



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



جامعة عبد الحميد بن باديس  
معهد التربية البدنية والرياضية  
قسم التربية البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية

بعنوان :

تأثير الوحدات التعليمية المقترحة على تعلم بعض المهارات الأساسية في  
الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط. { 13-15 سنة }.

بحث تجريبي أجري على تلاميذ متوسطة يحيايوي الجيلالي بمعسكر.

تحت إشراف:

د/ جغدم بن ذهيبة.

لجنة المناقشة:

رئيس اللجنة: د.دحون عمري.

عضو اللجنة: د.بن صابر محمد .

إعداد الطالبان:

- مداح يوسف.

- مولاي عربي يوسف.

السنة الجامعية: 2017/2018

# الإهداء

إلى من حملتني الشهور وغذتني الطهور وعودتني السرور، إلى من قامت الليالي  
وسالت دمعة في حزني

أسأل الرب العالي أن يحفظها و يرهاها لي .....

أمي الغالية

إلى الذي سعى إلى إسعادي وسهر علي وتعب من أجل تنوير طريقي و بناء  
مستقبلي ..... ربي أحفظه لي .....أبي العزيز

إلى الأستاذ المشرف د. جعدم بن ذهيبية

إلى كل من مد لي يد العون... الزملاء... الاخوة...الأقارب

إلى كل طلبة معهد التربية البدنية دفعة 2018 / 2017

# شكر و تقدير

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات وبرحمته تنزل البركات

و الصلاة و السلام على خير الأنام محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم .

قال رسول الله ( ص ) : " من اصطنع إليكم معروفا فجازوه فإن عجزتم عن

مجازاته فدعوا له حتى تعلموا أنكم قد شكرتم فإن الشاكر يحب الشاكرين "

يسعني في هذا المقام إلى أن نتقدم بوسع الشكر و التقدير

إلى أستاذنا الكريم " جعدم بن ذهيبة "

الذي قدم لنا الكثير و لم يبخل علينا بالكم الهائل من المعارف و توجيهاته

التي أنارت لنا طريقنا نحو إتمام بحثنا.

ولا ننسى أن نتقدم بجزيل الشكر و عظيم التقدير

إلى كل أساتذتنا الذين درسونا بمعهد التربية البدنية و الرياضية .

ألف شكر

## ملخص الدراسة :

تأثير الوحدات التعليمية المقترحة على تعلم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط (13-15 سنة).

نهـدف من هذه الدراسة إلى معرفة تأثير الوحدات التعليمية المقترحة على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط حيث قمنا بطرح الإشكال التالي هل لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط؟ وللإجابة على هذا التساؤل المطروح وضعنا الفرضية العامة التي تنص على أن لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على تعلم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط، و تم اختيار العينة عشوائيا و بلغت 42 تلميذ بنسبة 48% بالنسبة للمجتمع الأصلي، و استخدم الطالبان المنهج التجريبي حيث قمنا باستخدام ثلاث اختبارات لقياس بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة (مهارة الإرسال من الأسفل، الاستقبال، الإعداد) و ذلك بعد الاستشارة و المصادقة عليها من طرف المحكمين، و كان أهم إستنتاج هو أن الوحدات التعليمية المقترحة تساعد على تعلم المهارات الثلاث المدروسة ، بينما كان أهم اقتراح هو الاستفادة من الوحدات التعليمية المقترحة لتعليم المهارات الأساسية للكرة الطائرة عند الفئة العمرية (13-15 سنة).

الكلمات المفتاحية: الوحدات التعليمية المقترحة - المهارات الأساسية للكرة الطائرة - الفئة العمرية (13-15 سنة).

## **Résumé d'étude :**

L'influence de l'emploi des unités pédagogiques proposées dans l'enseignement quelques compétences essentielles du volley-ball chez les élèves dans l'enseignement moyen (13-15 ans).

Le but de cette étude est de connaître l'influence de l'utilisation des unités pédagogiques proposées, pour connaître quelques compétences essentielles du volley-ball chez les élèves du cycle moyen et on pose la problématique suivante "est-ce que l'emploi des unités pédagogiques proposées a influé sur l'enseignement quelques compétences essentielles du volley-ball chez des élèves du cycle moyen ?"

En ce qui concerne l'échantillon de 42 élèves En ce qui concerne les moyens utilisés dans l'étude sur le terrain de la méthode expérimentale on a utilisé trois tests pour mesurer les compétences essentielles du volley-ball (service du bas-la réception-la passe) et tout cela après la consultation et l'approbation de la part des arbitres et la plus importante conclusion c'est que les unités pédagogiques proposées aideraient à améliorer le niveau des trois compétences étudiées et la proposition la plus importante était que le profit des unités pédagogiques proposées pour améliorer les compétences essentielles du volley-ball chez les élèves (13-15 ans) et on propose une augmentation du temps réservé aux séances de pédagogie sportive.

**Les mots clé :** des unités pédagogiques - des compétences essentielles du volley-ball - les élèves (13-15 ans).

## **Summary of the study:**

The effect of using pedagogic units suggested learning of the basic skills of volleyball on the middle school pupils.

The aim of this study was to know the effect of the use of pedagogic units suggested on the middle school pupils' learning of the basic skills of volleyball. We've asked the following question:

Does the pedagogic units suggested have an effect on the pupils' learning of the basic skills of volleyball?

To answer this question, we put the general hypothesis which says that pedagogic units suggested has an effect on the middle school pupils' learning of the basic skills of volleyball. The sample was selected at random and covered 42 pupils between, We used the experimental method where we chose three tests to measure basic volleyball skills (Send from below, the reception, the preparation) After consultation and approval by arbitrators, the most important conclusion was that pedagogic units suggested helps pupils in developing their skills. So the most important suggestion is to make use of pedagogic units suggested in learning some basic skills of volleyball at the ages of 13 and 15.

Key words: pedagogic units suggested – basic volleyball skills – adolescence.

## قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
43	يمثل عينة و مجتمع البحث	01
49	يمثل معامل الثبات و الصدق	02
50	يوضح قبول المحكمين للاختبارات المقترحة	03
53	يمثل الأهداف التعليمية المطبقة في البرنامج	04
56	يوضح نتائج قياسات للسن و الطول و الوزن لعينتي البحث الضابطة و التجريبية.	05
57	يوضح نتائج للاختبارات القبلية لعينتي البحث الضابطة و التجريبية.	06
59	يوضح المقارنة بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لعينتي البحث لاختبار الإرسال من الأسفل.	07
61	يوضح المقارنة بين نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لعينتي البحث لاختبار الاستقبال.	08
63	يوضح المقارنة بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لعينتي البحث لاختبار الإعداد	09

## قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
57	يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية للسن و الطول و الوزن بين العينتين.	01
58	يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلية بين العينتين.	02
60	يبين المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الإرسال من الأسفل	03
62	يبين المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الاستقبال	04
64	يبين المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الإعداد.	05

## قائمة المحتويات

الصفحة	المحتوى
أ	الإهداء
ب	الشكر
ج	الملخص
د	قائمة الجداول
هـ	قائمة الأشكال
و	قائمة المحتويات
	<b>التعريف بالبحث</b>
01	1- مقدمة
03	2- مشكلة البحث
04	3- أهداف
04	4- الفرضيات
05	5- أهمية البحث
05	6- مصطلحات البحث
07	7- الدراسات المشابهة
	<b>الباب الأول: الدراسة النظرية</b>
12	تمهيد الباب
	<b>الفصل الأول: التربية البدنية و الرياضية</b>
14	تمهيد
14	1-1 التربية العامة
14	1-1-1 مفهوم التربية العامة
14	1-1-2 أهداف التربية العامة
15	1-1-3 مجالات التربية العامة
16	2-1 التربية البدنية و الرياضية
16	1-2-1 مفهوم التربية البدنية الرياضية
16	1-2-2 أهداف التربية البدنية و الرياضية
19	1-2-3 علاقة التربية البدنية و الرياضية بالتربية العامة
19	1-2-4 التربية البدنية و الرياضية في الجزائر

## قائمة المحتويات

21	3-1 درس التربية البدنية و الرياضية
21	1-3-1 مفهوم درس التربية البدنية و الرياضية
21	2-3-1 أقسام درس التربية البدنية و الرياضية
23	3-3-1 واجبات درس التربية البدنية و الرياضية
24	4-3-1 أهداف التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم المتوسط
24	5-3-1 استمرارية درس التربية البدنية و الرياضية
25	خلاصة
	<b>الفصل الثاني: كرة الطائرة و خصائص المرحلة العمرية</b>
27	تمهيد
27	1-2 كرة الطائرة
27	1-1-2 تعريف الكرة الطائرة
27	2-1-2 مميزات و خصائص كرة الطائرة
28	3-1-2 أهم قوانين الكرة الطائرة
28	4-1-2 المهارات الأساسية لكرة الطائرة
32	2-2 المرحلة العمرية 13-15 سنة
32	1-2-2 تعريف المراهقة
32	2-2-2 مراحل المراهقة
34	3-2-2 أشكال المرحلة العمرية 13-15 سنة
35	4-2-2 خصائص المرحلة العمرية 13-15 سنة
36	5-2-2 مشاكل المرحلة العمرية 13-15 سنة
37	6-2-2 حاجات المرحلة العمرية 13-15 سنة
38	خلاصة
39	خاتمة الباب
	<b>الباب الثاني: دراسة ميدانية</b>
41	تمهيد الباب
	<b>الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية</b>
43	تمهيد

## قائمة المحتويات

43	1-1 منهج البحث
43	2-1 مجتمع و عينة البحث
43	3-1 متغيرات البحث
43	4-1 مجالات البحث
46	5-1 أدوات البحث
47	6-1 الدراسات الإحصائية
48	7-1 الأسس العلمية للاختبارات
51	8-1 الوحدات التعليمية المقترحة
51	1-8-1 خطوات إعداد الوحدات
52	2-8-1 الأسس التي بنيت عليها الوحدات
52	3-8-1 مكونات الوحدات التعليمية
53	4-8-1 بناء الوحدات التعليمية
54	5-8-1 تنفيذ الوحدات التعليمية
54	خلاصة
<b>الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج و الإستنتاجات</b>	
56	تمهيد
56	1-2 عرض و تحليل النتائج
56	1-1-2 عرض و مناقشة النتائج الإختبار القبلي للقياسات لعينتي البحث
57	2-1-2 عرض و مناقشة النتائج البدنية و المهارية القبلية لعينتي البحث
59	3-1-2 عرض و مناقشة الإختبارات القبلية و البعدية لعينتي البحث
65	2-2 الإستنتاجات
65	3-2 مناقشة الفرضيات
65	1-3-2 مناقشة الفرضية الأساسية
67	2-3-2 مناقشة الفرضية الجزئية الأولى
67	3-3-2 مناقشة الفرضية الجزئية الثانية
68	4-3-2 مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة
69	5-3-2 مناقشة الفرضية الجزئية الرابعة
69	4-2 الاقتراحات و التوصيات
70	خلاصة

## قائمة المحتويات

71	خاتمة الباب
72	خاتمة عامة
	قائمة المصادر و المراجع
	الملاحق
	الوحدات التعليمية المستخدمة

التعريف بالبحث

### 1- المقدمة:

تعتبر التربية البدنية و الرياضية جزء من التربية العامة لكونها تعمل على التنمية البدنية، الحركية و العقلية للممارسين و يرى تشارلز بيوكر أن التربية البدنية هي ميدان تجريبي هدفه التكوين و ذلك من عن طريق ألوان النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق مهام و تهدف أيضا إلى إعداد مواطن صالح جسميا، عقليا و خلقيا قادر على الإنتاج و القيام بواجباته نحو مجتمعه ووطنه (الخولي، 1996، صفحة 39)، لكن أصبح البعض يرى أن حصة التربية البدنية و الرياضية هي مجرد ألعاب ترفيهية تنجز بطريقة عشوائية و غير مقننة و البعض الآخر يراها مجرد فترة راحة بعد عناء الدروس فمن خلال ذلك فقدت بعض مميزاتها التربوية ، و هذا ما يؤثر سلبا على دور المربين الذين يعملون على تنشيط حصصهم بطريقة أو بأخرى لبلوغ الأهداف المسطرة و هذا من خلال التخطيط و التحضير الجيدين للدرس الذي يظهران من خلال الوحدات التعليمية المستخدمة التي تعرف على أنها دراسة موقف تعليمي مخطط له مسبقا يقوم به التلميذ بتوجيه من المدرس (المتولي، 2007، صفحة 41)، من هذا المنطلق أردنا أن نهتم أكثر بمرحلة التخطيط في التربية البدنية و الرياضية في مرحلة المتوسط لأنها أول المؤسسات التربوية التي تستعين بدرس التربية البدنية لتكوين المتعلمين و بما أننا مهتمين بالكرة الطائرة أكثر فإننا تطرقنا لهذا النشاط من أجل البدء في موضوعنا.

إن الكرة الطائرة من بين الرياضات الأكثر انتشارا لمل لها من تأثير إيجابي على الممارسين فهي أكثر الأنشطة الجماعية صعوبة و تعقيدا للتعلم، كما تمارس لكلا الجنسين و مختلف الأعمار و ينعدم فيها الاحتكاك بين الفريقين و هذا ما يقلل مظاهر العنف و الإصابات بالإضافة لفائدتها الشاملة لجميع أجزاء الجسم لما تحمله منافساتها من سرعة و حيوية و تنسيق كبير بين العملية الهجومية و الدفاعية، لهذا هي تتطلب تحضير كبير و جيد للمستويات الثلاث البدني، المهاري و التكتيكي و لكن الحركات المهارية تحثل الصدارة

## التعريف بالبحث

لممارسة هذا النشاط و القاعدة الرئيسية التي تركز عليها و تعتبر مهارة الإرسال،الاستقبال و الإعداد المهارات الأساسية التي لا يمكن من دونها ممارسة نشاط الكرة الطائرة، حيث أنها الركائز و المتطلبات الأولية لممارسة هذا النشاط.

لهذا قمنا بهذه الدراسة تحت عنوان " تأثير الوحدات التعليمية المقترحة على تعلم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط(13-15 سنة)" و ما دفعنا للقيام بهذا البحث هو ملاحظتنا من خلال بعض الزيارات للمتوسطات النقص الموجود في مستوى التلاميذ في نشاط الكرة الطائرة .

وستضمن محتوى الدراسة على بابين الأول المخصص للدراسة النظرية مقسم الى فصلين و قد تطرقنا في الفصل الأول للتربية البدنية و الرياضية من حيث المفهوم و المجال و أهداف درس التربية البدنية و الرياضية و أقسامه و واجباته أما في الفصل الثاني فكان بعنوان الكرة الطائرة و خصائص المرحلة العمرية الذي تناولنا فيه مميزات الكرة الطائرة و قوانينها و مراحل المرحلة العمرية إلى جانب خصائصها و مشاكلها.

أما الباب الثاني فقد خصص للدراسة الميدانية حيث تم تقسيمه إلى فصلين، فصل خاص بمنهجية البحث و الإجراءات الميدانية بما فيها من دراسة استطلاعية و الأسس العلمية و أهم الوسائل الإحصائية المستعملة و تم استخدام المنهج التجريبي و قد اختير مجتمع البحث تلاميذ السنة الثالثة متوسط اخترنا منهم 52 تلميذ أما الفصل الثاني فقد تضمن عرض و تحليل و مناقشة النتائج مع الاستعانة بأهم الوسائل الإحصائية المناسبة حيث تم عرضها في جداول و التعبير عنها بيانيا بواسطة أشكال و ثم مناقشة فرضيات البحث استنادا الى ما تم التطرق إليه بالجانب النظري و البحوث المشابهة و الخروج بمجموعة من الاستنتاجات و التوصيات التي نأمل في المستقبل في إفادة الطلبة المقبلين على القيام ببحوث جديدة.

### 2- مشكلة البحث :

عرفت الكرة الطائرة منذ ظهورها تطورا كبيرا و انتشارا واسعا عبر دول العالم، كونها تتمتع بخصائص ميزتها عن بقية الرياضات الجماعية الأخرى، وهي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان و تقسمه شبكة إلى جزئين متساويين، و الهدف من هذه هو محاولة إسقاط الكرة في جهة الخصم و تفادي سقوطها في الجزء الخاص به. فالكرة الطائرة تمتلك قيمة عالية في التربية و تغرس القيم النبيلة لدى اللاعب التي تظهر أثناء المنافسات مما تدفعه نحو الفوز. (الجميل، 2012، صفحة 12)، و هي ضمن الرياضات المدرسية لما لها من تأثير على التلاميذ خاصة في فترة المراهقة التي تتميز بالتغيير المستمر لجميع الجوانب الشخصية و النفسية (إسماعيل، 1986، صفحة 55)، لهذا فإن العاملين المجال التربوي يؤكدون على ضرورة التصميم الأنسب للوحدات التعليمية التي تساعد التلميذ على الوصول إلى الأهداف المسطرة مسبقا.

و بعد عدة لقاءات مع أساتذة المتوسط اتضحت ضرورة التحضير الجيد للوحدات التعليمية ومدى مساهمتها في تنمية المستوى العام للمتعلم، من هذا المنطلق أراد الطالبان تصميم وحدات تعليمية خاصة بالسنة الثالثة متوسط و معرفة مدى تأثيرها على تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة و ذلك من خلال طرح التساؤل التالي:

- هل لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر إيجابي على تعلم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط ؟

ومنه تظهر التساؤلات الفرعية التالية:

- هل لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر إيجابي على تعلم مهارة الإرسال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط ؟
- هل لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر إيجابي على تعلم مهارة الاستقبال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط ؟

## التعريف بالبحث

- هل لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر إيجابي على تعلم مهارة الإعداد في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط ؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية و العينة الضابطة في الإختبارات البعدية لصالح العينة التجريبية ؟

### 3- أهداف:

#### الهدف العام:

التعرف على أثر استخدام الوحدات التعليمية المقترحة في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط.

#### الأهداف الجزئية:

- التعرف على أثر استخدام الوحدات التعليمية المقترحة في تعلم مهارة الارسال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط.
- التعرف على أثر استخدام الوحدات التعليمية المقترحة في تعلم مهارة الاستقبال في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط.
- التعرف على أثر استخدام الوحدات التعليمية المقترحة في تعلم مهارة الإعداد في الكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط.
- معرفة طبيعة الفروق بين العينة التجريبية و العينة الضابطة في الاختبارات البعدية.
- اقتراح وحدات تعليمية بإمكانها أن تساعد على تعليم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة.

### 4- الفرضيات:

#### الفرضية العامة:

لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط.

### الفرضيات الجزئية:

- استخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على تعلم مهارة الإرسال لكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط.
- استخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على تعلم مهارة الاستقبال لكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط.
- استخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على تعلم مهارة الإعداد لكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية و العينة الضابطة في الاختبارات البعدية لصالح العينة التجريبية.

### 5- أهمية البحث:

تبرز أهمية البحث في اقتراح وحدات تعليمية و مساهمتها في عملية التعلم المهاري للكرة الطائرة، وفي إظهار الغاية من تصميم و بناء وحدات تعليمية مبنية على أسس علمية و حاجة التلاميذ لتعلم المهارات الأساسية للارتقاء بمستوى النشاط و في الأخير تتجلى مدى الحاجة للبحث بسبب قلة البحوث و الدراسات التي تطرقت لهذا المجال و إثراء مكتبتنا و تعميم الفائدة في هذا البحث العلمي و تدعيم ميدان البحث.

### 6- مصطلحات البحث:

#### 1-6 وحدات التعليمية:

هي دراسة لموقف تعليمي مخطط له مسبقا، يقوم به التلميذ في صورة سلسلة من الأنشطة المتنوعة تحت اشراف و توجيه الأستاذ و تصب هذه الدراسة على موضوع واحد أو مشكلة واحدة أو نشاط حركي يهدف لاكتساب التلاميذ المعارف و المعلومات من مختلف الجوانب (حركية، الاجتماعية، معرفية). (المتولي و الجدوي، 2007، صفحة 53)

**التعريف الإجرائي:** عبارة عن سلسلة من الحصص التعليمية تتناول موضوعا معين وهي تتميز بالشمولية والتكامل بدءا المرحلة التحضيرية مرورا بالمرحلة الرئيسية وانتهاء بالتقويم.

### 2-6 المهارات الأساسية:

تعرف المهارات الأساسية على أنها المهارات الحركية التي تعتبر ضرورية و هامة لإجادة أو إتقان أي نشاط ما، وهي بمفهوم آخر مزج متوافق من الحركات الأساسية (اسماعيل و محمد، 2002، صفحة 21)

**التعريف الإجرائي:** هي كل الحركات و التنقلات الهادفة لغرض معين في قانون اللعبة. نعني به إعداد أو تجهيز أو تحضير الكرة للاعب المهاجم، بطريقة ملائمة أو مناسبة. (طه، 1999، صفحة 136)

### 3-6 الكرة الطائرة:

هي رياضة جماعية التنافسية، ويتم تشكيل الهجوم من خلال ثلاث لمسات فقط كحد أقصى، كما أنه لكل لاعب الحق في لمس الكرة مرة واحدة فقط، وإنهاء المباراة في الكرة الطائرة غير محدد بوقت إنما يتقرر بعدد الأشواط. (زغلول، 2001، صفحة 21)

**التعريف الإجرائي:** هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان تقسمه الشبكة إلي جزئين متساويين والهدف من هذه هو محاولة إسقاط الكرة في جهة الخصم.

### 4-6 التلميذ:

هو كل شخص ينتمي إلى مكان تعليمي محدد مثل المدرسة، وهذا الانتماء يكون من أجل الحصول على العلم، وأيضا لامتلاك شهادة من هذا المكان.

**التعريف الإجرائي:** هو كل شخص ينتمي للمدرسة من أجل الحصول على مجموعة معارف.

### 7- الدراسات المشابهة:

للدراسات السابقة و المشابهة لبحثنا أهمية كبيرة، لأن سيرورة العمل و تطوره تعتمد على الخبرات الماضية لينطلق إلى آفاق جديدة ، أي كل ما توصل إليه الآخرون يعد بالنسبة إلينا خبرة ننطلق منها لكي نطور جانب من جوانب البحث العلمي.

### 7-1 عرض الدراسات السابقة و المشابهة :

**الدراسة الأولى:** دراسة مريزق لخضر و يوسفى محمد الأمين كانت بعنوان أثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة 2014 بمستغانم حيث تم طرح التساؤل التالي ما مدى تأثير الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة ؟ و كان الفرض أن للوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي في تعليم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة، و كان الهدف من الدراسة اقتراح وحدات تعليمية لتعليم بعض المهارات الأساسية في الكرة الطائرة و استخدم الباحثان المنهج التجريبي على 30 تلميذ أختيرت عشوائياً، و تم استخدام مجموعة من الاختبارات المهارية و وحدات تعليمية مقترحة و كانت أهم نتيجة أن للوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي في تعلم المهارات الأساسية لكرة الطائرة و أهم توصية الزيادة من وقت الحصص التعليمية في جميع الأطوار.

**الدراسة الثانية:** دراسة محمد عبد الله محيبس بعنوان تأثير منهج تعليمي باستعمال التمرين المتسلسل و العشوائي في اكتساب التوافق الضرب الساحق و حائط الصد بالكرة الطائرة للناشئين 2012 بالعراق و تم طرح التساؤل التالي هل توجد فروق بين الاختبارات القبليّة و البعدية في متغيرات البحث لكل مجموعة من المجموعات الثلاث؟ كما كان الفرض أنه للبرنامج التعليمي أثر في اكتساب التوافق الضرب الساحق و حائط الصد بالكرة الطائرة، كما كان الهدف من الدراسة معرفة تأثير استخدام منهج تعليمي باستعمال التمرين المتسلسل و العشوائي في اكتساب التوافق الضرب الساحق و حائط الصد للكرة الطائرة و استخدم المنهج التجريبي، و أختيرت العينة بطريقة عشوائية التي بلغت 18 تلميذ و استخدم مجموعة من الاختبارات البدنية و كانت أهم نتيجة هي إن للمنهج التعليمي ساهم في اكتساب التوافق و تطويره و كانت أهم التوصية زيادة الوحدات المخصصة لتعليم المهارات الأساسية وخاصة المهارات صعبة .

**الدراسة الثالثة:** دراسة حازم محمد علي، ايداد علي محمد بعنوان تأثير وحدات تعليمية مقترحة باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في تعلم و احتفاظ مهارتي الإرسال و الاستقبال بالكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة 2011 بالعراق و كانت الإشكالية كالتالي هل توجد فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعة البحث في مهارتي الإرسال والاستقبال بالكرة الطائرة؟ و قد تم فرض أن للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام التغذية الراجعة أثر ايجابي في تعلم مهارتي الإرسال و الاستقبال بالكرة الطائرة، كما كان الهدف من الدراسة معرفة تأثير وحدات تعليمية مقترحة باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في تعلم مهارتي الإرسال و الاستقبال للكرة الطائرة و تم استخدام المنهج التجريبي على عينة 10 تلاميذ اختيرت بطريقة عشوائية، و مجموعة من الاختبارات بدنية، و كانت أهم النتيجة أن للوحدات التعليمية المقترحة باستخدام التغذية الراجعة الخارجية لها دور فعال في التعلم، وأهم توصية الاستفادة من الوحدات لتعليم مهارتي الإرسال و الاستقبال للكرة الطائرة.

**الدراسة الرابعة:** دراسة قدواح محمد بعنوان أثر وحدات تعليمية في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لدى تلاميذ المرحلة الأولى من التعليم الثانوي (15-16 سنة) 2011 بمستغانم حيث تم طرح التساؤل التالي هل توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبليّة و البعدية لبعض المهارات الأساسية لكرة السلة للمجموعتين الضابطة و التجريبية لدى تلاميذ المرحلة الأولى من التعليم الثانوي؟ كان الفرض أن للوحدات التعليمية أثر في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لدى تلاميذ الثانوي و هدفت الدراسة الى اقتراح وحدات تعليمية في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة و استخدم المنهج التجريبي، و قد أختيرت العينة عشوائياً و التي بلغت 40 تلميذ كما استخدم مجموعة اختبارات بدنية وكانت نتيجة أن للوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على العينة التجريبية

## التعريف بالبحث

في تحسين المهارات الأساسية و كانت أهم توصية ضرورة التنوع و التغيير في مضمون البرامج المقررة حسب الفترة التعليمية للتلميذ نفسه.

### 2-7 التعليق على الدراسات و الاستفادة منها:

بعد أن تطرقنا للدراسات السابقة فقد كانت هناك دراستين هدفت إلى الكشف عن تأثير وحدات تعليمية على مستوى التعلم المهاري كما اتبعت جميع الدراسات المنهج التجريبي حيث قامت باستخدام مجموعة من الاختبارات ، و قد اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة بإتباع المنهج التجريبي و اختلفت معها في أدوات البحث المستعملة. كما استفاد الطالبان من الدراسات السابقة في إثراء الإطار النظري و صياغة بعض التعريفات الإجرائية للدراسة، و معرفة الفجوة العلمية التي لم يتم التطرق إليها في الدراسات للقيام بدراسته، و المنهجية العلمية التي اتبعوها و في الأخير استفدنا منها في اختيار الأسلوب الأنسب للمعالجات الإحصائية للدرجات الخام لعينة البحث و مقارنة نتائج الدراسة الحالية والتي توصلت إليها الدراسات مشابهة السابقة.

### 3-7 نقد الدراسات:

نلاحظ في الدراسة الأولى أنه قد تم التطرق إلى مهارة واحدة فقط و هي مهارة السحق مع تجنب المهارات الأخرى أما في الدراسة الثانية و الثالثة قد تم التطرق إلى تأثير استعمال بعض أساليب التدريس و تأثير التغذية الراجعة في تعلم مهارتي الإرسال و الاستقبال و لم تعطى للوحدات التعليمية اهتمام كبير.

### خاتمة:

بعد وضع الطالبان أهم ركائز مشكلة البحث القائمة في تأثير الوحدات التعليمية المقترحة في تعلم المهارات الأساسية للكرة الطائرة لدى تلاميذ المتوسط حاولنا تصفح بعض الدراسات المشابهة و أهم المراجع التي لها صلة بالموضوع.

## التعريف بالبحث

---

فالمعلومات التي تحصلنا عليها من هذه الدراسات السابقة والمشابهة، جعلتنا نبنى أهم محاور وطرق المعالجة لإثراء بحثنا، وقد تطرقنا إلى البعض منها ولو بصورة وجيزة لكنها كانت مهمة ونافعة.

# الباب الأول

## الدراسة النظرية

## تمهيد الباب :

سوف نقوم بدراسة تحليلية لموضوع البحث، و سيسعى الطالبان من خلاله أهم النقاط والعناصر التي يتناولها مشكل البحث من الناحية النظرية و ذلك استنادا الى مصادر و مراجع، حيث سوف يتناول الطالبان في هذا الباب فصلين اثنين الفصل الأول خاص بالتربية البدنية الرياضية و الرياضية و الفصل الثاني الكرة الطائرة والمراهقة.

# الفصل الأول

التربية البدنية و الرياضية

**تمهيد:**

لقد اهتمت مختلف شعوب العالم القديم منه والحديث بالتربية البدنية اهتماما كبيرا لما لها من أهداف بناءة، تساعد على إعداد المواطن الصالح إعدادا شاملا لجميع الجوانب الشخصية سواء كانت عقلية أو جسمية أو نفسية أو اجتماعية....

فأصبحت مادة من المواد التعليمية التي يتلقاها المتعلم في مختلف المراحل التعليمية. انطلاقا مما ذكر سابقا اختص هذا الفصل بالحديث عن التربية البدنية و ذلك من زوايا متعددة، إذ سوف يتم التعرض إلى كل من تعريفها وتاريخها، وبالإضافة إلى طبيعتها وخصائصها وأهدافها وأبعادها وأهميتها، ضف إلى ذلك علاقتها بالتربية العامة ومكانتها بشكل عام و في الجزائر بشكل خاص.

ويرتبط تحقيق أعلى نتائج لبرنامج التربية البدنية والرياضية ارتباطا وثيقا بالتخطيط و التحضير الجيد للدرس، الذي يعتبر وحدة متكاملة الأهداف.

**1-1 التربية العامة:**

**1-1-1 مفهوم التربية العامة:**

تعتبر التربية وسيلة المجتمع للمحافظة على بقاءه واستمراره وثبات نظمه ومعاييره الاجتماعية، فالتربية عملية تهدف إلى إعداد وتشكيل الفرد للقيام بأدواره الاجتماعية على أساس ما هو متوقع منه. (السيد، 2004، صفحة 37)

**2-1-1 أهداف التربية العامة:**

**أ. التربية الجسمية:**

اهتمت التربية الحديثة بالجانب الصحي للطفل، حيث يجب أن يخضع لفحوصات طبية دورية ويدرب على طرق الوقاية الصحية وأساليب التغذية السليمة.

ب. التربية العقلية:

لقد كانت التربية القديمة تعتقد أن العقل ينمو بقدر ما يكتسب من المعلومات، على عكس التربية الحديثة فهي تهتم بتربية الطفل على حسن التفكير وحسن إدراك لما يصادفه من مواقف معقدة وحسن التصرف في هذه المواقف.

ت. التربية النفسية (الوجدانية):

أثبتت التربية الحديثة أن الصحة النفسية تعتبر أهم شيء في التربية العامة، لذا أصبح الأستاذ يهتم أكثر بالحالة النفسية للتلاميذ ويعمل على مساعدتهم نفسياً وذلك لتحقيق التوازن النفسي لديهم.

ث. التربية الاجتماعية:

تعمل التربية الحديثة على غرس القيم والمثل الأخلاقية التي تسود في المجتمع وتعلم الطفل كيفية التعامل مع الآخرين ومعرفة حقوقهم وواجباتهم تجاهه. (عياش و ميساوي، 2001، الصفحات 11-12)

3-1-1 مجالات التربية العامة:

أ. الأسرة:

تعتبر المبدأ الأول للعمل التربوي، يشارك كل أفراد الأسرة في العناية بالطفل فتغذيته وتنميته وتعليمه اللغة وتعويده بعض العادات الاجتماعية.

ب. المدرسة:

فيها يتلقى الطفل التربية والتعليم المقصودين بما فيها النشاطات الاجتماعية العلمية والرياضية والفنية فهي تصب كلها في عملية التربية.

ت. المجتمع:

بما يحتويه من مؤسسات دينية، ثقافية، اجتماعية و سياسية.

2-1 التربية البدنية و الرياضية:

1-2-1 مفهوم التربية البدنية الرياضية:

يرى تشارلز بيوكر " أن التربية هي جزء متكامل من التربية العامة و ميدان تجريبي هدفه التكوين وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق مهام". (بسيوني و فيصل، 1992، صفحة 22)

و يعرفها ناش كما يلي "التربية البدنية هي جزء من التربية العامة تشغل دوافع النشاط الطبيعي في الفرد لتنميته في النواحي العضوية و التوافقية الانفعالية". (الخولي، 1998، صفحة 35)

و مما سبق نستنتج أن التربية البدنية هي جزء من التربية العامة تهدف إلى تكوين الفرد من جميع النواحي عن طريق مختلف النشاطات الحركية ليكون جزءا فعالا.

2-2-1 أهداف التربية البدنية و الرياضية:

إن التربية البدنية و الرياضية في مجال النظام التربوي لها أهداف ما والتي تسعى إليها و المتمثلة في تحسين أداء الأفراد من خلال الأنشطة البدنية المختلفة في مختلف الأوساط التربوية، و التي تتميز بخصائص تربوية تعليمية هامة منها:

أ. التنمية البدنية:

تنمي و تقوي العضلات و المفاصل بالإضافة إلى ذلك فهي تعمل أيضا على تنمية المقدرة الحركية لأنها تؤهل الجسم للقيام بجميع حركاته و بكفاءة منقطعة النظير، إضافة إلى أن الجسم يكتسب خفة ورشاقة و مرونة في المفاصل و قوة التحمل و السلامة في جميع الأجهزة كالجهاز الدوري و الجهاز التنفسي وغير ذلك من عناصر اللياقة البدنية.

ب. التنمية الحركية:

يشمل هذا الهدف على مجموعة الواجبات الحركية التي تتمثل في قيم و قيم و خبرات ذلك بغرض تنميتها و الرفع من مردوديتها.

و يتجلى ذلك من خلال العمل على التوافق و تناسق الجهازين العصبي و العضلي في مختلف الأنشطة مثل: المشي و الجري، و يتبين ذلك من خلال خصائص و مفاهيم الحركة كالاتجاه و المسار و الجهد، و بذلك تنمو مختلف المهارات الحركية و التي تتمثل في عملية إدارة و تنظيم المعلومات المستقبلية من الحواس و معالجتها.

من خلال التنمية الحركية، يستطيع الفرد الانجاز و التحكم في جسمه بصفة عالية و فعالية، و يستطيع توجيه جسمه بصفة سهلة للتكيف مع مختلف المتطلبات و المواقف الجديدة.

ت. التنمية العقلية (المعرفية):

إن سلامة البدن له تأثير واضح على الخلايا العقلية و تجديدها المتواصل من الناحية الفيزيولوجية مما يمكنه من تأدية وظيفته على أكمل وجه، فالقدرة على استيعاب المعلومات و نمو القوى العقلية و التفكير العميق الهادف لا يتأتى بصورة مرضية إلا إذا كان الجسم سليماً، حيث أنه هو الوسيط للتعبير عن العقل و الإرادة و اكتساب الكثير من المعارف و المعلومات التي تتعلق بطريقة اللعب و قوانين الألعاب و تاريخها. (الفاندي, علي البشير، 1983، صفحة 16)

ث. التنمية النفسية:

إن الجانب النفسي يلعب دوراً هاماً في تكامل الفرد من جميع الجوانب و التنمية ضرورية حتمية لكي يتكيف الأفراد مع كل المعطيات الخاصة بالممارسة الرياضية. يرى الخولي أن التنمية النفسية تعبر عن مختلف القيم و الخبرات و الخصال الانفعالية المقبولة و غير المقبولة، التي من الممكن أن يكتسبها برامج التربية البدنية بالشمول و التكامل. (الخولي، 1998، صفحة 166)

و فيها يرى البعض أن القيم النفسية المكتسبة في برامج التربية البدنية تنعكس أثارها داخل اللعب إلى خارجه في سلوكيات مقبولة، منها تحسين مفهوم الذات الجسمية،

الثقة بالنفس، تأكيد الذات، اشباع الحاجات النفسية الاجتماعية. (جلول و آخرون، 1994، صفحة 23)

نستطيع القول أن التنمية النفسية تنمي لدى الأفراد حاجات خاصة بهم و ترفع من الاتزان الانفعالي، اكتساب مستوى رفيع من الكفايات النفسية المرغوب فيها من طرف الممارسين.

#### ج. التنمية الاجتماعية:

إن التربية البدنية بصفة عامة تعتبر كوسط اجتماعي ثري بمختلف العلاقات التي تربط الرياضيين، و بذلك فالأنشطة الرياضية تتسم بثراء المناخ الاجتماعي ووفرة التفاعلات الاجتماعية التي من شأنها اكتساب الممارس عددا كبيرا من القيم و الخبرات و الخصال الاجتماعية المرغوب فيها، التي تؤثر على شخصيته و التكيف مع مقتضيات المجتمع و معاييره الاجتماعية و الأخلاقية، حيث يتيح اللعب فرصا كثيرة و للتعرف على قيم مجتمعه و نظمه، و بالتدرج ينمو الحس الاجتماعي للطفل فيتعلم تقاليد مجتمعه و يدرك المعاني و الرموز الاجتماعية المحيطة به.

ومن هنا نجد أن التربية البدنية والرياضية تتيح فرصا كبيرة للفرد للاحتكاك مع المجتمع و التعبير عن أحاسيسه و قدراته، بغرض تكيفه مع الجماعة عن طريق ألوان من النشاط الجماعي.

و لذلك فحوص التربية البدنية و الرياضية في المدرسة لا تعتبر حصص ترفيهية فقط، لكن تكمن مهامها في الاهتمام بصحة التلاميذ و تنمية السمات النفسية و الشخصية. (أنور، 1998، صفحة 161)

#### ح. من الناحية الاقتصادية:

بما أن التربية البدنية تحسن و تطور قدرات الفرد، فإنها تبعد عنه التعب و تساهم في تحسين و زيادة الإنتاج، إن تحسين صحة الفرد و قدراته البدنية وخاصة قدرته على

مقاومة المتاعب إذ لا يمكن استعمال قوته المستخدمة في العمل استخداما محكما يمكن من زيادة المردودية الفردية و الجماعية في عالم الشغل الفكري و اليدوي بمردود الإنسان القوي أكثر من مردود الإنسان الضعيف و خاصة في العمل و زيادة الإنتاج.

### 3-2-1 علاقة التربية البدنية و الرياضية بالتربية العامة:

اكتسب تعبير التربية البدنية و الرياضية معنى جديد بعد إضافة كلمة التربية إليه، حيث يقصد بكلمة التربية البدنية تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط التي تنمي و تصون جسم الإنسان وحينما يلعب الإنسان أو يسبح أو يتدرب أو يمشي فإن هذا يساعده على تقوية جسمه و سلامته، فعلمية التربية تتم في نفس الوقت. (بسيوني و الشاطي، 1992، صفحة 22)

و يتمثل رأينا في أن العلاقة الموجودة بين التربية العامة و التربية البدنية والرياضية هي علاقة ارتباطية كون الإنسان كائن شمولي وهو يواجه حياته على هذا الأساس ، فلا يمكن عزل جسده عن روحه كما لا يمكن عزل بدنه عن قلبه لأن هذا يؤثر على الجسم ومجهوده، وبهذا لا يمكننا فصل التربية عن البدن، لأن التربية البدنية لا تقصد بها تربية البدن فقط وإنما هي الاستفادة من الأنشطة البدنية والحركية كوسيلة لتحقيق أهداف التربية حيث أن الإنسان ينمو ويتطور ويتكيف مع الحركة، هذه الأخيرة تؤثر في بناء الشخصية القوية. (الخولي أ.، 1998، صفحة 384)

### 4-2-1 التربية البدنية والرياضية في الجزائر:

في جويلية 1962 لم يكن في الجزائر إلا فرع أكاديمي للتربية البدنية والرياضية تحت إشراف - المدير العام للتربية الوطنية - من طرف مفتش عام والأخير لا يهتم إلا بالرياضة المدرسية والامتحانات، وبعد الاستقلال عمدت الدولة إلى تنظيم هذا الفرع

الهام من أجل الصحة والتوازن الفكري والأخلاقي للثبات فأنشأت وزارة الرياضة والسياحة التي لها المهام التالية:

أ. الإشراف على التربية البدنية المدرسية والجامعية:

التكوين والإشراف الإداري لمعلمي التربية البدنية والرياضية، وتنظيم المنافسات الرياضية، و كان دور الجزائر يمثل في إخراج الرياضة والتربية البدنية من التهميش الذي أصابها، وكان من الاهتمامات الأساسية لوزارة الشباب والرياضة ووزارة التربية الوطنية، حيث أوكلت لها مهام البرمجة والإشراف على النشاطات الرياضية داخل المؤسسة التربوية القاعدية نواة التربية والتعبئة الجماهيرية. (محمد و رمضان، 1994، الصفحات 19-20)

وعلى المستوى المدرسي بذلت جهود جبارة لإدماج التربية مع التكوين المدرسي عبر مختلف المستويات التعليمية من المدرسة إلى الجامعات، مما استدعى إصدار النصوص القانونية التالية:

تكوين المكونين وتوفير الهياكل والعتاد الأساسيين للتربية البدنية والرياضية من سنة 1978 إلى سنة 1987 ولم توجد إلا المعاهد الجهوية للتربية البدنية والرياضية (بسيرايدي) و (الشلف) اللذان أوكلت لهما مهام تكوين إطارات التربية البدنية والرياضية ، قدرة استيعاب المعهدين للطلبة 260 طالبا بدلا من 1340 سنويا.

مما أعطى فراغا كبيرا بالنسبة لأساتذة التعليم الثانوي والتقني في مادة التربية البدنية مما استدعى فتح فروع لتكوين الأساتذة المساعدين - PA - لسد هذا الفراغ سنة 1981 وفي عام 1982 أعطت وزارة التعليم العالي الإشارة لتكوين أول دفعات أساتذة تربية بدنية و رياضية بفتح معاهد التربية البدنية والرياضية بالجزائر العاصمة

و سطيف ثم تحولت إلى مستغانم، وكذلك تم فتح معهد قسنطينة مؤخرًا والمهام التي أوكلت لهم:

- ✓ ملأ الفراغ بالأستاذة في التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمرحلة الثانوية.
- ✓ ضمان تعليم مقياس التربية البدنية والرياضية في معاهد التعليم. (محمد و رمضان، 1994، الصفحات 27-28)

### 3-1 درس التربية البدنية و الرياضية:

#### 1-3-1 مفهوم درس التربية البدنية و الرياضية:

درس التربية البدنية و الرياضية هو أصغر وحدة تعليمية في المنهاج المدرسي. و هو يهدف إلى اكتساب التلاميذ العديد من المهارات و الصفات و المعارف و المعلومات. (كامل، شلتوت، و خفاجة، 2002، صفحة 101)

و يعتبر أحد أشكال الموارد الأكاديمية، كالعلوم الطبيعية و الكيمياء لكنه يختلف عن هذه المواد بكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات و خبرات حركية، و لكنه يمدهم بالكثير من المعارف و المعلومات التي تعطي الجوانب الصحية و النفسية و الاجتماعية. (بيوكر، 1964، صفحة 85)

#### 2-3-1 أقسام درس التربية البدنية و الرياضية:

ليس الغرض من الحديث عن أقسام الدرس هو التجزئة أو الفصل بين أقسامه فالدرس وحدة متكاملة يخدم كل جزء فيه باقي الأجزاء، و لكن التقسيم هنا يخدم الترويح و التسيير في فهم الدرس و يتضمن ثلاثة أقسام هي:

أ. الجزء التمهيدي:

يقوم هذا الجزء على تحقيق مجموعة من الأهداف المتنوعة و هي:

- أهداف فيسيولوجية.
- أهداف بدنية.

▪ أهداف تربوية.

يعتبر جزء الاحماء مقدمة الدرس و عليه يتحدد مدى تقبل و اندماج التلاميذ في العمل الحركي خلال باقي الأجزاء، كذلك يعمل على التدفئة العامة لإشراك العضلات الكبيرة مثل عضلات الظهر، البطن، الأطراف العلوية و السفلية وبالتالي تقليل احتمالات الإصابة أو تقلص العضلات.

و يجب على الممارس مراعاته في هذا الجزء:

✓ أن يختار التمرينات السهلة البسيطة و السريعة.

✓ يجب أن تتدرج التمرينات من السهل إلى الصعب و من البسيط إلى المركب.

✓ يجب توزيع التلاميذ على مسافات مناسبة لحرية الحركة.

هذا و يتحدد نوع النشاط المستخدم في الإحماء و طبيعته على نوعية و توافر الامكانيات المادية (الأدوات/الأجهزة و الملاعب) المتواجدة في المدرسة، كما تلعب حالة الجو دورا كبيرا في نوع النشاط و طريقة تقسيم التلاميذ و كثافة العمل. (كامل، شلتوت، و خفاجة، 2002، الصفحات 104-108)

ب. الجزء الأساسي:

يشكل هذا الجزء أهمية كبيرة في درس التربية البدنية و الرياضية فهو الجزء الذي تتحقق به أغلب و أهم أهداف الدرس سواء كانت معرفية أو وجدانية، و يتضمن هذا الجزء مجموعة من الأنشطة و هي:

▪ الاعداد البدني:

في هذا النشاط يسعى المدرس إلى اكتساب التلاميذ بعض المعارف و المعلومات المرتبطة بالقوام الجيد و الطريقة الصحيحة لأداء بعض التمارين و الأوضاع و الحركات.

▪ النشاط التعليمي:

يسعى هذا الجزء إلى اكساب التلاميذ مجموعة من المعارف و المعلومات المتكاملة حول المهارات المتعلمة بحيث تشكل هذه المعلومات قاعدة أساسية لتنظيم و توجيه السلوك الحركي لدى المتعلم.

▪ النشاط التطبيقي:

يعتبر جزء مكمل للنشاط التعليمي، و فيه يقوم المتعلمون بتطبيق ما تعلموه في الجزء السابق في مجموعات تقوم بنفس المهارة، أو أن تمارس كل مجموعة مهارة على أن يتم التبديل بين المجموعات.

ت. الجزء الختامي:

يحتوي على تمرينات هادئة و بطيئة، و هذا لتنظيم التنفس أو تمرينات الاسترخاء، ومن المستحسن أن يقوم المدرس بمخاطبة التلاميذ في نهاية الدرس و محاورتهم فيما تعلموه.

ومن الضروري أيضا أن يحرص المدرس على عودة الأدوات و إخلاء الملعب أو الفناء من الأجهزة و الأدوات و إخلاء الملعب أو الفناء من الأجهزة و الأدوات المستخدمة و التثبيته على بعض التوجيهات الصحية كالاغتسال و تغيير الملابس.

(كامل، شلتوت، و خفاجة، 2002، الصفحات 09-114)

3-3-1 واجبات درس التربية البدنية والرياضية:

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة وبناء سليم لقوام التلميذ.
- المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية و وضع القواعد لكيفية ممارستها داخل وخارج المؤسسة مثل التحمل، الرمي، الوثب،....الخ
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: السرعة، القوة، المرونة،....
- التحكم في القوام في حالة السكون والحركة.

- إكساب المعارف والمعلومات والحقائق على الأسس الحركية وأصولها الفيزيولوجية و البيوميكانيكية.
- تدعيم الصفات المعنوية والسمات الإدارية والسلوك السوي أو اللائق.
- التعود على الممارسة المنتظمة للأنشطة الرياضية.
- تنمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي.
- 1-3-4 أهداف التربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم المتوسط:
- الأغراض الجسمية: تنمية الكفاءة و المهارات البدنية النافعة في الحياة، و العمل على الرقابة الصحية للتلاميذ
- الأغراض العقلية: تنمية الحواس، إنماء قدرة الانتباه و الدقة في التفكير و التركيز.
- الأغراض الخلقية: تنمية القيم الخلقية و الاجتماعية مع تنمية صفات القائد الرشيد و التبعية الصالحة.
- الأغراض الاجتماعية: تنمية الجو الملائم الذي يمكن التلاميذ من إظهار روح التعاون وإنكار الذات. (الخولي، عنان، و إدريس، 1998، صفحة 29)
- 1-3-5 استمرارية درس التربية البدنية والرياضية:
- لكي يتمكن المدرس من استمرارية الدرس بدون توقف أو عرقلة يجب مراعاة ما يلي:
- أن يكون هناك ترابط بين أجزاء الدرس بدون توقف أثناء التنفيذ.
- يجب التنويع في التشكيلات والتكوينات ( الصفوف والدوائر ).
- تؤدي جميع مجريات الدرس والمتعلمون في حالة انتشار في الملعب.
- يجب عدم ترك المتعلمين في وضع السكون لفترات طويلة أثناء الشرح.
- تحضير وتوفير الأدوات والأجهزة في الملعب قبل الدرس.
- عدم التركيز بشكل كبير على الأخطاء البسيطة لبعض المتعلمين.

- التقليل من الشرح أثناء تعليم المهارات وعدم الدخول في تفاصيل غير مهمة.
- إرشاد المتعلمين إلى النقاط المهمة يكون أثناء قيامهم بالحركات. (عمر و الحكيم، 2008، الصفحات 65-66)

#### خلاصة:

من خلال ما قدمناه في هذا الفصل، يتضح لنا بأن التربية البدنية و الرياضية جزء من التربية العامة و أنها تعتبر أحد العوامل الهامة لبناء الجيل الصاعد المتكامل من النواحي الأربعة: العقلية و النفسية و الاجتماعية و الجسمية، و هذا من خلال ممارسة الحصص التربوية التي تسهم بشكل كبير هي و الأستاذ المشرف و التحضير الجيد في صقل المواهب و جعل الوقت المخصص لمادة التربية البدنية و الرياضية هو الوقت الذي يمضي على أحسن حال.

# الفصل الثاني

كرة الطائرة

و خصائص المرحلة العمرية

تمهيد:

تلعب المهارات الأساسية في كرة الطائرة دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق، و يعد إتقان المهارات الأساسية أهم العوامل التي تحقق الفوز للفريق حيث أن نجاح أي فريق يعتمد على مدى استطاعة لاعبيه على أداء المهارات الأساسية بأنواعها. قد حاولنا في هذا الفصل إعطاء فكرة عن أبرز المهارات الأساسية للعبة و التي كانت هدف دراستنا هذه.

كما قمنا في هذا الفصل بالتطرق إلى مرحلة المراهقة حتى يسهل لدينا فهم المراهق والتعامل معه بصورة إيجابية بالإضافة إلى التحدث عن خصائص النمو في هذه المرحلة وكذا الحاجات الأساسية للمراهق ومحاولة معرفة أهمية التربية البدنية و الرياضية لهذه المرحلة.

### 1-1 كرة الطائرة:

#### 1-1-1 تعريف الكرة الطائرة:

هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان الذي يبلغ طوله 18×9 م و تقسمه شبكة إلى جزئين متساويين، و الهدف من هذه هو محاولة إسقاط الكرة في جهة الخصم و تفادي سقوطها في الجزء الخاص به، و لكل فريق الحق في لمس الكرة ثلاث مرّات دون حساب لمسة الصّد إن وجدت.

#### 2-1-1 مميزات و خصائص كرة الطائرة:

- يعتبر ملعب الكرة الطائرة أصغر ملعب في الألعاب الجماعية.
- يعتبر ملعب الكرة الطائرة أكبر هدف في الألعاب الجماعية يمكن التصويب عليه.
- اللعبة الجماعية الوحيدة التي لا تلمس الكرة الأرض.
- يمكن للاعب أن يلعب في جميع المراكز الأمامية و الخلفية.
- الكرة الطائرة ليس لها وقت محدد و لا بد أن تنتهي المباراة بفوز أحد الفريقين.

▪ حتمية أداء ضربة الإرسال لجميع أفراد الفريق. (طه، 1999، صفحة 16)

3-1-1 أهم قوانين الكرة الطائرة :

▪ الملعب: تجري مباريات الكرة الطائرة في ملعب مساحته 18×9 م مقسم إلى قسمين متساويين بواسطة شبكة عرضها 1م وطولها 10 أمتار ، وارتفاعها 2.43م بالنسبة للذكور و 2.23 للسيدات.

▪ الكرة : الكرة مصنوعة من الجلد الخفيف و أصبحت حديثا تصنع من الجلد الملون بثلاثة ألوان وهي تعتبر من الكرات الخفيفة حيث أن وزنها بين 260-280 غ، محيطها بين 65-67 سم و ضغط الهواء بين 0.3-0.325 كلغ/سم.

▪ دوران اللاعبين في الميدان: عندما يفوز الفريق المستقبل يقوم بالدوران من أجل التداول على الإرسال، أما في حالة فوز الفريق المرسل فلا يحدث الدوران بل يبقى نفس اللاعب في الإرسال. (2001-2004، الصفحات 5-38)

مميزات وقوانين أخرى:

- لكل فريق الحق في وقتين مستقطعين مدة كل واحد هو 30 ثانية.
- عند النقطة 08 و 16 هناك وقتان مستقطعان تقنيان مدة كل واحد 01 دقيقة.
- بين كل شوط هناك وقت راحة مدته ثلاث دقائق.

4-1-1 المهارات الأساسية للكرة الطائرة:

▪ الإرسال:

أ. تعريفه:

يعد المهارة الأولى بلعبة الكرة الطائرة و ينفذ بواسطة اللاعب الذي يشغل رقم (1) من الخط الخلفي بعد إشارة الحكم و إدخال الكرة في حالة اللعب، و تضرب الكرة بذراع واحدة و هي في الهواء حتى يتم عبورها إلى ملعب الخصم، و يتم تنفيذها من خلف خط النهاية. (الجميل، 2010، صفحة 21)

ب. أنواع الإرسال:

أولاً: الإرسال من الأعلى: الإرسال من الأعلى يتم بواسطة ضرب الكرة باليد المفتوحة بعد قذفها إلى الأعلى، بحيث تقابل اليد الكرة وهي أعلى من مستوى الكتف، ويشبه عملية الإرسال في لعبة التنس و ينقسم الإرسال من الأعلى إلى ما يلي:

أ- الإرسال المتأرجح. ب- الإرسال المتموج. ج- الطّافئ إرسال السّحق. (طه، 1999، صفحة 60)

ثانياً: الإرسال من الأسفل: هو الإرسال العادي البسيط و يعتبر من أسهل أنواع الإرسال و يتم بواسطة ضرب الكرة باليد المفتوحة أو المقبوضة بعد تركها من اليد الأخرى، بحيث أن اليد الضاربة تتجه من الأسفل إلى الأعلى، يستعمله المبتدئين لسهولة أدائه و عدم حاجته إلى قوّة كبيرة فهو في أغلب الأحيان مضمون النّجاح إلّا أنّ من السّهل على الفريق المنافس استقباله و الدّفاع عنه. (طه، 1999، صفحة 61) و ينقسم إلى أنواع:

أ- الإرسال القاعدي. ب- الإرسال الجبهي من الأسفل. ج- الإرسال الجانبي من الأسفل. (الجواد، 1999، صفحة 60)

ت. الأخطاء الشائعة في الإرسال:

- ✓ قذف الكرة بعيداً عن الجسم أو خلفه أو بجانبه.
- ✓ عدم القدرة على التوقيت بين سرعة الكرة و حركة الضرب.
- ✓ عدم ضرب الكرة بالقوّة اللاّزمة مما يؤدي إلى عدم عبورها الشبّكة.
- ✓ ضرب الكرة بأصابع اليد. (حسن، 1997، صفحة 57)

■ الاستقبال:

أ. تعريفه:

هو استقبال الكرة المرسلّة من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو لزميل في الملعب وذلك بامتصاص سرعتها وقوتها وتمريرها من الأسفل إلى الأعلى

بالمساعدين أو بالتمرير من أعلى حسب قوة الكره وسرعتها ووضع اللاعب المستقبل.  
(الوزير و طه، 1999، صفحة 35)

ب. أنواعه:

أولاً: الإستقبال من الأسفل:

هو الأكثر استعمالاً و تكون مساحة الاستعمال أو الإرجاع بمقدّمة اليدين، و يكون اللاعب مقابل للكرة مع ضرورة استقامة اليدين.

ثانياً: الإستقبال من الأعلى

ثالثاً: الإستقبال الجانبي

رابعاً: الإستقبال مع الانبطاح. (حسن، 1997، صفحة 316)

ت. الأخطاء الشائعة في الإستقبال:

✓ الأرجحة الزائدة للذراعين أماماً، وللأعلى للعب الكرة مما يؤدي إلى زيادة قوة و سرعة طيران الكرة خارج حدود الملعب.

✓ وضع الذراعين بمستوى عال جداً، مما يجعل طيران الكرة عمودياً و قصير المسافة.  
(حسن، 1997، صفحة 316)

■ الإعداد:

أ. تعريفه:

هو عملية تمرير الكرة إلى أعلى و إلى مكان مناسب بعد استقبالها من إرسال المنافس أو ضربة ساحقة أو تمريرة و تحويلها إلى اللاعب المهاجم وقد يكون الإعداد من اللمسة الأولى و لكن غالباً ما يكون من اللمسة الثانية. و نعني به إعداد أو تجهيز أو تحضير الكرة للاعب المهاجم، بطريقة ملائمة أو مناسبة مستخدمين في ذلك المهارة الملائمة أو المناسبة أيضاً لتنفيذ هذا العمل. (حسن، 2004، صفحة 3)

ب. أنواع الإعداد:

✓ الإعداد الأمامي: هو أكثر الإعداد استعمالاً لسهولة أدائه، و هو أساس لجميع أنواع الأخرى، و يؤدي من وقفة الاستعداد مع ملاحظة عملية امتداد الذراعين و الرجلين.

✓ الإعداد الخلفي من فوق الرأس: يتطلب درجة عالية من الإحساس بالحركة، حيث أنّ اللاعب لا يرى الهدف المراد التوجيه إليه لحظة الأداء.

✓ الإعداد الجانبي.

✓ الإعداد بالوثب. (طه، 1999، صفحة 139)

ت. أهمية الإعداد:

✓ يعد الخطوة التي يركز عليها المهاجم للحصول على نقاط في المباراة.

✓ يعتبر من أكثر مواقف اللعب الحساسة حيث يتوقف عليه هجوم الفريق وطريقة أدائه.

▪ السحق:

أ. تعريفه:

هو توجيه قوي للكرة يؤديه اللاعب و هو في الهواء بعد ارتقاء عمودي بمحاذاة الشبكة و تكون حركاته منسجمة و يعتبر روح الكرة الطائرة و رونقها.

(الجواد، 1999، صفحة 20)

ب. أنواعه:

✓ السحق الأمامي: هو أسهل أنواع السحق و أهمهم، لذلك تجد المدربين يعطونه اهتماماً كبيراً خاصة عند المبتدئين.

✓ السحق الجانبي: يؤدي عندما يكون اللاعب بين الشبكة و الكرة و يأخذ الخطوة و الوثبة بالموازاة مع الشبكة و يتم الارتقاء في الضرب الأمامي.

✓ السحق الخلفي: يؤدي عندما يكون الظهر موجه للشبكة فيقفز اللاعب و يدور في الهواء حتى يواجه الشبكة ثم يقوم بضرب الكرة بقوة و بسرعة.

▪ الصد:

أ. تعريفه: هو عملية يقوم بها لاعب أو لاعبين أو ثلاثة معا من المنطقة الأمامية مواجهها للشبكة أو قريبا منها، وذلك بالوثب الأعلى مع مد الذراع أو الذراعين للاعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة.

ب. أنواعه:

✓ **الصد الهجومي:** تكون الأيدي المكونة لحائط الصّد متوازنة قريبة من الشبكة و منحنية نحو ملعب المنافس لمحاولة ضرب الكرة في ملعب المنافس.

✓ **الصد الدفاعي:** فيه يتم سقوط الكرة بعد عملية الصّد في نفس ملعب الفريق المدافع، بعد أن تكون قد قلت قوتها و فقدت خطورتها.

ت. أشكال الصّد:

1/ الصّد بلاعب واحد. 2/ الصّد بلاعبين. 3/ الصّد بثلاثة لاعبين.

2-1 المرحلة العمرية 13-15 سنة

1-2-1 تعريف المراهقة:

■ لغة:

المراهقة معناها النمو، نقول: "راهق الفتى وراهقت الفتاة"، يعني النمو و الاقتراب من النضج والحلم. (زهرا، 1995، صفحة 323)

■ اصطلاحا:

المراهقة فيما اتفق معظم العلماء أنها بوابة الرشد و نهاية الطفولة و تبدأ بصفة عامة في سن 12 سنة و تمتد إلى 18 سنة. (الجسيماني، 1994، صفحة 195)

2-2-1 مراحل المراهقة:

و يمكن تلخيصها في:

■ المراهقة المبكرة:

تمتد فترة المراهقة المبكرة ما بين عمر 11 و 14 سنة تقريبا ففي هذا العمر يتأرجح المراهق بين رغبته في أن يعامل كراشد وبين رغبته في أن يهتم به الأهل.

وتمتد هذه الفترة من بداية البلوغ إلى ما بعد وضوح السمات الفزيولوجية الجديدة بعام تقريبا، حيث يشعر المراهق خلالها بعدم الاستقرار النفسي والانفعالي وبالقلق والمشاعر المتضاربة، وينظر المراهق إلى الآباء والمدرسين على أنهم رمز لسلطة المجتمع مما يجعله يبتعد عنهم ويدفعه إلى الاتجاه نحو رفقاءه الذين يتقبل آرائهم ووجهات نظرهم، و يقلدهم في أنماطهم السلوكية. (القذافي، 1997، الصفحات 353-354)

#### ■ المراهقة الوسطى:

تمتد فترة المراهقة الوسطى ما بين عمر 14 إلى 17 سنة تقريبا، و هي مرحلة اكتمال التغيرات البيولوجية و استمرار النمو الفكري للمراهق في هذه المرحلة. (SILLAMY, 1983, p. 14) و يتميز المراهق في هذه الفترة بالخصائص التالية:

- ✓ النمو البطيء.
- ✓ زيادة القوة والتحمل.
- ✓ التوافق العضلي والعصبي.
- ✓ المقدرة على الضبط والتحكم في الحركات. (خطائية، 1997، الصفحات 72-

(73)

#### ■ المراهقة المتأخرة:

تبدأ من سن 17 إلى سن 21-22 سنة من العمر، وتعتبر هذه المرحلة في بعض المجتمعات مرحلة الشباب.

يسعى المراهق في هذه المرحلة إلى توحيد جهوده من أجل إقامة وحدة متآلفة من مجموعة أجزائه و مكوناته، كما يتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة و الشعور بالاستقلالية. (القذافي، 1997، الصفحات 356-357)

3-2-1 أشكال المرحلة العمرية 13-15 سنة

أ. المتكيفة:

وهي المراهقة الهادئة نسبياً والتي تميل إلى الاستقرار العاطفي و تخلو من التوترات الانفعالية الحادة (كمال دسوقي، 1979، ص 121).

و من بين العوامل المؤثرة هي:

✓ معاملة الأسرة السمة التي تتسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق.

✓ توفير جو من الصراحة بين الوالدين والمراهق.

✓ الشغل وقت الفراغ من النشاط الاجتماعي و الرياضي وسلامة الصحة العامة.

ب. الانطوائية:

تتسم بالانطواء و الاكتئاب والتردد، ونقد النظام الاجتماعي، الاستغراق في أحلام اليقظة

التي تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات الغير مشبعة.و من أبرز العوامل المؤثرة:

✓ اضطراب الجو الأسري "الأخطاء الأسرية، تسلط الوالدين، التدليل، العقاب القاسي".

✓ تركيز الأسرة حول النجاح مما يثير قلق المراهق.

✓ عدم الإشباع الحاجة إلى التقدير وتحمل المسؤولية والجدب العاطفي.

ج. العدوانية (المتمردة):

و من أبرز سماتها: التمرد والثورة ضد المدرسة، الأسرة والمجتمع، العناد، كما أنها تتأثر

بعوامل كالتربية الضاغطة والتسلط والقسوة و صرامة. (أسعد، صفحة 157)

د. المنحرفة:

تتميز بالانحلال الخلقى التام والجنوح والسلوك المضاد للمجتمع، الانحرافات و البعد عن

المعايير الاجتماعية في السلوك، و من بين العوامل المؤثرة هي:

✓ المرور بخبرات حادة ومريرة وصددمات عاطفية عنيفة وقصور في الرقابة الأسرية.

✓ القسوة الشديدة في المعاملة وتجاهل الأسرة.

✓ الصحبة المنحرفة وهذا من أهم العوامل المؤثرة الفشل الدراسي الدائم والمتراكم.

(زهران، 1982، صفحة 440)

4-2-1 خصائص المرحلة العمرية 13-15 سنة

أ. النمو الحركي:

تتميز بالاختلال في التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والانسجام.

(فرج، 1998، صفحة 71)

ب. النمو الجسمي:

تتميز هذه المرحلة بزيادة النمو الجسمي للفتى والفتاة بصورة واضحة ويزداد نمو

العضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر مع نمو العظام حتى يستعيد الشباب

اتزانه الجسمي إذا تأخذ ملامح الجسم والوجه صورتها الكاملة. (البسيوني، 1992،

صفحة 147)

ت. النمو الاجتماعي:

إن المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه المراهق يرغبه على قوانين وتقاليده عليه احترامها،

حيث أنه لا يريد كونها تحد من حريته، وهكذا يحاول أن يتمرد عليها إن استطاع وينشأ

صراع بينه وبين مجتمعه. (حامد، 2000، الصفحات 348-349)

ث. النمو العقلي:

تتميز فترة المراهقة بنمو القدرات العقلية ونضجها، ففي هذه المرحلة ينمو الذكاء العام

للفرد كذلك تنضج القدرات العامة والخاصة، وتزداد قدرة المراهق على القيام بكثير من

العمليات العقلية كالتفكير والتذكر والتخيل والتعلم. (العيساوي، 1997، صفحة 38)

ج. النمو الانفعالي:

يجمع علماء النفس على أن انفعالات المراهق تختلف في نواحي كثيرة عن انفعالات

الطفل وتشمل هذه الاختلافات النواحي التالية:

✓ نلاحظ أن المراهق في هذه السنوات يثور لأتفه الأسباب.  
 ✓ لا يستطيع المراهق التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية إذا أثير أو غضب  
 ✓ نمو عواطف نبيلة مثل الوطنية و الولاء و الوقار. (مجدي، 2003، الصفحات  
 257-259)

#### 1-2-5 مشاكل المرحلة العمرية 13-15 سنة

##### أ. مشاكل في النمو:

أهم خصائص ذلك نجد الأرق الشعور بالتعب بصورة سريعة، معاناة الغثيان، عدم الاستقرار النفسي عدم تناسق أعضاء الجسم، فهذه الأمور لا تهم الراشد كثيرا لكنها بالنسبة للمراهق تكون مصدر قلق. (الجسماني، 1994، صفحة 501)

##### ب. المشاكل النفسية:

تتمثل في الحساسية والصراعات النفسية، وضعف التوافق النفسي و وحدة الانفعالات والعواطف والقلق والخوف والخجل والانطواء. (الداهري، 1999، صفحة 214)

##### ت. المشاكل الصحية:

إن المتاعب المرضية التي يتعرض لها المراهق هي السمنة إذ يصاب المراهقين بسمنة بسيطة قد تكون ورائها اضطرابات بالغدد. (معوض، 1971، الصفحات 72-73)

##### ث. المشاكل الانفعالية:

إن العامل الانفعالي يبدو واضحا في انفعاله وحدته واندفاعه وهذا الاندفاع الانفعالي أساسي يرجع للتغيرات الجسمية بإحساس المراهق بنمو جسمه وشعوره بأن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال، ولكن يشعر في الوقت نفسه بالحياء والخجل من هذا النمو.

(معوض، 1971، صفحة 74)

##### ج. مشاكل اجتماعية:

إن مشاكل المراهق تنشأ من الاحتياجات السيكولوجية الأساسية مثل الحصول على مركز ومكانة في المجتمع والإحساس بأن الفرد مرغوباً فيه، و مصادر السلطة على المراهق هي:

- ✓ الأسرة: إن المراهق في هذه المرحلة يميل إلى الاستقلال والحرية والتحرر.
- ✓ المدرسة: فالطالب يحاول أن يتباهى ويتمرد عليها بحكم أنها طبيعية في هذه المرحلة من عمره، بل إنه يرى أن سلطة المدرسة أشد من سلطة الأسرة.
- ✓ المجتمع: المراهق بصفة خاصة يميل إلى الحياة الاجتماعية بسهولة للتمتع بمهارات اجتماعية تمكنه من اكتساب صداقات والبعض الآخر يميلون على العزلة والابتعاد على اكتساب صداقات. (معوض، 1971، الصفحات 74-75)

1-2-6 حاجات المرحلة العمرية 13-15 سنة:

أ. الحاجة إلى المكانة:

من أهم حاجات المراهق رغبته في أن يكون شخصاً هاماً، وأن يكون له مكانة في جماعته وأن يعترف به كشخص ذي قيمة. (عائل، 1972، الصفحات 118-120)

ب. الحاجة إلى الاستقلال:

إن هذه الحاجة تكون متزايدة الأهمية لدى المراهقين حيث نجده يريد التخلص من قيود الأهل وأن يصبح مسؤولاً عن نفسه، فمثلاً نجده يريد معرفة خاصة، يفكر لذاته... الخ.

ت. الحاجة إلى الحرية و الأمن:

و تتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي و الصحة الجسمية، الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، الحاجة إلى البقاء حياً، الحاجة إلى تجنب الخطر والألم.

ث. الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:

الحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل الحاجة إلى النجاح والتقدم.

## خلاصة:

المهارات الأساسية تلعب دورا هاما في عملية الإعداد الشامل والمتكامل للاعب الكرة الطائرة، ولا يأتي هذا إلا من خلال الوحدات التعليمية المبنية على الأسس العلمية في مجال التربوي الحديث.

من خلال ما طرح في هذا الفصل نستخلص أن مرحلة المراهقة المبكرة التي هي أصعب مرحلة في حياته و يجب على المربي أو الأستاذ أن يعرف خصائص واحتياجات ومتطلبات المراهق الضرورية ليحقق نموا متزنا ويكون شخصية قوية ومنتزنة في حياته.

## خاتمة الباب:

لقد تناولنا في هذا الباب كل المعلومات النظرية الخاصة بالبحث و قد عرجنا على أهم النقاط، و قد قمنا بتقسيم هذا الباب إلى فصلين تناولنا في الفصل الأول التربية البدنية و الرياضية و في الفصل الثاني الكرة الطائرة و المراهقة , يحث توصل الطالبان إلى أن أهداف التربية البدنية و الرياضية لا تتحقق بمجرد اشتراك التلاميذ في الدرس بل تتطلب الاخير المناسب للوحدات التعليمية تسمح باستثمار الوقت و تساعد المتعلم على الاستعاب الصحيح و السريع لمتطلبات الدرس.

الباب الثاني

الدراسة التطبيقية

## تمهيد الباب:

بعد الانتهاء من الدراسة النظرية لموضوع البحث نبدأ الآن بالدراسة التجريبية و التطبيقية لبحثنا و كل ما قمنا به من الجانب الميداني، مستفدين من الدراسة النظرية للبحث .

# الفصل الأول

منهجية البحث و الإجراءات

الميدانية

تمهيد:

بعد دراستنا للجانب النظري سنحاول في هذا الجزء من الإطار التطبيقي دراسة هذا الموضوع دراسة ميدانية، حيث يشتمل هذا الفصل على الدراسة الاستطلاعية و على عينة البحث وكيفية اختيارها والمنهج المستخدم وأدوات الدراسة وكذلك أسس و خطوات إعداد الوحدات التعليمية.

1-1 منهج البحث:

المنهج الذي اتبعه الطالبان هو المنهج التجريبي و ذلك لتوافقه مع مشكلة البحث. حيث قمنا باستخدام عينتين ( تجريبية و ضابطة ) كما استخدم الطالبان الاختبار القبلي و البعدي لكلا المجموعتين.

2-1 مجتمع و عينة البحث:

لقد اختيرت العينة بطريقة عشوائية من مجتمع البحث و البالغ عدده (90 تلميذ) السنة الثالثة متوسط لعام 2018/2017 و بعد استبعاد التلاميذ الغير ملتزمين و معفيين أصبح عدد أفراد عينة البحث (42 تلميذ). و قد قام الطالبان بتقسيم العينة إلى مجموعتين متساويتين كالآتي:

الجدول رقم 01: يمثل عينة و مجتمع البحث

العينة الضابطة	العينة التجريبية	مجتمع البحث	
21	21	90	العدد الكلي
24%	24%	100%	النسبة المئوية

أ. المجموعة التجريبية: الذي يتم معها استخدام الوحدات التعليمية المقترحة في تسيير حصص التربية البدنية و الرياضية في الكرة الطائرة من قبل الطالبان.

ب. المجموعة الضابطة:

التي كانت تمارس حصص التربية البدنية و الرياضية مع الأستاذ الخاص بها.

### 3-1 متغيرات البحث:

للحصول على نتائج موثوق بها يشترط على كل باحث أن يضبط متغيرات بحثه حتى يقوم بعزل المتغيرات العشوائية. و على هذا الأساس كانت متغيرات الدراسة على النحو التالي:

#### ▪ المتغير المستقل:

و في دراستنا هذه فان المتغير المستقل يتمثل في الوحدات التعليمية المقترحة.

#### ▪ التغير التابع:

و هو عبارة عن النتيجة الحاصلة عن وجود المتغير المستقل، و هو المهارات الأساسية في الكرة الطائرة (الإرسال من الأسفل، الإستقبال، الإعداد).

#### ▪ المتغيرات المشوشة:

✓ سوء الأحوال الجوية و انعدام قاعة مغطاة.

✓ تزامن فترة البحث مع فترة الإضرابات.

✓ تزامن فترة البحث مع فترة الاختبارات للفصل الثاني للعينة.

✓ عدم تسهيل المهمة من مسؤولين المتوسطة.

### 4-1 مجالات البحث:

▪ المجال البشري: ضم المجال البشري 90 و تم اختيار 52 فرد من تلاميذ السنة

الثالثة متوسط تتراوح أعمارهم 13 - 15 سنة.

- **المجال المكاني:** تمت الدراسة الميدانية في الملعب المدرسي الخاص بمتوسطة يحياوي الجبلاي الإخوة بن شنين بالمحمدية معسكر.
- **المجال الزمني:** لقد بدأت الدراسات الجدية لهذا البحث بعد تحديد موضوع الدراسة في أواخر شهر أكتوبر 2017، و من هذا التاريخ بدأت الدراسة النظرية أما الدراسة الميدانية قد ابتدأت في الفترة الممتدة من تاريخ 08-01-2018 م إلى تاريخ 12-04-2018 م.
- قد كانت الاختبارات بالنسبة للعينة الاستطلاعية على 10 تلاميذ على النحو التالي:
- \* الاختبار القبلي: 8 / 01 / 2018.
- \* إعادة الاختبار: 15 / 01 / 2018.
- قمنا بالشرع في التجربة الرئيسية حيث تم إجراء الاختبارات القبلية على العينتين على النحو التالي:
- \* العينة التجريبية وكانت يوم الخميس 18-01-2018 من 10:00-12:00.
- \* العينة الضابطة وكانت يوم الخميس 18-01-2018 من 08:00-10:00.
- كانت عملية الابتداء في تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة على العينة التجريبية يوم الخميس 25 / 01 / 2018، أما عملية الانتهاء من الوحدات التعليمية المقترحة كانت يوم الخميس 05 / 04 / 2018
- وتمثلت الاختبارات البعدية على العينتين وكان على النحو التالي :
- \* العينة التجريبية يوم الخميس 12-04-2018 من 10:00-12:00.
- \* العينة الضابطة يوم الخميس 12-04-2018 من 08:00-10:00.

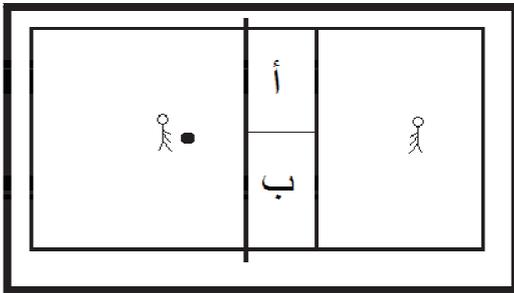
5-1 أدوات البحث:

العتاد:

- ملعب الكرة الطائرة / 15 كرة طائرة قانونية
- شريط لاصق ملون . شواخص . 02 ساعة إيقاف.

الاختبارات المستعملة:

- الاختبار الخاص بالإرسال:



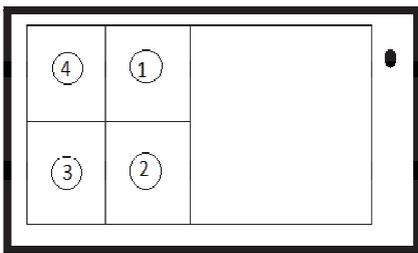
- الغرض منه : قياس مهارة الإرسال من الأسفل.
- الأدوات: ملعب كرة طائرة، كرات طائرة، شريط لاصق ملون.

طريقة الأداء : يقف اللاعب خلف خط نهاية

الملعب و يقوم بالإرسال من الأسفل موجهها للربع رقم 1 ثم المربع 2 ثم 3 ثم 4. بمعدل 5 كرات لكل مربع.

التسجيل: - الكرة داخل المربع نقطة. - الكرة خارج المربع صفر.

- الاختبار الخاص بالإستقبال:

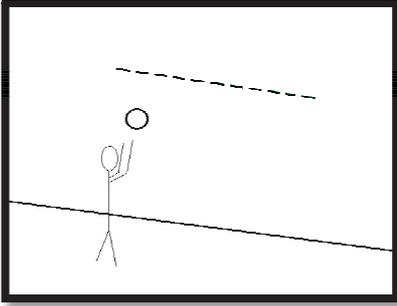


الغرض منه: قياس مهارة الإستقبال .

الأدوات: ملعب كرة طائرة، كرات طائرة، شريط لاصق ملون، حبل.

الأداء: يقف اللاعب في المنطقة رقم 6 و يستقبل الكرة من المعلم المتواجد في النصف الآخر من الملعب و يحاول توجيه الكرة الى المنطقة المحددة (10محاولات إلى المنطقة "أ" و 10 محاولات إلى المنطقة "ب") مع وجوب رفع الكرة إلى الأعلى (فوق الحبل بارتفاع 2م).

- شروطه: - يلتزم بالمكان المحدد للوقوف.
- رفع الكرة للأعلى عند الاستقبال (فوق الحبل بارتفاع 2م).
- لكل تلميذ 20 محاولات.
- التسجيل: - كل كرة توجه إلى المنطقة الصحيحة تحتسب نقطة .
- كل كرة بعيدة عن المنطقة صفر.



- الاختبار الخاص بالإعداد :

الغرض منه: قياس قدرة المختبر على أداء التمرير.

الأدوات: حائط أملس مرسوم عليه خط على ارتفاع 2م، ساعة إيقاف.

- مواصفات الأداء: يقف التلميذ خلف خط يبعد 150 سم عن الحائط على أن يمسك الكرة باليدين ثم يقوم بالتمرير أعلى الخط المرسوم على الحائط لمدة 30 ثا .
- الشروط: - يجب استعمال مهارة التمرير من الأسفل بالأصابع.
- التمرير من خلف الخط و أعلى الخط المرسوم على الحائط.
- التسجيل: يسجل عدد المرات خلال 30 ثا.

6-1 الدراسات الإحصائية:

• - برنامج Excel 2007 .

• المتوسط الحسابي:

$$\text{متوسط الحسابي} = \frac{\text{مجموع س}}{\text{ن}}$$

حيث: مج س: مجموع القيم ، ن: عدد أفراد العينة

- معامل الارتباط بيرسون:

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

حيث:

ن: عدد أفراد العينة،

س: قيم الاختبار الأول، ص: قيم الاختبار الثاني.

- اختبارات ستيودنت لعينتين مرتبطتين:

$$t = \frac{\bar{m} - \bar{c}}{\sqrt{\frac{s^2}{n} + \frac{s^2}{n}}}$$

حيث: ن: عدد أفراد العينة،

م: متوسط الفروق، ح: ف: انحراف القيمة عن متوسطها.

- التباين:

$$s^2 = \frac{\sum (x - \bar{x})^2}{n}$$

### 7-1 الأسس العلمية للاختبارات:

مما لا شك فيه أن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة صلاحية الأداة المستخدمة و الصعوبات التي قد تتعرض اليها الباحث. و عليه فقد قمنا بإجراء دراسة استطلاعية بمتوسطة يحيياوي الجيلالي بالمحمدية معسكر و التي كان الغرض منها:

- التعرف على النظام الداخلي للمتوسطة و عدد تلاميذ السنة الثالثة متوسط.
- الاتصال بالأستاذ الرئيسي قصد اطلاعه على موضوع الدراسة.
- أخذ فكرة واضحة على واقع التربية البدنية بالمتوسطة.
- الوقوف على مختلف الصعوبات التي قد تواجهها أثناء الدراسة الأساسية.

كما أننا قمنا بتطبيق الاختبارات الخاصة بقياس مهارة (الإرسال من الأسفل، الاستقبال، الإعداد) على العينة البالغة 10 تلاميذ و أعيدت نفس الاختبارات بعد أسبوع و تحت نفس الظروف حيث تم بعد ذلك إقصائهم نهائيا في الدراسة الأساسية، و تم التحصل على النتائج (المدونة في الملحق رقم 01) و بعد معالجتها باختبار الارتباط بيرسون تحصلنا على النتائج التالية:

الجدول رقم 02: يمثل معامل الثبات و الصدق

الدرجة الحرة	معامل الارتباط بيرسون (الثبات)	معامل صدق الاختبارات	القيمة الجدولية لمعامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
08	0.84	0.91	0.54	اختبار الإرسال من الأسفل
08	0.70	0.83		اختبار الاستقبال
08	0.90	0.94		اختبار الإعداد

من خلال الجدول رقم 01 يظهر أن كل قيم بيرسون المحسوبة تراوحت بين (0.70) إلى (0.90) و كلها كانت أكبر من الجدولية المقدر ب (0.54) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 08.

أ. الصدق:

بعد الحصول على النتائج قام الطالبان باستخدام معامل بيرسون لمعرفة مدى صدق الاختبارات المستخدمة:

من خلال الجدول (01) يظهر أن كل قيم الصدق المحسوبة تراوحت بين (0.83) إلى (0.94) و كلها كانت أكبر من الجدولية المقدره ب (0.54) عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 08. منه يتبين أن الاختبار على درجة عالية من الصدق الذاتي. **صدق المحكمين** : تم استخدام الصدق الظاهري وذلك استنادا بأراء أساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية في مجال الكرة الطائرة حول الاختبارات. (الملحق رقم 03)

**الجدول رقم 03:** يوضح قبول المحكمين للاختبارات المقترحة.

القبول	المحكم 5	المحكم 4	المحكم 3	المحكم 2	المحكم 1		
1		×				الاختبار 1	اختبارات الإرسال
1					×	الاختبار 2	
4	×	×		×	×	الاختبار 3	
1			×			الاختبار 4	
1	×					الاختبار 1	اختبارات الإستقبال
4		×	×	×	×	الاختبار 2	
1					×	الاختبار 3	
5	×	×	×	×	×	الاختبار 1	اختبارات الإعداد
1					×	الاختبار 2	
1		×				الاختبار 3	

ب. ثبات الاختبار:

بعد استخدام الطالبان معامل الارتباط البسيط لبيرسون لمعالجة النتائج المتحصل عليها، و بعد الكشف في جدول الدلالات لمعامل الارتباط عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 08، وجد أن قيمة بيرسون المحسوبة لكل اختبار من الاختبارات الثلاثة التي تراوحت (بين 0.70 و 0.90) هي أكبر من القيمة بيرسون الجدولية المقدر ب (0.54)، مما يؤكد أن الاختبارات الثلاثة على درجة عالية من الدقة و الثبات.

ت. الموضوعية:

من خلال الجدول رقم (01) يظهر وجود الصدق و الثبات للاختبارات الثلاثة حيث اعتبر الطالبان أن وجود هذين الأخيرين دال على وجود موضوعية عالية.

8-1 الوحدات التعليمية المقترحة:

بعد معاينة أولية قام بها الطالبان على مستوى متوسطة "يحياوي الجيلالي" و ملاحظة النقص في مستوى التلاميذ في نشاط الكرة الطائرة و كذلك مناقشة مع الأستاذ المشرف و بعض أساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية بمستغانم، قام الطالبان بإعداد وحدات تعليمية في التربية البدنية و الرياضية نشاط الكرة الطائرة و ذلك بعد الاطلاع على عدة مراجع و دراسات. حيث قام الطالبان بتصميم الوحدات التعليمية حسب:

1-8-1 خطوات إعداد الوحدات:

تم إعداد هذه الوحدات التعليمية بعد الاطلاع على عدد كبير من المراجع و المصادر المستخدمة في البرامج التعليمية و التربوية، و على مجموعة من الدراسات و البحوث و مساعدة الأستاذ المشرف و بعض أساتذة المعهد المختصين لمعرفة المهارات الأكثر أهمية في الكرة الطائرة (الإرسال من الأسفل، الاستقبال، الإعداد)، و بعض أساتذة

المتوسط للتربية البدنية و الرياضية لمعرفة النقص الموجود عند التلاميذ و أيضا من خلال زيارات أولية قمنا بها لمعرفة طبيعة العينة التي ستقدم إليها الوحدة ومعاينة المستوى الأولي لهم في الكرة الطائرة.

### 1-8-2 الأسس التي بنيت عليها الوحدات:

تم مراعاة الأسس التالية عند وضع الوحدات التعليمية لتحسين مهارات الأساسية للكرة الطائرة لتلاميذ المتوسط (13-15 سنة) و المتمثلة في ما يلي:

- صياغة الأهداف الإجرائية تتناسب مع حاجيات و نقائص التلاميذ.
- الاستمرار في تقديم الخبرات للتلاميذ دون توقف لضمان دوام عملية التعلم.
- التدرج أي تلائم ما يقدم للتلاميذ مع مستواهم مع الزيادة المنتظمة في الصعوبة.
- التنوع في استخدام الوسائل البيداغوجية الملائمة.
- ترك المجال للتلميذ لإعطاء رأيه و اقتراحاته.

### 1-8-3 مكونات الوحدات التعليمية:

- الإحماء: هو فترة تهيئه و إعداد التلميذ نفسيا و بدنيا ليكون مستعدا للتفاعل مع النشاط أو المجهود البدني الذي يقوم .
- الجزء الرئيسي: يحتوي هذا الجزء على التمارين الرياضية و الألعاب التي تعمل على تحقيق هدف الوحدة التعليمية حيث يتم البدء بشرح ماهية المهارة المراد تعلمها مع تقديم النموذج الصحيح و يتم اختيار التشكيلات و أساليب التعليم المناسبة و التدرج و التكرار.

- الجزء الختامي: يتكون هذا الجزء على تمارين الاسترخاء و التهدئة. حيث يهدف إلى العودة للحالة الطبيعية.

#### 1-8-4 بناء الوحدات التعليمية:

لقد حدد الطالبان الوقت الإجمالي للوحدة ب45 د، حيث قسمت على الشكل التالي:

- الإحماء : 10 د .
- الجزء الرئيسي: 30 د .
- الجزء الختامي : 05 د .

و الجدول التالي يمثل الأهداف التعليمية المطبقة في البرنامج و التاريخ المخصص لكل حصة:

#### الجدول رقم 04: يمثل الأهداف التعليمية المطبقة في البرنامج

رقم الوحدة	الهدف التعليمي	التاريخ
01	أن يتعرف التلميذ على اللعبة من خلال الممارسة مع احترام القوانين المعمول بها.	2018-01-25
02	أن يكون التلميذ قادر على التحكم في الكرة و التأقلم معها.	2018-02-01
03	أن يكون التلميذ قادر على تنظيم تنقلاته و التحكم فيها من خلال العمل في محيط.	2018-02-06
04	أن يتمكن التلميذ من معرفة الوضعية الصحيحة لأداء الإرسال بالشكل الصحيح.	2018-02-08
05	أن يتمكن التلميذ من أداء الإرسال مع تجاوز الكرة للشبكة.	2018-02-13
06	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة للأماكن الشاغرة في ملعب الخصم	2018-02-15
07	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة مع تسجيل نقطة من الإرسال المباشرة.	2018-02-20
08	أن يتمكن التلميذ من معرفة الوضعيات الأساسية لاستقبال الكرة و تمريرها.	2018-02-22

2018-02-27	أن يتمكن التلميذ من إستقبال الكرة مع رفعها لمسافة أعلى.	09
2018-03-01	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة للزميل الموزع عند الإستقبال من الثبات.	10
2018-03-06	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة للزميل الموزع عند الإستقبال مع الحركة.	11
2018-03-08	أن يتمكن التلميذ من معرفة و تحسين الوضعيات الأساسية أثناء الإعداد.	12
2018-03-13	أن يتمكن التلميذ من معرفة وضعية الأصابع و التحكم بالكرة للقيام بإعداد صحيح.	13
2018-03-15	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة بالطريقة الصحيحة مع رفع الكرة للأعلى من الثبات.	14
2018-04-03	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة بالطريقة الصحيحة مع رفع الكرة للأعلى مع الحركة.	15
2018-04-05	أن يتمكن التلميذ من المساهمة في بناء هجمة منسقة لإحراز نقطة	16

### 1-8-5 تنفيذ الوحدات التعليمية:

كان سير الوحدة التعليمية يبدأ بالإحماء حيث يتم تحضير التلاميذ بدنيا و نفسيا من قبل الطالبان، ثم الانتقال إلى الجزء الرئيسي الذي يبدأه الطالبان بشرح المهارة المراد تعلمها شرحا مبسطا ثم تقديم عرض نموذجي من قبل الطالبان لأخذ صورة صحيحة عن المهارة المراد تعلمها، ثم تقديم المواقف بالتسلسل و مراقبة التلاميذ خلال العمل و تقديم التوجيهات مع تشجيعهم لإعطاء طابع تنافسي للحصة وفي الأخير القيام بتمارين الإطالة العضلية لإعادة الجسم إلى الحالة الطبيعية و مناقشة جماعية.

### خلاصة:

لقد تناولنا في هذا الفصل كل ما قام به الطالبان انطلاقا من الدراسة الاستطلاعية و العينة و كيفية اختيارها و الأدوات المستعملة وصولا إلى الدراسات الإحصائية، و كل هذا للتحكم في سيرورة البحث.

# الفصل الثاني

عرض و تحليل و مناقشة  
النتائج و الاستنتاجات

**تمهيد:**

سوف يتناول الطالبان في هذا الفصل معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام مجموعة من المقاييس الإحصائية لعرضها في جداول ثم تحليلها و مناقشتها و استخلاص النتائج يعتمد عليها في إصدار الأحكام.

**1-2 عرض وتحليل النتائج:**

**1-1-2 عرض و مناقشة نتائج الاختبار القبلي للقياسات لعينتي البحث:**

من خلال نتائج الخام المتحصل عليها للقياسات ( السن، الطول، الوزن) الملحق رقم (02) و بعد معالجتها باختبار "ت ستيودنت" تحصلنا على النتائج التالية:

**الجدول رقم 05:** يوضح نتائج قياسات للسن و الطول و الوزن لعينتي

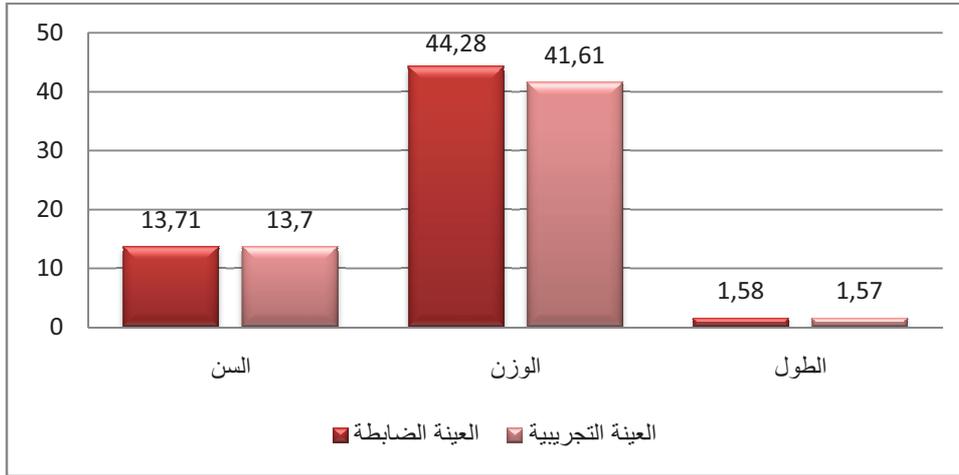
البحث الضابطة و التجريبية.

دلالة الفروق	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية (2ن-2)	حجم كل عينة	العينة الضابطة		العينة التجريبية		
						المتوسط الحسابي	التباين	المتوسط الحسابي	التباين	
غير دل إحصائيا	0.1					13.71	0.81	13.70	0.41	السن
غير دل إحصائيا	1.41	2.02	0.05	40	21	44.28	43.01	41.61	32.04	الطول
غير دل إحصائيا	0.02					1.58	0.04	1.57	0.06	الوزن

لقد تبين من خلال الجدول رقم 05 أن جميع القيم "ت" ستيودنت و التي كانت على النحو التالي: (0.1، 0.02، 1.41) وهي كلها قيم أصغر من "ت" الجدولية و التي بلغت (2.02) عند درجة حرية (2ن-2) = 40 ومستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يؤكد على عدم وجود دلالة إحصائية أي عدم وجود فروق معنوية بين المتوسطات و بالتالي فإن هذا يدل

على مدى التجانس القائم بين عينتي البحث من حيث التماثل في المستوى من ناحية القياسات (السن، الطول، الوزن).

الشكل البياني رقم 01: يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية للسن و الطول و الوزن بين العينتين.



من خلال الشكل البياني رقم 01 يتضح لنا مدى تقارب قيم المتوسطات الحسابية للعينتين ، و هذا ما يؤكد وجود تجانس بين العينتين في القياسات الثلاث.

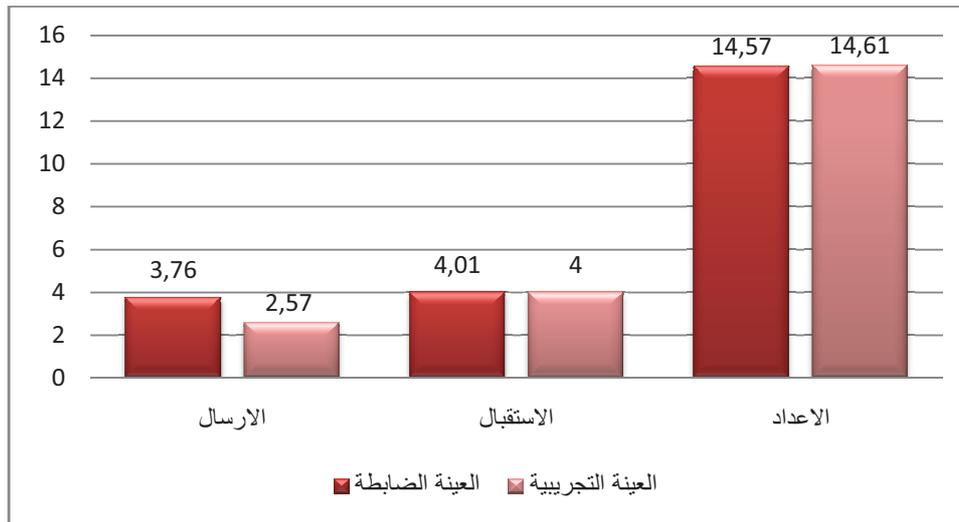
## 2-1-2 عرض ومناقشة النتائج البدنية و المهارة القبلية لعينتي البحث:

الجدول رقم 06: يوضح نتائج للاختبارات القبلية لعينتي البحث الضابطة و التجريبية.

الدلالة الإحصائية	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	مستوى الدلالة	درجة حرية (2ن-2)	حجم كل عينة	العينة الضابطة		العينة التجريبية		
						المتوسط الحسابي	التباين	المتوسط الحسابي	التباين	
غير دال إحصائياً	1.20	2.02	0.05	40	21	14.59	3.76	5.85	2.57	اختبار الإرسال من الأسفل
غير دال إحصائياً	0.2					9.8	4.01	7.4	4	اختبار الاستقبال
غير دال إحصائياً	0.02					36.85	14.57	20.7	4	14.61

نلاحظ من خلال الجدول رقم 06 أن قيم "ت" المحسوبة لكل الاختبارات هي على التوالي (1.20، 0.2، 0.02) وهي قيم أصغر من "ت" الجدولية و التي بلغت (2.02) عند درجة الحرية (2ن-2)=40 ومستوى الدلالة (0.05)، وهذا يعني أن النتائج المتحصل عليها غير دالة إحصائياً ومنه نستنتج مدى تجانس القائم بين عينتي البحث في النتائج القبلية للاختبارات المهارة الثلاثة (الإرسال من الأسفل، الإستقبال، الإعداد).

**الشكل البياني رقم 02:** يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات القبلية بين العينتين.



من خلال الشكل البياني رقم 02 من خلال الشكل البياني رقم 01 يتضح لنا مدى تقارب قيم المتوسطات الحسابية للعينتين في الاختبارات الثلاثة، و هذا ما يؤكد وجود تجانس بين العينتين .

3-1-2 عرض ومناقشة الاختبارات القبلية والبعديتين لعينتي البحث:

1-3-1-2 عرض ومناقشة نتائج اختبار الإرسال من الأسفل:

جدول رقم 07: يوضح المقارنة بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديتين لعينتي

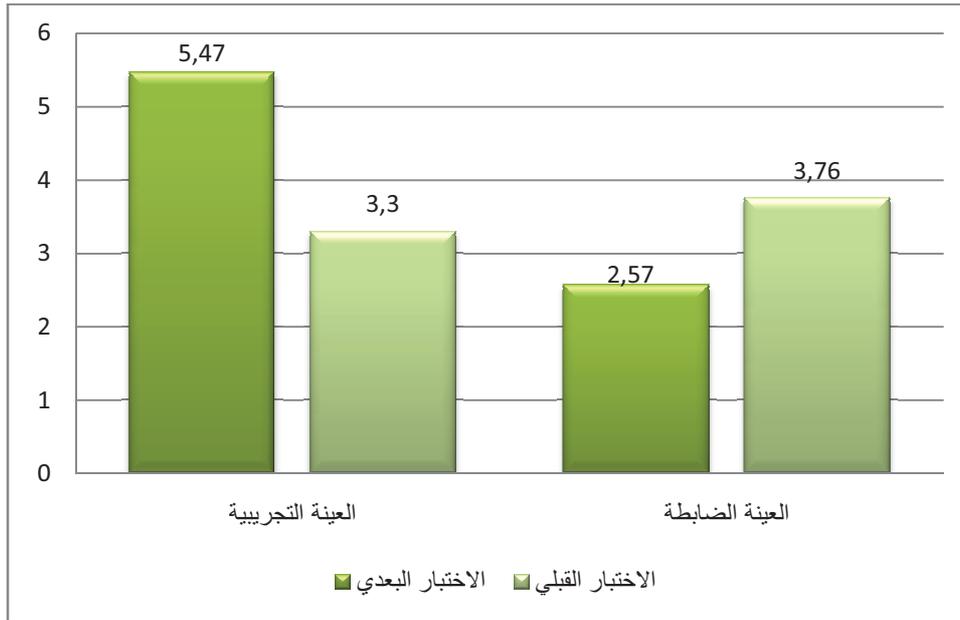
البحث لاختبار الإرسال من الأسفل.

الدلالة الإحصائية	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	مستوى الدلالة	درجة حرية (ن-1)	حجم كل عينة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		
						المتوسط الحسابي	التباين	المتوسط الحسابي	التباين	
غير دال إحصائياً	0.41	2.01	0.05	20	21	13.61	3.3	14.59	3.76	العينة الضابطة
دال إحصائياً	3.74					6.76	5.47	5.85	2.57	العينة التجريبية

لقد تبين على ضوء النتائج المدونة في الجدول رقم 07 أن قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي عند العينة الضابطة بلغت (3.67) و التباين (14.59) أما في الاختبار البعدي وعند نفس العينة فقد بلغ المتوسط الحسابي (3.3) والتباين (13.61) بينما على مستوى العينة التجريبية فقد بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2.57) والتباين (5.85) أما في الاختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي (5.47) والتباين (6.76) ، وبعد استخدام اختبار دلالة الفروق "ت" ستيودنت تبين أن قيمة "ت" المحسوبة بالنسبة للعينة الضابطة بلغت (0.41) وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت (2.01) عند درجة حرية (ن-1)=20 ومستوى الدلالة (0.05) وهذا ما يدل على عدم وجود دلالة إحصائية وبالتالي عدم وجود فروق معنوية بين متوسطات النتائج للاختبارات القبلية والبعديتين للعينة الضابطة أما بالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت قيمة "ت" المحسوبة (3.47) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية و التي بلغت (2.01) عند درجة حرية (ن-1)=20 ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي وجود فروق معنوية بين متوسطات النتائج للاختبارات القبلية و البعديتين للعينة التجريبية لصالح الاختبارات البعديتين وقصد توضيح

الفروق بين المتوسطات الحسابية في الاختبارين القبلي و البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية قام الطالبان بانجاز الشكل البياني التالي:

شكل رقم (03): يبين المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الإرسال من الأسفل



نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 03 أن المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في الاختبار البعدي لاختبار الإرسال من الأسفل الذي بلغ (2.57) اقل من المتوسط الحسابي للاختبار القبلي الذي بقي كما هو نوعا ما (3.76) وهذا يدل على عدم فاعلية الوحدات التعليمية للعينة الضابطة أما العينة التجريبية فقد بلغ متوسطها الحسابي في الاختبار البعدي (5.47) أكبر من المتوسط الحسابي للاختبار القبلي الذي بلغ (3.3) وهذا يدل على نجاعة الوحدات التعليمية المقترحة وفعاليتها فيما يخص تعلم مهارة الإرسال من الأسفل وهذا لأفراد المجموعة التجريبية التي صعدت في المستوى بينما العينة الضابطة لقد تم حدوث تناقص نوعا ما في المستوى التي كانت عليه.

2-3-1-2 عرض ومناقشة نتائج اختبار الاستقبال:

جدول رقم 08: يوضح المقارنة بين نتائج الاختبارات القبلية و البعدية

لعينتي البحث لاختبار الاستقبال.

الدالة الإحصائية	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	مستوى الدلالة	درجة حرية (ن-1)	حجم العينة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		
						المتوسط الحسابي	التباين	المتوسط الحسابي	التباين	
غير دال إحصائياً	0.91	2.01	0.05	20	21	8.92	3.14	9.8	4.01	العينة الضابطة
دال إحصائياً	9.19					10.25	12.42	7.4	4	العينة التجريبية

لقد تبين على ضوء النتائج المدونة في الجدول رقم 08 أن قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي عند العينة الضابطة بلغت (4.01) و التباين (9.8) أما في الاختبار البعدي وعند نفس العينة فقد بلغ المتوسط الحسابي (3.14) والتباين (8.92) بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها الوحدات التعليمية المقترحة فقد بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (4) والتباين (7.4) أما في الاختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي (12.42) والتباين (10.25) ، وبعد استخدام اختبار دلالة الفروق "ت" ستيودنت تبين أن قيمة "ت" المحسوبة بالنسبة للعينة الضابطة بلغت (0.91) وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت (2.01) عند درجة حرية (ن-1)=20 ومستوى الدلالة (0.05) وهذا ما يدل على عدم وجود دلالة إحصائية وبالتالي عدم وجود فروق معنوية بين متوسطات النتائج القبلية والبعدية للعينة الضابطة أما بالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت قيمة "ت" المحسوبة (9.19) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية و التي بلغت (2.1) عند درجة حرية (ن-1)=20 ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي وجود فروق معنوية بين المتوسطات النتائج القبلية و البعدية للعينة التجريبية لصالح الاختبارات البعدية وقصد توضيح الفروق

بين المتوسطات الحسابية في الاختبارين القبلي و البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية قام الطالبان بإنجاز الشكل البياني التالي:

شكل رقم 04: يبين المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الاستقبال.



نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 04 أن المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في الاختبار البعدي لاختبار الاستقبال الذي بلغ (3.14) أصغر من المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بقليل الذي بقي كما هو نوعا ما (4.01) وهذا يدل على عدم فاعلية الوحدات التعليمية للعينة الضابطة أما العينة التجريبية فقد بلغ متوسطها الحسابي في الاختبار البعدي (12.42) أكبر من المتوسط الحسابي للاختبار القبلي الذي بلغ (4) وهذا يدل على فاعلية الوحدات التعليمية المقترحة فيما يخص تعلم مهارة الاستقبال وهذا لأفراد المجموعة التجريبية التي سعدت في المستوى بينما العينة الضابطة فبقيت في المستوى التي هي عليه.

2-1-3-3 عرض ومناقشة نتائج اختبار الاعداد:

جدول رقم 09: يوضح المقارنة بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي

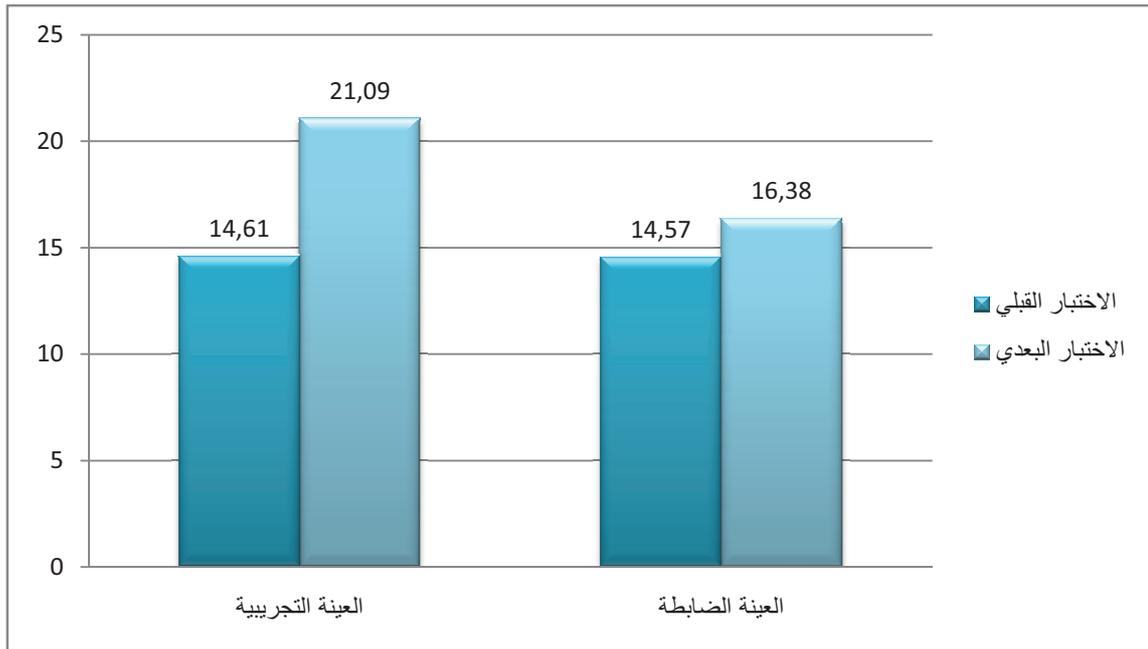
لعينتي البحث لاختبار الإعداد

الدالة الإحصائية	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	مستوى الدلالة	درجة حرية (ن-1)	حجم العينة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		
						المتوسط الحسابي	التباين	المتوسط الحسابي	التباين	
غير دال إحصائياً	0.89	2.01	0.05	20	21	49.74	16.38	36.85	14.57	العينة الضابطة
دال إحصائياً	4.34					25.09	21.09	20.74	14.61	العينة التجريبية

لقد تبين على ضوء النتائج المدونة في الجدول رقم 09 أن قيمة المتوسط الحسابي القبلي عند العينة الضابطة بلغت (14.57) و التباين (36.85) أما في الاختبار البعدي وعند نفس العينة فقد بلغ المتوسط الحسابي (16.38) والتباين (49.74) بينما على مستوى العينة التجريبية المطبق عليها الوحدات التعليمية المقترحة فقد بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (14.61) والتباين (20.74) أما في الاختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي (21.09) والتباين (25.09) ، وبعد استخدام اختبار دلالة الفروق "ت" ستيودنت تبين أن قيمة "ت" المحسوبة بالنسبة للعينة الضابطة بلغت (0.89) وهي أصغر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت (2.01) عند درجة حرية (ن-1)=20 ومستوى الدلالة (0.05) وهذا ما يدل على عدم وجود دلالة إحصائية وبالتالي عدم وجود فروق معنوية بين متوسطات النتائج الاختبارات القبلية والبعدي للعينة الضابطة أما بالنسبة للعينة التجريبية فقد بلغت قيمة "ت" المحسوبة (4.34) وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية و التي بلغت (2.30) عند درجة حرية (ن-1)=20 ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود دلالة إحصائية وبالتالي وجود فروق معنوية بين المتوسطات النتائج الاختبارات القبلية و البعدي

للعيينة التجريبية لصالح الاختبارات البعدية وقصد توضيح الفروق بين المتوسطات الحسابية في الاختبارين القبلي و البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية قام الطالبان بإنجاز الشكل البياني التالي:

شكل رقم 05: يبين المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الإعداد.



نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 05 أن المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في الاختبار البعدي لاختبار الإعداد الذي بلغ (16.38) أكبر من المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بقليل حيث بقي كما هو نوعا ما (14.57) وهذا إن دل على شيء يدل على عدم فاعلية الوحدات التعليمية للعينة الضابطة أما العينة التجريبية فقد بلغ متوسطها الحسابي في الاختبار البعدي (21.09) أكبر من المتوسط الحسابي للاختبار القبلي الذي بلغ (14.61) وهذا يدل على مساهمة الوحدات التعليمية المقترحة في تعلم مهارة الإعداد .

4-1-2 عرض ومناقشة نتائج الاختبار البعدي لعينتي البحث:

1-4-1-2 عرض ومناقشة النتائج البعدية لاختبار الإرسال من الأسفل لعينتي البحث:

جدول رقم 10: يوضح النتائج البعدية لإختبار الإرسال من الأسفل لعينتي البحث

الدالة الإحصائية	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية (2ن-2)	حجم العينة	الاختبار البعدي		
						المتوسط الحسابي	التباين	
دال إحصائيا	2.22	2.02	0.05	40	21	13.6	3.3	العينة الضابطة
						1		
						6.76	5.47	العينة التجريبية

نلاحظ من خلال الجدول رقم 11 أن القيمة "ت" المحسوبة للعينتين بلغت (2.22) وهي أكبر من "ت" الجدولية والتي بلغت (2.02) عند درجة حرية (2ن-2) = 40 ومستوى الدلالة (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية والذي بلغ متوسطها الحسابي (5.47) وهو أكبر من المتوسط الحسابي للعينة الضابطة والذي بلغ (3.3). وهذا بطبيعة الحال راجع إلى فاعلية الوحدات التعليمية المقترحة في تحسين مهارة الإرسال من الأسفل حيث كانت فاعلية الوحدات التعليمية المقترحة للعينة التجريبية أنجح من فاعلية الوحدات التعليمية للعينة الضابطة ونفسر ذلك بارتفاع قيمة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في الإختبار البعدي عن العينة الضابطة ومن أجل توضيح الفروق بين المتوسطات الحسابية بين الإختبار البعدي لعينتي البحث لإختبار الإرسال من الأسفل تم إنجاز الشكل البياني التالي :

شكل رقم 06: يبين المتوسط الحسابي البعدي لعينتي البحث لإختبار الإرسال من الأسفل.



نلاحظ من خلال الشكل رقم 06 أن قيمة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في الإختبار البعدي لإختبار الإرسال من الأسفل هي أكبر منها في العينة الضابطة حيث بلغت (5.47) في العينة التجريبية أما في العينة الضابطة فقد بلغت (3.3).

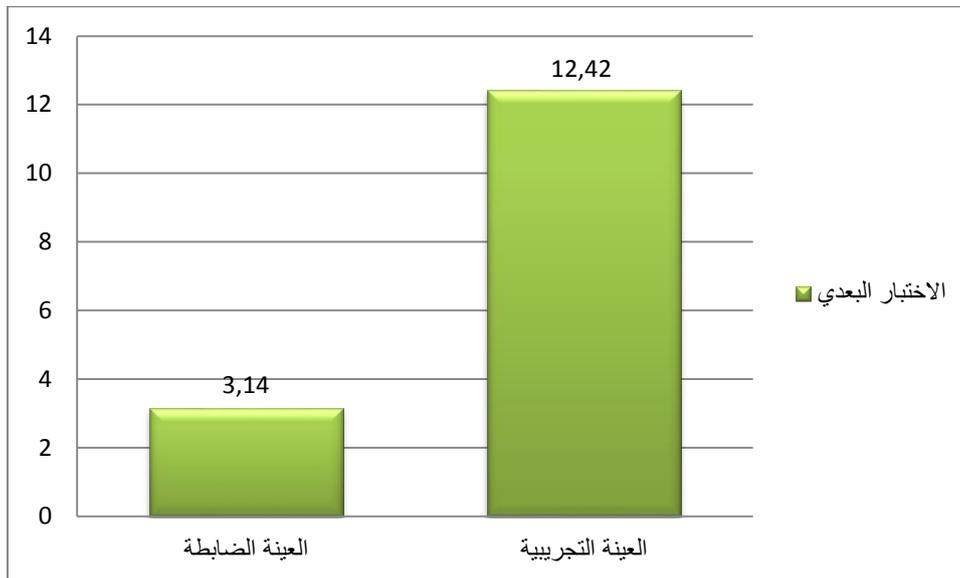
#### 2-4-1-2 عرض ومناقشة النتائج البعدية لإختبار الاستقبال لعينتي البحث:

جدول رقم 11: يوضح النتائج البعدية لإختبار الإقبال

الدالة الإحصائية	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية (2ن-2)	حجم العينة	الاختبار البعدي		
						المتوسط الحسابي	التباين	
دال إحصائياً	9.70	2.02	0.05	40	21	3.14	8.92	العينة الضابطة
						12.42	10.25	العينة التجريبية

نلاحظ من خلال الجدول رقم 12 أن القيمة "ت" المحسوبة للعينتين بلغت (9.70) وهي أكبر من "ت" الجدولية والتي بلغت (2.02) عند درجة حرية (2ن-2) = 40 ومستوى الدلالة (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين لصالح العينة التجريبية والذي بلغ متوسطها الحسابي (12.42) وهو أكبر من المتوسط الحسابي للعينة الضابطة والذي بلغ (3.14). وهذا بطبيعة الحال راجع إلى فاعلية الوحدات التعليمية المقترحة للعينة التجريبية أنجح من فاعلية الوحدات التعليمية للعينة الضابطة ونفسر ذلك بارتفاع قيمة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في الإختبار البعدي عن العينة الضابطة ومن أجل توضيح الفروق بين المتوسطات الحسابية بين الإختبار البعدي لعينتي البحث لإختبار الإستقبال تم إنجاز الشكل البياني التالي :

شكل رقم (07): يبين المتوسط الحسابي البعدي لعينتي البحث لإختبار الإستقبال.



نلاحظ من خلال الشكل رقم (07) أن قيمة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في الإختبار البعدي لإختبار الإستقبال هي أكبر منها في العينة الضابطة حيث بلغت (12.42) في العينة التجريبية أما في العينة الضابطة فقد بلغت (3.14).

2-1-4-3 عرض ومناقشة النتائج البعدية لاختبار الاعداد :

جدول رقم 12: يوضح النتائج البعدية لاختبار الإعداد.

الدالة الإحصائية	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية (2ن-2) (2)	حجم العينة	الاختبار البعدي		
						المتوسط الحسابي	التباين	
دال إحصائيا	2.49	2.02	0.05	40	21	49.74	16.38	العينة الضابطة
						25.09	21.09	العينة التجريبية

نلاحظ من خلال الجدول رقم 13 أن القيمة "ت" المحسوبة للعينتين بلغت (2.49) وهي أكبر من "ت" الجدولية والتي بلغت (2.02) عند درجة حرية (2ن-2) = 40 ومستوى الدلالة (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح العينة التجريبية والذي بلغ متوسطها الحسابي (21.09) وهو أكبر من المتوسط الحسابي للعينة الضابطة والذي بلغ (16.38). وهذا بطبيعة الحال راجع إلى فاعلية الوحدات التعليمية المقترحة للعينة التجريبية أنجح من فاعلية الوحدات التعليمية للعينة الضابطة ونفسر ذلك بارتفاع قيمة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في الإختبار البعدي عن العينة الضابطة ومن أجل توضيح الفروق بين المتوسطات الحسابية بين الإختبار البعدي لعينتي البحث لإختبار الإعداد تم إنجاز الشكل البياني التالي :



شكل رقم 08: يبين المتوسط الحسابي البعدي لعينتي البحث لإختبار الإعداد.

نلاحظ من خلال الشكل رقم 08 أن قيمة المتوسط الحسابي للعينة التجريبية في الإختبار البعدي لإختبار الإعداد هي أكبر منها في العينة الضابطة حيث بلغت ( 21.09 ) في العينة التجريبية أما في العينة الضابطة فقد بلغت (16.38).  
توصيات .

## 1-2 الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث و فرضياته و في حدود عينة البحث المستعمل و طبيعة الأساليب الإحصائية التي استخدمت لتحليل النتائج توصل الطالبان إلى الاستنتاجات التالية:

1- لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر إيجابي على تحسين بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة عند العينة التجريبية.

2- تساعد الوحدات التعليمية المقترحة على تحسين مستوى تعلم المهارات الثلاث المدروسة (الإرسال من الأسفل، الإستقبال، الإعداد).

3- صلاحية استخدام الوحدات التعليمية المقترحة في تعلم المهارات الثلاث المدروسة على تلاميذ السنة الثالثة متوسط {13-15 سنة}.

4- وجود فروق معنوية بين الإختبارين القبلي و البعدي للعينة التجريبية في الإختبارات الثلاثة لصالح الإختبارات البعدية .

5- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإختبارات الثلاثة بين العينة التجريبية و الضابطة لصالح العينة التجريبية.

## 2-2 مناقشة الفرضيات :

من خلال النتائج المتحصل عليها جراء القيام بالإختبارات الثلاثة توصل الطالبان إلى النتائج التالية:

### 1-3-2 مناقشة الفرضية الأساسية:

بغرض التحقق من صحة الفرضية الرئيسية التي تشير إلى "لإستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر إيجابي على تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط"

بعد المعالجة الإحصائية و استخدام "ت ستيودنت" لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها لغرض إصدار أحكام موضوعية فقد أظهرت النتائج صحة هذه الفرضية بحيث كانت نسبة

"ت المحسوبة" أكبر من "ت الجدولية" الجداول رقم (08-07-06) و هذا ما يدل على أن هناك تطور في بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة قيد الدراسة للاختبارات الثلاثة (إختبار الإرسال من الأسفل، إختبار الإستقبال، إختبار الإعداد) و يرجع الطالبان هذا التطور الذي حققته عينة البحث على فاعلية إستخدام الوحدات التعليمية المقترحة و الذي تم استخدامها مع العينة التجريبية و هذا ما يتوافق مع دراسة " مريزق لخضر و يوسف محمد الأمين " و التي أجريت تحت عنوان " أثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة." و التي توصلت أن للوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي في تعليم المهارات الأساسية لكرة الطائرة .

كما جاء أيضا في دراسة " قدواح محمد " و التي أجريت تحت عنوان " أثر وحدات تعليمية في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة السلة لدى تلاميذ المرحلة الأولى من التعليم الثانوي " و التي توصلت إلى للوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على العينة التجريبية في تحسين المهارات الأساسية لكرة السلة مقارنة بالبرنامج المقرر، و أيضا في دراسة " سمير خيري " و التي أجريت تحت عنوان " أثر وحدات تعليمية مقترحة لتنمية صفة القوة الانفجارية عند تلاميذ الطور الثالث من التعليم الأساسي" و التي توصلت إلى إن التطبيق الجيد للوحدات التعليمية والعمل العلمي المنهجي والعقلاني يؤثر ايجابيا على تنمية صفة القوة الانفجارية ، و دعمته أيضا دراسة" حازم محمد علي، اياذ علي محمد " و التي أجريت تحت عنوان " تأثير وحدات تعليمية مقترحة باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في تعلم و احتفاظ مهارتي الإرسال و الاستقبال بالكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة و التي توصلت إلى أن للوحدات تعليمية مقترحة باستخدام التغذية الراجعة الخارجية دور فعال في تعلم مهارتي الإرسال و الاستقبال وخاصة في مراحل التعلم الأولى.

## 2-3-2 مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

التي تشير إلى " لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على تحسين مهارة الإرسال لكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط "

بعد المعالجة الإحصائية و استخدام "ت ستيودنت" لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها لغرض إصدار أحكام موضوعية فقد أظهرت النتائج صحة هذه الفرضية بحيث كانت نسبة ت المحسوبة أكبر من ت الجدولية الجدول رقم (06) و هذا ما يدل على أن هناك تطور في مهارة الإرسال من الأسفل . و يرجع الطالبان هذا التطور الذي حققته عينة البحث على فاعلية استخدام الوحدات التعليمية المقترحة و الذي تم استخدامها مع العينة التجريبية، و هذا ما تماثل مع دراسة " مريزق لخضر و يوسف محمد الأمين " و التي أجريت تحت عنوان " أثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة." و التي توصلت إلى للوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي في تعليم مهارة الإرسال من الأسفل لكرة الطائرة ، و تناسب أيضا في دراسة " حازم محمد علي،اياد علي محمد " و التي أجريت تحت عنوان " تأثير وحدات تعليمية مقترحة باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في تعلم و احتفاظ مهارتي الإرسال و الاستقبال بالكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة و التي توصلت إلى أن للوحدات تعليمية مقترحة باستخدام التغذية الراجعة الخارجية دور فعال في تعلم مهارتي الإرسال و الاستقبال وخاصة في مراحل التعلم الأولى.

## 2-3-3 مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

التي تشير إلى " لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على تحسين مهارة الاستقبال لكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط ."

بعد المعالجة الإحصائية و استخدام "ت ستيودنت" لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها لغرض إصدار أحكام موضوعية فقد أظهرت النتائج صحة هذه الفرضية بحيث كانت نسبة ت المحسوبة أكبر من ت الجدولية الجدول رقم (07) و هذا ما يدل على أن هناك تطور

في مهارة الاستقبال في كرة الطائرة و يرجع الطالبان هذا التطور الذي حققته عينة البحث على فاعلية استخدام الوحدات التعليمية المقترحة و الذي تم استخدامها مع العينة التجريبية، و هذا حسب ما جاء في دراسة "محمد عبد الله محيبس " و التي أجريت تحت عنوان " : تأثير منهج تعليمي باستعمال التمرين المتسلسل و العشوائي في اكتساب التوافق الضرب الساحق و الاستقبال بالكرة الطائرة للناشئين " و التي توصلت إلى أن للمنهج التعليمي و تطور صفة التوافق تأثير في مستوى الأداء للمهارات المبحوثة " الاستقبال"، كما تماشى مع دراسة " حازم محمد علي، ابياد علي محمد " و التي أجريت تحت عنوان " تأثير وحدات تعليمية مقترحة باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في تعلم و احتفاظ مهارتي الإرسال و الاستقبال بالكرة الطائرة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة و التي توصلت الى أ، للوحدات تعليمية مقترحة باستخدام التغذية الراجعة الخارجية دور فعال في تعلم مهارتي الإرسال و الاستقبال وخاصة في مراحل التعلم الأولى.

#### 4-3-2 مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

التي تشير إلى " لاستخدام الوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي على تحسين مهارة الإعداد لكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط " .

بعد المعالجة الإحصائية و استخدام "ت ستيودنت" لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها لغرض إصدار أحكام موضوعية فقد أظهرت النتائج صحة هذه الفرضية بحيث كانت نسبة ت المحسوبة أكبر من ت الجدولية الجدول رقم (08) و هذا ما يدل على أن هناك تطور في مهارة الاعداد في الكرة الطائرة و يرجع الطالبان هذا التطور الذي حققته عينة البحث على فاعلية استخدام الوحدات التعليمية المقترحة و الذي تم استخدامها مع العينة التجريبية، و هذا ماتحقق في دراسة " مريزق لخضر و يوسف محمد الأمين " و التي أجريت تحت عنوان " أثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة."

و التي توصلت أن للوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي في تعليم المهارات الأساسية لكرة الطائرة (الارسال من الأسفل،الاعداد).

### 5-3-2 مناقشة الفرضية الجزئية الرابعة :

التي تشير إلى " هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية و العينة الضابطة في الاختبارات البعدية لصالح العينة التجريبية".

بعد المعالجة الإحصائية و استخدام "ت ستيودنت" لمجموع النتائج الخام المتحصل عليها لغرض إصدار أحكام موضوعية فقد أظهرت النتائج صحة هذه الفرضية بحيث كانت نسبة "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية الجدول رقم (08-07-06) و هذا ما يدل على أن هناك تطور في المهارات الثلاثة المدروسة و يرجع الطالبان هذا التطور الذي حققته عينة البحث على فاعلية استخدام الوحدات التعليمية المقترحة و الذي تم استخدامها مع العينة التجريبية، و هذا ما توصلت اليه دراسة " مريزق لخضر و يوسف محمد الأمين " و التي أجريت تحت عنوان " أثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة." و التي توصلت أن للوحدات التعليمية المقترحة أثر ايجابي في تعليم المهارات الأساسية لكرة الطائرة (الارسال من الأسفل،الاعداد)، وتجلى أيضا في دراسة:محمد عبد الله محيبس " و التي أجريت تحت عنوان " تأثير منهج تعليمي باستعمال التمرين المتسلسل و العشوائي في اكتساب التوافق الضرب الساحق و الاستقبال بالكرة الطائرة للناشئين " و التي توصلت إلى أن للمنهج التعليمي وتطور صفة التوافق تأثير في مستوى الأداء للمهارات المبحوثة " الاستقبال و السحق " .

### 4-2 الاقتراحات :

انطلاقا مما توصل إليه الطالبان و استنادا إلى ما تم استنتاجه، فقد تمثلت أبرز التوصيات فيما يلي:

- الإستفادة من الوحدات التعليمية المقترحة في تعلم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة في المرحلة العمرية {13-15 سنة}.
- إجراء دراسات لمعرفة تأثير الوحدات التعليمية المقترحة في تعلم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة عند مراحل عمرية أخرى.
- توفير الوسائل البيداغوجية اللازمة قصد سيرورة وتسهيل عملية التعليم على المدرس ، وبذلك خلق جو مساعد ومرغب للتلاميذ يجعله يساهم بكل طاقاته بغرض التحسن والتطوير من قدراته.
- ضرورة التركيز على إدماج برامج تطويرية قصد تحسين المهارات الأساسية للكرة الطائرة (الإرسال من الأسفل، الإستقبال، الإعداد) لدى التلاميذ والتي تبدو ضعيفة بل ومتهورة لإنعدام الإهتمام اللازم لهذا النشاط.
- ضرورة التثوية و التغيير في مضمون البرامج المقررة حسب الفترة التعليمية للتلميذ نفسه.
- إدراك أهمية الأنشطة الجماعية في حياة المراهق ودورها في تطوير شخصيته من كل الجوانب.
- تخصيص حصص نظرية لتدريس وتوضيح طرق تعلم المهارات الأساسية للكرة الطائرة.
- لا بد من إعادة النظر في كل الوحدات التعليمية المستخدمة في المدارس .
- إجتناب تكرار و الاعتماد على نفس الوحدات التعليمية كل موسم دراسي.
- بناء وحدات تعليمية على أسس علمية و الاعتماد على المراجع العلمية.

#### خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى عرض نتائج الاختبارات و التعليق عليها كما قمنا بمناقشة الفرضيات انطلاقا من الدراسات السابقة و المشابهة، و في الأخير استخلصنا مجموعة من الاستنتاجات، و استنادا على هذه الأخيرة قمنا بوضع اقتراحات و توصيات.

# قائمة المصادر و المراجع

## قائمة المصادر والمراجع

### المصادر باللغة العربية:

1. أحمد عبد الدايم الوزير و علي مصطفى طه، دليل المدرب في الكرة الطائرة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1999م.
2. أكرم زاكي خطايبية، المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، ط1، دار الفكر، عمان، 1997م.
3. أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط3، القاهرة، 2001م.
4. تشارلز بيوكر، أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض، كمال صالح عبد، ط1، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1964م.
5. حامد عبد السلام زهران، علم نفس النمو الطفولة والمراهقة، عالم الكتاب، القاهرة، 1995م .
6. حسن عبد الجواد، المبادئ للألعاب الإعدادية، القانون الدولي، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1999م.
7. رمضان محمد القذافي، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، ط1، مصر، دار الفكر العربي، 1997م.
8. زكي محمد محمد حسن، التدريبات الموقفية في الكرة الطائرة ، المكتبة المصرية للطباعة و النشر، الإسكندرية، مصر، 2006 م.
9. زكي محمد محمد حسن، صانع الألعاب في الكرة الطائرة، العقل المفكر للفريق، المكتبة المصرية للطباعة و النشر و التوزيع، ط 2، الإسكندرية، مصر، 2004م.
10. زكية ابراهيم كامل، نوال ابراهيم شلتوت، ميرفت على خفاجة، ط1، طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية، مكتبة الاشعاع، مصر، 2002م.
11. زهران عبد السلام حامد، علم نفس النمو من الطفولة إلى المراهقة، عالم الكتب، القاهرة، ط1. 2000م
12. زهير الشوريحي، الأمل في التربية الرياضية، د.ط، المطبعة التعاونية، دمشق 1965م.

## قائمة المصادر والمراجع

13. زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم، طرق تدريس التربية الرياضية، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 2008 م.
14. سعد حماد الجميلي، الكرة الطائرة و الاعداد الخططي و المهاري، دار زهران للنشر و التوزيع، ط1، عمان، 2012م.
15. سعد حماد الجميلي، كرة الطائرة و تدريباتها الميدانية لمهارة الارسال الاستقبال الإعداد دار الدجلة، عمان، 2010م.
16. سميرة أحمد السيد، الأسس الاجتماعية للتربية في ضوء متطلبات التنمية الشاملة والثورة المعلوماتية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004م.
17. عبد الرحمن العيساوي، سيكولوجية النمو، دار النهضة العربية، ط1، 1997م.
18. عبد العالي الجسيماني، سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، لبنان، الدار البيضاء للعلوم، 1994م.
19. عبد الله، الكرة الطائرة التكتيك و التكنيك الفردي، كلية التربية البدنية والرياضية، جامعة بغداد، بغداد، 1987م.
20. عصام الوشاحي، الكرة الطائرة الحديثة مفتاح الوصول إلى المستوى العالمي، دار الفكر العربي، د.ط، القاهرة ، مصر، 1994م.
21. على محمد طه، الكرة الطائرة تاريخ تعليم تدريب تحليل، دار الفكر العربي، ط 1، القاهرة، 1999م.
22. علي البشير الفاندي و زملائه، المرشد التربوي الرياضي، المنشأة العامة للنشر و الطبع و التوزيع، طرابلس، 1983م.
23. علي مصطفى طه، الكرة الطائرة (تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون)، دار الفكر العربي، ط 1، القاهرة، مصر، 1999م.

## قائمة المصادر والمراجع

24. عنايات محمد أحمد فرج، مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، مصر، دار الفكر العربي، 1998م.
25. فاخر عاقل، علم النفس التربوي، دار الملامين، بيروت، ط1، 1972م.
26. قاسم المنذلاوي، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية، دار المعرفة، بغداد، العراق، 1990م.
27. قاسم حسن حسين، مكونات الصفات الحركية، المطبعة الجامعية، د.ط، بغداد، 1984م.
28. القوانين الرسمية للاتحادية الدولية لكرة الطائرة، 2001-2004م.
29. قيس ناجي، شامل كامل، مبادئ الاحصاء في التربية البدنية، مطبعة التعليم العالي، 1988 م.
30. كلين اكسرون، فراش سكافس، سلسلة الاكتشاف الرياضي لكرة الطائرة، ترجمة فريق كمونة، مطبعة بغداد، 1990م.
31. كمال دسوقي، النمو التربوي للطفل والمراهق، دار النهضة العربية، 1990م.
32. مجدي احمد محمد عبد الله، النمو النفسي بين السواء والمرض، دارا لمعرفة الجامعية للتوزيع والنشر، 2003م.
33. محمد جاسم اليساري، مروان عبد المجيد ابراهيم، الأساليب الاحصائية في بحوث المجالات التربوية، عمان، مؤسسة الوراق، 2001م.
34. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، القياس في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي، مصر، دار الفكر العربي، 2000م.
35. محمد سعد زغلول، الأسس الفنية لمهارات الكرة الطائرة للمعلم المدرب، مركز الكتاي للنشر، القاهرة، 2001 م.
36. محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 1992م.

## قائمة المصادر والمراجع

37. مختار سالم، حول الكرة الطائرة منشورات مؤسسة المعارف، د.ط، بيروت، لبنان، 1996م.
38. مصطفى فهمي، سيكولوجية الطفولة والمراهق، مكتبة مصر للطباعة، مصر، ط1، 1974م.
39. ميخائيل خليل معوض، مشكلة المراهقين في المدن والريف، دار المعارف القاهرة، مصر، 1971م.
40. وديع ياسين التكريتي، حسن محمد عبد العبيدي، تطبيقات احصائية و استخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب للطباعة، 1999م.
41. يوسف ميخائيل أسعد، رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة و النشر.

### المذكرات:

42. خضاري عياش، ميساوي سليمان، مذكرة الأهمية التربوية ل ت، ب، ر في الطورين الأول والثاني في مرحلة التعليم الأساسي، دالي إبراهيم، جامعة الجزائر، تحت إشراف بن عكريش آكلي، دورة 2000-2001 م.

43. دخان محمد، بوخرص رمضان، مذكرة أهمية التربية الرياضية في المنظومة التربوية ودوافعها بثانويات الشرق الجزائري، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر، 1994م.

### مصادر أجنبية:

44. M. Sillamy :Dictionnaire usuel de Psychologie Bordas, 1983.
45. Caga. Etleill. R.Thomas. Manuelde ledenciation sport. Evigot. paris. 1993.

الملاحق

## الملحق رقم 01

النتائج الخام للاختبارات القبليّة و البعديّة للعينة الاستطلاعية في الاختبارات الثلاثة

الاعداد		الاستقبال		الارسال من الأسفل		الاسم و اللقب	الرقم
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي		
23	24	11	8	19	15	بلالو محمد	01
18	19	8	8	8	5	بن عوالي عبد العزيز	02
16	13	7	7	9	13	زعطوط عبد الرحمن	03
16	14	8	7	9	13	سعيد قيدير	04
24	26	5	6	7	10	سقار علي	05
20	23	9	7	11	10	صادو ميلود	06
30	27	8	5	19	20	فاطمي أسامة	07
17	19	11	12	4	3	كنان دحو	08
14	15	8	7	3	3	محمدي ابراهيم	09
19	20	7	6	8	6	مكي محمد الأمين	10

العينة الاستطلاعية

النتائج الخام للاختبارات القبليّة و البعديّة للعيّنة الضابطة في الاختبارات الثلاثة

الإعداد		الاستقبال		الإرسال		الاسم	الرقم
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي		
28	24	5	4	4	2	برصالي مختار	01
9	9	2	0	1	1	صنور أسامة	02
19	17	2	6	8	5	راشي عبد القادر	03
8	7	0	2	0	0	سعدو اية	04
6	7	2	2	2	1	راشي خلود	05
17	14	4	4	0	0	شفيير مروة	06
15	9	2	1	4	7	زرقي أسماء	07
27	20	8	5	3	7	شفيير ياسين	08
26	18	3	6	9	10	وناس فاتح	09
28	27	13	14	13	12	سوداني سفيان	10
22	23	5	7	3	9	بن عربيّة هشام	11
16	14	4	7	8	5	سقار مصطفى	12
8	7	0	1	0	5	مصدق دعاء	13
12	11	3	3	3	4	بن شاوي نور الهدى	14
12	13	3	4	2	0	مخفي زهرة	15
12	10	1	2	0	0	قاسي رانية	16
25	23	4	6	0	0	سعدى خديجة	17
15	17	3	5	2	1	كنان خيرة	18
13	12	0	1	0	2	زنودة أمينة	19
11	14	1	2	7	8	شراك الزهرة	20
15	10	1	2	0	0	بشير حكيمة	21

العيّنة الضابطة

النتائج الخام للاختبارات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في الاختبارات الثلاثة

الاعداد		الاستقبال		الارسال		الاسم	الرقم
بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي		
30	25	18	5	6	3	عتو بشير	01
27	19	8	1	8	2	مجاهدين ياسر	02
20	14	9	1	10	2	صنور أشرف	03
28	21	15	4	5	3	وناس شاهين	04
23	14	18	8	7	2	نساي نجم الدين	05
20	15	12	4	6	1	سعيد موسى	06
28	22	10	2	11	5	وناس قادة	07
15	9	9	2	4	0	بلوط اية	08
14	7	9	2	2	0	بوعكاز شيماء	09
19	14	15	4	3	1	حوش عالية	10
16	9	9	2	1	0	حبيب حنان	11
20	14	13	8	7	6	جقاق اسلام	12
18	14	15	6	5	2	خليفة براهيم	13
23	16	14	9	6	2	غربال سيف الدين	14
25	19	15	8	5	9	حبيب أمين	15
20	13	15	6	9	7	بغداوي علي	16
15	11	10	1	3	1	دراعي اكرام	17
22	14	13	1	3	2	محلي زهور	18
16	14	11	3	3	0	قندول نور الهدى	19
16	9	8	1	5	2	محمدي أحلام	20
28	14	15	6	6	4	بل كيحل بشير	21

العينة التجريبية

## الملحق رقم 02

### النتائج الخام للقياسات (اللسن ، الطول و الوزن) للعينة الضابطة

الرقم	الاسم	السن	الوزن	الطول
01	برصالي مختار	15	52	1,50
02	صنور أسامة	13	57	1,46
03	راشي عبد القادر	15	45	1,65
04	سعدو اية	13	35	1,54
05	راشي خلود	13	48	1,64
06	شفيير مروة	13	45	1,60
07	زرقي أسماء	15	40	1,62
08	شفيير ياسين	15	58	1,71
09	وناس فاتح	13	37	1,59
10	سوداني سفيان	13	40	1,64
11	بن عربية هشام	13	39	1,62
12	سقار مصطفى	15	40	1,46
13	مصدق دعاء	13	38	1,55
14	بن شاوي نور الهدى	13	43	1,60
15	مخفي زهرة	14	43	1,61
16	قاسي رانية	13	50	1,56
17	سعدى خديجة	14	48	1,58
18	كنان خيرة	13	45	1,59
19	زنودة أمينة	13	35	1,62
20	شراك الزهرة	14	42	1,50
21	بشير حكيمة	15	50	1,50

النتائج الخام للقياسات (اللسن ، الطول و الوزن) للعينه التجريبية

الرقم	الاسم	السن	الوزن	الطول
01	عتو بشير	15	57	1,78
02	مجاهدين ياسر	14	42	1,61
03	صنور أشرف	14	36	1,55
04	وناس شاهين	13	36	1,45
05	نساي نجو الدين	13	46	1,51
06	سعيدى موسى	13	45	1,50
07	وناس قادة	14	42	1,64
08	بلوط اية	14	42	1,51
09	بوعكاز شيماء	13	36	1,55
10	حوش عالية	14	34	1,63
11	حبيب حنان	15	35	1,55
12	جقاق اسلام	14	42	1,53
13	خليفة براهيم	14	43	1,50
14	غربال سيف الدين	14	45	1,56
15	حبيب أمين	14	50	1,64
16	بغداوي علي	13	40	1,63
17	دراعي اكرام	13	33	1,64
18	محلي زهور	14	43	1,50
19	قندول نور الهدى	14	40	1,56
20	محمدي أحلام	13	42	1,55
21	بل كيجل بشير	13	45	1,74

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

معهد التربية البدنية و الرياضية

- مستغانم -

# الورقة الخاصة بالأساتذة للإمضاء

## على ترشيح الإختبارات

الإمضاء	معهد التخرج	الدرجة العلمية	الإسم و لقب الأستاذ
	مستغانم	دكتوراه	1. محمد فاضل
	مستغانم	أ.م.أ	2. محمد شاهر
	"	دكتوراه	3. محمد بن إبراهيم
	"	"	4. عادل طالب
	"	أ.م.أ	5. خالد وليد

السنة الدراسية : 2017-2018

جدول القيم الحرجة لتوزيع "ت"

دلالة الطرف الواحد		دلالة الطرفين		درجات الحرية
٠,٠١	٠,٠٥	٠,٠١	٠,٠٥	
٣١,٨٢١	٦,٣١٤	٦٣,٦٥٧	١٢,٧٠٦	١
٦,٩٦٥	٢,٩٢٠	٩,٩٢٥	٤,٣٠٣	٢
٤,٥٤١	٢,٣٥٣	٥,٨٤١	٣,١٨٢	٣
٣,٧٤٧	٢,١٣٢	٤,٦٠٤	٢,٧٧٦	٤
٣,٣٦٥	٢,٠١٥	٤,٠٣٢	٢,٥٧١	٥
٣,١٤٣	١,٩٤٣	٣,٧٠٧	٢,٤٤٧	٦
٢,٩٩٨	١,٨٩٥	٣,٤٩٩	٢,٣٦٥	٧
٢,٨٩٦	١,٨٦٠	٣,٣٥٥	٢,٣٠٦	٨
٢,٨٢١	١,٨٣٣	٣,٢٥٠	٢,٢٦٢	٩
٢,٧٦٤	١,٨١٢	٣,١٦٩	٢,٢٢٨	١٠
٢,٧١٨	١,٧٩٦	٣,١٠٦	٢,٢٠١	١١
٢,٦٨١	١,٧٨٢	٣,٠٥٥	٢,١٧٩	١٢
٢,٦٥٠	١,٧٧١	٣,٠١٢	٢,١٦٠	١٣
٢,٦٢٤	١,٧٦١	٢,٩٧٧	٢,١٤٥	١٤
٢,٦٠٢	١,٧٥٣	٢,٩٤٧	٢,١٣١	١٥
٢,٥٨٣	١,٧٤٦	٢,٩٢١	٢,١٢٠	١٦
٢,٥٦٧	١,٧٤٠	٢,٨٩٨	٢,١١٠	١٧
٢,٥٥٢	١,٧٣٤	٢,٨٧٨	٢,١٠١	١٨
٢,٥٣٩	١,٧٢٩	٢,٨٦١	٢,٠٩٣	١٩
٢,٥٢٨	١,٧٢٥	٢,٨٤٥	٢,٠٨٦	٢٠
٢,٥١٨	١,٧٢١	٢,٨٣١	٢,٠٨٠	٢١
٢,٥٠٨	١,٧١٧	٢,٨١٩	٢,٠٧٤	٢٢
٢,٥٠٠	١,٧١٤	٢,٨٠٧	٢,٠٦٩	٢٣
٢,٤٩٢	١,٧١١	٢,٧٩٧	٢,٠٦٤	٢٤
٢,٤٨٥	١,٧٠٨	٢,٧٨٧	٢,٠٦٠	٢٥
٢,٤٧٩	١,٧٠٦	٢,٧٧٩	٢,٠٥٦	٢٦
٢,٤٧٣	١,٧٠٣	٢,٧٧١	٢,٠٥٢	٢٧
٢,٤٦٧	١,٧٠١	٢,٧٦٣	٢,٠٤٨	٢٨
٢,٤٦٢	١,٦٩٩	٢,٧٥٦	٢,٠٤٥	٢٩
٢,٤٥٧	١,٦٩٧	٢,٧٥٠	٢,٠٤٢	٣٠
٢,٤٣٨	١,٦٩٠	٢,٧٢٤	٢,٠٣٠	٣٥
٢,٤٢٣	١,٦٨٤	٢,٧٠٤	٢,٠٢١	٤٠
٢,٤١٢	١,٦٧٩	٢,٦٩٠	٢,٠١٤	٤٥
٢,٤٠٣	١,٦٧٦	٢,٦٧٨	٢,٠٠٩	٥٠
٢,٣٩٦	١,٦٧٣	٢,٦٦٨	٢,٠٠٤	٥٥
٢,٣٩٠	١,٦٧١	٢,٦٦٠	٢,٠٠٠	٦٠
٢,٣٨٥	١,٦٦٩	٢,٦٥٤	١,٩٩٧	٦٥
٢,٣٨١	١,٦٦٧	٢,٦٤٨	١,٩٩٤	٧٠
٢,٣٧٧	١,٦٦٥	٢,٦٤٣	١,٩٩٢	٧٥
٢,٣٧٤	١,٦٦٤	٢,٦٣٩	١,٩٩٠	٨٠
٢,٣٧١	١,٦٦٣	٢,٦٣٥	١,٩٨٨	٨٥
٢,٣٦٨	١,٦٦٢	٢,٦٣٢	١,٩٨٧	٩٠
٢,٣٦٦	١,٦٦١	٢,٦٢٩	١,٩٨٥	٩٥
٢,٣٦٤	١,٦٦٠	٢,٦٢٦	١,٩٨٤	١٠٠
٢,٣٢٦	١,٦٤٥	٢,٥٧٦	١,٩٦٠	∞

القيم الحرجة لمعامل الارتباط (بيرسون)

اتجاهين

.005	.01	.025	.05	درجات الحرية ن - 2
0.9999	0.9995	0.997	0.988	1
0.990	0.980	0.950	0.900	2
0.959	0.934	0.878	0.805	3
0.917	0.882	0.811	0.729	4
0.874	0.833	0.754	0.669	5
0.834	0.789	0.707	0.622	6
0.798	0.750	0.666	0.582	7
0.765	0.716	0.632	0.549	8
0.735	0.685	0.602	0.521	9
0.708	0.658	0.576	0.497	10
0.684	0.634	0.553	0.476	11
0.661	0.612	0.532	0.458	12
0.641	0.592	0.514	0.441	13
0.632	0.574	0.497	0.426	14
0.606	0.558	0.482	0.412	15
0.590	0.542	0.468	0.400	16
0.575	0.528	0.456	0.389	17
0.561	0.516	0.444	0.378	18
0.519	0.503	0.433	0.369	19
0.537	0.492	0.423	0.360	20

(إبراهيم، 2000، صفحة 487)



مستغانم: 2019

قسم : التربية البدنية و الرياضية  
الرقم: 2018/01/

إلى السيد (ة): مدير متوسطة يحيياوي الجيلالي - المحمدية - معسكر

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر نرجو من سيادتكم المحترمة

تسهيل مهمة الطالبان:

- مداح يوسف

- مولاي العربي يوسف

المسجلان في السنة الثانية ماستر علم الحركة و حركية الانسان للسنة الجامعية 2018/2017.

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام.

رئيس القسم



عزیزو حاج میمون

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التربية الوطنية

معسكر في: 2017/12/26

مديرية التربية لولاية معسكر  
مصلحة التكوين والتفتيش  
مكتب التكوين

رقم: 768/م.ت.ب/2017

مدير التربية  
إلى

السيد: مدير متوسطة يحيياوي الجيلالي  
• المحمدية \*

الموضوع: تسهيل مهمة

المرجع - مراسلة السيد رئيس قسم التربية البدنية و الرياضية جامعة عبد الحميد ابن  
باديس - مستغانم -

تحت رقم: 2017/122 بتاريخ: 2017/12/13

تبعاً للمراسلة المذكورة في المرجع أعلاه، يشرفني أن أطلب منكم تسهيل مهمة

المتربص (ة): - مداح يوسف

- مولاي عربي يوسف

المولود (ة) بتاريخ: - 1994/02/17 المحمدية

- 1993/08/01 المحمدية.

لإجراء دراسة ميدانية بالمؤسسة التي تشرفون عليها

من أجل تحضير مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر في علم الحركة و حركية الإنسان.

- مدة التربص: ثلاثة أشهر ابتداء من 2018/01/07 .

ع / مدير التربية  
رئيس مصلحة التكوين و التفتيش

زوقارت ناصر



م. تزوحاج ميمون

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
قسم التربية البدنية و الرياضية  
. مستغانم .

# استمارة التحكيم للاختبارات المهارية خاصة بالأساتذة

في إطار الإعداد لإنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر في التربية البدنية و الرياضية بعنوان "تأثير استخدام الوحدات التعليمية المقترحة على تحسين المهارات الأساسية للكرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط. (13-15 سنة). دراسة ستجرى متوسطة يحيياوي الجيلالي بالمحمدية ولاية معسكر.

نتوجه إلى سيادتكم المحترمة راجين منكم مساعدتنا في انجاز هذا البحث من خلال الأخذ بآرائكم حول الاختبارات المهارية الأكثر دقة و صلاحية لقياس مهارة الإرسال، الاستقبال ، الإعداد.و سوف يركز قياسنا على دقة الانجاز.  
نرجو منكم اختيار الاختبارات المناسبة بوضع علامة (x) و إعطائنا الإرشادات و الاقتراحات التي ترونها مفيدة لبحثنا و شكرًا.

تحت إشراف:

د.جغدم بن ذهيبية

من إعداد الطالبان:

▪ مداح يوسف.

▪ مولاي عربي يوسف.

السنة الجامعية: 2017-2018

## اختبارات الخاصة بالإرسال من الأسفل :

### (1) الاختبار الأول:



الغرض منه : قياس مهارة الإرسال وطريقة الأداء.

الأدوات : ملعب كرة طائرة، كرات طائرة، شريط لاصق ملون.

طريقة الأداء: يقف التلميذ خلف خط نهاية الملعب و يقوم بمهارة الإرسال من الأسفل

لتعبر الكرة إلى النصف الآخر.

الشروط: لكل لاعب 10

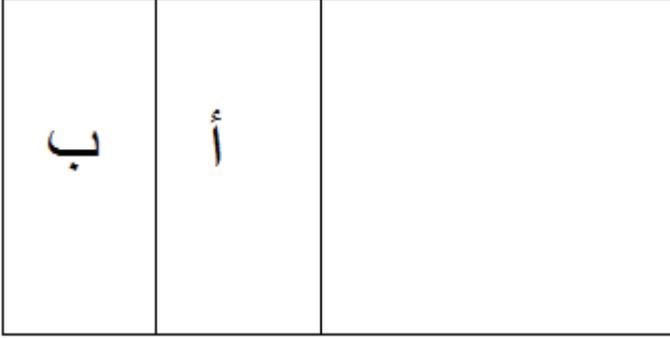
محاولات. (5 محاولات لكل

منطقة)

التسجيل: يأخذ التلميذ نقطة لكل

كرة تسقط في المنطقة المشار

إليها سابقا.



### (2) الاختبار الثاني:



الغرض منه : تقويم الأداء الفني و قياس مهارة الإرسال من الأسفل.

الأدوات : ملعب كرة الطائرة، كرات الطائرة، شريط لاصق.

طريقة الأداء: يقف اللاعب خلف خط نهاية الملعب و يقوم بمهارة الإرسال من الأسفل

لتعبر الكرة خلف الشبكة.

الشروط: لكل لاعب 10 محاولات.

التسجيل: - إذا وقعت الكرة في المنطقة A

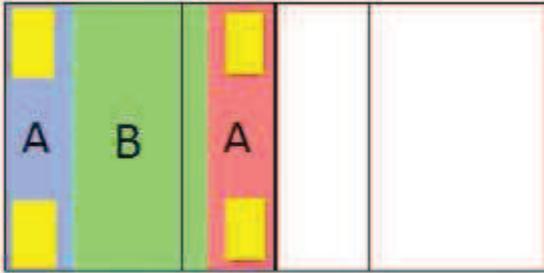
نقطتين.

- إذا وقعت الكرة في المنطقة B

نقطة.

- إذا وقعت الكرة في المنطقة المحددة بالأصفر 4 نقاط.

(خيري، 2010، ص 330)



### 3) الاختبار الثالث :



الغرض منه : تقويم الأداء الفني و قياس مهارة الإرسال من الأسفل.

الأدوات: ملعب كرة طائرة، كرات طائرة، شريط لاصق ملون.

طريقة الأداء : يقف اللاعب خلف خط نهاية الملعب و يقوم بالإرسال من الأسفل موجهًا

الكرة للمربع رقم 1 ثم المربع 2

ثم 3 ثم 4. بمعدل 5 كرات

لكل مربع.

التسجيل: - الكرة داخل المربع

نقطة .

- الكرة خارج المربع صفر.

4	1	
3	2	

### 4) الاختبار الرابع:



الغرض منه: قياس مهارة الإرسال من الأسفل و طريقة الأداء.

الأدوات: ملعب كرة طائرة، كرات طائرة، شريط لاصق ملون.

الأداء: يقوم اللاعب بأداء 10 إرسالات من الأسفل محاولًا توجيه الكرة غالي المنطقة

الأعلى درجة.

شروطه: لكل تلميذ 10

محاولات

التسجيل: - تحتسب النقاط

حسب درجة كل منطقة تسقط

بها الكرة.

- إذا سقطت الكرة

على الخط تعطى قيمة الدرجة

الأعلى

- إذا سقطت الكرة خارج الملعب تحتسب صفر.

5	4	2	
	1	3	
	4	2	

(رابعة، 2015، ص610)

## اختبارات الخاصة الاستقبال :

### (1) الاختبار الأول:



الغرض منه: قياس مهارة الاستقبال و طريقة الأداء.

الأدوات: ملعب كرة طائرة، كرات طائرة، شريط لاصق ملون.

الأداء: يقف اللاعب في المنطقة رقم 6 و يقف المعلم في الملعب الأخر. حيث يستقبل

التلميذ الكرة من المعلم و يحاول توجيه الكرة الى المنطقة المحددة (3م) مع وجوب رفع

الكرة الى الأعلى عند الاستقبال

شروطه: - يلتزم بالمكان المحدد للوقوف.

- رفع الكرة للأعلى عند

الاستقبال.

- لكل تلميذ 10 محاولات.

التسجيل: - كل كرة صحيحة توجه إلى

المنطقة المخططة تحتسب نقطة .

### (2) الاختبار الثاني :



الغرض منه: قياس مهارة الاستقبال و طريقة الأداء.

الأدوات: ملعب كرة طائرة، كرات طائرة، شريط لاصق ملون.

الأداء: يقف اللاعب في المنطقة رقم 6 و يستقبل الكرة من المعلم المتواجد في النصف

الأخر من الملعب و يحاول توجيه الكرة الى المنطقة المحددة (5 محاولات الى المنطقة "أ"

و 5 محاولات الى المنطقة "ب") مع

وجوب رفع الكرة الى الأعلى عند

الاستقبال.

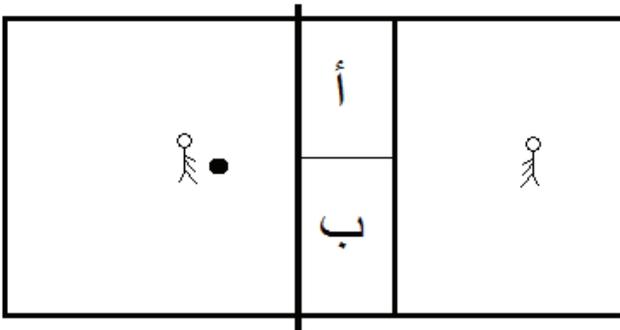
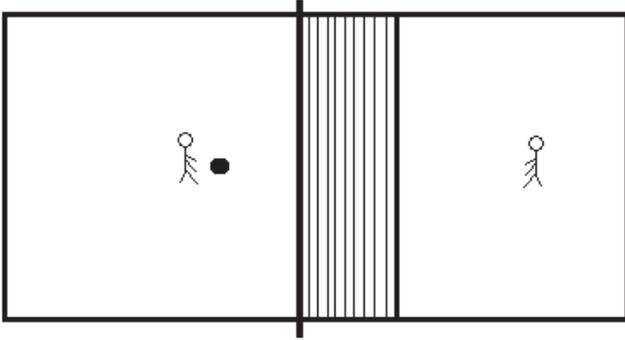
شروطه: - يلتزم بالمكان المحدد

للكوقوف.

- رفع الكرة للأعلى عند الاستقبال.

- لكل تلميذ 10 محاولات.

التسجيل: - كل كرة توجه إلى المنطقة الصحيحة تحتسب نقطتين .

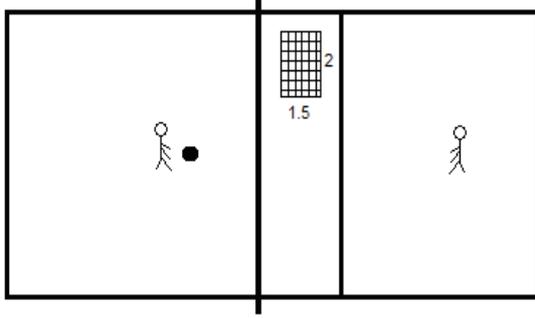


- كل كرة بعيدة عن المنطقة و داخل منطقة الهجوم تحتسب نقطة .

(3) الاختبار الثالث:

الغرض منه: قياس مهارة الاستقبال و طريقة الأداء.

الأدوات: ملعب كرة طائرة، كرات طائرة، شريط لاصق ملون.



الأداء: يقف اللاعب في المنطقة رقم 6 و

يستقبل الكرة من المعلم المتواجد في النصف

الآخر من الملعب و يحاول توجيه الكرة الى

المنطقة المخططة.

شروطه: - يلتزم بالمكان المحدد للوقوف.

- لكل تلميذ 10 محاولات.

التسجيل: - الكرة التي توجه الى الهدف نقطتين.

- الكرة بعيدة و لكن في منطقة الهجوم نقطة.

- الكرة بعيدة و خارج منطقة الهجوم صفر.

(طه، 1999، ص182).

اختبارات الخاصة بالإعداد :

(1) الاختبار الأول:

الغرض منه: قياس قدرة المختبر على أداء التمرير و دقته.

الأدوات: حائط أملس مرسوم عليه خط على ارتفاع 2.5م،

ساعة إيقاف.

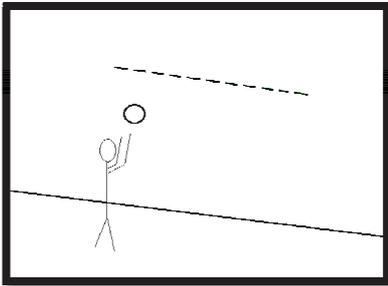
مواصفات الأداء: يقف التلميذ خلف خط يبعد 180 سم عن

الحائط على أن يمسك الكرة باليدين ثم يقوم بالتمرير أعلى الخط

المرسوم على الحائط لمدة 30 ثا .

الشروط: - يجب استعمال مهارة التمرير من الأسفل بالأصابع.

- التمرير من خلف الخط و أعلى الخط المرسوم على الحائط.



التسجيل: يسجل عدد المرات خلال 30 ثا.

(2) الاختبار الثاني :

الغرض منه: قياس مهارة الإعداد

الأدوات: ملعب كرة الطائرة، كرات طائرة، شريط لاصق ملون .

مواصفات الأداء: يقوم المعلم بتمرير الكرة من

المربع الخلفي الى التلميذ المتواجد بمكان الإعداد.

يحث يقوم التلميذ بتمرير الكرة مباشرة اتجاه الهدف على أن يكون التمرير فوق الشبكة.

الشروط: تعاد المحاولة اذا كان التمرير غير مناسب من المعلم.

لكل تلميذ 5 محاولات على الجهة اليسرى و 5 محاولات على الجهة اليمنى.

التسجيل: تعطى نقطة على كل كرة تسقط داخل الهدف.

(3) الاختبار الثالث:

الغرض منه: قياس مهارة الإعداد

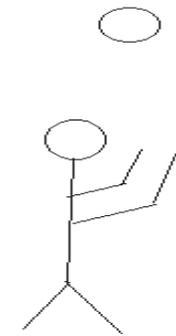
الأدوات: كرات طائرة، ميقاتي، صافرة.

مواصفات الأداء: عند الاشارة يقوم التلميذ بأداء التمرير من الأسفل بالأصابع فوق الرأس

بارتفاع 1 مل 10 مرات.

الشروط: يكون علو الكرة حوالي 1م.

التسجيل: الوقت المستغرق للقيام ب 10 تمريرات.



# الوحدات التعليمية المستخدمة

المستوى:3: متوسط		النشاط البدني: الكرة الطائرة		مدة الإنجاز: 1 ساعة		مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة		وسائل الإنجاز: ميقاتي - شواخص - كرات طائرة	
الكفاءة القاعدية									
اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.									
الهدف الإجرائي:01									
أن يتعرف التلميذ على اللعبة من خلال الممارسة مع احترام القوانين المعمول بها.									
فترات التعلم		ظروف الإنجاز		المدة		مؤشرات النجاح		التوجيهات	
مرحلة التحضير		الموقف 1:		10		الإصغاء الجيد.		- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق.	
		إجماء عام:				- العمل عن طريق أفواج.		- المحافظة على الإيقاع	
		- الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصة ، جري خفيف مع القيام بحركات الإجماء .				- التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .		- الخفيف أثناء الجري .	
		إجماء خاص : تقسيم القسم لفوجين عند الإشارة ينطلق التلميذ حاملا لكرة طائرة لمسافة 15م ثم يعود لتسليمها للزميل .						- استعمال الأيدي فقط	
مرحلة الإنجاز		الموقف 2:		40		- الرغبة في تقاسم الأدوار واللعب مع الآخرين .		- التنقل والتوجه للكرة .	
		تمرين 1: تقسيم القسم إلى 4 أفواج، كل فوج على شكل دائرة و محاولة تمرير الكرة فيما بينهم مع محاولة إسقاط الكرة.				- قبول الانضمام إلى فوج عمل وتبادل .		- روح التنافس.	
		تمرين 2: تقسيم القسم إلى 4 أفواج، عند الإشارة يبدأ كل فريق بالقيام بالتمرير مع حساب عدد التمريرات لمدة دقيقتين، ثم الفوج الأكثر تمريرا هو الفائز.				- تحمل المسؤولية والثقة في النفس في تأدية دوره على أحسن ما يرام .			
		تمرين 3: القيام بمباراة الكرة الطائرة دون وضع شبكة.							
		تمرين 4: منافسة تطبيقية .							
مرحلة التقييم		الموقف 3:		05		- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج		أهمية التقييم الذاتي	
		- المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق.							
		- مناقشة جماعية مع الأستاذ.							

المستوى:3 متوسط	النشاط البدني: الكرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 ساعة	مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة	وسائل الإنجاز: مقياتي - شواخص - كرات طائرة
الكفاءة القاعدية				اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.
الهدف الإجرائي:02				أن يكون التلميذ قادر على التحكم في الكرة و التأقلم معها.
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات
مرحلة التحضير	<p><b>الموقف 1:</b></p> <p><b>إحماء عام :</b></p> <p>- الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء .</p> <p><b>إحماء خاص :</b> تقسم القسم الى فوجين و محاولة كل فوج القيام بالتمريرات العشرة دون اسقاط الكرة.</p>	10	<p>- الإصغاء الجيد.</p> <p>- العمل عن طريق أفواج.</p> <p>- التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>	<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق.</p> <p>- المحافظة على الإيقاع الخفيف أثناء الجري .</p> <p>- استعمال الأيدي فقط</p>
مرحلة الإنجاز	<p><b>الموقف 2:</b></p> <p><b>تمرين 1:</b> كل تلميذ مقابل الحائط على بعد 3م، عند الإشارة يقوم بتمريرها بأي طريقة مع محاولة عدم إسقاطها.</p> <p><b>تمرين 2:</b> كل مجموعتين متقابلتين ، الأول من كل مجموعة يمسك الكرة ثم يرفعها قليلا كي يدفعاها بكليتي اليدين وهذا على بعد حوالي 3م</p> <p><b>تمرين 3:</b> على شكل مثلث يقوم كل تلميذ بتمريرها للزميل مع محاولة عدم إسقاطها.</p> <p><b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	40	<p>- العمل بدون خوف.</p> <p>- اعطاء الكرة القوة اللازمة.</p> <p>- توجيه الكرة للزميا.</p>	<p>- التركيز خلال العمل.</p> <p>- تقادي الاصطدام.</p> <p>- العمل بتنظيم.</p> <p>- دفع الكرة بكليتي اليدين.</p>
مرحلة التقييم	<p><b>الموقف 3 :</b></p> <p>- المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق.</p> <p>- مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>	05	<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	أهمية التقييم الذاتي

المستوى:3 متوسط		النشاط البدني: الكرة الطائرة		مدة الإنجاز: 1 ساعة		مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة		وسائل الإنجاز: ميقاتي - شواخص - كرات طائرة	
اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.									
الهدف الإجرائي:03									
أن يكون التلميذ قادر على تنظيم تنقلاته و التحكم فيها من خلال العمل في محيط.									
فترات التعلم		ظروف الإنجاز		المدة		مؤشرات النجاح		التوجيهات	
مرحلة التحضير		الموقف 1:		10		- الإصغاء الجيد.		- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق.	
		إحماء عام :				- العمل عن طريق أفواج.		- المحافظة على الإيقاع	
		- الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء .				- التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .		الخفيف أثناء الجري .	
		إحماء خاص : القيام بلعبة التمريرات العشرة.						- استعمال الأيدي فقط	
مرحلة الإنجاز		الموقف 2:		40		- العمل بدون تصلب أو اجهاد.		- استعمال القوة في الدفع .	
		تمرين 1: كل تلميذ في المركز الخاصة به في الملعب عند الإشارة يأخذ التلاميذ وضعية الدفاعية برجع خطوتين للوراء.				- التعود على الوضعية الصحيحة للجسم أثناء العمل.		- التركيز على الدقة العمل.	
		تمرين 2: كل تلميذ في المركز الخاصة به في الملعب عند الإشارة يأخذ يقوم التلاميذ بتغيير المراكز للمركز التالي.				- اعطاء القوة اللازمة للكرة.		-الوقوف بالطريقة الصحيحة.	
		تمرين 3: كل تلميذ في المركز الخاصة به في الملعب عند الإشارة يقوم التلاميذ بتمرير الكرة بينهم مع محافظة كل تلميذ على المركز الخاص به.							
		الموقف 4: منافسة تطبيقية .							
مرحلة التقييم		الموقف 3 :		05		- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج		أهمية التقييم الذاتي	
		- المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق.							
		- مناقشة جماعية مع الأستاذ.							

المستوى:3 متوسط	النشاط البدني: الكرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 ساعة	مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة	وسائل الإنجاز: مقياتي - شواخص - كرات طائرة
الكفاءة القاعدية	اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.			
الهدف الإجرائي:04	أن يتمكن التلميذ من معرفة الوضعية الصحيحة و اللازمة لأداء الإرسال بالشكل الصحيح.			
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات
مرحلة التحضير	<p><b>الموقف 1:</b> إحماء عام : - الاعتدال ، المنادة ، شرح هدف الحصة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء . إحماء خاص : كل تلميذين متقابلين بينهما 6 م و تبادل الكرة فيما بينهما.</p>	10	<p>- الإصغاء الجيد. - العمل عن طريق أفواج. - التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>	<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق. - المحافظة على الإيقاع الخفيف أثناء الجري . - استعمال الأيدي فقط</p>
مرحلة الإنجاز	<p><b>الموقف 2:</b> <b>تمرين 1:</b> يقف التلميذ أمام الحائط و بمسافة 3م و عند الإشارة يقوم بمرجحة الذراع الضاربة ثلاث مرات تم ضرب الكرة مع توجيه الأستاذ للوضعية الصحيحة لمهارة الإرسال من الأسفل. <b>تمرين 2:</b> كل تلميذين متقابلين بينهما مسافة 4م عند الإشارة يقوم بمرجحة الذراع الضاربة ثلاث مرات تم ضرب الكرة مع محاولة توجيهها للزميل. <b>تمرين 3:</b> يقف التلاميذ خلف خط الملعب عند الإشارة يقوم بمرجحة الذراع الضاربة ثلاث مرات ثم ضرب الكرة مع التركيز على الوضعية الأساسية مع محاولة تجاوزها للشبكة <b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	40	<p>- العمل بدون تصلب أو إجهاد. - التعود على الوضعية الصحيحة للجسم أثناء العمل. - إعطاء القوة اللازمة للكرة.</p>	<p>- ضرب الكرة بيد واحدة - استعمال القوة في الدفع . - التركيز على الدقة في الإرسال. - الوقوف بالطريقة الصحيحة.</p>
مرحلة التقييم	<p><b>الموقف 3 :</b> - المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق . - مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>	05	<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	<p>أهمية التقييم الذاتي</p>

وسائل الإنجاز: مقياتي - شواخص - كرات طائرة		مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة		مدة الإنجاز: 1 ساعة	النشاط البدني: الكرة الطائرة	المستوى: 3 متوسط
اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.						الكفاءة القاعدية
أن يتمكن التلميذ من أداء الإرسال مع تجاوز الكرة للشبكة.						الهدف الإجرائي: 05
التوجيهات	مؤشرات النجاح	المدة	ظروف الإنجاز	فترات التعلم		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق.</li> <li>- المحافظة على الإيقاع الخفيف أثناء الجري .</li> <li>- استعمال الأيدي فقط</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- الإصغاء الجيد.</li> <li>- العمل عن طريق أفواج.</li> <li>- التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</li> </ul>	10	<p><b>الموقف 1:</b> إحماء عام : - الاعتدال، المناداة ، شرح هدف الحصة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء . إحماء خاص : نقسم القسم الى فوجين عند الإشارة يبدأ كل فوج بالإرسال و حساب عدد النقاط المسجلة و ذلك لمدة 2 دقائق.</p>	مرحلة التحضير		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ضرب الكرة بيد واحدة</li> <li>- استعمال القوة في الدفع .</li> <li>- التركيز على الدقة في الإرسال.</li> <li>- الوقوف بالطريقة الصحيحة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>العمل بدون تصلب أو إجهاد.</li> <li>- التعود على الوضعية الصحيحة للجسم أثناء العمل.</li> <li>- إعطاء القوة اللازمة للكرة.</li> </ul>	40	<p><b>الموقف 2:</b> <b>تمرين 1:</b> يقف التلاميذ على شكل صف أمام الحائط وبمسافة 5م و عند الإشارة يأخذ التلاميذ وضع الاستعداد للإرسال و ينفذ على الحائط. <b>تمرين 2:</b> نفس التمرين مع زيادة المسافة ل9م عند الإشارة يأخذ التلاميذ وضع الاستعداد و ينفذ على الحائط على ارتفاع 3م على الحائط. <b>تمرين 3:</b> تبادل أداء مهارة الإرسال من فوق الشبكة من خلف خط الهجوم مع مراعاة دقة توجيه الكرة للزميل. <b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	مرحلة الإنجاز		
<ul style="list-style-type: none"> <li>أهمية التقييم الذاتي</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</li> </ul>	05	<p><b>الموقف 3:</b> - المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق . - مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>	مرحلة التقييم		

المستوى:3 متوسط	النشاط البدني: الكرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 ساعة	مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة	وسائل الإنجاز: مقياتي - شواخص - كرات طائرة
الكفاءة القاعدية	اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.			
الهدف الإجرائي:06	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة للأماكن الشاغرة في ملعب الخصم			
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات
مرحلة التحضير	<p><b>الموقف 1:</b> إجماء عام : - الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصاة، جري خفيف مع القيام بحركات الإجماء . إجماء خاص : وضع 10 شواخص في كل نصف ملعب و عند الإشارة يبدأ كل فريق بالارسال .من يسقط جميع الشواخص أولا هو الفائز .</p>	01	<p>- الإصغاء الجيد . - العمل عن طريق أفواج . - التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>	<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق . - المحافظة على الإيقاع الخفيف أثناء الجري . - استعمال الأيدي فقط</p>
مرحلة الإنجاز	<p><b>الموقف 2:</b> <b>تمرين 1:</b> يقف التلاميذ على مواجهها للحائط على بعد 3م يقوم بأداء مهارة الإرسال على هدف محدد في الحائط مع دقة توجيه الكرة. <b>تمرين 2:</b> نقسم القسم الى 3 أفواج خلف خط الإرسال كما نقسم ملعب الخصم طولا إلى 3 مناطق و القيام بالإرسال من الأسفل مع توجيه الكرة للجزء المقابل(إرسال مستقيم) <b>تمرين 3:</b> نقسم القسم إلى فوجين خلف خط الإرسال كما نقسم ملعب الخصم طولا إلى منطقتين و القيام بالإرسال من الأسفل مع توجيه الكرة للجزء الغير مقابل(إرسال قطري) <b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	40	<p>العمل بدون تصلب أو إجهاد . - التعود على الوضعية الصحيحة للجسم أثناء العمل . - إعطاء القوة اللازمة للكرة.</p>	<p>- ضرب الكرة بيد واحدة - استعمال القوة في الدفع . - التركيز على الدقة في الإرسال . -الوقوف بالطريقة الصحيحة. - التحكم في اتجاه الكرة.</p>
مرحلة التقييم	<p><b>الموقف 3 :</b> - المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق . - مناقشة جماعية مع الأستاذ .</p>	05	<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	<p>أهمية التقييم الذاتي</p>

المستوى:3 متوسط	النشاط البدني: الكرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 ساعة	مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة	وسائل الإنجاز: ميقاتي - شواخص - كرات طائرة
الكفاءة القاعدية	اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.			
الهدف الإجرائي:07	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة مع تسجيل نقطة من الإرسال المباشرة.			
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات
مرحلة التحضير	<p><b>الموقف 1:</b> إحماء عام : - الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء . إحماء خاص : وضع 02 شاخص في كل نصف ملعب و عند الإشارة يبدأ كل فريق بالإرسال .من يسقط جميع الشواخص أولا هو الفائز.</p>	10	<p>- الإصغاء الجيد. - العمل عن طريق أفواج. - التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>	<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق. - المحافظة على الإيقاع الخفيف أثناء الجري . - استعمال الأيدي فقط</p>
مرحلة الإنجاز	<p><b>الموقف 2:</b> <b>تمرين 1:</b> تقسيم التلاميذ إلى فوجين خلف خط الإرسال و يقوم التلميذ المسيطر على الكرة بالقيام بمهارة الإرسال من الأسفل محاولا توجيه الكرة للمنطقة الهجومية للمنافس. <b>تمرين 2:</b> تقسيم التلاميذ إلى فوجين خلف خط الإرسال و وضع مدافعين في ملعب الخصم حيث يقوم التلميذ المسيطر على الكرة بالقيام بمهارة الإرسال من الأسفل محاولا توجيه الكرة بعيدا عن متناول المدافعين. <b>تمرين 3:</b> نفس التمرين السابق مع وضع 3 مدافعين. <b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	40	<p>العمل بدون تصلب أو إجهاد. - التعود على الوضعية الصحيحة للجسم أثناء العمل. - توجيه الكرة. - إعطاء القوة اللازمة للكرة.</p>	<p>- ضرب الكرة بيد واحدة - استعمال القوة في الدفع . - التحكم في اتجاه الكرة. - التركيز على الدقة في الإرسال. -الوقوف بالطريقة الصحيحة.</p>
مرحلة التقييم	<p><b>الموقف 3 :</b> - المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق. - مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>	05	<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	<p>أهمية التقييم الذاتي</p>

وسائل الإنجاز: ميقاتي - شواخص - كرات طائرة		مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة		مدة الإنجاز: 1 ساعة		النشاط البدني: الكرة الطائرة		المستوى: 3 متوسط	
								الكفاءة القاعدية	
أن يتمكن التلميذ من معرفة الوضعيات الأساسية لاستقبال الكرة و تمريرها.								الهدف الإجرائي: 08	
التوجيهات		مؤشرات النجاح		المدة		ظروف الإنجاز		فترات التعلم	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق.</li> <li>- المحافظة على الإيقاع الخفيف أثناء الجري .</li> <li>- استعمال الأيدي فقط</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- الإصغاء الجيد.</li> <li>- العمل عن طريق أفواج.</li> <li>- التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</li> </ul>		<b>10</b>		<p><b>الموقف 1:</b></p> <p><b>إحماء عام :</b></p> <p>- الاعتدال ، المنادة ، شرح هدف الحصة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء .</p> <p><b>إحماء خاص :</b> كل تلميذين متقابلين يقومان بتمرير الكرة بالساعدين مع محاولة رفعها للأعلى.</p>		مرحلة التحضير	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- تجنب الاصطدامات والتدخلات العنيفة .</li> <li>- تجنب دفع الكرة براحة اليد .</li> <li>- التركيز على الانحناء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم.</li> <li>- تجنب الوقوف أثناء التنقل والمحافظة على الوضعية الأساسية .</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- إستقبال الكرة بالساعد يكون بضم الساعدين و برد الكرة مع عدم تحريك الساعدين.</li> <li>- تقادي إستقبال الكرة على مستوى المعصم.</li> <li>- التلقائية في الإستقبال دون تصلب أو إستعمال القوة.</li> </ul>		<b>40</b>		<p><b>الموقف 2:</b></p> <p><b>تمرين 1:</b> كل تلميذ لديه كرة طائرة عند الإشارة يرمي الكرة عاليا و يستقبلها لمرة واحدة مع مراعاة الوضعية الصحيحة .</p> <p><b>تمرين 2:</b> يقف التلميذ حاملا للكرة عند الإشارة يقوم برميها للأعلى لمسافة 2م ثم استقبالها و تترك لتسقط على الأرض و هكذا دون توقف مع التأكيد على تقديم قدم على قدم و الانحناء.</p> <p><b>تمرين 3:</b> تلميذ يقابل تلميذ بينهما 4 م حيث أحدهما يرمي الكرة للآخر الذي يقوم باستقبال الكرة مع توجيهها للتلميذ الأول.</p> <p><b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>		مرحلة الإنجاز	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- أهمية التقييم الذاتي</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</li> </ul>		<b>05</b>		<p><b>الموقف 3 :</b></p> <p>- المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق.</p> <p>- مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>		مرحلة التقييم	

المستوى:3 متوسط	النشاط البدني: الكرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 ساعة	مكان الإنجاز : داخل الميدان المؤسسة	وسائل الإنجاز: مقياتي - شواخص- كرات طائرة
الكفاءة القاعدية	اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.			
الهدف الإجرائي:09	أن يتمكن التلميذ من إستقبال الكرة مع رفعها لمسافة أعلى.			
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات
مرحلة التحضير	<p><b>الموقف 1:</b> إحماء عام : - الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصة ، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء . إحماء خاص : كل تلميذين متقابلين يقومان بتمرير الكرة بالساعدين مع محاولة رفعها للأعلى و محاولة عدم اسقاطها.</p>	10	<p>- الإصغاء الجيد. - العمل عن طريق أفواج. - التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>	<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق. -</p>
مرحلة الإنجاز	<p><b>الموقف 2:</b> <b>تمرين 1:</b> تلميذ يقابل تلميذ بينهما 6 م حيث أحدهما يرمي الكرة للآخر الذي يقوم باستقبال الكرة مع توجيهها للتلميذ الأول ثم 8م، مع مراعاة رفع الكرة للأعلى. <b>تمرين 2:</b> تلميذ يقابل تلميذ بينهما 6 م حيث يرمي التلميذ الحامل للكرة للزميل المقابل لكن مرة للخلف و مرة لليمين و مرة لليسار ، مع مراعاة رفع الكرة للأعلى. <b>تمرين 3:</b> كل تلميذ مقابل جدار بينهما مسافة 3 م و القيام بالتمرير من الأسفل مع الحائط مع محاولة عدم اسقاط الكرة. <b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	40	<p>- إستقبال الكرة بالساعد - تقادي إستقبال الكرة على مستوى المعصم. - التلقائية في الإستقبال دون تصلب أو إستعمال القوة.</p>	<p>- تجنب الاصطدامات والتدخلات العنيفة . - تجنب دفع الكرة براحة اليد . تجنب الوقوف أثناء التنقل والمحافظة على الوضعية الأساسية .</p>
مرحلة التقييم	<p><b>الموقف 3 :</b> - المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق. - مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>	05	<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	<p>أهمية التقييم الذاتي</p>

المستوى:3: متوسط	النشاط البدني: الكرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 ساعة	مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة	وسائل الإنجاز: ميقاتي - شواخص - كرات طائرة
الكفاءة القاعدية	اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.			
الهدف الإجرائي:10	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة للزميل الموزع عند الإستقبال من الثبات.			
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات
مرحلة التحضير	<p><b>الموقف 1:</b></p> <p><b>إحماء عام:</b></p> <p>- الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء .</p> <p><b>إحماء خاص:</b></p> <p>نقسم القسم الى 4 أفواج كل فوج على شكل دائرة عند الإشارة يبدأ التلاميذ بتمرير الكرة بالساعدين فيما بينهم لمدة دقيقتين مع حساب عدد التمريرات.</p>	10	<p>- الإصغاء الجيد.</p> <p>- العمل عن طريق أفواج.</p> <p>- التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>	<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق.</p> <p>- الاحماء الجيد لجميع أعضاء الجسم.</p>
مرحلة الإنجاز	<p><b>الموقف 2:</b></p> <p><b>تمرين 1:</b> كل تلميذ مقابل جدار بينها مسافة 3 م و القيام بالتمرير من الأسفل مع الحائط على هدف محدد مع محاولة عدم اسقاط الكرة.</p> <p><b>تمرين 2:</b> يقف التلاميذ على شكل دائرة و المدرس في الوسط و يقوم المعلم بتمرير الكرة الى التلاميذ بالتسلسل و التلاميذ يعيدون الكرة للمدرس عن طريق التمرير من الأسفل مع رفع الكرة للأعلى.</p> <p><b>تمرين 3:</b> يقف 4 لاعبين على شكل مربع و القيام بالتمرير فيما بينهم. مع محاولة عدم إسقاط الكرة مع رفع الكرة للأعلى.</p> <p><b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	40	<p>- إستقبال الكرة بالساعد يكون بضم الساعدين و برد الكرة مع عدم تحريك الساعدين.</p> <p>*تفادي إستقبال الكرة على مستوى المعصم.</p> <p>التلقائية في الإستقبال دون التصلب أو إستعمال القوة.</p>	<p>- تجنب الاصطدامات والتدخلات العنيفة .</p> <p>- تجنب دفع الكرة براحة اليد .</p> <p>- التركيز على الانحناء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم.</p> <p>- التحكم في اتجاه الكرة.</p>
مرحلة التقييم	<p><b>الموقف 3:</b></p> <p>- المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق.</p> <p>- مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>	05	<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	<p>أهمية التقييم الذاتي</p>

المستوى 3: متوسط		النشاط البدني: الكرة الطائرة		مدة الإنجاز: 1 ساعة		مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة		وسائل الإنجاز: مقياتي - شواخص - كرات طائرة	
الكفاءة القاعدية									
اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.									
الهدف الإجرائي: 11									
أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة للزميل الموزع عند الإستقبال مع الحركة.									
فترات التعلم		ظروف الإنجاز		المدة		مؤشرات النجاح		التوجيهات	
مرحلة التحضير		<p><b>الموقف 1:</b> إحماء عام : - الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصّة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء . إحماء خاص : نقسم القسم الى 4 أفواج كل فوج على شكل دائرة عند الإشارة يبدأ التلاميذ بتمرير الكرة بالساعدين فيما بينهم مع الحركة لمدة دقيقتين مع حساب عدد التمريرات.</p>		10		<p>- الإصغاء الجيد. - العمل عن طريق أفواج. - التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>		<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق. - التسخين الجيد لجميع أعضاء الجسم.</p>	
		<p><b>الموقف 2:</b> <b>تمرين 1:</b> تلميذ يقابل تلميذ بينهما 6 م ووضع شاهد في المنتصف حيث يركض التلميذ للمس الشاهد و العودة للقيام بالاستقبال و هكذا. <b>تمرين 2:</b> يقسم التلاميذ على شكل قاطرات و كل قاطرة لها كرة الطائرة حيث أمام كل قاطرة يقف شخص بمسافة 6م. ينطلق التلميذ الأول بتمرير الكرة من الأسفل حتى الوصول الى الزميل الذي بدوره يرجع الكرة . <b>تمرين 3:</b> كل تلميذين متقابلين بينهما مسافة 6م يقوم التلميذ بالمشي جانبا و القيام بالتمرير من الأسفل حتى بلوغ الزميل. <b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>		40		<p>- إستقبال الكرة بالساعد يكون بضم الساعدين و برد الكرة مع عدم تحريك الساعدين. *تفادي إستقبال الكرة على مستوى المعصم. التلقائية في الإستقبال دون التصلب أو إستعمال القوة.</p>		<p>- تجنب الاصطدام والتدخلات العنيفة . - تجنب دفع الكرة براحة اليد . - التركيز على الانحناء تجنب الوقوف أثناء التنقل والمحافظة على الوضعية الأساسية .</p>	
		مرحلة الإنجاز		<p><b>الموقف 3 :</b> - المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق. - مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>		05		<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	

المستوى:3 متوسط	النشاط البدني: الكرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 ساعة	مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة	وسائل الإنجاز: مقياتي - شواخص - كرات طائرة
الكفاءة القاعدية	اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.			
الهدف الإجرائي:12	أن يتمكن التلميذ من معرفة و تحسين الوضعيات الأساسية أثناء الإعداد.			
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات
مرحلة التحضير	<p><b>الموقف 1:</b> <b>إحماء عام:</b> - الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصة ، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء . <b>إحماء خاص:</b> كل تلميذين متقابلين بينهما 3م يقوم التلميذ الأول برمي الكرة للزميل الذي بدوره يمررها له من الأسفل.</p>	10	<p>- الإصغاء الجيد. - العمل عن طريق أفواج. - التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>	<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق. - التسخين الجيد لجميع أعضاء الجسم.</p>
مرحلة الإنجاز	<p><b>الموقف 2:</b> <b>تمرين 1:</b> يقف التلاميذ داخل الملعب و لكل منهم كرة طائرة و عند الإشارة يرمون الكرة عاليا و مسكها مع التأكيد على الوضعية الصحيحة للجسم. <b>تمرين 2:</b> كل تلميذ مقابل للجدار بينهما مسافة 3م و القيام بالتمرير من الأعلى مع محاولة رفع الكرة للأعلى. <b>تمرين 3:</b> تلميذ يقابل تلميذ بينهما 3م حيث أحدهما يرمي الكرة و الآخر يرجع له الكرة بالتمرير من الأعلى ثم من 5 م. <b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	40	<p>- مؤشرات تلقائية في التمرير دون التصلب أو إستعمال القوة. - التركيز على الانحناء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم.</p>	<p>تجنب الاصطدامات والتدخلات العنيفة - تجنب دفع الكرة براحة اليد . - التركيز على الانحناء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم.</p>
مرحلة التقييم	<p><b>الموقف 3:</b> - المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق. - مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>	05	<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	<p>أهمية التقييم الذاتي</p>

المستوى: 3 متوسط	النشاط البدني: الكرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 ساعة	مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة	وسائل الإنجاز: مقياتي - شواخص - كرات طائرة
الكفاءة القاعدية	اختبار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.			
الهدف الإجرائي: 13	أن يتمكن التلميذ من معرفة وضعية الأصابع و التحكم بالكرة للقيام بإعداد صحيح.			
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات
مرحلة التحضير	<p><b>الموقف 1:</b> إحماء عام : - الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء . <b>إحماء خاص :</b> كل تلميذين متقابلين بينهما 5م يقوم التلميذ الأول برمي الكرة للزميل الذي بدوره يمررها له من الأسفل.</p>	10	<p>- الإصغاء الجيد. - العمل عن طريق أفواج. - التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>	<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق. - التسخين الجيد لجميع أعضاء الجسم.</p>
مرحلة الإنجاز	<p><b>الموقف 2:</b> <b>تمرين 1:</b> كل تلميذ مقابل للجدار بينهما مسافة 4م و القيام بالتمرير من الأعلى مع محاولة رفع الكرة للأعلى ثم 6م. <b>تمرين 2:</b> كل تلميذان متقابلان بينهما مسافة 3 م يقومان بالتمرير من الأعلى مع محاولة عدم إسقاط الكرة. <b>تمرين 3:</b> تلميذ يقابل تلميذ بينهما 3 م حيث يرمي التلميذ الحامل للكرة للزميل المقابل لكن مرة للخلف و مرة لليمين و مرة لليسار ثم 5 م. <b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	40	<p>- التلقائية في التمرير دون التصلب أو إستعمال القوة. تجنب دفع الكرة براحة اليد - التركيز على الانحناء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم - توجيه الكرة للزميل</p>	<p>تجنب الاصطدامات والتدخلات العنيفة - تجنب دفع الكرة براحة اليد . - التركيز على الانحناء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم. - التحكم في اتجاه الكرة.</p>
مرحلة التقييم	<p><b>الموقف 3 :</b> - المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق. - مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>	05	<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	<p>أهمية التقييم الذاتي</p>

المستوى:3 متوسط	النشاط البدني: الكرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 ساعة	مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة	وسائل الإنجاز: مقياتي - شواخص - كرات طائرة
الكفاءة القاعدية	اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.			
الهدف الإجرائي:14	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة بالطريقة الصحيحة مع رفع الكرة للأعلى من الثبات.			
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات
مرحلة التحضير	<p><b>الموقف 1:</b> إحماء عام : - الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصة ، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء . إحماء خاص : كل تلميذين متقابلين بينهما 6م يقوم التلميذ الأول برمي الكرة للزميل الذي بدوره يمررها له من الأسفل.</p>	10	<p>- الإصغاء الجيد. - العمل عن طريق أفواج. - التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>	<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق. - التسخين الجيد لجميع أعضاء الجسم.</p>
مرحلة الإنجاز	<p><b>الموقف 2:</b> <b>تمرين 1:</b> كل تلميذ مقابل للجدار بينهما مسافة 3م و القيام بالتمرير من الأعلى مع توجيه الكرة للهدف المحدد عل ارتفاع 4م. <b>تمرين 2:</b> كل تلميذان متقابلان بينهما مسافة 3 م يقومان بالتمرير من الأعلى من فوق الشبكة مع محاولة عدم إسقاط الكرة. <b>تمرين 3:</b> وقوف تلميذ في المنطقة (6) و يمرر الكرة للزميل المتواجد في المنطقة (2) الذي يقوم بإعداد الكرة للهجوم مع توجيهها للأعلى. <b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	40	<p>- التلقائية في التمرير دون التصلب أو إستعمال القوة. تجنب دفع الكرة براحة اليد - التركيز على الانحناء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم - توجيه الكرة للزميل</p>	<p>-تجنب الاصطدامات والتدخلات العنيفة - تجنب دفع الكرة براحة اليد - التركيز على الانحناء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم. - التحكم في اتجاه الكرة.</p>
مرحلة التقييم	<p><b>الموقف 3 :</b> - المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق. - مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>	05	<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	<p>أهمية التقييم الذاتي</p>

المستوى: 3 متوسط	النشاط البدني: الكرة الطائرة	مدة الإنجاز: 1 ساعة	مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة	وسائل الإنجاز: مقياتي - شواخص - كرات طائرة
الكفاءة القاعدية	اختيار وتطبيق خطة جماعية أو فردية للمحافظة على نتيجة رياضية أو تحسينها.			
الهدف الإجرائي: 15	أن يتمكن التلميذ من توجيه الكرة بالطريقة الصحيحة مع رفع الكرة للأعلى مع الحركة.			
فترات التعلم	ظروف الإنجاز	المدة	مؤشرات النجاح	التوجيهات
مرحلة التحضير	<p><b>الموقف 1:</b></p> <p><b>إحماء عام:</b></p> <p>- الاعتدال ، المنادة ، شرح هدف الحصة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء .</p> <p><b>إحماء خاص:</b> كل تلميذين متقابلين بينهما مسافة 5م يقومان بتمرير الكرة من الأسفل مع محاولة عدم اسقاطها.</p>	10	<p>- الإصغاء الجيد.</p> <p>- العمل عن طريق أفواج.</p> <p>- التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>	<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق.</p> <p>- التسخين الجيد للجسم.</p>
مرحلة الإنجاز	<p><b>الموقف 2:</b></p> <p><b>تمرين 1:</b> تلميذ يقابل تلميذ بينهما 3 م ووضع شاهد في المنتصف حيث يركض التلميذ الى الشاهد للقيام بالتمرير من الأعلى.</p> <p><b>تمرين 2:</b> نقسم التلاميذ إلى 4 أفواج كل فوجين متقابلين بينهما مسافة 6 م حيث ينطلق حاملين الكرة للأمام مع تمرير الكرة للأعلى لغاية الوصول للزميل المقابل.</p> <p><b>تمرين 3:</b> يقف التلميذ في المنطقة رقم (1) و يقوم بالتمرير للأعلى الى غاية الوصول للمنطقة (2) و القيام بالإعداد لعملية الهجوم مع رفع الكرة للأعلى.</p> <p><b>الموقف 4:</b> منافسة تطبيقية .</p>	40	<p>- التلقائية في التمرير دون التصلب أو إستعمال القوة.</p> <p>- تجنب دفع الكرة براحة اليد</p> <p>- التركيز على الانحناء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم</p> <p>- توجيه الكرة للزميل</p>	<p>- تجنب الاصطدامات والتدخلات العنيفة</p> <p>- تجنب دفع الكرة براحة اليد .</p> <p>- التركيز على الانحناء واستعمال الوضعية المنخفضة للجسم.</p> <p>- التحكم في اتجاه الكرة.</p>
مرحلة التقييم	<p><b>الموقف 3:</b></p> <p>- المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق.</p> <p>- مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>	05	<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>	<p>أهمية التقييم الذاتي</p>

المستوى:3 متوسط		النشاط البدني: الكرة الطائرة		مدة الإنجاز: 1 ساعة		مكان الإنجاز: داخل الميدان المؤسسة		وسائل الإنجاز: ميقاتي - شواخص - كرات طائرة	
الكفاءة القاعدية									
الهدف الإجرائي:16									
أن يتمكن التلميذ من المساهمة في بناء هجمة منسقة لإحراز نقطة									
فترات التعلم		ظروف الإنجاز		المدة		مؤشرات النجاح		التوجيهات	
مرحلة التحضير		<p><b>الموقف 1:</b> إحماء عام : - الاعتدال ، المناداة ، شرح هدف الحصة، جري خفيف مع القيام بحركات الإحماء . إحماء خاص : وضع 10 شواخص في كل نصف ملعب و عند الإشارة يبدأ كل فريق بالارسال .من يسقط جميع الشواخص أولاً هو الفائز .</p>		10		<p>- الإصغاء الجيد. - العمل عن طريق أفواج. - التحرك نحو الأمام والخلف لإعطاء الحركة .</p>		<p>- الالتزام بالأماكن المخصصة لكل فريق. - تسخين جميع العضلات.</p>	
مرحلة التقييم		<p><b>الموقف 3 :</b> - المناقشة والتقييم على مستوى كل فريق تحت إشراف قائد الفريق . - مناقشة جماعية مع الأستاذ.</p>		05		<p>- التقييم الذاتي على مستوى كل فوج</p>		<p>أهمية التقييم الذاتي</p>	