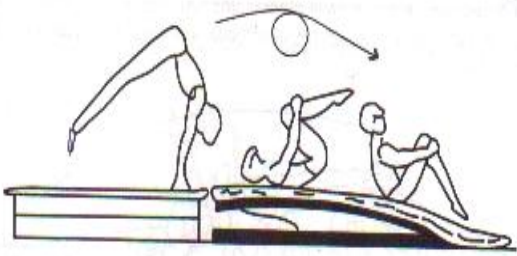
المهارة الدحرجة الأمامية

قيام بحركات تمهيدية للمهارة لنهائية : استلقاء على البساط و

ضم الأرجل الى الصدر و تدحرج أمام ثم الخلف

القيام بالدحرجة الأمامية على مستوى مائل لمساعدة التلميذ

في عملية التكرار و الـدفع



بالأرجل مع التكرار متواصل.

القيام بالدحرجة الأمامية على البساط بالمساعدة و قيام

بعملية التصحيح و تزويد التلميذ بالتغذية الراجعة تكرر

الحركة عدة مرات

تمارين الإسترخاء : ألعاب خفيفة ترويجية

الحصة التعليمية الأولى :

عبارة عن حصة تمهيدية

التعرف على الأجهزة و ميدان

-6 عرض بعض الصور للحركات الأرضية

-7 قيام الطالبان بحركات أمام التلاميذ لمعرفة

الأهداف المبرمجة لإكتساب المهارات المبرمجة

في الإختبارات

-8 ألعاب ترويجية تخدم البرنامج التعليمي

الحصة التعليمية الرابعة و الخامسة

إحماء بسيط لتلاميذ : المشي بأنواعه و الهرولة الجري و

القفز. و القيام بالدرجة الأمامية

المهارة بالدرجة الخلفية

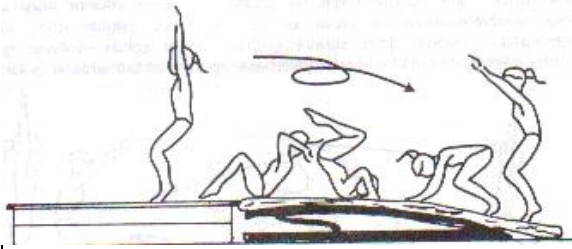
قيام بحركات تمهيدية للمهارة لنهائية : استلقاء على البساط

و ضم الأرجل الى الصدر و تدحرج أمام ثم الخلف

القيام بالدرجة الخلفية على مستوى مائل لمساعدة التليذ

في عملية التكور و الدفع بالأرجل إلى الخلف مع التكرار

متواصل



القيام بالدرجة الخلفية على البساط بالمساعدة و قيام

بعملية التصحيح وضعية اليدين ، الأرجل و تزويد التلميذ

بالتغذية الراجعة تكرار الحركة عدة مرات

تمارين الإسترخاء : ألعاب خفيفة ترويجية

الحصة التعليمية السادسة و

السابعة

إحماء بسيط لتلاميذ : المشي بأنواعه و

الهرولة الجري و القفز.

التطرق للمهارات السابقة الدرجة الأمامية و الخلفية في

عملية الإحماء

المهارة الوقوف على الكتفين

يرقد على الظهر، اليدين بجانب الظهر.

- يضم الركبتين على الصدر- و الوصول إلى وضع التكور الخلفي.

- نفس التمرين السابق و إسناد الجذع بالكتفين من الجانبين.

- الوقوف على الكتفين في وضع التكور.

- نفس التمرين السابق و فرد مفصلي الفخذين بإبعاد الركبتين على الصدر.

- نفس التمرين السابق و فرد مفصل الركبة بإبعاد الكعب عن المقعدة.

- أداء مهارة الوقوف على الكتفين مجزأة.

قيام بحركات تمهيدية للمهارة لنهائية : استلقاء على الظهر

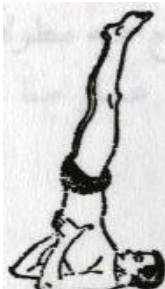
و قيام بعملية التصحيح و تزويد التلميذ بالتغذية الراجعة

تكرار الحركة عدة

مرات

تمارين الإسترخاء :

ألعاب خفيفة



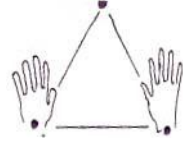
الحصة التعليمية الثامنة و التاسعة

إحماء بسيط لتلاميذ : المشي بأنواعه و الهرولة الجري و القفز و القفز.

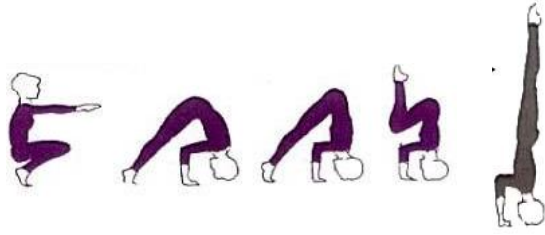
التطرق للمهارات السابقة الدرجة الأمامية و الخلفية و الوقوف على الكتفين في عملية الإحماء.

مهارة الوقوف على الرأس :

- يجلس جلوس الجثو، ويضع الجبهة على الأرض.
- نفس التمرين مع دفع الأرض بالقدمين لنقل ثقل الجسم على قاعدة الارتكاز وهي اليدين والجبهة.
- من الوضع السابق مع فرد الفخذ بإبعاده عن الصدر.
- نفس الوضعية، مع فرد مفصل الركبة وذلك بإبعاد الساق عن الفخذ وفرد مشطبي القدمين.
- أداء المهارة كاملة بالسند و ببطء مع فرد زوايا الجسم.
- أداء المهارة الشكل النهائي بدون سند.



- تكرار الحركة عدة مرات لتأقلم مع طريقة الأداء



القيام بألعاب ترويحية تتضمن مهارة الوقوف على الرأس

الحصة التعليمية العاشرة و الحادي عشر

إحماء بسيط لتلاميذ : المشي بأنواعه و الهرولة الجري و القفز. التطرق للمهارات السابقة الدرجة الأمامية و الخلفية و

الوقوف على الكتفين و الوقوف على الرأس

تكرار الحركات السابق التطرق إليها

1- بالدحرجة الأمامية : نفس المراحل الحصة 2-3

التدرج من السهل إلى الصعب في مراحل الحركة

معتصحيح وضعية الأقدام و اليدين

دوران حول محور الأفقي في خط مستقيم

عدم ملاسة الرأس للباساط عند عملية الدوران

ضم الرجلين و ملاسة اللحية إلى الصدر عند القيام

بالحركة الكاملة

عدم إستعمال اليدين عند محاولة الوقوف

الحصة التعليمية الثاني عشر و الثالث عشر

إحماء بسيط لتلاميذ : المشي بأنواعه و الهرولة الجري و القفز .

التطرق للمهارات السابقة الدرجة الأمامية و الخلفية و

الوقوف على الكتفين و الوقوف على الرأس

تكرار الحركات السابق التطرق إليها

2- بالدرجة الخلفية: نفس المراحل الحصة 4-5

التدرج من السهل إلى الصعب في مراحل الحركة

معتصحيح وضعية الأقدام و اليدين

تكوير و تقوس الظهر عند محاولة الدوران

دوران حول محور الأفقي في خط مستقيم

ضم الرجلين و ملامسة اللحية إلى الصدر عند القيام

بالحركة الكاملة

محاولة عدم لمس الرأس لللبساط أثناء الدوران

تكرار الحركة أو المهارة عدة مرات

ألعاب ترفيهية : إستعمال ألعاب تتضمن الدرجة

الخلفية

الحصة التعليمية الرابع عشر و خامس عشر

إحماء بسيط لتلاميذ : المشي بأنواعه و الهرولة الجري و القفز .

التطرق للمهارات السابقة الدرجة الأمامية و الخلفية و

الوقوف على الكتفين و الوقوف على الرأس

تكرار الحركات السابق التطرق إليها

3 الوقوف على الكتفين : نفس المراحل الحصة 6-7

التدرج من السهل إلى الصعب في مراحل الحركة

يرقد على الظهر، اليدين بجانب الظهر.

- يضم الركبتين على الصدر- و الوصول إلى وضع التكور الخلفي.

- نفس التمرين السابق و إسناد الجذع بالكتفين من الجانبين.

- الوقوف على الكتفين في وضع التكور.

- نفس التمرين السابق و فرد مفصلي الفخذين بإبعاد الركبتين على الصدر.

- نفس التمرين السابق و فرد مفصل الركبة بإبعاد الكعب عن المقعدة.

- أداء مهارة الوقوف على الكتفين مجزأة.

قيام بحركات تمهيدية للمهارة لنهاية : استلقاء على الظهر

و قيام بعملية التصحيح و تزويد التلميذ بالتغذية الراجعة

تكرار الحركة عدة مرات

تمارين الإسترخاء : ألعاب خفيفة ترويجية تتضمن مهارة

الشمعة (الوقوف على الكتفين

الحصة التعليمية السادسة عشر و الأخيرة

إحماء بسيط لتلاميذ : المشي بأنواعه و الهولة الجري و القفز.

التطرق للمهارات السابقة الدرحة الأمامية و الخلفية و الوقوف على الكتفين و الوقوف على الرأس

تكرار الحركات السابق التطرق إليها

1- الوقوف على الرأس: نفس المراحل الحصة 8-9

التدرج من السهل إلى الصعب في مراحل الحركة ،بجلس جلوس الجثو، ويضع الجبهة على الأرض، نفس التمرين مع دفع

الأرض بالقدمين لنقل ثقل الجسم على قاعدة الارتكاز وهي اليدين والجبهة ، من الوضع السابق مع فرد الفخذ بإبعاده

عن الصدر. نفس الوضعية، مع فرد مفصل الركبة وذلك بإبعاد الساق عن الفخذ وفرد مشطي القدمين.

- أداء المهارة كاملة بالسند وبيضاء مع فرد زوايا الجسم ثم أداء المهارة بالشكل النهائي بدون سند.

- تكرار الحركة عدة مرات لتأقلم مع طريقة الأداء .

جدول رقم (02) الذي يوضح البرنامج التعليمي المطبق على العينة التجريبية

❖ التجربة الرئيسية:

• خطوات تطبيق الوحدات التعليمية:

بعد إجراء التجربة الاستطلاعية وملاحظة النقص الذي يعاني منه تلاميذ المدرسة، خاصة من جانب القدرات الإدراكية الحركية، ارتأى الباحثان وضع وحدات تعليمية خاصة ببعض الحركات الأرضية لرياضة الجمباز، والتي بلغ عددها ثمانية (08) وحدات تم تطبيقها في مدة زمنية قدرها شهرين، حيث شملت هذه الوحدات الحركات الأرضية التالية:

- تمارين المرونة والرشاقة.
- الوقوف على الكتفين.
- الدرجة الأمامية المكورة .
- الدرجة الخلفية المكورة
- الوقوف على الرأس.

وتم تطبيق كل وحدة تعليمية مرتين في الأسبوع (الاثنين و الخميس). وكما هو معمول به فإن كل وحدة تعليمية

قسمت إلى ثلاثة مراحل، ولكل مرحلة منها محتواها الخاص، وهي كالاتي:

✓ المرحلة التحضيرية: وتتكون هذه المرحلة من جزأين هما:

- **الجزء الأول:** ويشمل الجانب الإداري والنفسي، حيث يتم استقبال الاطفال وتنظيمهم وتهيئتهم نفسيا للدخول في الحصة التعليمية.

- **الجزء الثاني:** يتم فيه تأدية تمارين الإحماء العام والخاص لتهيئة مختلف أجهزة الجسم والمجموع العضلية للعمل المراد القيام به في تلك الحصة التعليمية، وذلك من أجل تفادي الإصابات.

✓ المرحلة الرئيسية: وينقسم إلى جزأين هما:

- **الجزء التعليمي:** وفيه يتم تزويد الاطفال بالمعلومات أو الخبرات التعليمية، وعن كيفية الأداء مع الطريقة والوضع الصحيح.

– الجزء التطبيقي: وهو أساس الوحدة التعليمية، حيث يتم فيه الانجاز الفعلي للواجبات الحركية المبرمجة خلال تطبيق

الألعاب والتمارين الحركية ومهارات الحركات الأرضية المراد تعلمها.

✓ المرحلة الختامية: في هذا القسم يتم الرجوع بأجهزة الجسم ووظائفه إلى حالة الراحة، ويستعان فيه بتمارين

المشي والاسترخاء.

❖ تحليل بناء الوحدة التعليمية: إن الوقت المخصص لكل وحدة تعليمية قدر بـ 45 دقيقة، يتم تقسيمها

على المراحل الثلاث المذكورة سابقا كما هو موضح في الجدول رقم (03):

النسبة المئوية		التوقيت (بالدقيقة)		المراحل	
%33,33	%11,11	د20	د 05	التحضير النفسي	المرحلة
	%22,22		د 15	التحضير البدني	التحضيرية
%55,55	%11,11	د 35	د 15	الجزء التعليمي	المرحلة
	44,44		د 20	الجزء التطبيقي	الرئيسية
%11,11		د 05		المرحلة الختامية	
%100		د60		المجموع	

الجدول رقم (03) يوضح الحجم الزمني والنسب المئوية للوحدة التعليمية

5-4-7- الاختبار البعدي :

تم إجراء الاختبار البعدي على العينة الضابطة باستخدام نفس الاختبارات و الحركات الجمبازية مستخدمة في الاختبار القبلي ، ثم على العينة التجريبية التي تم تطبيق عليها البرنامج التعليمي من خلال الوحدات التعليمية المقترحة في نفس المكان الذي هو ساحة المدرسة مكبوي مأمون بمعسكر و بنفس الأدوات و دامت مدة الاختبار البعدي يوم واحد صباحا العينة الضابطة و مساء العينة التجريبية من 2014/04/24 في نفس الحصة المقررة من طرف ادارة المدرسة فأعطيت محاولتين للتلاميذ قبل الشروع في أداء الاختبار .

6- الوسائل الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

1-6- المتوسط الحسابي:

والهدف منه الحصول على متوسط المختبرين في الاختبارات البدنية والحركية، بالإضافة على ذلك فهو ضروري لاستخراج الانحراف المعياري وبحسب بالمعادلة الآتية:

$$\text{مجم س} = \frac{\sum \text{س}}{\text{ن}} \quad \text{حيث: س: المتوسط الحسابي.}$$

ن: مجموع الدرجات.

ن: أفراد العينة.

2-6- الانحراف المعياري:

من أهم مقاييس التشتت، إذ لاحظنا مدى تقارب أو تباعد قيمة المفردات (درجة المفحوص) عن المتوسط (النزعة المركزية) باستخدام جذر الانحرافات ع متوسطها، وبحسب كما يلي:

$$\text{ع} = \sqrt{\frac{\sum (\text{س} - \text{مجم س})^2}{\text{ن} - 1}}$$

حيث: ع: الانحراف المعياري. ن: حجم العينة.

مجم س²: مجموع مربعات الانحراف عن المتوسط.

3-6- معامل الارتباط البسيط لكارل بيرسون:

والهدف منه معرفة مدى العلاقة الارتباطية بين الاختبارين بالرجوع إلى جدول الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط

بيرسون، إذا كانت النتيجة أكبر من القيمة الجدولية فإن الترابط يكون

قويا والعكس بالعكس والعكس صحيح، وبحسب بالمعادلة:

$$r = \frac{\text{مج (ح س} \times \text{ح ص)}}{\sqrt{\text{مج (ح س)}^2 \times \text{مج (ح ص)}^2}}$$

حيث: ر: معامل الارتباط.

ح س: انحراف القيم الأولى عن متوسطها.

ح ص: انحراف القيم الثانية عن متوسطها.

4-6- الصدق الذاتي:

يطلق عليه أيضا مؤشر الثبات وهو صدق الدرجات التجريبية لاختبار الدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس،

وبذلك تصبح الحقيقة للاختبار هي المحك الذي ينسب إليه صدق الاختبار

يقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار كما هو موضح في المعادلة الإحصائية الموالية:

$$\text{الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل الثبات}}$$

5-6- اختبار الدلالة الإحصائية:

يعمل اختبار الدلالة الإحصائية لقياس دلالة فروق المتوسطات المرتبطة وغير المرتبطة والعينات المتساوية والغير متساوية.

واستخدم الطالبان المعادلة :

المعادلة الثانية:(الله، 1990، صفحة 190)

تستخدم لمعرفة الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينتين وكذلك في مدى التجانس بين العينة الضابطة

والتحريبية في نتائج الاختبار القبلي وهي كالآتي:

$$t = \frac{\bar{s}_1 - \bar{s}_2}{\sqrt{\frac{e_1^2 + e_2^2}{n-1}}}$$

حيث: s_1 : المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى.

s_2 : المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية.

e_1 : الانحراف المعياري لدرجات المجموعة الأولى.

e_2 : الانحراف المعياري لدرجات المجموعة الثانية.

$n-1$: درجة الحرية.

7- صعوبات البحث:

- قلة البحوث والدراسات السابقة التي تناولت موضوع البحث حول الأساليب التدريس .
- صعوبة الاتصال مع الفئة المقصودة مما يعرقل السير الحسن في الاتصال معهم وشرح الأداء.
- قلة الأخصائيين والمربين بالمدرسة المقصودة.
- قصر الفترة الزمنية المتاحة لهذه الدراسة.
- صعوبة الحصول على تسهيل مهمة من مديرية التربية لولاية معسكر لسوء الأحوال داخل الإطار الإداري لها .

خلاصة:

لقد تضمن هذا الفصل منهية البحث واجراءات الميدانية وطرحنا من خلالها مشكلة البحث واضح ومباشر، وارتكزنا في ذلك على المعاينة الميدانية للمشكلة ثم بعد ذلك قمنا بدراسة استطلاعية حول المشكلة بحيث تعتبر قاعدة تركز عليها في تحديد المشكلة بإضافة الى ضبط متغيرات البحث والوسائل المساعدة بهدف الوصول إلى الكشف عن الحقيقة عن طريق الدراسة الأساسية حيث إعتد الباحثان في هذا البحث المنهج التجريبي ثم إضافة كذلك غلى العينة و توزيعها على البرنامج الخاص ، ثم تكلم الباحثان عن الوسائل والأدوات المستعملة وفي الأخير جاءت الوسائل الاحصائية والمعادلات المناسبة من صحة فرضيات البحث المطروحة في دراستنا.

الفصل الثالث

عرض و مناقشة و تحليل النتائج

- تمهيد
- عرض و تحليل و مناقشة النتائج
- الإستنتاجات
- مناقشة الفرضيات
- خلاصة العامة
- الإقتراحات و التوصيات
- المصادر و المراجع
- الملخص البحث باللغة الأجنبية 1
- الملخص البحث باللغة الأجنبية 2
- الملخص البحث باللغة العربية
- الملاحق

تمهيد :

تتطلب المنهجية البحث عرض و مناقشة النتائج و مناقشتها و على هذا الأساس قام الطالبان في هذا الفصل بمعالجة النتائج الخام للإختبارات المقترحة على العينتين الضابطة و التجريبية باستخدام المقاييس الإحصائية ووضعها في جداول تسهل عملية ملاحظة الفرق و المقارنة بينها ومن ثم مناقشتها لغرض الوصول إلى تحقيق الأهداف البحث و التحقق من الفروضه .

1- عرض و تحليل و مناقشة نتائج الاختبارات :

1-1- نتائج المهارة الأولى : الدرجة الأمامية

1-1-1- نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية :

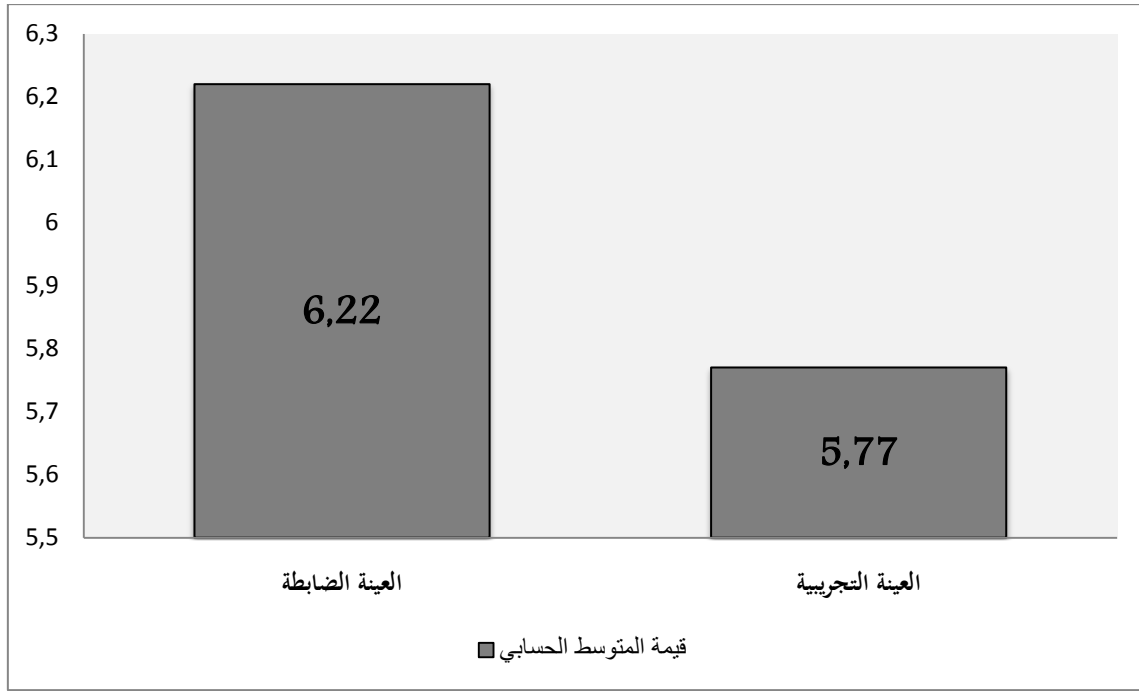
جدول رقم (04) يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية

الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية							
عدد	المتوسط	الانحراف	درجة	مستوى	قيمة ت	قيمة ت	الدلالة
العينة	الحسابي	المعياري	الحرية	الدلالة	المحسو	الجدولية	الإحصائية

		ب						
لا توجد	2.03	1.82	0.05	34	0.60	6.22	18	العينة الضابطة
دلالة					0.60	5.77	18	العينة التجريبية

من خلال الجدول رقم (04) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه لعينة البحث الضابطة (6.22) بانحراف معياري قدره (0.60) و قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث التجريبية (5.77) بانحراف معياري قدره (0.60) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و البالغة (1.82) اصغر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية و هذا يوضح تقارب مستوى العينتين الضابطة و التجريبية إثر الاختبار القبلي لمهارة الدحرجة الأمامية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (19) يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية



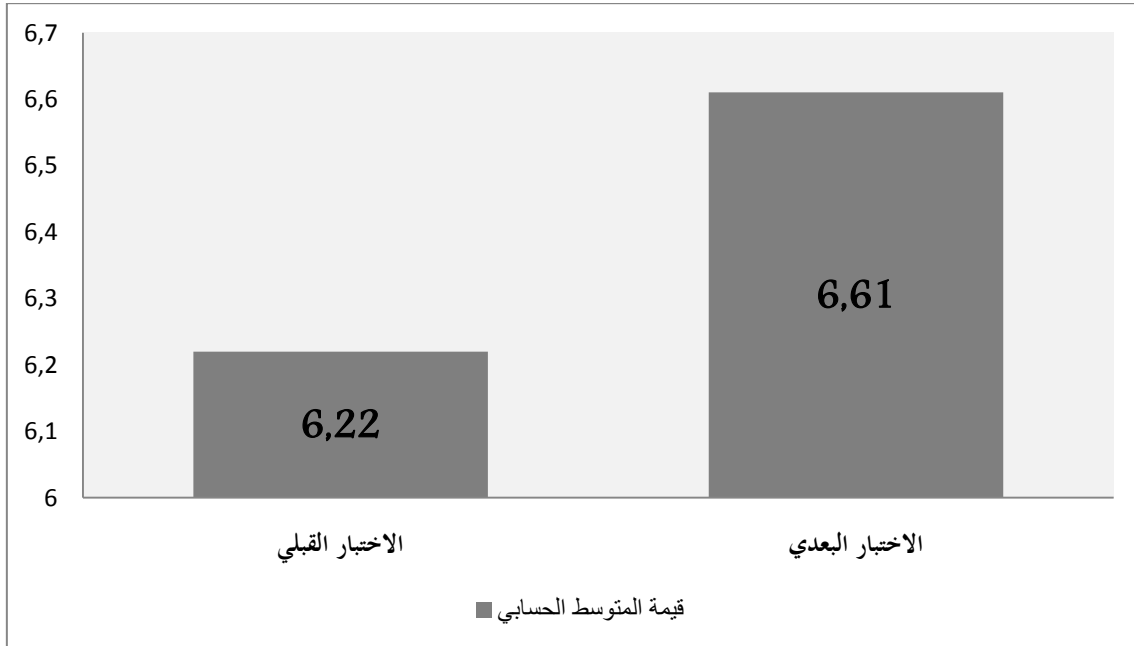
1-1-2- نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة :

جدول رقم (05) يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة

اختبار عينة البحث الضابطة							
الدلالة الإحصائية	الجدولية	قيمة المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة
توجد دلالة	2.03	2.71	0.05	17	0.60	6.22	18
					0.51	6.61	
							الاختبار القبلي
							الاختبار البعدي

من خلال الجدول رقم (05) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث المضابطة و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه للاختبار القبلي (6.22) بانحراف معياري قدره (0.60) و قيمة المتوسط الحسابي لعينة للاختبار البعدي (6.61) بانحراف معياري قدره (0.51) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و البالغة (2.71) أكبر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية و هذا يوضح تطور الحاصل على عينة البحث إثر الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث المضابطة و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (20) يوضح قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث المضابطة



3-1-1- نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية :

جدول رقم (06) يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية

اختبار عينة البحث التجريبية							
الدرجة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة المحسوبة	قيمة الجدولية	الدلالة الإحصائية
الاختبار القبلي	5.77	0.60	17	0.05	11.84	2.03	توجد دلالة
	11.11	1.77					

من خلال الجدول رقم (06) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية و الذي

بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه للاختبار القبلي (5.77) بانحراف معياري قدره (0.60) و قيمة المتوسط الحسابي

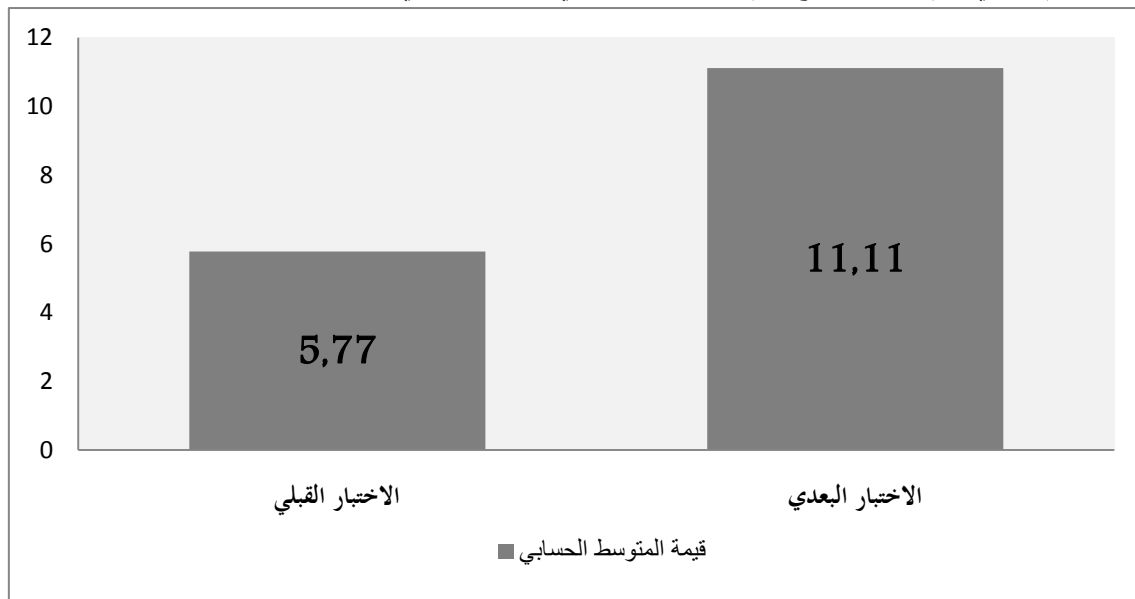
للاختبار البعدي (11.11) بانحراف معياري قدره (1.77) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة المحسوبة و

البالغة (11.84) أكبر من قيمة الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى وجود

فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي لعينة البحث التجريبية و هذا يوضح التطور للعينة التجريبية و الرسم

البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (21) يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية



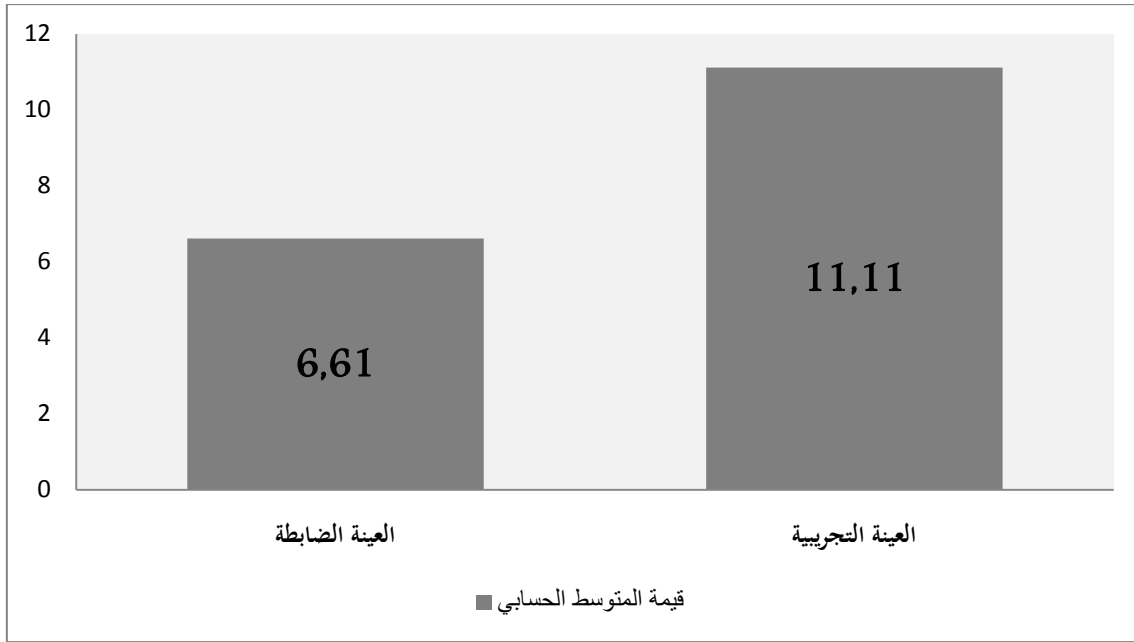
1-1-4- نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية :

جدول رقم (07) يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية

الاختبار البعدي لعينة البحث							
الدرجة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدلالة الإحصائية
العينة الضابطة	18	6.61	0.51	34	0.05	8.58	توجد دلالة
العينة التجريبية	18	11.11	1.77				

من خلال الجدول رقم (07) الذي يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه لعينة البحث الضابطة (6.61) بانحراف معياري قدره (0.51) و قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث التجريبية (11.11) بانحراف معياري قدره (1.77) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و البالغة (8.58) أكبر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح عينة البحث التجريبية و هذا يوضح التطور في المهارة إثر الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لصالح عينة البحث التجريبية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (22) يوضح قم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و لبعدي لعينة البحث الضابطة



2-1- مهارة الثانية : الدرجة الخلفية

1-2-1- نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية :

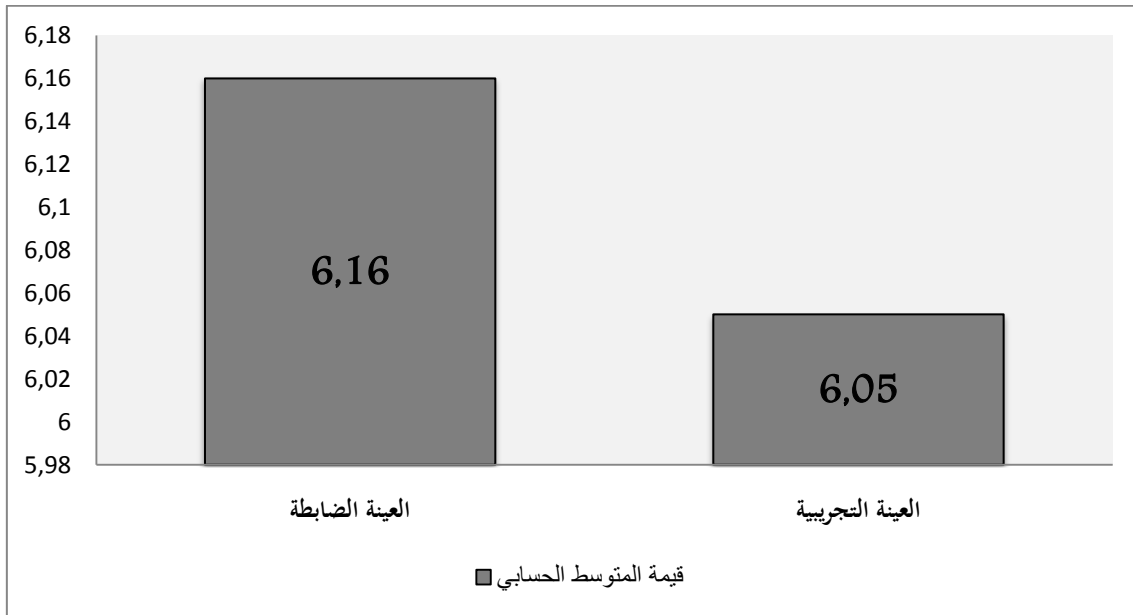
جدول رقم (08) يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية

الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية							
الدرجة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الحرية	مستوى الدلالة	قيمة المحسوبة	قيمة الجدولية	الدلالة الإحصائية
34	0.75	6.16	0.05	0.40	2.03	لا توجد	العينة الضابطة

دلالة					0.52	6.05	18	العينة التجريبية
-------	--	--	--	--	------	------	----	------------------

من خلال الجدول رقم (08) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه لعينة البحث الضابطة (6.16) بانحراف معياري قدره (0.75) و قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث التجريبية (6.05) بانحراف معياري قدره (0.52) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و البالغة (0.40) اصغر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية و هذا يوضح تقارب مستوى العينتين الضابطة و التجريبية إثر الاختبار القبلي لمهارة الدرجة الأمامية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (23) يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية



1-2-2- نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة :

جدول رقم (09) يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة

اختبار عينة البحث الضابطة							
الدرجة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة المحسوبة	قيمة الجدولية	الدلالة الإحصائية
الاختبار القبلي	6.16	0.75	17	0.05	1.76	2.03	لا توجد دلالة
	6.44	0.77					

من خلال الجدول رقم (09) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة و الذي

بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه للاختبار القبلي (6.16) بانحراف معياري قدره (0.75) و قيمة المتوسط الحسابي

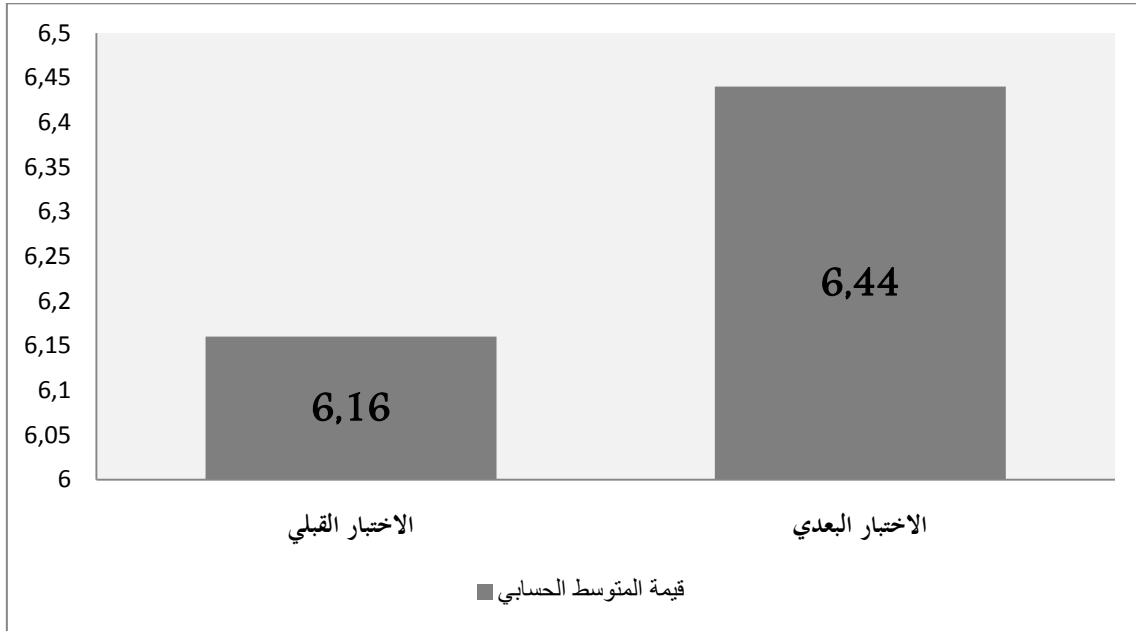
لعينة للاختبار البعدي (6.44) بانحراف معياري قدره (0.77) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و

البالغة (1.76) أصغر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى عدم

وجود فروق ذات دلالة إحصائية و هذا يوضح عدم تطور عينة البحث إثر الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث

الضابطة و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (24) يوضح قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة



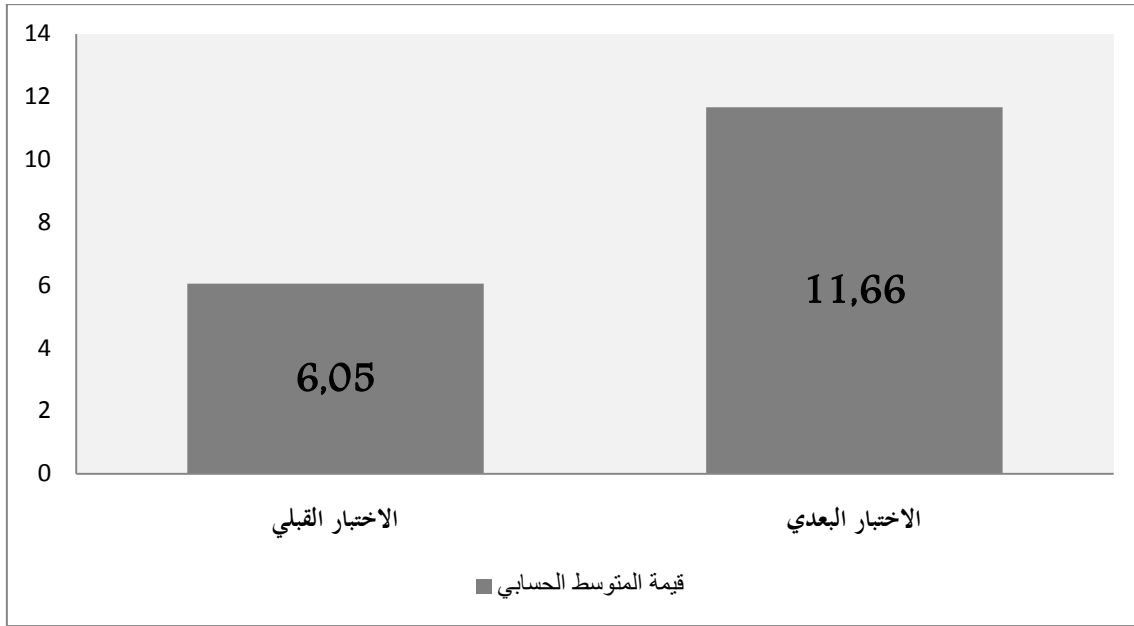
1-2-3- نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية :

جدول رقم (10) يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية

اختبار عينة البحث التجريبية							
العدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدلالة الإحصائية
18	6.05	0.52	17	0.05	14.75	2.03	توجد
	11.66	1.03					دلالة
							الاختبار القبلي
							الاختبار البعدي

من خلال الجدول رقم (10) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه للاختبار القبلي (6.05) بانحراف معياري قدره (0.52) و قيمة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (11.66) بانحراف معياري قدره (1.03) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و البالغة (14.75) أكبر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي لعينة البحث التجريبية و هذا يوضح التطور للعينة التجريبية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (25) يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية



1-2-4- نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية :

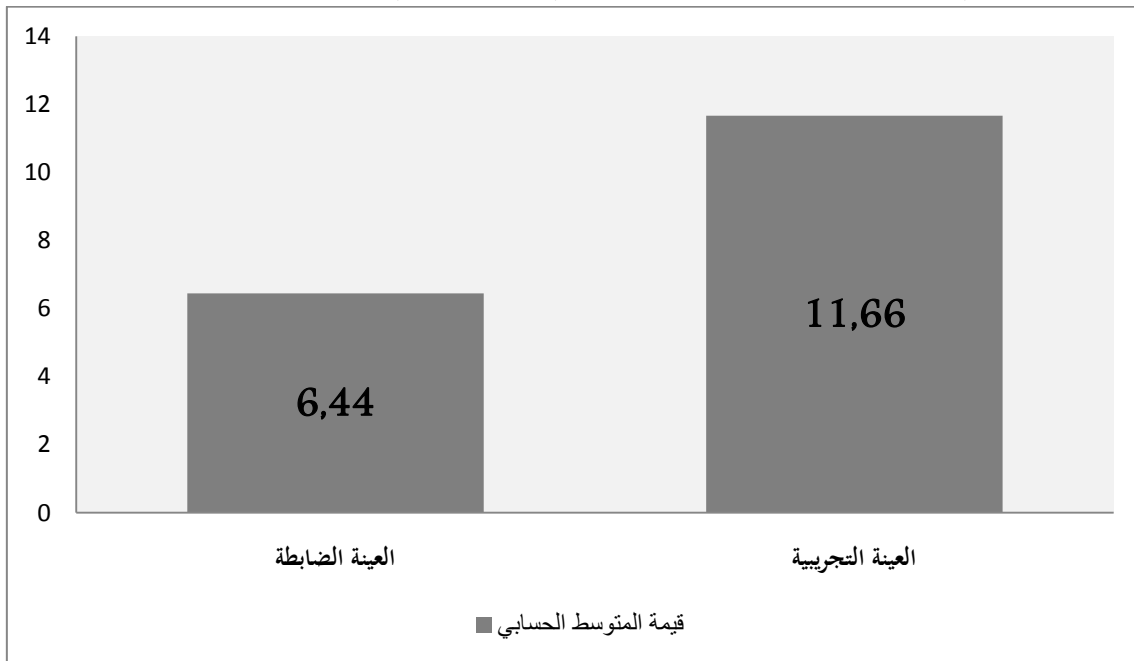
جدول رقم (11) يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية

الاختبار البعدي لعينة البحث								
الدرجة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة المحسوبة	قيمة الجدولية	الدلالة الإحصائية
18	6.44	0.77	34	0.05	12.61	2.03	توجد	العينة الضابطة

دلالة					1.03	11.66	18	العينة التجريبية
-------	--	--	--	--	------	-------	----	------------------

من خلال الجدول رقم (11) الذي يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه لعينة البحث الضابطة (6.44) بانحراف معياري قدره (0.77) و قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث التجريبية (11.66) بانحراف معياري قدره (1.03) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و البالغة (12.61) اكبر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح عينة البحث التجريبية و هذا يوضح التطور في المهارة إثر الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية لصالح عينة البحث التجريبية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (26) يوضح قم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و لبعدي لعينة البحث الضابطة



3-1- مهارة الثالثة : الوقوف على الرأس

1-3-1- نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية :

جدول رقم (12) يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية

الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية								
الدرجة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة المحسوبة	قيمة الجدولية	الدلالة الإحصائية
18	5.83	0.74	34	0.05	1.06	2.03	لا توجد دلالة	العينة الضابطة
18	5.55	0.55	34	0.05	1.06	2.03	لا توجد دلالة	العينة التجريبية

من خلال الجدول رقم (13) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية و الذي

بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه لعينة البحث الضابطة (5.83) بانحراف معياري قدره (0.74) و قيمة المتوسط

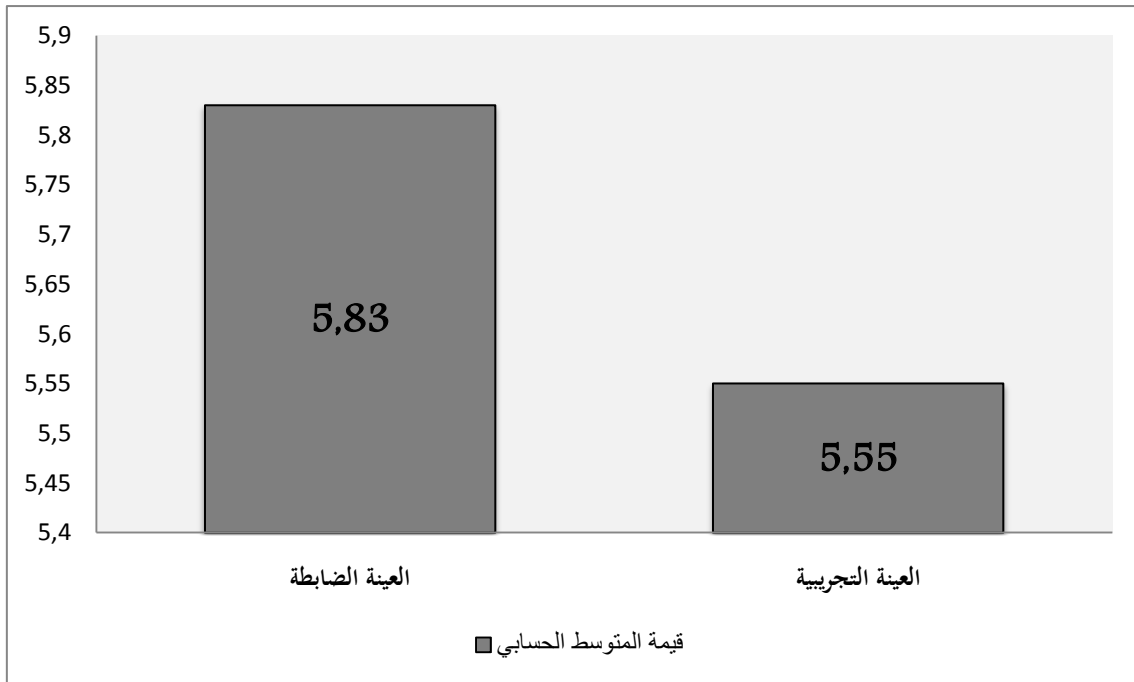
الحسابي لعينة البحث التجريبية (5.55) بانحراف معياري قدره (0.55) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت

المحسوبة و البالغة (1.06) اصغر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل

إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية و هذا يوضح تقارب مستوى العينتين الضابطة و التجريبية إثر الاختبار القبلي

لمهارة الدرحة الأمامية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (27) يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية



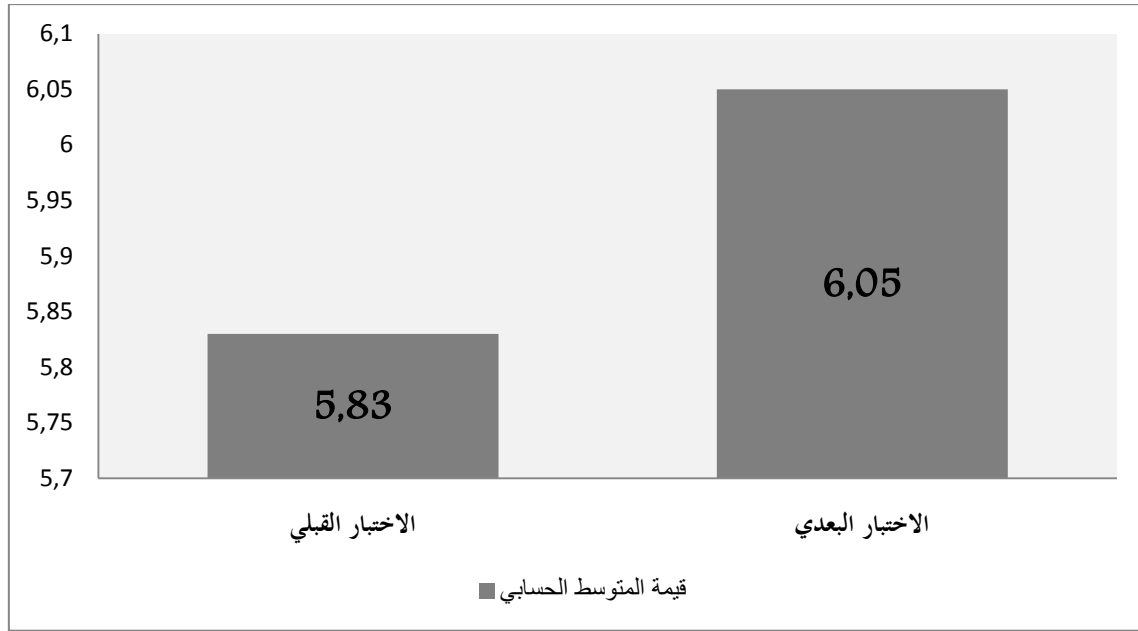
1-3-2- نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة :

جدول رقم (13) يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة

اختبار عينة البحث الضابطة							
العدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدلالة الإحصائية
18	5.83	0.74	17	0.05	1.28	2.03	توجد
	6.05	0.62					دلالة
							الاختبار القبلي
							الاختبار البعدي

من خلال الجدول رقم (14) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه للاختبار القبلي (5.83) بانحراف معياري قدره (0.74) و قيمة المتوسط الحسابي لعينة للاختبار البعدي (6.05) بانحراف معياري قدره (0.62) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و البالغة (1.28) أصغر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية و هذا يوضح عدم تطور عينة البحث إثر الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (28) يوضح قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة



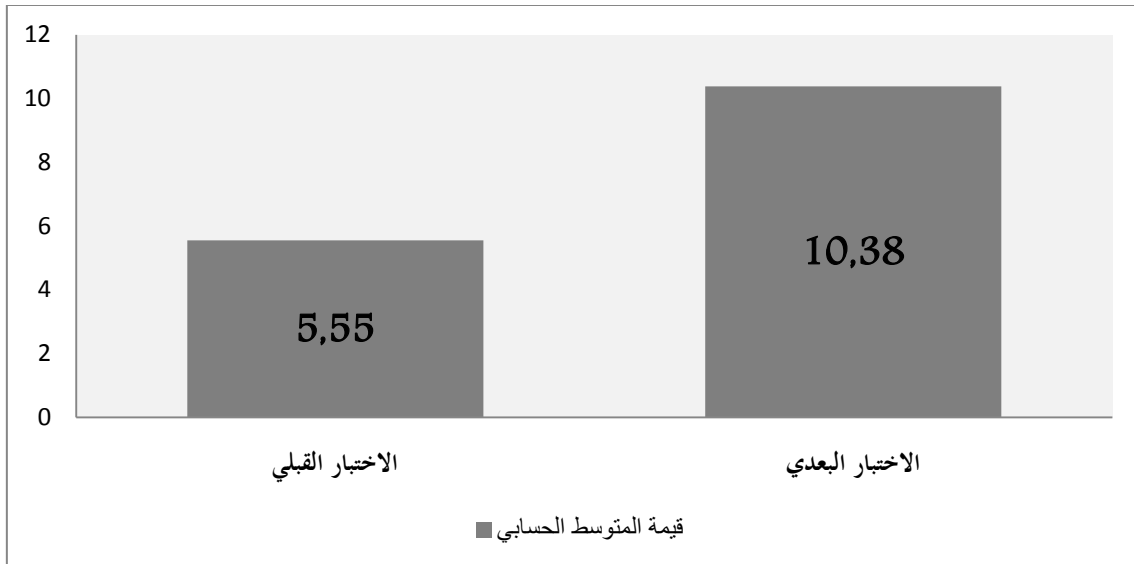
1-3-3- نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية :

جدول رقم (14) يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية

اختبار عينة البحث التجريبية							
الدلالة الإحصائية	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة
توجد دلالة	2.03	19.65	0.05	17	0.55	5.55	18
					0.85	10.38	
							الاختبار القبلي
							الاختبار البعدي

من خلال الجدول رقم (14) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه للاختبار القبلي (5.55) بانحراف معياري قدره (0.55) و قيمة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (10.38) بانحراف معياري قدره (0.85) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و البالغة (19.65) اكبر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي لعينة البحث التجريبية و هذا يوضح التطور للعينة التجريبية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (29) يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية



1-3-4- نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية :

جدول رقم (15) يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية

الاختبار البعدي لعينة البحث							
الدرجة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة المحسوبة	قيمة الجدولية	الدلالة الإحصائية
توجد دلالة	18	6.05	0.62	34	0.05	14.52	2.03
العينة الضابطة	18	10.38	0.85				
العينة التجريبية							

من خلال الجدول رقم (15) الذي يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية و الذي

بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه لعينة البحث الضابطة (6.05) بانحراف معياري قدره (0.62) و قيمة المتوسط

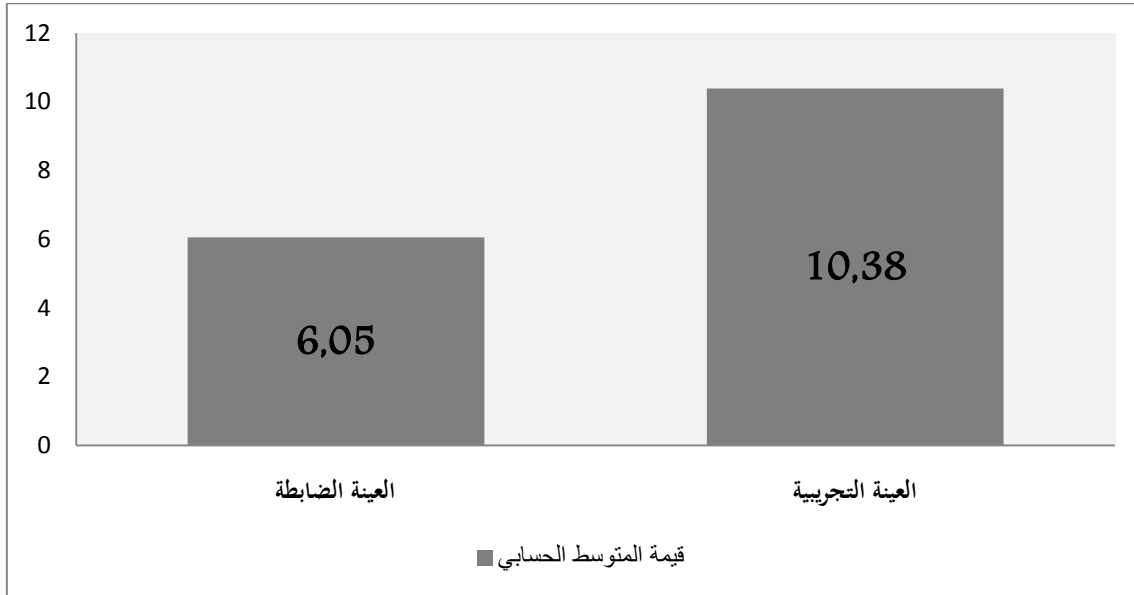
الحسابي لعينة البحث التجريبية (10.38) بانحراف معياري قدره (0.85) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت

المحسوبة و البالغة (14.52) اكبر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل

إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح عينة البحث التجريبية و هذا يوضح التطور في المهارة إثر الاختبار البعدي

لعينة البحث الضابطة و التجريبية لصالح عينة البحث التجريبية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (30) يوضح قم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و لبعدي لعينة البحث الضابطة



4-1- مهارة الرابعة : الوقوف على الكتفين

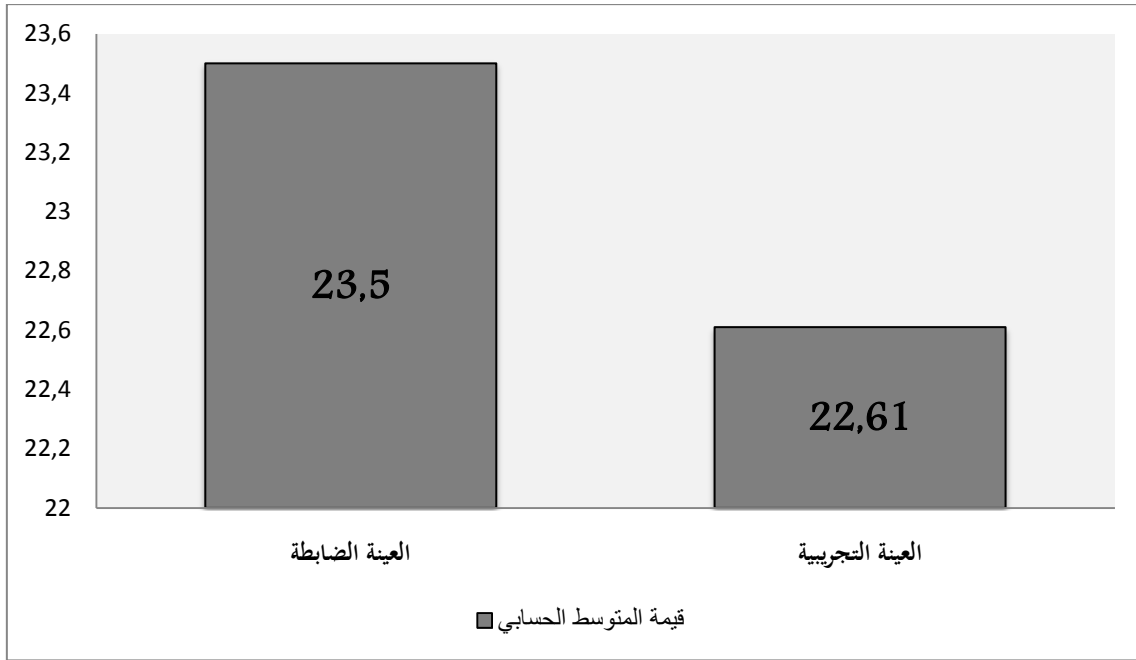
1-4-1- نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية في مهارة :

جدول رقم (16) يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية

الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية							
العدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدلالة الإحصائية
18	5.33	0.48	34	0.05	0.30	2.03	لا توجد دلالة
18	5.38	0.47					

من خلال الجدول رقم (16) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي لعينة البحث الضابطة و التجريبية و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه لعينة البحث الضابطة (5.33) بانحراف معياري قدره (0.48) و قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث التجريبية (5.38) بانحراف معياري قدره (0.47) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمت المحسوبة و البالغة (0.30) اصغر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية و هذا يوضح تقارب مستوى العينتين الضابطة و التجريبية إثر الاختبار القبلي لمهارة الدرجة الأمامية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (31) يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية



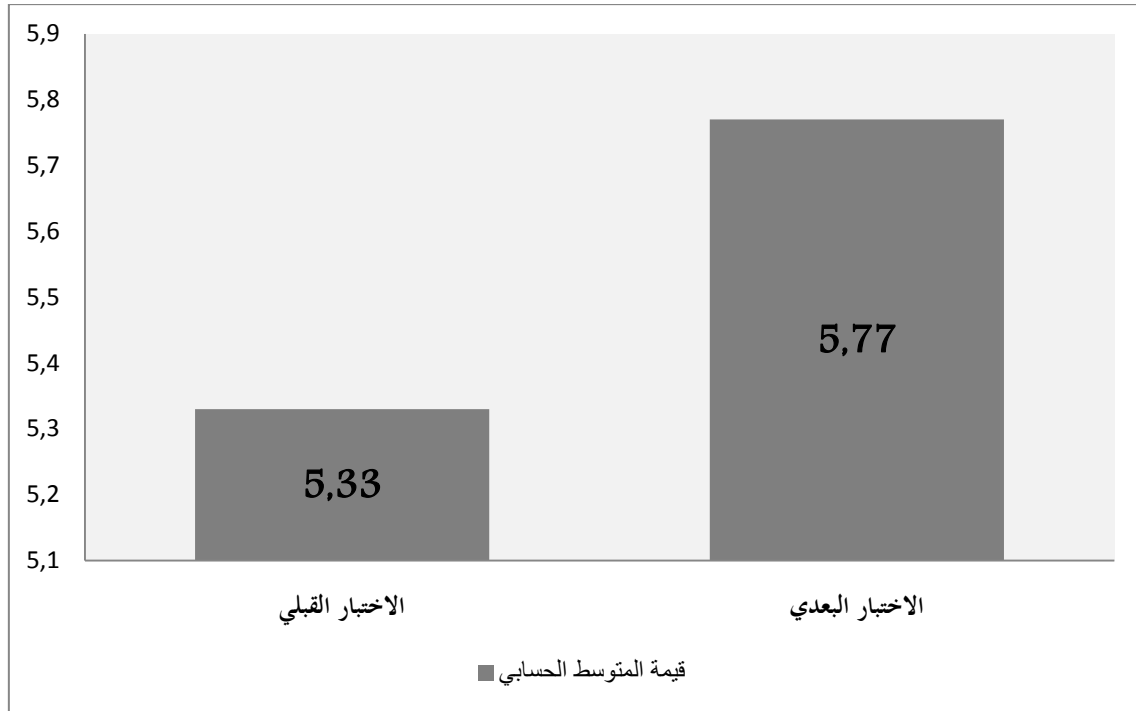
1-4-2- نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة :

جدول رقم (17) يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة

اختبار عينة البحث الضابطة							
الدلالة الإحصائية	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة
توجد دلالة	2.03	3.68	0.05	17	0.48	5.33	18
					0.60	5.77	
							الاختبار القبلي
							الاختبار البعدي

من خلال الجدول رقم (17) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه للاختبار القبلي (5.33) بانحراف معياري قدره (0.48) و قيمة المتوسط الحسابي لعينة للاختبار البعدي (5.77) بانحراف معياري قدره (0.60) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و البالغة (3.68) أكبر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية و هذا يوضح تطور الحاصل على عينة البحث إثر الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (32) يوضح قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة



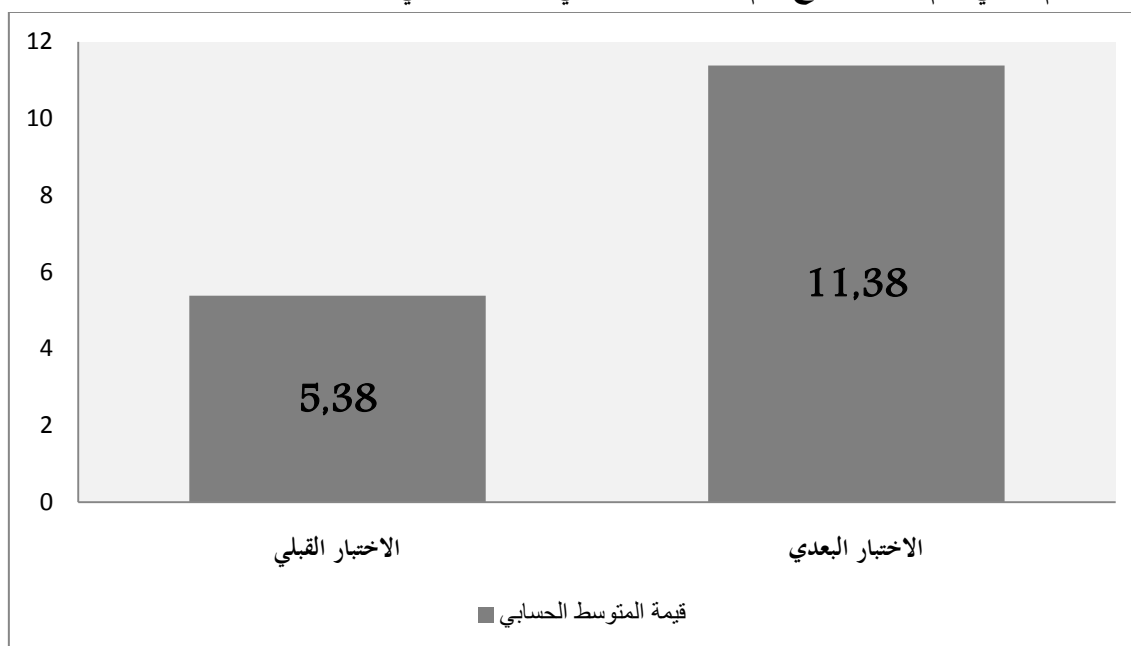
1-4-3- نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية :

جدول رقم (18) يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية

اختبار عينة البحث التجريبية							
الدلالة الإحصائية	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة
توجد دلالة	2.03	23.46	0.05	17	0.47	5.38	18
					0.74	11.38	
							الاختبار القبلي
							الاختبار البعدي

من خلال الجدول رقم (18) الذي يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية و الذي بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه للاختبار القبلي (5.38) بانحراف معياري قدره (0.47) و قيمة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (11.38) بانحراف معياري قدره (0.74) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت المحسوبة و البالغة (23.46) اكبر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي لعينة البحث التجريبية و هذا يوضح التطور للعينة التجريبية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (33) يوضح قيم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث التجريبية



1-4-4- نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية :

جدول رقم (19) يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية

الاختبار البعدي لعينة البحث							
الدرجة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة المحسوبة	قيمة الجدولية	الدلالة الإحصائية
العينة الضابطة	5.77	0.60	34	0.05	18.75	2.03	توجد دلالة
العينة التجريبية	11.38	0.74					

من خلال الجدول رقم (19) الذي يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية و الذي

بلغت قيمة المتوسط الحسابي فيه لعينة البحث الضابطة (5.77) بانحراف معياري قدره (0.60) و قيمة المتوسط

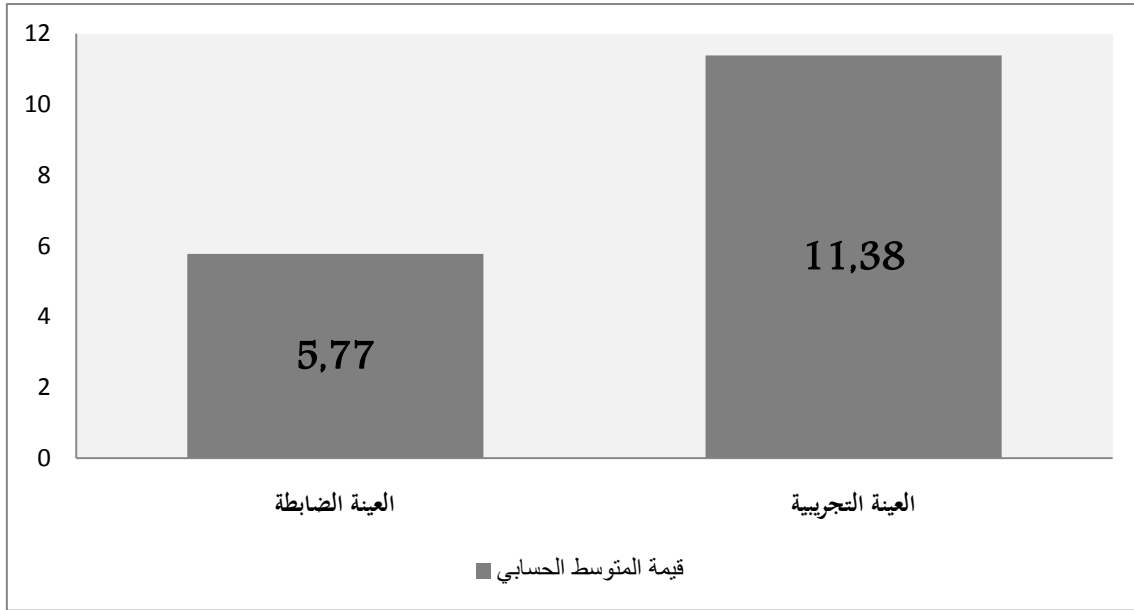
الحسابي لعينة البحث التجريبية (11.38) بانحراف معياري قدره (0.74) و الذي من خلالهما كانت نتيجة قيمة ت

المحسوبة و البالغة (18.75) أكبر من قيمة ت الجدولة البالغة (2.03) عند مستوى الدلالة (0.05) و هو ما يدل

إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح عينة البحث التجريبية و هذا يوضح التطور في المهارة إثر الاختبار البعدي

لعينة البحث الضابطة و التجريبية لصالح عينة البحث التجريبية و الرسم البياني الموالي سيوضح ذلك أكثر.

الرسم البياني رقم (34) يوضح قم المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و لبعدي لعينة البحث الضابطة



2- الاستنتاجات :

على ضوء الدراسة التي قام بها الطالبان بدءا بالإلمام النظري لكل متطلبات موضوع البحث و مما سبق عرضه وفي حدود المنهج المستخدم و العينة التي طبقت عليها الدراسة و بعد معالجة الإحصائية توصل الطالبان إلى الاستنتاجات التالية :

✓ استخدام الأسلوب التدريبي يؤثر إيجابيا على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي للفتة

المحددة ب (06-09) سنوات

✓ استخدام الأسلوب الكلاسيكي لا يعطي تقدما ملحوظا في مستوى تعلم التلاميذ للمهارات الحركية الأرضية

الجمبازية

✓ استنتج الطالبان في هذه الدراسة وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي في

جميع الحركات الجمبازية المختارة

✓ استنتج الطالبان أن العينة الضابطة التي لم يستخدم عليها البرنامج التعليمي بالأسلوب التدريبي كان الفرق غير

معنوي بين الاختبار القبلي و البعدي

✓ استنتج الطالبان أن العينة التجريبية التي استخدم الطالبان عليها البرنامج التعليمي للحركات الجمبازية الأرضية

بالأسلوب التدريبي كان الفرق معنوي بين الاختبار القبلي و البعدي ، وقد اظهرت تطورا في الانجاز.

✓ استنتج الطالبان أن العينة الدراسة للمرحلة العمرية (06-09) سنوات نظرا لبنيتها الجسمية أنسب مرحلة

لتعليم الحركات الجمبازية الأرضية .

✓ عدم اهتمام وزارة التربية بمادة التربية البدنية في الطور الابتدائي.

3- مناقشة الفرضيات

3-1- مناقشة الفرضية الأولى :

من أجل التحقق من الفرضية الأولى و التي نفترض أن بالأسلوب التدريبي هي أفضل و أنسب أسلوب لتعلم

بعض المهارات الأساسية لرياضة الجمباز الأرضي و لإثبات هذه الفرضية يظهر لنا من الجداول (08،11،15،19) أن

المجموعة الضابطة التي لم تتلقى أي نوع من الأساليب التعليم و التدريب على الحركات الجمبازية الأرضية المختارة و

المقترحة في البحث ، لم يحدث عندها تطور كبير مقارنة بمجموعة التجريبية ، حيث أنها أظهرت (الضابطة) عدم وجود

فرق معنوي بين نتائج الإختبار القبلي و البعدي و يرجع الطالبان سبب هذا الضعف إلى عدم تلقي العينة الضابطة أي

تدريب أو تعليم للحركات الأرضية التي إختارها الطالبان و هذا ما أدى إلى إعاقاة الأداء و تطور مستوى تطور المجموعة الضابطة .

أما مستوى التطور للمجموعة التجريبية و الضابطة في الإختبار القبلي و البعدي و الموضح في الجداول (08 – 11 – 15 – 19) يظهر جليا أن المجموعة التجريبية و التي طبق عليها الأسلوب التدريبي قد حققت مستوى من التطور في الإختبار البعدي ، لأن الفرق كان معنوي و دالا إحصائيا في جميع الحركات الجمبازية الأرضية المختارة من قبل الطالبان .

فيما ترتبط نتائج دراستنا بنتائج الدراسات المشابهة التي تحقق فيها الفرضيات المقترحة من الدراسة الطالبة بوراس و الطالبة دحماني أن الفئة العمرية (06 – 09) سنوات هي أنسب مرحلة لتعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي و الحركات الجمبازية الأرضية لها تأثير إيجابي على تنمية المهارات الأساسية في هذه الرياضة ، فيما كانت نتائج دراسة يحيى محمد أحمد جمل الذي توصل فيها الطالب إلى أن البرنامج التعليمي المتبع يؤدي إلى تحسين مهارة الإرتان على اليدين .

أن التطور الذي ظهر على مستوى تلاميذ المجموعة التجريبية في الإختبار البعدي و هذا ما يجعلنا نحكم أن الفرضية البحث الأولى و التي تشير أن حصة التربية البدنية بالأسلوب التدريبي لها تأثير على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي للفئة العمرية (06 – 09) سنوات قد تحققت .

3-2- مناقشة الفرضية الثانية :

- أما في ما يخص الفرضية الثانية التي مفادها : توجد فروق فردية لصالح العينة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي أثناء إستخدام الأسلوب التدريبي في حصة التربية البدنية و الرياضية ، من خلال الجداول و التي تم عرضها و تحليلها توصل الطالبان إلى مايلي تمثلت فيما يلي :
 - الجداول رقم (04) و (05) و (06) و (07) و الخاصة بنتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لمهارة الدرجة الأمامية و التي جاءت نتائجها كالتالي :
- ✓ اختبار القبلي للعينة الضابطة (0.60 ± 6.22) و للعينة التجريبية (0.60 ± 5.77) .

✓ و كانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة ($2.10 < 2.71$) وهذا دال على تطور عينة البحث الضابطة لصالح الاختبار البعدي .

✓ و كانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة ($2.10 < 2.71$) وهذا دال على تطور عينة البحث الضابطة لصالح الاختبار البعدي .

✓ و كانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية ($2.03 < 8.58$) وهذا دال على الفروق الموجودة لصالح عينة البحث التجريبية .

• الجداول رقم (08) و (09) و (10) و (11) و الخاصة بنتائج الاختبار القبلية و البعدية لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لمهارة الدرجة الخلفية و التي جاءت نتائجها كالتالي :

✓ اختبار القبلي لعينة الضابطة (0.75 ± 6.16) و للعينة التجريبية (0.52 ± 6.05) .

✓ و كانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة ($2.10 > 1.76$) وهذا دال على عدم تطور عينة البحث الضابطة.

✓ و كانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة ($2.10 < 14.75$) وهذا دال على تطور عينة البحث الضابطة لصالح الاختبار البعدي .

✓ و كانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية ($2.03 < 12.61$) وهذا دال على الفروق الموجودة لصالح عينة البحث التجريبية .

• الجداول رقم (12) و (13) و (14) و (15) و الخاصة بنتائج الاختبار القبلية و البعدية لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لمهارة الوقوف على الرأس و التي جاءت نتائجها كالتالي :

✓ اختبار القبلي لعينة الضابطة (0.60 ± 5.83) و للعينة التجريبية (0.55 ± 5.55) .

✓ و كانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة ($2.10 > 1.28$) وهذا دال على عدم تطور عينة البحث الضابطة لصالح الاختبار البعدي .

✓ وكانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة ($2.10 < 19.65$) وهذا دال على تطور عينة البحث الضابطة لصالح الاختبار البعدي .

✓ وكانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية ($2.03 < 14.52$) وهذا دال على الفروق الموجودة لصالح عينة البحث التجريبية .

• الجداول رقم (16) و (17) و (18) و (19) و الخاصة بنتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لمهارة الوقوف على الرأس و التي جاءت نتائجها كالتالي :

✓ اختبار القبلي للعينة الضابطة (0.48 ± 5.33) و للعينة التجريبية (0.47 ± 5.38) .

✓ وكانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة ($2.10 < 3.68$) وهذا دال على تطور عينة البحث الضابطة لصالح الاختبار البعدي .

✓ وكانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار القبلي و البعدي لعينة البحث الضابطة ($2.10 < 23.46$) وهذا دال على تطور عينة البحث الضابطة لصالح الاختبار البعدي .

✓ وكانت نتائج اختبار ت ستيودنت للاختبار البعدي لعينة البحث الضابطة و التجريبية ($2.03 < 18.75$) وهذا دال على الفروق الموجودة لصالح عينة البحث التجريبية .

و بنظر إلى الدراسات المشابهة التي تحصلت على نتائج هي الأخرى توضح وجود الفروق الفردية بين العينتين الضابطة و التجريبية لصالح العينة التجريبية التي طبق عليهم البرنامج التعليمي المقترح من طرف الطالبة الدراسات السابقة (إرجع إلى فصل التعرف بالبحث) و من كل هذه النتائج نحكم على أن الفرضية البحثنا الثانية التي تقول توجد فروق فردية لصالح العينة التجريبية التي تم تطبيق عليها البرنامج التعليمي في حصة التربية البدنية بالأسلوب التدريبي في تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي قد تحققت .

خلاصة العامة :

في الآونة الأخير تطور العالم تطورا كبيرا في مختلف المجالات خاصة المجال الرياضي و الذي ساهم في توعية أفراد المجتمع و تحسين سلوكهم إبعادهم عن كل ماهو مضر بصحتهم و من كل هذا كانت التربية البدنية و الرياضية قد تحسنت نظرة الناس إليها و ذلك لأنها تجمع بين العديد من العلوم الفسيولوجية و الإجتماعية و النفسية .

التربية البدنية و الرياضية تختلف في مفهومها ، فمنهم من ينظر إليها أنها فترة زمنية يقضيها الفرد لترفيه عن نفسه و القليل الذي يعطيها نظرة علمية و هذه النظرة السلبية تنتشر بكثرة عند المعلمين في الطور الابتدائي و هذا لنقص العلمي و مكتسبات في هذا المجال فبعض المعلمين عن مقابلتهم يقولون " نخرج التلاميذ إلى ساحة المدرسة لمدة زمنية للقيام بألعاب حرة " و هذا مفهوم خاطيء ، و لأن التربية البدنية و الرياضية لها أسسيات و طرائق و مناهج فلا بد من إعطاءها أهمية كبيرة و خاصة في الطور الابتدائي لأنه يحتوي على تلاميذ في مرحلة عمرية مهمة تعد مرحلة تمهيدية للأطوار المستقبلية .

عند الإحتكاك بالدور المتقدمة نرى أن لرياضة أهمية كبيرة جدا و خاصة في الطور التمهيدي ، فهناك رياضة يعتبرونها إجبارية على التلاميذ في الطور الابتدائي و هي رياضة الجمباز التي تحتوي على حركات و مهارات أساسية خاصة الأرضية منها المهمة على المعلمين تعليمها لتلاميذ في هذا الطور ،

لتربية البدنية و الرياضية طرق عديدة و مناهج و أساليب مختلفة في تقديم الزاد المعرفي لتلاميذ ومن كل هذا جاءت دراستنا التي تهدف إلى الكشف عن تأثير الأسلوب التدريبي على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي (06-09) سنوات ، و على هذا الأساس تم تقسيم البحث إلى باين ، حيث الباب الأول خصص إلى الدراسة البحث من الناحية النظرية بينما الباب الثاني فقد خصص لدراسة الميدانية .

الباب الأول : لقد تم التطرق في هذا الباب إلى جمع المادة الحيوية التي تخدم موضوع البحث و تنظيمها في ثلاثة فصول حيث اشتمل : الفصل الأول علة التدريس و الأسلوب التدريبي أما الفصل الثاني فقد تضمن الجمباز و الحركات الأرضية و الفصل الثالث تطرق الطالبان فيه إلى خصائص المرحلة العمرية (06-09) سنوات .

الباب الثاني : لقد تطرق الطالبان فيه إلى الجانب الميداني الذي نظم في فصلين حيث تضمن الفصل الأول الدراسة الإستطلاعية و مراحلها و مجالاتها و عديد من الإجراءات أما الفصل الثاني فتطرق فيه الطالبان إلى منهجية البحث و الإجراءات الميدانية و في هذا الصدد استخدم الطالبان المنهج التحريبي لأجل التأكد من صحة الفروض أو نفيها بتصميم مجموعتين تجريبية و ضابطة حيث استخدم مع العينة التجريبية (18) البرنامج التعليمي بالأسلوب التدريبي أما العينة الضابطة (18) فتركزت تزاوول دروسها بطريقة العادية ، و أما الفصل الثالث فقد تضمن عرض النتائج المتحصل عليها و تحليلها باستخدام مجموعة من الوسائل الإحصائية ثم مناقشة الفرضيات البحث و في الأخير استخلص الطالب :

✓ استخدام الأسلوب التدريبي يؤثر إيجابيا على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي للفتة

المحددة ب (06-09) سنوات

✓ استخدام الأسلوب الكلاسيكي لا يعطي تقدما ملحوظا في مستوى تعلم التلاميذ للمهارات الحركية الأرضية

الجمبازية

✓ استنتج الطالبان في هذه الدراسة وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي و البعدي لصالح الاختبار البعدي

للعينة التجريبية في جميع الحركات الجمبازية المختارة .

الإقتراحات و التوصيات :

- ✓ ضرورة استخدام الأسلوب التدريبي في التدريس و التعليم داخل المؤسسات التربوية نظرا لفعالية مناهجه في رفع و تطوير مستوى التلاميذ
- ✓ تنوع الطرق و مناهج للقضاء على الملل عند التلاميذ في حصة التربية البدنية و الرياضية .
- ✓ توعية المعلمين في الطور الإبتدائي وحذف من ظاهرة التربية البدنية حصة ترفيهية فقط .
- ✓ الإهتمام بالمرحلة العمرية لأنها مرحلة تمهيدية للأطوار المتقدمة .
- ✓ إجراء ملتقيات و تربصات تعمل على تحسين مستوى الفكري للمعلمين في هذه المادة .
- ✓ تجهيز المدارس بالوسائل البيداغوجية و خاصة المتعلقة برياضة الجمباز لأهميتها في هذه المرحلة .
- ✓ إدراج رياضة الجمباز بصفة إجبارية و رسمية في هذا الطور .
- ✓ إجراء العديد من البحوث تهتم بالأسلوب التدريبي في الجمباز و في مختلف الرياضات

المصادر و المراجع

- المصادر و المراجع باللغة العربية
- المصادر و المراجع باللغة الفرنسية

مراجع باللغة العربية :

1. عدلي حسين بيومي . 1998 . المجموعات الفنية في الحركات الأرضية .
2. محمد رفعت . 1988 . الجمباز رياضة كل يوم .
3. عبد الرحمان عبد السلام جامل . 2003 . طرق التدريس العامة و مهارات التخطيط و التنفيذ عملية التدريس .
4. صائب عطية أحمد و إبراهيم خليل مراد . 1985 . الجمناستيك للصفوف الثانية .
5. تركي رابع . مبادئ التخطيط التربوي لطلبة الجامعات .
6. ابراهيم محمد المحاسنة . 2006 . تعليم التربية الرياضية .
7. أحمد جميل عايش . 2008 . أساليب التدريس التربية الفنية و المهنية و الرياضية .
8. زينب علي عمر و قادة جلال عبد الحكيم . 2008 . طرق التدريس التربية الرياضية و الأسس النظرية و التطبيقية العلمية .
9. أحمد حسن اللقاني و فارعه حسن محمد . 1995 . التدريس الفعال
10. عطاء الله أحمد . 2006 . أساليب و طرائق التدريس في التربية البدنية و الرياضية .
11. عنايات محمد أحمد فرج . 1988 . دليل مدرسي التربية البدنية و الرياضية في التعليم الأساسي .
12. عفاف عبد الكريم . 1993 . طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية .
13. محمد حميس أبو تمرة و نايف سعادة . 2009 . التربية الرياضية و طرائق تدريسها
14. محمد زياد حمدان . 1986 . أدوات الملاحظة التدريس .
15. مصطفى محمد السايح . 2003 . أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية .
16. مصطفى السايح محمد و ميرفت على خفاجة . 2008 مدخل إلى طرائق التدريس التربية البدنية و الرياضية

17. ناهد محمود سعد و نيللي رمزي فهيم . 1998 . طرق التدريس في التربية الرياضية .
18. وليد أحمد جابر . 2009 . طرق التدريس عامة و تخطيطاتها و تطبيقاتها التربوية .
19. كورت مانيل 1987 التعلم الحركي . بغداد العراق . مديرية المكتبة و النشر .
20. قاسم حسن و قاسم المنديلاوي و مؤيد البديري البديري 1979 . نظريات التربية الرياضية .
21. قاسم المنديلاوي 1990 دليل الطالب في التطبيقات الميدانية لتربية و الرياضة .
22. مقدم عبد الحفيظ . 1993 . الإحصاء و القياس النفسي مع نماذج من المقاييس و الإختبارات .
23. عبد الرحمن السيد سليمان 2001 سيكولوجية ذوي الحاجات الخاصة الإصدار 01 .
24. عباس أحمد صالح السمرائي و بسطوسي أحمد بسطوسي 1984 . طرق التدريس في المجال التربية الرياضية .
25. عادل عبد البصير و زرق الله فوزي يعقوب . 1971 . النظريات و الأسس العلمية لتدريب الجمباز .
26. حامد عبد السلام زهران . 1985 الطفولة و المراهقة . القاهرة
27. أسامة كامل راتب و أمين الخولي . 1984 . التربية الحركية لطفل . جامعة بغداد . دار الفكر العربي .
28. هشام صبحي حسن . 2003 . مبادئ الجمباز الحديث .
29. هدى محمد . 1995 . تأثير تنمية المرونة الخاصة على مستوى أداء بعض الحركات الأرضية للاعبات الجمباز (08 – 10 سنوات) أطروحة الماجستير .
30. محمد إبراهيم شحاتة . 2004 . التحليل الحركي لرياضة الجمباز
31. عزيزة محمود سالم . رياضة الجمباز بين النظرية و التطبيق

/مراجع باللغة الأجنبية :

32. <http://uqu.edu.sa/page/ar/185438>

33. www.badnia.net

34. Jose coja et edgard hill raymond tomas . 1983 . manuael de l'educateur sportif

الملاحق

- الملحق الأول : إستمارة الاختبارات
- الملحق ثاني : البرنامج التعليمي
- الملحق الثالث : النتائج الخام لتجربة الاستطلاعية و الأساسية
- الملحق الرابع : قائمة الأساتذة والدكاترة والمدربين المحكمين للاختبارات
- الملحق الخامس : الوثائق الإدارية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -
معهد التربية البدنية و الرياضية
قسم التربية البدنية و الرياضية

إستمارة تحكيم الإختبارات
موجهة إلى :
الأساتذة-الدكاترة-المدرسين

نرجو من سيادتكم المحترمة تحكيم و الإدلاء بأرائكم حول الإختبارات التي ترونها مناسبة في قياس و تقييم
مستوى التلاميذ في الحركات الجمبازية الأرضية
(الدرجة الأمامية-الدرجة الخلفية-الوقوف على الرأس-الشمعة)
وهذا في إيطار بحثنا تحت عنوان :

- تأثير الأسلوب التدريبي على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي
-المرحلة العمرية (06-09) سنوات-
وفي الأخير لكم منا جزيل الشكر و الاحترام و التقدير

من إعداد الطالبان :
- ال سيد الشيخ كريم
- بوهلال يوسف
تحت إشراف:
- أ.د. ادريس خوجة محمد رضا

الموسم الدراسي: 2013-2014

الإختبار القبلي و البعدي مقترح في الدراسة

تصلح مع التعديل	لا تصلح	صالحة	خصائص المهارة الدرجة الأمامية
			1- عدم لمس الرأس لللبساط أثناء الحركة
			2- تكوير أو تقوس الظهر
			3- إدخال الرأس و تثبيته مع الصدر أثناء الدوران
			4- عدم المساعدة باليدين أثناء محاولة الوقوف
تصلح مع التعديل	لا تصلح	صالحة	خصائص المهارة الدرجة الخلفية
			1- تكوير الظهر أثناء لمس الأرض
			2- اليدين قريبة من الكتفين و مساعدة و الدفع إلى الخلف
			3- الأرجل مجتمعة و منكشحة قريبة من الصدر أثناء الحركة
			4- عدم ملامسة الرأس لللبساط أثناء الحركة
			5- دوران الجسم يكون حول المحور الأفقي للجسم و يكون متسارع
تصلح مع التعديل	لا تصلح	صالحة	خصائص المهارة الوقوف على الرأس
			1- اليدين توضع على الأرض بإتساع الصدر و أصابع تشير إلى الأمام
			2- وضع الرأس على الأرض بحيث تشكل مثلثا متساوي الساقين مع اليدين
			3- إستناد الرأس يكون على الجبهة و بتحديد مكان إلتقاء الجبهة مع بداية منبت الشعر
			4- الجسم يكون مفرودا على إستقامة و عموديا على الأرض
			5- التوازن أثناء الحركة و الثبات و شد كامل عضلات الجسم
تصلح مع التعديل	لا تصلح	صالحة	خصائص المهارة الوقوف على الكتفين " الشمعة "
			1- إستناد يكون على الكتفين و مؤخرة الرأس
			2- الجسم يكون مفرودا على إستقامة و عموديا على الأرض
			3- التوازن أثناء الحركة و الثبات و شد كامل العضلات
			4- الطريقة المثالية هي عدم إستخدام اليدين في رفع الظهر إلى أعلى و متوسط الأداء يستعمل اليدين
			5- الأرجل مستقيمة و دفعها نحو الأعلى فوق الرأس تماما

نتائج الخام للإختبارات الأول و الثاني للعينه الدراسة الإستطلاعية في المهارات الأساسية في الجمباز الأرضي

الوقوف على الرأس		الشمعة		الدحرجة الخلفية		الدحرجة الأمامية		
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	الرقم
05	05	06	05	05	05	05	05	01
06	05	05	06	06	06	06	05	02
05	06	06	05	06	06	05	05	03
06	05	06	06	05	06	06	06	04
06	05	06	05	06	05	06	05	05
06	05	06	05	05	06	05	06	06
05	05	06	06	06	05	06	06	07
06	05	05	06	06	06	06	05	08
05	05	05	05	05	05	05	05	09
06	05	05	06	06	05	05	06	10

نتائج الخام للإختبارات القبليّة و البعديّة للعيّنة التجريبيّة في المهارات الأساسيّة في الجمباز الأرضي

الشمعة		الوقوف على الرأس		الدرجة الخلفية		الدرجة الأمامية		الرقم
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	
11	05	12	05	14	05	13	05	01
10	05	11	05	12	07	11	07	02
11	06	12	06	12	07	09	06	03
11	06	11	06	12	06	12	06	04
11	05	12	05	12	06	11	05	05
11	05	12	05	12	06	13	06	06
11	05	12	05	11	05	09	06	07
11	07	12	06	12	06	14	06	08
11	05	11	05	12	05	10	05	09
11	06	12	05	12	06	13	06	10
09	06	11	05	12	07	13	07	11
09	05	12	05	11	06	10	05	12
12	06	12	06	13	06	10	05	13
11	06	12	06	14	06	13	06	14
10	06	10	06	12	07	13	06	15
09	05	08	05	08	05	07	05	16
09	06	12	06	10	07	12	07	17
09	05	11	05	09	06	07	05	18

نتائج الخام للإختبارات القبليّة و البعدية للعينّة الضابطة في المهارات الأساسية في الجمباز الأرضي

الوقوف على الرأس		الشمعة		الدحرجة الخلفية		الدحرجة الأمامية		الرقم
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	
05	05	07	05	07	07	06	05	01
06	05	07	07	08	07	07	07	02
07	06	06	05	07	07	07	06	03
06	06	07	06	05	06	07	07	04
06	05	06	05	06	05	07	05	05
06	05	07	07	08	07	07	07	06
05	05	06	06	07	08	07	07	07
06	05	07	07	06	06	07	06	08
05	05	05	05	05	05	05	05	09
06	05	06	06	06	05	07	07	10
05	05	06	06	06	06	06	06	11
05	05	05	05	06	06	06	06	12
05	05	07	08	07	06	07	07	13
07	07	05	06	07	07	06	06	14
06	06	05	05	07	07	07	07	15
07	06	06	06	07	06	07	06	16
06	05	06	05	06	05	07	06	17
05	05	05	05	05	05	06	06	18

Résumé de recherche

Titre de l'étude: Étudier l'effet de la méthode de formation pour acquérir des compétences de base dans le sport de la gymnastique au sol (06-09) années de la phase primaire.

Objectifs de l'étude : - Étude de connaître les effets de la méthode de formation pour acquérir des compétences de base dans le sport de la gymnastique au sol
- Étude pour savoir s'il existe des différences individuelles entre l'échantillon expérimental et contrôle d'apprendre des compétences de base dans le sport de la gymnastique au sol.
- Notre étude a assistant de référence pour les chercheurs dans le domaine de l'enseignement et de l'éducation en éducation physique et sportive.

Problème de l'étude :

- Quel est l'impact de la méthode de formation pour acquérir des compétences de base dans le sport de la gymnastique au sol?
- Dans quelle mesure les étudiants à acquérir des compétences de base dans le sport de la gymnastique au sol (Rolade avant - roulade arrière - se tenir sur la tête - la bougie)

hypothèses de l'étude

- La méthode de formation a un effet sur l'apprentissage des compétences de base dans le sport de la gymnastique au sol
- L'utilisation de la méthode de formation conduit à Thsien certaines compétences de base dans le sport de la gymnastique au sol

Procédures pour l'étude de terrain

Échantillon: Nous avons sélectionné un échantillon aléatoire (progressivement les élèves du primaire)

Domaine du temps: nous avons mené notre étude à la mi-Février à fin Avril

Méthodologie : la méthode expérimentale a été utilisée

Instruments utilisés : tests statistiques de moyens, tapis de gymnastique, un sifflet, étude exploratoire

Les résultats obtenus : la méthode de formation est la meilleure méthode dans la phase de développement et donner aux élèves

des compétences de base élémentaires dans le sport de la gymnastique au sol.

Conclusions et suggestions

- Programme annuel de souligner spéciale enseigne des compétences de base dans le sport de la gymnastique étage
- Utilisez la méthode qui donne de l'efficacité de la formation et un résultat positif au niveau de compétence des élèves
- Groupe intéressant d'âge, ce qui est une étape préliminaire à un stade avancé (moyenne des étapes - l'étape secondaire)
- Devrait être enseigné les compétences de base au cours de cette période, parce que l'enfant à ce stade ont la capacité et la compréhension de la rapide
- Renforcer les écoles primaires à travers pédagogique
- Formation de professeurs dans le domaine de l'éducation physique et du sport en particulier - Gymnastique -

Research Summary

Study Title Study the effect of the training method to learn some basic skills in the sport of gymnastics Ground (06-09) years of primary phase.

Objectives of the study

- Study to know the effect of the training method to learn some basic skills in the sport of gymnastics Ground
- Study to know whether there are individual differences between the experimental and control sample to learn some basic skills in the sport of gymnastics Ground
- Our study made reference assistant for researchers in the field of teaching and education in Physical Education and Sport

Problem of the study

- What is the impact of the training method to learn some basic skills in the sport of gymnastics ground?
- To what extent students acquire some basic skills in the sport of gymnastics ground?

Hypotheses of the study

- The training method has an effect on learning some basic skills in the sport of gymnastics Ground
- Use of the training method leads to Thsien some basic skills in the sport of gymnastics Ground

Procedures for the field study

- **Sample:** We selected a random sample (primary pupils phase).

Time domain: we conducted our study in mid-February to late April.

Methodology: experimental approach was used

Instruments used: statistical means tests, gymnastic mat, whistle, exploratory study

The results obtained: the training method is the best method in the development phase and give students some elementary basic skills in the sport of gymnastics ground

Conclusions and suggestions

- Underline special annual program teaches basic skills in the sport of gymnastics floor.
- Use the method that gives the effectiveness of the training and a positive result on the skill level of the students.
- Interesting age group, which is a preliminary stage to the advanced stages (stage average - the secondary stage)
 - Should be taught the basic skills during this period, because the child at this stage have the capability and understanding of the rapid
 - Strengthening primary schools pedagogical means.

ملخص البحث

● عنوان الدراسة: دراسة تأثير الأسلوب التدريبي على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي (06 - 09) سنوات الطور الابتدائي .

● أهداف الدراسة:

- ▲ دراسة معرفة أثر الأسلوب التدريبي على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي.
- ▲ دراسة معرفة هل هناك فروق فردية بين العينة الضابطة و التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي.
- ▲ جعل دراستنا مرجعا مساعدا للباحثين في الميدان التدريس و التعليم في التربية البدنية و الرياضية.

● مشكلة الدراسة:

- ماهو تأثير الأسلوب التدريبي على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي ؟
- ما مدى إكتساب التلاميذ بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي (الدرحة الأمامية-الدرحة الخلفية-الوقوف على الرأس-الشمعة) ؟

● فرضيات الدراسة:

- الأسلوب التدريبي له تأثير على تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي .
- استعمال الأسلوب التدريبي يؤدي إلى تحسين بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي.

● إجراءات الدراسة الميدانية:

- العينة : قمنا باختيار عينة عشوائية (تلاميذ الطور الابتدائي).
- المجال الزمني: قمنا بإجراء دراستنا منتصف شهر فيفري إلى أواخر شهر أفريل .
- المجال المكاني: - مدرسة الإبتدائية مكوي مأمون -معسكر-
- مدرسة الإبتدائية رويحي لخضر -معسكر-
- المنهج المتبع: تم استخدام المنهج التحريبي.
- الأدوات المستعملة : الوسائل الإحصائية الاختبارات ، بساط جمبازي ، صافرة ، دراسة الاستطلاعية
- النتائج المتوصل إليها : الأسلوب التدريبي هو أفضل أسلوب في تطوير و إكساب التلاميذ الطور الابتدائي بعض المهارات الأساسية في رياضة الجمباز الأرضي.

● استخلاصات واقتراحات:

- تخطيط برنامج سنوي خاص بتعليم المهارات الأساسية الأرضية في رياضة الجمباز .
- إستخدام الأسلوب التدريبي الذي يعطي فعالية و نتيجة إيجابية على مستوى المهاري لتلاميذ .
- إهتمام بالفئة العمرية التي تعد مرحلة تمهيدية للمراحل المتقدمة (الطور المتوسط - الطور الثانوي)
- يجب تعليم المهارات الأساسية خلال هذه الفترة ، لأن الطفل في هذه المرحلة تكون له القابلية والفهم السريع
- تدعيم المدارس الإبتدائية بوسائل بيداغوجية .
- تكوين أساتذة في ميدان التربية البدنية و الرياضية خاصة - الجمباز -

