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

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في التربية البدنية و الرياضية

العنوان :

مكانة الألعاب الرياضية المصغرة في تدريس الرياضة الفردية

بحث مسحي اجري على اساتذة التعليم الثانوي بدائـرة سيدي امحمد بن علي -غليزان-

من إعداد الطلبة :

- بن عجمية ياسين .
- خوالد أسامة .
- سباعي صدام .

- تحت اشراف الاستاذ المحترم :

- حمزاوي حكيم .

- لجنة المناقشة :

- د.بوراس فاطمة .
- د. مقراني جمال .

2015-2014

كلمـــــة شكـــــر

بسم الله الرحمن الرحيم

"ذلك فضل الله يؤتيه من يشاء والله واسع عليم"

سورة المائدة الآية54

حمدت الله ربي إذ هداني *** إلى الإسلام الدين الحنيف

فيذكره لساني كل حين *** ويعرفه فؤادي باللطيف

الحمد لله حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه كما يحب ويرضى والصلاة والسلام

على رسوله الحبيب المصطفى ونبيه المجتبى

قبل أن نمضي لا يسعنا إلا أن نشكر الله تعالى الذي أعاننا بالقدرة

على قطع مسيرتنا فالله نحمد ونشكر ولا ننسى

وتقدم بأرقى عبارات الشكر وأسمى معانيها العرفان إلى الأستاذ المشرف

"د.حمزاوي حكيم"الذي كان خير المرشد و لم يبخل علينا

بنصائحه وارشداته فشكرا خاصا وامتنانا وعرفانا

كما نقدم شكرا وامتنانا وتقديرا إلى الذين حملوا أقدس رسالة في الحياة، إلى

الذين أشعلوا الشمعة في دروب علمنا أساتذتنا الأفاضل

كما نتقدم إلى كل من ساهم في إخراج هذا العمل من قريب أو بعيد ولو بكلمة طيبة

بارك الله فيكم وأعلى بين الصالحين درجاتكم وعند الله وحده جزاؤكم.

الإهـــداءات

اهدي هذا العمل المتواضع إلى :

نبع الحنان المتدفق ، التي أرضعتني قوة وشجاعة وصبرت على تربيتي ، وعلمتني أن الحياة كفاح إلى أبعد المدى ، إلى التي فرحت لفرحتي ، وبكت لنجاحي إلى الوالدة العزيزة التي مهما تحدثت عنها لن أستطيع أن أوفيها حقها عن تعبها المضيء طوال هاته السنين.

إلى الذي تعب من أجل أن يفتح لي درب الحياة والذي غرس فيا حب العمل ، أبي الكريـــم رحمه الله .

إلى كل إخوتي وأخواتي الذين اتخذت لهم قلبي مسكنا .

إلى جميع الأهل والأقارب،و كل الأصدقاء والأحباب البعيد والقريب.

إلى زملائيي في العمل "صدام و أسامة " ، وإلى جميع الأساتذة الذين قاموا بتأطيري وخاصة الأستاذ "د-حمزاوي حكيم".

إلى أحبائي بالحي الجامعي

إلى كل عزيز لم يذكر اسمه من خلال هذا الإهداء ، فاسمه منقوش في القلب لا يحتاج إلى النقش بقلم قد يزول حبره بطول الوقت.

ياسين

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات هذه ثمرة من الجهد والاجتهاد اهدي

هذا العمل المتواضع إلى منبع الحنان .....رمز العطف والمحبة على التي لن

أوافيها حقها مهما قدمت لها إلى من تقع الجنة تحت أقدامها وأمرنا الرحمان

بطاعتها أمي الغالية إلى رمز الفخر والاعتزاز .....الذي شق لي درب الحياة

من أجل راحتي، إلى الذي لن أرد له القليل مما منحني،

إلى كل عائلتي – أخوتي – أخواتي، أخوالي وخالاتي ، أعمامي وعماتي وكل

أولادهم كل باسمه وكل العائلة صغيرها وكبيرها

الى شريكائي في هذا العمل :ياسين و أسامة

تحية خاصة للأستاذ :د.حمزاوي حكيم.

وإلى من تقاسم معي حلو الحياة ومرها إلى كل الأهل والأقارب والأصدقاء.

إلى الذيْن بعثا فيّ نور الحياة ، الذيْن قال فيهما تعالى : (وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا)

الآية (24) سورة الإسراء

إلى التي غمرتني بحنانها وزرعت في قلبي العطف والحنان ،

إلى التي قال فيها :(الجنّة تحت أقدام الأمهات) ، إلى أمي الغالية أطال الله في عمرها

إلى الذي تحدى الدنيا والتعب وشقا ولم يفرط في تعليمي حتى وصولي إلى هذا المستوى،أبي

العزيز رحمه الله .

إلى اخوتي الاعزاء ، إلى كل الأهل والأحباب ، إلى كل الأصدقاء كل باسمه و خاصة خالد بن عجمية

أستاذ التربية البدنية و الرياضية و إلى الأستاذ المشرف كروم محمد ، وكل من ساهم في انجاز

هذا العمل إلى رفقاء الحياة الجامعية هشام ، كمال ، امين ، محمد ، وشركائي في هذا العمل :

ياسين و صدام إلى كل أصدقاء الجامعةإلى كل من عرفتهم في الدراسةإلى كل عزيز لم يذكر

اسمه من خلال هذا الإهداء فاسمه مكتوب في قلبي حتى وان لم يكتبه قلمي.

أسامة

محتويات البحث

- الإهداء
- شكر و تقدير
- قائمة الجداول
- جدول قائمة الأشكال البيانية
- المحتوى

التعريف بالبحث و مصطلحا ته

- المقدمة.....01
1- مقدمة لإشكالية البحث 03
2- فرضيات البحث.....03.
3-أهمية البحث 04
4-أهداف البحث.....04
5-مصطلحات البحث 05
6- الدراست المشابهة.....07

الباب الأول :الإطار ألنضري والدراسات المشابهة

الفصل الأول: **الألعاب المصغرة**

1- التقديم.....08
2- مفهوم الألعاب المصغرة .....08.
3- مميزات الألعاب المصغرة 09
4- أقسام الألعاب المصغرة 09
4-1- من حيث طبيعتها 09
4-2- من حيث طبيعة النشاط 10
4-3- من حيث القانون 10
5- مبادئ اختيار واستخدام الألعاب المصغرة.....11
6-تنظيم تعليم الألعاب المصغرة.....12
7-كيفية اختيار الألعاب المصغرة.....12
8- الأدوات المستعملة و العناية بها.....13
9-أهداف الألعاب المصغرة.....13
10- أهمية الألعاب المصغرة.....14
11- الخاتمة 15

الفصل الثاني:عملية تدريس التربية البدنية والرياضية

1- مقدمة.....16

2- تعريف التدريس.....16

3-اغراض التدريس.....16

4-سلوك و وظائف و مهارات التدريس.....18

4-1-سلوك التدريس.....18

4-2-سلوك و مهارات التدريس.....19

5-معالم التدريس الفعال.....20

5-1-العلمية.....20

5-2-النظامي.....20

5-3-الفهم و الوضوح و دوام التثبت.....21

5-3-1-الفهم.....21

5-3-2-الوضوح.....22

5-3-3-دوام التثبت.....24

6-معنى التقييم و اهميته في العملية التعليمية.....24

7-الفرق بين التقويم و التقييم.....24

8-تعريف التقويم.....25

9- اللعب.....25

9-1-تعريف اللعب.....25

9-2-شروط وصف اللعب.....26

9-4-وظائف اللعب.....26

9-5-خصائص اللعب و مزاياه 26

9-6-دور الالعاب.....27

9-6-1-في تكوين الطفل 27

9-6-2-في النمو البدني.....27

9-6-3- في النمو الحركي.....27

9-6-4- في النموالنفسي و الانفعالي.....27

9-6-5- في النمو العقلي.....28

9-6-6-في النمو الاجتماعي.....28

10-الالعاب الرياضية الجماعية.....28

10-1- تاريخ نشأة الالعاب الرياضية الجماعية.....28

10-2-تعريف الالعاب الرياضية الجماعية.....29
10-3- مميزات و خصائص الالعاب الرياضية الجماعية.....29
10-4- ثوابت و أدوات الالعاب الرياضية الجماعية 30
10-4-1-الكرة.....30
10-4-2-الميدان.....30
10-4-3- المرمى.....30
10-4-4- القوانين.....30
10-4-5-الزملاء.....30
10-4-6- الخصم.....31
10-5-اهداف برنامج الالعاب الرياضية الجماعية.....31
خلاصة.....32

الفصل الثالث: المقاربة بالكفاءات

1- المقدمة.....34
2- تعريف الكفاءات.....34
2-1- تعريف الكفاءات 34
2-2- اصطلاحي 34
2-3- إجرائي.....34
3- تعريف المقاربة.....35
4- تريف المقاربة بالكفاءات.....35
5- تعريف نموذج التدريس بالكفاءات.....35
6- مزايا التدريس بالكفاءات.....35
7- خصائص المقاربة بالكفاءات..... 36
8- مبادئ المقاربة بالكفاءات.....36
9- مكونات المقاربة بالكفاءات.....36
9-1- المحتوى 36
9-2- القدرة 36
9-3- الوضعية 36
10- أهداف التربية البدنية والرياضية في ضل المقاربة بالكفاءات.....37
10-1- البدنية..... 37
10-2- المعرفية 37

10-3- الاجتماعية 37
11- انواع الكفاءات .....37.
11-1- النهائية .....37.
11-2- الختامية .....37.
11-3- القاعدية .....38.
11-4- المادية .....38.
11-5- العرضية .....38.
14- صياغة الكفاءات.....38
15- مسعى المنهج 38
20- الخاتمة 39
الفصل الرابع : خصائص الفئة العمرية (15-18)
تمهيد:.....41
1- مفهوم المراهقة:.....42
2- تعريف المراهقة:.....42
2-1- لغويـا:.....42
2-2- اصطلاحا:.....42
3- تحديد مراحل المراهقة :.....43
3-1المراهقة المبكرة (12-14 سنة):.....43
3 -2- المراهقة الوسطى (15-17 سنة) :.....43
3-3- المراهقة المتأخرة (18-21 سنة):.....43
4- خصائص النمو في مرحلة المراهقة:.....44
4-1- النمو الجسمي:.....44
4-2- النمو المورفولوجي: 44
4-3- النمو النفسي:.....44
4-4 -النمو الاجتماعي:.....45
4-5 النمو العقلي والمعرفي:.....45
4-6 النمو الوظيفي :.....45
4-7 – النمو الحركي:.....46
4-8 النمو الانفعالي:.....46
4-9 النمو الجنسي :.....47
5- أنماط المراهقة:.....47

5-1 المراهقة المتكيفة:.....47
5-2 المراهقة الانسحابية المنطوية :.....47
5-3 المراهقة العدوانية:.....47
5-4 المراهقة الجانحة: 47
5-5 المراهقة المنحرفة:.....47
6- حاجيات المراهق:.....48
6-1 الحاجة إلى الأمن :.....48
6-2 الحاجة إلى مكانة الذات :.....48
6-3 الحاجة إلى الحب والقبول: 48
6-4 الحاجة إلى الإشباع الجنسي :.....48
6-5 الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار : 48
6-6 الحاجة إلى تحقيق الذات والانتماء :.....49
6-7 حاجات أخرى: 49
7- مشكلات المراهقة:.....49
7-1 المشاكل النفسية :.....49
7-2 المشاكل الانفعالية :.....50
7-3-المشاكل الصحية :.....50
7-4 مشاكل الرغبات الجنسية :.....50
7-5 المشاكل الاجتماعية:.....50
7-5-1-الأسرة:.....51
7-5-2- المدرسة:.....51
7-5-3- علاقة المراهق بالثانوية:.....51
7-5-4- علاقة المربي بالمراهق :.....51
8-3- علاقة الممارسة الرياضية بالجانب النفسي للمراهق :.....52
8-2-الدوافع الغير مباشرة:.....52
8-1-الدوافع المباشرة:.....52
8- الممارسة الرياضية وعلاقتها بالمراهق :.....52
9- أهمية التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمراهق :.....52
9-1- من الناحية النفسية :.....53
9-2- من الناحية الاجتماعية :.....53
10- أهمية ممارسة رياضة الكاراتي دو بالنسبة للمراهقين :.....53

خلاصة:.....55

الباب الثاني:الدراسة الميدانية

الفصل الأول:منهج البحث و الإجراءات الميدانية

1-منهج البحث.....58.

2-عيينة البحث .....58.

3-مجالات البحث .....58.

3-1-المجال البشري .....58.

3-2-المجال المكاني.....58..

3-3-المجال الزماني .....58.

4- أدوات البحث .....59..

4-1-استمارة الاستبيان.....59

5-الدراسة الاحصائية.....59.

6-صعوبات البحث.....60

الفصل الثاني: عرض و مناقشة نتائج البحث

1-عرض النتائج و مناقشتها.....62

2-الاستنتاجات.....98

3- الخلاصة العامة.....99

3-مناقشة الفرضيات .....100.

6- الاقتراحات .....100.

- المصادر و المراجع.....101

-الملاحق

قائمة الجداول

التسلسل	العناوين	الصفحة
01	جدول رقم01 يبين شهادة الأستاذ المتحصل عليها	62
02	جدول رقم 02 يبن الخبرة المهنية الأساتذة	63
03	جدول رقم 03 يبين الوضعية المهنية	64
04	جدول رقم 04 يبين المؤسسة التكوينية للمؤسسة	65
05	الجدول 05 يمثل التكوين البيداغوجي و العلمي للأساتذة	67
06	الجدول 06 يمثل مدى استفادة الأساتذة أثناء الخدمة	68
07	الجدول 07 يمثل مدي استفادة من تكوين تربوي خاص باللعب و الألعاب	69
08	الجدول 08 يمثل مدى استحالة التلميذ باللعب نحو الحصة	70
09	الجدول 09 يمثل مدى ممارسة الاستاذ اللعب مع التلميذ اثناء الحصة العملية	71
10	الجدول 10 يمثل مدى ممارسة اللعب المنظم في الحصة	72
11	الجدول رقم 11 يمثل مدى اختيار الأستاذ الأسلوب اللعب مع التلميذ أثناء الحصة	73
12	الجدول رقم12 يمثل مدى مشاركة الاساتذة اللعب مع التلميذ في الحصة	74
13	الجدول رقم 13 يمثل مدى اتباع الاستاذ أساليب معينة مع التلميذ إثناء الحصة	75
14	الجدول رقم 14 يمثل مدى معرفة أي فكرة عن الألعاب المصغرة في التدريس	76
15	الجدول رقم 15 يمثل مدى وجود تكوين مؤهل للتدريس بالمقاربة بالكفاءات	77
16	الجدول رقم 16 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال المقاربة بالكفاءات في التدريس	78
17	الجدول رقم 17 يمثل اراء الاساتذة حول المنهج التدريسي متوفر على التدريس المقاربة بالكفاءات	79
18	الجدول 18 يمثل اراء الاساتذة حول تسخير إمكانيات لتطبيق هذا المنهج	80
19	الجدول 19 يمثل اراء الاساتذة حول تناسب التدريس بالمقاربة بالكفاءات مع المنهاج	81
20	الجدول رقم 20 يمثل اراراء الاساتذة حول تطلب استعمال الألعاب المصغرة للتدريس في المقاربة بالكفاءات التدريسية بالمنهاج	82
21	الجدول رقم 21 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة تزيد من نجذب التلميذ نحو الحصة	83
22	الجدول رقم 22 يمثل اراراء الاساتذةحول تحقيق الاهداف الاجرائية بالالعاب المصغرة	84
23	الجدول رقم 23 يمثل اراراء الاساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في كل مراحل الحصة لتحقيق الاهداف الاجرائية	85
24	الجدول رقم 24 يمثل اراراء الاساتذة حول متى يكون استعمال الألعاب المصغرة	86

	لتحقيق الاهداف	
25	الجدول رقم 25 يمثل آراء الأساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في تدريس بالمقاربة بالكفاءات تكلف عناء في الشرح	87
26	الجدول رقم26يمثل اراراء الاساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في التدريس بالمقاربة بالكفاءات يوفر الوقت في الحصة	88
27	الجدول رقم 27 يمثل اراراء الاساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في تدريس بالمقاربة بالكفاءات تجلب التلميذ أكثر	89
28	الجدول رقم 28 يمثل آراء الأساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في تدريس يحقق فروقا فردية في القسم	90
29	الجدول رقم29 يمثل اراراء الأساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في تدريس تساعد التلميذ في تطوير ذكاءه	91
30	الجدول رقم 30 يمثل اراراء الاساتذة حول وجود صعوبات في فهم هذه الألعاب لدى التلميذ	92
31	الجدول رقم 31 يمثل اراراء الاساتذة حول استعمال أساليب أخرى في حصة التربية البدنية و الرياضية	93
32	الجدول رقم 32 يمثل اراراء الاساتذة حول الألعاب المصغرة في التدريس تحقق لهم جل الأهداف في الحصة	94
33	الجدول رقم 33 يمثل اراراء الاساتذة حول نسبة تحقيق الأهداف الإجرائية في الحصص	95
34	الجدول رقم 34 يمثل اراراء الاساتذة حول التدريس بالمقاربة بالكفاءات يسهل من تحقيق المنهاج	96
35	الجدول رقم 35 يمثل اراراء الاساتذة حول التدريس بالمقاربة بالكفاءات يساهم في تطوير الرياضة الحديثة	97

قائمة الأشكال

التسلسل	العناوين	الصفحة
01	شكل يبين شهادة الاستاذ المتحصل عليها	62
02	شكل يبين الخبرة المهنية الاساتذة	63
03	شكل يبين الوضعية المهنية	64

04	شكل يبين المؤسسة التكوينية للمؤسسة	65
05	شكل يبين التكوين البيداغوجي و العلمي للأساتذة	67
06	شكل يبين مدى استفادة الأساتذة أثناء الخدمة	68
07	شكل يبين مدي استفادة من تكوين تربوي خاص باللعب و الالعاب	69
08	شكل يبين مدى استحالة التلميذ باللعب نحو الحصة	70
09	شكل يبين مدى ممارسة الاستاذ اللعب مع التلميذ اثناء الحصة العملية	71
10	شكل يبين مدى ممارسة اللعب المنظم في الحصة	72
11	شكل يبين مدى اختيار الأستاذ الأسلوب اللعب مع التلميذ أثناء الحصة	73
12	شكل يبين مدى مشاركة الاساتذة اللعب مع التلميذ في الحصة	74
13	شكل يبين مدى اتباع الاستاذ اساليب معينة مع التلميذ اثناء الحصة	75
14	شكل يبين مدى معرفة أي فكرة عن الالعاب المصغرة في التدريس	76
15	شكل يبين مدى وجود تكوين مؤهل للتدريس بالمقاربة بالكفاءات	77
16	شكل يبين اراء الاساتذة حول استعمال المقاربة بالكفاءات في التدريس	78
17	شكل يبين اراء الاساتذة حول المنهج التدريسي متوفر على التدريس المقاربة بالكفاءات	79
18	شكل يبين اراء الاساتذة حول تسخير امكانيات لتطبيق هذا المنهج	80
19	شكل يبين اراء الاساتذة حول تناسب التدريس بالمقاربة بالكفاءات مع المنهاج	81
20	شكل يبين اراراء الاساتذة حول تطلب استعمال الالعاب المصغرة للتدريس في المقاربة بالكفاءات التدريسية بالمنهاج	82
21	شكل يبين اراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة تزيد من نجذاب التلميذ نحو الحصة	83
22	شكل يبين اراراء الاساتذة حول تحقيق الاهداف الاجرائية بالالعاب المصغرة	84
23	شكل يبين اراراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في كل مراحل الحصة لتحقيق الاهداف الاجرائية	85
24	شكل يبين اراراء الاساتذة حول متى يكون استعمال الالعاب المصغرة لتحقيق الاهداف	86
25	شكل يبين آراء الأساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في تدريس بالمقاربة بالكفاءات تكلف عناء في الشرح	87
26	شكل يبين اراراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في التدريس بالمقاربة بالكفاءات يوفر الوقت في الحصة	88
27	شكل يبين اراراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في تدريس بالمقاربة	89

	بالكفاءات تجلب التلميذ اكثر	
28	شكل يبين آراء الأساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في تدريس يحقق فروقا فردية في القسم	90
29	شكل يبين اراراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في تدريس تساعد التلميذ في تطوير ذكاءه	91
30	شكل يبين اراراء الاساتذة حول وجود صعوبات في فهم هذه الالعاب لدى اتلميذ	92
31	شكل يبين اراراء الاساتذة حول استعمال اساليب اخرى في حصة التربية البدنية و الرياضية	93
32	شكل يبين اراراء الاساتذة حول الالعب المصغرة في التدريس تحقق لهم جل الاهداف في الحصة	94
33	شكل يبين اراراء الاساتذة حول نسبة تحقيق الاهداف الاجرائية في الحصص	95
34	شكل يبين اراراء الاساتذة حول التدريس بالمقاربة بالكفاءات يسهل من تحقيق المنهاج	96
35	شكل يبين اراراء الاساتذة حول التدريس بالمقاربة بالكفاءات يساهم في تطوير الرياضة الحديثة	97

التعريف بالبحث و مصطلحاته

1/التقديم:

تعتبر التربية البدنية و الرياضية من اهم المواد والنظم المستحدثة و التي تستثمر في الغريزة الفطرية لدى الطفل في اللعب من خلال الاهداف التربوية عبر مظامينها و جوهرها مهما كان مصدرها ، ثقافيا او اجتماعيا او سلوكيا او

بدنيا بحيث يشهد العالم و بالاخص الدولة الجزائرية على ثورة جذرية في استحداث تغييرات جوهرية في منظوماتها التربوية لمواكبة تطورات و متغييرات العصر السريع لما لها من مكانة اساسية في اصلاح المجتمع كما يراها العالم الامريكي (جون ديوي)"ان التربية ليست مجرد اعداد للحياة ، و انما هي الحياة نفسها و معايشتها ، لهذا ينظر للتربية البدنية و الرياضية على انها اسلوب الحياة و طريقة مناسبة لمعايشة الحياة على مدى الازمنة" (اصول التربية البدنية والرياضية، 1996)ص 30

لقد أضحى مفهوم تكنوتوجيا التعليم و التمدرس في مجال الالعاب الفردية الشغل الشاغل لدى القائمين في الحقل ، من خلال اعداد بيئة تعليمية مناسبة و وضع استراتيجيات تدريسية ملائمة تسمح بمراعاة متطلبات الفرد وفق غايات و مرامي الدولة بغية الوصول الى اسمى درجات التفكير البناء ، ومعالجة المشكلات التعليمية بطريقة منهجية منظمة لتحقيق أهداف سلوكية محددة وواضحة .

و لعل اهم هذه الاستراتيجيات و الطرق الجديدة في التدريس هو استعمال الالعاب المصغرة و الصغيرة الرياضية ، لاخراج درس التربية البدنية و الرياضية و التي من شانها ان تساعد التلميذ على تطوير تفكيره البناءلحل او لمواجهة مشكلاته اليومية بمختلف انواعها عبر ميزتها السرورية و الاسترخاء . او كما ينظر اليها كأحد الوسائل ذات الاهداف التربوية في تحسين القدرات الحركية و الادراكية عند التلميذ. (العلادي، 1987)ص 35 الامر الذي دفع بنا كطلاب باحثين الى دراسة اهمية و فعالية الالعاب الرياضية المصغرة و الدور الذي تلعبه في الحصة او الوحدة التعليمية في تطوير او مساعدة المتمدرس على الرفع من مستواه الرياضي و الفكري و تحسين سلوكا ته .

ولقد تطرقنا في بحثنا هذا الى جانبين:

الجانب النظري : ويحتوي على ثلاثة فصول .

الفصل الأول : تناولنا فيه الالعاب المصغرة.

الفصل الثاني : تطرقنا فيه الى عملية تدريس الالعاب الفردية

الفصل الثالث : خصائص المرحلة العمرية .

الجانب التطبيقي : ويحتوي على فصلين .

الفصل الأول : تناولنا فيه منهجية البحث و الإجراءات الميدانية.

الفصل الثاني : وتم فيه عرض ومناقشة نتائج البحث.

2/الاشكالية:

2-1/ تقديم الاشكالية:

ان تغيير المناهج التعليمية او البحث عن استراتيجيات تدريسية جديدة في مجال التربية البدنية والرياضية ، لما تبديه من اهتمام للتلميذ اضحت الشغل الشاغل لدى القائمين ،بعدما فرضت نفسها ، في حقل العولمة التعليمية ، ولتحقيق مجموعة الكفاءات المسطرة و المستهدفة ، لن ياتى الا بالتخطيط الجيد والدراسة الملمة بحاجات المدرس و المتمدرس الذي هو النواة والأساس في العملية التعليمية.و بالرغم من ظهور مجموعة من الأساليب التدريسية الجديدة في الحقل التربوي ، الا ان العديد من المدرسين لا زالو بعيدين عن استعمال الالعاب الرياضية المصغرة في تدريس عادة التربية البدنية الرياضية ولو استعملت بطريقة عشوائية ، غير هادفة ، وبون أي ظوابط تربوية وعلى هذا الاساس نطرح السؤال التالي :

2-2/التساؤل العام

هل استخدام الالعاب الرياضية المصغرة له دور او اثر ايجابيا في تحسين وتطور تفكير المتمدرس في اطار الالعاب الفردية ؟

2-3/التساؤلات الفرعية :

1/هل استعمال الالعاب المصغرة في حصة التربية البدنية و الرياضية يحسن من قدرة ممارسة الالعاب الفردية لدى المتمدرس ؟

2/هل يمكن الاعتماد الالعاب المصغرة كأسلوب ناجع في تدريس الالعاب الفردية و الرفع من قدرة المتمدرس في التفكير البناء؟

3/ الفرضيات

3-1/الفرض العام:

ان الالعاب المصغرة في تدريس الالعاب الفردية لها تأثير ايجابيا على قدرات التلاميذ التعلمية.

3-2/الفرض الجزئي (الفرعي):

1/ان استخدام الالعاب المصغرة في تدريس الالعاب الفردية يؤثر ايجابيا على قدرات التلميذ التعليمية.

2/ يمكن الاعتماد الالعاب المصغرة كأسلوب ناجع في تدريس الالعاب الفردية و الرفع من قدرة المتمدرس

4/أهمية البحث:

. توجيه المدرسين لدور و أهمية الألعاب المصغرة في عملية التدريس.

. معرفة أهمية الألعاب المصغرة.

. الدور الذي تلعبه الألعاب المصغرة في جذب التلميذ نحو حصة التربية البدنية و الرياضية.

. التعريف بأهمية الألعاب المصغرة في درس الالعاب الفردية.

. تدعيم المكتبة الجامعية ببحث جديد للمهتمين في مجال التربية البدنية و الرياضية.

5/أهداف البحث:

. اكتشاف العلاقة بين الألعاب المصغرة و الالعاب الفردية في الحصة.

. معرفة أهمية الألعاب المصغرة.

. توجيه المدرسين نحو الطريقة الأنسب في تدريس الالعاب الفردية.

6/مصطلحات البحث:

6-1/تعريف التدريس:

التدريس هو استثارة للتعليم ثم توجيهه حيث يبين علم النفس ان الطفل يتعلم بالفعل المنعكس حينا و بالمحاولة حينا و بالخطأ و بالاستبصار حينا آخر و عليه فان مهمة التدريس هي تنشيط جميع انواع التعلم. (كتاب التربية العامة لطلبة المعهد التكنلوجية). ص81

6-2/تعريف الالعاب المصغرة:

الألعاب المصغرة هي صنف من الألعاب التربوية ، و هذه الأخيرة بدورها التي من أصنافها الألعاب التمهيدية و الألعاب المصغرة ، و هذا التصنيف يتيح خطوط عريضة تمكن المعلم من تقدير العوامل الشائعة في عدد من الألعاب بقدر كبير من التعميم أكثر من النظر إلى كل الألعاب على أنها وحدة منفصلة. (محمد، 2007)

7- الدراسات المشابهة :

7- الدراسات السابقة و المشابهة :

من بين ما كان منطلق لبحثنا هذا هو التطرق لبعض المواضيع التي قارب مضمونها موضوع بحثنا :

1- مذكرة تحت عنوان " مكانة الالعاب الرياضية المصغرة في تدريس التربية البدنية و الرياضية وفق المقاربة بالكفاءات" من اعداد الطلبة بن عجمية أحمد ، بلراي حبيب تحت اشراف الدكتور كروم ، معهد التربية البدنية البدنية و الرياضية بجامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم السنة الجامعية 2012-2013 .

كانت التساؤلات كالآتي :

1/هل استعمال الالعاب المصغرة في حصة التربية البدنية و الرياضية بأسلوب المقاربة بالكفاءات يحسن من قدرة الممارسة لدى المتمدرس ؟

2/هل يمكن الاعتماد الالعاب المصغرة كأسلوب ناجع في تدريس التربية البدنية و الرياضية و الرفع من قدرة المتمدرس في التفكير البناء؟

هدفهم من الدراسة ابراز أهمية و مكانة الألعاب المصغرة في التدريس في ظل المقاربة بالكفاءات .

ثم افتراضهم لبعض الفرضيات وهي :

1/ان استخدام الالعاب المصغرة في تدريس التربية البدنية و الرياضية ضمن المقاربة بالكفاءات يؤثر ايجابيا على التلميذ على الرفع من قدرات التلميذ التعليمية.

2/ان استخدام الالعاب المصغرة في تدريس التربية البدنية و الرياضية ضمن المقاربة بالكفاءات يساعد على التعرف على المواهب الرياضية المدرسية.

و كانت الأداة المستعملة استمارة استبيانيه موجهة لأساتذة التربية البدنية و الرياضية الطور الثانوي و كانت هناك عشوائية في اختيار العينة و كانت النتائج كالآتي :

- لا يجب الاقتصار على الندوات و اللقاءات مع المفتشين بل يجب القيام بدورات تكوينية قصد التزود بالمعلومات الجديدة ينتفعوا بها في ميدان تخصصهم
- الألعاب المصغرة في التدريس بالمقاربة بالكفاءات مع توفير جميع الوسائل و الإمكانيات يسهل الوصول إلى نتائج ايجابية و توصيل و تبسيط المعلومات للمتمدرس.
- الألعاب تجذب التلميذ إلى الحصة و تجعله يعمل بجدية و نشاط .
- منهج المقاربة بالكفاءات أدرج إلى المنظومة التربوية دون تهيئة المحيط ، لذى وجد الأساتذة صعوبة في التعامل معه.
- **التعليق على الدراسات :**
- اعتمدوا على المنهج المسحي خلال هذه الدراسة حيث استعملوا استمارة استبيانية خلال جمع البيانات .
- هذه المذكرة هناك استنتاج هام يهمنا بالدرجة الاولى هو ان للألعاب المصغرة لها مكانة في عملية التدريس .
- و تساهم في انجذاب التلميذ نحو الحصة .

الفصل الاول :

الالعاب الرياضية المصغرة

1/التمهيد:

إن الألعاب المصغرة تعتبر استعدادا فطريا عند الطفولة و ضرورة من ضروريات حياتها ، إذ وجب أن نوجه هذا النشاط إلى الطريق السليم محققين بذلك الأهداف التربوية السليمة التي نستخلصها من جراء هذه الألعاب المصغرة.

و باعتبار الألعاب المصغرة ضرورة لازمة لنمو الطفل ، حيث أنها وسيلة علاجية يمكن استغلالها لتحقيق التوازن و التكامل في الشخصية ، و كذلك إنها طريقة لاكتساب الخبرات و وسيلة طبيعية لاستنفاذ الطاقة الزائدة.

2/مفهوم الألعاب المصغرة:

الألعاب المصغرة هي صنف من الألعاب التربوية ، و هذه الأخيرة بدورها التي من أصنافها الألعاب التمهيدية و الألعاب المصغرة ، و هذا التصنيف يتيح خطوط عريضة تمكن المعلم من تقدير العوامل الشائعة في عدد من الألعاب بقدر كبير من التعميم أكثر من النظر إلى كل الألعاب على أنها وحدة منفصلة.

– الألعاب التمهيدية: يعرفها فولب:

بأنها العاب فريق معدلة تتضمن إحدى المهارات الأساسية أو أكثر ، كما تتضمن بعض القواعد و الإجراءات المستخدمة في الألعاب الكبيرة للفرق و تتلخص قيم الألعاب التمهيدية في : التعلم ، التقدم، اللعب كفريق ، المنافسة ، المحتوى ، النشاط ، القابلية للتعديل.

– الألعاب المصغرة: يعتبر مدخل الألعاب المصغرة احد طرق تعليم الألعاب الرياضية الكبيرة ، و من خلالها يكتسب المتعلم المهارات بطريقة أسرع و أكثر تشويقا و استماعا وفهما. (camille, 1973) ص 31

يقصد بالألعاب الصغرى تلك الألعاب البسيطة التنظيم التي يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافسوا وفق قواعد ميسرة، و لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ، و يغلب عليها طابع الترويح و التسلية ،و قد تستخدم أدوات أو أجهزة أو بدونها . (الخولي، 1994) ص171

*و قد عرفها "عبد المجيد شرف" على أنها العاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة في أدائها، تصاحبها البهجة و السرور ، و تحمل بين طياتها تنافس شريف في نفس الوقت لا يحتوي على مهارات حركية مرتبة ، و القوانين التي تحكمها تتميز بالمرونة ، والسهولة و البساطة. (شرف، 1995).ص120

*كما عرفها"عطيات محمد الخطاب" على إنها مجموعة متعددة من العاب الكرات و الألعاب التي تمارس باستخدام الأدوات الصغيرة و العب الرشاقة و ما إلى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع السرور و المرح ، و التنافس مع مرونة قواعدها و قلة أدواتها،وسهولة ممارستها و تكرارها عقب بعض الإيضاحات البسيطة. (الخطاب، 1990).ص63

* وعرفها"اليف وديع فرج"الذي اعتبرها وسيلة تربوية فعالة في اثارة دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف كما انها تشبع حاجات الفرد الى الشعور بالثقة بالنفس و القيمة و القوة. (فرج)

– و من خلال هذه التعاريف الموجزة المدرجة يمكننا القول بان الألعاب المصغرة في ابسط معنى لها :

– انها عبارة عن العاب غير محددة القوانين و الشروط ، فهي مجالات مختلفة تساعد كل فرد سواء كان طفلا صغيرا او راشدا ، على التعلم حسب قدراته الخاصة و إمكانياته ، و وفقا لميوله و رغباته الذاتية من اجل الاكتساب ، الترويح ، المتعة و السرور. (اسماعيل، 1986).ص9

3/مميزات الالعاب المصغرة:

*لا يشترط ممارستها طبقا لقواعد و قوانين دولية معترف بها ، اذ لا يرتبط فيها زمن اللعب و عدد اللاعبين او مساحة و حجم و مكان اللعب او مواصفات الادوات المستخدمة باية اشتراطات او قواعد دولية.

*سهولة تغيير قواعد و قوانين اللعبة بما يتناسب مع الظروف و المناسبات ، او بما يتلاءم بمحاولة تحقيق بعض الاهداف الترويحية المعينة ، وفي كثير من الاحيان يمكن قيام اللاعبين انفسهم بتحديد و اختيار القوانين التي يرغبون فيها أي في تطبيقها اثناء اللعب .

*عدم وجود مهارات حركية او خطط ثنائية معينة لكل لعبة . (الخطاب، 1990).ص171

4/ اقسام الالعاب المصغرة: (آخرون، 1990)ص178-179

4-1/من حيث طبيعتها:

تنقسم الالعاب المصغرة من حيث طبيعتها الى :العاب تؤدى بواسطة ادوات ، وسائل و اجهزة تتفاوت اهميتها من لعبة لاخرى ، و العاب تؤدى بدون ادوات و وسائل .

4-2/ من حيث طبيعة نشاطها :

–العاب الماء : مثل الالعاب التي تمارس في المياه العميقة باستخدام ادوات السباحة و القوارب .

–العاب الغناء : مثل الالعاب التمثيلية و الحركية و العاب الرقص.

–العاب الجري:مثل منافسات الجري ، التتابعات ، المطاردة و البحث عن المكان .

–العاب تدريب الحواس: مثل العاب الدقة ، ملاحظة ، سرعة الاستجابة والانتباه.

–العاب الرشاقة:مثل منافساة الشد و الدفع ، التوازن و تغيير الاتجاه.

–العاب الخلاء:مثل الزحف ، البحث ، المطاردة ، اللمس و الصيد.

– العاب الكرات :مثل الرمي ، المسك و التصويب.

4-3من حيث القانون:

–العاب مبسطة القوانين: وهي الألعاب الشعبية النابعة من البيئة ،التي تمارس في القرى والأماكن العامة ،والتي لاتحتاج الى ملاعب خاصة،وإنما يمكن تدبيرها بأبسط الإمكانيات وبما هو متوفر في البيئة المحلية ،وعلى أي ارض في أي مكان،كما أنها لا تتطلب مسبقا أية استعدادات أو مهارات خاصة لمن يود ممارستها ،بل هي التي تربي المهارات وتهذب الاستعدادات ،كما إن هذه الألعاب تقسم ببساطة اذ انه بوسع أي فرد يفهمها ويؤديها لان

القوانين التي تحكمها سهلة وميسورة وبسيطة ،وهذه الخاصية تجعلها في متناول الجميع ،فلا يشعر بالعجز في أدائها ،وهذا ما يؤكد تنوعها وانتشارها عند كل الشعوب.(الدويس، 1990).ص 61

–العاب منضمة تنظيما أكثر: وهي الألعاب التي تعد وتوضع وفقا للإمكانيات المتوفرة في المؤسسة ،والتي تراعي مراحل النمو ،طبيعة المكان وعدد التلاميذ ،وخلال هذه الألعاب تقسم المجموعات وتحدد بك

طريقة حسب ما يتطلبه أداء كل لعبة، بحيث يكون هدفها واضح و قانونها الموضوعة بتغييرها حسب مستوى وقابلية التلاميذ وهي تضم مختلف سباقات تتابعات بين مجموعات والألعاب الجماعية التي تؤدي في وقت واحد ،والألعاب التي تصاحبها الموسيقى ،الإيقاع والعاب الكرات

–العاب تحضيرية:وهي الألعاب التي تختار لخدمة نوع معين من الألعاب الأساسية الكبيرة مثل كرة القدم ، كرة السلة ، ... ، بحيث يوجه التلاميذ خلالها مواقف مشابهة للمواقف التي ستقابله في المباريات الاساسية وهي تنقسم الى قسمين :

–أ–العاب تحضيرية واعدادية :تكسب التلاميذ اللياقة البدنية الخاصة بنوع معين من الالعاب .

–ب–العاب تحضيرية واعدادية : تكسب التلاميذ مهارات حركية واساسية لنوع معين من الالعاب. (آخرون، 1990). ص172-173

5–مبادئ اختيار واستخدام الالعاب المصغرة : (آخرون، 1994) ص172-171

ان المبادئ الاساسية التالية تساعد في اختيار واستخدام الالعاب المصغرة :

– فهم الغرض من اللعبة ومراعاة الظروف التالية :السن،الجنس والنمو.

–ان يكون هناك توافق بين غرض المعلم من اللعبة ،ورغبة التلاميذ فيها ،وتهيئ الغرض لاكتشاف قابليتهم البدنية والحركية .

– مراعاة سهولة تعلمها وبساطة قواعدها،وان تكون في حدود الإمكانيات المتوفرة بالمدرسة.

– مراعاة اشتراك جميع التلاميذ طيلة الوقت، مع توفر عوامل السلامة، وتأكيد اختيار الألعاب التربوية الهادفة.

– مراعاة قانون التدرج التعليمي للواجبات الحركية المتعلمة ، حيث تنتقل بالمتعلم تدريجيا من السهل الى الصعب و من البسيط الى المعقد ، بصفة عامة نبدأ بالالعاب المعقدة .

– مراعاة ان تكون هذه الاعاب متنوعة ، مشوقة و اقتصادية و بما يتفق مع احتياجات الموقف التعليمي.

– عدم الانتقال من لعبة الى اخرى الا بعد تاكد المعلم ان جل التلاميذ قد انجزوها و استوعبوا قوانينها بشكل جيد .

– العمل على تحقيق الراحة النفسية للتلاميذ و ذلك بشرح اللعبة بالتفصيل قبل بدايتها.

– استشارة دوافع التلاميذ المتعلمين للمشاركة الجماعية في اللعبة.

– يجب ان تتلاءم اجهزة و ادوات الالعاب المقدمة مع قدرات الممارسين من حيث الاعتبارات التربوية المعروفة كالسن و الجنس.

– ينبغي التحكم في العمل الخاص باللعبة عن طريق تعديل و ملائمة مواصفات و اشتراطات اللعبة ، و باي طريقة لمقابلة اهداف البرنامج و قدرات التلاميذ.

– ينبغي يخطط لاستخدام الالعاب كي تسهم بفعالية في نمو و تنمية التلاميذ على مستوى الجوانب السلوكية المختلفة.

. مراعاة المشاركة لجميع التلاميذ.

6/ تنظيم تعليم الألعاب المصغرة:

إن أهمية التطور في تعليم المهارات يكون مبني على علاقة بالأنشطة الحركية الأخرى وتحمل هنا معنى التكرار، ويعتبر بناء الأساس المتين ضرورة للنجاح في العاب الفرق ولتأكيد التقدم المهاري في العاب الفرق فان التعليم في الفصل عادة ينظم عند استخدام طريقة التدريس المباشرة بهذا التوالي:

– تعليم ممارسة المهارات الأقل صعوبة أولا.

– أداء الألعاب المصغرة التي تعمل على ممارسة المهارات في مواقف اللعب .

– إعادة ممارسة النشاط والمهارات.

– أداء اللعبة الأساسية في الفريق .

. تمرينات على المهارات أو الصفات البدنية.

ويبدأ تقديم مهارات الألعاب الجماعية غالبا من الصف الرابع أي سن التاسع، ولكن لايمكن أداء اللعبة عادة قبل الصف الخامس أي السن العاشر ولو أن ميول وحاجات واستعدادات أطفال مجموعة معينة سوف تحدد متى تدرس لها، ويكون تقدم المجموعة في أداء المهارات محددا بكمية الوقت المخصص للتدريس لهذه المراحل المتتالية السابقة ، وتبعا لذلك فان مستوى الصف الدراسي الذي يمكن تعليم هذه المراحل مختلف من مدرسة لأخرى. (آخرون، 1990). ص180

7/كيفية اختيار الألعاب المصغرة:

إن اختيار مهارات معينة أو العاب تمهيدية أو العاب الفرق يتوقف أولا على تطور المهارات لدى التلاميذ ويجب على المعلم أو المربي أن يضع في الاعتبار الخبرات الرياضية المكتسبة خارج المدرسة وداخلها على حد السواء.

8/الأدوات المستعملة والعناية بها:

يجب أن تكون الأدوات الخاصة بالألعاب المصغرة كافية لتجنب وقوف التلاميذ حول الملعب في انتظار دورهم، ويمكن زيادة عدد من الأدوات (الكرات،الملعب ،الوسائل البيداغوجية...الخ) إذا ما أعطي المعلم العناية الصحيحة التي تطيل من عمر الأدوات القديمة بحيث يمكن صرف الميزانية في إضافة قطع جديدة.

9/ اهداف الالعاب المصغرة:

لطريقة الألعاب المصغرة أهمية كبيرة في بلوغ أهداف مجتمعه لتطوير الصفات البدنية وفي نفس الوقت تطوير المهارات الفنية للطفل من اجل تكوين ذاكرة حركية للطفل في المستقبل ومن بين تلك الأهداف :

- تطوير وتحسين الصفات البدنية .
- تحسين الأداء المهاري للأطفال .
- تطوير الصفات الإرادية لدى الأطفال مثل العزيمة، المثابرة، الثقة في النفس...الخ
- إدخال عامل المرح والسرور إلى نفوس الأطفال .
- اكتساب الأطفال الصفات الخلقية الحميدة مثل :الإحساس بقيمة العمل الجماعي ،التعاون ،الطاعة وتحمل المسؤولية ....الخ.

وتعتبر الألعاب المصغرة من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية ، فالوضعيات والتركيبات الحالية موجودة بصفة جلية في مختلف أشكالها وذلك حسب خصائص الأهداف المسطرة لذا فالأغلبية من المربين يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة ومساحات صغيرة. (bottym, 1981) ص28

10/ أهمية الألعاب المصغرة :

تمثل الألعاب المصغرة خاصة واللعب بصفة عامة أهمية بالغة في نمو الطفل ،وهذا ما يجعلنا نلاحظ أن الطفل يقوم أثناء اللعب بنشاطات يضنها سهلة في حين انها ليست كذلك ،ولكن هذه النشاطات تضمر الصعوبات التي تنطوي عليها ،فهي منع لتطورات عديدة ،كما تعتبر وسيلة جديدة لتدريب الضبط والنظام والطريقة الناجحة

لتعليم اللغة إذ عن طريقها يتعرف الطفل على جميع الأشياء والألعاب والصور ويسمى كل شيء باسمه ،ويحاول بتعبير مركزة شرح أفكاره وما يحوك في صدره وما يراه خطأ أو صوابا. (محمود، 1980).ص46

كما إن الألعاب المصغرة تعمل على إشباع ميل الأطفال إلى الحركة والنشاط ،وتدريب حواسهم وإكسابهم القدرة على استخدامها ،كما أنها تساهم في امتصاص الانفعالات وتخفيف التوتر النفسي،وتدريب عضلات اليد الصغيرة والكبيرة مع تحقيق التوافق ،إضافة إلى ذلك فإنها تساهم في تنمية سلوك التعاون وتبادل الرأي والمشاركة الجماعية وكيفية التعامل مع الآخرين والاحترام المتبادل ،والعناية بالممتلكات الشخصية وممتلكات الغير. (الناشف، 1993).ص80-81

الخاتمـــة:

وفي ختام دراستنا هذا الفصل تصبح لنا الاولوية للقول ان الالعاب المصغرة عبارة عن وحدة وضيفية تدل على سلوك ظاهري للتلميذ ، و خاصة في هذه المرحلة ، التي هي في حاجة ماسة الى حركة ذاتية لاستهداف الطاقة الحركية الكامنة لدى التلميذ ، كما ان نشاط الالعاب المصغرة يجعل التلميذ في جدية وحيوية ، و يمكنه التحكم في الحركات التي تكون في بعض الاحيان ذات صعوبة كبيرة . فهي عبارة عن نشاط سلوكي يحقق دور اساسي في تكوين التلميذ و التاكيد على العمل الجماعي.

الفصل الثاني :

عملية تدريس الألعاب الفردية

1. تقديـــــم :

تشكل التربية البدنية في مجالات مختلفة حكومية و أهلية . فيتربى الأطفال و الشباب على تربية بدنية بواسطة أشكال عديدة من النشاط الرياضي ، في محيط الأسرة ، و في دور الحضانة ، و في التدريس للتربية البدنية بالمدرسة ، و في الجمعيات الرياضية ، و في الأندية و المنضمات الرياضية للأطفال والشباب . و يعتبر التدريس في التربية البدنية من أهم الأشكال فعالية لتربية الأطفال و الشباب تربية بدنية سليمة. فالمدرسة و التدريس، لهما دورهما الفعال في تربية النشء الطالع تربية شاملة.

فالبعض يخلط بين مصطلحي التدريس و الدرس، فالدرس هو عبارة عن المجال الزمني المخصص لتدريس موضوع ما فهناك درس في الجغرافيا و درس في العلوم و أيضا درس في التربية البدنية أما ما يقوم به المدرس من إجراءات و عمليات و ما يستخدمه من أدوات ووسائل تعليمية فهو يعني عملية التدريس أي أن عملية التدريس تعني "تلك الإجراءات التي يقوم بها المدرس مع تلاميذه لانجاز مهام معينة لتحقيق أهداف سبق تحديدها" .

2 . تعريف التدريس: إن التدريس هو عملية تشكيل للتعليم و التعلم الهادف، و التحصيل الايجابي للأسس التعليمية و التربوية، و تدريس المواد المنهجية بالمدرسة بما في ذلك التدريس للتربية البدنية، يجب أن يسهم في تنمية جميع الجوانب الشخصية، من تحصيل معلومات وتكوين اقتناعات بقيم المجتمع، وتنمية القدرات و المهارات وتكوين العادات والصفات الخلقية و الميول و المشاعر، ولذلك كان التدريس دورا هاما في العملية التربوية لتربية النشء و الشباب .(آخرون، 1994).ص23-26

3. أغراض التدريس:

تعتبر أغراض التدريس في التربية البدنية الموجه الأساسي للمجهدات التعليمية و التربوية . ففي ضوئها تتحدد الأهداف و المحتوى و الطرق و الأشكال التنظيمية للعمليات التعليمية و التربوية، ويقوم المدرس بعملياته التقويمية.

وتتحقق أغراض التدريس للتربية البدنية في العمليات التعليمية لتحسين الياقة الوظيفية للأجهزة العضوية، وتحسين القدرات البدنية و الحركية ، وتنمية المهارات الحركية و المقدرات الرياضية ، وتوصيل المعلومات الرياضية و الصحية و تكوين الاقتناعات و القيم الوطنية والسلوك المطابق لذلك.

وتتجه أغراض التدريس للتربية البدنية إلي استخدام وسائل الثقافة البدنية والرياضية لتنمية الوعي و السلوك الاجتماعي لدي التلاميذ،والاستفادة من هذا النماء لتحسين قدرات الأداء البدني . ويتطلب ذلك أن يتعرف المدرس علي الأنشطة البدنية والمسابقات وأنواع التمرين و الأشكال التنظيمية للتدريس من حيث وظيفتها البناءة للشخصية والجماعة . وبذلك تظهر مدى المسؤولية التي تقع علي كاهل مدرس التربية البدنية بالمدرية .ومن هذه الرؤية الموسعة للنشاط الرياضي ،يتضح الغرض الأسمى للتدريس في التربية البدنية والتي تشترك فيها مع المواد المنهجية الأخرى ، وهو{تكون الشخصية المتكاملة النماء}من خلال تنمية وتحسين جميع قدرات الفرد . ويمكن أن يتحقق مدرس التربية البدنية من هذا الغرض بأساليب متعددة ،كاستخدام المؤثرات الكامنة التعليمية والتربوية للتدريس في التربية البدنية استخداما امثل،والقيام بتخطيط وتشكيل التربية البدنية والتربية الاجتماعية في عملية واحدة مشوقة وشاملة . وهذا يعني أن مدرس التربية البدنية عليه أن ينظر إلي الأنشطة المختلفة وإجراءات التمرين والأشكال التنظيمية ليس فقط من جانب أثرها البناء المنشود، ولكن أيضا من جانب ارتباطها بتكوين الخلق والإرادة وتثبيت الجماعة، وتنمية الميول والحاجات الرياضية . وبالإضافة إلي الدور الذي يسهم به التدريس للتربية البدنية في تكوين النشء تكوينا يتفق مع قيم المجتمع الحديث هناك أغراض خاصة للتدريس في التربية البدنية تنفرد به دون المواد المنهجية بالمدرسة، وهو تحسين القدرات و المهارات الحركية في عملية واحدة وعند تعليم المهارات الحركية للأنشطة الرياضية المختلفة، يكون الغرض هو تنمية التوافق الجيد والدقة و التوقع، والتصميم المكاني و الزمني للحركات . ويجب أن يسهم التدريس للتربية و النشاط الرياضي الداخلي و الخارجي في تحقيق غرض تعميق وتثبيت الحاجة لدي التلاميذ إلي الممارسة المنتظمة للرياضة، بحيث تكون التربية البدنية أسلوبا للحياة بالنسبة للنشء ، يمكن أن يستمر معهم إلي ما بعد مرحلة المدرسة.(الشاطئ، 1992)ص94

لذلك فمن واجب كل مدرس، السعي لتحقيق هذه الأغراض من اجل تشجيع اكبر عدد ممكن من التلاميذ ليتدربوا في أوقات الفراغ، ويشتركوا في المسابقات الرياضية إن أمكنهم ذلك، حتى يدركوا انه عن طريق ممارسة الرياضة بانتظام، واختيار الأساليب الصحية في الحيات المعيشية، يمكنهم أن يحتفظوا بلياقتهم البدنية وتزيد مقدرتهم للتعلم والأداء. ولذلك يجب أن يراعي المدرس أثناء التدريس، أن يجعل التلاميذ يلمسون بأنفسهم الأهمية الشخصية والاجتماعية للرياضة، وبالتالي يرتبط الفرد داخليا بالرياضة، فتتكون لديه الحاجة نحو ممارستها.

4- سلوك، وظائف و مهارات التدريس:

4-1 سلوك التدريس:

ان نقطة الانطلاق لهذا الموضوع هو الموقف التعليمي ، أو كما يطلق عليه رجال التربية بموقف "التدريس- التمدرس".

يتكون موقف "التدريس– التمدرس" من ثلاثة عناصر أساسية هي المدرس ، المنهج و المتمدرس. و هناك تفاعل متبادل بينها ، يمثل في شكل علاقة تاثير و تأثر ، فأداء المتمدرس ، على سبيل المثال ، يتأثر بالمنهج و بأداء المدرس اثناء عملية "التدريس– التمدرس ". و في ضوء تقويم أداء المتمدرس ، قد تدخل تعديلات على المنهج ، كما قد يعيد المدرس النظر في طريقة أدائه. و بالرغم من أن كلا من المنهج و المدرس لهما تأثير على أداء المتمدرس داخل الفصل ، و هو ما يسمى بسلوك التدريس ، يعتبر من أهم العوامل التي تؤثر على أداء المتمدرس.

و على ذلك ، فان الارتقاء بهذا الأداء الى مستوى التمكن الذي يعتبر أحد الأهداف التربوية الهامة في الوقت الحاضر ، يمكن أن يتحقق اذا زادت فاعلية سلوك التدريس. (الشاطئ، 1992).ص95

و هناك خلط بين سلوك التدريس (roivaheb GNIHCAET) و سلوك المدرس (rehcaeT) (roivaheb) و في الحقيقة أن في الحقيقة أن العلاقة بينهما ليست علاقة اختلاف أو تباين في الخصوص . و انما هي علاقة احتواء ، فسلوك المدرس يحتوي سلوك التدريس . و يمكن القول بأن سلوك التدريس يعتبر فئة جزئية من سلوك المدرس. (السمراني، 1998)

و لعل ما ذكره فلاندرز (1970) (srednalF.N) عن هذين المصطلحين يوضح معنى كل منهما. فسلوك المدرس ، هو جميع الأداءات المتعلقة بالعملية التدريسية داخل وخارج حجرة الدراسة ، مثل الأداءات المرتبطة مباشرة بتدريس التلاميذ داخل حجرة الدراسة ، و الأداءات الأخرى المصاحبة كتحضير الامتحانات و تصحيح أوراق إجابات التلاميذ ، وحفظ النظام داخل المدرسة ، و الاشتراك في الأنشطة المدرسية و ما إلى ذلك من الأداءات التي تحدث خارج حجرة الدراسة. أما سلوك التدريس فهو ذلك الجزء من سلوك المدرس الذي يتضمن الأداءات التي تحدث أثناء عملية " التدريس–التمدرس" ، داخل حجرة الدراسة بقصد التأثير المباشر على أداء التلميذ لتعديله و حدوث التمدرس. (السمراني، 1998)

4–2 سلوك ومهارات التدريس:

إن من أهم الطرق لتوضيح مهارات التدريس في التربية البدنية هي تحديد وظائف التدريس التي يؤديها المدرس في العملية التدريسية ، و هي كالآتي:

- تقديم أعمال التمدرس للتلميذ.
- تنظيم البيئة لتسهيل التمدرس (الأفراد ، الوقت ، المكان و الأدوات).
- توطيد بيئة التمدرس و الاحتفاظ بها.
- تطويع محتوى العمل على أساس ما أنجزه التلميذ.
- توفير تغذية راجعة للتلاميذ عن أدائهم.
- تأكيد الأغراض مع ضمان تسلسل خبرات العلم.
- تقويم العملية التمدرسية.

و هناك عدة طرق يمكن للمدرس أن يؤدي بها هذه الوظائف بفعالية (ylevitceffE) و بملائمة(yletairporppa) . فالسلوك الذي يستخدمه المدرس عادتا لتأدية هذه الوظائف لا يمكن ان يتحدد ، و انما يجب ان يكون المدرس حر في اختيار كيفية تنفيذ الدرس بناءا على مقاصده التعليمية ، ومعلوماته عن التلاميذ ، و على اساس مهاراته و خصائصه الشخصية. و بالرغم من ان السلوك الذي يتبعه المدرس لا يتحدد ، إلا انه يمكن وضع معيار لهذه الوظائف يعتبر بمثابة مبادئ عامة ، مثل : التقديم الجيد للعمل يجعل التلاميذ يفهمون متطلبات العمل و ترتيبات للممارسة و الاغراض . كما يمكن توفير خطوط هادية (senilediug) لمواقف خاصة فمثلا لا يستخدم المتمدرس المبتدئ اخطارات متخصصة عن المهارات الحركية . و انما يجب ان نوفر له وصفا عاما للأعمال التي ستؤدى .

و عندما يؤدي المدرس هذه الوظائف ، فيظهر سلوكا و طرائق معينة مثل العروض العملية ، أو الشرح أو استخدام أوراق العمل .او وسائل تعليمية و بالرغم من ان السلوكيات و الطرائق المتخصصة لا يحب ان تحدد للمدرس ، إلا انه يمكن تقويم كفاءة أدائه ، من خلال التساؤلات الآتية :

. هل المدرس يصف او يعرض المهارة بدقة؟

. هل كان مستوى التقديم ملائم لسن و مستوى التلاميذ؟

و يقرر المدرس ماذا يدرس و ما يقوم بتدريسه ، على اساس ما يعرفه و ما يعتقده ، وما يتميز به من شخصية فردية و من مهارات و اهتمامات .

فليس من المفيد ان يتمسك المدرس بإحدى النظريات دون الاخرى . فالمدرس الممارس لده العديد من الاغراض التي تحتاج الى استخدام اساليب متنوعة للتلاميذ المختلفين ، فاغلب المدرسين يجدون انفسهم يستخدمون اجراءات مستمدة من نظريات مختلفة . و المهم ان يختار المدرس من الاجراءات ما له تأثير فعال على تحقيق اهداف التدريس ، فالمعتقدات التي لم تتكون بالخبرات يمكن ان تعوق عملية النمو. (الغرظاف)

5/ معالم التدريس الفعال:

من معالم التدريس الفعال هو توجيه عملية التدريس بأكملها لتكون لها تأثير تربوي . و هذا يتطلب من المدرس ان يسترشد بمبادئ للتدريس ، نقدم منها : العلمية ، النظامية والفهم و الوضوح و دوام التثبيت .(الغرظاف)

5–1/العلمية: ويعني المبدأ العلمي للتدريس الاتي :

– اختيار وتوصيل الاهداف ومحتوى المنهاج بما يتفق مع المطالب الاجتماعية ، والاستفادة من جميع الإمكانيات لتربية شخصية المواكبة .

– التعريف بالسياسات والنظريات الرياضية، على اساس احدث المعارف للعلوم الرياضية والنظريات الحديثة في مجال الرياضة ، بحيث يمكن توظيف هذه المعلومة في المناسبات المختلفة .

– الارتقاء "بالذاتية" في التفكير وفي العمل عند تعلم الانشطة الرياضية وأنواع السلوك المختلفة ، وعند التمرين والتدريب لتحسين المقدرات البدنية والحركية وكذلك عند تنظيم التلاميذ للمراسلات الذاتية للتربية البدنية .

– الاخذ في الاعتبار قوانين عملية التدريس وقوانين التعلم الحركي وقوانين تنمية القدرات الاداء البدني عند تشكيل النشاطات التعلمية والتنظيمية .

ولكي يتحقق هذا المبدأ تحقيقا امثل ، يجب أن يسير المدرس في تدريسه المبدأ النظامية .

5–2/ النظامية:

يتعرض التلميذ في الوقت المحدد للدروس التربية البدنية الى العديد من الحقائق والقوانين وعناصر النشاط ، وعليه ان يتفهمها جيدا وان يطبقها في كل وقت . ويمكن للتلميذ أن يحتفظ بهذه الحصيلة الكبيرة من المعارف والمقدرات اذا فهمها عن طريق التكرار والتمرين . والأساس لتمكين التلاميذ من المعارف والقدرات المكتسبة و

النامية، سواء أكان ذلك في ترتيب المواد أو في توصيل وتحصيل المعارف والمقدرات. وتعني النظامية في العملية التعليمية ما يأتي :(الوطنية)

– تنظيم المواد التعليمية مع مراعاة الربط والموازنة في ترتيبها سواء في الخطة السماوية أو الشهرية أو الأسبوعية وكذلك في دروس التربية البدنية .

–توصيل المدرس للمعارف والمقدرات مع مراعاة الربط والموازنة في ما بينها ، بمعنى ترتيب الأنشطة وتصميم بناء كلي للدرس بحيث يحقق الأهداف المطلوبة .

– تحصيل وتثبيت المعارف والمقدرات عن طريق الربط والموازنة.

ويتطلب تنظيم وترتيب المواد التعليمية الأتي :

–ربط المادة الجديدة بما هو معروف لدى التلاميذ .

– تقسيم المادة إلى أجزاءها مع تجزئة الأهداف التي علينا أن نحققها في دروس التربية البدنية .

– تحضير الدرس على ضوء ما وصل إليه التلاميذ من مستوى .

ويتطلب توصيل المعارف والمقدرات للتلاميذ بالنظامية :

–أن يكرس المدرس في كل درس على بؤرة اهتمام ترتبط بها جميع المعلومات والمهارات .

– العمل على ربط بؤر الاهتمام فيما بينها ربط وظيفيا في الدروس المختلفة وذلك بالتكرار المستمر والربط بالدروس السابقة ، وبتخصيص قسم من الدرس لربط وموازنة المعلومات والمهارات التي تم اكتسابها ،

–استخدام جميع الوسائل التعليمية الممكنة بدئ من الرسوم التوضيحية حتى الأفلام والشرائح بأنواعها، وذلك لتوصيل المعلومات والمهارات والمقدرات الجديدة مع مراعاة الربط و الموازنة. (السمراني، 1998)

5–3/الفهم والوضوح ودوام التثبيت :

إن الفهم والوضوح ودوام التثبيت هي محاكاة للتدريس ، وتؤثر في فعالية .

وهذه المبادئ المعروفة كانت مرتبطة بقوة بتشكيل التعلم الحركي وحديثا يجب ان تستخدم هذه المبادئ لجميع الجوانب العملية التعليمية ولنمو شخصية التلاميذ وجماعتهم .

5–3–1/ الفهم:

لا يعني مبدأ الفهم ان يتعلم التلاميذ بسهولة ، بل يلزم بذل الجهد تحت اشراف المدرس ، حتى يحصلوا على المعارف و المقدرات الجديدة . و يجب ان تكون الاهداف و الاجراءات العملية المناسبة للتلميذ بحيث لا تكون أصعب مما يمكن تحقيقه فيصاب بالإحباط و الشعور بالفشل ، و لا اسهل من مستواه فيفقد الدافعية للأداء و يصيبه الملل . كما يجب الاحساس بالنجاح ممكنا ، فالنجاح عند تحقيق هدف ما يعتبر دافعا لتحقيق اداء افضل .(الشاطئ، 1992)

و تؤدي الاختلافات البدنية كاختلاف الانماط الجسمية في المراحل السنية إلا بعض التلاميذ يحققون أداءا جيدا دون جهد كبير ، بينما البعض الاخر يلزمهم التمرين لفترة طويلة لتحقيق تحسن في مقدراتهم الأدائية و هذه الظاهرة تتطلب الاهتمام بالفروق الفردية ، و تحقيق اهداف و برامج متمايزة لمجموعات التلاميذ المختلفة، تتيح

لكل فرد منهم الشعور بالنجاح ، الذي يمكن ان يدفعه ليكون ايجابيا في تعلمه ، و بذلك يتحقق مستوى عالي من التنمية البدنية لجميع التلاميذ .

و تحقيق مبدأ الفهم في العمل التدريسي يمكن ان نراعي قاعدتين :

القاعدة الاولى: يجب ان يتجنب المدرس درجة الصعوبة التي تزيد كثيرا او تقل كثيرا عن مستوى قوى اداء التلاميذ. فيجب ان يتدرج المدرس في التقدم بمستوى هذه القوى ، مع التوعية بالصعوبات و تهيئة الظروف للتغلب عليها.

القاعدة الثانية: يجب ان يتدرج المدرس في توصيل المعرفة و المقدرة من السهل الى الصعب ، و من المعلوم الى المجهول ، و من القريب الى البعيد و من البسيط الى المعقد.

5-3-2/ الوضوح:

مبدأ الوضوح يعني مبدءا وحدة المدركات الحسية والكلية (المنطقية) . هذه الوحدة تشير الى ضرورة وجود توازن بين المدركات الحسية والمدركات الكلية في عملية التمدرس للتلاميذ . فالمدركات الحسية والكلية تكونا معا وحدة ذات علاقة تأثير وتأثر ، و إن عزل احدهما عن الاخر يعرقل اكتساب المعارف وتوظيفها .(الشاطئ، 1992)

ان الادراك الحسي هو العملية التي يصبح فيها المرء واعيا على الفور من شيء او ظاهرة ما . و يقال ان الادراك حسيا عندما يكون ذلك الشيء الذي نعيه على الفور هو الشيء الذي يؤثر في احد اعضاء الحس لدينا . والإدراك الكلي اداة التجريد هو عملية ذهنية تهدف الى استنباط النتائج واستخلاص المعاني والمفاهيم والقواعد والقوانين ، فهي جوهر الاشياء والظواهر .

ولذلك عند تحقيق هذا المبدأ يجب ان نراعي القاعدتين التاليتين :

أولا: لكي تكتسب المعرفة يجب أن نبدأ بالتصور الحسي عن الاشياء والظواهر فيجب اعطاء التلاميذ فرص كافية للإدراك الحسي للأشياء والظواهر .

ثانيا :لا يجب أن يقف المتعلم عند هذا التصور الحسي ولاكن يجب ان يدخل العمليات الفكرية والأشياء و الظواهر،حتى يتعرف على طبيعتها ويسير الى التعليمات اللازمة

وهناك ثلاثة انواع من التصور الحسي يمكن للمتمدرس ان ينميها :

أ- ادراك الظواهر مباشرة من الواقع او عن طريق وسائل تعليمية .

ب- وصف المدرس للظواهر بالكلمات بحيث يجعل المتمدرس يسترجع في ذهنه التصورات المعرفة لديه من قبل

ج- يركب من رقم (أ)و(ب) فيكون لدى المتمدرس فرصة الإدراك و تكمل بتوضيحات المدرس اللفضية وإرشاداته وأسئلته .

وعند استخدام هذه الانواع الثلاثة من التصور الحسي يجب مراعاة القواعد التالية :

أ- اعطاء المتمدرس الفرصة لإدراك الظواهر في الواقع او عن طري الوسائل التعليمية وهذه القاعدة مهمة جدا لمدرس التربية البدنية والرياضية .

يجب ان نساعد التلميذ على تكوين مدركات حسية صحيحة ، حتى تصبح في المستقبل اساسا لتكوين مدركات كلية واضحة وحافلة بالمعاني والدلالات الصحيحة فالإدراك الحسي اساس كل تقدم عقلي ويجب ان يستوثق المدرس من معلومات التلميذ الحسية وخبراته بالأشياء التي تعد اساسا لموضوع درسه .(آحرون، 1990)

ب- اذا ادرك المتمدرس ظواهر معينة مباشرة في الواقع او عن طريق الوسائل التعليمية ، يجب ان يرتبط الادراك بالتوجيهات والمتابعة بالأسئلة ويكمل بالتوضيحات .

ان وحدة المدركات الحسية والمدركات الكلية تتطلب ضبط تحصيل المعرفة عن طريق اجراءات منهجية وعمليات منطقية خاصة بواسطة طرق التفكير والاستدلال ، وهما الاستقراء (noitcudnI)،القياس(noitcudéD) الى مراعاة هذه القواعد لها اهمية في التنمية المنضمة للقدرات الملاحظة لدى المتمدرسين .

5-3-3/ دوام التثبيت:

ان تأثير التدريس للتربية البدنية على تكوين الشخصية يمكن ضمانه فقط اذا حدث تعمق ثابت و دائم للمعارف و للمقدار و الاستعداد ، و للاتجاهات المكتسبة من التدريس فتوجيه التدريس الذي يتسم بالسطحية او الذي يتجه نحو تحقيق التنمية البدنية فقط ، او استمراره في استخدام نوع واحد من اجراءات التمرين ، سوف يؤدي الى نقص المعارف و المقدار و السلوك و بالتبعية الى حدوث قصور في تحقيق اهداف المناهج . فالتثبيت الدائم للمعرفة عن طريق التكرارات ، و عن طريق النظامية في توصيل المعلومات ، و تحسين القدرات الحركية و البدنية بالتعمق في التمرين ، و عن طريق التطبيقات الذاتية ، وكل ذلك يشكل اساسا هاما للعمل التعليمي و التربوي الناجح .(التكنلوجية)ص81

6/معنى التقييم و أهميته العملية التعليمية:

هو جزء من عملية التكوين ككل بحيث انه مرتبط بموضوع التخطيط ، للتعليم في كل مرحله من البداية الى النهاية . و هو شرط من شروط صياغة الهدف الاجرائي ، و لقد عبر كل من "سميورندا" و "ماجر" عن التقييم الذي يمارسه المدرسين في اقسامهم بعبارات عميقة الدلالة قائلين :" التقييم هو هذا التلميذ حسن ... و هذا منتبه ... و هذا مشاغب ... او خجول جدا ... او غير دقيق". (الغرظاف)ص 131

و ترى عنايات محمد فرح عن التقييم في التربية البدنية مايلي "يعد التقييم مستوى التلميذ عملية توضيح نتائج أي نشاط رياضي على هيئة حكم له اساس او اعطاء درجة . و لكي تصبح العملية تربوية يجب ان لا يؤدي تقييم المستوى بإعطاء درجات بل يجب ملاحظة عملية تنمية المستوى و الشخصية باستمرار." (فرح)ص192

7/ الفرق بين التقويم و التقييم :

عن مديرية التكوين لوزارة التربية الوطنية الجزائرية استقينا السبب في استعمال كلمة التقييم بدلا من التقويم مع ذكر التعاريف لكل منها ، و ذلك في ما يلي : ان استعمال مصطلح التقييم بدلا من التقويم يرجع الى المفهوم المستخلص من القول الذي جاء على لسان عمر ابن الخطاب رضي الله عنه حيث قال : " فإذا رأيتهم في

اعوجاجا فقوموني" فالتقييم اذا يعني العمل الذي يقوم به المقيم لإثبات حاله ، اما التقويم فهو العمل الذي يقوم به في اكثر الاحيان المؤلف من اجل تعديل حاله. (الوطنية)ص 64

8- تعريف التقويم:

هناك عدة تعاريف للتقويم ،والاختلاف الحاصل في التعاريف مرجعة إلى الزاوية التي ينضر منها كل باحث في هذا الموضوع ، ومن هذه التعاريف نذكر ما يلي :

عرفه "احمد زكي صالح " بأنه :"العملية التي يتم فيها تحديد قيمة معينة بشيء محدد ".

او لحدث معين ،التقويم في التربية البدنية والرياضية هو تقويم احداث سلوكية ".

ويعرفه " محمود عبد الحليم منسي " بأنه :الاسلوب العلمي الذي يتم من خلاله تشخيص دقيق للظاهرة موضع التقويم وتعديل مسارها ".

ويرتبط التقويم التربوي ارتباطا وثيقا بالأهداف التربوية ذلك نضرا لكونه:"يشمل العمليات التي نستطيع ان نتعرف بواسطتها على مدى تحقيق اهداف العملية التربوية لفترة تعليمية معينة ، ونتعرف ايضا ما تم تحقيقه وما لم يتم تحقيقه ". ويعتبر اكثر شمولا من عملية القياس اذ انه بالإضافة الى استخدامه لأدوات القياس من اختبارات نفسية وتحصيلية ، الى استخدام وسائل اخرى غير رسمية كالملاحظة والسجلات والمقابلات والبطاقات . ومن هنا يصبح التقويم التربوي : "عملية تربوية يقوم بها المربي دورا بهدف الحث عن مواطن القوة لتعزيزها ومواطن الضعف لتداركها ". ولا تقتصر هذه العملية على النتائج الدراسية للتلاميذ ، بل تشمل ايضا كل مكونات العملية التعليمية من مردودية المعلمين والبرامج الدراسية وطرق التدريس ووسائل الإيضاح .....الخ.

ومنه نخلص إلى التقويم التربوي هو عملية تربوية شاملة مجالها الرئيسي هو إصدار أحكام على مكونات العلمية التعلمية سواء ما تعلق منها بالتخطيط او التنفيذ ، فهو وسيلة لا نستغني عنها لكل منظومة تربوية جادة في اهتماماتها وحريصة على التأكد من تحقيق اهدافها وسلامتها ومتطلعة الى منظومتها مستمرة مع مختلف التطورات الحاصلة في هذا الميدان الحيوي والمصيري (التقويم في المقاربة بالكفاءات – الورشة الصيفية العربية والتربية الاسلامية (02 صفحة).

9- اللعب:

9-1- تعريف اللعب :

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. (انور، 1996)

9-2 – شروط وصف اللعب: (انور، 1996)

- أن يكون الفرد حرا مستقلا.
- أن يكون غير ملتزم.
- أن يكون غير منتج.
- أن يكون مدعيا (متظاهرا).
- أن يكون غير محكوم بقواعد معلومة سلفا.

9-3- وظائف اللعب: (انور، 1996)

- ✓ الإحساس بالسعادة الغامرة عن اللعب.
- ✓ إشباع ميول و رغبات اللاعبين نحو الأداء الحركي.
- ✓ اكتساب اللاعب الإحساس بالتذوق والجمال و التغير الحركي.
- ✓ تدريب الحواس مع تنمية القدرة على استخدام هذه الحواس.
- ✓ تنمية و تطوير الحركات الطبيعية والأساسية.
- ✓ تنمية القيم الخلقية و الاجتماعية.
- ✓ اكتساب المهارات الحركية.
- ✓ تنمية عنصر الاتصال.

9-4- خصائص اللعب و مزاياه: (اخرون، 2013)

تتمثل خصائص اللعب و مزايا الملعب فيما يلي:

- ⬅ يمارسها جميع الناس، وعلى اختلاف طبقاتهم ومراتبهم الاجتماعية.
- ⬅ يحبها الجميع و يميل إلى ممارستها الناس غريزيا باعتبارها ضرورة ورغبة.
- ⬅ لها قواعد واضحة المعالم يطبقها و يتمسك بها جميع ممارسيها.
- ⬅ لها أبعادها الاجتماعية و الأخلاقية و التربوية و الصحية والنفسية و البدنية.
- ⬅ تبعث إلى النفس الراحة والبهجة و السرور و المرح و الفرح.
- ⬅ تمتاز بوحدة رموزها العالمية التي تعتمد على قواعد موحدة و يفهم لغتها كل من يمارسها أو يتمتع بمشاهدة مسابقتها و مبارياتها المفضلة.
- ⬅ إنها خير وسيلة لتقارب الناس و شعوب العالم.
- ⬅ إنها خير وسيلة لتقارب وجهات النظر بين جماهير الشعوب و الأمة الواحدة.
- ⬅ تبني شخصية الفرد و الجماعة و المجتمع و تنمي روح الألفة و التسامح.
- ⬅ إنها خيرة وسيلة يمارس فيها وخلالها نشاط رياضيا مميزا وذو نفع عام.

- أنها تخلق شيئا من الالتزام والوفاء لفريق رياضي أو رياضي أو لعبة أو حركة تعود صاحبها على سلوك اجتماعي مميز خلال حياته اليومية.
- إنها ظاهرة إنسانية مبسطة لا عقدة و لا تعقيد ولا انفعال فيها.

9-5- دور الألعاب : (انور، 1996)

9-5-1- دور الألعاب في تكوين الطفل:

تعتبر الألعاب والأنشطة العامة في مجال التربية البدنية و الرياضية لجميع الأعمار و لكلا الجنسين و على سواء، و هي إحدى المقومات الرئيسية لأي برنامج للتربية البدنية و يفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد و ميوله، وبالإضافة إلى دورها الهام في النمو البدني، الحركي، العقلي و الانفعالي والاجتماعي الذي يعود على الفرد من ممارسته لها وهي جديرة باهتمام كل طالب لمهمة التربية البدنية و الرياضية.

9-5-2- دور الألعاب في النمو البدني:

تساعد الألعاب الطفل على النمو البدني فيه تنمي قدرة الجسم على التكيف للمجهود وقدرته على مقاومة التعب و العودة إلى حالته الطبيعية، وتتضمن الألعاب العديد من الحركات مثل الجري، الرمي، القفز، الوثب، وكلها حركات تساعد على تحسين الأجهزة العضوية المختلفة كالجسم (هضمي، دوري، تنفسي، عصبي).

9-5-3- دور الألعاب في النمو الحركي:

يعمل اللعب على جعل الجسم قادرا على الحركة مع بذل أقل قدر ممكن من الطاقة كما تجعل حركات الطفل رشيقة وجميلة و تعتمد الحركة الفعالة على العمل المنسق، بين الجهاز العضلي، و الجهاز العصبي و تنمو هذه الحركات في الألعاب التي تتضمن مهارات مثل الجري، الوثب....

كما للعب دور في تنمية التوافق العضلي العصبي وذلك لوجود ألعاب تتسم بالإيقاع في الحركات بين الأعضاء السفلية و العضوية.

9-5-4- دور الألعاب في النمو النفسي والانفعالي:

اللعب هو نشاط الذي يقبل عليه الفرد برغبة تلقائية دون أن يكون له هدف، معين وهو بذلك إحدى الأساليب الطبيعية التي يعبر بها الفرد على نفسه و يعتبره علماء النفس بأنه أحد الميول الفطرية العامة التي تنطلق فيها المشاعر النفسية و الطاقات الغريزية فيما يقوم به نشاط حر، إذ يساعد اللعب في دراسة و تشخيص وعلاج المشكلات النفسية خصوصا في الأطفال، حيث يغلب اللعب على حياتهم، أن اللعب يعتبر عاملا للترفيه عن النفس ولهذا يخصص في العيادات النفسية حجرات خاصة باللعب مزودة بالوسائل التي يستمتع بها المريض سواء كانت ألعاب فردية أو جماعية.

9-5-5- دور الألعاب في النمو العقلي:

كما يحتاج الطفل إلى الغذاء لنموه الجسمي فهو يحتاج للعب لتنميته حركيا و روحيا وعقليا ويبرزه دور الألعاب من الناحية العقلية في تنمية قدرة الطفل على التركيز و عن طريق اللعب يمكن تطوير الإبداع عند الطفل

وتوسيع بديهيته لتمكن من اكتشاف محيطه، و يمكن عن طريق اللعب فهم الخطط المتضمنة في الألعاب المختلفة و تساعد على تحليل المواقف المفاجئة الانفعال القدرة على اتخاذ القرار بسرعة تحت ضغط الظروف.

9-5-6- دور الألعاب في النمو الاجتماعي:

يساهم اللعب في تنشئة الطفل اجتماعيا، فالطفل أثناء اللعب يكتشف مسؤوليته نحو الجماعة و الحاجة للتبعية و القيادة و إلى ممارسة النجاح و الشعور بالانتماء، كما يتعلم كيف يواجه مواقف الرضا و المواقف الضيقة و الهزيمة ويتخفف في أثناء اللعب و الحب و الإيحاء وتحقيق الذات واحترام حقوق الآخرين.

والطفل يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين للإثارة و الآخذ والعطاء كما يؤدي إلى اللعب دور في تكوين النظام الأخلاقي، و الاجتماعي للطفل من خلال الاندماج والتعايش مع زملائه، فالجانب الاجتماعي للعب هو الجانب الذي يبحث عنه بكثرة في النشاط الرياضي فمن خلاله يتعلم الطفل الصدق و الأمانة والمشاركة و احترام الغير و ملاحظة القوانين وتطبيقها كلها تساعد الطفل في تنمية روح الرياضية .

10- الألعاب الفردية:

الرياضة عبارة عن مجهود جسدي عادي أو مهارة تمارس بموجب قواعد متفق عليها بهدف الترفيه، المنافسة ، المتعة ،التميز أو تطوير المهارات ،و اختلاف الأهداف ،اجتماعها أو انفرادها يميز الرياضات بالإضافة إلى ما يضيفه اللاعبون أو الفرق من تأثير على رياضاتهم . (قبلان)

10-1 - مفهوم الرياضة:

اصطلاحا: تمارين منظمة يقصد بها تقوية الجسم و تهذيب النفس.

لغة: الرياضة عبارة عن مجهود جسدي عادي أو مهارة تمارس بموجب قواعد متفق عليها بهدف الترفيه، المنافسة ، المتعة ،التميز أو تطوير المهارات ،و اختلاف الأهداف ،اجتماعها أو انفرادها يميز الرياضات بالإضافة إلى ما يضيفه اللاعبون أو الفرق من تأثير على رياضاتهم .

10-2-النشأة:

تدل بعض الآثار مثل الملعب الأولمبي باليونان على أن العديد من الرياضات قد تم ممارستها منذ أقدم العصور و هذا يؤكد أن الرياضة الفردية وجدت مع وجود الإنسان . و قد استوحيت العديد من الرياضات الفردية من العديد من الأنشطة التي قام بها الإنسان البدائي مثل مطاردة الفريسة من أجل لقمة العيش فقد استوحي منها رياضة العدو و الرماية ، القفز لتجاوز الكوارث الطبيعية و قد استوحي منها رياضة القفز ، السباحة في البحر و صيد الأسماك و قد استوحي منها رياضة السباحة ، استعمال الخيل للتنقل و إتقان الفروسية و قد استوحي منها رياضة سباق الخيل.

10-3-الجلة:

تعتبر مسابقة دفع الجلة من المسابقات التي تحتاج إلى مواصفات خاصة في لاعبيها حيث يتميز لاعب الجلة بالطول ليحقق على أساسه قاعدة كلما ارتفعت نقطة التخلص كلما طالت مسافة الرمي كما يتميز لاعب دفع

الجلة بزيادة الحجم أو الوزن الثقيل حيث أن زيادة الكتلة لدى اللاعب تمكن من التغلب على المقاومة بسهولة و هي وزن الجلة، ولا يعني ذلك أن لاعب دفع الجلة يفتقد للرشاقة و السرعة و المرونة فالدوران و الزحف يحتاج إلى لاعب يتميز بالسرعة و الرشاقة و كذلك المرونة. (توفيق)

10-3-1- النواحي الفنية لدفع الجلة:

10-3-1-1-المسك و القبض على الجلة: يقبض على الجلة بثلاثة طرق تناسب طول أصابع الشخص و حجم اليد.

* اللاعب الذي يتميز بالأصابع الطويلة يكون مسك الجلة بحيث تكون ثلاثة أصابع السبابة و الوسطى و البنصر خلف الجلة مباشرة بينما الإبهام و الخنصر يقومان بشد الجلة من الجانبين.

* اللاعب الذي يتميز بالأصابع الصغيرة و حجم اليد صغير تكون اليد و الأصابع منتشرة حول الجلة و ترتكز الجلة عللا اليد بكاملها.

* اللاعب الذي يتميز بالأصابع الصغيرة و حجم اليد متوسط تكون الأصابع منتشرة حول الجلة بينما ترتكز الجلة على قمة راحة اليد. (توفيق)

10-3-1-2-حمل الجلة: بعد المسك و القبض على الجلة بحيث تكون وضع اليد أسفل الذقن و فوق عظمة الترقوة بحيث تكون الأصابع خلف الجلة و الإبهام أسفلها و يكون العضد متباعد عن الجذع بحيث يصنع زاوية 45 ° مع الجذع. (توفيق)

10-3-1-3-وقفة الاستعداد: (توفيق)

10-3-1-3-1.وضع الرجلين: يقف اللاعب بحيث تكون المسافة بين القدمين باتساع الحوض و مشط القدم الخلفية بمحاذاة كعب القدم الأمامية و يحمل مركز ثقل الجسم على الرجل الأمامية التي يكون مشطها ملاصق لحافة الدائرة الخلفية و القدم بكاملها على الأرض بينما ترتكز القدم الخلفية على المشط.

10-3-1-3-2.وضع الذراعين: الذراع الحاملة للجلة و فيها يصنع العضد زاوية 45 ° من الجذع بينما الذراع الحرة فإما تكون أمام الجسم ممتدة بارتخاء أو توضع بحيث يوجد انثناء في المرفق بحيث تقترب اليد من الرأس.

10-3-1-3-3.التحفز و التكور: وهو الوضع الذي يتخذه اللاعب ليبدأ منه حركة الزحف و قد يكون الوضع في شكل تكور أو ميزان أمامي غير كامل حيث يقوم اللاعب بالميل للأمام بحيث يخرج الجذع خارج دائرة الرمي للعمل على إطالة ممر أو خط الرمي ثم ثني ركبة الرجل الأمامية مع سحب ركبة الرجل الخلفية للأمام و يزداد اتخاذ الجذع للأمام ليأخذ الجسم شكل تكور استعدادا للزحف للخلف و يقوم شكل الجسم المكور بمقام الزنبرك.

10-3-1-4.الزحف: و يبدأ بدفع الرجل الخلفية للخلف بقوة و لأسفل في نفس الوقت الذي تمتد فيه الرجل الأمامية مع ارتفاع الجذع ليستقيم ليصنع زاوية 90 ° من الرجل الأمامية و مع حركة رد الفعل للرجل الخلفية المندفعة للخلف و لأسفل تبدأ الزحف على كعب الرجل الأمامية للخلف حيث يصل القدم إلى منتصف الدائرة بحيث يشير المشط للداخل و يتوقف زحف الرجل الأمامية بهبوط قدم الرجل الخلفية على الأرض و على المشط الذي يشير للخارج أيضا و قريب جدا من حافة الدائرة الأمامية و هنا الجسم بحيث يكون الجذع على استقامة الرجل الخلفية و الظهر مواجه تقريبا مقطع الرمي و الرجل الأمامية مثنية من الركبة استعدادا لمرحلة الدفع.

10-3-1-5.الدفع: من وضع الاستعداد للدفع المكمل لمرحلة الزحف السابقة يقوم اللاعب بعملية المد الدوراني و فيه تمتد الرجل الأمامية مع دورانها على المشط في نفس اللحظة يدور الحوض في اتجاه الرمي ليسقط أسفل الكتفين و يستمر مد الرجل الأمامية لينقل مركز ثقل الجسم من فوقها في اتجاه الرمي فوق القدمين ليستمر مع دوران الرجل الخلفية الملاصقة للوحة الإيقاف ليواجه مشطها مقطع الرمي و هنا ينتقل مركز ثقل الجسم ليكون فوق الرجل الخلفية و في أثناء هذه الحركة يتم الدفع بقدم الرجل الأمامية للأرض لتنتقل الحركة إلى الجذع،فالذراع الدافعة مع مساعدة الرجل الخلفية في الدفع ليلتقي دفع الرجلين مكونين محصلة دفع واحدة، و مع انتقال قوة الدفع من القدمين للساق فالفخذ و الحوض و الكتفين مساندة مع دوران الحوض السريع في اتجاه الرمي كل هذه القوى تتجمع في الذراع الدافعة و التي تمتد في اتجاه الرأس و بزاوية 45 ° لتنتقل الأداة تاركة آخر جزء في اليد و هي الأصابع.

10-3-1-6.الاتزان: بعد الانتهاء من عملية الدفع و بتأثير قوة القصور الذاتي يضطر اللاعب للاندفاع خلف الأداة و إذا تم ذلك سيخرج اللاعب من الدائرة و بالتالي سيحسب له محاولة فاشلة و لذلك يتحتم على اللاعب حفظ اتزانه و لكي يتم ذلك يتطلب من اللاعب تبديل وضع الرجلين في مكانهما و مرجحة الرجل الخلفية للخلف مع ثني الرجل الأمامية لحفظ مركز الثقل بينما تعمل الذراع الحرة على حفظ اتزان الجسم مع قيام اللاعب بعمل و ثبات متتالية على قدم الرجل الأمامية.

10-3-2. قانون دفع الجلة:

- ينبغي أن يتم المتنافسين لأداء محاولاتهم بالقرعة و ذلك وفق القاعدة (142-7) و التي تنص " يتنافس المتنافسون حسب الترتيب بحيث يمكن وضع أسمائهم في البرنامج للترتيب نفسه في المنافسات التأهيلية عدا الوثب العالي و القفز بالعصا يسمح لكل متنافس بثلاثة محاولات و المتنافس الذي يحقق مستوى التأهل المطلوب لا يسمح له بالاستمرار في المنافسة التأهيلية و بعد انتهاء المنافسة التأهيلية يجب أن يكون ترتيب المتنافسين لأداء محاولاتهم في المنافسة الحقيقية بواسطة قرعة جديدة.

- إذا كان عدد المتنافسين أكثر من ثمانية ينبغي أن يمنح كل متنافس ثلاثة محاولات كما يمنح المتنافسون الثمانية الذين حصلوا على أفضل المستويات ثلاثة محاولات إضافية.

- و في حالة حدوث عقدة على المركز الثامن يمنح أي متنافس مشترك في العقدة المحاولات الثلاثة الإضافية.

– إذا كن هناك ثمانية متنافسين أو أقل فينبغي أن يمنح كل منهم ستة محاولات وفقا للقاعدة(140-2) و التي تنص في المباريات التي تنظم بين الأعضاء يمكن أن ينقص عدد المحاولات في مسابقات الوثب و الرمي تبعا لرغبتهم على أن يتم هذا النظام قبل اللقاء.

– يمكن لكل متنافس بأداء محاولتين للتمرير على الأكثر في مكان المنافسة و يتم النداء عليهم بالاسم تبعا للترتيب في القرعة تحت إشراف القضاء. (توفيق)

– بمجرد بدأ المنافسة لا يسمح للمتنافسين باستخدام الدائرة أو الأرض داخل المقطع بغرض أداء محاولات للتمرين سواء كانوا مستخدمين الأدوات أو بدونها .

– تتم عملية الدفع من الدائرة كما يجب أن يبدأ المتنافس الدفع من وضع الثبات ، يسمح للمتنافس بلمس الإطار الحديدي و لوحة الإيقاف من الداخل.

– ينبغي أن تدفع الكرة الحديدية من الكتف بيد واحدة و في الوقت الذي يأخذ فيه المتنافسون وضع الوقوف داخل الدائرة لبدء الدفع ينبغي أن تلامس الكرة الحديدية الذقن و تكون قريبة منه بحيث لا تهبط اليد أسفل هذا الوضع أثناء عملية الدفع، كما يجب عدم إرجاع الكرة الحديدية خلف خط الكتف.

– لا يسمح بأي تحايل من أي نوع مثل ربط أصبعين معا أو أكثر برباط من شأنه مساعدة المتنافس على الدفع ، إن استخدام الرباط على اليد لا يسمح به إلا في حالة تغطية قطع مفتوح أو جرح.

– لا يسمح باستخدام القفازات.

– من أجل الحصول على قبضة أفضل يسمح للمتنافس باستخدام مادة مناسبة على أيديهم.

– من أجل حماية العمود الفقري من الإصابة يمكن للمتنافس ارتداء حزام من الجلد أو من أي كادة مناسبة.

– تعتبر الرمية فاشلة إذا اخطأ المتنافس داخل الدائرة و شعر في أداء الرمية ثم لمس أي جزء من جسمه الأرض خارج الدائرة أو المسطح العلوي لحد الدائرة أو لوحة الإيقاف أو الدائرة أو خطا في إطلاق الكرة الحديدية أثناء أي محاولة.

– دون مخالفة الشروط السابقة و أثناء إجراء المحاولة يمكن للمتنافس إيقاف محاولته التي بدأها كما يمكن وضع الأداة داخل الدائرة أو خارجها و يمكن الخروج من الدائرة و فقا لما هو موضح في البند 12 الذي ينص على العودة إلى وضع الثبات لبدء محاولة جديدة.

– حتى تكون المحاولة صحيحة يجب أن تسقط الأداة بالكامل ضمن الحدين الداخليين لخطي قطع الرمي.

– يجب أن تقاس المسافة لكل دفعة بعد أدائها مباشرة من لأقرب علامة أحدثها سقوط الأداة حتى الحد الداخلي لمحيط الدائرة و على امتداد الخط الواصل بين العلامة التي أحدثتها الأداة حتى مركز الدائرة. (توفيق)

– يجب على المتنافس عدم مغادرة الدائرة إلا بعد أن تلمس الأداة الأرض و عند مغادرة الدائرة يجب أن يكون أول اتصال بالجزء العلوي للإطار الحديدي الأرضي خارج الدائرة من خلف الخط الأبيض بالكامل و المرسوم خارج الدائرة و الذي يمر نظريا بمنتصف مركز الدائرة.

– يجب إعادة الأداة محمولة إلى الدائرة دون رميها.

11– مسابقات الوثب الطويل:

تعتبر مسابقات الوثب و القفز ضمن ألعاب القوى المتعددة،وتشمل في محتواها الوثب الطويل و الثلاثي وكذا العالي و أخيرا القفز بالزانة،و يتميز لاعبو مسابقات الوثب و القفز بقدرات بدنية عالية و لياقة متميزة تشمل السرعة لاكتساب سرعة جري لأداء الوثب الطويل و الثلاثي و قوة عضلية في عضلات الرجلين لتساعد اللاعب في أداء الارتقاء القوى كما يتميز اللاعب بالمرونة الفائقة لإتمام الوثب العالي و القفز بالزانة و باجتماع صفتي السرعة و المرونة و بالتضامن مع عنصر القوة يظهر صفة يظهر صفة الرشاقة المهمة جدا للاعبي الوثب العالي و القفز بالزانة كما يتميز لاعبو الوثب و القفز بصفات و مقاييس جسمية خاصة،يتميز بالطول خاصة طول الرجلين و كذلك خفة الوزن.

و تعتبر مسابقات الوثب و القفز من المسابقات المشوقة للاعب و المشاهد و يحرص الكثير و خاصة الشباب على مشاهدة مسابقات القفز و الوثب.

11-1-النواحي الفنية في مسابقات الوثب الطويل:

11-1-1- الاقتراب:

يعتبر الاقتراب المرحلة التي يقوم اللاعب فيها بإعداد نفسه لعملية الارتقاء،و تعتبر هذه المرحلة من أهم مراحل الوثب الطويل بل و أصعبها حيث يقوم اللاعب بإتقان خطواته فإذا تمكن من ذلك و تم ضبط خطوات الاقتراب سوف يستطيع الوصول و تحقيق مستوى جيد للارتقاء و الذي يمكن من إنجاز مسافة وثب كبيرة.

و في مرحلة الاقتراب هذه تكون سرعة اللاعب أقصى ما يمكن قبل عملية الارتقاء. (توفيق)

11-1-2- خطوات الاقتراب الأخيرة:

يقوم اللاعب في الخطوات الأخيرة لعملية الاقتراب بالأعداد لعملية الارتقاء، حيث يقوم بزيادة السرعة و الاحتفاظ بالسرعة التي اكتساب و بشكل انسيابي حتى يصل إلى لوحة الارتقاء فيقوم بتغيير طول و شكل الخطوات و توقيتها فتصبح الخطوات الأخيرة أطول من التي قبلها مما يؤدي إلى انخفاض مركز ثقل الجسم استعدادا للدفع للأمام و الأعلى، و يكون الجري في خطوات الإعداد الأخيرة للارتقاء على مشطي القدمين دون التجهيز للوثب لأعلى حيث يؤدي ذلك إلى فقد كبير في السرعة التي اكتسبها اللاعب و تتوقف عملية ضبط الاقتراب على ما يلي:

.مسافة الاقتراب.

.عدد الخطوات.

.سرعة الخطوات.

.توقيت الخطوات.

و تتراوح خطوات الاقتراب مابين 19و 20 خطوة و يتوقف عدد الخطوات على طول مسافة الاقتراب و طول خطوة اللاعب و طول اللاعب.

11-1-3- الارتقاء:

يعتبر الارتقاء من الأهمية بمكان الوثب الطويل حيث يتوقف عليه طول مسافة الوثب و الأهم من ذلك حساب الوثبة محاولة صحيحة أو محاولة فاشلة حيث يتم فيها وضع قدم الارتقاء فوق لوحة الارتقاء دون التقدم و

التأخر عن اللوحة حتى لا يخسر مسافة يجب أن تحسب له،و الارتقاء يعد لعملية الطيران و توضع قدم الارتقاء على لوحة الارتقاء استعدادا للدفع للأمام و للأعلى فيتم ثني مفاصل الرجل و الركبة استعدادا للدفع و عندما تتعدى الرجل الحرة رجل الارتقاء تبدأ عملية الدفع للأمام و لأعلى مع مرجحة الذراعين بشكل توافقي للأمام حتى تترك القدم الأرض استعدادا للطيران. (توفيق)

11-1-4- الطيران و الهبوط:

يأتي اللاعب مندفعا و بأقصى سرعة ليضع قدم الارتقاء و الحوض للأمام مما يجعل الجذع يميل إلى قليلا إلى الخلف و يحافظ على وضعه بحيث لا يتقوس الجذع لأنه يعوق اللاعب في الإعداد السليم للهبوط و حينما يصل الجسم لأعلى نقطة في الطيران و يأخذ الجسم الوضع العمودي يتم سحب الرجلين للأمام ليصل إلى وضع الجلوس الطويل تقريبا مع ثني الجذع للأمام و بعدما يصل مركز ثقل الجسم لأقصى يبدأ دفع الجذع لأعلى مع تحريك القدمين لأسفل مع دفع الحوض للأمام و حينما تلامس القدمين الحفرة يتم ثني الركبتين و تقوم الذراعين بحفظ الاتزان بتحريكهما للأمام.

11-1-5- العلامات الضابطة:

تعتبر العلامات الضابطة وسيلة مساعدة في تعليم و تدريب اللاعب على الاقتراب الصحيح بحيث يصل بقدم الارتقاء في الوقت المناسب و المكان الصحيح و توضع العلامة الضابطة في منتصف مسافة الاقتراب تقريبا و على جانب طريق الجري بحيث يطأ اللاعب بقدمه بجوارها أثناء الاقتراب و تفيد العلامات الضابطة في اطمئنان اللاعب بأن خطواته سليمة و صحيحة و يلاحظ ألا يركز اللاعب انتباهه على العلامة الضابطة حتى لا يشتت تركيزه و بالتالي تختلف خطواته و لا يصل إلى لوحة الارتقاء بالشكل الصحيح.

11-1-6-الوثب الطويل بطريقة الخطوة: (توفيق)

يعتبر الوثب بطريقة القرفصاء من أسهل الطرق للوثب الطويل و قد يعاب على هذه الطريقة في أنها تحافظ اتزان الجسم في مرحلة الطيران و بالتالي لا يتمكن الجسم من الاستعداد للهبوط السليم و بالتالي لا تحقق هذه الطريقة النتيجة المرجوة منها و لذلك يفضل استخدام الوثب بطريقة الخطوة خاصة مع المبتدئين .

قانون الوثب الطويل:

Long jumpالوثب الطويل

The competitionالمنافسة

بند 01: الطريقة التي يأخذها المتنافسون في محاولتهم تكون بالقرعة.

القاعدة 142 (البند 06):

Competition order:قرعة المنافسات

يتنافس المتنافسون حسب ترتيب القرعة بحيث يمكن وضع أسمائهم في البرنامج حسب الترتيب نفسه.

بند 02: إذا وجد أكثر من ثمانية متنافسين يسمح لكل متنافس بثلاث محاولات و يسمح للثمانية المتنافسين الذين حصلوا على أفضل الوثبات بثلاث محاولات إضافية و عند حدوث عقدة على المركز الثامن يسمح

للمتنافسين على العقدة بالمحاولات الإضافية و إذا كان عدد المتنافسين ثمانية أو أقل فيسمح لكل واحد بست محاولات.

ملحوظة: تعني العقدة في هذا المقام اجتياز نفس المسافة.

بند 03: بمجرد بدء المنافسة لا يسمح للمتنافسين باستخدام طريقة الاقتراب لأغراض التدريب.

بند 04:يفشل المتنافس إذا:

1.لمس الأرض خلف خط الارتقاء بأي جزء من جسمه.

2.الارتقاء من الخارج سواء من نهاية اللوحة و على امتداد خط الارتقاء من الأمام أو الخلف.

3.لمس أثناء مسار الهبوط الأرض خارج منطقة الهبوط أقرب إلى الارتقاء من أقرب أثر نتج عن الوثبة في منطقة الهبوط.

4.بعد نهاية الوثبة مشى عائدا للخلف من منطقة الهبوط.

5.عمل أي شكل من الدوران في الهواء.

بند05: باستثناء ما ورد في البند الرابع فقرة 02 لا تحسب المحاولة فاشلة إذا ارتقى المتنافس قبل لوحة الارتقاء.

بند 06: تقاس جميع الوثبات من أقرب أثر تركه أي جزء من جسم أو أطراف المتنافس في منطقة الهبوط إلى خط الارتقاء أو امتداده كما يجب أن تتم القياسات عموديا على خط الارتقاء أو امتداده.

بند07:The run way: طريقة الاقتراب

بند 08: يكون الحد الأدنى لطول الاقتراب 40 م و يكون الحد الأدنى لعرض طريق الاقتراب 1.22 م و بحد أقصى 1.25م.

كما يجب أن يحد طريق الاقتراب بخطوط بيضاء بعرض 50مم و عندما تسمح الظروف يكون الحد الأدنى لطول الاقتراب 45م.

أقصى ميل جانبي مسموح به لطريق الاقتراب لا يزيد عن 01%.

العلامات الضابطة:

بند 09: يمكن للمتنافس أن يضع علامة على جانبي طريق الاقتراب لمساعدته أثناء الاقتراب و الارتفاع.

و في حالة عدم وجود علامات ضابطة يمكن للمتنافس استخدام شريط لاصق و ليست الطباشير أو مادة مشابهة.

بند 10: يحدد مكان الارتقاء بلوحة غاطسة في مستوى طريق الاقتراب و كذا سطح منطقة الهبوط تسمى الحافة القريبة إلى منطقة الهبوط بخط الارتقاء كما يوضع وراء خط الارتقاء مباشرة لوحة من الصلصال أو مادة أخرى بغرض تسجيل طبع قدم المتنافس عليها عند حدوث خطأ بالقدم و إذا كان من الصعب وضع الأدوات السابقة فيمكن استخدام بديل لها برش الأرض أمام خط الارتقاء مباشرة و بعرض 10سم بتراب ناعم أو رمل و بزاوية 30° على المستوى الأفقي.

بند 11: لا تقل المسافة بين لوحة الارتقاء و نهاية منطقة الهبوط عن 10م.ذ

بند 12: توضع لوحة الارتقاء بحيث لا تقل المسافة بينها و بين حافة منطقة الهبوط من 01م إلى 03م.

. Construction**بند 13**: الصنع

لوحة الارتقاء يجب أن تكون من الخشب أو من بعض المواد الصلبة و يكون شكلها مستطيلا بحيث يكون طولها من 1.21 م إلى 1.22 م و بعرض من 191 مم إلى 202 مم و بعمق 100 مم على أن تطلى باللون الأبيض.

بند 14: لوحة الصلصال

تتكون من مادة قوية عرضها 91 مم و بطول من 1.21 مم إلى 1.22 مم على أن يغطى سطحها العلوي بالصلصال أو أي مادة مناسبة.

كما يرتفع السطح عن مستوى لوحة الارتقاء بزاوية قدرها 30 ° في اتجاه الجري و أقصى ارتفاع لها فوق لوحة الارتقاء هو 07مم و تثبت اللوحة في تجويف أو رف على طريق الاقتراب بجانب لوحة الارتقاء القريب من منقطة الهبوط و عند تركيبها في التجويف فإن كل المجموعة يجب أن تكون مثبتة تثبيتا كافيا لكي تقابل القوة الناتجة عن قدم المتسابق.

كما يجب أن يكون سطح اللوح أسفل الصلصال من مادة تسمح لمسامير المتنافس بأن تنزلق عليه لوحة الصلصال.

12–سباق السرعة: (توفيق)

12–1– النواحي الفنية لعدو 60 م:

أولا : البدء:

يعتبر البدء من أهم المراحل المهمة في سباقات العدو و لذلك على اللاعب أن يتخذ أنسب وضع يستطيع أن ينطلق منه ليقطع المسافة في أقصر زمن و نستخدم للبدء الأوضاع التالية :

1.البدء قصير التوزيع

2.البدء متوسط التوزيع

3.البدء طويل التوزيع

4.البدء الحديث التوزيع

12–2– البدء قصير التوزيع:

توضع مقدمة القدم (المشط) الخلفية في محاذاة كعب القدم الأمامية –المسافة بين القدمين باتساع قبضة اليد حوالي 20سم و تتوقف على اتساع حوض اللاعب و حجم الفخذين.

البدء متوسط التوزيع:

و فيه تكون ركبة الرجل الخلفية في منتصف قوس القدم الأمامية.

البدء طويل التوزيع:

و فيه تكون الركبة الرجل الخلفية بمحاذاة كعب القدم الأمامية.

البد حديث التوزيع:

و فيه يجلس اللاعب و أوضاع قدم الرجل الخلفية توضع بطريقة تناسب قدرات و إمكانات اللاعب دون التقيد بمسافات معينة بينما يتم تسجيل الزمن لمسافة قصيرة و اللعب في وضع محدود و بتكرر الأداء ليكتشف اللاعب بنفسه أنسب مسافة تكون فيها أبعاد القدمين عن بعضهما البعض و يؤدي المتسابق سباقات المسافات القصيرة المنخفضة و ينادى عليه:

01خذ مكانك

02استعد

03ثم انطلق طلقة المسدس.

12-3- وضع خذ مكانك:

يتفق جميع أنواع البدء في موضع خذ مكانك في:

أ:وضع الذراعين

ب:وضع الرأس

أولا: وضع الذراعين:

تكون الذراعين ممتدة و باتساع الصدر و اليدين في شكل هرمي خلف البداية.

12-4- الرأس و الظهر:

يكون النظر للأمام بحيث يقع مستوى النظر على بعد من 20إلى 30سم و يكون الرأس و الرقبة على امتداد الظهر.

12-5- وضع الرجلين:

يرتكز المتسابق على المشطين للرجلين بينما تكون ركبة الرجل الخلفية مرتكزة على الأرض و الزاوية بين الركبة و الساق تتوقف على المسافة بين القدمين.

12-6- مركز ثقل الجسم:

يتوزع مركز ثقل الجسم على اليدين و الرجلين.

12-7- التنفس:

يكون طبيعيا مع التركيز على سماع نداء الأذن باليد.

12-8- وضع الاستعداد:

في هذا الوضع تبدأ الرجلين في الامتداد لأعلى وللأمام لترتفع المقعدة و يتقدم الكتفان للأمام لتتخطى خط البداية و تظل الرأس على امتداد الجذع و النظر للأمام و تتسع الزوايا في الرجلين بين الفخذ و الساق و تحديد الزوايا هنا يتوقف على طول اللاعب ووضع القدمين و المسافة بينهما في مكعبات البداية، و يكون التنفس أثناء وضع الاستعداد بأخذ نفس عميق عند مد الرجلين و ارتفاع المقعدة لأعلى ثم يكتم النفس استعدادا لسماع طلقة المسدس.

12-9- مرحلة الانطلاق:

بعد سماع طلقة البداية من الأذن باليد يندفع العداء بسرعة للأمام حيث تترك اليدين الأرض أولا يلي ذلك قدم الرجل الخلفية ثم قدم الرجل الأمامية ، حيث تتقدم الرجل الخلفية أولا للأمام و هي مثنية من الركبة تليها الرجل الأمامية التي يكون دفعها للمكعب أكبر ما يكون.

12-10- اعتبارات مهمة عند الانطلاق :

1.تترك اليدان الأرض دون دفعها.

2.ترك القدم الخلفية المكعب دون دفعه.

3.عدم عمل سسته بالقدم حتى لايتأخر الانطلاق.

4.يتحرك الجذع للأمام و لأعلى في شكل زاوية حادة.

13- جري المسافة:

و فيها يصل اللاعب إلى أقصى سرعته و يجب أن يحافظ عليها و يصل ميل الجذع إلى الميل الطبيعي قبل أن يصل إلى نهاية السباق و تكون الخطوات طويلة و متزايدة التردد و تكون حركة الذراعين توافقية مع حركة الرجلين و تتسع الزاوية بين الساعد و العضد و تصل اليد تقريبا إلى مستوى الذقن،و التنفس في هذه المرحلة تقريبا يكون معدوما حيث يستغرق لاعب المسافة القصيرة 60م السباق في نفس واحد و ربما يستغرق من 02إلى 03 مرات تنفس إذا طالت المسافة.

14- مرحلة النهاية:

و فيها ينهي المتسابق المسافة بأقصى سرعة و بذل أقصى جهد و تصل تلك المسافة إلى 20إلى 35 م تقريبا و هنا يجب أن يركز المتسابق على أن خط النهاية بالنسبة له بعد الخط الرسمي بمسافة حتى يزيد من جهده و يصل إلى خط النهاية الرسمي وهو في أقصى سرعته و هنا تظهر قوة الإرادة و العزيمة و التصميم حيث يقوم العداء بدفعه بصدره عند النهاية ليتصدر المتنافسين. (توفيق)

الفصل الثالث :

خصائص المرحلة العمرية

(15-18)

تمهيد:

تعتبر المراهقة مرحلة يمر بها الناشئ في حياته أين تتغير هذه الأخيرة نتيجة تأثرها بعوامل داخلية فيزيولوجية عقلية وجسمية تؤثر في سلوكه وكذا على شخصيته في المستقبل، ولهذا نجد أن اهتمام الكثير من العلماء في ميدان التربية وعلم النفس بهذه المرحلة وما تكتسبه من أهمية بالغة وأثرها على حياة الطفل في المستقبل فالمراهقة تتميز بخصائص وتغيرات تكون حسب الجنس والبيئة التي يعيش فيها المراهق وتتمثل هذه في التغيرات جسمية يزداد فيها وزن الجسم بنمو العضلات والعظام أو تغيرات عقلية ونفسية يظهر فيها عدم الاستقرار النفسي، لذا أولى علماء النفس والتربية أهمية كبيرة لها من حيث تكييف البرامج التربوية والتعليمية لخدمة متطلبات هذه المرحلة، وتعتبر المراهقة في حياة الإنسان منعطف خطير فحياة المراهق عبارة عن سلسلة من التغيرات تكون خلالها المفاهيم والعادات والمعلومات التي استقاها من تربيته داخل البيت وخارجه،ولقد تطرقنا في هذا الفصل إلى مراحل المراهقة وكذلك مميزات النمو في هذه المرحلة والمشاكل التي تعترض المراهقة كما أبرزنا أهمية ممارسة التربية البدنية والرياضية عامة وعلاقتها مع المراهق .

1- مفهوم المراهقة:

إن المراهقة مصطلح نصفي لفترة أو مرحلة من العمر والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة ويكون قد اقترب من النضج العقلي والجسدي والبدني، وهي الفترة التي تقع ما بين مرحلة الطفولة وبداية مرحلة الرشد، وبذلك المراهق لا يعد طفلا ولا راشدا إنما يقع في مجال تداخل هاتين المرحل تين حيث يصفها عبد العالي الجسيماني" بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيه ما يصلون إليه من وسائل وغايات" . (الجسماني، 1994)

2- تعريف المراهقة:

2-1- لغويـا:

يقال "راهق الغلام قارب الحلم والمراهقة مرحلة من النمو المتوسط بين سن البلوغ وسن الرشد تحيط بها أزمات ناشئة عن التغيرات الفيزيولوجية والتأثيرات النفسية والاجتماعية ". (صلبا، 1979) بينما يأتي اسمها في العربية من الفعل" رهق "وهو يعني اللحاق بقدر ما يعني دخول الوقت والدنو واللحاق والقرب. (محمد، 1989)

ويعرفها البهي السيد : "المراهق تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى بقولهم رهق بمعنى غشى أو لحق أو دنى من فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج ". (السيد، 1986)

2-2- اصطلاحا:

المراهقة مرحلة من مراحل النمو تبدأ من البلوغ وتتسم بحشد من التغييرات الفيزيولوجية والاجتماعية وتدخل في إطار علم النفس والنمو .

يعرفها مصطفى فهمي "أن كلمة مراهقة ADOLESCENCE مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLESERE ومعناه التدرج نحو النضج البدني الجنسي والانفعالي والعقلي وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو، وهي الناحية الجنسية نستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة بدء النضج ". (فهمي، 1986)

وكذلك هي المرحلة الانتقالية بين الطفولة والرشد وهي محددة تماما ويمكن أن نعتبرها العقد الثاني من العمر حيث أنها بين 12 سنة و21 سنة من العمر فالبداية عادة بين 11 سنة و 16 سنة للذكور ومبكرة بعض الشيء للإناث. (بهار، 1980)

وأما من الناحية النفسية الاجتماعية فإن في مرحلة المراهقة يتم فيها الانتقال من طفل يعتمد على الآخرين إلى راشد مستقل بذاته ولا شك أن الانتقال يتطلب تحقيق توافق جديد تفرضه ضروريات التميز بين سلوك الطفل وسلوك الراشد في مجتمع ما ،وهذه الفترة يتم فيها هذا الانتقال قد تطول أو تقصر تبعا للثقافة التي تسود ذلك المجتمع . (اسماعيل، 1986)

وتصب كل التعاريف السابقة في مضمون واحد أو معنى أشمل للمراهقة هو أن المراهقة هي تلك الفترة التي ينتقل فيها الطفل من الاعتماد على الآخرين إلى راشد مستقل بذاته وبالتالي إلى النضج في جميع النواحي السيكولوجية والبيولوجية والاجتماعية التي تقربه إلى الحلم واكتمال النضج، كما أنها تختلف في فترات دوامها من مجتمع لآخر حسب العادات والتقاليد والمناخ السائد وطبيعة المجتمع .

3- تحديد مراحل المراهقة :

لقد اختلف العلماء في تحديد فترة المراهقة، متى تبدأ؟ وكم تدوم في حياة الإنسان ؟ وفي أي سنة تنتهي ؟ كما اختلفوا في تحديد مراحل النمو بدايته و نهايتها نظرا وجود مقياس موضوعي خارجي تخضع له هذه التقسيمات.

وإنما أخضعوها لمجال دراستهم و تسهيلا لها فهنالك من اتخذ أساس النمو الجسمي كمعيار، و هناك من اتخذ النموالعقلي كمعيار أخر، و لكنهم اتفقوا مبدئيا على أن فترة المراهقة هي الفترة الواقعة بين أول بلوغ جنسي واكتمال النمو الجسمي للراشد أي أن حياتها من الثانية عشر 12 سنة وتستمر إلى غاية الثانية والعشرون 22سنة حيث يذهب الباحثون الأمريكيون إلى تقسيم مرحلة المراهقة إلى ثلاث مراحل لتسهيل مجال الدراسة والبحث لا غير ولضبط كل التغيرات والمظاهر النفسية السلوكية التي تحدث في هذه الفترة وفيما يلي مراحلها نوردها كما جاءت في كتاب"علم النفس النمو للطفولة والمراهقة ".

3-1المراهقة المبكرة (12-14 سنة) :

تمتد منذ بدأ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي السنة الأولى(01) إلى السنة الثانية (02) بعد البلوغ لاستقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد .

في هذه المرحلة المبكرة يسعى المراهق إلى الاستقلال و يرغب دائما في التخلص من القيود و السلطات التي تحيط به و يستيقظ لديه إحساس بذاته و كيانه و يصاحبها التفطن الجنسي الناتج عن الاستثارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية و نمو الجهاز التناسلي عند المراهق . (زهران)

3 -2- المراهقة الوسطى (15-17 سنة) :

يطلق عليها أيضا المرحلة الثانوية ، و ما يميز هذه المرحلة هو بطء سرعة النمو الجنسي نسبيا مع المرحلة السابقة ، و تزداد التغيرات الجسمية و الفيزيولوجية من زيادة الطول و الوزن واهتمام المراهق بمظهره الجسمي و صحتة الجسمية و قوة جسمه و يزداد بهذا الشعور بذاته.

3-3- المراهقة المتأخرة (18-21 سنة):

يطلق عليها مرحلة الشباب، حيث أنها تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة التي يتخذ فيها اختيار مهنة المستقبل و كذالك اختيار الزواج أو العزوف ، و فيها يصل النمو إلى مرحلة النضج الجسمي و يتجه نحو الثبات الانفعالي والتبلور لبعض العواطف الشخصية مثل: الاعتناء بالمظهر الخارجي و طريقة الكلام و الاعتماد النفس و البحث عن المكانة الاجتماعية ، و تكون لديه عواطف نحو الجماليات ثم الطبيعة و الجنس الأخر. ((اسماعيل، 1986)

4- خصائص النمو في مرحلة المراهقة:

4-1- النمو الجسمي:

في هذه المرحلة تظهر الفروق التي تميز تركيب جسم الفتى و الفتاة بصورة واضحة، كما يزداد نمو عضلات الجذع و الصدر و الرجلين بدرجة اكبر من نمو العظام ، و بذلك يستعد الفرد اتزانه و يلاحظ أن الفتيان يتميزون بالطول و ثقل الوزن عند الفتيات، وتصبح عضلات الفتيان قوية في حين تتميز عضلات الفتيات بالطراوة و الليونة . (صلبا، 1979)

4-2- النمو المورفولوجي:

تتميز هذه المرحلة بضعف التحكم في الجسم، حيث تتمثل مرحلة غياب التوازن في النمو بين مختلف أطراف الجسم وهذا نتيجة لعوامل غير المتوازنة إذ أنه تبعا لاستطالة الهيكل العظمي فإن احتياطات الدهون تبدأ في الزوال خاصة عند الذكور ، كما أن العضلات تستطيل مع استطالة الهيكل العظمي ،ولكن دون زيادة في الحجم وهذا يميز الذكور بطول القامة ونحافة الجسم، كما أن الأطراف السفلى تستطيل أسرع من الجذع والأطراف العليا، وفي هذه المرحلة يبدأ ظهور التخصص الرياضي الذي يعتمد بنسبة كبيرة على البنية المورفولوجي لجسم الرياضي. (زهران)

4-3- النمو النفسي:

تعتبر مرحلة النمو النفسي عند المراهق مرحلة من مراحل النمو، حيث تتميز بثورة وحيرة واضطراب يترتب عليها جميعا عدم تناسق وتوازن ينعكس على انفعال المراهق مما يجعله حساسا إلى درجة بعيدة، وأهم هذه الحساسيات والانفعالات وضوحا هي:

1- خجل بسبب نموه الجسمي إلى درجة يظنه شذوذا أو مرضا.

2- إحساس شديد بالذنب يثيره انبثاق الدافع الجنسي بشكل واضح.

3- خيالات واسعة وأمنيات جديدة وكثيرة.

4- عواطف وطنية دينية وجنسية.

5- أفكار مستحدثة وجديدة. (محمد، 1989)

كما ينمو عند المراهق الفكر النقدي وسعة الملاحظة، ويصبح مضادا للعادات والتقاليد ومبتعدا عن القيم العائلية ويتبع سياسة الهروب نحو الأمام ، وهذا عن طريق الحلم حلم اليقظة ويصبح كثير البحث عن الإمكانيات التي تمكنه من إبراز شخصيته ومراحل تنمية المقدرة عن التحكم في الانفعالات من خلال مواقف اللعب المختلفة. (الجسماني، 1994)

4-4 -النمو الاجتماعي:

تتزايد أهمية العلاقات الاجتماعية للمراهق بتقدمه من الطفولة ودخوله إلى المراهقة، وذلك بتشعب تلك العلاقات من جهة وازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوكاته من جهة أخرى، لهذا اعتبر النمو الاجتماعي من الأمور الأساسية في هذه المرحلة، واعير اهتماما من طرف الباحثين واستطاعوا كشف الكثير من خصائصها والتي أثبتها الدكتور مصطفى فهمي في ثلاث عناصر أساسية هي :

- يميل المراهق في السنوات الأولى إلى مسايرة المجموعة التي ينتمي إليها، فيحاول أن يظهر بمظهرهم وأن يتصرف كما يتصرفون لتجنب كل ما يؤدي إلى إثارة النزاع بينه وبين أفراد الجماعة، ويجعل من احترامه وإخلاصه لهم وتضرعه لأفكارهم نوعا من التحقيق للشعور بالإثم الناجم عن عدم طاعته لوالديه ومدرسيه.
- في السنوات الأخيرة يشعر بمسؤوليات نحو الجماعة التي ينتمي إليها ،فيحاول أن يقوم ببعض الخدمات وبعض الإصلاحات في تلك الجماعة بغية النهوض بها وهذه الصدمات والاحباطات تجعله لا يرغب بالقيام بأي محاولات أخرى، ويزداد هذا الشعور شدة حتى تنتقل من المجتمعات الصغيرة إلى المجتمع العام.
- اختيار الأصدقاء: أن ما يتطلبه المراهق من صديقه حتى يكون قادرا على فهمه ويظهر له الود والحنان وهذا ما يساعده على التغلب على حالات الضيق ،ففي بعض الأحيان يكون الصديق أكبر منه سنا ويشترط عدم السلطة المباشرة. (فهمي، 1986)

4-5 النمو العقلي والمعرفي:

في هذه المرحلة العمرية يكون المراهق غير قادر على الاستيعاب ولا فهم المجرد كما تكون اهتماماته هي محاولة معرفة المشكلة العقائدية ،وهي المرحلة التي تبدأ بالتفكير في المستقبل وهكذا شيئا فشيئا تتبلور لديه الاتجاهات الفكرية ويبدأ في البحث عن تكسير سلسلة الطفولة.

كما يقترب المراهق من النضج ويحصل لديه نمو معتبر في القدرات العقلية، مما يؤدي به إلى حب الإبداع واكتشاف الأمور التي تبدو غامضة ، والبحث عن أشياء ومثيرات جديدة. (ويتج، 1994)

4-6 النمو الوظيفي :

في هذا الجانب الكثير من الباحثين لفتوا الانتباه إلى أن النمو الوظيفي يبرز بعض الميول بالنسبة للنمو المورفولوجي ،ومن بين علامات هذا الميول نلاحظ تذبذب وعدم التوازن الوظيفي للجهاز الدوراني التنفسي أي نقص في السعة التنفسية والتي أرجعها" جودان godain" إلى بقاء القفص الصدري ضيق ، وهنا يدخل دور الرياضة أو بالتدقيق "التربية التنفسية"، ويلاحظ كذلك اتساع عصبي حسب "gamava" راجع إلى توازن وتطور القلب وهذا بالتأقلم مع الاحتياجات الوظيفية الجديدة فيزداد حجمه ويبدأ بالاستناد على الحجاب الحاجز الذي يمثل له وضعية جديدة ومناسبة للعمل حيث أن القدرة المتوسطة للقلب تتراوح بين 200-220 سم **3**.

بينما القدرة الحيوية تتراوح بين 1800-3000 سم**3** و تعمل شبكة الأوعية الدموية المرتبطة بحجم الجسم دور الوسيط بين القلب و الأعضاء و هذا ما يعطيها أهمية لا تقل عن أهمية القلب و الرئتين في العملية التنفسية للمراهق أثناء العمل أو الجهد البدني. (حسنين، 1990)

4-7 – النمو الحركي:

تتعارض الآراء بالنسبة لمجال النمو الحركي في مرحلة المراهقة، فلقد اتفق كل من "جوركن" "هامبورجر" و" مانيل" على أن حركات المراهق في بداية المرحلة تتميز بالاختلال في التوازن و الاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والانسجام ، وأن هذا الاضطراب الحركي يحمل الطابع الوقتي ، إذ لا يلبث المراهق بعد ذلك أن تتبدل حركاته لتصبح أكثر توافقا و انسجاما عن ذي قبل ، أي أن مرحلة المراهقة هي" فترة الارتباك الحركي و فترة الاضطراب".

إلا أن "ماتيف" أشارت إلى أن النمو الحركي في مرحلة المراهقة لا يتميز بالاضطراب و لا ينبغي ان نطلق على هذه المرحلة مصطلح الأزمة الحركية للمراهق ، بل على العكس من ذلك يستطيع الفرد في هذه المرحلة أن يمارس العديد من المهارات الحركية ويقوم بتثبيتها. (اسماعيل، 1986)

كما أن هذه الفترة تمثل إنفراجا في المستوى بالنسبة إلى الأفراد العاديين من ناحية والموهوبين من ناحية أخرى، وبذلك فهي ليست مرحلة تعلم ولكنها مرحلة أداء مميز ، حيث نرى تحسنا المستوى في بداية المرحلة، وثبات واستقرار حركي في نهايتها.

4-8 النمو الانفعالي:

انفعالات المراهق تختلف في أمور كثيرة عن انفعالات الأطفال وكذلك الشباب ، يشمل هذا الاختلاف في النقاط التالية :

- تمتاز الفترة الأولى من المراهقة بأنها فترة الانفعالات العنيفة فيثور المراهق لأتفه الأسباب.
- المراهق في هذه المرحلة لا يستطيع أن يتحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية فهو يصرخ ويدفع الأشياء عند غضبه ونفس الظاهرة تبدو عليه عندما يشعر بالفرح فيقوم بحركات لا تدل على الاتزان الانفعالي.
- يتعرض بعض المراهقين لحالات اليأس والقنوط والحزن نتيجة لما يلاقونه من إحباط ،تتميز هذه المرحلة بتكوين بعض العواطف الشخصية تتجلى في اعتناء المراهق بمظهره وبطريقة كلامه للغير.
- يسعى المراهق إلى تحقيق الاستقلال الانفعالي أو النظام النفسي عن الوالدين.
- بالرغم من حاجة المراهق إلى الرعاية إلا انه يميل إلى نقد الكبار. (السيد، 1986)

4-9 النمو الجنسي :

يعتبر هذا النمو من ملامح النمو البارزة والواضحة في مرحلة المراهقة وعلامة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة وهي نتيجة منطقية لمجموعة التغيرات السيكولوجية في هذه المرحلة.

عندما تبدأ مرحلة المراهقة ويحدث البلوغ نلاحظ أنه يطرأ على الأعضاء الجنسية نشاط حيث تبدأ الغدد التناسلية في صنع الخلايا الجنسية وهذه المرحلة لا تعني أن الطفل قادر على التناسل ، ولكنها تعتبر مرحلة تكييف على النضج للصفات الجنسية الأولى.

أما الصفات الجنسية الثانوية فإنها مصدر التمايز بين الذكور والإناث (حسنين، 1990)

5- أنماط المراهقة:

يقسم الدكتور "صمويل معاريوس" المراهقة إلى أربعة أنواع :

5-1 المراهقة المتكيفة:

هي المراهقة الهادئة نسبيا تميل إلى الاستقرار العاطفي، تكاد تخلو من التوترات الانفعالية الحادة غالبا ما تكون علاقة المراهقين بالمحيطين بهم علاقة طيبة ،كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له ، ولا يعتمد المراهق على أحلام اليقظة والخيال والاتجاهات السلبية.

5-2 المراهقة الانسحابية المنطوية :

هي صورة متكيفة تميل للانطواء والعزلة والتردد والخجل والشعور بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي ،كما ينصرف جانب كبير منهم إلى التفكير بنفسه وحل مشاكله والى التفكير الديني والقيم الروحية الأخلاقية، كما يسرف من أحلام اليقظة والخيالات المرضية التي تؤدي إلى محاولة مطابقة نفسه بأشخاص الروايات التي يحبها.

5-3 المراهقة العدوانية:

يكون فيها المراهق ثائرا متمردا على السلطة الأبوية وسلطة المجتمع الخارجي كما يميل لتأكيد ذاته، ويظهر السلوك العدواني إما بصفة مباشرة أو غير مباشرة فيأخذ صورة المضاد ويرفض كل شيء.

5-4 المراهقة الجانحة:

تشكل الصورة المتطرفة للشكلين " المنسحب والعدواني." (ويتج، 1994)

تتميز بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي.

5-5 المراهقة المنحرفة:

يتميز فيها المراهق بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي وعدم القدرة على التكيف وأداء الآخرين .

6- حاجيات المراهق:

يعتبر كمال دسوقي أن الحاجة هي الظروف أو الموقف الذي يتطلب العمل للوصول الى هدف معين منها الحاجات البيولوجية التي تتميز بها كل الكائنات الحية المتمثلة في الأكل والشرب ففي سبيل المثال البقاء وحاجات اجتماعية كما يسميها البعض حاجات نفسية". (صلبا، 1979)

يصاحب التغييرات التي تحدث مع البلوغ تغييرات في حاجات المراهقين فأول وهلة تبدو تلك الحاجات قريبة من حاجات الراشدين ،لان المدقق يجد فروقا واضحة خاصة في مرحلة المراهقة ، ولعلنا لا نبالغ إذا قلنا أن الحاجة والميول والرغبات تصل في هذه المرحلة إلى درجة كبيرة من التعقيد ويمكن تلخيص حاجات المراهق الأساسية فيما يلي :

6-1 الحاجة إلى الأمن :

وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي أي الصحة التامة ، الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي ، الحاجة إلى البقاء حيا ، الحاجة إلى تجنب الخطر والألم ، الحاجة إلى الراحة والشفاء عند المرض، الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة ، والحاجة إلى حل المشكلات الشخصية .

6-2 الحاجة إلى مكانة الذات :

تتضمن الحاجة إلى جماعة الرفاق ، الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية ، الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة الحاجة إلى الاعتراف والتقبل من الآخرين ، الحاجة إلى القيادة ، الحاجة إلى تقليد الآخرين ، الحاجة إلى المساواة مع رفاق السن في المظهر والمكانة الاجتماعية، الحاجة إلى تجنب اللوم والحاجة إلى الامتلاك (زهران)

6-3 الحاجة إلى الحب والقبول:

تتضمن الحاجة إلى المحبة والقبول والتقبل الاجتماعي، الحاجة إلى الأصدقاء، الحاجة إلى الانتماء للجماعات.

6-4 الحاجة إلى الإشباع الجنسي :

الحاجة الجنسية عادة ما تتحقق في مجتمعنا عن طريق الزواج أما في حالة المراهق الذي ينمو نموا جنسيا وتقوى رغباته الجنسية يمكن أن توجه إلى نشاط أخر يسلكه والرياضة قد تكون أفضل وسيلة لتحقيق شخصيته السوية بعيدة عن كل انحراف جنسي من أجل تحقيق التوافق الجنسي .

6-5 الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار :

وتتضمن الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك الحاجة إلى تحصيل الحقائق وتفسيرها ،الحاجة إلى خبرات جديدة ومتنوعة ، الحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل ، الحاجة إلى النجاح الدراسي ، الحاجة إلى اكتساب المعلومات ونمو القدرات ، والحاجة إلى الإرشاد التربوي المهني .

6-6 الحاجة إلى تحقيق الذات والانتماء :

تقول عاطف أو العلى "إن تحقيق الذات هو أن يستطيع المراهق تحقيق إمكانياته وتنميتها إلى أقصى حد ممكن يستطيع الوصول إليه فيدرك كل ما لديه من قدرات أو يمر بالخبرات التي يستطيع أن يباشرها في جو يشعره بالطمأنينة ويسوده الإحساس بالانتماء ".

كما أن هذه الحاجة مرتبطة بالحاجة إلى المودة والعاطفة ، فالألفة التي تنبثق من داخل الأسرة تنتشر داخل هذا المجتمع الصغير لتتنقل إلى الجماعات الأخرى التي يجد فيها المراهق أن له مكانته الخاصة. (اعلى، بدون سنة)

بهذا فان انتماء المراهق لفريق رياضي قد يجعله يستفيد ويفيد هذا المجتمع الصغير عن طريق ما يقدمه من أعمال رياضية خاصة عند تحقيق النجاح كما أنه قد يستخدم ما لديه من إمكانيات في صالح الفريق الرياضي ربما هذا ما يشعره بالرضا ويحسسه بالانتماء.

6-7 حاجات أخرى:

مثل الترفيه والتسلية والحاجة إلى المال..... ،وهكذا تكون الرياضة نشاط يسلكه المراهق لعله يحقق الرضا والارتياح ، بشرط ألا يتعدى هذا النشاط إمكانيات المراهق كما أن مختلف التغييرات التي تطرأ على المراهق تتطلب توفير بعض الحاجيات حتى يتحقق له النمو السليم ولعل الرياضة هي أحسن وسيلة لتحقيق مختلف الحاجيات التي ذكرناها سابقا . (حمودة، 1991)

7- مشكلات المراهقة:

إن مشكلات المراهقة هي نتيجة طبيعة لديناميكية المرحلة والوضع الاجتماعي للمراهق والمناخ النفسي للأسرة والإطار الخلقي والديني، والهيئات الاجتماعية وكل المنظمات التي لها علاقة بهم فكلها مسؤولة على حالة القلق والاضطرابات في حياة المراهقين في الوقت الحالي .

7-1 المشاكل النفسية :

من المعروف أن هذه المشاكل قد تؤثر في نفسية المراهق انطلاقا من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة في تطلعات المراهق نحو التحرر الاستقلالي وثورته لتحقيق هذا التطور بشتى الطرق والأساليب ، فهو لا يخضع لقيود البيئة وتعاليمها وأحكام المجتمع وقيمه الخلقية والاجتماعية ، بل أصبح يفحص الأمور ويناقشها ويزنها

بتفكيره وعقله وعندما يشعر المراهق بأن البيئة تتصارع معه ولا تقدر موقفه وتحس بإحساسه الجديد يسعى دون قصد لأن يؤكد بنفسه ثورته وتمرده وعناده ،فإذا كانت كل من الأسرة والمدرسة والأصدقاء لا يفهمون قدرته ومواهبه ولا تعامله كفرد مستقل ولا تشبع حاجياته الأساسية ،فهو يحب أن يحس بذاته ، وأن يكون شيئا يذكر ويعترف الكل بقدراته وقيمته. (معوض، 1971)

7-2 المشاكل الانفعالية :

أن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحا في عنفه وحدة انفعالاته ، وهذا الاندفاع الانفعالي ليس بأساس نفسي خالص بل يرجع ذلك إلى التغييرات الجسمية وإحساس المراهق ، بنمو جسمه وشعوره بأن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال وقد أصبح خشنا ، فيشعر المراهق بالفرحة والافتخار ويشعر في نفس الوقت بالحياء والخجل من هذا التغيير المفاجئ ،كما يتجلى بوضوح خوف المراهقين من هذه المرحلة الجديدة التي ينتقل إليها والتي تتطلب منه أن يكون رجل في سلوكه وتصرفه.

7-3-المشاكل الصحية :

إن المتاعب المرضية التي يتعرض لها المراهق هي السمنة ،أي يصاب المراهق بالسمنة البسيطة وان زادت على ذلك فيجب العمل على تنظيم الأكل والعرض على الطبيب المختص فقد يكون سببها الغدد كما يجب عرضهم على انفراد مع الطبيب للاستماع لمتاعبهم،وهذا جوهر العلاج لان لدى المراهق أحساس بأن أهله أهملوه ولا يفهمونه،كما أكدت عدة دراسات أقيمت في هذا المجل على أهمية الفيتامينات والحركات البدنية في زيادة طول العظام والخلايا بالعضلات.

7-4 مشاكل الرغبات الجنسية :

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد للجنس الأخر ، ولكن التقاليد من مجتمعه تقف حائلا دون أن ينال ما ينبغي ، فعندنا يفصل المجتمع بين الجنسين فإنه يعمل على إعاقته الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق اتجاه الجنس الأخر وإحباطها وقد تتعرض لانحرافات تؤدي إلى السلوك المنحل بالإضافة إلى اللجوء إلى الأساليب الملتوية لا يقرها المجتمع ،كمعاكسة الجنس الأخر والتشهير يهم أو الإغراء ببعض العادات والأساليب المنحرفة.

وقد ينحرف المراهق جنسيا إذ يلجأ إلى التعدي أو التلذذ بالنظر أو التسلية أو العادة السرية أو الاغتصاب أو الدعارة ، وهذه الانحرافات الجنسية ليست شائعة لدى معظم المراهقين لكونها موجودة لدى بعضهم وتهدف هذه الانحرافات إلى تحقيق إشباع جزئي عاطفي وجنسي بواسطة تحويل موضوع الغريزة الجنسية من موضوعها الأصلي إلى موضوعات ثانوية أو فرعية غير رسمية.

7-5 المشاكل الاجتماعية:

أن المشاكل التي قد يقع فيها المراهق يمكن إرجاعها إلى العلاقة بينه وبيننا نحن الكبار المحيطين به ،هذه المشاكل تنشأ عنده من الاحتياجات السيكولوجية الأساسية ،كالحصول على مركز ومكانة في المجتمع وإحساسه بأنه فرد مرغوب فيه ، وفيما يلي نتناول كلا من الأسرة والمدرسة و المجتمع كمصادر سلطة على المراهق :

7-5-1-الأسرة:

لا يريد المراهق أن يعامل معاملة الصغار، لذلك نجد انه يميل إلى نقد ومناقشة كل ما يعرض عليه من آراء وأفكار، ولم يعد يتقبل ما يقال له بل أصبحت له آراء ومواقف وأفكار يتعصب لها أحيانا لدرجة العناد ، إن شخصية المراهق تتأثر بالصراعات والنزاعات الموجودة بينه وبين أسرته وتكون نتيجة هذا الصراع إما بخضوع المراهق وامتثاله أو تمرده وعدم استسلامه.

7-5-2- المدرسة:

إن المدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهق معظم أوقاته، فالطالب ويحاول أن يتمرد عليها بحكم طبيعة هذه المرحلة من العمر، بل ويرى أن سلطتها اشد من السلطة الآسرة ، فلا يستطيع المراهق أن يفعل ما يريد في المدرسة ، فلهذا يأخذ مظهرا سلبيا للتعبير عن ثورته كاصطناع الغرور والاستهانة بالدرس أو المدرسة أو المدرسين .

7-5-3- علاقة المراهق بالثانوية:

للمدرسة تأثير قوي في تشكيل مفهوم المراهق عن ذاته وعلى من هو ومن سيكون ، وتوفر المدرسة منذ عمر السادسة له فرصا لاختيار قواه واكتشاف قدراته وجوانب عجزه وتصوره ، ففيها يتعرض الناشئ للفشل أو النجاح فالمراهق يقضي معظم أوقاته في الثانوية ، إذ يعتبر مجتمع أكثر إتساعا وتعقيدا من المجتمع الأسري ، فلها آثار النشأة والعادات والأداب التي يبديها المربي، فنجد هذا الأخير يتأثر كثيرا بالمكتسبات والخبرات التي يتعرض إليها في الثانوية وكذا العلاقات السائدة فيها ، إن الثانوية تزود المراهق وتنمي مهاراته وخبراته
الاجتماعية، فيتلقى عن طريقها قواعد في السلوك الاجتماعي والأخلاقي، وتعتبر السلطة الثانوية كامتداد للسلطة وحماية الوالدين في الأسرة. (معوض، 1971)

7-5-4- علاقة المربي بالمراهق :

علاقة الأستاذ بالتلميذ تلعب دور أساسي في بناء شخصية المراهق ، بدرجة انه يمكن اعتبارها المفتاح الموصل إلى النجاح التعليمي أو فشله ، إذا يعتبر التلاميذ مرآة تعكس حالة الأستاذ المزاجية واستعداداته ، وانفعالاته ، فهو إن أظهر روح التفتح للحياة والاستعداد بكل جد وحزم فإننا نجد نفس الصفات عند التلاميذ،وان كانت غيرها فإن النتيجة مطابقة لصفاته ، إذا كانت للمعلم السيطرة والقوة في معاملته للتلاميذ تكون النتيجة سلبية حيث يميل إلى الانسحاب ، والعدوان ، والانحراف ، وإذا فالعلاقة التي تربط المربي بالتلاميذ ليست سهلة ، وأمرا بسيطا كما يتصوره البعض في النجاح والفشل ، فهذه العلاقة مرتبطة ارتباطا وثيقا بمجموعة من العوامل المعقدة ، ومنها علاقة التلميذ بوالديه ، فإذا كانت مبنية على الاحترام يكون كذلك مع معلمه ،والعكس صحيح، فالعلاقة التي تربط الطرفين يجب أن تكون علاقة مبنية على أساس الصداقة والاحترام والمحبة وكذلك على السلطة والسيادة ، فالمعلم الناجح عليه أن يكون قادرا على التأثير بصوره بناءة في حياة التلميذ ، فمن الطبيعي أن يؤدي الأستاذ دوره في التوجيه النهائي للناشئ ويساعده على اكتشاف قدراته العقلية وتحقيقها و مساعدته على الصمود أمام صعوباته الخاصة والتكيف مع الاتجاهات الشاذة والعادات المدمرة وغيرها من المعوقات التي تعرقل سيرورته ككائن سوي وشخصية سامية .

8- الممارسة الرياضية وعلاقتها بالمراهق :

للقيام بعمل ما في الحياة هناك دوافع بحتة للفرد، لقد حدد العالم الباحث "RUDIK" أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي وقسمها إلى نوعين :

8-1-الدوافع المباشرة:

- الشعور بالارتياح كسبب التغلب على التدريبات الشاقة والصعبة .
- المتعة الجمالية كنتيجة الرشاقة والمهارة وجمال الحركات كما في التزحلق.
- الإحساس بالرضا بعد نشاط بدني أو عضلي يتطلب جهدا أو وقتا وخاصة إذا ارتبط بالنجاح.
- المشاركة في المنافسات الرياضية والمنافسات التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط البدني والرياضي .
- تدريب الرياضي دون اشراكه في المنافسات يستدعي الملل والكراهية .
-تسجيل الأرقام والبطولات واثبات التفوق وابرزا الفوز والألقاب .

8-2-الدوافع الغير مباشرة:

- ممارسة النشاط البدني لإسهامه في رفع قدرة الفرد .
- محاولة إكتساب الصحة واللياقة البدنية عند ممارسة النشاط البدني .
- الوعي بالشعور الاجتماعي الذي يقوم به الرياضي بانتمائه إلى النوادي . (محمد، 1989)

8-3- علاقة الممارسة الرياضية بالجانب النفسي للمراهق :

تعتبر الرياضة عامة والكاراتي خاصة عملية ترويحية لكل من الجنسين ، بحيث تهيئ المراهق لنوع من التداول الفكري و البدني كما تجعلهم يعبرون عن إحساسهم ومشاعرهم التي تتصف بالاضطراب والعنف، فالممارسة الرياضية هامة للصحة النفسية للفرد في العصر الحديث فهي جزء مكمل للحياة الحديثة إذا أردنا توازنها والاحتفاظ بأجهزة الجسم العضوية في حالة لائقة . (خضير، 2006)

9- أهمية التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمراهق :

التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة ، وميدان هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدينة، العقلية، الانفعالية، والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني التي اختيرت لغرض تحقيق هذه الأهداف، وعلى مستوى الدراسة فهو يحقق النمو الشامل والمتزن للتلميذ ويحقق اختياراته البدينة والرياضية التي لها دور هام جدا في عملية التوافق بين العضلات والأعصاب وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به التلميذ من الحركات وهذا من الناحية البيولوجية .

إذا فممارسة نشاطات التربية البدنية والرياضية لها تأثير على جسم المراهق من الناحية البيولوجية وكذلك فهي تأثر على الجانب النفسي والاجتماعي للتلميذ .

9-1- من الناحية النفسية :

ولقد أثبتت الدراسات النفسية الحديثة أن التربية البدنية تلعب دورا هما في الصحة النفسية، وعنصرا هاما في بناء الشخصية الناضجة السوية،كما أن التربية البدنية تعالج كثيرا من الانحرافات النفسية بغرض تحقيق التوافق النفسي للفرد .

كما أن التربية البدنية تشغل الطاقة الزائدة للفرد، فيتحرر بذلك من الكبت والانعزال اللذان يتحولان بمرور الزمن إلى مرض نفسي حاد .

فالتربية البدنية والرياضية لها دور هام في إدماج فرد ضمن الجماعة ، حتى يبتعد عن العقد النفسية كالأنانية وحب الذات ،ويتضح جليا أن للرياضة دور كبير في عملية إشعار السرور والتعبير عن الانفعالات الداخلية للممارسين وتطوير عواطفهم .

9-2- من الناحية الاجتماعية :

إن عملية الاندماج للفرد في المجتمع يفرض عليه حقوقا وواجبات ويعلمه التعاون والمعاملات والثقة بالنفس ،ويتعلم كيفية التوفيق بينما هو صالح له وللمجتمع ويتعلم من خلالها أهمية احترام الأنظمة والقوانين في المجتمع ،وهذه العلاقة الوثيقة موجودة بين التربية البدنية والجانب الاجتماعي ، حيث انه لا يمكن أن ينمو الفرد نموا سليما إلا أذا كان داخل الجماعة، فالإنسان اجتماعي بطبعه.

فالتربية البدنية والرياضية توفرا لفرصة المناسبة للنمو السليم للإفراد وتساعدهم على فهم العلاقات الاجتماعية وتكييفهم معها ،وهي كذلك عامل تجنيد للجماهير الشعبية من أجل الدفاع عن مكاسب البلاد، وتعد عنصرلإحلال السلام في العالم وذلك بتدعيمها للتضامن والتفاهم والتعاون على المستوى الدولي .

10- أهمية ممارسة رياضة الكاراتي دو بالنسبة للمراهقين :

إن ممارسة المراهقين للنشاط البدني عامة ورياضة الكاراتي خاصة توفر لديهم الشروط اللازمة لاتزان الشخصية وتتكون لديهم حالة نفسية متزنة تتماشى مع بيئتهم وإمكانيتهم الحضارية ،كما أن الحل السليم للتخلص من الخبرات والانفعالات التي تعد مناسبة وغير مرغوب فيما هو كبتها في ألا شعور وتحويل الطاقة ووضعها في خدمة الأفكار والانفعالات الشعورية المقبولة اجتماعيا وشخصيا.

فممارسة الكاراتي له دور في إشباع بعض الميول العدواني والميل إلى العنف وخاصة في سن المراهقة دون أن ننسى نقطة هامة وهي أن المراهق يحل اخطر مشاكله طالما كانت سببا في انحرافه وانحلال خلقه ألا وهي وقت الفراغ الذي يمثل شبحا مخيفا أمام طموحات الشباب المراهق ، فينتهون لقاعات التدريب التي تمثل المكان الملائم لإفراغ الطاقات الزائدة.

فالنشاط البدني والممارسة الرياضية للكاراتي وسيلة هامة لملأ الفراغ إلى وقت لإخراج الكبت والارتياح النفسي والتعبير عن الرغبات، ولعل كثيرا من المراهقين المشتركين في النوادي الرياضية للكاراتي وللأنواع المختلفة من الأنشطة الرياضية تجدهم يحسنون كيفية التخلص والخروج من الحالات النفسية التي تقيد أحاسيسهم وشعورهم وهذا بحكم التغيرات الجسمية والعقلية التي تطرأ عليه كما أن لرياضة الكاراتي فائدة روحية وجسمية وعقلية واجتماعية إذ تنمي الروابط بين أفراد المجتمع وتساعد المراهق على تجنب الآفات الاجتماعية كتعاطي المخدرات وبعض الأمراض النفسية كتشاؤم واحتقار الذات فرياضة الكاراتي تجعله يتميز بروح التضامن والتعاون فهو دوما يبحث عن كسب أصدقاء تربطه بهم علاقة حب وتضامن بل يمكن أن يشاركوه في نفس المشاكل التي لا يجد لها حلول في الوسط العائلي أو المدرسي .

إضافة إلى هذا فللكاراتي دور في تنمية الخصائص البدنية كالقوة والسرعة والرشاقة وتجعل الممارسة الدائمة على تأهب للقيام بكل الأعمال بمرونة وخفة جسمية معتبرة هذا فضلا على أنها وسيلة للنمو الجسمي الحركي السليم :

فهي تؤدي إلى استرجاع التمتع بالجسد دون صراعات مع الراشدين والتمتع به بدون خجل والى المرح الجسمي والمتعة الجسدية .

كما تعطى قيمة للجسم وعدم استعماله كآلة فقط وتساعد على النمو الجسمي المتكامل وصلابة الجسم وتساعد المراهق على اجتياز سن مطلع الفتوة بأمان. (خضير، 2006)

خلاصة:

بعد تطرقنا إلى أهم الجوانب التي تدخل تكوين شخصية الإنسان عامة والمراهق خاصة ، لاحظنا أن المراهقة هي فترة من أصعب الفترات التي يمر بها الإنسان ، وذلك لما تتميز به من تغيرات سواء كانت مرفولوجية أو انفعالية أو اجتماعية ، والتي تدخل في تكوين شخصية المراهق،ويتضح لنا من خلال مناقشتنا لمختلف محاور هذا الفصل بان مرحلة المراهقة ليست مجرد تغيير بيولوجي سريع يرتبط بمظهر البلوغ وما يترتب عنه من تحولات بيولوجية وجسمية ، بل هي مرحلة تحول حاسمة تمس الجانب النفسي الاجتماعي للمراهق ، وتندرج بها نحو اكتمال النضج ورغم ما توفره هذه المرحلة من شروط الصراع النفسي وعدم الاستقرار الانفعالي والصعوبة في الاندماج داخل دائرة العلاقات الاجتماعية ، إلا أنها أزمة عادية سرعان ما تزول في إحدى مراحل النمو التي يمر بها الإنسان وينتقل من خلالها من عالم الطفولة إلى بداية الرشد.

وكل هذا يزيد من أهمية الاهتمام بهذه المرحلة سواء كمربين أو باحثين أو حتى كأولياء ، بمعرفة كيفية التوقيف بين التربية السليمة وحاجة المراهق ، وممارسته الأنشطة الرياضية بالطرق السليمة التي لها تأثير فعال وايجابي في هذه المرحلة لأنها تساهم في تنمية الصفات النفسية والاجتماعية للمراهق خاصة وان هذه الأخيرة تتميز باضطرابات ، وبالتالي فممارسة الأنشطة الرياضية وخاصة الكاراتي دو قد تساهم في أن تكون أحد العوامل التي تساعد على تذهيب وتحسين سلوك الفرد وخاصة العدوانية منها .

الباب الثاني :

الدراسة التطبيقية

الفصل الأول :

منهج البحث و الإجراءات الميدانية

1/ منهج البحث:

في ميدان البحث العلمي توجد عدة مناهج للبحث يتم اختيار كل واحد منها على حسب طبيعة المشكلة المطروحة للبحث ، ويعد المنهج المسحي واحد من بين المناهج لكونه الأنسب للوصول إلى أهداف البحث و أقربها لحل المشكلة بالطريقة العلمية .

فالمنهج المسحي يتناسب مع طبيعة المشكلة التي نحن بصدد دراستها و المتمثلة في دور الالعاب المصغرة في تدريس التربية البدنية و الرياضية وفق المقاربة بالكفاءات .

2/عينة البحث :

إن العينة التي تم اختيارها متمثلة في أساتذة التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي عبر ثانويات مدينة مازونة و المتمثلة في سبع (07) ثانويات يأطرها 19 أستاذا في مادة التربية البدنية و الرياضية.

3/مجالات البحث:

أ–المجال البشري: تم توزيع استمارات الاستبيان على 19 استاذا للتربية البدنية و الرياضية في مرحلة التعليم الثانوي .

ب–المجال المكاني: تم توزيع استمارات الاستبيان في ثانويات مازونة و ذلك بعد طلب تسهيل المهمة من طرف رئيس قسم التربية البدنية و الرياضية و موافقة مدراء الثانويات عليها .

ج–المجال الزماني: لقد تم الشروع في البحث ابتداءا من 2014/11/16إلى غاية 2015/06/26 خلال هذه الفترة تم الإلمام بكل ما هو متعلق بالبحث . كما تم صياغة الاستبيان بشكل علمي و التام بعد اخذ أراء الدكتور المشرف و الأساتذة بالمعهد و شرعنا في توزيعها على عينة البحث يوم:2015/02/27و قمنا بجمعهم يوم 2015/03/07 و على عقبها قمنا بتفريغ الاستمارات و إجراء العمليات الإحصائية ثم عملية التحليل و المناقشة للنتائج لينتهي بنا الأمر إلى الخلاصة العامة و التوصيات المقترحة في 2015/05/29 .

4/الدراسة الاستطلاعية :

بعد النظر في الدراسات السابقة، التي استعملت استمارات استبيانية ومقاييس بقياس الضغط المهني والتي بحثنا في أسبابه ومصادره، انتقلنا أيضا إلى الميدان من أجل تكوين فكرة واضحة حول أفراد الدراسة، ومن جهة أخرى لبناء استبيان يعبر بصدق عن مكانة الالعاب الفردية حيث قمنا بزيارة ثانويات مدينة مازونة التي تمثل ميدان دراستنا والتي من شأنها أن تساعدنا في بناء الصور النهائية للاستمارة وعلى أساس الإجابات التي تحصلنا عليها، وملاحظة الشخصية خرجنا بعدة ملاحظات أفادتنا في بحثنا منها:

- إعادة صياغة أسئلة الاستمارة بشكل مبسط لتمثل جميع فئات العينة بمن فيهم ذو مستوى التعليم الابتدائي.
- إضافة بعض الأسئلة التي لفت انتباهنا إليها أفراد العينة.
- حذف بعض الأسئلة التي وجدنا أنها لا تفيد في دراستنا.

ومن أجل هذه الملاحظات شكلنا استبيان في هذا الشأن وعرضناه على مجموعة من المحكمين من معهد التربية البدنية بجامعة مستغانم .

- مدى وضوح البنود والتعليمات وسلامتها لغويا.
- مدى ارتباط البنود بالتعليمات والجانب المدروس.
- مدى ملاءمة العبارات لقياس لما أعدت له.
- إضافة أي معلومات أو تعديلات أو بنود يرونها مناسبة.

وبعد جمع الاستبيانات المحكمة تم مراجعة اقتراحات المحكمين والتعديلات التي رآها مناسبة .

5/ الشروط العلمية للأداة:

أ- الصدق: تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقاييس والاختبارات وهو يتعلق أساسا بنتائج الاختبار (آخرون، 1996). كما يشير "تابلر": أن الصدق يعتبر أهم اعتبار يجب توافره في الاختبار (صبحي) ، يحدد "كيورتن" الصدق باعتباره تقدير للارتباط بين الدرجات الخام للاختبار والحقيقة الثابتة ثباتا تاما (ابراهيم، 1999).

ب- الثبات: إذا أجري اختبار ما على مجموعة من الأفراد ورصدت درجات كل فرد في هذا الاختبار ثم أعيد إجراء هذا الاختبار على نفس هذه المجموعة ، ورصدت أيضا درجات كل فرد ودلت النتائج على أن الدرجات التي حصل عليها الطالب في المرة الأولى لتطبيق الاختبار هي نفس الدرجات التي حصل عليها هؤلاء الطلبة في المرة الثانية، استنتجنا من ذلك أن نتائج الاختبار ثابتة تماما لأن نتائج القياس لم تتغير في المرة الثانية بل ظلت كما كانت قائمة في المرة الثانية (ابراهيم، 1999).

ج- الموضوعية: من العوامل المهمة التي يجب أن تتوفر في الاختبار الجيد شرط الموضوعية والذي يعني التحرر من التحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كآرائه وأهوائه الذاتية وميوله الشخصي وحتى تحيزه أو تعصبه، فالموضوعية تعني أن تصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا لا كما نريدها أن تكون (ابراهيم، 1999).

6/ادوات البحث:

إن البحث الذي نحن بصدد دراسته المتمثل في دور الألعاب المصغرة في تدريس التربية البدنية و الرياضية و عليه تم إعداد استمارة استبيان متكونة من محورين هي كالآتي:

-محور الحالة الشخصية.

-محور التكوين المهني.

4-1/استمارة استبيان:

الاستبيان هو احد الوسائل المستعملة في جمع المعلومات ،كما يعتبر احد أدوات البحث و هو يتمثل في أسئلة يتم تحضيرها انطلاقا من أهداف و فرضيات البحث .

الاستبيان الذي قمنا به يشتمل على 37 سؤالا مقسم على محورين و الأسئلة متنوعة بين الأسئلة المتعلقة فيها الجواب بـ :(نعن)،(لا)،(أحيانا) و أخرى مفتوحة مصدرها من صلب المشكلة و تتمحور حول معرفة انسب الطرائق لاعتمادها في تدريس بالمقاربة بالكفاءات و دورها في تحسين المستوى الحركي للتلميذ.

7/الدراسة الاحصائية:

من اجل تحليل و ترجمة النتائج المتحصل عليها من خلال الاسئلة التي طرحت في الاستبيان على العينة المختارة اعتمدنا على طريقة الاحصاء مستخدمين في ذلك النسبة المئوية وفق المعادلة التالية:(محاضرة في الاحصاء في التربية البدنية و الرياضية – د حرشاوي يوسف . جامعة مستغانم)

النسبة المئوية=عدد نوع الاجابة ÷ عدد افراد العينة × 100

كما استعملنا اختبار (كا^2) الذي يعتبر واحدا من اكثر اختبارات الاحصاء اللابورومتري اهمية في العديد من الاغرض ، و يستخدم اختبار (كا^2) عندما تكون البيانات مأخوذة من عينات كبيرة مستقلة ، وهو متعامل به في الدراسات المسحية لذلك اعتمدنا عليهو مادلته كما يلي:(الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية و الرياضية – دومحمد نصر الدين رضوان . الطبعة 1 .2002.دار الفكر العربي)

(كا^2)= مج (التكرار الواقعي- التكرار المتوقع)^2 ÷ التكرار المتوقع

التكرار الواقعي: عدد الايجابات.

التكرار المتوقع: مجموع الايجابات من السؤال على عدد الخانات .

8/صعوبات البحث:

- لقلة المراجع المتعلقة بالمقاربة بالكفاءات و بالأخص الجديد عن المنهج.
- لعدم التحكم و الالتزام بالوقت من طرف أساتذة عينة البحث .
- لعدم استرجاع الاستبيان في الوقت المحدد .
- لتماطل إدارة الثانويات أثناء إجرائنا لتقسيم الاستبيان.
- ضيق الوقت بسبب الجدول الزمني الدراسي و التربص .

الفصل الثاني :

تحليل و مناقشة النتائج

عرض النتائج و مناقشتها.

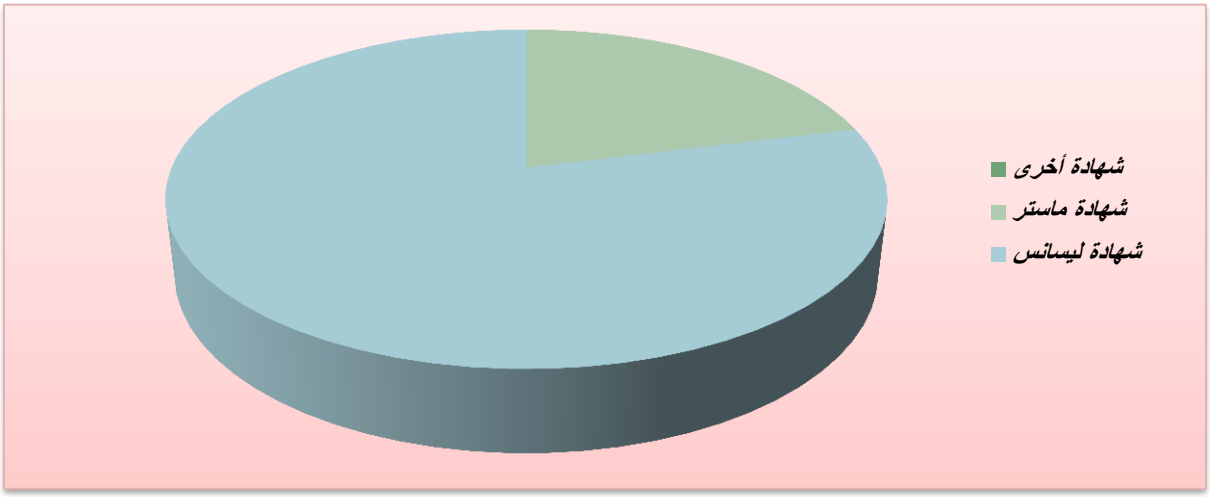
المحور الاول: الحالة الشخصية.

السؤال الاول: الشهادة المحصل عليها؟

	شهادة ليسانس	شهادة ماستر	شهادة أخرى
عدد الاجابات	15	04	00
النسبة المئوية	%78.95	%21.05	%00
كـا^2 المحسوبة.		6.37	
كـا^2 الجدولية		5.99	

جدول رقم 01 يبين شهادة الاستاذ المحصل عليها.

نلاحظ من الجدول رقم 01 أن أغلبية الأساتذة متحصلون على شهادة ليسانس و عددهم 15 أستاذا و الذين يمثلون نسبة 78.95 % ،اما الأساتذة المتبقون و عددهم 04 و هم يمثلون نسبة 21.05 % حاصلين على شهادة ماستر. أما نتائج اختبار حسن المطابقة(كا^2) فتبين أن قيمة (كا^2) المحسوبة و التي تقدر بـ: 6.37 اكبر من (كا^2) الجدولية و هي 5.99 و ذلك عند درجة الحرية (ن-1)=(1) و مستوى الدلالة(0.05) مما يدل على انه يوجد فرق معنوي له دلالة احصائية بين ايجابات الاساتذة حول نوع الشهادة المتحصل عليها .



شكل 01 يبين الشهادة المحصل عليها

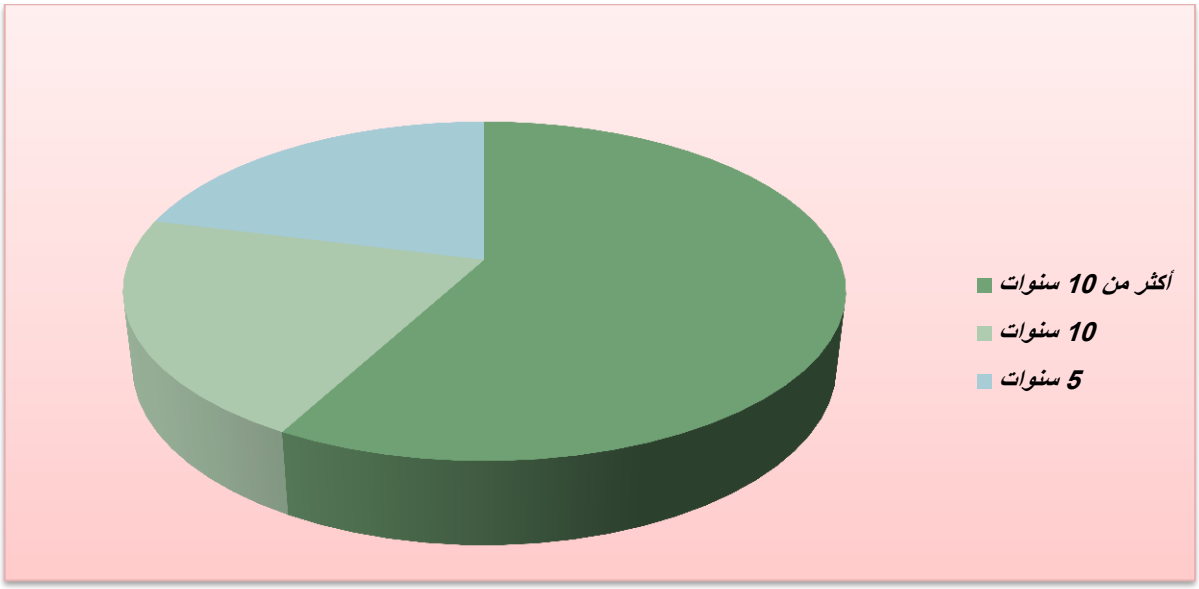
السؤال الثاني : عدد سنوات الخبرة

5 سنوات 10 سنوات أكثر من 10 سنوات

عدد الاجابات	04	04	11
النسبة المئوية	%21.05	%21.05	%57.9
كـا^2 المحسوبة.	6.60		
كـا^2 الجدولية	5.99		

جدول رقم 01 يبين عدد سنوات الخبرة.

نلاحظ من خلال الجدول رقم 02 ان اغلبية اساتذة مدينة مازونة لديهم خبرة مهنية تفوق 10سنوات وعددهم 11 بنسبة مئوية تقدر بـ 57.9% ،وهناك 04اساتذة خبرتهم المهنية 05 سنوات فاقل بنسبة مئوية تقدر بـ 21.05 % ،و04الاساتذة المتبقون فخبرتهم المهنية اكبرمن 10 سنوات بنسبة 21.05 . وللتاكد من صدق النتائج باستعمال اختبار حسن للمطابقة (كا^2) ، فكانت قيمة (كا^2) المحسوبة المقدرة بـ :6.6 والتي هي اكبر من (كا^2) الجدولية التي قدرت بـ: 5.99 ، عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة احصائية في سنوات الخبرة المهنية للاساتذة .



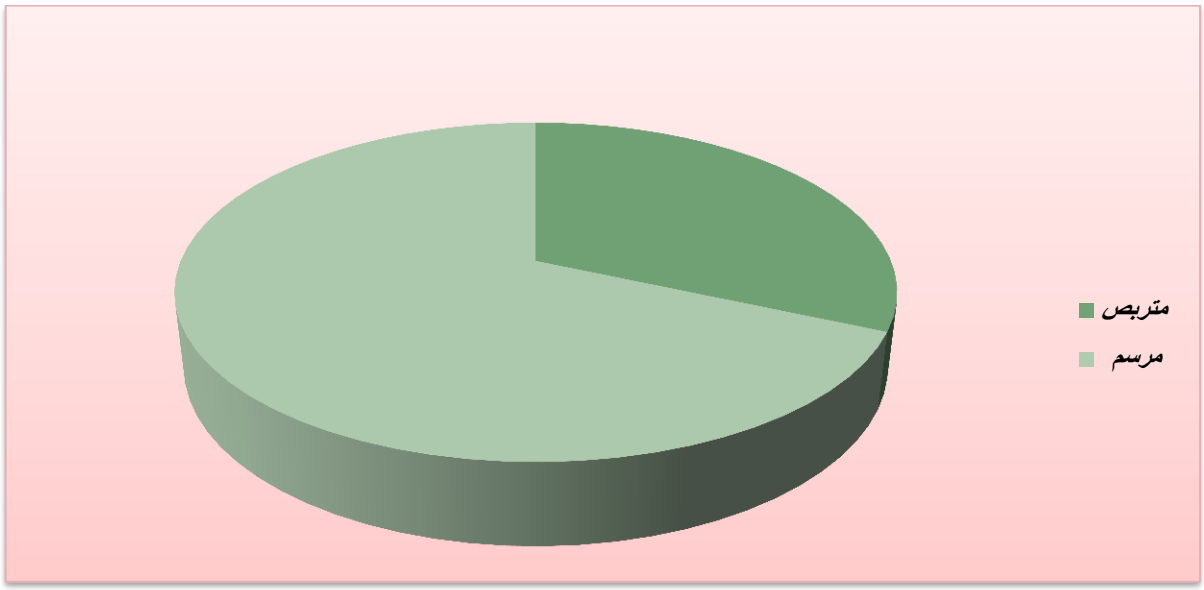
شكل 02 يبين عدد سنوات الخبرة

السؤال الثالث : الوضعية المهنية .

	مرسم	متربص
عدد الاجابات	13	06
النسبة المئوية	68.42 %	31.58%
كا^2 المحسوبة	2.58	
كا^2 الجدولية	3.84	

جدول03 يبين الوضعية المهنية

نلاحظ من خلال الجدول رقم 03 ان معظم اساتذة مدينة مازونة مرسمون وعددهم 13 بنسبة 68.42 ، والاساتذة المتبقون غير مرسمين وعددهم 06 بنسبة 31.52 ، وللتاكد من صدق النتائج نستعمل اختبار حسن المطابقة (كا^2) ، كانت قيمة (كا^2) المحسوبة مقدرة بـ: 2.58 ، والتي هي اصغر من (كا^2) الجدولية التي قدرت بـ: 3.84 ، عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة احصائية في الوضعية المهنية للاساتذة .



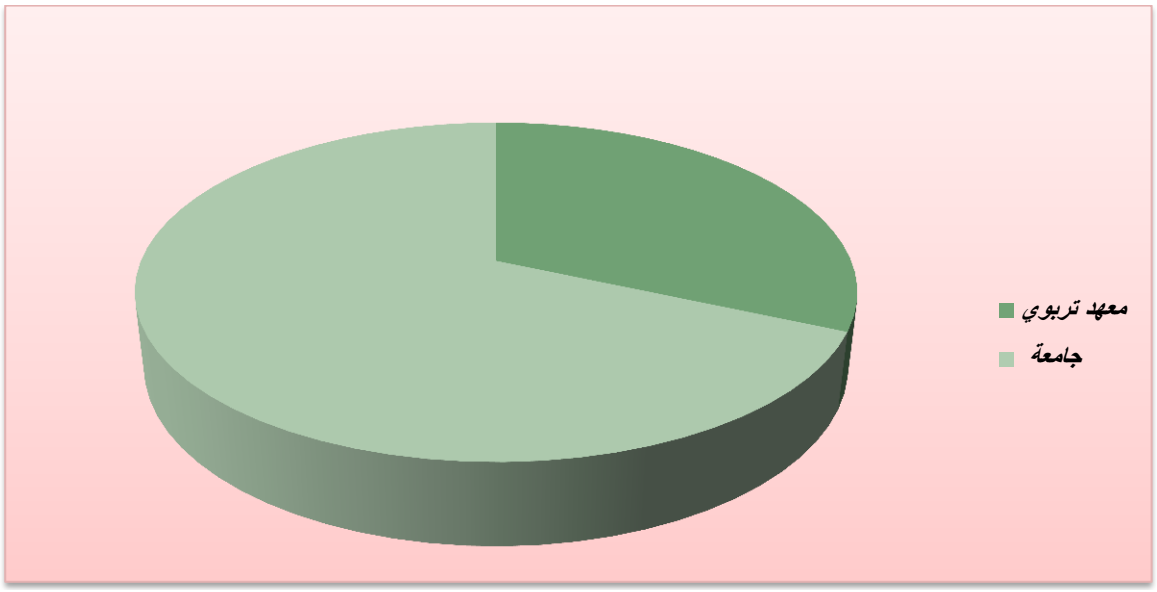
شكل 03 يبين الوضعية المهنية

السؤال الرابع : المؤسسة التكوينية

	جامعة	معهد تربوي
عدد الاجابات	13	06
النسبة المئوية	68.42 %	31.58%
كا^2 المحسوبة	2.58	
كا^2 الجدولية	3.84	

جدول04 يبين المؤسسة التكوينية

نلاحظ من خلال الجدول رقم 04 ان اغلبية اساتذة مدينة مازونة لديهم تكوين في الجامعات وعددهم 13 بنسبة مئوية قدرت بـ : 68.42% ، والاساتذة المتبقون لديهم تكوين في المعاهد التربوية وعددهم 06 بنسبة مئوية قدرت بـ : 31.58% . وللتاكد من صدق النتائج وباستعمال اختبار حسن المطابقة (كا^2) ، كانت قيمة (كا^2) المحسوبة 2.58 ، والتي هي اصغر من (كا^2) الجدولية التي قدرت بـ: 3.84 ، عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة احصائية في المؤسسة التكوينية للاساتذة .



شكل 04 يبين المؤسسة التكوينية .

الاستنتاج:

تبين لنا من خلال تحليل الجداول 1-2-3-4 ان نسبة كثيرة من العينة المدروسة تمثل اساتذة لهم شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية بعد تكوين 04 سنوات ، وجعلهم يتمتعون بخبرة مهنية كبيرة في مجال التعليم ، واغلبيتهم لم يتلقوا تكوينا خاصا في مجال الالعاب المصغرة وهو بمثابة منهاج جديد عليهم .

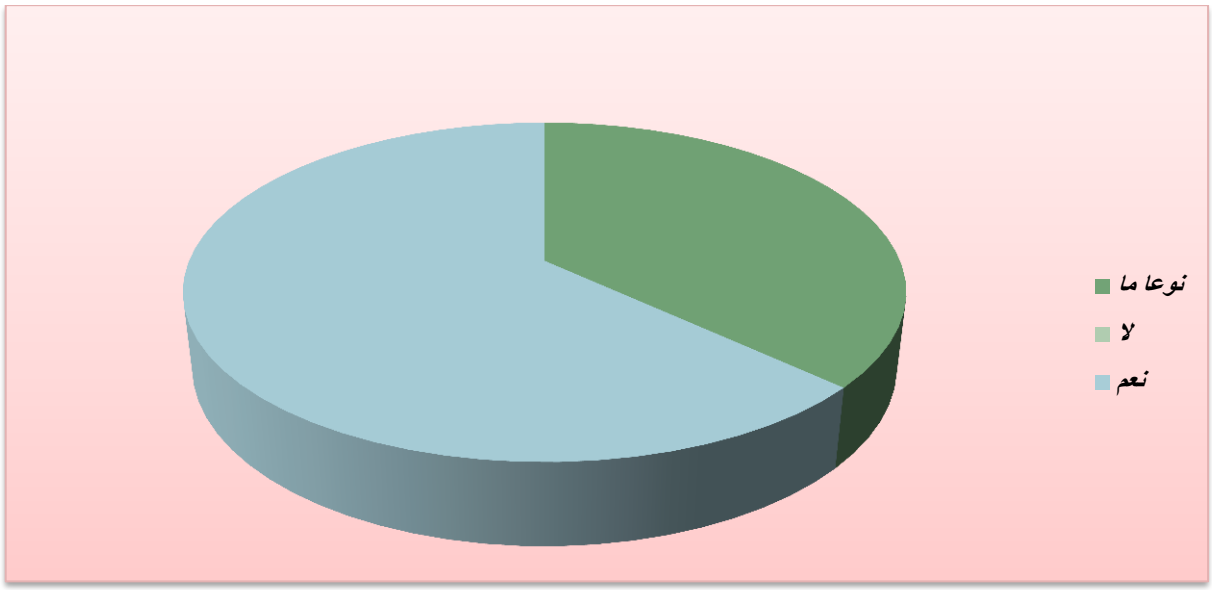
المحور الثاني : التكوين المهني .

السؤال الاول : هل تلقيتم تكوينا بيداغوجيا و علميا فيما يخص مقياس تعليم الألعاب المصغرة ؟

	نعم	لا	نوعا ما
عدد العينة	12	0	07
النسبة المئوية	%63.16	%0	%36.84
$كا^2$ المحسوبة	1.32		
$كا^2$ الجدولية	5.99		

جدول 05 يبين التكوين البيداغوجي و العلمي للاستاذ

نلاحظ من خلال الجدول رقم 05 ان اغلب الاساتذة تلقوا تكوينا بيداغوجيا و علميا وعددهم 12 بنسبة 63.16% ، اما الساتذة المتبقون وعددهم 07 لم يتلقوا تكوينا بيداغوجيا و علميا جيدا بنسبة 36.84%.
ومن خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول اعلاه باستخدام اختبار حسن المطابقة ($كا^2$) وجدنا ان ($كا^2$) المحسوبة المقدرة بـ : 1.32 اقل من ($كا^2$)الجدولية التي قدرت بـ: 5.99 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة احصائية في ايجابات الاساتذة .



شكل 05 يبين التكوين البيداغوجي و العلمي للاستاذ

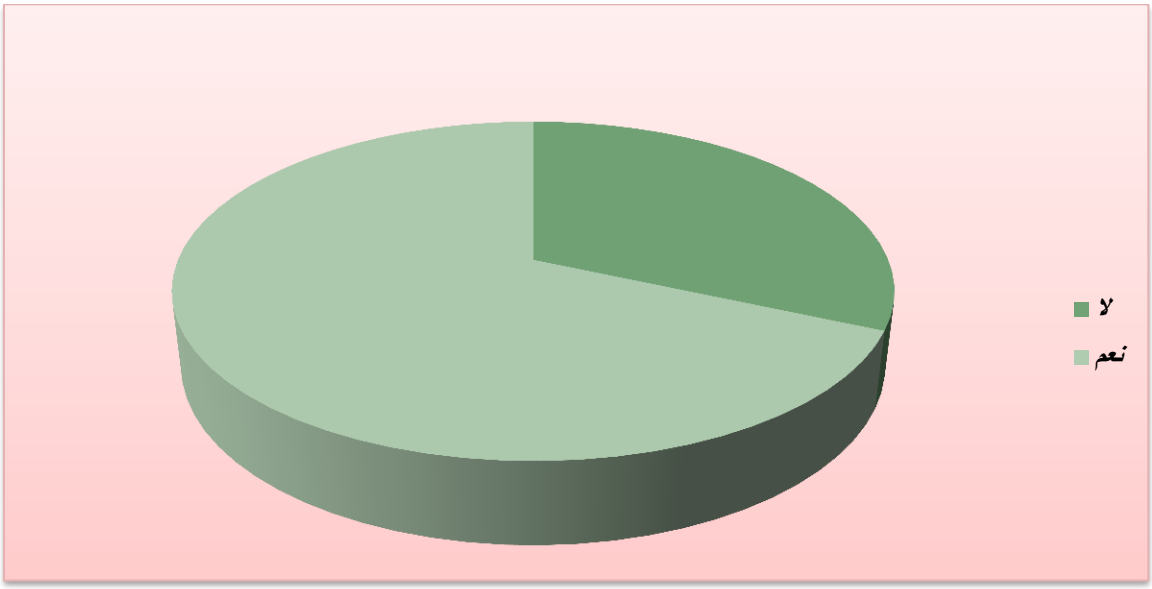
السؤال الثاني: هل استفدتم من تكوين تربوي خاص باللعب و الالعاب الموجهة ؟

	نعم	لا
عدد العينة	13	06
النسبة المئوية	%68.42	%31.58
$كا^2$ المحسوبة	2.74	
$كا^2$ الجدولية	3.84	

جدول 06 يمثل مدى الاستفادة من التكوين التربوي خاص باللعب و الالعاب

يبين الجدول رقم(06) أن معظم الأساتذة استفادوا من التكوين التربوي الخاص باللعب و الألعاب و عددهم 13 بنسبة 68,42% أما بقية الأساتذة لم يستفيدوا من التكوين التربوي الخاص باللعب و الألعاب بشكل جيد و عددهم 06 بنسبة 31,58%

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:2,74 اقل من (كا^2) الجد ولية المقدرة ب:3,84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات الأساتذة .



شكل 06 يبين مدى الاستفادة من التكوين التربوي خاص باللعب و الالعاب

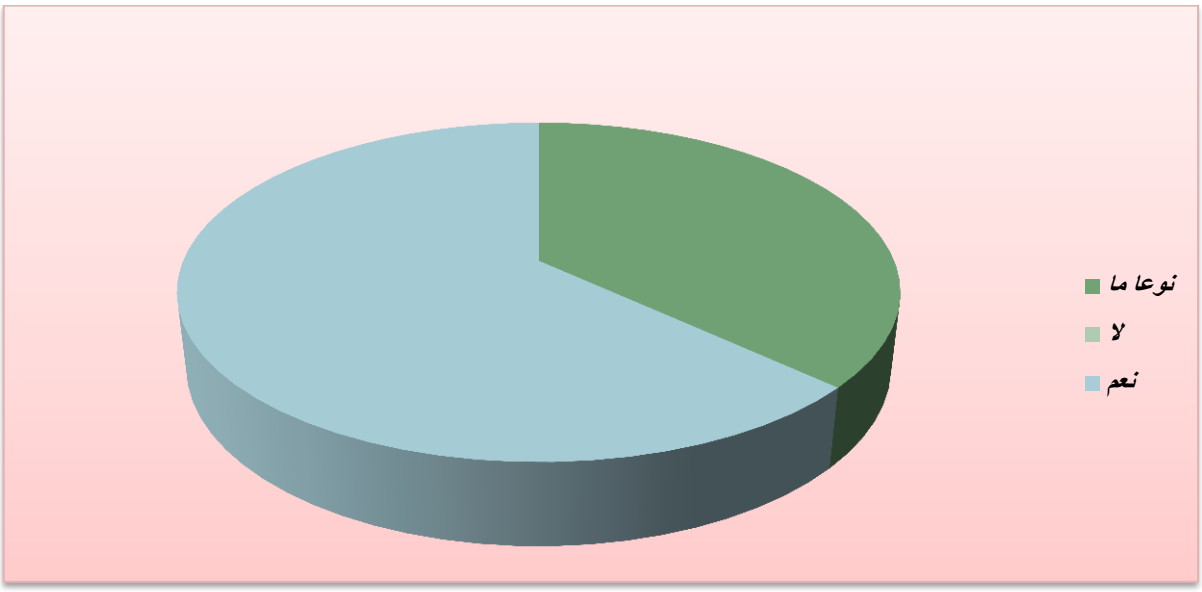
السؤال الثالث : هل استفدتم من التكوين اثناء الخدمة؟

	نعم	لا	نوعا ما
عدد العينة	12	0	07
النسبة المئوية	%63.16	0	%36.84
كا^2 المحسوبة	1.32		
كا^2 الجدولية	5.99		

الجدول 07 يمثل مدى استفادة الأساتذة أثناء الخدمة.

نلاحظ من خلال الجدول رقم(07) ان اغلب الأساتذة استفادوا من التكوين أثناء الخدمة و عددهم 12بنسة 63,16% ، أما المتبقون لم يستفيدوا من التكوين أثناء الخدمة بشكل جيد و عددهم 07 بنسبة 36,84%.

من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول اعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة (كا^2) وجدنا ان (كا^2) المحسوبة التي قدرة ب :1,32اصغر من (كا^2) الجدولية التي قدرة ب:5,99 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة احصائية في ايجابات الاساتذة .



شكل 07 يبين مدى استفادة الأساتذة أثناء الخدمة.

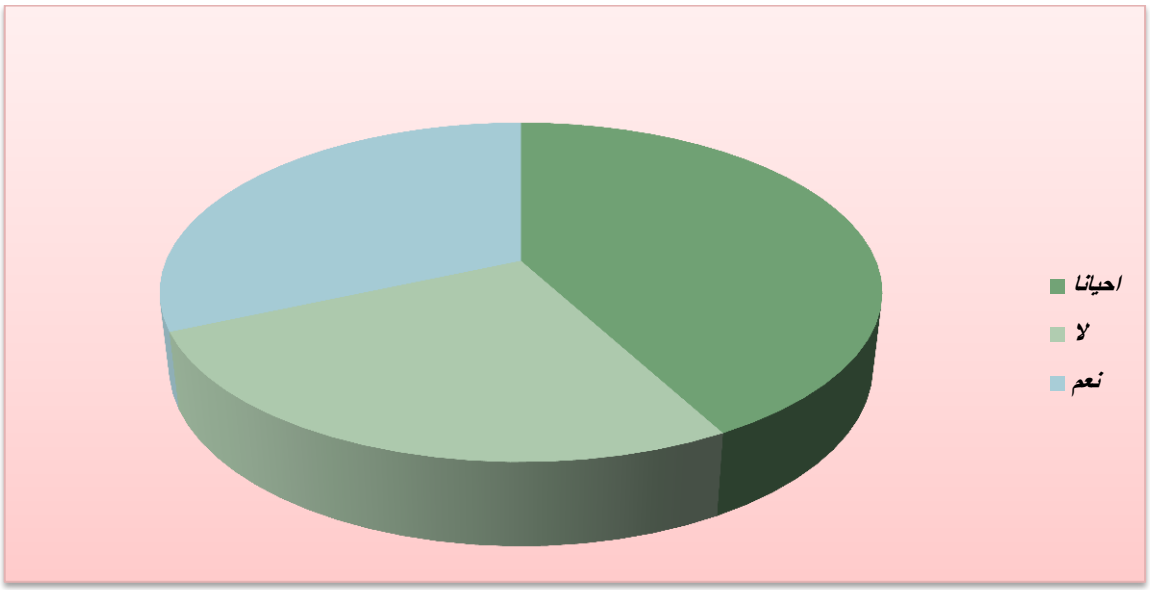
السؤال الرابع : هل تعمل على استحالة التلميذ باللعب نحو الحصة؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	06	05	08
النسبة المئوية	%31.58	%26.32	%42.10
كا^2 المحسوبة	3.66		
كا^2 الجدولية	5.99		

الجدول 08 يمثل مدى استحالة التلميذ باللعب نحو الحصة

من خلال الجدول رقم(08) نلاحظ ان اراء الاساتذة تقريبا متساوية حيث ان 06 اساتذة بنسبة%31,58 يعملون على استحالة التلميذ باللعب نحو الحصة و هناك 05 اساتذة بنسبة 26,32% لا يعملون على استحالة التلميذ باللعب نحو الحصة اما الاساتذة المتبقون و عددهم 08 بنسبة 42,10% احيانا ما يعملون على استحالة التلميذ باللعب نحو الحصة.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:3,66 اقل من (كا^2) الجد ولية المقدرة ب:5,99 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات الأساتذة .



شكل 08 يمثل مدى استحالة التلميذ باللعب نحو الحصة

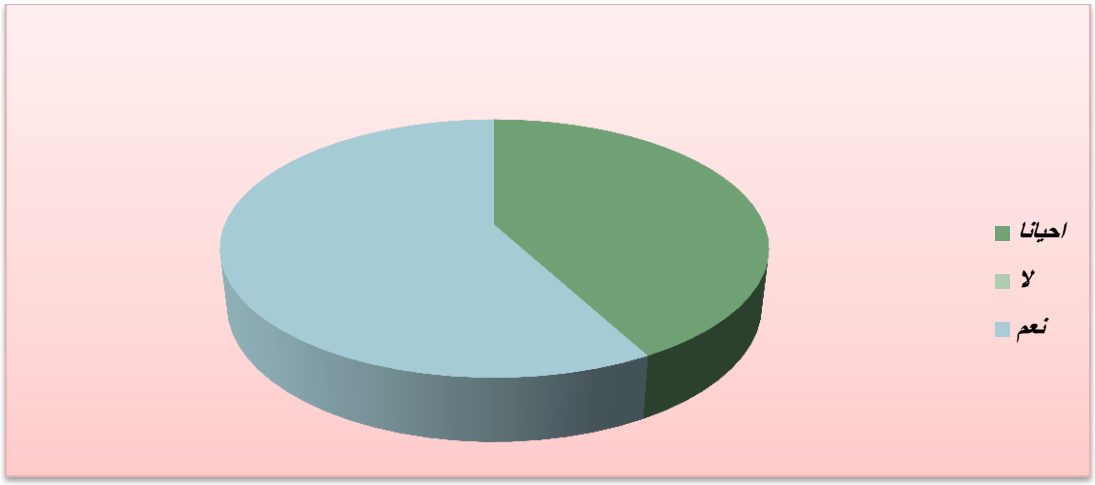
السؤال الخامس : هل تمارس اللعب مع التلميذ في الحصة العلمية ؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	11	0	08
النسبة المئوية	%57.89	0	%42.11
$كا^2$ المحسوبة	0.47		
$كا^2$ الجدولية	5.99		

الجدول 09 يمثل مدى ممارسة الاستاذ اللعب مع التلميذ اثناء الحصة العملية .

نلاحظ من خلال الجدول رقم(09)ان الاساذة الذين يمارسون اللعب مع التلميذ في الحصة العملية وعددهم 11 بنسب مئوية قدرة بـ:57,89% والبقية يمارسون اللعب مع التلاميذ في الحصة العملية احيانا وعددهم 08 بنسبة42,11% تقريبا متساوية حيث ان الفرق بينهما ليس كبير مع انعدام الاساتذة الذين لا يمارسون اللعب مع التلميذ اثناء الحصة العملية.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة($كا^2$) حيث وجدنا إن ($كا^2$) المحسوبة المقدرة ب:0,47 اقل من ($كا^2$) الجد ولية المقدرة ب:5,99 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



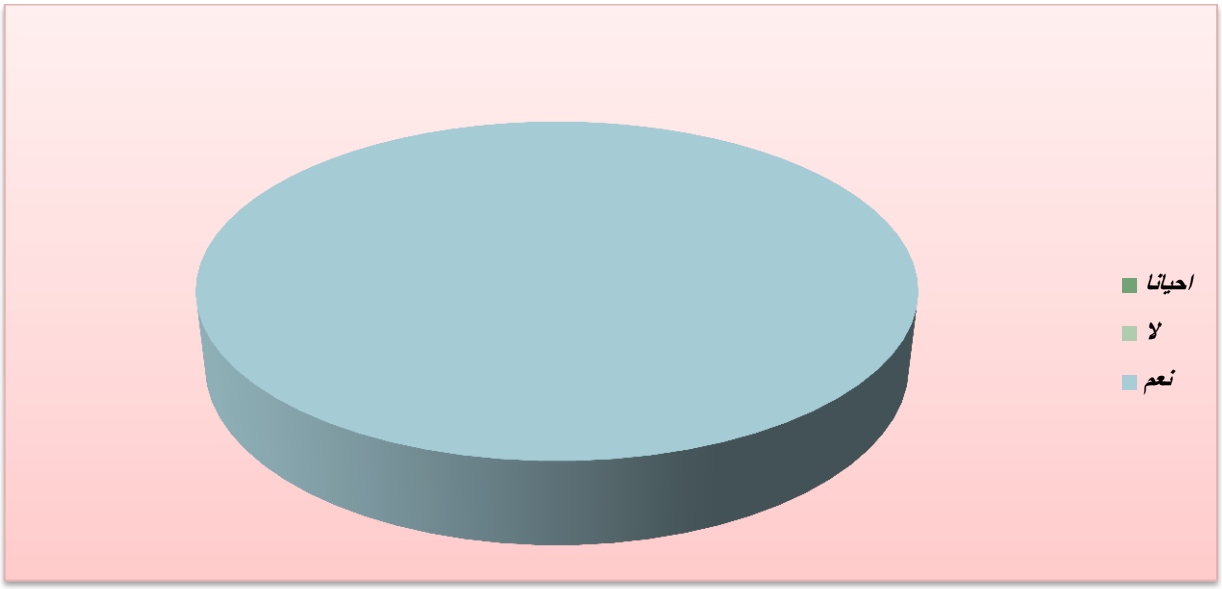
شكل 09 يمثل مدى ممارسة الاستاذ اللعب مع التلميذ اثناء الحصة العملية .

السؤال السادس :هل تمارس اللعب المنظم مع التلميذ؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	19	0	0
النسبة المئوية	%100	%0	%0
كا^2 المحسوبة	9.5		
كا^2 الجدولية	5.99		

الجدول 10 يمثل مدى ممارسة اللعب المنظم في الحصة

من خلال الجدول رقم 10 ان كل الاساتذة يمارسون اللعب المنظم مع التلميذ و عددهم 19 بنسبة 100% و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:9,5% اكبر من (كا^2) الجد ولية المقدرة ب:5,99 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



شكل 10 يمثل مدى ممارسة اللعب المنظم في الحصة

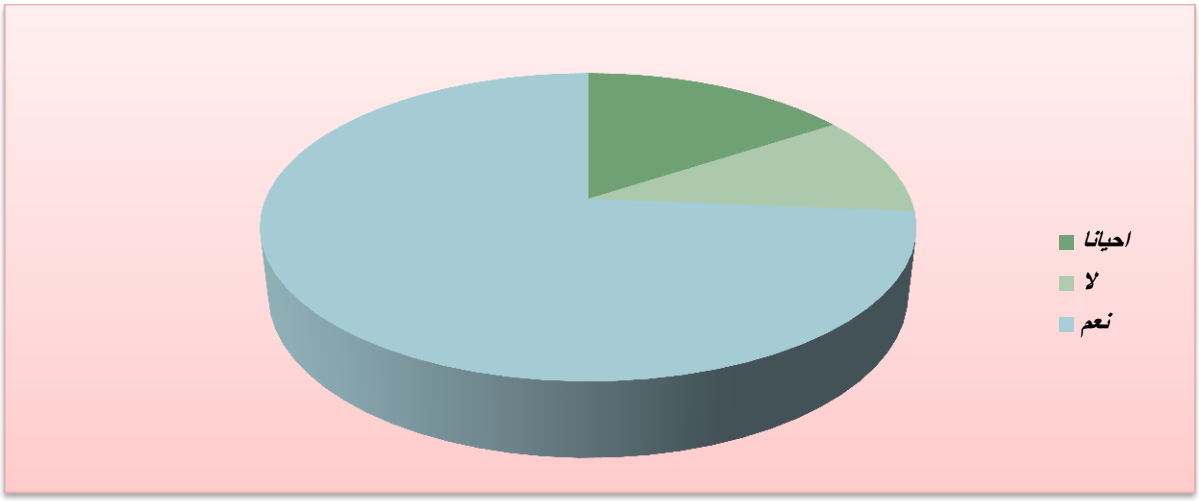
السؤال السابع :هل تختار بنفسك طريقة اللعب مع التلميذ في الحصة ؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	14	02	03
النسبة المئوية	%73.68	%10.53	%15.79
كا^2 المحسوبة	11.66		
كا^2 الجدولية	5.99		

الجدول رقم 11 يمثل مدى اختيار الأستاذ طريقة اللعب مع التلميذ أثناء الحصة

من خلال الجدول رقم 11 نلاحظ ان معظم الاساتذة يختارون اسلوب اللعب مع التلميذ و عددهم 14 بنسبة 73,68% وهناك استاذين لا يختارون طريقة اللعب في الحصة مع التلميذ و تقدر نسبتهم المئوية 10,53%اما الاساتذة المتبقون احيانا ما يختارون اسلوب لعب مع التلميذ في الحصة وعددهم 03 بنسبة 15,79.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة($كا^2$) حيث وجدنا إن ($كا^2$) المحسوبة المقدرة ب:11,66 اكبر من ($كا^2$) الجد ولية المقدرة ب:5,99 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



شكل 11 يمثل مدى اختيار الأستاذ طريقة اللعب مع التلميذ أثناء الحصة

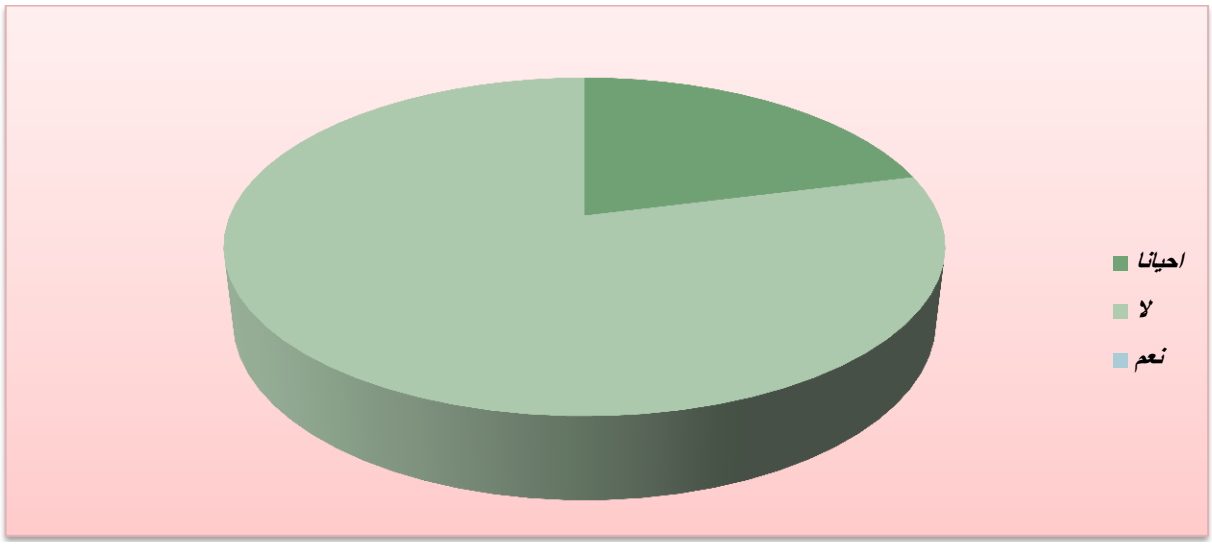
السؤال الثامن : هل تمارس اللعب مع التلميذ في الحصة ؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	0	15	04
النسبة المئوية	0%	78.95%	%21.05
$كا^2$ المحسوبة	6.36		
$كا^2$ الجدولية	5.99		

الجدول رقم12 يمثل مدى مشاركة الاساتذة اللعب مع التلميذ في الحصة

من خلال الجدول رقم12 ان معظم الأساتذة لا يمارسون اللعب مجبرين مع التلاميذ في الحصة بنسبة 78,95% و هناك 04 أساتذة احيانا ما يمارسون اللعب مجبرين مع التلاميذ في الحصة بنسبة 21,05% مع انعدام الاساتذة الذين يمارسون اللعب مع التلميذ مجبرون.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة($كا^2$) حيث وجدنا إن ($كا^2$) المحسوبة المقدرة ب:6,36 اكبر من ($كا^2$) الجد ولية المقدرة ب:5,99 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



شكل 12 يمثل مدى مشاركة الاساتذة اللعب مع التلميذ في الحصة.

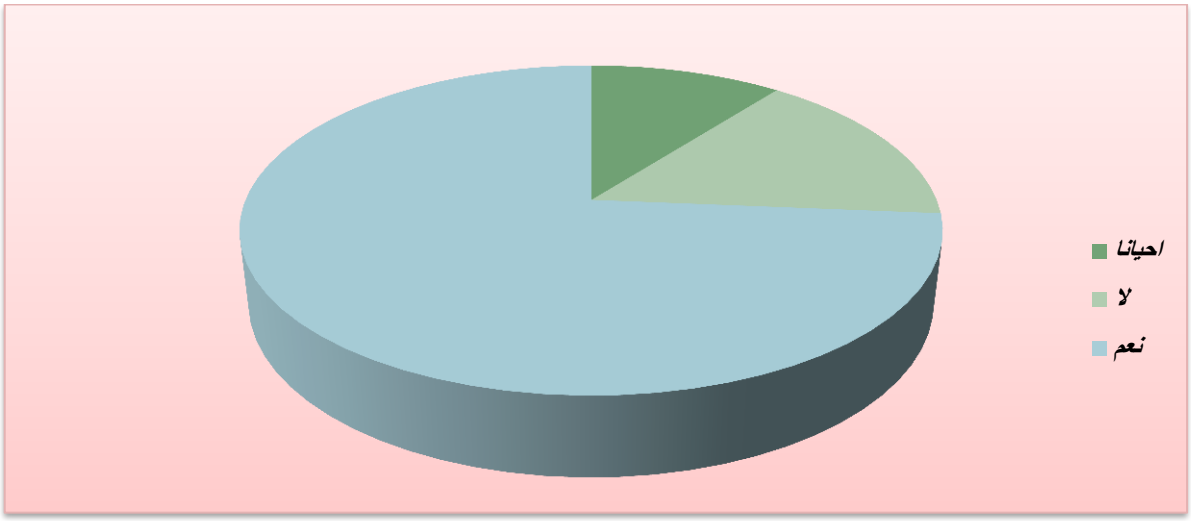
السؤال التاسع:هل تتبع اساليب معينة في اللعب مع التلميذ؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	14	03	02
النسبة المئوية	%73.68	%15.79	%10.53
$كا^2$ المحسوبة	11.66		
$كا^2$ الجدولية	5.99		

الجدول 13 يمثل مدى اتباع الاستاذ اساليب معينة مع التلميذ اثناء الحصة

من خلال الجدول رقم 13 نلاحظ ان معظم الاساتذة يتبعون اساليب معينة في اللعب مع التلميذ عددهم 14 بنسبة 73,68% وهناك استاذين احيانا ما يتبعون اسلوب معين في اللعب مع التلميذ و تقدر نسبتهم المئوية 10,53%اما الاساتذة المتبقون لايتبعون اسلوب معين في اللعب مع التلميذوعددهم03 بنسبة 15,79%.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة($كا^2$) حيث وجدنا إن ($كا^2$) المحسوبة المقدرة ب:11,66 اكبر من ($كا^2$) الجدولية المقدرة ب:5,99 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



شكل 13 يمثل مدى اتباع الاستاذ اساليب معينة مع التلميذ اثناء الحصة

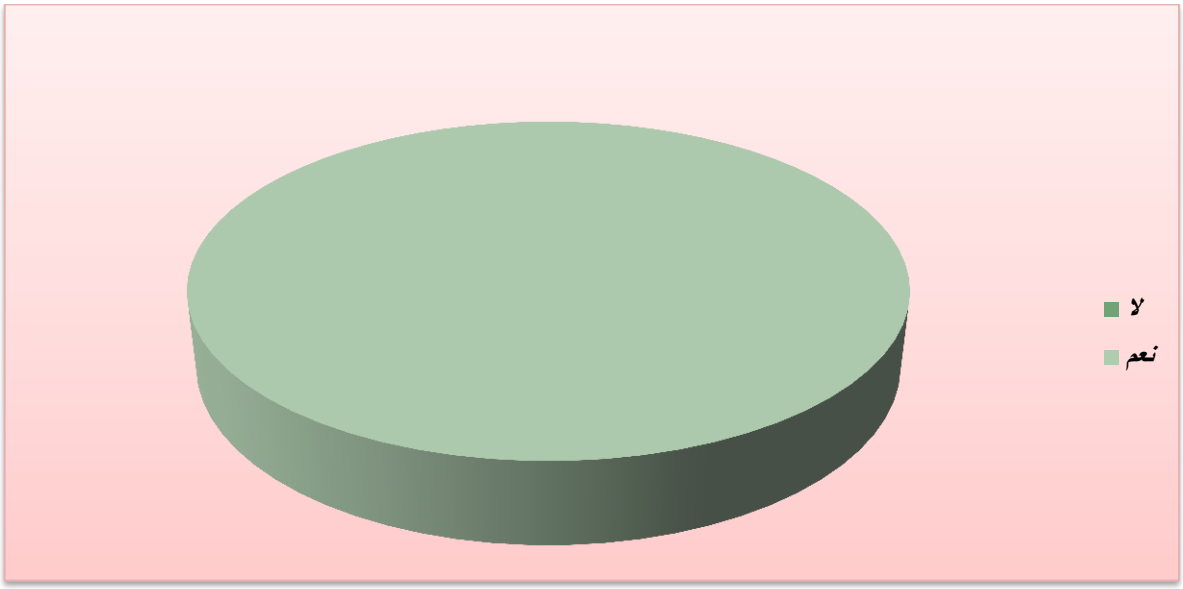
السؤال العاشر : هل لديكم فكرة عن الالعاب المصغرة في التدريس؟

	نعم	لا
عدد العينة	19	0
النسبة المئوية	%100	%00
كا^2 المحسوبة	9.5	
كا^2 الجدولية	3.84	

الجدول رقم 14 يمثل مدى معرفة أي فكرة عن الالعاب المصغرة في التدريس

من خلال الجدول رقم 14 نلاحظ ان كل الاساتذة لديهم فكرة عن الالعاب المصغرة في التدريس.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:9,5 اكبر من (كا^2) الجد ولية المقدرة ب:3,84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



شكل 14 يمثل مدى معرفة أي فكرة عن الالعاب المصغرة في التدريس .

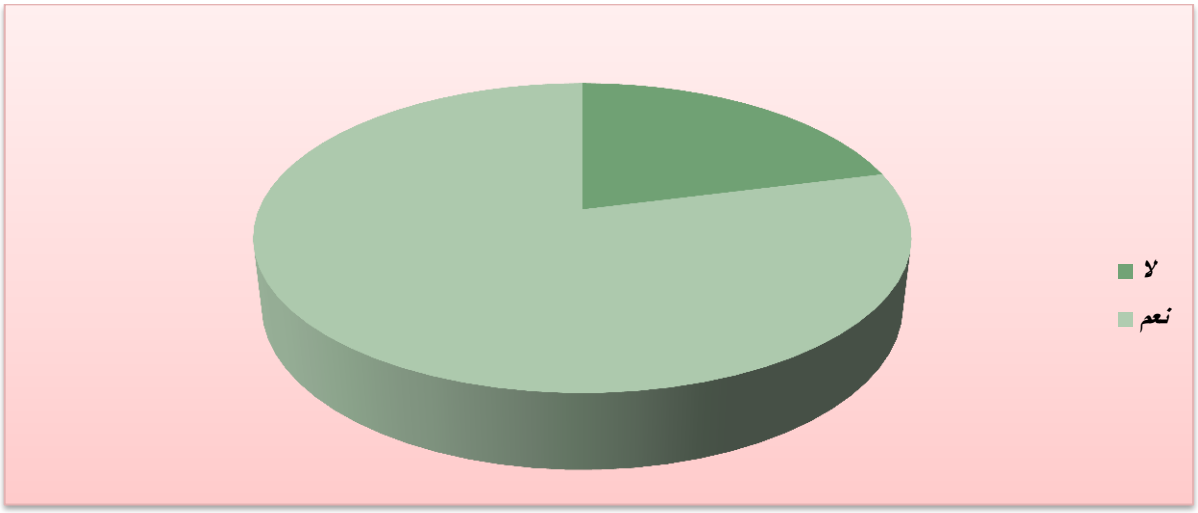
السؤال الحادي العاشر : هل التدريس بالكفاءات تتطلب استعمال الالعاب المصغرة للتدريس؟

	نعم	لا
عدد العينة	15	04
النسبة المئوية	%78.95	%21.05
كا^2 المحسوبة	6.36	
كا^2 الجدولية	3.84	

الجدول15 يمثل اراء الاساتذة حول تطلب استعمال الالعاب المصغرة للتدريس بالكفاءات

من خلال الجدول اعلاه نلاحظ ان اغلبية الاساتذة اجمعوا على ان الكفاءات التدريسية تتطلب استعمال الالعب المصغرة للتدريس و عددهم15 بنسبة 78,95% و الاساتذة المتبقون و عددهم 04 بنسبة 21,05% قالوا الكفاءات التدريسية بالمنهاج لا تتطلب استعمال الالعاب المصغرة للتدريس.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:6,36 اكبر من (كا^2) الجد ولية المقدرة ب:3,84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



شكل 15 يمثل اراء الاساتذة حول تطلب استعمال الالعاب المصغرة للتدريس بالكفاءات .

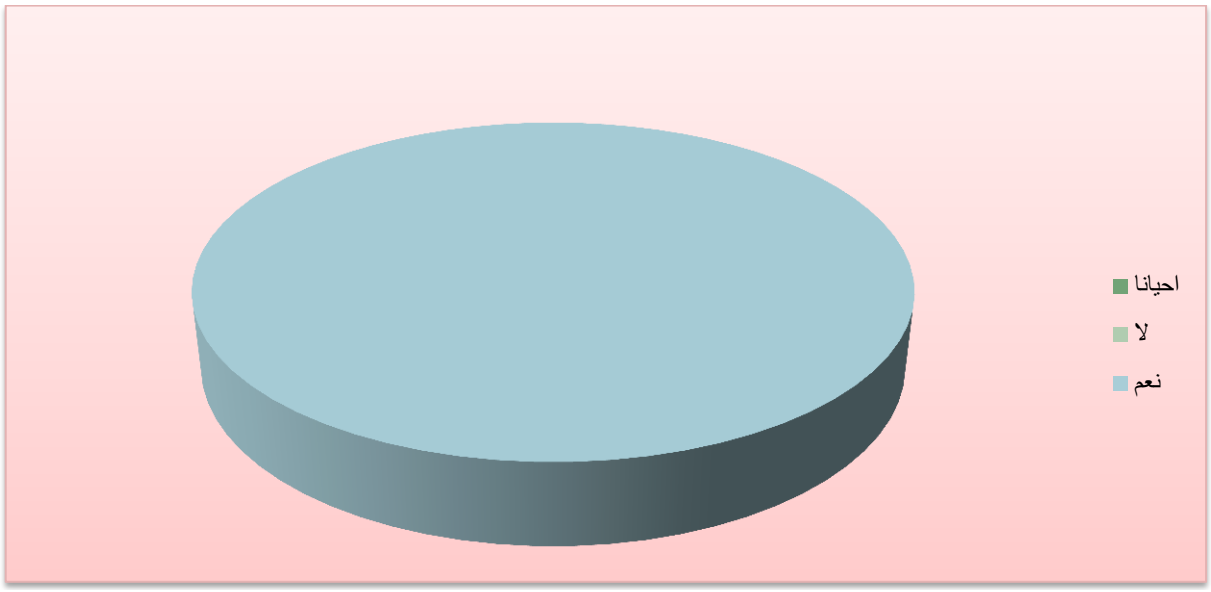
السؤال الثاني عشر: هل استعمال الالعاب المصغرة تزيد من انجذاب التلميذ نحو الحصة؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	19	0	0
النسبة المئوية	%100	%00	%00
كا^2 المحسوبة	9.5		
كا^2 الجدولية	5.99		

جدول 16 يبين أراء حول انجذاب التلاميذ نحو الحصة

من خلال الجدول اعلاه نلاحظ ان جميع الاساتذة اجمعوا على ان الالعاب المصغرة تزيد من انجذاب التلميذ نحو الحصة.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:9,5 اكبر من (كا^2) الجد ولية المقدرة ب:3,84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



شكل 16 يبين أراء حول انجذاب التلاميذ نحو الحصة

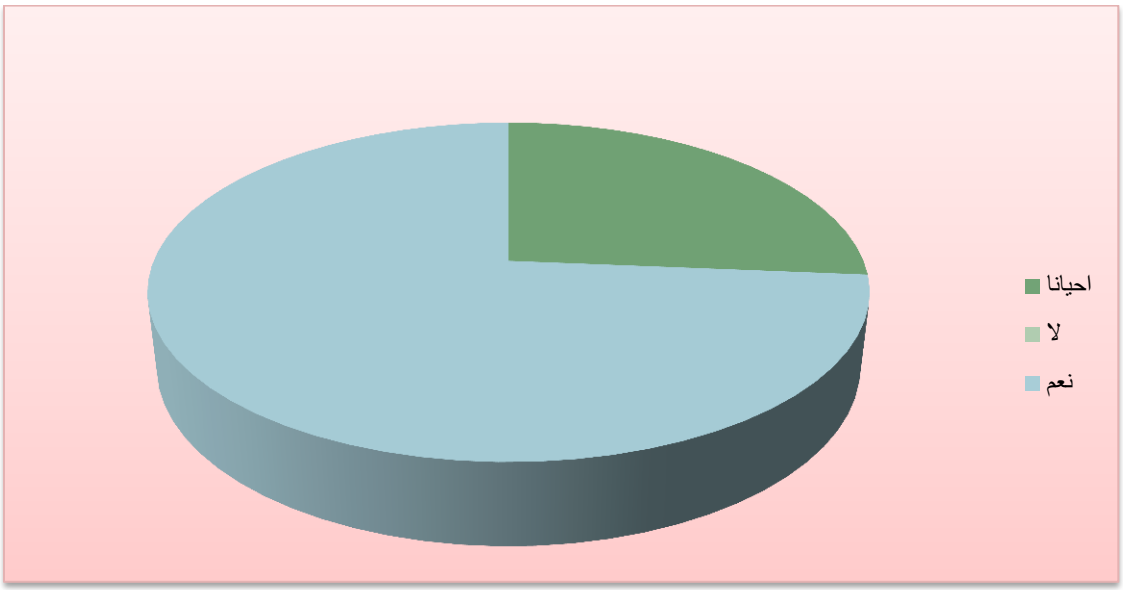
السؤال الثالث عشر : هل الالعاب المصغرة في الحصة تسهل من تحقيق الاهداف الاجرائية؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	14	0	05
النسبة المئوية	%78.95	%00	%21.05
كا^2 المحسوبة	6.36		
كا^2 الجدولية	5.99		

جدول 17 يمثل اراء الاساتذة حول تحقيق الاهداف الاجرائية بالالعاب المصغرة

من خلال الجدول اعلاه ان معظم الاساتذة يقولون ان الالعاب المصغرة تسهل من تحقيق الاهداف الاجرائية و عددهم 14 بنسبة مئوية قدرة بـ:78.95% اما الاساتذة المتبقون قالوا احيانا ما تساعد الالعاب المصغرة في التسهيل من الوصول الى الاهداف الاجرائية.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب: 6.36 اكبر من (كا^2) الجد ولية المقدرة ب:5.99 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



شكل 17 يمثل اراء الاساتذة حول تحقيق الاهداف الاجرائية بالالعاب المصغرة

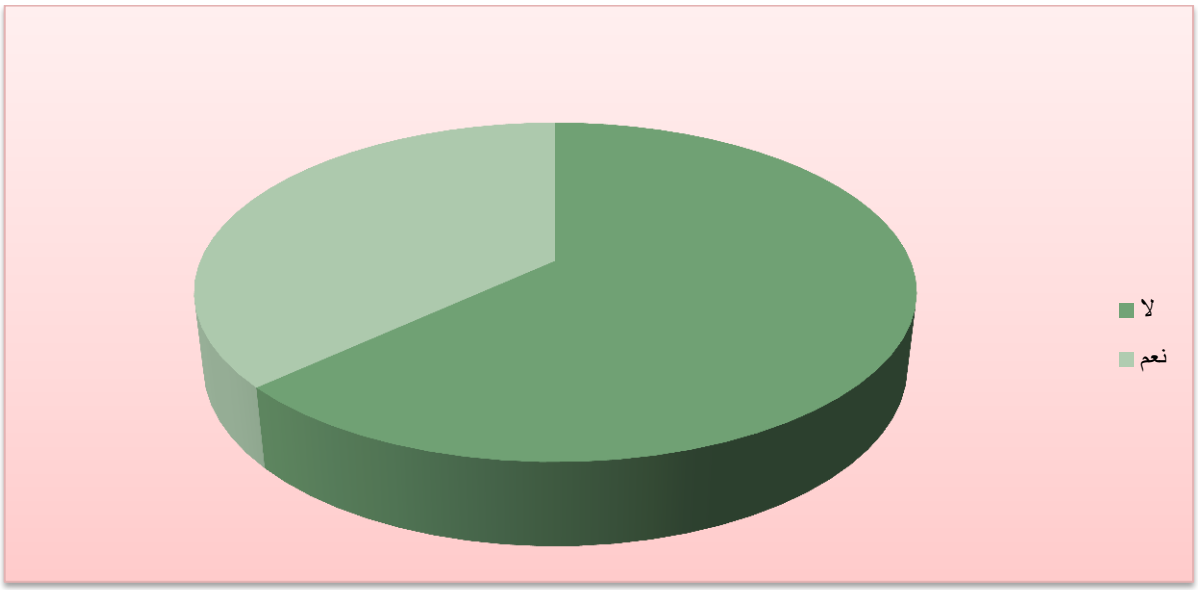
السؤال الرابع عشر: هل تستعملون الالعاب المصغرة في كل مراحل الحصة لتحقيق اهدافكم الاجرائية؟

	نعم	لا
عدد العينة	07	12
النسبة المئوية	%36.84	%63.16
كا^2 المحسوبة	1.32	
كا^2 الجدولية	3.84	

الجدول 18 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في كل مراحل الحصة لتحقيق الاهداف الاجرائية .

من خلال الجدول اعلاه نلاحظ ان 12 استاذ اجمعوا على ان استعمال الالعاب المصغرة في كل مراحل الحصة لتحقيق اهداف الاجرائية بنسبة 63.16% ، و هناك 07 اساتذة اجمعوا على ان استعمال الالعاب المصغرة في كل مراحل الحصة لا تحقق الاهداف الاجرائية بنسبة 36.84%.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب: 1.32 اقل من (كا^2) الجد ولية المقدرة ب:3.84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



شكل 18 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في كل مراحل الحصة لتحقيق الاهداف الاجرائية .

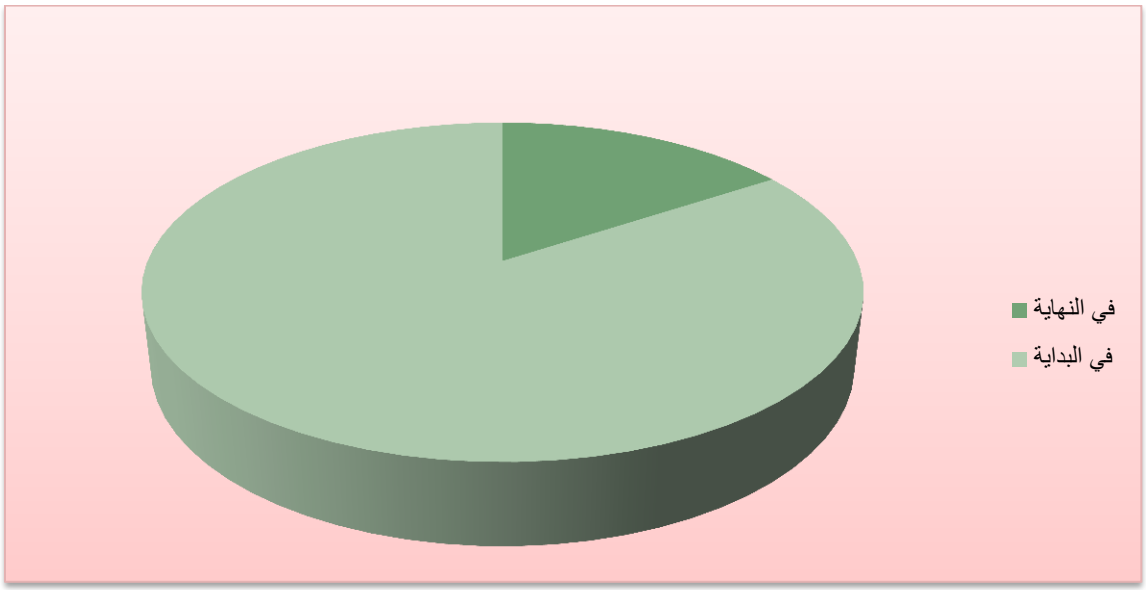
سؤال الخامس عشر :متى يكون استعمالكم للالعاب المصغرة لتحقيق اهدافكم؟

	في البداية	في النهاية
عدد العينة	16	03
النسبة المئوية	%84.21	%15.79
كا^2 المحسوبة	8.89	
كا^2 الجدولية	3.84	

الجدول 19 يمثل اراء الاساتذة حول متى يكون استعمال الالعاب المصغرة لتحقيق الاهداف

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أغلب الأساتذة يكون استعمالهم للالعاب المصغرة لتحقيق أهدافهم في بداية الحصة وعددهم 16 بنسبة 84.21 %. أما الأساتذة المتبقون و عددهم 03 و يشكلون نسبة 15.79 % يكون استعمالهم للالعاب المصغرة لتحقيق أهدافهم في نهاية الحصة.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:8.89 أكبر من (كا^2) الجدولية المقدرة ب:3.84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة .



شكل 19 يمثل اراء الاساتذة حول متى يكون استعمال الالعاب المصغرة لتحقيق الاهداف

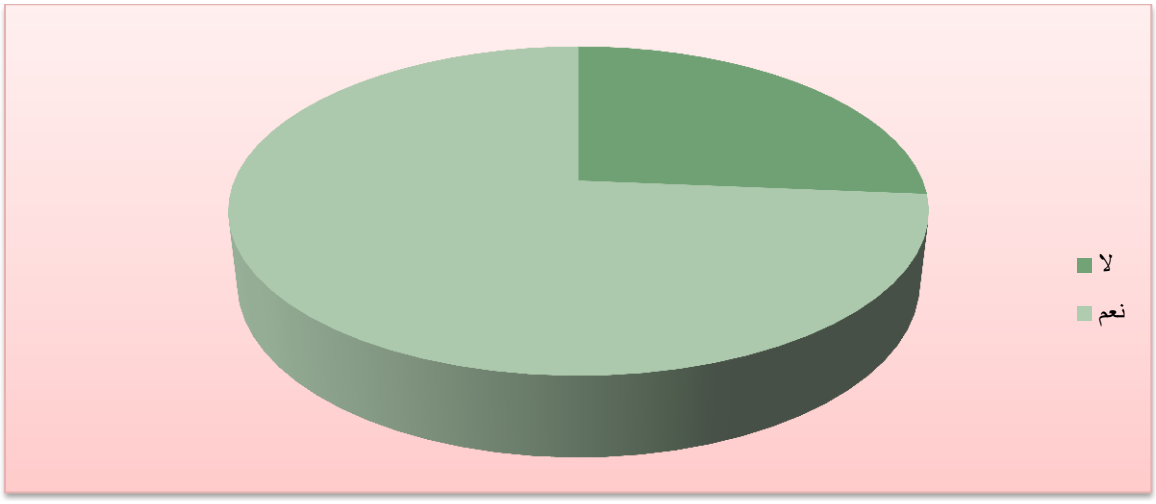
السؤال السادس عشر : هل استعمال الألعاب المصغرة في التدريس تكلفكم عناء في الشرح؟

	نعم	لا
عدد العينة	14	05
النسبة المئوية	%73.68	%26.32
$كا^2$ المحسوبة	4.26	
$كا^2$ الجدولية	3.84	

الجدول 20 يمثل آراء الأساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في تدريس تكلف عناء في الشرح

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أغلب الأساتذة عند استعمالهم للألعاب المصغرة في التدريس تكلفهم عناء في الشرح و عددهم 14 أستاذا يشكلون نسبة 73.68%. أما بقية الأساتذة الذين عددهم 05 بنسبة 26.32% فاستعمالهم للألعاب المصغرة في التدريس لا يكلفهم أي عناء في الشرح.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة($كا^2$) حيث وجدنا إن ($كا^2$) المحسوبة المقدرة ب:4.26 أكبر من ($كا^2$) الجد ولية المقدرة ب:3.84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات أراء الأساتذة .



شكل 20 يمثل آراء الأساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في تدريس تكلف عناء في الشرح

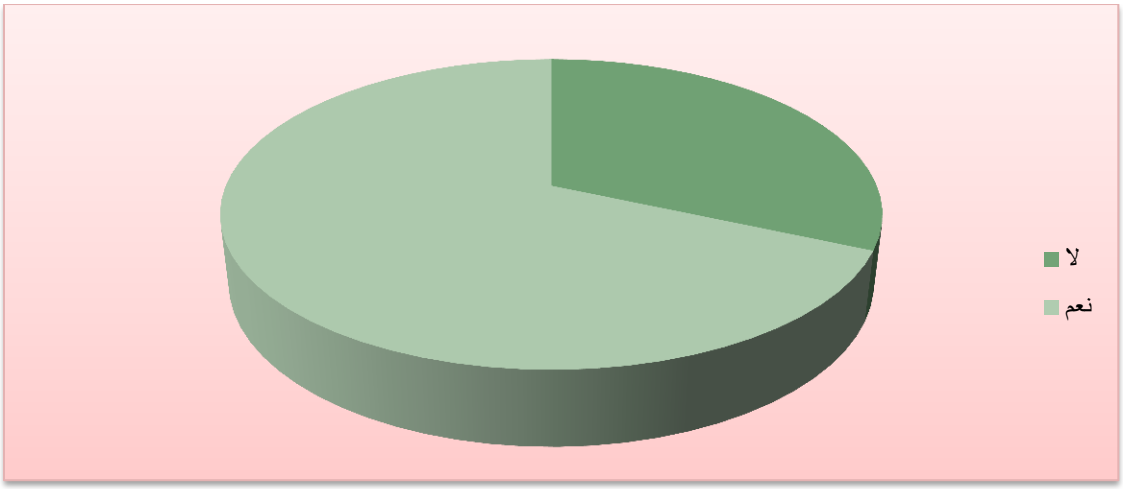
السؤال السابع عشر : هل استعمال الالعاب المصغرة في تدريس الالعاب الفردية يوفر لكم الوقت في الحصة؟

	نعم	لا
عدد العينة	13	06
النسبة المئوية	68.42%	31.58%
$كا^2$ المحسوبة	2.58	
$كا^2$ الجدولية	3.84	

الجدول21 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في تدريس الالعاب الفردية يوفر الوقت في الحصة

الملاحظ في الجدول أعلاه أن أغلبية الأساتذة و الذي عددهم 13 أستاذا مشكلين بذلك نسبة 68.42% عند استعمالهم للألعاب المصغرة في التدريس بالمقاربة بالكفاءات يوفر لهم الوقت في الحصة ، في حين أن بقية الأساتذة الذي عددهم 06 و نسبتهم 31.58%لا يتوفر لهم الوقت في الحصة عند استعمال الألعاب المصغرة في التدريس بالكفاءات.

ومن خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة($كا^2$)حيث وجدنا إن ($كا^2$) المحسوبة المقدرة ب: 2.58 اقل من ($كا^2$)الجد ولية المقدرة ب:3.84عند درجة الحرية (ن-1) = 1 ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات اراء الأساتذة



شكل 21 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في تدريس الالعاب الفردية يوفر الوقت في الحصة

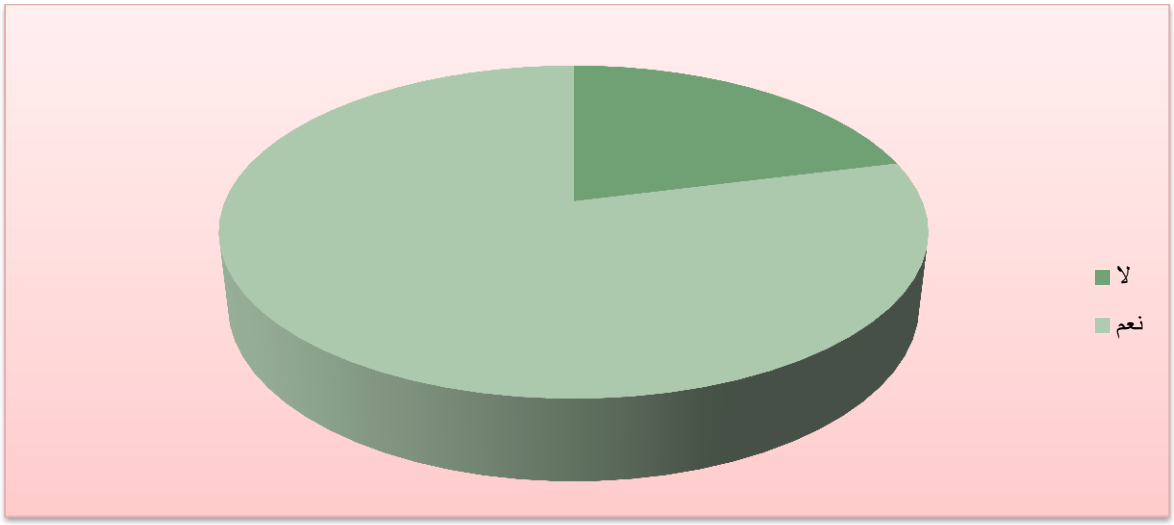
السؤال الثامن عشر: هل استعمال الالعاب المصغرة في التدريس الرياضة الفردية تجلب التلميذ اكثر؟

	نعم	لا
عدد العينة	15	04
النسبة المئوية	78.95%	21.05%
$كا^2$ المحسوبة	6.36	
$كا^2$ الجدولية	3.84	

الجدول 22 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في تدريس الرياضة الفردية تجلب التلميذ اكثر

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معظم الأساتذة يأكدون بأن استعمال الألعاب المصغرة في التدريس يجذب التلاميذ أكثر وعددهم 15 أستاذا بنسبة 78.95% ، في حين أن بقية الأساتذة و عددهم 04 أساتذة بنسبة 21.05% ينفون انجذاب التلاميذ عند استعمال الألعاب المصغرة في التدريس.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:6.36 أكبر من (كا^2) الجدولية المقدرة ب:3.84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات آراء الأساتذة .



شكل 22 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في تدريس الرياضة الفردية تجلب التلميذ اكثر

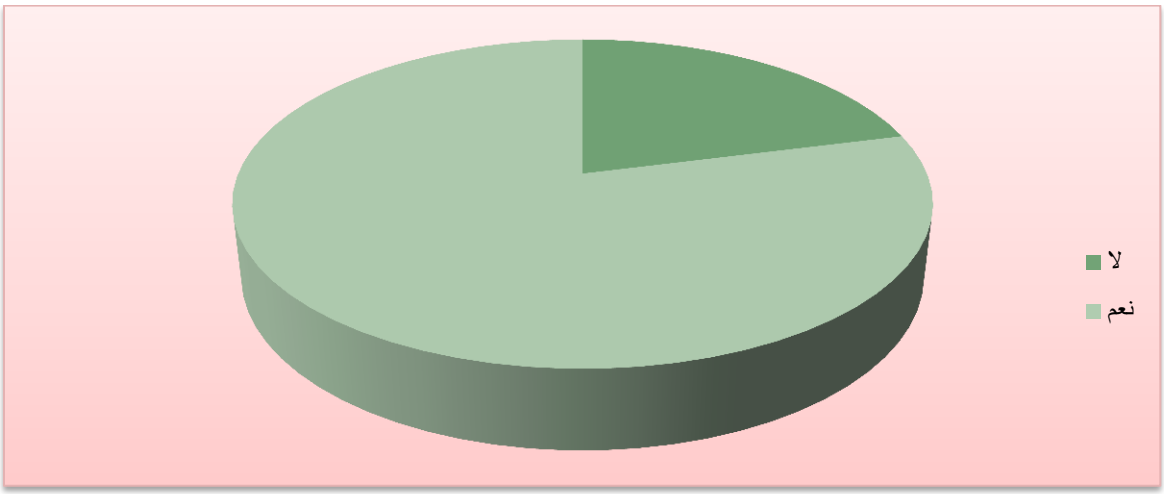
السؤال التاسع عشر : هل استعمال الالعاب المصغرة في التدريس يحقق لكم فروقا فردية في القسم؟

	نعم	لا
عدد العينة	15	04
النسبة المئوية	78.95%	21.05%
كا^2 المحسوبة	6.36	
كا^2 الجدولية	3.84	

الجدول 23 يمثل آراء الأساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في االتدريس يحقق فروقا فردية في القسم

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معظم الأساتذة يقولون بأن استعمال الألعاب المصغرة في التدريس يحقق لهم فروق فردية في القسم وعددهم 15 أستاذا بنسبة 78.95% ، في حين أن بقية الأساتذة و عددهم 04 أساتذة بنسبة 21.05% ينفون انجذاب التلاميذ عند استعمال الألعاب المصغرة في التدريس.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:6.36 أكبر من (كا^2) الجدولية المقدرة ب:3.84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات آراء الأساتذة .



شكل 23 يمثل آراء الأساتذة حول استعمال الألعاب المصغرة في التدريس يحقق فروقا فردية في القسم .

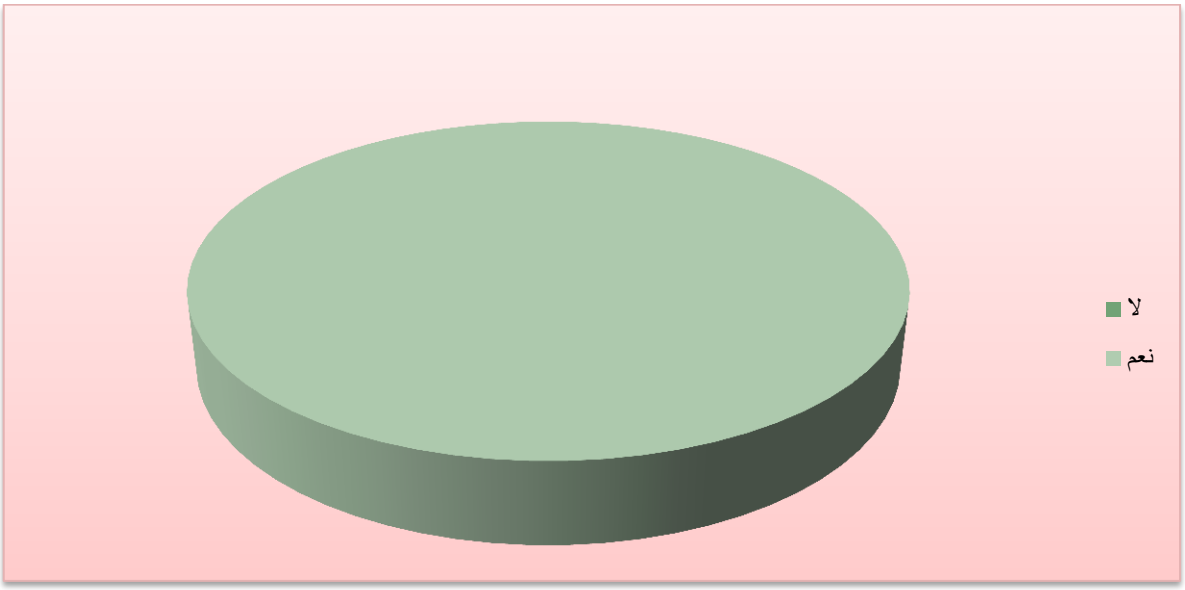
السؤال العشرون : هل استعمال الالعاب المصغرة في التدريس تساعد التلميذ في تطوير ذكاءه؟

	نعم	لا
عدد العينة	19	0
النسبة المئوية	100%	00%
كا^2 المحسوبة	9.5	
كا^2 الجدولية	3.84	

الجدول 24 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في تدريس تساعد التلميذ في تطوير ذكاءه

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كل الاساتذة اجمعوا على ان استعمال الالعاب المصغرة في التدريس تساعد التلميذ في تطوير ذكاءه

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:9.5 أكبر من (كا^2) الجدولية المقدرة ب:3.84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات آراء الأساتذة .



شكل 24 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال الالعاب المصغرة في تدريس تساعد التلميذ في تطوير ذكاءه

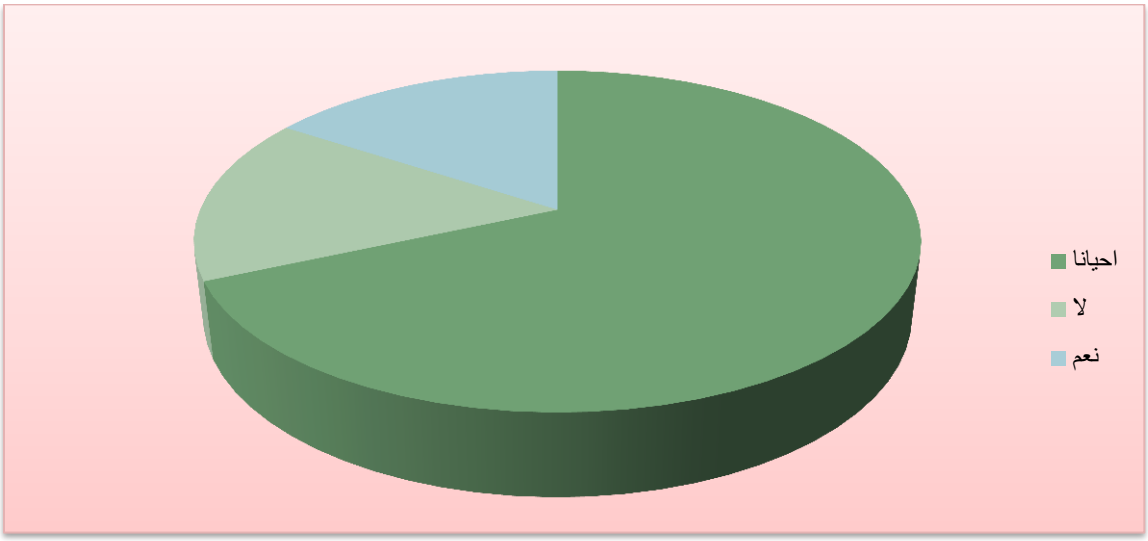
السؤال الواحد و العشرون : هل تجدون صعوبات في فهم هذه الالعاب لدى التلميذ؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	03	03	13
النسبة المئوية	15.79%	15.79%	68.42%
$كا^2$ المحسوبة	10.19		
$كا^2$ الجدولية	5.99		

الجدول 25 يمثل اراء الاساتذة حول وجود صعوبات في فهم هذه الالعاب لدى التلميذ

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معظم الأساتذة يقولون بأنه احيانا ما توجد صعوبات في فهم هذه الألعاب لدئ التلميذ وعددهم 13 أستاذا بنسبة 68.42% ، في حين أن 03 الأساتذة ينفو ذلك الامرو نسبتهم 15.79% و البقية ياكدون على وجود صعوبات في فهم هذه الالعاب لدى التلميذ و عددهم 03 بنسبة 15.79%.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة($كا^2$) حيث وجدنا إن ($كا^2$) المحسوبة المقدرة ب:10.19أكبر من ($كا^2$)الجدولية المقدرة ب:5.99 عند درجة الحرية (ن-1) =1 ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات آراء الأساتذة .



شكل 25 يمثل اراء الاساتذة حول وجود صعوبات في فهم هذه الالعاب لدى التلميذ

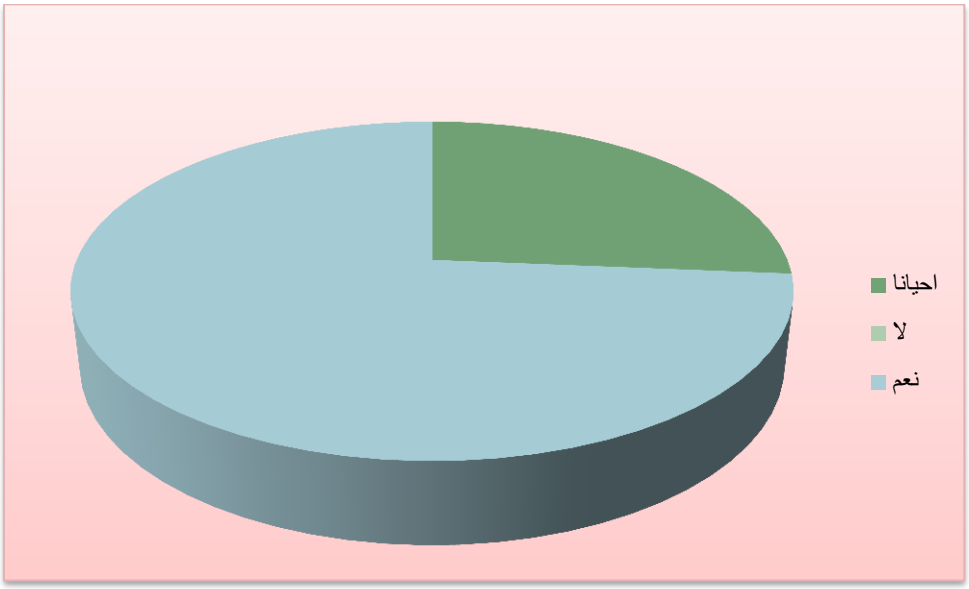
السؤال الثاني و العشرون : هل تستعملون اساليب اخرى في تدريس الرياضة الفردية ؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	14	0	05
النسبة المئوية	73.68%	00%	26.32%
$كا^2$ المحسوبة	4.26		
$كا^2$ الجدولية	5.99		

الجدول26 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال اساليب اخرى في تدريس الرياضة الفردية

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معظم الأساتذة يستعملون اساليب اخرى في حصة التربية البدنية و الرياضية وعددهم 14 أستاذا بنسبة 73.68% ، في حين أن بقية الأساتذة و عددهم 05 أساتذة بنسبة 23.32% يكون استعمالهم لاساليب اخرى في الحصة في بعض الاحيان.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة($كا^2$) حيث وجدنا إن ($كا^2$) المحسوبة المقدرة ب:4.26 اقل من ($كا^2$) الجدولية المقدرة ب:3.84 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات آراء الأساتذة .



شكل 26 يمثل اراء الاساتذة حول استعمال اساليب اخرى في تدريس الرياضة الفردية

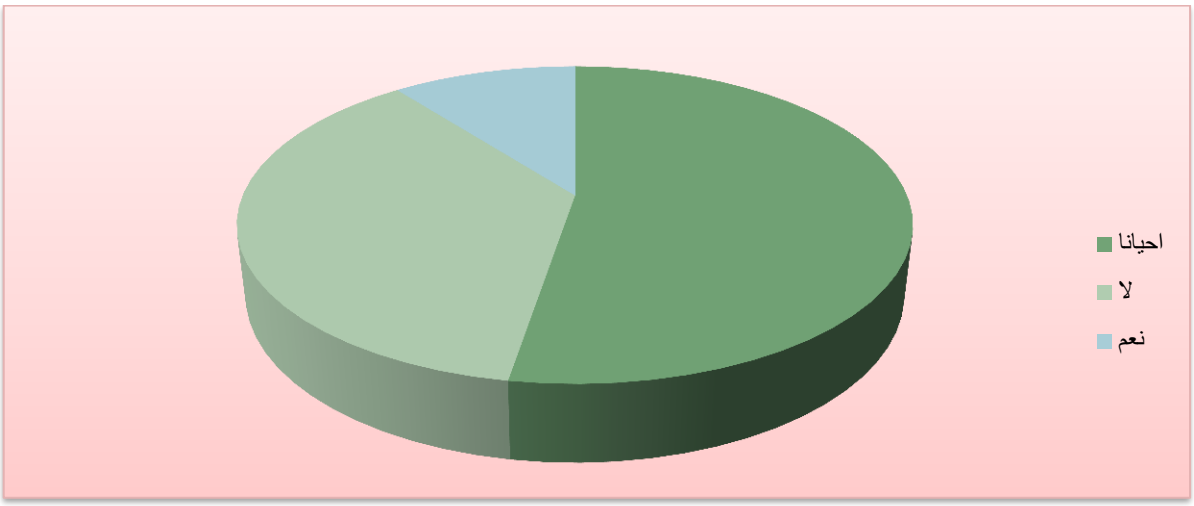
السؤال الثالث و العشرون : هل الالعاب المصغرة في التدريس تحقق لكم جل اهدافكم في الحصة؟

	نعم	لا	احيانا
عدد العينة	02	07	10
النسبة المئوية	10.53%	36.84%	52.63%
$كا^2$ المحسوبة	6.61		
$كا^2$ الجدولية	5.99		

الجدول 27 يمثل اراء الاساتذة حول الالعب المصغرة في التدريس تحقق لهم جل الاهداف في الحصة

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أساتذة يقولون بأن الألعاب المصغرة في التدريس يحقق لهم اهداف الحصة وعددهم 02 أستاذا بنسبة 10.53% ، في حين أن أساتذة و عددهم 07 أساتذة بنسبة 21.05%ينفون ذلك اما الاساتذة المتبقون و عددهم10 بنسبة 52.63%يقولون ان بأن الألعاب المصغرة في التدريس يحقق لهم اهداف الحصة احيانا.

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة($كا^2$) حيث وجدنا إن ($كا^2$) المحسوبة المقدرة ب:6.61 أكبر من ($كا^2$) الجدولية المقدرة ب:5.99عند درجة الحرية (ن-1) =1 ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات آراء الأساتذة .



شكل 27 يمثل اراء الاساتذة حول الالعاب المصغرة في التدريس تحقق لهم جل الاهداف في الحصة.

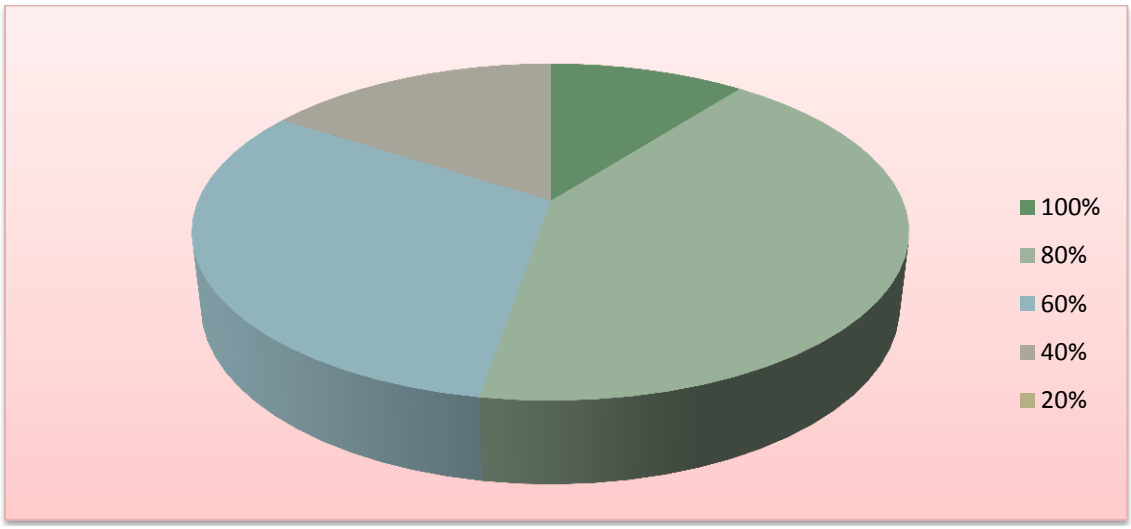
السؤال الرابع و العشرون : ماهي نسبة تحقيق اهدافكم الاجرائية باستعمال الالعاب المصغرة؟

	20%	40%	60%	80%	100%
عدد العينة	0	03	06	08	02
النسبة المئوية	00%	15.79%	31.59%	42.10%	10.52%
كا^2 المحسوبة	11.9				
كا^2 الجدولية	9.49				

الجدول 28 يمثل اراء الاساتذة حول نسبة تحقيق الاهداف الاجرائية باستعمال الالعاب المصغرة

من خلا الجدولاعلاه نلاحظ ان اغلب الاساتذة يرون ان نسبة تحقيق الاهداف الاجرائية في الحصة 80 % و عددهم 08 بنسبة 42.10% و وياتي بعدهم من يقولون ان نسبة التحقيق تصل الى60% و عددهم 06 بنسبة31.59 % ثم يليهم من يقولون ان النسبة تصل الى 40 % و عددهم 03 بنسبة 15.79 % و هناك استاذان يقولان ان النسبة تصل الى100% بنسبة 10.52 % .

و من خلال معالجة النتائج المدونة في الجدول أعلاه باستعمال اختبار حسن المطابقة(كا^2) حيث وجدنا إن (كا^2) المحسوبة المقدرة ب:11.9أكبر من (كا^2) الجدولية المقدرة ب:9.49 عند درجة الحرية (ن-1) =(1) ومستوى الدلالة (0.05) . وهذا يعني انه يوجد فرق معني له دلالة إحصائية في ايجا بات آراء الأساتذة .



شكل 28 يمثل اراء الاساتذة حول نسبة تحقيق الاهداف الاجرائية في الحصص

الاستنتاجات

- لا يجب الاقتصار على الندوات و اللقاءات مع المفتشين بل يجب القيام بدورات تكوينية قصد التزود بالمعلومات الجديدة ينتفعوا بها في ميدان تخصصهم حيث نلاحظ إن إفراد العينة معظمهم لهم خبرة مهنية كبيرة و ليس لديهم أفكار كثيرة عن الالعاب الرياضية المصغرة. و معظمهم يعتمدون على اللقاءات مع المفتشين فقط ، لذا نلاحظ النقص المعرفي عند الأساتذة في مجال الألعاب المصغرة.

- الألعاب المصغرة في تدريس الالعاب الفردية مع توفير جميع الوسائل و الإمكانيات يسهل الوصول إلى نتائج ايجابية و توصيل و تبسيط المعلومات للمتمدرس. من خلال نتائج العينة نلاحظ ان 78.95% من أساتذة العينة اجمعوا على أن الألعاب المصغرة تسهل الوصول إلى نتائج ايجابية .اما البقية لم ينفوا ذلك بل يقولون أحيانا ما تسهل الألعاب من الوصول إلى نتائج ايجابية.

- الألعاب تجذب التلميذ إلى الحصة و تجعله يعمل بجدية و نشاط . حيث يجمع أساتذة العينة 100% بان الألعاب تجعل التلميذ نشيط و يجعله يعمل بجدية. حيث الالعاب تجعل التلميذ في حالة سرورية و رضا و هنا تكمن سر الالعاب فتجد التلميذ نشيطا و حيوي طوال الحصة و لا يحس بالملل و الكلل و يكون في حالة نفسية جيدة . و يمكن تعبئة التلميذ بالافكار و تطوير فكره البناء.

- المنهج أدرج إلى المنظومة التربوية دون تهيئة المحيط ، لذا وجد الأساتذة صعوبة في التعامل معه. حيث تعاني الثانويات من النقص في الأدوات التي يستعملها المدرس أثناء الحصة التعليمية . حيث أن الأدوات تلعب دور أساسي في الحصة وتساهم في الوصول إلى الأهداف الإجرائية

4/الخلاصة العامة:

إن الهدف من وراء هذه الدراسة هو إبراز مكانة الألعاب المصغرة في تدريس الألعاب الفردية في المرحلة الثانوية (15-18) .

و لقد استندت دراستنا على الفرضيات التالية:

1/هل استعمال الالعاب المصغرة في حصة التربية البدنية و الرياضية يحسن من قدرة ممارسة الالعاب الفردية لدى المتمدرس ؟

2/هل يمكن الاعتماد الالعاب المصغرة كأسلوب ناجع في تدريس الالعاب الفردية و الرفع من قدرة المتمدرس في التفكير البناء؟

ولقد تقسيم هذا البحث إلى :

الباب الأول: يحتوي على الدراسة النظرية و تنقسم هذه الدراسة إلى أربعة فصول :

الفصل الأول: الألعاب المصغرة و ابرز مفهومها الواسع و تعتبر الركيزة الأساسية في الدراسة.

الفصل الثاني: عملية تدريس الألعاب الفردية و مفهومها الواسع .

الفصل الرابع : خصائص و مميزات الفئة العمرية (1-18)

الباب الثاني: فقد خصص للدراسة الميدانية حيث ينقسم إلى فصلين هما كالآتي: :

الفصل الأول: منهج البحث و الإجراءات الميدانية و مجالات البحث و الأدوات المستعملة و عليه قد تم الاعتماد على المنهج المسحي الملائمة للمشكلة.

الفصل الثاني: عرض و مناقشة نتائج البحث و مقارنة النتائج بالفرضيات و مناقشتها ثم الخروج بمجموعة من الاستنتاجات كما احتوى الفصل على خلاصة عامة و أهم التوصيات و اختتم البحث بالمصادر و المراجع و الملاحق.

أهم الاقتراحات و التوصيات:

- الاعتماد على العمل بمنهاج ما بالإضافة إلى إدراج الألعاب المصغرة وذلك لما فيها من نتائج إيجابية وفعالة.
- برمجة دورات تكوينية قصد التعرف على طرق تدريس الالعاب المصغرة .
- العمل بأسلوب مطالعة الكتب و المجلات العلمية من أجل اكتساب ثقافة في مجال الالعاب المصغرة .
- استخدام الألعاب المصغرة في التدريس و ذلك لتنمية مهارات التلميذ الحركية.
- إستعمال الأستاذ الالعاب المصغرة و ذلك لفاعليتها في تحقيق الأهداف الإجرائية قصد تدريس الرياضة الفردية .

المراجع و المصادر

1/ باللغة العربية:

1- *اصول التربية البدنية والرياضية*. (1996). القاهرة: دار الفكر العربي.

2- الملتقى الوطنيالثاني في علومو تقنيات النشاط البدني و الرياضي . (29-05-2007). *المقاربة بالكفاءات بين الواقع و المأمول*. جامعة حسيبة بن بو علي -شلف-.

3- *الوافي في التدريس بالكفاءات*.

4-اليف وديع فرج. *خبرات الالعاب للكبار و الصغار*. دار المعارف.

5-امين انور الخولي. (1994). *التربية الرياضية المدرسية*. دار الفكر العربي.

6- عباس احمد صالح السمراني. (1998). *محاولات حول اجراء تحليل خطة الدرس*. مستغانم: المدرسة العليا للاساتذة .

7-عبد اللطيف الغزي عبد العزيز الغرظاف. *كيف تدرس بواسطة الاهداف*. الرباط: دار الخطيي.

8-عبد المجيد شرف. (1995). *التربية الرياضية للطفل*.

9-عدنان درويش و آخرون. (1994). *دليل المعلم الفصل و طالب التربية التعليمية* . دار الفكر العربي.

10-عطيات محمد الخطاب. (1990). *اوقات الفراغ و الترويح* .

11- عماد الدين اسماعيل. (1986). *الطفل ميراث المجتمع*. الكويت: سلسلة ثقافية دار العلم.

12-عنابات محمد احمد فرح. *نفس المرجع*.

13-عواطف ابراهيم محمود. (1980). *التربية النفسية الحركية في دور الحضانة*.

14-قاسم المندلاوي و آحرون. (1990). *دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية*. دار الفكر العربي.

15-*كتاب التربية العامة لطلبة المعهد التكنلوجية*.

16-كتاب التربية العامةلطلبة معاهد التكنلوجية.

17-كمال الدويس. (1990). *اصول الترويح و اوقات الفراغ* . دار الفكر العربي.

18-محمد حسن العلادي. (1987).

19-محمود عوض بسيوني و فيصل ياسين الشاطئ. (1992). *نظريات و طرق التربية البدنية*. دوان المطبوعات الجامعية.

20-هدى محمود الناشف. (1993). *استراتيجية التعلم و التعليم في الطفولة المبكرة*.

21-وزارة التربية الوطنية. *مخطط تكوين خاص بالجهاز الدائم للتكوين أثناء الخدمة*. الجزائر: مديرية التكوين .

2/ باللغة الأجنبية:

22-.paris: edition vigit .*entrainement a l euréenne* .(1981) .eric bottym
23-.paris .*votre enfent et ses loisirs* .(1973) .oliver camille
24-château M le jeu de l enfant après 3ans .armant colin .paris.1968

ملحق رقم 01:

استمارة الاستبيان:

محور الحالة الشخصية :

الشهادة المتحصل عليها : ليسانس ☐ شهادة المستر ☐ شهادة أخرى ☐

عدد سنوات الخبرة: 5 سنوات ☐ 10 سنوات ☐ أكثر من 10 سنوات ☐

الوضعية المهنية:(الحالة من حيث) مرسم ☐ متربص ☐

مؤسستكم التكوينية: معهد تربوي ☐ جامعة ☐

محور التكوين المهني:

هل تلقيتم تكوينا مؤهلا بيداغوجيا وعلميا: نعم ☐ لا ☐ نوعا ما ☐

هل استفدتم من التكوين أثناء الخدمة نعم: ☐ لا ☐ نوعا ما ☐

هل استفدتم من تكوين تربوي خاص باللعب والألعاب: نعم ☐ لا ☐

هل تعمل على استحالة التلميذ باللعب نحو الحصة: نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

هل تمارس اللعب مع التلميذ في الحصة العملية: نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

هل تمارس اللعب المنظم مع التلميذ في الحصة: نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

هل تختار بنفسك أسلوب اللعب مع التلميذ في الحصة: نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

هل تمارس اللعب مجبرا من قبل التلميذ في الحصة: نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

هل تتبع أساليب معينة في اللعب مع التلميذ: نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

هل لديكم فكرة عن الألعاب المصغرة في التدريس:نعم ☐ لا ☐

هل لديكم تكوينا مؤهلا للتدريس بالمقاربة بالكفاءات: نعم ☐ لا ☐

هل تستعملون المقاربة بالكفاءات في التدريس:نعم ☐ لا ☐

هل المنهاج الدراسي متوفر على ــ التدريس بالمقاربة بالكفاءات: نعم ☐ لا ☐

هل يتطلب تسخير إمكانات لتطبيقه: نعم ☐ لا ☐

هل محتوى المنهاج يساعد على التدريس بالمقاربة بالكفاءات: نعم ☐ لا ☐

هل الكفاءات التدريسية بالمنهاج تتطلب استعمال الألعاب المصغرة للتدريس: نعم ☐ لا ☐

هل استعمال الألعاب المصغرة تزيد من انجذاب المتمدرس نحو الحصة: نعم☐ لا ☐ أحيانا ☐

هل الألعاب المصغرة في الحصة تسهل تحقيق الأهداف الإجرائية: نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

هل تستعملون الألعاب المصغرة قي كل مراحل الحصة لتحقيق أهدافكم الإجرائية: نعم ☐ لا ☐

متى يكون استعمالكم للألعاب المصغرة لتحقيق أهدافكم: في البداية ☐ في النهاية ☐ ☐

هل استعمال الألعاب المصغرة في التدريس بالمقاربة بالكفاءات تكلفكم عناء في الشرح:نعم ☐لا☐

هل استعمال الألعاب المصغرة في التدريس بالمقاربة يوفر لكم الوقت في الحصة: نعم ☐ لا ☐

هل استعمال الألعاب المصغرة في التدريس بالمقاربة تجلب تركيز التلميذ أكثر: نعم ☐ لا ☐

هل استعمال الألعاب المصغرة في التدريس يحقق لكم فروقا فردية في القسم:نعم ☐ لا ☐

هل استعمال الألعاب المصغرة في التدريس تساعد التلميذ في تطوير ذكاءه: نعم ☐ لا ☐

هل تجدون صعوبات في فهم هذه الألعاب لدى التلميذ: نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

هل تستعملون أساليب أخري في حصة التربية البدنية و الرياضية: نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

هل الألعاب المصغرة في التدريس تحقق لكم جل أهدافكم في الحصة: نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐ ماهي نسبة تحقيق

أهدافكم الإجرائية في الحصص:20%☐ 40%☐ 60%☐ 80%☐ 100%☐

هل التدريس بالمقاربة بالكفاءات يسهل من تحقيق المنهاج: نعم ☐ لا ☐

هل التدريس بالمقاربة بالكفاءات يساهم في تطوير الرياضة الحديثة: نعم ☐ لا ☐

هل هناك صعوبات في تدريس الالعاب الجماعية على هذا المنوال؟

.....

.....

.....

.....

هل تحقق اهداف الدرس من خلال استعمال الألعاب المصغرة ؟

.....

.....

.....

.....

هل من اضافة ؟

.....

.....

.....

.....

الملحق رقم 02:جدول ($كا^2$)

درجات الحرية	احتمال الحصول على قيمة $كا^2$النبينة في الجدول عن طريق الصدفة						
	0.001	0.01	0.05	0.10	0.50	0.90	0.99
01	10.827	6.635	3.831	2.706	0.455	0.0158	0.000157
02	13.815	9.210	5991	4.605	1.386	0.211	0.0201
03	16.268	11.341	7.815	6.251	2.366	0.584	0.115
04	18.465	13.277	9.488	7.779	3.357	1.064	0.297
05	20.517	15.086	11.070	9.236	4.351	1.610	0.554
06	22.457	16.812	12.592	10.645	4.348	2.204	0.870
07	24.320	18.475	14.097	12.017	6.346	2.833	1.239
08	26.125	20.090	**15.507**	13.362	7.344	3.490	1.646
09	27.877	21.666	16.919	14.684	8.343	4.168	2.088
10	29.588	23.209	18.307	15.987	9.342	4.865	2.558
11	31.264	24.725	19.675	17.275	10.341	5.578	3.053
12	32.909	26.217	21.026	18.549	11.340	6.304	3.571
13	34.528	27.688	22.362	19.812	12.340	7.024	4.107
14	36.133	29.414	23.685	21.064	13.339	7.790	4.660
15	37.697	30.578	24.996	22.307	14.339	8.547	5.229
16	39.252	32.000	26296	23.542	15.338	9.312	5.812
17	40.790	33.409	27.587	24.769	16.338	10.085	6.408
18	42.312	34.805	28.869	25.989	17.338	10.865	7.015
19	43.820	36.191	30.144	27.204	18.338	11.651	7.633
20	45.315	37.566	31.410	28.412	19.337	12.443	8.260
21	46.797	38.932	32.671	29.915	20.337	13.240	8.897
22	48.268	40.289	33.924	30.813	21.332	14.041	9.542
23	49.728	41.638	35.172	32.007	22.337	14.848	10.196
24	51.179	42.980	36.415	33.196	23.337	15.659	10.856
25	52.620	44.314	37.652	34.382	24.337	16.473	11.524

ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة:مكانة الألعاب المصغرة في تدريس الالعاب الفردية .

تهدف الدراسة إلى:

. اكتشاف العلاقة بين الألعاب المصغرة و الالعاب الفردية في الحصة

. معرفة أهمية الألعاب المصغرة.

. توجيه المدرسين نحو طريقة الأنسب في تدريس الالعاب الفردية.

الفرض من الدراسة:

إن اعتماد الألعاب المصغرة في تدريس الالعاب الفردية يؤثر إيجابا على الرفع من قدرات التلاميذ التعليمية.

العينة:

إن العينة التي تم اختيارها متمثلة في أساتذة التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي عبر ثانويات مدينة مازونة و المتمثلة في سبع (09) ثانويات بأطرها 19 أستاذا في مادة التربية البدنية و الرياضية.

الأدوات المستخدمة:

إن البحث الذي نحن بصدد دراسته المتمثل في دور الألعاب المصغرة في تدريس الالعاب الفردية و عليه تم إعداد استمارة استبيان متكونة من محورين هي كالآتي:

- محور الحالة الشخصية.
- محور التكوين المهني.

أهم الاستنتاجات:

- لا يجب الاقتصار على الندوات و اللقاءات مع المفتشين بل يجب القيام بدورات تكوينية قصد التزود بالمعلومات الجديدة ينتفعوا بها في ميدان تخصصهم
- الألعاب المصغرة في تدريس الالعاب الفردية مع توفير جميع الوسائل و الإمكانيات يسهل الوصول إلى نتائج ايجابية و توصيل و تبسيط المعلومات للمتمدرس.
- الألعاب تجذب التلميذ إلى الحصة و تجعله يعمل بجدية و نشاط .
- منهج أدرج إلى المنظومة التربوية دون تهيئة المحيط ، لذى وجد الأساتذة صعوبة في التعامل معه.

أهم الاقتراحات و التوصيات:

- الاعتماد على العمل بمنهاج ما بالاضفة الى الالعاب المصغرة.
- القيام بدورات تكوينية قصد التعرف على الالعاب الفردية .

- الاستلزام بمطالعة الكتب و المجلات العلمية حتى يتسنى له اكتساب ثقافة في مجال الالعاب الفردية .
- استخدام الألعاب المصغرة في التدريس و ذلك لتنمية مهارات التلميذ الحركية.
- استعمال الالعاب المصغرة و ذلك لفعاليتها .

Synthèse de l'étude:

Titre de l'étude: le statut de pré-jeux dans l'enseignement de jeux individuels.

L'étude vise à:

La découverte de la relation entre les mini-jeux et les jeux individuels des quotas

Connaissant l'importance de mini-jeux.

Orienté vers les enseignants dans la manière la plus appropriée de l'enseignement de jeux individuels.

Hypothèse de l'étude:

L'adoption des mini-jeux dans l'enseignement de jeux individuels affecte positivement la levée des capacités pédagogiques des étudiants.

Echantillon:

L'échantillon a été sélectionné, représentée par des professeurs d'éducation physique et sportive dans la phase secondaire Mazouna écoles secondaires à travers la ville et de sept (09) lycées et 19professeur en éducation physique et des sports.

Outils utilisés:

La recherche que nous allons étudier le rôle de mini-jeux dans l'enseignement de jeux individuels et il a été préparé un questionnaire composé de deux axes former sont les suivantes:

-Axe situation personnelle.

-L'objectif de la formation professionnelle.

Les conclusions les plus importantes:

-Il ne devrait pas être limitée à des séminaires et des réunions avec les inspecteurs, mais doit suivre des cours de formation afin d'acquérir des avantages de la nouvelle information dans le domaine de spécialisation

-Mini-jeux dans l'enseignement de jeux individuels avec la fourniture de tous les moyens et possibilités avec un accès facile et la livraison des résultats positifs et de simplifier les informations à Mtmadrs.

-Jeux attirent l'étudiant de partager et de le faire travailler dur et de l'activité.

-Curriculum incorporé dans le système éducatif sans créer océan, celui qui a trouvé la difficulté des professeurs à traiter avec lui.

Les suggestions et les recommandations les plus importantes:

-En se fondant sur les travaux de la plate-forme Baladvh à des mini-jeux.

-Réaliser des cours de formation afin d'identifier les jeux individuels.

-Alastelzam un à lire les livres et les revues scientifiques afin qu'il puisse acquérir la culture de jeux individuels.

-L'utilisation de mini-jeux à l'enseignement et au développement de la motricité de l'étudiant.

-L'utilisation de mini-jeux et que leur efficacité.