



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي

تحت عنوان :

أهمية استخدام أسلوب المنافسة في تحسين بعض المهارات الأساسية في
كرة اليد لتلاميذ الطور الثانوي (16-18) سنة

دراسة مسحية أجريت على بعض ثانويات لولاية مستغانم

تحت إشراف :

د . ميم مختار

إعداد الطالبتان :

ثبتي هجيرة
سعيدتي أمال

السنة الجامعية 2019-2020

شكر و تقدير :

في البداية نشكر الله عز وجل الذي وفقنا لإتمام هذا العمل المتواضع كما نتوجه بالشكر
الجزيل إلى كل من ساعدنا في إنجاز هذا البحث سواء من قريب أو من بعيد ، كما يشرفنا
أن نتقدم بأسمى عبارات الشكر و التقدير إلى الأستاذ المشرف" د . ميم مختار" الذي لم
يبخل علينا بنصائحه القيمة .

كما لا يفوتنا أن نتقدم بالشكر إلى جميع الأساتذة والذين رافقونا طيلة مشوارنا الجامعي
وأمدونا بالعلم الوافر وكل من مد لنا يد العون من قريب أو من بعيد وفقهم الله لما فيه الخير
والصلاح. وجعلنا لهم خير خلف لخير سلف

الإهداء

الحمد لله الذي أنعم علينا بنعمة العقل و أعطانا القدرة على التدبر في هذا الكون
لنرسم غايتنا للنجاح و التفوق.

أهدي ثمرة عملي إلى من كانت سندي في السراء و الضراء ، إلى نبع الحنان، هبة

الرحمن إلى من قدمت لي كل الدعم لأجتهد و تراني متفوقة، إلى من يعجز اللسان على

ألتناء عليها و القلم عن وصف فضلها ، إلى من تحت أقدامها الحنان " أمي الغالية" .

إلى من أنار لي العينين ، إلى من أشعل مصباح الأمل و أطفأ ظلمة جهلي إلى من

تعب لراحتي و سهر لنجاحي، إلى من علمني أن الحياة صبر و عطاء ، إلى خير قدوة لي

في الحياة " أبي الغالي".

إلى إخوتي

إلى زوجي العزيز

إلى الأصدقاء و الأخوة الذين عرفتهم و ولدتهم ظروف الحياة ولا أنسى الذين عرفتهم

في مشواري الدراسي

سعيدى آمال

إهداء

إلى الينبوع لذي لا يمل العطاء.. إلى من حاكت سعادتي بخيوط منسوجة
من قلبها.. وملاكي في الحياة.. إلى معنى الحب و إلى معنى الحنان و سر
الوجود.. الى من كان دعاؤها سر نجاحي و جناحها بلسم جراحي..

أمي الغالية.

إلى من كلله الله بالهبة و الوقار.. إلى من علمني العطاء بدون
انتظار.. إلى من أحمل أسمه بكل افتخار.. أرجو من الله ان يمد في عمرك
لترى ثمارا قد حان قطافها بعد طول انتظار..

والدي العزيز

إلى كل أصدقائي الذين تقاسمت معهم مشواري الجامعي
وكل من ساعدني من قريب وبعيد في إنجاز هذا البحث المتواضع .

ثبتي هجيرة

1-ملخص البحث باللغة العربية:

العنوان: أهمية استخدام أسلوب المنافسة على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي .

نهدف من خلال هذه الدراسة إلى معرفة أهمية استخدام أسلوب المنافسة على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد،وقمنا بطرح الإشكال التالي هل استخدام أسلوب المنافسة دور في تعلم بعض للمهارات الأساسية لكرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي؟وللإجابة علي هذا التساؤل المطروح وضعنا الفرضية العامة التي تنص علي أن لاستخدام أسلوب المنافسة أهمية في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي،كما أن مجتمع البحث الأصلي يتكون من 150تلميذ،أما فيما يخص عينة البحث تم اختيار العينة بشكل منظم متمثلة في 30تلميذ تتراوح أعمارهم ما بين (16-18) سنة أي بنسبة 20%من المجتمع الكلي .أنا من حيث الأدوات استخدمنا في الدراسة الميدانية المنهج الوصفي حيث قمنا بانجاز استمارة استبائية تتكون من 3محاور ،وذلك بعد المصاققة عليها من طرف المحكمين ،وكان أهم ما توصلنا إليه هوان أسلوب المنافسة يساعد على رفع مستوى تعلم المهارات الأساسية(تمرير والاستقبال،التصويب ،الخداع)حيث تبين انه يمكن الاستفادة من أسلوب المنافسة في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد في للمرحلة العمرية (16-18)

الكلمات المفتاحية: أسلوب المنافسة –المهارات الأساسية –المراهقة .

Résumé :

Le titre : Les exercices physique d'ordre compétitif jouent un très grand rôle pour développer les compétences d'élèves du cycle secondaire 16 à 18 ans dans le domaine du hand_ball.

L'utilisation et l'installation des habitudes compétitives dans le hand Ball chez les élèves du cycle secondaire.

pour objectif de développer et d'apprendre ces manières et même d'évoluer ce sport et de développer les capacités morales et compétitives. Pour savoir plus sur ce sport compétitif qui est le hand Ball , on a fait l'expérience sur le terrain (150 élèves) , parmi ces 150 élèves on a choisi un groupe bien précis constitué de 30 élèves dont l'âge varié entre 16 et 18 ans c à d (20%) du nombre cité .

Pour réaliser cette expérience , dans le terrain, on a choisi le cursus descriptif pour réaliser une fiche + la courbe qui comporte 3 volets bien sur après avoir pris l'accord et l'avis de l'arbitre. Ce que nous avons conclu à la fin que la compétition aide l'élève à évoluer son niveau, à apprendre des compétences principales (lancer la balle , les passes , ...) ce qui le ramène à améliorer son niveau moral et sportif. La compétition dans le hand Ball est une excellente école d'apprentissage.

Mots clés : les façons de la compétition –les capacités principales –la adolescence.

Summary:

Title " The importance of using competition way or method in amelioration some hand-ball skillfulnesses of a secondary-level students aged between 16 to 18 years old"

The importance of using competition way in learning some principal competencies in hand-ball to the secondary education-level students'.

We want to know the real use of the competition through this méthode to train or study by sub-training some questions and some forms such as: has the use of competition in hand-ball upon secondary-level students? The answer to this question is that , we've put a general hypothesis which includes that the use of the way in competition has a big importance of learning some competencies in hand-ball . As the principal searchers society contains 150 students concerning the search specimen , There have been chosen an organised specimen in 30 students, Their ages were between 16-18 years old . That was 20 percent (20%) from the whole society. Concerning the tools used here , we've studied in the descriptive method field , and we've done some juries on them . The most thing we've reached and realised is that "the competition way " helps us to elevate or raise the learning of competencies (embitternig _ receiving _ pointing at _ deceiving). It was evident that it would be possible to profit from the use of "competition " way to know and learn about some competencies in 16-18 years -old-students .

Key words:

The way of competition -The principal skill fullness- Adolescence

قائمة المحتويات

قائمة المحتويات

| الصفحة | الموضوع |
|--------|---|
| ج | إهداء |
| د | شكر و عرفان |
| | ملخص البحث |
| | قائمة المحتويات |
| ط | قائمة الجداول |
| ي | قائمة الأشكال |
| | قائمة المحتويات التعريف بالبحث |
| 01 | مقدمة |
| 03 | 1. الإشكالية |
| 04 | 2. أهداف الدراسة |
| 04 | 3. فرضيات البحث |
| 05 | 4. مصطلحات البحث |
| 06 | 5. الدراسات المشابهة |
| 10 | 6. التعليق على الدراسات السابقة |
| | الباب الأول: الدراسة النظرية الفصل الأول: أساليب التدريس |
| 13 | تمهيد |
| 14 | 1.1.1 مفهوم التدريس |
| 14 | 2.1.1 مفهوم أساليب التدريس |
| 14 | 3.1.1 أساليب التدريس |
| 15 | 4.1.1 تقسيمات أساليب التدريس |
| 15 | 5.1.1 مفهوم أسلوب التدريس |
| 16 | 6.1.1 طبيعة أسلوب التدريس |
| 17 | 7.1.1 الهدف من التدريس |
| 17 | 8.1.1 خصائص التدريس |

| | |
|--|---|
| 18 | 9.1.1 مراحل التدريس |
| 19 | 10.1.1 مبادئ التدريس |
| 19 | 11.1.1 أسس و مبادئ التدريس |
| 20 | 12.1.1 طرق و أساليب التدريس |
| 20 | 13.1.1 اختيار طرق التدريس |
| 21 | 2.1 أسلوب المنافسة |
| 21 | 1.2.1 مفهوم الأسلوب |
| 22 | 2.2.1 تعريف المنافسة |
| 22 | 3.2.1 مفهوم المنافسة |
| 22 | 4.2.1 تعريف المنافسة الرياضية |
| 23 | 5.2.1 قواعد و ضوابط المنافسة الرياضية |
| 24 | 6.2.1 التخطيط الإستراتيجي للنشاط التنافسي |
| 24 | 7.2.1 المنافسة الرياضية تجري طبقا لقوانين و لوائح و أنظمة |
| 25 | 8.2.1 إعداد الرياضي للنشاط التنافسي |
| 25 | 9.2.1 أنواع المنافسة الرياضية |
| 26 | 10.2.1 إيجابيات المنافسة الرياضية |
| 26 | 11.2.1 سلبيات المنافسة الرياضية |
| الفصل الثاني: كرة اليد في الطور الثانوي | |
| 29 | تمهيد |
| 30 | 1.2.2 نبذة تاريخية |
| 31 | 2.2.2 تعريف كرة اليد |
| 31 | 3.2.2 قوانين كرة اليد |
| 32 | 4.2.2 متطلبات لاعبي كرة اليد |
| 37 | 5.2.2 المهارات الأساسية في كرة اليد |
| 40 | 6.2.2 تعليم المهارات الحركية الأساسية |
| 40 | 7.2.2 الخطوات التعليمية |
| 41 | 8.2.2 مميزات كرة اليد الحديثة |

| | |
|--|---|
| 41 | 9.2.2 أهمية ممارسة كرة اليد |
| 42 | 3.2 المراهقة |
| 42 | تمهيد |
| 43 | 1.3.2 تعريف الطور الثانوي |
| 43 | 2.3.2 تعريف الثانوية |
| 43 | 3.3.2 تعريف المراهقة |
| 43 | 4.3.2 تغيرات الرئيسية في مرحلة المراهقة |
| 44 | 5.3.2 الملامح الأساسية لمراحل النمو في مرحلة المراهقة |
| 45 | 6.3.2 مميزات المراهقة في الطور الثانوي |
| 45 | 7.3.2 دور الرياضة في مرحلة المراهقة |
| 46 | 8.3.2 خصائص المرحلة العمرية من 16 إلى 18 (فئتي الأصغر) |
| 47 | خلاصة |
| الباب الثاني: الجانبي التطبيقي | |
| الفصل الأول : إجراءات البحث الميدانية | |
| 50 | تمهيد |
| 51 | 1. منهج البحث |
| 51 | 2. مجتمع و عينة البحث |
| 51 | 1.2. مجتمع البحث |
| 51 | 1.1. عينة البحث |
| 51 | 3. متغيرات البحث |
| 51 | 4. مجالات البحث |
| 52 | 5. أدوات البحث |
| 52 | 6. الدراسات الإحصائية |
| 53 | 7. الدراسة الاستطلاعية |
| 57 | خلاصة |
| الفصل الثاني : عرض وتحليل نتائج الدراسة | |
| 60 | تمهيد |
| 61 | 1- عرض نتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ |
| 61 | 1-1- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالمحور الأول |

| | |
|----|---|
| 73 | 1-2- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالمحور الثاني |
| 81 | 1-3- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالمحور الثالث |
| 89 | 2-مناقشة الفرضيات |
| 89 | 2-1-مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الأولى |
| 90 | 2-2- مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثانية |
| 90 | 2-3-مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثالثة |
| 91 | 2-4- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة |
| 91 | 3-الاستنتاج العام |
| 92 | أهم اقتراحات وتوصيات: |
| 93 | خاتمة |
| / | المراجع |
| / | الملاحق |

قائمة الجداول

| رقم الجدول | العنوان | الصفحة |
|------------|---|--------|
| 01 | يمثل معامل الثبات و الصدق للاستبيان المقترح | 55 |
| 02 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص زيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء التلاميذ خلال فترة المنافسة الرياضية | 61 |
| 03 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص برنامج التدريس المعتمد يساعد في تطوير الأداء الرياضي في كرة اليد. | 62 |
| 04 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص تخصيص حصص لتنمية الأداء المهاري والبدني قبل المنافسة. | 64 |
| 05 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص الأداء الجيد مرتبط بتنمية الصفات البدنية والمهارية. | 65 |
| 06 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص صفة التي تراها مناسبة. | 66 |
| 07 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص التنوع في طرق التدريس لها علاقة ارتباطيه بتنمية الصفات البدنية والمهارية. | 68 |
| 08 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص للصفات البدنية دور في تحقيق أفضل النتائج. | 69 |
| 09 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص للصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج. | 71 |
| 10 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص الاهتمام بتنمية الصفات البدنية والمهارية يعد أحد عناصر مكونات التدريس. | 72 |
| 11 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص التحضير الذي تبدأ به. | 73 |
| 12 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص مهارة التي تركز عليها أثناء التحضيرات المهارية. | 74 |
| 13 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص كثافة التحضير البدني تأثير في أداء الرياضي. | 76 |

| | | |
|----|---|----|
| 77 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص طريقة التدريس التي تركز عليها في تطوير الأداء الرياضي | 14 |
| 79 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص إتقان التلميذ المهارات بشكل جيد أثناء المنافسة يحقق أفضل النتائج. | 15 |
| 80 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص التحضير البدني دور في استجابة التلميذ أثناء المنافسة الرياضية. | 16 |
| 82 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص أثناء الحصة تراعي الجانب البدني أم المهاري. | 17 |
| 83 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص اعتماد على خطة قبلية. | 18 |
| 85 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص سبق لك أن حققت نتيجة مرضية من خلال الخطة التي وضعتها قبل المنافسة الرياضية | 19 |
| 86 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص استجابة التلاميذ للملاحظة المقدمة أثناء المنافسة الرياضية. | 20 |
| 88 | يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا ² للتلاميذ فيما يخص النتائج الرياضية تؤثر على مردود التلاميذ في كرة اليد. | 21 |

قائمة الأشكال

| رقم الشكل | العنوان | الصفحة |
|-----------|---|--------|
| 01 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص زيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء التلاميذ خلال فترة المنافسة الرياضية | 62 |
| 02 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص برنامج التدريس المعتمد يساعد في تطوير الأداء الرياضي في كرة اليد. | 63 |
| 03 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص تخصيص حصص لتنمية الأداء المهاري والبدني قبل المنافسة. | 65 |
| 04 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص الأداء الجيد مرتبط بتنمية الصفات البدنية والمهارية. | 66 |
| 05 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص صفة التي تراها مناسبة. | 67 |
| 06 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص التنوع في طرق التدريس لها علاقة ارتباطيه بتنمية الصفات البدنية والمهارية. | 69 |
| 07 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص للصفات البدنية دور في تحقيق أفضل النتائج. | 70 |
| 08 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص للصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج. | 72 |
| 09 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص الاهتمام بتنمية الصفات البدنية والمهارية يعد أحد عناصر مكونات التدريس. | 73 |
| 10 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص التحضير الذي تبدأ به. | 74 |
| 11 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص مهارة التي تركز عليها أثناء التحضيرات المهارية. | 75 |
| 12 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص كثافة التحضير البدني تأثير في أداء الرياضي. | 77 |
| 13 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص طريقة التدريس التي تركز عليها في تطوير الأداء الرياضي | 78 |

| | | |
|----|--|----|
| | | |
| 80 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص إتقان التلميذ المهارات بشكل جيد أثناء المنافسة يحقق أفضل النتائج. | 14 |
| 81 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص التحضير البدني دور في استجابة التلميذ أثناء المنافسة الرياضية. | 15 |
| 83 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص أثناء الحصة تراعي الجانب البدني أم المهاري. | 16 |
| 84 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص اعتماد على خطة قبلية. | 17 |
| 86 | يمثل النسب المئوية فيما يخص سبق لك أن حققت نتيجة مرضية من خلال الخطة التي وضعتها قبل المنافسة الرياضية | 18 |
| 87 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص استجابة التلاميذ للملاحظة المقدمة أثناء المنافسة الرياضية. | 19 |
| 89 | يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص النتائج الرياضية تؤثر على مردود التلاميذ في كرة اليد. | 20 |

الجانب التمهيدي

مقدمة

تعدو التربية البدنية و الرياضية من أهم الوسائل التي تعمل على تحقيق غاية التربية العامة حيث تساهم في إعداد الفرد إعدادا متكاملًا نفسيًا، اجتماعيًا و عقليًا و بدنيًا، لتحقيق النجاح اللازم لمجتمعنا من أجل الازدهار و التقدم، حيث نلاحظ ان عملية التعليم هي أساس العملية التعليمية حيث أن تتوع في استخدام أساليب و طرق التدريس مختلفة يزرع الروح في نفسية المتعلم و يقلل من الملل، و المعلم الناجح هو من يستطيع تطبيق أكثر من أسلوب بمراعاة رغبة و اهتمام و اتجاهات المتعلمين.

يعتبر أسلوب المنافسة، من بين أساليب التدريس التي أثبتت الدراسات الحديثة مدى أهميتها في رفع من سرعة التعلم و تطوير المهارات بسرعة كبيرة مقارنة مع الأساليب الأخرى، فالمنافسة الرياضية من العوامل الهامة و الضرورية لكل نشاط رياضي سواء المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية أو المنافسة في مواجهة منافس وجها لوجه أو في وجود منافسين آخرين، و تعتبر كرة اليد من الألعاب الجماعية التي تستخدم أسلوب المنافسة لتحقيق الفوز كما يعد أسلوب هام في تنمية المهارات الأساسية لكرة اليد باعتباره من أسرع الألعاب الجماعية التنافسية ذلك من أجل إحراز الأهداف للفوز.

يؤكد"محمد حسن علاوي 1992 أن التنافس الرياضي إنما أحسن استغلاله وتم في حدود الأساس و القواعد التربوية فإنه يصبح من أهم القوى التي تدفع الأفراد إلى ممارسته النشاط الرياضي و تحفزهم نحو الوصول الأعلى المستويات، و نظرا لما تتوفر عليه رياضة كرة اليد من مناخ تربوي سليم للممارسين من الجنسين، فقد أدرجت ضمن مناهج التربية البدنية الحسيماني 1994" و بالنظر لدور الهام للمنافسة الرياضية التي تدعم و تنمي المهارات الأساسية لكرة اليد حتى يستفيد الرياضي و يكتسب مهارات أساسية سليمة.

و في هذا الصدد كان اختبارنا لموضوع بحثنا الذي يتناول- أثر استخدام أسلوب المنافسة على تنمية بعض المهارات الأساسية في كرة اليد - و قد تمحورت مشكلتنا في تأثير المنافسة على تنمية هذه المهارات وتهدف الدراسة على معرفة أثر أسلوب المنافسة في تنمية المهارات الأساسية في كرة اليد و قد قام الطلبة الباحثين بتقسيم هذا البحث إلى بابين خصص أولهما للدراسة النظرية، و الثاني للدراسة الميدانية حيث تم التطرق في الباب الأول المتمثل في الدراسة النظرية إلى جمع المادة الخبرية التي تدعم و تعزز موضوع البحث و قد قسمت إلى فصلين، ضم الفصل الأول منها أسلوب المنافسة الرياضية.

أما الفصل الثاني فتطرقنا إلى المهارات الأساسية في كرة اليد، أما الباب الثاني و الذي احتوى على الدراسة الميدانية فقد قسم إلى ثلاثة فصول، احتوى الفصل الأول على منهجية البحث و إجراءاته الميدانية من حيث التجربة الاستطلاعية، و منهج البحث المتبع، و العينة و كيفية اختيارها، و كل ما تعلق بالتجربة الرئيسية، أما الفصل الثاني ففيه تم عرض و تحليل النتائج المتوصل إليها إضافة إلى الفصل الثالث حيث نم فيه مقابلة النتائج بالفرضيات ثم الاستنتاجات ليختتم التوصيات .

1- الإشكالية:

إن كرة اليد تعتبر إحدى الرياضات التي لها وزنها على الساحة العالمية و المحلية, لذا فإن إعداد الرياضي في كرة اليد يتأسس على تبادل المعلومات بين المدرب و اللاعب،حتى يتمكن من كسب الأسس الفنية و البدنية التي تسهم في الارتقاء بمستواه و الآن المنافسة الرياضية تعتبر عاملا هاما و ضروري لأي نشاط رياضي خاصة كرة اليد،قد تتيح للفرد سهولة في تعلم المهارات و القوانين بصورة صحيحة أثناء المنافسة تؤدي إلى النجاح أو فشل المنافسة. فلقد زاد الاهتمام من قبل اللاعبين و المدربين لهذا الأسلوب بصورة ايجابية لما يحققه من نجاح على الأداء في كرة اليد (جانب بدني مهاري) لكرة اليد.

تعتبر عامل هام في تحقيق الهدف المنشود يعرفها "موسكا موسطن" بانها عبارة عن سلسلة من اتخاذ القرارات التي تنظم في ثلاث مراحل تشكل فيما بينها بنية (جيب 2002) هناك لاحظنا من خلال دراسة احمد محمد علي شحاتة تحت عنوان "تأثير استخدام أسلوب التنافس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد" التي كانت عبارة عن رسالة ماجستير لسنة 2010" و قد تبين من خلال هذه الدراسة أهمية و دور الفاعل لأسلوب المنافسة في تعلم المهارات الأساسية لكرة اليد . و أن إتقان المهارات الأساسية لكرة اليد يعتبر عامل هام في تحقيق النجاح باعتبارها لعبة جماعية تتطلب اللعب الجماعي المتناسق و المنظم و استخدام اسلوب المنافسة من قبل اللاعبين يساعدهم في تقليل ن الخوف و ارتباك أثناء المبارات باعتبارهم قد تعود عليه خلال تدريبات اليومية، كما يمكنهم من إتقان المهارات الأساسية و تبين هذا من خلال تجربتنا الشخصية حيث لاحظنا اثر أسلوب المنافس في تعلم و هذا ما دفعنا الى طرح تساؤل التالي حول اثر أسلوب المنافسة على تنمية بعض المهارات الأساسية في كرة اليد و من هنا نطرح التساؤلات التالية : هل يؤثر أسلوب المنافسة على تنمية الأداء الرياضي في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

و من خلال هذا يمكننا من طرح التساؤلات الفرعية التالية :

-هل يؤثر أسلوب المنافسة على تحسين مهارة التفرير و الاستقبال في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

-هل يؤثر أسلوب المنافسة على تحسين مهارة التصويب في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

-هل يؤثر أسلوب المنافسة على تحسين مهارة خداع في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي؟
2- أهداف البحث:

يمكن حصر أهداف البحث و أهمية الموضوع الذي يتطرق له و بما له من دور في تحسين مستوى اللاعب أو التلميذ بشكل خاص حيث كان البحث يهدف إلى المعرفة مدى تأثير أسلوب المنافسة على تنمية بعض المهارات في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي و بالأخص المهارات الأساسية المتصلة في التمرير و الاستقبال، مهارة التصويب، مهارة الخداع. كما يهدف البحث إلى معرفة أهمية أسلوب المنافسة و دوره الفعال في اكتساب التلميذ تقنية الصحيحة في أداء المهارات الرياضية، و تكوينهم أحسن تكوين.

3- الفرضيات:

1-الفرضية العامة: أهمية أسلوب المنافسة على تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

2-الفرضيات الفرعية: أهمية أسلوب المنافسة ايجابيات في تحسين مهارة التمرير و استقبال في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- أهمية أسلوب المنافسة ايجابيا في تحسين مهارة التصويب في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي .

- أهمية أسلوب المنافسة ايجابيا في تحسين مهارة الخداع في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

4- المصطلحات:

*مهارات الأساسية: و تشمل المهارات الهجومية و الدفاعية و تعتبر هذه المهارات بمثابة العمود الفقري ، و حقيقة أن اللعبة ثلاثية أركان هامة بجانب الناحية النفسية و الإعداد الذهني يراعى عند وضع مادة التدريب خلال المواسم الرياضية ، وهي الإعداد البدني والمهارات الحركية و خطط اللعب (مذكرة ماستر 2013/2014)، (أثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية في الطائرة).

-المهارة: هي التمكن من إنجاز مهمة معينة بكيفية محددة ، و بدقة متناهية و سرعة في التنفيذ .

-كرة اليد: لغة: جمع الأيدي و اليدين،الكف أو من الأطراف الأصابع ألى الكتف (الدين ص912)

هي رياضة جماعية تلعب باليد ، تجرى داخل ملعب خاص، يتقابل فيها فريقان متنافسان في الإستحواذ على الكرة ما نعين الخصم من بلوغ مرماهم، محاولين تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم (محمد صبحى حسانين ،ص22) .

-المنافسة: كلمة المنافسة هي كلمة لاتينية و تعني البحث المتواصل من طرف عدة أشخاص لنفس المنصب و نفس الصفة ، و حسب كتاب روبار الرياضة الذي يعرف المنافسة على أنها كل شكل مزاحمة تهدف للبحث عن النصر في مقابلة رياضية . حموضوعات عن الطب الرياضي - ويكيبيديا <

و عرفها مورتون دويتش 1969 (هي موقف تتوزع فيه المكافآت بصورة غير متساوية بين المشتركين أو المتنافسين حيث تختلف مكافأة الفائز عن المهزوم ومن أمثلة ذلك أن الفائز يحصل على الميدالية الذهبية و يليه الفضية ثم البرونزية أما باقي المتنافسين فلا يحصلون على مكافآت).

-أسلوب المنافسة:

لغة: المنافسة مصدر لفعل *نافس* و نافس في الشيء أي بلغ، و نافس فلان في كذا أي سابقه و بارزه من غير أن يلحق به الضرر (درويش، 2002، صفحة 345).

اصطلاحاً: تعرفها *مارغيت ماد* بقولها: هي صراع بين فردين أو مجموعة من الأفراد للوصول إلى هدف موحد أو الحصول على نتيجة معينة. (بلعباس 2007، 2006 صفحة 11).

5- الدراسات السابقة و المرتبطة:

1/- بعد إطلاعنا على الكثير من المواضيع في مختلف المعاهد خاصة في الرياضة ، وجدنا بعض الدراسات المشابهة و من بينها :

-الدراسة الأولى :

دراسة أحمد مكناي 2000 بعنوان مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة الطاولة في الأردن و علاقتها بالإنجاز الرياضي هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية و الإنجاز الرياضي تبعا لمتغيرات (العمر الزمني، سنوات الخبرة الرياضية) من ناحية و كذلك معرفة علاقة مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية و الإنجاز الرياضي و اشتملت العينة 30 لاعبا، و استخدم اختبار قلق المنافسة الرياضية (لمارتنز) حيث أظهرت النتائج ارتفاع مستوى كل من سمة القلق النفسي و حالة القلق المعرفي و حالة القلق الجسمي لدى اللاعبين، كما أظهرت الدراسة أن اللاعبين أصحاب المستوى المنخفض في كل من (سمة القلق النفسي و حالة القلق المعرفي في حالة القلق الجسمي) قد حققوا أنجاز أعلى من الإنجاز الذي حققه اللاعبين أصحاب المستوى المرتفع في كل من الأبعاد سالفه الذكر.

-الدراسة الثانية:

أحمد محمد علي شحاتة

بعنوان: تأثير استخدام أسلوب التنافس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد. رسالة ماجستير بكلية التربية الرياضية للبنين سنة 2010م ، و قد هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام أسلوب التنافس على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لطلاب الفرقة الثانية بكلية الرياضة. حيث كانت عينة البحث مختارة بطريقة عمدية بلغ

عددهم (20) طالب حيث استخدم في هذه الدراسة المنهج التجريبي لملائمته و كانت الاستنتاجات على النحو التالي:

*البرنامج التعليمي المقترح له تأثير إيجابي على تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد لدى طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين.

الدراسة الثالثة:

دراسة محمد خليل سليمان فايد

بعنوان: التعلم بطريقتي التعاون و التنافس و أثرهما على تحصيل الطلبة في مادة الرياضيات في الصفين الخامس الأساسي و الأول ثانوي و إتجاهاتهم نحو كل من الطريقتين.

رسالة ماجستير في المناهج و طرق التدريس بكلية الدراسات العليا جامعة النجاح الوطنية نابلس فلسطين 2008م

وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر طريقة التعلم التعاوني و طريقة التعلم التنافسي على التحصيل الدراسي لطلبة الصفين الخامس الأساسي و الأول ثانوي علوم في مادة الرياضيات، مقارنة بالطريقة التقليدية و هدفت إلى التعرف على إتجاهاتهم نحو الطريقة التدريسية التي تعلموا بها، و استخدم لهذا الغرض عينة عشوائية تكونت من (203) طالب و طالبة و استخدم في هذه الدراسة و كانت الاستنتاجات على النحو التالي:

- أن للأسلوب التنافسي أثر إيجابي على كلا المرحلتين.

-الدراسة الرابعة:

دراسة فداء أكرم الخياط .

بعنوان: أثر استخدام أسلوب التنافس الذاتي و المقارن في تعليم بعض المهارات الحركية بكرة اليد.

رسالة ماستير جامعة الموصل 1977م و قد هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام أسلوب التنافس الذاتي و المقارن في تعليم بعض الحركية بكرة اليد و التعرف على الأسلوب الأفضل لتعليم بعض المهارات الحركية بكرة اليد و كانت عينة البحث مكونة من 45 طالب

قسموا إلى 03 مجموعات من المرحلة الأولى كلية التربية الرياضية وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لأئمة لحل مشكلة البحث وقد كانت الاستنتاجات على النحو التالي:

* إن أسلوب التنافس هو الذي يحقق أفضل النتائج في التعلم.

الدراسة الخامسة:

دراسة براهيمى قدور بن سي قدور حبيب.

العنوان: " فعالية توظيف إستراتيجية التدريس التعاوني الحديث باستخدام أسلوب المنافسة و التضميني في تنمية بعض القدرات النفس حركية لدى أطفال التعليم الابتدائي 10 سنوات " سنة 2016 ، وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على فعالية التدريس التعاوني باستخدام أسلوب المنافسة و التضميني في تنمية بعض القدرات النفس حركية لدى أطفال التعليم الابتدائي(8-10) سنة ، حيث بلغ حجم عينة البحث 40 تلميذ و عينة من أساتذة التربية البدنية و المقدر عددهم ب 250 أستاذ بالتعليم الابتدائي .

و كان أهم استنتاج هو افتقار الأساتذة لأهم المهارات التدريسية الحديثة التي قد تعطي التدريس طابع الفعالية ، لذا يوصي الباحثان باقتراح تصميم فكرة إستراتيجية التدريس التعاوني في مجال العمل التربوي.

الدراسة السادسة:

دراسة : دوبة العجال -عوالي محمد سنة 2018

عنوان: تأثير استخدام أسلوب المنافسة على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور المتوسط لنيل شهادة الماستر.

الهدف من هذه الدراسة هو معرفة تأثير أسلوب المنافسة على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور المتوسط ، و الإجابة على هذا التساؤل المطروح و ضعنا الفرضية العامة التي تنص على أن لاستخدام أسلوب المنافسة أثر في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد لدى تلاميذ الطور المتوسط ، كما أن مجتمع البحث الأصلي يتكون 340 تلميذ أما فيما يخص عينة البحث ثم اختيار العينة عمديا متمثلة في التلاميذ الممارسين

المنخرطين في الفرق المدرسية و بلغت 36 تلميذ تتراوح أعمارهم ما بين 13 و 15 سنة أي بنسبة 10,59% من المجتمع الكلي ، أما من حيث الأدوات استخدمنا في الدراسة الميدانية المنهج التجريبي حيث قضا باستعمال ثلاث اختبارات لقياس المهارات الأساسية لكرة اليد (مهارة التمير و الاستقبال ، التصويب ، التنطيط) و ذلك بعد الاستشارة و المصادقة عليها من طرف المحكمين ، و كان أهم استنتاج هو أن أسلوب المنافسة يساعد على تنمية مستوى تعلم المهارات الثلاث المدروسة ، بينما كان أهم اقتراح هو الاستفادة من أسلوب المنافسة هي تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد في المرحلة العمرية (13-15) سنة .

الدراسة السابعة :

دراسة قصوري رضوان - يصرف إبراهيم .

عنوان : مستوى الطلاقة لدى لاعبي فرق الرياضة المدرسية لكرة اليد في الطور المتوسط (12-15 سنة) 2015-2016 لنيل شهادة ماستر .

-عبارة عن بحث مسحي أجري على لاعبي الفرق الرياضية المدرسية لكرة اليد للطور المتوسط لولاية غليزان ، وهي تهدف إلى قياس مستوى الطلاقة النفسية لديهم و أخذنا عينة مكونة من 80 لاعب و لاعبة (40 إناث و 40 ذكور) تراوحت أعمارهم ما بين 12-15 سنة ، و كان ذلك بطريقة عشوائية فوزع عليهم مقياس الطلاقة النفسية و الذي ضم 06 أبعاد بمجموعة من الأسئلة كان عددها 72 سؤال و كشفت النتائج إلى وجود ارتفاع في مستوى الطلاقة النفسية لدى اللاعبين و وجود فروق ما بين الجنسين إناث و ذكور و كانت تصب لصالح الذكور و قد خرجنا بمجموعة من التوصيات أهمها إجراء دورات تكوينية لمدربي فرق الرياضة المدرسية لتحسيسهم بأهمية الطلاقة النفسية و دورها في الرفع من جاهزية التلاميذ للمساهمة و خاصة في السن و ضرورة تدعيم الفرق المدرسية بمختص في علم النفس الرياضي لكي ينمي الجانب النفسي للتلاميذ .

6- التعليق على الدراسات السابقة:

لقد تنوعت أهداف و مساعي الدراسات السابقة بالنسبة لمتغير أسلوب المنافسة و كذا المهارات الأساسية في كرة اليد حيث اختلفت الدراسات و من خلال دراساتنا هذه و بعد دراستنا و تحليلنا للاختبارات التي استخدمها الباحثون على الطلاب توصلنا إلى أن النتائج توحي بأن لأسلوب المنافسة تأثير واضح على تعلم و تحسين المهارات الأساسية و إن الدراسات السابقة التي تم التطرق إليها توافقت مع دراستنا حيث تشابهت دراسة أحمد محمد علي شحاته في استخدام أسلوب المنافسة ، و دراسة براهيمى قدور و بن سي قدور حبيب بعنوان (فعالية توظيف إستراتيجية التدريس التعاوني الحديث بإستخدام أسلوب المنافسة و التضميني في تنمية بعض قدرات النفس حركية لدى أطفال التعليم الابتدائي 10 سنوات - 2016-). .

أما بالنسبة لدراسة محمد خليل سليمان فايد لم تكن هذه الدراسة تدرس أسلوب المنافسة من الجانب الرياضي و لكن أثبتت هذه الدراسة أن لأسلوب المنافسة تأثير إيجابي حيث وفقوا في طرح الفروض أما وجه الاختلاف فكان في زمان و مكان الدراسة ، و حجم العينة . أما بالنسبة لدراسة دوبة العجال -عوالى محمد لسنة 2018 : عنوان تأثير استخدام أسلوب المنافسة على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور المتوسط ، لنيل شهادة ماستر و أوجه الاختلاف كانت في حجم العينة و مكان و زمان الدراسة و منهج الدراسة .

أما دراسة قصوري رضوان -يصرف إبراهيم ، عنوان: مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبي فرق الرياضية المدرسية لكرة اليد في طور المتوسط 2015-2016 لنيل شهادة ماستر كان الاختلاف في مكان و زمان و حجم عينة الدراسة .

أما بالنسبة لدراسة فداء أكرم الخياط فكانت فرضيات الدراسة تؤكد أن أسلوب المنافسة له تأثير على تحسين تعلم بعض المهارات الأساسية أما بالنسبة لوجه الاختلاف فكان في حجم العينة و زمان و مكان الدراسة .

الباب الأول

الجانب النظري



الفصل الأول

أساليب التدريس

تمهيد :

تعتبر الأساليب إحدى المحاور الأساسية و الهامة في عملية التدريس في مجال التربية البدنية و الرياضية، و لذلك ينبغي على المدرس أن يكون على دراية و وعي بأهداف المنهج و محتواه ليتمكن من صياغة أهداف درسه و يوطن نفسه على امتلاك مختلف طرائق التدريس تقليديها وحديثها،و يختار أنسبها،لتمكين المتعلمين من استيعاب المعارف،و اكتساب المهارات و تحقيق أهدافه.

1.1 أساليب التدريس :

1.1.1 مفهوم التدريس : Teaching concept

للتدريس تعريفات متعددة نختار منها مايلي : فهناك من يعرف التدريس على أنه هو كافة الظروف و الإمكانيات التي يوفرها المعلم في موقف تدريسي معين و الإجراءات التي يتخذها في سبيل مساعدة المتعلمين على تحقيق الأهداف المحددة لذلك الموقف و من التعريفات الأكثر شمولاً أن التدريس هو :

" نشاط إنساني هادف و مخطط، و تنفيذي، يتم فيه تفاعل بين المعلم و المتعلم و موضوع التعلم و بيئته،و يؤدي هذا النشاط إلى نمو الجانب المعرفي و المهاري و الإنفعالي لكل من المعلم و المتعلم،و يخضع هذا النشاط إلى عملية تقويم شاملة و مستمرة (أستاذ د خليل إبراهيم بشير ،2005، صفحة 20) .

2.1.1- مفهوم أساليب التدريس:

يقول موسكا موستن " مصطلح أساليب التدريس وأختير في السنوات السابقة و ذلك لتمييز بين مواصفات سلوك التدريس و بين المصطلحات المتداولة في ذلك الوقت كسياقات و النماذج و المجالات حيث أول ميدان عمل فيه هو التربية البدنية و الرياضية " (موسكا موستن سارة آشورث ، 1991 ، صفحة 8)

" حالياً مصطلح أسلوب التدريس يشير إلى البنية أو التركيب الذي يكون مستقل عن خصوصيات فردها"

3.1.1 أساليب التدريس :

تعددت أساليب التدريس و تنوعت و تستحق أن تؤخذ في الإعتبار عند التخطيط للتدريس،و معلمون المهارة يستخدمون أكثر من أسلوب في التدريس بل يستخدمون أكثر من أسلوب في الدرس الواحد، و أساليب التدريس متساوية في قيمتها للدور الذي

تلعبه في نماء المتعلم و بنسب ضوء متطلبات التنمية الشاملة و المتوازنة للمتعلم و يتناسب مع ظروف المواقف التعليمية .

أ/-أساليب التدريس المباشرة:

1- أسلوب الأمر .

2- أسلوب الممارسة .

3- أسلوب التعلم التبادلي .

4- أسلوب التميز .

ب/-أساليب التدريس غير المباشرة:

1/2- التدريس بالاكشاف .

*الاكشاف المحدد .

*الاكشاف الموجه .

2/2- التفكير الإبداعي .

3/2- حل المشكلات .

4.1.1 تقسيمات أساليب التدريس:

يمكن تقسيم الأساليب كالتالي :

1 - أساليب تدريس تعتمد على المعلم .

2- أساليب تدريس تعتمد على المعلم و المتعلم .

3- أساليب تدريس تعتمد على المتعلم .

كما هناك تقسيم آخر سائد الاستعمال يصطلح عليه بالأساليب المباشرة الغير مباشرة

5.1.1 مفهوم أسلوب التدريس:

أسلوب التدريس هو الكيفية التي يتناول بها المعلم طريقة التدريس أثناء قيامه بعملية التدريس، أو هو الأسلوب الذي يتبعه المعلم في تنفيذ طريقة التدريس بصورة تميزه عن

غيره من المعلمين الذين يستخدمون نفس الطريقة ومن ثم يرتبط بصورة أساسية بالخصائص الشخصية للمعلم. (د/ نوال إبراهيم شلتوت ، د/ محسن سنة 2007 ، صفحة 7).

6.1.1 طبيعة أسلوب التدريس :

سبق القول أن أسلوب التدريس يرتبط بصورة أساسية بالصفات و الخصائص و السمات الشخصية للمعلم، وهو ما يشير إلى عدم وجود قواعد محددة لأساليب التدريس ينبغي على المعلم إتباعها أثناء قيامه بعملية التدريس، و بالتالي فإن طبيعة أسلوب التدريس تظل مرهونة بالمعلم الفرد و بشخصيته و بالتعبيرات اللغوية، و الحركات الجسمية و تعبيرات الوجه و الإنفعالات، و نغمة الصوت، و مخارج الحروف، و الإشارات و الإيماءات، و التعبير عن القيم، كلها تمثل في جوهرها صفات الشخصية الفردية التي يتميز بها المعلم عن غيره من المعلمين، ووفقا لها يتميز أسلوب التدريس الذي يستخدمه و تحدد طبيعته . (نفس المرجع صفحة 8)

- التنظيم في درس التربية الرياضية:

يمثل التنظيم بعدا هاما في نجاح درس التربية الرياضية، فالتنظيم الجيد القائم على فهم المدرس لطبيعة الأنشطة التي يتضمنها الدرس و المكان الذي سوف يتم فيه تنفيذ و ممارسة هذه الأنشطة و الأدوات اللازمة و أشكال العمل التي سوف تؤدي فيها هذه الأنشطة ووقت العمل و الممارسة كلها ، أمور ينعكس أثرها على حسن إخراج و تنفيذ درس التربية الرياضية فضلا عن توفير الوقت و الجهد و تهيئة المناخ المناسب للمشاركة الإيجابية الفعالة من التلاميذ .

- و يتضمن بعد التنظيم على الكثير من القرارات حول الأبعاد التالية :

- بعد تنظيم.

- بعد تحديد و تنظيم الأدوات و الإمكانيات .

- بعد إعداد و تنظيم مكان الممارسة .

و تعمل هذه القرارات على تهيئة البيئة التعليمية وفق توجهات تربوية و عملية من أجل تحقيق الأهداف المرغوبة و بذلك يصبح درس التربية الرياضية تعبير حقيقي عن بيئة التعلم المنتجة الفعالة . (نفس المرجع ص 90)

7.1.1 الهدف من التدريس :

تشير التوجيهات التربوية و النفسية إلى أن نوع و طبيعة الهدف من التعليم تتحكم في إختيار محتوى ووسائل و نشاطات و فعاليات مادة التدريس و أيضا إختيار طريقة التدريس مثلا :

درس موضوعه إلى إحدى مهارات مسابقات الميدان و المضمار يختلف في الغرض عن درس آخر الغرض منه تدريس مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة ، أيضا درس موضوعه تدريس الدرجة الأمامية في الجمباز يختلف في الغرض عن درس آخر الغرض منه تدريس جملة حركية على جهاز الأرضي في الجمباز ، ولا توجد فروق واضحة بين مختلف طرق التدريس لتحقيق أو عدم تحقيق الأهداف حسب نوعها (معرفية ، وجدانية و حركية) و لكن قد تختلف فاعليتها و بنسب متفاوتة في الهدف وفقا للنوع مثلا: قد تساهم إحدى طرق التدريس في تحقيق هدف ما معرفي ، و قد تكون متوسطة أو بطيئة الفعالية في تحقيق هدف ما حركي أو انفعالي .
(د/محمود عبد الحليم عبد الكريم، صفحة، 238/239) .

8.1.1 خصائص التدريس :

- 1/- العلم له أصوله و مبادئه ، يمكن تعلمه و التدريب عليه و ملاحظته و قياسه
- 2/- إنه فن التأثير في الآخرين (التأثير فيه متبادل بين المعلم و التلميذ).
- 3/- يعتمد على المهارات و عمليات الاتصال الفعال.
- 4/- يتعامل مع البشر و من خلال المواقف الحية شبيه بمواقف اللعب الحقيقية.
- 5/- يعتمد على التنوع في أساليب التدريس لأن المتعلمين ليسوا سواء.
- 6/- يتيح فرصة التفكير و التعبير الحر المبتكر للأداء الحركي.

7/- تهيئة مناخ تعليمي يسمح للمتعلم كيف يبقى متعلما و ممارسا مدى الحياة.
(ط محمود عبد الحليم عبد الكريم ، 2002 ، صفحة 229) .

9.1.1 مراحل التدريس:

أ- مرحلة التخطيط: و من أهم خصائصها :

- مرحلة منطقية .
- خالية من التفاعل .
- بطيئة الحركة .
- تتسم بالتأمل .
- يغيب فيها التعزيز .

ب-مرحلة التنفيذ: و من أهم خصائصها :

- مرحلة نفسية .
- مليئة بالتفاعل .
- سريعة الإيقاع .
- تتسم بالتنفيذ و الأداء .
- يكثر فيها التعزيز .

ج- مرحلة المتابعة: و من أهم خصائصها:

- مرحلة إسترجاعية .
- التفاعل بها واحد لواحد وقد يكون جماعيا .
- متوسطة الإيقاع .
- تسعى التوجيه و الإرشاد .
- هدفها الرئيسي التعزيز .

10.1.1 مبادئ التدريس :

يعتبر التدريس من أهم المحاور للعملية التدريسية و هو يرتبط إرتباطا وثيقا مع بقية المحاور مثل : الأهداف العامة و الخاصة ، و محتوى المناهج و أساليب و طرق التدريس و غيرها . (مذكرة ماستر 2018) .

11.1.1 أسس و مبادئ التدريس :

هناك العديد من الأسس و المبادئ التي يركز عليها التدريس الجيد منها :

- 1- أن التعلم سيكون أفضل عندما يستخدم المعلم :
 - طرق التدريس التي تعتمد على إيجابية و مشاركة المتعلم .
 - خبرات المتعلم القديمة في تدريسه للخبرات الجديدة .
 - أكثر من حاسة أثناء التعليم .
- 2- أن التعليم سيكون أفضل عندما تكون هنالك حاجة للتعلم من جانب المتعلم .
- 3- أن التعليم سيكون أفضل عندما تكون المادة المتعلمة أو الخبرة المقدمة للمتعلم في مستوى قدراتهم و إمكانياتهم و تشبع رغباتهم .
- 4- أن يكون المتعلم هو محور العملية التربوية، و أن تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين، فيستخدم المعلم مع المتخلفين طرقا و موادا تختلف عن تلك التي يستخدمها مع بطيئي التعلم، أو العاديين أو ذوي الذكاء المرتفع .
- 5- أن يهدف التدريس إلى إكتساب المتعلم المعارف و المهارات و القيم التي تؤهله للحاضر و المستقبل .

12.1.1 طرق و أساليب التدريس :

طرق التعليم محورها المعلم:

الإلقاء (المحاضرة ، الشرح، العرض ، الوصف).
القصة .

طرق التعليم محورها المعلم و المتعلم:

-المناقشة (صفية ، الجماعية) .

-حل المشكلات الموجهة .

-المشاريع الجماعية .

-طريقة التعلم التعاوني .

-طريقة العصف الذهني .

طرق التعلم محورها المتعلم:

-البرمجة .

-الحقائب التعليمية .

-الكمبيوتر التعليمي .

13.1.1 إختيار طرق التدريس:

طرق التدريس هي تطبيقات لنظريات التعلم المختلفة و نظرا لتعدد النظريات التي تفسر عملية التعلم فمن الطبيعي أن تتعدد طرق و أساليب التدريس و تنفرد كل طريقة بما يميزها عن بقية الطرق،و نظرا لعدم وجود طريقة للتدريس مثالية تجمع بين خصائص و ميزات كل الطرق، يمكن إستخدامها و تتاسب كل الظروف .
لذا يجب على المعلم أن يختار لنفسه أسلوبا مناسبا بتكييف طرق التدريس الأساسية و الجمع بينها بما يتلائم و إختلاف الظروف التي قد تواجهه ، و عند إختيار أفضل الطرق المناسبة لظروف العملية التعليمية .

*هناك عدد من المعايير التي يمكن في ضوءها تفضيل طريقة التدريس عن الأخرى من أهمها :

- الهدف من التدريس .
- طبيعة و خصائص و مستوى التلاميذ .
- مهارة المدرس في إستخدام الطريقة المختارة .
- الإمكانيات المدرسية .
- الحاجة الى التجديد و الابتكار
- طبيعة و نوع النشاط موضوع الدراسة .
- النمط القيادي لشخصية المعلم .
- إثارة إهتمام التلاميذ .
- إنها وسيلة و ليست غاية .
- التنوع لتحقيق أكبر قدر من الإستفادة .

2.1 أسلوب المنافسة :

1.2.1 مفهوم الأسلوب :

لغة : هو الطريق و يقال سلكت أسلوب فلان في كذا : طريقته و مذهبه و يقول صاحب القاموس المحيط (الأسلوب الطريق و عنق الأسد و الشموخ في الأنف) .
(الفيرو زبادي ، 1993 ، صفحة 1872) .

إصطلاحاً: هو مجموعة من القواعد أو الضوابط أو الكيفيات التي ينفذ بها طريقة التدريس لتحقيق أهداف الدرس و يرتبط ذلك بالمعلم و سمات شخصيته و هو جزء من الطريقة . . (صلاح حمودة ، <https://elmstaba.com> :20/09-04-2017)

2.2.1 تعريف المنافسة:

- لغة: نافست في الشيء ، منافسة و نفاسا إذ رغبت فيه على وجه المبادرة .

(الجوهري - الصحاح ، ص 548)

- اصطلاحا: هي صراع بين فردين أو مجموعة من الأفراد للوصول إلى هدف موحد أو الحصول على نتيجة معينة .

3.2.1 مفهوم المنافسة :

المنافسة في اللغة العربية مصدر لفعل نافس : أي سابق فلانا في غير أن يلحق به أي أنشطة يتنافس فيها الفرد "Competition" الضرر وفي اللغة الإنجليزية " والتعريفين يؤكدان على بذل الجهد للوصول إلى التفوق سواء which "personactive

في النواحي البدنية أو المهارية أو المعرفية دون إلحاق الضرر بالمنافس .

(مجلات رياضية عالمية. Karatè-do A.J. Ain Touta)

4.2.1 تعريف المنافسة الرياضية :

المنافسة هي النشاط الذي يحصل داخل إطار مسابقة مقننة في إطار أو نمط استعدادات معروفة و ثابتة بالمقارنة مع الدقة القصوى " هي صراع بين عدة أشخاص للوصول إلى الهدف المنشود أو حسب النتيجة المنتظرة أما " فرانانداز" يقول أن المنافسة ما هي إلا حالة يتواجد فيها إثنان أو عدد كبير من الأشخاص في صراع لأخذ الجزء العام أو النصيب الأكبر (عزت محمود الكاشف، 1991، صفحة 65) .

5.2.1 قواعد و ضوابط المنافسة الرياضية :

لقد شهدت السنوات الأخيرة تزايد ملحوظ في الإهتمام بالرياضات التنافسية بصفة عامة و المنافسات ذات الطابع الجماهيري بصفة خاصة، و ينتج عن هذا الإهتمام إرتفاع ملحوظ في إعداد الممارسين لكل لعبة رياضية،و أيضا إرتفاع مستوى الأداء التقني الذي يساهم في تحقيق التفوق و البطولة الذي يسعى له معظم الرياضيين، و في سبيل الفوز و النصر و التفوق و البطولة نجد أنه ظهرت في الساحة الرياضية عدة مفاهيم جديدة على المجتمع الرياضي سواء المستوى المحلي أو العربي أو الدولي مثل :

السلوك العدواني و ظاهرة العنف و ظهور ظاهرة شغب الملاعب التي إمتدت تأثيراتها إلى جماهير المشاهدين،فتحول الأمر من متابعة و مشاهدة لأحداث المباريات شكلا من أشكال الخرق الصحيح للقوانين المدنية و الجنائية و اللوائح و القوانين المنظمة للأنشطة الرياضية .

فالمنافسات الرياضية تعد منظومة إجتماعية تضم اللاعبين و الحكم و المدرب و الإداري و الإعلامي و يشار إلى المنافسة الرياضية على أنها موقف إختياري ذو شدة عالية تبرز فيه جميع خبرات و مهارات اللاعب أو الفريق المكتسبة من خلال حياته التدريبية بهدف التفوق على المنافس الفريق في لقاء تحكمه القوانين المحلية و الدولية فالنشاط الرياضي من المجالات المهيأة للخضوع للتنظيم القانوني ، و لكن ممارسة هذا النشاط الذي يخضع لقواعد فنية نابعة من الوسط الرياضي نفسه وهو ما يطلق عليه قواعد اللعبة ، فهناك القواعد الفنية البحتة كتلك التي تحدد زمن المباراة و أوصاف الملعب و تكوين الفرق الرياضية و وضع كل لاعب في بداية المباراة و نظام اللعب و زمنه إلى غير ذلك من القواعد الفنية.

و هناك نوع اخر من القواعد يطلق عليه قواعد تنظيم سلوك اللاعبين لضمان السلامة أثناء المنافسة الرياضية،و إذا خالف اللاعب تلك القواعد وقعت عليه عقوبات رياضية معينة كالإيقاف عن اللعب لفترة زمنية محددة أو الطرد من الملعب، فهذه القواعد تؤدي دورا وقائيا بالنسبة للحوادث الرياضية خاصة تلك التي يكون لها نتائج وخيمة مثل : تلك القواعد التي تحرم على الملاكم أن يضرب منافسه في أماكن معينة ، لكن رغم خضوع الرياضة التنافسية للقواعد الفنية و القانونية إلا أن ذلك لا يستبعد احتمال وقوع حوادث معينة نتيجة لخرق هاته القواعد الفنية و القوانين . (نبيل محمد إبراهيم ، 2004 ، صفحة 4.3) .

6.2.1 التخطيط الإستراتيجي للنشاط التنافسي :

- تحديد الأهداف المطلوب تنفيذها من اللاعبين و المدربين و الإداريين .
 - جمع كافة المعلومات على الفرق المنافسة .
 - إعطاء تدريبات عملية للفرق المشاركة لتنمية اللياقة البدنية و التدريب على المهارات الأساسية في هذه الألعاب قبل ممارسة النشاطات التنافسية .
- (كريم المصري ،2000، صفحة 36) .

7.2.1 المنافسة الرياضية تجرى طبقا لقوانين و لوائح و أنظمة :

تجري المنافسات الرياضية " لقوانين و لوائح و أنظمة معترف بها و ثابتة " و التي تحدد الأسس والقواعد المختلفة للجوانب الفنية و التنظيمية لأنواع نشأة و سلوك اللاعبين " ،و بذلك تجبر اللاعبين و الفرق الرياضية على إحترامها و العمل بمقتضاها و من ناحية أخرى تصمت . (أسامة كامل راتب ، 1997 ، صفحة 120) .

8.2.1 إعداد الرياضي للنشاط التنافسي :

هو إعداد نفسي بدني لتحمل أعباء التدريب و التنافس و مساعدته على إطلاق قدراته لتحقيق أفضل النتائج الممكنة حسب إستعداداته و إمكانياته، يبدأ هذا الإعداد منذ الفترة الأولى للممارسة الرياضية لأن التنافس الرياضي هو مشروط بقواعد تحدد الأداء و من خصائصه السيكولوجية أنه غالبا يتميز بالإستشارة الإنفعالية التي تدفع الرياضي إلى تعبئة و توظيف طاقاته النفسية و البدنية من أجل تحقيق ذاته الرياضية و تأكيدها عن من ينافسه. (حسن سعد المحمد، 1981، ص11)

9.2.1 أنواع المنافسة الرياضية :

أ- المنافسة التمهيدية :

يعتبر هذا النوع من المنافسات نوعا تجريبيا يستخدمه المدرب الرياضي على الشكل المبدئي للمنافسات ، و يعتبر وسيلة من وسائل الإعداد المتكامل .

ب- المنافسة الإخبارية :

و تستخدم المنافسة الإخبارية لغرض إختبار مستوى إعداد الرياضي و دراسة تأثير مراحل التدريب المختلفة على الحالة التدريبية، و التعرف على نقاط الضعف و القوة ، و دراسة تركيب النشاط التنافسي، و بناء على تحليل نتائج هذه المنافسة يتم التخطيط للبرنامج التدريبي للمرحلة المقبلة .

ج- المنافسة التجريبية :

يتم خلال هذه المنافسة التركيز على نموذج المنافسة الرئيسية التي يشارك فيها الرياضي، وبصفة خاصة على الدور المطلوب منه خلال هذه المنافسة وفي هذه الحالة يجب توفر كافة الظروف المشابهة للظروف الرئيسية بأقصى درجة ممكنة .

د-المنافسات الإنتقاء :

يتم بناء على هذه المنافسة إنتقاء الرياضيين و تشكيل الفريق في المنافسات الرسمية .

هـ- المنافسة الرئيسية :

يعتبر الهدف الرئيسي من المشاركة في المنافسات الرسمية هو تحقيق أعلى مستوى

ممكن ويتحقق ذلك من خلال التعبئة القصوى لكافة إمكانيات الرياضة البدنية و المهارية

و الخططية و النفسية. (أبو العلاء عبد الفتاح و إبراهيم شعلان، 1994، ص25-26) .

10.2.1 إيجابيات المنافسة الرياضية :

يمكن تلخيص إيجابيات المنافسة الرياضية فيمايلي :

1- المنافسة هي إختبار و تقييم لعمليات التدريب و الإعداد .

2- المنافسة هي نوع من العمل التربوي .

3- المنافسة تتأسس على الدوافع الذاتية و الإجتماعية .

4-تساهم المنافسة على الدوافع الذاتية و الإجتماعية .

5- تساهم المنافسة في إرتقاء الأجهزة الحيوية للاعب .

6- المنافسة الرياضية تثير الإهتمام و التشجيع .

7- ترتبط المنافسة الرياضية بانفعالات المتعددة .

تعاضم البث التلفزيوني للمنافسات

(مصطفى فهمي، 1988، صفحة 32 ، محمد حسن علاوى، ،2002، صفحة 35) .

11.2.1 سلبيات المنافسة الرياضية :

قد تكون المنافسة الرياضية بعض الجوانب السلبية حيث تتسم بالعنف الزائد و العدوان

و الإضطرابات الإنفعالية للمتنافسين، أو ما يحدث بين متنافسين يختلفون إختلافا كبيرا

في قدراتهم ومهاراتهم مما يجعل الفوز أو النجاح مقتصر على فريق معين منهم،

أوحينما ينقلب التنافس الرياضي إلى تنافس عدواني و صراع للوصول إلى الصدارة، و

فيما يلي سنعرض بعض الأخطاء التي ترتبط بالمنافسة الرياضية و خاصة في قطاع رياضة البطولات أو المستويات و يمكن تلخيصها فيما يلي :

(أسامة كامل راتب 1997 صفحة 125)

- 1- التطرق في إشراك الشباب .
- 2- التوجيه الإجتماعي السيء .
- 3- تعاطي العقاقير المنشطة المحظورة دوليا .
- 4- العدوان و العنف .
- 5- مشكلة الهوية و الإحتراف .
- 6- الإستثمار السياسي .

(أسامة كامل راتب ، 1997 ، صفحة 127) (محمد حسن علاوي ، 2002 ، صفحة 37)

الفصل الثاني

كرة اليد

تمهيد:

كرة اليد هي أحدث الألعاب الجماعية، التي مارسها العالم و يعدها كثير من الناس لعبة مشتقة عن كرة القدم .

وهي لعبة السرعة و الإثارة معا في وقت واحد، تجمع بين الجري ، و القفز و إستلام الكرة و تمريرها في أقل وقت ممكن، و تسجل الأهداف فيها عن طريق قذف الكرة في مرمى الخصم ، و تحتاج ممارستها إلى لياقة بدنية عالية و قوة جسمانية .

و على الرغم من حداثة اللعبة، إلا أنها اجتذبت كثيرا من الجماهير في جميع بلدان العالم، حتى أنها أصبحت ذات الشعبية الثالثة في العالم، بعد لعبتي كرة القدم و السلة، و تجرى مسابقاتها في الصالات المغلقة، أو في الملاعب المفتوحة في الهواء الطلق .

1.2 كرة اليد

1.2.2 نبذة تاريخية :

يختلف المؤرخون في تحديد وقت ظهور لعبة كرة اليد فمنهم من يرجع الفضل إلى مدرب الجمباز (هونجرسلون) وهو دنمركي كان يعمل مدرسا بمدينة أردروب و كان ذلك عام 1898 وقد أطلق عليه إسم (هانديول) و منهم من يرجعها إلى أنها معدلة تمارسها تشيكو سلوفاكيا سنة 1902 و يطلق عليها إسم أزيينا أو هزيلنا و مازال هذا الإسم يطلق على لعبة كرة اليد في كثير من دول أوروبا ومنهم ممن أرجع ظهورها إلى أوكرانيا سنة 1919 و منهم من أرجعها إلى مدرب الجمباز الألماني (ماكس هيرز) ، (الحفيف، صفحة 72) و قام الباحث (كارل سلتر) مدرس في المعهد العالي للتربية الرياضية في برلين بإدخال مادة كرة اليد ضمن برامج المعهد ، كما إنضمت اللعبة في أكثر من هياكل تمثلت في الأكاديميات منها :

- الإتحاد الدولي لكرة اليد الهواة عام 1926 بمدينة لاهاي بهولندا .
- الإتحاد الدولي لكرة اليد الهواة عام 1946 بمدينة كوبنهاغن .
- أما على المستوى العربي تعد مصر أول عربية في لعبة كرة اليد في حين دخلت اللعبة بلدنا الجزائر من خلال مدرسي التربية البدنية و الرياضية الذين أتمو دراستهم في فرنسا و بالضبط في 1942 .
- و تأسست الفيدرالية الجزائرية لكرة اليد بعد الإستقلال في 1963 و إنضمت في سنة 1964 إلى الفيدرالية الدولية لكرة اليد و قد شارك الفريق الوطني في كل بطولات العالم منذ سنة 1981 . (جمال مقراني، صفحة 37) .

2.2.2 تعريف كرة اليد :

من الألعاب الرياضية القديمة، تجرى ما بين فريقين يتألف كل فريق منها من 7 لاعبين (و 05 إحتياطيين)، تتضمن بسرعة الأداء و التنفيذ و يشارك فيها عدد كبير من الرياضيين لها قواعد و قوانين ثابتة . (خلود مانع الزبيدي ، 2008 ، صفحة 2000) .

3.2.2 قوانين كرة اليد :

- مساحة الملعب: الطول 40م و العرض 20م.
- عدد اللاعبين :07.
- في حالة الهجوم جميع اللاعبين يهاجمون ما عدا الحارس، و في حالة الدفاع جميع اللاعبين يدافعون .
- التبديل مفتوح و عدد الإحتياطيين 05.
- عدد الأشواط هو شوطين و في كل شوط نصف ساعة، و ليس هناك وقت بدل ضائع .
- الفائز له نقطتين و التعادل نقطة واحدة.
- إيقاف اللاعب الذي يدافع بطريقة خشنة، أو يحتج على الحكم أو يرمي الكرة بعيدا بهدف إضافة الوقت .
- الإيقاف يكون لمدة دقيقتين .
- الطرد إذا تعمد اللاعب إيذاء الخصم أو إذا حصل على إيقاف لمدة دقيقتين ثلاث مرات .
- إذا ارجع اللاعب الكرة لحارس مرماه، تحتسب رمية جزاء و تسمى رمية 07 متر .
- إذا دخل اللاعب المدافع داخل دائرة مرماه تحتسب رمية جزاء عند محاولته التصدي للمهاجم .

- إذا ادخل المهاجم أثناء الهجوم دائرة خصمه تحتسب رمية حرة .
- إذا اقفز اللاعب و صوب قبل أن تلامس قدمه أرضية الدائرة تعتبر اللعبة صحيحة .
- إذا اندفع المهاجم ناحية المدافع و دفعه تحتسب رمية حرة لصالح المدافع .
- إذا اندفع المدافع و دفع المهاجم أرضا تحتسب رمية حرة لصالح المهاجم .
- إذا حاول المدافع إمساك المهاجم بأي طريقة كانت تحتسب رمية حرة و إذا أعاقه عن التهديف تحتسب رمية حرة .
- إذا سقط المهاجم أرضا بطريقة حطرة بعد مشاركته المدافع يمكن أن يتعرض هذا الأخير للإستبعاد . (إبراهيم، 1994، صفحة 30).

4.2.2 متطلبات لاعبي كرة اليد :

1.4.2.2 متطلبات لاعبي كرة اليد البدنية :

- الإعداد البدني :

الإعداد البدني من أهم أركان التدريب التي يعتمد عليه في تنمية اللاعب سواء كان مبتدأ أو مقدا و هو من الأسس الهامة التي تشترك مع المهارات الحركية في تكوين اللاعب من الناحية البدنية و يرى " عقيل الكاتب " أن الإعداد البدني هو تلك الإجراءات التي يضعها المدرب ليدير عليها اللاعب كي يصل إلى قمة اللياقة البدنية التي تمكنه من أداء واجبه داخل الملعب بصورة جيدة . (قيس ناجي عبد الجبار وشامل و كامل ، صفحة 79) .

و يقسم الإعداد البدني إلى قسمين عام و خاص فالإعداد العام الغرض منه إعداد اللاعب من الناحية البدنية التي يجب أن يكون عليها اللاعب من تكامل و إتزان في الجسم أما الإعداد الخاص فالغرض منه إعداد اللاعب بدنيا لإتقان ممارسة اللعبة . و منه نستنتج أنه حتى يمكن للاعب من إكتساب القدرة و التأقلم مع جميع المتغيرات الموجودة في الملعب و جب عليه الإعتماد على جميع قدراته البدنية حتى يستطيع

تحقيق النجاح، و لا يأتي ذلك إلا بعمل المدرب على تنمية الصفات البدنية الأساسية العامة للاعب من مرونة و تحمل و قوة و سرعة و رشاقة مع التركيز على الصفات البدنية الأساسية الخاصة و التي تتضمن تحمل القوة تحمل السرعة القوة المميزة بالسرعة .

- التحمل :

يعتبر التحمل من الصفات البدنية الرئيسية و أهم عضو في مكونات الأداء البدني و غالبا ما يستعمل مصطلح التحمل للإشارة إلى الخاصية و الصفة التي يتطلبها الأداء الدائم أو المستمر أو الأداء المتكرر العمل ما أو نشاط ما لفترات طويلة .

" أنه القدرة على مقاومة تعب أي نشاط لأطول فترة matfeveu و يقول عنه ماتنف ممكنة (عباس أحمد صالح السمراي و عبد الكريم السمراي ، 1991 ، صفحة 125) .

" بإطالة الفترة التي يحتفظ بها الفرد و كفاءته البدنية و إرتفاع smiker و يعرفه سمير " مقاومة الجسم للتعب ضد الجهود أو المؤثرات الخارجية الطبيعية (عبس الفتاح الرمالي و محمد إبراهيم شحاتة، 1991 ، صفحة 369).

و على ضوء هذه التعارف يمكننا أن نعرفه بأنه مقاومة التعب لأطول فترة ممكنة.

- المرونة :

لصفة المرونة إرتباط وثيق بعناصر اللياقة البدنية الأخرى و هي تتعلق بمفاصل الجسم المختلفة وما تحويه السعة الحركية العالية، و يقول " أيوب ن يدسون " مدرس مادة الطب الرياضي في كلية التربية البدنية بجامعة " كاليفورنيا " المرونة هي صفة ضرورية لأداء حركات بدنية واسعة المدى و بطريقة إقتصادية و طاقة أقل حجما (عبد العزيز فهمي " أنها تتميز بالقوة و السرعة للجهاز الحركي Matrier 1994 ، صفحة 89) و يقول عنها "

قدرة الرفي على أداء حركات أكبر حرية في المفاصل بإرادته أو تحت Hère و يعبر عنها تأثير قوة خارجية مثل مساعدة الزميل. (مفتي إبراهيم حماد، 2001، صفحة 137).

- السرعة:

تعتبر السرعة إحدى أهم عناصر اللياقة البدنية و إحدى المتطلبات البدنية التي يحتاجها الرياضي و يقول عنها أبو لعلاء أحمد عبد الفتاح أنها قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع واحد في أقل زمن أو تعرف بأنه الحركات في الوحدة الزمنية (عبد علي النصيف قاسم حسن حسين، 1988، الصفحة 11) و يعرفها " لوسن ويكوم " بكونها قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع واحد في أقصر مدة. و إنطلاقاً من هذه التعارف يمكننا تعريفها بكونها أداء حركات متتالية في أقل زمن ممكن.

- الرشاقة:

تعتبر الرشاقة من أهم الصفات البدنية إرتباطاً بالأداء الرياضي في الأنشطة و الألعاب بصفة عامة حيث أنها ترتبط بالمواصفات و العناصر الأخرى للياقة البدنية في نواح متعددة كما أنها ترتبط بالمهارات الأساسية إرتباطاً وثيقاً. و يقول د/مفتي "إبراهيم حماد" بأنها المقدرة على تغيير أوضاع الجسم أو سرعته أو إتجاهاته على الأرض أو في الهواء بدقة و إنسانية و توقيت صحيح. كما تعني أيضاً المقدرة على سرعة التحكم في أداء حركة جديدة و التعديل السريع الصحيح للعمل الحركي و ضبطه (مفتي إبراهيم حماد، 2001، صفحة 199) و تعني أيضاً القدرة على تغيير الإتجاه في أثناء الحركة عند أو قريباً من أقصى سرعة (مفتي إبراهيم حماد، 2001، صفحة 199).

و على ضوء هذا يمكن القول بأن الرشاقة الخاصة هي أداء الحركات بشكل ترافقي خاصة بالنسبة الرياضي التخصصي.

- القوة:

يرى بعض العلماء أن القوة العضلية هي التي يتأسس عليها وصول الفرد إلى أعلى المراتب في البطولات الرياضية، كما أنها لها تأثير بدرجة كبيرة على تنمية الصفات البدنية كالسرعة و التحمل و يعرفها " لرسون" بأنها مقدرة الفرد على بذل أقصى قوة ممكنة دفعة واحدة ضد مقاومة ما. (عقيل الكاتب، 1980، صفحة 60).

و يقول سامي الصفار " عن القوة بأنها إمكانية العضلة على التغلب على المقاومة الخارجية و العمل الداخلي للعضلة مع ذلك في حجم الجسم و المقطع العضلي له. (حنفي محمد مختار، 1994، صفحة 25).

2.4.2.2 متطلبات لاعبي كرة اليد المهارية:

- المهارات الهجومية بدون كرة:

حدد عماد الدين المهارات الهجومية في المهارات التالية:

- وضع الإستعداد الهجومي:

هو الوضع الذي يكون عليه اللاعب دائماً في إستعداد للهجوم من خلال الإنطلاق في توقيفات مختلفة للتعامل مع الكرة و كما يتطلب من المهاجم توزيع نظرة لكشف أماكن تواجد زملائه و المدافعين بالإضافة إلى تشكيلاتهم.

- البدء:

و يقصد بالبدء انطلاق اللاعب المهاجم انطلاقاً سريعة مفاجئة بفرض اكتساب فرصة الهروب من الرقابة الدفاعية للاعب المنافسين عند أداء أي مهارة هجومية مع الحفاظ على وضع الإستعداد للإستقبال الكرة و التصرف معها.

- العدو:

و هو محاولة وصول اللاعب للسرعة القصوى و المحافظة عليها بفرض إكتساب ميزة على اللاعب المنافس و عدو اللاعب في كرة اليد مماثل للعدو في ألعاب القوى و تتضح المهمة العدو بصورة كبيرة أثناء الهجوم المضاد.

- الجري:

مع تغيير السرعة و الإتجاه: و هي مهارة يقوم بها المهاجم للهروب من الملازمة الدفاعية فعندها يفشل المهاجم في إكتساب أو الحفاظ على ميزة العمل فيكون هنا من الضروري أن يحاول المهاجم الإفلات من الرقابة عن طريق تغيير لاتجاه الجري أو تغيير السرعة.

- التوقف:

تعتبر مهارة التوقف عكس مهارة البدء و هي مضادة لها من حيث الأداء و لكن لكل منهما نفس الهدف و مهارة التوقف لا يمكن أن تؤدي مستقلة بذاتها يجب أن يكون الجسم مكتسب لسرعة و فيها يرتكز اللاعب على أحد القدمين في إتجاه الجري لتعمل قدم الإرتكاز من خلال إتصالها المستمر بالأرض و أثناء مفصل الركبة عند فرملة الجسم و مقاومة إندفاع الحركة، كما يتبع التوقف بدوران الجسم و أحيانا أخرى بلف الجذع.

- الخداع بالجسم :

و فيه يستخدم المهاجم جسمه برشاقة كبيرة للهروب أو المرور من المدافع للوصول إلى ثغرة يسهل إستلام الكرة أو احتلال مكان مؤثر يستطيع من خلاله اللاعب المهاجم إكتساب ميزة أفضل عند التصويب على المرمى.

- الحجر:

و هي مهارة هجومية يقوم فيها اللاعب المهاجم بعمل إعاقة قانونية مؤقتة لوقت أو تغيير حركة المدافع و هو مهارة فردية تكسب زميل مهاجم ميزة سواء كان التصويب و هو أنواع.(عبد العزيز فهمي ، 1994) .

5.2.2 المهارات الأساسية في كرة اليد :

حدد عماد الدين المهارات الهجومية في المهارات التالية :

- الإستقبال و التمرير :

الإستقبال و التمرير مهارتان متلازمتان و لا يمكن الفصل بينهما إلا لتوضيح الناحية التعليمية لكل منهما فكلتاها تؤثر في الأخرى و تتأثر بها و تعتبر هاتان المهارتان القاعدة الأساسية التي تبنى عليهما باقي المهارات الأخرى، فليس هناك تنطيط للكرة و إنتقال الفريق من مهاجم إلى مدافع .

1- إستقبال الكرة :

وهو قدرة اللاعب على إستلام الكرة في جميع الحالات سواء سهلة أو صعبة من التبات و الحركة كما أنها عامل هام في الحفاظ على عامل السرعة سواء أثناء تحرك اللاعبين و دون إرتباك كما يجب على اللاعب الذي يقوم بإستلام الكرة أن يتخذ وضعية و مكانة بصورة تسمح بسرعة تأمين الكرة و تضع اللاعب المنافس من قطعها و تنقسم مهارة الإستقبال إلى :

1-2- لقف الكرة :

و هو إستلام الكرة في الهواء مباشرة باليدين أو بيد واحد لسد قوتها .

1-3- إيقاف الكرة :

يكون بإيقافها أو لا ثم الإستواذ عليها أثناء إرتدادها من الأرض .

1-4- تمرير الكرة :

و هو نقل الكرة من حيازة اللاعب المستوحذ عليها إلى حيازة لاعب اخر طبقا لطبيعة اللاعب و الظروف التي يفرضها الموقف المتشكل مستخدما في ذلك أيا من أنواع التمريرات التي تحقق الهدف من إستخدام التمرير خلال إستمرار سير اللعب دون مخالفة لقواعد اللعبة دائما.

و يختلف تمرير الكرة من ناحية القوة، المسافة، الإتجاه، الإرتفاع و كذلك التوقيف، و هناك عدة أنواع من التمريرات منها:

التمريرة من فوق الرأس، التمريرة المرتدة، التمريرة من الوثب.

2- تنطيط الكرة :

التنطيط هو نقل الكرة من اللاعب إلى الأرض و إرتدادها إليه سواء كان اللاعب على الأرض أو في الهواء مع سيطرته على الكرة خلال مرحلة إرتدادها لمرة واحدة أو أكثر و تستخدم مهارة تنطيط الكرة لكسب مسافة في حالة إنفراد المهاجم بحارس المرمى حيث يراعي السرعة القصوى في تنطيط الكرة في حالة عدم القدرة على التمرير لزميل مراقب و ذلك لتجديد فترة ثلاث ثوان و الثلاث خطوات، و يفضل عدم إستخدام هذه المهارة في غير ما ذكر حيث أن تنطيط الكرة يساهم في إبطاء عملية الهجوم و يعطي الفرصة للتفريق المنافس لأخذ المكان الصحيح للدفاع.

3- الخداع بالكرة :

يستخدم المهاجم الخداع كوسيلة للتخلص من إعاقة منافسيه، و يعتبر من المهارات الحركية الهامة، و التي يعتمد فيها على مدى إتفاق اللاعب للمهارات السابقة و يتكون الخداع من مرحلتين :

- المرحلة الأولى: تشمل على حركة خداع واضحة تؤدي بواسطة المهاجم ببطء نسبيا لجذب انتباه المدافع و إرغامه على مسايرة الحركة.

-المرحلة الثانية: تتم بعد الأولى مباشرة حيث يقوم المهاجم بأداء الحركة الحقيقية في الإتجاه المرغوب فيه و يراعي أن يكون الأداء سريعا و تعتبر الحركات الخداعية وسيلة ناجحة أثبتت فعاليتها في مجال توجيه حركات اللاعب المنافسين الى الإتجاه الخاطئ و إعاقته على التعرف على ما يريد اللاعب أداءه أصلا (عبد العزيز فهمي 1994).

4- التصويب :

التصويب هو توجيه الكرة نحو المرمى طبقا لطبيعة اللاعب و الظروف التي يفرضها الموقف المتشكل مستخدما في ذلك أيا من أنواع التصويبات التي تحقق إحراز هدف كأفضل الاحتمالات المتوقعة، و ذلك خلال إستمرار سير اللعب دون مخالفة لقواعد اللعب ذاتها و ينقسم التصويب بدوره الى مايلي :

- التصنيف الأول للتصويب :

- التصويب البعيد

- التصويب القريب

- التصنيف الثاني في التصويب :

- التصويب بالإرتقاء إلى الجهة المعاكسة

- التصويب بالجري

- التصويب بالإرتكاز

- التصويب بالإرتقاء

5- رمية الجزاء :

وهي عبارة مباراة أخرى بين اللاعب المصوب و الحارس و تلعب فيها الخبرة و القدرة على التركيز دورا هاما في نجاح اللاعب المهاجم في إحراز الأهداف حيث يقوم اللاعب بإخبار زاوية التصويب و إرتفاعها و قوة و سرعة التصويب طبقا لتحركات و سلوكيات حارس المرمى خلال قيامه بعملية الصد (وديع التكويني 1986).

6.2.2 تعليم المهارات الحركية الأساسية :

تعتبر تعليم المهارات الحركية الأساسية من أصعب مراحل تعليم اللعبة بالنسبة للمبتدئين و ترجع صعوبتها إلى إنعدام المنافسة خلال فترة التعليم و كذلك إفتقار إلى بعض العناصر المشوقة التي تتميز بها اللعبة .

- شروط التي تساعد على تعليم المبتدئين المهارات الحركية :
- تقديم فكرة عن المهارة و أهمية إقتنائها بالنسبة للاعب .
- تقديم نموذج صحيح لهذه المهارة ككل قبل بدء تعليمها لأكثر من مرة (02-03 مرة)
- تقسيم المهارة إلى خطوات متدرجة تبعا لصعوبتها و كذلك تبعا لمستوى المبتدئين مع الشرح على أن يتسم بالدقة و السرعة حتى يستطيع الجميع الإستعاب و الفهم .
- التركيز على النقاط الهامة لقانون اللعبة خلال تعليم المهارات المختلفة .
- التدرج في تعليم المهارات بالنسبة لأهميتها و إرتباطها ببعضها .
- عمل تدريبات متدرجة تطبيقية للمهارة تتميز بالتشويق و التنوع .

7.2.2 الخطوات التعليمية :

و هي مكونة من ست مراحل :

- 1- تعليم طريقة الأداء المهاري بأسهل طريقة .
- 2- تدريبات بوضع أدوات مكان اللاعب المدافع .
- 3- تدريبات مع تدرجات إيجابية للمدافع .

5- تدريجات مركبة .

6- تدريبات على مواقف معينة في اللعب (السمراني، 2008).

8.2.2 مميزات كرة اليد الحديثة :

كرة اليد ككل الرياضات الجماعية الأخرى تحتاج إلى بعض الصفات البدنية الضرورية من أجل ممارستها، كسرعة و القوة و المداومة من أجل الحفاظ على القدرات البدنية و المهارية خلال 60 دقيقة للمقابلة .

- تحضير بدني عالي مما يعطي حركية كبيرة للمدافعين و يؤثر بصورة إيجابية على سمة العدوانية على حامل الكرة .

- النجاح في كرة اليد يتطلب تنمية عوامل التحضير البدني، التقني و التكنيكي .

- كرة اليد من الألعاب الرياضية الجماعية التي يتميز السلوك الحركي فيها بالتنوع و التعدد نظرا لوجود لاعب و خصم و أداة في تفاعل مستمر و غير منقطع، لذلك يتميز الأداء المهاري بأنه مجموعة من الحركات المترابطة و المنمجة و التي تتطلب من اللاعب التأقلم معها حسب حاجات اللاعب خلال المنافسة معتمدا في ذلك على قدراته البدنية و المورفولوجية و المهارية و كذلك حالته النفسية و العقلية، و تفاعلهم جميعا لتوجيه الأداء إلى درجة عالية من الإنجاز و الفعالية. (ياسر دبور، بدون تاريخ ، ص 20)

9.2.2 أهمية ممارسة كرة اليد :

وضع ذلك المدرب الرياضي الدولي المعمد لكرة اليد " حسام إبراهيم " أن أهمية ممارسة كرة اليد هي كالتالي :

- النمو العقلي : من خلال مواجهة المشاكل و إتخاذ القرارات و تحديد الأهداف بوقت قصير جدا، و كلها من مهام العقل و الأعصاب فيقوم اللاعب بتمرير الكرة للاعب

الأخر أو تسديدها أو الدفاع عن المرمي و يتم إتخاذ كل هذه الأمور بأجزاء من الثانية ، فهذا يحفز العقل بإسترجاع الأحداث المختلفة من الحياة الشخصية .

- التركيز و الإنضباط .

- تقوية العظام : تعمل رياضة كرة اليد على تشكيل أنسجة جديدة في مناطق العظم و يزيد من قوتها و كتافتها فهي تقيها من الكسور .

- تقوية القلب و حرق السعرات الحرارية . (حسام إبراهيم ، أغسطس 2017) .

3.2 المراهقة :

تمهيد :

المراهقة مرحلة من مراحل الحياة تتميز بسرعة النمو و التغير في كل المظاهر النمائية تقريبا: الجسدية و المعرفية و الإنفعالية/ الإجتماعية ، و حسب تقدير معظم الباحثين فإن هذه الفترة تغطي السنوات الممتدة بين 10 و 20 سنة من العمر ، حيث ينتقل الفرد خلالها من عدم نضج الطفولة إلى نضج الرشد ، و بالتالي فهي بمثابة الجسر الواصل بين هاتين المرحلتين . (د/ رعدة شريم، سنة 2009، صفحة 17).

حيث يصفها (عبد الله الجسماني) " أنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيه ما يصبون إليه من و سائل و غايات " .

1.3.2 تعريف الطور الثانوي :

تعتبر مرحلة التعليم الثانوي مرحلة متميزة من مراحل النمو المتعلمين إذ تقع عليها تابعات أساسية و ذلك للوفاء بحاجاتهم و رغباتهم و تطلعاتهم وهي بحكم طبيعتها و موقعها في السلم التعليمي تقوم بدور إجتماعي متوازن، إذ تقدم لطلابها مواصلة تعليمهم في الجامعات و المعاهد العليا كما تهوؤهم للإنخراط في الحياة العملية من خلال كشف

ميولهم و إستعداداتهم و قدراتهم و العمل على تنمية تلك القدرات مما يساعدهم على إختيار المهنة أو الدراسة التي تتناسب مع خصائصهم .
(فوزي أحمد بن دريدي، 2009، صفحة 46) .

2.3.2 تعريف الثانوية :

هي المدارس التي ينتقل إليها التلاميذ ما بعد الإكمالية تحضيراً لدراساتهم في الجامعة .
(فيصل عياش، 1987، صفحة 36) .

3.3.2 تعريف المراهقة :

ظهر مصطلح المراهقة كما يشير إليه قانون الإشتقاق للغة الفرنسية "بلوش" و"قاربون" في القرن من ذلك ظهر مصطلح المراهقة و يشير بوضوح و دقة إلى المظهر الأساسي في الحياة الإنسانية . (G.liejdelyk.p 17.1971)
أ-إصطلاحاً:

و معناها: مشتق من الفعل اللاتيني Adolexer التدرج نحو النضج البدني و النفسي و الجنسي و الإنفعالي . (مصطفى فهمي، 1994، صفحة 207) .
ب-لغة :

مصدر رهنق رهقا مراهقة ، وهي تفيد الاقتراب و الدنو من اللحم .
هو الفتى الذي يدنو من اللحم و المراهقة أيضا هو الطيعان و الزيادة في ذلك يمثل الحياة الإنفعالي للمراهق . (عبد المجيد محمد الهاشمي، 1976 ، صفحة186) .

4.3.2 تغيرات الرئيسية في مرحلة المراهقة :

-التغيرات البيولوجية: إن التغيرات في جسد الفرد،و إكتساب الطول والوزن، و التغيرات الهرمونية في مرحلة البلوغ،و الوصول إلى القدرة على الإنجاب،تعكس التطور البيولوجي لدى الفرد .

- التغيرات المعرفية : تتضمن التغيرات في التفكير و الذكاء لدى الفرد فالتفكير و التذكر و حل المشكلة على سبيل المثال عمليات تعكس دور النمو المعرفي على الأبعاد المختلفة لحياة المراهق .

- التغيرات الإنفعالية/الإجتماعية : تتناول التغيرات في العلاقات الإجتماعية وفي الإنفعالات و الشخصية و كذلك دور السياق الإجتماعي في النمو، فالعلاقات الأسرية و جماعات الرفاق تلعب دورا هاما في النمو الإجتماعي و الإنفعالي لدى المراهق . (د/ رغدة شريم، 2009، صفحة 25) .

5.3.2 الملامح الأساسية لمراحل النمو في مرحلة المراهقة :

1-النمو الجسمي: يقصد به النمو في الأبعاد الخارجية للإنسان كالتطول و الوزن و العرض و الحجم و تغيرات الوجه و الإستدارات الخارجية المختلفة و بالتالي فالنمو الجسمي هو كل ما يمكن قياسه مباشرة في جسم الإنسان .

2-النمو الإنفعالي في مرحلة المراهقة : في الواقع لا يوجد تعريف محدد جامع مانع للإنفعال، إلا أن بعض علماء النفس يعرفون الأنفعال على أنه حالة شعورية مثل الخوف و الغضب و السرور و الحزن و الحقد و الحب و العطف و السعادة و الإشمئزاز . و البعض الآخر يعرف الإنفعال على أنه عبارة عن تعبير خارجي أو إستجابة علنية. و البعض الآخر يعرف الإنفعال على أنه حالة عضوية داخلية .

3-النمو العقلي في مرحلة المراهقة : ينمو عقل الإنسان منذ ولادته نموا طرديا يتبع هذا النمو تطورا في فهم الطفل و تعبيره و تصرفاته و مدركاته .

4-النمو الإجتماعي في مرحلة المراهقة :

يميل المراهق في السنوات الأولى من المراهقة إلى مسايرة الجماعة التي ينتمي إليها ، فيحاول جاهدا الظهور بمظهرهم و التصرف بمثل تصرفهم و تتميز هذه المسايرة بالصراحة التامة و الاخلاص . (عصام نور، 2003، صفحة من 16 إلى 25) .

6.3.2 مميزات المراهقة في الطور الثانوي :

يمكن ملاحظة أهم سلوكيات التلميذ المراهق في المرحلة الثانوية كما يلي :

- الإهتمام بالذات و تفحصها و تحليلها .
- الإضطرابات الإنفعالية الحادة و التناقص الإنفعالي .
- البعد عن الأسرة و قضاء أوقات الفراغ خارج المنزل .
- العصيان و التمرد على الأعراف و التقاليد و المعتقدات الخاصة بالمجتمع .
- ضغوط الدوافع الجنسية .
- النضج الجنسي . (ناهد محمود سعد و نيللي رمزي فهميم، 2004، صفحة 209) .

7.3.2 دور الرياضة في مرحلة المراهقة :

الإنسان عبارة عن وحدة متكاملة عقلا و جسما ، و وجدانا، فلا يستطيع القيام بتجربة حركية لوحدها بل لابد من عملية التفكير و التنسيق بين ذلك من الفعل و التصرف إزاء هذا الموقف أصبحت الرياضة تهدف لتنمية لدى الناشئ تنمية كاملة من الناحية الصحية جسما و عقلا و من الناحية الإجتماعية و النهوض بها إلى المستوى الذي يصبح به فعالا في مجتمعه و محيطه و وطنه ، لذى إسترعت في ذلك المراحل التي يمر بها الفرد في فترة النمو و قسمت بحيث وضعت برامج للإعتماد عليها كي يتحقق الهدف من ورائها، ضمن أغراضها العامة و التي ندرجها كما يلي :

- تنمية الكفاءات البدنية .
 - تنمية الكفاءة العقلية .
 - تنمية العلاقات الإجتماعية .
 - تنمية القدرة الحركية .
- (هدى محمد قناوى ، بدون سنة) .

8.3.2 خصائص المرحلة العمرية من 16 إلى 18 (فئتي الأصاغر) :

إذا تحدثنا عن المرحلة العمرية (16-18) فإننا نسلط الضوء على مرحلة جد حاسمة و هامة في حياة الفرد و هي ما يسميها علماء النفس بمرحلة المراهقة ، إذ أن الحياة في هذه المرحلة تأخذ طابعا آخر و فيها يتجه الفرد محاولا أن يكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه،و يلائم بين تلك المشاعر الجديدة و الظروف البيئية ليحدد موقعه من هؤلاء الناضجين ومن مميزاتهما :

- النمو الجسمي : إن البعد الجسمي هو أحد الأبعاد البارزة في نمو المراهق، و يشمل البعد الجسمي على مظهرين أساسيين من مظاهر النمو، هما النمو الفزيولوجي و النمو العضوي . (نوري الحافظ ، 1990 ، صفحة 48) .

الخلاصة :

مما سبق ذكره في الإطار النظري لدراستنا تبين أن للمنافسة الرياضية دور مهم في عملية التدريس لكرة اليد، و ذلك لجعل التلاميذ يستوعبون رياضة كرة اليد و تعرف عليها و لعمل على إتقان مهاراتها بشكل الصحيح ، طبقا للأسس العلمية في المجال التربوي الحديث ، من أجل ضمان أفضل النتائج الرياضية، و كذلك متابعة المدرسة للطرق الحديثة في عملية التعلم، و إتقانها .

يجب على المدرس الإهتمام بتنمية و تطوير الصفات البدنية مستعملا كل طرق التدريس و الأساليب،مع إدراك المبادئ الأساسية و القوانين حتى يتمكن التلميذ من معرفة ماهية كرة اليد و تطبيق ذلك خلال المنافسة .

تلعب المنافسة دورا هاما في جعل التلاميذ يدركون قوانين و مهارات أساسية لكرة اليد و العمل على تطبيقها بشكل متقن و أمثل، و هذا لبلوغ النتائج المرجوة . كما تطرقنا في دراسة إلى مرحلة المراهقة من كل الجوانب حتى تكون لدينا نظرة عن الأفراد الذين نتعامل معهم، كما ارتأينا أن نلقى نظرة على هذه الفترة،و التي بدورها تحتاج إلى عناية خاصة، من حيث أسلوب التعامل و محاولة تطوير المواهب الشابة و تنميتها، لكي يستفيد منها المجتمع للوصول إلى الرقي بالرياضة .

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

إجراءات البحث الميدانية

تمهيد:

بعد دراسة الجانب النظري الذي تضمن شرح الجوانب المتعلقة بالموضوع و إعطاء شرح لكل جانب،تعتبر الدراسة الميدانية وسيلة هامة للوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة ،عن طريق الميدان يصبح بالإمكان جمع البيانات و تحليلها لتدعيم الجانب النظري و تأكيده و في هذا الفصل سنعرض الإجراءات التي اتبعناها و ذلك بإعطاء فكرة حول مجال الدراسة الجغرافي و البشري و الزمني ،بالإضافة إلى ذكر الأدوات المستعملة في جمع البيانات التي تتمثل في استمارة الاستبيان حيث أن الهدف من الدراسة الميدانية هو البرهنة على صحة الفروض أو نفيها لذلك سنحاول أن نلم بجميع الإجراءات الميدانية قصد الوصول إلى الغاية التي تسعى إليها البحوث عموماً.

1. منهج البحث:

تبعاً للمشكلة المطروحة ارتأينا استخدام المنهج الوصفي الذي يعد من أبرز المناهج استخداماً استجابة لموضوع البحث ، و لكونه الأنسب لجمع المعلومات عن طريق تحليل الظاهرة ، حيث أنه يعتمد على دراسة الوقائع و الظواهر كما توجد بالواقع.

2. مجتمع و عينة البحث:

2.1. مجتمع البحث:

تم تحديد المجتمع الأصلي للدراسة من التلاميذ الطور الثانوي على مستوى ولاية مستغانم، والذي قدر بـ 150 التلميذ.

2.2. عينة البحث:

كان اختيار هذه العينة منظم حيث أخذنا عينة تتكون من 30 تلميذ من مواقع التواصل الاجتماعي (الايمايل - فيسبوك).

3. متغيرات البحث:

- المتغير المستقل: في دراستنا هذه فان المتغير المستقل يتمثل في المنافسة
- المتغير التابع: في دراستنا هذه فان المتغير التابع يتمثل المهارات الأساسية في كرة اليد (تمرير والاستقبال-التصويب-الخداع)

4. مجالات البحث:

- المجال البشري: اشتمل على 30 تلميذ من طور الثانوي.
- المجال المكاني: قمنا بتوزيع الإستبيانات على بعض التلاميذ من مواقع التواصل الاجتماعي (الايمايل - فيسبوك).
- المجال الزمني: السنة الدراسية 2019/2020.

5. أدوات البحث:

الدراسة النظرية:

لقد اعتمدنا في هذا البحث على مجموعة من الكتب التي لها صلة بموضوع الدراسة سواء فيما يخص مهارات الأساسية في كرة اليد ، التحضير البدني والمهاري كما اعتمدنا على بعض المناهج و مذكرات التخرج.

الإستبيان:

اعتمدنا على استمارة الاستبيان كوسيلة ملائمة لبحثنا، إذ قمنا بتوجيهه إلى تلاميذ طور الثانوي و قد قسمنا الاستبيان إلى ثلاث (3) محاور:

المحور الأول: يساهم التحضير البدني والمهاري في تحسين الصفات البدنية والمهارية.

المحور الثاني: يساهم التحضير البدني والمهاري لتحكم في القدرة على أداء المهارات أثناء المنافسة الرياضية.

المحور الثالث: يساهم التحضير البدني في إتقان الأداء أثناء المنافسة الرياضية.

6. الدراسات الإحصائية:

إن الهدف من استعمال الوسائل الإحصائية هو التوصل إلى مؤشرات كمية تساعدنا على التحليل والتفسير والتأويل والحكم على مختلف المشاكل باختلاف نوع المشكلة وتبعاً للهدف الدراسة، ولكي يتسنى لنا التعليق والتحليل عن نتائج الإستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بأسلوب التحليل الإحصائي والمتمثل في طريقتين هما:

• طريقة الإحصاء بالنسبة المئوية:

يرمز لها (%) و تكون على الشكل التالي:

عدد التكرارات $100 \times$

المجموع الكلي

• اختبار كا²:

$$\text{كا}^2 = \frac{(\text{ك} - \text{ك}_e)^2}{\text{ك}_e} \quad (\text{زيني، 2010})$$

ك م

• معامل الارتباط لبيرسون (معامل الثبات):

نكتب معادلة الارتباط لبيرسون كالتالي :

$$r = \frac{n \text{مج}(\text{س.ص}) - (\text{مج س})(\text{مج ص})}{\sqrt{(n \text{س}^2 \text{مج} - (\text{مج س})^2) \cdot (n \text{ص}^2 \text{مج} - (\text{مج ص})^2)}} \dots \dots (\text{الشربيني، 1995، صفحة 132})$$

حيث أن :

مج س : مجموع قيم الاختبار (س) .

مج ص : مجموع قيم إعادة الاختبار .

مج س² : مجموع مربعات قيم الاختبار س .

مج ص² : مجموع مربعات قيم إعادة الاختبار .

(مج س²) : مربع مجموع قيم الاختبار س .

(مج ص²) : مربع مجموع قيم إعادة الاختبار ص .

مج (س.ص) مجموع القيم بين الاختبار القبلي س والاختبار البعدي ص

7. الدراسة الاستطلاعية :

لضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية والتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة والصعوبات التي قد تعترض الباحث وعليه فقد قمنا بإجراء دراسة إستطلاعية على بعض تلاميذ في مواقع التواصل الاجتماعي (الايمايل-فيسبوك).

-المعاملات العلمية: قام الطالبان الباحثان بإجراء بعض المعاملات العلمية للتحقيق من صلاحية الاستبيان في الدراسة الحلية و اشتملت على:

-صدق الأداة: بعد أن تحكيم أداة البحث (الاستبيان) من طرف السادة الخبراء على مستوى معهد التربية البدنية و الرياضية التابع لجامعة مستغانم (الملحق 1).

- عينة الدراسة الاستطلاعية: أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة عددها 10 من تلاميذ طور الثانوي خارج عينة الدراسة.

الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

• الثبات: يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة أو الاتساق أو استقرار نتائجه فيم لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين. (مقدم، 1993، صفحة

(152)

كما يقول فان فالين (Van Valin) عن ثبات الاختبار "إن الاختبار يعتبر ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين و تحت نفس الشروط. (حسانين م، 1995، صفحة 193)

واستخدام الطالبان الباحثان إحدى طرق حساب ثبات الاختبار وهي طريقة "تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه" (معامل الارتباط Test - Retest) للتأكد من مدى دقة واستقرار نتائج الاختبار. وعلى هذا أساس قمنا بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل

زمني قدره أسبوع مع تثبيت كل المتغيرات (نفس العينة، نفس الأماكن، نفس التوقيت، نفس التلاميذ).

• الصدق:

صدق الاختبار أو المقياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها. (حسانين م، 1995، صفحة 193) وباستعمال الوسائل الإحصائية التالية تم حساب ثبات و صدق الاختبار.

معامل الارتباط "ر" لبيرسون

-حساب معامل الثبات:

-معامل الثبات و الصدق الاستبيان:

جدول 1: يمثل معامل الثبات و الصدق الاستبيان المقترح .

| المحاور | حجم العينة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | معامل الثبات | معامل الصدق | ر.جدولية |
|---|------------|-------------|---------------|--------------|-------------|----------|
| يساهم التحضير البدني والمهاري في تحسين الصفات البدنية والمهارية | 10 | 09 | 0.05 | 0.91 | 0.95 | 0,602 |
| يساهم التحضير البدني والمهاري لتحكم في القدرة على أداء المهارات أثناء المنافسة الرياضية | | | | 0.96 | 0.97 | |
| يساهم التحضير البدني في إتقان الأداء أثناء المنافسة الرياضية | | | | 0.97 | 0.98 | |

ن=10

قيمة "ر" الجدولية 0,602 عند مستوى الدلالة 0.05

يتبين من خلال هذا الجدول أن قيم معامل الارتباط للاستبيان تراوحت (محصورة) ما بين (0.95-0.98) بالنسبة إلى الصدق و(0.91-0.97) بالنسبة إلى الثبات بالرجوع إلى جدول الدلالات الارتباط البسيط لبيرسون لمعرفة ثبات و الصدق الاختبار عند مستوى الدلالة 0.05 و هذه القيم دالة إحصائياً بالمقارنة مع "ر" الجدولية التي بلغت 0,602 وعليه يتبين لطالبان الباحثان أن الاستبيان الذي تم بناءه بغرض قياس مهارات الأساسية في كرة اليد يتميز بدرجة ثبات و صدق عاليتين عند مستوى الدلالة 0.05

- الموضوعية: تعتبر الموضوعية من أكثر المشاكل التي تؤثر في الثبات لذلك لابد من الدقة المتناهية في إجراء الاختبار وتسجيل النتائج (فرحات، 2003، صفحة 170).

ويعرفها محمد حسن علاوي: "هي مدى تحرر المحكم أو الفاحص من العوامل الذاتية كالتحيز". (علاوي و محمد، 1986، صفحة 169)

خلاصة:

من خلال ما تم التطرق إليه في هذا الفصل من نقاط، والتي تشمل منهجية البحث و الإجراءات الميدانية التي قمنا بها خلال دراستنا، حيث تعرضنا إلى المنهج المعتمد و عينة البحث كما تطرقنا إلى الأداة المستخدمة أيضا.

الفصل الثاني

عرض وتحليل نتائج الدراسة

تمهيد:

تتطلب منهجية البحث عرض وتحليل النتائج ومناقشتها، وعلى هذا الأساس اقتضى الأمر عرض وتحليل النتائج التي ألت إليها الدراسة وفق طبيعة البحث و إجراءاته. حيث قام الطالبان الباحثان بتفريغ الاستمارات الاستبائية في جداول قصد معالجة نتائجها الخام إحصائياً.

سنتطرق في هذا الفصل إلى عرض نتائج الدراسة الميدانية، وهذا من خلال المعالجة الإحصائية لإجابات أفراد العينة المختارة في البحث، بإتباع المنهج الوصفي، وباستعمال أدوات البحث المتمثلة في أداة الاستبيان الخاصة بالتحضير البدني والمهاري ، كما سنقوم بمناقشة هذه النتائج بتحليل القيم المحسوبة بمختلف الطرق الإحصائية في ظل الإطار النظري الخاص بالدراسة.

1- عرض نتائج الاستبيان الخاص بالتلاميذ:

1-1- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالمحور الأول:

على ضوء أهداف البحث و فروضه يعرض الطالبان الباحثان نتائج البحث في جداول على نحو الآتي:

المحور الأول: يساهم التحضير البدني والمهاري في تحسين الصفات البدنية والمهارية.

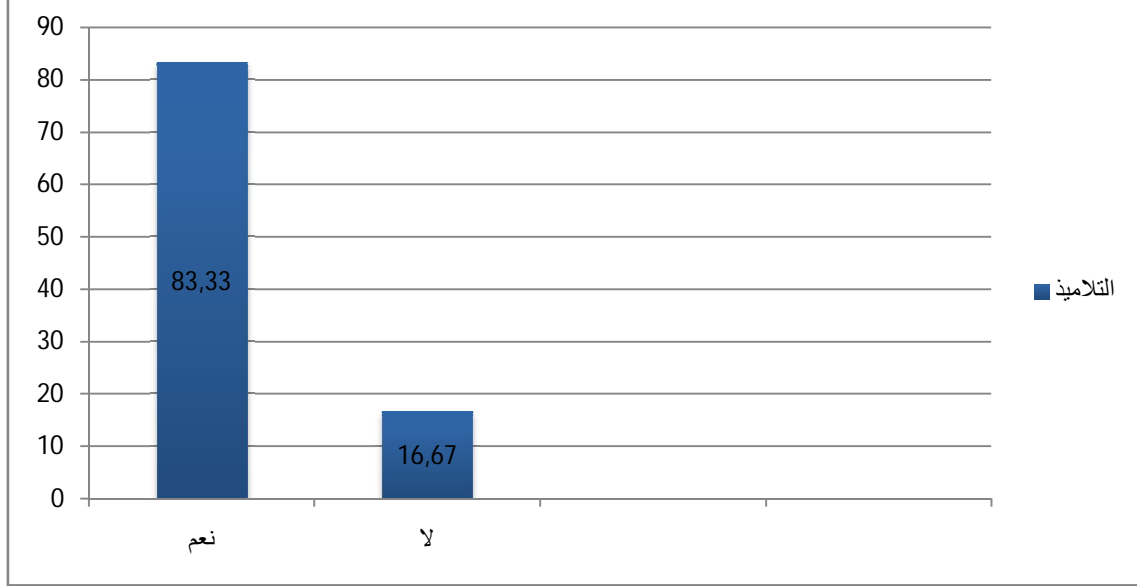
س1: هل زيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء التلاميذ خلال فترة المنافسة الرياضية ؟

| الإجابات | نعم | لا | المجموع |
|--------------------------|--------|--------|---------|
| التلاميذ | 25 | 5 | 30 |
| النسبة المئوية | %83,33 | %16,67 | %100 |
| كا ² المحسوبة | 13,33 | | |
| كا ² الجدولية | 3.84 | | |
| درجة الحرية | 1 | | |
| مستوى الدلالة | 0.05 | | |

الجدول رقم (02): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص زيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء التلاميذ خلال فترة المنافسة الرياضية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 2 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا²المحسوبة أكبر من كا²الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يرون أن زيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أدائهم خلال فترة المنافسة الرياضية.



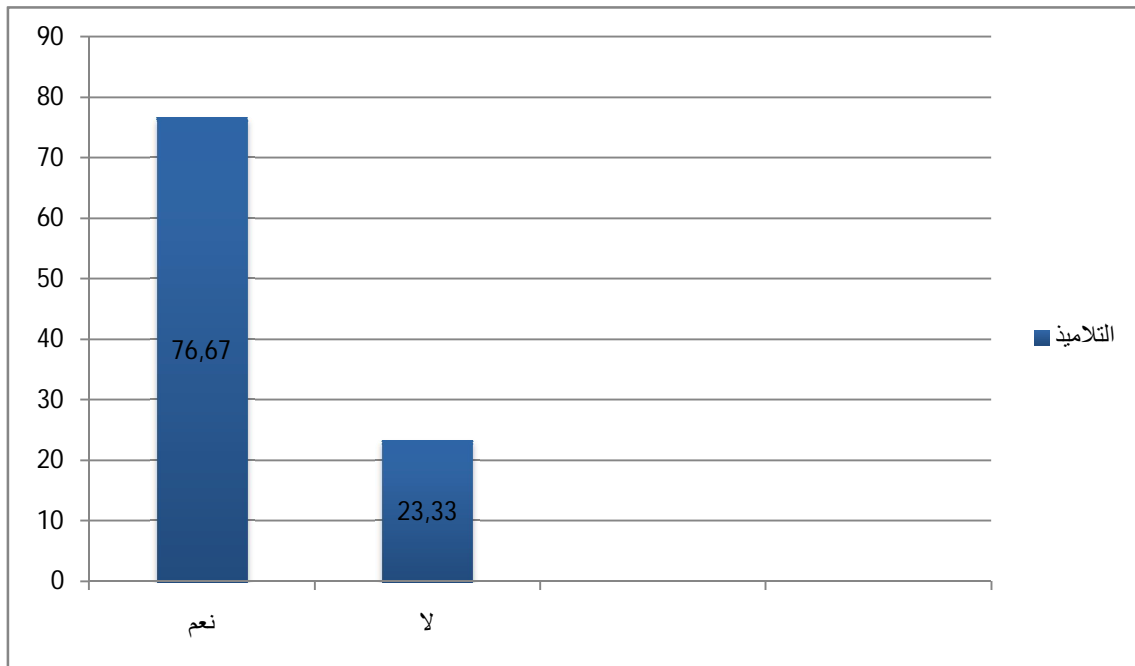
الشكل (1): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص زيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء التلاميذ خلال فترة المنافسة الرياضية.

س2: هل برنامج التدريس المعتمد يساعد في تطوير الأداء الرياضي في كرة اليد؟

| الإجابات | نعم | لا | المجموع |
|--------------------------|--------|--------|---------|
| التلاميذ | 23 | 7 | 30 |
| النسبة المئوية | %76,67 | %23,33 | %100 |
| كا ² المحسوبة | 8,53 | | |
| كا ² الجدولية | 3.84 | | |
| درجة الحرية | 1 | | |
| مستوى الدلالة | 0.05 | | |

الجدول رقم (03): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص برنامج التدريس المعتمد يساعد في تطوير الأداء الرياضي في كرة اليد.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 3 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يرون أن برنامج التدريس المعتمد يساعد في تطوير الأداء الرياضي في كرة اليد.



الشكل (2): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص برنامج التدريس المعتمد يساعد

في تطوير الأداء الرياضي في كرة اليد.

س3: هل تخصص حصص لتنمية الأداء المهاري والبدني قبل المنافسة ؟

| الإجابات | نعم | لا | المجموع |
|--------------------------|------|-----|---------|
| التلاميذ | 24 | 6 | 30 |
| النسبة المئوية | %80 | %20 | %100 |
| كا ² المحسوبة | 10,8 | | |
| كا ² الجدولية | 3.84 | | |
| درجة الحرية | 1 | | |
| مستوى الدلالة | 0.05 | | |

الجدول رقم (04): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص

تخصيص حصص لتنمية الأداء المهاري والبدني قبل المنافسة.

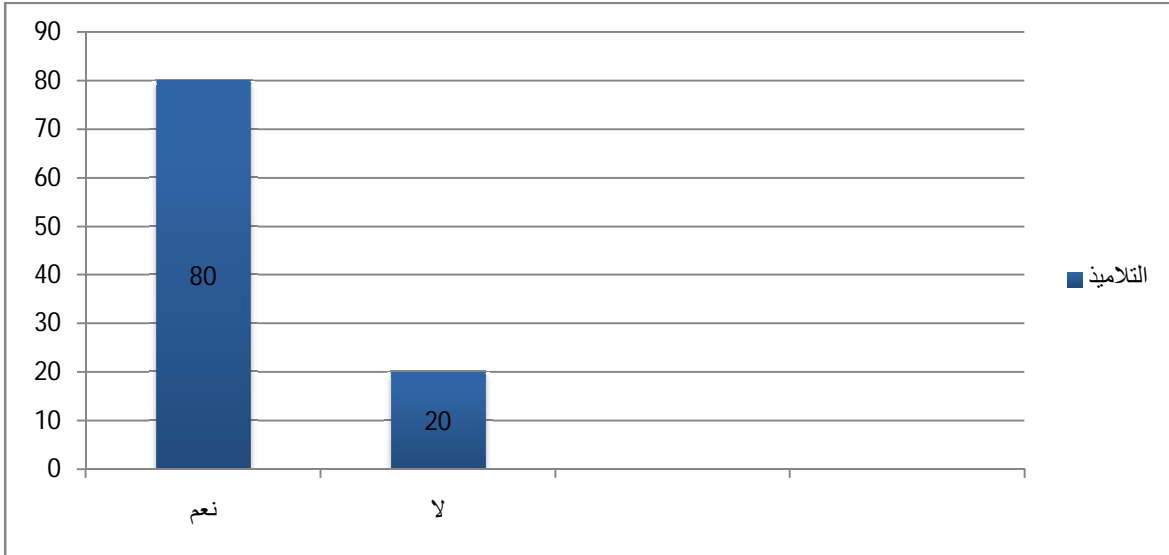
حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 4 يتضح لنا بأنه توجد

فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة

0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يخصصون حصص لتنمية الأداء المهاري

والبدني قبل المنافسة.



الشكل (05): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص تخصيص حصص لتنمية الأداء المهاري والبدني قبل المنافسة.

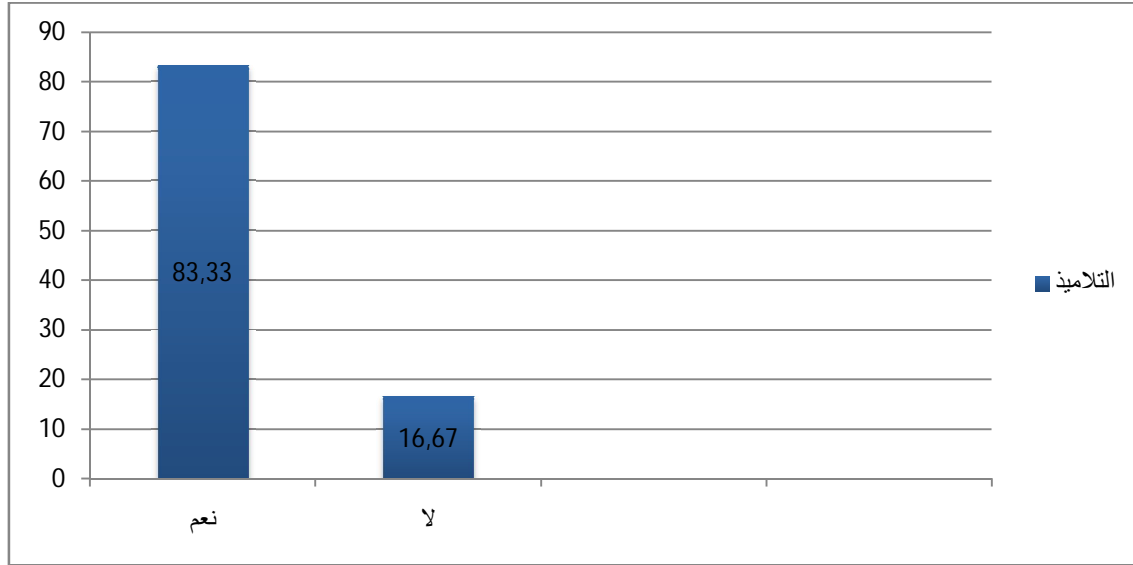
س4: هل الأداء الجيد مرتبط بتنمية الصفات البدنية والمهارية ؟

| المجموع | لا | نعم | الإجابات |
|---------|--------|--------|--------------------------|
| 30 | 5 | 25 | التلاميذ |
| %100 | %16,67 | %83,33 | النسبة المئوية |
| | 13,33 | | كا ² المحسوبة |
| | 3.84 | | كا ² الجدولية |
| | 1 | | درجة الحرية |
| | 0.05 | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (05): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص الأداء الجيد مرتبط بتنمية الصفات البدنية والمهارية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 5 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يوافقون على أن الأداء الجيد مرتبط بتمتية الصفات البدنية والمهارية.



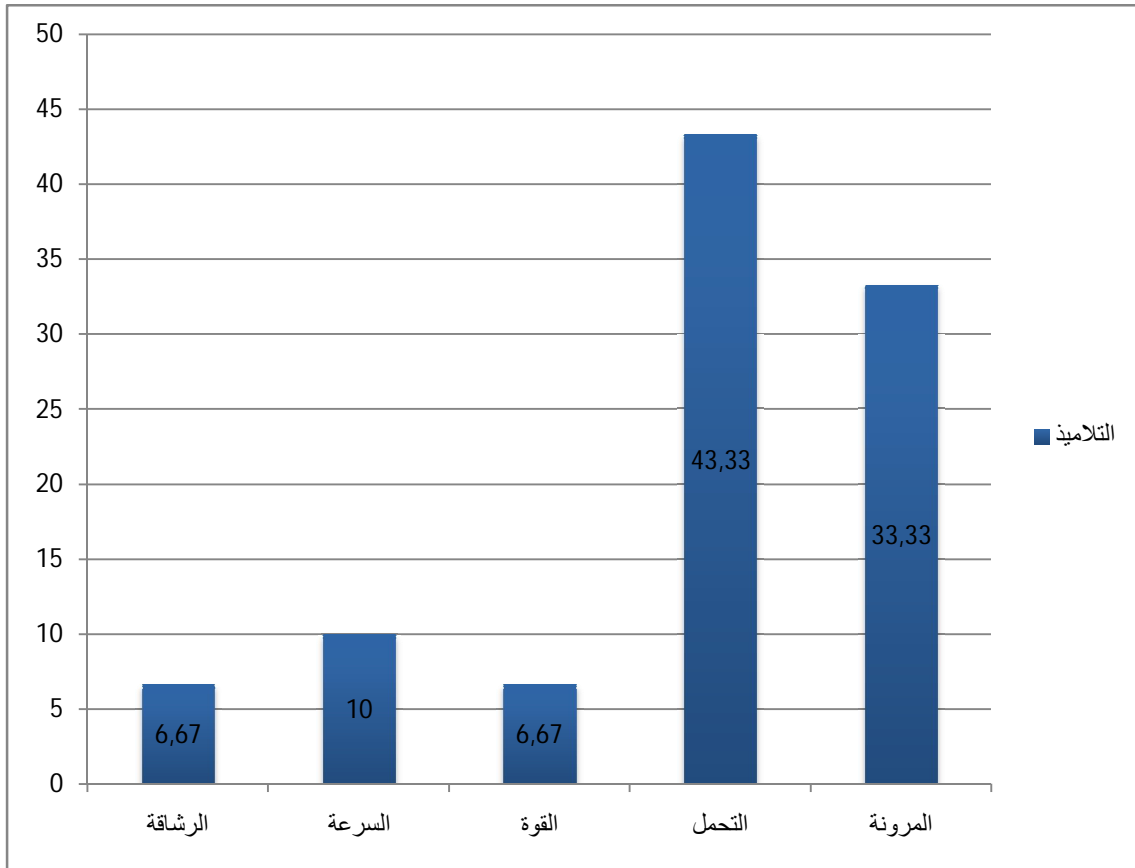
الشكل (4): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص الأداء الجيد مرتبط بتمتية الصفات البدنية والمهارية.

س5: من بين هذه الصفات ما هي الصفة التي تراها مناسبة؟

| المجموع | المرونة | التحمل | القوة | السرعة | الرشاقة | الإجابات |
|---------|---------|--------|-------|--------|---------|--------------------------|
| 30 | 10 | 13 | 2 | 3 | 2 | التلاميذ |
| %100 | 33,33% | 43,33% | 6,67% | %10 | %6,67 | النسبة المئوية |
| | | 17,66 | | | | كا ² المحسوبة |
| | | 9,49 | | | | كا ² الجدولية |
| | | 4 | | | | درجة الحرية |
| | | 0.05 | | | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (06): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص صفة التي تراها مناسبة.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 6 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 4 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يوافقون على أن صفة التحمل هي صفة المناسبة.

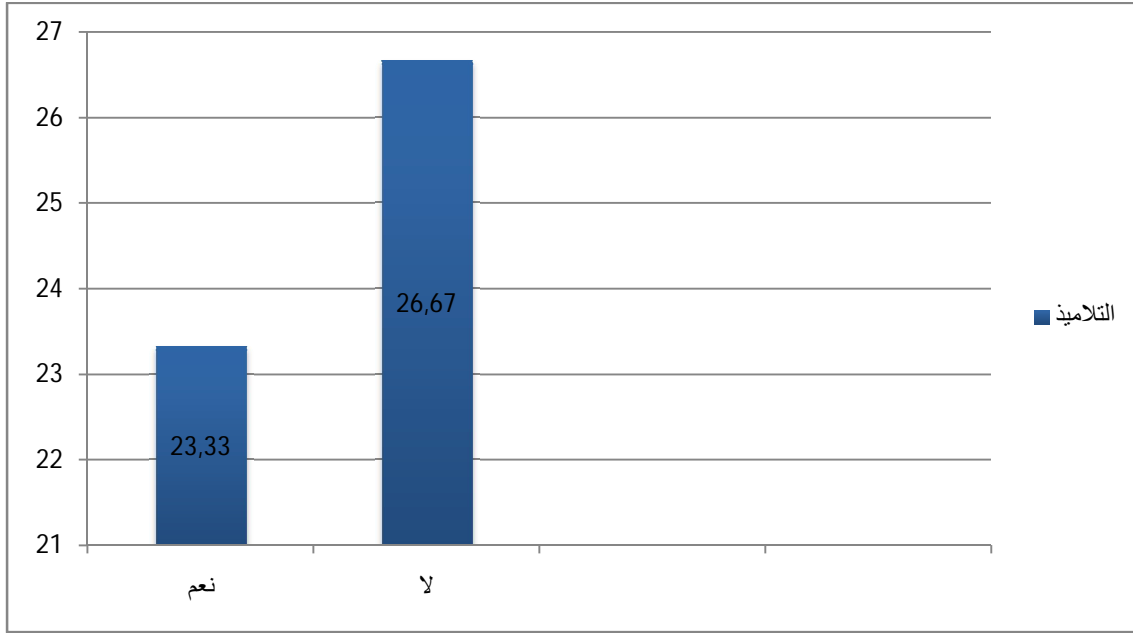


الشكل (5): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص صفة التي تراها مناسبة.

س6: هل التنوع في طرق التدريس لها علاقة ارتباطية بتنمية الصفات البدنية والمهارية ؟

| المجموع | لا | نعم | الإجابات |
|---------|--------|--------|--------------------------|
| 30 | 8 | 22 | التلاميذ |
| %100 | %26,67 | %73,33 | النسبة المئوية |
| | 6,53 | | كا ² المحسوبة |
| | 3.84 | | كا ² الجدولية |
| | 1 | | درجة الحرية |
| | 0.05 | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (07): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص التنوع في طرق التدريس لها علاقة ارتباطية بتنمية الصفات البدنية والمهارية. حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 7 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يرون أن تنوع في طرق التدريس لها علاقة ارتباطية بتنمية الصفات البدنية والمهارية.



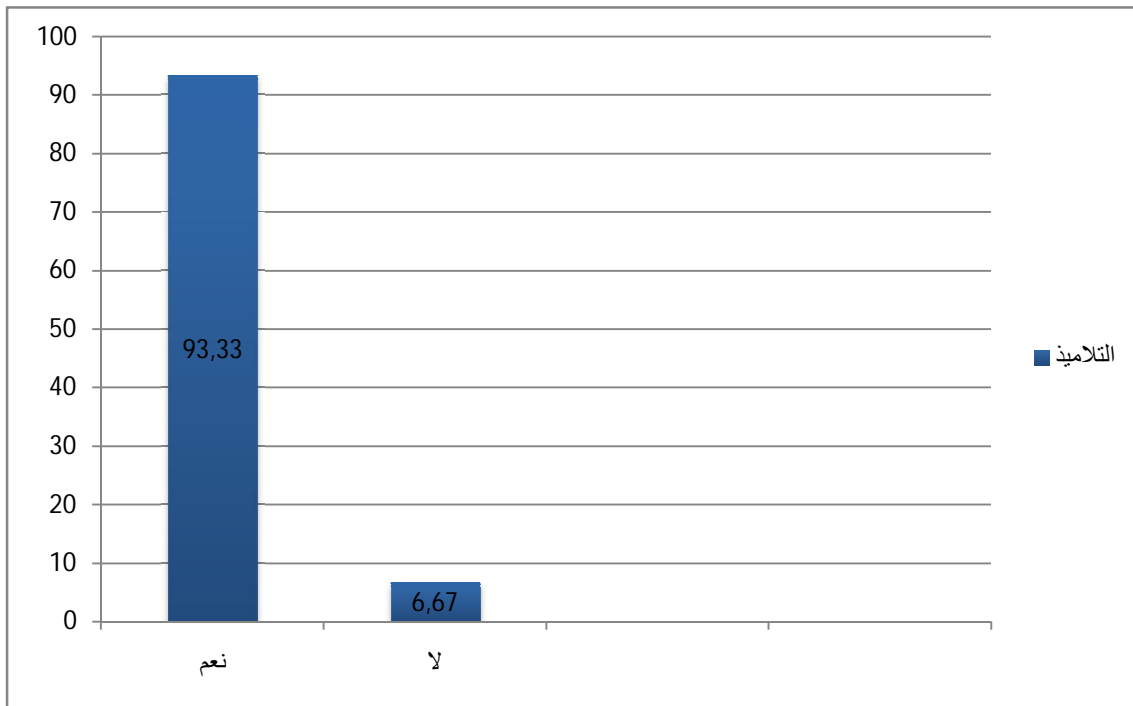
الشكل (6): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص التنوع في طرق التدريس لها علاقة ارتباطيه بتنمية الصفات البدنية والمهارية.

س7: في رأيك هل للصفات البدنية دور في تحقيق أفضل النتائج ؟

| المجموع | لا | نعم | الإجابات |
|---------|-------|--------|--------------------------|
| 30 | 2 | 28 | التلاميذ |
| %100 | %6,67 | %93,33 | النسبة المئوية |
| | 22,53 | | كا ² المحسوبة |
| | 3.84 | | كا ² الجدولية |
| | 1 | | درجة الحرية |
| | 0.05 | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (08): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص للصفات البدنية دور في تحقيق أفضل النتائج.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 8 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يرون أن الصفات البدنية دور في تحقيق أفضل النتائج .



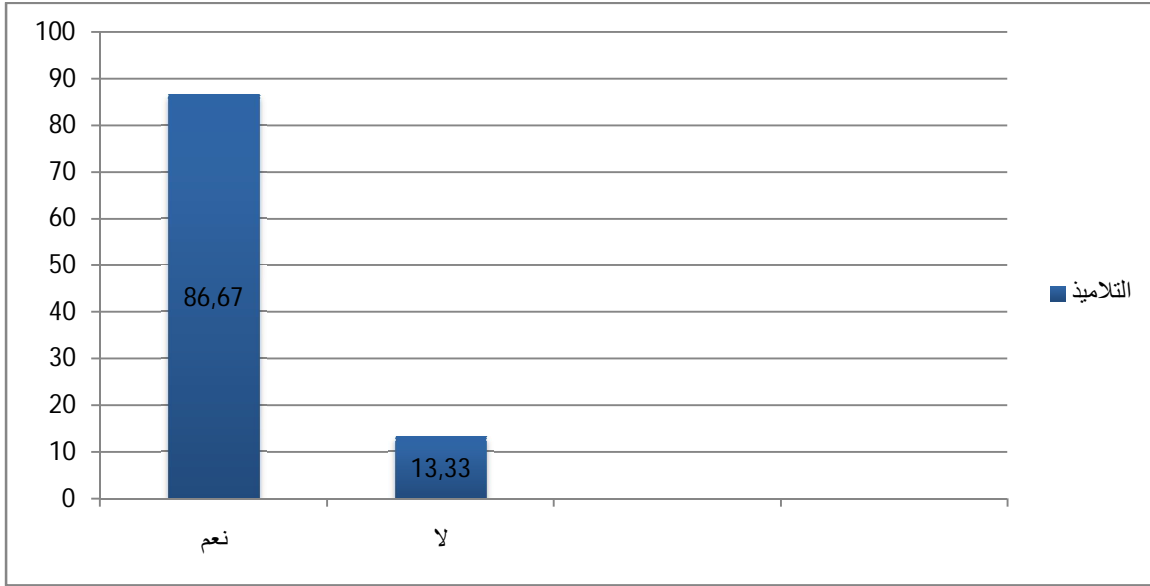
الشكل (7): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص للصفات البدنية دور في تحقيق أفضل النتائج.

س8: في رأيك هل للصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج ؟

| المجموع | لا | نعم | الإجابات |
|---------|--------|--------|--------------------------|
| 30 | 4 | 26 | التلاميذ |
| %100 | %13,33 | %86,67 | النسبة المئوية |
| | 16,13 | | كا ² المحسوبة |
| | 3.84 | | كا ² الجدولية |
| | 1 | | درجة الحرية |
| | 0.05 | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (09): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص للصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 9 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يرون أن الصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج .



الشكل (8): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص للصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج.

س9: هل الاهتمام بتنمية الصفات البدنية والمهارية يعد أحد عناصر مكونات التدريس؟

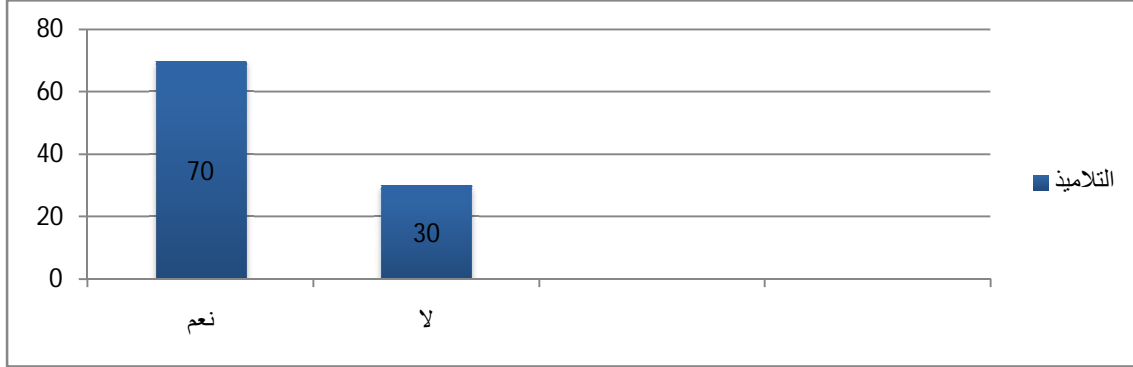
| المجموع | لا | نعم | الإجابات |
|---------|------|-----|--------------------------|
| 30 | 9 | 21 | التلاميذ |
| %100 | %30 | %70 | النسبة المئوية |
| | 4,8 | | كا ² المحسوبة |
| | 3.84 | | كا ² الجدولية |
| | 1 | | درجة الحرية |
| | 0.05 | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (10): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص

الاهتمام بتنمية الصفات البدنية والمهارية يعد أحد عناصر مكونات التدريس.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 10 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يرون أن الاهتمام بتنمية الصفات البدنية والمهارية يعد أحد عناصر مكونات التدريس.



الشكل (9): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص الاهتمام بتنمية الصفات البدنية والمهارية يعد أحد عناصر مكونات التدريس.

1-2- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالمحور الثاني:

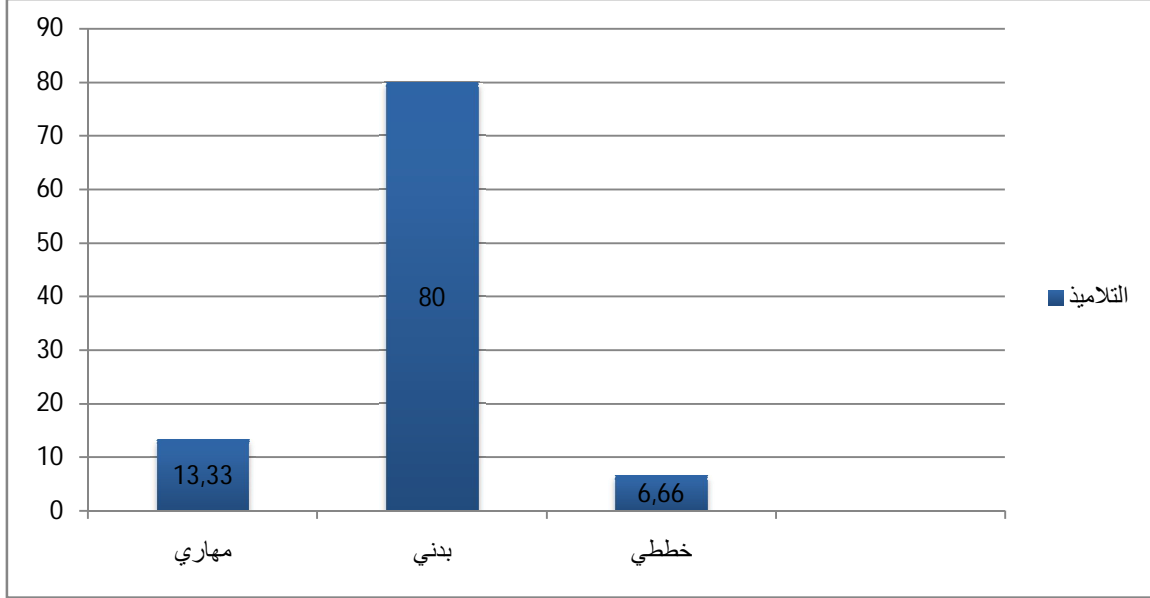
يساهم التحضير البدني والمهاري لتحكم في القدرة على أداء المهارات أثناء المنافسة الرياضية.

س1: بصفتك كأستاذ للتربية البدنية أي التحضير تبدأ به أولاً ؟

| الإجابات | مهاري | بدني | خططي | المجموع |
|--------------------------|--------|------|-------|---------|
| التلاميذ | 4 | 24 | 2 | 30 |
| النسبة المئوية | %13,33 | %80 | %6,66 | %100 |
| كا ² المحسوبة | 29,6 | | | |
| كا ² الجدولية | 5,99 | | | |
| درجة الحرية | 2 | | | |
| مستوى الدلالة | 0.05 | | | |

الجدول رقم (11): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص التحضير الذي تبدأ به.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 11 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ أثناء التحضير يبدؤون بالجانب البدني.



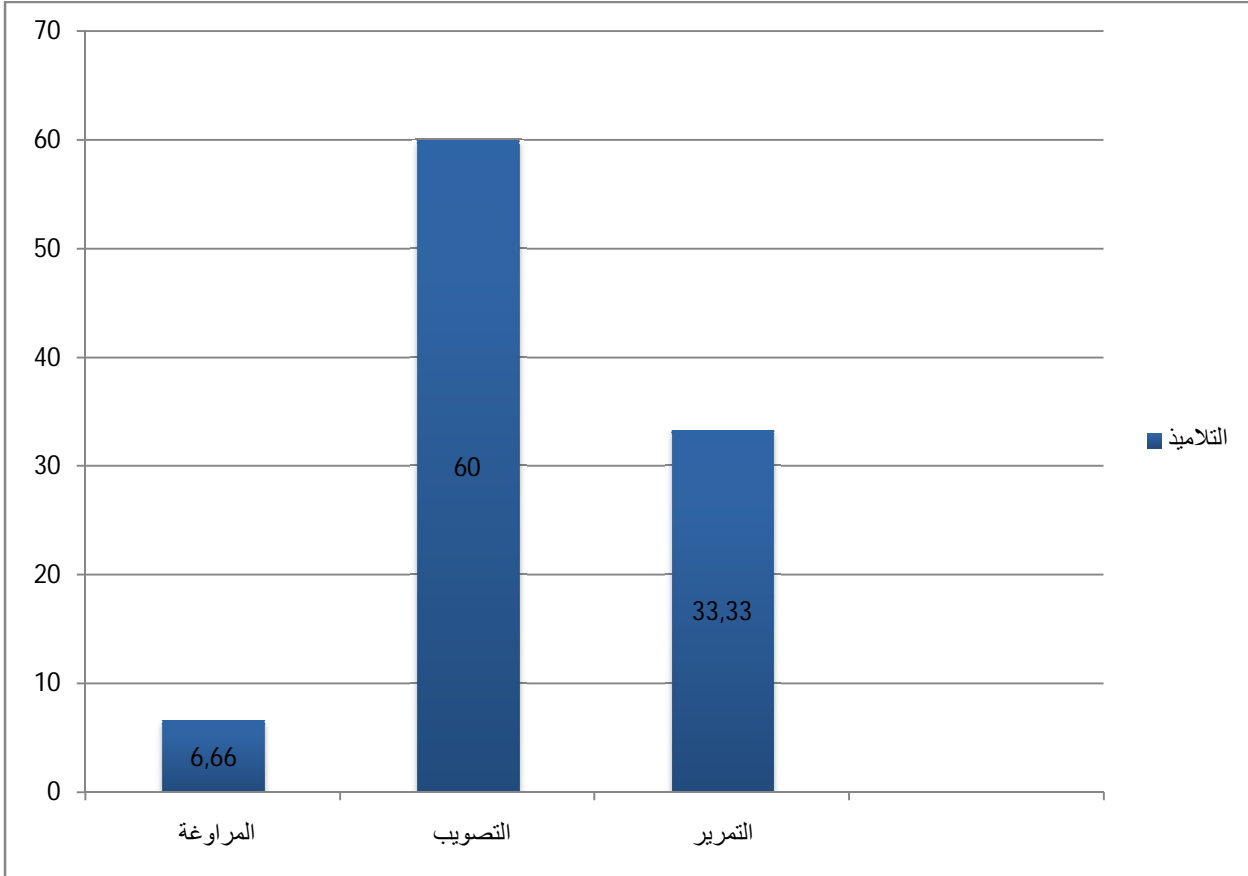
الشكل (10): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص التحضير الذي تبدأ به.

س2: ما هي مهارة التي تركز عليها أثناء التحضيرات المهارية ؟

| المجموع | التمرير | التصويب | المراوغة | الإجابات |
|---------|---------|---------|----------|-------------------|
| 30 | 10 | 18 | 2 | التلاميذ |
| %100 | %33,33 | %60 | %6,66 | النسبة المئوية |
| | 12,8 | | | χ^2 المحسوبة |
| | 5,99 | | | χ^2 الجدولية |
| | 2 | | | درجة الحرية |
| | 0.05 | | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (12): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم χ^2 للتلاميذ فيما يخص مهارة التي تركز عليها أثناء التحضيرات المهارية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 12 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يركزون على مهارة التصويب.



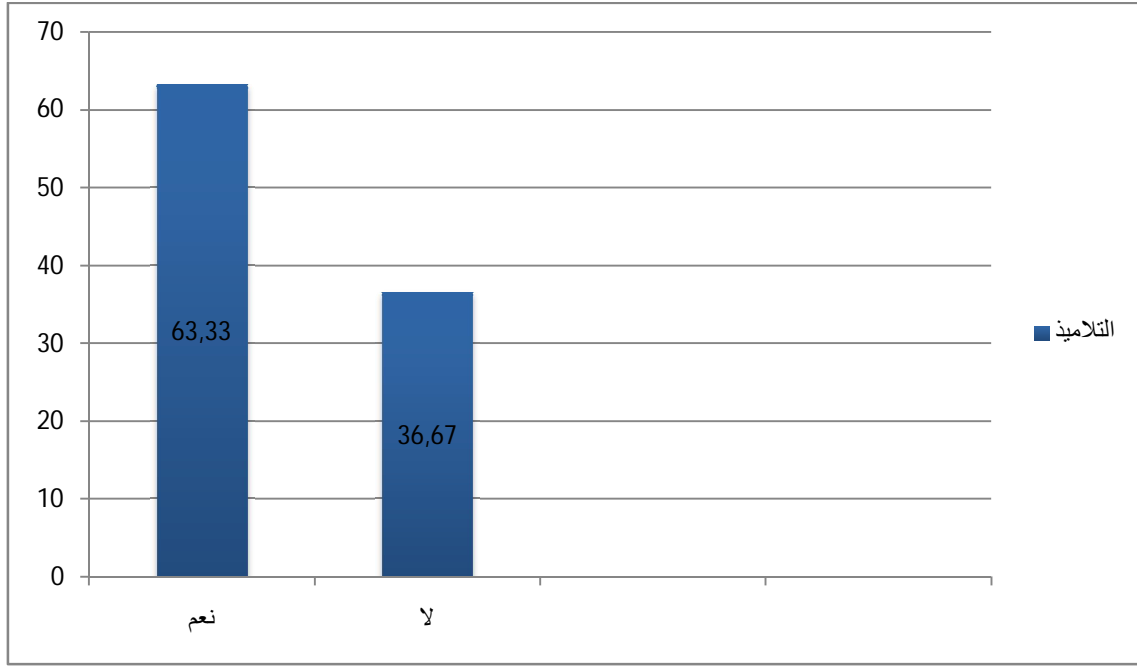
الشكل (11): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص مهارة التي تركز عليها أثناء التحضيرات المهارية.

س3: هل لكثافة التحضير البدني تأثير في أداء الرياضي ؟

| المجموع | لا | نعم | الإجابات |
|---------|--------|--------|--------------------------|
| 30 | 11 | 19 | التلاميذ |
| %100 | %36,67 | %63,33 | النسبة المئوية |
| | 2,13 | | كا ² المحسوبة |
| | 3.84 | | كا ² الجدولية |
| | 1 | | درجة الحرية |
| | 0.05 | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (13): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص كثافة التحضير البدني تأثير في أداء الرياضي.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 13 يتضح لنا بأنه لا توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن بعض التلاميذ يرون أن كثافة التحضير البدني تأثير في أداء الرياضي ومنهم من يرى عكس ذلك.



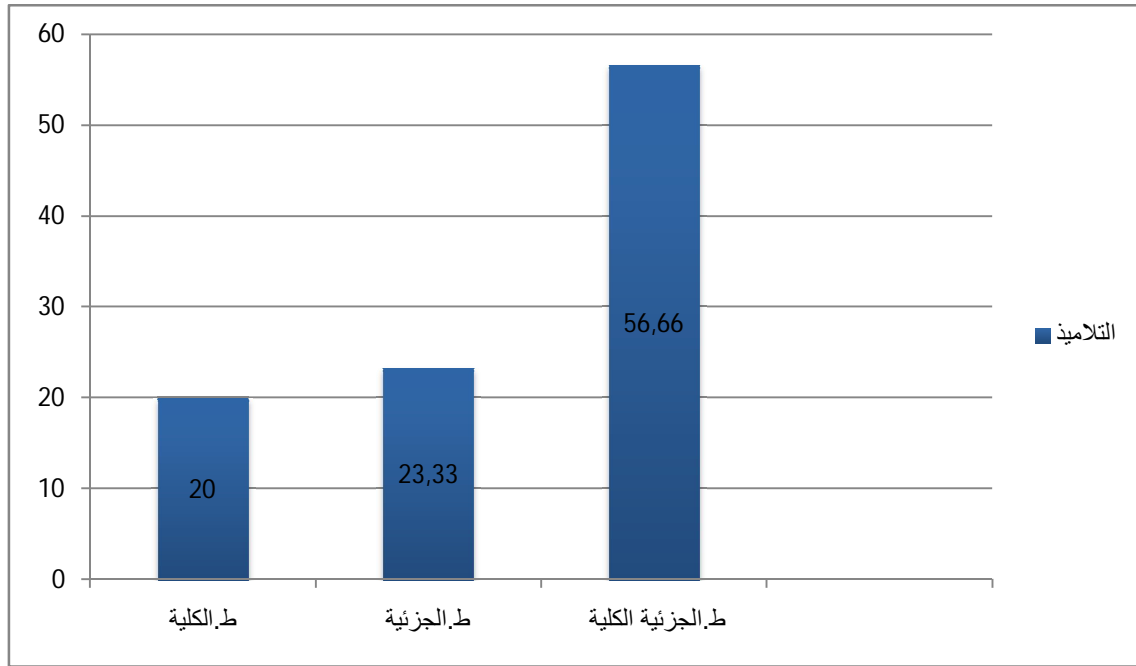
الشكل (12): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص كثافة التحضير البدني تأثير في أداء الرياضي

س4: ماهي طريقة التدريس التي تركز عليها في تطوير الأداء الرياضي ؟

| الإجابات | ط.الكلية | ط.الجزئية | ط.الجزئية الكلية | المجموع |
|--------------------------|----------|-----------|------------------|---------|
| التلاميذ | 6 | 7 | 17 | 30 |
| النسبة المئوية | %20 | %23,33 | %56,67 | %100 |
| كا ² المحسوبة | 7,4 | | | |
| كا ² الجدولية | 5,99 | | | |
| درجة الحرية | 2 | | | |
| مستوى الدلالة | 0.05 | | | |

الجدول رقم (14): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص طريقة التدريس التي تركز عليها في تطوير الأداء الرياضي.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 14 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يركزون على طريقة الجزئية الكلية لتطوير الأداء الرياضي.



الشكل (13): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص طريقة التدريس التي تركز عليها في تطوير الأداء الرياضي.

س5: في رأيك هل إتقان التلميذ المهارات بشكل جيد أثناء المنافسة يحقق أفضل

النتائج ؟

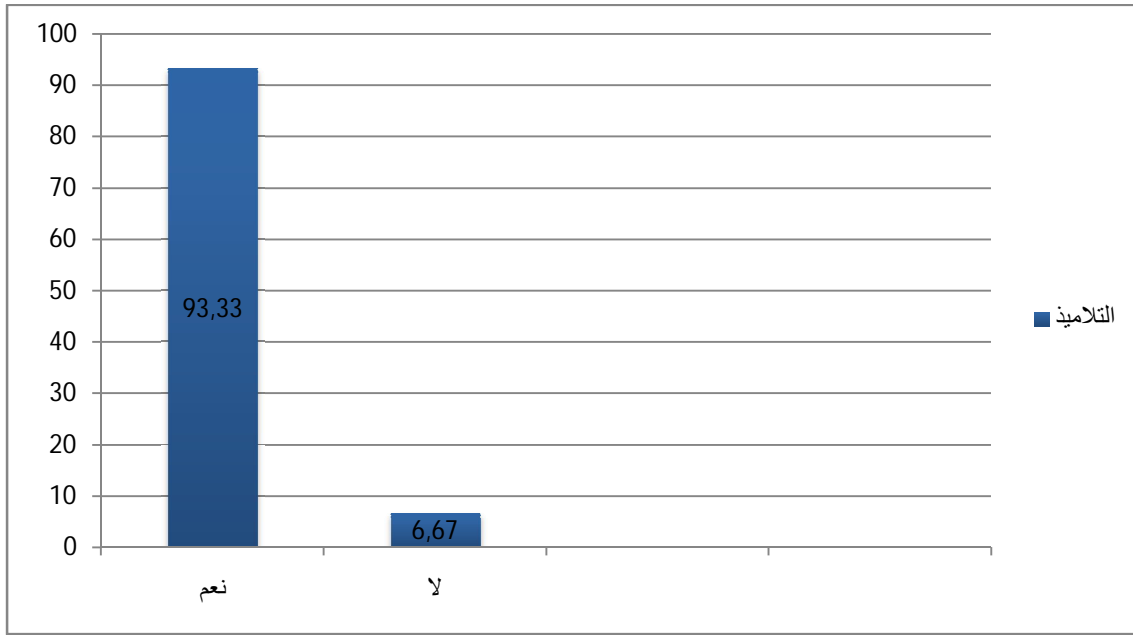
| الإجابات | نعم | لا | المجموع |
|--------------------------|--------|-------|---------|
| التلاميذ | 28 | 2 | 30 |
| النسبة المئوية | %93,33 | %6,67 | %100 |
| كا ² المحسوبة | 22,53 | | |
| كا ² الجدولية | 3.84 | | |
| درجة الحرية | 1 | | |
| مستوى الدلالة | 0.05 | | |

الجدول رقم (15): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص

إتقان التلميذ المهارات بشكل جيد أثناء المنافسة يحقق أفضل النتائج.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 15 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يرون أن إتقان التلميذ المهارات بشكل جيد أثناء المنافسة يحقق أفضل النتائج.



الشكل (14): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص إتقان التلميذ المهارات بشكل جيد أثناء المنافسة يحقق أفضل النتائج.

1-3- عرض وتحليل النتائج الخاصة بالمحور الثاني:

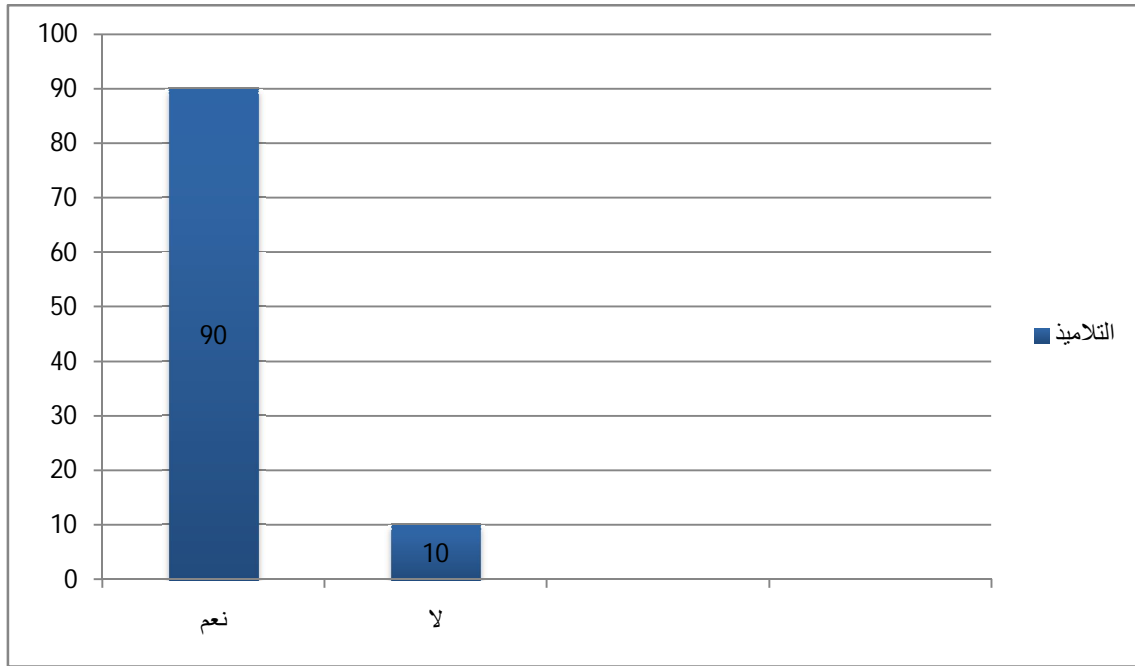
يساهم التحضير البدني في إتقان الأداء أثناء المنافسة الرياضية.

س1: في رأيك هل للتحضير البدني دور في استجابة التلميذ أثناء المنافسة الرياضية؟

| المجموع | لا | نعم | الإجابات |
|---------|-----|-----|--------------------------|
| 30 | 3 | 27 | التلاميذ |
| %100 | %10 | %90 | النسبة المئوية |
| 19,20 | | | كا ² المحسوبة |
| 3.84 | | | كا ² الجدولية |
| 1 | | | درجة الحرية |
| 0.05 | | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (16): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص للتحضير البدني دور في استجابة التلميذ أثناء المنافسة الرياضية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 16 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يوافقون أن للتحضير البدني دور في استجابة التلميذ أثناء المنافسة الرياضية.



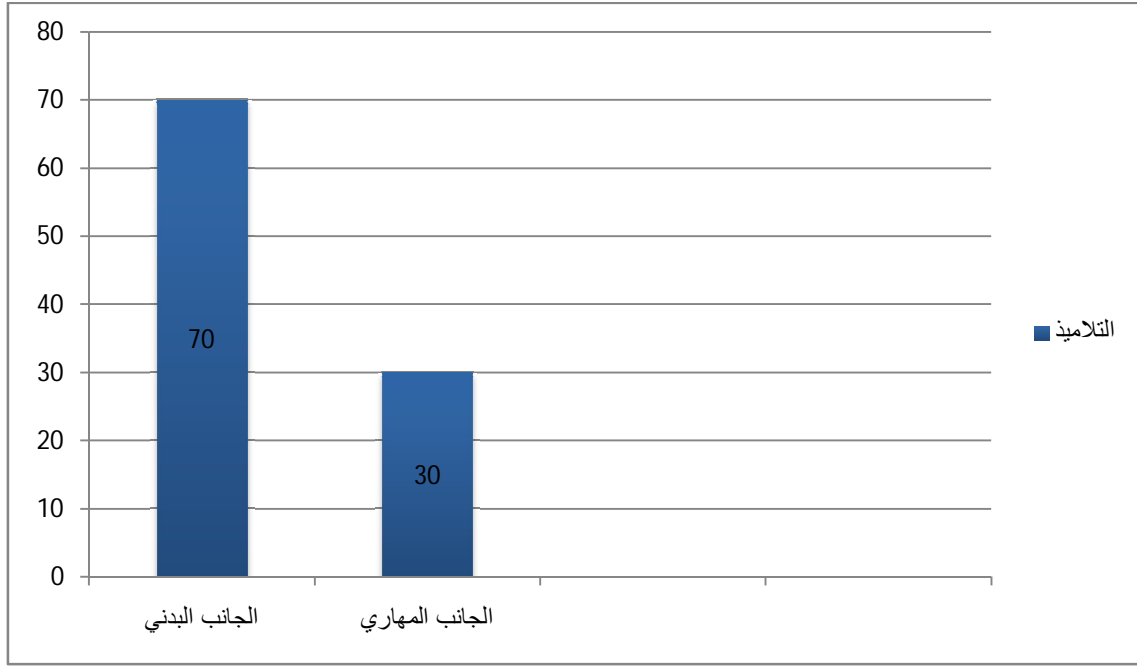
الشكل (15): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص للتحضير البدني دور في استجابة التلميذ أثناء المنافسة الرياضية.

س2: أثناء الحصة هل تراعي الجانب البدني أم المهاري ؟

| المجموع | الجانب المهاري | الجانب البدني | الإجابات |
|---------|----------------|---------------|--------------------------|
| 30 | 9 | 21 | التلاميذ |
| %100 | %30 | %70 | النسبة المئوية |
| | 4,8 | | كا ² المحسوبة |
| | 3.84 | | كا ² الجدولية |
| | 1 | | درجة الحرية |
| | 0.05 | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (17): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص أثناء الحصة تراعي الجانب البدني أم المهاري.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 17 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يراعون الجانب البدني ثم الجانب المهاري .



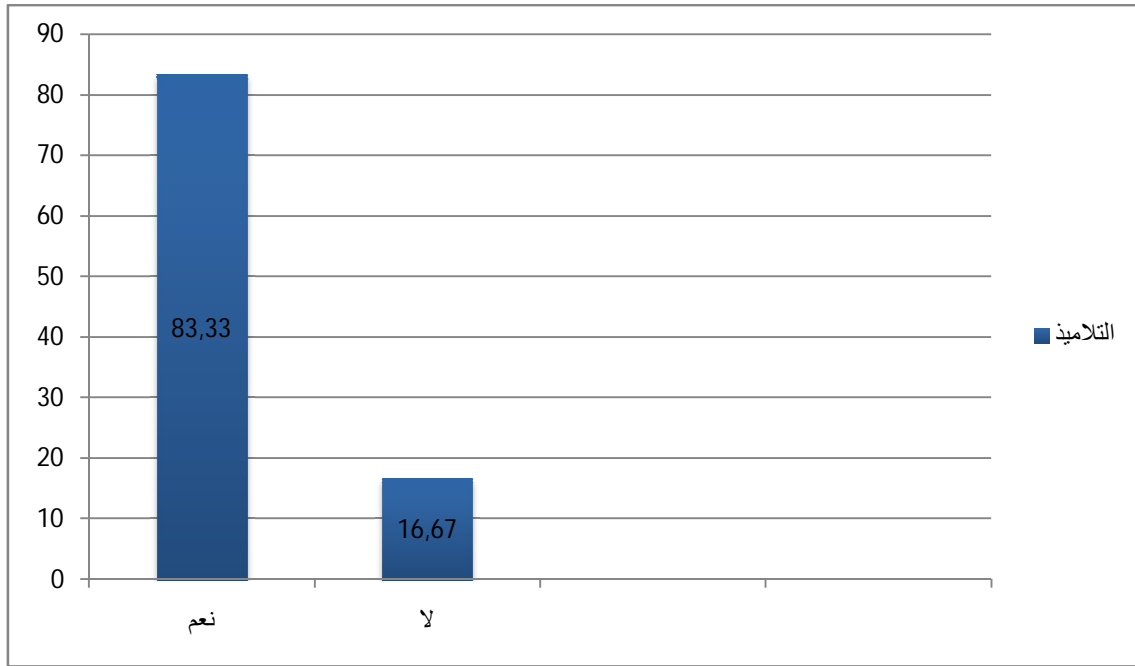
الشكل (16): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص أثناء الحصة تراعي الجانب البدني أم المهاري.

س3: هل الأستاذ يعتمد على خطة قبلية ؟

| الإجابات | نعم | لا | المجموع |
|--------------------------|--------|--------|---------|
| التلاميذ | 25 | 5 | 30 |
| النسبة المئوية | %83,33 | %16,67 | %100 |
| كا ² المحسوبة | 13,33 | | |
| كا ² الجدولية | 3.84 | | |
| درجة الحرية | 1 | | |
| مستوى الدلالة | 0.05 | | |

الجدول رقم (18): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص اعتماد على خطة قبلية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 18 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يعتمدون على خطة قبلية.



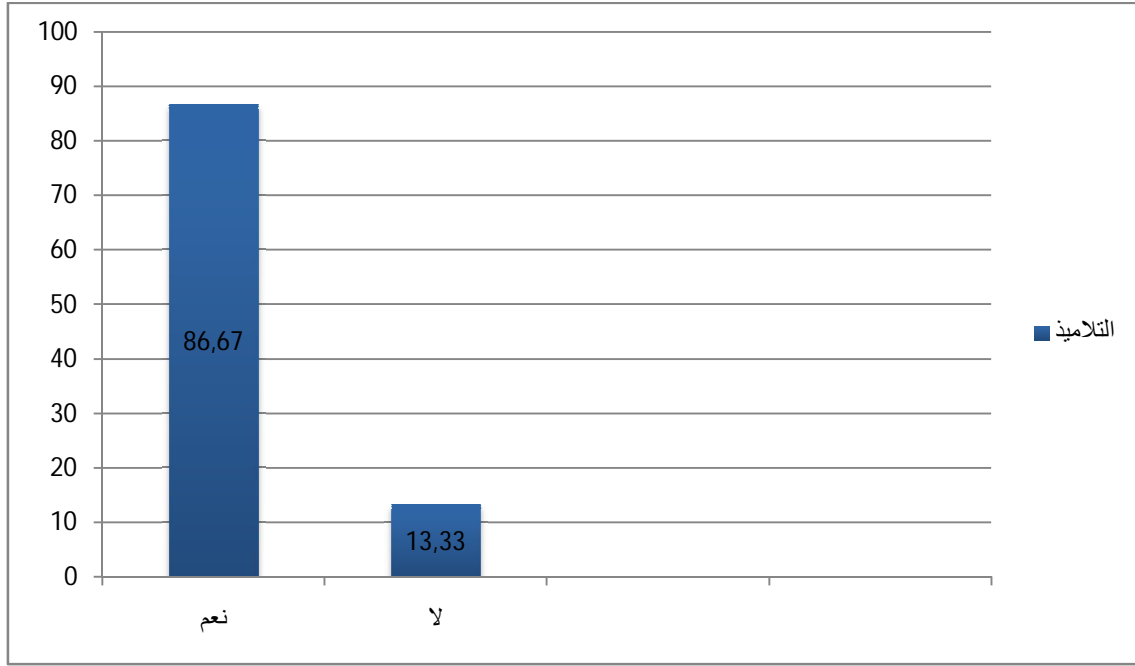
الشكل (17): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص اعتماد على خطة قبلية.

س4: هل سبق لك أن حققت نتيجة مرضية من خلال الخطة التي وضعتها قبل المنافسة الرياضية ؟

| المجموع | لا | نعم | الإجابات |
|---------|--------|--------|--------------------------|
| 30 | 4 | 26 | التلاميذ |
| %100 | %13,33 | %86,67 | النسبة المئوية |
| | 16,13 | | كا ² المحسوبة |
| | 3.84 | | كا ² الجدولية |
| | 1 | | درجة الحرية |
| | 0.05 | | مستوى الدلالة |

الجدول رقم (19): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص سبق لك أن حققت نتيجة مرضية من خلال الخطة التي وضعتها قبل المنافسة الرياضية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 19 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ سبق لهم أن حققوا نتيجة مرضية من خلال الخطة التي وضعوها قبل المنافسة الرياضية.



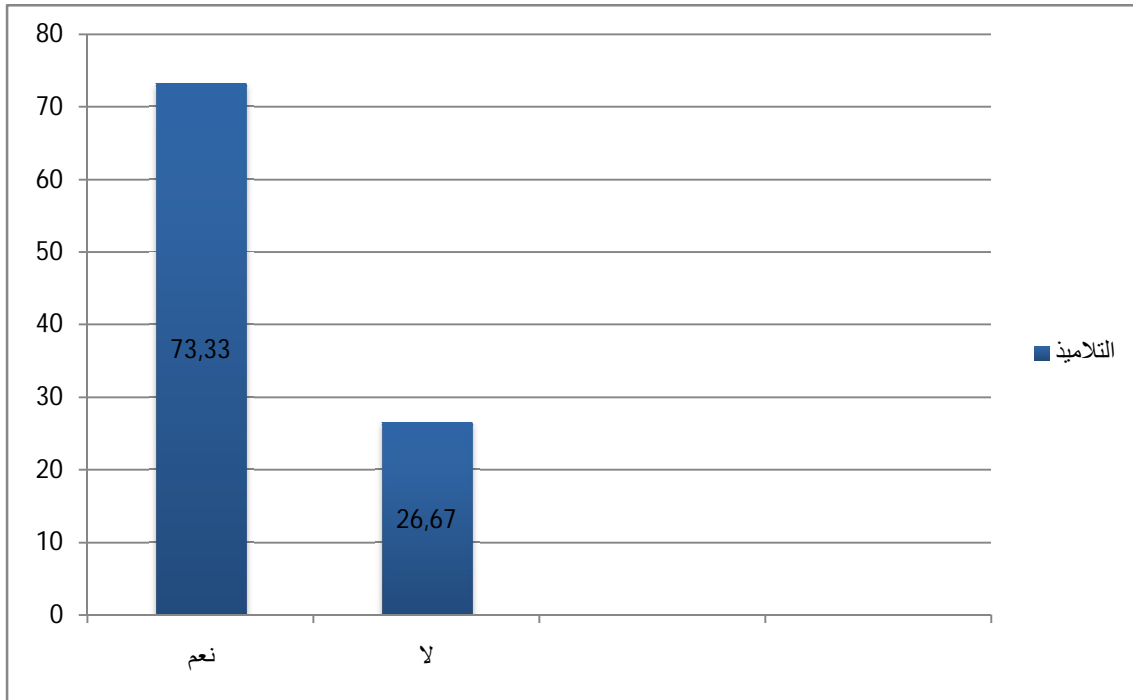
الشكل (18): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص سبق لك أن حققت نتيجة مرضية من خلال الخطة التي وضعتها قبل المنافسة الرياضية.

س5: هل يستجيب التلاميذ للملاحظة المقدمة أثناء المنافسة الرياضية ؟

| الإجابات | نعم | لا | المجموع |
|--------------------------|--------|--------|---------|
| التلاميذ | 22 | 8 | 30 |
| النسبة المئوية | %73,33 | %26,67 | %100 |
| كا ² المحسوبة | 6,53 | | |
| كا ² الجدولية | 3.84 | | |
| درجة الحرية | 1 | | |
| مستوى الدلالة | 0.05 | | |

الجدول رقم (20): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص استجابة التلاميذ للملاحظة المقدمة أثناء المنافسة الرياضية.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 20 يتضح لنا بأنه توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن أغلب التلاميذ يرون أن التلاميذ يستجيبون للملاحظة المقدمة أثناء المنافسة الرياضية.



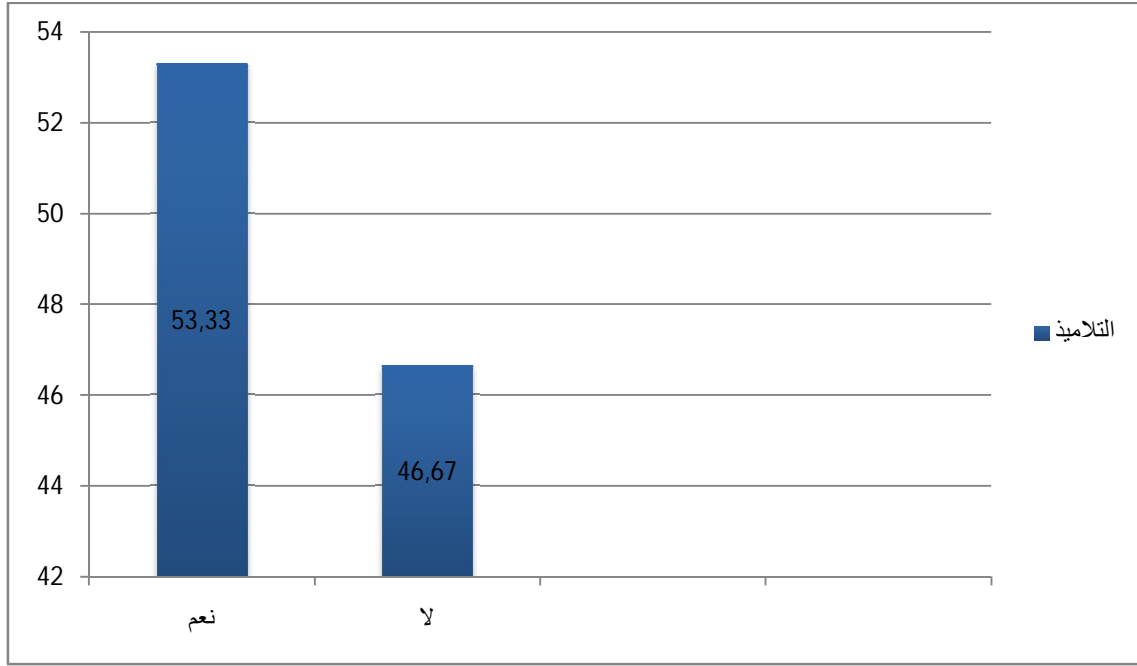
الشكل (19): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص استجابة التلاميذ للملاحظة المقدمة أثناء المنافسة الرياضية.

س6: هل النتائج الرياضية تؤثر على مردود التلاميذ في كرة اليد ؟

| الإجابات | نعم | لا | المجموع |
|--------------------------|--------|--------|---------|
| التلاميذ | 16 | 14 | 30 |
| النسبة المئوية | %53,33 | %46,67 | %100 |
| كا ² المحسوبة | 0,13 | | |
| كا ² الجدولية | 3.84 | | |
| درجة الحرية | 1 | | |
| مستوى الدلالة | 0.05 | | |

الجدول رقم (21): يوضح التكرارات والنسب المئوية وقيم كا² للتلاميذ فيما يخص النتائج الرياضية تؤثر على مردود التلاميذ في كرة اليد.

حسب نتائج التحليل الإحصائي كما هو موضوع في الجدول رقم 21 يتضح لنا بأنه لا توجد فروق معنوية أو ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة الحرية 1 ، بحيث نجد أن كا²المحسوبة أقل من كا²الجدولية. الاستنتاج: نستنتج أن بعض التلاميذ يرون أن النتائج الرياضية تؤثر على مردود التلاميذ في كرة اليد ومنهم من يرى عكس ذلك.



الشكل (20): يمثل النسب المئوية للتلاميذ فيما يخص النتائج الرياضية تؤثر على مردود التلاميذ في كرة اليد.

2- مناقشة الفرضيات :

2-1- الفرضية الأولى : بعد العرض و التحليل لنتائج الاستبيان الذي قمنا به و الذي وزع على تلاميذ المرحلة الثانوية في الرياضات الصيفية (كرة اليد) و تبعا لنتائج الجداول من الرقم 01 إلى 09 على التوالي و الخاصة بالمحور الأول و الذي تم الوصول فيه إلى أغلبية الحقائق المطروحة و التي على أساسها تم بناء الفرضية نقول أن الفرضية الأولى محققة و التي تدلي بأن أسلوب المنافسة دور إيجابي في تحسين مهارة التمرير و الاستقبال في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي و هذا ما انفق مع دراسة الطالبان لنيل شهادة الماستر 2017: بعنوان : " أثر استخدام أسلوب المنافسة على تنمية بعض المهارات الأساسية لكرة اليد " .

* توصلت إلى أن هناك تطور بالمهارة .

و دراسة أحمد محمد علي شحاتة 2010: بعنوان : " تأثير استخدام الأسلوب التنافسي لتعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد " .

* و قد توصلت بأن لأسلوب المنافسة تأثير إيجابي لتعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد.

2-2- الفرضية الثانية : بعد العرض و التحليل لنتائج الاستبيان الذي قمنا به و الذي وزع على تلاميذ المرحلة الثانوية في الرياضات الصفية (كرة اليد) و تبعاً لنتائج الجداول من الرقم 10 إلى 14 على التوالي و الخاصة بالمحور الثاني و الذي تم الوصول فيه إلى أغلبية الحقائق المطروحة و التي على أساسها تم بناء الفرضية نقول أن الفرضية الثانية محققة و التي تدلي بأن أسلوب المنافسة دور إيجابي في تحسين مهارة التصويب في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي و هذا ما اتفق مع دراسة أحمد محمد علي شحاتة 2010: بعنوان : " تأثير استخدام الأسلوب التنافسي لتعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد " .

* و قد توصلت بأن لأسلوب المنافسة أثر إيجابي في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد .

و دراسة فداء أكرم لخياط بعنوان الخياط بعنوان : " أثر استخدام أسلوب بالتنافس الذاتي و المقارنة في تعليم بعض المهارات الحركية لكرة اليد " .

* و قد توصلت إلى أن أسلوب التنافس هو الذي يحقق أفضل نتائج التعلم .

2-3- الفرضية الثالثة : بعد العرض و التحليل لنتائج الاستبيان الذي قمنا به و الذي وزع على تلاميذ المرحلة الثانوية في الرياضات الصفية (كرة اليد) و تبعاً لنتائج الجداول من الرقم 15 إلى 20 على التوالي و الخاصة بالمحور الثالث و الذي تم الوصول فيه إلى أغلبية الحقائق المطروحة و التي على أساسها تم بناء الفرضية نقول

أن الفرضية الثالثة محققة و التي تدلي بأن أسلوب المنافسة دور إيجابي في تحسين مهارة الخداع في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي و هذا ما اتفق مع :
 دراسة أحمد محمد علي شحاتة 2010: بعنوان : " تأثير استخدام الأسلوب التنافسي لتعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد " .
 * و قد توصلت بأن لأسلوب المنافسة تأثير إيجابي لتعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد.

و دراسة فداء أكرم لخياط بعنوان الخياط بعنوان : " أثر استخدام أسلوب بالتنافس الذاتي و المقارنة في تعليم بعض المهارات الحركية لكرة اليد " .
 * و قد توصلت إلى أن أسلوب التنافس هو الذي يحقق أفضل نتائج التعلم .
2-4- مناقشة الفرضية العامة :

لقد تأكدنا من أن الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت و الفرضية الجزئية الثانية و الثالثة قد تحققت و هذا يعني أن لأسلوب المنافسة أهمية في تحسين المهارات الأساسية لكرة اليد لدى الطور الثانوي للمرحلة العمرية 16-18 سنة و عليه نرى أن الفرضية العامة للبحث و التي مفادها " أهمية أسلوب المنافسة في تحسين بعض المهارات الأساسية لكرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي " قد تحققت و أكد ذلك الدراسة المشابهة لدراسة أحمد محمد علي شحاتة بعنوان : "تأثير استخدام أسلوب التنافس لتعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد " و قد توصلت بأن له دور إيجابي لتعلم بعض المهارات الأساسية لكرة اليد و دراسة فداء أكرم الخياط بعنوان " أثر استخدام أسلوب التنافس الذاتي و المقارنة في تعليم بعض المهارات الحركية لكرة اليد " و قد توصلت إلى أن أسلوب التنافس هو الذي يحقق أفضل النتائج في التعلم .
 و دراسة الطالبان لنيل شهادة الماستر: بعنوان : " أثر استخدام أسلوب المنافسة على تنمية بعض المهارات الأساسية لكرة اليد " و قد توصلت أنها محققة .

3- الاستنتاج العام

على ضوء ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة، ومن خلال الفرضيات المطروحة يمكن أن نستنتج أن لأسلوب المنافسة أهمية في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي وقد تم اختيار بشكل منظم للعينة التي كانت تتراوح ما بين 16 و18 سنة .

فمن خلال الجزء الأول من البحث نستنتج أن لأسلوب المنافسة دور مهم وفعال في تعلم مهارة التمرير واستقبال وتبين ذلك من خلال النتائج التي تحصلنا عليها . كذلك فيما يخص مهارة التصويب وتبين ذلك من خلال النتائج التي أكدت أن لأسلوب المنافسة دور فعال في عملية التدريس ويمكن من تعلم بشكل أفضل ومقنن أما فيما يخص الفرضية الثالثة ومن خلال النتائج المتحصل عليها، نستنتج أن مهارة الخداع في كرة اليد يمكن للتلميذ تعلمها وإتقانها باستخدام أسلوب المنافسة وذلك بإدراجه طرق تدريس التي تسهل عملية تطبيق أسلوب المنافسة، وتزداد فرصة تحقيق النتائج المرجوة من خلاله . إذن من كل ما سبق ذكره نستنتج أن لأسلوب المنافسة أهمية في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي للمرحلة العمرية 18/16 سنة، وتؤكد ذلك من خلال الدراسة الميدانية والتطبيقية ، وتوافق المتحصل عليه من خلال الفرضيات المطروحة والنتائج المتوصل إليها .

أهم اقتراحات وتوصيات:

- إتباع طرق عملية في عملية التدريس ضرورة تتوع في أساليب والعمل بأسلوب المنافسة بشكل خاص لأهمية الاستفادة من أسلوب المنافسة لتعلم المهارات الأساسية لكرة اليد.
- توفير الوسائل والمرافق لرياضة كرة اليد توفير بيئة ملائمة قبل استخدام أسلوب المنافسة لتفادي عراقيل نقترح بضرورة وضع حصص يتجسد من خلالها استعمال أسلوب المنافسة.
- نقترح إجراء دراسات حول هذا أسلوب نظرا لأهميته في عملية التدريس.
- نقترح إجراء بحوث ودراسات لمعرفة أهمية استخدام أسلوب المنافسة من بين كل أساليب ودورها في رياضات أخرى .

خاتمة

إن لكل بداية نهاية و لكل منطلق هدف مسطر و مقصود ، فقد بدئنا عملنا المتواضع بجمع المعلومات الخاصة بموضوع البحث، و إنتهينا الى طرح الأسئلة و تحليل نتائجها، و لقد كان مجمل هدفنا إلقاء الضوء على أسلوب المنافسة كونه يعد من أبرز الأساليب التدريسية الحديثة .

حيث يمكن التلميذ من تعلم و إكتساب المعارف، بإعتبار أن تطوير المهارات الأساسية في كرة اليد متلازم بعملية التدريس، و مدى إرتباط هذا الأسلوب مع المرحلة العمرية (المراهقة) كونها تعد من أهم المراحل التي يمر بها الفرد من ناحية التغيرات الجسمية و النفسية و العقلية التي تحدث معه .

حيث قمنا بتقسيم البحث إلى بابين :

الباب الأول و قد خصص للدراسة النظرية .

الباب الثاني و قد كان عبارة عن دراسة تطبيقية .

* الباب الأول و قد شمل فصلين ، تطرقنا في كل فصل على مايلي :

الفصل الأول : أساليب التدريس .

الفصل الثاني : كرة اليد و مرحلة المراهقة .

* الباب الثاني تضمن فصلين :

الفصل الأول (منهجية البحث ، و الإجراءات الميدانية) و إشتمل عينة البحث

- منهجية البحث

- الدراسة الإستطلاعية التي كان الهدف الرئيسي منها إثبات الأسس العلمية للإختبار .

- الفصل الثاني تضمن عرض و مناقشة النتائج و مقابلة هذه النتائج بالفرضيات، و

إستخلاص الإستنتاجات، كما إعتدنا في هذا البحث على عدد من المصادر و

المراجع تمثلت في اللغتين العربية و الأجنبية و عدة مواقع إلكترونية .

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر و المراجع

- 1- أ. نوال إبراهيم شلتوت، د/ محسن محمد حمص، طرق و أساليب التدريس في التربية البدنية و الرياضية، 2007.
- 2- أبو العلاء عبد الفتاح، و إبراهيم شعلان، فسيولوجيا التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، بدون طبعة، 1994.
- 3- أسامة كامل راتب ، قلق المنافسة، دار الفكر العربي، القاهرة ، الطبعة الأولى، 1997.
- 4- أستاذ خليل إبراهيم بشير، أساسيات التدريس ، 2005.
- 5- بلعباس. ج . م، دولر التخطيط في إدارة البطولات و المنافسات الرياضية، 2006 / 2007 المسيلة، قسم الإداري والتسيير الرياضي كلية العلوم الإقتصادي والعلوم التجاري وعلوم التسيير .
- 6- جمال مقراني، تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لبراعم كرة اليد (10-12 سنة)
- 7- الجوهري - الصلاح ، المركز العربي للثقافة و العلوم ، .
- 8- حسام إبراهيم أغسطس، إكتشف فوائد ممارسة كرة اليد ، 2017 .
- 9- حسن سعد المحمد، منتدى دروس التربية البدنية و الرياضية، النظرية و العلمية ، 1981 .
- 10- حلود مانع الزبيدي، موسوعة الألعاب الرياضية ، دار دجلة ، عمان . 2008
- 11- حنفي محمد مختار، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم: دار العربي، القاهرة ، 1994
- 12- د/ راغدة شريم ، سيكولوجيا المراهقة . 2009
- 13- د/ محمود عبد الحليم عبد الكريم ، ديناميكية التدريس التربية الرياضية ، طبعة 01، 2002.
- 14- درويش. ك، القياس والتقويم و تحليل مباراة في كرة اليد، مركز الشباب للنشر، القاهرة ، مصر، 2002.
- 15- عباس أحمد صالح السمراي، كفييات تدريبيه في طرق التدريب البدنية، مطبعة الحكمة ، جامعة البصرة، 1991.
- 16- عبد العزيز فهمي، مبادئ الإحصاء ، الجامعة الجزائرية : ديوان المطبوعات، 1994
- 17- عبد المجيد محمد الهاشمي، علم النفس التكويني أسس تطبيقية، مكتبة الخانجي، 1976
- 18- عبد علي النصيف قاسم حسن حسين، مبادئ التدريب الرياضي: مطبعة التعليم العالي ، بغداد. 1988
- 19- عبس الفتاح الرمالي و محمد إبراهيم شحاتة، اللياقة و الصحة ، دار الفكر العربي : القاهرة ن الطبعة 01 ، 1991

قائمة المصادر و المراجع

- 20- عزت محمود الكاشف ، الإعداد النفسي الرياضي ، 1991 .
- 21- عصام الدين متولي عبد الله و بدوي عبد العالي ، طريقة تدريس التربية البدنية ، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر، مصر ، 2006 .
- 22- عصام نور، سيكولوجية المراهقة ، 2003 .
- 23- عقيل الكاتب ، الكرة الطائرة: دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1980
- 24- فوزي احمد بن دريري، العنف لدي التلاميذ في المدارس الثانوية الجزائرية ، الجزء الاول ، 2008 .
- 25- فيس ناجي عبد الجبار و شامل و كامل. مبادئ الإحصاء في التربية البدنية. ، بدون تاريخ
- 26- فيصل عياش ،الموجز في علم الحركة،و مطبعة المدرسة العليا للأساتذة التربية البدنية و الرياضية، مستغانم ، 1987 .
- 27- كريم المصري ، مدرب النادي الأهلي ، مجلة التربية الرياضية، 2000 .
- 28- محمد حسن علاوي، علم النفس التدريب والمنافسات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، 2002 .
- 29- محمد صبحي حسانين ، كمال عبد الحميد إسماعيل رباعية كرة اليد الحديثة .
- 30- مصطفى فهمي ،سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار مصر للطباعة القاهرة، 1944
- 31- مصطفى فهمي، سيكولوجية الطفولة و المراهقة، دار مصر للطباعة ، القاهرة ، 1994 .
- 32- مفتي إبراهيم حماد ،موسوعة التعلم و التدريب في كرة القدم الجزء الأول ، دار الفكر العربي، 1997
- 33- مفتي إبراهيم حماد التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي الطبعة 02 ، 2001
- 34- منير جرحس إبراهيم ، كرة اليد الجميع ، دار الفكر العربي الطبعة 04 ، 1994
- 35- موسكا موستن سارة أشوورث ، ترجمة جمال ، 1991 .
- 36- موضوعات عن الطب الرياضي ، ويكيبيديا، 2002 .
- 37- ناهد محمود سعد و نيللي رمزي فهميم ، طرق التدريس في التربية الرياضية الطبعة 02 ، القاهرة ، مركز الكاتب للنشر ، 2004 .
- 38- نبيل محمد إبراهيم، الضوابط القانونية للمنافسة الرياضية طبعة 01 ، دار الوفاء للطباعة و النشر، الإسكندرية ، 2004 .
- 39- نوري حافظ ، المراهق. الطبعة الثانية المؤسسة العربية للدراسات و النشر القاهرة ، 1990
- 40- هدى محمد قناوي ، سيكولوجية المراهقة ، دار الفكر للطباعة و النشر ، بدون سنة
- 41- وديع التكويني، الإعداد تدني للنساء ، دار الفكر للطباعة و النشر جامعة الموصل ،بغداد، 1986

قائمة المصادر و المراجع

42- ياسر دبور ، كرة اليد الحديثة ، دار المنشأة،الاسكندرية بدون تاريخ .
المراجع باللغة الفرنسية :

43- G-liejdelyk.psychologie et éducation mtome 2,10ddescent Fernand MATH en 1971

المذكرات و المجالات و القواميس :

44- مفتي إبراهيم حماد ،موسوعة التعلم و التدريب في كرة القدم الجزء الأول، دار الفكر العربي، 1997

45-حلود مانع الزبيدي، موسوعة الألعاب الرياضية ، دار دحلة ، عمان . 2008

46-الفيرو زبادي ، قاموس المحيط ، مادة سلب ، مؤسسة الرسالة، 1993

47-مذكرة ماستر ، أثر الوحدات التعليمية المقترحة في تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة .

2014/2013

48- مذكرة ماستر 2018 ،أثر إستخدام أسلوب المنافسة على تنمية بعض مهارات الأساسية في كرة اليد

49-مجلات رياضية عالمية Karaté-do A.j.Ain Touta .

1-

مواقع الانترنت :

50-صلاح محمود ، بحث الفرق بين الطريقة و الأسلوب 44 : <https://elmstaba.com> .2017-

09-04

51-مجيد فلاح حسن السمراني . <http://forum.kooora.com> . 2008

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي

استمارة استبيان

يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة في إطار انجاز بحث علمي ميداني لنيل شهادة ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي بعنوان " أثر استخدام الأسلوب المنافسة على تنمية بعض المهارات الأساسي في كرة اليد"

نرجو منكم ملء هذه الاستمارة بالإجابة على الأسئلة بصراحة وصدق حسب إحساسكم حتى يتسنى لنا الوصول على معلومات تفيدنا في هذه الدراسة، لتكون قد ساهمت في إثراء البحث العلمي عامة و مساعدتنا، ولكم منا كل الشكر .

ملاحظة : ضع علامة (X) في الإطار المناسب

تحت إشراف :

د . ميم مختار

إعداد الطالبتان :

ثبتي هجيرة

سعيدي أمال

السنة الجامعية 2019-2020

المحور الأول:

يساهم التحضير البدني والمهاري في تحسين الصفات البدنية والمهارية

- هل لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء التلاميذ خلال فترة المنافسة الرياضية؟

- نعم

- لا

- هل برنامج التدريس المعتمد يساعد في تطوير الأداء الرياضي في كرة اليد؟

- نعم

- لا

- هل تخصص حصص لتنمية الأداء المهاري والبدني قبل المنافسة الرياضية؟

- نعم

- لا

- هل الأداء الجيد مرتبط بتنمية الصفات البدنية والمهارية؟

- نعم

- لا

- من بين هذه الصفات ما هي الصفة التي تراها مهمة؟

- الرشاقة

- السرعة

- القوة

- التحمل

- المرونة

- هل التنوع في طرق التدريس لها علاقة ارتباطية بتنمية الصفات البدنية والمهارية؟

- نعم

- لا

- في رأيك هل للصفات البدنية دور في تحقيق أفضل النتائج؟

- نعم

- لا

● في رأيك هل الصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج؟

- نعم

- لا

● هل الاهتمام بتنمية الصفات البدنية والمهارية يعد أحد عناصر مكونات التدريس؟

- نعم

- لا

المحور الثاني:

● يساهم التحضير البدني والمهاري لتحكم في القدرة على أداء المهارات أثناء المنافسة الرياضية

بصفتك كأستاذ للتربية البدنية أي التحضير تبدأ به أولاً؟

- مهاري

- بدني

- خططي

● ما هي المهارات التي تركز عليها أثناء التحضير المهاري؟

- المراوغة

- التصويب

- التمرير

● هل لكثافة التحضير البدني تأثير في أداء الرياضي؟

- نعم

- لا

● ما هي طريقة التدريس التي تركز عليها في تطوير الأداء الرياضي

- ط.الكلية

- ط. الجزئية

- ط. الكلية جزئية

● في رأيك هل عند إتقان التلميذ المهارات بشكل جيد أثناء المنافسة يحقق أفضل النتائج؟

- نعم

- لا

المحور الثالث:

- يساهم التحضير البدني في إتقان الأداء أثناء المنافسة الرياضية في رأيك هل للتحضير البدني دور في استجابة التلميذ أثناء المنافسة الرياضية؟

- نعم

- لا

- هل أثناء الحصة تراعي الجانب البدني أم الجانب المهاري؟

- نعم

- لا

- كأستاذ هل تعتمد على خطة قبلية؟

- نعم

- لا

- هل سبق لك أن حققت نتيجة مرضية من خلال الخطة التي وضعتها قبل المنافسة الرياضية؟

- نعم

- لا

- هل يستجيب التلاميذ للملاحظة المقدمة أثناء المنافسة الرياضية؟

- نعم

- لا

- هل النتائج الرياضية تؤثر على مردود التلاميذ في كرة اليد؟

- نعم

- لا

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

ولاية مستغانم
مديرية التربية
مصلحة التكوين والتفتيش
رقم 2020/20.20

مستغانم في: 10 مارس 2020

مدير التربية

الى
السيدات والسادة المدرسين
التعاونيين
لولاية مستغانم

الموضوع: ترخيص لإجراء تربص ميداني استبيان

يشرفني أن أطلب منكم السماح للطالب(ة)

1. تبتلي هجرية
2. حسني جمال
3. ك

بإجراء (تربص ميداني - توزيع استبيان) بالمؤسسة التي تشرفون عليها

تخصص النشاط البدني المدرسي

وذلك ابتداء من 10/03/2020

مدير التربية

عن مدير التربية وبتفويض من
رئيس مصلحة التكوين والتفتيش

م. بريسكي





مستغانم:

09 مارس 2020

قسم: التربية البدنية و الرياضية

الرقم: 2020 / 03 / 1116

إلى السيد (ة): مدير مديرية التربية لولاية مستغانم

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر نرجو من سيادتكم

المحترمة تسهيل مهمة الطلبتان:

- ثبتي هجيرة

- سعيدي امال

المسجلتان في السنة الثانية ماستر النشاط البدني الرياضي المدرسي للسنة الجامعية

. 2020-2019

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام



| الدائرة | الترتيب | المؤسسات | ملاحظات |
|-------------|---------|------------------------------|---------|
| مستغانم | 1 | زروقي الشيخ بن الدين | |
| | 2 | ولد قابلية صليحة | |
| | 3 | أول نوفمبر 1954 | |
| | 4 | بن قلدة التواتي | |
| | 5 | إدريس السنوسي | |
| | 6 | محمد بن أحمد عبد الغني | |
| | 7 | بن جيلالي الغالي | |
| | 8 | محمد خميستي | |
| | 9 | بن زازة مصطفى خروية | |
| | 10 | أوكراف محمد | |
| | 11 | كاسطور | |
| حاسي ماماش | 12 | تجديت الجديدة | |
| | 13 | لطروش الجيلالي مزغران | |
| | 14 | الإخوة عمار استيديا | |
| عين النويصي | 15 | محمد بومدين حاسي ماماش | |
| | 16 | الإخوة والي عين النويصي | |
| | 17 | الشهيد معروف الشارف فرناكت | |
| ماسرى | 18 | بن ياحي | |
| | 19 | فلوح الجيلالي ماسرى | |
| | 20 | هوارى بومدين ماسرى | |
| بوقيرات | 21 | عبد الحق بن حمودة سيرات | |
| | 22 | العربي عبد القادر بوقيرات | |
| | 23 | الأمير عبد القادر | |
| | 24 | هوارى بومدين السوافلية | |
| | 25 | الإخوة اولاد داني - الصفصاف | |
| خير الدين | 26 | حمو عثمان خير الدين | |
| | 27 | صيادة | |
| عين تادلس | 28 | المختار بن يوسف وادي الخير | |
| | 29 | الإخوة عباس الصور | |
| | 30 | شمومة محمد عين تادلس | |
| | 31 | كروسة السنوسي عين تادلس | |
| سيدي لخضر | 32 | بن عروم حمو بن ع مالك رمضان | |
| | 33 | محمد بلهاسمي حجاج | |
| | 34 | أحمد بومهدي سيدي لخضر | |
| | 35 | مهداوي أحمد سيدي لخضر | |
| سيدي علي | 36 | دار عبيد عبد الحميد سيدي علي | |
| | 37 | عبد الباقي بن زيان سيد علي | |
| | 38 | اولاد معلى الجديدة | |
| عشعاشة | 39 | بشير باي عدة خضرة | |
| | 40 | خضرة الجديدة | |
| | 41 | حمدي شريف عبد القادر عشعاشة | |
| | 42 | الشهيد يحي شريف عشعاشة | |
| | 43 | عشعاشة الجديدة | |
| | 44 | الشهيد محمد باشا محمد عشعاشة | |

الشهيدية