

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

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في:

علم الحركة وحركية الإنسان

تحت عنوان:

فعالية التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي لدى تلاميذ في مسابقتي الوثب الطويل, عدو مسافات 60م

بحث تجريبي أجري على تلاميذ السنة الثانية (12-13) سنة بمتوسطة ولد قادة مصطفى-تلمسان

تحت إشراف الدكتور:

- بن سي قدور الحبيب

من إعداد الطالبان:

- بوفير محمد

- بن زرفة محمد

السنة الجامعية:

2017-2016

# إهداء

نهدي هذا العمل المتواضع إلى عائلة بن زرفة محمد ونخصّ بالذكر الوالدين الكريمين اللذين لطالما سهروا وتعبوا من أجلنا وكانا سندنا لنا في كل خطوة، وإلى الإخوة "عبد الكريم، نجاة، سهيلة " وإلى كافة العائلتين من أحوال و أعمام وخالات وعمات.

إلى كافة الأصدقاء الذين لم ييخلوا علينا بأي مساعدة في سبيل العلم.

إلى كافة أساتذة وطلبة معهد التربية البدنية الرياضية.

ومني السلام على من لست أنساهم إن غابوا عني فالقلب مأواهم

ولا يمل لساني قط ذكراهم ومن يكونوا بقلبي فكيف أنساهم

إلى كل الذين وافتهم المنية والكل من عرف قلبي ولم يذكره قلبي

و أخيرا قال الشاعر مصطفى حمام:

علمتني الحياة أني مهما \*\*\* أتعلم فلا أزال جهولا

علمتني الحياة أن حياتي \*\*\* إنما كانت امتحانا طويلا

# بن زرفة محمد

# إهداء

نُهدي هذا العمل المتواضع إلى عائلة بوفير محمد ونُخصّ بالذكر الوالدين الكريمين اللذين لطالما سهروا وتعبوا من أجلنا وكانا سندنا لنا في كل خطوة، وإلى الإخوة "عبد الحميد، مصطفى" وإلى كافة العائلتين من أحوال و أعمام وخالات وعمات و عائلة خطيبتي ووالديها الكريمين والاخ عبد الرزاق إلى كافة الأصدقاء الذين لم ييخلوا علينا بأي مساعدة في سبيل العلم.

إلى كافة أساتذة وطلبة معهد التربية البدنية الرياضية.

ومني السلام على من لست أنساهم إن غابوا عني فالقلب مأواهم  
ولا يمل لساني قط ذكراهم ومن يكونوا بقلبي فكيف أنساهم

إلى كل الذين وافتهم المنية والكل من عرف قلبي ولم يذكره قلبي

و أخيرا قال الشاعر مصطفى حمام:

علمتني الحياة أني مهما \*\*\* أتعلم فلا أزال جهولا

علمتني الحياة أن حياتي \*\*\* إنما كانت امتحانا طويلا

# بوفير محمد

# شكر وتقدير

الشكر و الحمد لله تعالى الذي بمقدرته جل وعلا، يلين الصخر و يسهل المستحيل نحمده سبحانه على منحه لنا نور البصيرة لطلب العلم و الذي رزقنا الهداية إلى سبيل الرشاد، ووقفنا في إتمام هذه المذكرة.

ووقفا عند قوله عليه الصلاة والسلام: " من لم يشكر الناس لم يشكر الله".

فكلمة لا بد أن نقولها للأستاذ "بن سي قدور الحبيب" الذي رافقنا عبر فصول بحثنا هذا، و لم يبخل علينا بالنصح و الإرشاد و بملاحظاته القيمة، و توجيهه الرشيد و عنايته الفائقة، و لئن كان لهذا البحث نصيب من النجاح، فلأنه أشرف عليه، فله الفضل في ذلك بعد الله تعالى، و قد أنفعنا منه علما و تواضعا فجزاه الله عنا خير جزاء. كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل أساتذة و دكاترة معهد التربية البدنية و الرياضية، و إلى كل من مد لنا العون في إنجاز هذا العمل من بعيد أو من قريب خاصة مدير و أساتذة بمكان عملي بمتوسطة ولد قادة مصطفى تلمسان و أستاذ التربية البدنية والرياضية شابولي محمد.

و ختامنتوجه بفائق الاحترام و التقدير إلى أعضاء لجنة المناقشة الموقرة على مناقشتهم لهذه المذكرة، مع إثرائنا بجملة من الملاحظات العلمية التي تدعم و تزيد من ثقلها العلمي.

و أخيرا دعوانا الحمد لله رب العالمين

بوفير و بن زرفة

## ملخص البحث

جاءت هذه الدراسة تحت عنوان أهمية التعلم باللعب لاستخدام أنشطة العاب القوى أطفال في تحسين بعض عناصر الأداء البدني و الإنجاز الرياضي في بعض فعاليتي (الوثب,العدو) لدى تلاميذ (12-13) سنة بحيث تمحورت أهداف هذا البحث في اقتراح وحدات تعليمية باستخدام أنشطة العاب القوى أطفال لتحسين بعض عناصر الأداء البدني و الانجاز الرياضي لدى التلاميذ كما تم افتراض التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى أطفال لها اثر ايجابي في تحسين بعض عناصر الأداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليتي (الوثب, العدو ) للتلاميذ (12-13) سنة .

حيث تمثلت عينة البحث في 30 تلميذ مختارين عشوائيا مقسمين إلى عينتين 15 تلميذ عينة ضابطة و 15 تلميذ عينة تجريبية ,كما تم الاستنتاج بان الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام أنشطة العاب القوى أطفال باللعب المطبق على العينة التجريبية أثرت ايجابيا لتحسين بعض العناصر الأداء البدني للانجاز الرياضي لدى التلاميذ ,وفي الأخير نقتراح إدراج مشروع العاب القوى للأطفال في منهاج التربية البدنية و الرياضية و استخدامها خلال الحصة التربية البدنية الرياضية و حسب المرحلة العمرية و الأهداف الإجرائية.

الكلمات المفتاحية : التعلم باللعب , ألعاب القوى أطفال ,الأداء البدني , الإنجاز الرياضي .

## Résumé

Notre recherche concerne l'apprentissage de l'activité d'athlétisme et son importance dans le développement physique et comportemental des enfants âgés entre 12 et 13ans .

Il s'agit aussi de développer ses performances en course et en saut.

Ce travail est élaboré sous forme d'une unité pédagogique et sportive en relation avec le programme du ministère de l'éducation et ayant pour objectif principal l'amélioration de la performance physique et sportive des apprenants.

Il s'agit de rappeler pour les besoins de la réussite du projet qu'il convient par conséquent d'équiper notre futur athlète d'une grande quantité d'expériences motrices, et surtout de lui apprendre à repérer celles qui sont fondamentales aux gestes athlétiques

- Adapter les exercices aux exigences physiques et psychosociales de l'enfant.

Développer chez l'enfant le savoir ,le savoir être et le savoir faire qui

Permettront à l'élève une meilleure appropriation des habiletés par la compréhension de ce qu'il réalise, mais également la compréhension des motifs de l'action, de sa gestion et des choix qu'elle pourra ultérieurement susciter.

Nous avons menés des expériences avec deux groupes de quinze (15)élèves de deux manières différentes l'un en appliquant le programme et l'autre avec une intervention personnelle tout en restant dans le contexte de l'école en procédant d'abord par l'évaluation diagnostique qui nous a permis de déceler les lacunes en matières sportives et

d'élaborer une stratégie d'apprentissage en vue d'une adaptation pédagogique qui nous a permis d'améliorer leur performance et avoir un meilleur résultat. Cela grâce aussi à la collaboration des inspecteurs de l'éducation physique et sportive .

Mots-clés : Apprendre à jouer, l'athlétisme pour les enfants, la performance physique, la réussite sportive.

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجداول	الرقم
51	ثبات الاختبارات	1
66	مدى التجانس بين العينة الضابطة و التجريبية في نتائج الاختبارات القبلية باستخدام اختبار دلالة الفروق "ت"	2
68	دلالة الفروق بين متوسطات نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لعينتي البحث الضابطة و التجريبية	3
69	نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الوثب الخماسي	4
71	نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار عدو 20م من بداية متحركة	5
74	نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار جري 400م	6
76	نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الجري المتعرج لفليشمان	7
79	نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف	8
81	نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الوثب العريض من الوقوف	9
84	نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار جري 60م	10
86	مقارنة نتائج الاختبار البعدي باستعمال اختبارات دلالة الفروقات "ت"	11
87	نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار الوثب الخماسي	12
89	نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار عدو 20م من بداية متحركة	13
92	نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار جري 400م	14
94	نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار الجري المتعرج لفليشمان	15
96	نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف	16
99	نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار الوثب العريض من الوقوف	17
101	نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار جري 60م	18

## قائمة الأشكال البيانية

الرقم	عنوان الاشكال البيانية	الصفحة
1	اختبار الوثب الخماسي	56
2	اختبار عدو 20م من بداية متحركة	56
3	اختبار جري 400 م	57
4	اختبار جري متعرج لفليشمان	58
5	اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف	59
6	اختبار الوثب العريض من الوقوف	60
7	اختبار جري 60م	61
8	مقارنة النتائج القبلية والبعديّة لعينتي البحث في اختبار الوثب الخماسي	71
9	مقارنة النتائج القبلية والبعديّة لعينتي البحث في اختبار عدو 20م من بداية متحركة	73
10	مقارنة النتائج القبلية والبعديّة لعينتي البحث في اختبار 400م	76
11	مقارنة النتائج القبلية والبعديّة لعينتي البحث في اختبار الجري المتعرج لفليشمان	78
12	يوضح مقارنة النتائج القبلية والبعديّة لعينتي البحث في اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف	81
13	يوضح مقارنة النتائج القبلية والبعديّة لعينتي البحث في اختبار الوثب العريض من الوقوف	83
14	مقارنة النتائج القبلية والبعديّة لعينتي البحث في اختبار جري 60م	85
15	النتائج البعديّة لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار الوثب الخماسي	89
16	النتائج البعديّة لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار عدو 20م من بداية متحركة	91
17	النتائج البعديّة لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار جري 400م	93
18	يوضح النتائج البعديّة لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار الجري المتعرج لفليشمان	96
19	النتائج البعديّة لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف	98
20	النتائج البعديّة لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار الوثب العريض من الوقوف	100
21	النتائج البعديّة لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار جري 60م	102



- الاهداء.....ج  
- الشكر و التقدير.....د  
- ملخص البحث.....ه  
- قائمة الجداول.....ط  
- قائمة الاشكال.....ي

## التعريف بالبحث

- 1- مقدمة .....02  
2- مشكلة البحث.....03  
3- أهداف البحث.....04  
4- فرضيات البحث.....05  
5- اهمية البحث .....05  
6- مصطلحات البحث.....06  
7- الدراسات المشابهة.....08  
7-1-دراسة بوفير و دحماني.....08  
7-2-دراسة يحي فريد و بلغالي فوزية.....09  
7-3-دراسة بن احمد محمد.....10  
7-4-دراسة بوراشد هشام.....11  
7-5-دراسة الماين امين و حلاوة خالد.....12  
7-2- التعليق على الدراسات.....13  
7-3- نقد الدراسات.....14  
- خاتمة.....14

## الباب الاول

### الدراسة النظرية

- مدخل باب الاول.....16

## الفصل الاول

### التعلم باللعب واستخدام أنشطة العاب القوى اطفال

- 18..... تمهيد -
- 18..... 1-1- تعريف التعلم باللعب.
- 19..... 1-1-1- اهمية التعلم في اللعب.
- 20..... 2-1-1- فوائد تعلم باللعب.
- 20..... 3-1-1- متى نستخدم التعلم باللعب.
- 21..... 4-1-1- دور المعلم في اسلوب التعلم باللعب.
- 22..... 5-1-1- المعايير التي تحكم المعلم عند اختيار الالعاب التعليمية.
- 22..... 2-1- أنشطة العاب القوى اطفال.
- 23..... 1-2-1- مفهوم مسابقات العاب القوى اطفال.
- 23..... 2-2-1- اهداف الاتحاد الدولي لنظام العاب القوى اطفال.
- 24..... 3-2-1- محتوى اهداف مسابقات الاتحاد الدولي لالعاب القوى اطفال.
- 24..... 1-3-2-1- تحسين الحالة الصحية.
- 25..... 2-3-2-1- تفاعل الاجتماعي.
- 25..... 3-3-2-1- مبدأ الفرق.
- 26..... 4-3-2-1- تنمية روح المغامرة.
- 26..... 4-2-1- وسائل المستخدمة في العاب القوى اطفال.
- 26..... 1-4-2-1- الأدوات و المعدات.
- 27..... 2-4-2-1- موقع و المدة.
- 27..... خلاصة -

## الفصل الثاني

### متطلبات الأداء البدني والانجاز الرياضي وخصائص الفئة

#### العمرية (12-13) سنة

- تمهيد..... 29
- 2-1- مفهوم القدرات البدنية والحركية..... 29
- 2-1-1- القدرات البدنية..... 29
- 2-1-2- القدرات الحركية..... 30
- 2-1-3- أنواع القدرات البدنية والحركية الاساسية..... 30
- 2-1-3-1- السرعة..... 30
- 2-1-3-2- القوة..... 31
- 2-1-3-3- التحمل..... 31
- 2-1-4- المرونة..... 32
- 2-1-4- الرشاقة..... 32
- 2-1-6- التوافق..... 33
- 2-1-7- التوازن..... 33
- 2-2- خصائص ومميزات الطفل خلال مرحلة (12-13) سنة..... 33
- 2-2-1- النمو في المرحلة العمرية (12-13) سنة..... 34
- 2-2-1-1- النمو العقلي..... 34
- 2-2-1-2- النمو الحركي..... 34
- 2-2-1-3- النمو الاجتماعي..... 35
- 2-2-2- احتياجات الطفل خلال مرحلة (11-13) سنة..... 36
- 2-2-2-1- الاحتياجات المعرفية..... 36
- 2-2-2-2- الاحتياجات البدنية..... 37
- 2-2-2-3- الاحتياجات النفسية الحركية..... 38

- خلاصة.....39
- خاتمة الباب الاول.....41

## الباب الثاني

### الدراسة الميدانية

- مدخل الباب الثاني.....43

## الفصل الأول

### منهجية البحث والإجراءات الميدانية

- تمهيد.....45
- 1-1- منهج البحث.....45
- 1-2- تجربة استطلاعية.....46
- 1-3- مجتمع و عينة البحث.....47
- 1-4- الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث.....47
- 1-5- مجالات البحث.....48
- 1-5-1- المجال البشري.....48
- 1-5-2- المجال الزمني.....49
- 1-5-3- المجال المكاني.....49
- 1-6- ادوات البحث.....49
- 1-7- الاسس العلمية للاختبار.....51
- 1-7-1- الثبات.....51
- 1-7-2- الصدق.....52
- 1-7-3- الموضوعية.....53
- 1-8- الوسائل الاحصائية.....53
- 1-8-1- المتوسط الحسابي.....54
- 1-8-2- الانحراف المعياري.....54

- 54.....1-8-3- معامل الارتباط البسيط الكارل بيرسون
- 55.....1-8-4- الصدق الذاتي
- 62.....1-9- الاهداف الاجرائية للوحدات التعليمية
- 63..... - خاتمة

## الفصل الثاني

### معرض تحليل و مناقشة النتائج

- 65..... - تمهيد
- 66.....1-2- عرض و مناقشة نتائج الاختيار القبلي لعينتي البحث
- 68.....2-2- عرض و مناقشة نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث
- 86.....2-3- عرض و مناقشة نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث
- 103.....2-4- مناقشة فرضيات البحث
- 105.....2-5- الاستنتاجات
- 106.....2-6- خاتمة الفصل
- 106.....2-7- التوصيات
- 107..... - خلاصة
- 109..... - المصادر و المراجع
- 113..... - الملاحق

1- المقدمة :

التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم المتوسط تعتبر الركيزة الاساسية في نمو الطفل حيث انها فترة التي يتطور فيها الطفل من ضعف الطفولة الى قوة الشباب و تنمو فيها اللياقة البدنية للطفل, اذا يشير روثمان rothmans الى ان الهدف من التعليم هو تشجيع النمو الجسمي لاكساب الطفل الصحة العامة (n.byrne,1981) بحيث تعد احد الأنشطة المهمة التي تمكن الأطفال من اشباع مطالب نموهم وفق ما يتجاوب مع مركز اهتمامه سواء من ناحية النضج العضوي او العصبي من جهة اخرى , فالتلاميذ في المتوسطة تجدهم متلهفين لليوم الذي يمارسون فيه حصة التربية البدنية و الرياضية , بكل شغف اذ يعطون ما لديهم من قدرات خاصة أثناء الأنشطة التي على شكل العاب اذ تستعمل فيها بعض المعدات و ادوات المساعدة على خلق روح المنافسة و من بينها العاب القوى للأطفال لملائمتها مع طبيعة و خصائص المرحلة العمرية بحيث صممت من طرف الاتحاد الدولي لالعاب القوى كنشاط رياضي للاطفال للفئة العمرية من 7 الى 13 عاما و يعمل هذا المشروع على تلبية مطالب الاطفال خصوصا من جانب لياقتهم البدنية و توقعاتهم.

حيث تتيح هذه الاخيرة للطفل التدريب على مجموعة من المعارف الحركية وقد اتضح بعد اجراء العديد من البحوث و الدراسات في الوضع الحالي ان التحدي الذي يواجه الاتحاد الدولي لالعاب القوى هو صياغة مفهوم جديد لالعاب القوى حيث تم تصميم كل مقترح من المقترحات بما يتوافق مع تطوير التعلم المهارات و الاحتياجات للاطفال من سن 12 الى 13 سنة.

تهتم العاب قوى للاطفال بالاداء البدني و الانجاز الرياضي التي لها اهمية كبيرة في نمو الطفل كي يمكننا من صنع جيل ذا لياقة بدنية جيدة حتى يستطيع ان يواكب العصر وهذه احد اهداف التربية البدنية و الرياضية لمرحلة المتوسط غرس العادات

الصحية و القوامية السليمة للوقاية من العادات الخاطئة و تنمية الصفات البدنية و المهارات الطبيعية لتحقيق مستوى اللياقة البدنية العامة . خاصة في مرحلة التعليم المتوسط 12-13 سنة باعتبارها مرحلة مهمة لتطوير اللياقة البدنية كما يقول كورت مانيل : " انطلاقا من وجهة النظر التطور الحركي فان هذا العمر هو افضل عمر زمني يجب استثماره لتطور القابلة الحركية المتنوعة ". (مانيل, 1980, 1995, ص267)

2- مشكلة البحث :

ان التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط مادة تعليمية كسائر المواد الأخرى , وتعتبر الحجر الأساسي لتكوين الطفل في هذه المرحلة و يعتبر اللعب المجال الأوفر في هذه المرحلة من التعليم , الأمر الذي دفع الطالبان الى التطرق للدراسة , حيث مشكلة الدراسة التي كانت تدور في ذهننا من خلال المعاشة الميدانية و التربص الميداني على مستوى متوسطة ولد قادة مصطفى عين تالوت ولاية تلمسان وذلك لمعرفة أهمية التعلم باللعب وفق أنشطة ألعاب القوى أطفال في تحسين عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي للتلاميذ في فعاليتي العدو و الوثب.ومن هذا برزت مشكلة البحث في التساؤل حول أهمية التعليم باللعب في تحسين تلك الانجازات الرياضية المختارة و بعد الطرح السابق تبلور الاشكال في:

التساؤل العام : هل التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي لدى التلاميذ (12-13 سنة) في فعاليتي الوثب الطويل , و عدو المسافات القصيرة ؟

● التساؤلات الفرعية :

- هل التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في فعالية الوثب الطويل؟

- هل التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في فعالية عدو المسافات القصيرة ؟

### 3- أهداف البحث :

- معرفة مدى أهمية التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي لدى التلاميذ (12-13 سنة) في فعالتى الوثب الطويل ,و عدو المسافات القصيرة.

- معرفة مدى أهمية التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعالية الوثب الطويل.

- معرفة مدى أهمية التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعالية العدو (60م).

- تصميم وحدات تعليمية مقترحة وفق نمط التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال لتحقيق أهداف التربية البدنية و الرياضية المنشودة

### 4- فروض البحث:

\* الفرض العام :التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي لدى التلاميذ (12-13 سنة) في فعالتى الوثب الطويل ,و عدو المسافات القصيرة

### \* الفرضيات الفرعية :

- التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في فعالية الوثب الطويل.

- التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في فعالية العدو والمسافات القصيرة.



5- أهمية البحث :

-الجانب العلمي :

- اثراء مكتبة معهد التربية البدنية و الرياضية بموضوع العاب القوى للاطفال اي يخص الاتحاد الدولي لالعاب القوى .

- تزويد الطلبة الباحثين بمعطيات نظرية في المستقبل للتدريب و التنظيم الاحسن لمسابقات العاب القوى للاطفال .

- الجانب العملي :

- تزويد الطلبة الباحثين بمعطيات ميدانية في المستقبل للتدريب و التنظيم الاحسن لمسابقات العاب القوى للاطفال .

- اعداد برامج تدريبية لفئة الناشئين باستعمال مشروع الاتحاد الدولي لالعاب القوى kids' athletics

- تطوير بعض القدرات البدنية لمبتدئى العاب القوى باستخدام نظام العاب القوى للاطفال .

- تطوير الانجاز الرقمي لبعض فعاليات العاب القوى للمبتدئين باستعمال نظام العاب القوى للاطفال .

- تنظيم مسابقات العاب القوى للاطفال لاكتشاف المواهب الشابة و التعريف برياضة العاب القوى في عالم التدريب و التدريس .

6- مصطلحات البحث :

● **التعلم** :هو العملية التربوية التي تتم داخل وسائط التربية النظامية (المدارس,المعاهد,الجامعات) وهو عملية مقصودة وهادفة وموجهة تهدف لمساعدة

الافراد على تحقيق مكتسبات معينة. (زيتون,الحلاق، 2008,ص21)

ومنه يعرف الطالبان التعلم بأنه العملية المنظمة التي تمارس من قبل المعلم؛ بهدف نقل المعارف المهاراتية إلى التلاميذ ، وتنمية اتجاهاتهم نحوها، ويعدّ التعلم هو الناتج

الحقيقي لعملية التعليم .

• **اللعب** : هو الأنشطة التي قوم بها الطفل دون قوانين ، كما ترى لجنة بلاودن أن اللعب بمعنى التعامل مع الأشياء و مع الأطفال دون تخطيط مسبق و هو أمر حيوي لتعلم الأطفال. (إيمان عباس الخفاف، 2010، ص28)

و منه يعرف الطالبان الباحثان اللعب بأنه مجموعة الأنشطة غير الشعورية التي لا تهدف إلى أية نتيجة سوى ذاتها .

• **العاب قوى أطفال** : العاب القوى هي نشاط بدني يتضمن أعمالاً طبيعية كالجري و الوثب و القفز و الرمي ، انها رياضة متنوعة تتضمن اختبارات يختلف بعضها عن بعض

و تختلف المسابقات بعضها عن بعض بالقدر نفسه الذي تختلف فيه الخصائص البدنية والفيزيولوجية و النفسية المطلوب توافرها لممارستها. ان العاب القوى بفضل تقاليدھا و شموليتها و رصيدها بالاضافة لما تنطوي عليه من مهارات و صفات واسعة المجال تعتبر الرياضة الاساسية المثالية و عصب الالعاب الاولمبية و مقياساً لتقدم الشعوب و حضارتها(جمال سيد احمد، 2006).

ومما سبق اتضح للطالبان بأن ألعاب القوى هي ألعاب متعددة المسابقات تعتمد على السرعة والتحمل والمرونة والرشاقة، وتشتمل على مسابقات المضمار (الجري والحوجز والتتابع)، والميدان (الرمي والوثب والقفز) ، ويتنافس الأفراد في هذه المسابقات المختلفة محتكمين إلى المسافة والزمن.

• **إنجاز رياضي** : يمكن تعريف الانجاز الرياضي " بأنه استعداد الرياضي لبذل الجهد من اجل تحقيق هدف معين (أسامة كامل راتب، 1997، ص72)

ومن خلال التعريف السابق يذكر الطالبان أن الإنجاز الرياضي هو استعداد الفرد للتنافس في موقف ما من مواقف الانجاز وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق .

• **الوثب الطويل :** ويعتبر الوثب الطويل من الفعاليات القوية والسريعة، وتتكون من أربعة مراحل متتابعة : (الاقتراب، الارتقاء، الطيران، الهبوط)، وإن الهدف الأساسي للاعبى الوثب الطويل هو تحقيق أبعد مسافة أفقية ممكنة وذلك من خلال تحقيق سرعة الطيران المناسبة والتي تسهم محصلة سرعتيها الأفقية والعمودية في تحقيقها (قاسم حسين، ايمان شاكر ، 1998) .

ومن ما سبق اتضح للطالبان بأن الوثب الطويل هو ارتفاع الجيد لمركز ثقل الجسم بعد لمس قدم الارتقاء بالأرض مباشرة وهذا ما نسميه بالأداء الجيد .

• **عدو المسافات القصيرة :**

و هي مقدرة الرياضي على عدو مسافة قصير 60م في اقل وقت ممكن .

#### 7- الدراسات المشابهة :

**تمهيد :**

إن الهدف الأساسي من الدراسات المشابهة لموضوع البحث هو لتحديد ما سبق إتمامه وخاصة ما يتعلق بمشكلة البحث المطلوبة دراستها إلى جانب إتاحة الفرصة أمام الباحث لإنجاز بحثه على نحو أفضل، ويذكر أيضا أن الفائدة من التطرق الى الدراسات السابقة تكمن في انها تدل الباحث على المشكلات التي لازالت بحاجة الى الدراسات او البحث ,وما الذي ينبغي انجازه ,كما أنها توضح للباحث مختلف الجوانب التي تكون البحوث المرتبطة قد عالجتها بالنسبة لمشكلة البحث الحالية أو توضح للباحث ما إذا كانت مشكلة البحث قد عولجت بقدر كاف من قبل، الأمر الذي يستدعي إجراء مزيد من البحوث (راتب,محمد حسن العلاوي وأسامة كامل، 1987)

وعلى هذا الأساس عمل الطالب الباحث على جمع عدد من الدراسات العلمية مستفيد من نتائجها في إنجاز هذا البحث .

7-1- عرض الدراسات:

7-1-1- الدراسة الأولى : دحماني اسماعيل / بوفير محمد (2014-2015) بعنوان فاعلية استراتيجية التدريس باللعب في تنمية بعض القدرات البدنية و الحركية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (16-18 سنة) .

- مشكلة البحث :

-هل استراتيجية التدريس باللعب تؤثر ايجابا على القدرات البدنية و الحركية لدى التلاميذ (16-18 سنة) ؟

-هدف البحث : وقد هدفت هذه الدراسة الى معرفة مدى تأثير فاعلية استراتيجية التدريس باللعب في تحسين بعض القدرات البدنية و الحركية لدى تلاميذ (16-18 سنة )

-فرض البحث : استراتيجية التدريس باللعب تؤثر ايجابا على القدرات البدنية و الحركية لدى التلاميذ (16-18 سنة) .

- منهج البحث : استخدم الباحثان المنهج التجريبي .

- عينة البحث : شملت الدراسة التطبيقية 64 تلميذ من نفس المرحلة العمرية (16-18 سنة) موزعين على مجموعتين 32 تلميذ للعينة الضبطة و 32 تلميذ للعينة التجريبية وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

- أداة البحث :

- الاختبارات المهارية و الاختبارات البدنية .

- أهم نتيجة : أن الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام استراتيجية التدريس باللعب المطبق على العينة التجريبية أثرت ايجابا في تنمية بعض الصفات البدنية و الحركية المتمثلة في ( القوة القسوى , المرونة, الرشاقة, القوة الانفجارية, السرعة الانتقالية , التحمل ).

- أهم توصية : ضرورة الاهتمام و العناية بالفئة العمرية (16-18 سنة) لأنها مرحلة مهمة للقفز الى سن الرشد .

7-1-2- الدراسة الثانية :دراسة يحي فريد / بلغالي فوزية (2015-2016) بعنوان : وحدات تعليمية مقترحة باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال في تنمية مكونات اللياقة البدنية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (9-11 سنة ) .

- مشكلة البحث :

- هل تساهم الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام أنشطة ألعاب القوى للأطفال ايجابا في تنمية بعض مكونات اللياقة البدنية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (9-11 سنة ) ؟

- هدف البحث : معرفة مدى تأثير الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام أنشطة ألعاب القوى للأطفال في تنمية بعض مكونات اللياقة البدنية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-11 سنة) .

- فرض البحث : ان الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام نظام ألعاب القوى للأطفال تساهم في تنمية بعض مكونات اللياقة البدنية لدى تلاميذ الطور الابتدائي (9-11 سنة) .

- منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي .

- عينة البحث : شملت الدراسة 30 تلميذ ذكور من الفئة العمرية نفسها (9-11 سنة ) موزعين على مجموعتين 15 تلميذ للعينة تجريبية و 15 تلميذ للعينة الضابطة و قد تم اختيارها بطريقة عشوائية .

- أداة البحث : استبيان يضم مجموعة من الاختبارات .
- أهم نتيجة : ادراج العاب القوى أطفال في منهاج التربية البدنية والرياضية ليطبق في الحصص التدريسية بحيث أثبت جدارته في تحقيق أحد أهم أهداف المنهاج و هو تنمية اللياقة البدنية للتلاميذ .
- أهم توصية : اجراء بحوث في القريب العاجل حول أنشطة ألعاب القوى للأطفال كمقياس لانقضاء المواهب الشابة في المدارس .
- 3-1-7- الدراسة الثالثة : بن أحمد محمد (2013-2014) بعنوان : اقتراح برنامج تدريبي لألعاب قوى للأطفال لتطوير بعض القدرات البدنية و الانجاز الرقمي في مسابقات العدو , الوثب و الرمي (12-13 سنة) .
- مشكلة البحث :
- هل نظام ألعاب القوى للأطفال لديه جانب ايجابي في تطوير بعض الصفات البدنية والانجاز الرقمي لفعاليات ألعاب القوى للمبتدئات 12-13 سنة ؟ .
- هدف البحث :تطبيق المشروع الدولي لألعاب القوى أطفال في تدريبات الناشئين 12-13 سنة لألعاب القوى لتطوير بعض القدرات البدنية و الانجاز الرقمي لبعض الفعاليات .
- فرض البحث :ان نظام ألعاب القوى للأطفال لديه جانب ايجابي في تطوير بعض الصفات البدنية و الانجاز الرقمي لفعاليات ألعاب القوى للمبتدئات 12-13 سنة .
- منهج البحث : استخدم الباحثان المنهج التجريبي .
- عينة البحث : شملت الدراسة 24 عداة موزعة في مجموعتين متكافئتين 12 عداة للعينة الضابطة و 12 عداة للعينة التجريبية و تم اختيارها بطريقة عشوائية .
- أداة البحث : استبيان موجه للمدربين ورؤساء رابطات ألعاب القوى للأطفال الخاص بالاتحادية الدولية لألعاب القوى .

- أهم نتيجة : أظهر البرنامج التربوي لألعاب القوى أطفال تأثيرا ايجابيا على تطوير بعض القدرات البدنية القوى .
- أهم توصية : اجراء بحوث مشابهة حول ألعاب القوى للأطفال في مجال التدريب الرياضي الخاص بالناشئين .
- 7-1-4- الدراسة الرابعة : بوراشد هشام 2014-2015 بعنوان : دور وأهمية بعض عناصر اللياقة البدنية (المداومة , السرعة , القوة ) و تأثيرها على التحضير في الرياضات الجماعية لدى تلاميذ الطور المتوسط 12-13 سنة .
- مشكلة البحث :
- ما مدى تأثير البرنامجين المقترح و التقليدي في تطوير المستوى التحضيري في كرة اليد و الكرة الطائرة؟
- هدف البحث :معرفة أهمية عناصر اللياقة البدنية (المداومة ، السرعة ، القوة) لدى تلاميذ الطور المتوسط 12-13 سنة .
- فرض البحث : وجود تحسن بين الاختبار القبلي و البعدي للمستوى التحضيري في نشاطي كرة اليد و الكرة الطائرة و لصالح الاختبار البعدي بالنسبة للبرنامجين المقترح و التقليدي.
- منهج البحث : استخدم الباحث المنهجان الوصفي والتجريبي .
- عينة البحث : قد شملت عينة البحث(64 تلميذ وتلميذة) ليقسموا لمجموعتين ضابطة طبقت البرنامج التقليدي ، تجريبية طبقت (البرنامج المقترح)
- أداة البحث : استبيان يضم مجموعة من الاختبارات .
- أهم نتيجة : لعناصر اللياقة البدنية (المداومة،السرعة،القوة) تأثير كبير على المستوى التحضيري لتلاميذ في نشاطي كرة اليد و الكرة الطائرة.

-أهم توصية : الاجتهاد من اجل وضع برامج لمختلف الأنشطة، تتماشى و قدرات هذه الفئة العمرية،من خلال إشباع حاجياتها النفسية والبدنية،كذلك تطوير الجانب المهاري في الرياضة التخصصية ،حيث تعتبر من أهم المراحل لتطوير الجانب المهاري ،ناهيك عن بعض عناصر اللياقة البدنية .

7-1-5- الدراسة الخامسة : اماين أمين/حلاوة خالد 2008 بعنوان :اقتراح وحدات تعليمية لتنمية بعض القدرات البدنية و الانجاز الرياضي في عدو الحواجز لدى التلاميذ (12-13 سنة ) .

-مشكلة البحث :

- لماذا لا يدرس أستاذ التربية البدنية والرياضية فعالية عدو الحواجز رغم الاقبال الجيد للتلاميذ على هذه الفعالية ؟

- هل واقع التربية البدنية و الرياضية في الاكاديمية يساعد على تعليم هذه الفعالية ؟

- أهداف البحث :

- محاولة اقتراح وحدات تعليمية باستخدام بعض الأساليب التدريسية لتنمية بعض القدرات البدنية لفعالية عدو الحواجز لدى التلاميذ .

- وضع اختبارات تسمح بتحسين الأداء في فعالية عدو الحواجز لدى التلاميذ بواسطة استعمال الوسائل البديلة .

- فرضيات البحث :

- توجد فروق ذات دلالة احصائية في نتائج الاختبارات البعدية و لصالح العينة التجريبية في بعض القدرات البدنية و الانجاز الرياضي .

- منهج البحث : استخدم الباحثان المنهجين المسحي والتجريبي .

-عينة البحث : شملت الدراسة المسحية عينة من 80 أستاذ , و شملت الدراسة الاحصائية 10 تلاميذ من المرحلة العمرية (12-13 سنة ) , و شملت الدراسة



التطبيقية 80 تلميذ لنفس المرحلة العمرية موزعين على مجموعتين 40 تلميذ للعينة الضابطة و40 تلميذ للعينة التجريبية وقد تم اختيارها بطريقة عشوائية .

-أداة البحث : استبيان يضم مجموعة من الاختبارات .

-أهم نتيجة : ضرورة دمج فعالية عدو الحواجز في الطور الاكمامي للسنة الأولى متوسط

-أهم توصية : يجب على المدرس أن يأخذ بعين الاعتبار تنمية الصفات البدنية الأساسية من أجل الارتقاء بالأداء الحركي لمختلف الفعاليات الرياضية

### 7-2-التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة :

يلاحظ أن الدراسات السابقة المتطرق إليها والتي تناولت موضوع البرامج التدريبية بهدف تنمية الصفات البدنية و الانجاز الرقمي لبعض الفعاليات في ألعاب القوى , حيث أكدت على مجموعة من النتائج العلمية تم تلخيصها كما التالي :

- ضرورة الاهتمام بفئة الناشئين أثناء التدريب لأنها القاعدة الأساسية للوصول الى المحتويات العلمية .

- ضرورة تطبيق الأسس العلمية أثناء إعداد البرامج التدريبية و على المدرب أن يكون ملما بمختلف العلوم للتطور الحركي .

- الإعتناء على الإختبارات البدنية لتقويم مستوى أداء العدائين .

- ضرورة إنجاز بحوث علمية في مجال التدريب بحيث يكون الاهتمام الخاص بفئة الناشئين .

### 3-3-نقد الدراسات :

من خلال ما إستخلصه الطالبان من الدراسات السابقة وجد أن هذه الدراسات لم تعطي إهتمام أكثر في إعداد برامج تدريبية مقننة وذو طابع علمي خاص بهذه الفئة والطرق

الجديدة المساعدة في إنجاز البرامج التدريبية و لهذا تطرق الطالبان الى انجاز هذا الموضوع للتطرق الى وسائل جديدة لتدريب فئة الناشئين للوصول الى مستوى مقصود

**الخاتمة:**

إن تقدم البحث العلمي في جميع المجالات و بصورة خاصة التعلم باللعب و ألعاب القوى أطفال , راجع الى الدراسات السابقة التي بدورها تمهد للطالب الباحث في مواصلة البحث الذي بصدد دراسته, حيث تلم بكل الدراسات المشابهة بموضوع بحثه , ومن هذا المنطلق إعتد الطالب الباحث, بإمام بكل الدراسات المشابهة .

إن الدراسات التي سبق ذكرها أعطت للطالب فعالية وحماس من أجل مواصلة بحثه الذي هو قيد الدراسة .

**مدخل الباب الأول :**

تطرق الطالبان في هذا الباب إلى عدة جوانب كانت كالتالي:

قسم هذا الباب إلى فصلين حيث تم التطرق في الفصل الأول إلى التعلم بالعب باستخدام أنشطة العاب القوى أطفال و الفصل الثاني تناولنا فيه متطلبات الأداء البدني و المهاري و خصائص الفئة العمرية ومتطلباتها من ناحية اللياقة البدنية.

## تمهيد :

أكدت الدراسات و البحوث التربوية أن الأطفال كثيراً ما يخبروننا بما يفكرون فيه وما يشعرون به من خلال لعبهم التمثيلي الحر ويعتبر اللعب وسيطاً تربوياً يعمل بدرجة كبيرة على تشكيل شخصية الطفل بأبعادها المختلفة وهكذا فإن الألعاب العلمية متى أحسن تخطيطها وتنظيمها والإشراف عليها تؤدي دوراً فعالاً في اكتساب المعرفة والمهارات المتوصل إليها. تعتبر ألعاب القوى من أقدم الرياضات وأكثرها شعبية ترجع ممارستها الى العصور القديمة .و ذلك مما تتضمنه من فروع متعددة مثل المشي و الجري و القفز و الرمي و بالتالي تعدد المسابقات بها ، كما أنها تتميز بنشاط واسع يجري بالملعب او داخل الصالات و كذا خارج الملعب ، تكتسي أهمية كبيرة تكونها تعتبر مقياس تقدم و تطور الدول. لذا فإن الطالبان سيتناولان في بحثهما الموجز هذا التعريف بهذا الأسلوب التربوي وإظهار أهميته من خلال ذكر فوائده وكيفية استخدامه بشكل فعال ومثمر وكذا تعريف مسابقات ألعاب القوى للأطفال و مجموع من الألعاب المقترحة من طرف الاتحاد الدولي لألعاب القوى.. وسيعتمد الباحث في بحثه هذا على المنهج التفسيري والمنهج الوصفي والمنهج الإستنتاجي .

## 1-1- تعريف التعلم باللعب:

يعرف اللعب بأنه نشاط موجه يقوم به الأطفال لتنمية سلوكهم وقدراتهم العقلية والجسمية والوجدانية ويحقق في نفس الوقت المتعة والتسلية وأسلوب التعلم باللعب هو استغلال أنشطة اللعب في اكتساب المعرفة وتقريب مبادئ العلم للأطفال وتوسيع آفاقهم المعرفية " (فهد الغامدي، 2009).

ومنه يعرف الطالبان التعلم باللعب بأنه نوع من الأنشطة لها مجموعة من القوانين التي تنظم سير اللعب وعادة ما يشترك فيه اثنان أو أكثر للوصول الى أهداف مسبقة

التحديد ويدخل في هذا الأسلوب عنصر المنافسة وعنصر الصدفة وينتهي اللعب بفوز أحد الفريقين.

### 1-1-1- أهمية اللعب في التعلم:

إن اللعب أثره الكبير في تعليم الطفل وتنمية شخصيته من الناحية المعرفية والسلوكية وفي تحسين تواصله الاجتماعي مع الآخرين. فاللعب أداة تربوية تساعد في إحداث تفاعل الفرد مع البيئة لغرض التعلم وإنماء الشخصية والسلوك. يمثل اللعب وسيلة تعليمية تقرب المفاهيم وتساعد في إدراك المعاني للأشياء. كما يعتبر اللعب طريقة علاجية يلجأ إليها المربون لمساعدتهم في حل بعض المشكلات التي يعاني منها بعض الأطفال ، فبعض الأطفال الذين يعانون من مشكلة العزلة أو مشكلة العدائية للآخرين يمكن توجيههم الى السلوك المرغوب من خلال إشراكهم في بعض الألعاب الجماعية التي تشجع المشاركة وتبعدهم عن السلوك السيء.

من خلال استخدام الألعاب كوسائل تعليمية، تساعد الألعاب على تثبيت المعلومات حيث أن المعلومة التي يتم تقديمها من خلال لعبة لا يمكن أن ينساها الدارس حيث تكون فيها عنصر للحركة فهي تسمع وترى وتقوم بنفسها بعمل حركي وتستخدم أكثر من حاسة، لذا فإن التعليم باللعب يكون أكثر ثباتاً من غيره. كما يعتبر اللعب وسيلة هامة من وسائل التفريغ عن الانفعالات المختلفة لدى الدارس في هذه المرحلة حيث تظهر الهوايات والميل للشلة والشعور بالمكانة كل هذه من خصائص اللعب الذي يعمل عمل تفريغ هذه الطاقات (بلقيس أحمد، 1987، ص34). يعتبر التعلم بواسطة اللعب أداة فعالة تفيد التعلم وتنظيمه لمواجهة الفروق الفردية وتعليم الأطفال وفقاً لإمكاناتهم وقدراتهم فكل طفل من الممكن أن يختار اللعبة التي تناسبه أو يشارك في الألعاب بحسب قدراته وإمكاناته فبالتالي ينمي ما لديه من هذه القدرات دون عزلة عن العملية التعليمية / التعلمية. (توفيق مرعي، 1998، ص17). ومن خلال ما سبق

استخلص الطالبان أن التعلم باللعب يساعد على تنشيط الدارس لاستيعاب المعلومات والقدرة على التفكير وتبعد عنه الملل والسآمة.

### 1-1-2- فوائد التعلم باللعب:

- يؤكد ذاته من خلال التفوق على الآخرين فردياً وفي نطاق الجماعة.
- يتعلم التعاون واحترام حقوق الآخرين من خلال مشاركته في الألعاب الجماعية.
- يتعلم احترام القوانين ويلتزم بها من خلال تنفيذ قوانين وقواعد اللعبة والالتزام بها.
- يعزز انتماءه للجماعة من خلال اللعب الجماعي.
- يكتسب الثقة بالنفس والاعتماد عليها من خلال الأدوار التي يمثلها في اللعب .
- يساعد اللعب في تنمية ذاكرة الطفل وتفكيره وذلك من خلال محاولاته لحل المشاكل التي يواجهها أثناء لعبه. ومن ما سبق اتضح للطالبين بأن التعلم باللعب يساعد في نمو الذاكرة والتفكير والإدراك والتخيل ويكتسب التلميذ الثقة بالنفس والاعتماد عليها ويسهل اكتشاف قدراته واختبارها ، ويخلص الطفل من انفعالاته السلبية.

### 1-1-3- متى نستخدم التعلم باللعب:

- يستخدم اللعب كتهيئه قبل الدرس، فيستطيع المعلم بدء درسه بأحر الفوازير والتي يمكن أن يكون حلها عنواناً للدرس مثلاً وبذلك يشوق التلاميذ للدرس ويشد انتباههم اليه يستخدم لتنشيط الدراسات وتحريك الأجواء وإبعاد الملل والسآمة عن أنفس التلاميذ، فتقسيم الصف مثلاً لمجموعات تعمل على الفوز بمسابقة يضعها المعلم تجعل من الحصة أكثر متعة ودافعية من التلاميذ.
- كوسيلة تعليمية، فمعلم اللغة الإنكليزية مثلاً إذا أراد أن يدرّب تلاميذه على مهارة التعبير الشفهي، ما عليه إلا أن يبتكر مسرحية تمثيلية يقوم بأدوارها التلاميذ. لتحقيق الأهداف الوجدانية والسلوكية، فالألعاب الجماعية مثلاً تعلم التلاميذ التعاون والقيم الأخرى بالإضافة أنها تصحح من سلوك التلاميذ غير المرغوب.

- من خلال ما سبق يذكر الطالب أن التعلم باللعب يستخدم في التقويم، فيستطيع المعلم في نهاية حصته أن يقيم مسابقة بين مجموعات من الصف تكون أسئلة المسابقة من الدرس الذي قام بتقديمه وبذلك يكون قد استطاع تقويم درسه من خلال ملاحظته لأداء التلاميذ في اللعبة.
- 1-1-4- دور المعلم في أسلوب التعلم باللعب:
- إجراء دراسة للألعاب المتوفرة في بيئة التلميذ.
- التخطيط السليم لاستغلال هذه الألعاب والنشاطات لخدمة أهداف تربوية تتناسب وقدرات واحتياجات الطفل.
- توضيح قواعد اللعبة للتلاميذ.
- ترتيب المجموعات وتحديد الأدوار لكل تلميذ.
- تقديم المساعدة والتدخل في الوقت المناسب.
- تقويم مدى فعالية اللعب في تحقيق الأهداف التي رسمها.
- أن يحدد المعلم الوقت والمكان المناسبين لتنفيذ اللعبة. (فهد الغامدي، 2009)
- لتفادي الأخطاء والارتباك أثناء التطبيق يجب على المعلم أن يتقن اللعبة ويحدد نتائجها التعليمي قبل التنفيذ.
- أن يقوم المعلم بالتمهيد للعبة قبل المشروع في تطبيقها من أجل إيجاد عنصر التشويق لدى الطلاب وربط اللعبة بالموقف الصفي.
- أن يقدم المعلم شروط اللعبة بوضوح ليخلق جواً من التنافس بين الطلاب.
- أن يكون المعلم جاداً في تنفيذ اللعبة وعادلاً في النتيجة.
- أن يعزز المعلم النتائج التعليمي للعبة. (فهد الغامدي، 2009)
- ومن خلال ما سبق يستنتج الطالب أن دور المعلم في أسلوب التعلم باللعب :

- أن تكون الألعاب مناسبة للمرحلة العمرية ومستوى النمو العقلي والبدني والاجتماعي.
  - أن تخلو من التعقيد والبساطة الشديدين وتتفد حسب القواعد.
  - أن تثير مهارة التفكير والابتكار والملاحظة والتأمل لدى المتعلمين.
  - أن تخلو من الأخطار التي تؤذي المتعلمين. كما يكون هنالك معيار واضح ومحدد للفوز باللعبة.
  - أن يستشعر المتعلمين بالاستقلالية والحرية أثناء اللعب.
  - أن تتناسب اللعبة و عدد المشاركين (فردى، جماعى) بحيث لا يكون هنالك طفل بلا عمل يخصه. و ان تتناسب مع الزمن المحدد
  - 1-1-5- المعايير التي تحكم المعلم عند اختيار الألعاب التعليمية:
  - أبرز هذه المعايير ترتبط بمدى اتصال الألعاب بالأهداف التعليمية الخاصة التي يسعى المعلم لتعليمها.
  - مناسبة هذه الألعاب لأعمار التلاميذ ومستوى نموهم العقلي والبدني.
  - أن تساعد هذه الألعاب المتعلم على التأمل والملاحظة والموازنة والوصول الى الحقائق بخطوات مرئية منطقية. و خلوها من أية مخاطر.
  - أن تساعد هذه الألعاب المعلم على تشخيص مدة نمو المتعلم من اكتساب الخبرات المطلوبة والتعرف إلى أماكن الضعف في تحصيله ثم تزويده بالخبرات المناسبة التي تعالج ذلك.
  - أن تتصل هذه الألعاب ببيئة التعلم. و أن تكون قواعد اللعبة سهلة وغير معقدة.
  - أن تكون هذه اللعبة مثيرة وممتعة و مناسبة لخبرات وقدرات وميول التلاميذ.
  - أن تعطى هذه اللعبة التلميذ شيئاً من الحرية والاستقلالية.
- 1-2- أنشطة ألعاب القوى اطفال :



### 1-2-1- مفهوم مسابقات ألعاب القوى للأطفال:

تتميز مسابقات الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال بجلب الإثارة في ممارسة ألعاب القوى كما أن المسابقات الجديدة و المبتكرة تمكن الأطفال من اكتشاف الأنشطة الأساسية العدو، جري التحمل، الوثب، الرمي و الدفع في أي مكان (الإسناد، الملعب، صالة الألعاب الرياضية "جيمنازيوم" اي منطقة رياضية متاحة....الخ).

إن مسابقات ألعاب القوى على شكل ألعاب سوف تزود الأطفال بفرصة التدريب على ألعاب القوى بأفضل الطرق من الناحية الصحية التعليمية وتحقيق الذات. (Charles Gozzoli, 2002)

ومما سبق يعرف الطالبان أن مسابقة ألعاب القوى للأطفال هي نشاط بدني يتضمن أعمالاً طبيعية كالجري والوثب والقفز والرمي، إنها رياضة متنوعة تتضمن تجريب وممارسة الحركات الرياضية الأساسية وهي (العدو، التحمل، الوثب/الدفع) في جو من المرح واللعب فالمتطلبات البدنية بسيطة ويمكن لأي طفل المشاركة فيها.

### 1-2-2- أهداف الاتحاد الدولي لنظام ألعاب القوى الاطفال:

\*يوجد العديد من الأهداف التنظيمية لألعاب القوى أطفال وهي:

- تجريب أشكال متنوعة و أساسية لحركات ألعاب القوى.
- المساهمة في تحقيق نتائج جديدة ليس مقصورا فقط على الطفل الأقوى والأسرع.
- تنوع متطلبات المهارة وفقا للمراحل النسبية و قدرات التوافق الضرورية.
- إدخال روح المغامرة على البرنامج و لفت النظر لمدى مناسبة ألعاب القوى للأطفال.

- تركيب المسابقات وطريقة تسجيل النتائج بطريقة سهلة جدا ومعتمدة على درجة ترتيب الفرق.

- الحاجة إلى قليل من المساعدين والحكام.

- عرض القوى كمسابقة فرق مختلطة ( ذكور وإناث). (Elio Locatelli, 2002)

ومن خلال ما سبق يستخلص الطالبان أن الهدف من ألعاب القوى أطفال هو جعل الأطفال ليكونوا نواة ألعاب القوى في المستقبل في ضوء الاتجاهات الحديثة التي يتبناها الاتحاد الدولي لتطوير اللعبة بالعالم .

1-2-3- محتويات أهداف مسابقات الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال:

1-2-3-1- تحسين الحالة الصحية :

إن احد الأهداف الرئيسية في جميع الأنشطة الرياضية هو تشجيع الأطفال على اللعب و استخدام طاقتهم و ذلك للحفاظ على حالتهم الصحية على المدى البعيد. و قد تم تصميم مسابقات ألعاب القوى للأطفال لتواجه هذا التحدي على طريقة الطبيعة المتنوعة للأنشطة التي يلعبونها و المميزات البدنية التي يتطلبها التدريب، بالإضافة إلى أن الطلبات المتزايدة لأشكال الألعاب التي يتم تقديمها للأطفال تساهم في تناسق نموهم العام.(Elio Locatelli, 2002)

ومن خلا ما سبق يضيف الطالبان أن ألعاب القوى أطفال ممتعة ومشوقة للأطفال حيث أن المتطلبات البدنية البسيطة التي نشاهدها من خلال تلك السباقات يمكن لأي طفل المشاركة فيها وتأديتها بكفاءة عالية في جو من البهجة والسعادة مع زملائه الأطفال ، كما أن لهذه الألعاب دور في نشر ثقافة ألعاب القوى بين الأطفال وتوسيع قاعدة المشاركة الرياضية بين الأطفال وتحسين الحالة الصحية وتنمية المتطلبات

البدنية للأطفال حتى ننعيم بنشء وأطفال يتمتعون بحالة صحية ونفسية وبدنية مرتفعة من أجل مستقبل أفضل لهم.

### 1-2-3-2- التفاعل الاجتماعي :

إن برنامج ألعاب القوى للأطفال هو عامل مفيد لدمج الأطفال داخل المجتمع و مسابقات الفرق التي يشارك فيها الجميع داخل اللعبة هي فرصة للقاء الأطفال مع بعضهم البعض و قبولهم للفرق الفردية التي بينهم .

بالإضافة الى سهولة قواعد المسابقات و طبيعتها غير الضارة تجعل الأطفال يقوموا بالجزء الخاص بالاداريين الفنيين و مدربي الفرق بكامله و هذه المسؤوليات التي يقوموا بها هي لحظات خاصة تؤهلهم لممارسة واجباتهم

كمواطنين عندما يمكنهم ذلك. (Elio Locatelli, 2002)

ويتضح للطالبين من خلال ما سبق ذكره أن ألعاب القوى أطفال تمنح الطفل القدرة على عقد الصلات الإنسانية الدائمة والمميزة. هي وسائط مناسبة لتدعيم هذا الجانب. ونساعد الطفل ونشجعه على التعبير عن عواطفه وأيضاً التقليل والحد من عدوانيته. فألعاب القوى أطفال هو جانب هام للتعبير عن العواطف والانفعالات المرتبطة بالأسرة وبالمحيط .

### 1-2-3-3- مباد الفرق :

ان العمل كفريق واحد هو مباد اساسي لمسابقات الاتحاد الدولي لالعاب القوى للأطفال ، فكل اعضاء الفريق يشاركوا في النتائج في مسابقات الجري ( التتابع ) او كمشاركات فردية في نتيجة الفريق ككل (في كل مسابقة ) لذلك فان المشاركة الفردية تساهم في نتيجة الفريق الاجمالية ومن ثم تعزز مفهوم ان لمشاركة كل طفل قيمة في المسابقة و يحول دون التخصص المبكر تكون الفرق

مختلطة ( من سن 5 للبنات و 5 للولاد ان امكن ذلك ) . (Elio Locatelli, 2002)

يستخلص الطالبان بأن مبدأ الفرق لمسابقات الاتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال مهم جداً، مثلاً كل أعضاء الفريق يشاركون في النتائج في مسابقات الجري ( التتابع ) وهذا ما يشعرهم بروح المسؤولية والتعاون مع بعضهم البعض والرغبة لتحقيق الأهداف المسطرة .

#### 1-2-3-4- تنمية روح المغامرة :

لإثارة الأطفال و تشويقهم لابد أن يشعروا بإمكانية فوزهم بالمسابقة التي يشتركون فيها، وتتعاون الفورميلا التي يتم اختيارها (الفريق، المسابقات، التنظيم ) للحفاظ على نتيجة المسابقات بحيث لا يمكن التنبؤ بها حتى نهاية المسابقة ويعتبر هذا عنصر دفع لتحفيز الأطفال .

وفي هذا السياق ينظر الطالبان أن تنمية روح المغامرة تكون عن طريق إثارة دافعية الأطفال وتحفيزهم بأنهم يستطيعون الوصول الى امنياتهم وتحقيق امالهم واهدافهم والقدرة على تحقيق الفوز في المسابقات التي يشتركون فيها .

#### 1-2-4- الوسائل المستخدمة في ألعاب القوى للأطفال :

#### 1-4-2-1- الأدوات و المعدات :

في بعض الحالات يتطلب الامر استخدام أدوات خاصة متطورة لتنظيم برامج مسابقات الإتحاد الدولي لألعاب القوى للأطفال و يمكن وضع هذه المعدات معا بسهولة ونقلها بدون أي مشاكل وتركيبها او تفكيكها بسرعة.

وفي حالة عدم إمكانية الحصول على هذه الأدوات لأي سبب، يمكن تنظيم البرامج باستخدام أدوات مصنوعة من مواد محلية و منتجات مصنوعة يدويا مع احترام الصفات و الخواص الخاصة ببرامج ألعاب القوى للأطفال.

## 1-2-4-2-الموقع و المدة :

إن المساحة أو الحيز المطلوب لتنظيم مسابقات ألعاب القوى للاطفال واضحة المعالم و هي عبارة عن مساحة مستوية تكون مساحتها 60\*40 متر (على سبيل منطقة خضراء أو ترابية) (Björn Wangemann, 2002) الأمر ساعتين فقط في حالة تنظيم مسابقة لعدد 9 فرق مكونة 10 أفراد لكل فرق شاملة حفل توزيع الجوائز. وعلى هامش هذه المسابقة الكبيرة ، يمكن تنظيم مسابقات قصيرة تتكون من 6 فرق ومن 7 مسابقات (3 مسابقات عدو 2 عدو 2 رمي) و في هذه الحالة فإن هذه المسابقة كاملة لا يمكن أن تكون مدتها أكثر من ساعة و 15 د متضمنة حفل توزيع الجوائز . (Björn Wangemann, 2002)

## خاتمة :

إن التعلم باللعب مبني على أسلوب تربوي ناجح وهادف يسعى لتنمية شخصية الطالب المعرفية والسلوكية، ولا يكون هذا الأسلوب ناجحاً إلا إذا أحسن استخدامه وكانت هناك الرغبة عند معلمينا في تجسيده وتوظيفه في خدمة العملية التربوية، أما أنشطة ألعاب القوى أطفال فيمكن اعتبارها انها النظام الذي يخدم متطلبات هذه المرحلة وتشبع رغباتهم إذ أنها تتميز بالإثارة كما أنها تقدم تمارين جديدة للمسابقات ومهام حركية مختلفة.

## - تمهيد:

إن النشاط الرياضي أو المجهود البدني من الوجهة العلمية الفسيولوجية ما هو إلا حمل بدني على أعضاء الجسم وأجهزته الحيوية مما يتطلب دراسته بالتنسيق مع العلوم الأخرى لإمكانية تحقيق التأثير الايجابي لهذا الحمل البدني وتطوير الأداء البدني و علاقته بالانجاز الرياضي و عليه سيتطرق الطالبان في هذا الفصل الى عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي و كذلك التطرق الى خصائص و مميزات الفئة العمرية

## 2-1- مفهوم القدرات البدنية و الحركية :

## 2-1-1- القدرات البدنية :

إن الصفات البدنية لها مفهوم شاسع وواسع الاستعمال في مجال البحوث الرياضية ، وقد أعطيت عدة تعاريف لها ( القدرة البدنية - اللياقة البدنية - الكفاءة البدنية... الخ ) . وقد عرف مجيد الموليلي اللياقة البدنية بأنها " مدى توفر العناصر البدنية الأساسية التي تدفع قابلية اللاعب لأداء واجباته الحركية على مستوى عالي من الكفاءة "(موفق مجيد الموليلي, 2000,ص244).

وتسمى أيضا العناصر البدنية وهي صفات موروثية يتميز بها كل لاعب عن لاعب آخر ، ويمكن أن تتطور هذه الصفات من خلال مواصلة التدريب والممارسة وتشمل القوة والتحمل والسرعة ومرونة المفاصل ، إن كافة هذه الصفات لها علاقة بالحالة البدنية بشكل أساس، حيث إن السرعة لها علاقة بنوع الألياف العضلية و التحمل له علاقة بالجهاز الدوري التنفسي و القوة لها علاقة بعدد الوحدات الحركية المستتارة والمقطع العرضي للعضلة. (مهند حسين و احمد ابراهيم, 2005,ص340) .ومما سبق اتضح للطالبان أن القدرات البدنية هي زيادة ما يتمتع به الفرد من القدرات الخاصة لفترة طويلة لمقاومة التعب أثناء مزاوله النشاط .

## 2-1-2- القدرات الحركية :

وتعرف القدرات الحركية بأنها "القدرات التي يكتسبها الإنسان من المحيط أو تكون موجودة مثل المرونة والرشاقة والتوازن ويكون التدريب والممارسة أساسا لها وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والإدراكية. (وجيه محجوب و آخرون, 2000,ص57)

وتسمى أيضا القدرات الحركية وهي صفات مكتسبه يكتسبها اللاعب أو المتعلم من البيئة أو تكون موجودة وتتطور حسب قابليته الجسمية والحسية والإدراكية من خلال التدريب والممارسة , أن هذه الصفات لا تعتمد بالدرجة الأساس على الحالة البدنية وإنما تعتمد على السيطرة الحركية بشكل رئيس ، وان السيطرة الحركية تأتي من خلال قدرة الجهاز العصبي المركزي (cns) والجهاز العصبي المحيطي(pns) على إرسال إشارات دقيقة إلى العضلات لغرض انجاز الواجب الحركي.وتشمل القدرات أو الصفات الحركية على الرشاقة والتوافق والمرونة والتوازن. (مهند حسين و احمد ابراهيم, 2005,ص340، 340) . ويعرف الطالبان القدرات الحركية بأنها القدرة على القيام بمختلف الحركات الرياضية المطلوبة. ومن وجهة النظر الوظيفية تعتمد على الكفاءة المفصلية ومطاطية العضلات والأوتار والأربطة .

## 2-1-3- انواع القدرات البدنية و الحركية الأساسية :

### 2-1-3-1- السرعة :

السرعة تعتبر من الصفات البدنية الأساسية و هي مرتبطة بمكونات مستوى الإنجاز في عدو الحواجز فتعرف السرعة على أنها : " القدرة على أداء حركات معينة في أقصر زمن ممكن ...و يرى البعض أنها سرعة عمل حركات من نوع واحد بصورة متتابعة " (مروان عبد المجيد إبراهيم, 1999,ص106) .

بينما يرى **درنهوف** على أنّها : " قابلية الفرد لتحقيق عمل في أقل زمن ممكن و تتوقف على سلامة الجهاز العصبي العضلي عند الرياضي (dornhooff.m.h, 1993,p82).

كما تعرف كذلك بأنّها : " الصفة التي تسمح بتنفيذ الحركة بأقصى سرعة أو تكرار أكبر عدد من الحركات في أقل زمن ممكن " (legu-yader, 1990,p69) .  
من خلال التعاريف السابقة يستخلص الطالبان أن السرعة هي المقدرة على تكرار الأداء الحركي المتشابه في أقل وقت ممكن . و تنقسم السرعة إلى السرعة الانتقالية ، السرعة الحركية ،سرعة رد الفعل الحركي ( سرعة الاستجابة ) (محمد حسن علاوي, 1992,ص151) .

#### -2-1-3-2-القوة:

تعتبر القوة من أهم العناصر البدنية التي تؤثر على مستوى الأداء في الأنشطة الرياضية المختلفة، و هي تعني قدرة الرياضي على التغلب على المقاومات و العمل ضدها.و يعرفها **برنارد** على أنّها: " مقدرة العضلات في التغلب على المقاومات المختلفة و مواجهتها حسب متطلبات النشاط الرياضي " (bernard, 1990,p76).  
و مما سبق يستخلص الطالبان بأن القوة تتمثل في مقاومة التعب و المؤثرات الخارجية  
-2-1-3-3- التحمل :

تعتبر صفة التحمل من الصفات البدنية الحيوية لجميع الرياضيين في مختلف التخصصات الرياضية.و هي : " القدرة على الاستمرار في أداء العمل العضلي لفترة طويلة " (ابو العلا احمد عبد الفتاح-احمد نصر الدين سيد, 2003,ص151).

و يرى **ليفسكي** بأنّها " المقدرة على تحمل جهد طويل أو كفاءة مقاومة التعب لمدة



طويلة " (LEVESQUE-DANIE, 1991,p82)..و يستخلص الطالبان مما سبق أنّ التحمل هو إمكانية الفرد على التغلب على التعب و الاستمرار في بذل جهد بدني لفترة طويلة .

#### 2-1-3-4- المرونة :

يعرفها محمد نصر الدين رضوان و احمد المتولي بأنها : " المدى الحركي على مفصل معين أو مجموعة مفاصل مشتركة في الحركة " (محمد نصر الدين رضوان- احمد المتولي منصور, 1999,ص99). و يعرف Frey و Haree المرونة بأنها قدرة الرياضي على أداء حركات بأكبر حرية في المفاصل بإرادته أو تحت تأثير قوة خارجية مثل مساعدة زميل .وتعرف المرونة كذلك بأنه لقدرة الفرد على أداء الحركات بمدى حركي كبير وتبعاً لذلك فإن الحد الأعلى لمدى السعة أو القدرة على الحركات هو مقياس المرونة، وتقاس المرونة بالدرجات أو السنتيمترات في مجال النشاط الرياضي . (موفق أحسن محمود, 2009,ص242) . و يعرفها هارت أنها : " قدرة الفرد على أداء الحركات بمدى واسع ". و يعرفها بيوكو بأنها : " مدى سهولة الحركة في مفاصل الجسم المختلفة " (مروان عبد المجيد إبراهيم, 1999,ص108-109). من خلال التعاريف السابقة استخلص الطالبان أنّها تعني القدرة على الأداء الحركي في مداها الحركي الواسع

#### 2-1-3-5- الرشاقة :

هي القدرة على تغيير أوضاع الجسم أو سرعته أو اتجاهاته على الأرض أو في الهواء بدقة و انسيابية و توقيت صحيح . (مفتي حمادة ابراهيم حماد, 2001,ص199). كما يعرفها منيل بأنها : " القدرة على التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد سواء بكل أجزاء جسمه أو بجزء معين منه " (كمال عبد الحميد- محمد

صبحي حنين، 1997، ص83). و من خلال التعاريف استنتج الطالبان أن الرشاقة هي قدرة الفرد على تغيير أوضاع جسمه حسب متطلبات الموقف الرياضي.

### 2-1-3-6- التوافق :

هي مقدرة الفرد على إدماج الحركات من أنواع مختلفة في إطار واحد. (محمد عوض بسيوني - فيصل ياسين الشاطي، 1992، ص159، 159). و يعرفه الطالبان على أنه القدرة على السرعة و الدقة و الرشاقة و تحقيق الهدف و الاقتصاد في الجهد لأداء الواجب الحركي المحدد، و هو يعتبر من الصفات البدنية المركبة .

### 2-1-3-7- التوازن :

يذكر احمد خاطر و على فهمي أن التوازن : " هو القدرة على الاحتفاظ بوضع معين للجسم أثناء الثبات أو الحركة " . (احمد محمد خاطر ، على فهمي البيك، 1996، ص451) . و منه يستخلص الطالبان أن التوازن هو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم عند أداء مختلف المهارات والأوضاع الحركية والثابتة أو في حالة الدوران أو الانتقال.

### 2-2- خصائص ومميزات الطفل خلال مرحلة (12 - 13) سنة:

- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.
- كثرة الحركة.
- انخفاض التركيز وقلة التوافق.
- وجود فروق فردية كثيرة بين التلاميذ.
- اقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور و الاناث.
- القدرة على اداء الحركات الثابتة وغير الية ب الاضافة الى الحركات الاساسية.
- اختلاف بين الجنسين يكون واضحا في هذه المرحلة قليلا.

بما تقدم يمكننا القول ان النمو الحركي يصل الى ذروته وكثيرا ما تعتبر انها الفترة المثلى للتعلم الحركي، واكتساب المهارات الحركية (الشاطي، 1992، ص 141-142).

#### 2-2-1- النمو في المرحلة العمرية (12-13) سنة:

##### 2-2-1-1- النمو العقلي:

لا يقتصر النمو في المراهقة على التغيرات الجسمية والفيزيولوجية إنما تتميز فترة المراهقة من الناحية النفسية بأنها فترة نضج في القدرات والنمو العقلي عموما، وهنا يجب أن تيسر إشارة خاصة إلى ظهور الفروق الفردية في مرحلة المراهقة بشكل واضح، ويقصد بهذه الفروق أن توزيع الذكاء يختلف من شخص إلى آخر. وفي هذه المرحلة نستطيع أن نقول أن الطفل يفكر ويستعمل التحليل للظواهر الاجتماعية والمواقف التي بها يقول محمد حسين علاوي : "يزداد نضج العمليات العقلية كالالتذكر والتفكير إذ ينتقل الطفل من طور تفكير الخيال إلى طور الواقعية كما تزداد قدرته على الانتباه والتركيز من حيث المدى والمدة".

\* الذكاء: هو القدرة العقلية الفطرية والمعرفية العامة يلاحظ عنه نموا كبيرا وتظهر فيه الفروق الفردية حيث يمكن كشف شيء من الدقة عن قدرات أفراد هذه المرحلة وبالتالي يمكننا توجيههم تعليميا حسب استعداداتهم العقلية.

\* الانتباه: تزداد قدرة البالغ على الانتباه سواء في مدته أو مداه.

\* التذكر: يبني تذكر المراهق على أسس الفهم والميل، فتعمد عملية التذكر على القدرة في استنتاج العلاقات الجديدة، فلا يتذكرون موضوعا إلا إذا فهموه وربطوه بغيره من المواضيع (حافظ، 1990، ص 48).

##### 2-2-1-2- النمو الحركي :

حسب J.M PALAU " هي مرحلة نسبية لا بد منها " ، نفس المؤلف يدعم الشكل الجسمي الذي هو نسبيا منظم في نهاية الطفولة ويتأثر بالتزايد المتسارع نتيجة التجارب اليومية التي يتعرض لها الطفل (J.M. Balau,1997,p324).

ويقول أيضا جيرجان : عند بداية هذه المرحلة نستطيع وبعمل مكيف تعلم التحكم في الحركات التي تكون بعض الأحيان ذات مستوى عال جدا في الصعوبة ( Jurgen ) (Weineck, P314).

وفي هذه المرحلة يتزايد التطور الحركي في صورة ملحوظة إذ نجد أن الطفل يتمكن بدرجة كبيرة من توجيه الهدف لحركاته ومن القدرة على التحكم، كما يذكر " ماينل " أن التعلم الحركي لهذه المرحلة لا يحدث عن طريق التحليل الإدراكي التفكيري للمهارة الحركية كما هو الحال غالبا بالنسبة للبالغين، إذن الأطفال لا يقومون بالتأمل والتفكير لفترة طويلة في جزئيات المهارة الحركية (RetCaja–Tail Tomas,1987,p304).

وفي هذه المرحلة بالذات يجب على المربي أن يأخذ بعين الاعتبار تعليم اللعب باليدين والرجلين لأنها تلعب دورا كبيرا في مستقبل الرياضي، ونشير إلى أنه في هذه الفترة يكسب الطفل حوالي 90% من حجم المهارات الحركية خلال كل حياته، إذن الاكتساب الجيد والمتطور للتحكم في التقنيات الرياضية المختارة تستلزم حجم الحركة التي يتعلمها الطفل خلال هذه الفترة ( Jean Pierre Bonnet et ) (Vers,1986,p64).

### 2-2-1-3- النمو الاجتماعي :

عندما نتحدث عن النمو أو الواقع الاجتماعي للطفل فإنما نتحدث عنه وهو يتم في بيئة ، فالمدرّب بيئة اجتماعية للطفل مما يكون تفاعل بين الطفل من جهة وبين سائر المدرّبين أو المعلمين وجميع الأطفال من جهة أخرى فالواقع الاجتماعي في هذه الحالة وبالأخص هذه المرحلة ينشئ نتيجة العلاقة الإنسانية .

والنشأة الاجتماعية والنمو يعنيان شيئاً واحداً وإن الجانبين عملية تعلم إجتماعي ، فالطفل يكتب صفاته الإجتماعية عن طريق التعلم والتدريب المتواصل وذلك باستخلاص العادات الإجتماعية المقبولة وبهذا يتحول الشاب من مجرد فرد إلى شخصية اجتماعية، إذن التكون الاجتماعي لدى الطفل هو مجرد فرد وجود فهو بذلك العملية التي يصبح فيها الفرد عضواً في مجتمع الكبار يشاركونهم نشاطاتهم ويمارس معهم حقوقه وواجباته ، فإن الحالة الاجتماعية ونمو الطفل في هذه المرحلة يكون مصحوباً بنمو نفسي عنده وآخر خلقي وثالث ديني ورابع واقعي وخامس فكري . فهو شخصية متكاملة لكن يتطلب البناء ويستدعي من يتعده بالرعاية والإرشاد ، فالمعلم يقتصر على تعليمه تقنية أو تمرين معين .

#### 2-2-2-2- احتياجات الطفل خلال مرحلة ( 11-13 ) سنة :

##### 2-2-2-2-1- الاحتياجات المعرفية :

يحتاج الطفل في هذه المرحلة أولاً إلى المعرفة العلمية وهي المعرفة التي يتحصل عليها عن طريق الحواس أولاً ثم التحليل العقلي المجرد ، وهي خاضعة للاختبارات الحسية أو العقلية .

ويحتاج إلى المعرفة الرياضية وذلك باكتسابها ، بحيث تتألف من معرفة حسية تتأثر بها الحواس مباشرة ، فتزداد المؤثرات الحسية إلى العقل يتولى تنظيمها والربط بين الحركات الرياضية فيما بينها ليصوغ منها المعرفة العلمية ، أما الأجهزة الحديثة التي تستخدم في التدريب الرياضي المعرفة العلمية ، أما الأجهزة الحديثة التي تستخدم في التدريب الرياضي فقد وفرت للعقل الرياضي كثير من الجهد والوقت ويؤلف الرياضي جوهريين أولهما حسي وثانيهما مجرد .

فالمعرفة التي يتوصل إليها في هذه المرحلة حسب حسن حسين هي :

1- النوع الذي يمكن الجزم معه بما يحدث بعد فترة قصيرة أو طويلة من التعلم والتدريب.

2- امتداده من الماضي البعيد فهو خارج من النطاق التجريبي ولا يمكن إعادته مثل تقنية الموهوب الرياضي الصغير ويتم بناء هذه النظرية على الأدلة التي تجمعت من الدراسات المختلفة كعلم التشريع الوراثة ، القياسات البدنية ( قاسم حسين ، 1998 ، ص 19).

ويرى البعض أن تكون القدرات العقلية وتشكيل الوظائف المعرفية لدى الطفل يتطلب أن يتوفر لديه العمليات العقلية الملائمة فإن ذلك يتحقق بأن تبنى لديه هذه العمليات العقلية بطريقة فعالة (طلعت منصور ، 1989).

#### 2-2-2-2- الاحتياجات البدنية :

تتميز هذه المرحلة بالمراقبة الابتدائية حيث تحص فيها تغيرات على الأجهزة العضوية الداخلية وتنعكس على القوة الحركية ، فهناك آراء مختلفة حول تأثير مرحلة المراقبة على التطور للحركة حيث تشير المصادر العلمية لعدم التأثير على التطور الحركي بينما يرى الآخرون انسجام حركات الطفل في عمر 12-15 سنة وتأثيرها على تطور المراقبة .

إن يعد عمر المراهق الزمن الأفضل في تعلم الأداء الحركي وتطور القوة البدنية والبيئة الجسمانية حيث يظهر تحسن القوة البدنية ومحيط التوجيه ويؤكد WEINECH ( 1980 ) أن هذه المرحلة تزداد فيها السرعة والمرونة أكثر بينما HARRE ( 1979 ) أكد على زيادة نمو قيام قابلية مستوى القوة العضلية والبدنية في هذه الفترة .

احتياجات الطفل البدنية في هذه المرحلة كلاعب تعتبر القاعدة الصلبة القوية التي تتركز عليها صحة الأداء الفني للاعب فالمهارة كي تؤدي بطريقة سليمة يجب أن يكون هناك سريان إنساني في مسار القوة التي تؤدي بها الحركة ولا يأتي هذا إلا إذا

ساعدت العضلات المقابلة في ذلك وإن تدرت هذه العضلات يحقق هذا العمل المساعد، ولذا يحتاج إلى القوة العامة والسرعة والتحمل العام والمرونة لجميع مفاصل الجسم ثم اكتساب اللاعب درجة عالية من التوافق بحيث تصل به إلى تحقيق جسم رياضي متناسق خال من العيوب الجسمانية مما يكون له أحسن الأثر في أداء المهارات (حنفي محمود مختار، 1990، ص 98).

#### 2-2-2-3- الاحتياجات النفسية الحركية:

إن علم النفس النمو على سبيل المثال يهتم بالعلاقة بين المظاهر البيولوجية والنفسية لنمو الفرد .

فالطفل الناشيء في هذه المرحلة يحتاج إلى وسائل التدخل المناسبة للتقويم ولهذا فالتربية البدنية تكسبه قيمة بارزة في النمو الحيوي النفسي ، والنمو المتناسق بين نفسية وحركية الطفل وتساعد على سرعة التكوين الذهني والاجتماعي والخلقي ومنحه الثقة بالنفس .

وكما يحتاج أيضا إلى استغلال ذاتي نفسي بدني لكي يكون الطفل قادر على الإحساس بحريته وعلى مواصلة أهدافه وتطور وتحقيق أهدافه .

إن الرياضة هي تربية للبدن التي يحتاجها الطفل لإزالة أسباب الأمراض الطارئة ، وأنها كل ما يلزم لجعل نمو الفرد حركيا وهرمونيا .

فتطبيقها بشكل صحيح وسهل يؤثر إيجابيا على الاحتياجات الأخرى للطفل ، وأن يشعر بنفسه بدنيا ، نفسيا وروحيا.

كما يحتاج أيضا إلى الأهمية التربوية للمجال النفسي حركي من النظر إلى التربية كعملية شاملة تستهدف النمو المتكامل للشخصية بكافة جوانبها والحركية المعرفية والانفعالية والاجتماعية ، ويحتل الجانب الحركي والبدني مكانة هامة وأساسية في إطار مفهوم التربية الشاملة .

حيث أن هذه التربية الشاملة تؤكد على وحدة الفرد الكاملة وتتنظر إلى السلوك بمختلف مظاهره والجوانب الحركية والمعرفية الحركية .

كما تبين أيضا أهمية النشاط الحركي والمهارات النفسية حركية في مجالات متنوعة من التعليم ، لذا يحتاج الطفل لعملية التعليم والتعلم فيها على إتقان مهارات نفسية حركية مثل التعلم الفني ( التربية الفنية ) .

- خلاصة :

أن عناصر الأداء البدني والمهاري تمس الجسم في كل النواحي لذا يجب اختيار تمارين تخدم هذه القدرات من خلال ممارسة ألعاب القوى وفق مبدأ التدريب و هذا من اجل الوصول إلى الارتقاء بمستوى الصفات البدنية و الحركية الأساسية التي تبقى من المكونات الأساسية لمختلف الإنجازات الرياضية و لكي يحقق البرنامج الرياضي الأهداف والنتائج المرجوة منه، و كذلك الحصول على اللياقة البدنية المطلوبة يجب اختيار التمارين المناسبة بحيث تكون هذه التمارين مناسبة للجنس والعمر والبيئة قبل البدء بأي نوع من التمارين ،ويجب أن يكون الانتظام في ممارسة التمارين الرياضية للمحافظة على مستوى ثابت من اللياقة و بمرور الزمن يجب زيادة مدة التمارين الرياضية، وتكرارها لرفع اللياقة البدنية .

هذه المرحلة (12-13 سنة) حساسة وهامة في حياة الطفل كونها أسمى المراحل فهي تحدد مستقبل الطفل الرياضي. كما أن النشاط البدني الرياضي له مكانة هامة في حياة الطفل ونموه وهذا لدوره الهام في تنمية مختلف الأنظمة من أجل نمو متناسق مما يحتم الأخذ بعين الاعتبار معرفة مختلف التحولات أثناء ممارسة هذا النشاط. و أثناء هذه المرحلة تحدث تغيرات في أجهزة الجسم المختلفة، وهذه التغيرات تتوافق مع نمو الجسم وترتبط فيما بينها بصفة متكاملة لتشكل وحدة كاملة.



فالطفل أو اللاعب الناشئ يحتاج إلى تنمية وتوفير احتياجاته المختلفة كي يستطيع التأقلم مع نظام محدد من المعارف والمكتسبات لمعرفة التصرف كفرد في المجتمع وكلاعب في الفريق ، أملا في مستقبل أرقى.

## خاتمة الباب:

تناول الطالبان في هذا الباب النظري الدراسات السابقة المرتبطة بمتغيرات اللياقة البدنية و أنشطة العاب القوى اطفال و كذا تلاميذ مرحلة المتوسط . كما تطرقا الى التعلم باللعب من اهمية و فوائد ومتى تستخدم ودور المعلم في الاسلوب و المعايير بالاضافة الى نظام العاب القوى للاطفال من حيث المفهوم و اهداف هذا النظام وكذلك ايضا مكونات اللياقة البدنية واغراضها و الهدف منها وضم اليها مميزات المرحلة العمرية (12-13)سنة من حيث الخصائص ومميزات ونمو في هذه المرحلة وفي الاخير اشار الى مميزات اللياقة البدنية في مرحلة التعليم المتوسط . ويشير الطالبان بانه تم الاستفادة من هذا المحتوى في تصميم المتغير المستقل قيد البحث مع الالتزام بالكفاءة القاعدية و الختامية المنشودة في المناهج .

## مدخل الباب الثاني :

لقد تضمن هذا الباب على فصلين بحيث الفصل الأول خصص لمنهجية البحث و الإجراءات الميدانية و إبراز من خلال منهج البحث المستخدم , عينة البحث , مجالات البحث , الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث , شرح أدوات البحث, الوسائل الإحصائية المعتمدة , بينما الفصل الثاني شمل عرض نتائج الاختبارات المنجزة على العينة التجريبية، كما تطرق فيه البحثان إلى عرض ومناقشة النتائج ومقابلة النتائج بالفرضيات ثم استخلاص مجموعة من الاستنتاجات والخلاصة العامة للبحث وختم هذا الفصل الأخير بمجموعة من التوصيات واقتراحات مستقبلية.

- تمهيد:

إنّ درس التربية البدنية و الرياضية أصبح قابلا للقياس ، و هذا بالاعتماد على الطرق المختلفة و الأساليب الإحصائية و التعليمية المتعددة ، أمّا إكساب التربية البدنية و الرياضية الصبغة العلمية هل تلك النتائج الموضوعية و الدقيقة التي تصل إليها الدراسات و هنا تكمن أهمية الجانب التطبيقي في الدراسات الميدانية و كذلك تدعيمها بالجانب النظري لكل دراسة بهدف الإجابة على التساؤلات المطروحة و الوقوف على مدى التحقق من الفرضيات المصاغة ، و عليه تطرق الباحثان في هذا الجانب إلى المنهج المختار و كذلك الإجراءات التطبيقية المتبعة أين سيتم عرض منهج البحث ، العينة و طريقة تحديدها و مدى صدقها و ثباتها ، ما تطرق الباحثان إلى المعالجات الإحصائية المتبعة و مواصفات الاختبارات البدنية و الانجاز الرياضي في فعالتي (الوثب و العدو)

### 1.1. منهج البحث :

يعرفه **عمار بوحوش و محمود محمد دنيبات** : " أنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة " (عمار بوحوش و محمود محمد دنيبات, 1995, ص89) .

حيث يختلف منهج البحث باختلاف المواضيع و المشكلات المراد معالجتها وقد استخدم الباحثان في هذه الدراسة المنهج التجريبي باعتباره أكثر المناهج الملائمة لطبيعة مشكلة البحث و تحقيقا لأهدافه و يمكن بواسطته الحصول على نتائج ذات درجة عالية من الموضوعية ، كما يشير في مضمونه العلمي العام إلى قياس التأثير لمواقف أو عامل معين على ظاهرة ما و هو مرتبط بالجانب الزمني .

## 2.1. التجربة الاستطلاعية :

تعتبر التجربة الاستطلاعية إحدى الطرق التمهيديّة المراد القيام بها ذلك من أجل التوصل إلى أحسن طريقة لإجراء الاختبارات التي تؤدي بدورها إلى نتائج صحيحة و مضبوطة ، و كذلك تطبيق الطرق العلمية المتبعة و قد قمنا بالتجربة الاستطلاعية في متوسطة ولد قادة مصطفى بعين تالوت/تلمسان و الغرض منها إجراء التجربة الميدانية بالإضافة إلى تحديد جوانب المشكلة التي هي قيد الدراسة و بناء على ذلك تم اختيار تلاميذ السنة الثانية متوسط ذكور . و ذلك من أجل تطبيق الاختبارات التي اختيرت من قبل الباحثان بعد المصادقة عليها من قبل بعض الدكاترة و ذلك من أجل:

1- معرفة الصعوبات و المشاكل و التي قد تواجه الباحث .

2- مدى تفهم عينة البحث للاختبارات .

3- التوصل إلى أفضل طريقة لإجراء الاختبارات .

4- مراعات الوقت عند تنفيذ الاختبارات .

5- مدى تناسب الاختبارات لعينة البحث .

و بدأ العمل التجريبي في 2016/12/11 و الذي تمثل في إجراء مجموعة الاختبارات القبليّة على 10 تلاميذ و ذلك من أجل صدق و ثبات و موضوعية الاختبارات و بعدها أجريت الاختبارات البعدية على نفس العينة (10 تلاميذ ) في 2016/12/18 . كما قام الباحثان بمقابلة شخصية مع مفتشي التربية البدنية و الرياضية مستوى التعليم

المتوسط بتلمسان مع الإشارة إلى الصعوبات و العراقيل و هذا بغية تفهم الأسئلة المطروحة عليه.

### 3.1. مجتمع و عينة البحث :

شملت التجربة الاستطلاعية عن طريق الاختبارات الاداء البدني و الانجاز الرياضية 10 تلاميذ من المرحلة العمرية 12-13 سنة . و شملت الدراسة التطبيقية عن طريق الاختبارات الاداء البدني و الانجاز الرياضي 30 تلميذ لنفس المرحلة العمرية موزعين على مجموعتين 15 تلميذ للعينة الضابطة و 15 تلميذ للعينة التجريبية .

### 4.1. الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث :

لقد حاول الباحثان التحكم في مجموعة من المتغيرات التي قد تعيق السير الحسن للتجربة الأصلية ( الرئيسية ) و الشك في نتائجها . و قد تم استبعاد كل المتغيرات التي قد تؤثر بشكل مباشر على نتائج البحث ، حيث تم تناول المتغير المستقل و هو الوحدات التعليمية و تحديد مدى تأثيرها على المتغير التابع الذي يتمثل في الاداء البدني و الانجاز الرياضي و مدى تتميتها في عدة فعاليات رياضية و من بين هذه المتغيرات نجد :

- إجراء الاختبارات في نفس التوقيت تحت نفس الشروط
- اختيار نفس أماكن إجراء الاختبار
- تطبيق الحصص التعليمية للعينة التجريبية كان في وقت إجراء الاختبارات و اختيرت الفترة الصباحية لأنها ملائمة للتلاميذ
- إجراء الحصص التعليمية للعينة التجريبية كان في نفس الوقت

- إبعاد التلاميذ الذين يمارسون الأنشطة الرياضية المختلفة خارج المؤسسة التربوية حيث بلغ عددهم 8 تلاميذ ( 3 ألعاب قوى ، 2 كرة القدم ، 1 كرة السلة ، 2 كاراتيه )
- الوسائل المستخدمة في الحصص التعليمية موحدة لكل الأفواج في ملعب واحد و تحت نفس الشروط
- كل فوج من العينة التجريبية يتلقى نفس المعلومات النظرية و النواحي التعليمية و التطبيقية و إتباع نفس الطريقة في التعليم
- العينة الضابطة تترك تتدرب تحت إشراف أستاذها وفقا للبرنامج الوزاري
- اعتماد الباحثان على نفس التكرارات للتمارين و نفس التوقيت لها بين أفواج العينة التجريبية ، قصد ضمان عدم تفوق فوج على آخر

#### 5.1. مجالات البحث :

##### 1.5.1. المجال البشري :

- شملت عينة البحث في الدراسة الاستطلاعية على 10 تلاميذ ذكور .
- بينما شملت عينة البحث في الدراسة التطبيقية 30 تلميذ موزعين كما يلي :
- العينة التجريبية تتكون من 15 تلميذ ذكر و تمثل العينة التي طبق عليها الوحدات التعليمية المقترحة في فعاليات عدة ، و العينة الضابطة تتكون من 15 تلميذ ذكر و تمثل العينة التي تترك لممارسة حصة التربية البدنية مع أستاذها وفقا للبرنامج الوزاري .

**2.5.1. المجال الزمني**

أجريت الدراسة الميدانية التي قام بها الباحثان فيما يخص الاختبارات القبليّة في  
2017/01/08 و طبقت الوحدات التعليمية من 2017/01/15 إلى غاية  
2017/04/02 أما الاختبارات البعدية فطبقت في 2017/04/09 حيث طبق العمل  
نفسه الذي في الاختبار القبلي .

**3.5.1. المجال المكاني :**

أجريت الدراسة الميدانية فيما يخص المجموعتين الضابطة و التجريبية بمتوسطة ولد  
قادة مصطفى عين تالوت- تلمسان .

**6.1. أدوات البحث :**

تتمثل في الطريقة و الوسيلة التي يستعملها الباحث لحل مشكلته ( أدوات ، أجهزة ،  
عينة ) .

إن المشكلة المطروحة هي التي تحدد للباحث بحثه ، بحث تتناسب الأداة مع المشكلة  
و لهذا على الباحث أن يستخدم عدة أدوات من أجل القيام بأنسب الطرق و الأدوات  
التي يستطيع بها اختبار صدقه . (وجيه محجوب جاسم, 1995,ص148) .

و لقد استخدم الباحثان الأدوات التالية :

\* المصادر و المراجع العربية و الأجنبية

\* الاختبارات للداء البدني و الانجاز الرياضي و تمثلت فيما يلي :

- اختبار الوثب الخماسي (م)

- اختبار عدو 20م من بداية متحركة (ثا)



- اختبار جري 400م (ثا)
  - اختبار الجري المتعرج لفليشمان (ثا)
  - اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف (سم)
  - اختبار الوثب العريض من الوقوف (م)
  - اختبار جري 60م (ثا)
- \* كما تتطلب تنفيذ الاختبارات السالفة الذكر استخدام الوسائل التالية :

- عدادين إلكترونيين
  - ميزان طبي ، قائم مدرج بالسنتيمتر على طول 2 م
  - شريط متري بطول مترين
  - صندوق خشبي مدرج
  - مسطرة لـ 1 م
  - الجير و الطباشير
  - 20 شاخص - صافرة
  - بساطات رياضية
- \* كما تتطلب الوحدات التعليمية الأدوات التالية :
- صفارة - ميقاتي - الشواخص - شريط متري - الأقمصة الملونة - حبل

7.1. الأسس العلمية للاختبار :

1.7.1 . الثبات :

يعتبر الاختبار على أنه تقارب الدرجات المنحطة على الاختبار الواحد عند الإجراء المختلف ، و يقول **عبد الفتاح محمود دويدار** : " يقصد بثبات الاختبار أو الاعتمادية هو درجة الركون على نتائج المقياس و درجة الثقة في هذه النتائج فضلا على ثبات النتائج و عدم تغييرها (عبد الفتاح محمود دويدار , 2005,ص75). كما يذكر نبيل عبد الهادي أن هذا الأساس العلمي " يعتبر من المقومات الأساسية للاختبار الجديد حيث يفترض أن يعطى الاختبار نفس النتائج تقريبا إذا أعيد استخدامه مرة أخرى " (نبيل عبد الهادي, 1999,ص109)

الجدول رقم (01) يوضح ثبات الاختبارات

مقاييس العلاقة و الدلالة الإحصائية	حجم العينة	(معامل الثبات )	(معامل الصدق)	الاختبارات
	10	0,89	0,94	اختبار الوثب الخماسي
		0,9	0,95	اختبار عدو 20م من بداية متحركة
		0,93	0,96	اختبار جري 400م (ثا)
		0,99	0,99	اختبار الجري المتعرج لفليشمان
		0,97	0,98	اختبار ثتي الجذع للامام من الوقوف (سم)
		0,92	0,96	اختبار الوثب العريض من الوقوف
		0,95	0,97	اختبار جري 60م

بلغت ر.ج 0.6 عند مستوى الدلالة 0.05 و د.ح (ن-1) = 9

### 2.7.1 الصدق :

" يقصد بصدق الاختبار مدى صلاحية الاختبار لقياس فيما وضع لقياسه " (مقدم عبد الحفيظ, 1993, ص146) .

يذكر كل من بارو و ميك جي " أن الصدق يعني المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض الذي الذي وضع من اجله " (محمد صبحي حسنين, 1995, ص183) .

و من أجل التأكد من صدق الاختبار استخدم الباحثان معامل الصدق الذاتي باعتباره صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية و الذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار ، و قد ثبت بأن الاختبارات تتمتع بدرجة صدق عالية كما هو موضح في الجدول رقم (1)

### 3.7.1 . الموضوعية :

تعني موضوعية الاختبار عدم تأثره ، أي أن الاختبار يعطي نفس النتائج مهما كان القائم بالتحكيم و يشير فان دالين إلى أنه : " يعتبر الاختبار موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عن من يصححه، و هذا يعني استبعاد الحكم الذاتي للمحاكم أي انه كلما زادت الذاتية قلت الموضوعية " (محمد صبحي حسنين, 1995, ص202) .

إن الاختبارات التي إعتدناها واضحة و سهلة غير قابلة للتأويل و بعيدة من التقويم الذاتي ، حيث أنها ذات طابع موضوعي جيد لأنها بعيدة عن الشك و عن عدم الموافقة من قبل المختبرين . قد تم استعمال هذه الاختبارات من طرف الباحثان

بعد أن تم عرضها على الأستاذ المشرف و عدد من أساتذة التربية البدنية و الرياضية بالمعهد لمناقشتها و دراستها ثم تطبيقها في الميدان .

### 8.1. الوسائل الإحصائية:

بهدف إصدار أحكام موضوعية حول الظاهرة موضوع البحث، عمل الباحث على معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام الوسائل الإحصائية التالية :

- مقياس التشتت: و يتمثل في الانحراف المعياري.
- مقاييس النزعة المركزية : و يتمثل في المتوسط الحسابي
- مقياس العلاقة بين المتغيرات (الارتباط): و يتمثل في معامل الارتباط البسيط لبيرسون و اختبار دلالة الفروق "ت" ستيودنت .

- معامل الثبات

- معامل الصدق الذاتي

### 1.8.1 المتوسط الحسابي :

وهو من أشهر مقاييس النزعة المركزية، و يستخرج بجمع قيم كل عناصر المجموعة ثم قسمة النتيجة على عدد العناصر كما هو موضح من خلال المعادلة التالي:

### 2.8.1 الانحراف المعياري :

و هو من أهم مقاييس التشتت و أدقها و يستخدم لمعرفة مدى تشتت القيم عن المتوسط الحسابي. (عبد القادر حلمي, 1993,ص48) و يحسب وفق المعادلة الإحصائية التالية :

### 3.8.1 معامل الارتباط البسيط لكارل بيرسون:

و هو يسمى بمقياس العلاقة بين درجات المتغيرات المختلفة و يرمز له بالرمز "ر" و يشير هذا المعامل إلى مقدار العلاقة الموجودة بين متغيرين و التي تنحصر في المجال  $(-1, +1)$ ، فإذا كان الارتباط سالبا ذل ذلك على أن العلاقة بين المتغيرين علاقة عكسية، بينما يدل معامل الارتباط الموجب على وجود علاقة طردية بين المتغيرين. و تظهر درجة العلاقة بين المتغيرين من مقدار الارتباط بينهما بحيث: إذا بلغت "ر" قيمة  $+1$  أو  $-1$  فإن هذا يعني وجود ارتباط تام.

و إذا بلغت "ر" قيمة  $+0,95$  أو  $0,88$  فإن هذا يعني وجود ارتباط عالي.

و إذا بلغت "ر" قيمة صفر فهذا يعني عدم وجود ارتباط أو علاقة. (مروان عبد المجيد إبراهيم, 1999, ص88)

#### 4.8.1 الصدق الذاتي :

و يطلق عليه أيضا مؤشر الثبات و هو صدق الدرجات التجريبية للاختبارات بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس ، و بذلك تصبح الدرجات الحقيقية للاختبار هي المحك الذي ينسب إليه الاختبار .

و يقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار كما هو موضح في المعادلة الإحصائية التالية (محمد صبحي حسنين, 1995, ص193).

#### 9.1. الاختبارات المستخدمة في البحث :

##### الاختبار الأول :اختبار الوثب الخماسي

-الغرض: قياس القدرة العضلية لعضلات الرجلين في الإتجاه الافقي

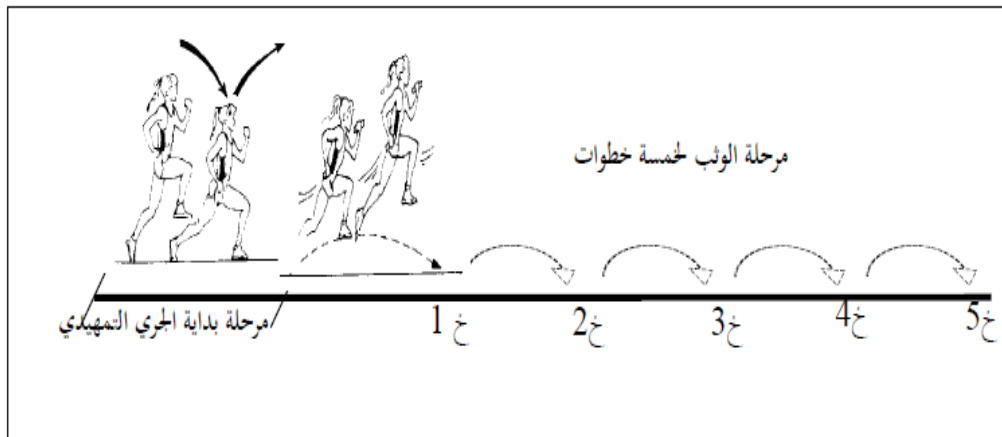
-الأدوات: طباشير - شريط قياس - ارضية ملائمة

-مواصفات الأداء : يقف المختبر بشكل مستقيم بحيث يكون موجهًا إلى الامام و تكون القدمين بانتساع الصدر

-يقوم بمرجحة الذراعين و ثني الجذع للأمام و الأسفل مع ثني الركبتين و بعد ذلك يقفز على شكل افقي على خمسة خطوات متتالية بكلتي الرجلين و ذلك لتحديد المسافة النهائية

-التسجيل : تقاس المسافة عند اخر خطوة و تؤخذ أحسن نتيجة من نتائج المحاولات الثلاث

الشكل رقم (01) : يوضح اختبار الوثب الخماسي



الاختبار الثاني : اختبار عدو 20م من بداية متحركة

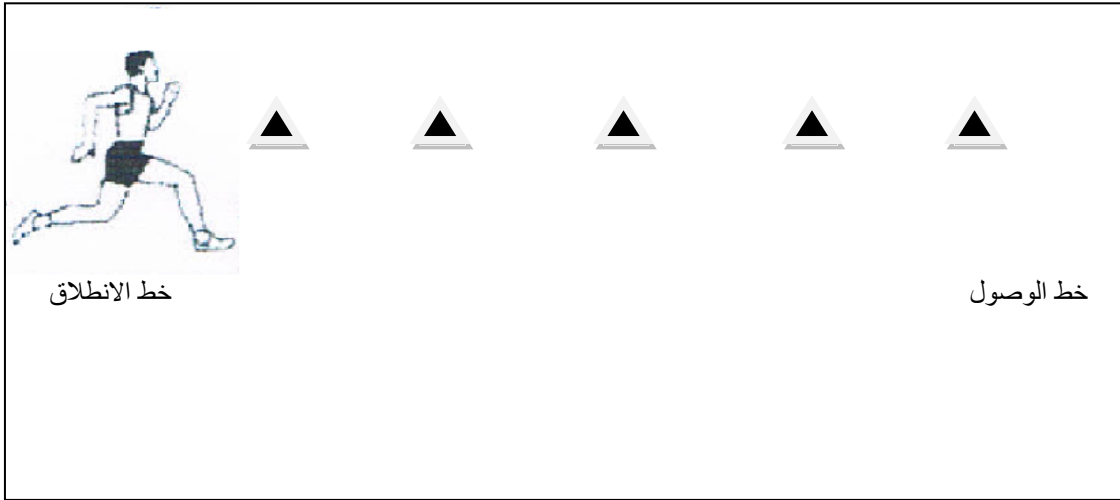
-الغرض : السرعة المتزايدة

-الأدوات : ساحة ملعب أو مسافة خالية مؤشر عليها 20م ساعة توقيت صفارة تحديد

البداية و النهاية

- الإجراءات: المسطرة يكون منتصفها على حافة المقعد و النصف الآخر أسفلها ويلاحظ أن نقطة الصفر تكون مع مستوى الحافة ،تكون انحرافات الجزء العلوي بالسالب و الجزء السفلي بالموجب.

- طريقة التسجيل: يسجل للتلميذ السرعة التي قطع فيها مسافة 20 متر الشكل رقم ( 02 ) يوضح اختبار عدو 20م من بداية متحركة



- الادوات:

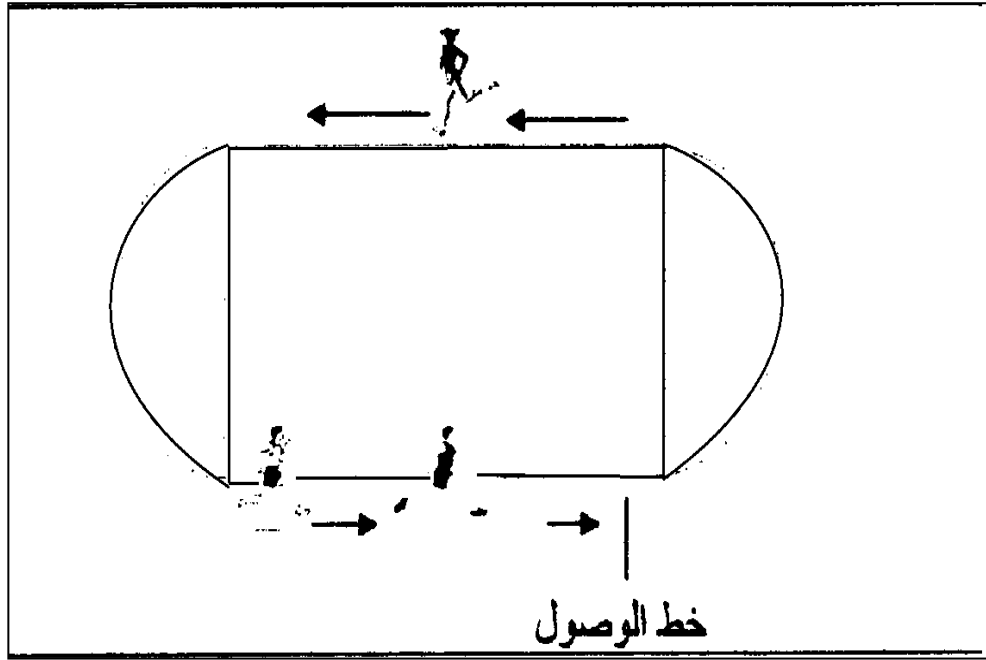
مكان مناسب للجري - مضمار الجري - ساعة إيقاف.

- مواصفات الأداء:

بعد سماع اشارة البدء يبدأ المختبرون بالجري من بداية منخفضة لقطع المسافة في أقل وقت ممكن.

- التسجيل: يسجل الزمن بالثانية عندما يجتاز المختبر الخط النهائي بأحد اجزاء جسمه..

الشكل رقم (03) : يوضح اختبار جري 400م.



الاختبار الرابع: اختبار جري المتعرج لفليشمان

- الغرض من الاختبار: الرشاقة

- الأدوات و الإمكانيات:

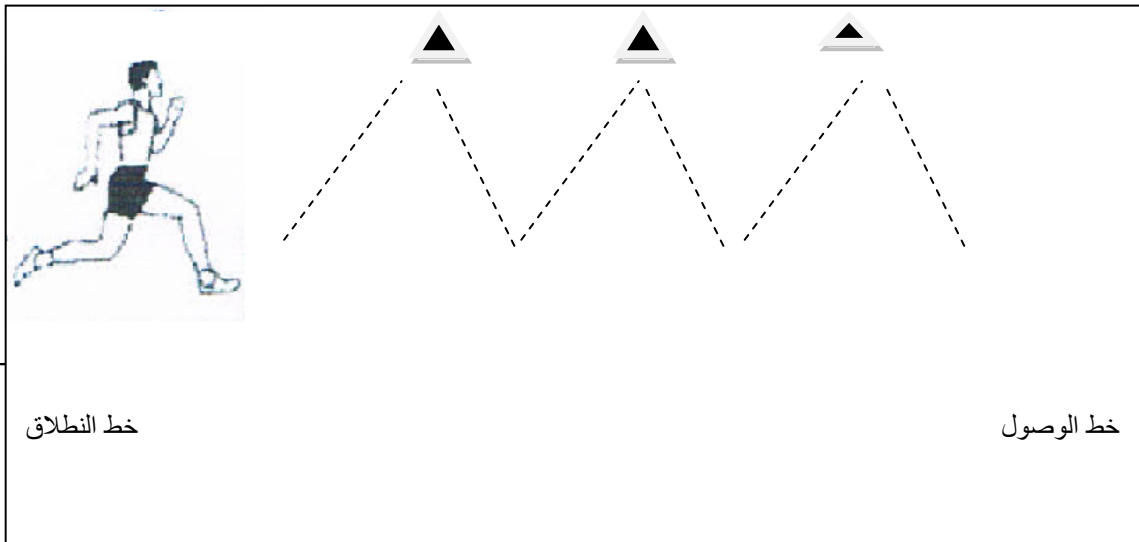
ساحة ملعب أو مسافة خالية مؤشر عليها 40 متر 6 شواخص ساعة توقيت صفارة

تحديد البداية و النهاية

- طريقة التسجيل:

يسجل للتلميذ السرعة التي قطع فيها مسافة 40 متر بدون كرة

الشكل رقم (04) : يوضح اختبار الجري المتعرج لفليشمان







- الاختبار الخامس :

اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف:

- الغرض:

قياس مدى مرونة الجذ و الفخذ في حركات الثني للامام من وضع الوقوف.

الأدوات: مسطرة طولها 50سم- مقعد أو كرسي مرتفع

- الإجراءات:

- المسطرة يكون منتصفها على حافة المقعد و النصف الآخر أسفلها ويلاحظ أن

نقطة الصفر تكون مع مستوى الحافة ،تكون انحرافات الجزء العلوي بالسالب و

الجزء السفلي بالموجب.

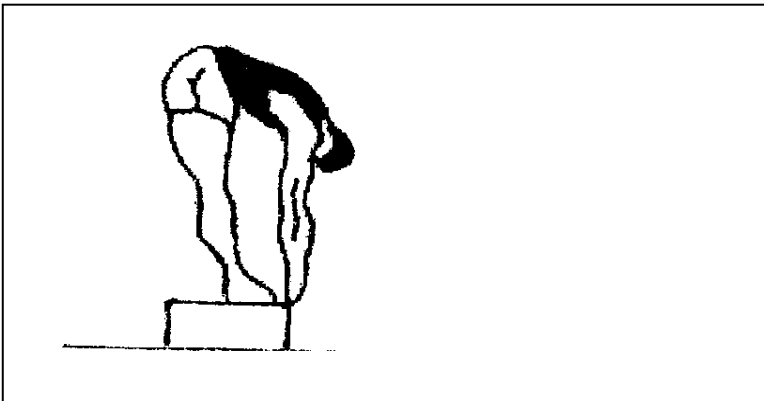
- مواصفات الأداء: يتخذ المختبر وضع الوقوف على حافة المقعد بحيث تكون القدمان

ملاصتان لجانبي المقياس، يقوم المختبر بثني الجذع بأقصى مدى ممكن بقوة و ببطئ

مع ملاحظة أن تكون أصابع اليدين في مستوى واحد وأن تتحرك موازية للمقياس.

-التسجيل: العلامة تطابق آخر مستوى لأصابع اليدين من المسطرة.

الشكل رقم (05) : يوضح اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف



- الإختبار السادس :

اختبار الوثب العريض من الوقوف

- الغرض من الاختبار:

قياس القدرة العضلية لعضلات الرجلين من الاتجاه الأفقي

- الأدوات و الإمكانيات:

طباشير-شريط-أرضية ملائمة و حدد خط البداية و النهاية , ساعة توقيت صفارة ,

شواخص

- مواصفات الأداء :

- يقف المختبر بشكل مستقيم بحيث يكون موجهاً الى الامام و تكون القدمين باتساع

الصدر

يقوم بمرجحة الذراعين و ثني الجذع للأمام و الأسفل مع ثني الركبتين و بعد ذلك

يقفز على شكل أفقي في قفزة واحدة بكلتي الرجلين و ذلك لتحديد المسافة النهائية

- التسجيل :

- تقاس المسافة عند السقوط و تؤخذ أحسن نتيجة من نتائج المحاولات الثلاث .

الشكل رقم (06) : يوضح اختبار الوثب العريض من الوقوف



الاختبار السابع : اختبار جري 60م

-الغرض:

تطوير السرعة الانتقالية.

-الأدوات:

ساحة ملعب أو مسافة خالية مؤشر عليها مسافة 60 متر

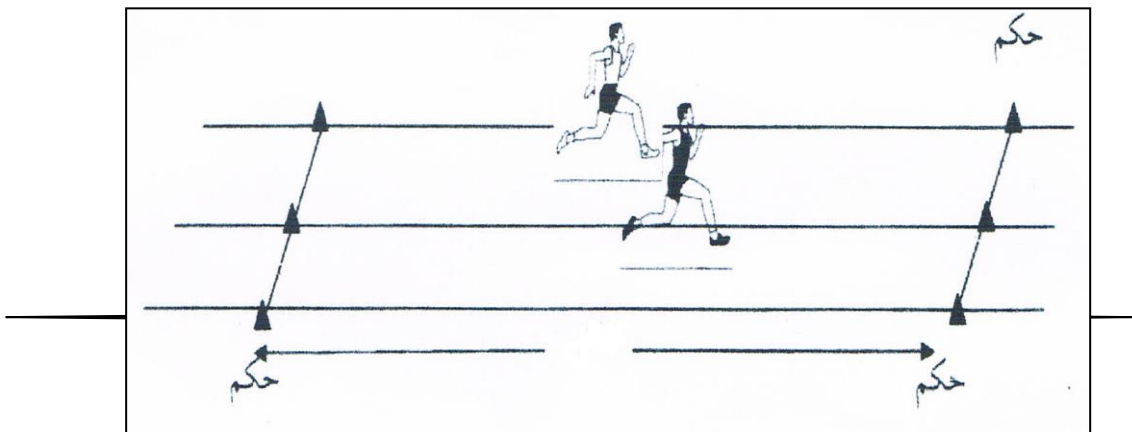
-مواصفات الأداء:

بعد سماع إشارة البدء ،يبدأ المختبرون بالجري لقطع المسافة في أقل وقت ممكن.

-التسجيل:

يسجل للتلميذ الوقت الذي قطع فيه مسافة 60 متر

الشكل رقم (07) : يوضح اختبار جري 60م



**10.1. الأهداف الإجرائية للوحدات التعليمية المقترحة :**

التاريخ	الأهداف الإجرائية الرئيسية
2017/01/15	ان يتمكن التلميذ من تقوية العضلات السفلية و الذراعين وكذا مرونتها
2017/01/22	ان يتمكن التلميذ من تحمل 400م براحة نشطة
2017/01/29	ان يتمكن التلميذ من التحكم في التوازن و اظهار

قوته	
ان يتمكن التلميذ من تجنيد القوى الكاملة اثناء العدو	2017/02/05
ان يتمكن التلميذ من التنسيق بين اساسيات السرعة حتى قطع مسافة الجري المحددة	2017/02/12
ان يتمكن التلميذ من تنمية و احترام التدرج بين العدو و الوثب	2017/02/19
ان يتمكن التلميذ من التنسيق بين اساسيات الوثب	2017/02/26
ان يتعاون التلميذ مع فريقه وثبة القرفصاء للامام و وثب المربعات المتقاطعة	2017/03/05
ان يشارك التلميذ فريقه الجري فوق وخلال السلم والعودة باقل وقت ممكن	2017/03/12
ان يشارك التلميذ فريقه الجري فوق عوائق منخفضة و بشكل مائل	2017/04/02

**خاتمة الفصل :**

لقد تضمن هذا الفصل منهجية البحث و إجراءاته الميدانية التي قام بها الباحثان من خلال التجربة الاستطلاعية و الأساسية تماشياً مع طبيعة البحث العلمي و متطلباته العلمية و العملية حيث تطرق الباحثان في بداية الفصل إلى التجربة الاستطلاعية من خلال الإشارة إلى عدة خطوات علمية أنجزت تمهيداً للتجربة الأساسية التي استهلاها بتوضيح منهج البحث ، العينة ، مجالات البحث ، الأدوات المستخدمة ، الأهداف

الإجرائية للوحدات التعليمية المقترحة ثم الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث و  
في الأخير أهم صعوبات البحث .

**تمهيد:**

إن مجموع الدرجات الخام المتحصل عليها من الدراسة الأساسية لهذا البحث ليس لها مدلول أو معنى بغرض الحكم على صحة الفروض المصاغة أو نفيها . و على هذا الأساس سيتناول الباحثان في هذا الفصل معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام مجموع من المقاييس الإحصائية لأجل عرضها في الجداول ثم التحليل و المناقشة و من ثم تمثيلها بيانيا ليتسنى للطالبان استخلاص مجموعة من النتائج يعتمد عليها في إصداره للأحكام الموضوعية حول متغيرات البحث .

1.2. عرض و مناقشة نتائج الاختبار القبلي لعينتي البحث :

بغرض إصدار أحكام موضوعية حول طبيعة التجانس القائم بين عينتي البحث الضابطة و التجريبية من خلال نتائج مجموع الاختبارات القبلية عمل الباحثان على معالجة مجموع الدرجات الخام المتحصل عليها و ذلك باستخدام دلالة الفروق "ت" الذي يقدم لنا أسلوبا إحصائيا مناسباً للمقارنة فيما بين متوسطات النتائج و من ثم إصدار أحكام حول دلالة الفروق . لاحظ الجدول رقم (02)

جدول رقم (02): يوضح مدى التجانس بين العينة الضابطة و التجريبية في نتائج الاختبارات القبلية باستخدام اختبار دلالة الفروق " ت "

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	ت الجدولية	ت المحسوبة	العينة التجريبية		العينة الضابطة		المعايير الإحصائية الإختبارات
					2ع	2س	1ع	1 س	
غير دال إحصائياً	0.05	28	2,048	0,56	8,7	0,8	8,9	0,7	وثب الخماسي(م)
				0,73	4,11	0,32	4,19	0,29	عدو 20 متر من بداية متحركة(ثانية)
				1,23	110,6	9,90	114,3	6,19	جري 400 متر (ثانية)
				0,45	9,8	0,74	9,9	0,76	الجري المتعرج لفلشمان(ثانية)
				1,32	6,7	1,88	5,8	1,41	ثني الجذع للامام من الوقوف (سم)
				0,47	1,7	0,30	1,6	0,28	الوثب العريض من الوقوف (متر)
				0,45	10,02	0,72	10,01	0,65	جري 60 متر (ثانية)



لقد تبين من خلال المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج الخام القبلية لعينتي البحث باستخدام اختبار دلالة الفروق "ت" و كما هي موضحة في الجدول رقم (02) أن جميع قيم ت و التي تأرجحت بين 0,45 كأصغر قيمة و 1,32 كأكبر قيمة و هي أصغر من القيمة الجدولية و التي بلغت القيمة 2,048 عند درجة الحرية 2-2 (28) و مستوى الدلالة 0,05 مما تؤكد على عدم وجود فروق معنوية بين هذه المتوسطات أي أن الفروق الحاصلة بين المتوسطات ليست لها دلالة إحصائية و بالتالي فإن هذا التحصيل الإحصائي يؤكد على مدى التجانس القائم بين عينتي البحث من حيث التماثل في مستوى بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي .

2.2. عرض و مناقشة نتائج الإختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث :

جدول رقم (03) : يوضح دلالة الفروق بين متوسطات نتائج الاختبارات القبليّة و البعديّة

لعينتي البحث الضابطة و التجريبية

الدلالة	ت. الجدولية	ت. محسوبة	العينة الضابطة				الدلالة	ت. الجدولية	ت. محسوبة	العينة التجريبية				المقاييس الاختبارات
			اختبار بعدي		اختبار قبلي					اختبار بعدي		اختبار قبلي		
			2ع	2س	1ع	1س				2ع	2س	1ع	1س	
0,05	2,14	2,33	0,74	9	0,67	8,9	0,05	2,14	4,47	0,7	9,7	0,8	8,7	وثب الخماسي(م)
		1,46	0,24	4,2	0,29	4,2			4,01	0,27	4	0,32	4,1	عدو 20 متر من بداية متحركة(ثانية)
		2,33	7,38	118,2	6,19	114,3			3,04	7,61	106,8	9,90	110,6	جري 400 متر (ثانية)
		0,46	0,77	9,9	0,76	9,9			4,19	0,53	9,4	0,74	9,8	الجري المتعرج لفليشمان(ثانية)
		2,48	1,05	5,3	1,41	5,8			2,45	1,25	7,5	1,88	6,7	ثني الجذع للامام من الوقوف (سم)
		1,03	0,25	1,6	0,28	1,6			2,43	0,21	1,8	0,30	1,7	الوثب العريض من الوقوف (متر)
		0,33	0,60	10,1	0,65	10,01			5,04	0,60	9,7	0,72	10,02	جري 60 متر (ثانية)

2-2-1- عرض و مناقشة نتائج اختبار الوثب الخماسي(م):

جدول رقم (04) : يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الوثب الخماسي(م):

مستوى الدلالة	درجة الحرية (ن-1)	ت"ج	ت"م	اختبار قبلي		اختبار بعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				1ع	1س	2ع	2س		
				0,05	14	2,14	4,47		
			2,33	0,67	8,9	0,74	9	15	العينة الضابطة

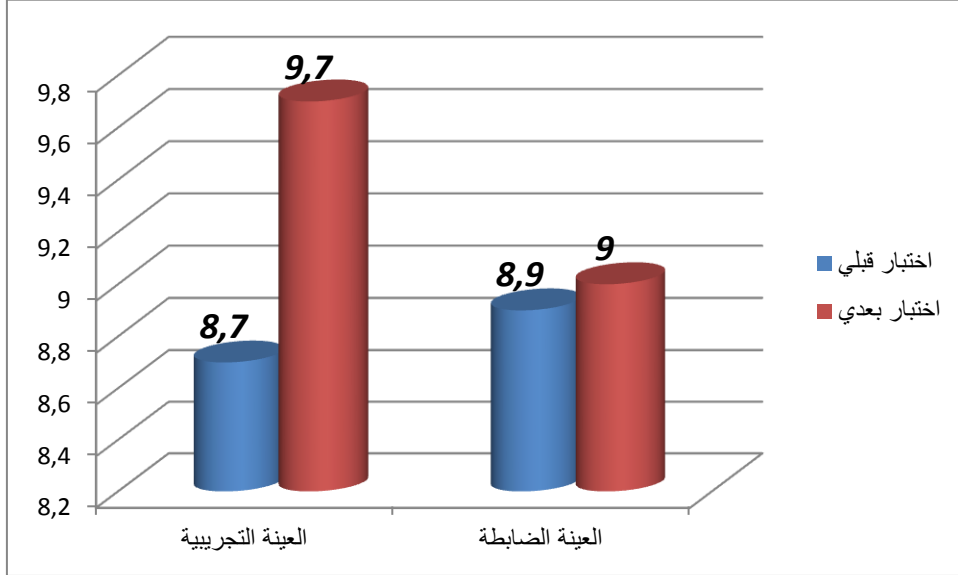
لقد تبين من خلال النتائج المدون في الجدول رقم (04) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج الوثب الخماسي بلغت 8,86 و الانحراف المعياري بلغ قدره 0,67 أما في الاختبار البعدي و عند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي قيمة 9,10 و انحرافها المعياري 0,74. بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب و العدو فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 8,71 و

انحرافها المعياري 0,76 أما في الاختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي قيمة 9,70 والانحراف المعياري 0,67 و بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستبودنت و بعد عملية التوظيف و المعالجة الإحصائية ، تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة التي بلغت 2,33 و هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14 ، و بالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة قيمة 4,47 و هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 2,14 عند درجة الحرية ن-1 (14) و مستوى الدلالة 0,05 .

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة أصغر من "ت" الجدولية ، و قيمة "ت" المحسوبة للعينة التجريبية أكبر من "ت" الجدولية ، يستخلص الطالبان أن الفرق الظاهرية بين متوسطات نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة لا توجد دلالة إحصائية أي أنه لا يوجد تحسن ظاهر ، بينما توجد دلالة إحصائية للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي ، و هذا راجع إلى مدى تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في تنمية صفة القوة العضلية .

الشكل البياني رقم ( 08 ): يبين مقارنة النتائج القبلية والبعدي لعينتي البحث في اختبار الوثب

الخماسي



2.2.2. عرض و مناقشة نتائج اختبارعدو 20 متر من بداية متحركة(ثانية) :

مستوى الدلالة	درجة الحرية (ن-1)	"ت" ج	"ت" م	اختبار قبلي		اختبار بعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				1ع	1س	2ع	2س		
				0,05	14	2,14	4,01		
			1,46	0,28	4,19	0,24	4,23	15	العينة الضابطة

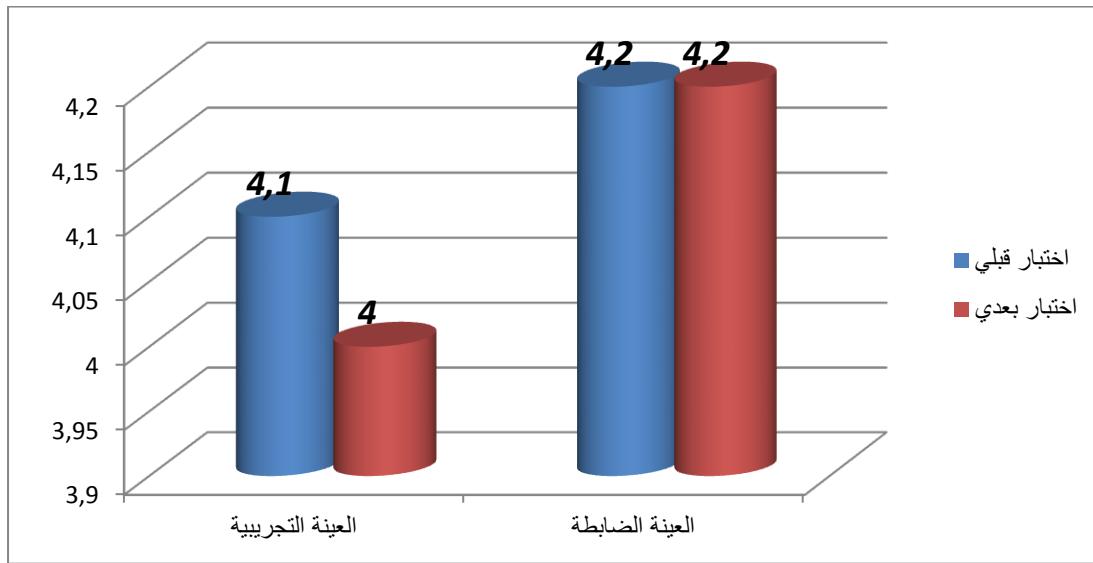
جدول رقم (05) : يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار عدو 20 متر من بداية متحركة(ثانية) :

لقد تبين من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (06) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج اختبار عدو 20 متر من بداية متحركة(ثانية) بلغت 4,19 و الانحراف المعياري بلغ قدره 0,28 أما في الاختبار البعدي و عند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي قيمة 4.23 و انحرافها المعياري 0.24 . بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب و العدو فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 4,11 و انحرافها المعياري 0,32 أما في الاختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي قيمة 3,95 و الانحراف المعياري 0,27 و بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستيودنت و بعد عملية التوظيف و المعالجة الإحصائية ، تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة التي بلغت 1,46 و هي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14 ، و بالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة قيمة 4,01 و هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 2,14 عند درجة الحرية ن-1 (14) و مستوى الدلالة 0.05 .

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة أصغر من "ت" الجدولية ، و قيمة "ت" المحسوبة للعينة التجريبية أكبر من "ت" الجدولية ، يستخلص الطالبان أن الفروق الظاهرية بين متوسطات نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة لا توجد دلالة إحصائية أي أنه لا يوجد تحسن ظاهر ، بينما توجد دلالة إحصائية للعينة التجريبية

لصالح الاختبار البعدي ، و هذا راجع إلى مدى تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في تنمية صفة السرعة الانفجارية .

الشكل البياني رقم (09): يبين مقارنة النتائج القبلية والبعدي لعينتي البحث في اختبار عدو 20 م من بداية متحركة



3.2.2. عرض و مناقشة نتائج اختبار جري 400 متر (ثانية):

جدول رقم (06) : يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في جري 400 متر (ثانية):

مستوى الدلالة	درجة الحرية (ن-1)	ت"ج	ت"م	اختبار قبلي		اختبار بعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				2ع	2س	1ع	1س		
0,05	14	2,14	3,04	9,90	110,64	7,60	106,77	15	العينة التجريبية
			2.33	6,19	114,34	7,38	118,18	15	العينة الضابطة

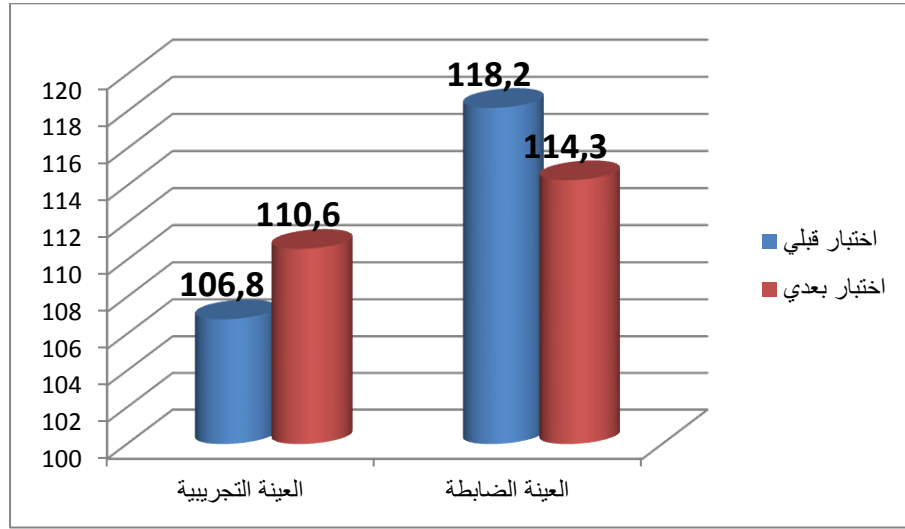
لقد تبين من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (06) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج اختبار جري 400 متر (ثانية) ، بلغت 114,34 و الانحراف المعياري بلغ قدره 6,19 أما في الاختبار البعدي و عند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي قيمة 118,18 و انحرافها المعياري 7,38. بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في بعض



فعاليتي الوثب و العدو فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 110,64 و انحرافها المعياري 9,90 أما في الاختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي قيمة 106,77 و الانحراف المعياري 7,60 و بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستيودنت و بعد عملية التوظيف و المعالجة الإحصائية ، تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة التي بلغت 2,33 و هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14 ، و بالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة قيمة 3,04 و هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 2,14 عند درجة الحرية ن-1 (14) و مستوى الدلالة 0.05 .

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة أكبر من "ت" الجدولية ، و قيمة "ت" المحسوبة للعينة التجريبية أكبر من "ت" الجدولية ، يستخلص الطالبان أن الفروق الظاهرية بين متوسطات نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة توجد دلالة إحصائية أي أنه يوجد تحسن ظاهر ، بينما توجد دلالة إحصائية للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي ، و هذا راجع إلى مدى تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في تنمية صفة تحمل السرعة.

الشكل البياني رقم ( 10 ): يبين مقارنة النتائج القبلية والبعدي لعينتي اختبار جري 400 م



4.2.2. عرض و مناقشة نتائج اختبار الجري المتعرج لفليشمان (ثانية):

جدول رقم (07) : يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الجري

المتعرج لفليشمان (ثانية):

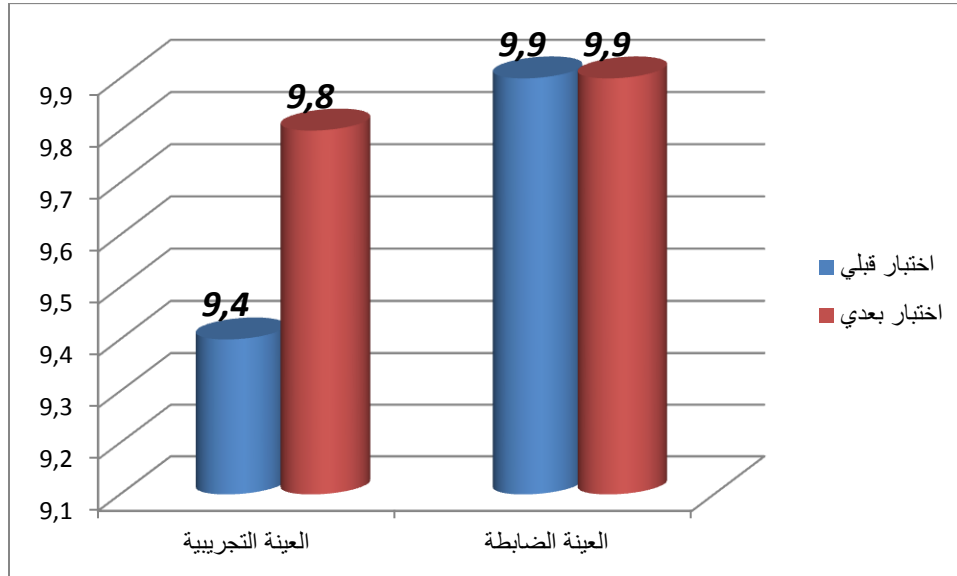
مستوى الدلالة	درجة الحرية (ن-1)	"ت" ج	"ت" م	اختبار قبلي		اختبار بعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				1ع	1س	2ع	2س		
				0,05	14	2,14	4,19		
			0,46	0,75	9,90	0,76	9,91	15	العينة الضابطة

لقد تبين من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (07) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج اختبار المتعرج لفليشمان (ثانية) بلغت 9,90 و الانحراف المعياري بلغ قدره 0,75 أما في الاختبار البعدي و عند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي قيمة 9,91 و انحرافها المعياري 0,76. بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب و العدو فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 9,78 و انحرافها المعياري 0,74 أما في الاختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي قيمة 9,35 و الانحراف المعياري 0,52 و بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستيودنت و بعد عملية التوظيف و المعالجة الإحصائية ، تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة التي بلغت 0,46 و هي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14 ، و بالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة قيمة 4,19 و هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 2,14 عند درجة الحرية ن-1 (14) و مستوى الدلالة 0.05 .

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة أصغر من "ت" الجدولية ، و قيمة "ت" المحسوبة للعينة التجريبية أكبر من "ت" الجدولية ، يستخلص الطالبان أن الفروق الظاهرية بين متوسطات نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة لا توجد دلالة إحصائية أي أنه لا يوجد تحسن ظاهر ، بينما توجد دلالة إحصائية للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي ، و هذا راجع إلى مدى تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام

أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي  
في تنمية صفة الرشاقة

الشكل البياني رقم ( 11 ): يبين مقارنة النتائج القبليّة والبعدية لعينتي البحث في اختبار الجري  
المتعرج لفليشمان



5.2.2. عرض و مناقشة نتائج اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف (سم):

جدول رقم (08) : يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف (سم):

مستوى الدلالة	درجة الحرية (ن-1)	"ت" ج	"ت" م	اختبار قبلي		اختبار بعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				1ع	1س	2ع	2س		
				0,05	14	2,14	2,45		
			2,48	1,40	5,86	1,04	5,33	15	العينة الضابطة

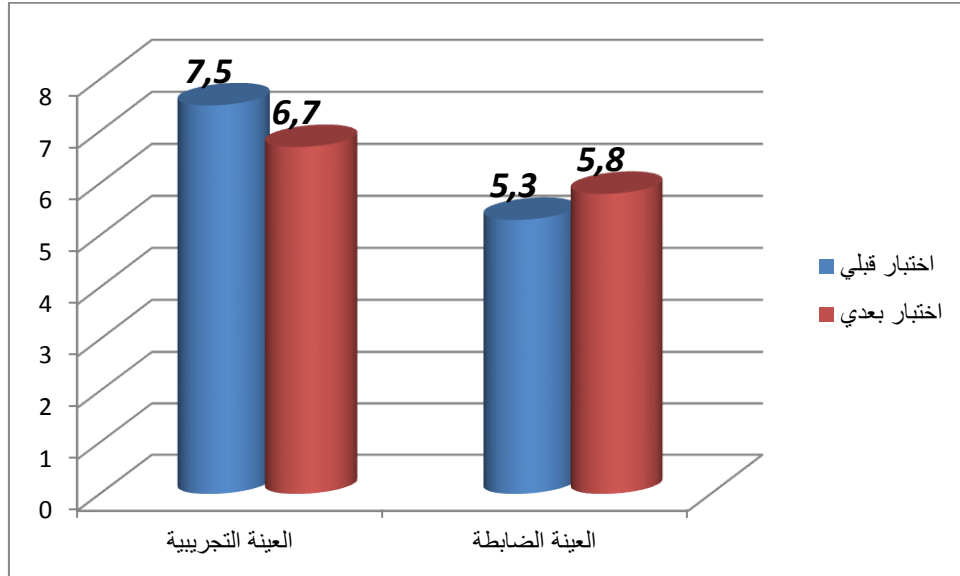
لقد تبين من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (08) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف (سم) بلغت 5,86 و الانحراف المعياري بلغ قدره 1,40 أما في الاختبار البعدي و عند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي قيمة 5,33 و انحرافها المعياري 1,04 . بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب و العدو فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 6,66 و انحرافها المعياري 1,87 أما في الاختبار البعدي فقد بلغ

المتوسط الحسابي قيمة 7,46 و الانحراف المعياري 1,24 و بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستودنت و بعد عملية التوظيف و المعالجة الإحصائية ، تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة التي بلغت 2,48 و هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14 و بالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة قيمة 2,45 و هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 2,14 عند درجة الحرية ن-1 (14) و مستوى الدلالة 0.05 .

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة أكبر من "ت" الجدولية ، و قيمة "ت" المحسوبة للعينة التجريبية أكبر من "ت" الجدولية ، يستخلص الطالبان أن الفرق الظاهرية بين متوسطات نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة توجد دلالة إحصائية أي أنه يوجد تحسن ظاهر ، بينما توجد دلالة إحصائية للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي ، و هذا راجع إلى مدى تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في تنمية صفة المرونة .

الشكل الباني رقم ( 12): يبين مقارنة النتائج القبلية و البعدية لعينتي البحث في اختبار ثني

الجذع للأمام من الوقوف



6.2.2. عرض و مناقشة نتائج الوثب العريض من الوقوف (متر):

جدول رقم (09) : يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الوثب

العريض من الوقوف (متر)

مستوى الدلالة	درجة الحرية (ن-1)	ت"ج	ت"م	اختبار قبلي		اختبار بعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				1ع	1س	2ع	2س		
				0,05	14	2,14	2,43		
			1,03	0,28	1,61	0,25	1,57	15	العينة الضابطة

لقد تبين من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (09) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج اختبار الوثب العريض من الوقوف (متر) بلغت 1,61 و الانحراف المعياري بلغ قدره 0,28 أما في الاختبار البعدي و عند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي قيمة 1,57 و انحرافها المعياري 0,25 . بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب و العدو فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 1,66 و انحرافها المعياري 0,29 أما في الاختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي قيمة 1,79 و الانحراف المعياري 0,20 و بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستودنت و بعد عملية التوظيف و المعالجة الإحصائية ، تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة التي بلغت 1,03 و هي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14 ، و بالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة قيمة 2,43 و هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 2,14 عند درجة الحرية ن-1 (14) و مستوى الدلالة 0.05 .

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة أصغر من "ت" الجدولية ، و قيمة "ت" المحسوبة للعينة التجريبية أكبر من "ت" الجدولية ، يستخلص الطالبان أن الفروق

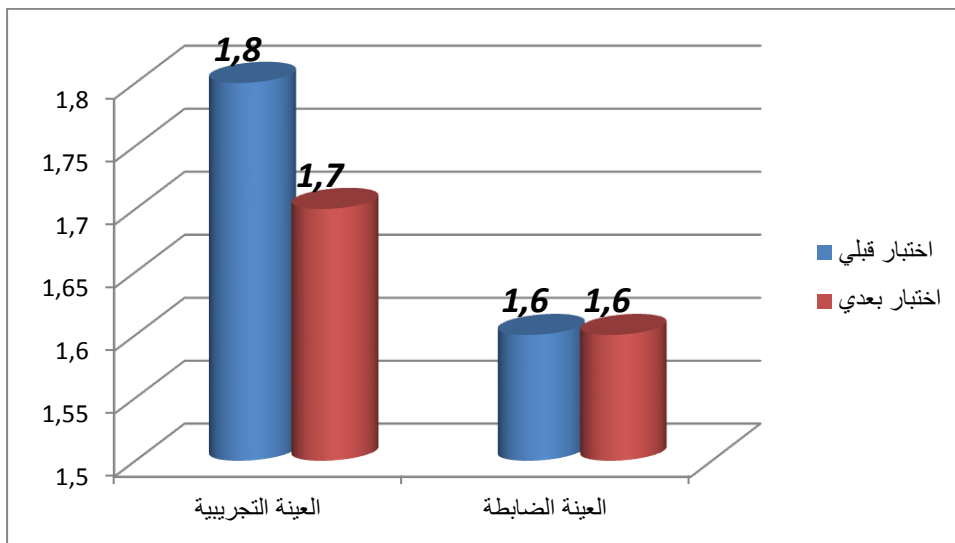
الظاهرة بين متوسطات نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة لا توجد دلالة إحصائية أي أنه لا يوجد تحسن ظاهر ، بينما توجد دلالة إحصائية للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي ، و هذا راجع إلى مدى تطبيق الوحدات التعليمية بأنشطة



العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في تنمية صفة القوة العضلية.

الشكل البياني رقم ( 13 ): يبين مقارنة النتائج القبلية والبعديتين لعينتي البحث في

اختبار الوثب العريض من الوقوف



7.2.2. عرض و مناقشة نتائج اختبار جري 60 متر (ثانية) :

جدول رقم (10) : يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار جري 60 متر (ثانية)

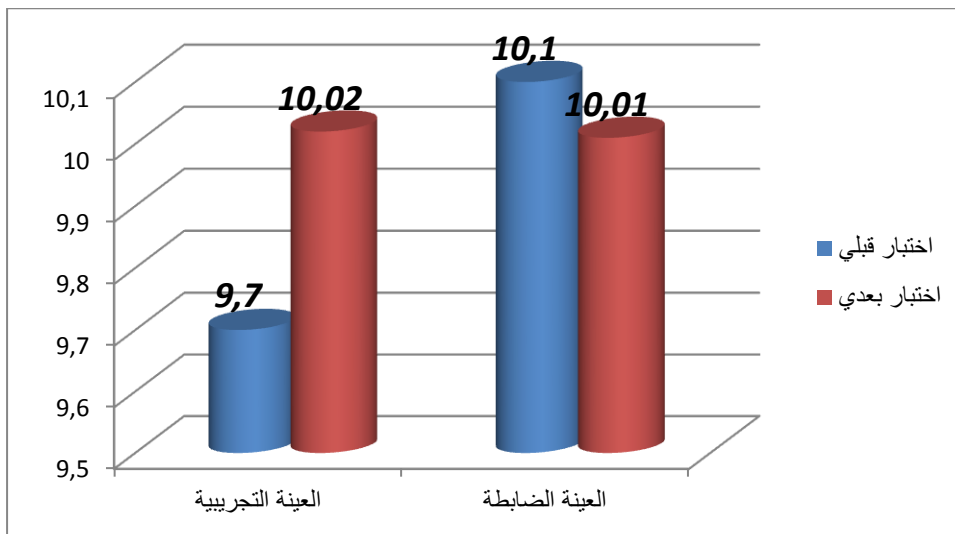
مستوى الدلالة	درجة الحرية (ن - 1)	ت"ج	ت"م	اختبار قبلي		اختبار بعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				1ع	1س	2ع	2س		
				0,05	14	2,14	5,04		
		1,76	0,33	0,64	10,12	0,60	10,11	15	العينة الضابطة

لقد تبين من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم (10) أن قيمة المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي عند العينة الضابطة في نتائج اختبار جري 60 متر (ثانية) بلغت 10,12 و الانحراف المعياري بلغ قدره 0,64 أما في الاختبار البعدي و عند نفس العينة فقد بلغ متوسطها الحسابي قيمة 10,11 و انحرافها المعياري 0,60 . بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة العاب قوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب و العدو فقد بلغ متوسطها الحسابي للاختبار القبلي في نفس الاختبار قيمة 10,01 و انحرافها المعياري 0,71 أما في الاختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي

قيمة 9,66 و الانحراف المعياري 0,59 و بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية المتمثل في "ت" ستيودنت و بعد عملية التوظيف و المعالجة الإحصائية ، تبين أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة التي بلغت 0,33 و هي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت قيمة 2,14 ، و بالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت "ت" المحسوبة قيمة 5,04 و هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية التي قيمتها 2,14 عند درجة الحرية ن-1 (14) و مستوى الدلالة 0.05 .

بما أن قيمة "ت" المحسوبة للعينة الضابطة أصغر من "ت" الجدولية ، و قيمة "ت" المحسوبة للعينة التجريبية أكبر من "ت" الجدولية ، يستخلص الطالبان أن الفروق الظاهرية بين متوسطات نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة لا توجد دلالة إحصائية أي أنه لا يوجد تحسن ظاهر ، بينما توجد دلالة إحصائية للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي ، و هذا راجع إلى مدى تطبيق الوحدات التعليمية باستخدام أنشطة ألعاب القوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في تنمية صفة السرعة الانفجارية.

الشكل البياني رقم ( 14): يبين مقارنة النتائج القبلية والبعدي لعينتي البحث في اختبار الجري 60م



3.2. عرض و مناقشة نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث :

جدول رقم (11): يوضح مقارنة نتائج الاختبار البعدي باستخدام اختبار دلالة الفروق "ت"

الدلالة الإحصائية	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	الاختبارات البعدية				الاختبارات
			العينة الضابطة		العينة التجريبية		
			2ع	س2	2ع	س2	
دال	2,048	2,31	0,74	9	0,7	9,7	وثب الخماسي(م)
		2,99	0,24	4,2	0,27	4	عدو 20 متر من بداية متحركة(ثانية)
		4,17	7,38	118,2	7,61	106,8	جري 400 متر - (ثانية)
		2,32	0,77	9,9	0,53	9,4	الجري المتعرج لفليشمان(ثانية)
		5,08	1,05	5,3	1,25	7,5	ثني الجذع للامام من الوقوف (سم)
		2,55	0,25	1,6	0,21	1,8	الوثب العريض من الوقوف (متر)
		2,06	0,60	10,1	0,60	9,7	جري 60 متر (ثانية)

1.3.2. عرض و مناقشة نتائج اختبار وثب الخماسي(م) :

جدول رقم (12) : يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار وثب الخماسي(م) .

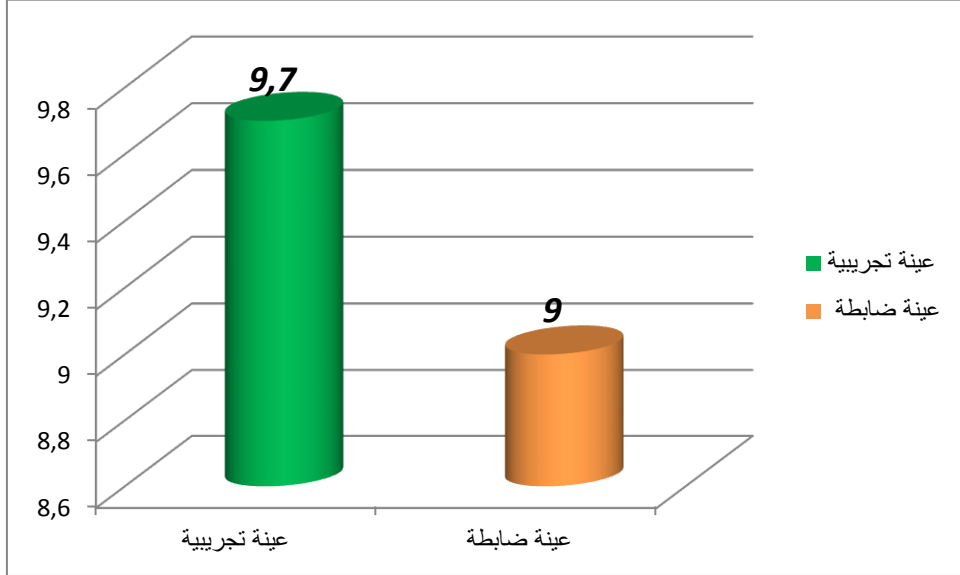
مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت"ج	"ت"م	الاختبار البعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0,05	28	2,048	2,31	0,74	9,10	15	العينة الضابطة
				0,67	9,70	15	العينة التجريبية

يلاحظ من خلال مقارنة نتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم (12) بين عينتي البحث في اختبار وثب الخماسي(م)، أن الحكم الظاهري على دلالة الفروق بين المتوسطات المقدر ب 9,10 و الانحراف المعياري 0,74 بالنسبة للعينة الضابطة ، و بمقدار 9,70 و انحراف معياري 0,67 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال، يشير إلى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية ، لاحظ الشكل رقم (15) . لكن لا يمكن اعتبار هذا الحكم صحيحا و موضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستيودنت . حيث بعد المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها كما هي موضحة في الجدول رقم (21) بلغت قيمة "ت" المحسوبة

2,31 و بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,048 عند درجة الحرية 2ن-2 ) (28 ، و عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 و هي أقل من "ت" المحسوبة .

و على أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرية الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية لتنمية صفة القوة العضلية التي تعتبر من أبرز المكونات الأساسية التي تساهم بقدر كبير في الارتقاء بمستوى بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي . و هذا راجع إلى مدى أهمية التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب , العدو على العينة التجريبية و مدى تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة في تنمية صفة القوة العضلية بينما العينة الضابطة فالفروق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريس من قبل أستاذ ت.ب.ر. المشرف عليها .

الشكل البياني رقم ( 15): يبين النتائج البعدية لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار الوثب الخماسي



2.3.2. عرض و مناقشة نتائج اختبار عدو 20 متر من بداية متحركة(ثانية):

جدول رقم (13) : يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار

عدو 20 متر من بداية متحركة(ثانية)

مستوى الدلالة	درجة الحرية	ت"ج	ت"م	الاختبار البعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0,05	28	2,048	2,99	0,24	4,23	15	العينة الضابطة
				0,27	3,95	15	العينة التجريبية

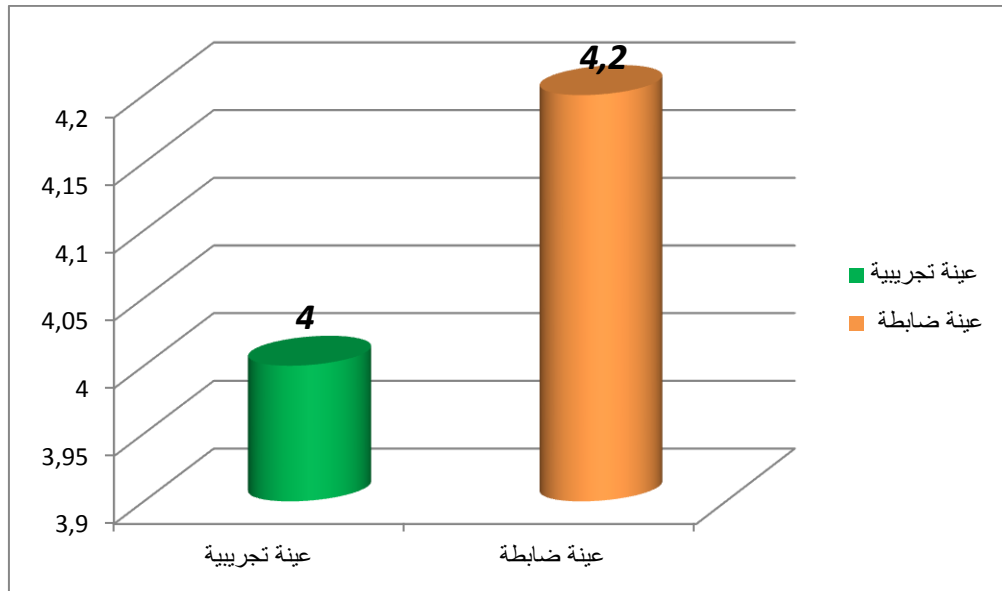
يلاحظ من خلال مقارنة نتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم (13) بين عينتي البحث في اختبار عدو 20 متر من بداية متحركة (ثانية)، أن الحكم الظاهري على دلالة الفروق بين المتوسطات المقدرة ب 4,23 والانحراف المعياري 0,24 بالنسبة للعينة الضابطة ، و بمقدار 3,95 وانحراف معياري 0,27 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى اطفال و مدى تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة في تنمية صفة السرعة الانفجارية ، يشير إلى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية ، لاحظ الشكل رقم (16) . لكن لا يمكن اعتبار هذا الحكم صحيحا و موضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستودنت . حيث بعد المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها كما هي موضحة في الجدول رقم (13) بلغت قيمة "ت" المحسوبة 2,99 و بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,048 عند درجة الحرية 2-2 (28) ، و عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 و هي أقل من "ت" المحسوبة .

و على أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرية الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية لتنمية صفة السرعة الانفجارية التي تعتبر من أبرز المكونات الأساسية التي تساهم بقدر كبير في الارتقاء بمستوى بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي . و هذا راجع إلى مدى أهمية التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز



الرياضي في بعض فعالياتي الوثب , العدو على العينة التجريبية و مدى تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة في تنمية صفة السرعة الانفجارية على العينة التجريبية و بينما العينة الضابطة فالفروق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريس من قبل أستاذ ت.ب.ر المشرف عليها .

الشكل البياني رقم ( 16): يبين النتائج البعدية لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار عدو 20م من بداية متحركة



3.3.2. عرض و مناقشة نتائج اختبار جري 400 متر (ثانية):

جدول رقم (14) : يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار جري 400 متر (ثانية)

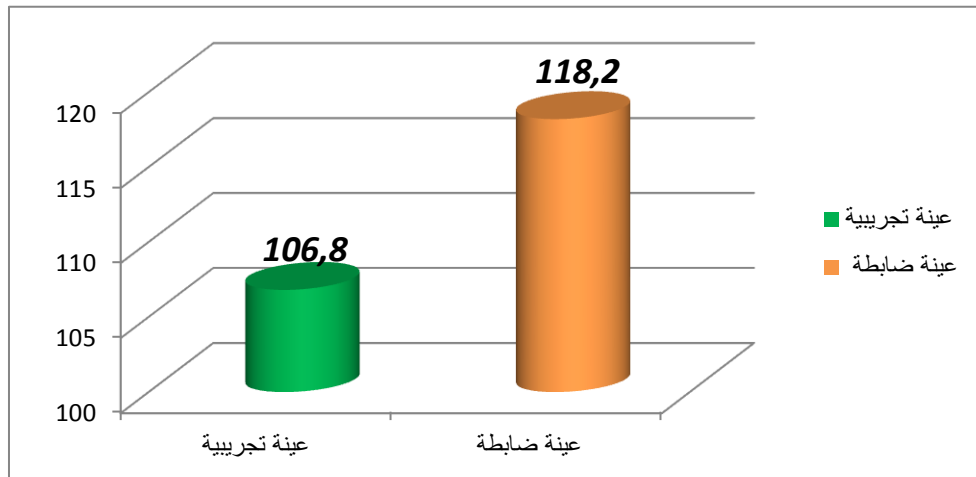
مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت"ج	"ت"م	الاختبار البعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0,05	28	2,048	4,17	7,38	118,18	15	العينة الضابطة
				7,60	106,77	15	العينة التجريبية

يلاحظ من خلال مقارنة نتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم (14) بين عينتي البحث في اختبار ، أن الحكم الظاهري على دلالة الفرو جري 400 متر (ثانية) بين المتوسطات المقدرة ب 118,18 و الانحراف المعياري 7,38 بالنسبة للعينة الضابطة ، و بمقدار 106,77 و انحراف معياري 7,60 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال ، يشير إلى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية ، لاحظ الشكل رقم (15) . لكن لا يمكن اعتبار هذا الحكم صحيحا و موضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستيودنت . حيث بعد المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها كما هي موضحة في الجدول رقم (14) بلغت قيمة "ت"

المحسوبة 4,17 و بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,048 عند درجة الحرية 2-28) ، و عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 و هي أكبر من "ت" المحسوبة .

و على أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرية الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لها دلالة إحصائية في تنمية صفة تحمل السرعة التي تعتبر من أبرز المكونات الأساسية التي تساهم بقدر كبير في الارتقاء بمستوى بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي و بينما العينة الضابطة فالفروق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريس من قبل أستاذ ت.ب.ر المشرف عليها .

الشكل البياني رقم (17): يبين النتائج البعدية لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار الجري 400م



4.3.2. عرض و مناقشة نتائج اختبار الجري المتعرج لفليشمان (ثانية):

جدول رقم (15) : يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار الجري المتعرج لفليشمان (ثانية)

مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت"ج	"ت"م	الاختبار البعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0,05	28	2,048	2,32	0,76	9,91	15	العينة الضابطة
				0,52	9,35	15	العينة التجريبية

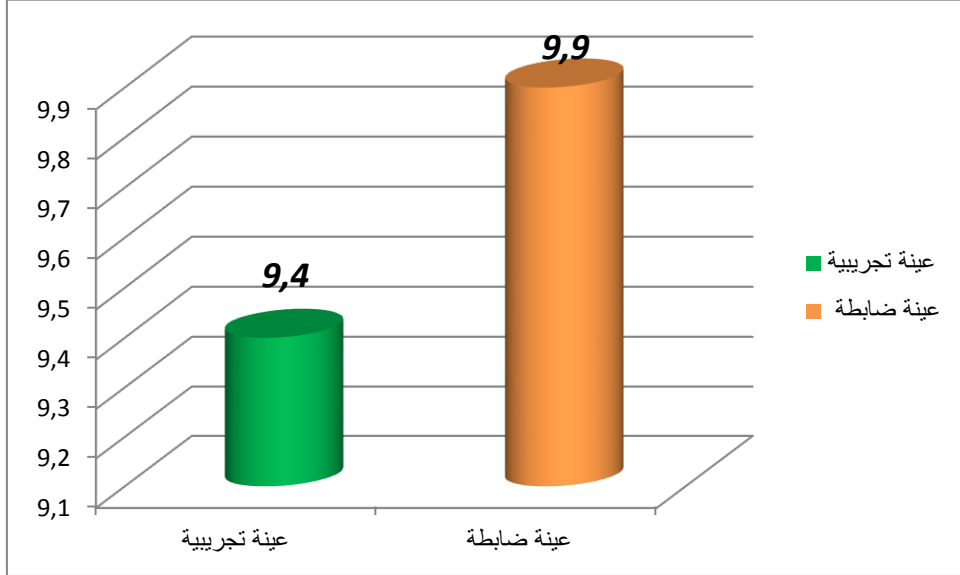
يلاحظ من خلال مقارنة نتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم (15) بين عينتي البحث في اختبار الجري المتعرج لفليشمان (ثانية)، أن الحكم الظاهري على دلالة الفروق بين المتوسطات المقدر ب 9,91 و الانحراف المعياري 0,76 بالنسبة للعينة الضابطة ، و بمقدار 9,35 و انحراف معياري 0,52 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال ، يشير إلى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية ، لاحظ الشكل رقم (18) . لكن لا يمكن اعتبار هذا الحكم صحيحا و موضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستيودنت . حيث بعد المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها كما هي موضحة في الجدول رقم (15) بلغت

قيمة "ت" المحسوبة 2,32 و بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,048 عند درجة الحرية 2ن-2 (28) ، و عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 و هي أقل من "ت" المحسوبة .

و على أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرية الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية لتنمية صفة الرشاقة التي تعتبر من أبرز المكونات الأساسية التي تساهم بقدر كبير في الارتقاء بمستوى بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي . و هذا راجع إلى أهمية التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعائتي الوثب , العدو على العينة التجريبية و مدى تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة في تنمية صفة الرشاقة بينما العينة الضابطة فالفرق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريس من قبل أستاذ ت.ب.ر المشرف عليها .

الشكل البياني رقم (18): يبين النتائج البعدية لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار

الجري المتعرج لفليشمان



5.3.2. عرض و مناقشة نتائج اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف (سم):

جدول رقم (16) : يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار ثني الجذع للامام من

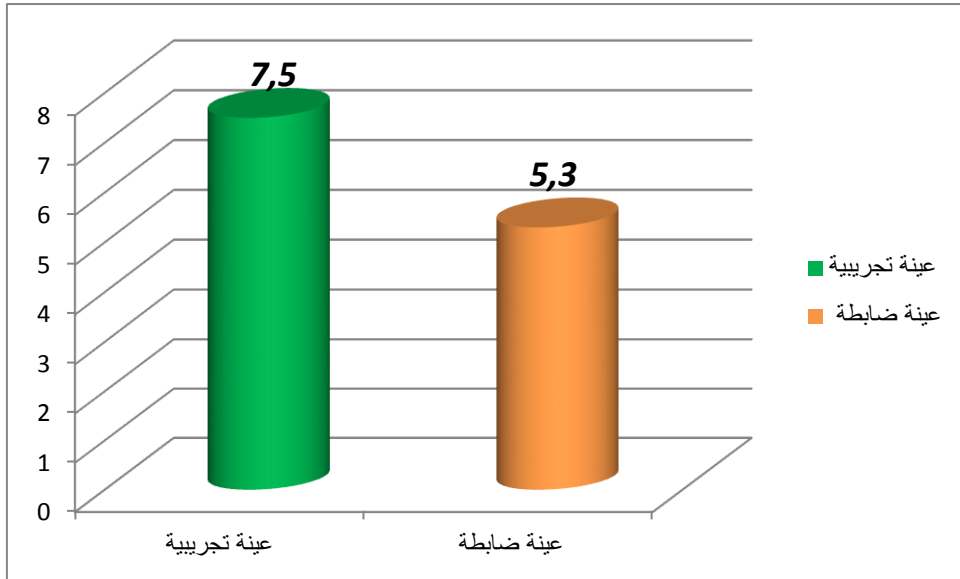
الوقوف (سم)

مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت" ج	"ت" م	الاختبار البعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0,05	28	2,048	5,08	1,04	5,33	15	العينة الضابطة
				1,24	7,46	15	العينة التجريبية

يلاحظ من خلال مقارنة نتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم (16) بين عينتي البحث في اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف (سم) ، أن الحكم الظاهري على دلالة الفروق بين المتوسطات المقدرة ب 5,33 و الانحراف المعياري 1,04 بالنسبة للعينة الضابطة ، و بمقدار 7,46 و انحراف معياري 1,24 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال ، يشير إلى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية ، لاحظ الشكل رقم (19) . لكن لا يمكن اعتبار هذا الحكم صحيحا و موضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستيودنت . حيث بعد المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها كما هي موضحة في الجدول رقم (16) بلغت قيمة "ت" المحسوبة 5,08 بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,048 عند درجة الحرية 2ن-2 (28) ، و عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 و هي أقل من "ت" المحسوبة .

و على أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرية الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية لتنمية صفة المرونة التي تعتبر من أبرز المكونات الأساسية التي تساهم بقدر كبير في الارتقاء بمستوى بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي . و هذا راجع الى أهمية التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب , العدو على العينة التجريبية و مدى تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة في تنمية صفة المرونة بينما العينة الضابطة فالفرق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريس من قبل أستاذ ت.ب.ر المشرف عليها .

الشكل البياني رقم (19): يبين النتائج البعدية لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف





6.3.2.. عرض و مناقشة نتائج اختبار الوثب العريض من الوقوف (متر):

جدول رقم (17) : يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار الوثب العريض من الوقوف (متر)

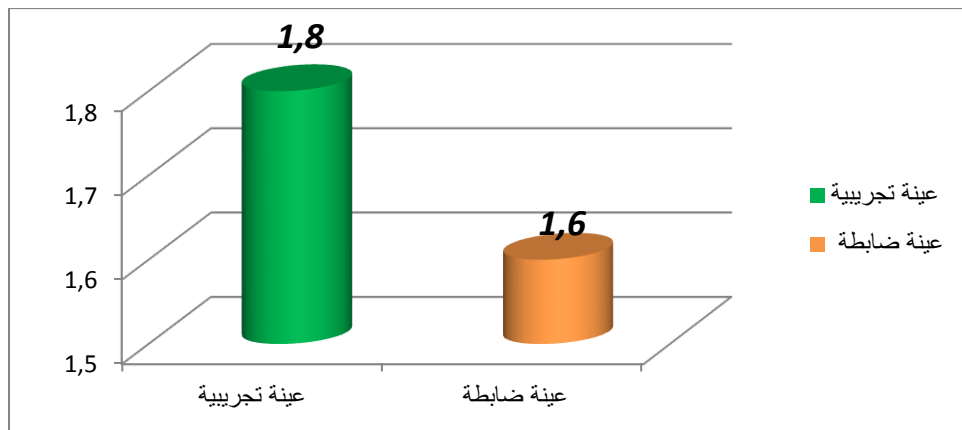
مستوى الدلالة	درجة الحرية	"ت"ج	"ت"م	الاختبار البعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0,05	28	2,048	2,55	0,25	1,57	15	العينة الضابطة
				0,20	1,79	15	العينة التجريبية

يلاحظ من خلال مقارنة نتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم (17) بين عينتي البحث في اختبار الوثب العريض من الوقوف (متر) ، أن الحكم الظاهري على دلالة الفروق بين المتوسطات المقدر ب 1,57 و الانحراف المعياري 0,25 بالنسبة للعينة الضابطة ، و بمقدار 1,79 و انحراف معياري 0,20 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال ، يشير إلى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية ، لاحظ الشكل رقم (20) . لكن لا يمكن اعتبار هذا الحكم صحيحا و موضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستيودنت . حيث بعد المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها كما هي موضحة في الجدول رقم (17) بلغت قيمة "ت" المحسوبة 2,55 و بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,048 عند درجة

الحرية 2ن-2 (28) ، و عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 و هي أكبر من "ت" الجدولية .

و على أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرية الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية لتنمية صفة القوة العضلية التي تعتبر من أبرز المكونات الأساسية التي تساهم بقدر كبير في الارتقاء بمستوى بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي . و هذا راجع الى أهمية التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب , العدو على العينة التجريبية و مدى تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة في تنمية صفة القوة العضلية بينما العينة الضابطة فالفروق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريس من قبل أساتذ ت.ب.ر المشرف عليها .

الشكل البياني رقم ( 20): يبين النتائج البعدية لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار الوثب العريض من الوقوف



7.3.2. عرض و مناقشة نتائج جري 60 متر (ثانية) :

جدول رقم (18) : يوضح نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث في اختبار جري 60 متر (ثانية)

مستوى الدلالة	درجة الحرية	ت"ج	ت"م	الاختبار البعدي		حجم العينة	المقاييس الإحصائية عينة البحث
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
0,05	28	2,048	2,06	0,60	10,11	15	العينة الضابطة
				0,59	9,66	15	العينة التجريبية

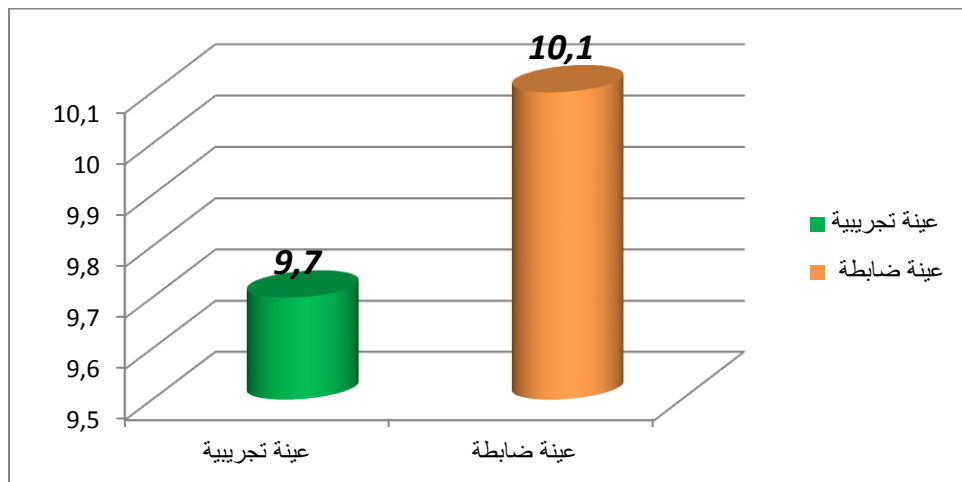
يلاحظ من خلال مقارنة نتائج الاختبار البعدي كما هي موضحة في الجدول رقم (18) بين عينتي البحث في اختبار جري 60 متر (ثانية) ، أن الحكم الظاهري على دلالة الفروق بين المتوسطات المقدرة ب10,11. و الانحراف المعياري 0,60 بالنسبة للعينة الضابطة ، و بمقدار 9,66 و انحراف معياري 0,59 بالنسبة للعينة التجريبية المطبق عليها التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال ، يشير إلى نوع من التباين الحاصل في الصفة المقاسة لصالح العينة التجريبية ، لاحظ الشكل رقم (21) . لكن لا يمكن اعتبار هذا الحكم صحيحا و موضوعيا إلا بعد استخدام مقياس الدلالة الإحصائية "ت" ستيودنت . حيث بعد المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج الخام

المتحصل عليها كما هي موضحة في الجدول رقم (18) بلغت قيمة "ت" المحسوبة 2,06 و بالمقارنة مع "ت" الجدولية التي بلغت 2,048 عند درجة الحرية 2ن-2 (28) ، و عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 و هي أقل من "ت" المحسوبة .

و على أساس هذا التحصيل الإحصائي نجد أن الفروق الظاهرية الحاصلة بين متوسطي نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث الضابطة و التجريبية لها دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية لتنمية صفة السرعة الانفجارية التي تعتبر من أبرز المكونات الأساسية التي تساهم بقدر كبير في الارتقاء بمستوى بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي . و هذا راجع إلى أهمية التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب , العدو على العينة التجريبية و مدى تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة في تنمية صفة السرعة الانفجارية بينما العينة الضابطة فالفرق الحاصلة ترجع إلى مؤثر الخصوصية في التدريس من قبل أساتذ ت.ب.ر المشرف عليها .

الشكل البياني رقم ( 21): يبين النتائج البعدية لعينتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار

جري 60م



## 2-4- مناقشة فرضيات البحث :

في ضوء حدود عينة البحث و خصائصها و المنهج المستخدم و أسلوب التحليل المتبع أمكن الوصول الى الاستنتاجات التالية :

## 2-4-1- مناقشة الفرضية الأولى :

- هناك فروق دالة إحصائية في نتائج الاختبارات القبليّة و البعدية لعينتي البحث لصالح النتائج البعدية .

فمن خلال الجدول (04) الذي يوضح الدلالة الإحصائية للفروقات الحاصلة بين متوسطات نتائج الإختبارات القبليّة و البعدية لعينتي البحث الضابطة و التجريبية أن العينة الضابطة التي تركت تمارس درس التربية البدنية والرياضية تحت المعلم من بعيد فكان تأثيرها نوعا ما ايجابا في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في فعاليات الوثب , و يبين ذلك قيمة "ت" المحسوبة التي تراوحت ما بين ( 2,48-0,33) وقد بلغت "ت" الجدولية (1,76) و عند درجة حرية (0,05) أي عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية , وهذا راجع حسب رأي الطالبان أي نقص التكوين في الجانب التطبيقي استنادا على المقابلة الشخصية مع مفتش التربية البدنية و الرياضية وعدم الإهتمام بالمادة .

أما بالنسبة للعينة التجريبية التي طبقت عليها الوحدات التعليمية المقترحة بإستخدام أنشطة ألعاب القوى للأطفال لتنمية بعض من عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي في فعاليات الوثب مما توافق مع دراسة بن أحمد محمد (2013) , ودراسة حلاوة خالد

(2008) ومما يوضح ذلك جداول الاختبارات باستخدام الدلالة "ت" أن الفروق الحاصلة بين نتائج الاختبار القبلي و البعدي على مستوى العينة التجريبية لها دلالة إحصائية و لصالح الاختبار البعدي .

ومما سبق يستخلص الطالبان أن لوحدات التعليمية باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال أثر إيجابي في تحسين بعض من عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في فعاليات الوثب وهذا قد يحقق الفرضية .

#### 2-4-2- مناقشة الفرضية الثانية :

-هناك فروق دالة إحصائية بين المجموعات التجريبية و الضابطة في الاختبارات البعدية لصالح المجموعة التجريبية الممارسة لألعاب القوى أطفال .

على أثر المعالجة الإحصائية لمجموع النتائج المتحصل عليها باستخدام إختبار الدلالة "ت" بغرض اصدار أحكام حول معنوية الفروق الحاصلة بين متوسطات نتائج الإختبارات البعدية لعينتي البحث الضابطة و التجريبية تبين من خلال الجدول النتائج المستخلصة و كما هي مدونة في الجداول رقم (5،6،7،8،9،10،11) أن كل الفروق الظاهرية الحاصلة بين متوسطات الإختبارات البعدية لها دلالة إحصائية , لصالح العينة التجريبية المطبقة لنظام ألعاب القوى أطفال الذي تضمن في محتواه كل من أنشطة الوثب , العدو مما يعكس صدق الفرضية أن للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام أنشطة ألعاب القوى للأطفال تأثير إيجابي في تحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في فعاليات العدو وذلك بوجود تلك الفروق ذات دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية.

و عليه يستخلص الطالبان أن الفرضية الثانية قد تحققت .

## 2-5- الاستنتاجات :

- كشفت الدراسة الحالية أن لهذه الوحدات التعليمية المقترحة و فق اسلوب اللعب بإستخدام أنشطة ألعاب القوى للأطفال أثر إيجابي في تحسين بعض عناصر الأداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليتي الوثب , العدو لدى تلاميذ الطور المتوسط (12-13) سنة .
- بينت الدراسة على وجود فروق ذات دلالة احصائية في الإختبارات البعدية وهذا لصالح العينة التجريبية الممارسة للعب في جميع الإختبارات هذا وإن دل فإنه يدل على نجاعة هذه الوحدات المقترحة بإستخدام أنشطة ألعاب القوى للأطفال فيما طبقت من أجله و هي تحسين بعض عناصر الأداء البدني و الإنجاز الرياضي في هذه المرحلة .
- إدراج أنشطة ألعاب القوى للاطفال في منهاج التربية البدنية و الرياضية ليطبق في الحصص التدريسية بحيث أثبت جدارته في تحقيق أحد أهم أهداف المنهاج وهو تحسين بعض عناصر الأداء البدني والمهاري و الإنجاز الرياضي لدى التلاميذ .
- التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال له أهمية كبير في تحسين عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي للتلاميذ في فعاليتي العدو و الوثب الطويل

## 2-6- خاتمة الفصل

لقد تضمن هذا الفصل عرض و مناقشة النتائج التي تحصل عليها الطالبان من خلال الدراسة الميدانية و بعد المعالجة الإحصائية تبين من خلال نتائج الاختبار القبلي مدى التجانس الموجود بين عينتي البحث في كل الاختبارات البدنية و مستوى الانجاز و هذا يدل على أن أفراد العينتين لهم نفس المستوى في الصفات البدنية .

بعد التجربة الأساسية و الدراسة الإحصائية تبين للطالبان أنّ هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية و لصالح الاختبار البعدي ، أما نتائج العينة الضابطة ليس لها فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي . و عليه نستخلص ان التعلم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال اتسم بالفاعلية الكبير في تحسين عناصر الاداء البدني والانجاز الرياضي للتلاميذ في فعاليتي العدو و الوثب الطويل.

## 2-7- التوصيات :

- العمل بالوحدات التعليمية المقترحة كنموذج لإخراج درس ت.ب.ر على نحو فعال و إلى تحقيق الكفاءات المنشودة .

- التركيز على اعتماد اسلوب اللعب وفق ممارسة أنشطة ألعاب القوى اطفال لاجراج درس ت.ب.ر على نحو فعال

- التركيز على ممارسة أنشطة ألعاب القوى اطفال كالعاب موجهة تحوي جميع تلاميذ القسم الواحد.



- الاجتهاد من اجل وضع برامج لمختلف الأنشطة، تتماشى و قدرات هذه الفئة العمرية، من خلال إشباع حاجياتها النفسية والبدنية.
- إدراج مشروع ألعاب القوى للأطفال في منهاج مادة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط .
- اجراء بحوث مشابهة حول ألعاب القوى للأطفال في باقي المراحل الدراسية الاخرى
- الخلاصة:

### الباب الاول: الجانب النظري

لقد تم التطرق في هذا الباب الى جمع معلومات تخدم موضوع البحث و تنظيمها في فصلين اولاً التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال وقد شمل كل من مضمون وتعريفات لهذا المحتوى و دوره الفعال في حصة التربية البدنية و الرياضية، اما الفصل الثاني فقد اشتمل على متطلبات الاداء البدني و الانجاز الرياضي و خصائص الفئة العمرية (12-13) سنة وذلك بتعريفات و توضيحات.

### الباب الثاني: الجانب التطبيقي

تم التطرق في هذا الباب الى الجانب الميداني الذي انتظم في فصلين اولاً منهجية البحث و اجراءاته على الميدانية الذي اعتمد على المنهج التجريبي من تجربة استطلاعية طبقت الاختبارات على 10 تلاميذ و بعد المعالجة تاكد الطالبان من صدق و ثبات الاختبارات , وبعدها تم التطرق الى الدراسة الاساسية التي تضمنت اختبارات طبقت على 30 تلميذا ذكورا من السنة الثانية متوسط (12-13) سنة بمتوسطة ولد قادة مصطفى بتقسيمها الى عينة ضابطة و الاخرى تجريبية , اما الفصل الثاني فقد تضمن عرض و مناقشة النتائج المتحصل عليها باستخدام

المقاييس الاحصائية , وقد تطرق الطالبان الباحثان الى مناقشة فرضيات البحث و استخلاص مجموعة الاستنتاجات , خاتمة البحث ثم مجموعة التوصيات.

## المصادر و المراجع باللغة العربية:

1. بلقيس أحمد .(1987) .الميسر في سيكولوجية اللعب .الاردن :دار الفكر .
2. توفيق مرعي.(1998) .تغريد التعلم .الاردن :دار الفكر .
3. فهد الغامدي .(2009) .مقال التعلم باللعب .السعودية :الشبكة الخليجية الالكترونية.
4. احمد محمد خاطر-علي فهمي البيك .(1996) .القياس و التقويم في التربية الرياضية .«جامعة الاسكندرية :دار الكتاب الحديث .,
5. أسامة كامل راتب. (1994). النمو الحركي من الطفولة إلى المراهقة . مصر :دار الفكر العربي .
6. البيك خ.و. (1996). القياس في المجال الرياضي . مصر :دار الكتاب الحديث.
7. أمر الله البساطي .(1998). أسس و قواعد التدريب الرياضي و تطبيقاته . الإسكندرية :منشأة المعارف.
8. سليمان علي حسن و زكي درويش .(1993).التحليل العلمي لمسابقات الميدان و المضمار .القاهرة :دار المعارف.
9. عادل عبد البصير علي .(1999).التدريب الرياضي و التكامل بين النظرية و التطبيق .مصر :مركز الكتاب للنشر .
10. عصام الوشاحي التدريب بالأثقال قوة و بطولة .«مصر :دار الجهاد للنشر و التوزيع.
11. كمال درويش -محمد صبحي حسنين .(1999). الجديد في التدريب الدائري .القاهرة :مركز الكتاب للنشر .
12. كمال عبد الحميد -محمد صبحي حنين .(1997). اللياقة البدنية و مكوناتها. القاهرة :دار الفكر العربي.

13. محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان .(1994).  
اختبارات الاداء الحركي. القاهرة :دار الفكر العربي.
14. محمد حسن علاوي .(1992). علم التدريب الرياضي .القاهرة :دار  
المعارف.
15. محمد صبحي حسنين .(1990). القياس و التقويم في التربية البدنية  
و الرياضية. القاهرة :دار الفكر العربي.
16. محمد علي الخطيب و آخرون.(1997). التدريب الرياضي-الإطالة  
العضلية. القاهرة :مركز الكتاب للنشر.
17. محمد عوض بسيوني -فيصل ياسين الشاطيء .(1992).  
نظرية و طرق التربية البدنية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجزائرية.
18. محمد نصر الدين رضوان-احمد المتولي منصور .(1999). تمرين  
للقوة العضلية و المرونة الحركية لجميع الأنشطة الرياضية .القاهرة :مركز  
الكتاب للنشر.
19. مروان عبد المجيد إبراهيم .(1999).الاختبارات و القياس و التقويم  
في التربية البدنية و الرياضية .القاهرة :دار الفكر .
20. مفتي ابراهيم حماد.(2001). التدريب الرياضي الحديث .القاهرة :دار  
الفكر العرب.
21. مفتي ابراهيم حماد.(1997). الجديد في الإعداد المهاري و الخططي  
للاعب كرة القدم .القاهرة :دار الفكر العربي.
22. مهند حسين و احمد ابراهيم.(2005). مبادئ التدريب الرياضي .  
عمان :دار وائل للنشر و التوزيع.
23. موفق أحسن محمود .(2009). اختبارات و التكتيك في كرة القدم .  
الأردن.

24. موفق مجيد المويللي (2000). الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم. عمان: دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع.
25. ناهد محمود سعد -نيليلي رمزي فهميم (2001). طرق تدريس التربية البدنية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
26. وجدي مصطفى الفتاح- محمد لطفي السيد (2002). الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و مدرب. دار الهدى للنشر و التوزيع .
27. وجيه محجوب و آخرون (2000). نظريات التعلم و التطور الحركي . بغداد: دار الكتب و الوثائق .
28. ابو العلا احمد عبد الفتاح-احمد نصر الدين سيد (2003). فيسيولوجية اللياقة البدنية. القاهرة: دار الفكر العربي ,  
المصادر والمراجع باللغة الأجنبية :

1. Abdel Malek El-Hebil. (2006). IAAF KIDS.
2. Björn Wangemann. (2002). IAAF KIDS.
3. Charles Gozzoli. (2002). FRANCE: IAAF KIDS.
4. Charles Gozzoli. IAAF. FRANCE: I.
5. Dieter Massin. (2002). GERMANY: IAAF KIDS.
6. Elio Locatelli. (2002). IAAF KIDS.
7. Jamel Simohamed . (2006). IAAF KIDS
8. bayer claude. (1996). «l'enseignement des jeux sportifs collectifs». paris: ed-vigot.
9. bernard. (1990). «préparation et entrainement du footballeur.» paris: ED.Amphore.
10. dornhooff.m.h. (1991). «l'éducation physique et sportive .». Alger: office des publication universitaire.
11. institut national du sport et l'éducation phisque. (1991). «spécial sport athlétisme N3.» . france : ED-INSEP.
12. legu-yader-j. (1990). «péparation physique du sportif .». france : édition chiron .
13. LEVESQUE-DANIEL. (1991). «l'entrainement dans les sports .» CANADA: laval Guy saint-jean-editeur INC.
14. robin robert (1976). «athlétisme-course-lancers-sauts.» . paris: amphora.
15. WEINECK-J(1997). «Manuel d'entrainement.» traduit par michel port man et robert handschul,. paris: ED-Vigo.



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس -مستغانم-

معهد التربية البدنية و الرياضية±

قسم : التربية البدنية و الرياضية

## استمارة استطلاع رأي المختصين حول ترشيح اختبارات البحث

يقوم الطالبان بدراسة تحت عنوان :

"أهمية التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال في تحسين بعض عناصر الاداء  
البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعالتي ( الوثب, العدو ) "

بحث تجريبي على تلاميذ التعليم المتوسط (12-13) سنة في متوسطة ولد قادة مصطفى

(عين تالوت / تلمسان )

وذلك ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص : علم الحركة وحركية الانسان و نظرا لما لسيادتكم  
من باع واسع و خبرة وفيرة في هذا المجال , نرجو منكم التفضل بابداء الرأي نحو أنسب الاختبارات التي  
تساهم في تحسين بعض عناصر الأداء البدني و الانجازات الرياضية في بعض فعاليات ( الوثب ,  
العدو) في التعليم المتوسط (12-13 سنة ) وذلك بترشيحها بالأرقام وفق الأهمية و الأولوية , وهذا في  
الجدول المرفق اسهاما منكم في اعانة الطالبان في انجاز دراستهما .

تحت اشراف :

من اعداد الطالبان :

\* أ.د/ بن سي قدور الحبيب

\*بوفير محمد

\*بن زرفة محمد

## ملخص البحث :

البحث يهدف الى استخدام استراتيجية التعلم باللعب في تعليم بعض أنشطة ألعاب القوى أطفال حسب الفئة العمرية (12\*13 سنة ) حيث ينتظر منه تحسين القدرات البدنية و الى جانب تحسين ذلك بعض الانجازات الرياضية كل من فعاليتي الوثب الطويل و السرعة كميدانيين أساسيين منصوص عليهما في منهاج الجيل الثاني الى جانب سيقترح الطالبان مجموعة من الوحدات التعليمية وفق اتجاهات جديدة لمنهاج التربية البدنية والرياضية (الجيل الثاني) .

**التساؤل العام :** هل التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعضعناصر الأداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعاليات (الوثب,العدو) في التعليم المتوسط (12-13 سنة) ؟

## التساؤلات الفرعية :

- هل التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعض عناصر الأداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعاليات الوثب ؟
- هل التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعض عناصر الأداء البدني والانجاز الرياضي في بعض فعاليات العدو ؟

## أهداف البحث :

**\*الهدف العام:** معرفة مدى أهمية التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال في تحسين بعض عناصر الأداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليات (الوثب,العدو) في التعليم المتوسط (12-13 سنة) .

## \* الأهداف الخاصة :



- معرفة مدى أهمية التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال في تحسين بعض عناصر الأداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليات الوثب .

- معرفة مدى أهمية التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال في تحسين بعض عناصر الأداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليات العدو .

### **\*الفرضيات :**

**\* الفرض العام :** التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعضعناصر الأداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليات (الوثب,العدو) في التعليم المتوسط (12-13 سنة)

### **\*الفرضيات الفرعية :**

- التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا فيتحسين بعض عناصر الأداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليات الوثب.

- التعليم باللعب باستخدام أنشطة ألعاب القوى أطفال يؤثر ايجابا في تحسين بعضعناصر الأداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليات العدو.

نوع الاختبار	اسم الاختبار	الترشيح	اضافات أو ملاحظات
القوة العضلية	- الجلوس من الرقود لمدة 30 ثانية .		
	- اختبار قوة القبضة .		
	- اختبار قوة عضلات الظهر .		
	- اختبار ثلاث وثبات متتالية أفقية .		
السرعة	- عدو 30 متر من بداية متحركة .		
	- عدو 45 متر (50 ياردة) .		
	- اختبار الجري في المكان لمدة 15 ثانية .		
	- عدو 20 متر من بداية متحركة .		
التحمل	- عدو 10 ثواني .		
	- جري 400 متر .		
	- جري 500 متر .		
	- جري مسافة 600 متر .		
	- جري مسافة 800 متر .		
الرشاقة	- جري 1200 متر .		
	- اختبار بارو .		
	- اختبار الجري اللولبي .		
	- اختبار الجري المكوكي (5*10 م) .		
المرونة	- اختبار الجري المتعرج .		
	- الجري المتعرج لفليشمان .		
	- ثني الجذع للأمام من الوقوف .		
	- ثني الجذع خلفا من الوقوف .		
	- ثني الجذع للأمام من الجلوس .		
الوثب	- دوران الجذع على الجانبين .		
	- اللمس السفلي و الجانبي .		
	- الوثب العمودي من الوقوف .		
العدو	- الوثب العريض من الوقوف .		
	- الوثب الثلاثي من الثبات .		
العدو	- جري 80 م (ثا) .		
	- جري 60 م (ثا) .		

الامضاء :

اسم الأستاذ :

الكفاءة الختامية: أن يتمكن المتعلم من ترشيد امكانياته للقيام بعمليات وادوار فرديا وجماعيا بارتياح

السنة الدراسية: 2016/2017

المذكرة رقم: (01)

الكفاءة القاعدية: أن يتمكن المتعلم من تجديد طاقته و التدخل الصائب لمواجهة الموقف

المتوسطة: ولد قادة مصطفى عين تالوت/ تلمسان

الهدف الإجرائي: أن يتمكن التلميذ من تقوية العضلات السفلية والذراعين وكذا مرونتها

وسائل الانجاز: ساحة المؤسسة- شواخص- ميقاتي- صفارة- صناديق

المراحل	الأهداف الإجرائية	وضعيّات التعلّم	المدة	معايير الإنجاز و النجاح
المرحلة التحضيرية	- أن يتهيأ التلميذ نفسيا للدرس - تحقيق بعض الجوانب التربوية - أن يتهيأ التلميذ فسيولوجيا و بدنيا لتلقي مختلف الواجبات الحركية المبرمجة ضمن الجزء الرئيسي للدرس	- مساعدة التلميذ على الإقبال للدرس بمرح - إكساب التلاميذ صفة الالتزام و الطاعة - شرح الهدف الإجرائي الرئيسي مع تحفيز التلاميذ لانجازه - جري جماعي بشدة منخفضة على محيط الملعب - تمارين المرونة المفصلية والمطاطية العضلية للجسم مع التركيز على الأطراف السفلى بشكل كبير - تمارين أبجديات الجري بحيث كل ينتهي بعدو لمسافة 10 م	05 د 10 د 05 د 05 د	- الانضباط و الهدوء - الحرص على تكرار التمرين مرتين - الحرص على التنفيذ الصحيح التمرين أو الحركة - التوازن أثناء أداء الحركة
المرحلة الأساسية	- أن يعي التلميذ بفاعلية مضمون القسم التطبيقي و ايجابياته - أن ينمي التلميذ القوى العضلية للأطراف السفلى مع الذراعين - أن ينمي التلميذ صفة المرونة العضلية	- تمارين تقوية عضلات الأطراف السفلى و الذراعين - تمارين التمطية و المرونة المفصلية - يقسم التلاميذ الى فرق حسب العدد، يجري كل تلميذ عبر مسلك يتراوح طول مسافة السباق حوالي 60م تقسم الى منطقة واحدة للعدو بدون عوائق والعدو المتعرج حيث يستخدم طوق بلاستيكي كعصى تتابع وعلى التلاميذ ان يبدؤوا السباق بالدرجة الامامية ويفوز الفريق الذي ينهي المسلك أولا.	30 د	- العمل الجدي - الحرص على إعطاء زمن كاف للتمديد و التمطية العضلية - تنفيذ تمارين المرونة بشكل صحيح - محاولة الحفاظ على الشاهد دون اسقاطه والجري بسرعة
المرحلة الختامية	- أن يتمكن التلميذ من تهدئة مختلف أجهزته الداخلية و العودة بها إلى مستواها الوظيفي الطبيعي	- الجري الاسترجاعي بشدة منخفضة لينتهي بالمشي - تمارين المرونة و التمطية العضلية - ارتباط التلميذ عاطفيا بالدرس - إصدار بعض الأحكام التقويمية	05 د	- توجيه التلاميذ لأهمية الراحة الاسترجاعية - التحفيز على بذل جهد اكبر في الحصة القادمة

الكفاءة الختامية: أن يتمكن المتعلم من ترشيد امكانياته للقيام بعمليات وادوار فرديا وجماعيا بارتياح

السنة الدراسية: 2017/2016

المذكرة رقم: (02)

الكفاءة القاعدية: أن يتمكن المتعلم من تجديد طاقته و التدخل الصائب لمواجهة الموقف

المتوسطة: ولد قادة مصطفى عين تالوت/ تلمسان

الهدف الإجرائي: أن يتمكن التلميذ من تحمل 400م براحة نشطة

وسائل الانجاز: ساحة المؤسسة- شواخص- ميقاتي- صفارة

المراحل	الأهداف الإجرائية	وضعيــــــــــــــــات التعلــــــــــــــــم	المدة	معايير الإنجاز و النجاح
المرحلة التحضيرية	- أن يتهيأ التلميذ نفسيا للدرس - تحقيق بعض الجوانب التربوية - أن يتهيأ التلميذ فسيولوجيا و بدنيا لتلقي مختلف الواجبات الحركية المبرمجة ضمن الجزء الرئيسي للدرس	- مساعدة التلميذ على الإقبال للدرس بمرح - إكساب التلاميذ صفة الالتزام و الطاعة - شرح الهدف الإجرائي الرئيسي مع تحفيز التلاميذ لانجازه - جري جماعي بشدة منخفضة على محيط الملعب - تمارين المرونة المفصلية والمطاطية العضلية للجسم مع التركيز على الأطراف السفلى بشكل كبير - تمارين أبجديات الجري بحيث كل ينتهي بعدو لمسافة 10 م	05 د 10 د 05 د 05 د	- الانضباط و الهدوء - الحرص على تكرار التمرين مرتين - الحرص على التنفيذ الصحيح التمرين أو الحركة - التوازن أثناء أداء الحركة
المرحلة الأساسية	- أن يعي التلميذ بفاعلية مضمون القسم التطبيقي و ايجابياته - أن ينمي التلميذ القوى العضلية للأطراف السفلى مع الذراعين - أن ينمي التلميذ صفة المرونة العضلية	- تكرار جري 400 م بمعدل ثلاث مرات مع الراحة بين التكرارات 3-4د - مراعاة نبض القلب أثناء الراحة البيئية أن لا يقل عن 110-120ن/د - الراحة تكون بتمارين التمطيط العضلي باستخدام الزميل أو على الأرض - تقسيم التلاميذ الى 4 أفواج كل فوجين متقابلين بحيث لكل فوج رمز معين اذ ينادي الاستاذ برمز ما وعند سماع الفوج المعني يقوم بالانطلاق ويلاحقه الفريق المقابل ويتم بتبادل الادوار	30 د	- العمل الجدي - نبض القلب أثناء الراحة البيئية أن لا يقل عن 110-120ن/د
المرحلة الختامية	- أن يتمكن التلميذ من تهدئة مختلف أجهزته الداخلية و العودة بها إلى مستواها الوظيفي الطبيعي	- الجري الاسترجاعي بشدة منخفضة لينتهي بالمشي - تمارين المرونة و التمطية العضلية - ارتباط التلميذ عاطفيا بالدرس - إصدار بعض الأحكام التقويمية	05 د	- توجيه التلاميذ لأهمية الراحة الاسترجاعية - التحفيز على بذل جهد اكبر في الحصة القادمة

الكفاءة الختامية: أن يتمكن المتعلم من ترشيد امكانياته للقيام بعمليات وادوار فرديا وجماعيا بارتياح

السنة الدراسية: 2016/2017

المذكرة رقم: (03)

الكفاءة القاعدية: أن يتمكن المتعلم من تجنيد طاقته و التدخل الصائب لمواجهة الموقف

المتوسطة: ولد قادة مصطفى عين تالوت/ تلمسان

الهدف الإجرائي: أن يتمكن التلميذ من التحكم في التوازن و اظهار قوته

وسائل الانجاز: ساحة المؤسسة- شواخص- ميقاتي- صفارة

المراحل	الأهداف الإجرائية	وضعيــــــــــــــــات التعلــــــــــــــــم	المدة	معايير الإنجاز و النجاح
المرحلة التحضيرية	- أن يتهيأ التلميذ نفسيا للدرس - تحقيق بعض الجوانب التربوية - أن يتهيأ التلميذ فسيولوجيا و بدنيا لتلقي مختلف الواجبات الحركية المبرمجة ضمن الجزء الرئيسي للدرس	- مساعدة التلميذ على الإقبال للدرس بمرح - إكساب التلاميذ صفة الالتزام و الطاعة - شرح الهدف الإجرائي الرئيسي مع تحفيز التلاميذ لانجازه - جري جماعي بشدة منخفضة على محيط الملعب - تمارين المرونة المفصلية و المطاطية العضلية للجسم مع التركيز على الأطراف السفلى بشكل كبير - تمارين أوجديات الجري بحيث كل ينتهي بعدو لمسافة 10 م	05 د 10 د 05 د 05 د	- الانضباط و الهدوء - الحرص على تكرار التمرين مرتين - الحرص على التنفيذ الصحيح التمرين أو الحركة - التوازن أثناء أداء الحركة
المرحلة الأساسية	- استعمال قوة الأطراف العلوية لدفع أي كتلة - إنتاج قوة دفع باستعمال الأطراف العلوية - العمل بالقاعدة كل كتلة تحتاج إلى قوة كي تدفع أو تصد أو تحمل - الحفاظ على التوازن - الاحساس بالمسؤولية و المنافسة	- العمل يكون ثنائي - كل تلميذ وراء زميله و يقوم بدفعه إلى العلامة المحددة من طرف الأستاذ و يقوم التلميذ الموجود في الأمام بمقاومته و الحيلولة دون وصوله للعلامة المحددة - العمل يكون ثنائي - كل تلميذ أمام زميله و يقوم بصد حركته و يحاول أن يوصله إلى العلامة المحددة بواسطة دفع بأطرافه العلوية - حمل الزميل و المشي إلى العلامة المحددة و تغيير الأدوار ثم حمل الزميل في المرة الثانية و المشي به إلى العلامة المحددة و الرجوع به إلى النقطة الأولى	30 د	- التعاون في العمل مع الزميل و تغيير الادوار - الدفع يكون على مستوى الظهر و بواسطة الذراعين - التركيز على عمل الاطراف العلوية و السفلية
المرحلة الختامية	- أن يتمكن التلميذ من تهدئة مختلف أجهزته الداخلية و العودة بها إلى مستواها الوظيفي الطبيعي	- الجري الاسترجاعي بشدة منخفضة لينتهي بالمشي - تمارين المرونة و التمطية العضلية - ارتباط التلميذ عاطفيا بالدرس - إصدار بعض الأحكام التقويمية	05 د	- توجيه التلاميذ لأهمية الراحة الاسترجاعية - التحفيز على بذل جهد اكبر في الحصة القادمة

الكفاءة الختامية: أن يتمكن المتعلم من ترشيد امكانياته للقيام بعمليات وادوار فرديا وجماعيا بارتياح

السنة الدراسية: 2016/2017

المذكرة رقم: (04)

الكفاءة القاعدية: أن يتمكن المتعلم من تجنيد طاقته و التدخل الصائب لمواجهة الموقف

المتوسطة: ولد قادة مصطفى عين تالوت/ تلمسان

الهدف الإجرائي: أن يتمكن التلميذ من تجنيد القوة الكاملة اثناء العدو

وسائل الانجاز: ساحة المؤسسة- شواخص- ميفاتي- صفارة

المراحل	الأهداف الإجرائية	وضعيــــــــــــــــات التعلــــــــــــــــم	المدة	معايير الإنجاز و النجاح
المرحلة التحضيرية	- أن يتهيأ التلميذ نفسيا للدرس - تحقيق بعض الجوانب التربوية - أن يتهيأ التلميذ فسيولوجيا و بدنيا لتلقي مختلف الواجبات الحركية المبرمجة ضمن الجزء الرئيسي للدرس	- مساعدة التلميذ على الإقبال للدرس بمرح - إكساب التلاميذ صفة الالتزام و الطاعة - شرح الهدف الإجرائي الرئيسي مع تحفيز التلاميذ لانجازه - جري جماعي بشدة منخفضة على محيط الملعب - تمارين المرونة المفصلية و المطاطية العضلية للجسم مع التركيز على الأطراف السفلى بشكل كبير - تمارين أوجديات الجري بحيث كل ينتهي بعدو لمسافة 10 م	05 د 10 د 05 د 05 د	- الانضباط و الهدوء - الحرص على تكرار التمرين مرتين - الحرص على التنفيذ الصحيح التمرين أو الحركة - التوازن أثناء أداء الحركة
المرحلة الأساسية	الحركة السريعة في مسار مستقيم ومعرفة أهمية الخطوة وسعتها -القفز في الحلقات -القيام بالحركة السريعة في مسار منحرف وادراك دور الارتكاز الجيد لعبة المطاردة تفعيل كل من قوة الرجلين ومرونة الجذع والسرعة في الاداء مع التركيز	- عمل بالأفواج - يقوم عناصر الفوج بتنقل بسرعة متوسطة عبر مسار مستقيم حيث يقوم العناصر بالتركيز على سعة الخطوة أثناء التنقل - يقوم عناصر الفوج بالتنقل بسرعة عبر مسار متعرج عند طريق المرور بين الأقماع و يحاول إنهاء المسار قبل إن يمسكه زميله و الذي يمسك يؤدي عقوبة من اختيار زميله - القيام بمنافسة بين الأفواج بحيث يقصى في كل مرة الخاسر من الفوج وإعادة المحاولات ثم حساب عناصر كل فوج الفائزين وإعطاء ترتيب الأفواج	30 د	- التركيز على وضع الخطوات - التنقل في خط مستقيم - اتباع المسار - تنظيم الحركة - فهم طريقة المنافسة - روح التنافس
المرحلة الختامية	- المشاركة في المناقشة و التقييم	- تقدم ملاحظات و فتح النقاش مع الأستاذ	05 د	- الالتزام بالهدوء و الانضباط - المناقشة و التقييم

الكفاءة الختامية: أن يتمكن المتعلم من ترشيد امكانياته للقيام بعمليات وادوار فرديا وجماعيا بارتياح

السنة الدراسية: 2016/2017

المذكرة رقم: (05)

الكفاءة القاعدية: أن يتمكن المتعلم من تجنيد طاقته و التدخل الصائب لمواجهة الموقف

المتوسطة: ولد قادة مصطفى عين تالوت/ تلمسان

الهدف الإجرائي: أن يتمكن التلميذ من التنسيق بين أساسيات السرعة حتى قطع مسافة جري محددة

وسائل الانجاز: ساحة المؤسسة- شواخص- ميقاتي- صفارة

المراحل	الأهداف الإجرائية	وضعيــــــــــــــــات التعلــــــــــــــــم	المدة	معايير الإنجاز و النجاح
المرحلة التحضيرية	- أن يتهيأ التلميذ نفسيا للدرس - تحقيق بعض الجوانب التربوية - أن يتهيأ التلميذ فسيولوجيا و بدنيا لتلقي مختلف الواجبات الحركية المبرمجة ضمن الجزء الرئيسي للدرس	- مساعدة التلميذ على الإقبال للدرس بمرح - إكساب التلاميذ صفة الالتزام و الطاعة - شرح الهدف الإجرائي الرئيسي مع تحفيز التلاميذ لانجازه - جري جماعي بشدة منخفضة على محيط الملعب - تمارين المرونة المفصلية و المطاطية العضلية للجسم مع التركيز على الأطراف السفلى بشكل كبير - تمارين أبجديات الجري بحيث كل ينتهي بعدو لمسافة 10 م	05 د 10 د 05 د 05 د	- الانضباط و الهدوء - الحرص على تكرار التمرين مرتين - الحرص على التنفيذ الصحيح التمرين أو الحركة - التوازن أثناء أداء الحركة
المرحلة الأساسية	- التنقل ضمن مسار مستقيم و الحفاظ على التوازن  - التنافس لمسافات متزايدة في حركة مستقيمة  - إجراء منافسة	- يقوم عناصر الفوج بالجري بشدة متوسطة في مسار مستقيم ثم القفز برجل واحدة فوق الأقماع التي تكون موزعة بشكل منظم ثم العودة عن طريق المشي وذلك للراحة وإعادة العمل بالرجل الأخرى ثم القفز بكلتي الرجلين - يقوم عناصر الفوج بالجري ضمن مسار مضاعف ذهاب و إياب و لمسافة متزايدة حيث يحافظ على اتجاه الحركة المستقيمة و التوجيه نحو الأقماع الموضوعية لمسافة 15م ثم العودة إلى نقطة البداية ثم قطع 25م العودة إلى نقطة البداية - إجراء منافسة بين الأفواج لمسافة 40م و تعيين أحسن الأفواج	30 د	- التوازن أثناء الحركة - العمل الجدي - إنهاء المسافة - التنافس ضد الخصم - إقصاء من يخرج عن الرواق
المرحلة الختامية	- المشاركة في المناقشة و التقييم	- تقدم ملاحظات و فتح النقاش مع الأستاذ	05 د	- الالتزام بالهدوء و الانضباط - المناقشة و التقييم

الكفاءة الختامية: ان يتمكن المتعلم من ترشيد امكانياته للقيام بعمليات وادوار فرديا وجماعيا بارتياح

السنة الدراسية: 2016/2017

المذكرة رقم: (06)

الكفاءة القاعدية: أن يتمكن المتعلم من تجنيد طاقته و التدخل الصائب لمواجهة الموقف

المتوسطة: ولد قادة مصطفى عين تالموت/ تلمسان

الهدف الإجرائي: ان يتمكن التلميذ من تنمية واحترام الندرج بين العدو والوثب

وسائل الانجاز: ساحة المؤسسة- شواخص- ميقاتي- صفارة

المراحل	الأهداف الإجرائية	وضعيــــــــــــــــات التعلــــــــــــــــم	المدة	معايير الإنجاز و النجاح
المرحلة التحضيرية	- القيام بالتحضير البدني و النفسي لبداية النشاط - لعبة الأرقام و الوضعيات	- كل فوج في منطقته - يقوم التلاميذ بالحركة البسيطة و الحرة في كل الاتجاهات داخل الساحة و عند سماع رقم أو وضعية معينة مثل : جلوس- وقوف- للأمام -للوراء- قف- 2-3 يقوم التلاميذ الانجاز بسرعة	05 د 10 د 05 د 05 د	- الانتباه -التصور المسبق - السرعة في الانجاز
المرحلة الأساسية	- إدراك أهمية رجل الارتقاء و الاندفاع نحو الارتقاء - الربط بين السرعة و الطيران و السقوط - دفع الجسم للأمام و السقوط الآمن	القيام بالجري داخل الرواق الخاص بمكان الوثب مع البحث عن رجل الاندفاع المناسبة للوثب و توجيه قوة الدفع إلى الأمام مع المحافظة على السقوط الجيد - كل تلميذ يختار مكان الانطلاق المناسب لسرعته و استعمال السرعة المتزايدة للتحضير للوثب داخل حوض الرمل و سقوط بكلي الرجلين مع تقديم الذراعين للأمام - منافسة بين الأفواج	30 د	- البحث عن مكان الانطلاق المناسب - التدرج في اداء التمارين - ضبط مسافة القفز - السقوط بكلي الرجلين
المرحلة الختامية	- مناقشة و تقييم	- جمع التلاميذ و مناقشتهم حول الحصة - فتح مجال المناقشة	05 د	البحث على تحسين النتيجة - توجيه التلاميذ لأهمية التقييم الفردي



الكفاءة الختامية: ان يتمكن المتعلم من ترشيد امكانياته للقيام بعمليات وادوار فرديا وجماعيا بارتياح

السنة الدراسية: 2016/2017

المذكرة رقم: (07)

الكفاءة القاعدية: أن يتمكن المتعلم من تجنيد طاقته و التدخل الصائب لمواجهة الموقف

المتوسطة: ولد قادة مصطفى عين تالوت/ تلمسان

الهدف الإجرائي: ان يتمكن التلميذ من التنسيق بين اساسيات الوثب

وسائل الانجاز: ساحة المؤسسة- شواخص- ميقاتي- صفارة-حوض الرمل- شريط متري

المراحل	الأهداف الإجرائية	وضعيــــــــــــــــات التعلــــــــــــــــم	المدة	معايير الإنجاز و النجاح
المرحلة التحضيرية	- القيام بالتحضير البدني و النفسي لبداية النشاط - لعبة الأرقام و الوضعيات	- كل فوج في منطقته - يقوم التلاميذ بالحركة البسيطة و الحرة في كل الاتجاهات داخل الساحة و عند سماع رقم أو وضعية معينة مثل: جلوس- وقوف - للأمام- للوراء- قف 2-3 يقوم التلاميذ بانجازها بسرعة	05 د 10 د 05 د 05 د	- فهم قواعد اللعبة - السرعة في الانجاز - الانتباه - التصور المسبق
المرحلة الأساسية	- إدراك أهمية رجل الارتقاء و الاندفاع نحو الارتقاء - الربط بين السرعة و الطيران و السقوط - دفع الجسم للأمام و السقوط الآمن	- القيام بالجري داخل الرواق الخاص بمكان الوثب مع البحث عن رجل الاندفاع المناسب للوثب و توجيه قوة الدفع إلى الأمام مع المحافظة على السقوط الجيد - كل تلميذ يختار مكان الانطلاق المناسب لسرته و استعمال السرعة المتزايدة للتحضير للوثب داخل حوض الرمل و السقوط بكلي الرجلين مع تقديم الذراعين للأمام - منافسة بين الأفواج	30 د	- البحث عن مكان الانطلاق المناسب - التدرج في أداء التمارين - ضبط مسافة القفز - السقوط بكليتي الرجلين و الخروج إلى الأمام
المرحلة الختامية	- مناقشة و تقييم	- جمع التلاميذ و مناقشتهم حول الحصاة - فتح مجال المناقشة	05 د	- البحث على تحسين النتيجة - توجيه التلاميذ - تقييم فردي

الكفاءة الختامية: أن يتمكن المتعلم من ترشيد امكانياته للقيام بعمليات وادوار فرديا وجماعيا بارتياح

السنة الدراسية: 2016/2017

المذكرة رقم: (08)

الكفاءة القاعدية: أن يتمكن المتعلم من تجديد طاقته و التدخل الصائب لمواجهة الموقف

المتوسطة: ولد قادة مصطفى عين تالوت/ تلمسان

الهدف الإجرائي: أن يتعاون التلميذ مع فريقه وثبة القرفصاء للأمام ووثب المربعات المتقاطعة

وسائل الانجاز: ساحة المؤسسة- شواخص- ميفاتي- صفارة- احبال- بالون حوض الرمل- شريط متري

المراحل	الأهداف الإجرائية	وضعيات التعلم	المدة	معايير الإنجاز و النجاح
المرحلة التحضيرية	- القيام بالتحضير البدني و النفسي لبداية النشاط - لعبة الأرقام و الوضعيات	- جري حول الملعب - تمارين احماء عامة و خاصة للمفاصل و العضلات - ادراج لعبة جماعية	05 د 10 د 05 د 05 د	- فهم قواعد اللعبة - السرعة في الانجاز - الانتباه - التصور المسبق
المرحلة الأساسية	- إدراك أهمية رجل الارتقاء و الاندفاع نحو الارتقاء - الربط بين السرعة و الطيران و السقوط - دفع الجسم للأمام و السقوط الآمن - التنسيق بين العين و الحركة - ديناميكية المنافسة	1- يقف اللاعبون على خط البداية ثم يؤدون وثبة الضفدع الواحد تلو الآخر حيث يقف لاعب الاول عند خط البداية ثم يثني الركبتين كاملا ثم يثب للأمام لابعدها ما يمكن و يهبط على كلتا القدمين و يقوم المساعد بتحديد نقطة الهبوط الاقرب لخط البداية و بالنسبة للاعب الثاني فيقف عند نقطة هبوط زميله الاول ليبدأ الوثب للأمام ثم يبدأ اللاعب الثالث من نقطة هبوط اللاعب الثاني وهكذا. وتنتهي المسابقة حين يكمل اخر لاعب في الفريق وثبته و تحدد نقطة هبوطه 2- ومن وضع الوقوف في المربع الاوسط يقفز التلميذ للأمام ثم للخلف للمربع الاوسط ثم للمربع الايمن ثم العودة الى المربع الاوسط ثم لليسار ثم العودة للمربع الاوسط ثم الوثب للخلف ثم العودة للمربع الاوسط حتى النهاية وحسب قدرته وتسجل النتائج ويحدد التلميذ الذي حقق اكبر قدر من الوثبات .	30 د	- البحث عن مكان الانطلاق المناسب - التدرج في أداء التمارين - ضبط مسافة القفز - السقوط بكلتي الرجلين و الخروج إلى الأمام - الحفاظ على التوازن و التركيز الجيد
المرحلة الختامية	- مناقشة و تقييم	- جمع التلاميذ و مناقشتهم حول الحصة - فتح مجال المناقشة	05 د	- البحث على تحسين النتيجة - توجيه التلاميذ - تقييم فردي

جاءت هذه الدراسة تحت عنوان أهمية التعلم باللعب لاستخدام أنشطة العاب القوى اطفال في تحسين بعض الاداء البدني و النجاز الرياضي في بعض فعاليتي (الوثب,العدو) لدى تلاميذ (12-13) سنة بحيث تمحورت اهداف هذا البحث في اقتراح وحدات تعليمية باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال لتحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي لدى التلاميذ كما تم افتراض التعلم باللعب باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال لها اثر ايجابي في تحسين بعض عناصر الاداء البدني و الانجاز الرياضي في بعض فعاليتي (الوثب, العدو) للتلاميذ (12-13) سنة .

حيث تمثلت عينة البحث في 30 تلميذ مختارين عشوائيا مقسمين الى عينتين 15 تلميذ عينة ضابطة و 15 تلميذ عينة تجريبية, و اعتمدنا في بحثنا على التجربة الاستطلاعية من اجل سيكومترية الاداء لصدق و ثبات الاختبارات, و اعتمدنا كذلك على مقابلة شخصية مع مفتشي التربية البدنية و الرياضية لمعرفة الواقع التدريسي في متوسطات و مدى تطبيق البرامج التدريسية, كما تم الاستنتاج بان الوحدات التعليمية المقترحة باستخدام أنشطة العاب القوى اطفال باللعب المطبق على العينة التجريبية اثرت ايجابيا لتحسين بعض العناصر الاداء البدني للانجاز الرياضي لدى التلاميذ, وفي الاخير نقترح ادراج مشروع العاب القوى للاطفال في منهاج التربية البدنية و الرياضية و استخدامها خلال الحصة التربية البدنية و الرياضية حسب المرحلة العمرية و الاهداف الاجرائية.

المراحل	الأهداف الإجرائية	وضعيّات التعلّم	المدة	معايير الإنجاز و النجاح
---------	-------------------	-----------------	-------	-------------------------

**المذكرة رقم: (09)**

**السنة الدراسية:** 2016/2017

**المتوسطة:** ولد قادة مصطفى عين تالموت/ تلمسان

**وسائل الانجاز:** ساحة المؤسسة- شواخص- ميقاتي- صفارة-احبال- بالون حوض الرمل- شريط متري

**الكفاءة الختامية:** ان يتمكن المتعلم من ترشيد امكانياته للقيام بعمليات وادوار فرديا وجماعيا بارتياح

**الكفاءة القاعدية:** أن يتمكن المنتعلم من تجنيد طاقته و التدخل الصائب لمواجهة الموقف

**الهدف الإجرائي:** ان يشارك التلميذ فريقه الجري فوق وخلال السلم والعودة في أقل وقت ممكن

<ul style="list-style-type: none"> <li>- فهم قواعد اللعبة</li> <li>- السرعة في الانجاز</li> <li>- الانتباه</li> <li>- التصور المسبق</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>05 د</li> <li>10 د</li> <li>05 د</li> <li>05 د</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- جري حول الملعب</li> <li>- تمارين احماء عامة و خاصة للمفاصل و العضلات</li> <li>- ادراج لعبة جماعية</li> <li>- كل فوج في منطقته</li> <li>- يقوم التلاميذ بالحركة البسيطة و الحرة في كل الاتجاهات داخل الساحة و عند سماع رقم أو وضعية معينة مثل: جلوس- وقوف - للأمام- للوراء- قف 2-3 يقوم التلاميذ بانجازها بسرعة</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- القيام بالتحضير البدني و النفسي لبداية النشاط</li> <li>- لعبة الأرقام و الوضعيات</li> </ul>	<p><b>المرحلة التحضيرية</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- البحث عن مكان الانطلاق المناسب</li> <li>- التدرج في أداء التمارين</li> <li>- ضبط مسافة القفز</li> <li>-احترام المسافات المعطاة</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>30 د</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- تقسيم التلاميذ الى ثلاثة افواج لكل فوج رواق خاص به حيث يكون كل رواق يحوي على علامات افقية ومسافات مناسبة وعند الاشارة ينطلق التلميذ الاول من كل فوج و يقوم بالجري لمسافات فوق عوارض للسلم على الارض محددة لخطوات مختلفة الطول وعند وصول التلميذ لخط النهاية ينطلق التلميذ الاخر وهكذا.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-الاحساس بالمسؤولية</li> <li>- ضبط خطوات الجري مع التحكم فيها</li> <li>- القدرة على التسيير و التنظيم .</li> <li>- ديناميكية المنافسة</li> </ul>	<p><b>المرحلة الأساسية</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- البحث على تحسين النتيجة</li> <li>- توجيه التلاميذ</li> <li>- تقييم فردي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>05 د</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- جمع التلاميذ و مناقشتهم حول الحصة</li> <li>- فتح مجال المناقشة</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشة</li> </ul>	<p><b>المرحلة الختامية</b></p>





المراحل	الأهداف الإجرائية	وضعيّات التعلّم	المدة	معايير الإنجاز و النجاح
---------	-------------------	-----------------	-------	-------------------------

**المذكرة رقم: (10)**

**السنة الدراسية: 2016/2017**

**المتوسطة: ولد قادة مصطفى عين تالوت/ تلمسان**

**وسائل الانجاز: ساحة المؤسسة- شواخص- ميقاتي- صفارة- احبال- بالون حوض الرمل- شريط متري**

**الكفاءة الختامية: ان يتمكن المتعلم من ترشيد امكانياته للقيام بعمليات وادوار فرديا وجماعيا بارتياح**

**الكفاءة القاعدية: أن يتمكن المتعلم من تجنيد طاقته و التدخل الصائب لمواجهة الموقف**

**اهداف الإجرائي: أن يشارك التلميذ فريقه الجري فوق عوائق منخفضة وبشكل مائل**



<p>- فهم قواعد اللعبة</p> <p>- السرعة في الانجاز</p> <p>- الانتباه</p> <p>- التصور المسبق</p>	<p>05 د</p> <p>10 د</p> <p>05 د</p> <p>05 د</p>	<p>- جري حول الملعب</p> <p>- تمارين احماء عامة و خاصة للمفاصل و العضلات</p> <p>- ادراج لعبة جماعية</p> <p>- كل فوج في منطقته</p> <p>- يقوم التلاميذ بالحركة البسيطة و الحرة في كل الاتجاهات داخل الساحة و عند سماع رقم أو وضعية معينة مثل: جلوس- وقوف - للأمام- للوراء- قف 2-3 يقوم التلاميذ بانجازها بسرعة</p>	<p>- القيام بالتحضير البدني و النفسي لبداية النشاط</p> <p>- لعبة الأرقام و الوضعيات</p>	<p><b>المرحلة التحضيرية</b></p>
<p>- البحث عن مكان الانطلاق المناسب</p> <p>- التدرج في أداء التمارين</p> <p>- محاولة الشعور بايقاع الطبل دون تفكير</p> <p>متابعة العدو عقب الحواجز</p>	<p>30 د</p>	<p>1-ترتيب التلاميذ بالادوار عند الاشارة يجري التلميذ مسافة 30م بعد تحديد الاستاذ الاقاع المناسب و تنويع الأصوات و على التلميذ ان يجري محاولا ضبط الارتقاءات مع ايقاع القرع .</p> <p>2-تنظيم التلاميذ بشكل قاطرة و عند الاشارة ينطلق التلميذ الاول من خلال مسار مائل يقوم بتخطي عوائق منخفضة من الجانبين ( الايمن/الايسر) بخطوات متوسطة واثناء الهبوط بعد اجتياز العائق يتم الهبوط بكلتا القدمين .</p>	<p>- الاحساس بالمسؤولية</p> <p>- تعلم ضبط ايقاع الجري</p> <p>- التنسيق الجري و القفز فوق الحواجز - القدرة على التسيير و التنظيم</p>	<p><b>المرحلة الأساسية</b></p>
<p>- البحث على تحسين النتيجة</p> <p>- توجيه التلاميذ</p> <p>- تقييم فردي</p>	<p>05 د</p>	<p>- جمع التلاميذ و مناقشتهم حول الحصاة</p> <p>- فتح مجال المناقشة</p>	<p>- مناقشة و تقييم</p>	<p><b>المرحلة الختامية</b></p>



جري 60 متر		الوثب العريض من الوقوف		ثني الجذع للامام من الوقوف		الجري المتعرج لفليشمان		جري 400 متر		عدو 20 متر من بداية متحركة		وثب الخماسي (م)		الوزن	الطول	السن	الاسم واللقب	الرقم
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي					
10,25	10,3	1,8	1,6	5	5	9	9,09	110,17	105,33	4,4	4,43	9	8,5	40	1.40	13	فريحي ايوب	1
10,7	10,68	1,1	1,2	5	4	11,55	11,51	126,4	126,46	4,65	4,62	8,9	8,6	39	1.40	12	ضرفات اسامة	2
9,6	9,51	2	1,9	4	4	9,35	9,41	110,2	112,77	4,1	4,02	9,9	9	40	1.45	14	صماش حسين	3
10,8	10,83	1,5	1,6	6	7	9,9	9,84	115,3	107,52	4,48	4,43	8,5	8,2	37	1.42	13	بن حجلة كمال	4
10,8	11,61	1,5	1,3	4	5	10	10,11	105,12	107,35	4,36	4,39	10	10	41	1.55	13	بلجريوات محمد	5
10,7	10,67	1,3	1,4	7	7	11,2	11,04	135,75	138,62	4,3	4,39	9,8	9	40	1.42	12	مسوس زكرياء	6
10,2	10,05	1,8	1,7	8	8	10,4	10,51	105,7	113,39	4	3,99	8	9,2	35	1.41	12	بونسلط عادل	7
8,75	8,62	2,3	2,2	10	12	10	10,06	100,15	95,87	3,4	3,49	10,9	10,2	38	1.56	13	بلفضل عادل	8
10,09	10,03	2,2	2	10	11	8,95	8,98	110,36	106,46	4	4,45	9,2	8,2	40	1.65	13	صويلحات حسام	9
10	10,03	1,8	2	8	9	9	9,06	105,46	102,39	4,5	4,45	8,8	8,5	43	1.56	13	دراوي سمير	10

جدول يوضح نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للعيينة الاستطلاعية

جري 60 متر		الوثب العريض من الوقوف		ثني الجذع للامام من الوقوف		الجري المتعرج لقليشمان		جري 400 متر		عدو 20 متر من بداية متحركة		وثب الخماسي(م)		الوزن	الطول	السن	الاسم واللقب	الرقم
البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي	القبلي					
10,3	10,25	1,6	1,5	5	6	9	9,05	120,18	115,2	4,5	4,4	8,9	8,5	40	1.45	12	قادري مروان	1
10,55	10,6	1,8	1,7	4	4	11,5	11,45	125,2	120,35	4,56	4,52	9	8,6	42	1.50	13	حمداوي عمر	2
9,6	9,55	1,5	1,3	4	5	9,4	9,37	113,48	115,3	4,05	4	10,1	9	45	1.52	12	حمداني عمر	3
10,75	10,8	1,1	1,2	5	5	9,7	9,78	110,5	108,1	4,4	4,43	8,6	8,2	50	1.55	12	عياد محمد	4
11,6	11,6	1,4	1,3	6	7	10	10,1	125,71	123,51	4,32	4,35	10,4	10	48	1.60	13	خليفة امين	5
10,1	10,05	1,7	1,9	5	6	11,15	11,05	108,89	110,61	4,5	4,6	9,7	9	50	1.48	13	لواتي عبد اللطيف	6
10,4	10,67	1,8	2	7	7	10,6	10,55	115,2	108,8	4,4	4,39	8,5	9,2	52	1.55	12	عبصاري رضا	7
10,25	10,2	1,3	1,4	6	7	10,15	10,03	120,63	115,91	4,2	4	10	10,2	57	1.62	13	حمر العين محمد	8
10,07	10,03	1,3	1,5	4	5	10,09	10	105,28	109,85	4	4,05	8,4	8,2	48	1.55	13	بلعبو مصطفى	9
8,9	8,69	1,8	1,9	4	4	8,95	8,9	120,2	110,73	3,8	3,5	9	8,5	44	1.60	12	فريحي العربي	10
9,6	9,75	2	2	6	8	9,1	9	110,8	105,78	4,02	3,99	7,9	8	40	1.45	13	صالح زواوي	11
9,95	10,01	1,9	1,9	6	7	9	8,97	126,9	110,59	3,98	4	9,1	9	60	1.65	12	عبد اللاوي عماد	12
9,8	10	1,55	1,75	7	8	10	10,15	130,95	120,43	4,2	4,15	8,6	8,5	52	1.50	12	فراح بومدين	13
10	9,95	1,4	1,6	6	5	10,05	10,13	120,72	112,63	4,52	4,45	8,5	8,3	50	1.48	13	سيفي موقف	14
9,9	9,78	1,5	1,3	5	4	10	10,01	118,1	127,33	4,05	4,09	9,9	9,7	47	1.45	13	طبيي قدور	15

جدول يوضح نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للعينة الظابطة

جري 60 متر		الوثب العريض من الوقوف		ثني الجذع للامام من الوقوف		الجري المتعرج لفيشمان		جري 400 متر		عدو 20 متر من بداية متحركة		وثب الخماسي(م)		الوزن	الطول	السن	الاسم واللقب	الرقم
البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	البعدي	القبلي					
9,88	10,25	1,8	1,6	8	5	8,87	9,05	100,15	105,1	4,2	4,4	9,8	9	45	1.50	13	مسلم وليد	1
9,91	10,6	1,7	1,5	7	6	10,35	10,7	117,9	120,3	3,45	3,49	10,2	9,5	40	1.45	13	هواري جواد	2
9,1	9,45	1,8	1,9	5	4	9,04	9	105,7	110,12	3,95	4,35	10,3	8	47	1.42	12	بن حميدة ياسين	3
10,19	10,8	1,4	1,6	6	7	9,6	10,4	100,5	108,51	4,21	4,5	9,5	10	45	1.48	12	دروقي بن عتو	4
11,1	11,6	1,6	1,3	7	5	9,71	11,06	102,36	97,81	4,27	4,28	10,7	9,1	47	1.45	13	عرجاني كريم	5
9,87	10,65	1,9	1,7	6	5	8,7	8,95	100,6	100,72	3,7	3,75	9,9	9	50	1.50	12	طبيبي بلال	6
10,01	10	1,8	1,2	8	8	9,93	10	117,45	115,83	3,5	3,9	9	8	48	1.45	13	فريحي علاء	7
8,7	8,7	1,7	1,6	7	6	10,04	10,8	115,83	120,9	4	4,02	10,4	8,3	50	1.48	12	حمر العين اليباس	8
9,75	9,9	1,5	1,3	8	7	9,3	9,45	120,18	135,8	4,18	4,5	9,7	9,2	45	1.50	13	مولاي ايمن	9
8,72	9,35	2	2,2	10	10	9,25	10,27	98,71	98,1	4,3	4,4	10	10,1	46	1.55	12	بشيربي عبد الكريم	10
9,25	9,5	2,2	2,2	9	10	8,92	9,42	100,81	107,17	4,11	4,45	8,2	8	52	1.60	13	عبد السلام محمد	11
9,64	10,2	2	1,9	8	9	8,67	9,05	102,6	110,19	3,89	4,02	9,8	8,2	50	1.57	12	صبور عادل	12
9,45	9,38	2	1,8	8	7	9,84	10,15	100,5	105,76	3,75	3,9	9	8,5	57	1.65	13	عيسى اسامة	13
9,54	9,75	1,8	1,7	7	6	9,18	9,4	109,19	108,53	3,79	3,75	8,9	8	55	1.62	12	غزال محمد	14
9,87	10,12	1,7	1,5	8	5	8,92	9	109,1	114,81	4	3,99	10,2	7,8	48	1.48	13	مسلم عماد	15

## جدول يوضح نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للعينة التجريبية