الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية الديمقراطية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم : التربية البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص

علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

تحت عنوان :

ألعاب ترويحية رياضية مقترحة لتعلم بعض المهارات الحركية الاساسية (الجري ،القفز ،الدقة) لفئة (7-09) سنة

دراسة اجريت على تلاميذ الطور الابتدائي على مستوى ولاية تلمسان .

إعداد الطالبان :

- نابي محمد.
- رحوين ياسين .

اشراف :

ا. مقراني جمال

السنة الجامعية :2020/2019

و تقدير

يقول الله عزوجل في محكم تنزيله:

[وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ] .

أما بعد فنتقدم بوافر الشكر و التقدير إلى الأستاذة الكرام خاصة الأستاذ الكريم مقراني جمال،على حسن إشرافه وتشجيعه المتواصل لنا .

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى القائمين على هذا المعهد من مدير و أساتذة و عمال إداريين و غيرهم .

و لا ننسى أن نتقدم بكل احترامنا إلى من ساعدنا من قريب أو من بعيد في انجاز هذا البحث المتواضع لاسيما مدراء و أساتذةالابتدائيات التي أقيمت فيها هته الدراسة .

كما نقدم أيضا الشكر الجزيل للوالدين على كل ما قدموه لنا ماديا او معنويا على حد سواء .

و لجميع الأصدقاء الذين دعموا افكارنا و عملنا بكل صغيرة و كبيرة .

وفي الأخير نحمد الله جل وعلا الذي انعم علينا بإنهاء هذا العمل .

الإهـــــــداء

إلى رمز الصفاء و منبع الحب والحنان والوفاء والعطاء.

إلى التي سهرت الليالي لأنام ملئ أجفاني .

إلى أمي الغالية الحبيبة .

إلى من وطأ الأشواك حافيا ليوصلني إلى ما وصلت إليه اليوم .

إلى الذي غرس في حب العمل و تحمل المسؤولية .

أبي أطال الله في عمره.

إلى القريبين من قلبي و الأعزاء علي .

إلى جميع إخوتي و أفراد عائلتي .

إلى كل الأساتذة الكرام لمعهد التربية البدنية الرياضية .

و لا سيما الأستاذ الفاضل مقراني جمال

وإلى كل من وسعهم قلبي ونسيهم قلمي .

ملخص الدراسة :

العاب ترويحية رياضية مقترحة لتعلم بعض المهارات الحركية الأساسية (الجري ،القفز ،الدقة) لفئة (7-09) سنة .

تهدف الدراسة التي بين أيديكم إلى معرفة العاب ترويحية رياضية مقترحة لتعلم بعض المهارات الحركية الأساسية (الجري ،القفز ،الدقة) لفئة (7-09) سنة،و لأجل ذلك اتبعنا المنهج التجريبي ،حيث بلغت عينة الدراسة 10 تلاميذ مثلوا العينة الضابطة و 17 تلميذ مثلوا العينة التجريبية من كلا الجنسين (ذكور و اناث) على مستوى ابتدائية رضا حوحو مغنية ولاية تلمسان .

التي اختيرت بطريقة قصدية (عمدية) تمثل المجتمع تمثيلا صادقا و استعملنا لجمع البيانات العاب ترويحية رياضية جسدت اختبارات الدراسة ، وجاءت أهم نتائج الدراسة بان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختباريات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) لفئة (7-9) سنة لصالح الاختبارات البعدية ،و وجود كذلك فروق إحصائية بين العينتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية للمهارات الحركية(الجري، الدقة، القفز) لفئة (7-9) سنة لصالح العينة التجريبية.

و بالتالي للألعاب الترويحية الرياضية المقترحة دور في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري ،القفز ،الدقة) لفئة (7-9) سنة ،و لذا نوصي المختصين في التربية و التعليم على الاهتمام اكثر بهذه الألعاب و إعطائها قيمتها الحقيقية بإدراجها ضمن الحصص و استغلال فوائدها في تحقيق عملية تعليم افضل و هذا خاصة لدى فئة الأطفال .

الكلمات المفتاحية : الألعاب الترويحية الرياضية ، المهارات الحركية (الجري ،القفز ،الدقة) ، فئة (7-9) سنة .

Résumé de l'étude:

Jeux sportifs récréatifs proposés pour apprendre quelques habiletés motrices de base (course, saut, précision) pour la catégorie des (7-09) ans.

L'étude entre vos mains vise à découvrir des suggestions de jeux de loisirs sportifs pour apprendre certaines habiletés motrices de base (course, saut, précision) pour la catégorie des (7-09) ans, et pour cela nous avons suivi l'approche expérimentale, où l'échantillon d'étude a atteint 10 étudiants qui représentaient l'échantillon de contrôle et 17 étudiants. Ils représentaient l'échantillon expérimental des deux sexes (hommes et femmes) au niveau élémentaire Reda Houhou, chanteuse de la province de Tlemcen.

Qui ont été choisis de manière intentionnelle (intentionnelle), représentant honnêtement la communauté, et nous avions l'habitude de collecter des données sur les jeux de loisirs sportifs qui incarnaient les tests de l'étude, et les résultats les plus importants de l'étude sont qu'il existe des différences statistiquement significatives entre les pré et post tests de l'échantillon expérimental dans l'apprentissage de certaines habiletés motrices (course, précision, saut)) Pour un groupe (7-9) ans en faveur des post-tests, et il existe également des différences statistiques entre les échantillons témoins et expérimentaux dans les tests dimensionnels de la motricité (course, précision, saut) pour la catégorie (7-9) ans en faveur de l'échantillon expérimental.

Par conséquent, les jeux sportifs récréatifs proposés ont un rôle dans l'apprentissage de certaines habiletés motrices (course à pied, saut, précision) pour la catégorie (7-9) ans, et nous recommandons donc aux spécialistes de l'éducation d'accorder plus d'attention à ces jeux et de leur donner leur réelle valeur en les intégrant dans les cours et en exploitant leurs bienfaits. Pour parvenir à un meilleur processus éducatif, en particulier chez les enfants.

Mots clés: **jeux sportifs récréatifs, motricité (course, saut, précision), catégorie (7-9) ans.**

Study summary:

Sports recreational games suggested to learn some basic motor skills (running, jumping, accuracy) for the category of (7-09) years.

The study in your hands aims to find out suggested sports recreational games to learn some basic motor skills (running, jumping, accuracy) for the category of (7-09) years, and for that we followed the experimental approach, where the study sample reached 10 students who represented the control sample and 17 students They represented the experimental sample of both sexes (males and females) at the elementary level. Reda Houhou, singer of Tlemcen province.

Which were chosen in an intentional (intentional) way, representing the community honestly, and we used to collect data sports recreational games that embodied the study tests, and the most important results of the study came that there are statistically significant differences between the pre and post tests of the experimental sample in learning some motor skills (running, accuracy, jumping) For a group (7-9) years in favor of the post-tests, and there are also statistical differences between the control and experimental samples in the dimensional tests of motor skills (running, accuracy, jumping) for the category (7-9) years in favor of the experimental sample.

Consequently, the proposed sports recreational games have a role in learning some motor skills (running, jumping, accuracy) for the category (7-9) years, and therefore we recommend education specialists to pay more attention to these games and give them their real value by including them in the lessons and exploiting their benefits In achieving a better education process, especially among children.

Key words: sports recreational games, motor skills (running, jumping, accuracy), category (7-9) years

• الفهرس :

- شكر و تقدير .....أ
- الاهداء .....ب
- ملخص الدراسة باللغة العربية .....ت
- ملخص الدراسة باللغة الفرنسية .....ث
- ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية ..... ج

• قائمة المحتويات :

- قائمة الجداول .....ز
- قائمة الاشكال البيانية .....س

** التعريف بالبحث :

- المقدمة 01
– مشكلة البحث 03
– أهداف البحث 05
– فرضيات البحث 05
–أهمية البحث 05
–مصطلحات البحث 06

الباب الأول :الدراسة النظرية :

–مدخل الباب الأول 09

الفصل الاول :الدراسات السابقة و البحوث المشابهة

تمهيد: 11
1–1–الدراسات التي تناولت متغير الألعاب الترويحية الرياضية 11
1–1–1–دراسة دراسة حمروش محمد ،و عدام رابح 2016–2017 11
1–1–2–دراسة غندير نور الدين 2003 11
1–1–3–دراسة ايفوري وماكلوم(Ivory&Mccollum,2008 12

1-1-4-دراسة آل مراد (2004م) 12
1-1-5- دراسة م.م.أسعد حسين عبد الرزاق(2009) 13
1-2- الدراسات التي تناولت متغير المهارات الحركية 14
1-2-1-دراسة "المهدي (1991) 14
1-2-2- دراسة "عمارة توفيق و نافع سفيان 2016 14
1-2-3-دراسة علاق مناد 2008-2009 15
1-3-الدراسات التي تناولت كلا المتغيرين الألعاب و كذا المهارات الحركية الأساسية..... 16
1-3-1- دراسة الحايك والويسي(2009) 16
1-3-2-دراسة ساسي عبد العزيز2007-2008 16
1-3-3- دراسة عبدا لله وآخرون (2006) 17
1-3-4-دراسة احمد وآخرون (2006) 17
1-4-تحليل و نقد الدراسات السابقة و البحوث المشابهة 18
1-4-1-تعقيب على الدراسات السابقة 18
1-4-2-وجه الاستفادة من الدراسات السابقة 19
1-4-3- مميزات الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة 19
خلاصة 20

الفصل الثاني :الالعاب الترويحية و الرياضية

تمهيد: 22
2-1-تعريف اللعب. 22
2-2-تعريف الترويح الرياضي. 23
2-3-اقسام الترويح الرياضي. 24
2-3-1-الالعاب الصغيرة الترويحية. 24
2-3-2-الالعاب الرياضية الكبيرة. 24
2-3-3-الرياضات المائية. 24
2-4-اهمية الترويح الرياضي. 24
2-4-1-الاهمية العلاجية. 24

2-4-2-الاهمية التربوية. 25
2-4-3-الاهمية النفسية. 25
2-4-4-الاهمية البيولوجية 26
2-5-الالعاب الترويحية. 27
2-6- الألعاب الترويحية الرياضية 27
2-7-العوامل المؤثرة في اللعب 28
2-8-أنواع الألعاب 28
2-8-1- الألعاب الصغيرة 28
2-8-2- الألعاب التمهيدية 29
2-8-3- ألعاب الفرق 29
2-8-4-الألعاب و المسابقات ذات التنظيم البسيط 30
2-8-5-الألعاب أو الرياضات الفردية 30
2-8-6-الألعاب الزوجية 30
2-9- أهمية اللعب في حياة الطفل 30
2-10-نماذج للألعاب الترويحية الرياضية 32
2-10-1-لعبة الجري بالبالون وفقعه 32
2-10-2-لعبة عكس الإشارة 32
2-10-3-دائرة الاقماع 32
2-10-4-الوثب بين الأطواقبالحجل 32
خلاصة 32

الفصل الثالث: المهارات الحركية

تمهيد 35
3-1-تعريف المهارة. 35
3-2-العناصر التي تتوقف عليها درجة المهارة و مستواها. 35
3-3-تعاريف المهارة الحركية. 35
3-4-تصنيفالمهاراتالحركية 36

3-4-1-مهاراتالعضلاتالدقيقة -مهاراتالعضلاتالكبيرة. 36
3-4-2- مهاراتمستمرة،مهارات متماسكة،مهارات متقطعة. 37
3-4-3-مهارةمغلقة -مهارةمفتوحة. 38
3-5-اهداف المهارات الحركية. 38
3-5-1-اهداف فكرية. 38
3-5-2-اهداف اجتماعية. 39
3-5-3-اهداف جمالية. 39
3-6-مراحل تعلم المهارات الحركية. 39
3-6-1- مرحلة التوافق الأولي للحركة. 39
3-6-2- مرحلة التوافق الجيد للحركة. 40
3-6-3- مرحلة ثبات الحركة 41
3-7-اهمية الحواس في تعلم المهارات الحركية. 41
3-7-1-اهمية حاسة السمع في تعلم المهارات الحركية. 41
3-8-تقسيم المهارات الحركية في المجال الرياضي. 42
3-8-1-المهارات الحركية الاساسية. 42
3-8-2-المهارات الحركية في الالعاب. 42
خلاصة 42
خاتمة الباب الاول 44

الباب الثاني :الدراسة التطبيقية :

مدخل الباب الثاني 46

- الفصل الأول :منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

تمهيد. 48
1-منهج البحث 48
2-مجتمع و عينة البحث 48
3-مجالات البحث 49
3-1-المجال البشري 49

3-1-المجال الزمني 49
3-1-المجال المكاني 49
4-متغيرات البحث 49
5-أدوات البحث 69
الدراسة الاستطلاعية 50
7- الوسائل الإحصائية 52
8-صعوبات البحث 54
*خلاصة 54

- الفصل الثاني : عرض و تحليل و مناقشة النتائج .

*تمهيد 56
أولا : عرض و تحليل و مناقشة النتائج 56
**عرض و تحليل و مناقشة الفرضية الأولى 56
** عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية 60
الاستنتاجات العامة 61
مقابلة النتائج بالفرضيات 63
الخلاصة العامة 66
التوصيات و الاقتراحات 67
المصادر و المراجع
الملاحق

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	الجدول (01) يمثل المهارات المستمرة والمتماسكة و المتقطعة وأنواع الحركات المرتبطة بها	37
02	جدول (02) يمثل توزيع أفراد العينة المدروسة	49
03	جدول رقم (03) يوضح الثبات و الصدق للاختبارات	51
04	جدول رقم04: يبين دلالة الفروق الاحصائية في اختبارات مهارة الجري لتلاميذ فئة (7–9) سنة	56
05	جدول رقم05: يبين دلالة الفروق الاحصائية في اختبارات مهارة الدقة لتلاميذ فئة (7–9) سنة	57
06	جدول رقم06: يبين دلالة الفروق الاحصائية في اختبارات مهارة القفز لتلاميذ فئة (7–9) سنة	59
07	الجدول رقم07: يبين "ت" ستودنت المحسوبة لكل من العينة الضابطة و التجريبية في جميع الاختبارات (الجري ،الدقة ،القفز) لدى اطفال فئة (7–9) سنة	60

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل البياني	الصفحة

01	شكل رقم (01) العوامل المؤثرة في اللعب	28
02	شكل بياني رقم (2) يوضح "ت" ستودنت للاختبارات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في مهارة الجري .	57
03	شكل بياني رقم (3) يوضح "ت" ستودنت للاختبارات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في مهارة الدقة.	58
04	شكل بياني رقم (4) يوضح "ت" ستودنت للاختبارات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في مهارة القفز .	59
05	شكل بياني رقم (5) يوضح "ت" ستودنت للعينة الضابطة و العينة التجريبية لجميع الاختبارات (الجري ،الدقة و القفز) .	61

التعريف بالبحث

المقدمة :

يعتبر العصر الحالي عصر التطور التقني و التكنولوجي ،لما له من فوائد و تسهيلات قامت بها الاختراعات الحديثة ،الا انه اثر سلبا على بعض المجتمعات ،بقلة الحركة و النشاط و أيضا ارتفاع في أوقات الفراغ و الملل ،مما يؤدي الى امراض نفسية و بدنية متنوعة ،و خاصة لدى الأطفال ،و لهذا تم القاء اهتمام كبير على ممارسة الرياضة و ادراج الألعاب الترويحية في المؤسسات التربوية و هذا بغرض تحقيق السعادة و الصحة بأنواعها للفرد و المجتمع .

و لهذا فالألعاب الترويحية الرياضية تعد من اهم العوامل التي تسعى المجتمعات لتنميتها و توسيع محيط أدائه على مختلف مناطقها و باستخدام العديد من الوسائل ،بحيث يعتبر اللعب نشاطا عقليا يحقق المتعة و السرور لدى الطفل ،و هو نشاط تنفيسي يعمل على تفريغ طاقة الطفل و يعتبر مظهرا من مظاهر النمو .و قد اصبح اللعب احد العناصر الأساسية في ثقافة الطفل ،و في تنمية مهاراته الحركية و المعرفية و العلمية ،حيث يكتسب الطفل خبرات و مفاهيم و اتجاهات جديدة ،تعمل على تنشئته بشكل سليم خلال مراحل حياته (فهيم، 2005)

و باعتبار الألعاب الترويحة الرياضية بهذه الأهمية فإنها تساهم في تعلم المهارات الحركية فالألعاب والأنشطة وسيلة الطفل لتعلم المهارات البدنية وتنمية المواهب العقلية، والخلق والابداع، والتحكم في العواطف والانفعالات، فعن طريق الأنشطة واللعب يتمكن الطفل من تمنية الترابط والتناسق بين الإشارات العصبية والحركية العضلية، والإبصار، والسمع، والإدراك السليم للإحساسات الناجمة عن كل حركة أو نشاط .

حيث يرى حلمي إبراهيم و ليلى السيد فرحات ،ان الترويح يعد نشاطا هاما حيث يساهم في تنمية مختلف المهارات الحركية و القدرات العقلية و القيم الاجتماعية و الاتجاهات التربوية لدى الفرد الممارس لهذه الأنشطة و بالتالي يساهم في تنمية و تطوير شخصية الفرد .(فرحات، 1988)

ان الثروة البشرية هي الثروة الحقيقية لأي مجتمع من المجتمعات ويعد الاطفال على راس تلك الثروة في مواجهة تحديات العصر الحديث ، ولما كانت الطفولة هي عماد المستقبل وان العناية بالأطفال في المرحلة العمرية الاولية هي القاعدة التي تقوم عليها نشأتهم السليمة في مراحل نموهم التالية ، كذا يجي الاهتمام

بهذه المرحلة وعدم اهمالها والعمل على الاستفادة منها من خلال استثمار طاقات الافراد وتوجيههم الوجهة التربوية السليمة(المفتي، 2005)

بحيث تعلم معظم ابجديات المهارات الحركية على الغالب يكون في مرحلة الطفولة حيث يكون الطفل مستعدا لاستقبال و اكتشاف المزيد من الحركات ،لان الاطفال يتميزون بالحاجة الماسة للحركة و النشاط و اللعب التي لا تتحقق الا بعد الممارسة الفعلية لهذه الالعاب و هو الحيز الذي يجد فيه الاطفال المتعة و الابتهاج و الانبساط ...الخ ،بحيث يعد الطور الابتدائي من اهم المراحل التي يمر عليها الفرد لأنها الركيزة الاساسية لتعلم المهارات الحركية و النفسية و تعد فرصة لإبراز قدراتهم و مهاراتهم و مواهبهم .

و لهذا ارتأينا لعمل هذه الدراسة و التي تتمحور اساسا على الالعاب الترويحية الرياضية و دورها في تعلم المهارات الحركية لدى الطور الابتدائي و مدى اهميتها في تكوين الاطفال من الناحية البدنية و مساهمتها في اكساب الاطفال لمهارات جديدة و متنوعة .

هذا و قد تضمن بحثنا على العديد من المكونات بداية بالتعريف بالبحث الذي تطرقنا فيه إلى إشكالية البحث التي احتوت على التساؤل العام و الأسئلة الفرعية و كذلك الفرضيات المتعلقة بهم،و تناولنا أيضا المصطلحات الخاصة بمتغيرات البحث ، إضافة إلى الدراسات السابقة و البحوث المشابهة .

ثم الباب الاول الذي تمثل في الدراسة النظرية المتكونة من ثلاثة فصول حيث كان الفصل الأول الألعاب الترويحية الرياضية أما ثانيا فكان يخص المهارات الحركية و ثالثا وأخيرا الطور الابتدائي و ما يتميز به من خصائص و صفات ،حيث تناولنا الرصيد المعرفي النظري لكل عنصر من العناصر السابقة .

بعد ذلك تطرقنا للباب الثاني و هي الدراسة التطبيقية التي شملت فصلين الأول و هو منهجية البحث و إجراءاته الميدانية حيث اعتمدنا على المنهج التجريبي في هذا البحث و كذلك حددنا فيه حجم العينة،و أهم أدوات جمع البيانات ثم الفصل الثاني بعنوان عرض و تحليل و مناقشة النتائج الذي اختص بعرض مختلف الجداول و الرسومات البيانية الخاصة بالدراسة و تحليلها وذلك لمعرفة دور الألعاب الترويحية الرياضية في تعلم بعض المهارات الحركية في الطور الابتدائي .

مشكلة البحث :

من بين العناصر التي تحقق النتائج الجيدة و الوصول الى المستويات العليا هي التحكم في الحركة و المهارات و معرفة استخدامها و هذا يبنى في الأساس في الصغر على شكل اتقان المهارات الحركية الأساسية و هذا من خلال الألعاب الترويحية الرياضية و التي تعد نشاط مهم للإنسان فهي تمكنه من تفريغ طاقاته الزائدة في الاتجاه الصحيح ،و هذا من خلال الممارسة و المشاركة في هذه الألعاب، فهي أيضا أساس وطيد لصحة الاجسام و سلامة العقول و النفوس فلا يكاد يخلو مجتمع من المجتمعات الإنسانية على اشكال و أنواع الألعاب .

بحيث يقول "lee" بفضل اللعب يمكن للطفل من إشباع رغباته الجسمية والنفسية بتطوير قدراته كما أن اللعب يسمح له بتعلم اللعب الذي يدفع به إلى إدراك صاحبه وخصمه، وإدخال الروح الرياضية فيه ولا يساعده فقط في إكتساب المهارات الجسمية، بل يساعده على النضج العقلي، حيث على هذه الفكرة أقيمت عدة تجارب، من بينها تلك التي قام بها على مئات من تلاميذ ذوي المستوى الضعيف في الدراسة، فتبينت تجربته أن إدخال الألعاب توصل هؤلاء التلاميذ إلى تحقيق تقدم ملحوظ أي ما يمكن استنتاجه من هذه التجربة هو أن خدمة الجسد تساعد على عملية التحرير النفسي والثقة في الذات (boyer، 1982).

و يعتبر لعب الأطفال الخطوة الأولى في عملية التثقيف، فعندما يكتشف الطفل البيئة يقوم بالتجريب ويبدأ في تنمية فهمه للدنيا(مجيد، 1999) ، و تعد المهارات الحركية عصب الأداء و جوهره لان أي نشاط حركي او أداء بدني تعتمد دقته أساسا على مدى اتقان المهارات الحركية الخاصة به ، بحيث يتسع استخدام مصطلح المهارة في الحياة اليومية، وفقا للأنشطة المختلفة والتي تحتاج الى مهارة، ومن الصعوبة تحديد مصطلح مطلق للمهارة نظرا لكونها تشير الى مستويات نسبية من الاداء، والمهارة هي القدرة على انجاز عمل ما وهذا العمل يتطلب قدرات مهارية لانجازه. (الدين، 1987)

و هي ضرورية بالنسبة للطفل لأنها تمكنه من بناء قاعدة متينة تساهم في قدرته في اداء حركات و مهارات اشد تعقيدا في المراحل العمرية القادمة .

فان مرحلة الطفولة من اهم الفترات في حياة الطفل وذلك لأنه يبدأ في اكتساب التوافق الصحيح مع البيئة الخارجية في هذه المرحلة, كما ان هذه المرحلة هي التي تؤثر في سلوك الطفل فيما بعد (محمد ع.، 1990)

و يقول مروان عبد المجيد (2002)" انها مرحلة النشاط الحركي المستمر، و تمتاز حركات الطفل في هذه المرحلة بالشدة و سرعة الاستجابة و التنوع و اضطراد التحسن". (ابراهيم، 2002)

و لذلك وجب على المدرسين ان يحبب التلاميذ التربية البدنية و بالتالي يتم تنمية مهارات الحركية و تتزايد لديهم المعرفة بأنواع الحركات و كيفية أداؤها بشكل سليم خلال مراحل حياتهم و هذا من خلال استخدام الألعاب المتعددة اثناء الحصص فهي تتميز بالبساطة و السهولة في الأداء كما تؤدي الى تعلمهم للمهارات من خلال رغبتهم العالية في الفوز امام زملائهم و بالتالي تسعى الى رفع مستوى أدائهم بالتدريج و الاستمرارية .و من هنا ستكون دراستنا ترتكز على هذه الألعاب الترويحية الرياضية و أيضا تاثيرها في متغير المهارات الحركية و هذا كله عند الطور الابتدائي أي لدى فئة الأطفال . لذلك وبعد استعراضنا كل هده المعلومات نطرح التساؤل التالي :

التساؤل العام :

- **هل للألعاب الترويحية الرياضية المقترحة دور في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) في الطور الابتدائي ؟**

التساؤلات الفرعية :

- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين الاختباريات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) لفئة (7-9) سنة ؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين العينتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية للمهارات الحركية(الجري، الدقة، القفز) لفئة (7-9) سنة ؟

-أهداف البحث:

- **الهدف العام:**

- معرفة الالعاب الترويحية الرياضية المقترحة لتعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) لفئة (7-9) سنة .

الأهداف الفرعية:

- معرفة الفروق الاحصائية بين الاختباريات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) لفئة (7-9) سنة .

- معرفة الفروق الإحصائية بين العينتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية للمهارات الحركية(الجري، الدقة، القفز) لفئة (7-9) سنة .

-الفرضيات:

*** العامة :**

للالعاب الترويحية الرياضية المقترحة دور في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز)لفئة (7-9) سنة

***الفرعية:**

- ❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختباريات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) لفئة (7-9) سنة لصالح الإختبارات البعدية.
- ❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية للمهارات الحركية(الجري، الدقة، القفز) لفئة (7-9) سنة لصالح العينة التجريبية.

-أهمية البحث:

تكمن أهمية هده الدراسة في معرفة الألعاب الترويحية الرياضية المقترحة لتعلم بعض المهارات الحركية و هذا عند لفئة (7-9) سنة .كما لهذه الدراسة أهمية متمثلة في ما يلي :

- ➢ تسليط الضوء على الألعاب الترويحية الرياضية باعتبارها من العوامل الحديثة التي ينتهجها اغلب المجتمعات لتطوير ثقافتهم البدنية .

- تفيد هده الدراسة أيضا في إبراز أهمية الألعاب الترويحية الرياضية ومدى مساهمتها في تحسين القدرات الجسدية لدى الأطفال و هذا من خلال تطبيقهم و تعلمهم للمهارات الحركية .
- إثراء المعارف المتعلقة بهده الدراسة والاستفادة من نتائجها والانطلاق في بحوث جديدة أكثر تعمقا وشمولية .

-التعريف بمصطلحات البحث:

1-الالعاب الترويحية الرياضية :

***التعريف الاصطلاحي** : يعرفها "عطيات محمد" بانها مجموعة متعددة من العاب الكرات و الألعاب التي تمارس باستخدام الأدوات البسيطة و العاب الرشاقة و ما الى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع السرور و المرح و التنافس مع مرونة قواعدها و قلة ادواتها و سهولة ممارستها و تكرارها(الخطاب، 1990)

***التعريف الإجرائي**: هي الالعاب التي تعتمد في محتواها على خلق روح المرح و التشويق في النفس من خلال ممارسة مجموعة من التمارين الهادفة بحيث تكون بسيطة القوانين .

2-المهارات الحركية :

***التعريف الاصطلاحي**: انها الاداء الحركي الارادي الثابت المتميز بالتحكم و الدقة و الاقتصاد في الجهد و سرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة لانجاز افضل النتائج(الخالق، 1992)

***التعريف الإجرائي :**

هي مجموعة من القدرات لدى الانسان للقيام بحركات معينة بشكل صحيح و ذلك باستخدام جسده فقط او مع ادوات اخرى كالكرات و المضارب ...الخ

3-الطور الابتدائي (الفئة 7-9 سنة) :

***التعريف الاصطلاحي** :هي ذلك النوع من التعليم الرسمي الذي يتناول التلميذ من سن السادسة الى سن الثانية عشرة ،فيتعهد بالرعاية الروحية و الجسمية و الفكرية و الاجتماعية و الانفعالية على نحو يتفق مع طبيعة الطفل و مع اهداف المجتمع الذي يعيش فيه .

***التعريف الإجرائي** :يتمثل في التلاميذ الذين تتراوح اعمارهم ما بين 7 الى 9 سنوات بحيث يمثلون مرحلة الطفولة و التي تعد مهمة لعملية التعلم و اكتساب مهارات جديدة و ترسيخها في العقل الباطن .

الباب الاول

الدراسة النظرية

مدخل الباب الأول :

يتميز الباب الأول من الدراسة النظرية بأهمية بالغة حيث سلط الضوء على متغيرات الدراسة المختلفة من جميع الجوانب ،بحيث تكونت من ثلاثة فصول ،بداية بالفصل الأول و الذي سيكون حول الدراسات السابقة و البحوث المشابهة بحيث تناولنا فيه عدة دراسات عربية و اجنبية درست متغير واحد من متغيراتنا او عدة متغيرات في ان واحد، اما في الفصل الثاني حول الألعاب الترويحية الرياضية بحيث تناولنا فيه التعريفات الخاصة باللعب و الترويح و أيضا انواعهما ،و كذا أهمية هذه الألعاب في حياة الطفل ،و في نهاية المطاف سنتطرق الى المهارات الحركية و تصنيفاتها و أهدافها و مراحل تعلمها ،و أيضا خصائص الألعاب في مرحلة الطفولة و أهميتها بالنسبة الى تطوير قدراتهم و زيادة دافعيته و تحفيزهم نحو التعلم .

الفصل الاول :

الدراسات السابقة و البحوث المشابهة

تمهيد :

يعد البحث العلمي عملية مقننة و دقيقة فهو عبارة عن سلسلة مترابطة الأجزاء ،لذا لا بد للباحث بالاستعانة بكافة البحوث والدراسات التي تناولت نفس الظاهرة التي سيدرسها لإعطائه نظرة شاملة عن ما تطرق اليه الباحثين قبله في نفس الموضوع ، فالدراسات السابقة هي كل الدراسات والأبحاث والأطروحات والرسائل الجامعية التي تناولت الموضوع الذي سيتناوله الباحث ، ومن خلال مطالعتنا لمذكرات الماستر والدكتوراه لاحظنا أن هناك بعض المذكرات التي تناولت ما يشبه موضوعنا أو ما يشترك معه ,وفي هدا الفصل سنستعرض أهم الدراسات السابقة و المشابهة .

1-1-الدراسات التي تناولت متغير الألعاب الترويحية الرياضية :

1-1-1-دراسة حمروش محمد ،و عدام رابح 2016-2017 :

بعنوان "دور الالعاب الترويحة في رفع دافعية الانجاز لدى اطفال متلازمات داون "

بحيث كان الهدف من الدراسة ابراز دور الدافعية في ممارسة الالعاب الترويحية لدى متلازمات داون نو ابراز العلاقة بين المختص و مستوى دافعية الانجاز لدى اطفال متلازمات داون ،و تبيين العلاقة بين الالعاب الترويحية بالارشاد و مستوى دافعية الانجاز لدى اطفال متلازمات داون ،و ذلك بالاستعانة بالمنهج الوصفي ،و تمثلت عينة البحث فيمربين و مختصين و مشرفين و كان عددها 30 مربي ،و من بين ادوات الدراسة الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات ،بحيث توصل الباحثان الى ان للالعاب الرياضية مكانة افضل عند هذه الفئة من المعاقين و ان للالعاب الترويحية دور مهم في رفع دافعية الانجاز لدى اطفال متلازمات داون .

1-1-2-دراسة غندير نور الدين 2003 :

بعنوان " اثر ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على نمو الاجتماعي للاطفال المتخلفين عقليا تخلف عقلي بسيط (09-12) سنة " بكلية العلوم الانسانية و الاجتماعية ببوزيعة

اهداف الدراسة :تبين اثر ممارسة النشاط الرياضي الترويحي على نمو الطفل المتخلف عقليا ، و الكشف على مدى تاثير النشاط الرياضي الترويحي في المساعدة على تكيف المتخلف عقليا داخل محيطه الاجتماعي

التعريف بأهمية النشاط الرياضي الترويحي و دوره في تعزيز مطالب النمو الاجتماعي في مرحلة الطفولة المتأخرة ،و ذلك باستخدام المنهج التجريبي ،بحيث تكونت عينة الدراسة من الاطفال المتخلفين عقليا بسيط (09-12) سنة فوجد بالمركز الطبي التربوي للاطفال المعوقين ذهنيا بتوقرت 16 طفلا يحملون هته الخصائص و قد قسمت العينة الى مجموعتين :المجموعة الضابطة و تكونت من 8 اطفال (3 ذكور و 5 اناث) ،اما المجموعة التجريبية فايضا تكونت من 8 اطفال (3ذكور و 2 اناث)،و تصل الباحث الى ان هناك اثر ايجابي لممارسة النشاط الرياضي الترويحي على النمو الاجتماعي للمتخلفين عقليا تخلف بسيط (09-12) سنة .

1-1-3- دراسة ايفوري وماكلوم(Ivory&Mccollum,2008) :

هدفت الدراسة التعرف إلى تأثير أنواع اللعب على مستوى التفاعل في اللعب لدى مجموعة من الأطفال الذين يعانون صعوبات في التعلم ،تكونت عينة الدراسة من 8 أطفال مقسمين إلى مجموعتين إحداهما استخدمت اللعب الفردي والثانية استخدمت اللعب الجماعي وذلك لمدة أربعة أسابيع كاملة .وقد تم استخدام المنهج التجريبي .وقد أشارت النتائج إلى أن استخدام اللعب في حد ذاته أدى إلى تحسين في تفاعلات الأطفال أثناء اللعب إضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة اللعب الفردي واللعب الجماعي لصالح الجماعي.

1-1-4-دراسة آل مراد (2004م) :

التي تهدف للتعرف على أثر استخدام برامج الألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات , استخدم الباحث المنهج التجريبي وتكونت عينة البحث من 60 طفلاً تم اختيارهم بصورة عمدية ، بلغ عدد الذكور 36 والإناث 24 مقسمين إلى ثلاث مجموعات متساوية من الذكور والإناث وتم تطبيق 3 برامج مقترحة خاصة بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والألعاب الحركية الاجتماعية . استغرقت فترة التطبيق 8 أسابيع بواقع 40 وحدة تعليمية لكل مجموعة وباستخدام الوسائل الإحصائية الملائمة أظهرت النتائج أثر البرامج المستخدمة في البحث في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال بشكل عام .

1-1-5-دراسة م.م.أسعد حسين عبد الرزاق(2009) :

"تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7- 8) سنوات"

هدف الباحث من خلال هذه الدراسة الى ما يلي :

- إعداد العاب صغيرة لتطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر(7-8) سنوات.

- التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لأطفال بعمر (7-8) سنوات.

استخدم الباحث المنهج التجريبي معتمدا تصميم المجموعات المتكافئة "وهو نظام لاختبار أو مقارنة بين مجموعتين أو أكثر" وحدد مجتمع البحث بتلاميذ الصف الثاني الابتدائي وبعمر(7-8) سنوات في مدرسة المضرية الابتدائية للبنين في مركز محافظة بابل البالغ عددهم (90) تلميذا وتم البدء بتنفيذ المنهج بتاريخ (2009/3/3) وأستمر لمدة (8) أسابيع وبواقع (16) وحدة تعليمية أي بمعدل وحدتين كل أسبوع حيث تم إدخال الألعاب الصغيرة في القسم الرئيسي فقط من الوحدة التعليمية ، وبلغ وقت الوحدة التعليمية (45) دقيقة أما وقت القسم الرئيسي فقط بلغ (35) دقيقة .

توصل الباحث إلى النتائج الآتية:

- أن استعمال الألعاب الصغيرة التي تتميز بطابع المرح والسرور، أثر بشكل ايجابي وكبير في فاعلية أداء التلاميذ ، الأمر الذي أدى إلى تطوير القدرات البدنية والحركية موضوع البحث.

- أن النتائج التي حققتها الاختبارات أثبتت صلاحية الوحدات التعليمية التي أعدها الباحث من خلال التطور الواضح في أهم القدرات البدنية والحركية.

- حققت الألعاب الصغيرة تطورا أفضل من منهج التربية للصف الثاني الابتدائي وبذلك حققت الأهداف والاغراض التي وضعت من اجل تحقيقها.

1-2-الدراسات التي تناولت متغير المهارات الحركية :

1-2-1-دراسة "المهدي (1991) :

" تحت عنوان " أثر برنامج على بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال دور الحضانة بمحافظة الشرقية،دراسة دكتوراه.

هدفت الدراسة الى :

- وضع برنامج رياضي ترويحي لاطفال دور الحضانة ، وكذلك هدفت الى معرفة تأتير البرنامج المقترح للأطفال على بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة (4-5) سنوات .بحيث استخدم الباحث المنهج التجريبي، و تمثلت عينة الدراسة في 20طفل وتم تقسيمهم الى مجموعتين متساوتين بالعدد، و من بين أدوات الدراسة :اختبارات المهارات الحركية الأساسية، وتم استخدام (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، واختبارT) كوسائل إحصائية، و من بين اهم النتائج التي توصل اليها الباحث ما يلي :

- دلت النتائج للمجموعة التجريبية على تحسن كل المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال هذه المجموعة من الذكور والإناث.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذكور المجموعة التجريبية وإناثها في تحسن قياسات كل المهارات الحركية الأساسية.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذكور المجموعة الضابطة وإناثها.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأطفال المجموعة الضابطة في مهارة الوثب الطويل من الثبات، ورمي كرة التنس لأقصى مسافة.

1-2-2- دراسة "عمارة توفيق و نافع سفيان 2016 :

تحت عنوان " أثر برنامج التربية التحضيرية في تنمية المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال المرحلة التحضيرية الملحقة بالمدرسة الابتدائية دراسة دكتوراة.

هدفت الدراسة الى :

- ابراز أثر برامج التربية التحضيرية في تنمية بعض المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال المرحلة التحضيرية

-التعرف على مستوى المهارات الحركية الأساسية في بداية الموسم وتحديد مدى نموها في نهاية الموسم الدراسي .

و اشتملت عينة الدراسة من (212) تلميذ وهو مايعادل 10% من مجتمع الدراسة ،و اعتد الباحث على المنهج الوصفي ،و من بين أدوات الدراسة اختبارات تقيس أهم المهارات الحركية الأساسية واستخدام الملاحظة قصد تحديد واقع التربية الحركية بأقسام المرحلة التحضيرية ،و توصل الباحث الى مجموعة نتائج أهمها :

- عدم وجود تطابق بين محتوى برنامج التربية الحركية في المنهاج و ماهو مطبق على أرض الواقع
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي فيما يخص تنمية المهارات الحركية الأساسية الخاصة بالحركات الانتقالية .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي فيما يخص تنمية المهارات الحركية الأساسية الخاصة بحركات المعالجة ةالتناول لصالح الاختبار القبلي .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي فيما يخص تنمية المهارات الحركية الأساسية الخاصة بثبات واتزان الجسم .

1-2-3-دراسة علاق مناد 2008-2009 :

بعنوان " الألعاب الشبه الرياضية و أهميتها في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثالث من التعليم الثانوي " رسالة ماجستير

هدفت الدراسة الى : ابراز مدى أهمية الألعاب الشبه الرياضية لتنمية المهارات الحركية ،محاولة القضاء على المشاكل نقص العناء الرياضي في المؤسسات الرياضية ،تحسين مستوى التلاميذ باستعمال الألعاب الشبه الرياضية ،استخدم الباحث المنهج الوصفي ،و تكونت العينة من 30 أستاذ موزعين على عدة ثانويات بالجزائر العاصمة اختيرت بطريقة عشوائية ،و باستخدام أداة الاستبيان ،و من اهم نتائجها : االألعاب الشبه الرياضية لها أهمية كبيرة في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي فهي تساعد الأساتذة في تحقيق الأهداف البيداغوجية كونها لا تتطلب وسائل و إمكانيات كبيرة كما انها تساعد نسبة كبيرة فقي كلية التعلم .

1-3-الدراسات التي تناولت كلا المتغيرين الألعاب و كذا المهارات الحركية الأساسية :

1-3-1- دراسة الحايك والويسي(2009):

هدفت الدراسة التعرف إلى اثر استخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المهارات الحركية الأساسية (الجري والوثب والرمي واللقف) لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا ,تكونت عينة الدراسة من 40 طالبا من مدرسة كفر الماء الأساسية للبنين, واستخدم المنهج التجريبي حيث قسمت العينة إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية . وقد خضعت المجموعة التجريبية للبرنامج التعليمي المقترح, أما الضابطة فقد خضعت للحصة العادية. بينت الدراسة فعالية البرنامج المقترح والقائم على الألعاب الصغيرة في تحسين المهارات الحركية الأساسية . ويوصي الباحث باستخدام البرنامج المقترح لتنمية المهارات الحركية وضرورة وضع برامج ومناهج حركية مناسبة لهذه المرحلة العمرية.

1-3-2-دراسة ساسي عبد العزيز 2007-2008:

بعنوان انعكاسات الالعاب الصغيرة على تعلم المهارات الحركية لمرحلة التعليم المتوسط في الجزائر مقدمة لنيل شهادة ماجستير ،جامعة الجزائر

اهداف الدراسة :هدفت الى التحقق من مدى انعكاسات الالعاب الصغيرة في تعليم المهارات الحركية و تحسين المستوى البدني لمرحلة التعليم المتوسط ، و معرفة مدى تاثير الالعاب الصغيرة في رفع معنويات التلاميذ في مرحلة التعليم المتوسط ،و ابراز الدور الذي تلعبه الالعاب الصغيرة في تعلم المهارات الحركية لمرحلة التعليم المتوسط .

منهج الدراسة :استعان الباحث بالمنهج الوصفي، و اشتملت عينة البحث على 51 استاذ من ولاية الجزائر غرب اختيروا بطريقة عشوائية منتظمة موزعين على 20متوسطة ،اما ادوات البحث فاستعمل الباحث اداة الاستبيان من اجل جمع المعلومات ، و من اهم النتائج المتوصل اليها ما يلي :للألعاب الصغيرة دور كبير في التعلم و لها نتيجة على تحسين المهارات الحركية ، كما توصل ان الاساتذة يولون اهمية للألعاب الصغيرة في حصة التربية البدنية و الرياضية للدور الذي تلعبه في تكوين شخصية الطفل ،كما ان للألعاب الصغيرة الهادفة دور و اهمية كبيرة في تعل المهارات الحركية .

1-3-3-دراسة عبدا لله وآخرون (2006) :

هدفت الدراسة التعرف إلى أثر استخدام برنامجي الالعاب الاستكشافية والالعاب الحركية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والمقارنة بين الحاصل عن استخدام برنامج الالعاب الاستكشافية وبرنامج الالعاب الحركية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي استخدم المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث ، واشتملت عينة البحث على تلاميذ الصف الثاني الابتدائي البالغ عددهم (40) تلميذ تم تقسيمهم عشوائيا الى مجموعتين تجريبيتين ، تستخدم الأولى برنامج الألعاب الحركية بأسلوب المنافسات والمجموعة الثانية برنامج الألعاب الاستكشافية بأسلوب الألعاب الاستكشافية ، وكانت أهم النتائج تحقيق برنامجي الألعاب الاستكشافية والالعاب الحركية تطورا في بعض المهارات الحركية الأساسية في الاختبارين القبلي والبعدي و تطورا في بعض المهارات الحركية الأساسية عند المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي و حقق برنامج الألعاب الحركية تطورا في بعض المهارات الحركية الأساسية عند المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي وكان هناك تكافؤ بين اختبارات المهارات الحركية الأساسية بين البرنامجين باستثناء تفوق برنامج الألعاب الاستكشافية على برنامج الألعاب الحركية في الاختبار البعدي لمهارة الجري 20م.

1-3-4-دراسة احمد وآخرون (2006) :

هدفت الدراسة التعرف إلى اثر برنامج الألعاب الصغيرة في تطوير المهارات الأساسية المرتبطة في كرة اليد وهي(سرعة الرمي واللقف, ودقة الرمي, والقدرة على الرمي بيد واحدة, والجري بأنواعه). وذلك للصفين الثاني والثالث .استخدم الباحثون المنهج التجريبي وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية وكان عددها 200 تلميذ وتلميذة من الصفين الثاني والثالث من مرحلة التعليم الأساسي. أظهرت نتائج الدراسة أن برنامج الألعاب الصغيرة كنشاط تربوي ضمن فقرات درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي أدى إلى تطوير المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بكرة اليد , وان إدخالها ضمن فقرات درس التربية البدنية أدخلت لدى التلاميذ المرح والبهجة والسرور .ويوصي الباحثون بضرورة استخدام الألعاب الصغيرة في صورة منافسات وألعاب تمهيدية في درس التربية الرياضية .

1-4-تحليل و نقد الدراسات السابقة و البحوث المشابهة :

يظهر لنا من خلال مراجعة الدراسات السابقة و المشابهة أنها تلقي الضوء على متغيرين هما الألعاب الترويحية الرياضية و المهارات الحركية هدا ما أثار لنا السبيل للوقوف على كثير من المعالم التي أفادت دراستنا التي جائت بعنوان "دور الألعاب الترويحية الرياضية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) في الطور الابتدائي "، و سنوضح علاقة هذه الدراسات بدراستنا فيما يلي :

1-4-1-تعقيب على الدراسات السابقة :

- البحوث العلمية التي أجريت في كثير من الدول العربية والأجنبية تجاوزت اعتبار الألعاب الترويحية و الرياضية مجرد العاب تسلية و ترفيه فقط ،بل و اعتبرتها وسيلة لتطوير العديد من الصفات البدنية و النفسية كذلك ،و هذا كما يتضح لنا من خلال دراسة حمروش محمد (2016-2017) و الذي سعى للرفع من دافعية الإنجاز ، و كذا دراسة غنديز نور الدين (2003) الذي كان التنمو الاجتماعي من بين اهم المتغيرات في دراسته ،و أيضا دراسة ال مراد الذي درس تاثير برامج الألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة في تنمية التفاعل الاجتماعي و من ذلك الأمثلة الكثير .

-و لا ننسى البحوث الأجنبية كذالك فهي بدورها اعتبرت اللعب عنصر مهم و خاصة لدى فئة الأطفال ،و هذا ما نلاحظه من خلال دراسة ايفوري و ماكلوم (2008) ،بحيث هدفت بشكل عام الى تاثير أنواع اللعب على مستوى التفاعل في اللعب لدى مجموعة من الأطفال الذين يعانون صعوبات في التعلم .

- كما اقرت معظم هذه الدراسات الى ان عملية التعلم السليم للمهارات الحركية ضروري ،و مثال ذلك دراسة عمارة توفيق (2016) بعنوان "أثر برنامج التربية التحضيرية في تنمية المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال المرحلة التحضيرية الملحقة بالمدرسة الابتدائية"و التي كانت بهدف الحصول على درجة الدكتوراه و هذا ما يدل على أهمية متغير المهارات الحركية .

- ما يعاب على هذه الدراسات أنها ركزت على معرفة اثر الألعاب على المهارات الحركية المستخدمة ل ى الأطفال بصفة عامة .....وأغفلت الربط مباشرة بين الألعاب الترويحية الرياضية و المهارات الحركية الخاصة بالأطفال كالدقة و القفز أي التركيز على كل مهارة حركية بحدة و ايلائها اهتماما اكثر .

1-4-2-وجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

يمكن الإشارة إلى أن إعادة النظر في التقارير التي قام بها الآخرون كانت عونا واستزادة لنا على وجه الخصوص في :

1-توضيح و فهم المشكلة الخاصة بدراستنا "نظرا لقلة الدراسات الرابطة بين الألعاب الترويحية الرياضية و المهارات الحركية للأطفال و خاصة عنصر الدقة .

2- حسن اختيار وسائل جمع البيانات .

3- الاختيار الصحيح لعينة الدراسة "بحيث يجب ان تكون عينة الدراسة مناسبة للمتغيرات المراد التاثير فيها ،و هذا من خلال الخصائص الجسمية و العقلية لهذه العينة ".

4- تحديد المنهج المستخدم "اخترنا المنهج التجريبي باعتبار نتائجه مقنن و علمية و مبنية على أسس قوية وواضحة ".

5- انتقاء أفضل الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات قصد مناقشة نتائج الدراسة .

1-4-3- مميزات الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة :

عموما تميزت دراستنا عن الدراسات السابقة بما يلي :

1- تطرقت هذه الدراسة إلى موضوع دور الألعاب الترويحية الرياضية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري ،القفز ،الدقة) في الطور الابتدائي .

2- توصل الباحث إلى أن هناك ندرة في المواضيع المتعلقة بدراسة الدور المهم الذي تلعبه الألعاب الترويحية الرياضية في تعلم و تحسين المهارات الحركية الخاصة بالأطفال ،وهذا يدل على جدة الموضوع المتناول .

3- قمنا باستخدام العاب ترويحية هادفة لتعلم المهارات الحركية المتواجدة في دراستنا و التي اعتبرت كاختبارات متناولة في دراستنا الحالية .

خلاصة:

من خلال هدا الفصل الذي تم فيه استعراض بعض الدراسات التي تناولت متغيري البحث ففي البداية قدمنا الدراسات التي الألعاب الترويحية الرياضية و مدى أهميتها في تقريب ملية تعلم المهارات الحركية للأطفال ثم الدراسات التي تناولت متغير المهارات الحركية بانواعها و أخيرا استعرضنا أوجه الاستفادة منها هده الاستفادة برزت من خلال تحديد منهجية البحث والمنهج المناسب وحجم العينة وأيضا المعالجة الإحصائية وتفسير النتائج وإثراء الجانب النظري, وبالتالي يمكن القول أن هدا الفصل ساعدنا في إعطاء هيكلة لدراستنا و تنظيمها من مختلف الجوانب .

ولقد استفدنا من هذه الدراسات في عدة جوانب منها:الأدوات، المعالجة الإحصائية المستعملة، المنهج المستخدم واهم النتائج التي أسفرت عنها هذه الدراسات ،حيث كانت الدراسات التي ربطت بين الالعاب الترويحية الرياضية و المهارات الحركية للاطفال قليلة نوعا ما ، مع العلم أن لهذه الالعاب دور كبير بناء مختلف المهارات الحركية للاطفال ومنه ارتأينا أن تكون هذه الدراسة اضافة الى الجانب العلمي و توضيح لاهمية هذه الالعاب و ضرورة ادراجها في البرامج المسطرة .

الفصل الثاني :

الالعاب الترويحية الرياضية

تمهيد :

للألعاب الترويحية الرياضية أهمية بالغة لدى الفرد ،فبواسطته يمكنه ملا وقت الفراغ بما يفيد ذهنه و كذا جسمه ،و في هذا الفصل سنتطرق الى الألعاب الترويحية الرياضية من مختلف الجوانب من تعاريف و أنواع و أهمية و سنوضح ان لها دور في النمو السليم لشخصية المتعلم من جميع النواحي ،فهي تمنح للممارس السعادة و الرغبة في النشاط و الحركة و المشاركة فيها قدر الإمكان لما تتميز به من حيوية و متعة .

2-1-تعريف اللعب :

جاء في هذا المصطلح العديد من التعاريف من بينها ما يلي :

يعد موضوع اللعب من الموضوعات التربوية و النفسية التي تتميز بالبساطة والجاذبية وقد أولاه التربويون والمهتمون به اهتماما واسعا لأهميته التنموية إلا أنه عندما يتعرضون يواجهون العديد من إشكاليات لتوضيح مفهوم أبعاده،و اللعب ظاهرة طبيعية وفطرية لها أبعادها النفسية و الاجتماعية المهمة فقد اعتبرها زميل Simmel "وظيفة إعداد الأطفال لأدوار الكبار"، بينما أشار فيبر Weber "إلى انتشارها عبر التاريخ كله" و أكد كل منهما على أن اللعب كمجموعة أهداف أكثر ما يقودها هو الحس، و من المنظور الاجتماعي تناول الهولندي هو زينجا Huizinga مفهوم اللعب وعرفه بأنه كل ألوان نشاط الحر الذي يؤدي بوعي تام خارج الحياة العادية باعتبارها نشاطا مختصرا على حدود الملائمة وينفذ وفق قواعد مضبوطة(ابراهيم م.، 2004)

- أما "عبد الحميد شرف" فيرى : " اللعب ميل فطري موروث في كل فرد طبيعي و هو وسيلة للتعبير عن ألذات باستغلاله طاقته و يدفع الفرد إلى التجريب و التقليد و اكتشاف طرق جديدة لعمل الإنسان و بذلك يشعر الفرد فيه بالمتعة و السرور وله دور كبير في تكوين شخصية الفرد .

- و عرفه "حسن علاوي" بأنه:" بأنه النشاط السائد في حياة الطفل ما قبل المدرسة كما يساهم بقدر كبير في المساعدة على النمو العقلي والخلقي والبدني والجمالي والاجتماعي، والمتتبع لنمو الأطفال يلاحظ تطور اللعب عندهم واختلافه باختلاف مراحل النمو"

2-2-تعريف الترويح الرياضي :

ان مصطلح الترويح الرياضي مشتق من اصل لاتيني – عرف بالانجليزية (Recreation) وتعني التجديد والخلق والابتكار – وقد تم استخدامه في بادئ الامر لتعريف النشاط الانساني الذي يتم اختياره عن دافع شخصي والذي يؤدي الى تنشيط الفرد ليكون قادراً على ممارسة عمله "(محمد هـ.، 2000)

" يكون العائد من النشاط الترويحي عدة فوائد جسمانية ونفسية واجتماعية " (فرحان، 1998)

في حين يرى احمد محمد فاضل أن **الترويح**، بشكلعام،هوعبارةعنمساعدةالأفرادللحصولعلىخبراتإيجابية تساعدهمعلىتجديدالروحواستعادة (Leisure Expériences) أثناءوقتالفراغ الطاقةالبشرية ولذامنالممكنأننعرفالترويحعلى انه " يشملجميعأوجهالأنشطة البناءة والمقبولةاجتماعيًاوالتيتؤدىأثناءوقتالفراغويتماختيارهاوالاشتراكبهالدوافع ما وفقًاالإرادةالفردوذلكبغرضاكتسابالعديدمن (Intrinsic Motivation) داخلية القيمالشخصيةوتحقيقالرضاوالسروروالمتعةمنالمشاركةذاتهاوليسلدوافع كالكسبالماديأوالمعنوي (Extrinsic Motivation)خارجية .(العزيز، 2013)".

ويمكن تعريف الترويح على انه " نشاط اختياري ممتع للفرد ومقبول من المجتمع ويمارس في اوقات الفراغ ويسهم في بناء الفرد وتنميته"(الخطاب ع.، 1977)

ويمكن ان تحدد النشاط الترويحي في اتجاهين :

- الاتجاه الاول : يعرف الترويح على انه مزاولة نشاط اختياري في وقت الفراغ يستهدف التحرر من الاعياء ويحقق الانتعاش والتجديد .

- الاتجاه الثاني : يعرفه على انه رد فعل عاطفي ونوع من العلاج الحيوي لتدعيم العلاقات الانسانية والوصول الى التوازن النفسي دون انتظار لأي مكافاة مادية .

2-3-اقسام الترويح الرياضي :

2-3-1-الالعاب الصغيرة الترويحية :

هي عبارة عن مجموعة متعددة من الالعاب كالجري ،و العاب الكرات الصغيرة و العاب الرشاقة ،و ما الى ذلك من الالعاب التي تتميز بطابع السرور و المرح و التنافس مع مرونة قواعدها و قلة ادوات ممارستها .

2-3-2-الالعاب الرياضية الكبيرة :

و هي الانشطة الحركية التي تمارس باستخدام الكرة و يمكن تقسيمها طبقا لوجهات نظر مختلفة العاب فردية او زوجية او جماعية ،او بالنسبة لموسم اللعبة العاب شتوية او صيفية او تمارس طوال العام .

2-3-3-الرياضات المائية :

و هي انشطة ترويحية تمارس في الماء مثل السباحة ،كرة الماء ،او التجديف ،و الزوارق ،و تعتبر هذه الانشطة و خاصة السباحة من احب الوان الترويح خاصة في بلادنا .

2-4-اهمية الترويح الرياضي :

2-4-1- الاهمية العلاجية :

يرى بعض المختصون في الصحة العقلية ان الترويح يكاد ان يكون المجال الوحيد الذي تتم فيه عملية "التوازن النفسي" حينما تستخدم اوقات فراغنا جيدا في الترويح :(رياضة ،تلفزيون، سياحة) شرط ان لا يكون الهدف منها تمضية وقت الفراغ كل هذا من شانه ان يجعل الانسان اكثر توافقا مع البيئة و قادرا على الخلق و الابداع . و قد تعيد الالعاب الرياضية و الحركات الحرة توازن الجسم ، فهي تخلصه من التوترات العصبية و من العمل الالي ،و تجعله كائنا اكثر مرحا و ارتياحا فالبيئة الصناعية و تعقد الحياة قد يؤديان الى انحرافات كثيرة ،كالافراط في شرب الكحول و العنف ،و في هذه الحالة يكون اللجوء الى البيئة الخضراء و الهواء الطلق و الحمامات المعدنية وسيلة هامة للتخلص من هذه الامراض العصبية ،و ربما تكون خير وسيلة لعلاج بعض الاضطرابات العصبية . (A.Pomart، 1986)

2-4-2-الاهمية التربوية :

بالرغم من ان الرياضة و الترويح يشملان الانشطة التلقائية فقد اجمع العلماء على ان هناك فوائد تربوية تعود على المشترك ،فمن بينها ما يلي :

- **تعلم مهارات و سلوك جديدين :**

هناك مهارات جديدة يكتسبها الافراد من خلال الانشطة الترويحية على سبيل المثال القراءة كنشاط ترويحي تكسب الشخص مهارة جديدة لغوية و نحوية ،يمكن استخدامها في المحادثة و المكاتبة مستقبلا .

- **تقوية الذاكرة :**

هناك نقاط معينة يتعلمها الشخص اثناء نشاطه الرياضي الترويحي يكون له اثر فعال على الذاكرة ،على سبيل المثال اذا اشترك الشخص في ادوار تمثيلية فان حفظ الدور يساعد كثيرا على تقوية الذاكرة حيث ان الكثير من المعلومات التي تردد اثناء الالقاء تجد مكانا في مخازن المخ و يتم استرجاع المعلومة من مخازنها الى المخ عند الحاجة اليها عند الانتهاء من الدور التمثيلي و اثناء مسار الحياة العادية .

تعلم حقائق المعلومات :هناك المعلومات الحقيقة التي يحتاج الشخص الى التمكن منها ،مثلا المسافة بين نقطتين اثناء رحلة ما ، و اذا اشتمل البرنامج الترويحي رحلة بالطريق الصحراوي من العاصمة الى وهران فان المعلومة التي تتعلم هنا هي الوقت التي تستغرقه هذه الرحلة .

- **اكتساب القيم :**

ان اكتساب معلومات و خبرات عن طريق الرياضة و الترويح يساعد الشخص على اكتساب قيم جديدة ايجابية ،مثلا تساعد الرحلة على اكتساب معلومات عن هذا النهر ،و هنا اكتساب لقيمة هذا النهر في الحياة اليومية ،القيمة الاقتصادية ،القيمة الاجتماعية كذا القيمة السياسية .

2-4-3-الاهمية النفسية :

اتجه الجيل الثاني الى استخدام الدوافع في تفسير السلوك الانساني و فرقوا بين الدافع و الغريزة بان هناك دوافع مكتسبة على خلاف الغرائز الموروثة ،لهذا يمكن ان نقول ان هناك مدرستين اساسيتين في الدراسات

النفسية و مدرس التحليل النفسي "سيجموند فرويد " و تقع اهمية هذه النظرية بالنسبة الى الرياضة و الترويح انها تؤكد مبداين هامين :

1-السماح لصغر السن بالتعبير عن انفسهم خصوصا خلال اللعب .

2-اهمية الاتصالات في تطوير السلوك ،حيث من الواضح ان الانشطة الترويحية تعطي فرصا هائلة للاتصالات بينالمشترك و الرائد نو المشترك الاخر ،اما مدرسة الجشطالت حيث تؤكد على اهمية الحواس الخمس :اللمس ،الشم ،التذوق ،النظر ،السمع ،في التنمية البشرية .

و تبرز اهمية الترويح في هذه النظرة في ان الانشطة الترويحية تساهم مساهمة فعالة في اللمس و النظر و السمع ،اذا وافقنا على انه هناك انشطة ترويحية مثل هواية الطبخ ،فهناك احتمال لتقوية ما سمي التذوق و الشم ،لذلك فان الخبرة الرياضية و الترويحية هامة عن تطبيق مبادئ المدرسة الجشطالتية (احمد، 1984)

اما نظرية ماسلو تقوم على اساس اشباع الحاجات النفسية ،كالحاجة الى الامن و السلامة ،و اشباع الحاجة الى الانتماء و تحقيق الذات و اثباتها ،و المقصود بإثبات الذات ان يصلف الشخص الى مستوى عال من الرضا النفسي و الشعور بالامن و الانتماء ،و مما لا شك فيه ان الانشطة الترويحية تتمثل مجالا هما يمكن للشخص تحقيق ذاته من خلاله (القزويني، 1978)

2-4-4-الاهمية البيولوجية :

اجمع علماء البيولوجيا المتخصصين في دراسة الجسم البشري على اهمية الحركة في الاحتفاظ بسلامة الاداء اليومي المطلوب من الشخص العادي ،او الشخص الخاص ،برغم اختلاف المشكلات التي قد يعاني منها الخواص لاسباب عضوية و اجتماعية و فعلية فان الاهمية البيولوجية للترويح هو ضرورة لتاكيد الحركة .

يؤثر التدريب و خاصة المنظم على التركيب الجسمي ،حيث تزداد نحافة الجسم و ثقل سمنته دون تغيرات تذكر على وزنه .

و قد فحص ويلز و زملائه تاثير خمسة شهور من التدريب البدني اليومي على 34 مراهق و اظهرت النتائج تغيرات واضحة في التركيب الجسمي ،حيث ازداد نمة الانسجة النشطة في مقابل تناقص نمو الانسجة الدهنية (الخولي ا.، 1990)

2-5-الالعاب الترويحية :

هو نشاط يقوم به الفرد من تلقائي نفسه بغرض تحقيق السعادة الشخصية التي يشعر بها قبل و اثناء و بعد الممارسة و تلبية حاجاته النفسية و الاجتماعية ،و هي سمات في حاجة كبيرة الى تنميتها و تعزيزها .تعتبر الالعاب الترويحية من الاركان الاساسية في برامج الترويح لما تتميز به من اهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد ،بالإضافة الى اهميتها في التنمية الشاملة للشخصية من النواحي البدنية و العقلية و الاجتماعية .ان مزاولة النشاط البدني سواء كان بغرض استغلال وقت الفراغ او كان بغرض التدريب للوصول الى المستويات العالية ، يعتبر طريقا سليما نحو تحقيق الصحة العامة ،حيث انه خلال مزاولة ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو الكامل من النواحي البدنية و النفسية و الاجتماعية بالاضافة الى تحسين عمل كفاءة اجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري و التنفسي و العضلي و العصبي .

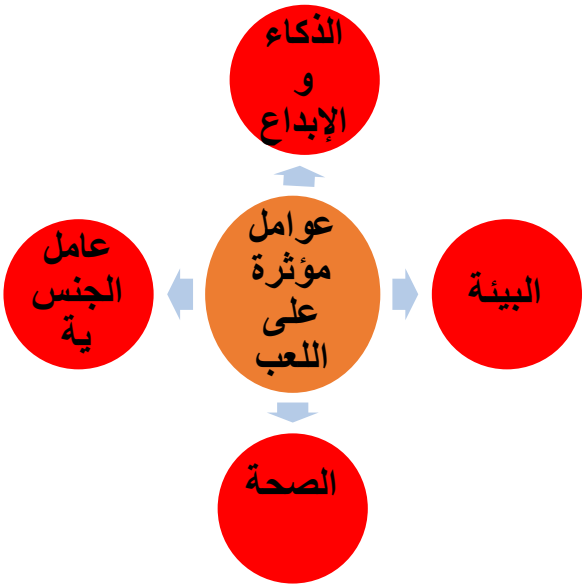
يرى رملي عباس ان الالعاب الترويحية تخدم عدة وظائف نافعة ،اذ ان النشاط العضلي الحر يمنح الطفل اشباعا عاطفيا كما يزودهم بوسائل التعبير عن النفس ،و الخلق و الابتكار و الاحساس بالثقة و القدرة على الانجاز و تمد الاغلبية بالترويح الهادف بدنيا و عقليا ...و الغرض الاساسي هو تعزيز وظائف الجسم من اجل لياقة مقبولة و الشعور بالسعادة و الرفاهية .(شحاتة، 1991)

2-6- الألعاب الترويحية الرياضية :

وتتمثل في ألعاب التخفي والمطاردة والسباقات مع الآخرين وألعاب الكرة وبعض الألعاب الأخرى التي تمتاز بأنها اجتماعية وليست فردية وأن لها قواعد ونظم تحددها وتعتبر هذه الألعاب ذات أهمية كبيرة في النمو الاجتماعي فهي تنمي روح التعاون والتنافس بين الأطفال وتمكنهم من القيام بأدوار القائد أو التابع . كما أنها وسيلة لمعرفة الفرد بنفسه ، وتسود هذه الألعاب في مرحلة المدرسة الابتدائية وما بعدها(حسين، 1992)

2-7-العوامل المؤثرة في اللعب:

يوجد اختلاف كبير بين الأطفال أثناء اللعب بالرغم من تشابه رغباتهم في السنوات المتقاربة ويرجع هذا الاختلاف إلى احد العوامل التالية:



شكل (01) –العوامل المؤثرة في اللعب(موثقي، 2004)

2-8-أنواع الألعاب :

تنقسم الألعاب إلى ثلاثة أنواع رئيسية هي:

2-8-1- الألعاب الصغيرة:

يشيع استخدام الألعاب الصغيرة على الألعاب المنظمة تنظيما بسيطا، وهي ألعاب سهلة في أدائها و لا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها، ولا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة و لكن يمكن للمعلم من وضع القوانين التي يتناسب مع سن اللاعبين، واستعداداتهم والهدف المراد تحقيقه.

ولا يمكن ممارستها في أي مكان كما يمكن أدائها باستخدام أدوات بسيطة أو بدون أدوات، و هي لا تحتاج إلى تنظيم دقيق أو معقد.وتتناسب الألعاب الصغيرة مع تلاميذ المرحلة الابتدائية لملائمتها لقدراتهم وتعتبر الألعاب الصغيرة إعداد تمهيديا بالألعاب الفرق حيث تتيح فرصة للتدريب وتنمية المهارات الحركية الأساسية المختلفة التي تعتبر أساسا للحياة اليومية و للظروف المتقدمة للرياضات الفردية التي يشترك فيها الطفل عندما يكبر، وفيها تزود القوانين تدريجيا إلى أن تصبح أقرب ما يمكن بلعبة أساسية كلما تقدم التلاميذ في مهاراتهم الحركية حتى يصلوا إلى ألعاب الفرق المعروفة .

2-8-2- الألعاب التمهيدية:

تعتبر الألعاب التمهيدية مرحلة متقدمة للألعاب الصغيرة حيث يتم فيها تطبيق المهارات الحركية المكتسبة من الألعاب الصغيرة بصورتها البسيطة إلى مهارات حركية تعد اللاعب لألعاب الفرق مثل لعبة كرة السلة و الكرة الطائرة وكرة اليد و كرة القدم و غيرها من الألعاب.

وتتميز الألعاب التمهيدية عن ألعاب الفرق في أنه يمكن ممارستها في ملاعب أقل مساحة و فيها فرصة لاشتراك عدد كبير من اللاعبين المسموح بهم في ألعاب الفرق كما أنها تحتاج مجالا مناسبا لأن يشبع فيها كل فرد ميله إلى اللعب وتحقيق التدرج فيها من البسيط إلى الأكثر تعقيدا، كما يمكن تطبيق القواعد المرتبطة بالمهارات الحركية الأساسية تدريجيا، وتعمل الألعاب التمهيدية على اكتشاف قدرات و استعدادات الطفل لممارسة ألعاب الفرق.

2-8-3- ألعاب الفرق:

ألعاب الفرق هي الألعاب التي تخضع للقوانين الدولية، ولها نظم و قواعد ثابتة متفق عليها دوليا، وتحتاج هذه الألعاب إلى صلات لعب و ملاعب ذات مقاييس محددة، و تمارس بأدوات لها قياسات و أوزان ثابتة، و تنظم لها دورات رياضية، على المستوى الدولي و العالمي ويظهر فيها التنافس الدائم بين دول العالم و اهتمام كل دولة بتكوين فرقها القومية التي تمثلها في هذه الألعاب.

وتتميز ألعاب الفرق بأنها تساعد على الرقي بالمهارات الحركية للفرد و تنمي روح المنافسة الصحيحة القوية و تساعد الفرد على التفكير و سرعة التصرف و اتخاذ القرار السليم، كما أنها تعتبر مجالا لتنمية العلاقات الاجتماعية و التكيف الاجتماعي . (فرج، 2002)

2-8-4-الألعاب و المسابقات ذات التنظيم البسيط :

تعتمد تلك النشاطات على بعض القوانين أو القواعد لتنظيمها ،كما أن الاشتراك فيها لا يحتاج إلى مستوى إلى مستوى عالي من المهارة أو الأداء ،ويمكن لمختلف الأعمار الاشتراك في تلك النشاطات بما يتفق مع مستوى قدراتهم البدنية والعقلية واهتمامهم وميولهم. ومن تلك الأنشطة: ألعاب الكرة ،التتابعات ،ألعاب الماء ،ألعاب الرشاقة....

2-8-5-الألعاب أو الرياضات الفردية:

يفضل العديد من الأفراد ممارسة أوجه النشاط بمفردهم ،وربما قد يرجع ذلك إلى استمتاعهم بالأداء الفردي ،أو لصعوبة الاتفاق مع الأصدقاء أو الزملاء على ممارسة نوع معين من النشاط أو وقت معين ،ومن أمثلة تلك الألعاب الفردية :التزلج على الجليد،المشي ،الجري ،الفروسية ،الغولف السباحة ، ركوب الدراجات.....

2-8-6-الألعاب الزوجية:

هذه الألعاب تشترط لممارستها فردين على الأقل ،ويطلق عليها اسم الألعاب أو الرياضات الزوجية،ومن هذه الألعاب:التنس الأرضي ،تنس الطاولة ،الريشة الطائرة ،المبارزة ،الإسكواش ..... الخ. (إبراهيم، 2001)

2-9- أهمية اللعب في حياة الطفل:

وترجع أهمية اللعب للحقائق التالية :

1- اللعب هو وسيلة الطفل في إدراك العالم المحيط ووسيلة لاستكشاف ذاته وقدرته المتنامية ، وأداة دافعة للنمو تتضمن أنشطة كافة العمليات العقلية ، ووسيلة للتحرر من التمركز حول الذات ، ووسيلة تعلم فعالة تنمي كافة المهارات الحسية والحركية والاجتماعية واللغوية

والمعرفية والانفعالية وحتى القدرات الابتكارية ، وهو كذلك ساحة لتفريغ

الانفعالات .(عبدالرزاق، 2001)

2- حركة الطفل أثناء اللعب مظهر من مظاهر حيويته وصحته ، وأكثر ما تبتدئ هذه الحركة في مرحلة الطفولة المبكرة التي يكون فيها اللعب طبيعة فطرية في الطفل لذا فمن قدرة الخالق أن جعل طفولة البشرية أطول الطفولات بين الكائنات الحية ، وقد جعل اللعب والحركة لدى الطفل غريزة في نفسه ليساعد عضلات جسمه وأعصابه وكل جزء فيه على النمو ، أي بناء جسم الطفل يكون أكثر نمواً في مرحلة الطفولة عن غيرها من مراحل عمر الإنسان . ويمكن ملاحظة نمو جسم الطفل وإدراكه معاً من حركاته أثناء اللعب التي تُظهر العلاقة بين إدراكه الحسي ونشاطه الحركي .

3-لعب الطفل داخل الأسرة وما يرتبط بها من إعداد وتمرين للقدرات والمهارات أو تنفيس عن الصراعات أو القلق ، فهو أيضاً له دوره في تكوين حب النظام المتمثل في وضع الأشياء وضعاً معيناً في الزمن أو المكان بناءً على قواعد ، وإتمام هذا النظام يصحبه شعور بالانسجام وإدراك له . وميل الطفل إلى النظام عملية تثقيفية اجتماعية تسربت بوادرها من هندسة المباني والأثاث والملابس، وهذا يجعل النظام لا يبتعد عن المعنى المطلق وإنما هو نظام البيئة الاجتماعية الكبيرة التي يحيا فيها الطفل (يسرية، 2003)

4- يعتبر اللعب مدخلاً لدراسة الأطفال وتحليل شخصياتهم وتشخيص أسباب ما يعانون من مشكلات انفعالية تصل إلى مستوى الأمراض النفسية ويتخذ أطباء النفس من اللعب وسيلة للعلاج لكثير من الاضطرابات الانفعالية التي يعانيها الأطفال لأن الطفل يكون في اللعب على سجيته فتنكشف رغباته وميوله واتجاهاته تلقائياً ويبدو سلوكه طبيعياً وبذلك يمكن تفسير ما يعاني من مشكلات (عبدالكريم، 1990)

5- إن الميل الطبيعي وحده هو الذي يدفع الطفل لمزاولة اللعبة باعتبار أن اللعبة ظاهرة طبيعية ونشاط غريزي .

6- إن الطفل يجد في اللعب فرصة للحركة والنشاط والتعبير عن النفس بما يحقق له المرح والسرور والسعادة والاستمتاع .

7- انه يشبع حاجة أساسية للطفل لاكتساب الخبرة ووسيلة لاستنفاذ الطاقة الزائدة.

8- ينفس عن التوتر الجسمي والانفعالي عند الطفل .

9- يدخل الخصوبة والتنوع في حياة الطفل .

10- يجذب انتباه الطفل إلى التعلم ، فالتعلم باللعب يوفر للطفل جواً طليقاً يندفع فيه إلى العمل من تلقاء نفسه .

11- كما أن اللعب يعمل على تقوية إرادة الطفل وشيمته ، إذ أن اللعب يعلم الطفل الالتزام باللعبة والتقيد بقواعدها كما يعلمه القدرة على التحمل والصبر حيث يمكن اعتبار اللعب بمثابة مدرسة حياتية يتعلم منها الطفل الانصياع والتقيد بمبادئ اللعب ونظمه وبالتالي احترام حقوق الآخرين وتقديرهم (يونس، 2004) .

2-10-نماذج للألعاب الترويحية الرياضية :

2-10-1-لعبة الجري بالبالون وفقعه :

الأدوات : بالونات, ابرة, مساحة واسعة.

طريقة الأداء: تربط البالونات بخيط متوسط الطول إلى خصر الاطفال من الفريق الأول وبينما يحاولون الجري بالساحة يقوم لاعبو الفريق الثاني بالجري محاولين فقع البالونات عن طريق الابر ويسجل الزمن الذي أنجز خلاله الاطفال فقع كل البالونات والفريق الفائز هو الذي ينهي المهمة بأقل زمن .

2-10-2-لعبة عكس الإشارة :

الادوات: ملعب كرة سلة, صافرة.

طريقة الاداء: يقف الفريقان بشكل عشوائي مقابل للمعلم – المدرب – وعليهم الجري بعكس الاشارة التي يعطيها المعلم – المدرب – بيده ويخرج من اللعبة الطفل الذي يخطأ في اتجاه الجري والفريق الفائز الذي يبقى اعضاءه في المنافسة.

2-10-3-دائرة الاقماع :

الادوات: اقماع اقل من عدد الفريقين بواحد, ملعب كرة طائرة.

طريقة الاداء: يشترك فيها الفريقان.. يوضع الاقماع على شكل دائرة كبيرة ويقف عند كل قمع طفل, ويبقى طفل واحد بلا قمع عند سماع الصافرة يبدا كل الاطفال في الجري بشكل دائري حول الاقماع وعند سماع الاشارة يتمسك كل طفل بقمع ويخرج الطفل الذي يكون بدون قمع, وتستمر اللعبة وفي كل مرة يقلص عدد الاقماع باقل من عدد الاطفال بواحد. الفريق الفائز الذي يبقى اعضاءه في اللعبة

2-10-4- الوثب بين الأطواقبالحجل :

الغرض منه: قياس القدرة.

الأجهزة و الأدوات: ساعة إيقاف. أطواق. خطان متوازيان بمسافة 10 متر

مواصفات الأداء: يقوم ب الوقوف خلف احد الخطين . عند سماع إشارة البدء يجري بأقصى سرعة يقوم المختبر بالحجل على كلتا القدمين في اتجاه الخط المقابل ليقطعه. يكرر هذا العمل ثلاث مرات و تحسب له الأفضل.

التسجيل: الزمن الذي استغرقه في قطع مسافة (10) متر بالحجل.

خلاصة :

نستخلص من هذا الفصل ان الألعاب الترويحية الرياضية لها أهمية نفسية و بدنية و اجتماعية كبيرة ،فهي تساهم في زيادة التفاعل الإيجابي بين الافراد و مشاركتهم مع بعض في النشاطات التي تكون ضمن هذه

الألعاب و هذا خاصة لدى الأطفال فهي تزيد من دافعيته و نشاطهم نحو الممارسة و المشاركة مع زملائهم و بالتالي تقوية التنشئة الاجتماعية السليمة و اعدادهم لمختلف مواقف الحياة المتعددة القادمة .

الفصل الثالث :

المهارات الحركية

تمهيد :

تعبر المهارات الحركية في أي رياضة من الرياضات الى قدرة الفرد على اداء مجموعة من الحركات الخاصة بدقة و نجاح ،بحيث تتطلب مجموعة من العضلات المؤدية للحركة و العضلات القابلة لها ،و العضلات المحايدة و المثبتة للمفاصل بتوافق و انسيابية ،و هذا خاصة لدى فئة الاطفال لبناء تعلم صحيح منذ الصغر و سنتطرق في هذا الفصل الى المهارات الحركية من مختلف الجوانب ،من تعاريف للمهارة و المهارة الحركية و العناصر التي تتوقف عليها نجاح المهارة بالاضافة الى تصنيفاتها و اهدافها و مراحل تعلمها كذلك .

3-1-تعريف المهارة :

يرى فؤاد البهي السيد بقوله :المهارة نظام متناسق من النشاط يستهدف هدف معين و جاء في موسوعة العلوم الاجتماعية الدولية ان المقصود بالمهارات استجابات صريحة لمثيرات محددة و هذه الاستجابات تنقسم الى ثلاثة اشكال :لفظية ،حركية حسية ،ادراكية حسية (حسين ح.، 2001)

3-2-العناصر التي تتوقف عليها درجة المهارة و مستواها :

_ مستوى القدرات الخاصة بالمهارة سواء كانت قدرات بدنية أو نفسية أو معرفية.

_ التقدم التكنولوجي في المجتمع و الخاص بالمهارة.

_ الموهبة و الاستعداد الفطري للفرد المتعلم للمهارة.

_ مستوى المعرفة و الثقافة التي وصل إليها الفرد المتعلم و التي تخص المهارة.

_ الوقت الكافي للتدريب للاكتساب و التقدم بالمهارة.(احمد، 1996)

3-3-تعاريف المهارة الحركية :

-ويرى كل من غوثري وكناب بأنها :"المقدرة المكتسبة لتحقيق أهدافه محددة سلفا بأقصى درجة ممكنة من الثقة وبحد أدنى من الإنفاق في الزمن والطاقة."(حماد، المهارة الرياضية اسس التعليم و التدريب، 2002)

المهارة الحركية الرياضية هي ثبات الحركة و اليتها و استعمالها في وضعيات مختلفة و بشكل ناجح (محجوب، 1989)

"هي ذلك الأداء الحركي الضروري الذي يهدف إلى تحقيق غرض معين في الرياضة التخصصية وفقا لقواعد التنافس فيها."

ان المهارات الحركية تعتبر جوهر الأداء في أي نشاط رياضي اذ ان تعليم المهارات الحركية الأساسية لا يؤتى عن طريق القراءة او النظر و المشاهدة فقط و انما عن طريق الممارسة الفعلية للاداء مقرونة بالتعلم و الارشاد كذلك الزمن المستغرق لتعليم المهارات الحركية يختلف باختلاف المرحلة و الجنس ،و اختلاف نوع المهارة و خبرة الفرد المتعلم و مستواه ،و تشير المهارات الحركية الة قدرات التي تمكن الفرد من أداء أفعال حركية بدقة و اتقان ،و ادنى حد من الأفعال الزائدة باقل قدر من الطاقة .(السكري، 2005)

3-4-تصنيفالمهاراتالحركية :Taxonomy of Sport Skills:

تتميز المهارات الحركية بالعديد من الاصناف ،و يرجع ذلك لعدة عوامل وهي اما طبيعة المهارة ناو حجم العضلات المشتركة او عوامل اخرى ،و من بين هذه التصنيفات ما يلي :

- مهارات العضلات الدقيقة _ مهارات العضلات الكبيرة.
- مهارات مستمرة، ومهارات متماسكة ، ومهارات متقطعة.
- مهارات مغلقة _ مهارات مفتوحة.

3-4-1-مهاراتالعضلاتالدقيقة -مهاراتالعضلاتالكبيرة:

غالبا ما تصنف المهارات الحركية إلى مهارات العضلات الدقيقة، ومهارات العضلات الكبيرة، وذلك على وفق حجم العضلات المشتركة في أداء الحركة.

والمهارات الدقيقة هي : تلك المهارات التي تشترك في أدائها مجموعات العضلات الدقيقة التي تتحرك خلالها بعض أجزاء الجسم في مجال محدود لتنفيذ استجابة دقيقة في مدى ضيق للحركة ، وكثيرًا ما تعتمد

هذه المهارات على التوافق العصبي العضلي بين اليدين والعينين ، مثل مهارات الرماية ، والبلياردو ، أو بعض مهارات التمرير ، والسيطرة على الكرة في الألعاب التي تستخدم فيها الكرات .

والمهارات الكبيرة: فتستخدم في تنفيذها مجموعات العضلات الكبيرة، وقد يشترك الجسم كله أحيانا في تنفيذها، مثل مهارات كرة القدم والعاب القوى .

3-4-2- مهاراتمستمرة،مهارات متماسكة،مهارات متقطعة:

في هذا التصنيف تحدد المهارات على وفق الزمن الذي تستغرقه وفترات التوقف التي تتخلل الأداء ومدى الترابط بين أجزاء الحركة بعضها بالبعض الأخر، إذ يمكن افتراض وجود سلسلة من المهارات في أحد طرفيها تقع المهارات المستمرة بينما تقع في الطرف الأخر منها المهارات المتقطعة وتتوزع جميع المهارات الرياضية على هذه السلسلة.

الجدول (01) يمثل المهارات المستمرة والمتماسكة و المتقطعة وأنواع الحركات المرتبطة بها

مهاراتمستمرة	مهارات متماسكة	مهارات متقطعة
الركض	الغطس إلى الماء	الإرسال في العاب المضرب
السباحة	الحركات الأرضية	الإرسال في الكرة الطائرة
التجديف	المحاورة بكرة القدم أو السلة	ضربة الجزاء
الدراجات	رمي المطرقة	

إن المهارة المستمرة هي المهارة التي تتكرر فيها الحركات بشكل متشابه ومستمر دون توقف ملحوظ ، إذ يتداخل الجزء النهائي من الحركة الأولى مع الجزء التحضيري من الحركة التي تليها ، وهكذا تظهر الحركات وكأنها حركة واحدة مستمرة ، كما هو الحال في السباحة والركض والمشيوالتجديف ؛ أما المهارة المتقطعة فهي المهارة التي تتكون من حركة لها بداية ونهاية واضحة ولا ترتبط بالضرورة بالحركة التي تليها كما هو الحال في الإرسال بالكرة الطائرة فبعد أن ينفذ الإرسال تعتمد الحركة التالية على أسلوب استجابة الفريق

المنافس وهذا أمر لئيمكن معرفته أو توقعه دائما ، لذا فان الحركة التالية للإرسال قد تكون مختلفة في كل مرة، هذا فضلا عن إن هناك مدة زمنية بين تنفيذ الإرسال والمهارة التي تليها.

و تتميز المهارة المستمرة بإمكانية تعليمها بوقت أسرع من المهارة المتقطعة عندما تكون من نفس مستوى الصعوبة، كما يمكن الاحتفاظ بالمهارة المستمرة لمدة زمنية أطول وذلك لأن تكرار الحركة (التمرين عليها) هو جزء متأصل في طبيعة المهارة.فهي تتكرر وتنفذ بالأسلوب نفسه في كل مرة بغض النظر عن الظروف المحيطة، إذ أنها لا تتأثر بما يجري في البيئة.

3-4-3-مهارةمغلقة -مهارةمفتوحة:

أما المهارة المفتوحة فهي تلك المهارة التي تؤدى تحت ظروف تتغير أحداثها باستمرار ، ويمكن أن نعرف المهارات المنغلقة بأنها تلك المهارات التي ليست لها متطلبات بيئية عديدة وان كان لهابعض المتطلبات فهي غير متوقعة مثل رمي القرص ، وركض 100 متر وغيرها ، أما المهارات المفتوحة ، فهي تلك المهارات التي لها متطلبات بيئية عديدة متوقعة ، وغير متوقعة مثل كرة القدم ، وكرة السلة ، و رياضة المنازلات ، وألعاب المضرب ، ففي كرة القدم مثلا نلاحظ أحيانا أن اللاعب قد يمتلك تكنيكا جيداً لأداء الحركات المختلفة ، ولكنه لا يستطيع القيام بها أثناء اللعب في الوقت أو المكان المناسب تحت ظروف بيئية ثابتة نسبيا. فهي تشبه إلى حد كبير العادة الحركية. (المشرفي، 2015)

3-5-اهداف المهارات الحركية :

و هي القدرة على استخدام الجسم بمهارة و كفاية و امان و بمختلف الحركات ،كما تتضمن الاستمتاع بممارسة الانشطة الترويحية ذات الطابع البدني .

3-5-1-اهداف فكرية :

و تشتمل ادراك المعارف و المدركات التي يبنى عليها اداء الانشطة و تنمية الذوق للقيم الجمالية و روح المخاطرة و العيش في الهواء الطلق ...الخ

3-5-2-اهداف اجتماعية :

تعمل على غرس صفات مرغوب فيها كالروح الرياضية العالية و التعاون الصادق في حل المشكلات العامة و احترام حقوق الاخرين و تقبل المسؤولية عن السلوك الشخصي الذي تتاثر به الجماعة

و غير ذلك من اشكال السلوك الاجتماعي التي تقوم عليها الحياة الديمقراطية و لمساعدة الفرد لكي ينجح في تحقيق الاهداف المرسومة لا بد من توفير اعلى كفاية من التعلم و التعليم ليقوم عليها برنامج التربية البدنية المدرسي .

و لا بد من قياس مدى التقدم من خلال الانخراط في المباريات الرياضية المتنوعة .

3-5-3-اهداف جمالية :

و منها تنمية الذوق و الاداء الماهر و الاستمتاع الشخصي بالاداء الحركي ذاته ... (ناصف، 1993)

3-6-مراحل تعلم المهارات الحركية :

عند تعلم مهارة حركية معينة فإنها تمر بمراحل مختلفة ، هذا ما لاشك فيه ، حيث أجمع العلماء بأن هناك مراحل تعلم مختلفة من حيث الشكل و المضمون يمر بها التعلم الحركي ، ويمكن تقسيم مراحل التعلم الحركي إلى :

- المرحلة الأولى : مرحلة التوافق الأولي للحركة (مرحلة الخام للحركة)
- المرحلة الثانية : مرحلة التوافق الجيد للحركة
- المرحلة الثالثة : مرحلة ثبات الحركة (مرحلة الآلية للحركة)

3-6-1- مرحلة التوافق الأولي للحركة :

في هذه المرحلة يحصل الرياضي على التطور الأولي عن سير الحركة بحيث أنه عند محاولة أداء حركة جديدة لأول مرة فسوف يشعر أن حركاته غير منسقة ،كما لايستطيع السيطرة عل أطرافه .

يقول "محمد عادل رشدي " بأن في هذه المرحلة نلاحظ أن الحركة الجديدة تحتاج لبذل جهد كبير ،وخاصة في المرحلة الأولى للممارسة العملية ، ويفسر ذلك بعدم وجود توازن محدد بين عمليات الكف والإثارة في المخ ،حيث تغلب عمليات الإثارة في البداية وتظهر في أقسام كبيرة مما يترتب عليه إثارة الكثير من العضلات (حسنين، 1995)

أن التعرف الجيد من جانب اللاعب على مهارة جديدة يعتمد على الشرح أو مشاهدة الأفلام التعليمية ، أو الصور أو النماذج المختلفة حيث أنه كلما توفرت الخبرات السابقة ارتبطت المهارة الحديثة بذهن اللاعب وكان التصور لها واستعابها أسرع ،ويجب أن يكون الشرح اللفظي واضحا ومناسبا مع المستوى الفكري للاعب ويجب على المدرب ملاحظة تبسيط المواقف التعليمية حتى يتمكن اللاعبين من استيعاب المهارات . (محجوب أ.، 1989)

3-6-2- مرحلة التوافق الجيد للحركة :

يكون هدف تلك المرحلة تطور وتحسين وتعديل الشكل الخام و البدائي للحركة ، والذي تم الإحساس به عن طريق الممارسة الايجابية في المرحلة الأولى ،وهي مرحلة التوافق الخام وتهدف هذه المرحلة إلى التخلص من معظم الأخطاء الفنية الكثيرة و التي تميزت بها المرحلة السابقة لكي تبدو الحركة نظيفة وخالية من الزوايا الحادة و الحركات الغريبة في مسار الحركة ، أن مهمة هذه المرحلة أعني مرحلة التوافق الجيد للحركة هو ربط المهارة الفنية المتتالية لإجراء الحركة و السيطرة عليها بمجتمعة ما أمكن ، حتى تبدو وكأنها وحدة واحدة متكاملة لافوا صل بينها ، وبهذا فإن مهمة هذه المرحلة هي إمكانية أداء مهاراتهم مع خلوها من الأخطاء الفنية ماأمكن ، وبذلك فمن أهداف هذه المرحلة التخلص من الحركات المصاحبة و الزوائد حتى لايحدث التعب ويصعب الأداء من أجل توجيه أعضاء الجسم بدقة انسيابية وظهور إيقاع الحركة جميلا موزوناً .(المجيد، 2002)

يمكن التركيز على أداء مهارة حركية في مسارين متوازين :

تنمية المهارة من خلال التمرينات .

تنمية المهارات من خلال اللعب ذاته في التقسيمات الصغيرة ة الكبيرة و المتوسطة .(علاوي م.، 1986)

3-6-3- مرحلة ثبات الحركة :

تصل المهارة الحركية في هذه المرحلة إلى حالة مايسمى بالشعور بالمهارة الحركية ،وهذا يعني الشعور أو الإحساس العضلي العالي لدقة الحركات وتختلف هذه المرحلة عن المرحلتين السابقتين حيث يتم فيهما التدريب و التعلم ، أما في تلك المرحلة فتتم المعرفة وهي ما يطلق عليها في المجال الرياضي المعرفة الحركية ،ذلك أن الحركة تصل إلى درجة المهارة ولذلك يطلق اصطلاح المهارة الحركية ، ويجب أن يستمر التدريب و التمرين على المهارات الحركية ،ولا نستطيع أن تلك المهارة قد وصلت إلى الحد الأقصى ، فليس هناك حد أقصى أو نهائي (الحد الفسيولوجي) للتعلم الحركي

إذا كان هدف المرحلة الثانية الوصول بالحركة إلى التوافق الدقيق ، فإن أهداف المرحلة الثالثة، الوصول بالحركة إلى أقصى وأدق توافق حركي ممكنة ، حتى تثبت و تستقر الحركة و حتى تظهر بشكلها الآلي (أوتوماتيكية الحركة) وبذلك يمكن للاعب التغلب على كل المؤثرات الخارجية و الداخلية دون الشعور بالتعب وبدون بذل جهد زائد ، وعلى ذلك يمكن تسمية تلك المرحلة بجانب مرحلة ثبات الحركة بمرحلة الإدراك أو التوافق الآلي أو الإحساس للحركة (أحمد)

3-7-اهمية الحواس في تعلم المهارات الحركية :

ان حاسة البصر لها دور هام في التعلم و التدريب لانه لا بد من عمل نموذج حركي للمهارة او حركة المتعلم سواء كان ذلك عن طريق النموذج الحي او الافلام او غيرها من الوسائل و التي يمكن ام يستعان بها ايضا في توضيح الاخطاء التي يقع فيها المتعلمون و تتيح حاسة البصر للمتعلم ان يدرك اداء الحركة الجديدة بشكل عام و سوف يؤديها بصورة معينة اذا كان النموذج سليما وواضحا و تثير الحماس و كذلك تساعد في التكوين المكاني و الزماني و الديناميكي للحركة .

3-7-1-اهمية حاسة السمع في تعلم المهارات الحركية :

من العوامل التي تلعب دورا في التعلم الحركي اللغة و تغير اللغة من المقومات الاساسية للتعلم الحركي و بمساعدتها يقيم المتعلم التجارب الحركية الخاصة به و عن طريقها يتم تعلم الحركات الجديدة بسرعة و نجاح و هذه اللغة تصل الى الجهاز العصبي عن طريق السمع ،و تلعب نفس دور حاسة البصر من حيث الاهمية

سواء للتعلم او التدريب فلا بد ان يصحب النموذج او عرض الفيلمي او الشرائح الفوتوغرافية المرئية ،الشرح اللفظي له حيث تتلقى الاذن هذه الموجات الصوتية لتنقلها الى المخ الذي يترجمها بدوره بالصورة المعروضة فتكتمل عملية التصور الحركي و الفهم و الاستيعاب لها .(والي، 2006)

3-8-تقسيم المهارات الحركية في المجال الرياضي :

3-8-1-المهارات الحركية الاساسية :

يستخدم مصطلح المهارات الاساسية في مجال التربية الرياضية للاشارة الى بعض مظاهر الانجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو ،المشي، الجري ،الدحرجة ،الوثب ،الرمي ،التسلق و التعلق ،...و غيرها و المهارات الحركية تتاثر بشكل رئيسي بالاستعدادت الوراثية و النضج لذلك يميل الكثيرو الى تسميتها بالحركات الاساسية .

3-8-2-المهارات الحركية في الالعاب :

و هي عبارة عن وحدة حركية تتحدد مع غيرها من، الوحدات الاخرى لتشكيل نمطا حركيا خاصا وفقا للاساليب الفنية و القواعد المنظمة لكل لعبة رياضية و ذلك بغرض تحقيق نتائج محددة .و تتميز المهارات الحركية في الالعاب الرياضية بالتفرد و الخصوصية و ذلك وفقا لكل نشاط و كل لعبة على حدة .

و بشكل عام فهناك بعض المهارات الحركية تعتمد على التكنيك بشكل رئيسي مثل :القفز بالزانة ،الرمح ،الغطس،الجمباز ،و الاخرى تعتمد على قدرة الفرد على الاستجابات للمثيرات الخارجية المتعلقة بالاخرين في مواقف المنافسة (كرة القدم ،كرة الطائرة ،كرة السلة)

و في الحالة الاولى يكون العامل الحاسم في الانجاز هي الكفاية في الاداء الحركي في حين يتاثر الاداء في الالعاب الجماعية بالادراك الحسي بقدرة الفرد على فهم ما يجري حوله من احداث اثناء مواقف الاداء المتغير . (حسن، 1998)

خلاصة :

من خلال هذا الفصل يمكن استخلاص ان للمهارات الحركية دور كبير لدى الطفل فهي تساعده على أداء العديد من الحركات التي يحتاجها بطريقة صحيحة و بأسرع وقت ممكن ،فهي تحقق له الاستعداد البدني و

العقلي لتعلم حركات جديدة مكتسبة ،كما ان الطفل عندما يتقن المهارات الحركية المعروفة (كالجري و القفز) فان ذلك يمكنه من الربط بين العديد من المهارات الحركية البسيطة معا و بالتالي الوصول الى أداء الحركات ضمن معايير و اهداف محددة .

خاتمة الباب الأول :

أحاط الباب الأول بالجوانب المختلفة للدراسة النظرية من حيث الرصيد المعرفي لكل عنصر منها و التي تمثلت بداية في الدراسات التي تناولت موضوعنا و هذا كان من خلال عينات أخرى و متباينة عن العينة الخاصة بنا و في ظروف و متغيرات داخلها مختلف عن دراستنا التي ربطت بين الألعاب الترويحية و المهارات الحركية التي اخترناها (الجري ،الدقة ،القفز) ،و ثانيا تناولنا الألعاب الترويحية الرياضية و مدى أهميتها بالنسبة للفرد بإخراج قدراته و تنميتها من خلال الممارسة و المشاركة الفعالة و خاصة في الألعاب الجماعية ، اما ثالثا فتجسد في فصل المهارات الحركية و دورها الذي يكمن في التحسين من النتائج الخاصة بالمنافسات ككل فاتقان المهارات الحركية على حدة يمكن الفرد من استخدامها داخل أي نشاط يريده و هذا من خلال التدريب المستمر ، و هذا كله لدى فئة الأطفال الذين يعتبرون حجر الأساس الذي يقوم عليه المجتمع فهم يمثلون جيل المستقبل و الذي يحدث التاثير الكبير سواء بالإيجاب او السلب و هذا حسب الأهمية الذي يوليها المجتمع لهذه الفئة ،و لذا يجب الاهتمام بهم من جميع النواحي البدنية و الخلقية و النفسية الاجتماعية .

الباب الثاني :

الدراسة التطبيقية

مدخل الباب الثاني :

بعد الانتهاء من الدراسة النظرية التي اشتملت على العديد من المعارف الخاصة بمتغيرات الدراسة ،نتطرق الآن للدراسة التطبيقية التي سنحاول من خلالها تحديد المنهج المناسب للبحث و الاختيار الملائم لعينة الدراسة مع مراعاة الأدوات و الوسائل الإحصائية المستخدمة و بالتالي الوصول إلى عرض جملة من النتائج و مقابلتها بفرضيات الدراسة و التحقق من صحتها و محاولة تقديم بعض الاقتراحات الخاصة بموضوع البحث لأجل التعمق و البحث اكثر في مواضيع و دراسات تشبه دراستنا الحالية .

الفصل الاول :

منهجية البحث و اجراءاته الميدانية

تمهيد:

يعد فصل منهجية البحث و إجراءاته الميدانية من اهم وابرز فصول الجانب التطبيقي، حيث تطرقنا فيه لمجموعة من أهم العناصر المشكلة للدراسة التطبيقية و المتمثلة في منهج البحث الملائم للدراسة الميدانية و كذلك مجتمع و عينة البحث ،و أيضا المجالات الزمنية و المكانية و البشرية المتعلقة بهذه الدراسة و كذلك مختلف المتغيرات المكونة لها من الألعاب الترويحية الرياضية و المهارات الحركية و أيضا تلاميذ الطور الابتدائي.

1-منهج البحث :

في مختلف الدراسات العلمية يعد المنهج المناسب من اهم العناصر التي تؤدي الى نتائج علمية جيدة و الوصول الى الأهداف المرجوة من الدراسة .

و من هذا الأساس فقد اعتمدنا في هذا البحث على المنهج التجريبي ، حيث هو أقرب المناهج العلمية لحل المشكلة بالطريقة العلمية والتجريب سواء تم العمل في قاعة الدراسة أو في أي مكان أخر ،وهو محاولة التحكم في العوامل أو التغيرات باستثناء متغير واحد حيث يقوم الباحث بتغيره بهدف قياس تأثيره في العملية(دنينات، 1995)

2-مجتمع و عينة البحث :

*__مجتمع البحث__ : تجسد مجتمع بحثنا في تلاميذ ابتدائية رضا حوحو مغنية ولاية تلمسان .

*__عينة البحث__ : استخدمنا الطريقةالقصدية (العمدية) في اختيار عينة البحث و هم تلاميذ المرحلة الابتدائية .حيث بلغت 10 تلاميذ مثلوا العينة الضابطة و 17 تلميذ مثلوا العينة التجريبية من كلا الجنسين (ذكور و اناث) ،بحيث كان العدد الكلي 27 تلميذ و تلميذة الذين مثلوا أكثر من 30% من المجتمع الأصلي الذي يتكون من 80 تلميذ من فئة (7-9) سنة

** __و الجدول الموالي يوضح تحديد عينة البحث بدقة .__

الجنس / العينة	ذكور	اناث	العدد الإجمالي للعينتين
العينة الضابطة	4	6	10
العينة التجريبية	7	10	17
العدد الإجمالي الخاص بالجنس	11	16	

جدول (02) يمثل توزيع أفراد العينة المدروسة

3-مجالات البحث :

3-1-المجال البشري : تمت الدراسة على تلاميذ الطور الابتدائي و الذين بلغوا 27 تلميذ من كلا الجنسين الذكور و الإناث.

3-2-المجال الزمني : بدا العمل على موضوع البحث هذا انطلاقا من شهر نوفمبر 2019 حيث تمت الموافقة عليه من قبل الأستاذ المشرف ،بحيث بدانا بالتعريف البحث ثم بالدراسة النظرية التي احتوت على ثلاثة فصول ، ثم تحضير الألعاب الخاصة بالدراسة ، و هذا إلى غاية تاريخ 14 مارس 2020 .

**اما فيما يخص المجال الزمني لتطبيق البرنامج الذي يحتوي على الألعاب الترويحية الرياضية المقترحة فكان من 15 فيفري الى غاية 10 مارس 2020 .

3-3-المجال المكاني : تم إجراء هذا البحث في ابتدائية رضا حوحو مغنية ولاية تلمسان .

4-متغيرات البحث :تتمثل متغيرات البحث في المتغيرات المستقلة و المتغيرات التابعة ،حيث استنادا إلى عنوان الدراسة تتلخص متغيرات دراستنا فيما يلي :

***المتغيرات المستقلة** :هي التي تؤثر في العلاقة القائمة بين المتغيرين و لا تتأثر بها ، و في بحثنا هذا هي :الألعاب الترويحية الرياضية .

***المتغيرات التابعة** : هي التي تتأثر بالعلاقة القائمة بين المتغيرين و لا تؤثر فيها ، و في بحثنا هذا تمثلت في: المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) ،الطور الابتدائي.

5-أدوات البحث :

تطلب إتمام هذه الدراسة إلى الاستعانة بمجموعة من الاختبارات الميدانية و التي تجسدت في الألعاب الترويحية الخاصة بالمرحلة العمرية قيد الدراسة (الطور الابتدائي)

6-الدراسة الاستطلاعية :

و فيها يتم التأكد من الأسس العلمية للاختبارات المستعملة الصدق ، الثبات، الموضوعية.

الثبات:

يعد معامل الثبات أحد العوامل الأساسية من عملية بناء الاختبارات قياس ما يقيسه. و يعد الاختبار ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين و تحت نفس الظروف.

استخدمنا إحدى طرق حساب ثبات الاختبار و هي طريقة تطبيق الاختبار و إعادة تطبيقه ، .بحيث يهدف إلى تحديد نسبة و قيمة العوامل المؤقتة في الاختبار.وعلى أساس هذه الطريقة قمنا بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره10 أيام مع تثبيت كل المتغيرات (نفس المكان، نفس العينة، نفس التوقيت).

المهارات الحركية	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الصدق	القيمة الجدولية

المستهدفة				لمعامل الارتباط
الجري	لعبة النار والماء	0.75	0.86	0.68
	سباق التوازن	0.77	0.87	
	سباق الحصول على الكنز	0.85	0.92	
القفز	القفز من فوق الحبل	0.90	0.94	
	سباق تتابع الوثب فوق العصا	0.81	0.90	
	نط الحبل	0.76	0.87	
الدقة	دخول المربعات	0.72	0.84	
	صيد الحمام	0.80	0.89	
	لعبة التصويب على اللوح(الهدف)	0.78	0.88	

جدول رقم (03) يوضح الثبات و الصدق للاختبارات

- **التحليل الخاص بمعامل الثبات :**

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن معامل الثبات للاختبارات المختارةكان يتراوح ما بين (0.72–0.90) و هي اعلى من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بيرسون و الذي بلغ (0.68) مما يشير إلى تمتع الاختبارات بدرجة عالية من الثبات.

الصدق :

يعد الصدق أهم شروط الاختبار الجيد و يقصد بالصدق أن يقيس الاختبار فعلا القدرة أو السمة التي وضع الاختبار لقياسها. يشير صدق الاختبار أو المقياس إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله، و للتأكد من صدق الاختبارات الموضوعة قمنا بحساب الصدق الذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار . و النتائج مبينة في الجدول رقم (02) .

- **التحليل الخاص بمعامل الصدق :**

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن معامل الصدق للاختبارات المختارة (الألعاب) كان يتراوح ما بين (0.84–0.94) و هي اعلى من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بيرسون و الذي بلغ (0.68) مما يشير إلى تمتع الاختبارات بدرجة عالية من الصدق .

الموضوعية :

يعتبر الاختبار أو المقياس موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة، و بما ان الاختبارات المختارة تهدف كل مهارة حركية على حدة ،فلقد اخترنا 3 اختبارات (العاب) لكل مهارة حركية معينة .و لذا فالاختبارات موضوعية .

7–الوسائل الإحصائية :

من اجل الوصول إلى نتائج أكثر دقة و لأننا اخترنا مجموعتين في البحث الممارسين و غير الممارسين فقد استخدمنا الأدوات الإحصائية التالية :

المتوسط الحسابي:

$$\bar{x} = \frac{\sum xi}{\mathrm{n}}$$

حيث $\bar{x}$:المتوسط الحسابي .

$\sum xi$:مجموع القيم .

n:عدد أفراد العينة .

- **الانحراف المعياري :**

$$\boldsymbol{s} = \sqrt{\frac{\sum(\mathbf{Y} - \bar{\boldsymbol{Y}})\mathbf{2}}{\boldsymbol{n}}}$$

s:الانحراف المعياري.

$(\bar{Y}- Y^2)$: مربع انحراف القيم عن متوسطها الحسابي.

n: عدد أفراد العينة .

- **التجانس :**

$$\boldsymbol{f} = \frac{{S_1}^2}{{S_2}^2}$$

${S_1}^2$:مربع الانحراف المعياري الأول .

:مربع الانحراف المعياري الثاني . ${S_2}^2$

ت. ستودنت :

***المعادلة :**

$$T(2) = \frac{(\bar{x}_1 - \bar{x}_2)}{\sqrt{\left(\frac{S_1{}^2 \times n_1 + S_2{}^2 \times n_2}{n_1 + n_2 - 2}\right)\left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

(مصطفى حسين، 1999)

8-صعوبات البحث :

لقد صادفتنا بعض الصعوبات أثناء إجرائنا لهذا البحثو تتمثل أهمها فيما يلي :

- القيام باختبارات البحث استغرق وقتا طويلا .
- التنقل للابتدائية و العمل فيها كان شاقا نظرا للظروف الصحية ،و ذلك بغرض اكمال الوثائق الإدارية .
- تطلبت الاختبارات شرحا وافيا للتلاميذ و بالتالي تطلب جهد و وقت كبيرين .

خلاصة :

لقد تضمن الفصل الأول من الدراسة التطبيقية مجموعة من المعاينة الميدانية للمشكلة ثم بعد ذلك قمنا بضبط متغيرات البحثوالوسائل المساعدة بهدف الوصول إلى كشف الحقيقة عن طريق الاعتماد غلى المنهج التجريبي، إضافة إلى العينة و التي تمثلت في تلاميذ الطور الابتدائي ،

و أيضا وضحنا المجال المكاني و الزماني للدراسة و أيضا مختلف الصعوبات التي واجهتنا اثناء القيام بهذه الدراسة .

الفصل الثاني :

عرض و تحليل و مناقشة النتائج

تمهيد:

بعد الانتهاء من الخطوات المنهجية الخاصة بالدراسة ،و بعد تطبيق الاختبارات لميدانية للبحث، نصل الان الى فصل اخر له أهمية كبيرة لكل الدراسة ففيه سيتم عرض و تحليل و مناقشة النتائج و تنظيمها من خلال جداول و رسومات بيانية توضيحية و ذلك مع الربط بين فرضيات البحث و مقارنتها مع مختلف البيانات المتوصل اليها وذلك بتسلسل الفرضيات و بالتالي التحقق من صحتها ،و الخروج بعدة توصيات و اقتراحات أخرى للدراسات المستقبلية القادمة .

أولا : عرض و تحليل و منافشة النتائج :

****عرض و تحليل و مناقشة الفرضية الأولى:**

- و التي تنص علوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختباريات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) فئة (7-9) سنةلصالح الإختبارات البعدية.

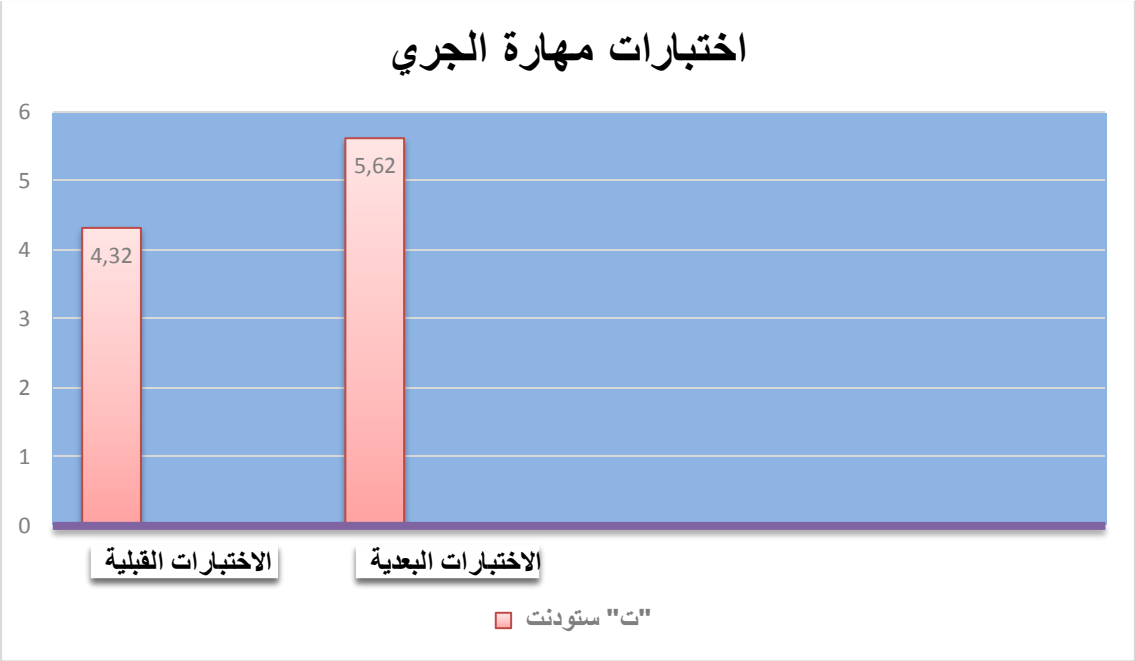
الاختبارات / المهارة المستهدفة		القبلية للعينة التجريبية	البعدية للعينة التجريبية
الجري	م.حسابي	4.12	4.86
	ا.معياري	0.14	0.16
	ت.المحسوبة	4.32	5.62
	ت.الجدولية	1.64	

الجدول رقم04: يبين دلالة الفروق الاحصائية في اختبارات مهارة الجري لتلاميذ فئة (7-9) سنة

مستوى الدلالة :0.05 عند جميع الاختبارات.

التحليل :يتضح من خلال الجدول رقم 04 أعلاهما يلي :

بلغت قيمة "ت" المحسوبة للاختبارات القبلية للعينة التجريبية 4.32، اما قيمة "ت" المحسوبة للاختبارات البعدية للعينة التجريبية فقد بلغت 5.62و هي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت1.64 عند مستوى الدلالة 0.05 أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية و البعدية فيما يخص مهارة الجري فئة (7-9) سنة



شكل بياني رقم (2) يوضح "ت" ستودنت للاختبارات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في مهارة الجري .

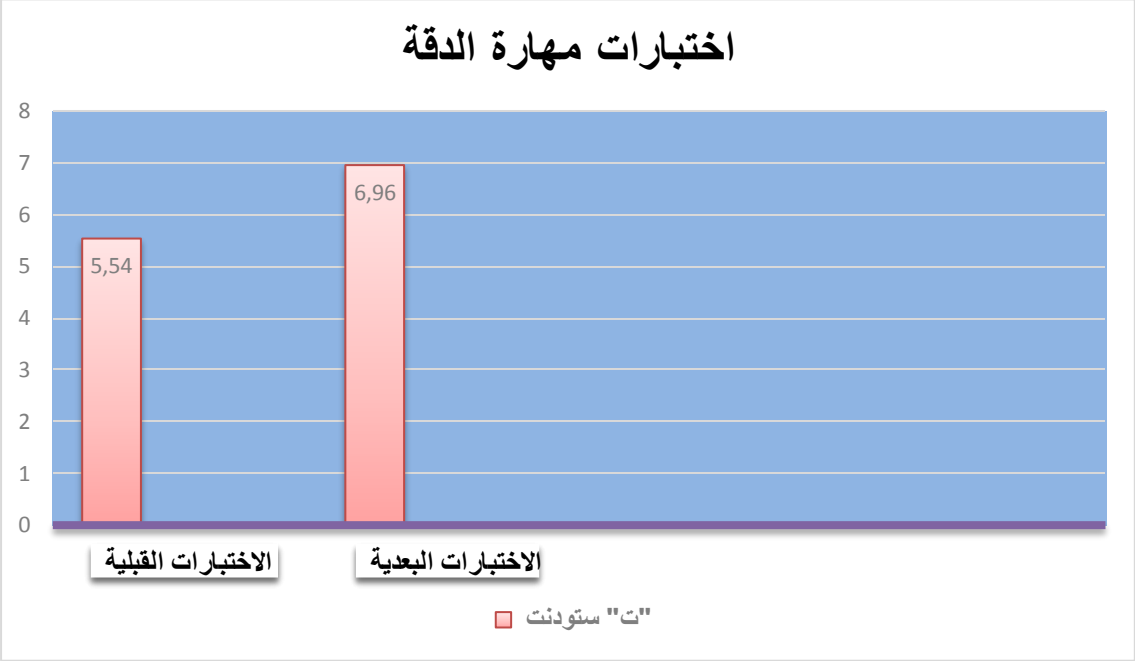
الاختبارات / المهارة المستهدفة		القبلية للعينة التجريبية	البعدية للعينة التجريبية
الدقة	م.حسابي	4.17	4.89
	ا.معياري	0.10	0.17
	ت.المحسوبة	5.54	6.96
	ت.الجدولية	1.64	

الجدول رقم05: يبين دلالة الفروق الاحصائية في اختبارات مهارة الدقة لتلاميذ فئة (7-9) سنة

مستوى الدلالة :0.05 عند جميع الاختبارات .

التحليل :يتضح من خلال الجدول رقم 05 أعلاهما يلي :

بلغت قيمة "ت" المحسوبة للاختبارات القبلية للعينة التجريبية 5.54، اما قيمة "ت" المحسوبة للاختبارات البعدية للعينة التجريبية فقد بلغت 6.96و هي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت1.64 عند مستوى الدلالة 0.05 أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية و البعدية فيما يخص مهارة الدقة لاطفال فئة (7-9) سنة



شكل بياني رقم (3) يوضح "ت" ستودنت للاختبارات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في مهارة الدقة.

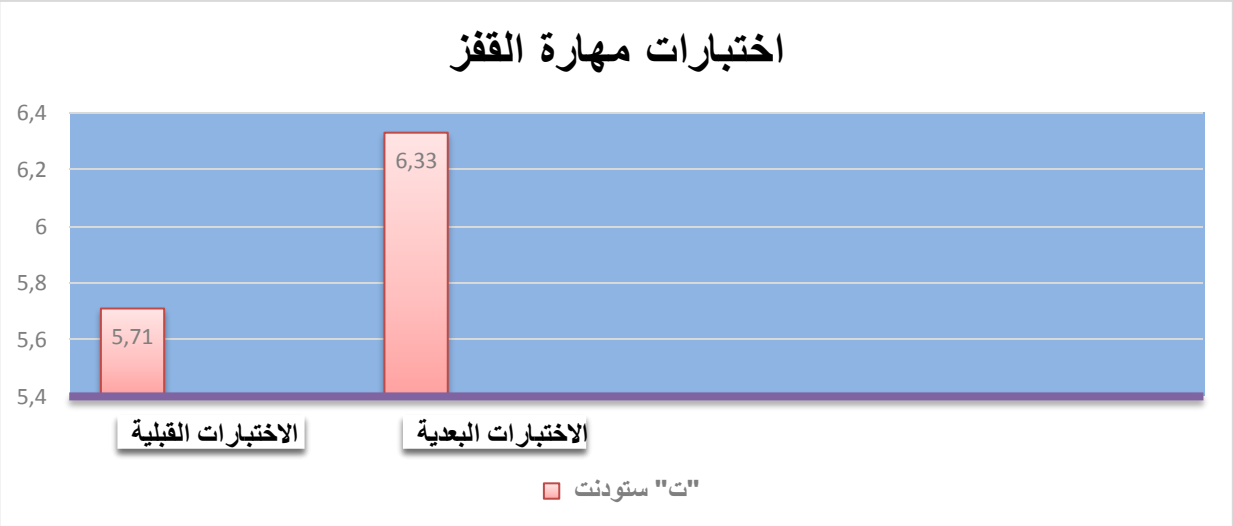
المهارة المستهدفة / الاختبارات		القبلية للعينة التجريبية	البعدية للعينة التجريبية
القفز	م.حسابي	4.77	4.90
	ا.معياري	0.16	0.20
	ت.المحسوبة	5.71	6.33
	ت.الجدولية	1.64	

الجدول رقم06: يبين دلالة الفروق الاحصائية في اختبارات مهارة القفز لتلاميذ فئة (7-9) سنة

مستوى الدلالة :0.05 عند جميع الاختبارات.

التحليل :يتضح من خلال الجدول رقم 06 أعلاهما يلي :

بلغت قيمة "ت" المحسوبة للاختبارات القبلية للعينة التجريبية 5.71، اما قيمة "ت" المحسوبة للاختبارات البعدية للعينة التجريبية فقد بلغت 6.33و هي اكبر من قيمة "ت" الجدولية التي بلغت1.64 عند مستوى الدلالة 0.05 أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية و البعدية فيما يخص مهارة القفز لاطفال فئة (7-9) سنة



شكل بياني رقم (4) يوضح "ت" ستودنت للاختبارات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في مهارة القفز .

و من خلال تحليل الجداول السابقة نجد ان هناك فروق إحصائية بين الاختباريات القبلية و البعدية للعينة التجريبية الذي احتوت على العديد من الالعاب الترويحية الرياضية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) فئة (7-9) سنةلصالح الإختبارات البعدية.

**عرض و تحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية :

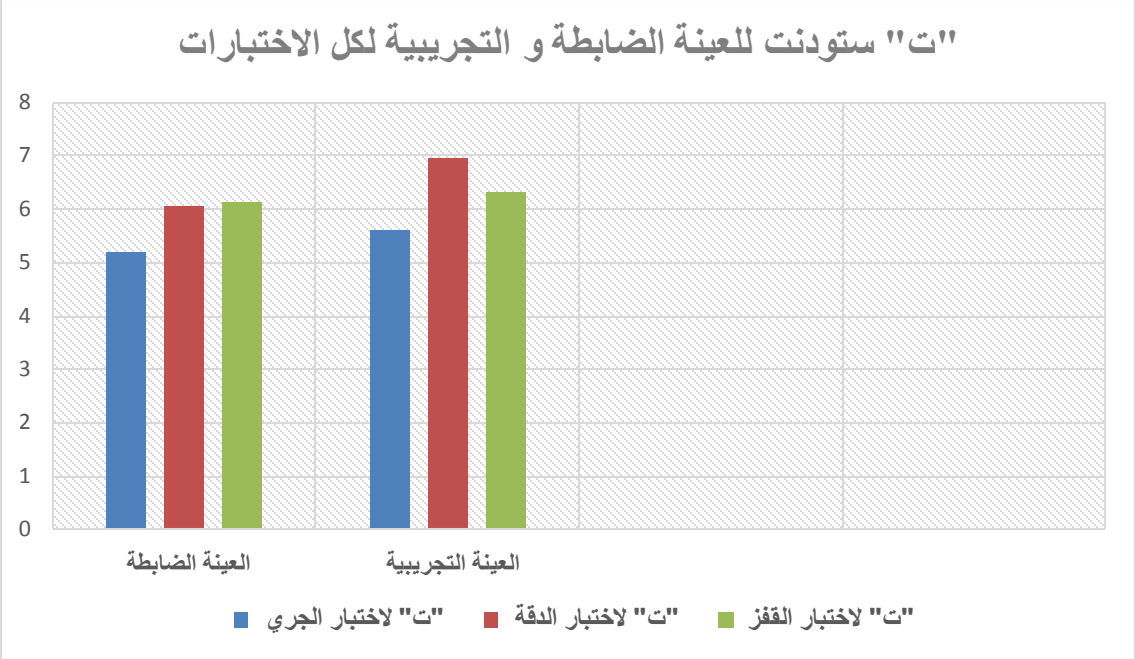
❖ و التي تنص علىوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية للمهارات الحركية(الجري، الدقة، القفز) فئة (7-9) سنةلصالح العينة التجريبية.

نوع العينة	القيم الإحصائية	الاختبارات المطبقة			"ت" ستودنت الجدولية	درجة الحرية
		الجري	الدقة	القفز		
العينة الضابطة	"ت" ستودنت المحسوبة	5.20	6.05	6.14	1.64	26
العينة التجريبية	"ت" ستودنت المحسوبة	5.62	6.96	6.33		

الجدول رقم07: يبين "ت" ستودنت المحسوبة لكل من العينة الضابطة و التجريبية في جميع الاختبارات (الجري ،الدقة ،القفز) لدى اطفال فئة (7-9) سنة

مستوى الدلالة :0.05 عند جميع الاختبارات.

- **التحليل** :بلغت "ت" ستودنت المحسوبة 5.62 و 6.96 و 6.33 لاختبارت الجري و الدقة و القفز على نفس الترتيب للعينة الضابطة ،ام "ت"ستودنت المحسوبة للعينة التجريبية فقد بلغت 5.20 و 6.05 و6.14 للجري و الدقة و القفز على الترتيب ،و هي قيم اكبر من القيم الخاصة بالعينة الضابطة ،و هي اكبر من "ت" ستودنت الجدولية و التي بلغت 1.6 عند درجة حرية 26 ،و مستوى دلالة 0.05 ، أي انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية للمهارات الحركية(الجري، الدقة، القفز) في الطور الابتدائي لصالح العينة التجريبية ،و هذا من خلال ممارسة عينة الدراسة التجريبية لمختلف الالعاب المختارة و بالتالي زيادة مستوى تعلمهم للمهارات الحركية .



شكل بياني رقم (5) يوضح "ت" ستودنت للعينة الضابطة و العينة التجريبية لجميع الاختبارات (الجري ،الدقة و القفز) .

الاستنتاجات العامة :

في ضوء النتائج التي توصلنا إليها عن طريق المعالجة الإحصائية و انسجاما مع الفرضيات الجزئية للدراسة نستنتج ما يلي :

1–الاستنتاج الأول: أنهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختباريات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) في الطور الابتدائي لصالح الإختبارات البعدية.

بحيث يمكننا القول أنه بعد تطبيق الاختبارات الخاصة بالدراسة على العينة المقصودة ،و بعد تحليل البيانات الاحصائية وجدنا اختلاف بين الاختبارات القبلية و الاختبارات البعدية و هذا كان لصالح الاختبارات البعدية و التي جرت على العينة التجريبية من اطفال الطور الابتدائي .

2–الاستنتاج الثاني: أنهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية للمهارات الحركية(الجري، الدقة، القفز) في الطور الابتدائي لصالح العينة التجريبية.

و هذا من خلال تحليلنا الإحصائي السابق الذي وجدنا فيه اختلاف بين المتوسطات الحسابية و كذلك "ت" المحسوبة بالمقارنة مع "ت" الجدولية ، أي ان الاختبارات المطبقة كان لها تاثير على العينة التجريبية بالايجاب فيما يخص تعلم المهارات الحركية المدرجة ضمن هذه الدراسة .

مما سبق نستنتج أن الفرضية الجزئية الأولى و الفرضية الجزئية الثانية تحققت و بالتالي تحقق الفرضية العامة التي تقول أن :للالعاب الترويحية الرياضية دور في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري ،الدقة ،القفز) لدى اطفال الطور الابتدائي .

مقابلة النتائج بالفرضيات :

الفرضية الأولى :

من اجل التحقق من الفرضية الجزئية الأولى و التي تقول انه توجدفروق ذات دلالة إحصائية بين الاختباريات القبلية و البعدية للعينة التجريبية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) في الطور الابتدائي لصالح الإختبارات البعدية.

قمنا بجمع نتائج الجداول رقم (4-5-6) التي تحتوي على المتوسطات الحسابية الخاصة بالاختبارات القبلية و البعدية و هذا لدى العينة التجريبية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) في الطور الابتدائي ، و وجدنا اختلاف بين الاختباريات القبلية و البعدية للعينة التجريبية لصالح الإختبارات البعدية ،و هذا راجع الى ان ان الاختبارات البعدية كانت بعد تطبيق مختلف الالعاب الخاصة بالدراسة و هذا ما وضحته "ت" ستودنت المحسوبة بعد مقارنتها ب "ت" الجدولية بواسطة نظام spss .

وهذا ما تتفق معه **دراسة الحايك والويسي(2009)**:

و التي هدفت الى التعرف على اثر استخدام الألعاب الصغيرة في تنمية المهارات الحركية الأساسية (الجري والوثب والرمي واللقف) لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا ،بحيث كانت اهم نتائجها ان للبرنامج المقترح والقائم على الألعاب الصغيرة فعالية ي تحسين المهارات الحركية الأساسية .

و ايضا دراسة **دراسة عبدا لله وآخرون (2006)** :

و التي هدفت الى التعرف على أثر استخدام برنامجي الالعاب الاستكشافية والالعاب الحركية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية، وكانت أهم النتائج تحقيق برنامجي الألعاب الاستكشافية والالعاب الحركية تطورا في بعض المهارات

الحركية الأساسية في الاختبارين القبلي والبعدي و تطورا في بعض المهارات الحركية الأساسية عند المقارنة بين الاختبارين القبلي والبعدي .

الفرضية الثانية :

من اجل التحقق من صحة الفرضية الثانية و التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية للمهارات الحركية(الجري، الدقة، القفز) في الطور الابتدائي لصالح العينة التجريبية.

قمنا بجمع نتائج و بيانات الجدول رقم (7) الذي احتوى على الدلالات الاحصائية الخاصة بالعينتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية للمهارات الحركية(الجري، الدقة، القفز) و هذا بعد الحرص على ممارسة العينة التجريبية على جميع الالعاب الموجودة ضمن الدراسة ، بحيث وجدنافروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين الضابطة و التجريبية في الاختبارات البعدية للمهارات الحركية(الجري، الدقة، القفز) في الطور الابتدائي لصالح العينة التجريبية ،و هذا بعد حساب "ت" ستودنت و مقارنتها ب "ت" ستودنت الجدولية ،و بالتالي تحقق الفرضية الجزئية الثانية .

و هذا ما تؤكده **دراسة ايفوري وماكلوم(Ivory&Mccollum,2008)**:

و التي هدفت بشكل اساسي الى التعرف إلى تأثير أنواع اللعب على مستوى التفاعل في اللعب لدى مجموعة من الأطفال الذين يعانون صعوبات في التعلم، بحيث جاءت النتائج كالاتي :

استخدام اللعب في حد ذاته أدى إلى تحسين في تفاعلات الأطفال أثناء اللعب إضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة اللعب الفردي واللعب الجماعي لصالح الجماعي.

و يضيف المهدي 1991 :

و التي هدفتدراسته الى :

– وضع برنامج رياضي ترويحي لاطفال دور الحضانة ، وكذلك هدفت الى معرفة تأتير البرنامج المقترح للأطفال على بعض المهارات الحركية الأساسية لأطفال ما قبل المدرسة (4–5) سنوات .

بحيث كانت اهم نتائجه : ظهور تحسن للمجموعة التجريبية في كل المهارات الحركية الأساسية لدى أطفال هذه المجموعة من الذكور والإناث.

و من خلال هذا يمكننا القول بان الفرضية العامة للدراسة تحققت و التي جاءت بان للالعاب الترويحية الرياضية دور في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري، الدقة، القفز) في الطور الابتدائي ، و هذا ما لاحظناه من خلال تحليل البيانات الخاصة بالدراسة

الخلاصة العامة :

تعتبر الألعاب الترويحية الرياضية ذات أهمية بالغة لتعلم المهارات الحركية المختلفة ،فهي تساهم بمقدار كبير في تبسيط المهارات الحركية و جعلها سهلة و هذا بواسطة الطابع الذي تتميز به هذه الأخيرة و الذي

يتجسد في التحفيز و التنافس و الترفيه و التعلم كذلك ،و بالتالي تؤدي الى رفع رغبة المتعلم و تنشيطه بدنيا و نفسيا ،أي زيادة قابليته للتعلم و اكتشاف اخطائه و تصحيح الأخطاء التي يقع فيها .

كما للمهارات الحركية دور ايجابي كبير في التحسين من النتائج و هذا سواء في النشاطات الفردية فاتقانها يؤدي الى الوصول الى الهدف باقل جهد ووقت ممكن و هذا ما ينطبق على الأنشطة الجماعية كذلك ففيها يضبح الفرد فعالا في الفريق و احداث تأثير في وسط زملاء فريقه

و من خلال الدراسة التي قمنا بهاتستخلص أن للألعاب الترويحية و الرياضية اهمية و دور فعال في تعلم المهارات الحركية و هذا خاصة لدى فئة الأطفال و من بينها الجري ، القفز و الدقة و هذه هي المهارات المختارة في هذه الدراسة و توجد العديد من المهارات الحركية الأخرى التي يحتاجها الطفل ،و لذا يجب الحرص على الاهتمام بالالعاب الترويحية الرياضية و إعطائها اهتماما اكبر و هذا بواسطة ربطها بمهارات حركية أخرى و أنشطة فردية و جماعية أخرى .

و بذلك تكون الألعاب الترويحية الرياضية قد نجحت في تحقيق تعلم افضل لاطفال الابتدائية لمهارة الجري ، القفز و الدقة ،و بالتالي للألعاب الترويحية الرياضية المدرجة ضمن هذه الدراسة و التي تمثلت في التالي (لعبة النار والماء ، سباق التوازن ، سباق الحصول على الكنز ، القفز من فوق الحبل ، سباق تتابع الوثب فوق العصا ، نط الحبل دخول المربعاتصيد الحمام لعبة التصويب على اللوح(الهدف)) لها دور في تعلم المهارات الحركية المحددة سابقا و هذا لفئة أطفال الطور الابتدائي .

التوصيات و الاقتراحات:

بالنظر إلى ما توصلنا اليه من معلومات من خلال تحليل و معالجة النتائج الإحصائية ، نقدم فيما يلي مجموعة من التوصيات :

1-مراعاة قواعد تعليم المهارات الحركية و خاصة التدرج من البسيط الى المركب و الاعتماد عليها في كل من الأنشطة الفردية و الجماعية .

2- استخدام الألعاب الرياضية في المرحلة الابتدائية و المتوسطة لانهما مرحلتين مهمتان للتعلم السليم لكيفية أداء المهارة و أيضا استعمالها في المنافسات .

3- إجراء دراسات و بحوث مشابهة لعنصر تنمية المهارات الحركية لدى باقي الأطوار التعليمية للتلاميذ كالطور المتوسط و الثانوي ،باستعمال العاب اكثر تعقيدا .

سبيل المثال ،و على عينات مختلفة .

4-يجب ان يراعى عامل التنويع في الألعاب و هذا بغرض استهداف عدة مهارات حركية و ليس مهارة حركية واحدة فقط .

5-تنظيم دورات تكوينية للأساتذة لفئة (7-9) سنوات لكيفية ادخال الألعاب و استخدامها داخل الحصة و هذا لتنمية الجانب البدني و النفسي للتلميذ .

6-القيام بدراسات مشابهة أخرى و المتعلقة بتلاميذ الطور الابتدائي لكل الفئات العمرية لانهم الركيزة الرئيسية لبناء مجتمع قوي ،كإعداد منافسات رياضية صغيرة ما بين الابتدائيات .

المصادر و المراجع :

المصادر باللغة العربية :

1. ا. المشرفي. 2015. التربية الحركية لطفل الروضة. ط 01. الرياض : مكتبة الرشد للنشر و التوزيع، الصفحات 22-25 .

2. إ. غ. إبراهيم. 2001. التربية الترويحية وأوقات الفراغ . عمان : مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ص 23.

3. أ. وجيه محجوب. 1989. علم الحركة. بغداد : دار الكتاب للطباعة و النشر، ص 69.

4. ا.مخلفي رضا. 2014. الشلف : مجلة علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية، الصفحة96.

5. ابراهيم مقني. 2007. التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة. ط 01. الاسكندرية : دار الوفاء لدنيا النشر و الطباعة ، صفحة 113.

6. ابراهيم ناصر. 2004. التنشئة الاجتماعية . ط 1 : دار عمار للنشر و التوزيع ،.

7. ابو شمالة انيس. 2002. أساليب الرعاية في مؤسسات رعاية الأيتام. غزة : كلية التربية .

8. اجلال محمد سري. 2000. علم النفس العلاجي. ط 2. القاهرة : عالم الكتب للنشر و الطباعة و التوزيع، صفحة 32 .

9. احمد اوزي. 2015. التعليم و التعلم الفعال-نحو بيداغوجية منفتحة على الاكتشافات العلمية الحديثة حول الدماغ. ط1. الدر البيضاء : منشورات مجلة علوم التربية ، الصفحة75.

10. احمد د.سهير كامل ص42. كتاب الصحة النفسية و التوافق. القاهرة : مركز الاسكندرية للكتاب.الصفحة 42-43.

11. احمد زكي صالح. 1973. علم النفس التربوي. ط 1 : مكتبة النهضة المصرية، صفحة الصفحة 193.

12. علم النفس التربوي. 1991 : مكتبة النهضة المصرية، صفحة 06.

13. احمد. 1996. منشورات الفدرالية الجزائرية لرياضة المعاقين : وزارة الشباب و الرياضة. صفحة 36 .

14. إسماعيل غولي ،مروان إبراهيم. 2001. التربية الترويحية وأوقات الفراغ. عمان/الأردن : مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.

15. اكرم زكي خطايبية. 1997. المناهج المعاصر في التربية الرياضية. ط 1 : دار الفكر. صفحة 115.

16. آل مراد ، نبراس يونس. 2004. أثر استخدام برامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر (5–6) سنوات ، رسالة دكتوراه : كلية التربية الرياضية.

17. الحاج فايز. 1977. الصحة النفسية . الرياض : جامعة محمد بن مسعود الإسلامية.

18. الرفاعي نعيم. 1982. الصحة النفسية دراسة مقارنة في سيكولوجية التكيف. ط 06 : جامعة دمشق، ص43.

19. الرياضة و وزارة الشباب. 1984. قانون التربية البدنية الرياضية : طبعة جريدة الشعب الجزائرية للباب الاول المبادئ العامة ،.

20. السيد ، خالد عبدالرزاق. 2001. فاعلية استخدام أنواع مختلفة من اللعب في تعديل بعض اضطرابات السلوك لدى طفل الروضة. العدد الثالث . المجلد الاول : المجلس العربي للطفولة والتنمية،.

21. الشاطي محمد عوض بيسوني ،فيصل ياسين. 1992. نظريات و طرق التربية البدنية الرياضية. : ديوان المطبوعات الجزائرية، الصفحات 206-207.

22. الشربيني ، زكريا ، صادق ، يسرية. 2003. تنشئة الطفل وسبل الوالدين في معاملته ومواجهة مشكلاته . القاهرة : دار الفكر العربي،.

23. العلوي شفيقة. 2007. أعمال الملتقى الوطني حول الكتاب المدرسي في المنظومة التربوية الجزائرية،واقع وآفاق ،المقاربة بالكفاءات وبيداغوجية تعلم القواعد : مركز البحث العلمي و التقني لترقية اللغة العربية ، الصفحة64.

24. الفرابي عبد اللطيف. 1994. معجم مصطلحات علوم التربية: سلسلة علوم التربية للطباعة و النشر، الصفحة21.

25. اللبابيدي ، عفاف ، خلايله ، عبدالكريم. 1990. سيكولوجية اللعب. الطبعة الثانية . عمان : دار الفكر للنشر والتوزيع.

26. المجيد, مروان عبد. 2002. نمو البدني و التعليم الحركي : دار المعارف، صفحة 51.

27. المغربي سعد. 1992. الصحة النفسية علم النفس. عدد23. القاهرة : مجلة فصيلة صادرة عن الهيئة العامة للكتاب، الصفحة12-13.

28. الهابط محمد. 1987. التكيف و الصحة النفسية . ط 02. الاسكندرية : المكتب الجامعي الحديث ، الصفحة180.

29. الوطنية وزارة التربية. 2005. منهاج السنة3 من التعليم الابتدائي : ديوان المطبوعات المدرسية، الصفحة 03.

30. إلين وديع فرج. 2002. "خبرات في الألعاب للصغار والكبار". ط 02 : منشأة المعارف، ص 26-27-29.

31. امين الخولي. 1990. اصول الترويح واوقات الفراغ. ط 01 : دار الفكر العربي، ص 150.

32. امين انور الخولي. 2001. أصول التربية البدنية الرياضية. ط 03. القاهرة : دار الفكر العربي .

33. انشراح ابراهيم المشرفي. 2015. التربية الحركية لطفل الروضة. الرياض : مكتبة الرشد للنشر و التوزيع.الطبعة الاولى.

34. انور الجندي. 1987. التربية البدنية و بناء الأجيال في ضوء الإسلام. : دار الكتاب ، الصفحة 16.

35. باهي حسين احمد حشمت و مصطفى. 2006. التوافق النفسي و التوازن الوظيفي : الدار العالمية للنشر و التوزيع، الصفحات 67-68.

36. باهي مصطفى حسين. 1999. الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث. ط 01 : مركز الكتاب للنشر،.

37. بك نجاة مجيد. 1999. بناء مقياس رياضي صوري للأسلوب المعرفي (التأملي-الاندفاعي)لدى تلامذة الصف السادس الابتدائي. العراق : جامعة الموصل.

38. بيريفان عبد الله المفتي. 2005. اثر استخدام برنامجين بالالعاب الحركية والالعاب الاستكشافية في تطوير بعض المهارات الحركية الاساسية والسلوك الاستكشافي الرياضي لدى تلاميذ الصف الثاني الابتدائي. اطروحة دكتوراه غير منشورة : كلية التربية الرياضية، ص 10 .

39. توماس جورج خولي. 2000. سيكلوجيا النمو عند الاطغال : مؤسسة الجامعية لدراسات، صفحة 128.

40. جميل ناصف. 1993. موسوعة الالعاب الرياضية المفصلة : دار الكتب العلمية، صفحة ص 07.

41. جورج, توماس. 2000. سيكولوجيا النمو عند الطفل : مؤسسة الجامعية لدراسات، صفحة 51.

42. حاجي فريد. 2005. بيداغوجيا التدريس بالكفاءات الابعاد و المتطلبات . مكان غير معروف : دار الخلدونية للنشر و التوزيع، الصفحة 13.

43. حامد عبد السلام زهران. 1997. الصحة النفسية و العلاج النفسي. ط 3. القاهرة : عالم الكتب، الصفحة 08.

44. حثروبي محمد صالح. 2004. المدخل إلى التدريس بالكفاءات. ط2. : شركة الهدى، الصفحة11.

45. حزام محمد رضا القزويني. 1978. التربية الروحية. بغداد : دار العربية للنشر، ص 43.

46. حسن احمد الشافعي. 2005. حقوق الإنسان و حقوق الطفل في التربية البدنية الرياضية. ط 1. الاسكندرية : دار الوفاء لدنيا النشر و الطباعة، الصفحة 366.

47. حسن احمد حسين. 2001. دور المسرح في اكتساب بعض المهارات الاجتماعية لتلاميذ الصف الرابع ،رسالة ماجستير. ص 70 .

48. حلمي إبراهيم و ليلى السيد فرحات. 1988. التربية البدنية و الترويح للمعاقين. ط 01. القاهرة : دار الفكرالعربي، ص 37 .

49. حلمي ابراهيم وليلي السيد فرحان. 1998. التربية الرياضية و التربية للمعاقين. ط 01. القاهرة : دار الفكر العربي، ص 240.

50. حمص محسن محمد. 1998. المرشد في تدريس التربية الرياضية. الاسكندرية : منشاة المعارف، ص93 .

51. خناش عبد الله قلي و فضيلة. 2009. التربية العامة إدماج المكتسبات وفق المقاربة بالكفاءات ،وأساليب و تقنيات إدماج المكتسبات وفق منظور بيداغوجي ،التقويم التفاعلي في ضوء الإصلاح البيداغوجي الجديد : المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم، الصفحات 142-143.

52. خير الدين عويس. 1997. اللعب و الطفل ما قبل الدراسة: دار الفكر العربي. صفحة 08.

53. خير الدين هني. 2005. مقاربة التدريس بالكفاءات. ط1 : مطبعة ع/س،د.ب، الصفحة59.

54. خيرية إبراهيم السكري. 2005. المهارات الأساسية في التربية البدنية لرياض الأطفال . ط 01. القاهرة : دار الوفاء، ص31.

55. د. بسطويسي أحمد. أسس ونظريات الحركة. ط 01. القاهرة : دار الفكر العربي. ص 90.

56. د. محمد صبحي حسنين. 1995. القياس و التقويم في التربية البدنية. القاهرة : دار الفكر العربي، ص 65.

57. د. مروان عبد المجيد. 2002. النمو البدني و التعلم الحركي. ط 01. عمان : الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، ص 134.

58. د.سعد غالب ياسين. 1998. الادارة الاستراتيجية. ط 1 : دار اليازردي العلمية للنشر و التوزيع، الصفحة15.

59. د.عبد الحميد المغربي. 1998. الإدارة الإستراتيجية للمواجهة تحديات القرن الحادي و العشرين. القاهرة : مجموعة النيل العربية للنشر، الصفحة15.

60. د.فلاح الحسيني. 2000. الادارة الاستراتيجية: دار وائل للطباعة و النشر، الصفحة13.

61. رشاد صالح دمنهور. 1996. بعض العوامل النفسية و الاجتماعية ذات الصلة بالتوافق الدراسي،دراسة مقارنة. عدد38. القاهرة : مجلة علم النفس .

62. زكي محمد حسن. 1998. الكرة الطائرة ،بناء المهارات الفنية و الخططية. مصر : منشاة المعارف بالاسكندرية، ص17 .

63. زيتون كمال عبد الرحيم. 2005. التدريس نماذج ومهارات. ط 2. القاهرة : عالم الكتب، الصفحة50.

64. ساري حمدان. 1993. دليل معلم التربية الرياضية. مكان غير معروف : وزارة التربية و التعليم، الصفحة 23.

65. سعاد سليمان و عبد الله منيزل. 1991. درجة التوافق لدى طلبة جامعة السلطان قابوس و علاقتها بكل من متغيرات الجنس و الفصل الدراسي و المعدل التحصيلي و الموقع السكني. مجلد 26،العدد الاول. سلطنة عمان ، الصفحة 150.

66. شلتوت نوال. 2007. تاريخ التربية البدنية و الرياضية. ط 1. الاسكندرية ، الصفحة 11.

67. طحان محمد. 1987. مبادئ الصحة النفسية . دبي : دار العلم للنشر و التوزيع.

68. عباس عبد الفتاح رملي ،محمد ابراهيم شحاتة. 1991. اللياقة و الصحة. مكان غير معروف : دار الفكر العربي، ص 79.

69. عبد الباسط هويدي. 2012. المفاهيم و المبادئ الأساسية الإستراتيجية ،التدريس عن طريق المقاربة بالكفاءات. العدد4. الوادي : مجلة العلوم الانسان و المجتمع ، الصفحة16.

70. عبد الحميد شاذلي. 2001. التوافق النفسي للمسنين. الاسكندرية : المكتبة الجامعية ، الصفحة 26.

71. عبد العزيز. 2013. الترويح و اوقات الفراغ. الاسكندرية : دار المعارف، الصفحات ص 12-13 .

72. عبد الفتاح دويدار. 1996. سيكولوجيا النمو. مكان غير معروف : دار المعرفة الجامعية، صفحة 218.

73. عبد الكريم عفاف. 1994. التدريس للتعلم في التربية البدنية الرياضية. الاسكندرية : منشاة المعارف، الصفحات90-91.

74. عبد الله عصام الدين متولي. 2007. الاتجاهات الحديثة لدراسة مناهج التربية البدنية. الاسكندرية : دار الوفاء للنشر و الطباعة، الصفحة 113.

75. طرق تدريس التربية البدنية بين النظرية و التطبيق ، 2007. ط1. الاسكندرية : دار الوفاء لدنيا الطباعةو النشر، الصفحة33.

76. عزازي عزة عبد الجواد محمد. 1990. استخدام السيكودراما في علاج بعض المشكلات النفسية لاطفال ماقبل المدرسة، ملخص رسالة ماجستير، جامعة عين شمس، معهد الدراسات العليا للطفولة: قسم الدراسات النفسية و الاجتماعية .

77. عزيزي عبد السلام. 2003. مفاهيم تربوية بمنظور حديث : دار ريحانة للنشر و التوزيع، الصفحة147.

78. عصام عبد الخالق. 1992. التدريب الرياضي (نظرياته و تطبيقاته). القاهرة : دار المعارف القاهرة، ص 617.

79. عطا الله احمد. 1990. تدريس التربية البدنية الرياضية في ضوء الأهداف الاجرائية و المقاربة بالكفاءات : دار صادر، الصفحة89.

80. تدريس التربية البدنية و الرياضية. 2009: الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية، الصفحة 68-69.

81. عطايات محمد الخطاب. 1990. أوقات الفراغ و الترويح. ص 63 .

82. عطيات محمد الخطاب. 1977. اوقات الفراغ و الترويح. القاهرة : دار المعارف، ص 30.

83. عطية. 2001. علم النفس و التكيف النفسي الاجتماعي. ط 01 : دار القاهرة للكتاب .

84. عقل محمود عطا حسين. 1992. النمو الإنساني الطفولة والمراهقة. الرياض : دار الخريجي للنشر و التوزيع .

85. علاء الدين الكفافي. 2009. علم النفس الأسري. ط01 : دار الفكر، الصفحة 185.

86. علاء الدين كفافي. 1987. الصحة النفسية . دبي : دار العلم للنشر و التوزيع.

87. علاوي. 1986. موسوعة الالعاب الرياضية : دار المعارف .

88. علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين. 1987. اختبارات الاداء الحركي. ط 01 . القاهرة : دار الفكر العربي، ص 09 -21 .

89. علي الديب. 1988. اختبار التوافق الشخصي و الاجتماعي . مجلد "3"،المجموعة4 عدد11. مكان غير معروف : دراسات تربوية ، الصفحة08.

90. علي راشد. 1993. شخصية المعلم و أدائه في ضوء التوجيهات الإسلامية. القاهرة : دار الفكر العربية ، الصفحة 22.

91. عمار بوحوش ، محمد دنينات. 1995. مناهج البحث العلمي وطرائق البحوث. الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية، ص 89.

92. فاروق محفوظ. 1998. اسس التربية : دار المعرفة الجامعية، الصفحة 18.

93. فريد حاجي. 2005. المقاربة بالكفاءات كبيداغوجية ادماجية . العدد17 : المركز الوطني للوثائق التروية، الصفحة 02.

94. فهمي مصطفى. 1987. الدوافع النفسية . ط 06. القاهرة : مكتبة مهد للطباعة و النشر ، الصفحات38-39.

95. سيكولوجية الطفل و المراهقة. 1967. . القاهرة : مكتبة مصر.

96. لطفي بركات احمد. 1984. تربية المعوقين في الوطن العربي. ط 01 . الرياض : دار المريخ للنشر، ص 65 .

97. ليلى احمد وافي. 2006. الاضطرابات السلوكية و علاقتها بمستوى التوافق النفسي لدى الأطفال المتفوقين. غزة : الجامعة الاسلامية .

98. م. ح علاوي. 1986. موسوعة الالعاب الرياضية : دار المعارف، ص64 .

99. مجدي عبد العزيز ابراهيم. 2009. معجم مصطلحات و مفاهيم التعليم و التعلم. ط1. القاهرة : عالم الكتب، الصفحة821.

100. محمد ازهر السماك. 1989. الأصول في البحث العلمي . الاسكندرية : دار الحكمة للطباعة و النشر ، الصفحة 42.

101. محمد الطاهر و علي. 2006. المقاربة بالكفاءات. الصفحة10.

102. محمد بن اسماعيلي. 2007. معوقات التوافق الدراسي و الاجتماعي لدى المراهقين. ط2. الابيار : منشورات ثالة ، الصفحة 18.

103. محمد حسن علاوي. 1986. موسوعة الالغاب الرياضية : دار المعارف، صفحة 52.

104. محمد عبدالعزيز. 2013،التريح و اوقات الفراغ. الاسكندارية : دار المعارف،ص12-13.

105. محمد عصام طريبة. 2008. اساليب و طرق التدريس الحديثة . ط1. : دار حمو رابي للنشر و التوزيع، الصفحة20.

106. محمد علي احمد الشهري. 2009. التربية الوجدانية للطفل و تطبيقاتها التربوية في المرحلة الابتدائية. مكة المكرمة : جامعة ام القرى، ص 27 .

107. محمد عوض بيسوني. 1990. نظريات و طرق التربية البدنية : ديوان المطبوعات الجامعية ، الصفحة 94.

108. نظريات وطرق التربية البدنية. 1992. ط 02 : ديوان المطبوعات الجزائرية.

109. محمد محمد الشحاة. 2007. التربية الرياضية . منصورة : العلم و الإيمان للنشر و التوزيع، الصفحة 31.

110. محمد مرسي كمال و عودة. 1986. الصحة النفسية في ضوء علم النفس و الإسلام. ط 02. : دار القلم.

111. محمد مصطفى السايح. 2001. اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية و الرياضية. ط1. المنتزة الاسكندرية : مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية، الصفحة91.

112. محمد مصطفى فهيم. 2005. المهارات الحياتية في المدرسة الثانوية و الطريق الى صناعة الشخصية. العدد 05 : مجلة التربية، الصفحات 120-153 .

113. محمد نبيل نوفل. 1984. تاليف ديولد فان دالين . ط 02. : مناهج البحث في التربية و علم النفس، الصفحة 313.

114. مروان عبد الحميد ابراهيم. 2004. الرياضة للجميع . عمان : دار الثقافة ، ص 101 .

115. مروان عبد المجيد ابراهيم. 2002. طرق و منهاج البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية. ط 02 . الاردن : دار الثقافة للنشر و التوزيع.

116. مروان عبد المجيد. 2002. نمو البدني و التعلم الحركي : دار المعارف، صفحة 55.

117. مريم سليم. 2000. علم النفس النمو. : دار نهضة العربية، صفحة 314.

118. مصطفى بن حبيلس. 2004. العدد38 : المقاربة بالمشكلات في ضوء العلاقة بالمعرفة، الصفحة8.

119. مصطفى زيدان. 1996. النمو النفسي للطفل و المراهقة و الاسس الصحية. جدة : دار المشرق، الصفحة62.

120. معجم اللغة العربية المعاصر. 2000 : دار المشرق، الصفحة591.

121. مفتي ابراهيم حماد. 2002. المهارة الرياضية اسس التعليم و التدريب. ط 01 . القاهرة : مركز الكتاب للنشر، ص 19 .

122. نبيل سفيان. 2004. المختصر في الشخصية و الإرشاد النفسي. ط 1. القاهرة : ايتراك للنشر و التوزيع ، الصفحة 153.

123. نسيمة محمود ابراهيم والي. 2006. استخدام اسلوب النظم لتعليم مهارات الكرة الطائرة. ط 01. الاسكندرية : دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر، صفحة 34 .

124. هايدة موثقي. 2004. علم النفس اللعب: دار الهادي لطباعة و النشر،.

125. هدى حسن محمود محمد. 2000،. الترويح و اهميته. الطبعة 1. الاسكندرية : دار الوركاء للطباعةو النشر، صفحة 115.

126. هدى حسن وماهر حسن محمود محمد. 2000. الترويح و اهميته في التوافق الاجتماعي للمعاقين الاعاقة الذهنية. ط 01. الاسكندرية : دار الوركاء للطباعة و النشر، صفحة 115 .

127. وجيه محجوب. 1989. التعليم الحركي و جدولة التدريب . بغداد : مكتبة العادل للطباعة المحلية ، ص 17 .

128. وديع ياسين. 2012. مرشد في الالعاب الصغيرة : دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر صفحة 60.

129. وزارة التربية الوطنية. 2003. الوثيقة المرافقة لمنهج التربية البدنية الرياضية،السنة الثانية من التعليم المتوسط : الديوان الوطني للتعلم و التكوين، الصفحة 84.

المصادر باللغة الأجنبية :

1. **A.Pomart.1986** .Al nouveau Larousse Medical . Paris : P589 .
2. **Burns.1972** .the self consept,Longman .London.p 15.
3. **C . boyer.1982** .leensignement des jeux sportifs .p 24 .ed 1.
4. **et parrot Dorant.1991** .dictionnaire de psychologie .puf-paris.
5. **gary and stanly Nass Belkin.1984** .psychology of adjusment Massachusetts Allyn and Bacon .inc.
6. **h cox .r.2005** .Psycologie du sport :.bruxelles edition deboeck université ، p12.
7. **Lois D'hainaut.2000–1988** .Des fris aux objectifs de l'éducation :. Edition Laboréducation . p104.
8. **S.R Lazarus.1976** .patterns of adjustment 3 .rd .new York : mc graw-hill ،p 15.

I. الملحق الاول :

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

الألعاب الترويحية الرياضة

في إطار البحث الذي نقوم به تحت عنوان " **دور الألعاب الترويحية الرياضية في تعلم بعض المهارات الحركية (الجري ،القفز ،الدقة) في الطور الابتدائي** "

والذي يندرج في إطار البحث العلمي لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية.

لهذا سنقدم فيما يلي مجموعة من الألعاب المختارة ،بحيث سنقوم بعرض ثلاثة العاب ترويحية رياضية لكل مهارة حركية بحيث يحتوي بحثنا على ثلاثة مهارات حركية (الجري ،القفز ،الدقة) و بالتالي سيكون لدينا مجوع تسع (9) العاب ترويحية رياضية و هي كالاتي :

➢ مهارة الجري :

1 – اسم اللعبة:– لعبة النار والماء.

–طريقة اللعب: تقسم المجموعة إلى قسمين أحدهما النار والآخر الماء ويقف كل قسم في جانب من الملعب وعندما تناديالمعلمة النار تتقدم التلميذات(النار)في خطوات طويلة بطيئة للإمام وعندما تنادي(الماء) تستدير

التلميذات(النار)للخلف مع الركض في حين يتقدم الماء) بالركض خلف(النار) لإطفائها(مسك أكبر عدد من التلميذات) وهكذا تكرر اللعبة.

2-اسم اللعبة : سباق التوازن

شعار اللعبة (الوصول إلى القمة تبدأ بخطوة صحيحة) ،تحتاج الى أقماع صغيرة -3.عدد الطلاب : عشر طلاب .

طريقة اللعب:هناك خط بداية وخط نهاية مسافته 35 متر ، يوجد قمع في خط البداية وقمع في خط النهاية مع بداية الصافرة يمشى الطالب الأول وقمع مثبت على رأسه وذراعيه ممدودة ، لا يسمح له لمس القمع الذي فوق رأسه بيديه ، إذا وقع القمع يجلس الطالب ويثبت القمع فوق رأسه ثم يقف ويكمل السباق . يقوم باللف حول القمع الموضوع في خط النهاية ويسلم القمع لزميله الثاني ويثبته فوق رأسه ثم يكرر ماعمله زميله الأول ..وهكذا إلى أن ينتهي الطالب العاشر والأخير

- ملاحظات خاصة باللعبة :

-عند وقوع القمع من فوق رأس الطالب يجلس ويضع القمع فوق رأسه ثم يقف ويكمل السباق

-عندما يلمس الطالب القمع بيده يقوم عضو اللجنة والمشرف على هذا الفصل بمسك الطالب خمس ثواني (العد من واحد إلى خمسة) ثم يتركه لتكمله السباق .

-الطالب الذي ينتهي دورة يقف بعيداً عن القاطرة أو مع جمهور فصله لتشيع زملائهم حساب النتيجة -:الفصل الفائز في المركز الأول هو رجوع أخر طالب لخط البداية

3-اسم اللعبة :سباق الحصول على الكنز:

يقف التلاميذ في صفين مواجهين المسافة بينهما 10م ويرقم الصفين في اتجاه عكسي وتوضع الكرة (الكنز) في منتصف المسافة بين الصفين وعندما ينادي المدرس أحد الأرقام يجري التلميذ الذي يحمل هذا الرقم من كل صف محاولا أخذ الكرة قبل زميله والفائز يحتسب له نقطة ويصفق له الآخرون.

➢ مهارة القفز :

1-اسـم اللعبة : القفز من فوق الحبل

طريقة اللعب :تحتاج الحبل _ كرة، و 16 طالب، و ملعب كرة يد .

يقسم الطلاب إلى مجموعتين على شكل دائرة ويقوم المعلم بتمرير حبل مربوط بكرة من تحت الطلاب والذي تلمسه الكرة يخرج من اللعبة ،و الفائز هي المجموعة التي تبقى أطول فترة زمنية .

2-اسم اللعبة :سباق تتابع الوثب فوق العصا:

يقسم الفصل إلى أربعة قاطرات ويمسك التلميذان الأماميان عصا على ارتفاع مناسب ويحدد خط البدء وتقف القاطرة خلفه وعند البدء يجري التلاميذ ويثبون فوق العصا ويعودون إلى أماكنهم والذي ينتهي أولا هو الفائز.

3-اسـماللعبة : نط الحبل

طريقة اللعب :تحتاج هذه اللعبة الحبل –مراتب ،اما عدد الطلاب 16 طالب ، و نصف ملعب كرة يد .

يقف الطلاب على شكل قاطرة , ويقف طالبان أمام القاطرة ممسكين بحبل , وبعد الحبل عن القاطرة 10 أمتار وعند سماع إشارة البدء يبدأ أول طالب في القاطرة بالنط من فوق الحبل ثم الذي بعدة ثم تزويد الارتفاع عند انتهاء القاطرة وهكذا .

➢ مهارة الدقة :

1- اسم اللعبة: دخول المربعات.

- **طريقة اللعب:**تقسم المجموعة إلى أربع مجموعات وترسم في الملعب أربع مربعات تتسع كلا منها لفريق واحد وتركض التلميذات منتشرات في الملعب وعند الإشارة تسرع كل مجموعة بدخول أحد المربعات والفرقة التي تكتمل في المربع أولا هي الفائزة.

2- اسم اللعبة:صيد الحمام.

- **طريقة اللعب:** تقسم المجموعة إلى قسمين قسم منهم داخل دائرة كبيرة ويمثل الحمام والقسم الثاني منتشرا حول الدائرة ويمثل الصيادين ويبدأ اللعب بأن يصوب الصيادون كرة جلد على أرجل الحمام داخل الدائرة ومن يصاب من الحمام ينضم إلى الصيادون إلى أن يبقى أخر الحمام ويكون هو الفائز ويتم التبديل.

3- اسم اللعبة : التصويب على اللوح(الهدف) .

- **طريقة اللعب:** تحتاج الى مربع 1x1م مرسوم على الحائط وملون 4 الوان (ازرق, احمر, اخضر, ابيض) ، بحيث يقف اطفال الفريق على بعد 5م من المربع وعند سماع الاشارة يبدأ الاطفال بمحاولة اصابة اللون الذي يتم تحديده من قبل المعلم – المدرب - ومع كل فريق 10 محاولات والفريق الفائز الذي يحرز اكبر عدد من التصويبات الصحيحة.