

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.

معهد التربية البدنية و الرياضية .

مذكرة التخرج لنيل على شهادة الماستر.

في التربية البدنية والرياضية,

تخصص علم الحركة وحركة الانسان .

**الموضوع:**

أثر استخدام الأسلوب الأمريكي و التبادلي في تنمية بعض المهارات الأساسية  
وصفات البدنية في كرة السلة لدى تلاميذ (16\_18) سنة .

بحث تجريبي أجري على تلاميذ (16-18) سنة في  
ثانوية الأخوين بلقاسمي

تحت اشراف الدكتور:

مقراني جمال

من إعداد الطالب:

بودالية محمد

السنة الدراسية : 2017 / 2018

الصفحة	قائمة الأشكال	الرقم
68	الشكل يمثل قيمة معامل الارتباط وأسس علمية الإختبارات العينة الإستطلاعية.	01
69	الشكل يمثل قيمة معامل الصدق وأسس علمية الإختبارات العينة الإستطلاعية.	02
78	الشكل يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة التصويب من الثبات .	03
79	الشكل يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التصويب من الثبات .	04
81	الشكل يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة التميريرة الصدرية.	05
82	الشكل يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التميريرة الصدرية.	06
84	الشكل رقم (09):يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة المحاوره.	07
85	الشكل رقم:يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة المحاوره.	08
87	الشكل :يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الأولى في اختبارالسرعة لمسافة 20 متر	09
88	الشكل رقم يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الأولى في اختبار اختبار السرعة لمسافة 20 متر	10
90	الشكل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التصويب من الثبات	11
91	الشكل يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التميريرة الصدرية	12
92	الشكل يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين الجدول المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة المحاوره (التنطيط	13
93	الشكل يمثل القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار السرعة 20 متر	14



الصفحة	قائمة الجداول	الرقم
68	الجدول يمثل قيمة معامل الارتباط وأسس علمية الإختبارات العينة الإستطلاعية.	01
69	الجدول يمثل قيمة معامل الصدق وأسس علمية الإختبارات العينة الإستطلاعية.	02
78	جدول يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة التصويب من الثبات .	03
79	جدول يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التصويب من الثبات .	04
81	جدول يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة التمريرة الصدرية.	05
82	جدول:يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التمريرة الصدرية.	06
84	جدول رقم (09):يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة المحاوره.	07
85	جدول رقم:يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة المحاوره.	08
87	جدول رقم:يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الأولى في اختبار السرعة لمسافة 20 متر	09
88	جدول رقم يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الأولى في اختبار اختبار السرعة لمسافة 20 متر	10
90	الجدول يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التصويب من الثبات	11
91	الجدول يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التمريرة الصدرية	12
92	الجدول يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين الجدول المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة*ت* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة المحاوره (التنطيط	13
93	القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار السرعة 20 متر	14

يعتبر التعليم من أهم العمليات التي تلعب دورا كبيرا في تقدم الشعوب، وذلك لتأثيره الإيجابي في إعداد الأجيال الجديدة على أسس علمية سليمة وحديثة، ويمكن التعرف على هذا التقدم من خلال معرفة هذه الشعوب بطرق ووسائل وأساليب ونظريات التدريس والتعليم الحديثة، ولكي يتمكن المعلم من دفع التلاميذ إلى التعليم فلا بد له من استخدام طرق وأساليب مختلفة ومتعددة مما يتطلب من المعلم أن يكون ملما بكيفية حدوث التعلم من جانب التلاميذ، وكيف تؤثر الطرق والوسائل التدريسية المستخدمة في سرعة تحقيق الهدف من عملية التعليم وهو إتقان وتثبيت الأداء وكذلك توفير الوسائل والطرق المختلفة لمراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ. ولقد اكتسبت أساليب التدريس اتجاهات حديثة في العالم لما لها من تأثير على قدرات العقل البشري، فبدأت الجهود المنظمة إلى تفريد التعليم وتوظيف الاستراتيجيات التربوية في تصميم برامج تفي بحاجات المتعلم وتسعى إلى التلازم بين طبيعة المواقف التعليمية وخصائص وحاجات وقدرات المتعلم وفي مجال التربية الرياضية قدمت مجموعة من أساليب التدريس الخاصة بتعلم المهارات الحركية والتي تحقق العديد من الأهداف التربوية حيث توفر الفرصة لكي يتعلم كل متعلم حسب قدراته وإمكانياته واستعداداته بالسرعة المناسبة له وفقا لحاجاته وميوله وهذه الأساليب هي مجموعة من قرارات ويعد الأسلوب التدريس الذي يتناسب مع كل من المتعلم وطبيعة البيئة التدريسية والموضوع (محروس محمد قنديل محمد إبراهيم شحاتة، أحمد فؤاد الشاذلي، أساسيات التمرينات البدنية، منشأة المعارف، ص 1998.98). الذي يوفر مواقف تعليمية متنوعة مراعي الفروق الفردية للمتعلمين هو الأسلوب المناسب.

وإن المتعلم يتأثر إلى حد كبير بالطرق والأساليب إلى يتبعها لتحقيق الأهداف التي يسعى إليها المربون المعلم، لذا فإن التعلم الذي يقوم على أساس من التحريب والتطبيق لينقل أثره أسهل وأسرع في التعلم الذي يلقن به المتعلم فقط وقد ظهرت أساليب جديدة في التدريس تساعد على نقل العملية التعليمية من المادة الدراسية إلى المتعلم وبذلك أصبحت المادة وسيلة وليست هدفا (التنس، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات بفل منج، جامعة الإسكندرية 1991) و من الضروري أن يكون أمام المعلم اختيارات متعددة أساليب التعلم حتى لا تقف عند أسلوب موجود لجميع المتعلمين قد لا يؤدي إلى التعلم الصحيح.

لذا رأينا أهمية استخدام أسلوب أمري و تبادلي من أهم الأساليب في تعلم بعض المهارات و الصفات البدنية في كرة السلة.

تفرض المقاربة بالكفاءات اللجوء إلى طرائق التدريس الفاعلة والنشيطة التي تتبنى مبدأ المشاركة و العمل الجماعي، وتؤكد على معالجة الإشكاليات وإيجاد الحلول المناسبة لها والتعلم عن طريق الممارسة، وترتكز الطرائق النشيطة على خبرة التلاميذ ومساهماتهم في دراسة للوضعيات المناسبة، وتجعل من المعلم والمتعلم شريكين في العملية التعليمية، بحيث يكون المعلم منسجما ومحفزا ومقوما، أما المتعلم فيكون حيويا نشيطا، يقوم بدوره ضمن المجموعة تحت إشراف معلمه، يعمل، يسأل، ينجح و يخفق... الخ.

إن أساليب التدريس في التربية البدنية قد تنوعت وتطورت مما أتيح للمدرس المجال لاستخدام أكثر من طريقة وأسلوب لنقل المعلومات إلى التلاميذ لمراعاة الفروق الفردية، وقد أكد " موسكا موستن " على أنه لا توجد طريقة مثالية لتدريس التربية البدنية ، كلي وأن اختيار أي طريقة للتدريس يعتمد اعتمادا على الوضع التعليمي وكل بيئة تعليمية.

وعلى الرغم من تعدد أساليب تدريس التربية الرياضية سواء كانت المباشرة وغير المباشرة في تعليم الألعاب والفعاليات والمهارات الحركية يبقى البحث عن الأسلوب التعليمي الأفضل والأمثل الذي يلاءم هذه الفعالية وتلك المهارة ، ومقدار انسجامه مع قدرات المتعلمين، بمساعدة الوسائل التعليمية المتوفرة هي من الأمور الأساسية الضرورية التي تساهم في عملية تحسين التعلم.

ومن بين الأساليب التي جاءت بها المقاربة بالكفاءات أسلوب التبادلي والامري، على أساس تنظيم المجموعة الدراسية في شكل ثنائيات من التلاميذ بحيث يعطى لكل متعلم دور محدد فيقوم آخر بدور الملاحظ ، فالمؤدى يقوم بأداء المهارة في حين يقوم الملاحظ بتقديم المتعلم بدور المؤدى ويقوم التغذية الراجعة الفورية بناء على معايير معينة يعطيها المعلم بصورة مسبقة، وبعد الإنتهاء من العملية التعليمية يتبادل الأدوار فيما بينهم ، حيث يصبح المؤدى ملاحظ والملاحظ ، حيث يبذل القرين المعلم الجهد لإتقان المادة التي سيدرسها لأقرانه المتعلمين كما يبذل القرين المتعلم الجهد للتوصل إلى المستوى الذي عليه القرين المعلم ليتبادل الدور معه في تدريس المادة التعليمية .

## التعريف بالبحث

ومن خلال اطلاعنا على سير العملية التعليمية من خلال مقابلات مع بعض الاساتذة ومعاينات ميدانية و وجدنا أن معظمهم يفتقرون الى التنوع في أساليب التعليم وان أسلوبهم المتبع هو الأسلوب الأمري الذي يكون محور هذا الأسلوب هو المدرس،وتكون جميع القرارات والأوامر متخذة من قبله،وعلى الطالب التلبية فقط دون الإشتراك في التخطيط والتنفيذ والتقييم لذا نجد حالات الملل ظاهرة في سير الدرس و أيضا في تزايد اتجاه التلاميذ السلبي نحو دراسة المادة وضعف في الدافعية،مما يؤدي إلى انخفاض مستوى التعلم.

وتعتبر كرة السلة أحد الألعاب الجماعية التي يستمتع بها التلاميذ في الطور الثانوي ،ويرجع السبب في ذلك إلى الإثارة والتحدي وتضمنها العديد من المهارات المتنوعة والتي يتم التعامل باليد من خلال الكرة مثل مهارات التمرير والإستقبال والمحاوره والتصويب ،ونظرا الى أن عادة ما يغيب اللعب الجماعي للتلاميذ في هذه المرحلة السنية وتصبح السيطرة للطفل الاكثر عدوانية ،فإن كرة السلة تعمل الأخرين على اكساب التلاميذ واحدة من أهم المهارات الاجتماعية ،وهي مهارة العمل والتعاون معا لتحقيق هدف اللعب وتطوير المهارات الأساسية باستخدام أفضل الطرائق والأساليب التعليمية الحديثة،مبتعدين عن الطرائق والأساليب التقليدية،و يتطلب تحقيق المهام العصرية للتربية الرياضية الخروج من النظام التدريس ي التقليدي والمعلومات القديمة المكررة من مصدر إلى آخر،فالمدارس المستقبلية للتربية الرياضية تنادي بتحديث وتطوير المناهج . ومحتواها وأساليب تدريسها من هذا المنطلق برزت فكرة إجراء هذه الدراسة،في ظل هذا النقص الواضح في الدراسات داخل الوطن والمعلومات العلمية التي تتناول هذا الموضوع "هل الأسلوبين التبادلي والامري يؤثران ايجابيا في تنمية بعض المهارات والصفات البدنية في كرة السلة"

وعليه نطرح التساؤلات الفرعية التالية :

هل الأسلوب التبادلي يؤثر ايجابيا في تنمية بعض المهارات الأساسية وصفات البدنية في كرة السلة ؟

هل الأسلوب الأمري يؤثر ايجابيا في تنمية بعض المهارات الأساسية وصفات البدنية في كرة السلة ؟

أي أسلوب أفضل في تنمية بعض المهارات الأساسية وصفات البدنية في كرة السلة ؟

### 3- تحديد المفاهيم و المصطلحات:

**1-3 الأسلوب:** هو الشكل المتميز في تنفيذ الدرس والذي يتخذه المعلم كوسيلة لتعليم التلاميذ أو هو الكيفية التي يتناول بها المعلم طريقة التدريس أثناء قيامه بعملية التدريس. (محسن محمد درويش حمص، عبد اللطيف سعد سالم حبلوص، أساليب تدريس التربية الرياضية 1، دار الوفاء)

### 2-3 أسلوب التطبيق التبادلي:

اتفق كل من "نوال شلتوت وميرفت خفاجة" على أن هذا الأسلوب يقوم على تنظيم المجموعات الدراسية في شكل ثنائيات بحيث يعطى لكل متعلم دور معين طالب مؤدي - طالب ملاحظ، أما المؤدي فيقوم بتأدية المهمة، ويقوم الملاحظ بتوفير التغذية الراجعة ثم يقومان بتبادل الأدوار. في هذا الأسلوب يتم تنظيم الفصل وتوزيع الطلاب الى مجموعات زوجية ويتم التبادل بين المعلم والطالب بحيث يتخذ المعلم قرارات التخطيط ويقوم الطالب المؤدي بإتخاذ قرارات التنفيذ كما يقوم الطالب الملاحظ بإصدار قرارات التقويم (محسن محمد درويش حمص، نفس المرجع، ص 111).

### 3-3 الأسلوب الأمرى :

هو الأسلوب الاول في مجموعة الأساليب الذي يتميز بقيام المدرس باتخاذ جميع القرارات في بنية هذا الأسلوب وتركيبه ومن ثم فان دور المدرس هو اتخاذ جميع القرارات في مرحلة ما قبل الدرس (التحضير والتهيؤ)، ومرحلة الدرس (الأداء)، وكذلك مرحلة ما بعد الدرس (التقويم)، ومن الناحية الأخرى فان دور الطالب يكون في القيام بعملية الأداء الالتزام بتعليمات المعلم"

### 4-3 تنمية:

هو حدوث تغيير او تعديل في سلوك الفرد كإكتساب معارف أو معلومات جديدة او إكتساب القدرة على أداء مهارة معينة نتيجة لقيامه بنوع من النشاط. ويرى "هوفلاند" بان التعلم تغيير في

## التعريف بالبحث

الاداء يرتبط بالممارسة ولا يمكن تغييره 4 وهو عملية معقدة تستغرق حياة الفرد بأكملها.

### 3-5 كرة السلة:

هي رياضة جماعية لكلا الجنسين يتبارى فيها فريقان بحيث يتكون كل فريق من ( 12 ) لاعب يتواجد منهم ( 5 ) لاعبين فقط على أرض الملعب في وقت واحد مع إمكانية التبدل المتاحة طوال فترة المباراة، وخلال هذه الفترات يحاول كل فريق أن يدخل الكرة في سلة الفريق الخصم من الأعلى، حيث أن الفريق الذي سجل نقاط أكثر في المباراة يعتبر هو الفريق الفائز. (وديع ايلين فرج . كرة السلة دليل المعلم . 112 ص)

### 3-6 المهارة:

#### 3-6-1 التعريف اللغوي:

هي من فعل مهر أي حذق و أتقن، و الماهر هو الحاذق و السابح المجيد .

#### 3-6-2 التعريف الاصطلاحي:

هي كل الحركات الرياضية التي يؤديها اللاعب بهدف خدمة أي لعبة في إطار قوانينها. و يقول "مفتي ابراهيم حماد" في تعريفه للمهارة على أنها المقدرة للتوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء و واجب حركي بأقصى درجة من الاتفاق، مع بذل للطاقة و في أقل زمن ممكن. كما يرى " كتاب " knappe أن المهارة هي

استجابات حركية لتوجيهات تصدر عن المخ. أما "فاينك" فيعرفها بأنها حل لمشكل حركي معين بطريقة

عقلانية و اقتصادية محمد حسن علاوي، حمد نصر الدين رضوان، الاختبارات المهارية و النفسية 1987، ص \*

### 4- المهارات الأساسية في كرة السلة:

المهارات الأساسية لكرة السلة هي كل المفردات الحركية ذات ال واجبات المختلفة و التي تؤدي في إطار

## التعريف بالبحث

قانوني سواء كانت بالكرة أو بدونها و تعد مدى إجادة أفراد أي فريق لكافة أشكال المهارات الأساسية من أهم العوامل التي تؤدي إلى النجاح و التفوق إذ لا يوجد بين المهارات ما هو مهم و ما هو أقل أهمية لأن اللاعب في حاجة ماسة إلى كل مهارات اللعبة طوال المباريات بالرغم من أنه قد لا يستخدم بعض المهارات

التي لا تتيح له ظروف مباراة فرصة استخدامها. و يقول في هذا الصدد مؤيد عبد الله جاسم " إن نجاح الفريق يتوقف على مدى إجادة لاعبيه للمهارات الأساسية للعبة حيث انه من بين الحقائق العلمية التي تميز اللعبة هو أن تطور مستوى الأداء يعتمد على مدى إتقان المهارات الأساسية في كرة السلة. 2

أما فيما يخص تصنيف المهارات الأساسية في لعبة كرة السلة، فقد صنفتها بعض راء إلى المهارات الأساسية هجومية و مهارات أساسية دفاعية، بينما صنفتها آراء أخرى إلى مهارات أساسية هجومية ومهارات أساسية دفاعية و مهارات أساسية هجومية دفاعية إيماناً منها بأن لعبة كرة السلة من الرياضات ذات الإيقاع السريع والتي يتحول فيها اللاعب من الهجوم إلى الدفاع وبالعكس في فترة قصيرة جدا وبذلك وجب أن تكون هناك مهارات مشتركة ذات صفات دفاعية هجومية في نفس الوقت . ويرى عبد العزيز مدحت انه يمكن تصنيف المهارات الأساسية إلى:

مهارات أساسية بالكرة - مهارات أساسية بدون كرة

### 5- المرحلة العمرية :


16 سنة كما أنها تمتد كذلك منذ النمو - تسمى المراهقة المبكرة وهي تقابل في النظام التربوي 18 السريع الذي يصاحب البلوغ، إلى حوالي سنة إلى ثلاث سنوات بعد البلوغ واستقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد وفي هذه المرحلة يسعى المراهق إلى الإستقلال بذاته، و يرغب دائما في التخلص من

## التعريف بالبحث

---

القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساس بذاته وبكيانه .

الصفات البدنية : يطلق علماء التربية البدنية والرياضية في الاتحاد السوفياتي والكتلة الشرفية مصطلح "الصفات البدنية" أو "الحركية" للتعبير عن القدرات الحركية أو البدنية ، للإنسان وتشمل كل من (القوة ، السرعة ، التحمل ، الرشاقة ، المرونة ) ويربطون هذه الصفات بما نسميه "الفورمة الرياضية" التي تتشكل من عناصر بدنية ، فنية خططية ونفسية بينما.

التمهيد: 

تكتسب المهارات الحركية أمر أساسي لتخطيط وضبط خبرات تعلم المهارات الحركية، ويظهر جلياً أن للوقت قيمة كبيرة في مجال تعلم المهارات الحركية وخصوصاً في درس التربية البدنية، فلكل مهارة رياضية طريقتها المناسبة والاقتصادية والتي تحقق غرض الحركة بأقل مجهود ووقت، وقد أشار (Mosston, 1981) إن أساليب التدريس في التربية البدنية قد تنوعت وتطورت مما أتيح للمدرس المجال لاستخدام أكثر من طريقة وأسلوب لنقل المعلومات إلى الطلبة مراعاة الفروق الفردية، وقد أكد (الديري واحمد، 1986) على انه لا توجد طريقة مثالية لتدريس التربية البدنية وأن اختيار أي طريقة للتدريس يعتمد اعتماداً كلياً على الوضع التعليمي وكل بيئة تعليمية.

المعلمين (المبدعين) يُعدوا الفروقات الفردية وهم على وعي تام أن كل طالب لديه قدرات تعلم ومهارات واحتياجات فريدة من نوعها يجب التركيز عليها وأن تؤخذ بعين الاعتبار، ويقول (Joyce & Connie, 1992) أنه يمكن اعتبار التعلم فن وعلم في الوقت ذاته، ويعتبر فن في قدرة المعلم باختيار الأسلوب الأمثل الذي من خلاله ييسر عملية التعلم، ويعتبر علم كذلك عندما يراعى فيه مبادئ يتم تنفيذها لتحقيق نتائج تعلم متميزة.

إن المعلمين المبدعين بتوظيف المواقف المختلفة في أهداف تربوية يصبحون مع مرور الوقت على خبرة في اتخاذ القرارات الحكيمة من خلال اختيار الأهداف في المرحلة المناسبة من الصعوبة التي قد يعاني منها الطلبة، فهم يتابعون تقدم ونجاح تعلم التلاميذ باستمرار وهم يوظفوا مبادئ معروفة للتعلم لكل الطلاب، كما يختارون النشاطات التعليمية التي على علاقة مباشرة بالأهداف اليومية. حيث أشار (GoldBerger, 1984) أنه لا يوجد استراتيجية تعلم أو سلوك تعليمي يحقق الهدف المقصود من العملية التعليمية لجميع الطلاب على اختلافهم، وأن أفضل المعلمين هم الذين يطوروا مجموعة من الأساليب التي تساعدهم في عملية التعلم.

من الأمور التي تؤخذ بعين الاعتبار في اختيار النشاط التعليمي هو مجمل احتياجات التلاميذ الجسدية والعقلية والعاطفية والاجتماعية. فالتلميذ الأصغر سناً يحتاجون لبيئة تعليمية أكثر نظاماً من التلميذ الأكبر سناً، وذلك مع معلم يوجه معظم النشاطات ويديرها، وعاجلاً أم آجلاً على المعلم أن يشجع الطلاب أن يأخذوا زمام المبادرة لتعلمهم الخاص بهم، أي بما أن طالب واحد من يقوم بالتعلم فإن الاهتمام يجب أن ينصب في توفير الوسائل المختلفة التي تحقق التعلم الأفضل، وهناك عدة عوامل تجتمع لتجعل من كل طالب متعلم فريداً في الطريقة التي يتجاوب فيها مع أسلوب تدريس عن أسلوب آخر ومن هذه العوامل:

(1) شخصية التلميذ

(2) قدرات التعلم الخاصة بهم

(3) تجاربهم واهتماماتهم

وأشار (Francke, 1983) بأنه على المعلم أن يهيئ البيئة التعليمية المرغوبة وذلك بناء على تفهمه لخلفيات التلميذ واهتماماتهم، كما وجد (Rink, 1985) بأن الطلبة ذوو القدرات المنخفضة بالإضافة لغير المحفزين وغير الاجتماعيين وغير المتجاوبين يتعلموا في البيئات غير المنظمة بشكل أفضل وذلك عكس ما وجد من تجاوب للطلبة ذوو القدرات العالية، الاجتماعيين، المحفزين، والمتجاوبين الذين يتعلموا في البيئات المنظمة. وتتراوح أساليب التدريس ما بين أساليب مباشرة (التي يكون المعلم هو محورها) وأساليب التدريس غير المباشرة (التي يكون الطالب هو محورها). فعندما يكون اكتساب المهارات الأساسية هو الهدف فإن الأساليب المستخدمة هي المباشرة، أما أساليب التدريس غير المباشرة فتستخدم عندما يكون الغرض الوصول إلى الإبداع، الاستقلالية، أو تغيير الاتجاهات عند الطلبة، لذلك نجد أن أغلب المعلمين يميلون إلى استخدام أساليب التدريس المباشرة. فقد أشار (GoldBerger & Gerney , 1985) إلى أن التدريس المباشر (المحاضرة، النموذج، الممارسة، التدريبي، والتغذية الراجعة) أكثر تأثيراً من التدريس غير المباشر للطلبة الذين يتعلمون المهارات الأكاديمية الأساسية في المدارس الابتدائية، حيث أن التدريس المباشر يخلق بيئة تعليم وتعلم منظمة من خلال:

1- التركيز على أهداف أكاديمية محددة.

2- تغطية شاملة من قبل المعلم للمحتويات المركزة خلال التعليم المنظم.

3- وقت كافي لإنجاز الواجبات مما يضمن نجاح الطلبة في إدارة الواجبات.

4- متابعة أداء الطلبة جميعهم.

5- واجبات منظمة وفي بيئة متزنة.

6- تقويم لحظي، أكاديمي، وموجه.

حاول (Joyce & Weil, 1980) جاهدين لتشكيل بيئة تعلم مناسبة لأساليب التعلم الفردي عند الطلبة، حيث قاما بتحديد خصائص الطلبة وطباعهم في بعدين "الحاجة إلى التساهل مع التنظيم (البيئة التعليمية)، والحاجة إلى التساهل مع تعقيد المهارة المطلوب أدائها (سهولة المهارة)"، وعلى هذا الأساس توصلوا إلى أنه يجب أن يراعى

المعلمون مستوى المهارة وكذلك الاحتياجات الفردية المختلفة لدى الطلبة عندما يبرمجوا البيئة الخاصة بالظرف التعليمي والواجبات التعليمية، مما سبق نجد أن على المعلم اللجوء لأساليب تدريس متنوعة ليزيد من ألفة الجو العام حيث أنه لا بد للطلاب من إيجاد أسلوب يناسب الطريقة التي يتعلم منها بشكل أفضل وسيكون بذلك محفزاً لتحقيق الأهداف المرجوة في الحصة الدراسية، كما لا بد أن نشير إلى نقطة هامة وهي أن عدداً كبيراً من الطلبة يألفوا الأساليب التقليدية وعليهم أن يعرفوا أنه يمكن أن يحصل التعلم بأساليب متنوعة.

وأساليب التدريس ل (Mossten & Ashworth, 1994) كما يظهر في الشكل رقم (1) يعتبر من أفضل التصنيفات حيث وصف الطيف عدة أساليب تزود المعلمين بمعرفة عن الأدوار الملقاة على عاتق المعلم والمتعلم والأهداف التي يمكن تحقيقها مع كل أسلوب. كما أنه يسمح للمعلمين بالانتقال خلال الطيف كما يرغبون ليناسب ذلك التنوع في الطلبة، البيئة التعليمية، المادة التعليمية.

يتضح أن السلوك التعليمي سلسلة من اتخاذ القرار كما أنه يظهر أن القرارات قد تكون قبل (Pre Impact) ، خلال (Impact)، أو بعد (Post Impact) التفاعل بين الطالب والمعلم، ونستطيع أن نعرف أسلوب التدريس من خلال تحديد من يتخذ القرار المعلم أم الطالب، ثم تحديد هوية كل أسلوب من خلال اسم وحرف، والطيف يتكون من (10) أساليب تبدأ من (A) الأمري والذي يقوم فيه المعلم بصنع القرار الكامل، وينتهي بأسلوب (J) التدريس الذاتي والذي يتخذ فيه الطالب القرار الكامل. كما يجب الإشارة إلى أن هناك تنوع لا نهاية له من الأساليب التي تظهر خصائص أسلوبين متشابهين وتقع تحت مظلة أساليب موستن، كل أسلوب له هوية محددة تشمل القرارات التي يجب أن تتخذ دائماً في أي فقرة لفظية تعليمية، الأهداف، موضوع الدراسة، الأنشطة، وسائل التنظيم، وأشكال تغذية الراجعة للمتعلم، وتنظم بنود القرارات في ثلاثة مجموعات تمثل تعاقب القرارات في أي عملية تعليم. تعلم، وتتضمن المجموعة الأولى (Pre Empact) قرارات تُتخذ مسبقاً قبل مواجهة التلاميذ (قرارات تخطيط)، وتتضمن المجموعة الثانية (Impact) قرارات تُتخذ أثناء أداء العمل (التنفيذ)، أما المجموعة الثالثة (Post Impact) وتتضمن قرارات تُتخذ ما بعد الأداء كتقديم التغذية الراجعة المناسبة للمتعلم (تقويم)، ويمكن التمييز وتحديد مكانه الأسلوب على سلسلة الطيف (Spectrum) بتحديد من الذي يتخذ القرار المعلم أم الطالب ضمن المقياس المتدرج من أدنى حد إلى أقصى حد.

أولاً: قرارات التخطيط، التحضير، التهيؤ:

يجب على المعلمين قبل القيام بتدريس أي مهارة أو استخدام أي فقرة لفظية أن يتخذ القرارات المناسبة عن الآتي:

- الهدف من الوحدة التدريسية
- أسلوب التدريس المناسب
- أسلوب التعلم المتوقع
- من هم الذين يقوم بتدريسهم
- موضوع الدراسة

- المكان
- ما يستجد من أمور تلائم الموقف التعليمي
- أوضاع الجسم
- المظهر
- وسيلة الاتصال
- التعامل مع الأمثلة
- الإجراءات التنظيمية والإدارية
- المقاييس والمعايير
- المناخ الاجتماعي والانفعالي
- وسائل وإجراءات عملية التقويم
- وقت التدريس (البدء - الإيقاع والتوقيت ، الدوام ، وقت التوقف ، الراحة ، الانتهاء)

### 2-ثانياً: قرارات التنفيذ، الأداء:

- تتضمن مجموعة قرارات حول كيفية إيصال وأداء المهارة ، أو المهارات وهي :
- . استخدام قرارات التخطيط والالتزام بها.
- . القرارات التي تتخذ بخصوص التعديل أو الإضافة.
- . قرارات أخرى يتم إضافتها.
- ثالثاً: قرارات التقويم والتغذية الراجعة:
- إن القرارات التي تتخذ في هذه المرحلة تكون لها علاقة بعملية تقويم مستوى الأداء أثناء وبعد أداء عمل ما لطالب واحد أو مجموعة من الطلبة، وتتم بشكل متتالي أو متعاقب كما يلي:
- . جمع المعلومات حول الأداء.
- . تقويم مستوى الأداء حسب المقياس المحدد.
- . تقديم التغذية الراجعة بطرق متنوعة.
- وفيما يلي تحليل موجز للقرارات التي يتخذها كل من المعلم والتلميذ في كل أسلوب من أساليب التدريس موضوع الدراسة

تعريف أساليب التدريس من خلال ضافر هاشم : ان الاساليب سلسلة من القرارات التي لها علاقة مباشرة في عملية التعليم وهذا القرارات توضح من لدى المدرس او الطالب او كليهما 0

أما الأسلوب التدريسي فهو (مجموعة علاقات تنشأ بين المدرس والطالب وهذه العلاقات تساعد المتعلم على النمو والاكتساب المهاري في الأنشطة الرياضية).

### 3- أنواع الأساليب التدريسية:

(إن الغاية من سلسلة أساليب التدريس هو إبراز مكانة كل أسلوب ومعرفة علاقته بالأساليب الأخرى وأفضل هدف لسلسلة الأساليب هو إعطاء المدرسين نظرية كاملة عن التدريس تمكنهم من ان يكونوا أكثر مرونة وأكثر تأثيراً على التعلم) **عفاف عبد الكريم؛ التدريس للتعليم في التربية الرياضية والبدنية (الاسكندرية) 91.**

ولذا فان عملية التدريس في التربية الرياضية كأى عمل تربوي تحتاج إلى مدرس كفؤ ومتفهم لأهداف التربية الرياضية وخاصة بالأساليب التربوية لكي تتحقق بشكل علمي ومنشود، إذ (إن التعلم هو اتخاذ سلسلة من القرارات شرط أن تكون القرارات في درس التربية الرياضية جميع الأساليب التدريسية قرارات علمية) وهناك أساليب تدريسية مباشرة يكون فيها تأثير سلوك المدرس واضحاً في اتخاذ والعمل واتخاذ القرارات .

### 3-1-3 أساليب مباشرة:

- 1- الأسلوب الامري .
- 2- الأسلوب التدريبي .
- 3- الأسلوب التبادلي .
- 4- أسلوب فحص النفس (المراجعة الذاتية):
- 5- أسلوب الإدخال والتضمين .

### 3-2-3 أساليب غير مباشرة

- 6- أسلوب الاكتشاف الموجه .
- 7- الأسلوب المتشعب .
- 8- أسلوب تصميم التلميذ .
- 9- أسلوب المبادرة .
- 10- أسلوب التدريس الذاتي .

### 3-3-3 الأساليب المباشرة :

وهو يتكون من اراء وافكار المدرس الذاتية ( الخاصة) والتي يسعى منخلالها الى توجيه عمل الطلبة ونقد سلوكهم وتوجيههم واعطاء الخبرات والمهارات التعليمية التي يجدها مناسبة لهم 0

### 3-3-1 اولاً:الاسلوب الامري :

وصف الاسلوب :

وهو أول أسلوب من أساليب موسكا مستون للتدريس. وتعتمد بنية هذا الأسلوب على الأوامر فحسب حيث يدفع المعلم طلابه إلى ما يراه مناسباً، فالمعلم يلعب الدور الأساسي في التدريس، حيث أن أي حركة أو عمل يقوم به الطالب يجب أن تسببه إشارة الأمر من المعلم ويتخذ المعلم في هذا الأسلوب جميع القرارات الثلاثة التخطيط والتنفيذ والتقييم بالإضافة إلى كافة القرارات الخاصة مثل تحديد المكان، الأوضاع والوقت، والبدائية، والنهاية، والتوقيت، والإيقاع، والراحة.

بنية أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري):

القرارات	متخذ القرار
- قرارات التخطيط	المعلم
- قرارات التنفيذ	المعلم
- قرارات التقييم	المعلم

ورغم ايجابية هذا الأسلوب وخاصة استخدامه مع المبتدئين في التعلم وكذلك في تعلم المهارات الصعبة وذلك لغرض السيطرة على مسار العمل وكذلك استخدامه في تصحيح الأخطاء في الفعاليات فان لهذا الأسلوب عدة مآخذ سلبية في مقدمتها عدم الأخذ بنظر الاعتبار للفروق الفردية وعدم إعطاء الفرصة للطلاب للمشاركة في اتخاذ القرار وكذلك عدم مساعدته على الإبداع وعدم التعاون للوصول إلى الانجاز المثمر.

أهداف أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري):

- 1- الاستجابة المباشرة لأمر المعلم.
  - 2- التقيد بالنموذج الذي يقدمه المعلم أو أحد الطلاب المتميزين في المهارة.
  - 3- أداء جميع الطلاب في وقت واحد.
  - 4- تنمية روح الجماعة ويستخدم الوقت بكفاية عالية.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة.

### 3-3-2 ثانياً : الأسلوب التبادلي:

ومن مميزات هذا الأسلوب هو مشاركة جميع المتعلمين في إعطاء التغذية الراجعة ويساهم في تطور العلاقات الاجتماعية بالآخرين ويهتم هذا الأسلوب بالفروق الفردية وتطبيق مبدأ مدرس واحد لطلاب واحد ويعتمد هذا

الأسلوب أيضا على (مبدأ التوزيع التبادلي على شكل ثنائيات وبما ان وقت الجزء التطبيقي أصبح للطالب المؤدي، والطالب الملاحظ بالتبادل وهذا يدعو إلى تقليل المحاولات التكرارية قليلاً نحو التطور وحصول تقدم واسع في درجة القناة الاجتماعية بين الطلاب أنفسهم من جهة ومع المدرسين من جهة أخرى) (1).

بنية أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي):

القرارات	متخذ القرار
- قرارات التخطيط	المعلم
- قرارات التنفيذ	الطالب
- قرارات التقويم	الطالب الملاحظ

أهداف أسلوب التطبيق بتوجيه الأقران (التبادلي):

أ) أهداف مرتبطة بالموضوع:

- 1- ممارسة وتكرار العمل مع زميل ملاحظ.
- 2- إعطاء واستقبال تغذية راجعة مباشرة من الزميل الملاحظ.
- 3- تعويد الطالب على المنافسة والاستنتاج وتوصيل النتائج للزميل.
- 4- ممارسة المهارة دون قيام المعلم بتقديم التغذية الراجعة أو معرفة متى تصحيح الأخطاء.
- 5- فهم وتحليل أجزاء المهارة وتسلسلها عند أداء العمل.

3-3-3 ثالثاً: أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي) (رشيد الحمد؛ خالد السبر، أساليب التعليم

في التربية الرياضية , ص 27)

وصف الأسلوب:

وهو الأسلوب الثاني في سلسلة أساليب موسكا مستون ويسميه البعض بأسلوب الممارسة، ويتفق هذا الأسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) في قرارات التخطيط والتقويم ويختلف عنه في قرارات التنفيذ حيث تتحول مجموعة من صلاحيات اتخاذ القرار من المعلم إلى الطالب

ويعرف مستون هذا الأسلوب بأنه الأسلوب الذي يوفر للطالب الوقت الكافي للعمل الانفرادي وكذلك يوفر للمدرس الوقت الكافي لإعطاء التغذية الراجعة الفردية والخصوصية .

فبالأسلوب التدريبي يعتمد على التصميم ثم الغرض والممارسة ثم التغذية الراجعة وهذا يسمى بالأنموذج التدريبي . ففي الأسلوب التدريبي يتم نقل القرارات جميعها والمتعلقة بمرحلة التطبيق من المدرس للطالب لأول مرة بممارسة العملية التعليمية بخط جديد ومن أهم إيجابيات هذا الأسلوب آذ خطط للتدريس بشكل جيد انه يكون ناجحا مع عدد كبير من الطلاب و مع عدد صغير أيضا.

ويعد خبراء طرائق التدريس أن الأسلوب التدريبي هو من أفضل الطرائق التي تراعي زيادة وقت التطبيق ، تقدم المعلومات والإيضاحات وتصحيح الأخطاء ويسهمان في عملية التعلم وحتى تتضح أهمية هذا الأسلوب فانه من المناسب أن نذكر إن تطويراي مهارة تحتاج إلى وقت معقول للتدريب عليها وكذلك الإعادة والتكرار وتصحيح الأخطاء ولذلك عد الأسلوب التدريبي هو الأسلوب الأمثل لتقويم الحد الأعلى من الوقت للتطبيق .

بنية أسلوب التطبيق بتوجيه المعلم (التدريبي):

القرارات	متخذ القرار
- قرارات التخطيط	المعلم
- قرارات التنفيذ	الطالب
- قرارات التقويم	المعلم

### 3-3-4-4: أسلوب التطبيق الذاتي (المراجعة الذاتية)

وصف الأسلوب:

إن ما يميز هذا الأسلوب عن غيره من الأساليب السابقة تركيزه على عملية التقويم التي يقوم بها الطالب نفسه بدلاً من المعلم عن طريق استخدامه لورقة العمل (المحك) وبذلك يكتسب الطلاب القدرة على تقويم أنفسهم والاعتماد على أنفسهم.

بنية أسلوب التطبيق الذاتي:

القرارات	متخذ القرار
- قرارات التخطيط	المعلم

الطالب	- قرارات التنفيذ
الطالب	- قرارات التقويم

أهداف أسلوب التطبيق الذاتي:

- 1- اعتماد الطالب على نفسه في التغذية الراجعة.
- 2- استخدام الطالب لورقة المعيار ليحسن من أدائه.
- 3- يتحلى الطالب بالأمانة والموضوعية عند تقييمه لنفسه.
- 4- يعرف حدود إمكانياته ويتقبلها.
- 5- يتعرف الطالب على أخطائه بذاته من خلال مقارنة ما يقوم به بورقة العمل.
- 6- الاستمرار في العمل الفردي باتخاذ القرارات عند التنفيذ والتغذية الراجعة.

### 3-3-5 خامساً: أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات :

وصف الأسلوب: إن ما يميز هذا الأسلوب عن الأساليب السابقة الذكر أن الطالب يؤدي المهارة بمستويات مختلفة وإن كل طالب يشارك في العمل حسب قدراته وإمكانياته حيث يركز هذا الأسلوب على مراعاة جوانب الفروق الفردية لدى الطلاب.

فمثلاً في الوثب العالي:

إذا كان ارتفاع العارضة 100سم فإن أغلب الطلاب يتجاوزون هذا الارتفاع، أما إذا زيد الارتفاع إلى 120سم فإن غالبية الطلاب لا يتجاوزون هذا الارتفاع. وفي هذا الأسلوب يجد المعلم الحل الملائم حيث يمكن وضع ثلاثة ارتفاعات مختلفة يختار الطالب ما يتناسب مع قدراته منها حتى يؤدي من خلالها الوثب. فإذا نجح في المستوى الذي اختاره فإنه يمكنه التقدم إلى المستوى الذي يليه أو الثبات على هذا المستوى وبذلك يمكن أن يؤدي الطلاب المهارة أكثر وقت ممكن من الدرس.

أهداف أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات:

- 1- اشتراك جميع الطلاب في أداء المهارة.
- 2- الاهتمام بالفروق الفردية.
- 3- إتاحة الفرصة للطلاب لأداء المهارة حسب قدرتهم.
- 4- إمكانية الرجوع إلى المستوى الأقل صعوبة إذا لم ينجح الطالب في المستوى الذي اختاره.

5- منح الطالب الفرصة أن يدرك العلاقة بين طموحه وحقيقة أدائه.

بنية أسلوب التطبيق الذاتي:

القرارات	متخذ القرار
قرارات التخطيط	المعلم
قرارات التنفيذ	الطالب
قرارات التقييم	الطالب

#### 4-1- تحليل الأسلوب الأمري:

إن الذي يقوم باتخاذ القرارات عادة خلال مراحل عملية التدريس والتعلم هما كل من المدرس والتلميذ، ولكن الأسلوب الأمري يعتبر هو الأسلوب الأول في مجموعة الأساليب بحيث يتميز بقيام المدرس باتخاذ جميع القرارات في بنية وتركيب هذا الأسلوب وبالتالي فان دور المدرس هو "اتخاذ جميع القرارات في مرحلة ما قبل الدرس (التحضير والتهيؤ) ومرحلة الدرس (الأداء) وكذلك في مرحلة ما بعد الدرس (التقييم)"، ومن ناحية فان دور التلميذ يكون مطيعا لكل الأوامر الصادرة من طرف المدرس (الأداء - الالتزام بالتعليمات) إن جوهر هذا الأسلوب هو العلاقة الآتية والمباشرة بين الحافز الذي يعطيه المدرس وبين الاستجابة التي يقوم بها التلميذ أن الحافز (الإشارة الأمر) الصادر من المدرس يسبق كل حركة يقوم بها التلميذ إسنادا إلى النموذج الحركي الذي يقوم بوضعه المدرس ولهذا فان جميع القرارات المتخذة حول المكان والوضع ووقت البدء الاقاع والوزن و وقت التوقف والمدة كلهم يتم اتحاد القرار فيها من طرف المدرس، ومن الناحية التخطيطية يبدوا الأسلوب الأمري كمايلي:

-مرحلة ما قبل الدرس

-مرحلة الدرس

-مرحلة ما بعد الدرس

ب- أهداف الأسلوب الأمري:

عند الأخذ بنظر الاعتبار العلاقة بين المدرس والهدف والتلميذ وكما هو بالنسبة للجانب الأساسي للعلاقات وعند قيام المدرس باتخاذ جميع القرارات المتضمنة في بناء وتركيب الأسلوب وعندما يقوم التلميذ بالالتزام بهذه القرارات فانه نتيجة لذلك يتم التوصل إلى الأهداف التالية:

-استجابة مباشرة للحافز

-الانتظام أو التماثل

-الانسجام

-الأداء التوافقي

- تعزيز الحيوية والنشاط المشترك للمجموعة
- السلامة
- الكفاءة في الوقت المستخدم
- التقييد بشكل أو نموذج يكون معا سالفا
- تكرار النموذج الحركي
- دقة والاستجابة وأحكامها
- إدامة التقاليد الثقافية والاجتماعية
- الحفاظ على المعايير الجمالية

وإذا كان أي من هذه الأهداف هي أهدافك، فإن الأسلوب الأمرى سوف يتصل إليها عندما يكون العمل منسجم مع الهدف وهناك أمثلة عديدة عن هذه العلاقة مثل السباحة التوافقية، تمارين الإيروبيك، تمارين الفرقية... الخ.

ج - تطبيق الأسلوب الأمرى:

إن الإشكال الذي يطرح للمدرس الذي يود استخدام هذا الأسلوب في أدوار وحدة تدريسية أو مجموعة من الوحدات هو ما ميزة أو شكل العلاقة بين المدرس والتلميذ؟ كيف يتم ترجمة هذا الكم النظري من السلوكات إلى تصرفات فعلية في مجال التدريس والتعلم؟ كيف تتم معرفة المدرس لتوصل إلى أهداف هذا الأسلوب؟

د- وصف الوحدة التدريسية:

يجب أن تعكس الوحدة التدريسية في الأسلوب الأمرى جوهر العلاقة التالية ك:  
يقوم المدرس باتخاذ وجميع القرارات بينما يقوم التلميذ باستجابة لكل قرار منها بحيث تستمر حالة الانسجام بين سلوك التعلم وسلوك التدريس في كل مرحلة وذلك بإعطاء إشارة الأمر لكل حركة من الحركات ويقوم التلميذ بأدائها تبعا لذلك " ويحتاج المدرس الذي يود استخدام هذا الأسلوب إلى الإلمام والاطلاع التام على تكوين أو بنية اتخاذ القرار (تحليل هذا الأسلوب) ومجموعة القرارات وتسلسلها والعلاقات الممكنة بين الإشارات الأمرية والاستجابات المتوقعة وملائمة المهارة وقابلية ومستوى التلاميذ "

هـ- كيفية القيام بالأسلوب الأمرى:

توضح الخطوات الآتية الفائدة المتوخاة من تحليل الأسلوب الأمرى إن هذه العملية تتضمن القرارات التي تتخذ في مرحلة كل من مرحلة ما قبل الدرس ومرحلة الدرس ومرحلة ما بعد الدرس.

\*مرحلة ما قبل الدرس:

إن الغرض من القرارات التي تتخذ في مرحلة ما قبل الدرس هو التخطيط لعملية التفاعل بين المدرس والتلميذ، أن دور المدرس هو اتخاذ القرارات حول الفقرات التي تتم تحديدها (مراحل).  
ويذكر 'موسكا، م وسارة.أ' على أن المدرس في مرحلة التخطيط يراعى النقاط التالية :

- تحديد الموضوع الدرس .
- تحديد مجمل أهداف الدرس، الجمل الرئيسية التي توضح أهداف الدرس والانجاز المتوقع .
- المهارة الخاصة: تحديد وشرح المهارات الخاصة التي سوف يقوم بأدائها التلميذ للوصول إلى الهدف العام للمهارة.
- الأهداف: يعتبر الهدف من الوحدة التدريسية السبب في اختيار المهارة المعينة .
- الأسلوب: تحديد الأسلوب والذي من خلاله سوف يتم توصل إلى الهدف.
- الإجراءات التنظيمية والإدارية: من اجل الوصول إلى الهدف ضمن الأسلوب المختار فانه يجب اتخاذ جملة من القرارات والتي تتعلق بطريقة إدارة وتنظيم وحدة التدريس وتمثل فيما يلي:
- أ- تنظيم التلاميذ
- ب- تنظيم الأدوات
- ج- ورقة الواجب الخاصة بالمهارة
- الوقت : تحديد الفترة الوقت الخاصة لتحقيق الهدف من المهارة
- الملاحظات : وهى بعض الملاحظات التي تظهر أثناء التنفيذ وذلك لتفاديها خلال الحصة القادمة
- \*مرحلة الدرس الأداء:

وتعنى هذه المرحلة الوقت المخصص للأداء، إن الغرض من مجموعة القرارات التي تتخذ خلال الأداء هو الأشغال التلاميذ في مشاركة فاعلة والالتزام بالقرارات الخاصة بهذه المرحلة التي من خلالها يتم تحويل الهدف النظري للمهارة إلى حيز تطبق عمل وفي الأسلوب الأمرى كسائر الأساليب الأخرى يكون من الواجب على التلاميذ معرفة وفهم الأشياء المتوقعة للوحدة الرئيسية التدريسية، لذلك يجب على المدرس اتخاذ سلسلة من قرارات لتهيئة المشهد أو الوحدة التدريسية ضمن الأسلوب الأمرى، إن إعداد المشهد يتطلب العناصر التالية:

- توضيح ادوار كل من المدرس والتلميذ
- شرح موضوع الدرس
- توضيح الإجراءات التنظيمية والإدارية التي تستخدم في إدارة وتنظيم الصف
- توضيح الأدوار :
- يقوم المدرس بتوضيح انه عندما يكون كل من المدرس والتلميذ وجها لوجه فانه يمكن اتخاذ القرارات المتخذة سواء من المدرس أو التلميذ.
- يمكن توزيع هذه القرارات بين كل من المدرس والتلميذ بطرق متعددة استنادا إلى الغرض العلاقة في وقت معين وفعالية معينة.
- إن أحد الإجراءات أو الترتيبات هي العلاقة التي يكون فيها دور المدرس هو اتخاذ جميع القرارات ويكون دور التلميذ هو الالتزام بهذه القرارات وأدائها والاستجابة لكل قرار منها.

- إن الغرض من مثل هذه العلاقة والتي تسمى الأسلوب الأمرى هو التكيف والملائمة الاستجابة الآتية من قبل التلميذ من اجل تعلم مهارة المطلوبة بشكل دقيق وسريع.

- إن تسهيل عملية توصيل إلى الهدف المطلوب يتم من خلال سلسلة من العمليات مثل تكرار الأداء، دقة وأحكام الأداء، والأداء المنسجم والمتوافق .

وشرح موضوع الدرس :

- يقوم المدرس بعرض المهارة بكاملها أو أجزاء منها والمصطلحات الخاصة بها، ثم تحديد النموذج أو الشكل الحركي الخاص بالأداء.

- يمكن أن يتم عرض المهارة بواسطة (الفيديو) والصور وان يكلف طالب متمكن بأداء المهارة حسب النموذج أو الشكل المطلوب.

- يقوم المدرس بتوضيح التفاصيل الضرورية التي تساعد فهم المهارة.

- يمكن تغيير وقت المخصص للعرض وذلك حسب درجة صعوبة المهارة وتنفيذها.

توضيح الإجراءات الإدارية والتنظيمية :

- تحديد المدرس الإشارات الخاصة بالاستعداد والتهيؤ وكذلك الإشارات الأمرية الخاصة بالوحدة التدريسية

ويمكن تغيير ذلك من خلال الوحدة التدريسية لكي تنسجم أو تتلاءم مع الأوجه المختلفة لموضوع الدرس

- تحديد الإجراءات الأخرى اعتمادا على موضوع الدرس

عند هذه النقطة يكون كل من مدرس والتلميذ على استعداد لبدء النشاط والذي يعتبر أساس مرحلة الدرس

(الأداء) ويقوم التلميذ بعد ذلك بالعمل بموجه الإشارات الأمرية من المدرس.

\*مرحلة ما بعد الدرس (التقويم):

إن القرارات التي يتم اتخاذها من قبل المدرس في المرحلة ما بعد الدرس (التقويم) توفر للمتعلم أو التلميذ التغذية

العكسية حول أداء المهارة أو الواجب الحركي وكذلك حول مستوى أداء التلميذ ودوره في الالتزام بالقرارات

التي يتخذها المدرس.

و- مميزات الأسلوب الأمرى:

يتميز الأسلوب الأمرى بالحركة، ذلك أن تكرار الحركة عند كل مهارة من المهارات سوف يؤدي إلى التطور

البدني من خلال استخدام هذا الأسلوب كما انه يستغرق اقل وقت ممكن للقيام بعملية العرض والإيضاح من

قبل المدرس وهذا يعنى إن الوقت المخصص للأداء يكون كبيرا، ويذكر عباس' احمد صالح السمرائى' إن

الأسلوب الأمرى يتميز بما يلي

- إن استخدام هذا الأسلوب مع صغار السن مناسب جدا.

- يمكن استخدامه مع المبتدئين في ممارسة المهارة.

- يمكن استخدامه أثناء المهارات الصعبة وذلك للسيطرة على وضع العمل.

- يمكن استخدامه في تصحيح الأخطاء الشائعة في الفعالية والأخطاء الفردية.

ويرى الباحث أيضا إذ ما أراد المدرس السيطرة على الصف فعليه استخدام وهذا الأسلوب كما أن استعمال هذا أثناء تدريس المهارات الصعبة والخطيرة والتي يمكن أن تشكل إصابات على صحة التلميذ يعد مناسب وفعال لتفادي ذلك.

ز- عيوب الأسلوب الأمرى:

كما يتميز الأسلوب الأمرى بمزايا عديدة فمن جهة أخرى يلاحظ على جملة من العيوب ويذكرها 'عباس احمد صالح السمرائى فيما يلي

لا يأخذ الفروق الفردية في القابليات بين التلاميذ

- لا يعطى الفرصة الكافية للتلميذ في المشاركة في اخذ القرار

- لا يعطى للتلميذ الحرية في الإبداع

- لا يشجع على التعاون بين التلاميذ للوصول إلى الانجاز الثمر

- عدم ووضوح الغرض العام من العملية

ح- قنوات التطور في الأسلوب الأمرى:

إن التعرف على مستوى النمو (تطوير) في كل أسلوب يفرض علينا فحص أربع قنوات وهي

البدنية، الاجتماعية، الانفعالية، المعرفية، وكل فرد يمكن أن يتحرك في هذه القنوات من أدنى إلى أقصى نمو بينهما ولكي يكون افتراضنا مقبولا عن العلاقة بين أسلوب معين وقنوات النمو فيه يجب أن تستخدم محكا أو أكثر وهذه المحكات يمكن أن تكون درجة الاستقلالية أو درجة الاعتماد على الغير، أو الابتكار، أو النشاط الجماعي، وربما غير ذلك ويختلف مكان الفرد على القنوات المختلفة باختلاف المحكات، وعند فحص محك الاستقلالية نتساءل عن مدى استقلالية الفرد في الأسلوب الأمرى لاتخاذ قرارات عن كل من قنوات النمو، فمادام دور التلميذ هو التبعية والطاعة، فمكانه في القناة البدنية يتجه نحو الأدنى استقلالية فالتلميذ لا يتخذ قرار شأن ذلك بينما المدرس هو الذي يفعل ذلك، ويحتاج النمو الاجتماعي إلى تفاعل اجتماعي فاطالما جميع القرارات يتخذها المدرس فوضع المتعلم علة قناة النمو الاجتماعي يتجه نحو الأدنى له، كما أن القناة الانفعالية تشير إلى الراحة النفسية والقدرة على القبول الذي في متابعة الأعمال البدنية ومكان المتعلم على هذه القناة قد يكون له شقين فالبعض يفصل التلقين من الغير ويكون هنا اتجاه القناة نحو الحد الأقصى والبعض الآخر لا يجب ذلك وهنا بالطبع يكون اتجاه القناة الانفعالية نحو الحد الأدنى له.

وفي الأسلوب الأمرى لا ينشغل التلميذ في كثير من العمليات المعرفية، فالعملية المعرفية الرئيسية هي التذكر وإذا كان اهتمامنا منصب على عملية التذكر وحدها فان اتجاه القناة المعرفية يكون نحو الحد الأقصى ولكن النمو المعرفي يعنى يشترك في عدة عمليات مثل المقارنة والمضاهاة وتصنيف، وحل المشكلة، ووضع الفرص الابتكارية، وهذا الأسلوب لا يسعى إلى ذلك، وفي هذه الحالة يكون اتجاه القناة المعرفية نحو الحد الأدنى

والشكل التالي يوضح قنوات تطوير في الأسلوب الأمرى.

المنظور الاستقلالي

أدى أقصى

النمو البدني X

النمو الاجتماعي X

النمو الانفعالي X

النمو المعرفي X

#### 4-2 الأسلوب التبادلي:

إن هذا الأسلوب يعتبر بين الأساليب الجيدة والذي يمكن استخدامها بصورة فعالة مع التلاميذ الذين يودون امتهان التدريس أو التدريب، لأنه يفتح المجال أمامهم في اخذ القرارات المناسبة، ويمكنهم استخدام التغذية الراجعة بصورة واسعة كما أن نتائج الانجاز الفردي تكون واضحة من خلال العملية التطبيقية لهذا الأسلوب. إذ أن من الحقائق الملموسة إلى تؤثر في التعلم وتحسين الانجاز هو معرفة نتائج العمل وفي ضوء ذلك يكون من الممكن إعطاء التغذية الراجعة للأمرى التي يمكن تصحيحها من خلال مراقبة الزميل أو من قبل المدرس

#### أ- تحليل الأسلوب:

التغذية الراجعة هي واحدة من الحقائق التي تؤثر في المتعلم وتعمل على تحسين الانجاز المهارى وتطويره بشكل معرفة النتيجة ويذكر 'عباس الصالح السمرائى' إن كلما أعطيت التغذية الراجعة مباشرة بعد الانجاز كانت فرصة تصحيح الأخطاء كبيرة ولذلك فإن أردنا أن نرفع من مردودية التغذية الراجعة يجب توفير مدرس واحد لكل تلميذ وبناء على ذلك فالسؤال البديهي الذي يروج في الأذهان هو كيف يمكن للمدرس أن يتعامل مع جميع التلاميذ في درس التربية البدنية الرياضية؟

"إن هذا الأسلوب هو المثالي والذي يمكن المدرس أن يتعامل مع هذه الحالة في صف منظم بصورة خاصة فالصف يجب أن ينظم بشكل أزواج ولكل واحد من هؤلاء الأزواج دور خاص في عملية إعطاء التغذية الراجعة

فتنظيمهم يكون بشكل تلميذ (يعمل) ولآخر (يلاحظ) ودور التلميذ العامل هو انجاز العمل واتخاذ القرارات الممنوحة كما في الأسلوب التدريبي أما دور التلميذ الملاحظ فهو إعطاء التغذية الراجعة إلى التلميذ العامل مستمداً ذلك من معلومات جد دقيقة سبق للمدرس إن أعدها أما تكون على شكل بيانات معلقة على الجدران أو تكون قد استلامها التلاميذ مسبقاً وتأكيداً على ذلك يعاون المدرس شرحها إن القسم الرئيسي الجزء التعليمي وتعطى هذه التغذية الراجعة أثناء العمل أو بعد الانتهاء منه، والعلاقة المتبادلة بين التلميذين تستمر حتى ينتهي التلميذ العامل ملاحظاً ومن هنا جاءت تسمية هذا الأسلوب بأسلوب التبادلي أو المشترك أما دور المدرس فهو:

- اتخاذ قرارات مرحلة ما قبل التدريس
  - إعطاء نوع العمل بشكل بيانات وكيفية تطبيقها
  - ملاحظة ومراقبة عمل التلميذ العامل والملاحظ
  - يكون قريبا من التلميذ الملاحظ عندما يحتاج إليه
- وبصورة عامة يكون فان نقل اتخاذ القرارات في هذه الطريقة يكون كما في الشكل الآتي
- مرحلة ما قبل الدرس (م) (م) (م) (ت، ع) تلميذ عامل
- مرحلة الدرس (الأداء) (م) (ت) (ت، ع)
- مرحلة ما بعد الدرس (م) (م) (ت، م) (م) تلميذ ملاحظ
- فالتلميذ العامل في الأسلوب يقوم باتخاذ القرارات مرحلة الدرس أما التلميذ الملاحظ فيتخذ قرارات مرحلة ما بعد الدرس.
- وفي هذه الاسلوب يتبين أيضا وجود نوع خاص من العلاقة بين التلميذ العامل والملاحظ , حيث يقوم التلميذ الملاحظ بإعطاء التغذية الراجعة إلى التلميذ العامل وإذا احتاج التلميذ العامل أي إيضاح يطلبه من التلميذ الملاحظ, أما دور المدرس هو مراقبة التلميذ الملاحظ إن كان يقوم بواجبه في أحسن صورة ويمكن ولكن يقوم التلميذ الملاحظ بدوره في أحسن صورة يجب عليه إتباع الخطوات التالية
- 1- تسلم ورقة البيانات من المدرس وعليها يقوم بتصحيح الانجاز
  - 2- مراقبة التلميذ العامل وملاحظته
  - 3- مقارنة وموازنة العمل أو الانجاز مع ورقة البيانات
  - 4- الحكم على الانجاز إن كان صحيحا أم لا
- أ- إخبار التلميذ العامل بهذه النتيجة وخاصة بعد نهاية العمل إن غيا بات أي خطوة من الخطوات السابقة فان التغذية الراجعة غير مضبوطة.
- ب- توضيح ادوار وأهداف الاسلوب التبادلي:
- إن الدور في الاسلوب التبادلي يوضحه موسكا.م وسارة.أ في النقاط التالية
- الانشغال في العلمية التعليمية التي تؤدي إلى العلاقات الاجتماعية، والتي تعتبر فريدة بالنسبة لهذا الأسلوب، وإعطاء وامتلاك التغذية العكسية مع الزميل
  - الانشغال في خطوات هذه العملية وملاحظة أداء الزميل، ومقارنة الأداء مع ورقة الواجب وتوصل إلى الاستنتاجات وتبادل الأداء وإيصال نتائج الأداء غالى الزميل
  - تطوير صفات الصبر والتحمل والصدق والنبيل والتي هي مطلوبة في نجاح هذه العملية
  - التدريب وخيارات التغذية العكسية المتوفرة والتي تؤدي إلى استمرار العلاقات
  - التعرف على المشاعر الخاصة ورؤية نجاح زميل ما

- تطوير الترابط والعلاقات الاجتماعية التي تكون أبعد من مجرد أداء المهارة  
إن الأهداف التي يمكن التوصل إليها بهذا الأسلوب قد لا يتوصل إليها الأسلوبين السابقين فخصوصية هذا  
الأسلوب انه يخلق لنا سلوكيات جديدة وظروفا لتحقيق أهداف أخرى يلخصها 'عباس احمد صالح السمرائي'  
فيما يلي:

- تحقيق أهداف اجتماعية بخلق علاقات معينة ومن نوع خاص بين التلاميذ

- خلق حالة الصبر والتحمل

- خلق حالة جديدة من إعطاء أو تسلم التغذية الراجعة

- الدقة في إعطاء التغذية الراجعة حسب ورقة البيانات

- احترام أمانة التلميذ الملاحظ

- تسهيل تعلم العمل المطلوب وذلك بسبب التغذية الراجعة المباشرة من قبل التلميذ الآخر

وزيادة على ذلك فان 'ساري حمدان والآخرون يضعون أهداف هذا الأسلوب على مجموعتين منها ما يرتبط  
بالمعلمين وهو نفسها التي ذكرها 'عباس احمد صالح السمرائي' أما المجموعة الثانية لها علاقة بالموضوع الدراسي  
وهي إتاحة الفرصة المتكررة لممارسة العمل مع الزميل

- ممارسة العمل تحت ظروف الحصول المباشر على التغذية الراجعة من الزميل

- ممارسة العمل دون أن يقدم المدرس التغذية الراجعة أو معرفة متى يصحح الأخطاء

- تصور الأجزاء وفهمها وتعاقبها أثناء العمل

#### 4-3- تطبيق الأسلوب التبادلي:

بينما يكون كل من الأسلوبين التدريبي الأمرى مألوفين بشكل أو بآخر لكل فرد فان الأسلوب التبادلي يعتبر  
لعديد من الأفراد أسلوبا جديدا إن واقع هذا الأسلوب وطبيعة الأدوار الجديدة توجه بعض المتطلبات  
الاجتماعية والنفسية الجديدة لكل من المدرس والتلميذ.

حيث يجب القيام بتعديلات وتغيرات كبيرة في السلوك، الأمر الذي يقود إلى إدراك حالة جديدة يمكن أن  
تحدث في قاعة اللعب، ولأول مرة وفي عملية اتخاذ القرار يقوم المدرس بنقل قرار التغذية العكسية إلى  
التلميذ وكما هو الحال في الأسلوبين السابقين فان القيام بتحليل هذا الأسلوب يوضح عملية التنفيذ أي عملية  
اتخاذ القرارات في مرحلة ما قبل الدرس و مرحلة الدرس وما بعد الدرس.

مرحلة ما قبل الدرس :

بالإضافة إلى القرار الذي يتخذه المدرس في الأسلوب التدريبي فانه هذا الأسلوب يقتصر أمره على ذلك بينما  
يقوم بإعداد وتصميم ورقة الواجب والتي يقوم باستخدامها التلميذ الذي يلاحظ (يراقب).

مرحلة الدرس:(الأداء)

إن الدور الرئيسي للمدرس في هذه المرحلة هو تحديد ادوار وطبيعة العلاقات الجديدة وفيما يلي سياق

- الأحداث في الوحدة التدريسية أو الفعالية
- إخبار التلاميذ أن غرض هذا الأسلوب هو العمل مع الزميل آخر ومعرفة كيفية إعطاء التغذية الراجعة إلى الزميل.
  - التعريف بالشكل الثلاثي وتوضيح حقيقة أن كل فرد منهم يمتلك دورا خاصا به وان كل تلميذ سوف يقوم بالأداء ثم بدور المراقب ثارة أخرى
  - توضيح الدور المؤدى هو إعطاء الواجب أو الواجبات واتخاذ نفس القرارات التسعة وكما هو الحال في الأسلوب التدريبي وكذلك يقوم المؤدى بالاتصال بالمراقب فقط.
  - يكمن دور المراقب في إعطاء التغذية الراجعة إلى المؤدى إسنادا إلى ورقة الواجب التي أعدها ووضعها المدرس ويتم إعطاء التغذية الراجعة خلال الأداء أو بعد إكمال الواجب لذلك وبينما نجد أن المؤدى يقوم باتخاذ القرارات خلال مرحلة الدرس (الأداء), يقوم المراقب باتخاذ القرارات في مرحلة التقويم
  - مرحلة ما بعد الدرس :
  - لكي يقوم المراقب بانجاز الدور المناط به في مرحلة ما بعد الدرس (عملية التقويم) عليه القيم بالخطوات التالية:
  - تسلم ورقة الواجب من المدرس و يكون ذلك على شكل ورقة تحمل كل المعلومات المطلوبة وشكل دقيق وواضح.
  - مراقبة أداء الشخص (تلميذ) الذي يقوم بالأداء .
  - المقارنة والتمييز بين الأداء وما هو مطلوب في ورقة الواجب
  - استنتاج ما إذا كان الأداء صحيحا أم لا
  - إيصال نتائج الأداء إلى المؤدى كما يمكن إعطاء التغذية الراجعة خلال أو بعد فترة الأداء و فخلال للمهارات التالية تكون عملية إعطاء التغذية الراجعة ناجحة أما خلال تأدية المهارات المتحركة تكون التغذية الراجعة غير ممكنة وذلك لقللة التركيز التلميذ على الاستماع
  - البدء بالاتصال بالمدرس عندما يكون ذلك ضروريا
  - إن الخطوات الخمس السالفة الذكر لا تعتبر إلزامية لأي فرد يريد القيام بتقويم الأداء فقط وإنما هي أساسية مع عملية إعطاء التغذية الراجعة
  - إن الدور المدرس ليكمن فيما يلي
  - أ- الإجابة على أسئلة المراقب
  - ب- بدء عملية الاتصال بالمراقبين
  - د- مميزات الأسلوب التبادلي:
  - إن أي أسلوب له خصائصه ومميزاته ومن مميزات الأسلوب التبادلي مايلي:
  - يفسح المجال أمام كل تلميذ أن يتولى مهام التطبيق

- يفسح المجال لتعليم عن كيفية إعطاء التغذية الراجعة
- لا يحتاج إلى وقت كبير في التعلم
- يفسح المجال لممارسة القيادة أمام كل تلميذ
- للتلاميذ مجال واسع للإبداع في تنفيذ الواجب
- كما يلاحظ الباحث نقاط أخرى يجب ذكرها وهي:
- انه الاسلوب التبادلي يقود تلك العلاقة بين التلاميذ
- كيفية التعامل مع نماذج أخرى (ورقة الواجب) غير المدرس
- الإحساس بالواجبات (الملاحظة، المؤدى) وكيفية التعامل معها.

#### هـ- عيوب أسلوب التبادلي:

- تقتصر عيوب الأسلوب التبادلي فيما يلي:
- صعوبة السيطرة على دقة تنفيذ الواجب.
- تحتاج إلى أجهزة وأدوات كثيرة.
- تكثر فيها المناقشات حول تنفيذ الواجب.
- تكثر الاستعانة بالمدرس حول حل الأشكال وتنفيذ الواجب.
- كثرة الضغوط على عمل المدرس.
- و- قنوات تطوير في الاسلوب التبادلي:
- إذا قمنا باستخدام الاستقلالية معيارا لعلاقة الاسلوب تتطور القنوات فيماكاننا توجيه السؤال التالي:
- ماهو مقدار استقلالية التلميذ في اتخاذ القرارات الآتية في هذه القنوات؟ وللإجابة عن هذا السؤال نبدأ بطرح الشكل التالي ثم التعليق عليه.

إذ ما استعملنا الاستقلالية مقياسا في تلك القنوات فيمكننا أن نستنتج ما يأتي:

إذا أخذنا الاستقلالية مقياسا لهذه الطريقة فيمكننا أن نستنتج مايلي:

القناة البدنية :

في قناة تطوير البدنية يكون موقع التلميذ متحركا نوعا ما نحو الأعلى مشابها لما هو في الاسلوب التدريبي فعندما يكون دور التلميذ قائما بدور(العامل) فالقرارات ممنوحة تتخذ من قبل التلميذ كما هو الحال في الاسلوب التدريبي

القناة الاجتماعية:

أما في قناة التطوير الاجتماعية يكون موقع التلميذ عال قريب من الحد الأعلى فتبادل الأدوار في هذا الاسلوب يخلق حالة من العلاقات الاجتماعية الكثيرة والمتداخلة أكثر من الأسلوبين السابقين

القناة السلوكية :

إن هذه القناة تتأثر بالقناة السابقة (الاجتماعية) حيث لما تحصل العلاقات الاجتماعية المتبادلة فاستنتاج هذا أن شعورا جيد يمكن أن يحصل باتجاه الآخرين وباتجاه النفس ، ولذلك فموقع التلميذ في القناة السلوكية يمكن أن يتحرك قريبا من الأعلى، ويمكن القول هنا بان إمكانية على إعطاء التغذية الراجعة للتلميذ الأخر وكذلك القدرة على تقبل التغذية الراجعة من الأخر يخلق مستوى من العلاقات الاجتماعية المتداخلة والتي تكون قريبا للأعلى من القناة السلوكية.

القناة الذهنية :

أما في هذه القناة فاننتقال والتحرك البسيط في موقع التلميذ في القناة الذهنية باتجاه نحو الأعلى وذلك بسبب انتقال التلميذ الملاحظ بعمليات الذهنية المتعددة مثل المقارنة والتركيز على تنفيذ البيانات وأخيرا عمل الخاتمة والاستنتاج

إن هذا الأسلوب يشبه الأسلوب التدريبي في اتخاذ القرارات الممنوحة وهناك حالة جديدة في هذا الأسلوب وهي أن التلميذ يقوم باتخاذ القرارات المرحلة ما بعد الدرس وتعتبر مصدر قوة لتطوير التلميذ.

#### 5- الفرق بين الاسلوب والطريقة والوسيلة :

الطريقة أكبر من الاسلوب ( الطريقة ) هي جميع الاجراءات التي يتخذها المعلم لتوصيل المهارات والمعلومات والافكار للمتعلم 0 اما (الأسلوب ) هو الاجراء المفضل من المعلم استخدامة لتحسين عمليتي التعلم والتعليم 0 و(التعليم ) هو العملية الي يحدث فيها الطريقة والاسلوب بما يقتضيه من امكانات مستخدمة الا وهي ( الوسيلة ) التي يتم استخدامها لتوصيل الافكار للمتعلمين

## خاتمة:

إن درس التربية البدنية والرياضية هو عبارة عن وحدة التدريس اليومية للبرنامج العام للتربية البدنية والرياضية في المدرسة وكذا إعداد التلاميذ تربويا، نفسيا، خلقيا واجتماعيا حيث يعمل على اكتساب التلميذ للقيم والاتجاهات التي تفرضها البيئة عليه كاحترام حقوق الآخرين، الإحساس بالمسؤولية والتبعية اتجاه الجماعة والابتكار والثقة بالنفس وكذلك يرمي إلى فهم أشمل وتقدير أعمق للبيئة المحلية، ودرس التربية البدنية والرياضية يعتبر حقلًا أساسيا للتعليم وتربية النشء، له واجبات تتمثل في التنمية الشاملة عن طريق اكتساب التلميذ المعارف والمعلومات في الدرس المبنية على أسس علمية وكذلك أغراض متعددة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولا ثم على المجتمع ثانيا وعليه تم بناء الدرس بتقسيمه إلى أجزاء لكل منها غرض معين.

وبسبب العلاقة الحميمة بين المدرس والتلميذ خلال درس التربية البدنية والرياضية فإن المدرس يعتبر من أبرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي، وله تأثير في تشكيل الأخلاق والقيم الرفيعة لدى التلميذ، وفي ظل هذه المعطيات لا يتوقف دور المدرس على تقديم ألوان النشاط البدني والرياضي المختلفة بل يتعدى ذلك بكثير فهو يعمل على الملائمة بين ميول التلاميذ وإمكانات المدرسة وقدراته الشخصية القيادية وذلك عن طريق الجهد المبذول والعمل الناجح في تقديم واجبات تربوية في إطار بدني رياضي يستهدف النمو والتكيف.

تمهيد

تعد لعبة كرة السلة اللعبة الأكثر شعبية في العالم بعد كرة القدم في الكثير من الدول العربية، وهي إحدى الألعاب الجماعية المحببة إلى الكثير من الأفراد على اختلاف مستوياتهم وفئاتهم العمرية، كما أنها لعبة سريعة ومثيرة ومسلية تعتمد في عداد لاعبيها على تنمية الجوانب المهارية والخططية، كذلك فإن لعبة كرة السلة تشمل مهارات أساسية متعددة في الدفاع والهجوم، وعلى ضوء ذلك سنتطرق إلى ممارسة نشاط كرة السلة في الوسط المدرسي، والتعريف بكرة السلة و بمهاراتها الأساسية، وبعض النقاط الهامة فيما يخص المهارات المذكورة في الدراسة.

1- تعريف رياضة كرة السلة :

كرة السلة هي أحد أوسع الألعاب انتشاراً في العالم من حيث عدد المتفرجين، وهي ثاني الألعاب الجماعية شعبية وانتشاراً في معظم بلدان العالم، وقد إعتبرها الباحث ون واحدة من أكثر الرياضات الجماعية إثارة لحماس ورغبة اللاعبين والمشاهدين، تتميز كذلك بسرعة وديناميكية تبادل الفريقين مواقف الهجوم والدفاع (داليا زكريا عباس زيد، التعلم التعاوني لاكتساب المهارات الحركية لكرة السلة، ص 62) تلعب كرة السلة بين فريقين يتكون كل منهما من خمسة لاعبين، وغرض كل فريق هو أن يقذف خر من الاستحواذ على الكرة أو إصابة الهدف، ويجوز تمرير الكرة في سلة الفريق المضاد وأن يمنعلكرة أو قذفها أو ضربها أو دحرجتها أو المحاورة بها في أي إتجاه وذلك في حدود الأحكام المنصوص عليها في قواعد القانون .

2- القواعد الأساسية الأولية لممارسة كرة السلة:

- 1-2 يمكن قذف الكرة في أي إتجاه بيد واحدة أو باليدين معا.
- 2- يمكن ضرب الكرة في أي إتجاه بيد واحدة أو باليدين معا وليس بالقبضة.
- 2-3 لا يمكن للاعب أن يجري بالكرة بل يجب عليه أن يقذفها من النقطة التي أمسك فيها،
- 2-4 يجب مسك الكرة بالأيدي دون الأذرع أو الجسم.
- 2-5 ممنوع على اللاعب استعمال الخشونة أو المسك أو الدفع أو العرقلة أو الضرب، وأي مخالفة لأي لاعب لهذه القاعدة يحتسب ضده خطأ.
- 2-6 يعتبر ضرب الكرة بالقبضة خطأ.
- 2-7 إذا ارتكب لاعب ( 03 أخطاء متتالية يحتسب هدف للفريق المنافس.
- 2-8 تحتسب الإصابة إذا دخلت الكرة من أعلى السلة واستقرت بها ولا يجوز لأحد لاعبي الفريق المدافع إعاقة دخول الكرة السلة ، كما أنه إذا استقرت الكرة على حافة السلة وحرك الخصم السلة فإن الإصابة لا تحتسب.

2-10 إذا خرجت الكرة عن الحدود يكون إدخالها للملعب من حق أول لاعب يستطيع اللحاق بها الحصول عليها ،على أن يتم إدخالها إلى اللعب خلال خمس ثواني ، أما إذا استحوذ عليها لاعبان في وقت واحد فيتم إدخالها بمعرفة الحكم.

2-11 يعاون الحكم مساعد مختص باللاعبين واحتساب الأخطاء عليهم وإبلاغ الحكم عند حدوث ثلاث أخطاء متتالية.

2-12 يقوم بالتحكيم حكم مختص بالكرة وإصابة السلة وتحديد وقت المباراة.

### الأخطاء الفنية والشخصية:

كل كسر لقوانين اللعبة تكون عقوبته احتساب خطأ على المخالفة يسمى خطأً.

#### 1- الخطأ الشخصي:

هو الخطأ الذي يحدث من لاعب بالتحامه مع لاعب منافس.

#### 2- الخطأ المزدوج :

هو الخطأ الذي يحدث من لاعبين متنافسين ضد بعضهما البعض في وقت واحد تقريبا.

#### 3- الخطأ المتعمد:

هو خطأ شخص ي يتعمد اللاعب ارتكابه وتتراوح درجة خطورته بين الخطأ الشخص ي وعدم الأهلية.

#### 4- الخطأ المتعدد:

هو الخطأ الذي يقع بين لاعبين أو أكثر في الفريق الواحد ضد لاعب واحد منافس في وقت واحد تقريبا.

#### 5- الخطأ الفني :

و الخطأ الذي يقع من غير اللاعبين أو يصدر من أحد اللاعبين دون أن يترتب عليه احتكاك بلاعب آخر.

#### 4 - عقوبة ارتكاب الأخطاء : إن أي خطأ يحتسب:

- إذا كان اللاعب في حالة تصويب، فيحتسب رمية حرة "رميتان"، وإذا أخطأ في الرمية الأولى تعطى له

رمية إضافية على السلة

- إذا كان اللاعب في غير حالة تصويب ولم يكن فريق اللاعب صاحب الخطأ قد ارتكب بعد 7 أخطاء شخصية، تحتسب رمية جانبية.

إذا كان اللاعب في غير حالة تصويب وارتكب فريق اللاعب المخطأ 7 أخطاء تحتسب رمية حرة على السلة "رميتان".

### 5 - مخالفات لاعبي كرة السلة:

#### 5 - 1 مخالفة شروليط قذف الرمية الحرة:

مثل عدم لعبها خلال 05 ثواني من تسلمه الكرة، أو لمسها أثناء تصويبها من أي لاعب، أو لمس أرض الملعب على خط الرمية الحرة، ولا تحتسب الإصابة إذا كانت المخالفة من قاذف الرمية، وكذلك إذا كان الخطأ من فريقه، ويأخذ الكرة هذا للعبها من أحد الخطوط الجانبية.

أما إذا كانت المخالفة من الفريق المنافس فتحتسب الإصابة، وإذا لم تنجح الإصابة يعوض الفريق القاذف للكرة برمية أخرى .

#### 5- 2 لعب الكرة خارج الحدود:

وتحتسب ضد اللاعب الذي أخرج الكرة إلى الخارج، ويلعبها رمية جانبية، فإذا لم يعرف الحكم أي الفريقين لعبها من الخارج يلعبها حالة كرة القفز.

#### 5- 3 مخالفات إدخال الكرة من خارج الحدود:

وذلك بلمس الكرة الملعوبة من خارج الحدود قبل أن يلمسها أي لاعب آخر، أو يدخل بها الملعب، وتعتبر مخالفة على اللاعب وكذلك إذا لم يلعبها خلال 5 ثواني تحتسب خطأ عليه، ويأخذها حر. لاعب من الفريق

5-4- الجري بالكرة أولي ركلها أولي ضربها: فلا يجوز للاعب أن يركل الكرة أو يضربها يقدمه أو بقبضة يده، ولا يعد ركل الكرة بالقدم مخالفة إلا إذا كان متعمداً. (إسماعيل عبد الفتاح، اموسوعة الرياضية امایسرة، ط1، دار الكتاب المصري، القاهرة)

### 5-5 تكرار المحاورة:

إذا حاور لاعب لاعبا آخر فلا يجوز تكرار المحاورة إلا إذا خرجت الكرة عن حيازته وعادت إليه، وتحتسب ضد هذا اللاعب.

### 6- المهارات الأساسية في كرة السلة:

#### 1-1 التحكم في الكرة:

هو اكساب التلميذ حساسية التعامل مع الكرة وزيادة مهارته أثناء استخدامها، تمهيدا لأداء

المهارات الأساسية التي يستخدم فيها اللاعب الكرة بطريقة جيدة (مصطفى محمد زيدان، مرجع سبق ذكره)، صتعليم التحكم في الكرة :

- نقل الكرة من يد الى اليد الأخرى أمام الصدر.

- نقل الكرة من يد الى اليد الأخرى من وضع الذراعين عاليا والكرة أعلى الرأس.

#### 1-2 مسك الكرة:

هي أول مهارة من المهارات الأساسية ومن أهمها إذ تعتبر أساسية في التصويب والمحاورة والتمرير واستلام واستقبال الكرة.

وفي الطريقة الصحيحة لمسك الكرة:

تكون عضلات الجسم متراخية أي غير مشدودة.

تكون القدمان متباعدتين بقدر اتساع الصدر.

تكون القدمان على خط واحد أو قد تتقدم إحدهما عن الأخرى مسافة نصف قدم تقريبا.

الركبتين غير مشدودتين بل كما في الوقفة الطبيعية.

إنحناء الكتفان للأمام.

الرأس في وضعه الطبيعي والنظر ل لأمام.

الكوعان متلاصقان دون ضغط، وتثنيان بزاوية قائمة تقريبا.

### 1-3 التمير:

تعتبر مهارة التمير الطريقة الرئيسية لنقل الكرة أثناء المباراة، حيث إن الفريق الذي يجيد لاعبيه التمير السريع المحكم فريق يصعب التغلب عليه، ويستطيع كذلك الإحتفاظ بالكرة وبالتالي يصبح دائما في موقف المهاجم، بحيث يهدد الفريق المنافس طوال المباراة، فيخفض من روح الفريق المنافس المعنوية ويكتسب هو الثقة طول مدة احتفاظه بالكرة.

6-3-1 نقاط يجب مراعاتها عند أداء التمير:

1- اللاعب المهاجم يجب أن يرى ممر التمير وكذا المستقبل للكرة.

2- استخدام الجذع أثناء أداء التمير تفاديا لقطعها من المدافع.

3- تحريك الكرة بصفة مستمرة حتى يصبح المدافع غير قادر على تحديد مسار التمير وقطع الكرة

الممرر عليه تحديد حجم ذراعي المدافع وأداء التمير بسرعة بعيدا عن متناول يدي الخصم.

5- يجب على اللاعب الممرر أن يؤدي التمير في الجنب المفتوح.

6- يجب على المستلم أن يبعد اللاعب المدافع عن طريق ممر التمير.

### 1-3-1 نواع التمير:

- التمير الصدري

- التمير المرتدة باليدين أو بيد واحدة.

- التمير باليدين من أعلى الرأس.

التمير بيد واحدة من فوق الكتف.

التمريرة الخطافية.

### 1-2- التمريرة الصدرية:

10 ( أمتار ، كما أنها تؤدي من - تؤدي هذه التمريرة بين لاعبين أو أكثر ولمسافة تتراوح بين ) 5 الثبات أو من الحركة. ولسهولة وسرعة أداء هذه التمريرة فقد يستخدمها بعض اللاعبين المتقدمين لمسافات قد تصل إلى 15 متر.

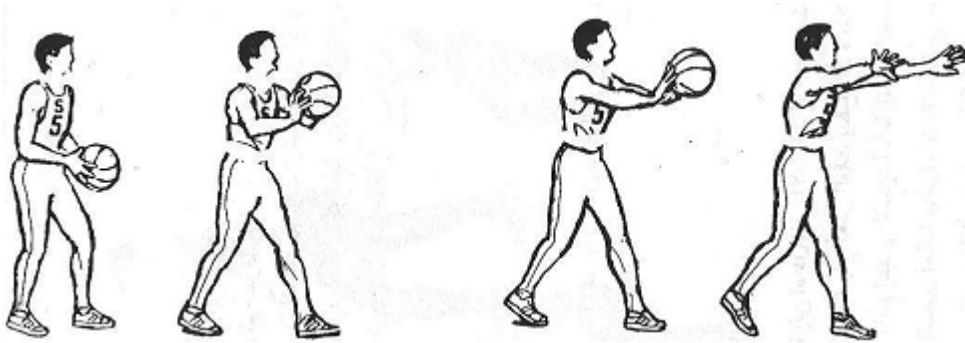
الوضع الإبتدائي :

الكرة ممسوكة باليدين وقريبة من الصدر ، والمرفقان متجهان إلى الأسفل والركبتان في حالة انثناء والقدمان متباعدتان.

وليصف الأداء الفني :

1- يمسك التلميذ الكرة وأصابع اليدين متباعدة ومحيطة بالكرة من الجانبين ، والإبهامين متجهين للداخل وباقي الأصابع متجهة للأمام ، المرفقان متجهان لأسفل والعضدين في وضع عمودي.

شكل رقم (01) : يمثل طريقة أداء مهارة التمريرة الصدرية



### 1-3- التمريرة المرتدة:

وهي كالتمريرة الصدرية في الأداء عدا توجيه الكرة إلى الأرض وليس أفقياً إلى المستلم . طريقة الأداء:

1- التمريرة امرتدة باليدين:

نفس أداء التمريرة الصدرية إلا أنه تثني الركبتان انثناء أعمق، كما أن حركة الذراعين بالكرة تكون بالميل إلى الأسفل وإلى الأمام وذلك لتوجيه الكرة إلى مكان ارتدادها بعيدا عن المدافع.

### 3-1-1 التمريرة المرتدة بيد واحدة:

من وضع المسكة الصحيحة للكرة تفرد الذراع الممررة بالكامل إلى الجانب مع مسك الكرة من الخلف، بحيث يكون ظهر اليد للخارج والكرة في اتجاه الزميل، ثم تمرر الكرة بحركة اليد الممتدة أماما

### الخطوات التعليمية:

- 1- شرح المهارة وأهميتها ومتى تستخدم في المباراة.
- 2- عمل نموذج جيد لمهارة التمرير المرتدة باليدين.
- 3- تقسيم المسافة بين اللاعب وزميله إلى ثلاثة أقسام على أن يتم ارتداد الكرة في أول الثلث الأخير.
- 4- نفس التمرين السابق مع عدم وجود علامات.
- 5- نفس التمرين السابق مع وجود زميل ثالث في دور المنافس.
- 6- نفس التمرين مع الحركة.

### 2-3 التمريرة باليدين من أعلى الرأس :

تستعمل في الهجوم السريع، وتؤدي هذه الحركة من خلال رفع اللاعب الكرة فوق الرأس (مصطفى محمد زيدان، مرجع سبق ذكره، ص4)

والذراعان ممتدتان إلى الأعلى بمساعدة الانثناء في مرفقي اليدين، وامتداد بسيط في الكتفين تؤدي هذه التمريرة بدفع الكرة إلى الأمام مع أخذ خطوة إلى نفس الاتجاه وتستخدم للمسافات الطويلة. وليصف الأداء الفني :

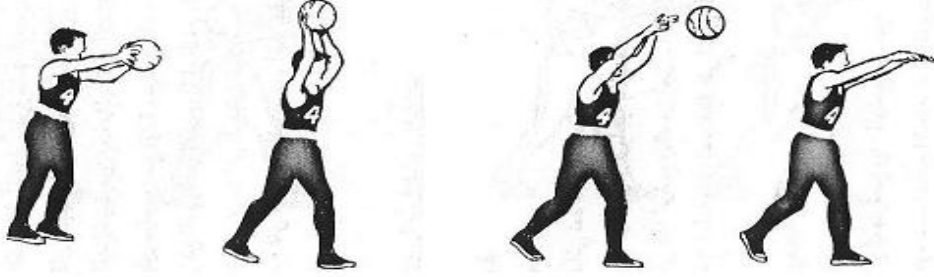
- 1- يقوم اللاعب بمسك الكرة باليدين أعلى الرأس والكفان للداخل والكوعان بهما انثناء قليل مع

تقدم رجل عن الأخرى قليلا.

2- يتم دفع الكرة بالأصابع والرسغ مع مد الكوعين بقوة للأمام.

3 - يتم في نفس التوقيت أخذ خطوة للأمام بالرجل الخلفية.

الشكل (02) يمثل طريقة أداء مهارة التميريرة باليدين من أعلى الرأس



3-2-المحاورة : تعد المحاورة ثانية الطرق التحرك بالكرة أثناء اللعب بعد مهارة التميرير وتليها في

الأفضلية.وهي نوعان : عالية ومنخفضة.ويراعى عند تعليم هذه المهارة أهمية إجادتها باليد اليسرى

بنفس درجة أهمية الإجادة باليد اليمنى.( مصطفى محمد زيدان ، مرجع سبق ذكره ، ص 58 )

وهناك أنواع أخرى من التنطيط وهي:

1- التنطيط بالدوران.

2- التنطيط بالدوران المزدوجة.

3- التنطيط للأمام والخلف.

4- التنطيط من خلف الظهر.

5- التنطيط بين الساقين.

الشكل رقم (4) يمثل طريقة أداء مهارة التنطيط



4 التصويب :

تحدد نتيجة المباراة كرة السلة بعدد التصويبات الناجحة التي يجرزها في سلة الفريق المنافس

،لذلك فإن كل ما يؤديه التلاميذ من مهارات هجومية كالتمرير والمحاورة وغيرها من المهارات ما هو إلا

إعداد وخلق ظروف مناسبة وأمنة لعملية التصويب على السلة.

هو العامل المؤثر على نتيجة المباراة ،وهو المحصلة النهائية للأساسيات الحركية. ( محمد عبد الرحيم اسماعيل ،مرجع سبق ذكره ،ص77)

1-4 العوامل المؤثرة في دقة التصويب:

- 1- التركيز
- 2- الإرتقاء
- 3- الثقة بالنفس
- 4- تحديد الهدف
- 5- التوازن الجسمي
- 6- القوة
- 7- التوقيت أو الإيقاع

8- توافق اليد - والذراع والتحكم في أطراف الأصابع.

#### 4-2 أنواع التصويب :

- التصويب باليدين من أمام الصدر:

تمسك الكرة باليدين وتوضع أمام الصدر، والمرفقان منثنيان باتجاه الأرض لتحقيق الاتزان المطلوب، والقدم متقدمة على الأخرى، ثم تمد الذراعان أماما عاليا مع مد الركبتين، على أن يتبع مد الذراعين وثني الرسغين أسفل.

- التصويب بيد واحدة من أمام الصدر:

تمسك الكرة قرب أحد الكتفين، وليكن اليمين مثلا : الذراعان منثنيان، المرفقان م وشران نحو الأرض، كف اليمين أسفل الكرة وخلفها، والذراع الأخرى مساندة ومساعدة في توجيه الكرة نحو الهدف

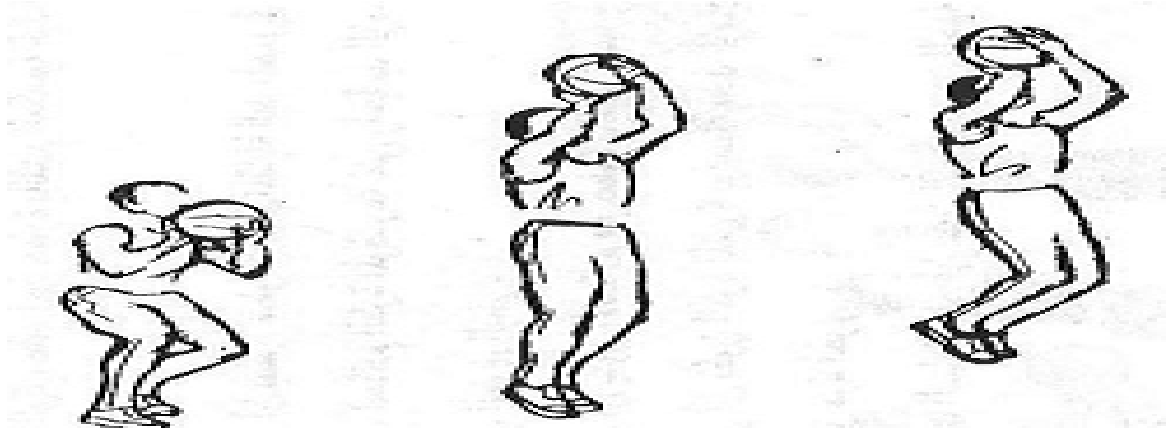
- التصويب باليدين فوق الرأس :

هذا النوع من التصويب يشابه تماما التصويبة الصدرية إلا أن في مثل هذا النوع الكرة من فوق الرأس مع مراعات نفس الوضعية السابقة.

- التصويب من القفز:

يعتبر التصويب من القفز من أهم أنواع التصويب في كرة السلة، وذلك لأنها من التصويبات التي يصعب على المدافع إيقافها، ويحتاج هذا النوع من التصويب لتوازن كبير وتحكم في الجسم أثناء القفز للأعلى.

الشكل رقم (05) يمثل طريقة أداء مهارة التسديد من القفز



التصويبة السلمية : تعد من الأنواع المهمة والأساسية بلعبة كرة السلة إذ تؤدي في حالة حركة بسرعة في إتجاه الهدف بعد عمل محاورة بالكرة أو إستلامها من الزميل ،وتتحتتم على المؤدي عند أداء المهارة أن يراعي قانون المشي بالكرة وفي هذا النوع من التصويب يجب أن يتعلم التلميذ أداء التصويبة بكلتا اليدين وبنفس الكفاءة.

الشكل رقم (06) يمثل طريقة أداء التصويبة السلمية



## خلاصة

مما نستخلصه من هذا الفصل أن رياضة كرة السلة من الأنشطة الجماعية المحببة لدى التلاميذ، حيث لها مهارات ومبادئ أساسية يتم بواسطتها الوصول إلى تأدية اللعبة بالشكل الجيد والمطلوب، إن المهارات الأساسية لكرة السلة هي التي تحدد مستوى الأداء، ونجاح أي فريق يتوقف على مدى إجادته أفراد هذه المهارات، وكلما ارتفع الأداء المهاري يرتفع معها مستوى الأداء العام.

وكذلك ترتيب تعليم هذه المهارات بصورة متدرجة ومتسلسلة مع بعضها البعض، من أجل تسهيلها للمتعلم من خلال تعليمه مهارة مسك الكرة واستلامها لأنها تشكل القاعدة الأساسية لتعليم المهارات الهجومية للعبة، ومن ثم تعليمه التحكم فيها، وبعدها نعلمه التمرير والمحاورة والتصويب في الأخير.

## تعريف الصفات البدنية

يطلق علماء التربية البدنية والرياضية في الاتحاد السوفياتي والكتلة الشرقية مصطلح "الصفات البدنية" أو "الحركية" للتعبير عن القدرات الحركية أو البدنية ، للإنسان وتشمل كل من (القوة ، السرعة ، التحمل ، الرشاقة ، المرونة ) ويربطون هذه الصفات بما نسميه "الفورمة الرياضية" التي تتشكل من عناصر بدنية ، فنية خطوية ونفسية بينما يطلق علماء التربية البدنية والرياضية في الولايات المتحدة الأمريكية عليها اسم "مكونات اللياقة البدنية" باعتبارها إحدى مكونات اللياقة الشاملة للإنسان ، والتي تشمل على مكونات اجتماعية ، نفسية وعاطفية وعناصر اللياقة البدنية عندهم تتمثل في العناصر السابقة على حسب رأي الكتلة الشرقية بالإضافة إلى (مقاومة المرض، القوة البدنية ، والجلد العضلي ، التحمل الدوري التنفسي القدرة العضلية ، التوافق ، التوازن والدقة). وبالرغم من هذا الاختلاف إلا إن كلا المدرستين اتفقتا على أنها مكونات وان اختلفوا حول بعض العناصر (محمود عوض البسيوني ، فيصل ياسين الشاطي ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ، 171). وتطرقنا في بحثنا هذا إلى عناصر اللياقة البدنية على حسب رأي الكتلة الشرقية :

### 1-1 أنواع الصفات البدنية:

#### 1-1-1 القوة:

يرى العلماء إن القوة العضلية هي التي يتأسس عليها وصول الفرد إلى أعلى مراتب البطولات الرياضية كما أنها تؤثر بدرجة كبيرة على تنمية بعض الصفات البدنية الأخرى، كالسرعة التحمل ، الرشاقة ، كما يرى خبراء الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية والرياضية إن الأفراد الذين يتميزون بالقوة العضلية يستطيعون تسجيل درجة عالية في القدرة البدنية العامة ويمكن تعريف القوة بأنها قدرة العضلة في التغلب على المقاومات المختلفة (خارجية، داخلية) ومقاومتها. القوة هي « القدرة على تحمل خارجي بفضل الجهود العضلي ، و فيزيولوجيا نستطيع تعريف القوة بأنها التوتر الأقصى الذي تحدثه العضلة أثناء التقلص »

أما تعريف القوة في مجال اللعبة هي « مقدار العضلات على التغلب على المقاومات المختلفة و قد تكون هذه المقاومات جسم اللاعب نفسه أو المنافس أو الكرة أو الاحتكاك»<sup>(2)</sup>

### 1-1-1-1 أنواع القوة :

يمكننا تقسيم صفة القوة إلى الأنواع الرئيسية الآتية و التي اتفق عليها معظم علماء التربية البدنية و الرياضية :

#### أ. القوة العضلية القصوى :

و تعني « أكبر قوة تستطيع العضلات توليدها من أقصى انقباض إرادي لها ».

#### ب. سرعة القوة:

و تعني « مقدرة العضلات في التغلب على مقاومات باستخدام سرعة حركية عالية».

#### ج. تحمل القوة :

و تعني « المقدرة على التغلب على المقاومات لفترات طويلة ».

### 1-1-1-2 تنمية القوة عند التلاميذ (16 - 18 سنة )

إن تنمية القوة بلعب دورا هاما في التكوين العام للطفل، كما يجب عند تنمية القوة اخذ الحذر من خصائص الجسم خلال فترة النمو ، حيث يكون الجهاز العظمي للطفل رخو و لين لافتقاره لمادة الكالسيوم ، كما انه يملك مقاومة ضعيفة ، و على حسب " واينتش " الجهاز العظمي لا يكتمل نموه إلا في المرحلة من 17 - 20 سنة .

إن الألعاب و الأعمال الحركية التي تعتمد على القوة تستطيع مساعدة الطفل في هذه المرحلة على تحسين القوة في وقت

مبطر .

### 1-1-2 المرونة:

تعد المرونة عنصر مهما من عناصر اللياقة البدنية أثناء الأداء الحركي الرياضي ، كما تشكل مع باقي الصفات البدنية الأخرى الركيزة التي يتأسس عليها اكتساب و إتقان الأداء الحركي فهي تعبر عن مدى الحركة في مفصل واحد أو عدد كبير من المفاصل ، فيعرفها " باروف " بأنها « مدى سهولة الحركة في مفاصل الجسم المختلفة » ، أما " خارابوجي " فيرى بأنها « القدرة على أداء الحركات لمدى واسع ». (محمود عوض البسيوني فيصل ياسين الشاطبي ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ، مرجع سبق ذكره)

### 1-2-1-1 أنواع المرونة : هناك نوعان من المرونة :

#### أ . المرونة العامة :

تعني: « مقدرة المفاصل المختلفة بالجسم على العمل في مدى واسع ».

#### ب . المرونة الخاصة:

تعني: « مقدرة المفاصل الضرورية الاستخدام في نشاط ما من العمل في مدى واسع »

و هناك علماء يقسمون المرونة إلى نوعين هما

#### ج . المرونة الايجابية :

مقدرة المفصل على العمل في مدى واسع نتيجة لانقباض مجموعات عضلية معينة تعمل على هذه المفاصل ، مثل ثني الجذع أماما بصورة تلقائية بدون مساعدة .

#### د . المرونة السلبية :

تحصل بواسطة الفعالية القوى الخارجية ، أي أقصى مدى للحركة الناتجة عن تأثير بعض

القوى الخارجية ، كما هو الحال عند أداء التمرينات بمساعدة الزميل ، و تكون درجة المرونة السلبية أكبر من درجة المرونة الايجابية .

### 1-2-1-1 تنمية المرونة عند الطفل :

إن الطفل في هذه المرحلة من العمر يملك درجة كبيرة من المرونة المفصلية ، وهذا راجع كون المفاصل و الأوتار لم تنضج بعد ، بحيث نجد إن مرونة العمود الفقري تصل إلى اعلي درجاتها في حوالي السن ( 8 - 9 سنوات ) ، ثم بعد ذلك تنخفض تدريجياً، وتعتبر السن (10-12 سنة) كأفضل سن لتحسين مرونة العمود الفقري.

ومن جهة أخرى نستطيع أن نلاحظ انخفاض قدرة تمديد الأرجل عند مفصل عظم الفخذ ومرونة مفصل الكتفين ويمكن أن تحدث إصابات إذا تعرضت المفاصل إلى تأثير كبير وممكن أكثر إلى الخطر إذا نشطت بواسطة تمارين غير ملائمة فالتمارين في هذا السن من العمر يستحسن أن تكون على شكل العاب.

### 1-1-3 الرشاقة :

تعتبر الرشاقة من القدرات البدنية الهامة ذات الطبيعة المركبة ، حيث أنها ترتبط بالصفات البدنية الأخرى ، وتعني الرشاقة بشكل عام أنها قدرة الجسم أو أجزاء منه على تغير أوضاعه أو اتجاهه بسرعة ودقة . ويعرفها " مانيل " بأنها القدرة على التوافق الجيد للحركات بكل أجزاء الجسم أو بجزء معين منه كاليدين أو القدم أو الرأس.

### 1-3-1-1 تنمية الرشاقة عند التلميذ ( 16 - 18 سنة )

الرشاقة صفة أساسية تظهر علاقتها بالنواحي النفسية خاصة في فترة التعلم الحركي وخاصة عند الأطفال الذين يؤدون الحركات بسرعة و إتقان ، و من الممكن اكتسابها بشكل جيد في الألعاب المختلفة.

وسائل خاصة تهدف إلى تطوير القدرات التوافقية باستخدام إشكال متنوعة ، فيجب العمل على

- إكساب التلميذ عدد كبير من المهارات الحركية المختلفة .

- الأداء العكسي للتمارين .

- خلق مواقف غير معتادة لأداء التمارين

- التغيير في أسلوب أداء التمارين .

و يرى " اروين " إن نوعية نجاح التنسيق هي القاعدة الأساسية لتطوير النتائج الرياضية على المدى الطويل ، و إن نوعية العمل المتناسق يؤثر على سرعة ونوعية التعلم للتقنية الرياضية و لتحقيق هذا العمل يستلزم الاعتماد على طريقة اللعب

( édition vigot , paris 1981 , P 96 ,\_entrenement Sportif de l'enfant )

### 1-1-4 السرعة:

يرى البعض إن مصطلح السرعة في المجال الرياضي يستخدم للدلالة على تلك الاستجابة العضلية الناتجة عن التبادل السريع ما بين حالة الانقباض العضلي و الاسترخاء العضلي و يرى البعض الآخر انه يمكن تعريف السرعة بأنها القدرة على أداء حركات معينة في اقصر زمن ممكن، ومن جهة أخرى يعرفها " بيوكر " بأنها قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع

واحد في أقصر مدة

و يؤكد " هولمان " بان السرعة تعتمد على:

- القوة العظمى .

- سرعة انقباض و تقلص العضلات .

- نسبة طول الأطراف إلى الجذع .

- التوافق .

- نوعية الألياف العضلية .

- قابلية التلبية و رد الفعل في البداية .

### 1-1-4 أنواع السرعة:

نستطيع تمييز أنواع عديدة من السرعة :

#### أ . السرعة الدورية (Vitesse cyclique):

و تعني ارتباط الحركة بالقوة و كمثال على ذلك الجري السريع في الألعاب الرياضية مع تغيير الاتجاه.

#### ب . سرعة رد الفعل :

يقصد بها المقدرة على الاستجابة لمؤثرات خارجية في اقصر زمن ممكن، و بالتكرار تصبح هذه الحركات لا إرادية كالقفز و

الركض و الضرب و الانتباه نحو مؤثرات خارجية ، و يمكن أن نطلق على هذه الاستجابة رد الفعل المكتسب ، أما فيما

يخص رد الفعل الطبيعي فهو صفة وراثية

#### ج . السرعة الانتقالية:

تعني الانتقال من مكان إلى آخر بأقصى سرعة ممكنة و بأقصر فترتو زمنية<sup>(2)</sup>.

#### د . سرعة الحركة ( الأداء ):

يقصد بها أداء حركة أو عدة حركات مركبة معا في اقل زمن ممكن

1-1-4-2 تنمية السرعة عند اتمليد(16 - 18 سنة ) :

إن العوامل الوظيفية للسرعة تحدد وراثيا، و تنمية هذه العوامل يتم مبكرا لدى الطفل حسب "weineck" ، ويرى " relhok – relmemtS – rezmok " أن في السنوات المدرسية الأولى من عمر الطفل يتم فيها أكبر تطور للتوتر و سرعة الحركة ، فيجب إذا الأخذ بعين الاعتبار التطوير العام للعوامل البدنية للطفل ، و اللجوء أكثر إلى تمارين السرعة ، و التركيز أكثر على التمارين التي تتطلب الاستجابة السريعة ( رد الفعل ) ، و التمارين التي تتطلب قدرات عالية من التوافق الحركي و على التسارع و سرعة الحركة ، و في مقدمة هذه التمارين الألعاب الصغيرة و التي تبني على عنصر اللعب و المباردات ، و التي تفسح المجال أمام التصرفات الخاصة بالسرعة مما يمنع تشكيل عائق السرعة الذي يؤدي إلى ركودها.

1-1-5 التحمل:

يعتبر التحمل من الدعائم الأساسية للياقة البدنية في الفعاليات الرياضية التي يتطلبها الإعداد البدني لفترة طويلة ، و تختلف تعاريفه بالنسبة لكل عالم ، فيعرفه " تشارلزبوش " انه القدرة على القيام بانقباضات مستمرة و طويلة باستخدام عدد من المجموعات العضلية بقوة و لمدة كافية لإلقاء

التعب و العبء على وظائف الجهاز الدوري والتنفسي . ويعرفه " خارابوجي " بأنه القدرة على

تحقيق عمل مرتفع الشدة لأطول فترة ممكنة 'محمود عوض بسيوني ، فيصل الشاطي ، نظريات و طرق التربية البدنية ، مرجع سبق ذكره ، ص 186).

، بينما يعرفه " اوزلين " على انه قابلية الفرد على أداء عمل حركي بحجم معين لفترة طويلة دون انقطاع.

1-1-5-1 أنواع التحمل :

أ. التحمل العام:

هو القدرة على التحمل لفترة طويلة دون هبوط مستوى الكفاءة أو الفعالية وذلك باستخدام مجموعات كبيرة من العضلات وبمستويات متوسطة من الحمل من استمرار عمل الجهاز الدوري والتنفسي بصورة طبيعية وهذا حسب رأى الدكتور صلاح السيد قدوس الذي يرى أيضا إن التحمل العام هو عبارة عن أداء عملي لتكوين مقاومة ضد التعب الجسمي نتيجة استغراق وقت طويل للعمل وارتباط صفة التحمل ارتباطا وثيقا بظاهرة التعب.

ب . التحمل الخاص:

يعرفه " رياتشكوف " انه قابلية الرياضي على مقاومة التعب الذي يحصل خلال مراحل أداء فعالية رياضية معينة .

## تمهيد:

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم المراحل التي يمر بها الإنسان في حياته, خاصة وأنها بمثابة الجسر الرابط بين الطفولة و الرشد وتختلف هذه المرحلة عن باقي المراحل العمرية الأخرى من حيث التغيرات التي تمس الجوانب الاجتماعية و الانفعالية و الفيزيولوجية للفرد مما يستوجب على المربين والأخصائيين في هذا المجال إعطاءها القدر الكافي من العناية و الإهتمام .

وقد تطرقنا في دراستنا هذه إلى المرحلة العمرية (16\_18 سنة) وذلك بهدف التعرف عليها من جميع النواحي التي قد تساعدنا في إجراء هذا البحث .

1- النمو :

- 1-1- تعريف النمو : " النمو هو سلسلة متتابعة من التغيرات الإنشائية التي تسير الإنسان نحو النضج " (1) (2) أحمد أمين فوزي : " مبادئ علم النفس الرياضي , ط1, 2003 , ص : 41 )
- ( وتتميز مراحل النمو بالارتباط الوطيد فيما بينها حيث كل مرحلة تعتبر بمثابة تكملة للمرحلة التي بينها .
- وتتضمن هذه التغيرات نواحي الفرد النفسية و الاجتماعية و الانفعالية وكذا الفيزيولوجية ..... , " ومن هذا المفهوم يمكن تحديد أهم خصائص النمو "
1. لا يحدث فجأة بل يحدث تدريجيا و بانتظام .
  2. التغيرات الناتجة التي تطرأ على الإنسان تهدف إلى الإرتقاء به وتمكينه من التكيف مع بيئته المادية و الإجتماعية .
  3. الإرتباط الوطيد بين مراحل النمو .
  4. يسير النمو من العام الى الخاص ومن الكل الى الجزء .
  5. معدل النمو لدى الفرد ليس ثابتا خلال مراحل الحياة المختلفة .
  6. الفروق الفردية بين الأفراد خلال عملية النمو .
- 1-2- أنواعه :

- **النمو العضوي** : ويقصد به نمو الفرد من حيث الطول و الوزن والحجم و الشكل و التكوين بصفة عامة ونتيجة نمو هذه الأبعاد المختلفة
  - النمو الوظيفي (السلوكي)** : ويقصد به نمو الوظائف الجسمية والعقلية و الإجتماعية و الإنفعالية لتساير تطور حياة الفرد واتساع نطاق بيئته. (محمد حسن علاوي : "علم النفس الرياضي" , دار المعارف , القاهرة , ط2, 1992..)
- 1-3- مراحلها :

- مرحلة ما قبل الولادة : وتبدأ من الإخصاب إلى الولادة .
- مرحلة المهد (الرضاعة) : وتشمل السنتين الأولتين من الحياة .
  - مرحلة الطفولة : وتمتد من سنتين الى 12 سنة .
  - مرحلة المراهقة : وتمتد من 12 سنة الى ظهور البلوغ الجنسي حتى سن 20 أو 25 (المراهقة المتأخرة).
  - مرحلة الرشد : تمتد من 19 سنة الى 45 سنة .
  - مرحلة الشيخوخة : وتمتد من سن 60 فما فوق .
- 2- المراهقة مفهومها و تعريفها :

- **المعنى اللغوي للمراهقة** : إن كلمة المراهقة مشتقة من فعل "راهق" معناه الإقتراب و الدنو من الحلم فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم و إكتمال النضج (1)

- المعنى الاصطلاحي للمراهقة : معناها سن التغيير مشتقة من كلمة ASOLOSCHERE "وتعني باللاتينية "GRANDIR" بمعنى كبروني(2) وتعني الإقتراب من النضج و هي الفترة التي تقع ما بين مرحلة نهاية الطفولة المتأخرة و بداية مرحلة سن الرشد(3).
- وبذلك فالمراهق لا يعتبر طفلا ولا يكون راشدا أو كما يرى " EKESTENBERG "
- "يقال غالبا أن المراهق طفل و راشد في نفس الوقت " و في الواقع ليس بطفل ولا برشد .
- 2-1- معنى المراهقة : المراهقة مرحلة من مراحل النمو السريع ,وهي مرحلة قصيرة لا تتجاوز العامين , ولهذا فالمراهقة بهذا المعنى تعني إرهاب للبلوغ , و المراهقة بالمعنى العام هي المرحلة التي تصل بالطفولة المتأخرة الى سن الرشد .
- والمراهقة بمعناها العلمي الصحيح هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالرشد و إكمال النضج فهي بهذا المعنى عملية بيولوجية حيوية في بدنها , وظاهري اجتماعي في نهايتها , ويختلف المدى الزمني القائم بين و نهايتها حسب الاختلاف من فرد إلى فرد و من سلالة إلى أخرى .
- ويخضع هذا الاختلاف للعوامل الجينية و البيئية و الوراثية و الغذائية .
- يعرفها "REME ZAZZO" : المراهقة هي ذلك المجال الزمني الذي يؤدي باستعدادات نفسوبولوجية الى النضج الإجتماعية.
  - ويرى "دوسترانس" بأن المراهقة تعاريف متعددة فهي فترة نمو جسدي وظاهري وإجتماعي , كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة.
- 2-2- أزمة المراهقة :
- بما أن المراهقة هي المرحلة التي تجعل من الطفل إنسانا راشدا وهي تخضع خضوعا مباشرا لنظم المجتمع وتقاليده وحدوده فهي إذا مرحلة مرنة تصطبغ بشعائر الجماعة التي تنشأ في إطارها ، وتمتد في مداها الزمني أو تقتصر وفقا لمطالب هذه الجماعة ومستوياتها الحضرية التي ينشأ المراهق في إطارها .
- وتنشأ الأزمة في المراهقة من طول المدى الزمني الذي يفصل النضج الجنسي عن النضج الاقتصادي.
- وتبدو هذه الأزمة في المدن أكثر مما تبدو في الريف ، وذلك لتباعد النضج الجنسي عن النضج الاقتصادي في الأولى وتقاربها في الثانية ، فما يكاد الفتى الريفي يبلغ متى يتزوج ، فنجد فتيان المدينة وخاصة المتعلمين منهم يتأخر النضج الاقتصادي بهم إلى أن تنتهي جميع مراحل التعليم.
- وأزمة المراهقة هي نتيجة عن الطقس أو جو نفسي إجتماعي ، وتأتي مباشرة بعد مرحلة البلوغ ، وتظهر أزمة المراهقة على شكل اضطرابات نفسية وتعتبر كجزء من المراحل الحساسة في حياة الشخص وهي صعبة جدا .
- 2-3- خصائص المراهقة :
- هناك عدة خصائص للمراهقة نذكرها مع الشرح :

(أ) - الإثارة الجنسية : عند البلوغ يصل المراهق إلى القدرة على التناسل, و قذف الحيوانات المنوية بالنسبة للذكور و الحيض بالنسبة للبنات, و تتميز بانفجار لبيدي و اندفاع نزوي تناسلي بالإضافة الى حركة تكون ما قبل التناسلية والصراع الداخلي للمراهق ليس فقط رد فعل بسيط للصراع الأوديبي, و إنما هو صراع تجمع لصراعات بدائية قديمة . وهذا الانفجار اللبيدي المصحوب بتغيرات سواء اقتصادية أو ديناميكية يؤدي الى اضعاف الانا في دوره الباقي في الاثارة فيما نلاحظه هنا هو اندفاع لبيدي و تعزيز لمتطلبات نزوية للانا .

(ب) - اشكالية الجسم : إن ظهور العلامات الأولية للبلوغ من نمو الأعضاء التناسلية و كذلك العلامات الثانوية لها تأثير بليغ على سيرورة المراهق, و إذ يرى بعض العلماء على رأسهم " ANNATREUP " "DW WINECOTT" " MELANIE KLEIN" بأن التغيرات الفيزيولوجية هي منبع الاضطرابات .....التوازن النفسي للمراهق وفي دراسة متأخرة لـ : " EDITHJAKOBSON" وضحت بإمعان دور التغيرات الفيزيولوجية في إستيقاض و إحياء قلق الإحصاء .

أما عند البنات فإن ظهور الحيض لأول مرة عندهن يؤدي إلى تغيرات و تحولات شاملة و التي يعرفها الجسم في اضطراب صورته في مجالات عديدة , و يعتبر الجسم وسيلة قياس و مرجع بالنسبة للفرد مع علاقته بالمحيط . فصورة الجسم تلعب دور مهم في مرحلة المراهقة و يظهر المراهق اهتماما كبيرا بجسمه , و يدل هذا على البعد الرجسي في التوظيف العقلي في هذه المرحلة , كما أن للجسم ارتباط وثيق بالشعور بالهوية . (نصر الدين جابر : "علاقة الرفض الأبوي مع التكيف الإجتماعي للمراهق 1992 ص : 20)

2-4- الأفكار اللاواقعية للمراهق : إن للمراهقين تكوين خاطئ في المفاهيم و الأفكار و هي غير واقعية على مستوى طموحهم و توقعاتهم الخاصة و أهدافهم .

وهذه الطموحات و المفاهيم التي يكونها المراهقون عن أنفسهم و آبائهم و أصدقائهم تكون جزء من ظاهرة قابليتهم الإنفعالية التي تشكل بداية المراهقة .

ولكن في الواقع يصادف المراهق عكس طموحاته و تطلعاته وهذا ما يجعله يشعر بالنقص و عدم القدرة على القيام بمختلف الأعمال .

وهذه اللاواقعية تجعل المراهق يتميز بالمثالية الرائدة حيث أنه من المعروف أن لكل مراهق مثالا أعلى و قدوة في الحياة في نفسه , كما يضع له والديه صورة يريدونه أن يكون عليها و لكن نادرا ما يصل إلى المستوى الذي حدوده له .

2-5- التقمص :

يبدأ الطفل في عملية التقمص عادة مع عائلته في مرحلة الطفولة . وهذا التقمص يعطيه الشعور بالأمن و الإطمئنان و يتعلم منهم كيفية القيام بدوره النفسي و الإجتماعي داخل عائلته , فإذا لم يحدث بطريقة غير صحيحة فإن المراهق يعيش صراعات كبيرة وكذلك نفس الشيء إذا تأخر حدوثه . فالطفل لا يتقمص أشخاصا في بيئته الغربية فقط بل تأخذه الجرأة إلى تقمص شخصيات بعيدة من عالم الخيال , ومن المشاهير السينمائيين و غيرهم , و من النادر هنا على المراهق أن يتقمص والديه لأن ما يميزها هو التمرد على السلطة , و طلب الاستقلالية و البحث عن تأكيد الذات .

2-6- الرغبة في الاستقلالية و البحث عن الذات : من أهم ما يسعى إليه المراهق هو اكتساب الاستقلالية بحيث يحاول التخلص من سيطرة الأسرة و تأكيد شخصيته الجديدة التي بدأ يشعر بها و وضع مكانة له و يحاول أن يربح الأفراد المحيطين به , و يبدأ إحساسه بالذات لأنه يجب عليه أن يؤكد لها أن العامل النفسي يجب إهتمامه على نفسه كما جذب التغير الجسمي انتباهه إلى جسمه , فيميل إلى القيام بأعمال تلفت النظر إليه , ويتعلق بنجاحه في ذلك على والديه اللذين يساعدهن علاا اكتساب درجة الاستقلال التي تلائم سنه .

التردد و عدم الثبات :

من أهم ما يتميز به المراهق التردد و عدم الثبات المستمر في سلوكه و تصرفاته , فأحيانا يتصرفوا كما لو كان رجلا ناضجا و راشدا و أحيانا يتصرف كما لو كان طفلا صغيرا غير ناضج عقليا , وهذا التردد دليل المراهق و عدم ثباته هو النمو الجسمي و التغيير الفيزيولوجي السريع الذي يمر به , فبعد أن كان نموه مستقرا و بطيئا في مرحلة الطفولة المتأخرة سرعان ما يتصف نموه بالسرعة الإجتماعية و سوء تعامل الكبار معه و عدم مساعدته(1).

## 2-7- المراهقة في المرحلة المتأخرة من (16-18 سنة)

### - النمو البدني و الحركي في هذه الحركة :

تتميز هذه المرحلة بالنمو البطيء للعظام مع إستمرار نمو العضلات مما يؤدي إلى زيادة حجم الجسم و تناسق الطول مع الوزن و يزداد في هذه المرحلة التوافق العضلي العصبي , و ترتفع كفاءة الجهاز الدوري التنفسي مما يساعد على التناسق الحركي بين أعضاء الجسم المختلفة , و زيادة رشاقة الأداء الحركي بالإضافة إلى زيادة القدرة على التحمل و من هذه المظاهر المختلفة للنمو البدني و الحركي , و أطلق على هذه المرحلة من النمو مرحلة الإعداد للبطولة في كثير من الألعاب الرياضية .

و يختلف البنون عن البنات في هذه المرحلة إختلاف كبيرا في التكوين البدني حيث يتميز البنون عن البنات بزيادة كثافة العظام و النسيج العضلي و قلة نسبة الدهن , ولهذا يتفوق البنون على البنات في القوة والجهد العضلي , بينما تتفوق البنات عن البنين في القدرة على مقاومة البرد و الحرارة مما يساعد على ممارسة سباحة المسافات الطويلة في المياه الباردة .

### - النمو العقلي:

يستمر الذكاء في النمو بمعدل بطيء حتى نهاية هذه المرحلة , و لكن القدرات العقلية تستمر في النمو بمعدل سريع و يتوقف هذا المعدل على المستوى الثقافي الذي ينتمي إليه المراهق و الجو الإنفعالي المحيط به .  
تظهر في هذه المرحلة الفروق الفردية في الذكاء بصورة واضحة , كما تظهر الفروق بين البنين و البنات في القدرات العقلية , حيث تتفوق البنات في بعض القدرات و يتفوق البنون في قدرات أخرى .  
تزداد في هذه المرحلة القدرة على الفهم و الإستيعاب و التفكير المجرد , كما تزداد أيضا القدرة على الإحتفاظ بالمعلومات و الصور الحركية و إمكانية إستدعائها كاملة دون أي نقص أو زيادة , و لهذا تعتبر هذه المرحلة من النمو مرحلة التثبيت و الإتقان للمهارات الحركية الرياضية و خطط اللعب .  
يمثل المراهق في هذه المرحلة إلى نقد الذات و نقد الآخرين , و تكوين رأي خاص عن كل الموضوعات التي يتعامل معها .

#### – النمو الانفعالي :

تتأثر المظاهر الانفعالية في هذه المرحلة تأثرا كبيرا بطبيعة التنشئة الإجتماعية و العادات و التقاليد و الأعراف السائدة في المجتمع .  
فإذا إعترف المجتمع بالمراهق كعضو فعال و له الحق في التحرر و الإستقلال و تكوين الأفكار الخاصة و التعبير عن ذاته فإن ذلك يساعد في إختفاء الكثير من المشكلات الإنفعالية التي تظهر في هذه المرحلة و التي يمكن تلخيصها

- تقلب الحالة المزاجية .
- التردد في تحمل المسؤولية .
- نقص الثقة في النفس و فرط الحساسية .
- نقص القدرة على التعبير عن رأي و مواجهة الآخرين .
- فقد الأمل في المستقبل .
- كثرة الإستيقاظ في أحلام اليقظة .
- تأنيب الضمير و لوم النفس على التصرفات الخاطئة .
- التردد و الخوف من التعامل مع المجتمع .

#### – النمو الاجتماعي :

يسعى المراهق في هذه المرحلة أن يكون له مركز بين جماعة الرفاق من نفس العمر , و أن تعترف به الجماعة و تقدره , و يحاول تحقيق ذلك بالملابس الزاهية و الحديثة و الغريبة , وكذلك بالنصح في طريقة الكلام و إقحام نفسه في مناقشات في مستواه الفكري .  
و يشعر المراهق في هذه المرحلة أن عليه القيام ببعض المسؤوليات التي ترفع من شأن الجماعة و تزيد من قوتها و فعاليتها إلا أنه لا يجد تجاوبا و تقديرا من كثير من أفراد الجماعة لآرائه و مقترحاته , مما يجعله يعتقد بأن الجماعة تريد تحطيم أفكاره , وهذا الشعور الذي قد يزداد بزيادة مرات الفشل .(1)

دور البيئة الرياضية نحو مرحلة المراهق من (15-17 سنة):

يجب على البيئة الرياضية توفير البرامج التي تنصف بالشمول و تعدد نواحي النشاط لإتاحة الفرصة للمراهق في هذه المرحلة من إستغلال قدراته العقلية في النشاط المناسب , و تكوين الميول الرياضية حيث إن هذه المرحلة من النمو هي أنسب المراحل لتكوين الميول .

(1) - إتاحة فرص التنافس بين الجماعات الرياضية , مع العناية بالقوام وذلك من خلال الأنشطة التي يميل المراهق إلى ممارستها .

(2) - توفير برامج رياضية خاصة بالبنين و أخرى خاصة بالبنات لوجود تباين كبير في النمو الجسمي و الميول في هذه المرحلة بين الجنسين , حيث يفضل البنون النشاط الذي ينصف بالقوة و الإحتكاك البدني , بينما يفصل البنات الأنشطة التوقيعية و معظم الأنشطة التي تتطلب الرشاقة و التوازن مثل كرة الطائرة و كرة اليد و كرة السلة .

(3) - إتاحة الفرص للتنافس الخارجي بملاعب الأندية الأخرى , و تنظيم الرحلات و المعسكرات الرياضية التي تساعد المراهق على الفطام الإجتماعي و تأكيد الذات .

(4) - العمل على ترقية التوافق العضلي و العصبي و العناية بالقوام من خلال الأنشطة التي يميل المراهق إلى ممارستها .

توفير الفرص المناسبة للتعرف على الذات و ما طرأ عليها من تغيرات و تأكيد محاولات الانضمام إلى عالم الكبار , تحت توجيه و إرشاد للتعرف على الدور الحقيقي في المجتمع , مما يؤدي إلى تحسين علاقة المراهق بالأسرة و المدرسة . (1)

2-8- خصائص موزع الكرة السلة في المرحلة (16-18 سنة) :

إن الزيادة المفاجئة في الشكل و التغيرات الجسمية و العقلية لدى الموزعين في هذه المرحلة (15 , 17 سنة) تؤدي بنا إلى تقسيم خصائص الموزع إلى ثلاث أقسام و هي :

2-8-1- الخصائص النفسية و العقلية في المرحلة (16 , 18 سنة) :

إن هذه الفترة تؤثر تأثيراً جلياً على الموزع و نفسيته , فيقول د.محمد عبد الحليم مشي (1990) : " أن نمو جسم الإنسان يؤثر في عملية تفكيره و تكيفه مع الآخرين " .

وقد تأدي حساسية المراهق الشديدة إلى الإنطواء و العزلة , كما يتعرض إلى الإضطراب النفسي بسبب الدوافع الداخلية المتضاربة التي لا يتم فيها التناسق و التكامل مما يسبب له مشاعر التناقض الوجداني أو ثنائية المشاعر التي تتخلص في التذبذب و عدم إستقرار المشاعر كأن يشعر بالإنجذاب و النفور , و الحب و الكره , و الرضا و السخط , و ذلك من خلال الوسط المعاش .

و يتعرض الكثير من الموزعين في هذه المرحلة لحالات الإكتئاب و البؤس و القنوط و الإنطواء و الحزن و الآلام النفسية نتيجة لما يلقونه من صراع بين الدوافع و بين تقاليد المجتمع و معاييرها .

و من الناحية الفكرية نجد قول "حامد عبد السلام زهران" 1938 م الذي يؤكد بأن الموزع يكسب ألوانا من الفعالية تساعده على إعداد نفسه للتكيف الصحيح مع البيئة التي يعيش فيها . فالنمو العقلي يكمن في نمو الخبرة المكتسبة و في المقدرة على إستخدام الموهبة , و هذا يعني أن القدرات العقلية اللازمة تبدأ في مرحلة المراهقة , و تشير معظم الدراسات إلى أن نمو الذكاء في هذه الفترة لا تظهر على هيئة فترة سريعة , و يلاحظ عند الموزعين زيادة القدرة على إكتساب المهارات و المعلومات الفردية و على التفكير و الإستنتاج , كما تأخذ الفروق الفردية في النواحي العقلية بالوضوح و تبدأ قدراته و إستعداداته في الظهور , كما تزداد الالقدرة على الإنتباه و الملاحظة و النقد و إدراك العلاقة .

خلاصة :

ما نستطيع قوله هو أن مرحلة المراهقة تعتبر من أخطر المراحل في حياة الفرد و أهمها في نفس الوقت , حيث أنها تمتاز بتغيرات و تحولات فيزيولوجية و مرفولوجية و نفسية , و قد تأثر سلبيا في الفرد و هذا يتوقف على عدة ظروف و شروط يعمل على تحقيقها بنفسه أو يحققها له المجتمع الذي يعيش فيه , و هي مرحلة حساسة جدا حيث يتم فيها إعداد المراهق ليصبح متشردا و مسؤولا و يكون عضوا في المجتمع . فهي تعتبر عملية بيولوجية حيوية في بدايتها و ظاهرة اجتماعية في نهايتها .

تمهيد:

إن طبيعة المشكلة التي يطرحها بحثنا تستوجب علينا التأكد من صحة أو عدم صحة الفرضيات التي قدمناها في بداية الدراسة، ويعتبر الفصل الأول في منهجية الدراسة محور الدراسة الميدانية، وفيه تطرقنا إلى الدراسة الاستطلاعية والمجال المكاني والزمني والشروط العلمية للأداة وضبط متغيرات الدراسة وعينة البحث وكيفية اختيارها والمنهج المستخدم وأدوات الدراسة وإجراءات التطبيق الميداني وحدود الدراسة وأسلوب التحليل الإحصائي.

### 1\_ المنهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لأنه الأنسب لطبيعة مشكلة الدراسة. ويمكن تعريف المنهج التجريبي في مجال دراسة الظواهر المرتبطة بالتربية البدنية والرياضية بأنه: أقرب مناهج البحوث لحل المشكلات بالطريقة العلمية كما يعد منهج البحث الوحيد الذي يمكن بواسطته الإختبار الحقيقي لفروض العاقات الخاصة بالسبب أو الأثر. ويعرف عاوي المنهج التجريبي في المجال الرياضي بأنه " الملاحظة الموضوعية لظاهرة معينة في المجال الرياضي تحدث في موقف يتميز بالضبط المحكم ويتضمن متغير أو أكثر متنوعا بينما تثبت المتغيرات الأخرى. (فاطمة عوض صابر، ميف ت علي خفاجة، أسس ومبادئ البحث العلمي، الإسكندرية، 2002 )

### 2-متغيرات الدراسة:

#### 1-2 المتغير المستقل:

هو الذي يتغير أولا وهو الذي نريد معرفة وقياس مدى تأثيره على متغير آخر يسمى المتغير التابع ، وفي بحثنا هذا المتغير المستقل هو **أسلوب التبادلي و الأمرى**.

#### 2-2 المتغير التابع:

هو الذي يتغير تبعا للتغير في المتغير المستقل ، وهو الذي نريد معرفة وقياس مدى تأثيره بالمتغير المستقل .وفي بحثنا هذا المتغير تنمية بعض **المهارات الاساسية والصفات البدنية في كرة السلة**.

### 3-مجتمع وعينة البحث:

#### 1-3مجتمع البحث:

يعد تحديد مجتمع البحث من الخطوات والمراحل المهمة لأي مشروع بحث يتوخى إتباع الأسلوب العلمي لإجراء الدراسة وفق أسس علمية سليمة، ولا شك في أن الباحث الجيد يفكر في مجتمع بحثه منذ أن يبدأ في تحديد مشكلة البحث وأهدافه، لأن طبيعة المشكلة وكيفية التعامل معها هي التي تحدد مجتمع البحث وكيفية اختيار العينات من هذا المجتمع حيث كان مجتمع بحثنا تلاميذ الطور الثانوي في مرحلة عمرية (16-18)سنة يعني السنة الثانية ثانوي.

### 3-2 عينة البحث :

إن العينة هي النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليها، أو هي جزء من مجتمع البحث الذي يتناوله الباحث بالبحث والتحليل بهدف تعميم النتائج التي يحصل عليها على المجتمع الذي سحبت منه العينة، فالعينة إذن يجب أن مجتمع الأصل وتحقق أغراض البحث وتعني الباحث عن مشقات دراسة المجتمع الأصلي بأكمله .

عينة البحث تكونت من 40 تلميذا من تلاميذ السنة الثانية ثانوي – ثانوية الأخوين بلقاسمي عشعاشة\_ تم اختيارهم بطريقة مقصودة و تقسيمهم إلى مجموعتين .

**العينة الأولى :** هي العينة التجريبية التي طبقنا عليها وحدات تعليمية باستخدام الأسلوب التبادلي في تنمية بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية في كرة السلة.

**العينة الثانية :** هي العينة التجريبية التي طبقنا عليها وحدات تعليمية باستخدام الأسلوب الأمري في تنمية بعض المهارات الأساسية والصفات البدنية في كرة السلة.

### 3\_1-1\_1 لقد قمنا بضبط جميع المتغيرات المرتبطة ببحثنا :

**عامل الجنس :** قمنا بإشراك كل من الذكور والإناث بالتساوي في الإختبارات للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية.

### عامل العمر :

حيث كانت الأعمار متقاربة بين التاميد .16-18 سنة.

### الخطوات التنفيذية :

قبل اجراء البرنامج التعليمي قاما الباحث بأخذ الموافقات الإدارية من قسم التربية البدنية

الرياضية وتحديد انسب الايام والمواعيد التي تستطيع الباحث تطبيق تجربة البحث . بعد ذلك تم شرح الهدف من البرنامج التعليمي وأهميته لعينة الدارسة ومدى الاستفادة منه وشرح العمل كيفية لكل مجموعة .

- القياس القبلي: تم اجراء القياسات القبالية للمجموعتين التجريبتين في كل متغيرات الدارسة(بعض المهارات الأساسية وصفات البدنية في كرة السلة ) وذلك بعد اجراء التجربة الاستطلاعية .

- مرحلة تطبيق البرنامج التعليمي المقترح :

-خضعت المجموعتين التجريبتين للبرنامج التعليمي المقترح في الفترة الواقعة (08 حصص)

- مرحلة ما بعد البرنامج التعليمي المقترح :

\_\_ وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي المقترح:

قام الباحث بإجراء قياسات قبلية المتغيرات السابقة وبنفس الطريقة والتوقيت وحسب ترتيبها في القياس القبلي .

#### 4- مجالات البحث:

#### 4-1- المجال المكاني :

تم إجراء دراستنا الميدانية بثانوية الأخوين بلقاسمي \_عشعاشة - مستغانم

#### 4-2\_ المجال الزمني :

\_\_ تم إجراء الإختبارات قبلية والبعدية وكذلك التجربة الأساسية للدخول المدرسي 2018/2017. كما يلي

#### 4-3 المجال البشري : كانت عينة دراستي حولة تلاميذ السنة الثانية ثانوي مرحلة عمرية (16-18) سنة

أولا : التجربة الإستطلاعية:

تم القيام بالتجربة الإستطلاعية على عينة تشمل 10 تلميذ، 05 ذكور ، و 05 إناث من ثانوية الأخوين بلقاسمي عشعاشة مستغانم ، ثم تم استبعادهم فيما بعد من التجربة الأصلية، وكانت العينة المأخوذة تطابق الشروط العمرية والخصائص المورفولوجية لعينة البحث كما تم إجراء الختبارات و إعادة الإختبار في ظرف أسبوع. و دامت فترة إجراء التجربة الإستطلاعية من 2017 /10/21 إلى 2017/10/28.

ثانيا: التجربة الأساسية :

قمنا بإجراء التجربة الأساسية في الفترة الممتدة من 2018/01/15 إلى 2018/03/11 بواقع 8 حصص ، وذلك بتدريس المجموعة التجريبية بأسلوب التدريس التبادلي والمجموعة الثانية بأسلوب التدريس الأمري للمهارات المختارة و المرتبطة بموضوع بحثنا.

- الإختبارات البعدية :

بعد إجراء التجربة الأساسية ، أجرينا الختبارات البعدية لعينة البحث في يوم 2018/03/18.

5- الأسس العلمية للإختبار :

5-1- ثبات الإختبار :

إن كلمة الثبات تعني في مدلولها الاستقرار، وهذا يعني أنه لو قمنا بتكرار الإختبار لمرة متعددة على الفرد، لأظهرت النتائج شيئاً من الإستقرار، وذلك بأن يعطي الإختبار نفس النتائج إذا ما أستخدم في نفس الظروف وعلى نفس الأفراد، كما أن الثبات قد يعني الموضوعية في الكثير من الأحيان، لأن الفرد يحصل على نفس الدرجة مهما اختلف الباحث الذي يطبق الإختبار أو الذي يصححه. وقد عرف "جليفورد" « Guilford » الثبات بأنه نسبة التباين الحقيقي في الدرجة المستخلصة من اختبار ما، حيث إن تباين الدرجة على القياس هي مؤشر للأداء الفعلي للأفراد وتعبّر تلك المعادلة عن الدرجة على المقياس. (بوداود عبد اليمين، عطاء الله أحمد، المرجع نفسه، ص106) ولقياس مدى صاحية الإختبارات قمنا بإجراء اختبارات أولية وهذا من أجل حساب معامل الثبات لكل اختبار بطريقة (الإختبار - إعادة الإختبار) حيث طبقت الإختبارات الأولى على عينة من التلاميذ من ثانوية الأخوين بلقا سمي عشعاشة مستغانم تم اختيارهم بطريقة مقصودة، حيث قمنا بتطبيق اختبار القبلي وبعد اسبوع قمنا بالاختبار بعدي على نفس التلاميذ وتحت نفس الشروط.

وعينة متكونة من 10 تلاميذ (05 إناث و 05 ذكور)

ويقاس معامل الثبات بحساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها الأفراد المرة الأولى وبين نتائج الإختبار في المرة الثانية، فإذا ثبتت الدرجات في الاختبارين وتطابقت قبل أي درجة ثبات الإختبار كبيرة.

معامل الثبات	معامل الإرتباط	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		الاختبار
		ع	س	ع	س	
0.82	0.82	15	26.67	13.22	20	التصويب من الثبات
0.98	0,98	2.32	28.65	2.35	29.12	التنطيط المستقيم(م30)
0.83	0.83	3.44	13.43	3.43	12.32	سرعة لمسافة 20 متر
0.92	0.92	3.54	05	2.12	04	التمريرة الصدرية على الحائط

الجدول رقم (01) يمثل قيمة معامل الإرتباط وأسس علمية الإختبارات العينة الإستطالعية.

من خلال الجدول المدون أعلاه يتضح لنا أنه توجد علاقة ارتباطية قوية بين اجراء الأختبار القبلي والبعدي لعينة الإستطالعية ومنه نقول انه يوجد ثبات عالي .

#### 5-2 صدق الإختبار :

يقصد بصدق الإختبار أن يقيس فعا ما وضع لقياسه ،ولا يقيس شيئا بدلا منه أو بالإضافة إليه،فمما عند وضع اختبار لقياس القوة يجب أن يقيس القوة للعينة المراد تحديد هذه الصفة لديها ،ولا يقيس التحمل ماثا بدلا منها أو بالإضافة إليها.

وإن صدق الإختبار يتعين في حدود الصفة المراد قياسها ، وفي حدود العينة المراد إثبات صدق الختبار بالنسبة لها،لهذا عندما يذكر الباحث معاملات الصدق الخاصة باختبار معين،عليه أن يحدد صفات وخصائص العينة التي

استخدمت في حسابه. حتى لا يطبق إلا على عينة مماثلة للعينة التي درس عليها معامل الصدق (بودا ود عبد البمين ، عطاء الله أحمد ، المرشد في البحث العلمي ل ، ديوان المطبوعات الجامعية) و من أجل التأكد من صدق الإختبار استخدمنا معامل الصدق الذاتي بإعتباره صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية والتي خلص من شوائبها القياس ، و الذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات أخطاء وكانت النتائج المحصل عليها كالتالي :

معامل الصدق	معامل الثبات	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		الاختبار
		ع	س	ع	س	
0.67	0.82	15	26.67	13.22	20	التصويب من الثبات
0.96	0.98	2.32	28.65	2.23	29.32	التنطيط المستقيم (م30)
0.68	0.83	3.44	13.43	3.43	12.32	سرعة لمسافة 20 متر
0.84	0.92	3.54	05	2.12	04	التمريرة الصدرية على الحائط

الجدول رقم (02) يمثل قيمة معامل الصدق وأسس علمية الإختبارات العينة الإستطلاعية.

من خلال الجدول المدون أعلاه يتضح لنا أنه يوجد صدق قوية بين اجراء الأختبار القبلي والبعدي لعينة الإستطلاعية ومنه نقول انه يوجد صدق عالي .

### 3-5 موضوعية الإختبار :

يقصد بالموضوعية عدم التأثر بالأحكام الذاتية للمصححين ، وأن تعتمد نتائجه على الحقائق المتعلقة بموضوع الإختبار وحده ، أي لا تختلف درجة الفرد بإختلاف المصححين . ويقصد بها ألا يتأثر تطبيق الإختبار أو أداة القياس وتصحيحه وتفسير نتائجه بالحكم الذاتي للقائمين بهذا العملقد عملنا في دراستنا على أن تكون الإختبارات واضحة للمختبرين من حيث طبيعتها ، وطريقة تنفيذها و التسجيل . و قمنا بتسجيل النتائج لكل الإختبارات كل على حدى وكانت درجة الإتفاق بين النتائج النهائية التي قدمناها جيدة حيث كان من الملاحظة والتقويم بعيدين عن الذاتية ما يفسر درجة الإتفاق على الدرجة النهائية ، وعملنا على عدم تدخل العوامل الشخصية والتحيز في وضع الإختبارات.

### 6- وسائل وأدوات البحث :

وهي مجموعة الوسائل والطرق والأساليب المختلفة ، التي يعتمد عليها في الحصول على المعلومات والبيانات اللازمة لإنجاز البحث . وإذا كانت أدوات البحث متعددة ومتنوعة ، فإن طبيعة الموضوع أو المشكلة ، هي التي تحدد حجم ونوعية وطبيعة أدوات البحث التي يجب أن يستخدمها الباحث في إنجاز وإتمام عمله ، كما أن براعة الباحث وعبقريته تلعب دورا هاما في تحديد كيفية استخدام أدوات البحث العلمي .

و لقد إعتمدنا في دراستنا على :

### 1-6 الوسائل البيداغوجية :

- ساعة توقيت - صافرة . أقماع . - كرات سلة . - شريط لاصق . - ملعب كرة سلة . -

طباشير - حائط - هدف سلة . أوراق + أقام . - شريط قياس .

### 2-6 الإختبارات المستخدمة :

1-2-6 اختبار المهارات الحركية الأساسية وصفات البدنية لكرة السلة.

المحاورة : اختبار نوكس

الهدف من الإختبار : قياس سرعة المحاورة

الأدوات : كرة سلة - 0 أقماع - ساعة إيقاف - طباشير.

الشرح :

يرسم خط البداية والنهائية بحيث تكون المسافة بينه وبين القمع الأول 6 متر والمسافة بين باقي

الأقماع 4.5 متر يقف المختبر خلف خط البداية ومعه الكرة أمامه وعند سماع إشارة البدء عليه أن

يلتقط الكرة ويقوم بالجري بين الأقماع مع المحاورة ذهابا وإيابا ويعود مرة أخرى ليتخطى خط البداية.

التسجيل:

يحسب الزمن الذي قطع فيه المختبر المسافة المحددة ذهابا وإيابا من لحظة إشارة البدء وحتى وصوله إلى خط البداية مرة أخرى وذلك بالثواني.

التصويب من الثبات : اختبار الجمعية الأمريكية

الهدف من الإختبار :

التصويب الأمامي و قياس مهارة اللعب في التصويب نحو السلة من مكان محدد من الجهة اليسرى لهدف كرة السلة.

الأدوات : كرة سلة - هدف كرة سلة.

الشرح:

يصوب اللاعب الكرة من المكان المحدد خارج منطقة الرمية الحرة مباشرة وذلك من منطقة تقع عند تقاطع خط الرمية الحرة مع الدائرة هي منطقة محددة على يسار السلة ويجب تحديد هذه المنطقة بعامة مرسومة على الأرض. ويمكن للمختبر أن يؤدي التصويب بيد واحدة أو باليدين معا بأي طريقة من طرق التصويب مع ملاحظة أن يتم التصويب مباشرة إلى السلة دون أن تلمس الكرة لوحة الهدف. وللمختبر 10 محاولات يتم أداؤها في مجموعتين

كل مجموعة له 08 رميات مع الراحة ويسمح بمحاولات التجريب . يجب أن يتم التصويب من المكان المحدد لذلك وللمختبر الحق في 10 رميات.

التسجيل:

تحتسب درجتان لكل تصويبه ناجحة تدخل فيها الكرة الحلقة . تحتسب درجة واحدة لكل تصويبه تلمس فيها الكرة الحلقة ولا تدخل . لا تحتسب درجات عندما تلمس الكرة اللوحة ولا تدخل السلة.

اختبار السرعة : غرض من الأختبار معرفة سرعة الأداء.

اختبار السرعة لمسافة 20 متر.

الأدوات اللازمة :

\_ 4 شواخص .

\_ ديكا متر .

\_ اقلام و ورقة التسجيل .

طريقة الأداء : يقف المختبر في الطرف الأول من الرواق وعند سماع الإشارة ينطلق بأقصى سرعة على طول المسافة حيث لكل مختبر محاولتين.

التقويم: الزمن المستغرق لقطع مسافة 20 متر.

اختبار التمرير على الحائط : (التمريرة صدرية) : اختبار أحمد أمين فوزي

الهدف من الإختبار: قياس مهارة التمرير الصدرية.

الأدوات : طباشير - ساعة إيقاف - متر للقياس - كرة سلة - حائط املس .

الشرح :

يقف التلميذ بالكرة خلف خط يبعد عن حائط بمقدار 2 متر وموازي له ويرسم على الحائط مربع طول ضلعه 1 متر وترتفع قاعدته عن الأرض بمقدار 1 متر أيضا عند إصدار إشارة البدء من المختبر يقوم التلميذ بتمرير الكرة باليدين من أمام الصدر باستمرار في اتجاه المربع لمدة 15 ثانية.

التسجيل : يحتسب لتلميذ نقطة واحدة عن كل تمريرة تلمس فيها الكرة الحائط داخل المربع المرسوم.

7- صعوبات البحث:

خال فترة إنجاز دراستنا واجه الباحثان العديد من الصعوبات تمثلت في :

1- قلة المراجع والأبحاث المتعلقة بموضوع دراستنا.

2- نقص الوسائل البيداغوجية بالمؤسسة .

1- عدم استيعاب التاميز لكيفية التعامل مع الأوراق المعيارية مما تطلب شرحها.

3\_صعوبة في فهم بعض المصطلحات لدى بعض التاميز أثناء أداء العمل بواسطة أوراق المعيار وبالتالي أخذ وقت طويل من الوقت .

4\_ تهاون المتعلمين أثناء إجراء الاختبارات خاصة الإناء.

5\_ صعوبة الحصول على الدراسات المشابهة و السابقة.

الوسائل الإحصائية :

علم الإحصاء هو ذلك العلم الذي يبحث في جميع البيانات و تنظيمها و عرضها و تحليلها و اتخاذ القرارات بناءا عليها (1). و من بين التقنيات الإحصائية المستعملة في بحثنا هي :

- المتوسط الحسابي:

$$\bar{س} = \frac{\text{مج س}}{ن} \quad \text{بحيث:}$$

$\bar{س}$ : المتوسط الحسابي.

مج س : مجموع القيم .

ن : عدد العينة .

- الانحراف المعياري :  $ن < 30$  نستعمل القانون التالي :

$$ع = \sqrt{\frac{\text{مج (س - \bar{س})}^2}{ن}} \quad \text{بحيث:}$$

ع: الانحراف المعياري

س: مجموع القيم.

$\bar{س}$ : المتوسط الحسابي.

ن : عدد العينة.

- التباين :

$$\text{التباين} = ع^2$$

2 - 1 - 8 - 4 - التجانس:

$$f = \frac{ع_1^2}{ع_2^2}$$

ع<sub>1</sub><sup>2</sup>: التباين الأكبر .

ع<sub>2</sub><sup>2</sup>: التباين الأصغر .

2 - 1 - 8 - 5 - معامل الارتباط بيرسون :

$$r = \frac{\overline{مج(س - ص)} \overline{مج(ص - ص)}}{\sqrt{\overline{مج(س - ص)}^2 \overline{مج(ص - ص)}^2}}$$

$$r = \frac{\overline{مج(س - ص)} \overline{مج(ص - ص)}}{\sqrt{\overline{مج(س - ص)}^2 \overline{مج(ص - ص)}^2}}$$

ر : معامل الارتباط بيرسون.

س : قيم الاختبار الاول

$\overline{س}$ : المتوسط الحسابي للاختبار الأول

ص : قيم الاختبار الثاني

$\overline{ص}$ : المتوسط الحسابي للاختبار الثاني

2 - 1 - 8 - 6 - ت ستودنت :

$$t = \frac{|\overline{س_1} - \overline{س_2}|}{\sqrt{\frac{ع_1^2 + ع_2^2}{1 - ن}}}$$

س<sub>1</sub> ، س<sub>2</sub>: المتوسط الحسابي

ع<sub>1</sub><sup>2</sup>، ع<sub>2</sub><sup>2</sup> : التباين الأكبر و الأصغر ن<sub>1</sub> ، ن<sub>2</sub>: الحجم<sup>(1)</sup>

---

(1) قيس ناجي عبد الجبار، شامل كامل محمد ، نفس المرجع السابق، ص96.

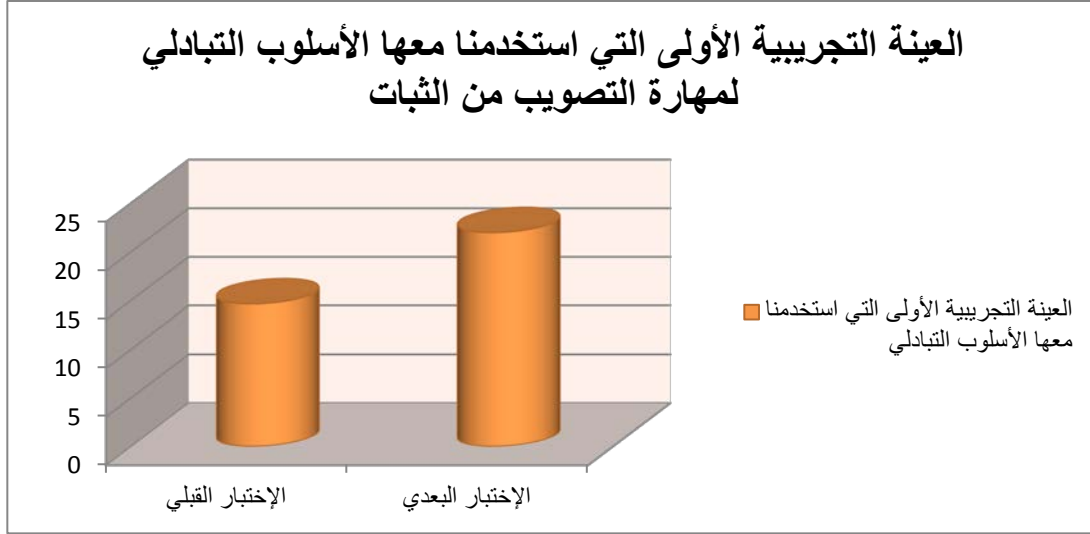
1 \_ عرض و تحليل النتائج الإختبارات القبليّة والبعدية :

1-1 عرض و تحليل نتائج اختبار التصويب من الثبات بالأسلوب التبادلي للعيينة التجريبية الاولى:

نوع العلاقة	قيمة *ت* الجدولية	قيمة *ت* المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العيينة التجريبية الاولى				الاختبار	نوع الاسلوب
					اختبار بعدي		اختبار قبلي			
					ع	س	ع	س		
دال احصائيا	2.56	5,35	19	6.33	11,25	22.0	12.45	66 ,14	التصويب الثبات	الاسلوب التبادلي

جدول رقم (04): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة التصويب من الثبات .

يتضح من الجدول رقم (04): وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي لاختبار مهارة التصويب من الثبات (الرمية الحرة ) , حيث كانت نتائج متوسط القياس القبلي (14.66) بانحراف معياري (12.45) أما نتائج القياس البعدي فكانت (22.00) بانحراف معياري (11,25) و كان الفارق بين المتوسطات الحسابية (6.33) و لصالح القياس البعدي, و كانت قيمة \*ت\* المحسوبة هي (5.35) أما \*ت\* الجدولية هي (2,56) عند درجة حرية تساوي (19) ومستوى دلالة (0,05). ومنه نقول توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اختبار القبلي والبعدي لصالح الإختبار البعدي.



الشكل رقم (05): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة التصويب من الثبات ,

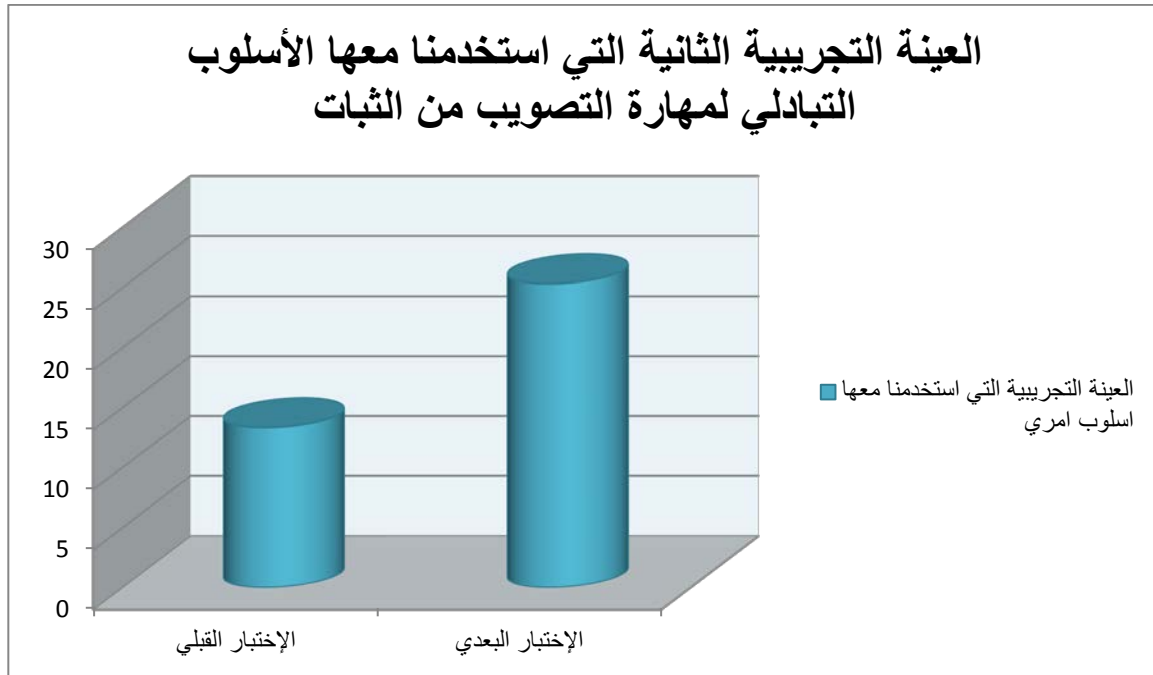
2-1 عرض و تحليل نتائج اختبار التصويب من الثبات بالأسلوب الأمري للعينة التجريبية الثانية:

نوع العلاقة	قيمة*ت* الجدولية	قيمة*ت* المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العينة التجريبية الثانية				الاختبار	نوع الاسلوب
					اختبار بعدي		اختبار قبلي			
					ع	س	ع	س		
دال احصائيا	2.56	3.85	19	12.0	9.90	25.33	11.75	13.33	التصويب من الثبات	الاسلوب الأمري

جدول رقم (05): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين

القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التصويب من الثبات .

يتضح من الجدول رقم (05): وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي لاختبار مهارة التصويب من الثبات (الرمية الحرة) , حيث كانت نتائج متوسط القياس القبلي (13.33) بانحراف معياري (11,75) أما نتائج القياس البعدي فكانت (25,33) بانحراف معياري (9,90) و كان الفارق بين المتوسطات الحسابية (12) و لصالح القياس البعدي, و كانت قيمة \*ت\* المحسوبة هي (5.35) أما \*ت\* \* الجدولية هي (2,56) عند درجة حرية تساوي (19) ومستوى دلالة (0,05). ومنه نقول توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اختبار القبلي والبعدي لصالح الإختبار البعدي.



الشكل رقم (06): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التصويب من الثبات

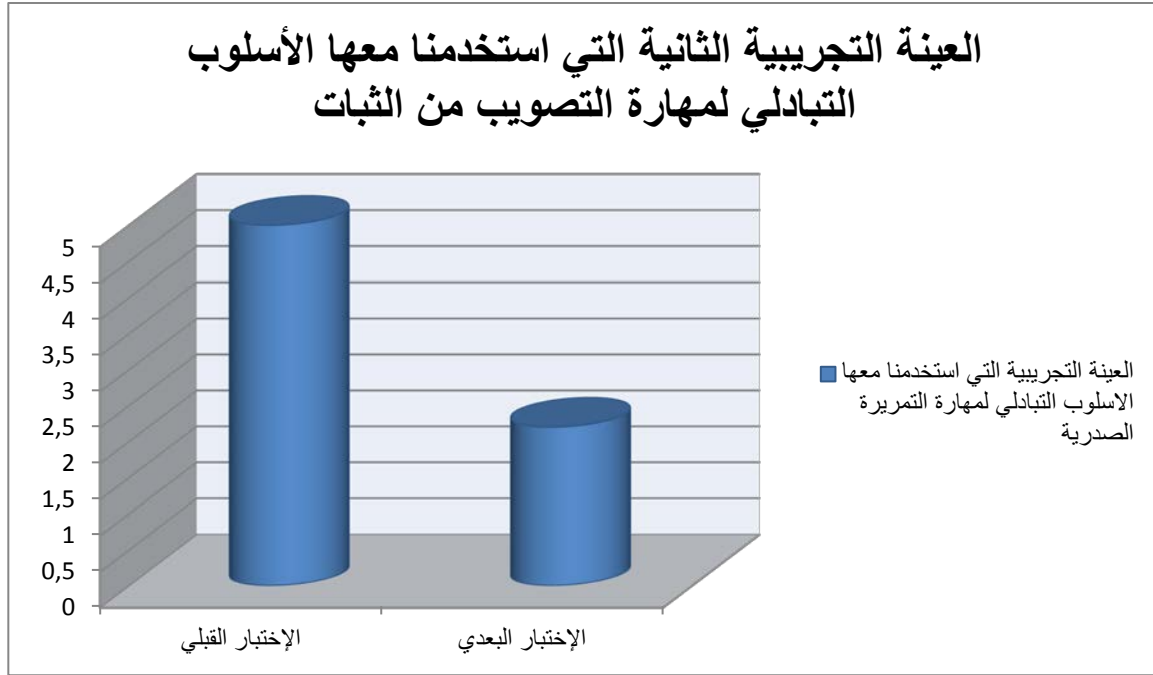
3-1 عرض و تحليل نتائج اختبار التمريرة الصدرية بالأسلوب التبادلي للعينه التجريبية الأولى:

نوع العلاقة	قيمة * الجدولية	قيمة *ت* المحسو بة	درجة الحرية	الفرق	العينه التجريبية الاولى				الاختبار	نوع الاسلوب
					اختبار بعدي		اختبار قبلي			
					ع	س	ع	س		
دال احصائيا	2.56	2.67	19	0.80	2,2	5	1.6	4	التمريرة الصدرية	الاسلوب التبادلي

جدول رقم (06): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين

القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة التمريرة الصدرية.

يتضح من الجدول رقم (05): وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي لاختبار مهارة التمريرة الصدرية), حيث كانت نتائج متوسط القياس القبلي (4) بانحراف معياري (1,6) أما نتائج القياس البعدي فكانت (5) بانحراف معياري (2,2) و كان الفارق بين التوسطات الحسابية (0,80) و لصالح القياس البعدي, و كانت قيمة \*ت\* المحسوبة هي (2,67) أما \*ت\* الجدولية هي (2,56) عند درجة حرية تساوي (19) ومستوى دلالة (0,05). ومنه نقول توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اختبار القبلي والبعدي لصالح الإختبار البعدي.



الشكل رقم (07): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار التمريرة الصدرية

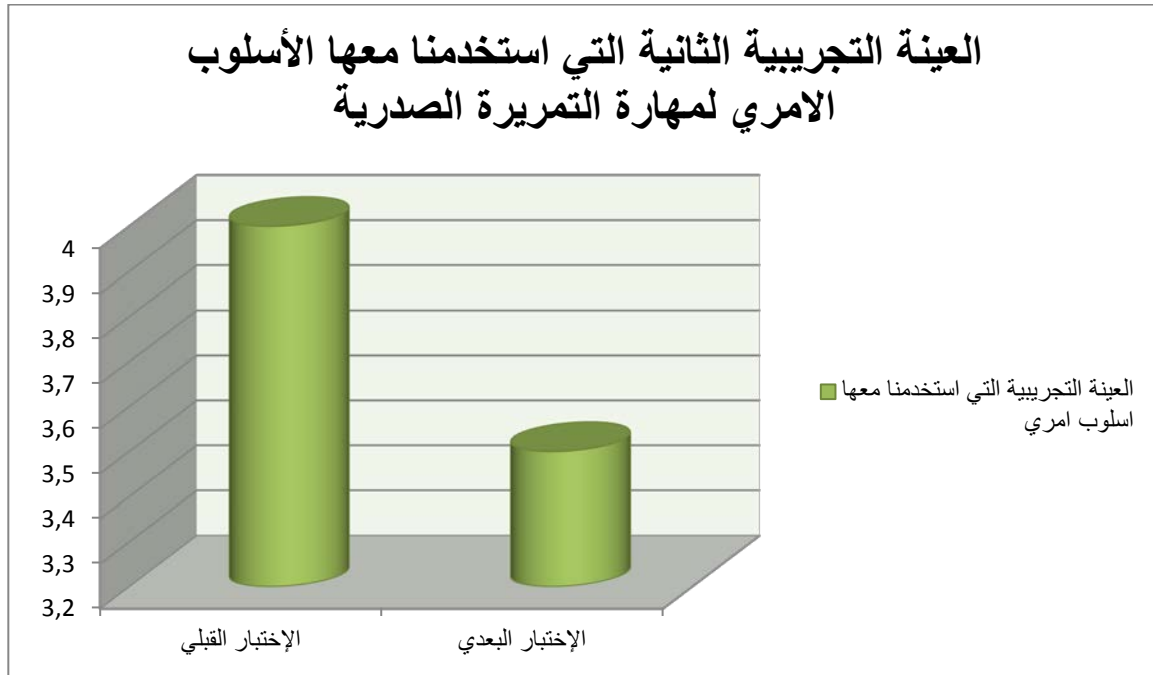
#### 4-1 عرض و تحليل نتائج اختبار التمريرة الصدرية بالأسلوب الأمري للعينة التجريبية الثانية:

نوع العلاقة	قيمة*ت* الجدولية	قيمة*ت* المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العينة التجريبية الثانية				الاختبار	نوع الاسلوب
					اختبار بعدي		اختبار قبلي			
					ع	س	ع	س		
غير دل احصائيا	2.56	2.98	19	0,5	1,9	3,5	1.5	4	التمريرة الصدرية	الاسلوب الامري

جدول رقم (07): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين

القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التمريرة الصدرية.

يتضح من الجدول رقم (07): وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي لاختبار التمريرة الصدرية, حيث كانت نتائج متوسط القياس القبلي (4) بانحراف معياري (1,5) أما نتائج القياس البعدي فكانت (3,5) بانحراف معياري (1,9) و كان الفارق بين التوسطات الحسابية (0,5) و لصالح القياس البعدي, و كانت قيمة \*ت\* المحسوبة هي (1,83) أما \*ت\* الجدولية هي (2,56) عند درجة حرية تساوي (19) ومستوى دلالة (0,05). ومنه نقول لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اختبار القبلي والبعدي لصالح.



الشكل رقم (08): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التمريرة الصدرية.

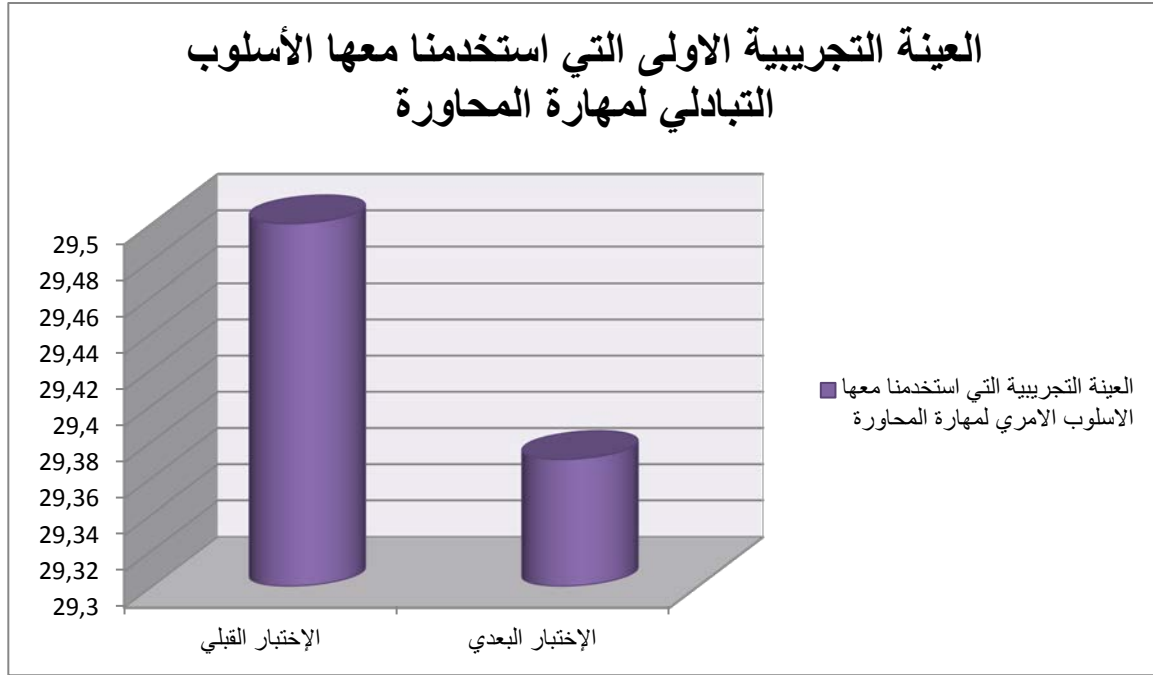
5-1 عرض و تحليل نتائج اختبار المحاوره بالأسلوب الامري للعينة التجريبية الأولى:

نوع العلاقة	قيمة * الجدولية	قيمة * * المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العينة التجريبية الاولى				الاختبار	نوع الأسلوب
					اختبار بعدي		اختبار قبلي			
					ع	س	ع	س		
غير دال احصائيا	2,56	2.09	19	0.1 3	2,81	29,37	2,82	29,5	مهارة المحاوره	الأسلوب الامري

جدول رقم (08): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة \*<sup>t</sup> و نوع الدلالة بين القياسين

القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة المحاوره.

يتضح من الجدول رقم (08): عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي لاختبار مهارة المحاوره (الرمية الحرة) , حيث كانت نتائج متوسط القياس القبلي (29,5) بانحراف معياري (2,82) أما نتائج القياس البعدي فكانت (29,37) بالانحراف معياري (2,81) و كان الفارق بين التوسطات الحسابية (0,13) و لصالح القياس البعدي, و كانت قيمة \*<sup>t</sup> المحسوبة هي (2,09) أما \*<sup>t</sup> الجدولية هي (2.56) عند درجة حرية تساوي (19) ومستوى دلالة (0,05). ومنه نقول لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اختبار القبلي والبعدي.



الشكل رقم (09): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الاولى في اختبار مهارة المحاوره.

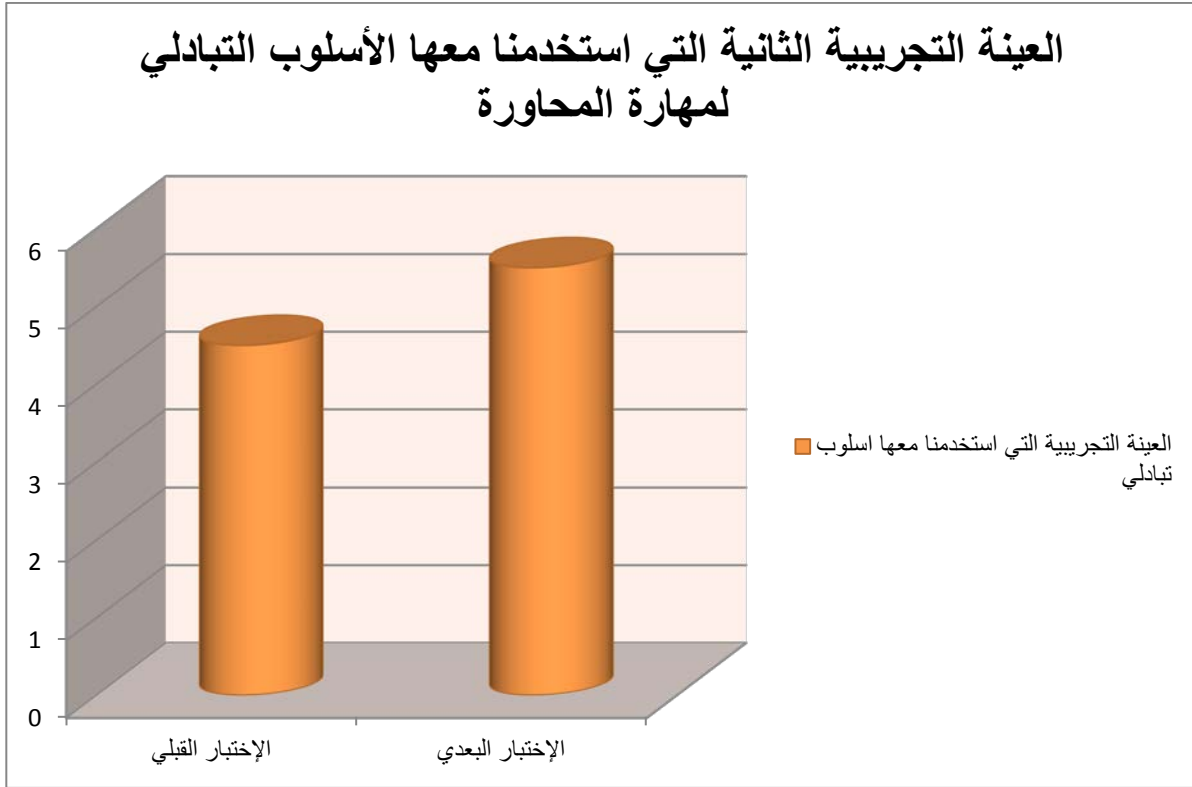
### 6-1 عرض و تحليل نتائج اختبار المحاوره بالأسلوب التبادلي للعينة التجريبية الثانية:

نوع العلاقة	قيمة*ت* الجدولية	قيمة*ت* المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العينة التجريبية الثانية				الاختبار	نوع الاسلوب
					اختبار بعدي		اختبار قبلي			
					ع	س	ع	س		
دال احصائيا	2.56	3.23	19	0,5	2.38	5.5	2.3	4.5	المحاوره	الاسلوب التبادلي

جدول رقم (09): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين

القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة المحاوره.

يتضح من الجدول رقم (09): وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي لاختبار مهارة المحاوره (الرمية الحرة) , حيث كانت نتائج متوسط القياس القبلي (4) بانحراف معياري (1,5) أما نتائج القياس البعدي فكانت (3,5) بانحراف معياري (1,9) و كان الفارق بين التوسطات الحسابية (0,5) و لصالح القياس البعدي, و كانت قيمة \*ت\* المحسوبة هي (1,83) أما \*ت\* الجدولية هي (2,56) عند درجة حرية تساوي (19) ومستوى دلالة (0,05). ومنه نقول لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اختبار القبلي والبعدي لصالح الإختبار البعدي.



الشكل رقم (10): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة المحاوره.

7-1 عرض و تحليل نتائج اختبار السرعة الانتقالية بالأسلوب التبادلي للعينه التجريبية الأولى:

نوع العلاقة	قيمة * الجدولية	قيمة * * المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العينه التجريبية الثانية				الاختبار	نوع الاسلوب
					اختبار بعدي		اختبار قبلي			
					ع	س	ع	س		
دال إحصائيا	2.56	4.12	19	1,40	0.98	6.04	1,76	7.44	السرعة لمسافة 20 متر	الاسلوب التبادلي

جدول رقم (10): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة \*  
\* و نوع الدلالة بين القياسين

القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الأولى في اختبار السرعة لمسافة 20 متر

يتضح من الجدول رقم (09): وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي لاختبار السرعة لمسافة 20 متر، حيث كانت نتائج متوسط القياس القبلي (7.44) بانحراف معياري (1.76) أما نتائج القياس البعدي فكانت (6.04) بانحراف معياري (0,98) و كان الفارق بين التوسطات الحسابية (1.4) و لصالح القياس البعدي، و كانت قيمة \*  
\* المحسوبة هي (4.12) أما \*  
\* الجدولية هي (2,56) عند درجة حرية تساوي (19) ومستوى دلالة (0,05). ومنه نقول توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اختبار القبلي والبعدي لصالح الإختبار القبلي يعني اقل زمن.



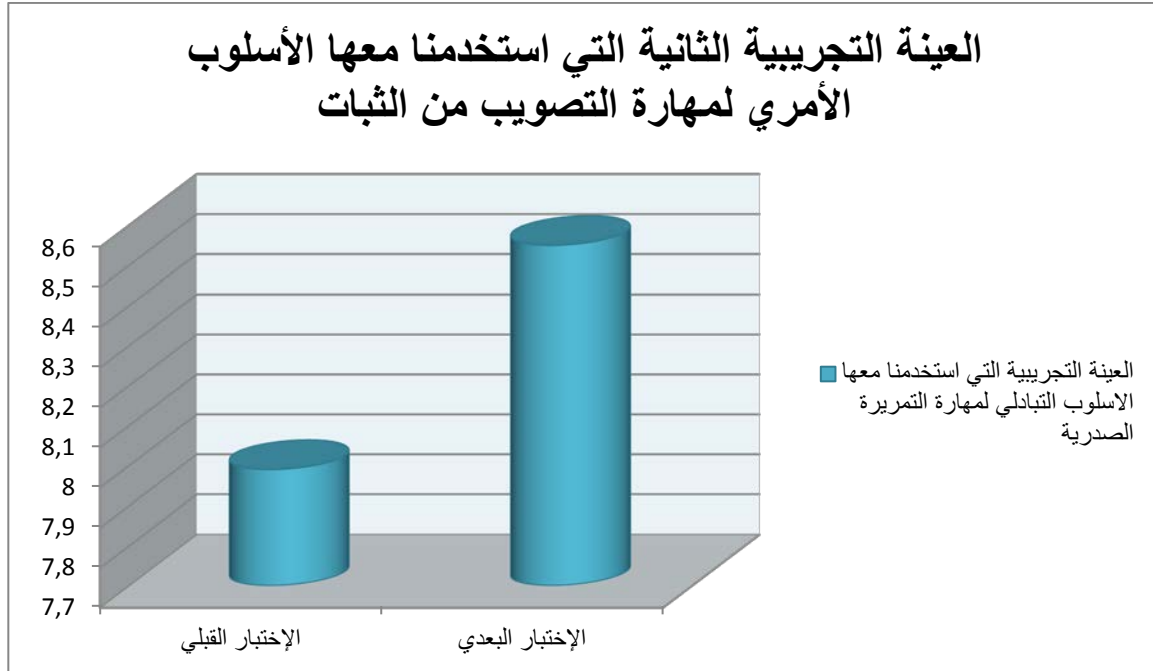
الشكل رقم (11): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الأولى في اختبار السرعة لمسافة 20 متر

### 8-1 عرض و تحليل نتائج اختبار السرعة لمسافة 20 متر بالأسلوب الأمري للعينة التجريبية الثانية:

نوع العلاقة	قيمة*ت* الجدولية	قيمة*ت* المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العينة التجريبية الاولى				الاختبار	نوع الاسلوب
					اختبار بعدي		اختبار قبلي			
					ع	س	ع	س		
غير دال احصائيا	2.56	3,32	19	1.27	1.70	8.55	2.43	7,99	اختبار السرعة لمسافة 20 متر	الاسلوب الأمري

جدول رقم (11): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الأولى في اختبار اختبار السرعة لمسافة 20 متر

يتضح من الجدول رقم (05): وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي لاختبار اختبار السرعة لمسافة 20 متر, حيث كانت نتائج متوسط القياس القبلي (7.99) بانحراف معياري (2.43) أما نتائج القياس البعدي فكانت (8,55) بالانحراف معياري (1.70) و كان الفارق بين التوسطات الحسابية (1.70) و لصالح القياس البعدي, و كانت قيمة \*ت\* المحسوبة هي (3,32) أما \*ت\* الجدولية هي (2,56) عند درجة حرية تساوي (19) ومستوى دلالة (0,05). ومنه نقول لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اختبار القبلي والبعدي.



الشكل رقم (12): يمثل المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية الثانية في اختبار اختبار السرعة لمسافة 20 متر.

– عرض وتحليل نتائج الفرق بين اختبار التصويب من الثبات بالأسلوبين (الأمري والتبادلي):

نوع العلاقة	قيمة *ت* الجدولية	قيمة *ت* المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العينة التجريبية الثانية		العينة التجريبية الأولى		الإختبار
					ع	س	ع	س	
غير دال احصائيا	2.56	2.31	19	2.99	9,90	25.33	11.25	22.0	التصويب من الثبات

الجدول رقم (12) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التصويب من الثبات

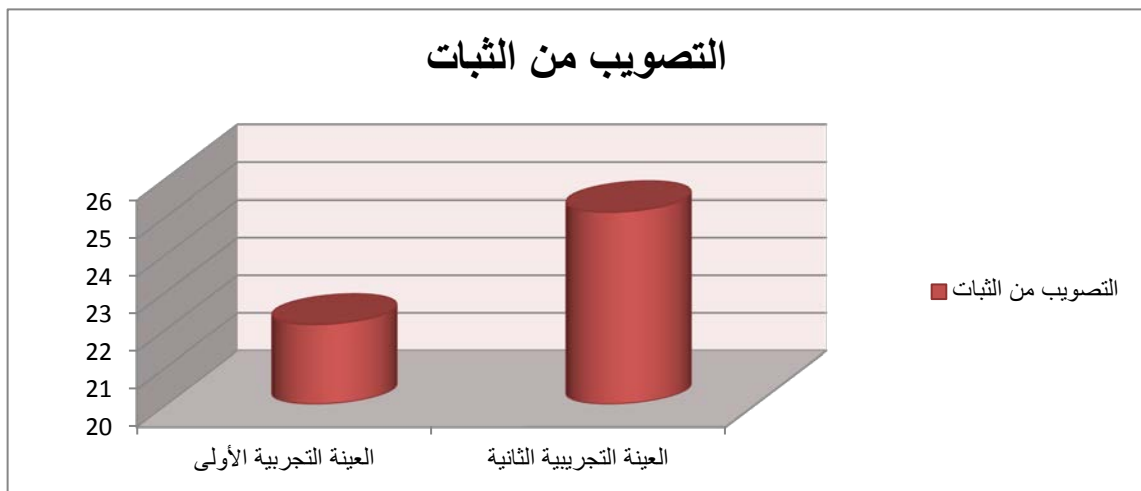
يتضح من خلال الجدول رقم (14) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين البعدي

لإختبار مهارة التصويب من الثبات بين المجموعتين التجريبية الأولى والأولى والمجموعة التجريبية الثانية حيث كانت نتائج متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (22.0) بانحراف معياري (11.25) اما نتائج المتوسط

القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية فكانت (25.33) بانحراف معياري (9.90) كان الفارق بين

المتوسطين (2.99) ولصالح المجموعة التجريبية الثانية وكانت قيمة ت المحسوبة هي (2.31) أما القيمة الجدولية

(2.56) عند درجة الحرية (38) ومستوى دلالة (0.05)



الجدول رقم (13) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين

للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التصويب من الثبات

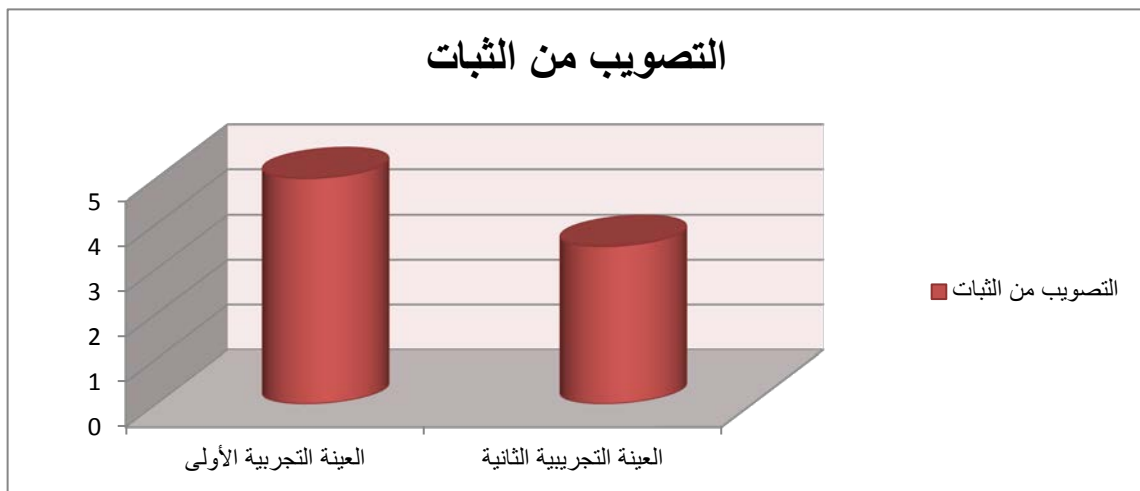
عرض وتحليل نتائج الفرق بين اختبار التميريرة الصدرية بالأسلوبين (الأمري والتبادلي):

نوع العلاقة	قيمة *ت* الجدولية	قيمة *ت* المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العينة التجريبية الثانية (أم)		العينة التجريبية الأولى (أت)		الإختبار
					ع	س	ع	س	
دال احصائيا	2.56	3.22	38	1.5	1.90	3.5	2.2	05	التميريرة الصدرية

الجدول رقم (13) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التميريرة الصدرية

يتضح من خلال الجدول رقم (15) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين البعدي

لإختبار مهارة التميريرة الصدرية بين المجموعتين التجريبية الأولى والأولى والمجموعة التجريبية الثانية حيث كانت نتائج متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (05) بانحراف معياري (2.2) اما نتائج المتوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية فكانت (3.5) بانحراف معياري (1.9) كان الفارق بين المتوسطين (1.5) ولصالح المجموعة التجريبية الثانية وكانت قيمة ت المحسوبة هي (3.22) أما القيمة الجدولية (2.56) عند درجة الحرية (38) ومستوى دلالة (0.05)



الشكل رقم (14) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين

للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة التميريرة الصدرية

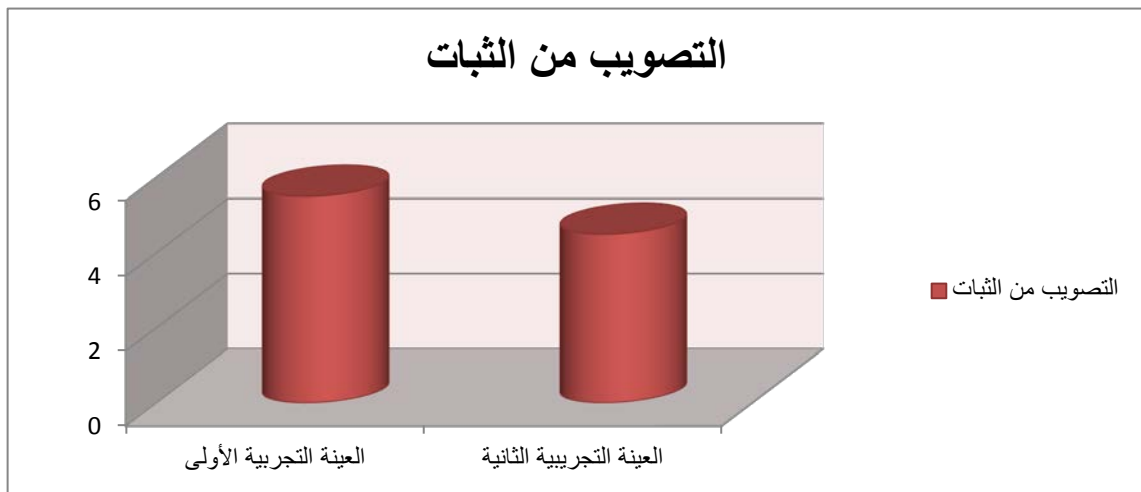
عرض وتحليل نتائج الفرق بين اختبار المحاورة (التنطيط) بالأسلوبين (الأمرى والتبادلي) :

نوع العلاقة	قيمة *ت* الجدولية	قيمة *ت* المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العينة التجريبية الثانية (أم)		العينة التجريبية الأولى (أت)		الإختبار
					ع	س	ع	س	
غير دال احصائيا	2.56	2.11	38	01	1.65	4.5	2.38	5.5	المحاورة (التنطيط)

الجدول رقم (14) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة المحاورة (التنطيط)

يتضح من خلال الجدول رقم (16) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين البعدي

لإختبار مهارة المحاورة (التنطيط) الصدرية بين المجموعتين التجريبية الأولى والأولى والمجموعة التجريبية الثانية حيث كانت نتائج متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (5.5) بانحراف معياري (2.38) اما نتائج المتوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية فكانت (4.5) بانحراف معياري (1.65) كان الفارق بين المتوسطين (01) ولصالح المجموعة التجريبية الأولى وكانت قيمة ت المحسوبة هي (2.11) أما القيمة الجدولية (2.56) عند درجة الحرية (38) ومستوى دلالة (0.05).



الشكل رقم (15) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين

للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار مهارة المحاورة (التنطيط)

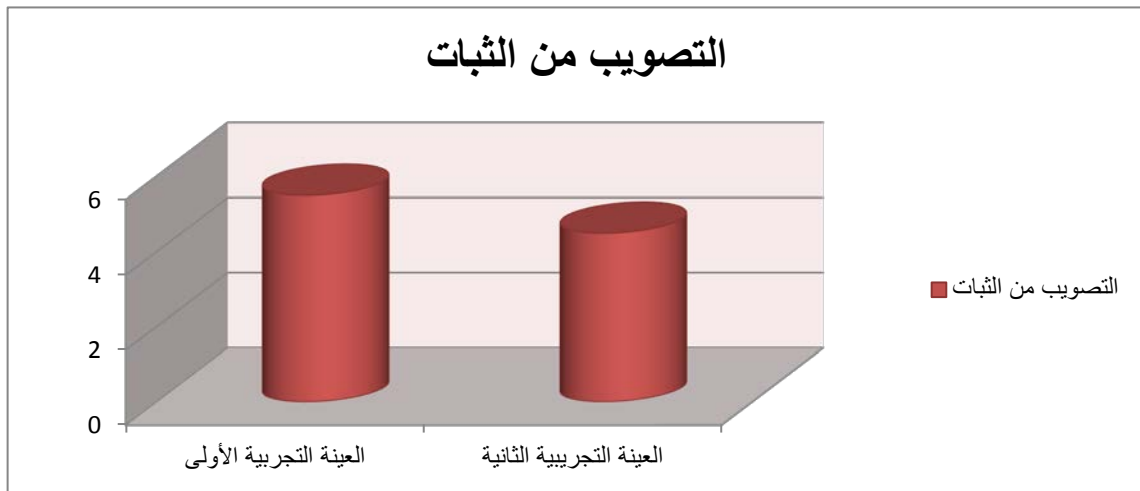
عرض وتحليل نتائج الفرق بين اختبار السرعة 20 متر بالأسلوبين (الأمري والتبادلي):

نوع العلاقة	قيمة *ت* الجدولية	قيمة *ت* المحسوبة	درجة الحرية	الفرق	العينة التجريبية الثانية (أم)		العينة التجريبية الأولى (أت)		الإختبار
					ع	س	ع	س	
غير دال احصائيا	2.56	2.43	38	01	2.65	8.55	2.38	6.44	سرعة 20 متر

الجدول رقم (15) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار السرعة 20 متر

يتضح من خلال الجدول رقم (17) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين البعدي

لاختبار السرعة 20 متر الصدرية بين المجموعتين التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية حيث كانت نتائج متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (6.44) بانحراف معياري (2.38) اما نتائج المتوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية فكانت (8.55) بانحراف معياري (2.65) كان الفارق بين المتوسطين (1.11) ولصالح المجموعة التجريبية الأولى وكانت قيمة ت المحسوبة هي (2.43) أما القيمة الجدولية (2.56) عند درجة الحرية (38) ومستوى دلالة (0.05).



الشكل رقم (16) المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة\*ت\* و نوع الدلالة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في اختبار السرعة 20 متر

## الاستنتاجات :

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها تستنتج الباحثة ما يلي :

إن اختيار أسلوب التدريس الملائم والمناسب من قبل المعلم في تعليم المهارات المختلفة في

التربية الرياضية يحتاج الى عناية ودقة عالية

إن استخدام أسلوبي التعلم التبادلي و الأمري في تعليم بعض المهارات الأساسية المختلفة و

الصفات البدنية في كرة السلة بشكل أدق لهما تأثير في عملية التعلم المهارات الأساسية

وخصوصا التبادلي .

إن أسلوب التعلم الأمري له الأثر الأقل في تحسن تعلم المهارات الأساسية لكنه كان له

التأثير الواضح على تحسن تعلم المهارة من قبل التلاميذ .

إن البرنامج التعليمي المقترح له الأثر الواضح والايجابي ذو الدلالة الاحصائية على تحسين

الأداء المهاري للمهارات المختلفة.

الوحدات التعليمية المقترحة لها دور فعال في تطوير مستوى التعلم لبعض مهارات كرة السلة.

استخدام التعلم التبادلي يزيد من نسب التقدم للمهارات المراد تعلمها.

أسلوب التدريس التبادلي يساعد في تحقيق الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية خاصة

من الناحية الإجتماعية ،الإنفعالية والمعرفية.

على مدرس التربية البدنية والرياضية ان يستخدم أسلوبين أ و ثلاثة أساليب في درس واحد

لتعليم

## خاتمة

تبنى عملية التعلم لأي حركة أو مهارة على أسس علمية سليمة والتي تهتم اساسا بتعديل سلوك الانسان لانجاز عمل او تحقيق غاية ونخص بالذكر الغايات المتعلقة بالتربية الرياضية ،وحتى تحقق العملية التعليمية أهدافها المنشودة في هذا الجانب يجب اتباع الأساليب العلمية السليمة والمناسبة في العملية التعليمية والتي محورها الطالب والمعلم والأسلوب الذي يربط بينهما ولهذا قمنا بهذه الدراسة للتعرف على مدى تأثير أسلوب تدريسي التبادلي والأمري في تنمية بعض المهارات الاساسية والصفات البدنية في كرة السلة لمرحلة عمرية (16-18)سنة.

تعليم هذه المهارات وترسيخها في ذهن المتعلم وذلك من خلال حسن اختياره واستخدامه للأساليب التدريسية ومدى توافقها مع المرحلة العمرية وقدراتهم الشخصية ومراعاة الفروق الشخصية ومراعاة الفروق الفردية ومدى نجاعة هذا الأسلوب المختار في حصة التربية البدنية والرياضية. وحسب رأي الباحثين ان للأساليب التدريسية المختارة دور فعال في تعلم أي مهارة وتعتبر الرابط الأمثل بين المعلم والمتعلم بل هي محور العملية التعليمية التعليمية



***ABSTRACT:***

-Aim of the study: This study aims at revealing the effect of using the Alternative and imperative methods in the development of some basic skills and physical patterns in Basketball from the age of 16 to 18 years old.

The researcher used the experimental approaches because it is suitable for the study. The sample consisted of 40 students from year academic classes in secondary school from both genders, 10 girls and 30 boys.

For the experimental group, the researcher applied the alternative method on a group of 20 students. and for the other group of 20, he applied the alternative method on a group of 20, he applied the imperative method. The proposed program continued for nine weeks with an average of one educational unit per week.

The researcher had selected another group of 10 students as a polled sample in order to know the trustfulness and the evidence of the tests.

The researcher used different static means and by the end of the study, the researcher concluded the following; that there is no difference between the two methods and for both of them, they influence positively on the development of some basic skills and physical patterns in Basketball.

## ABSTRAIT :

- Objectif de l'étude : Cette étude a pour objectif de révéler l'effet de l'utilisation des méthodes alternatives et impératives dans le développement de certaines compétences de base et de schémas physiques de basket-ball de 16 à 18 ans.

Le chercheur a utilisé les approches expérimentales car elles conviennent à l'étude. L'échantillon était composé de 40 élèves des classes académiques du secondaire de 10 ans et plus, de 10 filles et de 30 garçons.

Pour le groupe expérimental, le chercheur a appliqué la méthode alternative à un groupe de 20 étudiants. Pour l'autre groupe de 20, il a appliqué la méthode alternative à un groupe de 20, il a appliqué la méthode de l'impératif. Le programme proposé s'est poursuivi pendant les semaines de la mine avec une moyenne d'une unité d'enseignement par semaine.

Le chercheur avait sélectionné un autre groupe de 10 étudiants comme échantillon interrogé afin de connaître le degré de confiance et les preuves des tests.

Le chercheur a utilisé différents moyens statiques et à la fin de l'étude, il a conclu ce qui suit : qu'il n'y a pas de différence entre les deux méthodes et que les deux équipes exercent une influence positive sur le développement de certaines compétences de base et de modèles physiques en basket-ball