



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التربية البدنية و الرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في التربية و علم الحركة
بعنوان :

الكشف عن المستوى المعرفي لبعض فعاليات ألعاب القوى لدى الطلبة المترشحين

دراسة مسحية أجريت على طلبة السنة الثالثة ليسانس تخصص تربية وعلم الحركة

تحت إشراف:

من إعداد الطلبة:

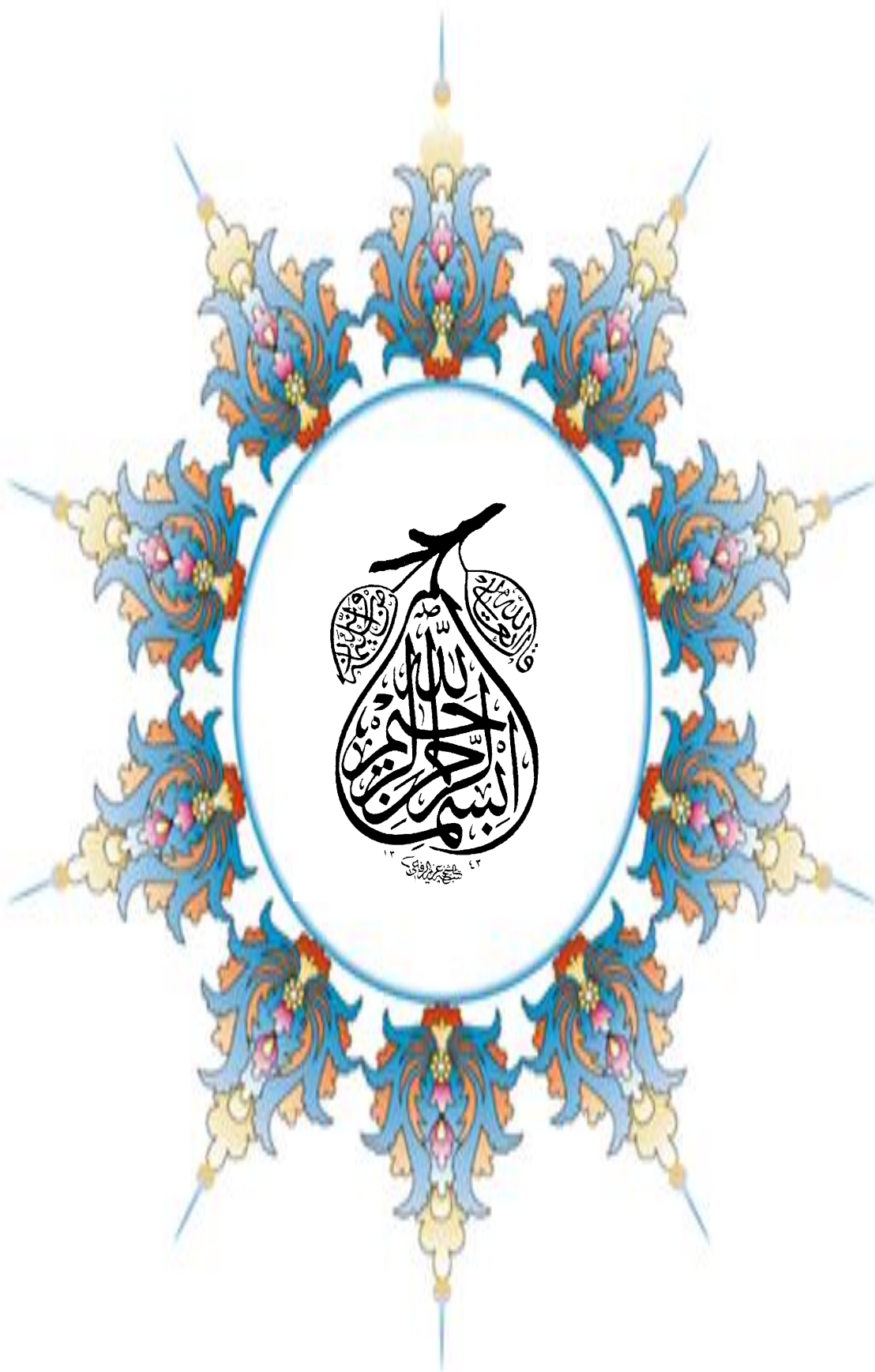
أ.د/بن لكحل منصور.

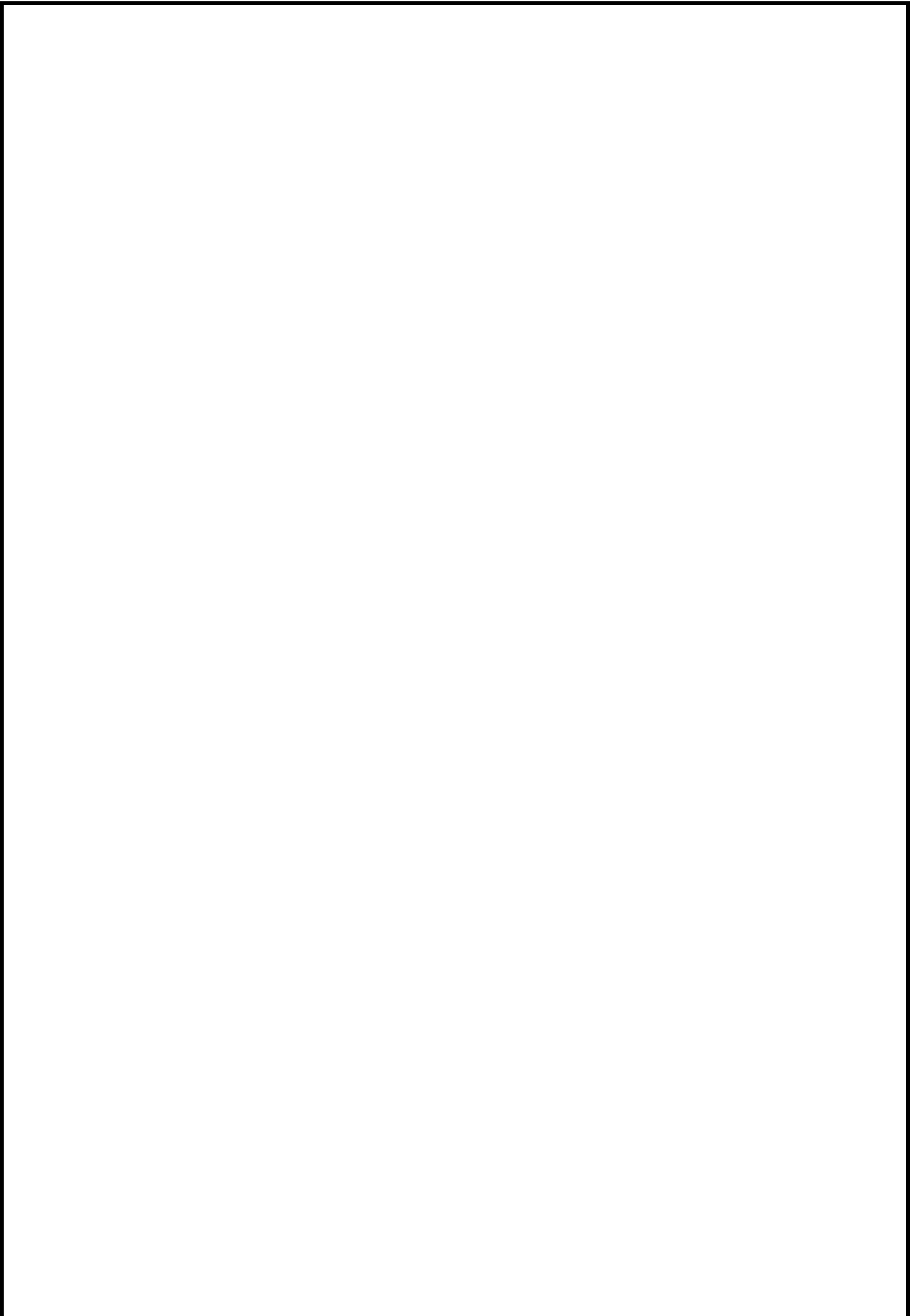
*شلطي أمال.

*شداد عز الدين.

*عمالو محمد.

السنة الجامعية: 2016/ 2017





تَشْكُرَات

قال الله تعالى :

"وإذ تأذن ربكم لئن شكرتم لأزيدنكم ولئن كفرتم إن عذابي لشديد" سورة إبراهيم .

نشكر

الله عز وجل و نحمده كثيرا الذي وفقنا لإتمام هذا العمل المتواضع .
و من بعده نتقدم بخالص الشكر إلى عينة البحث والمتمثلة في الطلبة
المتربصين السنة الثالثة ليسانس تخصص تربية و علم الحركة والأستاذ
الدكتور المشرف على بحثنا هذا "بن لكحل منصور" .

و نخص بجزيل الشكر و التقدير و الإحترام إلى الدكتور "كوتشو كسيد
احمد" الذي تابع مراحل إنجاز عملنا بكل إهتمام و مسؤولية و ما فتى
أن يمدنا بالنصائح و التوجيهات التي ساعدتنا في التغلب على الصعاب و
كانت عوننا لنا لإنهاء موضوعنا على نحو أفضل .

كما أتوجه بالود و الإحترام إلى كل أساتذة معهد التربية البدنية و
الرياضية بجامعة – مستغانم –

و إلى كل من قدم لنا يد العون و ساعدنا بنصيحة ثمينة ، أو كلمة طيبة
أو بسمة صادقة ، و شجعنا من أجل الوصول إلى المعلومة المفيدة و
الكلمة الهادفة .

في الأخير نشكر كل من ساعدنا من بعيد أو قريب .

محمد – أمال – عز الدين .

الإهداء:

أهدي عملي المتواضع هذ إلى ثمرة جهدي ، إلى من ضحّت من أجل تعليمي

"أمي الحنون"

إلى من كان لي منبع للثقة والصبر " أبي الكريم"

حفظهما الله وأطال في عمرهما

إلى كل اخوتي وأخواتي وإلى جميع أفراد العائلة من كبيرها إلى صغيرها

إلى أستاذنا الدكتور "كوتشوك سيد أحمد " الذي أشرف على مذكرتنا و تعب معنا

إلى زملائي المشاركين في البحث: محمد عمالو، شلطي أمال

إلى جميع الأصدقاء وزملاء الدراسة خاصة:

العوني، عبدالله، أمير، فتحي، ياسين، أمين، عبدالنور، عبدالرحيم، عبدالسلام

إلى كل من علمني حرفا، ولقنني درسا، و أعطاني نصحا

إلى كل من يحمل مشعل العلم والبحث العلمي

إلى كل من تقع عيناه على هذا البحث

شداد عز الدين

الإهداء

أهدي هذا العمل إلى من قال فيهما عز وجل "وبالوالدين إحسانا"

صدق الله العظيم

وإلى من قال فيهما الرسول: "رضى الله من رضى الوالدين وغضب الله من غضب الوالدين"
إلى التي شقت وتعبت من أجل رعايتي وتربيتي إلى تلك الشمعة التي تحترق لتضيء لي

طريقي إلى نبع الحنان سر الوجدان أمي.....أمي.....أمي

إلى من شجعني على مواصلة دراستي وإلى من لم يبخل عليا بشيء.....أبي

حفظهما الله وأطال في عمرهما

إلى الشموع التي لا تنطفئ إخوتي الأعزاء

إلى كل الأقارب وأفراد العائلة من صغيرها إلى كبيرها

وإلى كل أصدقائي خاصة: يوسف، عبد الهادي، سعيد، عز الدين ، عبد الرحمان، هشام.

إلى المشرف: كوتشوك سيد أحمد

وإلى جميع أساتذة وطلبة معهد التربية البدنية والرياضية

وإلى كل من ساعدني من قريب أو من بعيد ولو بكلمة طيبة، وإلى كل من أحبوني

وأحببتهم

وإلى رفقائي في العمل : عز الدين ، أمال.

الإهداء

إلى العظيمة في عطائها إلى نور الحياة وبهجتها ، إلى المعلمة الأولى سيدة النساء إلى التي أعطتنا
من روحها لتبقي أرواحنا .

أمي "فتيحة" (حفظها الله و رعاها)

إلى سيد الرجال، الذي انتظر أن يقطف جهد السنوات الطوال من التعب المضني أبي بن عودة
(حفظه الله)

إلى الأستاذ الدكتور المشرف "بن لكحل منصور "

إلى الدكتور " كوتشوك سيد أحمد" الذي لم يبخل علينا بنصائحه وتوجيهاته
إلى جميع أفراد عائلتي:

اخوتي : سمير، جيلالي، حمزة، محمد .

و أخواتي : مجيدة ، كريمة ، أمينة ، و أولادهم ، و صغيرتي حنان .

و زوجة أخي :العالية ، و ابنها الكتكوت الغالي عبد الإله .

إلى استاذتي " ربوحفاطيمة "

إلى كل الأقارب من بعيد وقريب

إلى صديقاتي و رفيقات دربي : أمينة ،حبيبة ،هاجر ،حليمة ، فوزية ،أمال .

إلى صديقي "إلياس"

إلى زميلي عيموش محمد الأمين الذي ساعدني في بحثي.

وإلى جميع زملاء الدراسة بالمعهد وصديقاتي بالإقامة الجامعية.

وإلى رفقائي في العمل: محمد و عز الدين

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي .

أمال .

الفهرس

الصفحة	العنوان
أ	البسملة
ب	إهداء
ج	إهداء
د	إهداء
هـ	تشكرات
و	قائمة المحتوى
ز	قائمة الجداول
ح	قائمة الأشكال البيانية
التعريف بالبحث	
1	1.مقدمة
5	2.مشكلة البحث
5	3.أهداف البحث
5	4.فرضيات البحث
6	5.مصطلحات البحث
7	6.الدراسات السابقة والمثابهة
الباب الأول: الجانب النظري	
الفصل الأول: فعاليات ألعاب القوى والجانب المعرفي	
16	1-تمهيد
16	1-1- ألعاب القوى
16	1-1-1- تعريف ألعاب القوى
17	1-1-2- ماهية وأهمية مسابقات ألعاب القوى
17	1-1-2-1- ماهية مسابقات ألعاب القوى

17	1-1-2-2- أهمية مسابقات ألعاب القوى
17	1-1-2-2- من الناحية التربوية
18	1-1-2-2- من الناحية الوظيفية
18	1-1-2-3- من الناحية المهارية
18	1-1-2-4- من الناحية البدنية
18	1-1-3- فعاليات ألعاب القوى
18	1-1-3- السرعة
19	1-1-3-1- مفهوم السرعة
19	1-1-3-2- المراحل الفنية لسباق السرعة
19	1-1-3-2-1- مرحلة البدء والانطلاق
20	1-1-3-2-2- مرحلة تزايد السرعة
20	1-1-3-2-3- مرحلة تناقص السرعة ونهاية السباق
16	1-1-3-2- الوثب الطويل
21	1-1-3-2-1- المراحل الفنية للأداء الحركي للوثب الطويل
21	1-1-3-2-1-1- مرحلة الاقتراب
21	1-1-3-2-1-2- مرحلة الارتقاء
21	1-1-3-2-1-3- مرحلة الطيران
21	1-1-3-2-1-4- مرحلة الهبوط
22	1-1-3-2- قواعد قانونية
22	1-1-3-3- دفع الجلة
22	1-1-3-3-1- نبذة تاريخية عن دفع الجلة
23	1-1-3-3-2- الأسس العلمية لتقنيات الرمي
23	1-1-3-3-3- الأدوات
23	1-1-3-3-3-1- الجلة
24	1-1-3-3-3-2- الملعب

24	1-1-3-3-4-المراحل الفنية للأداء الحركي لدفع الجلة
24	أ-المسك والقبض على الجلة
24	ب- حمل الجلة
25	ج- وقفة الاستعداد
25	1) وضع الرجلين
25	2) وضع الذراعين
25	د- التحفز
26	هـ- الزحف
26	و- الدفع
26	ز-الاتزان
27	ثانيا: الجانب المعرفي الرياضي
27	1-2- مفهوم المعرفة
27	2-2- مفهوم الجانب المعرفي
28	2-2-1- أهمية الجانب المعرفي في التربية البدنية والرياضية
29	2-2-2- أهمية الجانب المعرفي للطلبة المتربصين المقبلين على التخرج
29	2-2-3- علاقة الجانب المعرفي بالجانب الحركي
30	2-2-4- أهمية الإعداد المعرفي للرياضيين
31	2-2-5- الجانب المعرفي للرياضي (الطالب المتربص)
31	2-2-6- تشكيل القدرات العقلية المعرفية
32	2-2-7- الأهداف التعليمية المعرفية في التربية البدنية والرياضية
33	2-3- القياس المعرفي الرياضي
33	2-4- الأهداف المعرفية في المجال الرياضي
34	2-5- أهمية الاختبارات المعرفية
34	3- خلاصة

36	تمهيد
37	أولاً: التكوين بالمعهد
37	1-1- مفهوم التكوين
37	1-2- تعريف التكوين
37	1-3- أهداف التكوين
38	1-4- العوامل الدالة على نجاح التكوين
38	1-4-1- درجة ذكاء المتكون
38	1-4-2- سمات شخصية الطالب المتكون
38	1-4-3- الخبرة البيداغوجية للمكون
38	1-5- صفات الطالب المتكون
39	1-6- مبادئ التكوين
39	1-6-1- تقديم المعلومات
39	1-6-2- دور المتكون
39	1-6-3- خصائص المتكونين
39	1-7- أهمية التكوين المهني في إعداد معلم التربية البدنية والرياضية
40	1-8- كيفية إعداد وتكوين معلم التربية البدنية والرياضية
40	1-9- تعريف نظام " ل . م . د "
41	ثانياً: التريص .
41	2-1- مفهوم التريص
42	2-2- أهداف التريص
42	2-2-1- الأهداف العامة للتريص
44	2-2-2- الأهداف الخاصة للتريص
44	2-3- مراحل التريص
44	2-3-1- مرحلة التدريس المصغر
45	2-3-2- مرحلة المشاهدات الحية داخل مدرسة التطبيق

45	2-3-3-مرحلة التدريس الفعلي
45	2-3-4-مرحلة التقويم والنقد البناء
46	2-4-خلاصة

الباب الثاني: الجانب الميداني

الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

49	1.تمهيد
49	2.منهج البحث
50	3.مجتمع وعينة البحث
51	4.متغيرات البحث
51	5.مجالات البحث
52	6.أدوات البحث
53	7.الأسس العلمية للبحث
54	8.الدراسات الإحصائية

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

57	1.عرض وتحليل النتائج
88	2.استنتاجات
89	3.مناقشة الفرضيات
91	4.اقتراحات
92	5.خلاصة عامة
93	6.قائمة المصادر والمراجع
96	7.الملاحق

قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان	الرقم
57	جدول يمثل إختصاص الطلبة المتربصين في المعهد في الألعاب الفردية .	01
58	جدول يمثل إختصاص الطلبة المتربصين في المعهد في الألعاب الجماعية.	02
59	جدول يمثل نسبة الطلبة المستعنيين بالأهداف المنصوص عليها للتحضير لحصة تربية بدنية و رياضية خلال فترة التربص .	03
60	جدول يمثل نسبة الإجابة حول إجراء المحاضرات للجوانب المعرفية لألعاب القوى .	04
61	جدول يمثل نسبة النقائص خلال فترة التكوين بالمعهد للجوانب المعرفية لفعاليات ألعاب القوى .	05
62	جدول يمثل نسبة الحصة النظرية لفعاليات ألعاب القوى عامة وكل من دفع الجلة ،سباق السرعة ،الوثب الطويل خاصة أثناء فترة التكوين .	06
63	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال الطريقة التي ينتهجها الأساتذة بالمعهد في تقديم الجوانب المعرفية.	07
64	جدول يمثل نسبة ضرورة الإعتماد على الجوانب المعرفية في تحضير حصة التربية البدنية والرياضية.	08
65	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال تحميل وزن الجسم في وضع الإستعداد.	09
66	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال إتساع اليدين عند الأرض في وضع البداية.	10
67	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال ميل الجسم بعد الخطوة الأولى من الإنطلاق مائلا إلى الأمام دون إستقامة.	11
69	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال النظر عند الإنطلاق.	12
70	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال مرجحة الرجلين والذراعين تكون بطريقة توافقية.	13

71	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال للحصول على خطوات أطول عند عدائي السرعة يجب أن يكون وضع الجذع.	14
72	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال يكون ميل الجسم بعد الخطوة الأولى من الإنطلاق مائلا إلى الأمام دون إستقامة وذلك في حدود.	15
73	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال مراحل الوثب الطويل.	16
74	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال بداية الانطلاقة في الوثب الطويل موحدة لجميع المتنافسين.	17
75	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال تحديد مكان البدأ في الوثب الطويل يساعد .	18
76	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال وضع القدم أثناء الارتقاء.	19
77	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال قياس الوثبة .	20
78	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال تعد الوثبة الصحيحة إذا لمس المتنافس الأرض منطقة الهبوط.	21
79	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال أثناء مرحلة الهبوط تكون الرجلين في الوضع.	22
80	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال المحاولة الصحيحة إذا سقطت الأداة بالكامل خارج حقل الرمي.	23
81	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال كيفية الدخول إلى دائرة الرمي .	24
82	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال إعتبار الرمية صحيحة إذا خرج المتنافس قبل سقوط الجلة.	25
83	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال إعتبار الرمية صحيحة إذا قام اللاعب بلمس لوحة الايقاف من الداخل.	26
84	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال وقفة الاستعداد كيف تكون مرفقة الذراع الحاملة للجلة.	27
85	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال كيفية تبدأ مرحلة الدفع.	28
86	جدول يمثل نسبة الإجابة على سؤال قطر دائرة دفع الجلة.	29

قائمة الأشكال البيانية:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	دائرة نسبية تمثل إختصاص الطلبة المتربصين في المعهد في الألعاب الفردية	57
02	دائرة نسبية تمثل إختصاص الطلبة المتربصين في المعهد في الألعاب الجماعية.	58
03	دائرة نسبية تمثل نسبة الطلبة المستعنيين بالأهداف المنصوص عليها للتحضير لحصة تربية بدنية و رياضية خلال فترة التربص .	59
04	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة حول إجراء المحاضرات للجوانب المعرفية لألعاب القوى .	60
05	دائرة نسبية تمثل نسبة النقائص خلال فترة التكوين بالمعهد للجوانب المعرفية لفعاليات ألعاب القوى .	61
06	دائرة نسبية تمثل نسبة الحصص النظرية لفعاليات ألعاب القوى عامة وكل من دفع الجلة ،سباق السرعة ،الوثب الطويل خاصة أثناء فترة التكوين .	62
07	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال الطريقة التي ينتهجها الأساتذة بالمعهد في تقديم الجوانب المعرفية.	63
08	دائرة نسبية تمثل نسبة ضرورة الإعتماد على الجوانب المعرفية في تحضير حصة التربية البدنية والرياضية.	64
09	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال تحميل وزن الجسم في وضع الإستعداد.	66
10	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال إتساع اليدين عند الأرض في وضع البداية.	67
11	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال ميل الجسم بعد الخطوة الأولى من الإنطلاق مائلا إلى الأمام دون إستقامة.	68

69	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال النظر عند الإنطلاق.	12
70	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال مرجحة الرجلين والذارعين تكون بطريقة توافقية.	13
71	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال للحصول على خطوات أطول عند عدائي السرعة يجب أن يكون وضع الجذع.	14
72	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال يكون ميل الجسم بعد الخطوة الأولى من الإنطلاق مائلا إلى الأمام دون إستقامة وذلك في حدود.	15
73	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال مراحل الوثب الطويل.	16
74	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال بداية الانطلاقة في الوثب الطويل موحدة لجميع المتنافسين.	17
75	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال تحديد مكان البدأ في الوثب الطويل يساعد .	18
76	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال وضع القدم أثناء الارتقاء.	19
77	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال قياس الوثبة .	20
78	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال تعد الوثبة الصحيحة إذا لمس المتنافس الأرض منطقة الهبوط.	21
79	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال أثناء مرحلة الهبوط تكون الرجلين في الوضع.	22
80	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال المحاولة الصحيحة إذا سقطت الأداة بالكامل خارج حقل الرمي.	23
81	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال كيفية الدخول إلى دائرة الرمي .	24
82	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال إعتبار الرمية صحيحة إذا خرج المتنافس قبل سقوط الجلة.	25
83	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال إعتبار الرمية صحيحة إذا قام اللاعب بلمس لوحة الايقاف من الداخل.	26
84	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال وقفة الاستعداد كيف تكون مرفقة	27

	الذراع الحاملة للجلّة.	
85	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال كيفية تبدأ مرحلة الدفع.	28
86	دائرة نسبية تمثل نسبة الإجابة على سؤال قطر دائرة دفع الجلّة.	29

1. المقدمة:

تعتبر التربية البدنية والرياضية جزءا متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين الفرد اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية وذاك عن طريق ألوان النشاطات البدنية اختبرت بغرض تحقيق المهام. (البيسوني، 1996، صفحة 22)

وتسعى كمادة تعليمية إلى تأكيد المكتسبات الحركية والسلوكات النفسية والاجتماعية وذلك من خلال أنشطة بدنية ورياضية متنوعة وثرية ترمي إلى بلورة خصية الفرد من جميع النواحي معتمدة على النشاط الحركي الذي يميزها يأخذ مداه من الأنشطة البدنية والرياضية كدعامة ثقافية واجتماعية فهي تمنح المتعلم رصيذا صحيا يضمن له توازنا سليما وتعايشا منسجما مع المحيط الخارجي. (المناهج والوثائق المرافقة للسنة من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي، الصفحات 1-3)

مما دفعها اليوم لأن تكون علما قائما بذاته له فلسفته الخاصة وله نظم وقوانين تحكمه، حيث أصبح تطور جوانب التربية البدنية والرياضية من ضروريات الحياة وواجب هاما يجب أن تعمل على تحقيقه لأنها أصبحت تشغل حيزا كبيرا في حياة الفرد والمتعلم وكذا اللاعب وكما قال "جون ديوي": أنها أسلوب مناسب لمعيشة الحياة وتعاطيها. (الخولي، 1996، صفحة 30)

وتعد ألعاب القوى من الأساسيات لجميع الرياضات كما أنها تعتبر أم الرياضات، ويظهر ذلك من خلال ما تقدمه هذه الرياضة من التمارين والأنشطة التي تسديها لبقية الاختصاصات، وإن هذا دل على شيء فإلنما يدل على أهمية ألعاب القوى في المجال الرياضي بصفة عامة، وهنا نجد أن كل من فعاليات الوثب الطويل وسباقات السرعة ودفع الجلة من أمتع فعاليات ألعاب القوى كون أنها تجمع بين السرعة والأداء الفني

وبذلك فلنلعب دورا كبيرا في تحقيق الأهداف المنشودة والمسطرة مسبقا وخاصة أن هذه الفعاليات يتم دراستها وتعلمها خلال فترة تكوين الطلبة الجامعيين بالمعهد أو الجامعات الخاصة بالتربية البدنية والرياضية حيث تدريسها وتعلمها لا يتطلب استخدام الوسائل الرياضية الكبيرة بل يعتمد على أبسط الوسائل أو الوسائل البديلة وذلك لغرض الوصول بالطلبة إلى النمو في صفاتهم البدنية وتحقيق الأداء الحركي الدقيق والسليم وإتقان جميع المهارات خلال فترة التكوين في هذه الفعاليات، ويجب أن يكون هناك علاقة بين المدرس والمتعلم حتى تتم عملية التعليم والتدريس بطريقة صحيحة وسليمة، وفي هذا الخصوص نجد "زكي درويش و آخرون" يذكرون: إن تدريس فعاليات ألعاب القوى خلال درس التربية البدنية والرياضية يعتمد على العلاقة التفاعلية بين المدرس والطالب وكذلك على الثقة وحسن التفاهم وفهم ضرورة قيام كل فرد ذاتيا بالمحافظة على النظام. (زكي درويش و آخرون، 1984، صفحة 188)

ولكن ممارسة رياضة ألعاب القوى ليست سهلة كما نراها فليس أي كان قادر على ممارستها بكل سهولة نظرا لما تتطلبه من إعداد نفسي ومهاري، بدني وحركي، ولا يخفي علينا الجانب المعرفي نظرا لأهميته وقيمه بالنسبة لهذه الفعاليات فالمعرفة الرياضية تعتبر أساس التعلم الحركي في كل الرياضات بالعموم وعلى وجه الخصوص فعاليات ألعاب القوى (سباقات السرعة، الوثب الطويل، دفع الجلة) ومصدر الانطلاق لإعداد الرياضيين بدنيا ومهاريا ومعرفيا، فهي ركن أساسي في صقل مواهب الرياضيين وتكوينهم وتنمية قدراتهم، فلن كان الرياضي مكون جيدا من الناحية البدنية والمهارية و ينقصه التكوين المعرفي، فهذا يؤثر في مدى فاعليته ويحد من مردوده كما أن الاهتمام بالجانب المعرفي لمختلف الرياضات يساعد على تفهم الواجبات الحركية

والتقليل من الأخطاء وتفاذي الإصابات وإعطاء التصورات الأولية للحركات وكيفية تنفيذها وهذا كله يساهم في تطوير رياضة ألعاب القوى.

وكان اختيارنا لهذا الموضوع نظرا لأهمية الجانب المعرفي ودوره في كشف مستوى المعرفة لبعض فعاليات ألعاب القوى لدى الطلبة المترشحين وهذا لهدف التعرف على قدرة الطلبة المترشحين في توظيف المعارف والمعلومات النظرية في الميدان .

ولقد تناولنا في دراستنا لهذا الموضوع من خلال خطة البحث شملت المقدمة والإشكالية ، أهداف وفروض البحث وكذا التعريف بمصطلحاته ثم عرضنا الدراسات السابقة والمشابهة.

حيث قسمنا بحثنا إلى قسمين: جانب نظري وجانب تطبيقي.

الجانب النظري: احتوى على فصلين.

الفصل الأول: تكلمنا فيه عن فعاليات ألعاب القوى والجانب المعرفي.

الفصل الثاني: تحدثنا فيه عن التريص والتكوين بالمعهد.

الجانب التطبيقي: كذلك شمل فصلين

الفصل الأول: شمل منهجية البحث والإجراءات الميدانية المستخدمة.

الفصل الثاني: حيث قمنا بعرض وتحليل النتائج المتوصل إليها احصائيا.

ثم استخلصنا استنتاجات عامة وناقشنا الفرضيات وقمنا بمقارنتها بنتائج المتوصل إليها، بعد ذلك قدمنا اقتراحات وتوصيات ثم خرجنا بخلاصة عامة شاملة لموضوع بحثنا.

2. المشكلة:

أصبحت رياضة ألعاب القوى من الرياضات الأكثر شيوعاً في العالم فممارستها تتطلب مجموعة من الصفات البدنية كالقوة والسرعة، المرونة والرشاقة والتوظيف في هذه الصفات البدنية في الجانب الإيجابي يتطلب تقسيمها على حسب الفعالية في ألعاب القوى وهذا لا يكون إلا بالجانب المعرفي والذي يعتبر من أهم مراحل التعلم الحركي ومن أهمية التقليل من الأخطاء وتحسن الأداء.

ومن خلال تربصنا بلحدي الثانويات وجدنا أننا نعاني من نقص كبير في المستوى المعرفي لبعض فعاليات ألعاب القوى (الوثب الطويل، سباقات السرعة، دفع الجلة)، ومن خلال زيارتنا الميدانية والمقابلات الشخصية التي قمنا بها مع الطلبة المتربصين تخصص تربية بدنية ورياضية بالمعهد بمستغانم ومع بعض الأساتذة المشرفين على الطلبة المتربصين بغية التعرف إذا ما كان الطلبة المتربصين في المستوى المطلوب ولهم مستوى معرفي لبعض فعاليات ألعاب القوى، وكذلك إذا ما كان الأساتذة بالمعهد يركزون على الجوانب المعرفية ويخصصون حصص نظرية لها خلال فترة تكوين الطلاب بالمعهد.

ومن خلال ما سبق في معرفة الواقع الحقيقي لمستوى المعرفة الرياضية لفعاليات ألعاب القوى المدرجة للتدريس خلال فترة تكوين الطلبة الجامعيين بالمعهد قمنا بطرح التساؤلات التالية:

السؤال العام:

1- هل الطلبة المتربصين تخصص تربية بدنية ورياضية ملمين بالجوانب المعرفية الخاصة لفعاليات ألعاب القوى (سباق السرعة، دفع الجلة، الوثب الطويل)؟

التساؤلات الفرعية:

1- هل التكوين في معهد التربية البدنية والرياضية يعزز أهداف درس التربية البدنية والرياضية من النواحي المعرفية؟

2- هل يخصص أساتذة التربية البدنية والرياضية بالمعهد تخصص ألعاب القوى حصص نظرية معرفية كافية لفعاليات ألعاب القوى؟

3. أهداف البحث:

يهدف هذا البحث على التعرف والكشف عن المستوى المعرفي للطلبة المتربصين تخصص التربية وعلم الحركة لبعض فعاليات ألعاب القوى (سباق السرعة، دفع الجلة، الوثب الطويل)، فالأهداف التي نأمل على تحقيقها من هذا البحث هي:

- كشف المستوى المعرفي للطلبة المتربصين تخصص تربية بدنية ورياضية لبعض فعاليات ألعاب القوى.
- معرفة مدى أهمية واعتماد الأساتذة في معهد التربية البدنية والرياضية على الجوانب النظرية والمعرفية لفعاليات ألعاب القوى.
- التعرف على قدرة الطلبة المتربصين في توظيف المعلومات النظرية في بعض فعاليات ألعاب القوى ميدانيا خلال فترة التربص بالثانويات.

4. الفرضيات:

1.4. الفرضية العامة:

- نقص في مستوى المعرفي للطلبة المتربصين تخصص تربية بدنية ورياضية لبعض فعاليات ألعاب القوى (سباق السرعة، دفع الجلة، الوثب الطويل).

2.4. الفرضيات الفرعية:

- التكوين النظري غير كافي بالمعهد من ناحية الجوانب المعرفية النظرية.
- لدى الطلبة المتربصين صعوبة في التطبيق الميداني لبعض فعاليات ألعاب القوى في درس التربية البدنية والرياضية.

5. مصطلحات البحث:

الكشف: كشف، يكشف، كشف، أي كشف الأمر وأظهره. (مطلوب، صفحة 655)

المعرفة: هي مجموعة من الاستعدادات والقدرات الحقيقية. (فرحات، 2001، صفحة 11)

التربص:

التربص هو تلك الفترة التي يقضيها الطالب في تدريس حصة النواحي الإدارية. التربية البدنية والرياضية في الثانوية.

ألعاب القوى: هي أنشطة لكلا الجنسين تشمل ألعاب المضمار والميدان، المشي، الجري، واختراق الأضحية والمسابقات المركبة. (صابر خير الدين، سعد محمد قطب، 2009، صفحة 11)

وهي العامل الديناميكي المحرك لمجمل التطور الجسمي لأنها تمثل العمود الفقري الذي ترتكز عليه الألعاب الرياضية الأخرى. (حسن، 1980، صفحة 09)

التعريف الاجرائي: هي مجموعة من الأنشطة والفعاليات الرياضية تعتمد على الأداء المهاري والحركي

التكوين: يعرف على أنه عبارة عن عملية تعديل إيجابي ذي اتجاهات خاصة تتناول سلوك الفرد من الناحية المهنية أو الوظيفية وهدفه اكتساب المعارف والخبرات التي يحتاج إليها الفرد من أجل رفع مستواه وكفايته في الأداء بحيث تتحقق فيه الشروط المطلوبة لإتقان العمل. (لحسن أبو عبد الله، محمد مقداد، 1994، صفحة 10)

6. الدراسات السابقة والمثابرة:

الدراسة الأولى: دراسة بن زيدان و آخرون بعنوان: "الكشف عن المستوى المعرفي في الألعاب الرياضية لدى طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم" سنة 1999. تهدف الدراسة إلى: الكشف عن المستوى المعرفي في الألعاب الرياضية الأساسية لدى طلبة معهد التربية البدنية والرياضية.

- تحديد الصعوبات والعراقيل التي تحول دون اكتساب معارف ومعلومات نظرية في الألعاب الرياضية الأساسية والتي من شأنها رفع المستوى المعرفي للطلاب.
- اقتراح جملة من الحلول من شأنها رفع المستوى المعرفي لدى الطلبة بمعهد التربية البدنية والرياضية

ومن ثم صياغة الفرضيات التالية:

* إن درس التربية للمستوى المعرفي لدى الطالبة في الألعاب الرياضية دون المستوى المطلوب وفي الحاجة إلى تحسين واهتمام أكثر.

* تباين واختلاف البرامج المدرسية وقلة البرامج الموجودة للمقاييس العلمية سواء في الجذع المشترك أو الاختصاص.

* هناك معوقات وسلبيات تحول دون اكتساب الرصيد الكافي من المعرفة

والمعلومات النظرية في الألعاب الأساسية

وقد خرج الباحثون بالنتائج التالية:

-النقص الواضح في الإطار العلمي المتخصص عند الطلبة أو التلاميذ الكبير

سواء الحصة الواحدة أو عند القيام بحصتين في وقت واحد أثر سلبا على

إخراج الحصة وتعليم مختلف الفعاليات.

-السلبيات المتعلقة بنقص الملاعب والقاعات والأجهزة والأدوات الرياضية التي

تؤدي بمعظم الأساتذة إلى عدم الالتزام بالمناهج الوزارية.

-قلة اهتمام المدرسين بالناحية العلمية والنظرية.

-انجذاب الطلبة نحو الدروس النظرية.

-عدم وجود برامج في المقاييس العلمية في الجذع المشترك .

كما أوصى الباحثون بجملة من التوجيهات والتوصيات:

-إعادة النظر في طريقة قبول الطلبة بالمعهد.

-بناء ملاعب وقاعات تابعة للمعهد.

-توفير الوسائل التعليمية البيداغوجية لتحسين عملية التكوين.

-إعطاء أهمية كافية للمجال والجانب المعرفي في التدريس العلمي من قبل

الأستاذ.

-زيادة الحجم الساعي للمقاييس العلمية

الدراسة الثانية:

دراسة كل من (صحراوي عبد الكريم ومختاري خالد) بعنوان:

"قياس الكفاءات المعرفية لدى طلبة معهد التربية البدنية والرياضية في نشاط

كرة القدم " سنة 2007.

تهدف الدراسة إلى:

* معرفة المستوى المعرفي لدى طلبة معهد التربية البدنية والرياضية في كرة القدم.

* محاولة تحديد الصعوبات والعراقيل تحول دون اكتساب جانب معرفي جيد.
* اقتراح جملة من الحلول لتنمية الجانب المعرفي.

* اقتراح جملة من الحلول من شأنها رفع المستوى المعرفي لدى الطلبة بمعهد التربية البدنية والرياضية.

كانت فرضيات الدراسة كالاتي:

✓ المستوى المعرفي لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية في نشاط كرة القدم من متوسط إلى ضعيف.

✓ يوجد اختلاف في المستوى المعرفي لطلبة المعهد فيما يخص قانون كرة القدم، والتكنيك، والمهارات.

وتوصل الباحثون بالنتائج التالية:

✓ ضعف الكفاءة المعرفية لطلبة السنة الأولى تربية بدنية ورياضية ل.م.دمن

ناحية تاريخ كرة القدم، المهارات الأساسية لكرة القدم، التكنيك في كرة القدم.

✓ استنتج أن طلبة السنة الأولى تربية بدنية ورياضية ل.م.د لهم كفاءة معرفية في قانون كرة القدم.

✓ نقص اهتمام الطلبة بالجانب المعرفي الرياضي مما انعكس سلبا على

تحسين وتطوير معارفهم وخبرتهم الرياضية.

✓ نقص فادح في توفير الوسائل الفعالة التي تعمل على تحسين الجانب لدى الطلبة.

✓ ومن التوصيات التي اقترحوها الباحثون:

الاهتمام بالجانب المعرفي لطلبة السنة الأولى ل.م.د تربية بدنية ورياضية وذلك من خلال الحصص التطبيقية والتي ترفع من كفاءة الطالب المعرفية.

✓ التركيز على الربط بين الجانب المعرفي باعتباره جانب نظري والجانب العملي التطبيقي.

✓ زيادة الاهتمام بالجانب المعرفي لدى الطلبة وتوفير الوسائل البيداغوجية مثل السبورات والوسائل السمعية البصرية على مستوى المركب الرياضي

الدراسة الثالثة:

دراسة بلحداني بلقاسم تواتي وآخرون تحت بعنوان: " قياس المستوى المعرفي لدى طلبة معهد التربية البدنية والرياضية مستغانم" دراسة مسحية أجريت على طلبة السنة الأولى والثانية والثالثة تربية بدنية ورياضية ، سنة 2010-2011

تهدف الدراسة إلى:

✓ قياس المستوى المعرفي لدى طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بمستغانم.

✓ تصنيف مستويات المعهد حسب المستوى المعرفي.

النتائج التي توصل إليها:

✓ انخفاض في مستوى المعرفة الرياضية لدى أفراد عينة البحث مقارنة

بالدرجة الكلية للمقياس المستخدم.

- ✓ استنتج الطلبة الباحثون أن مستوى المعرفة الرياضية بالمعهد يختلف من مستوى لآخر.
- ✓ استنتج الباحثون أن المستوى المعرفي للطلبة يتناسب طرديا مع المستوى لم.
- ومن الأهم التوصيات التي جاءت في هذه الدراسة:
- ✓ تحفيز وتشجيع الطلاب على زيارة مكتبة المعهد للاطلاع على مصادر المعرفة.
- ✓ مطالبة الطلبة بكتابة تقارير عن مختلف المواضيع والأنشطة الرياضية، واعتبار ذلك الجزء من الواجبات المطلوبة.
- ✓ عقد حلقات نقاشية تثقيفية بمختلف المواضيع الرياضية ولكل مستوى دراسي وحسب المتيسر من الوقت.

الدراسة الرابعة:

دراسة بلبية نورية ودغمان محمد بعنوان: " قياس المستوى المعرفي لدى الطلبة المقبلين على التخرج مقارنة بالمدرسين " دراسة مسحية أجريت على طلبة الليسانس والماستر تخصص تربية بدنية ورياضية بمستغانم والمدرسين بثانويات معسكر، سنة 2014-2015.

أهداف البحث:

- ✓ قياس المستوى المعرفي للطلبة المقبلين على التخرج من خلال اختبار معرفي يتماشى مع مستوى الطلبة.

✓ التعرف على الفروق في المستوى المعرفي بين الطلبة المقبلين على التخرج
الليسانس.

النتائج:

- ✓ المستوى المعرفي للسنة الثالثة ليسانس والسنة الثانية ماستر تخصص تربية
بدنية ورياضية متوسط مقارنة بمستوى المدرسين الذي نجده جيد.
- ✓ هناك ترابط بين المستوى المعرفي والدراسي أي أن المستوى المعرفي يتأثر
بالمستوى الدراسي.
- ✓ عدم وجود فرق في مستوى المعرفة بين طلبة التخرج والمدرسين في
المحاور.

التعليق على الدراسات ونقدها:

من خلال عرض وتحليل الدراسات التي سبقت سواء كانت سابقة أم مشابهة والتي لها
علاقة بموضوع بحثنا تتركب لدينا فكرة حول دراستنا وذلك لاتفاق الدراسات مع دراستنا
الحالية في عدة نقاط نذكر منها:

تناولت كل الدراسات الجانب المعرفي لدى طلبة معاهد التربية البدنية والرياضية لكن
اختلفت في الأنشطة الرياضية فمثلا في الدراسة الأولى اتخذوا الألعاب الرياضية أما
الدراسة الثانية فكان قياس المعرفة حول نشاط كرة القدم، أما من حيث العينة فاختلقت
حسب كل دراسة إلا أنهم اجتمعوا على اختيار الطلبة كعينة مقصودة.

التعريف بالبحث

أما في دراستنا الحالية حملت ما هو جديد فكان الكشف عن المستوى المعرفي لدى الطلبة المتربصين في بعض فعاليات ألعاب القوى (سباق السرعة، دفع الجلة، الوثب الطويل) والتي تعتبر من أهم الفعاليات التي يوظفها الطالب المتربص في الثانويات .

1. تمهيد:

تعتبر رياضة ألعاب القوى من أقدم ما مارسه الإنسان منذ فجر التاريخ، ولقد مثلت هذه الأخيرة المسابقات في الألعاب الأولمبية سواء القديمة أو الحديثة حتى ظهرت بشكلها الحالي، وقد لقيت بأهميتها في بناء الفرد بدنيا وصحيا ونفسيا، فهي تحسن جميع المهارات الأساسية الطبيعية، وتشكل أنشطة ألعاب القوى في برنامج مادة التربية البدنية والرياضية ركنا أساسيا بين الأنشطة الرياضية الأخرى إذ هي القاعدة الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة، لهذا وجب علينا دراسة بعض الفعاليات لألعاب القوى وعلاقتها بالجانب المعرفي لأن المعرفة الرياضية تمثل أحد الدعائم الهامة لتنمية برامج التربية البدنية والرياضية، كما أنها تعتبر وجه ثقافي وحضاري متميز، ولأن على الإنسان أن يعرف قبل أن يمارس، فإن دور المعرفة الرياضية لا يمكن اعتباره دورا هامشيا، خاصة بين أوساط الشباب، حيث يشكل مطلبا هاما لهم وهي تتضمن أشكال الوعي والإدراك.

أولا: ألعاب القوى:

1.1. تعريف ألعاب القوى: يعرفها "جيرارد" بأنها: عبارة عن مجموعة من الفعاليات الرياضية، كوسيلة جيدة الهدف منها التحضير البدني وتنمية الجسم والذهن معا، وهي متعددة الأنواع: الجري، القفز، الوثب، والرمي والدفع والمشي. (goriot, 1984, p. 15)

كما يرى "فايلوت" بأنها: تشمل على فعاليات المشي، الجري لمسافات مختلفة، القفز أو الرمي بأنواعها، بالإضافة إلى المسابقات المركبة العشارية للرجال والسباعية (pratrice, 1980, p. 29) للنساء.

وممن سبق فان ألعاب القوى تعد من الرياضات العريقة ومن النشاطات التي مارسها الإنسان منذ الأزل، وهي عصب الألعاب الأولمبية القديمة وعرس الألعاب الأولمبية

الحديثة، كما تعتبر أم الرياضات الأخرى وتقاس بها الحضارات والشعوب فضلا عن ذلك فإنها تخلق في الفرد التكامل البدني والمهاري والنفسي والأخلاقي.

2.1.1.1. ماهية وأهمية مسابقات ألعاب القوى:

1.2.1.1. ماهية مسابقات ألعاب القوى: مسابقة ألعاب القوى هي عصب الدورات الأولمبية

قديمًا وحديثًا فضلا على أنها تخلق في الفرد التكامل البدني والمهاري والنفسي والأخلاقي، وهي ركن من أركان التعليم في مجال التربية العامة فهي تدخل في جميع برامج ومناهج المدارس بمراحلها المختلفة، وتتميز ألعاب القوى عن العديد من الأنشطة الأخرى في أنها رياضة منظمة تحكمها قياس المتر وتسجيل الزمن و يشترك في المسابقات العديد من المتنافسين ومن الجنسين على حد سواء، فتقام بعض هذه المسابقات في المضمار والبعض الآخر في الميدان ولذلك سميت في بعض الدول بألعاب الميدان والمضمار، ومن المعروف أن تحكيمها يتم تحت مقاييس ثابتة وأن المتسابق يحكم على نفسه وليس الحكم فقط، بينما نجد في الرياضات الأخرى في بعض الأحيان أن الرياضي المحق لا يأخذ حقه لأن هناك حكم هو الذي يقرر النتيجة مثل: المصارعة، الملاكمة والقدم. (سعد الدين الشرنوبى، عبد المنعم هريدي، 1998، صفحة 13)

2.2.1.1. أهمية مسابقات ألعاب القوى:

1.2.2.1.1. من الناحية التربوية: يتجه الوصول للمستويات العالمية في مسابقات ألعاب

القوى إلى الاتجاه الأخلاقي المثالي، حيث أنها منافسات لا يهزم فيها فرد عن آخر كما هو الحال في الألعاب والمنازلات الأخرى إنما هي منافسات بين الأفراد لإظهار كفاءتهم وقدراتهم ومهاراتهم لتحقيق الأرقام، وكذلك فإن ممارسة المتسابق لمسابقات ألعاب القوى تجعله يمر بانفعالات متعددة قد يكون لها تأثير إيجابي على شخصيته وبالتالي على نفسيته وسلوكه.

2.2.2.1.1. من الناحية الوظيفية: إن ممارسة رياضة ألعاب القوى يرفع من كفاءة وعمل الأجهزة الحيوية الداخلية للجسم بما يعود على المتسابق بالحيوية والنشاط و القدرة على العمل بكفاءة عالية مثل (زيادة حجم القلب، زيادة في كمية الدم المضخة، زيادة الشعيرات الدموية من ناحية العدد)

3.2.2.1.1. من الناحية المهارية: إن مسابقات ألعاب القوى المتعددة التي ينفرد كل منها بأداء خاص من غيرها من المسابقات، تكون لدى الفرد مهارات حركية يتميز بها بجانب القدرات البدنية بالرغم من أن البعض يعتقد أنها لا تتطلب مهارات حركية لكن هذا الاعتقاد خاطئ فالقدرة على تحقيق رقم معين في أي مسابقة يتطلب الأداء المهاري الجيد.

4.2.2.1.1. من الناحية البدنية: تعتبر مسابقات العدو والجري من المسابقات المهمة في ألعاب القوى لما تشمله من جوانب فنية متعددة تساهم في تطوير الحالة البدنية للرياضي، وفي هذا الشأن يذكر (فراج عبد الحميد) أن: "رياضي العدو والجري يمتاز بصفة القوى والسرعة والتحمل بل يتميز أيضا بالقدرة على التصرف في المواقف الصعبة وكيف يتخذ قراره بقوة إرادة صلبة وتحدي ولا يتوقف أهمية الجري في تنمية وتطوير الصفات البدنية والنفسية فقط بل يتعدى ذلك إلى الأهمية الفسيولوجية التي تعود على الرياضي من جراء قطع مسافات وبسرعة فائقة والجري لمسافات طويلة". (توفيق، 2004، صفحة 09)

3.1.1. فعاليات ألعاب القوى:

1.3.1.1. السرعة: يعتبر العدو من الأنشطة

الرياضية الفطرية البسيطة وهي ضمن المهارات الحركية الأساسية حيث لا تحتاج في أدائها إلى تفنيد صعب أو معقد ، وبذلك يمكن لكلا الجنسين مزاوتها والاستمتاع بها، هذا بالإضافة إلى تأثيرها الإيجابي على الصحة و الإنتاج وخصوصا في

مراحل العمر المتقدمة إذا ما قننت تقنيًا مناسبًا، ويشمل العدو والمسافات القصيرة و تسمى سباقات السرعة.

1.1.3.1.1 مفهوم السرعة: لغة: تعني اندفاع الجسم و الانطلاق بأقصى سرعة.

اصطلاحًا: تعني القدرة على تحريك أطراف الجسم أو جزء منه أو الجسم ككل في أقل زمن ممكن. (حماد، 1997، صفحة 203)

ويعرف (كلارك) السرعة بأنها قدرة الفرد على أداء حركات من نوع واحد بصورة متتالية، ومن وجهة نظر الحركة تعتبر حركات العدو حركات متكررة تمثل نفسها باستمرار حيث أنها ثنائية المراحل، وكل حركتين متتاليتين من حركة خطوة العدو تكونان دائرة حركية، حيث تعمل كلتا الرجلين بالتبادل في كل مرحلة من مرحلتين الاستناد والمرجحة وهما المرحلتان الأساسيتان بالنسبة للخطوة. (أحمد، سباقات المضمار ومسابقات الميدان ، 1997، صفحة 12)

2.1.3.1.1 المراحل الفنية لسباق السرعة: يمر عداء السرعة بأربعة مراحل فنية متتالية وذلك من وضع البدء حتى نهاية السباق وهي كالآتي:

1.2.1.3.1.1 مرحلة البدء والانطلاق: إنه من الإجباري وفي جميع سباقات السرعة ذات المسافة القصيرة تكون الانطلاقة بالنسبة للعدائين من وضع الجلوس وذلك وفق لثلاث مراحل فرعية وهي: النداء على الخط، التحضير، ثم الانطلاقة.

والهدف من استخدام هذه الوضعية هو اكتساب العداء سرعة عالية في البداية وذلك نتيجة لسهولة نقل مركز ثقل العداء في وضع الاستعداد يمكنه من الانطلاقة الجيدة لذلك نصت عليه القوانين ولوائح الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواة بضرورة استخدام البدء المنخفض، ويذكر أنه بالنسبة للعداء ذو المستوى العالي فان نتيجة سباقه متوقفة على مدى خروجه القوي من المساند وفق سرعة رد فعل قوته. (أحمد، أسس ونظريات الحركة ، 1996)

1. 2.2.1.3.1.1. مرحلة تزايد السرعة: إن خطوة العداء بعد مكعبات البداية يجب أن تكون سريعة ما أمكن وعلى ذلك القدم الخلفية واطئة على الأرض ليضع العداء أمامه وقبل نقطة مركز الثقل بمسافة قصيرة بحيث تشير مقدمة القدم للأمام في اتجاه مسار العدو وعلى العداء بعد ذلك العمل تزايد كل من طول الخطوة والسرعة معا ويظل ميل الجسم بعد الخطوة الأولى مائلا إلى الأمام مع عدم التسرع في الاستقامة وذلك في حدود من 8 على 18م الأولى من السباق وهذا حسب طبيعة المتنافس ونوع المسافة القصيرة وعلى العداء خلال هذه المرحلة أن يحتفظ بوضع الرأس الطبيعي والذقن والنظر إلى الأمام يكون على أمتار معدودة من العداء. (أحمد، سباقات المضمار ومسابقات الميدان ، 1997)

1. 3.2.1.3.1.1. مرحلة تناقص السرعة ونهاية السباق: إن مراحل سباق السرعة لمسافة قصيرة متداخلة ويوجد هذا التداخل واضحا بين المرحلتين الثالثة والرابعة فالمرحلة الأخيرة مكملة للمرحلة السابقة حيث تناقص السرعة تدريجيا في هذه المرحلة إلى غاية خط الوصول من الضروري على العداء ميل جذعه لأنه خاصة ذلك في آخر خطوة من خطوات السباق حرصا منه على الدخول بالصدر على مستوى خط الوصول ربما بعض الأجزاء أو الأحداث تفوق على الخصم.

1. 2.3.1.1. الوثب الطويل: يعتبر الوثب الطويل من الأنشطة البسيطة في أدائها وخصوصا في مراحل تعلمه الأولى ليس فقط في مجال ألعاب القوى ولكن بالنسبة للألعاب والفعاليات الرياضية المحققة على هذا يقبل تلاميذ المدراس على أدائه دون معلم متنافسين متباعدين على فنون حركاته والمتمثلة في التكنيك الخاص حيث ينمي عندهم قوة الارتقاء من جراء الوثب المتكرر في حفرة الوثب ومن هنا ظهرت أهميته كنشاط بدني مدرسي وفي هذا الشأن يذكر "ألان ترونكال" أن تطوير وتحسين السرعة والارتقاء وكافة الاتقان المهاري من جهة أخرى هو من الركائز الأساسية في التدريب للوثب وبشكل عام يمر الأداء الحركي للوثب الطويل بمراحل فنية ومتلاحقة والتي تتمثل في الاقتراب والارتقاء والهبوط.

1.2.3.1.1. المراحل الفنية للأداء الحركي للوثب الطويل:

1.1.2.3.1.1. مرحلة الاقتراب:

وهي تتضمن عدو المسافة الأولى حتى آخر خطوة ولأجل زيادة السرعة تمهيدا لبلوغ السرعة القصوى والجزء الأخير فيها تمهيدا للارتقاء إن تقنية ست خطوات هي خاصة ببلوغ أقصى سرعة الغرض منها ضمان أحسن ارتقاء على اللوح.

2.1.2.3.1.1. مرحلة الارتقاء: تبدأ المرحلة بارتطام قدم الارتقاء في اللوح وتنتهي بتركها مع ارتداد

مفاصل القدم والركبة والحوض، مع أن الغرض من المرحلة يكمن في الوصول إلى أنسب زاوية دوران (20°-24°) وبأعلى سرعة ممكنة إضافة إلى تحقيق نقطة طيران مناسبة، وتنفصل مرحلة الارتقاء عن المرحلة الاقتراب.

3.1.2.3.1.1. مرحلة الطيران: تبدأ هذه المرحلة بترك قدم الارتقاء للوحة وتنتهي بهبوط القدمين لحفرة الرمي، وكذلك بالاحتفاظ بما اكتسبه الجسم وأخذ مركز الثقل مساره الحركي الصحيح، وكذلك بالاحتفاظ بما اكتسبه الجسم في مرحلة الارتقاء بالإعداد لهبوط اقتصادي وجيد، كما أن هناك عدة طرق فنية ومختلفة تستعمل كتكنيك خلال مرحلة الطيران مثل القرفصاء وطريقة التعلق وأهمها المشي في الهواء.

4.1.2.3.1.1. مرحلة الهبوط:

تبدأ هذه المرحلة عندما يستعد الجسم للهبوط في الرمل وتنتهي يتجمع أجزاء الجسم وهبوطها على مكان القدمين في الرمل والغرض منها عدم فقد مسافة من منحني الطيران بالهبوط الجيد ولا تفصل مرحلة الهبوط من المراحل الحركية السابقة، تعتبر هذه المرحلة من مراحل الأداء الحركي في الوثب الطويل.

2.2.3.1.1. قواعد قانونية: محاولة الوثب الطويل فاشلة في الحالات الآتية:

- إذا ارتقى اللاعب بعد لوحة الارتقاء.

- إذا لمس اللاعب الأرض بعد خط الارتقاء بأي جزء من جسمه سواء بالوثب أو الجري.
- إذا لمس اللاعب الأرض خارج منطقة الهبوط أثناء مسار الهبوط وكان مكان اللمس أقرب إلى خط الارتقاء من آخر تركه في حفرة الرمل.
- يحاسب اللاعب على أحسن وثبة من جميع وثباته الصحيحة وبحسب الترتيب العام على أساس أفضل مسافة حققها اللاعب.
- ألا يسمح للاعب بأخذ أكثر من محاولة في كل دور.
- تقاس مسافة الوثب عموديا على خط الارتقاء أو امتداده.
- ممنوع استخدام اللاعب أثقالا أو قبضات من أي نوع أثناء محاولات الوثب.
- تتم طريقة قياس مسافة الوثبة بوضع علامة عمودية عند آخر أثر تركه.
- ينصح اللاعبين بوضع علامات بضبط مسافات اقترابهم على أن توضع خارج طريق الاقتراب بواسطة اللاعبين أنفسهم يمنح اللاعب 6 محاولات نهائية.
- إذا لمس اللاعب خارج منطقة الهبوط، أثناء مسار الهبوط وكان مكان اللمس أقرب إلى خط الارتقاء من آخر أثر تركه في حفرة الرمل.

3.3.1.1. دفع الجلة:

1.3.3.1.1. نبذة تاريخية عن دفع الجلة:

يعتبر نشاط قذف الجلة من أعرق النشاطات الممارسة في ألعاب القوى، غير أنه لم تعطي تسميتها الصحيحة آنذاك، وكان لظهورها تطورا واضحا وبارزا منذ عام 1887م حتى عام 1910م عند رمي "جراي" الجلة مسافة قدرها (13.39) وكانت الطريقة الفنية إن صح التغيير لجنبها محدودة، ثم تلاه رياضي آخر في هذه الفترة يدعى "رالف روز" الذي بلغت أحد رمياته (15.55) وبعد ذلك تطورت الأساليب العلمية للرمي وتطور مستوى الأداء الحركي حتى بروز طريقة الزحلقة إلى الخلف عام 1952 ويعود الفضل في ذلك إلى الأمريكي "أوبريان" وقد سميت نسبة له.

لكن لم تكن مدرجة له في الألعاب الأولمبية القديمة حتى عام 1896 بأثينا ويرجع الفضل في ذلك إلى الإنجليز الذين كانوا يستعملون المدافع الثقيلة توضع على دوائر شوكية قطرها 7 أقدام، وكانت هذه المدافع ترمي قذائف كروية الشكل من صنع حديد وزن الواحدة منها 16 رطل.

1.1.3.3.2. الأسس العلمية لتقنيات الرمي:

أ-التعريف بالتكنيك:يقول "هوخيمور" أن التكنيك الرياضي هو أسلوب التحليل الميكانيكي البيولوجي لغرض الحركة القائمة، أي بمعنى أنه إذا كان غرض الحركة هو الرمي أو دفع الجلة أبعد ما يمكن، فإنه يمكن تنويع وتعدد التحليل لغرض الحركة الواحدة. فاللاعب يمكنه دفع الجلة من السكون أو رميها ولا يريد أن يختار التحليل الذي يسمح باستخدام قوى العضلات على أكمل وجه في اكتساب الجلة عجلة تسارع أكبر ما يمكن.

ب-أسس تكنيك الرمي: يعتبر الهدف الرئيسي للرمي في ألعاب القوى هو الوصول بالمقذف أو الأداة إلى أبعد مسافة ممكنة من دائرة الرمي.

1.1.3.3.3. الأدوات :

1.1.3.3.3.1.1. الجلة:هي عبارة عن كرة من الحديد أو النحاس ملساء ليس لها بروز ويختلف وزنها وحجمها للرجال عنه للسيدات فالوزن القانوني الخاص بالرجال مقداره 7.257 كيلوجرام أما الوزن القانوني الخاص بالسيدات فمقداره 4 كيلوجرام، وهناك أوزان أخرى للتدريب تناسب مختلف الأعمار كما هو مبين بالجدول الآتي:

الجنس	السن	الوزن	القطر
رجال	ابتداء من 18 سنة	7.257 كجم	من 11:13 سم
ناشئين أ	من 17 إلى 18 سنة	6.25 كجم	
ناشئين ب	من 15 إلى 16 سنة	5 كيلوجرام	من 10.5:12 سم
تلاميذ أ	من 13 إلى 14 سنة	4 كيلوجرام	من 10:11 سم
سيدات	ابتداء من 18 سنة	4 كيلوجرام	من 9.5:11 سم
ناشئات أ	من 15 إلى 18 سنة	4 كيلوجرام	
ناشئات ب	من 13 إلى 14 سنة	3 كيلوجرام	

2.3.3.3.1.1 الملعب: تدفع الجلة من دائرة قطرها 2.135م أي 7 قدم يحيط بها شريط

من الحديد أو الصلب يثبت بالأرض بحيث تكون الحافة العليا في مستوى سطح الأرض الدائرة وتكون أرضية الدائرة متماسكة جيدا كما يكون مستواها في مستوى أرضية مقطع الرمي تماما، ويرسم مقطع الرمي من مركز الدائرة بزواوية مقدارها 34.92 ويكتد ضلعي المقطع لمسافة تختلف حسب مستوى المسابقة. (سلام، 2014، الصفحات 278-279)

4.3.3.1.1 المراحل الفنية للأداء الحركي لدفع الجلة:

أ-المسك والقبض على الجلة:

- يقبض على الجلة بثلاث طرق تناسب طول أصابع الشخص وحجم اليد:
- اللاعب الذب يتميز بالأصابع الطويلة يكون مسك الجلة كما يلي: تكون الأصابع الثلاثة السبابة والوسط والبنصر خلف الجلة مباشرة بينما الإبهام والخنصر يقومان بسند الجلة من الجانبين.

- اللاعب الذب يتميز بالأصابع الصغيرة وحجم اليد الصغيرة تكون اليد والأصابع منتشرة حول الجلة وترتكز الجلة على اليد بكاملها.

- اللاعب الذي يتميز بالأصابع الصغيرة وحجم اليد متوسط تكون الأصابع منتشرة حول الجلة على قمة راحة اليد. (توفيق ج.، 2004، صفحة 19)

إن المسك الصحيح للثقل له أثر كبير على مسافة القذف، إذ أي خطأ في المسك يؤدي إلى اختلاف زاوية الانطلاق التي تؤثر على مسافة القذف، ولوحظ إذ أكثر الرياضيين يحملون الأداة باليد اليسرى أثناء الإعداد للمسك والغرض منه المحافظة على معصم اليد اليمنى وبقائه مرتخياً دون توتر. (حسين، 1979، صفحة 188)

ب- حمل الجلة: بعد المسك والقبض على الجلة تحمل الجلة بحيث يكون وضع اليد أسفل الذقن وفوق عظمة الترقوة بحيث تكون الأصابع خلف الجلة والابهام أسفلها ويكون العضد متباعد عن الجذع بحيث تصنع زاوية 45 درجة مع الجذع.

ج- وقفة الاستعداد:

1) وضع الرجلين: يقف اللاعب بحيث تكون المسافة بين القدمين باتساع الحوض ومشط القدم الخلفية لمحاذاة كعب القدم الأمامية ويحمل مركز ثقل الجسم على الرجل الأمامية التي يكون مشطها ملاحق كافة الدائرة الخلفية والقدم بكاملها على الأرض بينما ترتكز القدم الخلفية على المشط.

2) وضع الذراعين: الذراع الحاملة للجلة وفيها يصنع العضد زاوية 45 درجة من الجذع بينما الذراع الحرة إما أن تكون أمام الجسم ممتدة بارتخاء أو مرفوعة أعلى الرأس وكذلك توضع بارتخاء أو توضح بحيث يوجد انثناء في المرفق بحيث تقترب اليد من الرأس.

د- التحفز: وهو الوضع الذي يتخذه اللاعب ليبدأ منه حركة الزحف وقد يكون في شكل تكور أو ميزان أمامي غير كامل حيث يقوم اللاعب بالميل للأمام بحيث

يخرج الجذع للخارج دائرة الرمي للعمل على إطالة ممر أو خط الرمي ثم تنثني الرجل الأمامية مع سحب ركبة الرجل الخلفية للأمام ويزداد انحناء جذع الرجل للأمام ليأخذ الجسم شكل التكور للاستعداد للزحف للخلف. (توفيق ج.، 2004، الصفحات 20-21)

هـ- الزحف: يبدأ بدفع الرجل الخلفية للخلف وبقوة و للأسفل في نفس الوقت الذي تمتد فيه الرجل الأمامية مع ارتفاع الجذع ليستقيم ليصنع زاوية 90 درجة من الرجل الأمامية ومعها حركة رد الفعل للرجل الخلفية و مندفعة للخلف ولأسفل ليبدأ الزحف على كعب الرجل الأمامية للخلف حيث تصل القدم إلى منتصف الدائرة بحيث يشير المشط للداخل ويتوقف زحف الرجل الأمامية بهبوط الرجل الخلفية على الأرض وعلى المشط الذي يشير للخارج أيضا وقريب جدا من حافة الدائرة الأمامية وهنا يصل الجسم بحيث يكون الجذع على إستقامة الرجل الخلفية والظهر مواجه تقريبا لمقطع الرمي والرجل الأمامية مثنية من الركبة استعداد لمرحلة الدفع.

و- الدفع: من وضع الاستعداد للدفع المكمل لمرحلة الزحف السابقة يقوم اللاعب بعملية المد الدوراني، وفيه تمتد الرجل الأمامية مع دورانها على المشط في نفس اللحظة تدوير الحوض في اتجاه الرمي ليسقط أسفل الكتفين ويستمر مد الرجل الأمامية لينتقل مركز ثقل الجسم من فوقها في اتجاه الرمي فوق القدمين ليستمر مع دوران الرجل الخلفية الملاصقة للوحة الايقاف ليواجه مشطها مقطع الرمي، وهنا ينتقل مركز ثقل الجسم ليكون فوق الرجل الخلفية وفي أثناء هذه الحركة يتم الدفع بقدم الرجل الأمامية للأرض لتنتقل الحركة إلى الجذع، فالذراع الدافعة مع مساعدة الرجل الخلفية في الدفع.

ز-الانتران: بعد الانتهاء من عملية الدفع بتأثير قوة القصر الذاتي ليضطر اللاعب للاندفاع خلف الأداة وإذا تم ذلك سيخرج اللاعب من الدائرة فبالنالي تحسب له محاولة فاشلة ولذلك يتحتم على اللاعب حفظ اتزانه ولكي يتم ذلك يتطلب من

اللاعب كبديل وضع الرجلين في مكانهما ومرجحة الرجل الخلفية للخلف مع ثني الرجل الأمامية لخفض مركز ثقل الجسم بينما تعمل الذراع الحرة على حفظ اتزان الجسم كي قيام اللاعب بعمل وثبات متتالية على قدم الرجل الأمامية. (توفيق ج.، 2004، الصفحات 22-23)

ثانيا: الجانب المعرفي الرياضي

1.2 مفهوم المعرفة: وكذلك يعرفها القاموس الدولي للتربية بأنها مصطلح عام يعبر على العمليات الخاصة بالإدراك والاكتشاف هو التعرف والتقدير والتذكير والتفكير التي من خلالها يتحصل الفرد على المعارف والفهم الإدراكي والتفسير تميزا لها عن العمليات الانفعالية. (السيد، 2001)

والمعرفة عند "بياجيه" هي الصيغة الاجتماعية للسلوك المتمثل في التفاعل المتبادل بين الفرد وبيئته التي تحدد شتى الروابط الممكنة والموضوعات الخارجية، والمعرفة عند "جولدمان" فهي تنظيم وترتيب المدرجات إلى أفكار وبيئات ومعلومات كي يستخدمها الفرد في تشكيل التعميمات نحو بيئته.

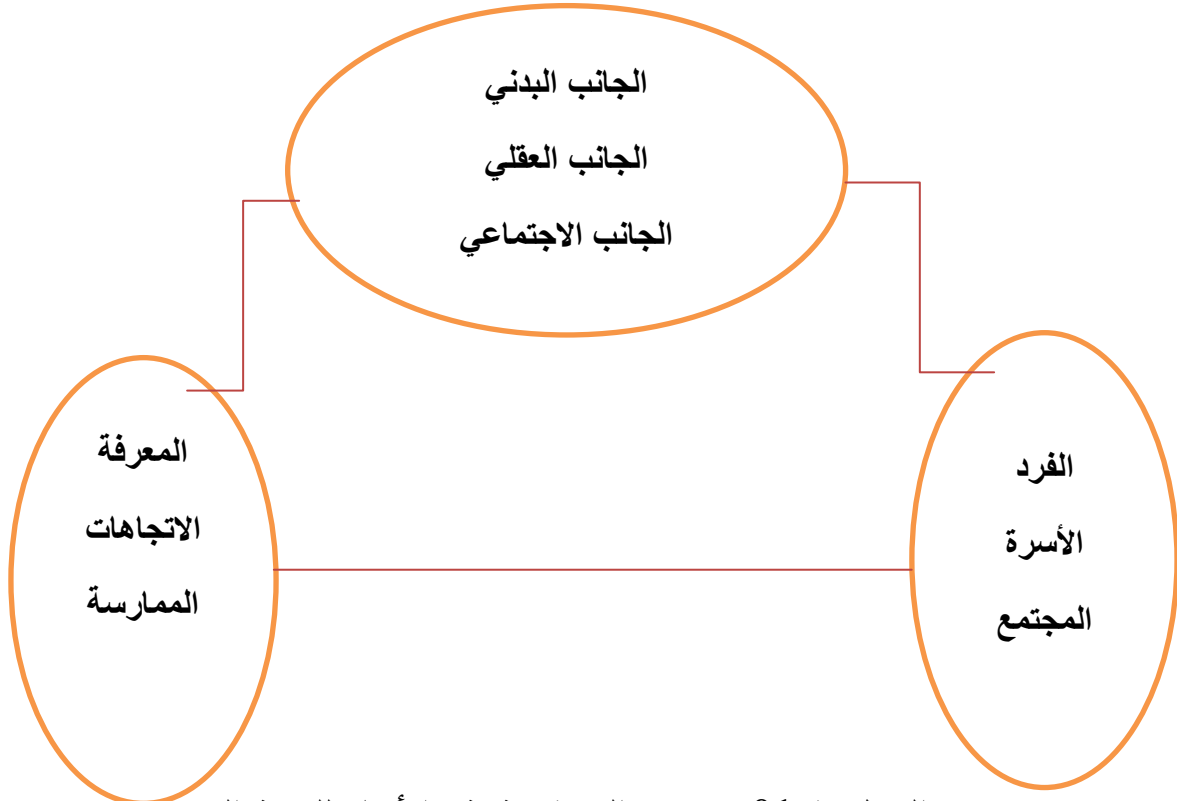
2.2 مفهوم الجانب المعرفي: (محمود، 2001، صفحة 59) هو تغير شامل لعمليات الإدراك، الاكتشاف، التعرف، التحليل، الحكم، التعلم، التفكير، والتي من خلالها يحصل الفرد على المعارف والفهم الإدراكي، التوضيح أو التفسير تميزا لها عن العمليات الانفعالية.

والمجال المعرفي في رأي ويليامز هو المجموعة الأولية من الصفات أو السمات التي تؤصل المعرفة وتعمقها والتي تأخذ شكل المهارات المتعددة الأبعاد المعتمدة على التفكير من أجل استظهار واسترجاع ومعالجة مدركات الفرد للمعلومات.

ويعرف (سنجريدك) المجال المعرفي للتربية البدنية بأنه ذلك المجال الذي يشمل على المهارات والقدرات العقلية للطلبة كمعارف وقابليتها للشرح معتمدة في ذلك على أهداف تعليمية معينة.

ويعرفه (دوتري لويس) بأنه المجال الذي يتضمن التعلم، حل المشكلات المرتبطة بالأهداف والمواد والطرق والاجراءات والقواعد، نقاط الإرشاد وغيرها من المجالات المرتبطة بالتلميذ.

1.2.2. أهمية الجانب المعرفي في التربية البدنية والرياضية:



الشكل رقم 01: يوضح النموذج ثلاثي الأبعاد للتربية البدنية

يتابع "ولجوس" عرض أهمية المجال المعرفي للتربية البدنية بأنه قد لا يتعين على التربية البدنية أن تصير مادة أكاديمية إذ ما أضيفت خبرات فكرية إلى مناهجها، ومع ذلك فإن من صميم مسؤولية مدرس التربية البدنية أن يهتم بالطرق والوسائل التي تكفل المشاركة المثمرة في الأنشطة البدنية من خلال معارف ملائمة وتفهم واسع للقيم

المتضمنة للأنشطة، وفي الغالب هذا لا يحدث عند التنفيذ العام لحصص التربية البدنية، فالأمر يحتاج لبعض الترتيبات مثل إعداد مواد للمحاضرات، الوسائل السمعية البصرية، الدراسات الجماعية والفردية، اختبارات المعرفة والفهم للأنشطة المختلفة.

وهناك من الشواهد ما يفيد بأن أغلب الناس لا تعرف كيف تسلك خلال الألعاب لعدم إلمامها بقواعد اللعب وإجراءاته، كما لم يألفوا بسهولة استراتيجيات النشاط وخطه، وهذا يسري على جميع الأعمار كما أثبتت البحوث أن العديد من المتابعين والمباريات الرياضية والبرامج يفتقرون إلى الخلفية التي تمكنهم من تقدير النشاط والاستمتاع به

ويشير كل من "أنارينو، كاول، هازلتون" إلى أن البرنامج الجيد في التربية هو ذلك الذي يعمل على توازن الخبرات المقدمة محفزاً للنمو والتنمية في المجالات البدنية والحركية والمعرفية والوجدانية، ويعتقد "دوتري لويس" أن الفهم يلعب دوراً في غاية الأهمية في إثراء تدريس التربية البدنية، فمن الأهمية أن يعرف الطالب ويفهم لماذا تؤدي الحركة بهذه الطريقة، كما أن الدرس يصبح أكثر تقبلاً وتشويقاً عندما يفهمه الطلبة ويدركون أهميته لهم، ولعل الفهم من دوافع ممارسة النشاط البدني خارج المدرسة أو بعد التخرج.

2.2.2. أهمية الجانب المعرفي للطلبة المتربصين المقبلين على التخرج:

إن تنمية المهارات العقلية لا تقل أهمية عن تنمية المهارات البدنية إلا أن كثيراً من الطلبة يهملون هذا الجانب ولا يعطونه أهمية كبيرة لكونه غير ملموس بشكل مادي في نتائج المباريات أو اللاعب الذي تعلم أن يفكر خلال الممارسة هو أكثر تفضيلاً عن غيره وهي تأخذ على البعض أنهم يدرجون موضوع المهارات العقلية والمعرفية تحت عنوان الخطط الاستراتيجية فقط إلا أنها تتسع لتشمل ما هو أكثر من ذلك

3.2.2. علاقة الجانب المعرفي بالجانب الحركي: يؤكد كارول و آخرون أن الجانب المعرفي

وثيق الصلة بالجانب الحركي، ولعل ما يؤكد ذلك تسمية أو مراحل المهارة الحركية بإسم لمرحلة المعرفية (cognitive phase) وهذا الفصل بين الجوانب الثلاثة إنما

يهدف إلى التحديد والدقة في القياس لما تحصل عليه الطلبة، كما يعين الأستاذ على تنويع وشمول وتكامل المعلومات.

وقد وصف فينتيس، بوستر مراحل اكتساب المهارة الحركية وعددها كآلاتي:

- المرحلة المعرفية.
- المرحلة التثبيئية.
- المرحلة الألية.

وتعد المرحلة المعرفية من أهم المراحل وهي تتصل بالمجال المعرفي اتصالاً وثيقاً، بالإضافة إلى نموذج الأداء يكتسب المتعلم المهارات المعرفية التالية:

- معرفة متى يؤدي الواجب.
- معرفة متى يتم إنجازه.
- تقرير ما يعمل في الأداء.
- معرفة ما يعمل بعد الأداء.
- معرفة لماذا يتم الواجب في ظروف معينة.
- معرفة كيف يستدعي ويبلغ الواجب.

ويؤكد (جابر عبد الحميد) أنه غالباً ما تسود العمليات الإدراكية والمعرفية في بداية التعليم للواجبات الحركية، ولذا يجب تقديم المعلومات الأساسية عن المهارة للطلاب على نحو سليم. (جابر، 1979، صفحة 22)

النجاح الحقيقي للطلاب الرياضي تأكد بالجمع بين الممارسة للنشاط والمعرفة وأنه من الضروري أن يلم كل من طالب بالمعلومات والمعارف التي تخص لعبته. (الخولي أ.، 1996، صفحة 122)

4.2.2. أهمية الإعداد المعرفي للرياضيين

يعتمد ماتفيق (matveuger) أن الإعداد المعرفي ذهنياً وخططياً مفهوم يتسع ليغطي

كل ما يهدف إلى الفهم المناسب للرياضة، وهي كظاهرة وثيقة الاتصال بالرياضة واكتساب هذه الجوانب المعرفية وتطويرها بدون وضع أهداف واضحة لها هو أمر غير وارد، لأن الإعداد المعرفي العقلي للرياضة يرتبط مباشرة بتشكيل الأسس المنطقية التي تبرز للرياضي جهوده البدنية وإرادته ودوافعه لممارسة الرياضة، وتعلم الرياضي أو الطالب الرياضي الجوانب المعرفية للخطط والمهارات يعد صياغة لا تقل عن صياغته البدنية، وهناك جانبان معرفيان رئيسيان يجب الاهتمام بهما من وجهة نظر ماتفيق: الأول هو التربية العقلية (الذهنية) والثاني هو تشكيل قدراته العقلية والمعرفية. (الخولي، 2001، الصفحات 64-66)

5.2.2. الجانب المعرفي للرياضي (الطالب المتربص):

وتشتمل على الجوانب المعرفية (الذهنية) والتي تشكل في مضمونها التربية الذهنية للطالب المتربص مثل:

- أ - معرفة خصائص العالم الذي نحياه وخصائص الدوافع والأخلاق المرتبطة بالرياضة وذلك مثل المعلومات التي تدعم النظرة الإيجابية الصحيحة للعالم ككل والتي تمكنه من فهم جوهر النشاط الرياضي وأهميته على المستوى الشخصي والاجتماعي، ومن أجل تشكيل أسس معقولة لدوافع منطقية ومبادئ ومنطلقات سلوكية للطالب المتربص.
- ب- المعرفة التي تؤسس المبادئ العلمية العامة لإعداد الرياضي وتتمثل في المبادئ العامة لتشكيل الخلفية الطبيعية العلمية النفسية للطالب المتربص المقبل على التخرج.
- ج- المعرفة التطبيقية وتتمثل في قواعد المنافسات الرياضية والأداء الفني (التكنيك) محكات الفاعلية الرياضية وطرق إيجاد الأداء، أساليب وطرق الإعداد البدني والصحي والنفسي الجيد، مبادئ تخطيط مواسم التدريس، العوامل الإضافية للتدريس الرياضي، متطلبات التنظيم العام لحياة الفرد، المادة المتصلة بقواعد ضبط النفس.

6.2.2. تشكيل القدرات العقلية المعرفية

تجيب عمليات تشكيل القدرات المعرفية على التساؤلات المتعلقة بالمتطلبات المعرفية والذهنية والنوعية لرياضة ما مثل: (سباقات السرعة، الوثب الطويل، ودفع الجلة...الخ) فيما يطلق عليه الإعداد الذهني للطالب المتربص المقبل على التخرج. فلقد اتضح من النظرية العامة للتربية أن تنمية الصفات الذهنية من منظور العمق، المجال، الاتجاهات النافذة، إنما هي مشروطة ليس فقط بتراكم المعرفة و إنما بالطبيعة المادية لهذه المعرفة ومدى توظيفها وتطبيقها في الرياضة، ولقد دفعت البحوث والدراسات في الرياضة بوجه عام وفي علم نفس الرياضة بوجه خاص بنتائج وبيانات أصبحت هي التي تحكم الأداء في مختلف ألوان الرياضة وخاصة تلك النتائج المتصلة بالقدرات الذهنية النوعية فيما يطلق عليه التفكير الخططي أو الذكاء الخططي وهي تتوافر في الألعاب المختلفة كما في ألعاب القوى والأنشطة المماثلة بحيث أتاحت لنا القدرة على التحليل الدقيق لمختلف جوانب الأداء.

7.2.2. الأهداف التعليمية المعرفية في التربية البدنية والرياضية:

يشير (ولجوس) إلى أن الأهداف العامة التربوية تتحول إلى أهداف تعليمية مباشرة مركزة على ثلاث أنماط من سلوك الإنسان (معرفي-حركي-انفعالي) وهذا النسق التصنيفي يقدم أداة نافعة لتقرير محتويات التكوين من أهداف، بحيث تختار موضوعات التعلم بشكل أفضل من التربية الرياضية.

ويرى (فردوسكي verducci) أن مجالات الأهداف في التربية البدنية تعبر عن ما يجب أن يتحصل عليه بحيث تصاغ الأهداف معبرة عن الأداءات المرغوبة وتضع في اعتبار العوامل التالية:

- مستويات الأهداف.
- تحليل الأداء.
- مدخل مستويات الأداء.

- النسق التصنيفي للمجالات السلوكية والأهداف.
- ثقل الأهداف.
- مرجعية المعايير.
- أهداف العمليات والنتائج.
- الاعتبارات العلمية.

وقدم (روز نستويج) ترتيباً لأهداف التربية البدنية في دراسة أجزاءها، حيث جاء الهدف العقلي في المركز السابع.

وقد جاء في تقرير لجنة (تطوير وتحديث التربية البدنية بالولايات المتحدة) اعتبار الثقافة الرياضية والجوانب المعرفية المتصلة بالتربية البدنية ركيزة أساسية في عملية التطوير والتحديث. (محمود، المعرفة الرياضية، 2001، الصفحات 66-67)

3.2. القياس المعرفي الرياضي

المعرفة شيء غير ملموس لذلك لا يمكن تقديرها أو وزنها من خلال الأجهزة الميكانيكية مما يدل على أن قياس المعرفة غير مباشر. إلا أن استخدام اختبار كتابي لقياس المعرفة يعتمد على افتراض أن الاستجابات الناتجة عن الشيء المكتوب تعكس بدرجة كبيرة كمية المعرفة التي يتم الوصول إليها أو مقدار ما حصله الفرد من معارف ومعلومات عن الظاهرة المقاسة لذلك يجب فهم العلاقة بين المهمة المطلوبة من الاختبار والعملية العقلية التي يهدف الاختبار لقياسها، كذلك فإن مجموع الموضوعات التي يتضمنها الاختبار الكتابي يجب أن يعتبر عينة من عدد لا نهائي من المعلومات التي يمكن جمعها مما يوجب أن تكون قيمة أي عينة لا بد أن تتناسب طردياً مع تمثيلها للمجتمع الذي تم سحب العينة منه. (السيد، 2001، صفحة 33)

4.2. الأهداف المعرفية في المجال الرياضي:

- معرفة تاريخ الرياضة والأبطال.
- معرفة المفاهيم والمصطلحات الرياضية السائدة في النشاط الممارس.

- معرفة فن الأداء الحركي الصحيح لكل نشاط رياضي (تكنيك).
- معرفة قوانين وقواعد اللعب.
- معرفة الخطط الهجومية والدفاعية الخاصة بالنشاط الممارس.
- معرفة المعلومات الصحية العامة.
- معرفة اللياقة البدنية الخاصة بالنشاط الممارس.
- معرفة القيم الاجتماعية المكتسبة من الممارسة وكذلك السلوك المتميز.
- معرفة المهارات الترويحية التي يمكن أن يمارسها في وقت الفراغ.
- استخدام المعلومات في مجال التدريس.

5.2. أهمية الاختبارات المعرفية:

- 1 تمدنا بالمعلومات والمعارف عن اللعبة أو الرياضة أو النشاط الممارس مثل ألعاب القوى من حيث تاريخ التربية الرياضية واللوائح والقوانين الخاصة بالألعاب والنواحي الفنية والمهارات الحركية وخطط اللعب.
- 2 تمدنا بالمعلومات عن الفرد الرياضي مما يفيد في تصنيف الأفراد وفقا لنتائج هذه الاختبارات المعرفية.
- 3 تمدنا بالمعلومات المناسبة عن العوامل البيئية التي يمكن أن تؤثر في الأداء.
- 4 إتمام الرياضي بالمعلومات التي تخص اللعبة التي يمارسها بالإضافة إلى الخبرات التي يكتسبها من الممارسة حيث تبقى في ذاكرة الرياضي حتى بعد أن يفقد لياقته أو أن ينخفض مستواه المهاري مما يعطي الفرصة في التمتع خاصة عند مشاهدته لها.
- 5 يجب أن يشمل تكوين طلبة التربية البدنية والرياضية على المعلومات المعرفية (الذهنية) الرياضية، حيث تؤثر في تعليم المهارات الحركية المختلفة مما يؤدي إلى رفع اللياقة البدنية والدقة في الأداء. (السيد، 2001)

3. خلاصة:

ومنه تم التطرق لمختلف مفاهيم المعرفة التي لها علاقة بجانب التربية البدنية والرياضية والتي لها أهمية كبيرة في عملية التعلم ومصدر لانطلاق وإعداد طلاب وأساتذة المستقبل معرفيا ومهاريا وبدنيا، وبالتالي يكونوا قد حصدوا زاد لا بأس به لتنمية جانبه المعرفي ليساعده على تفهم الواجبات الحركية والتقليل من الأخطاء وتفادي الإصابات وإتقان في الأداء و اكتساب مهارة عالية.

تمهيد:

تعتبر عملية إعداد مدرس المستقبل من بين أكبر الاهتمامات التي تشغل بال الكثير من الدول والحكومات، فمنذ أن أصبحت عملية التعليم بصفة عامة والتدريس بصفة خاصة مهنة من المهن التي يعد لها في المدارس والمعاهد والجامعات، أصبحت هذه العملية الشغل الشاغل لكثير من المسؤولين والباحثين عن التربية على جميع المستويات التعليمية، وإن إعداد المدرس في الوقت الحاضر يحتل الأولوية لأنها فضيلة التربية نفسها حيث أنها تحدد طبيعة ونوعية الأجيال القادمة الذين يتوقف عليهم مستقبل الأمة خاصة أن وظيفة المدرس في عالمنا المعاصر لم تعد مجرد نقل المعلومات إلى المتعلمين بل صارت تتطلب منح قدرات ومهارات للقيادة والبحث والنقض، وبناء الشخصية السوية كما تتطلب منه قدرات ومهارات في الإرشاد والتوجيه وفن التوجيه وتلعب التربية البدنية والرياضية دورا هاما وفعالا في حياتنا العصرية من خلال إعداد الفرد من جميع النواحي، هذا ما جعل مادة التربية البدنية والرياضية من أهم المواد التعليمية، وترتبط تحقيق أهدافها بالأستاذ سواء كان أستاذا رسميا أو أستاذا متربصا (طالب متربص)، ولتحقيق تلك الأهداف لا بد أن يمتلك الطالب المتربص رصيد معرفي و خلفية نظرية وذلك من خلال تكوينه بالمعهد أو الجامعة، وفي هذا الفصل سنتطرق إلى كل من التكوين بالمعاهد والتربص التطبيقي.

أولاً: التكوين بالمعهد

1.1. مفهوم التكوين:

يعرف التكوين على أنه " فعل بيداغوجي يكتسب ويبنى، وليس مجرد سجل للمعلومات أو مجرد تعليم عادات مهنية، فالتكوين ينبغي أن يسعى إلى البناء، تحليل المواقف البيداغوجية المختلفة بقدر الإمكان" كما أنه مجموعة من النشاطات والممارسات الموجهة للفرد أو الشخص قصد تهيئته وإدماجه في ميدان ما من أجل أداء مهامه على أحسن وجه، وفي أقصر وقت ممكن.

2.1. تعريف التكوين

إن مصطلح التكوين يعني عدة دقائق معقدة لأنه يجمع كل الإمكانيات والسبل التي تسمح للطفل بالرفع من مستواه وإمكانياته، والتكوين يسمح للاعب بالمرور ضمن المستوى الأول "المتعارف عليه بمستوى المبتدئين" إلى أعلى ومن المفترض دراسة الأهداف من خلال إعطاء اللاعبين الشباب إمكانيات لأجل تحسين وتطوير القدرات الفنية والبدنية المكتسبة. (عبد اللطيف الفارابي وآخرون، 1999، صفحة 149)

3.1. أهداف التكوين: تتمثل أهداف التكوين في:

- تنمية الشعور بالرسالة التربوية لأجل تأديتها بكل إخلاص وأمانة ضمن مبادئ ومتطلبات التدريس.

- تطوير مستوى كفاءة الطلاب في المعاهد والكليات وتزويدهم بوقود التربية العلمية والعلوم النظرية لأجل الوصول إلى الأهداف العلمية والتربوية المسطرة.

- تحقيق الشخصية اللازمة للتعليم والتي تخدم المنظومة التربوية طوال الحياة التدريسية.

4.1. العوامل الدالة على نجاح التكوين: ويمكن إدراجها فيما يلي:

1.4.1. درجة ذكاء المتكون: لذكاء المتكون أثر على التعليم والتميز والانتفاع بخبراته السابقة.

2.4.1. سمات شخصية الطالب المتكون: لبعض سمات الشخصية أثر على سرعة اقتناء المعلومات والمهارات ومن بين هذه السمات، الثقة بالنفس عند مواجهة المواقف المختلفة والدقة والملاحظة.

3.4.1. الخبرة البيداغوجية للمكون: إن الخبرة البيداغوجية للمكون والمامه بالمعارف النفسية اللازمة بطرق التكون وإيصال المعرفة يساعده على التوفيق في الإمداد إلى الطرق المساعدة على الانطلاق من القوانين العامة والمساعدة على التحويل الإيجابي للتكوين. (غياث، 1980، صفحة 26)

5.1. صفات الطالب المتكون:

يعتبر الطالب المتكون عنصرا هاما في عملية التكوين لذلك يجب اختيار تكوينه بعناية وتمعن بحيث نخذ بعض الخصائص يمكن أن نقدمها كالاتي:

- ✓ لكي ينجح الطالب المتكون في دراسته وتكوينه ويتوفق في مهنته وبالأخص في مجال التربية والرياضة يجب أن يكون ملما بمعلوماته خلال سنوات دراسته، وملما بالتكوين إلى جانب قدرته على إيصال المعلومات مستقبلا إلى المتكون.
- ✓ على الطالب أن يتحكم في تعامله مع الجوانب النظرية والتطبيقية أثناء تدرسه.
- ✓ على الطالب المتكون أن يحدد الأهداف والطرق ويتبع تسلسل المواضيع والدقة اللازمة في كل مرحلة من مراحل تكوينه، وذلك على ضوء مستويات ودرجة قدرات تحصيله خلال السنة.

- ✓ معرفة الطالب المتكون نمط سيرورة النظام وتعامله السامي وبرنامجهم ومحاولة فهمه كعامل محفز وحيد إلى جانب تحسين مستواه وتحصيله.
- ✓ كما أن البرامج التكوينية تساعد المتكون على تحديد طريقة تكوينه ومدى استيعابه للمعلومات وقدرته على التحصيل الجيد لرفع من مستواه الفكري والعلمي وتطوير جانبه البدني والمهاري. (غياث، 1980، صفحة 15)

6.1. مبادئ التكوين:

1.6.1. تقديم المعلومات: إن طريقة تقديم المعلومات ومراقبة تطورها عملية بالغة الأهمية يمكن إتباع التوجيهات التالية لإنجاحها:

- ✓ يجب توضيح اختبار لقياس تطور المعلم.
- ✓ يجب تقسيم المهام البسيطة من السلوكيات وذلك لتسهيل تعلمها.

2.6.1. دور المتكون: يعتبر المتكون عنصرا مهما في عملية التكوين المهني لذلك يجب الاختيار بعناية بحيث تتوفر فيه بعض الخصائص التي تم ذكرها والتطرق لها سابقا.

3.6. خصائص المتكونين: إن الفهم الجيد لشخصية المتكونين وقواعدهم الثقافية كفيل بالمساعدة على حسن اختيار استراتيجية التكوين.

- إن مستوى تحفز الطالب يتناسب مع محتوى التحفيز التي يستجيب لها ونوعيتها.

7.1. أهمية التكوين المهني في إعداد معلم التربية البدنية والرياضية:

إن من أهداف التكوين المهني توجيه وإرشاد المعلم إلى الأهداف التي ينبغي أن يحققها كما يساعد الإعداد المهني إلى تنمية وتطوير اتجاهات المعلم وتزوده

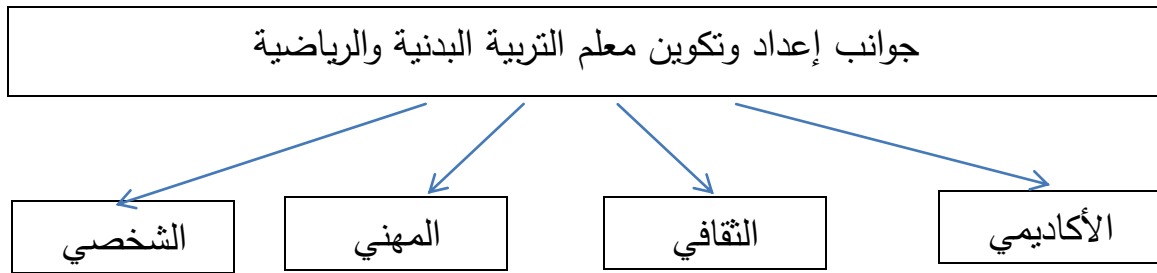
بالمعارف والمعلومات والمهارات التي تمكنه من القيام بمهنة التدريس على أكمل وجه، كما أن للإعداد المهني دورا بارزا في تعميق فهم المتعلم لطلبته واستعداداتهم وميولهم، كما أن للإعداد المهني أهمية كبيرة في زيادة الخبرة المهنية والميدانية للمعلم والإيجابيات التي يشمل عليها التكوين وهي: (الرزاق، 2003، صفحة 15)

- إعداد المعلم لدروسه والإعداد الجيد مع التخطيط السليم لها.
- تنفيذ الدروس بالشكل الجيد وبطرق أكثر إيجابية.
- استخدام أساليب متغيرة ومناسبة للنشاط.

8.1. كيفية إعداد وتكوين معلم التربية البدنية والرياضية:

لكي نقوم بإعداد وتكوين أستاذ قادر على مسايرة العصر الحالي والمستقبلي يجب أن تتضافر الجهود من أجل إعداده من خلال الجوانب التالية: (غياث، 1980، صفحة 25)

الإعداد الأكاديمي - الإعداد الثقافي - الإعداد المهني - الإعداد الشخصي.



الشكل رقم (01): التخطيط لجوانب إعداد وتكوين معلم التربية البدنية والرياضية.

9.1. تعريف نظام " ل. م. د": وهي التسمية المختصرة لنظام ليسانس وماستر ودكتوراه، ولا تعبر هذه التسميات عن شهادات فحسب بل هي كذلك مستويات يتم الحصول عليها في إطار مسارات دراسية يسمح كل منها باكتساب عدد معين من الأرصدة. يهدف نظام " ل. م. د" في نظام " ل. م. د" إطار الفضاءات الأوروبية للتعليم العالي إلى خلق تجانس مسالك التكوين في التعليم العالي بمختلف الدول الأوروبية، وإلى تشجيع حركة الطلبة على المستويات الجهوية والوطنية والأوروبية، وقد تم إقرار هذا النظام الجديد للدراسات الجامعية سنة 1999 ما يناهز 30 دولة أوروبية وهو قريب من النظام المعروف (bachelor- master- phd) الخاص بالدول الأنجلو سكسونية.

كما هو هيكل جديد للتعليم العالي المعمول به تدريجيا في بلادنا منذ سبتمبر 2004، وقد اعتمد هذا النظام الجديد لأول مرة بمعهد التربية البدنية والرياضية سنة 2004 في ميدان علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، وجاءت في إطار هيكله مجمل الشهادات الجامعية بما يتلاءم والسير الدراسي الجامعي العالمي، والتكوين النوعي حتى يتمشى مع حاجات ومتطلبات سوق العمل والمجتمع. (دليل الطال ليسانس ل. م. د ، 2010-2011، صفحة 18)

ثانيا: التربص.

1.2. مفهوم التربص

مصطلح مشتق من الفعل تربص شيء أي أمعن النظر فيه. (الحاج، 1998، صفحة 55) وهو يعني احتكاك الفرد المتربص مع شخص آخر ذي خبرة في نفس المهنة أو

الموضوع، أي تدريب تطبيقي للمعلومات المكتسبة ميدانيا وذلك لكسب خبرة عملية والتعرف على الجوانب المحيطة بالموضوع أو الوظيفة التي ستصبح مهنة له.

-يعتبر التربص فترة التدريس الذي يوجه فيه الطالب المعلم في المجال التطبيقي في مدرسة من مدارس التعليم العام، ويقوم من خلالها بالتربص على تدريس مادة التربية البدنية والرياضية وكل ما يتعلق بها من النواحي الادارية.

-إن التربص هو الفترة الزمنية المفتوحة أو المغلقة التي تمنح للطالب المتعلم بغرض الاحتكاك في الوسط الذي اتخذ منه مهنة أو هواية من خلال تطبيق مكتسباته من خبرة ودراية نظرية وعملية في مجال تخصص ومن خلال التطبيق العلمي والنظري تزداد كفاءة المتربص ويصبح مهياً لأداء الدور المطلوب، وعليه فان للتربص يختلف من حيث الفترة الزمنية، فقد تكون قصيرة، متوسطة أو طويلة، ويرتبط ذلك بالمنهاج المقرر، وقد تكون مفتوحة أو مغلقة.

-إن التربص يلزم حياة الفرد منذ الولادة وحتى سن الشيخوخة، فالطفل الرضيع عند نموه وتطور خلاياه الدماغية يتطور معه خلال تربصه كل ما يحيط به من البيئة والمجتمع، فيقلد الطفل اخواته ووالديه في النطق والحركة والتصرف.

2.2. أهداف التربص:

1.2.2. الأهداف العامة للتربص

إن توزيع محتوى التربص بين المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية والمؤسسات التربوية التي تجري فيها التربص يعد إيجابياً، حيث تشارك فيه هذه الأخيرة والمعاهد والمدارس التربية البدنية والرياضية في توافق وتكامل، لذلك نلاحظ توزيع الخبرات التعليمية عند الطلبة المتربصين من حيث المادة والمستوى وطرق التعلم والتعليم لنتناسب مع استعداد وقدرات وميول وظروف وخلفيات الطالب، وهذا يتطلب أن يعاد النظر في تركيب البنية التعليمية بما يوفر القدر الكافي من المرونة والواقعية بحيث يتسع مجال العمل أما المتربصين ويسمح لهم باتباع أنماط متعددة من الأهداف

التربوية أثناء التربص وعلى هذا الأساس لابد من توجه وبناء برامج التربص منذ البداية نحو تمكين المتربص من التعرف على طرق التعليم والبحث عن مصادر المعرفة والخبرة والخلق وروح المبادرة والابتكار فيه خاصة إيجاد المواقف العلمية التي تتطلب التركيز وحسن التصرف.

ويجب أن يسار التربص الواقع التربوي والأهداف المرسومة لذلك فإن أحد الجوانب لمنهاج الدراسي يجب أن تواكب الأهداف المرسومة من قبل الوزارة وهي كالاتي:

- تعليم الفعاليات والألعاب الرياضية المختلفة.
- تشكيل الفرق الرياضية التي تمثل المدرسة في مسابقاتها الخارجية.
- تشكيل الفرق الرياضية وتنظيم المباريات بينهم.

والهدف من هذا خلق روح التنافس بين المدارس والأقسام داخل الثانويات.

ويقول "دولارديميار" لكي يتعلم شخص لا بد أن يحتاج إلى شيء كما ويلاحظ شيئاً كما تساعد برامج التربص على:

- التزود بإدراك عام لمعنى التربية، والمتربص على المهنة الخاصة التي يؤديها.
- حث كل متربص على قبول نصيبه في المسؤولية وبذل كل الجهود قصد إلى الهدف المنشود بصورة سليمة وحسنة.
- الاتفاق على الوسائل التربوية وحسن استغلالها والتي تؤهل إلى الوصول إلى أفضل النتائج.
- بعد سلسلة من اجتماعات المتربصين، يجب حثهم ومساعدتهم على أن يمكنوا أنفسهم من التعرف على حاجاتهم وتحليل مشاكلهم والتقدم في النمو المهني والاستمرارية فيه. -فالتربص يعني ممارسة المبادئ والمهارات والأساليب التي تعلمها الطالب المتربص فكرياً وعلمياً وتربوياً أثناء وجوده في الجامعة أو المعاهد خلال الدراسة.

2.2.2. الأهداف الخاصة للتربص:

الهدف من التربص هو تطبيق ما تعلمه الطالب خلال سنوات التكوين في الجامعة أو المعهد الذي يرغب الرفع من مستوى درس التربية البدنية والرياضية وتطوير هذه المادة التعليمية بصورة عامة والتدريس بصورة خاصة لذلك وجب الإعداد الجيد والمتكامل لخريجي معهد التربية البدنية والرياضية نوعا وكما وتحسين عملية الإعداد، من أجل ذلك وجب معالجة مشاكل التعليم والطرق التربوية والتعليمية لدرس التربية البدنية والرياضية والتدريب، ولتحقيق هذه المطالب يجب أن تنظم البرامج المدرسية والجامعية بشكل يسمح للطلبة بالربط بين الناحيتين النظرية والعملية كوحدة متكاملة للوصول إلى تطبيق النظري وتجسيد النواحي التربوية ومعرفة كيفية استعمالها. وأثناء ممارسة الطالب المتربص لعمله يستوجب عليه التعود على كيفية تنظيم الأسس العلمية والتربوية والعملية ومعرفة مشكلاتها ومحاولة إيجاد حلول لها خلال تربصه في المؤسسة التربوية.

يجب الاهتمام بتطوير الطلبة وتطوير منهاج التربص لأنه الوسيلة المثلى لتحقيق أهداف التربية، وذلك لأنه يقوم بترجمة الأهداف بشكل سلوكي وممارسة فعلية من قبل الطلبة الذين هم بمثابة الجيل الواعي للمجتمع. إلى جانب أن عملية التربص هي عملية تزويد الفرد بالمعلومات والمعارف، فهي أيضا عملية تساعد الفرد على تدريب نفسه بنفسه (التعليم الذاتي) وتنمية قدراته واكتساب المعلومات بصورة مستمرة. (عباس أحمد السامرائي و اخرون، 1987، صفحة 209)

3.2. مراحل التربص:

1.3.2. مرحلة التدريس المصغر: يرى (راشد، 1993، صفحة 100) أن هذه المرحلة تهدف إلى إتاحة الفرصة للطلاب المتربص للتدريب على الأنشطة التعليمية واكتسابه المهارات التدريبية وكذلك اعطائه التغذية الراجعة. وهذا الأسلوب حديث و فعال في إعداد وتدريب المدرس وهو مصمم لتنمية مهارات جديدة وتطوير مهارات سابقة، و فيه

يقوم الطالب بإلقاء درس مصغر محدد الأهداف لمجموعة من المتعلمين من زملاء الطالب المتربص خلال مدة قصيرة من الزمن.

و هذه المرحلة تنقسم بدورها الى ما يلي:

- أ. مهارة تهيئة الموقف التعليمي: ويقصدها الطالب المتربص لاستشارته لتلاميذه وتشويقهم للدرس حتى تزيد من درجة اشتراكهم وفعاليتهم في الدرس.
- ب. مهارة استخدام الأسئلة: تعتبر من المهارات التي ينبغي أن يتدرب عليها الطالب المتربص، وتؤدي الى تنمية قدرات التفكير العملي لدى التلاميذ.
- ت. مهارة التمكن من المادة العملية: هي مدى تمكن الطالب من مادته العلمية أو مدى المامه بالتنظيمات المعرفية للمادة التي يقوم بها وكذبك ترتيبها المنطقي.
- ث. مهارة مرونة المدرس وطلاقة اللفظية: يجب على الطالب المتربص أن يبحث عن الطرق السهلة للتعليم ومقدرته على استخدام الوسائل التعليمية والتكلم بلغة مفهومة.

2.3.2. مرحلة المشاهدات الحية داخل مدرسة التطبيق: تتم المشاهدات الحية داخل مدرسة التطبيق وفقا لخطة معينة لها أهدافها وخطواتها التي من خلالها تتحقق هذه الأهداف، وباستخدام بطاقات ملاحظة تتضمن الخبرات العملية التي يكتسبها الطالب المتربص من ملاحظة الحياة المدرسية بصفة عامة، بملء هذه البطاقات من خلال مشاهدته وكتابة تقارير مفصلة عن كل الملاحظات.

3.3.2. مرحلة التدريس الفعلي: يكون فيها الطالب مسؤولا كل المسؤولية عن تنفيذ جميع المهام والنشاطات التعليمية التي يتطلبها كل درس، ومن هنا يجب على كل طالب متربص أن يكون قد اكتسب من المراحل السابقة قدرا مناسباً من الخبرات والمهارات والكفاءات التدريسية التي تعينه على القيام بالتدريس الفعلي للتلاميذ بمفرده.

4.3.2. مرحلة التقويم والنقد البناء: إن التدريس الفعال يتم من طرف الطالب المتربص وذلك بحضور المشرف عليه وبعض زملائه، ثم يعقد اجتماعا يضم كل هؤلاء مع

الطالب المتربص الذي قام بالتدريس قصد تقويمه، وتقدم الملاحظات والتوجيهات المفيدة.

4.2. خلاصة:

وفي الأخير يمكن القول أن التربية البدنية والرياضية ذات أهمية بالغة في إعداد الفرد، وللوصول إلى ذلك يشترط علينا تحقيق أهدافها وهذا يتطلب تكوين ملم بجميع النواحي والمعلومات اللازمة وتوظيفها في التربص، إذن التربص مرتبط بتكوين الطالب في المعهد والزاد المعرفي الذي تحصل عليه.

1. تمهيد :

بعد أن عرجنا في الجانب النظري على شرح الجوانب المتعلقة بموضوع بحثنا هذا و تطرقنا بالشرح لكل جانب منها بالاستعانة بدراسات و بحوث سابقة في نفس المجال سنحاول في هذا الجزء الإلمام بصلب موضوع دراستنا و المتمثل في الكشف عن المستوى المعرفي لدى الطلبة المتربصين في بعض فعاليات ألعاب القوى من خلال دراسة ميدانية تعطي لبحثنا هذا الصيغة العلمية ذات الطابع التربوي ، و يعتبر هذا الفصل العمود الفقري في تصميم و بناء بحث علمي ، و في سبيل ذلك قمنا بتوزيع استبيان موجه إلى عينة الطلبة ، و بعد جمع و تحليل النتائج قمنا بإعطاء التفسيرات المتوفرة بما يتناسب والفرضيات المطروحة سابقا كذلك و ما وصلت إليه الدراسات السابقة من نتائج .

2. منهج البحث:

إن كل مشكلة بحثية بحاجة إلى منهج مناسب يساعد الباحث على تقصي حقائقها ، فمن المستحيل إنجاز بحث علمي دون الاستناد إلى منهج معين نسير على خطواتهعلما أن هذه المرحلة من أهم الخطوات الأساسية للدراسة ، وإلا أصبحت هذه الأخيرة مجرد جمع وتخمين للبيانات ، فعلى الباحث أن يؤطر بحثه ضمن منهج سليم لتسهيل التحكم في أفكاره ومعلوماته ، وكذا تجنب كل التباس أو تناقض قد يعترض عمله.

واختيار المنهج يتمشى وطبيعة الموضوع المراد معالجته والكشف عن العوامل المتحركة فيه ، كما أن التمكن من ضبط المفاهيم والإلمام بجميع المشكلة وإتباع

خطوات المنهج سيؤدي حتما إلى نجاح البحث العلمي وقد اقتضت إشكالية الدراسة استخدام المنهج الآتي .

. المنهج الوصفي :

يعرف الدكتور "عبد القادر محمود رضوان" هذا المنهج على أنه دراسة ووصف خصائص وأبعاد ظاهرة من الظواهر في إطار معين، ويتم من خلاله لجميع البيانات والمعلومات اللازمة عن الظاهرة، والعوامل التي تتحكم فيها، وبالتالي استخلاص نتائج يمكن تعميمها مستقبلا. (رضوان، صفحة 57)

ويهدف هذا المنهج إلى الوصول لمعرفة دقيقة وتفصيلية عن عناصر الظاهرة موضوع البحث تفيد في فهم أفضل لها ، أو في وضع سياسات أو إجراءات مستقبلية خاصة بها ، وقد يكون هذا الوصف كما أو كيفا ويعتمد هذا المنهج على دراسة الظاهرة كما هي موجودة في الواقع، حيث استخدمنا هذا المنهج نظرا لطبيعة مشكلتنا التي تتعلق بكشف المستوى المعرفي لبعض فعاليات ألعاب القوى لدى الطلبة المتربصين، فألزمنا باختيار المنهج الوصفي دون غيره باعتباره من أحسن المناهج التي تصلنا إلى حقائق دقيقة وواضحة.

3. مجتمع وعينة البحث:

تمثل مجتمع البحث في طلبة السنة الثالثة ليسانس والمتربصين بالثانويات تخصص تربية بدنية ورياضية حيث بلغ عددهم الإجمالي 82 طالب متربص، أما عينة البحث فقمنا باختيار 60 طالب من العدد الإجمالي وتم اختيارهم بطريقة مقصودة وذلك للحصول على معلومات وبيانات أكثر مما نستطيع الحصول عليه عند استخدامنا

الحصر الشامل، مع الأخذ بعين الاعتبار للطلبة المتخلين وغير الملتحقين بالمقاعد الجامعية وهي كالاتي:

عدد الطلبة على مستوى قسم ت ب ر	عدد الطلبة الملتحقين بالتريص	عدد ثانويات التريص	عدد الأساتذة المؤطرين	عدد طلبة الدراسة الاستطلاعية
82 طالب مسجل	60 طالب متريص	29 ثانوية	71 أستاذ مؤطر ومسؤول عن الطلبة المتريصين بالثانويات	10 طلبة متريصين

4.متغيرات البحث:

1.4.المتغير المستقل: المستوى المعرفي لدى الطلبة المتريصين.

2.4.المتغير التابع: بعض فعاليات ألعاب القوى (سباق السرعة، الوثب الطويل، دفع الجلة)

3.4.المتغيرات المشوشة: اختلاف المؤسسات التربوية من حيث الإمكانيات والبياديين وكفاءة الطلبة المتريصين، وكفاءة الأساتذة المؤطرين، حيث أن هذه المتغيرات عشوائية لا تؤثر على الدراسة لكن هدفنا من البحث هو التعرف على مستوى الجانب المعرفي والنظري لدى الطلبة المتريصين في بعض فعاليات ألعاب القوى.

5. مجالات البحث:

1.5. المجال البشري: من خلال الدراسة المسحية للاستمارة شملت عينة البحث على طلبة السنة الثالثة ليسانس تخصص تربية بدنية وعلم الحركة مجبرين على التربص الميداني ببعض ثانويات ولاية مستغانم للسنة الدراسية 2016-2017، حيث تم أخذ جميع الطلبة بطريقة مقصودة وبلغ عددهم 60 طالب متربص.

2.5. المجال الزمني: قسمنا فترة إنجاز بحثنا إلى قسمين:

الفترة الأولى: من بداية شهر ديسمبر إلى غاية شهر فيفري وخصصناها للجانب النظري وجمع المصادر.

الفترة الثانية: امتدت من شهر مارس حتى نهاية شهر ماي، وقمنا فيها بدراسة استطلاعية ثم الدراسة الأساسية وبتوزيع الاستبيان على أفراد العينة ومعالجة النتائج احصائيا.

3.5. المجال المكاني: تم توزيع الاستمارات على الطلبة المتربصين في كل من مكان التربص (الثانويات) على مستوى معهد التربية البدنية والرياضية وعلى مستوى الإقامات الجامعية.

6. أدوات البحث:

في بحثنا هذا قمنا باستخدام الاستبيان باعتبارها من أحسن الطرق للتحقق من الإشكالية التي قمنا بطرحها ، كما أنها تسهل علينا جمع المعلومات المراد الحصول عليها ، انطلاقا من الفرضيات السابقة ويعرف الاستبيان بأنه أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات ويطلق عليها الاستقصاء أو الاستفتاء ويتم جمع

البيانات عن طريق الاستبيان من خلال طريقتين هما : الاستبيان البريدي أو المباشر وغير مباشر والاستبيان غيرالبريدي ويتفق كل من الاستبيان البريدي وغير بريدي من أن المفحوصين هم الذين يقومون بالإجابة بأنفسهم دون تدخل الباحث.

(حسين، 1999، صفحة 168)

لقد تما بناء الاستبيان على أساس الفرضيات بحيث قسم على محورين:

المحور الأول:يتناول الحالة الشخصية للطلبة المتربصين وتكوينهم بمعهد التربية البدنية والرياضية، حيث شمل على 7 أسئلة.

المحور الثاني: خصص لفعاليات ألعاب القوى (سباق السرعة، الوثب الطويل، دفع الجلة) حيث طرحنا 7 أسئلة لكل جزء من المحور فشمل المحو ككل 21 سؤال حول جانب المعرفة لألعاب القوى.

واعتمدنا في طريقة الاستبيان عليها أسئلة المغلقة وهي التي يحدد فيها الباحث إجاباته، وتكون الإجابات محددة في معظم الأحيان بنعم أو لا وقد يتضمن في بعض الأحيان على المستجوبين أن يختاروا الإجابة الصحيحة.

7. الأسس العلمية للبحث:

1.7.الصدق: تم عرض الاستبيانعلى دكاترة محكمين مشهود لهم بمستواهم العلميوتجربتهم الميدانية في المجالات الدراسية ومناهج البحث العلميبغرض تحكيم الاستمارة و ذلك لمراعاة إمكانية توافق العبارات بالأسئلة و كذا الأسئلة بالفرضيات وقد تمّ تعديل كل الإشارات التي أوصى بها المحكمين وفق المعايير المنهجية للبحث وهو ما أسفرت عنه من جانب صدق الاستبيان وبحيث أفرزت النتائج إلى تحقيق صدق

الأبعاد التي يتضمنها الاستبيان، واستخدمنا الصدق الذاتي وذلك عن طريق ايجاده بالجزر التربيعي لمعامل الثبات كما هو موضح بالجدول.

2.7. الثبات: يسند مفهوم ثبات أداة البحث على فكرة استقرار الدرجة التي يتم جمعها بالنسبة لسمة الشخص مرتين أو أكثر لقياس سمة معينة و هناك عدة طرق للتأكد من ثبات أداة البحث مثل طريقة إعادة الاختبار أو طريقة الصور المكافئة أو طريقة التجزئة النصفية، وفي بحثنا استخدمنا طريقة إعادة الاختبار (الاستبيان) وذلك عن طريق حساب الفروق بين النتائج القبلية والبعديّة لعينة الدراسة الاستطلاعية والتي تتمثل في 10 طلاب متربصين ، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بيرسون كما هو موضح بالجدول.

من كل ما سبق نجد أن أداة البحث تتمتع بصدق و ثبات عاليين و هذا الأمر يجعلنا نعول عليها في الحصول على نتائج موثوق به.

الصدق	الثبات	القيمة ج	مستوى الدلالة	درجة الحرية	العينة		
0.86	0.74	0.67	0.05	9	10	المحور 1	
0.88	0.77					الجزء 1	المحور 2
0.91	0.82					الجزء 2	
0.83	0.69					الجزء 3	

8. الدراسات الاحصائية:

لكي يتسنى لنا التعليق والتحليل عن نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب إحصائي وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال التحليل الاستمارة الى أرقام على شكل نسب مئوية، وهذا عن طريق إتباع القاعدة الثلاثية المعروفة:

$$\frac{ع \times 100}{س} = X \text{ فإن } X \leftarrow \begin{array}{l} \text{س} \leftarrow 100 \% \\ \text{ع} \times X \leftarrow \end{array}$$

X: النسبة المئوية .

ع: عدد الإجابات (عدد التكرارات).

س: عدد أفراد العينة. (السيد، 1998، صفحة 34)

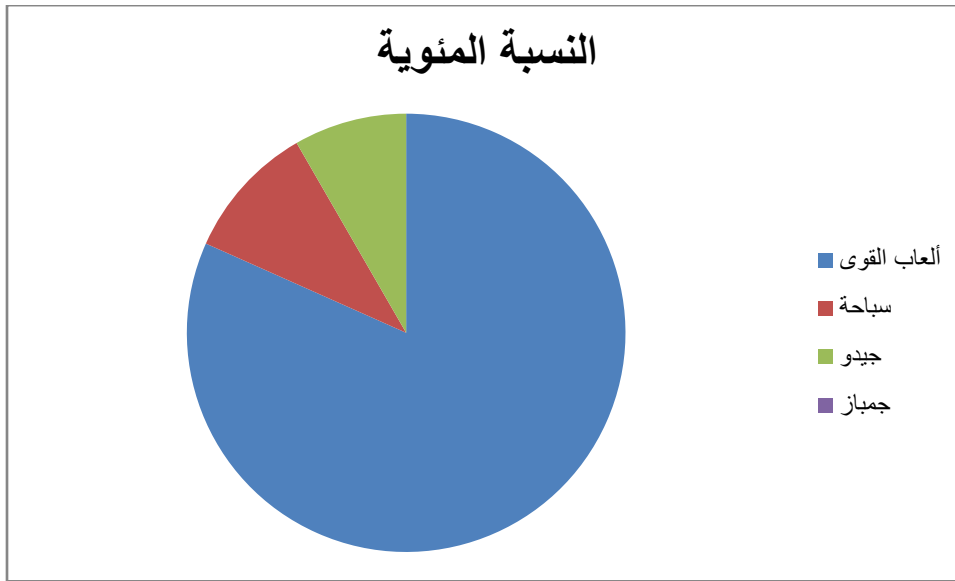
1. عرض وتحليل نتائج الاستبيان الخاص بالطلبة:

المحور الأول: الحالة الشخصية وتكوين الطلبة المتربصين بمعهد التربية البدنية والرياضية.

السؤال الأول: ماهو اختصاصك أثناء التكوين بالمعهد؟

المجموع	جمباز	جيدو	سباحة	ألعاب القوى	تخصص ألعاب فردية
60	0	5	6	49	عدد الطلبة المتربصين
100%	0%	8.33%	10%	81.67%	النسبة المئوية

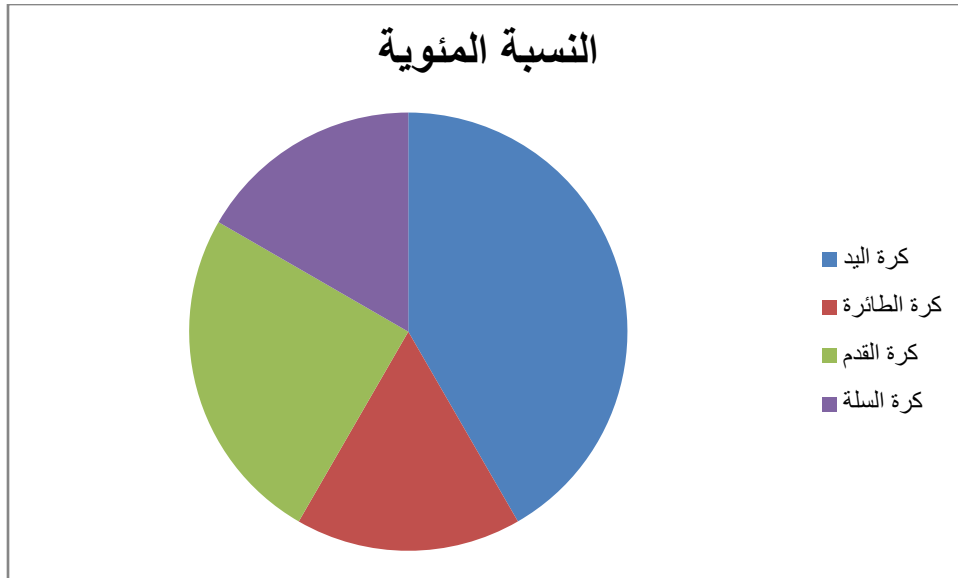
جدول رقم (01) يمثل نسبة الإجابة على السؤال الأول.



شكل بياني رقم (01) يمثل نتائج الجدول الأول

تخصص ألعاب جماعية	كرة اليد	كرة الطائرة	كرة القدم	كرة السلة	المجموع
عدد الطلبة المتربصين	25	10	15	10	60
النسبة المئوية	41.66%	16.67%	25%	16.67%	100%

جدول رقم (02) يمثل الإجابة على السؤال الأول.



شكل بياني (02) يمثل نتائج الجدول الثاني

مناقشة الجدول :

ومنه نلاحظ من خلال الجدول أثناء تكوينهم بالمعهد أنه من بين 60 طالب متربص كان 49 منهم متخصصين في ألعاب القوى أي بنسبة 81.67%، بينما قدرت نسبة الطلبة المتربصين المتخصصين في السباحة ب 10%، أما نسبة الطلبة المتخصصين

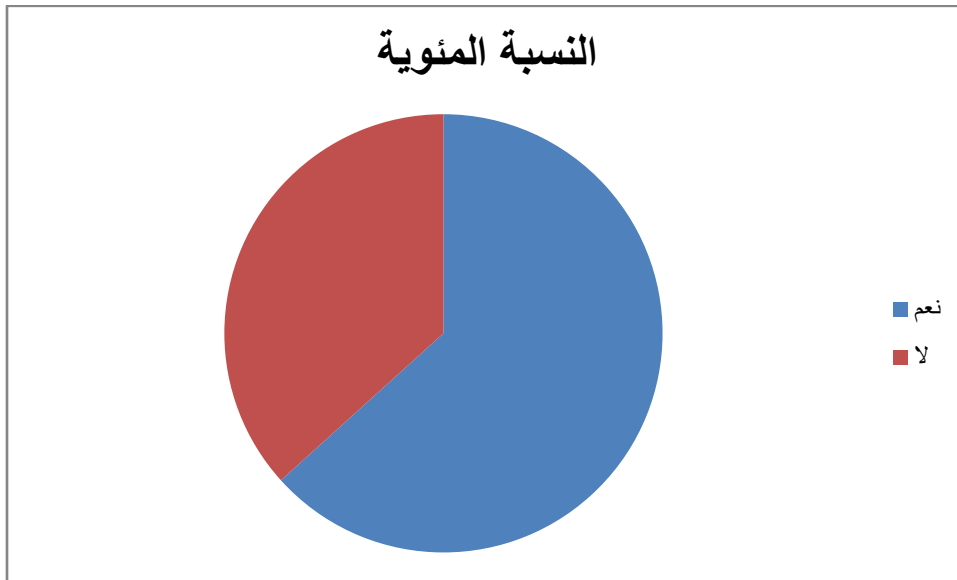
في رياضة الجيدو فقد قدرت ب 8.33% في حين أن رياضة الجمباز يوجد طلبة متخصصين لهذه الرياضة وعليه فنسبتها 0%.

ومنه نستنتج أن معظم الطلبة المترشحين متخصصين بألعاب القوى بالنسبة للنشاط الفردي ويجب أن يكون لديهم فكرة واسعة ومعلومات دقيقة بالنسبة لهذه الألعاب.

السؤال الثاني: هل تستعين بالأهداف المنصوص عليها أثناء تحضيرك للحصة خلال تريضك بالثانوية؟

المجموع	لا	نعم	
60	22	38	عدد الطلبة
100%	36.7%	63.3%	النسبة المئوية

جدول رقم (03) يوضح نسبة الإجابات على السؤال الثاني.



شكل بياني رقم (03) يمثل نتائج الجدول الثالث

تحليل الجدول:

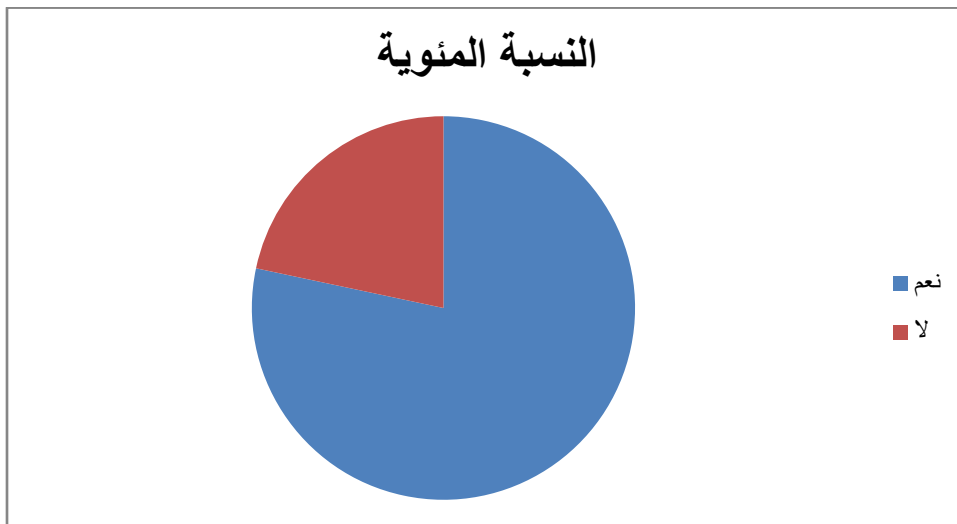
من خلال الجدول نلاحظ الطلبة المتربصين يستعينون بالأهداف المنصوص عليها أثناء التحضير للحصة خلال التربص بالثانوية بنسبة 63.3% بينما كانت الإجابة على الشرط الثاني من السؤال أي عدم الاستعانة بالأهداف المنصوص عليها أثناء التحضير للحصة خلال التربص بالثانوية بنسبة 36.7%.

ومنه نستنتج أن الطلبة يستعينون بالأهداف المنصوص عليها.

السؤال الثالث: هل سبق لكم أن أجريت لكم محاضرات حول الجوانب المعرفية لفعاليات ألعاب القوى؟

المجموع	لا	نعم	
60	47	13	عدد الطلبة
100%	78.3%	21.67%	النسبة المئوية

جدول رقم (04) يبين نسبة الإجابات على السؤال الثالث



شكل بياني رقم (04) يمثل نتائج الجدول الرابع

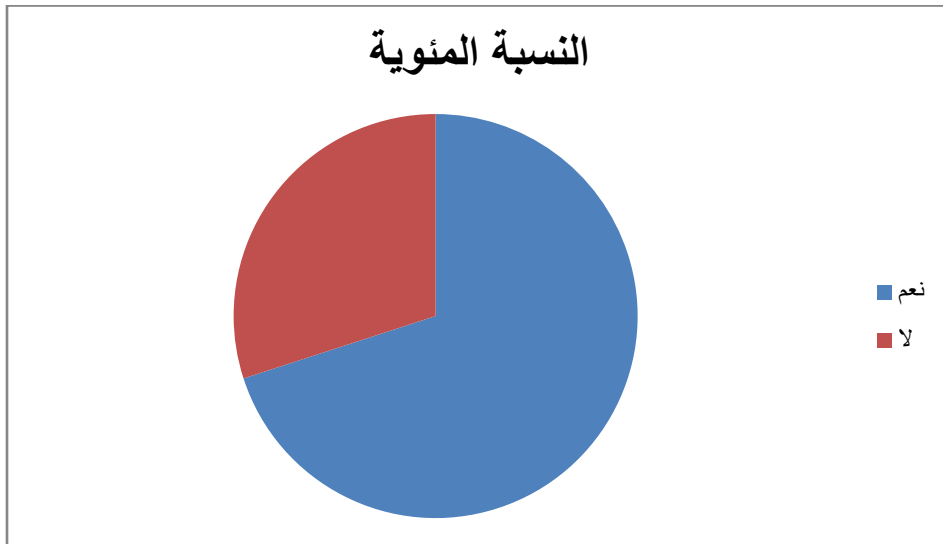
تحليل الجدول:

من خلال الجدول يلاحظ الطلبة المتربصين أنه أجريت لهم محاضرات حول الجوانب المعرفية لفعاليات ألعاب القوى بنسبة 21.67% أما نسبة 78.3% من الطلبة أجابوا بلا أي لم تجرى لهم محاضرات حول الجوانب المعرفية لفعاليات ألعاب القوى. ومنه نستنتج أن هناك محاضرات حول الجوانب المعرفية لفعاليات ألعاب القوى أثناء التكوين.

السؤال الرابع: هل هناك نقائص خلال فترة تكوينك في المعهد من ناحية الجانب المعرفي لفعاليات ألعاب القوى؟

المجموع	لا	نعم	
60	18	42	عدد الطلبة
100%	30%	70%	النسبة المئوية

جدول رقم (05) يمثل الإجابات على السؤال الرابع.



شكل بياني رقم (05) يمثل نتائج الجدول الخامس

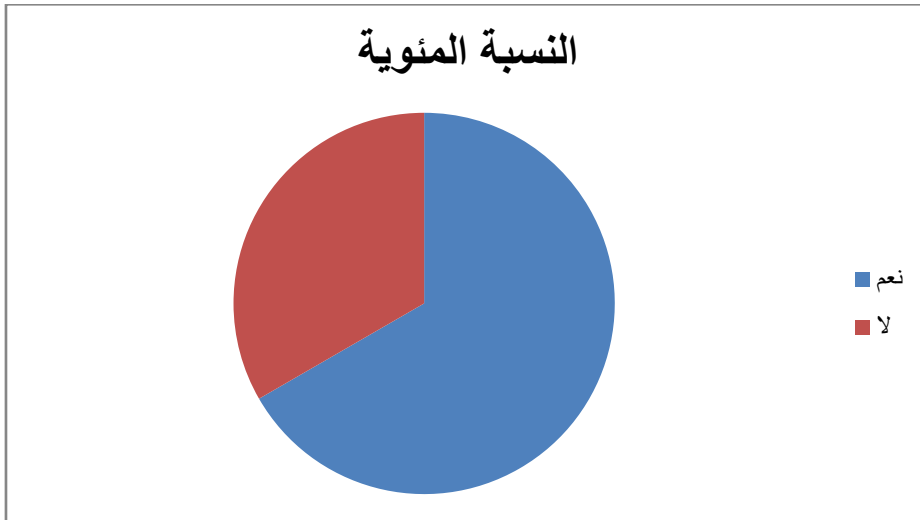
تحليل الجدول:

من خلال النتائج المبينة في الجدول والشكل البياني أعلاه نلاحظ أن معظم الطلبة المتربصين لديهم نقائص خلال فترة التكوين في المعهد من ناحية الجانب المعرفي لفعاليات ألعاب القوى بنسبة 70% وكان باقي الطلبة المجيبين بلا بنسبة 30%.
ومنه نستنتج أن المعهد يوجد به نقائص خلال مرحلة التكوين من ناحية الجانب المعرفي لفعاليات ألعاب القوى.

السؤال الخامس: هل يخصص لكم أثناء التكوين حصص نظرية حول فعاليات ألعاب القوى عامة وبالخصوص كل من الوثب الطويل، دفع الجلة، سباقات السرعة؟

المجموع	لا	نعم	
60	20	40	عدد الطلبة
100%	33.33%	66.67%	النسبة المئوية

جدول رقم (06) يمثل الإجابة على السؤال الخامس



شكل بياني رقم (06) يمثل نتائج الجدول السادس

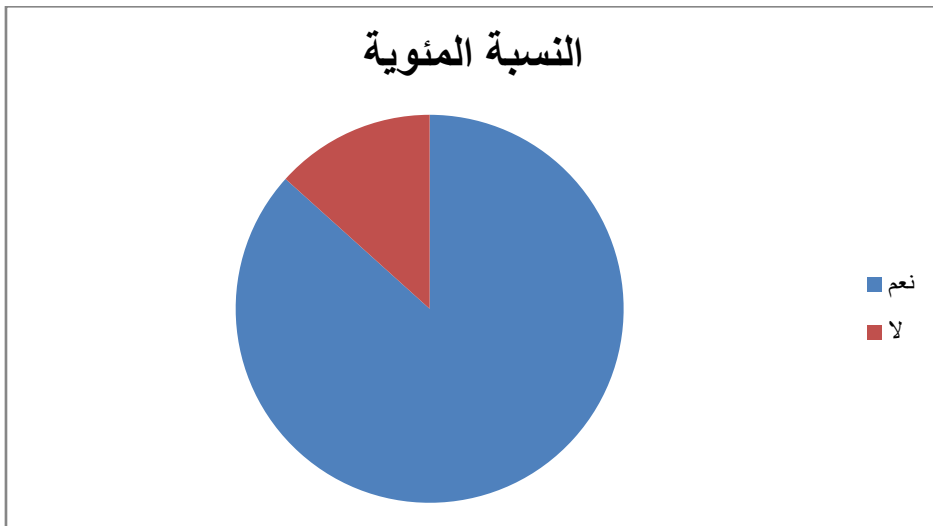
تحليل الجدول:

من خلال الجدول نلاحظ أن من بين 60 طالب متربص 40 يخصص لهم حصص نظرية حول فعاليات ألعاب القوى أثناء التكوين بنسبة 66.67% بينما 20 طالب لا يخصص لهم حصص نظرية حول فعاليات ألعاب القوى بنسبة 33.33%.
ومنه نستنتج أن معظم الطلبة المتربصين يخصص لهم الوقت الكافي أثناء التكوين بالمعهد لخصص النظرية حول فعاليات ألعاب القوى.

السؤال السادس: ما هي الطريقة التي ينتهجها الأساتذة بالمعهد في تقديم الجوانب المعرفية؟

المجموع	لا	نعم	
60	8	52	عدد الطلبة
100%	13.33%	86.67%	النسبة المئوية

جدول رقم (07) يمثل الإجابة على السؤال السادس.



شكل بياني رقم (07) يمثل نتائج الجدول السابع

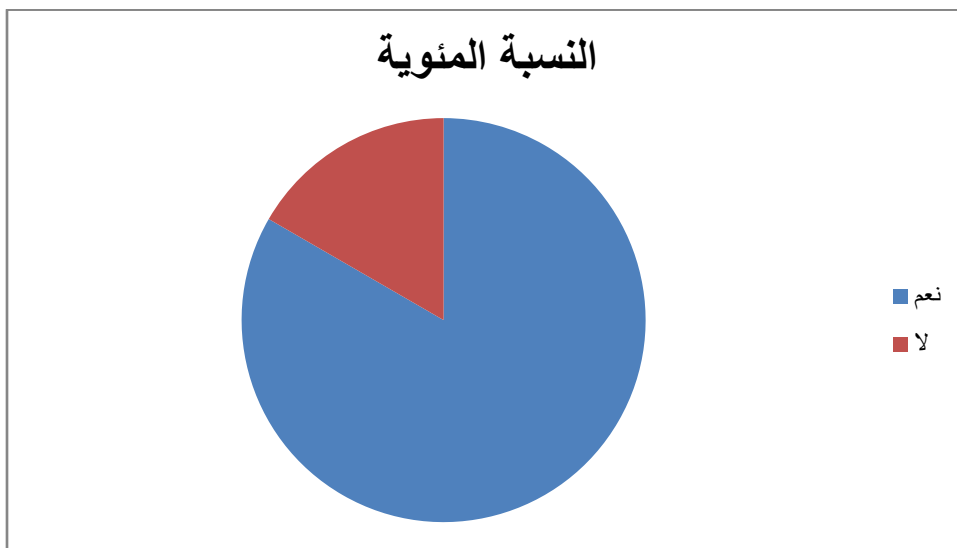
تحليل الجدول:

من خلال النتائج المبينة في الجدول يتبين لنا أنه من بين مجموع الطلاب 52 منهم أجابوا بنسبة 86.67% أن الأساتذة بالمعهد يقدمون الجوانب المعرفية من خلال الحصص التطبيقية مقابل 8 طلاب متربصين أجابوا على أن الأساتذة بالمعهد يقدمون الجوانب المعرفية داخل القاعات في شكل درس نظري وذلك بنسبة 13.33%. ومنه نستنتج أن معظم الأساتذة يقدمون بتقديم الجوانب المعرفية في الميدان أي خلال الحصص التطبيقية.

السؤال السابع: في رأيكم هل من الضروري الإعتماد على الجوانب المعرفية في تحضير حصة التربية البدنية والرياضية؟

المجموع	لا	نعم	
60	10	50	عدد الطلبة
100%	16.66%	83.33%	النسبة المئوية

جدول رقم (08) يبين نسبة الإجابات على السؤال الرابع.



شكل بياني رقم (08) يمثل نتائج الجدول الثامن

تحليل الجدول:

من خلال الجدول نلاحظ أنه لا بد من الاعتماد على الجوانب المعرفية في تحضير حصة التربية البدنية والرياضية بنسبة 83.33% وباقي الطلبة لا يعتمدون على الجوانب المعرفية في التحضير للحصة وذلك بنسبة 16.66% ومنه نستنتج أن الجانب المعرفي عامل رئيسي في تحضير حصة التربية البدنية والرياضية.

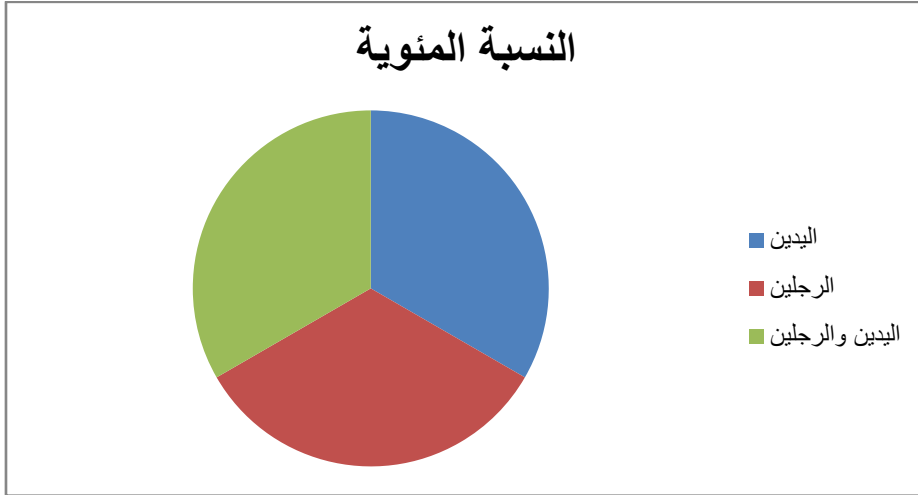
المحور الثاني: الجانب النظري في بعض فعاليات ألعاب القوى.

تحليل الأسئلة الخاصة بفعالية السرعة:

السؤال الأول: يكون تحميل وزن الجسم في وضع الإستعداد على:

الرجلين	اليدين	اليدين والرجلين	المجموع
20	20	20	60
33.33%	33.33%	33.33%	100%

جدول رقم (09) يبين نسبة الإجابات على السؤال الأول



شكل بياني رقم (09) يمثل نتائج الجدول التاسع

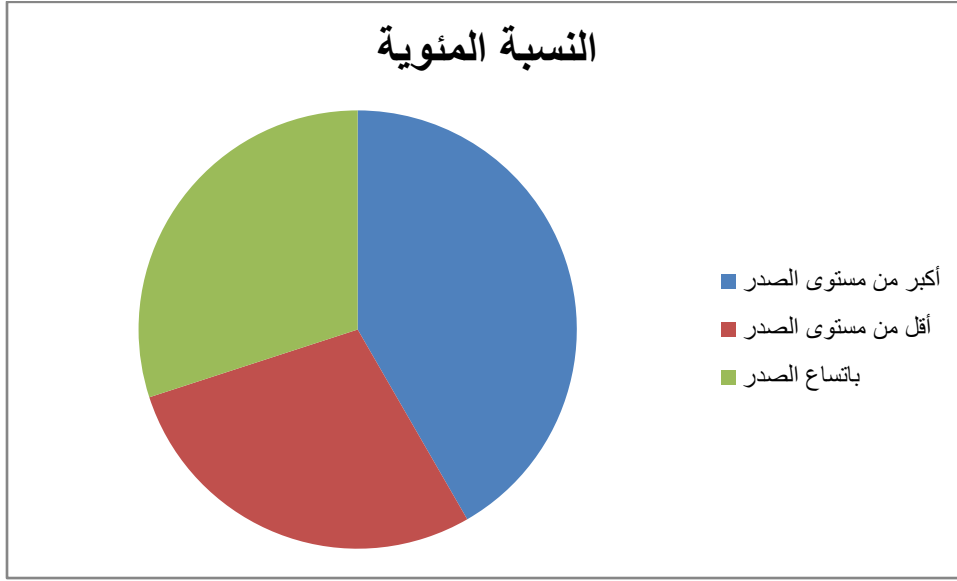
تحليل الجدول:

يلاحظ من خلال الجدول أن من بين أفراد العينة أنه هناك 40 طالب كانت إجاباتهم خاطئة وتمثلت في كون تحميل وزن الجسم في وضع الإستعداد يكون على اليدين بنسبة 33.33% وعلى الرجلين أيضا 33.33% أما الإجابة الصحيحة تمثلت في اليدين والرجلين معا وبلغت نسبة 33.33% أي 20 طالب.

ومنه نستنتج أم معظم الطلبة المتريصين لا يعرفون عن تحميل وزن الجسم في وضع الإستعداد الذي يكون على اليدين والرجلين ومنه المستوى المعرفي عند الطلبة ضعيف. السؤال الثاني: يكون إتساع اليدين عند الأرض في وضع البداية؟

المجموع	باتساع الصدر	أقل من مستوى الصدر	أكبر من مستوى الصدر	عدد الطلبة
60	18	17	25	عدد الطلبة
100%	30%	28.33%	41.66%	النسبة المئوية

جدول رقم (10) يبين نسبة الإجابات على السؤال الثاني



شكل بياني رقم (10) يمثل الجدول العاشر

تحليل الجدول:

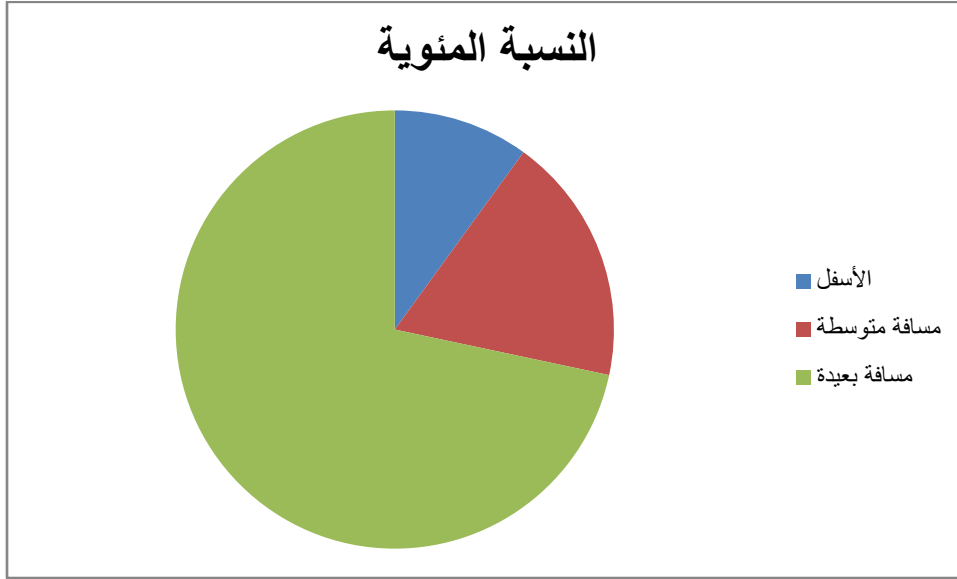
نلاحظ من خلال الجدول أن من بين 60 طالب 35 طالب كانت إجاباتهم خاطئة بنسبة 00 وتمثلت في 30% بإجابة باتساع الصدر و 28.33% في إجابة أقل من مستوى الصدر بينما كانت نسبة الطلبة ذات الإجابة الصحيحة 41.66% وتمثلت في 25 طالب.

ومنه نستنتج أن الجانب المعرفي للطلبة المتربصين دون المتوسط رغم أطوار التكوين.

السؤال الثالث: يكون النظر عند الإنطلاق نحو؟

المجموع	مسافة بعيدة	مسافة متوسطة	الأسفل	عدد الطلبة
60	43	11	6	عدد الطلبة
100%	71.66%	18.33%	10%	النسبة المئوية

جدول رقم (11) يبين نسبة الإجابات على السؤال الثالث.



شكل بياني رقم (11) يمثل الجدول الحادي عشر

تحليل الجدول:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول يتبين لنا أن 49 طالب من مجموع 60 طالب كانت إجاباتهم خاطئة تمثلت في نسبة 71.66% بالإجابة على المسافة البعيدة و10% على النظر نحو الأسفل بينما أجاب 11 طالب متريص إجابة صحيحة وتمثلت في نسبة 18.33% وكانت إجاباتهم على المسافة المتوسطة.

ومنه نستنتج أن المستوى المعرفي للسؤال الثالث لدى الطلاب المتريصين ضعيف جدا.

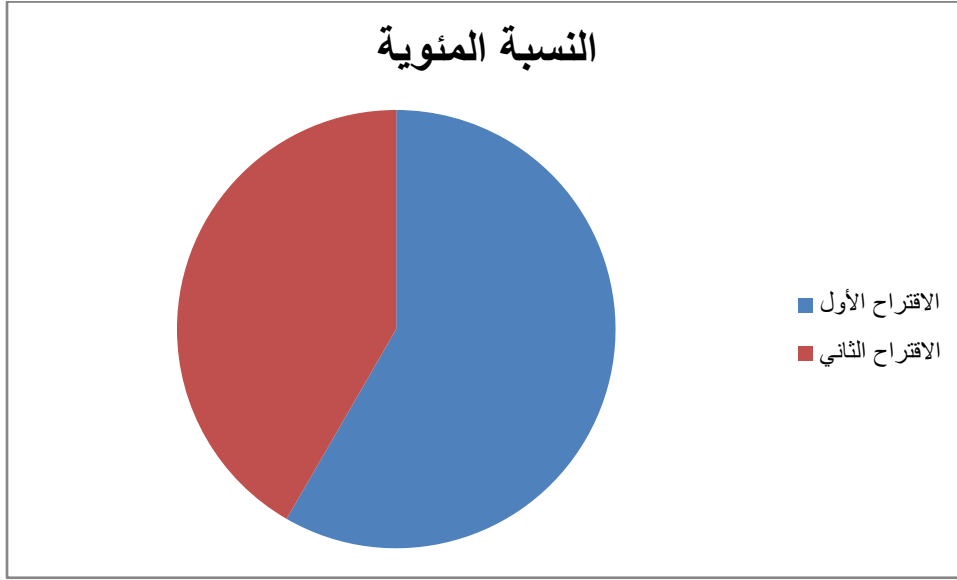
السؤال الرابع: يكون ميل الجسم بعد الخطوة الأولى من الإنطلاق مائلا إلى الأمام دون إستقامة وذلك في حدود؟

-مرحلة البدء و الانطلاق، مرحلة تزايد السرعة، مرحلة الإحتفاظ بالسرعة.

- مرحلة البدء و الانطلاق، مرحلة الإحتفاظ بالسرعة، مرحلة تزايد السرعة.

المجموع	الاقتراح الثاني	الاقتراح الأول	
60	25	35	عدد الطلبة
100%	41.66%	58.33%	النسبة المئوية

جدول رقم (12) يبين نسبة الإجابات على السؤال الرابع



شكل بياني رقم (12) يمثل الجدول الثاني عشر

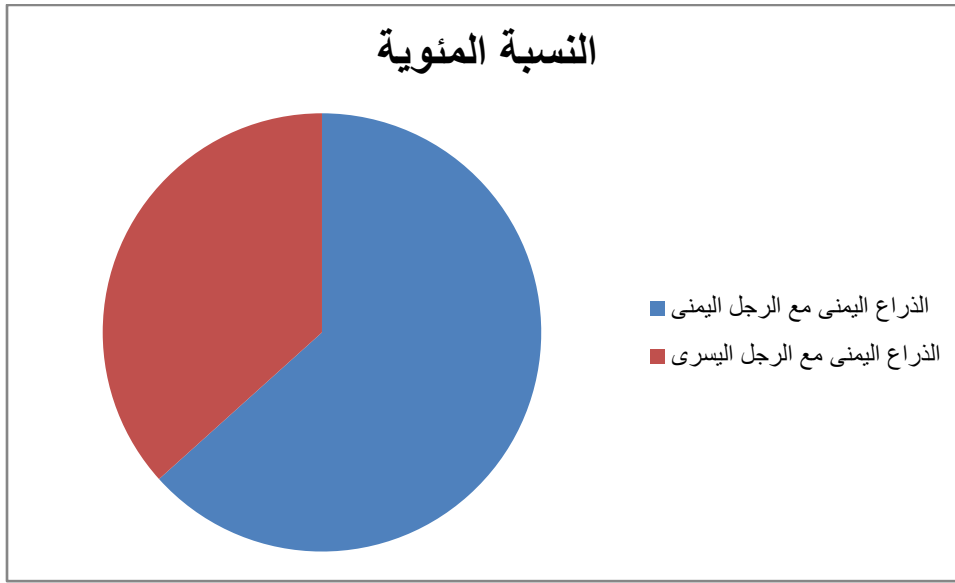
تحليل الجدول: من خلال ملاحظتنا للجدول نرى أن نسبة 41.66% أجابوا إجابة خاطئة وتمثل عددهم في 25 طالب بينما 58.33% متمثل عددهم في 35 طالب متريص كانت إجاباتهم صحيحة .

ومنه نستنتج أن نصف الطلبة لا يعرفون مراحل السرعة عند عدائي المسافات القصيرة وبالتالي المستوى المعرفي لديهم متوسط.

السؤال الخامس: مرجحة الرجلين والذارعين تكون بطريقة توافقية؟

المجموع	الذراع اليمنى مع الرجل اليسرى	الذراع اليمنى و الرجل اليمنى	
60	22	38	عدد الطلبة
100%	36.33%	63.33%	النسبة المئوية

جدول رقم (13) يبين نسبة الإجابات على السؤال الخامس.



شكل بياني رقم (13) يمثل نتائج الجدول الثالث عشر

تحليل الجدول:

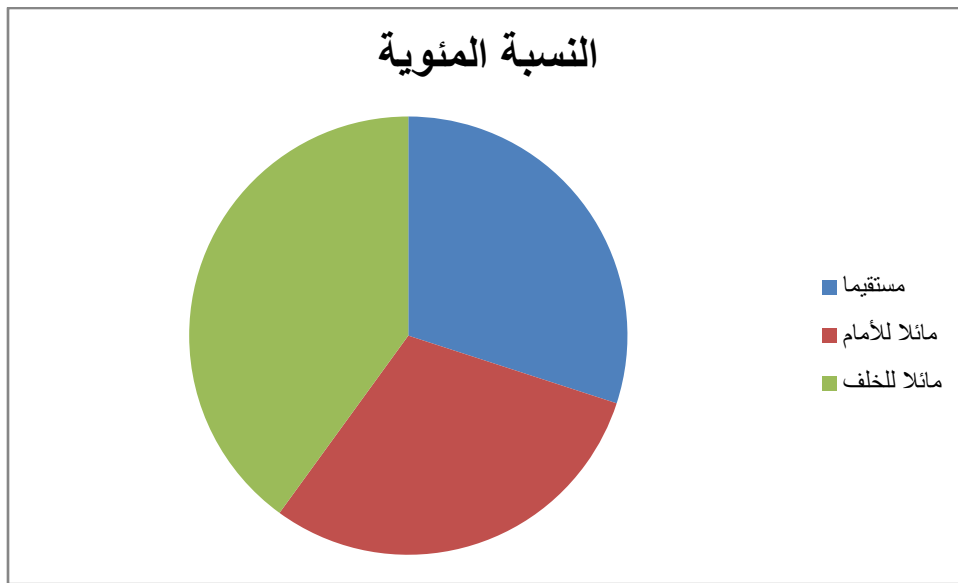
من خلال الجدول نلاحظ أن من بين 60 طالب، 38 طالب كانت إجاباتهم خاطئة وتمثلت بـ 63.33% بينما 22 طالب كانت إجاباتهم صحيحة وقدرت بـ 36.33% ألا وهي الذراع اليمنى مع الرجل اليسرى.

ومنه نستنتج أن المستوى المعرفي بالنسبة للسؤال الخامس قريب من الضعيف.

السؤال السادس: للحصول على خطوات أطول عند عدائي السرعة يجب أن يكون وضع الجذع؟

المجموع	مائلًا للخلف	مائلًا للأمام	مستقيما	عدد الطلبة
60	24	18	18	
100%	40%	30%	30%	النسبة المئوية

جدول رقم (14) يبين نسب الإجابات على السؤال السادس.



شكل بياني رقم (14) يمثل نتائج الجدول الرابع عشر

تحليل الجدول:

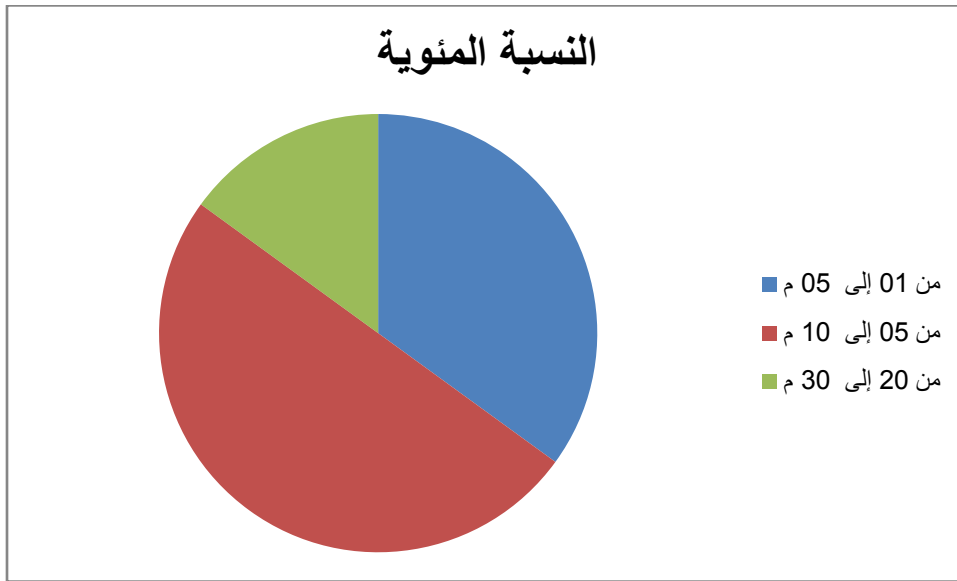
من خلال الجدول نلاحظ أن من بين 60 طالب متربص، 18 منهم تمكنوا من الإجابة الصحيحة وقد قدرت نسبتهم بـ 30% وتمثلت في الميل للأمام للحصول على أطول خطوات، بينما كانت نسبة 70% إجاباتهم خاطئة حيث اشتركت بين 30% للطلبة اللذين أجابوا على مستقيما و 40% أجابوا على الإجابة مائلًا للخلف.

ومنه نستنتج أن أغلب الطلاب ليست لديهم المعرفة الصحيحة حول سباقات السرعة.

السؤال السابع: يكون ميل الجسم بعد الخطوة الأولى من الإنطلاق مائلا إلى الأمام دون إستقامة وذلك في حدود؟

المجموع	من 01 إلى 05م	من 05 إلى 10م	من 10 إلى 20م	
عدد الطلبة	21	30	09	60
النسبة المئوية	35%	50%	15%	100%

جدول رقم (15) يبين نسب الإجابات على السؤال السابع.



شكل بياني رقم (15) يمثل نتائج الجدول الخامس عشر

تحليل الجدول:

من خلال النتائج المتوصل إليها والملاحظة في الجدول نلاحظ أن معظم الطلبة أجابوا

إجابة خاطئة وذلك بنسبة 75% على حيث كانت إجاباتهم ب 50% على 05

إلى 10م و 15% كانت إجاباتهم من 20 إلى 30م، أما الطلبة الباقين فأجابوا إجابة صحيحة والمتمثلين في 21 طالب مترص قدرت نسبتهم ب 35%.

ومنه نستنتج أن أغلب الطلاب ليست لهم المعرفة اللازمة والصحيحة حول فعاليات سباق السرعة وكذلك بالنسبة لوضعية الجسم بعد خطوة الانطلاق.

الأسئلة الخاصة بفعالية الوثب الطويل.

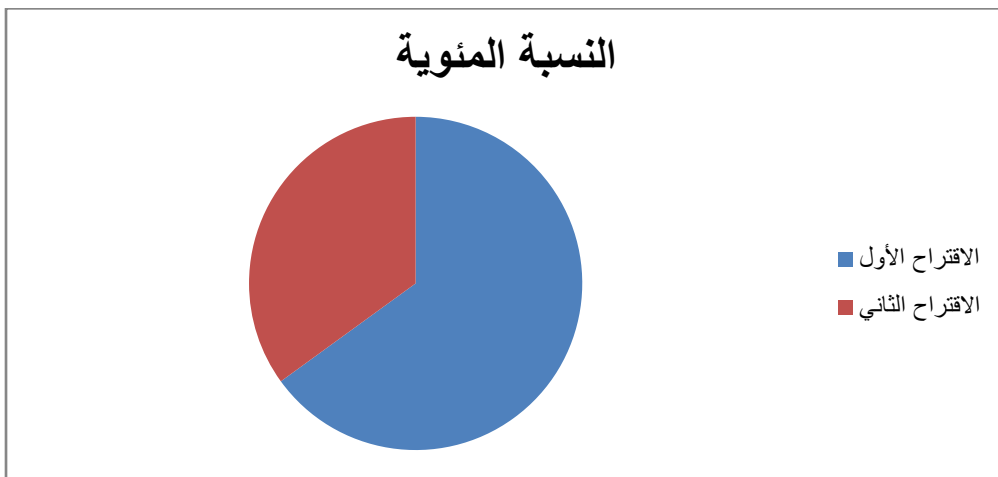
السؤال الأول: يمكن تقسيم مراحل الوثب الطويل إلى مرحلتين:

-مرحلة الاقتراب مرتبطة بمرحلة الطيران، مرحلة الطيران المرتبطة بمرحلة الهبوط.

- مرحلة الاقتراب مرتبطة بمرحلة الارتقاء مرحلة الاقتراب مرتبطة بمرحلة الهبوط

المجموع	الاقتراح الثاني	الاقتراح الأول	
60	21	39	عدد الطلبة
100%	35%	65%	النسبة المئوية

جدول رقم (16) يبين نسبة الإجابات على السؤال الأول.



شكل بياني رقم (16) يمثل نتائج الجدول السادس عشر

تحليل الجدول:

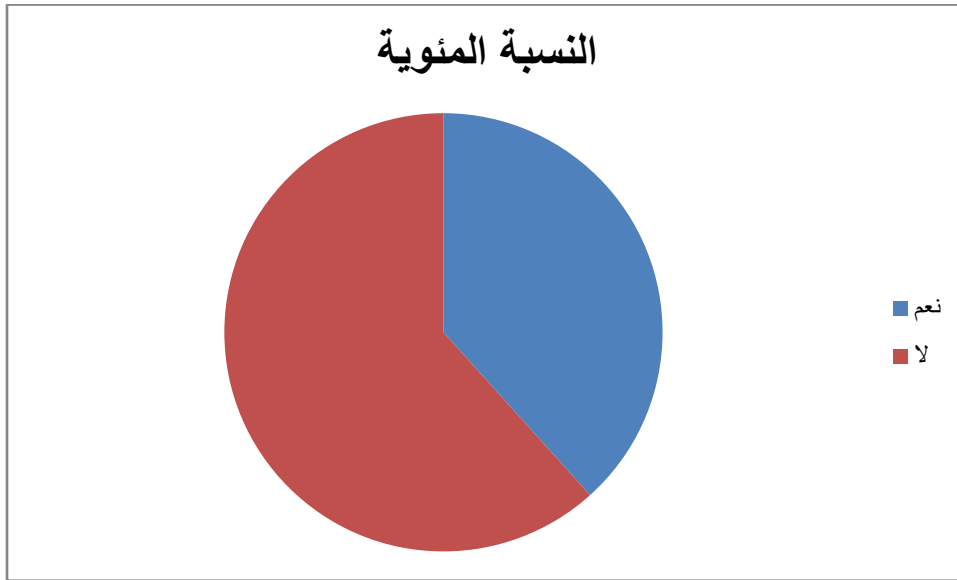
من خلال الجدول نلاحظ أن من بين مجموع الطلبة أفراد العينة 21 منهم أجابوا إجابة صحيحة بنسبة 35% بينما 21 طالب متريص أجابوا إجابة خاطئة وقدرت نسبتهم ب 65% .

ومنه نستنتج أن معظم الطلبة لا يعرفون المراحل الفنية للوثب الطويل.

السؤال الثاني: تكون بداية الانطلاقة في الوثب الطويل موحدة لجميع المتنافسين؟

المجموع	لا	نعم	
60	37	23	عدد الطلبة
100%	61.66%	38.33%	النسبة المئوية

جدول رقم (17) يبين نسب الإجابات على السؤال الثاني.



شكل بياني رقم (17) يمثل نتائج الجدول السابع عشر

تحليل الجدول:

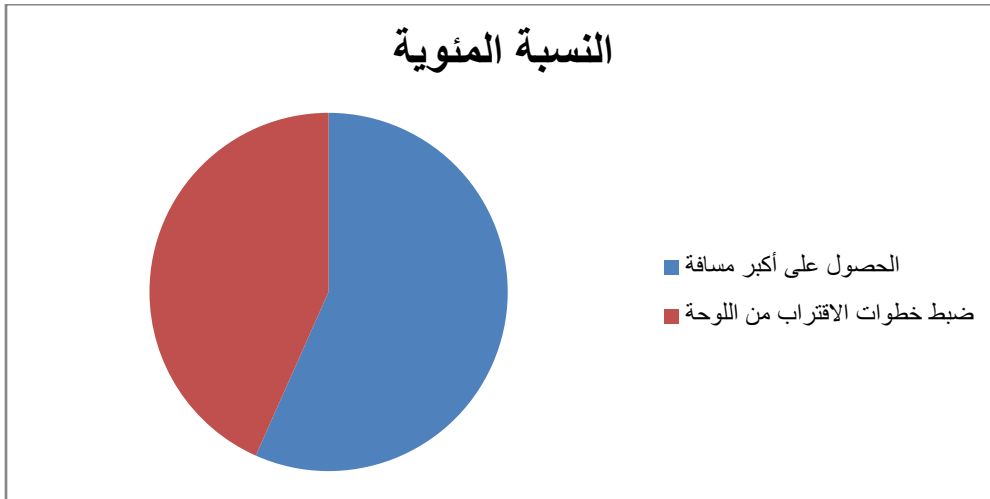
من خلال الجدول يلاحظ أنه 37 طالب من بين مجموع أفراد العينة أجابوا إجابة خاطئة بنسبة 61.66% بينما كانت الإجابة الصحيحة بنسبة 38.33% وتمثلت في 23 طالب متربص.

ومنه نستنتج أن فوق نصف الطلبة المتربصين لا يعرفون كيف تكون بداية الاطلاق في الوثب الطويل موحدة لجميع المتنافسين.

السؤال الثالث: تحديد مكان البدء في الوثب الطويل يساعد على؟

المجموع	ضبط خطوات الاقتراب من اللوحة	الحصول على أكبر مسافة	
60	26	34	عدد الطلبة
100%	43.33%	56.66%	النسبة المئوية

جدول رقم (18) يبين نسبة الإجابات على السؤال الثالث.



شكل بياني يمثل (18) يمثل نتائج الجدول الثامن عشر

تحليل الجدول:

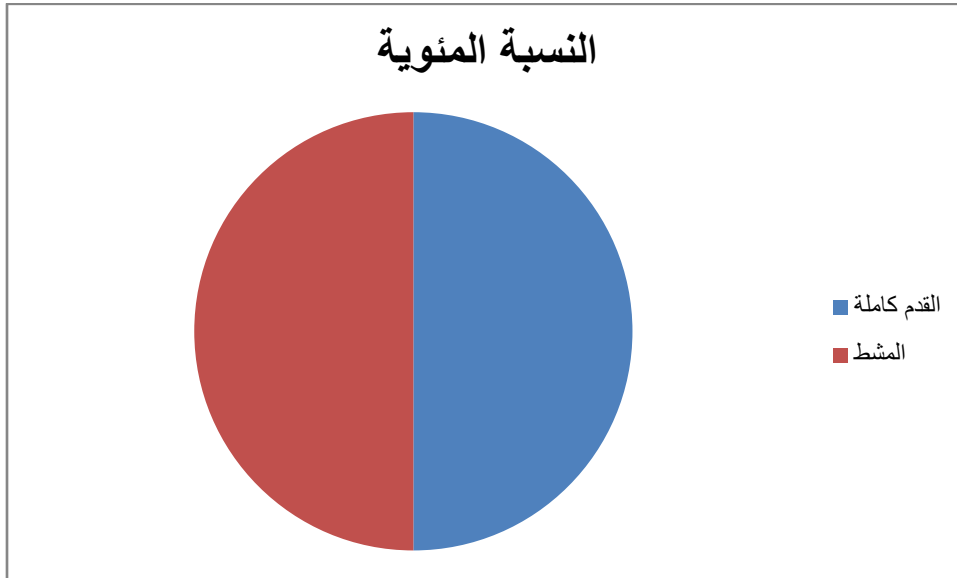
من خلال الجدول أن 34 طالب متربص أجابوا إجابة خاطئة بنسبة 56.66% بينما 26 طالب أجابوا إجابة صحيحة بنسبة 43.33% وذلك لضبط خطوات الاقتراب من اللوحة.

ومنه نستنتج أن نصف الطلبة المتربصين لا يعرفون الهدف من تحديد مكان البدأ في الوثب الطويل.

السؤال الرابع: يكون وضع القدم أثناء الارتقاء على؟

المجموع	المشط	القدم كاملة	
60	30	30	عدد الطلبة
100%	50%	50%	النسبة المئوية

جدول رقم (19) يبين نسبة الإجابات على السؤال الرابع.



شكل بياني رقم (19) يمثل نتائج الجدول التاسع عشر

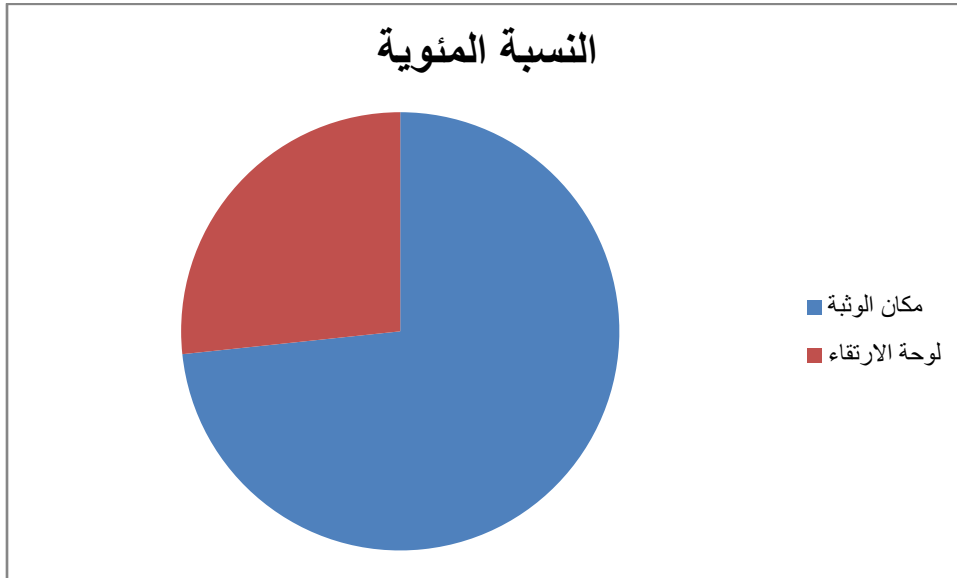
تحليل الجدول:

من خلال الجدول والنتائج الموضحة فيه نرى أن من بين 60 طالب متربص 30 من الطلبة أجابوا إجابة خاطئة أي النصف بنسبة 50% والنصف الآخر أجابوا إجابة صحيحة فيكون وضع القدم أثناء الارتقاء على المشط. ومنه نستنتج أن نصف الطلبة المتربصين لا يعرفون كيف يكون وضع القدم أثناء الارتقاء.

السؤال الخامس: تقاس الوثبة من؟

المجموع	لوحة الارتقاء	مكان الوثبة	عدد الطلبة
60	16	44	
100%	26.66%	73.33%	النسبة المئوية

جدول رقم (20) يبين نسبة الإجابات على السؤال الخامس.



شكل بياني رقم (20) يمثل نتائج الجدول العشريون

تحليل الجدول:

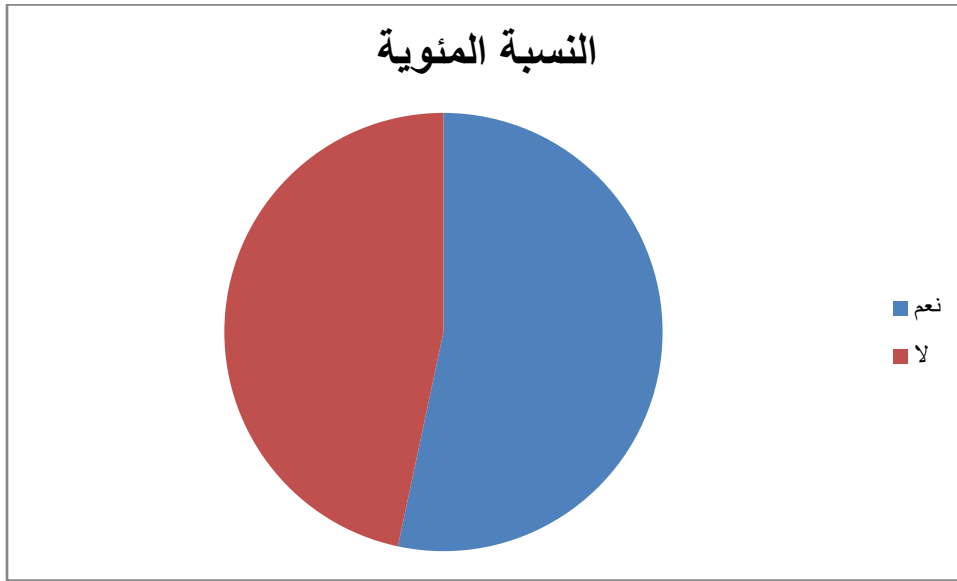
من خلال نتائج الجدول تبين لنا أن 44 طالبا أجابوا إجابة خاطئة بنسبة 73.33% بينما قدرت نسبة الإجابة الصحيحة ب 26.66% وتمثلت في 16 طالب فقط من أصل 60 طالب متريص.

ومنه نستنتج أن جل الطلاب لا يعرفون كيف تقاس الوثبات.

السؤال السادس: تعد الوثبة الصحيحة إذا لمس المتنافس الأرض منطقة الهبوط؟

المجموع	لا	نعم	
60	28	32	عدد الطلبة
100%	46.66%	53.33%	النسبة المئوية

جدول رقم (21) يبين نسب الإجابات على السؤال السادس.



شكل بياني رقم (21) يمثل نتائج الجدول الواحد وعشرون

تحليل الجدول:

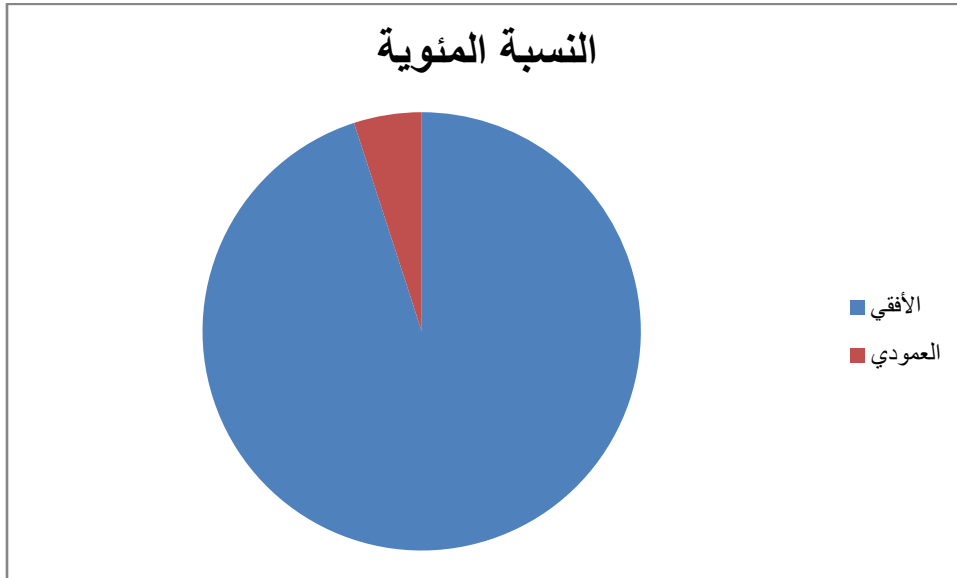
من خلال النتائج الموضحة في الجدول أعلاه نلاحظ أن 28 طالب أجابوا إجابة خاطئة بنسبة 46.66% بينما 32 أجابوا إجابة صحيحة بنسبة 53.33% من مجموع 60 طالب.

ومنه نستنتج أن أغلب من نصف الطلبة لهم دراية ومستوى معرفي في المرحلة الفنية الأخيرة للقفز الطويل ألا وهي مرحلة الهبوط.

السؤال السابع: أثناء مرحلة الهبوط تكون الرجلين في الوضع؟

المجموع	العمودي	الأفقي	
60	3	57	عدد الطلبة
100%	5%	95%	النسبة المئوية

جدول رقم (22) يبين نسب الإجابات على السؤال السابع.



شكل بياني رقم (22) يمثل نتائج الجدول الثاني وعشرون

تحليل الجدول:

من خلال الجدول نلاحظ أنه تقريبا من كل الطلبة بنسبة 5% أجابوا إجابة خاطئة وكان عددهم 03 طلاب بينما 57 طالب أجابوا إجابة صحيحة بنسبة 95% .

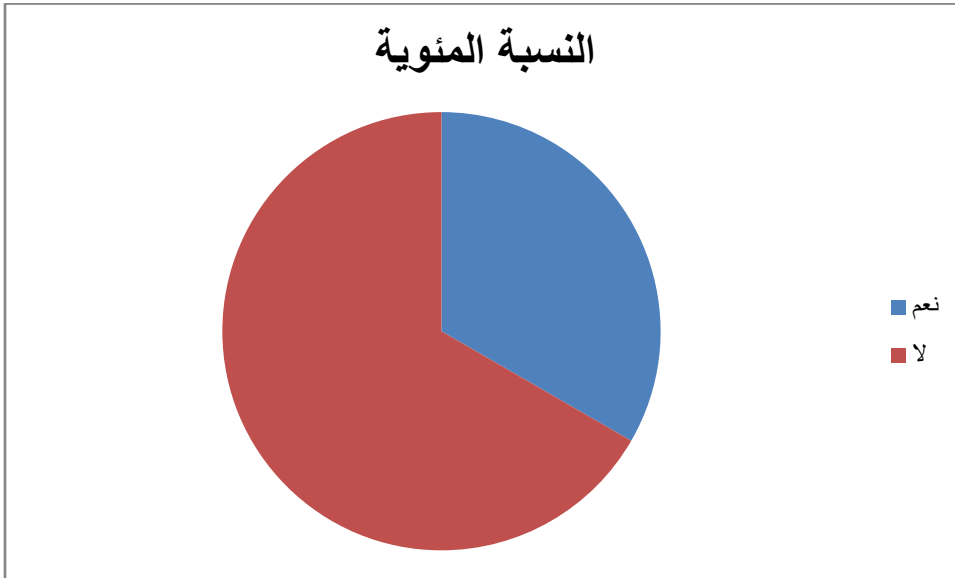
ومنه نستنتج أن جل الطلاب لهم دراية ولا علاقة بالمستوى المعرفي في وضعية الرجلين أثناء مرحلة الهبوط في الوثب الطويل.

الأسئلة الخاصة بفعالية دفع الجلة:

السؤال الأول: المحاولة الصحيحة إذا سقطت الأداة بالكامل خارج حقل الرمي؟

المجموع	لا	نعم	
60	40	20	عدد الطلبة
100%	66.66%	33.33%	النسبة المئوية

جدول رقم (23) يبين نسب الإجابات على السؤال الأول



شكل بياني رقم (23) يمثل نتائج الجدول الثالث وعشرون

تحليل الجدول:

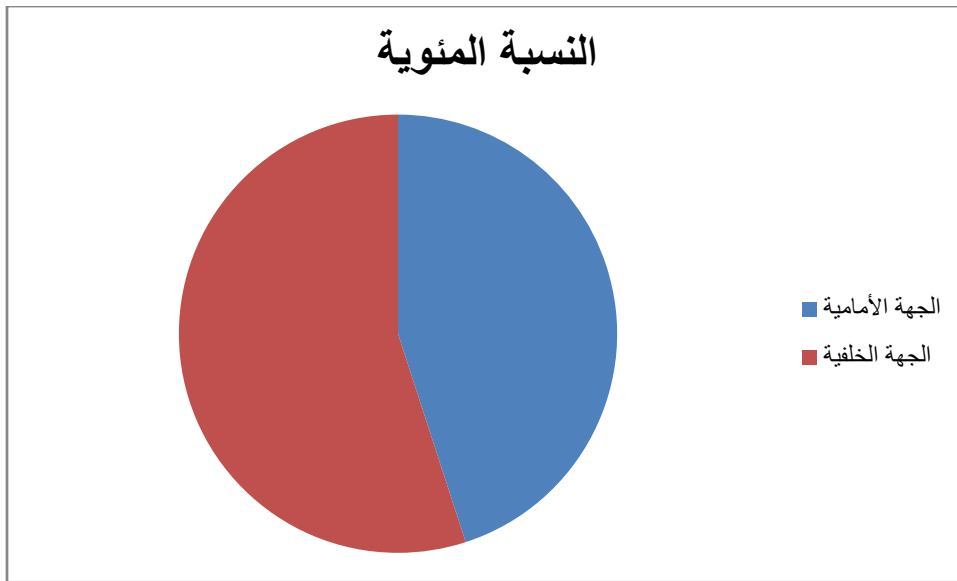
نلاحظ من خلال الجدول أن 20 طالب من أصل 60 طالب أجابوا إجابة خاطئة أي بنسبة 33.33% وأن 44 طالب كانت إجاباتهم بنسبة 66.66% صحيحة.

ومنه نستنتج أن معظم الطلبة يعرفون المحاولات التي تعتبر فيها الرمية صحيحة.

السؤال الثاني: يكون الدخول إلى دائرة الرمي؟

المجموع	الجهة الخلفية	الجهة الأمامية	
60	33	27	عدد الطلبة
100%	55%	45%	النسبة المئوية

جدول رقم (24) يبين نسب الإجابات على السؤال الثاني.



شكل بياني رقم (24) يمثل نتائج الجدول الرابع وعشرون

تحليل الجدول:

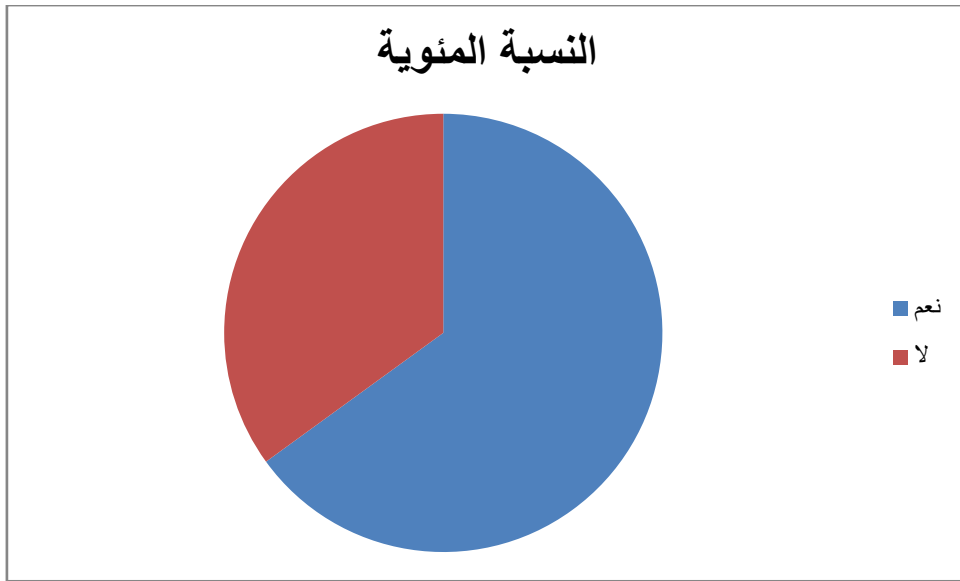
من خلال الجدول نرى أنه من بين 60 طالب 27 منهم أجابوا إجابة خاطئة بنسبة 45% ، وأن 37 طالب أجابوا إجابة صحيحة بنسبة 55% من مجموع الطلبة.

ومنه نستنتج أن فوق نصف الطلبة يعرفون منطقة الدخول إلى الرمي.

السؤال الثالث: تعتبر الرمية صحيحة إذا خرج المتنافس قبل سقوط الكرة؟

المجموع	لا	نعم	
60	21	39	عدد الطلبة
100%	35%	65%	النسبة المئوية

جدول رقم (25) يبين نسب الإجابات على السؤال الثالث.



شكل بياني رقم (25) يمثل الجدول الخامس وعشرون

تحليل الجدول:

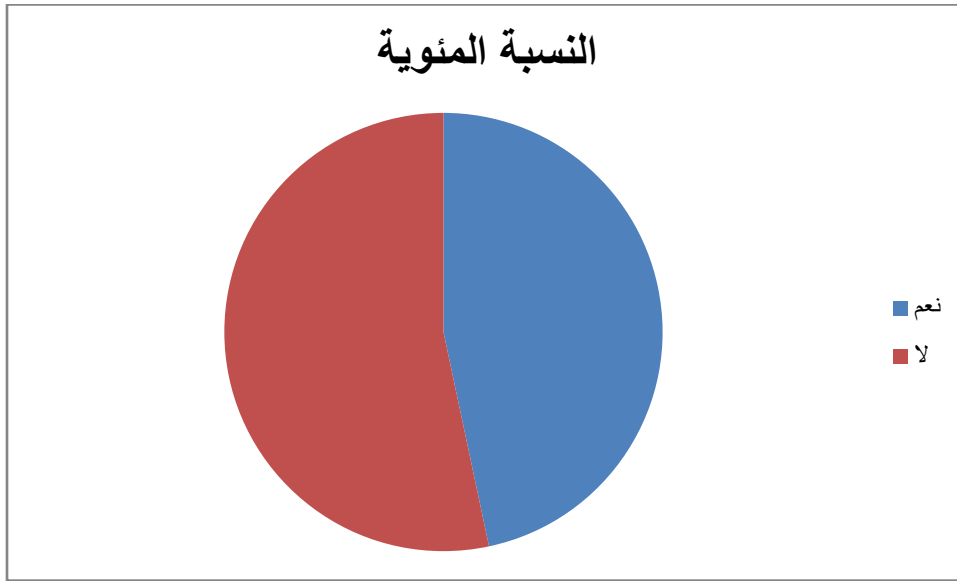
من خلال الجدول نلاحظ أن 39 طالب أجابوا إجابة خاطئة بنسبة 65% من أصل 60 طالب بينما 21 طالب المتبقية أجابت إجابة صحيحة بنسبة 35%

ومنه نستنتج أن معظم الطلبة المترشحين لا يعرفون بأن الخروج قبل سقوط الجلة يعتبر محاولة فاشلة.

السؤال الرابع: تعتبر الرمية صحيحة إذا قام اللاعب بلمس لوحة الايقاف من الداخل؟

المجموع	لا	نعم	
60	32	28	عدد الطلبة
100%	53.33%	46.66%	النسبة المئوية

جدول رقم (26) يبين نسبة الإجابات على السؤال الرابع.



شكل بياني رقم (26) يمثل نتائج الجدول السادس وعشرون

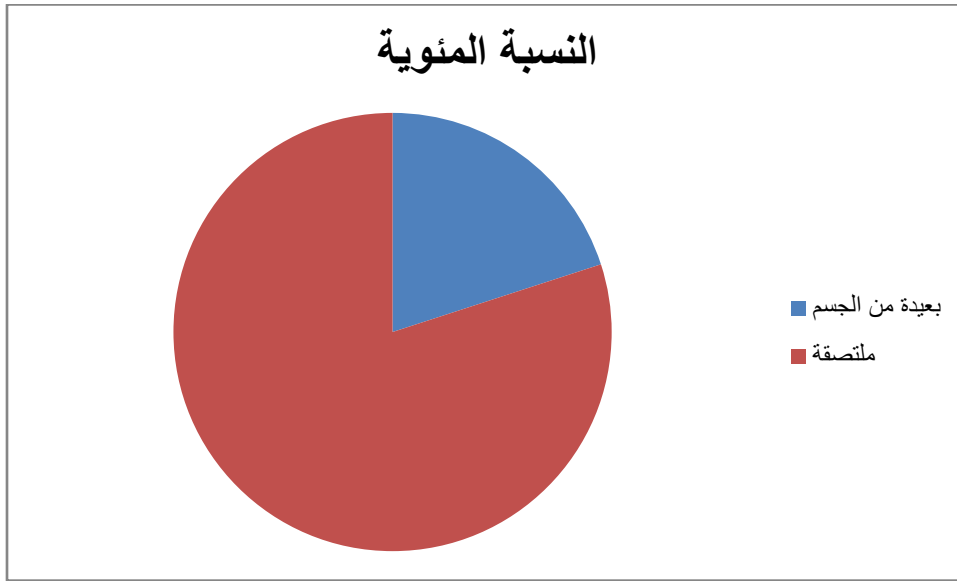
تحليل الجدول:

من خلال الجدول نلاحظ أن 28 طالب من مجموع الطلبة المترشحين كانت إجاباتهم صحيحة بنسبة 46.66% بينما 32 طالب كانت إجاباتهم خاطئة بنسبة 53.33% ومنه نستنتج ان نصف الطلبة المترشحين لا يعرفون متى تكون المحاولة صحيحة لدفع الجلة.

السؤال الخامس: في وقفة الاستعداد تكون مرفقة الذراع الحاملة للجلة؟

المجموع	ملتصقة في الجسم	بعيد من الجسم	
60	48	12	عدد الطلبة
100%	80%	20%	النسبة المئوية

جدول رقم (27) يبين نسبة الإجابات على السؤال الخامس



شكل بياني رقم (27) يمثل نتائج الجدول السابع وعشرون

تحليل الجدول:

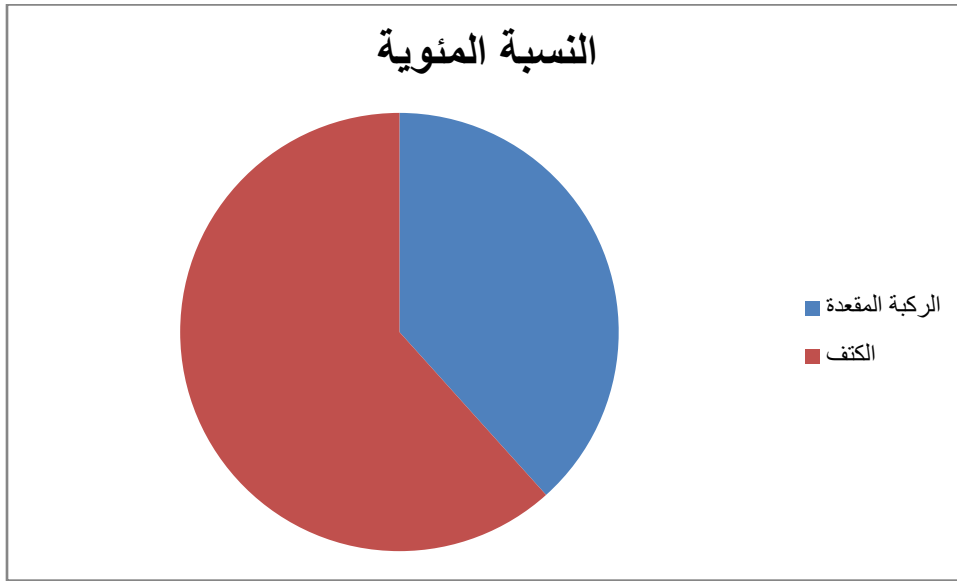
من خلال نلاحظ أن 20% من الطلبة أجابوا إجابة صحيحة وقدر عددهم ب12 طالب أما 80% من الطلبة قدر عددهم ب 48 طالب أخطئوا في الإجابة.

ومنه نستنتج أن جل الطلبة ليست لهم دراية كافية ومستوى معرفي حول الوقفة الاستعدادية لفعالية رمي الجلة ووضعية الذراع.

السؤال السادس: تبدأ مرحلة الدفع من؟

المجموع	الكتف	الركبة المقعدة	عدد الطلبة
60	37	23	
100%	61.66%	38.33%	النسبة المئوية

جدول رقم (28) يبين نسبة الإجابات على السؤال السادس.



شكل بياني رقم (28) يمثل نتائج الجدول الثامن وعشرون

تحليل الجدول:

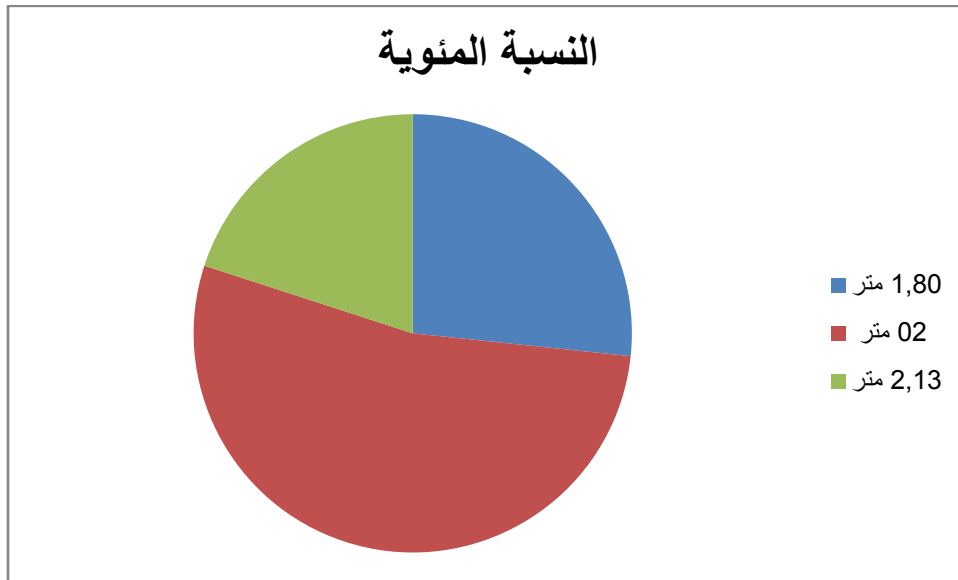
من خلال نتائج الجدول نلاحظ نسبة من الطلبة أجابوا إجابة صحيحة وعددهم 23 حيث قدرت نسبتهم بـ 38.33% أما نسبة 61.66% أجابوا بإجابة خاطئة وعددهم 37 من أصل 60 طالب.

ومنه نستنتج أن أكثر من نصف الطلبة ليس لهم علم بالمراحل الفنية للدفع والتكنيك الصحيح لحمل الجلة ومسارها.

السؤال السابع: يبلغ قطر دائرة دفع الجلة؟

المجموع	2.13 متر	02 متر	1.80 متر	
60	12	32	16	عدد الطلبة
100%	20%	53.33%	26.66%	النسبة المئوية

جدول رقم (29) يبين نسبة الإجابات على السؤال السابع.



شكل بياني (29) يمثل نتائج الجدول التاسع وعشرون

تحليل الجدول:

من خلال الجدول نلاحظ ان من بين 60 طالب نجد 12 طالب كانت إجاباتهم صحيحة بنسبة 20% بينما 48 طالب كانت إجاباتهم خاطئة وتمثلت في 53.33% بالنسبة للجواب 02 متر و 26.66% بالنسبة للجواب 1.80 متر. ومنه نستنتج أن معظم الطلبة لا يعرفون المقاييس حول دائرة الرمي وحتى قطر دائرة دفع الجلة.

تمهيد:

بعد معالجة المشكلة البحث إحصائيا وصياغتها بدقة سيتطرق الباحثون في هذا الفصل إلى عرض مجموعة من الاستنتاجات المستخلصة من الدراسة الأساسية ثم إلى مناقشة والتأكد من صحة الفروض المقترحة كحلول لمشكلة البحث ثم الخاتمة العامة مع استخلاص مجموعة من التوصيات.

الاستنتاجات:

من خلال النتائج المتوصل إليها ومعالجتها إحصائيا استخلصنا النتائج التالية:

- 1- جل الطلبة المتربصين كل تخصصهم في معهد التربية البدنية والرياضية في ألعاب القوى وذلك لتنوع ألعاب القوى بكثرة الألعاب، فهي تعتبر أم الألعاب بينما في الألعاب الجماعية كرة اليد وذلك لوجودها كرياضة في المدارس المتربص بها.
- 2- معظم الطلبة المتربصين لا يخصصون الوقت الكافي للجوانب المعرفية لفعاليات ألعاب القوى.
- 3- معظم الطلبة المتربصين لهم ميول ومعرفة في الألعاب الجماعية.
- 4- نقص الوسائل والإمكانيات التي من شأنها أن ترفع من المستوى المعرفي للطلبة المتربصين في ألعاب القوى.
- 5- النقص في تخصيص الوقت الكافي للحصص النظرية للطلبة المتربصين في معهد التربية البدنية والرياضية.
- 6- وجود نقص في المستوى المعرفي لدى الطلبة المتربصين في فعاليات سباقات السرعة.

7- المستوى المعرفي ضعيف لدى الطلبة المتربصين في فعاليات الوثب الطويل وذلك لعدم علمهم بالمراحل الفنية كأولى الخطوات في هذه المسابقة.

8- المستوى المعرفي ضعيف لدى الطلبة المتربصين في فعاليات دفع الجلة.

ومنه نستنتج أنه هناك نقص في الاهتمام للجانب المعرفي من طرف الطلبة المتربصين تخصص تربية وعلم الحركة مما يؤثر على تكوينهم من الناحية المعرفية والنظرية في فعاليات ألعاب القوى.

مناقشة الفرضيات ومقابلتها بالنتائج:

بعد الاستخلاص من الدراسة الأساسية ومعالجة النتائج إحصائياً بهدف معرفة مدى صحة الفرضيات وهي على النحو التالي:

الفرضية العامة: والتي تنص على نقص في مستوى المعرفي للطلبة المتربصين تخصص تربية وعلم الحركة في بعض فعاليات ألعاب القوى (الجلة، القفز الطويل، سباقات السرعة)، فمن خلال نتائج الجداول رقم (10.11.13.14.15) خاصة بفعاليات سباقات السرعة، والجداول رقم (16.17.18.19.20) خاصة بفعاليات الوثب الطويل، والجداول رقم (26.27.28.29) خاصة بفعاليات دفع الجلة لاحظنا أنه يوجد ضعف كبير في الجانب المعرفي لفعاليات ألعاب القوى (سباق السرعة، الوثب الطويل، دفع الجلة) وعلى هذا الأساس نقول بأن الفرضية تحققت، ويرجع الطلبة الباحثون هذا الضعف إلى عدة عوامل والمتعلقة بنقص الإمكانيات والوسائل في المعهد والنقص في الحصص النظرية للجانب المعرفي في فعاليات ألعاب القوى وميول الطلبة المتربصين للألعاب الجماعية.

الفرضية الفرعية الأولى: التي تنص على أن التكوين بالمعهد من الناحية المعرفية والنظرية لبعض فعاليات ألعاب القوى غير كافية، فمن خلال نتائج الجدول رقم (04) الذي يمثل نسبة الإجابة على السؤال: هل سبق لكم أن أجريت لكم محاضرات حول الجوانب المعرفية لفعاليات ألعاب القوى؟ حيث تحصلنا على نسبة 78.3% 00 تجد لهم محاضرات حول الجوانب المعرفية لفعاليات ألعاب القوى.

ومن خلال الجدول رقم (05) الذي يمثل نسبة الإجابة على السؤال: هل هناك نقائص خلال فترة تكوينك في المعهد من ناحية الجانب المعرفي لفعاليات ألعاب القوى خاصة "الوثب الطويل، دفع الجلة، سباقات السرعة" تحصلنا على نسبة 70% أن هنالك نقائص خلال فترة التكوين في المعهد من الناحية المعرفية لفعاليات ألعاب القوى، ومنه كلتا الحالتين الفرضية الفرعية الأولى تحققت، ويرجع ذلك إلى قلة الاهتمام بالجانب المعرفي، وكذلك الحجم الساعي المخصص للألعاب الفردية بصفة عامة وفعاليات ألعاب القوى بصفة خاصة ونقص الحصص النظرية والتطبيقية وقلة التوجيه في المعهد.

الفرضية الفرعية الثانية: التي تنص على وجود صعوبة من قبل الطلبة المتربصين في التطبيق الميداني لبعض فعاليات ألعاب القوى في درس التربية البدنية والرياضية من خلال الجداول رقم (28.27) لفعالية دفع الجلة، والجداول رقم (20.19.18) إنه هنالك نقائص ووجود صعوبة في القيام بمهارات الأداء لبعض فعاليات ألعاب القوى من قبل الطلبة المتربصين في الجانب التطبيقي، ومنه نستنتج أن الفرضية الفرعية الثانية تحققت ويرجع ذلك إلى نقص الحصص التطبيقية والنقص في وجود أساتذة مختصين بشكل دائم في فعاليات ألعاب القوى.

الاقتراحات والتوصيات:

من خلال النتائج المتوصل إليها نخرج ببعض التوصيات التي تساعد في تطوير التربية البدنية والرياضية عامة وفعاليات ألعاب القوى خاصة وأهمها:

- ✓ الاهتمام بالجانب المعرفي لدى الطلبة المترشحين قصد تطوير نتائجه في الاختبارات البدنية كفعاليات ألعاب القوى.
- ✓ تخصيص حصص نظرية تتناسب مع الحصص التطبيقية و زيادة الحجم الساعي لدروس التربية البدنية.
- ✓ على أساتذة التربية البدنية والرياضية تقييم الطلبة على الجانب المعرفي والتطبيقي.
- ✓ وضع مناهج بأهداف معرفية ذات المدى الطويل تتناسب مع الميدان والعصرنة والعتاد المتواجد بمعاهد التربية البدنية والرياضية.
- ✓ تحديث التربصات وخلق تربصات نظرية في مختلف فعاليات ألعاب القوى لسد النقص وتجديد المعارف في مادة التربية البدنية والرياضية.
- ✓ وضع برنامج مخصص من ناحية الجانب المعرفي للطلبة المترشحين قصد القيام بها وتطبيقها من الناحية المهنية.
- ✓ تكوين جهاز متخصص للجودة في معاهد التربية البدنية والرياضية، حيث يكون قادرا على التطبيق والتنفيذ والتقييم للمخرجات التعليمية المطلوبة.
- ✓ وضع معايير واضحة ومعروفة للجميع لنتائج التكوين الذي تطمح له في كل مرحلة من المراحل التعليمية ومقارنتها بالمعايير العالمية.

خلاصة عامة:

تعتبر المعرفة الرياضية وجها ثقافيا وحضاريا، أصبح الاهتمام بها لازم ومن الصعب تجاهله، فالإنسان يجب أن يعرف، يفهم قبل أن ينخرط في الممارسة الرياضية، وبعد الاندماج يجب أن يعرف الجوانب الخاصة لمعرفة اللعبة من مهارات وقواعد والخطط الاستراتيجية، حيث يلعب الجانب المعرفي دورا أساسيا في أداء الحركات الرياضية ويعتبر عنصر هام من عناصر الإنجاز، إذ لا يمكننا أداء الحركات أو المهارات الرياضية ما لم تكن هناك معرفة سابقة والاختبارات المعرفية ووسائل التقويم الموضوعية التي يمكن استخدامها في المجالات الرياضية إلى جانب الاختبارات المهارية والبدنية، وقمنا بدراستنا هذه التي تهدف إلى الكشف عن المعرفة الرياضية لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية المتربصين في بعض فعاليات ألعاب القوى، وذلك لأهمية المستوى المعرفي والنظري ومكانته البالغة في تزويد التلاميذ بالمعلومات اللازمة والضرورية أثناء الممارسة الرياضية، وفي الأخير توصلنا إلى أن المستوى المعرفي لدى الطلبة المتربصين ضعيف بشكل متوسط لا بد من تطويره باستعمال طرق ووسائل ناجحة من أجل ذلك أثناء التكوين .

6. قائمة المصادر باللغة العربية:

1. ابراهيم محمد عبد الرزاق. (2003). منظومة تكوين المعلم في ضوء معايير الجودة الشاملة. عمان، الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر.
2. أحمد مطلوب. (بلا تاريخ). معجم المصطلحات البلاغية عربي. لبنان: مكتبة لبنان.
3. المناهج والوثائق المرافقة للسنة من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي. (بلا تاريخ).
4. أمين أنور الخولي. (1996). أصول التربية البدنية والرياضية. مصر: دار الفكر العربي.
5. أمين أنور الخولي. (2001). مصادر المعرفة الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
6. أنور أمين الخولي. (1996). أصول التربية البدنية. القاهرة: دار الفكر العربي.
7. بسطويسي أحمد. (1996). أسس ونظريات الحركة. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
8. بسطويسي أحمد. (1997). سباقات المضمار ومسابقات الميدان. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
9. بن قناب الحاج. (1998). تقويم متربصي التربية البدنية والرياضية كما يراه الموجهون والطلبة المتربصون. مستغانم: رسالة ماجيستر غير منشورة.

10. بوتلجة غياث. (1980). التربية والتكوين بالجزائر. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

11. جراح عبد الحميد توفيق. (2004). موسوعة ألعاب القوى. الاسكندرية: دار الوفاء.

12. دليل الطالب ليسانس ل. م. د . (2010-2011).

13. زكي درويش و أخرون. (1984). ألعاب القوى ، الحواجز . الاسكندرية: دار المعارف .

14. سعد الدين الشرنوبي، عبد المنعم هريدي. (1998). مسابقات الميدان والمضمار (المضمار، المسافات المتوسطة، اختراق الضاحية، دفع الجلة، الوثب العالي). مصر : مطبعة الاشعاع الفنية.

15. صابر خير الدين، سعد محمد قطب. (2009). ألف سؤال وجواب قانون ألعاب القوى. ماهي للنشر والتوزيع وخدمات الكمبيوتر.

16. صدقي أحمد سلام. (2014). ألعاب القوى مسابقات الميدان وثب ورمي ومتعلقاتها. القاهرة: مركز الكتاب الحديث.

17. عباس أحمد السامرائي و اخرون. (1987). طرق تدريس التربية البدنية والرياضية. بغداد.

18. عبد الحميد جابر. (1979). التعليم وتكنولوجيا التعليم. القاهرة : دار النهضة.

19. عبد القادر محمود رضوان. (بلا تاريخ). سبع محاضرات حول الأسس العلمية لكتابة البحث العلمي. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

20. عبد اللطيف الفارابي وآخرون. (1999). معجم علوم التربية (مصطلحات بيداغوجية). المغرب: دار الخطابى للنشر والطباعة.
21. علي راشد. (1993). اختيار المعلم واعداده ودليل التربية العلمية.
22. عنان أمين الخولي محمود. (2001). المعرفة الرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
23. عنان أمين الخولي محمود. (2001). المعرفة الرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
24. فراج عبد الحميد توفيق. (2004). موسوعة ألعاب القوى (النواحي الفنية لمسابقات العدو والجري والحواجز والموانع والتكنيك، العمل العضلي الاصابات الشائعة،القانون الدولي). الاسكندرية: دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر.
25. فرحات ليلى السيد. (2001). القياس المعرفي الرياضي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
26. قاسم حسن حسين. (1979). تدريب الميداني في الرمي والقذف. الأردن.
27. قاسم حسين حسن. (1980). الأسس النظرية والعلمية لفعاليات ألعاب الساحة والميدان. بغداد: دار المعرفة.
28. لحسن أبو عبد الله، محمد مقداد. (1994). دور برامج التكوين على رأس العمل.
29. ليلى سيد فرحات. (2001). القياس المعرفي الرياضي. مركز الكتاب للنشر.

30. محمد حسن حسين. (1999). مبادئ الاحصاء الاجتماعي. مصر: دار المعرفة الجامعية.

31. محمود عوض البسيوني. (1996). نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية. الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية.

32. معين أمين السيد. (1998). المعين في الاحصاء. دار العلوم للنشر والتوزيع.

33. مفتي ابراهيم حماد. (1997). التدريب الرياضي الحديث تخطيط-تطبيق-قيادة. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

قائمة المصادر باللغة الأجنبية:

faillot pratirice .(1980) .les règles de 45 sports .paris:

audiovisuel.

gérard goriot .(1984) .les fondament ausc de l'athlelisme .paris:

edition vigot.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

استبيان خاص بطلبة المترشحين السنة الثالثة ليسانس تخصص تربية وعلم الحركة
في إطار البحث الذي نقوم به تحت عنوان: "كشف المستوى المعرفي لبعض فعاليات
ألعاب القوى لدى الطلبة المترشحين سنة ثالثة ليسانس تخصص تربية بدنية
ورياضية"، والذي يندرج في إطار البحث العلمي لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية
والرياضية.

لهذا نرجو منكم أصدقائي وزملائي الطلبة المترشحين المشاركة في إتمام هذا البحث
بإفادتنا بالإجابة على العبارات الموجهة إليكم بكل صدق وموضوعية وذلك بوضع
علامة على الإجابة المناسبة.

ونشكركم مسبقا على مساعدتكم

تحت إشراف:

أ. د/ بن لكحل منصور

إعداد الطلبة:

شلطي أمال

عمالو محمد

شداد عز الدين

المحور الأول: الحالة الشخصية وتكوين الطلبة المتربصين بمعهد التربية البدنية والرياضية.

1- ماهو إختصاصك أثناء التكوين في المعهد؟ ألعاب فردية :ألعاب قوى

، جمباز ، جيو ،سباحة . / ألعاب جماعية : كرة اليد ، الكرة الطائرة ، كرة القدم ، كرة السلة .

2- ماهي الأقسام التي تشرف عليها خلال تربصك؟ السنة أولى ثانوي ، السنة الثانية ثانوي ، السنة الثالثة ثانوي .

3- ماهي فعاليات ألعاب القوى الممارسة بالثانوية التي تتربص بها؟
الوثب الطويل ، دفع الجلة ،سباقات السرعة ، فعاليات أخرى
أذكرها :.....

4- هل تستعين بالأهداف المنصوص عليها بالمنهاج أثناء تحضيرك للحصة
خلال تربصك بالثانوية:نعم ، لا .

5- هل يشمل التكوين في المعهد على الجوانب المعرفية للفعاليات التالية ؟
-الوثب الطويل : نعم لا .
- دفع الجلة : نعم ، لا .
- سباقات السرعة :نعم ، لا .

6- هل سبق لكم أن أجريت لكم محاضرات حول الجوانب المعرفية لفعاليات
ألعاب القوى ؟ نعم ، لا .

7- هل هناك نقائص خلال فترة تكوينك في المعهد من ناحية الجانب المعرفي
لفعاليات ألعاب القوى خاصة " الوثب الطويل ،دفع الجلة ، سباقات السرعة"
نعم ، لا .

8- هل يخصص لكم أثناء التكوين حصص نظرية حول فعاليات ألعاب القوى
عامة و بالخصوص كل من الوثب الطويل ، دفع الجلة ، سباقات السرعة ؟ "
نعم ، لا .

9- ماهي الطريقة التي ينتهجها الأساتذة بالمعهد في تقديم الجوانب المعرفية ؟

- خلال الحصص التطبيقية .

- داخل القاعات في شكل درس نظري .

10- في رأيكم هل من الضروري الإعتماد على الجوانب المعرفية في تحضير

حصة التربية البدنية و الرياضية ؟ نعم ، لا ، نوعا ما .

المحور الثاني: الجانب النظري في بعض فعاليات ألعاب القوى.

1 -الأسئلة الخاصة بفعاليات سباقات السرعة:

س1- يكون تحميل وزن الجسم في وضع الإستعداد على: اليدين ، الرجلين ، اليدين و الرجلين .

س2- يكون إتساع اليدين عند الأرض في وضع البداية : أكبر من مستوى الصدر ، أقل من مستوى الصدر ، بإتساع الصدر .

س3- أثناء وضع الإستعداد تكون زاوية الرجل الأمامية : 140 درجة ، 120 درجة ، 90 درجة .

س4- يكون النظر عند الإنطلاق نحو: الأسفل ، لمسافة متوسطة ، لمسافة بعيدة .

س5- يكون ميل الجسم بعد الخطوة الأولى من الإنطلاق مائلا إلى الأمام دون إستقامة و ذلك في حدود: 1 إلى 5 أمتار ، من 5 إلى 10 أمتار ، من 20 إلى 30 متر .

س6- مراحل السرعة عند عدائي المسافات القصيرة هي :-مرحلة البدء و الإنطلاق ، مرحلة تزايد السرعة ، مرحلة الإحتفاظ بالسرعة .- مرحلة البدء و الإنطلاق ، مرحلة الإحتفاظ بالسرعة ، مرحلة تزايد السرعة

س7- أثناء العدو تكون الأمشاط نحو : الخارج ، الداخل ، الأمام .

س8- مرجحة الذراعين و الرجلين تكون بطريقة توافقية : الذراع اليمنى مع الرجل اليمنى ، الذراع اليمنى مع الرجل اليسرى .

س9- يكون الجري في سباقات 800 متر على : الأمشاط ، النصف الأمامي للقدم ، على القدم .

س10- للحصول على خطوات أطول عند عدائي السرعة يجب أن يكون وضع الجذع : مستقيماً ، مائلاً للأمام ، مائلاً للخلف .

2- الأسئلة الخاصة بفعالية الوثب الطويل :

س1- يمكن تقسيم مراحل الوثب الطويل إلى مرحلتين هما :

- مرحلة الإقتراب المرتبطة بمرحلة الطيران ، مرحلة الطيران المرتبطة بمرحلة الهبوط .

- مرحلة الإقتراب المرتبطة بمرحلة الإرتقاء ، مرحلة الطيران المرتبطة بمرحلة الهبوط .

س2- تكون بداية الإنطلاقة في الوثب الطويل موحدة لجميع المتنافسين : نعم ، لا .

س3- تحديد مكان البدء في الوثب الطويل يساعد على : الحصول على أكبر مسافة ، ضبط خطوات الإقتراب مع اللوحة .

س4- أثناء الوثب تكون رجل الإرتقاء : مثنية بزاوية 120 درجة ، مثنية بزاوية 90 درجة ، ممدودة .

س5- يكون وضع القدم أثناء الإرتقاء على : القدم كاملة ، المشط .

س6- في مرحلة الإقتراب عدد الخطوات الأخيرة التي يجب تقنينها مع اللوحة : 3
خطوات ،
خطوات ،
خطوات .

س7- أثناء مرحلة الهبوط تكون الرجلين : اليمنى أمام اليسرى ، اليسرى أمام
اليمنى ،
مضمومتان .

س8- السرعة المكتسبة من الإقتراب يتم ربطها بمرحلة : الإرتقاء ، الطيران
 ، الهبوط .

س9- تقاس الوثبة من : مكان الوثبة ، لوحة الإرتقاء ،

س10- تقاس مرحلة الوثب من : أول أثر يتركه المتنافس ، آخر أثر يتركه
المتنافس .

س11- طريقة القرفصاء يكون فيها هبوط الجسم بشكل متزن : نعم ، لا
 .

س12 يبلغ عرض حفرة الهبوط : 2,75 متر ، 2,25 متر
 ، 1,80 .

س13- تعد الوثبة صحيحة إذا لمس المتنافس الأرض خارج منطقة الهبوط : نعم
 ، لا .

س14- المسافة بين لوحة الإرتقاء و حافة منطقة الهبوط تكون من : 0,5
إلى 1 أمتار ،
1 إلى 2 أمتار ،
1 إلى 3متر .

س15- أثناء مرحلة الهبوط تكون الرجلين في الوضع : الأفقي ،
العمودي .

3- الأسئلة الخاصة بفعالية دفع الجلة :

س1- الزمن المسموح به لأداء المحاولة في دفع الجلة : دقيقة واحدة ،
دقيقة و نصف ،
دقيقتان .

س2- المحاولة صحيحة إذا سقطت الأداة بالكامل خارج حقل المرمى : نعم ،
لا .

س3- تعتبر الرمية صحيحة إذا المتنافس قبل سقوط الجلة : : نعم ،
لا .

س4- تعتبر الرمية صحيحة إذا قام اللاعب بلمس لوحة الإيقاف من الداخل : : نعم ،
لا .

س5- أثناء وقفة الإستعداد تكون المسافة بين القدمين : أكبر من إتساع الحوض ،
أقل من إتساع الحوض ،
إتساع الحوض .

س6- يسمح دفع الجلة من خلف خط الكتفين : نعم ، لا .

س7- تبدأ مرحلة الدفع من : الركبة المقعدة ، الكتف .

س8- تكون زواياة إنطلاق الجلة : 40 درجة ، 60 درجة ،
100 درجة .

س9- أثناء مرحلة الزحقة يكون دفع الجلة الحرة : خلف و للجانب ، خلف و في خط مستقيم .

س10- يبلغ قطر دائرة دفع الجلة : 1,80 متر ، 2 متر ،
2,13 .

س11- يكون الدخول إلى دائرة الرمي : الجهة الأمامية ، الجهة الخلفية .

س13- في الطريقة الخلفية تكون زاوية الرجل اليمنى في مرحلة الزحلقة : 90 درجة ،
120 درجة ، 50 درجة .

س14- في وقفة الإستعداد يكون مرفقة الذراع الحامة للجلة : بعيدة عن الجسم ،
ملتصقة بالجسم .



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



شهادة تحكيم :

يشهد السادة الأساتذة و الدكتوراة المحترمون الموقعون أدناه ، أن الطلبة شلطي أمال ، عمالو محمد شداد عز الدين ، سنة ثالثة ليسانس ل.م.د . من قسم التربية البدنية قد وضعوا بين أيديكم مجموعة من الأسئلة لإبداء آرائكم و توجيهاتكم و ذلك من خلال خبرتكم في المجال الأكاديمي لأعطاء أكثر مصداقية لهذا البحث الموسوم ب :

**"كشف المستوى المعرفي لبعض فعاليات ألعاب القوى لدى الطلبة المترشحين
سنة ثالثة ليسانس تخصص تربية بدنية و رياضية"**

و هذا خدمة للبحث الذي نحن بصدد تحقيقه في إطار التحضير لنيل شهادة ليسانس .

نشكركم على مساعدتنا و لكم منا كل التقدير و الإحترام .

التوقيع	مكان العمل	الإختصاص	الدرجة العلمية	إسم و لقب الأستاذ/الدكتور	
	المعهد	ت.ب.ر	دكتوراه	علاءي هباب	1
	معهد	ت.ب.ر	دكتوراه	عبد الرحمن براهيم	2
	معهد	ت.ب.ر	أ.د. و	محمد بن محمد	3
	جامعة مستغانم	تربية البدنية و الرياضية	دكتوراه	كوتسو كوتسو	4
	معهد	ت.ب.ر	أ.د. و	مقراني جمال	5

ملخص البحث:

عنوان البحث: كشف المستوى المعرفي لبعض فعاليات ألعاب القوى لدى الطلبة المتربصين سنة ثالثة ليسانس تربية بدنية ورياضية.

تهدف الدراسة إلى التعرف والكشف عن المستوى المعرفي للطلبة المتربصين تخصص التربية وعلم الحركة لبعض فعاليات ألعاب القوى (سباق السرعة، دفع الجلة، الوثب الطويل).

الفرض من الدراسة: نقص في مستوى المعرفي للطلبة المتربصين تخصص تربية بدنية ورياضية لبعض فعاليات ألعاب القوى (سباق السرعة، دفع الجلة، الوثب الطويل).

العينة: تمثلت في 60 طالب متربص تم اختيارهم بطريقة مقصودة.

الأداة المستخدمة: تمثلت في الاستمارة الاستبيان.

أهم استنتاج: أنه هناك نقص في الاهتمام بالجانب المعرفي من طرف الطلبة المتربصين مما يؤثر على تكوينهم من الناحية المعرفية والنظرية في فعاليات ألعاب القوى.

أهم اقتراح وتوصية: وضع مناهج بأهداف معرفية ذات المدى الطويل تتناسب مع الميدان والعصرنة والعناد المتواجد بمعاهد التربية البدنية والرياضية.