

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية و الرياضية

— مستغاثم —

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس

في التربية البدنية و الرياضية

قسم: التربية البدنية و الرياضية

الموضوع: —————

دراسة بعض مصادر القلق عند التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية أثناء

الأنشطة اللاصفية

(16-19 سنة)

دراسة وصفية لبعض ثانويات ولاية غليزان

تحت إشراف الأستاذ

جعفدم بن ذهيبية.

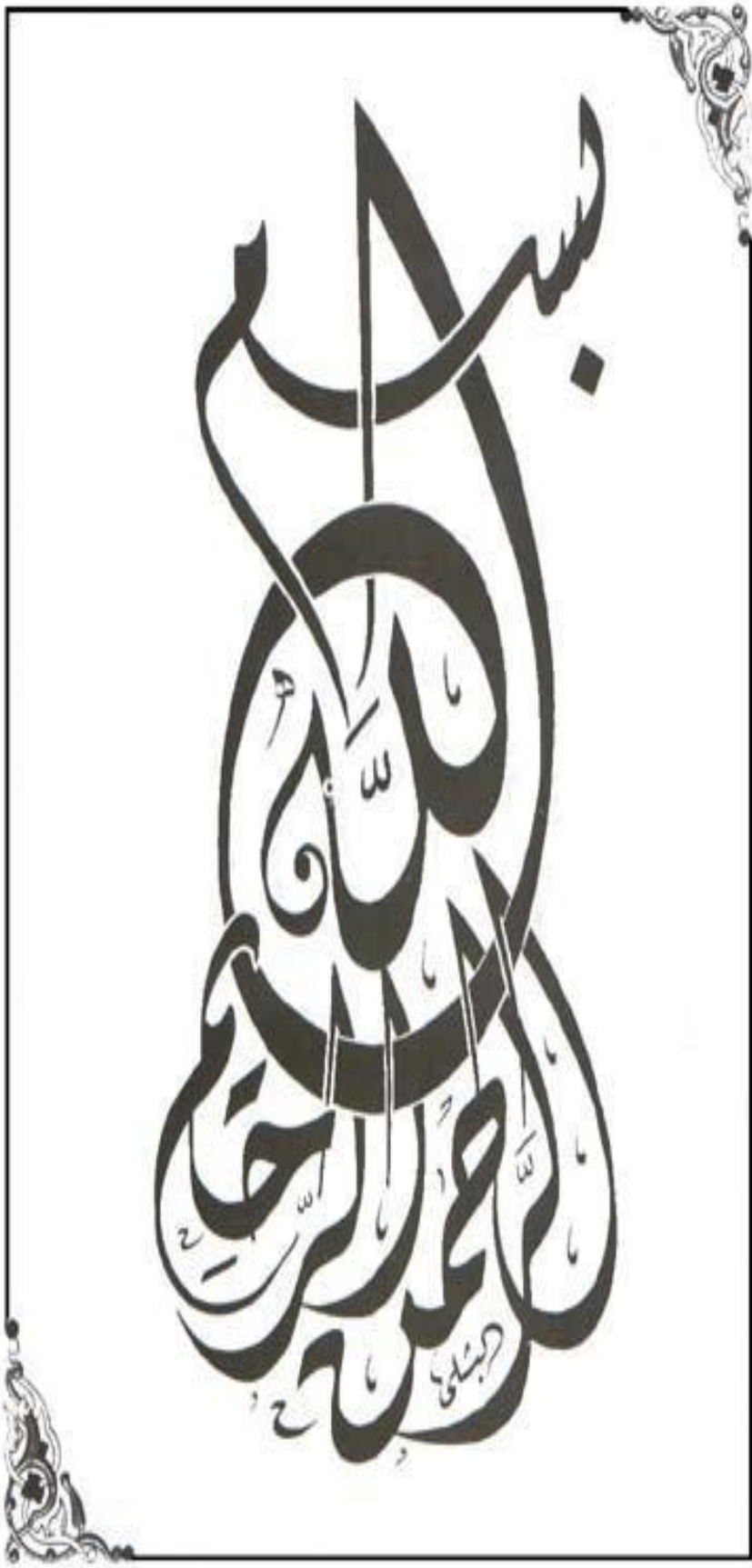
من إعداد الطلبة :

بلعالية ابراهيم

يحي فريد .

زياني مريم.

السنة الجامعية: 2014-2015





الفهرسة

## الفهرس

محتويات البحث.

-الإهداء

-شكر و عرفان

-الملخص

-الفهرس

-فهرس الجداول

1 - مقدمة.....1

### الفصل التمهيدي.

1 - مشكلة الدراسة.....3

2 - فرضيات الدراسة.....4

3 - أهداف الدراسة.....5

4 - أهمية الدراسة.....6

5 - أسباب إختيار الموضوع.....6

6 - تحديد المفاهيم و المصطلحات.....7

7 - الدراسات السابقة و المرتبطة.....10

## الباب الأول: الجانب النظري

### الفصل الأول: القلق.

14.....	تمهيد.....
14.....	1 - تعريف القلق.....
16.....	2 - أنواع القلق.....
16.....	2-1- قلق شعوري.....
16.....	2-2- قلق لا شعوري:.....
16.....	2-3- قلق عادي موضوعي.....
17.....	2-4- القلق العصبي.....
17.....	2 6 -القلق الذاتي العادي.....
17.....	2-6- قلق الحالة.....
17.....	2-7- قلق السمة.....
18.....	3-مستويات القلق.....
18.....	3-1-المستوى الواطئ.....
18.....	3-2-المستوى المتوسط.....
18.....	3-3-المستوى العالي.....

- 18.....4-مصادر القلق.....18
- 18.....4-1-الخوف من الفشل.....18
- 18.....4-2--الخوف من عدم الكفاية.....18
- 19.....4-3--فقدان السيطرة.....19
- 19.....4-4--الاعراض الجسمية و الفسيولوجية.....19
- 19.....5-أسباب القلق.....19
- 20.....6-أعراض القلق.....20
- 20.....6-1- أعراض نفسية.....20
- 20.....6-2-أعراض جسمية.....20
- 21.....7-النظريات المفسرة للقلق.....21
- 21.....7-1--مدرسة التحليل النفسي لفرويد.....21
- 22.....7-2- كارل يونج.....22
- 22.....7-3- نظرية القلق - الدافع.....22
- 23.....7-4-النظرية المعرفية.....23
- 23.....7-5- الاتجاه الإنساني.....23
- 24.....8- الخصائص السيكولوجية للأنشطة اللاصفية.....24
- 24.....8-1- الخصائص السيكولوجية العامة.....24
- 25.....8-2- الخصائص السيكولوجية الايجابية.....25
- 25.....8-3- الخصائص السيكولوجية السلبية.....25
- 26.....9- علاج القلق.....26

- 26.....العلاج النفسي.....9-1-26
- 26.....العلاج الاجتماعي.....9-2-26
- 26.....العلاج الكيميائي.....9-3-26
- 26.....العلاج السلوكي للقلق.....9-4-26
- 27.....العلاج الكهربائي.....9-5-27
- 27.....العلاج الجراحي.....9-6-27
- 27.....خلاصة.....3 - 27

### الفصل الثاني: التلميذ الممارس لكرة اليد

- 28.....تمهيد.....28
- 28.....تعريف كرة اليد.....1 - 28
- 29.....لمحة تاريخية عن كرة اليد.....2 - 29
- 32.....ميلاد و تطور كرة اليد في الجزائر.....3 - 32
- 33.....الأبعاد التربوية لكرة اليد.....4 - 33
- 34.....ميادين كرة اليد.....5 - 34
- 34.....1-5-كرة اليد للميدان.....34
- 35.....2-5-كرة اليد للصالة.....35
- 36.....6 - خصائص لعبة كرة اليد.....36
- 36.....1-6-أرضية الميدان.....36
- 37.....2-6-المرمى.....37

37.....3-6- الكرة (المادة، الحجم).

7 - الأداء المهاري في كرة اليد.....37

37.....1-7- الاستقبال و التمير.

37.....1-7- 1. استقبال الكرة.

38.....1-7- 2- تمرير الكرة.

39.....2-7- التصويب.

39.....1-2-7- 1. التصويب البعيد.

40.....2-2-7- 2. التصويب القريب.

40.....3-7- 3. تنطيط الكرة.

41.....8 - مميزات وخصائص التلاميذ خلال المراحل المدرسية.

41.....1-8- المرحلة الابتدائية (6- 12 سنة).

43.....2-8- المرحلة المتوسطة (12- 15 سنة).

44.....3-8- المرحلة الثانوية (15- 18 سنة).

45.....9 - خصائص التلميذ الممارس لكرة اليد.

45.....1-9- الخصائص المرفولوجية.

46.....1-1-9- النمط الجسماني.

46.....9-2- الخصائص البدنية.....

47.....9-3- الخصائص الفسيولوجية.....

47.....9-4- الخصائص الحركية.....

48.....9-5- الخصائص النفسية.....

48.....9-5-1- المواجهة والمثابرة للانتصار.....

48.....9-5-2- التحكم في كل انفعالاته.....

48.....9-5-3: الدافعية.....

49.....خلاصة.....

### الفصل الثالث: الرياضة المدرسية و الأنشطة اللاصفية

50 ..... تمهيد

51.....1- مفهوم الرياضة المدرسية وأهدافها في الجزائر.....

51.....1-1- المقارنة بين التربية البدنية والرياضة المدرسية.....

52.....1-2- مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر.....

53.....1-3- أهداف الرياضة المدرسية في الجزائر.....

54.....2- النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي.....

55.....3- النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي.....

56.....4- أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي.....

56.....5- أغراض النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي.....

- 6-أسس إعداد وتنظيم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي.....58
- 7-الفرق الرياضية المدرسية.....60
- 8-طرائق اختيار الفرق الرياضية المدرسية.....62
- 9-العملية التدريبية للفرق الرياضية المدرسية.....63
- 10-اشترك الفرق المدرسية في الأنشطة اللاصفية.....64
- 11-معوقات النشاط الرياضي اللاصفي.....65
- 66.....خلاصة

## الباب الثاني:الجانب التطبيقي

### الفصل الأول:الطرق المنهجية في البحث

- 67.....تمهيد
- 1 - الدراسة الإستطلاعية.....67
- 2 - المجال المكاني و الزماني.....68
- 3 - ضبط متغيرات الدراسة.....69
- 3-1- تعريف المتغير المستقل.....69
- 3-2-تعريف المتغير التابع.....69
- 4 - عينة البحث و كيفية اختبارها.....69
- 5 - ضبط المتغيرات لأفراد العينة.....70
- 6 - المنهج المستخدم.....70
- 7 - أدوات الدراسة.....70
- 7-1- جمع المعلومات و كيفية تطبيقها.....71

71.....	1-1-7 طريقة الاستبيان.....
72.....	8 - صدق الاستبيان.....
72.....	1-8- صدق المحكمين.....
72.....	9 - الادوات الاحصائية.....
72.....	1-9- الطريقة الاحصائية.....
73.....	10 - صعوبات البحث.....
74.....	الخلاصة.....

### الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج

75.....	- عرض و تحليل نتائج الإستهبان.....
143.....	- الاستنتاجات.....
143.....	- مقارنة النتائج بالفرضيات.....
146.....	- الاستنتاج العام.....
147.....	- الاقتراحات.....
148.....	- خاتمة.....
	- المراجع
	- الملاحق

## فهرسة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
75	يبيّن وجود مهنة أخرى لجانب التدريس.	1
76	يبيّن عدد سنوات خبرة المدرسين.	2
77	يبيّن درجة ومستوى المدرس.	3
78	يبيّن سلوك المدرس بعد إنضمام فريقه في المباراة.	4

79	يبين ما إذا كان المدرس يعتمد على برنامج تدريبي	5
80	يبين ما إذا كانت بعض النتائج السلبية راجعة لنقص التحضير	6
81	يبين ما إذا كان للتحضير النفسي الجيد أثر إيجابي.	7
82	يبين مدى اهتمام المدرس بالنواحي الاجتماعية لتلاميذه.	8
83	يبين الشخص الذي يلجؤون إليه عند الحاجة	9
84	يبين مستوى أداء التلاميذ أثناء اللقاء بدون جمهور	10
85	يبين ما إذا كان إمتلاء المدرجات يزيد من حماس التلاميذ	11
86	يبين ما إذا كان لضغط مناصري الفريق الخصم أثر على أداء التلاميذ.	12
87	يبين كيف يؤثر الأسلوب العدواني من الجمهور على أداء التلاميذ.	13
88	يبين ما إذا كان لاختلاف أهمية المباراة أثر في اختلاف أداء التلاميذ.	14
89	يبين ما إذا كان مردود التلاميذ يرتفع مع هتافات الجمهور.	15
90	يبين ما إذا كان هنالك إرتباك التلاميذ أثناء حضور الادوار الهامة	16
91	يبين تأثير أهمية المباريات على تركيز التلاميذ.	17
92	يبين مدى التنوع في الحصص التدريبية.	18

94	يبين ما إذا كان التلاميذ يتلقون نصائح من طرف المدرس في الحصة التدريسية.	19
96	يبين معرفة ما إذا كانت نصائح المدرس لها دور في إقبال التلاميذ على التدريب.	20
98	يبين دوافع التلاميذ وراء الرغبة في الفوز.	21
100	يمثل نوع العلاقة الموجودة بين المدرس و التلميذ.	22
102	يمثل نظرة التلميذ إلى علاقة المدرس بالتلاميذ ككل.	23
104	يمثل أسباب ترك التلميذ لموقعه في الميدان.	24
106	يمثل رأي اللاعب في المدرس الذي يفرض أوامره.	25
108	يمثل أسباب تحسن المردود لدى التلاميذ أثناء المباراة.	26
110	يمثل الإجراءات التي يتخذها المدرس تجاه التلميذ الذي يغيب عن الحصص التدريسية	27
112	يمثل نظرة التلميذ إلى المدرس الذي يؤكد على ما يجب القيام به.	28
114	يمثل أسلوب المعاملة الأمثل الذي ينتهجه المدرس	29
116	. يبين الأشخاص المساعدة في حل مشاكل التلاميذ.	30
118	يبين ما إذا كان التلاميذ يحبون اللعب في وجود الجمهور	31
120	يبين ما إذا كان جمهور الخصم مصدر خوف وقلق للتلاميذ.	32
122	يبين مستوى أداء التلاميذ عند أهازيج الجمهور.	33

124	يبين مستوى أداء اللعب خارج الميدان وبوجود جمهور فريق الخصم.	34
125	يبين نوع المباراة المفضلة عند التلاميذ	35
128	يبين ما إذا كان التلاميذ يرتكبون عند دخولهم للأنشطة اللاصفية الهامة.	36
130	يبين ما إذا كان التلاميذ يرتكبون أخطاء كثيرة أثناء الأنشطة اللاصفية الهامة.	37
132	يبين ما إذا كان مستوى أداء التلاميذ ينخفض في المباريات الهامة.	38
134	يبين نوع الشعور لدى التلاميذ في المباريات المهمة.	39
137	يبين ردود أفعال التلاميذ عندما يكون الخصم متقدما عليهم أثناء اللحظات الحاسمة في المباراة المصرية عالية المستوى	40
139	يبين تأثير عدم استقرار النظام في برنامج ورنزامة الأنشطة اللاصفية للفريق.	41
141	يبين آراء التلاميذ فيما يخص نزاهة الحكام أثناء الأنشطة اللاصفية الرسمية.	42

### فهرس الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الأشكال	رقم الشكل
75	يبين وجود مهنة أخرى لجانب التدريس.	1
76	يبين عدد سنوات خبرة المدرسين.	2
77	يبين درجة ومستوى المدرس.	3
78	يبين سلوك المدرس بعد إنضمام فريقه في المباراة.	4
79	يبين ما إذا كان المدرس يعتمد على برنامج تدريبي	5
80	يبين ما إذا كانت بعض النتائج السلبية راجعة لنقص التحضير	6
81	يبين ما إذا كان للتحضير النفسي الجيد أثر إيجابي.	7

82	يبين مدى اهتمام المدرس بالنواحي الاجتماعية لتلاميذه.	8
83	يبين الشخص الذي يلجؤون إليه عند الحاجة	9
84	يبين مستوى أداء التلاميذ أثناء اللقاء بدون جمهور	10
85	يبين ما إذا كان إمتلاء المدرجات يزيد من حماس التلاميذ	11
86	يبين ما إذا كان لضغط مناصري الفريق الخصم أثر على أداء التلاميذ.	12
87	يبين كيف يؤثر الأسلوب العدواني من الجمهور على أداء التلاميذ.	13
88	يبين ما إذا كان لاختلاف أهمية المباراة أثر في اختلاف أداء التلاميذ.	14
89	يبين ما إذا كان مردود التلاميذ يرتفع مع هتافات الجمهور.	15
90	يبين ما إذا كان هنالك إرتباك التلاميذ أثناء حضور الادوار الهامة	16
91	يبين تأثير أهمية المباريات على تركيز التلاميذ.	17
93	يبين مدى التنوع في الحصص التدريبية.	18
95	يبين ما إذا كان التلاميذ يتلقون نصائح من طرف المدرس في الحصة التدريبية.	19
97	يبين معرفة ما إذا كانت نصائح المدرس لها دور في إقبال التلاميذ على التدريب.	20
99	يبين دوافع التلاميذ وراء الرغبة في الفوز.	21

101	يمثل نوع العلاقة الموجودة بين المدرس و التلميذ.	22
103	يمثل نظرة التلميذ إلى علاقة المدرس بالتلاميذ ككل.	23
105	يمثل أسباب ترك التلميذ لموقعه في الميدان.	24
107	يمثل رأي التلميذ في المدرس الذي يفرض أوامره.	25
109	يمثل أسباب تحسن المردود لدى التلاميذ أثناء المباراة في الأنشطة اللاصفية.	26
111	يمثل الإجراءات التي يتخذها المدرس تجاه التلميذ الذي يغيب عن الحصص التدريبية	27
113	يمثل نظرة التلميذ إلى المدرس الذي يؤكد على ما يجب القيام به.	28
115	يمثل أسلوب المعاملة الأمثل الذي ينتهجه المدرس	29
117	. يبين الأشخاص المساعدة في حل مشاكل التلاميذ.	30
119	يبين ما إذا كان التلاميذ يحبون اللعب في وجود الجمهور	31
121	يبين ما إذا كان جمهور الخصم مصدر خوف وقلق للتلاميذ.	32
123	يبين مستوى أداء التلاميذ عند أهازيج الجمهور.	33
125	يبين مستوى أداء اللعب خارج الميدان وبوجود جمهور فريق الخصم.	34
127	يبين نوع المباراة المفضلة عند التلاميذ.	35

<b>129</b>	يبين ما إذا كان التلاميذ يرتكبون عند دخولهم للأنشطة اللاصفية الهامة.	<b>36</b>
<b>131</b>	يبين ما إذا كان التلاميذ يرتكبون أخطاء كثيرة أثناء الأنشطة اللاصفية الهامة.	<b>37</b>
<b>133</b>	يبين ما إذا كان مستوى أداء التلاميذ ينخفض في المباريات الهامة.	<b>38</b>
<b>135</b>	يبين نوع الشعور لدى التلاميذ في المباريات المهمة.	<b>39</b>
<b>138</b>	يبين ردود أفعال التلاميذ عندما يكون الخصم متقدما عليهم أثناء اللحظات الحاسمة في المباراة المصرية عالية المستوى	<b>40</b>
<b>140</b>	يبين تأثير عدم استقرار النظام في برنامج ورزنامة الأنشطة اللاصفية للفريق.	<b>41</b>
<b>142</b>	يبين آراء اللاعبين فيما يخص نزاهة الحكام لأثناء الأنشطة اللاصفية الرسمية.	<b>42</b>



الجانبة التمهيدى :

مدخل إلى البحث

## مقدمة:

تعتبر الرياضة من أهم الأنشطة الاجتماعية التي لا يستطيع الانسان التخلي عنها حيث اصبحت لها مكانة اجتماعية كبيرة على الصعيدين الداخلي و الخارجي، و نخص بالذكر كرة اليد التي تعتبر رياضة شعبية تعنى باهتمام و متابعة من مختلف قوى المجتمع السياسية،الاقتصادية و الاجتماعية،وتملك اقبالا كبيرا على ممارستها من قبل المولعين بها، حيث أصبحت الدولة تخصص اموال طائلة للنهوض بالرياضة المدرسية في بناء المنشآت القاعدية و التغطية الإعلامية و توفير الوسائل و الظروف الملائمة لإعداد التلاميذ من الناحية البدنية،المهارية و الخططية.وقد عرف تحضير التلاميذ الممارسين لكرة اليد في السنوات الاخيرة طفرة علمية كبرى تتناسب مع التقدم الحضاري للإنسان و ارتفاع مستوى كرة اليد، و هذا التقدم في المستوى اضاف متطلبا جديدا على عاتق المدرسين و التلاميذ، الا وهو التحضير النفسي أثناء الأنشطة اللاصفية التي تعتبر كميدان للصراع بين الفرق و المدارس من اجل التفوق و التميز. و اصبحت تتم في ظروف قاسية وصعبة تتطلب التجنيد الأقصى للقدرات البدنية و النفسية، و مما يزيد من صعوبتها انها تشكل حالة معقدة و مر بكة للمدرسين آتية من النشاط الإنفعالي المرتبط بالمنافسة،الناتج عن التفاعلات المستمرة للتلميذ و بيئته.

هناك الكثير من الأنشطة الرياضية المتعددة و المتنوعة و لكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي ينفرد و يتميز بها عن غيره من الأنشطة الرياضية الاخرى،سواء بالنسبة لطبيعة او مكونات او محتويات نوع النشاط أو بالنسبة لطبيعة المهارات الحركية او القدرات الخططية التي تشمل عليها أو بالنسبة لما يتطلبه النشاط من عمليات عقلية ( كالإدراك،التصور،التذكر،الانتباه،التفكير) كما تعد الضغوط النفسية اهم السمات النفسية التي يتعرض لها التلميذ و منها القلق.

فموضوع القلق يحتل مكانا رئيسيا في علم النفس بصفة عامة و في علم النفس الرياضي بصفة خاصة لما له من آثار واضحة على اختلال الوظائف النفسية و البدنية أو كلاهما.إن القلق يعتبر بمثابة انذار أو اشارة

لتعبئة كل القيم النفسية و البدنية و الجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات و الحفاظ عليها و في المقابل قد يؤدي القلق الى فقدان التوازن النفسي و استعادة مقوماته باستخدام العديد من الاساليب السلوكية المختلفة. في المجال الرياضي يواجه التلميذ الممارس لكرة اليد العديد من المواقف و التي ترتبط ارتباطا مباشرا ووثيقا بالقلق سواء أثناء عمليات التدريب الرياضي أو المنافسات، و هذا ما يظهر آثار واضحة و مباشرة على سلوك التلميذ وعلى مستوى قدراته و مهاراته و علاقته مع الآخرين، و الإعداد النفسي هو أحد المكونات الضرورية في عملية التدريب الحديث و دونه يستحيل احراز النجاحات الرياضية، و في السنوات الاخيرة اكتسبت العوامل النفسية للتلاميذ الممارسين للنشاط أهمية متزايدة فالتدريبات الرياضية لا تعني تنمية الصفات الجسمية و تكوين القابلية الحركية فحسب بل تحسين الصفات النفسية و صقل قوة المدرسين نفسيا و هكذا يتطلب النشاط الرياضي من التلاميذ الرياضيين ابداء صفات نفسية لتحقيق نتائج رياضية جيدة و رفع مستوى الكفاية الحيوية و الحركية و خاصة في الظروف الصعبة اثناء المباريات.

من خلال هذه المعطيات فإننا سوف نركز في البحث الذي بين أيدينا على "دراسة بعض مصادر القلق عند التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية أثناء الأنشطة اللاصفية" و معرفة أبعاد القلق و مستوياته و لهذا الغرض قسما بحثنا الى جانبين حيث خصصنا الباب الأول إلى الجانب النظري الذي تناولنا فيه ثلاثة فصول ففي الفصل الاول تكلمنا عن القلق. اما الفصل الثاني خصصناه للتلميذ الممارس لكرة اليد، اما الفصل الثالث فتحدثنا فيه عن الأنشطة اللاصفية، و خصصنا الباب الثاني للجانب التطبيقي الذي تناولنا فيه فصلين، الفصل الأول تطرقنا فيه الى منهجية البحث، اما الفصل الثاني خصصناه الى تحليل و عرض نتائج الاستبيان ثم خرجنا بمجموعة من الاستنتاجات و الاقتراحات.

## 1- مشكلة الدراسة:

تتميز الأنشطة اللاصفية وخاصة في كرة اليد بعدة ميزات أهمها إعداد التلاميذ الممارسين له و تكوينهم بمستوى عالي من خلال إكسابهم مهارات و تقنيات تسمح لهم بالرقى بأدائهم بالمستوى الجيد غير أن هذا التلميذ قبل بدأ المنافسة يعيش جوا من حالات: التوتر و الضغط النفسي و القلق. و في المجال الرياضي يعتبر القلق أحد الانفعالات الهامة ، التي ينظر إليها على أساس أنها من أهم الظواهر النفسية المصاحبة لنشاط التلاميذ ، و تعتبر رياضة كرة اليد من أهم النشاطات الرياضية التي وجدت اهتماما من قبل الدارسين من حيث الجوانب النفسية بعد أن أصبحت اللعبة واسعة الانتشار بين الصغار و الكبار من مختلف الثقافات و في مختلف البلدان ونظرا لشعبية كرة اليد هذا من جهة ، و من جهة أخرى ، باعتبار الأنشطة اللاصفية بمثابة وسيلة لتقييم المستوى و فعالية التدريب لذا نجد لها تأثير كبير على الجانب النفسي للتلاميذ و هذا ما يجعل مباريات كرة اليد و منافساتها مليئة بالإثارة و الانفعالات التي تؤدي إلى قلق التلاميذ.

و انطلاقا من صعوبة هذا المشكل و تعدد أسبابه، و مما سبق يمكننا طرح التساؤلات التالية:

### التساؤل العام:

ماهي مصادر القلق المؤثرة على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية

أثناء الأنشطة اللاصفية؟

### التساؤلات الفرعية:

1-هل إهمال المدرس للتحضير النفسي خلال التدريبات يؤدي إلى تخفيض مستوى أداء التلاميذ أثناء

الأنشطة اللاصفية ؟

2-هل لأهمية النشاط اللاصفي أثر سلبي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد؟

3- هل للجمهور أثر سلبي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد أثناء الأنشطة اللاصفية ؟.

## 2-فرضيات الدراسة:

من خلال التساؤلات التي طرحناها في الإشكالية السابقة قمنا بوضع فرضيات كحلول مؤقتة للإشكالية المطروحة.

### الفرضية العامة:

- مصادر القلق أثر سلبي على أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية اثناء الأنشطة اللاصفية.

### الفرضيات الفرعية:

1- إهمال المدرس للتحضير النفسي خلال التدريبات يؤدي إلى تخفيض مستوى أداء التلاميذ اثناء الأنشطة اللاصفية.

2- لأهمية النشاط اللاصفي أثر سلبي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد.

3- للجمهور أثر سلبي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد اثناء الأنشطة اللاصفية.

## 3- أهداف الدراسة:

إن الهدف من دراستنا هذه يتمحور حول عدة نقاط نذكر منها:

- معرفة أهم الأسباب المؤدية لهذا المشكل وكيفية معالجتها.

- معرفة مدى تأثير القلق على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لهذه الرياضة.

- مساعدة التلاميذ على تخطي ظاهرة القلق وذلك بتوفير القدر الكافي من المعلومات حول هذه الظاهرة.

- توعية وتوجيه المسؤولين إلى ضرورة توفير الأخصائيين في علم النفس الرياضي لتقديم أفضل رعاية نفسية للتلاميذ.

- إعادة الاعتبار للرياضة المدرسية نظرا لما تعاني منه حاليا

## أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة من خلال العناصر التالية:

1- إضافة جديدة الدراسات التي تعالج القلق النفسي والاجتماعي لدى التلاميذ الممارسين لكرة اليد في المرحلة الثانوية.

2- قد تفيد هذه الدراسة عملية إرشاد للتلاميذ ورعايتهم نفسيا واجتماعيا وصحيا.

3- الأهمية البالغة التي تحتلها الأنشطة المدرسية اللاصفية في العملية التعليمية ودورها الكبير في التنمية وصقل شخصيات الطلبة ، وإكسابهم القدرة على التكيف مع مجتمعاتهم وبيئاتهم المحيطة واكتشاف المواهب التي يتميزون بها..

4- تساعد الباحثين على البحث في مجال الأنشطة اللاصفية لإكمال جميع جوانب القصور في هذا المجال .

5- تساعد المؤسسات التربوية والاجتماعية على التحفيز لدعم الأنشطة المدرسية اللاصفية بالإمكانات المادية، لأنه المعوق الأول والأساسي لإكمال العملية التعليمية.

## 5- أسباب اختيار الموضوع:

ومن بين الأسباب التي دفعتنا إلى اختيار هذا الموضوع هي:

- انتشار العديد من حالات القلق لدى التلاميذ الرياضيين قبل وأثناء وبعد المباراة الأمر الذي يمكن أن يكون له الأثر على مردودهم ، لذا يتطلب دراسة يستعان بها من اجل العمل على استغلال هذا الجانب لدى التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الأنشطة الصفية واللاصفية.

- الرغبة في دراسة أي مشكل يعيق هذه اللعبة.

- نقص الرعاية النفسية لتلاميذ الرياضيين الذين يعانون من حالات القلق.

## 6- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

إن أي دراسة علمية لأي موضوع تتطلب منا تحديد المفاهيم الأساسية المستخدمة في هذه الدراسة أو البحث انطلاقاً من هذا نتطرق إلى شرح بعض المفاهيم الأساسية في موضوع الدراسة.

### 6-1- تعريف القلق:

- تعريف لغوي:

- قلق : قلقا الشيء : حركه .

- قلق : قلقا : إضطرب وإنزعج .

- القلق : المضطرب والمتزعج . (الأبجدي، 1967، صفحة 815)

- تعريف اصطلاحي:

بالرغم من اختلاف الباحثين وعلماء النفس في تعريف القلق وتنوع تفسيراتهم له، إلا أنهم اتفقوا على أن القلق هو نقطة بدأ الاضطرابات السلوكية، وتصاحبه بعض التغيرات الفيزيولوجية، والأعراض النفسية.

(فايد، 1985، صفحة 44)

- تعريف إجرائي:

هو حالة توتر شامل ومستمر، نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث، ويصاحبه غموض وأعراض نفسية وجسمية.

### 6-2- تعريف التلميذ(المراهق):

### 3-المراهقة:

- لغة:هي مصدر من رهق رهقا،ومراهق مراهقة وهي تفيد الاقتراب أو الدنو من الحلم وكلمة المراهق تعني دنى من الشيء ،فإذا هو الفرد يدنو من الحكم واكتمال النضج .(تركي، 1990، ص 24).

- اصطلاحاً: وهي مشتقة من الفعل اللاتيني *alalexence* ومعناه التدرج نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والانفعالي.

هي كما عرفها الدكتور فؤاد البهي السيد بقوله المراهقة معناها التدقيق من مرحلة التي تسبق وتصل بالفرد إلى الاكتمال والتتبع وهي بهذا المعنى تمتد عند البنات والبنين حتى يصل عمر الفرد إلى 21 سنة وتمتد من البلوغ إلى الرشد وهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها واجتماعية في نهايتها (السيد، 1985، ص275)

### 6-3- تعريف كرة اليد:

- تعتبر كرة اليد ثاني لعبة من حيث الشعبية في العالم، حيث مرت بتعديلات في قوانينها حتى وصلت إلى هذا المستوى، وأصبح اهتمام الإعلام والجمهور كبير، وأبرز فرق بين ممارستها قديماً وحديثاً هو عدد اللاعبين، حيث انتقل من ( 11 ) إلى ( 07 ) لاعبين، إضافة إلى مساحة الملعب وغير ذلك من قوانين وأبرز مهاراتها: التمير، الاستقبال، الخداع، التصويب بأنواعه (إبراهيم، 1994، ص 85).

- تعتبر كرة اليد من الألعاب الرياضية القديمة، تجري بين فريقين، يتألف كل منهما من ( 07 ) لاعبين و(05) احتياطيين، تتصف بسرعة الأداء والتنفيذ، ويشارك فيها عدد كبير من الرياضيين، لها قواعد وقوانين ثابتة (نصيف، 1993، ص 37)

### 7-4- الرياضة المدرسية:

يعرفها طناش(1992، ص23) "موقف تعليمي شامل يشارك فيه التلميذ برغبته لإشباع حاجة لديه، وتحقيق هدف مرغوب فيه."

ويعرف الباحثون إجرائياً بأن الرياضة المدرسية هي الجهد العقلي أو البدني الذي يبذله المتعلم والمعلم، حيث يشارك فيه برغبته في سبيل إنجاز هدف ما ، وإشباع حاجاته وفق خطة مقصودة مخططة ، لها

أهدافها، وهو غير منفصل عن المنهاج، بل يعد من عناصره، فمنه ما هو حر ومنه ما هو موجه بهدف  
إثراء أجزاء معينة داخل المنهاج لتحقيق هدف التربية الشاملة.

### الأنشطة اللاصفية:

يعرفها خليل بأنها " كل ما يمارس ه التلاميذ خارج الصف ، وهو شامل وجامع، له جوانبه الفكرية  
والنفسية والجسمية والاجتماعية ، يكمل نقائص المنهاج ، وهو وسيلة للتفكير والابتكار ويرتبط بميول  
وحاجات التلاميذ (خليل، 1981، ص7)

كما يعرفها رشوان بأن النشاط غير الصففي بأنه " : الذي يمارسه المتعلمون خارج  
الصف، ضمن خطة المدرسة، ويشرف عليه المعلمون، وله أهداف محددة، ويشمل النشاط الرياضي،  
النشاط الثقافي، النشاط الاجتماعي، نشاط الرحلات، نشاط الإذاعة المدرسية، الأنشطة الكشفية، نشاط  
الصحافة، وغير ذلك من الأنشطة (رشوان، 1994، ص607)

ويعرف الباحثون الأنشطة المدرسية اللاصفية إجرائياً بأنه " جميع ألوان الأنشطة  
الاجتماعية والرياضية والفنية والعلمية التي يمارسها طلبة المرحلة الإعدادية بمدارس وكالة الغوث الدولية  
بطريقة حرة ومنظمة للترويح أو لاكتساب المهارات والخبرات خارج نطاق الدراسة الأكاديمية وتصدر  
أصلاً عن الاهتمامات التلقائية للطالب وتتمارس دون جزاء في صورة درجات أو تقدير علمي من قبل  
المدرسة.

### 7- الدراسات السابقة والمرتبطة:

بعد إطلاعنا على الكثير من المواضيع في مختلف المعاهد خاصة في الرياضة، وجدنا بعض الدراسات  
المشابهة ومن بينها:

الدراسة الأولى: وهي مذكرة لنيل شهادة ليسانس تحت عنوان: " دوافع ظهور القلق لدى لاعبي كرة

اليد أثناء المنافسة الرياضية القسم الوطني الأول ( ب ) صنف أكابر

وكان تساؤل العام لهذه الدراسة: (بدر الدين بو يوسف و آخرون، 2007)

- هل هناك دوافع لظهور القلق لدى لاعبي كرة اليد؟.

ومن أهداف هذه الدراسة:

- لفت الانتباه لخطورة هذه الظاهرة " ظاهرة القلق " والتحسيس بمدى معالجتها.

- إيجاد الأسباب والدوافع المؤدية للقلق أثناء المنافسة الرياضية.

أما نتائج الدراسة فتمثلت في عدة نقاط هي:

- معظم اللاعبين شخصيتهم عصبية.

- معظم اللاعبين يفقدون التركيز والانتباه.

- معظم اللاعبين لا يتقبلون الأخطاء.

- معظم اللاعبين يرون القرار غير التريه مصدر قلق.

أما عينة البحث فكانت بطريقة عشوائية، وذلك إعطاء فرص متكافئة من اللاعبين دون تخصيص وتمت

على 6 فرق الذي كان عددهم 72 لاعب.

أما المنهج المتبع فقد اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي التحليلي أما فيما يخص الأدوات

المستعملة في بحثه فقد أعتمد على استمارة الاستبيان وهي وسيلة لجمع المعلومات ولكونه يسمح له

بعملية جمع المعلومات وتحليله بسهولة،

الدراسة الثانية: تحقيق النشاطات اللاصفية الموجهة لأهدافها التربوية في المدارس

الثانوية الرسمية في الأردن من وجهة نظر معلميه"

ويهدف البحث إلى تعرف واقع النشاطات اللاصفية الموجهة ومدى تحقيقها للأهداف التربوية التي

وضعت من أجلها من وجهة نظر معلمي المدارس الثانوية

واعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي مستخدماً أدوات البحث وهي الاستبانة والمقابلات الشخصية

وتوصل البحث إلى النتائج الآتية:

بلغت درجة تحقيق النشاطات مجتمعة لأهدافها ( 77.75 % ) .

-الأهمية النسبية لمجالات الدراسة كانت كما يأتي : النشاط الكشفي 43.81 % النشاط الرياضي 21.76% العمل الاجتماعي التطوعي 23.75% الرحلات المدرسية 76.73% (النشاطات الفنية الثقافية ) 96.72%

-عدم وجود فروق ذات دلالة لمتغيرات الدراسة الأخرى على الدرجة الكلية (مسار التعليم- الخبرة التعليمية للمعلمين) ولا على مجالات النشاطات الخمسة كل على حدة.

الدراسة الثالثة: كانت بعنوان "دور التخطيط في التدريب للرفع من الأداء الرياضي لدى ممارسي كرة اليد(14-15 سنة)"

مشكلة الدراسة: هل للتخطيط في التدريب دور فعال للرفع من مستوى الأداء الرياضي للأشبال 14-15 سنة في كرة اليد؟

و تمحورت فروض الدراسة في عدة نقاط هي:

- للتخطيط في التدريب دور فعال يرفع من مستوى الأداء الرياضي للأشبال 14-15 سنة
  - للخبرة بالنسبة للمدرب تأثير كبير على عملية التخطيط في التدريب الرياضي
  - الوقت عامل رئيسي يجب اتخاذه بعين الاعتبار في عملية التخطيط في التدريب
  - التخطيط هو الأسلوب الأنجع للوصول الى الأداء المهاري الجيد لفئة الأشبال الممارسة لكرة اليد.
  - الظروف المادية و البشرية تؤثر بشكل كبير على عملية التخطيط في التدريب الرياضي.
- من خلال هذه التساؤلات والفرضيات حاولت الدراسة تحقيق أهداف عدة منها:

محاولة ابراز أهمية دور التخطيط في التدريب كطريقة حديثة لتعلم الأداء المهاري في كرة اليد لدى

المراهقين

- دراسة دور التخطيط في التدريب للرفع من الأداء الرياضي كطريقة تعليمية حديثة تساعد في تنمية المهارات الأساسية خصوصا في هذا السن الحساس 14-15 سنة الذي يميز الطفل باستعدادات مهارية قابلة للنمو والتطور.

- إيجاد الحل المناسب لمشكلة ضعف الاداء المهاري في كرة اليد لدى المراهقين

- اعطاء اقتراحات ميدانية لتعميم و استعمال التخطيط في التدريب كمنهج علمي في الحصص التدريبية.

اما نتائج الدراسة فتمثلت في عدة نقاط هي:

- معظم المدربين ذوي الخبرة في تدريب كرة اليد يتحكمون في عملية التخطيط بطريقة جيدة و هذا مقارنة بالمدربين الاقل خبرة.

- أكد معظم المدربين أن التخطيط هو الأسلوب الأنجع للوصول الى الأداء المهاري الجيد.

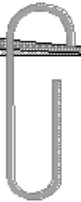
- جل المدربين يثقون في عملية التخطيط في التدريب و تسطير الأهداف.

أما عينة البحث فكانت بطريقة عشوائية، على 15مدربا لكرة اليد لولايي أدرار و المسيلة.

أما المنهج المتبع فقد اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي التحليلي أما فيما يخص الأدوات

المستعملة في بحثه فقد أعتمد على استمارة الاستبيان وهي وسيلة لجمع المعلومات ولكونه يسمح له

بعملية جمع المعلومات وتحليله بسهولة،



الباب الأول :

الباب النظري

# الفصل الاول :

## القلق

تمهيد

1 - تعريف القلق

2- أنواع القلق

3- مستويات القلق

4- مصادر القلق

5- أسباب القلق

6- أعراض القلق

7- النظريات المفسرة للقلق

8- الخصائص السيكولوجية للأنشطة اللاصفية

9- علاج القلق

خلاصة

## تمهيد:

يعيش الإنسان في مجتمع مليء بالمشاكل من شتى الجوانب ، وبالأخص منها الجانب النفسي إذ تولد لدى الفرد اضطرابات وضغوطات نفسية وهي الأكثر تعقيدا، لذا نجد الفرد في صراعات دائمة مع نفسه للتخلص منها أو على الأقل التخفيف من حدتها.

و من ابرز هذه الاضطرابات والأكثر شيوعا وانتشارا هو اضطراب القلق، ولذلك فان القلق هو امر طبيعي في حياة الفرد اليومية , ويختلف شخص الى اخر سواء الصغار او المراهقين او الكبار.

وانطلاقا مما سبق سوف نتطرق إلى بعض التعاريف التي اعطاها بعض العلماء الى القلق فستعرض في هذا الفصل الى تعريف القلق ،مستوياته انواعه،مصادره،اسبابه،اعراضه ،النظريات المفسرة له وطرق علاجه.

### 1-تعريف القلق:

**1-1- لغة:** يشير معجم الوسيط إلى أن قلق - قلقا : لم يستقر في مكان واحد، وقلق لم يستمر على حال، وقلق اضطرب وانزعاج فهو قلق، وقلق المهم فلان :أزعجه- المقلق شديد القلق (فايد، ص 44)

**1-2اصطلاحا:** يرى فرويد أن الخبرة التي تتمثل في الصعوبات الفسيولوجية والإحساسات البدنية المصاحبة لعملية الميلاد، نموذج تنشأ عن نفسه حالات القلق بعد ذلك (أحمد محمد حسن صالح وآخرون، ص 37).

- يرجع فرويد القلق إلى صدمة الميلاد وما يصاحبها من مشاكل فسيولوجية وإحساسات بدنية، وأهم عامل الوراثة التأثيرات البيئية كما يرى هلجورد أن القلق يشبه في ذلك الخوف يعتبر قوة دافعة، ويرى ان لفظ القلق هو عبارة من العبارات اللغوية العامة، يشير إلى حالة من توقع الشر او الخطر والاهتمام الزائد وعدم الراحة او عدم الإستقرار، أو عدم سهولة الحياة الداخلية للفرد (عيسوي،،

إن هلجرد يخلط بين القلق والخوف، إذ أنها توجد هناك نقاط كثيرة يختلف فيها الخوف والقلق سوف نوضحها لاحقاً، كما انه لا يفرق بين القلق كمفهوم وبين الأعراض المصاحبة له.

- ويعرف احمد عكاشة 1998 كذلك القلق بانه شعور غامض غير سار بالتوجس والخوف

والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسيمة خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي الإداري ويأتي في نوبات متكررة مثل الشعور بالف ارغ في المعدة أو السحبة في الصدر او ضيق في التنفس، أو الشعور بنبضات القلب، أو الصداع أو كثرة الحركة. (احمد محمد حسن صالح وآخرون،، ص 46). وفي الأخير توصلنا إلى تعريف اجرائي يتمثل في: "القلق حالة من الخوف الغامض الذي يمتلك الإنسان، وهو عبارة عن ألم داخلي أو أصبح داخلي بسبب الشعور بالضيق والألم والانزعاج، ويعتبر توتر شامل ومستمر نتيجة توقع الشر أو الخطر الذي قد يحدث".

## 2- انواع القلق:

أ - مدى وعي الفرد به :يمكن التمييز في هذا الصنف إلى نوعين من القلق:

2-1- قلق شعوري :يدرك الفرد بأسبابه ومن ثمة إيجاد الحلول لمواجهة والتصدي له، ويزول بزوال المصدر المثير له.

2-2-قلق لا شعوري :لا يدرك الفرد فيه دوافعه ومبرراته رغم المحاولات والجهود المبذولة للسيطرة على ذلك السلوك.

ب -من حيث درجة الشدة :يقسم إلى قلق بسيط وقلق حاد وقلق مزمن.

ج - من حيث تأثيره على مستوى أداء الفرد لواجباته ومهامه :هناك قسمين من القلق الذي قد يؤثر على أداء الفرد :قلق حافز ومنشط للأداء، وقلق يعد كعامل مثبط أو مضعف للأداء (اشرف محمد عبد الغني شريت ،محمد السيد حلاوة، 2002، ص 98)

د -من حيث تأثيرها على توافق الفرد وصحته النفسية :يصنف إلى قلق عادي موضوعي قلق عصابي، قلق خلقي.

وفيما يلي سوف نعرض أنواع القلق الأكثر شيوعاً وتداولاً بين العلماء:

**2-3- قلق عادي موضوعي:** هو قلق ناتج عن مشير او مصدر محدد يعي الفرد أسبابه ودوافعه وهو كذلك يظهر على صورة خوف فمثلا خوف شخص أصيب بمرض خطير استعصى فيه العلاج فهو قلق على حاله يترب الموت بين حين وآخر، وقلق طالب من الامتحان يتوقع من جرائه الفشل والرسوب. (معوض، 2000، ص 279).

إن القلق الطبيعي أو الموضوعي هو نتاج فعل يتناسب مع كم وكيف التهديد، فيبلغ الإنسان جهدا ليجد سبلا لمواجهة التهديد بضرر اقل (احمد، 1999، ص 80-81)

يتضح لنا مما سبق ان منبع الخطر في القلق الموضوعي يكون في العالم الخارجي بمعنى انه يوجد هناك مشير واقعي في البيئة، ومن ثمة يمكن للفرد لمواجهة الخطر الفعلي الذي يهدده باستعمال أساليب دفاعية معينة.

**2-4- القلق العصبي:** هو بمثابة نوع من القلق الهائم الذي لا يعي الفرد دواعيه وأسبابه، فهو غير محدد بموضوع معين وهو بهذا خوفا مبهم المصدر لا يدركه المصاب، ومن ثمة يبدو لنا هذا النوع من القلق على هيئة مخاوف مرضية لا تتلاءم مع طبيعة الموقف أو المثير، فمثلا قد يخاف الشخص من الموت دون وجود مبرر يدعو الى ذلك القلق العصبي يعود الى عامل داخلي لا يدرك الفرد أسبابه ودوافعه ولهذا فهو يتسم بالغموض وعدم الوضوح والتحديد. (معوض، 2000، ص 279)

**2-5 القلق الذاتي العادي:** وفيه يكون القلق داخليا، كخوف الفرد من تأنيب الضمير إذا أخطأ واعتزم الخطأ. (الطيب، ص 391)

**2-6- قلق الحالة:** وهو ظرف أو حالة انفعالية متغيرة تعتري الإنسان وتغير بمشاعر ذاتية من التوتر والتوجس يدركها الفرد العادي ويصاحبها نشاط في الجهاز العصبي. (الرحمان، 1985، ص 389).

**2-7- قلق السمة:** عبارة عن فروق ثابتة في القابلية للقلق، أي تشير إلى الاختلافات بين الناس في ميلهم إلى الاستجابة اتجاه المواقف التي يدركونها كمواقف مهددة وذلك بارتفاع في شدة القلق. (الرحمان، 1985، ص 389)

### **3-مستويات القلق:**

يعتبر القلق حالة ملازمة للإنسان وتقرن تلك الحالة بالحياة ويمكن تقسيم مستوى القلق بشكل عام الى ثلاث مستويات: (نزار الطالب، كامل لويس، 1993، ص 211-212)

**3-1- المستوى الواطئ:** إن درجة معينة من القلق تعتبر ضرورة تساعد على الإستعداد لمجابهة متطلبات الحياة... فقلق اللاعب قبل السباق سيدفعه الى التمرين المستمر استعدادا للسباق و سيجعله متحفزا و مستعدا لبذل الجهد على الوجه الأمثل لتحقيق الإنجاز الأفضل.

**3-2- المستوى المتوسط:** في بعض الأحيان يزداد مستوى القلق في الحد الذي يؤثر سلبيا على الأداء حيث في هذا المستوى يفقد الرياضي جزء من قدرته على السيطرة و تتصف حركاته ببذل الجهد الزائد.

**3-3- المستوى العالي:** و يسمى بالقلق المعوق حث يصل القلق الى المستوى العالي و تبدأ الآثار السلبية واضحة في السلوك و من الأداء الرياضي حيث يفقد الرياضي قدرته على التركيز و تكثر أخطاؤه و يتصف سلوكه بالعصبية الشديدة.

#### **4- مصادر القلق:**

هناك اربعة مصادر أساسية تسبب حالة القلق و هي: (راتب، 1997، ص 189)

**4-1- الخوف من الفشل:** و الذي ييقيد السبب الأكثر أهمية الذي يجعل الرياضيين يشعرون بالعصبية.

**4-2- الخوف من عدم الكفاية:** و يتضح هذا المصدر من القلق عندما يدرك الرياضي أن هناك نقص معين في استعداداته سواء من الجانب البدني أو الذهني في مواجهة المنافس أو المسابقة.

**4-3- فقدان السيطرة:** حيث يتوقع زيادة القلق لدى الرياضيين عندما يفقد السيطرة على الأحداث التي تميز المنافسة أو المسابقة التي سيشارك فيها و كافة الأمور تسير وفق السيطرة الخارجية.

**4-4- الاعراض الجسمية و الفسيولوجية:** حيث تظهر بعض الأعراض الجسمية نتيجة لذلك و من تلك الأعراض: اضطرابات المعدة، زيادة التعرق في راحتي اليد، زيادة توتر العضلات.

#### **5- أسباب القلق:**

لقد اختلف الباحثون والعلماء في تحديد الأسباب الرئيسية لحدوث القلق كما تعددت النظريات المفسرة له وفيما يلي سوف نعرض بعض الأسباب الممكنة لحدوث القلق:

أ- الاستعداد الوراثي: يمكن أن يكون للوراثة دور كبير في اضطرابات القلق، مثلا كأن نجد شخصا يعاني اضطراب القلق نفسه الذي يعانيه والده أو أحد أقاربه.

ب - الاستعداد النفسي: الشعور بالتهديد الداخلي أو الخارجي نتيجة لبعض ظروف البيئة

ج - مواقف الحادة والضغوط الثقافية والبيئية والحضارية.

د - عدم التطابق بين الذات والواقعية والذات المثالية وعدم تحقيق الذات.

هـ - التعرض للخبرات الحادة (عاطفياً، تربوياً، اقتصادياً) الخبرات الجنسية الصادمة خاصة في الطفولة والمراهقة (محمد، ص 13).

بالإضافة إلى ما سبق يمكن القول أن العوامل الاجتماعية كذلك دور في حدوث القلق مثلاً كالضغوط الأسرية أو نظرة المجتمع لفرد.

## 6- أعراض القلق:

للقلق أعراض كثيرة و متعددة منها ما يظهر على الجانب النفسي و منها ما يظهر على الجانب الجسمي و فيما يلي سنحاول ابراز البعض منها في كل جانب:

**6-1- أعراض نفسية:** و تشمل القلق العام و القلق على الصحة و عدم الاستقرار و الشعور بانعدام الأمل و الراحة النفسية و الحساسية المفرطة و سرعة الاثارة، الخوف الشديد حيث يكون الفرد خائفاً لا يعرف مصدر الخوف، عدم الشعور بالأمن و الضيق و توهم المرض، عدم القدرة على التركيز و الإنتباه، عدم الثقة و الطمئينة و الرغبة في الهروب من مواجهة المواقف توقع حدوث شئ ما دون معرفة ما هو ذلك الشئ و هذا بالإضافة الى الشك و التردد في اتخاذ القرار. (فوزي محمد جبل، 2000، ص 131).

بالتالي نلاحظ أن هذه الأعراض مؤشرات لحدوث القلق عند الفرد إضافة إلى هذه الراض نجد العصبية و الحساسية الزائدة، الإنهاك النفسي، قلة النوم، بسبب الشعور بالإرهاق الأحلام المزعجة و الكواليس الليلية، كل هذه الراض تدل على أن الفرد يعاني من القلق نتيجة خبرة أو موقف معين.

**6-2- أعراض جسمية:** و تشمل الضعف العام و نقص الطاقة و الحيوية و النشاط و المثابرة و برود الأطراف و توتر العضلات و النشاط الحركي الزائد و اللازمات العصبية الحركية (حامد عبد السلام زهران، 1988، ص 339-400).

بالإضافة إلى تصبب العرق و ارتعاش اليدين،ارتفاع ضغط الدم،الصداع المستمر و اضطرابات ف المعدة و سرعة ضربات القلب،فقدان الشهية،الدوار و الغثيان القيء،و الشعور بالضييق في الصدر(فوزي محمد جبل،2000،ص131).

نستخلص أن القلق يمكن أن يظهر من خلال التعرف على الأعراض الجسمية التي تشير اليه و هذا من خلال حركات و تصرفات الفرد غير العادية و التغيرات الفيزيولوجية الظاهرة عليه.

## 7-النظريات المفسرة للقلق :

**7-1-مدرسة التحليل النفسي لفرويد:** كان فرويد من أكثر علماء النفس استخداماً لمصطلح القلق. وينظر فرويد إلى القلق باعتباره إشارة إنذار بقدوم خطر قادم يمكن أن يهدد الشخصية أو يكدر صفوها على الأقل. ويميز فرويد بين ثلاث صور للقلق هي القلق الموضوعي والقلق العصبي والقلق الخلفي.

**-القلق الموضوعي:** أقرب أنواع القلق إلى السواء، ويكون القلق في هذه الحالة وظيفة إعداد الفرد لمقابلة هذا الخطر بالقضاء عليه أو يتجنبه أو يتابع أساليب دفاعية إزاءه.

**-القلق العصبي:** ينشأ نتيجة محاولة المكبوتات الإفلات من اللاشعور والنفوذ إلى الوعي ويكون بمثابة إنذار للأنا لكي يحشد دفاعاته لمنع وصول المكبوتات إلى الوعي.

**-القلق الخلفي:** يأتي هذا النوع من القلق نتيجة تحذير أو لوم ( الأنا الأعلى) (للأنا) عندما يأتي الفرد أو يفكر في الإتيان ب سلوك يتعارض مع القيم والمعايير التي يتمثلها جهاز الأنا الأعلى، ويتمثل هذا القلق في مشاعر الخزي والإثم والحجل والاشتمزاز.

**ألفرد أدلر:** تحدث أدلر عن القلق بأنه ينشأ نتيجة الشعور بالنقص والعجز إذا ما قورنوا بآخرين أكبر منهم مما يحاول تعويضه بالصدقة و كسب حب الآخري ن. وقد ركز أدلر على التأثيرات الثقافية في السلوك مفترضا أن الشعوب اجتماعية بفطرتها . (25 : طريفة سعود 1998).

**7-2- كارل يونج:** يعتقد يونج أن القلق عبارة عن ردة فعل يقوم به الإنسان حينما تغزو عقله قوى وخيالات غير معقولة صادرة عن اللاشعور الجمعي فالقلق هو خوف من سيطرة محتويات اللاشعور الجمعي غير المعقولة التي لا زالت باقية من حياة الإنسان البدائية وقال يونج أن الناس يرثون اللاشعور

الجمعي الذي يجمع ذكريات الأجداد كذلك علاقاتهم وخبراتهم وتنتج هذه الذكريات الصور العقلية مثل حكمة الرجل المسن والأرض والأم.

**3-7- نظرية القلق - الدافع :** ربط أصحاب نظرية قلق الدافع ( مثل تايلور ، تشايلد ، ماندلر ، ساراسون ) بين خاصية الدافع الذي يدفع الشخص للعمل والنشاط والتعلم ، وبين القلق المزمن ، وافترضوا أن الإنسان عندما يؤدي عملاً لا يشعر بالقلق الذي يحفزها إلى إنجاز هذا العمل حتى يخفف هذا الشعور ، وأشاروا إلى أن وجود القلق دليل على وجود الدافع لأداء العمل أو التعلم ، وذهبوا إلى أنه كلما زاد القلق زاد الدافع، وبالتالي يتحسن الأداء والتعلم. ولم تجد فروض نظرية القلق - الدافع التأييد التجريبي إذ أشارت نتائج دراسات أخرى إلى أداء الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة في القلق أفضل من أداء الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة في الأعمال السهلة، وأداء الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة في القلق أفضل من ذوي الدرجات المرتفعة في الأعمال الصعبة والأعمال المعقدة ، وما ذلك إلا أحد تطبيقات قانون بيركس - دود سون ( مجدي حبيب ، 1991، 166).

**4-7- النظرية المعرفية :** من وجهة النظر المعرفية يعتقد أن العامل الأساسي في نشوء القلق واستمراره وتفاقمه يتبع من عملية التفكير ، حيث أشاد آرون بيك ( 1985 ) إلى أن الاستعارات تلعب دوراً حاسماً في القلق حيث أن أفكار الفرد تحدد ردود أفعاله وفي ضوء محتوى التفكير، يتضمن القلق حديثاً سلبياً مع الذات، وضيقاً مسيطراً، وانخفاضاً في الكفاءة الذاتية وتؤكد النظريات الاستعراضية على أن الفرد يكون قلقاً نتيجة لإدراك تهديد أو خطر ما وترى النظرية المعرفية أن أساس المشكلة في اضطرابات القلق يكمن في أسلوب الفرد في تفسير الواقع ، وأن المعلومات التي لدى الفرد عن نفسه وعن العالم وعن بيئته وعن المستقبل يتم استيعابها عن أهما مصادر للخطر وتفترض البحوث النفسية المعرفية وجود ثلاث فئات من العمليات المعرفية المرتبطة بالقلق في تفسير الواقع، وأن المعلومات التي لدى الفرد عن نفسه وعن العالم وعن بيئته وعن المستقبل يتم استيعابها عن أهما مصادر للخطر

وتفترض البحوث النفسية المعرفية وجود ثلاث فئات من العمليات المعرفية المرتبطة بالقلق فالفرد الذي يعاني من القلق:

- يتجه شكل انتقائي نحو المعلومات المرتبطة بالتهديد.

- يظهر سهولة في الذكريات المرتبطة بهذه المعلومات المهددة.

-بيدي تجهزاً في تفسير المعلومات الغامضة بإعطائها مع ني مهدداً له (ناهد سعود، 2005، ص47).

**7-5- الاتجاه الإنساني:** يرى أن حرص الإنسان على وجوده هو ما يثير قلقه ويشكل هويته والموت ، وحدوث تكرار الإخفاق أساس القلق ، كما يعتبر أن إخفاق الإنسان في تحقيق أهدافه واختيار أسلوب حياته وكذلك خوفه من حدوث الإخفاق في أن يحيا الحياة التي هو يريد لها مثيراً للقلق ، كما يزداد قلق الإنسان إذا أصيب بمرض لا شفاء منه أو إذا تقدم به السن ، حيث يعزز ذلك انخفاض عدد الفرص المتاحة أمامه، وانخفاض نسبة النجاح في المستقبل كذلك أن القلق لا ينشأ من ماضي الفرد وإنما هو خوف من المستقبل وما قد يحمله من أحداث تهدد وجود الإنسان وإنسانية الفرد .(عبد السلام عبد الغفار ، 1973، ص26)

ويميل الباحثون إلى تبني أكثر النظريات تفسيراً للقلق حسب الدراسة الحالية ويظهر ذلك في النظرية الإنسانية والنظرية المعرفية حيث أن القلق يرتبط بحضور الفرد ومستقبله، حيث أن التغيرات التي تحدث في المستقبل تؤثر على أفكار الفرد وتجعله يفكر تفكيراً لا عقلانياً قد يسبب له بعض الاضطرابات الانفعالية ومن بينها القلق .

## **8- الخصائص السيكولوجية للأنشطة اللاصفية:**

**8-1- الخصائص السيكولوجية العامة:** يتعامل التلميذ خلال الأنشطة اللاصفية بقدراته البدنية والعقلية والانفعالية المرتبطة بنوع النشاط الذي يتنافس فيه، ويتوقف إظهار لهذه القدرات على قوة دوافعه.

كما تتميز الأنشطة اللاصفية بكثرة وشدة وتنوع الانفعالات وتقام الأنشطة اللاصفية في ظل قواعد وقوانين محددة تنظم سلوك التلامذة الرياضيين والمدرسين والمشاهدين وذلك من اجل ضمان المقارنة العادلة بين كل مستوى أداء رياضي ومستوى آخر . كما تتميز عن كل مواقف الحياة بحضور مشاهدين ومتابعين للسلوك الحركي وهؤلاء المشاهدين حتى إذا كانوا مؤازرين و مشجعين فان وجودهم يؤثر بالسلب أو بالإيجاب على أداء التلاميذ الرياضيين.

## 8-2- الخصائص السيكولوجية الايجابية: تعتبر الأنشطة اللاصفية حتى في بعض حالات الهزيمة مجالا

للإشباع النفسي حيث يستطيع التلميذ الرياضي من خلالها إظهار قدراته والإحساس بتميزه عن قدرات الآخرين سواء كانوا مشاهدين أو منافسين. حيث تعمل على تنمية الدوافع الشخصية والاجتماعية لدى التلميذ مما يؤثر بصورة ايجابية على سلوكه الشخصي والاجتماعي في الحياة. كذلك تساهم في تنمية وتطوير القدرات وما يرتبط بكل موقف من نتيجة.

-إن تعود التلميذ الممارس لكرة اليد على احترام قواعد وقوانين الأنشطة اللاصفية يقوده إلى احترام القوانين التي تنظم المجتمع .

-تؤثر الأنشطة اللاصفية التي تتم بحضور مشاهدين ومشجعين تأثيرا ايجابيا أو سلبيا على الأداء الرياضي للتلميذ .

-تعتبر المنافسات الرياضية من أفضل الوسائل الإجرائية للكشف عن الجوانب الشعورية والاشعورية من الشخصية ، هذه بالإضافة إلى إمكانية استخدامها في علاج كثير من الاضطرابات الشخصية. (علاوي، 1992، صفحة 280)

## 8-3- الخصائص السيكولوجية السلبية: بالرغم من كل الخصائص الايجابية للأنشطة اللاصفية إلا أن هناك خصائص سلبية تميزها نذكر منها:

-تتسم الأنشطة اللاصفية غير الواعية بالتعصب وهو اتجاه عدائي دون مبررات منطقية وهو حالة يتغلب عليها الانفعال على العقل، مما يؤثر بدوره على مستوى الأداء الذي غالبا ما يتميز بالارتباط وعدم الدقة والسرعة غير المطلوبة بالإضافة إلى الميل للعدوان.

-تتم الأنشطة اللاصفية غير الموجهة تربويا وغير متكافئة الأطراف بالعنف الذي ينتج عنه اضطرابات انفعالية لدى التلاميذ الرياضيين المنافسين وقد يصل إلى إصابات نفسية.

غالبا ما تؤدي حدة التنافس الغير واعى إلى التطرف في الأحمال البدنية أثناء التدريب وفي الأنشطة اللاصفية أيضا، مما يشكل تهديد صحة التلاميذ الرياضيين البدنية والنفسية.

-يؤثر الفشل في الأنشطة اللاصفية غير التربوية تأثيرا سلبيا بالغا في حياة الرياضي نظرا لارتباط التنافس في هذه الحالة وأهداف متطرفة من الصعب تجنبها. (فوزي، 2003، الصفحات 214-213)

## 9- علاج القلق:

حسب الفرد وشدة القلق يختلف علاج القلق، وحسب الوسائل المتاحة يمكن علاج القلق بـ:

### 9-1- العلاج النفسي: يعتمد على إعادة المريض إلى حالته الأصلية كي يشعر بالاطمئنان النفسي

وذلك يبيث في نفسه بعض الآراء والتوجيهات، وبالتالي تساعده على تخفيض ما يعانيه من التوتر النفسي، كما يعتمد على التشجيع بقابليته للشفاء.

### 9-2- العلاج الاجتماعي: إبعاد المريض من مكان الصراع النفسي وعن المؤثرات المسببة للألم

والانفعالات.

### 9-3- العلاج الكيميائي: تولي أهمية بالغة وذلك بإعطاء بعض العقاقير المنومة والمهدئة في بادئ الأمر،

ثم بعد الراحة الجسمية يبدأ العلاج النفسي وذلك للتقليل من التوتر العصبي.

### 9-4- العلاج السلوكي للقلق: يتم بتدريب المريض على عملية الاسترخاء ثم يقدم له المنبر المثير للقلق

بدرجات متفاوتة من الشدة بحيث يجنبه مختلف درجات القلق والانفعال (الزراد، 2000، ص 76)

### 9-5- العلاج الكهربائي: أثبتت التجارب أن الصدمات الكهربائية أصبحت لا تفيد في علاج القلق

النفسي، إلا إذا كان يصاحب ذلك أعراض اكتئابية شديدة، وهنا سيختفي الاكتئاب.

### 9-6- العلاج الجراحي: يلجأ عادة إلى العملية الجراحية في حالة ما لم تتحسن بالطرق العلاجية

السابقة، وتكون هذه العملية على مستوى المخ للتقليل من شدة القلق، وذلك بقطع الألياف العصبية

الخاصة بالانفعال، أين يصبح غير قابل للانفعالات المؤلمة ولا يتأثر بها. (الزراد، 2000، ص 76)

## خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل الى تعريف القلق لغة واصطلاحا وبعض التعريفات التي وضعها باحثون وتوصلنا في الاخير الى تعريف اجرائي وهو ان القلق حالة من الخوف الغامض الذي يمتلك الانسان وهو عبارة عن ألم داخلي او اصبح داخلي بسبب الشعور بالضيق والألم والانزعاج او يعتبر توتر شامل ومستمر نتيجة توقع الشر او الخطر الذي قد يحدث وكذلك تطرقنا الى حالة القلق وسمة القلق حيث ان حالة القلق هي حالة انفعالية ذاتية الموقف كما تطرقنا الى بعض النظريات المفسرة للقلق و في الاخير تطرقنا الى سبل و طرق علاج القلق تزول بزوال المصدر اما السمة هي استعداد السلوكي مكتب وفي بعض الاحيان يستمد

من خبرات الطفولة اما انواع القلق حيث ينقسم الى نوعين قلق عادي موضوعي وقلق عصائى وتوجد عدة مصادر للقلق واسباب عديدة كما أن له عدة أعراض نفسية وجسمية.

## الفصل الثاني:

# التلميذ الممارس لكرة اليد

تمهيد

- 1 - تعريف كرة اليد
  - 2 - لمحة تاريخية عن كرة اليد
  - 3 - ميلاد وتطور كرة اليد في الجزائر
  - 4 - الابعاد التربوية لكرة اليد
  - 5 - ميادين كرة اليد
  - 6 - خصائص لعبة كرة اليد
  - 7 - الأداء المهاري في كرة اليد
  - 8 - مميزات وخصائص التلاميذ خلال المراحل المدرسية
  - 9 - خصائص التلميذ الممارس لكرة اليد
- خلاصة

## تمهيد:

تعتبر كرة اليد من الأنشطة الرياضية الجماعية الأكثر قبولا و ممارسة في الوسط التربوي، وكما هو معروف أن كرة اليد هي لعبة تعتمد على فعالية الحركة و التحمل العالي و مستوى رفيع من الأداء المهاري، ومن هنا نفهم أن لكل نشاط رياضي متطلبات و مواصفات التي يجب أن تتوفر في التلميذ الممارس لهذا النشاط أو المقبل على مزاولته، كما يجب أن لا يغفل هذا الجانب على مدرس أو مربي لهذا النشاط.

وستنطرق في هذا الفصل إلى نشاط كرة اليد فنعطي تعريف كرة اليد ثم خصائص كرة اليد و خصائص التلميذ الممارس لها ومكانة كرة اليد في الأنشطة الرياضية المدرسية، ومميزات كرة اليد ثم أهداف كرة اليد و الأبعاد التربوية لها و الأداء المهاري في كرة اليد.

### 1- تعريف كرة اليد:

لقد كان تطور كرة اليد منذ نشأتها إلى حد الآن تطورا سريعا ويؤكد ذلك عدد الدول المنظمة إلى الاتحاد الدولي، إذ تعتبر ثاني رياضة الأكثر شعبية بعد كرة القدم، وكذلك من ناحية عدد الممارسين لهذه اللعبة إذ تطورت وأصبحت لعبة أولمبية تحتاج إلى أعلى درجة للتكتيك واللياقة البدنية وطرق التربية، وكرة اليد هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان يتكون كل فريق من 12 لاعبا ( 10 لاعبين + 2 حراس) و يسمح لسبعة منهم على الأكثر ( 6 لاعبين + حارس مرمى) بالوجود داخل الملعب أما الآخرين فهم بدلاء، والهدف من هذه اللعبة هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم، ويجري الإرسال (ضربة الانطلاقة) من منتصف الملعب عقب إطلاق الحكم صافرة إشارة الانطلاق، وزمن المباراة يختلف حسب السن، فالمباريات ما فوق 16 سنة تكون مدتها ( 30د x 2).

كما يقول محمد صبحي حسانين وكمال عبد الحميد اسماعيل: " أن كرة اليد لعبة جماعية تلعب باليد، تجرى داخل ملعب خاص، حيث يحاول من خلالها الفريق تسجيل أهداف داخل مرمى الخصم وفقا لقوانين معمول بها من طرف الفيدرالية العالمية لكرة اليد." (محمد صبحي حسانين, كمال عبد الحميد اسماعيل، 2001، صفحة 22)

## 2- لمحة تاريخية عن كرة اليد:

تعتبر كرة اليد لعبة حديثة بالنسبة للألعاب الكبيرة الأخرى التي ظهرت في النصف الثاني من القرن التاسع عشر. فقد خرجت كرة اليد إلى الوجود خلال الحرب العالمية الأولى، ولم يمض وقت طويل حتى احتلت مكانتها بين الألعاب الأخرى، نظرا لما تتميز به هذه اللعبة من سرعة وحماس. و بنظرة سريعة إلى الوسط الرياضي في العالم العربي، نجد أن لعبة كرة اليد تسير بخطى حديثة لتصبح قبل مضي وقت طويل من أكثر الألعاب شعبية، نظرا للتقدم الهائل الذي حصلت عليه خلال مدة قصيرة من انتشارها. فقد تكونت لها الكثير من الاتحاديات في البلاد العربية على باقي دول العالم خاصة الأوروبية منها، ونظمت عدة دورات كان لها أثر كبير في تركيز وضع هذه اللعبة وتعريفها للجمهور قصد اعتمادها رسميا لعبة عالمية كباقي الألعاب الرياضية الأخرى.

يختلف المؤرخون في تحديد الوقت الذي ظهرت فيه لعبة كرة اليد، فمنهم من يرجع الفضل في اختراعها إلى مدرب الجمباز "هولقرنلس" وهو داتماركي كان يعمل بمدينة "أوردروب" وكان ذلك عام 1898، وقد أطلق عليها اسم "هاندبولد" ومنهم من يجزم بأنها لعبة معدلة عن لعبة كانت تمارسها "تشيكوسلوفاكيا" في سنة 1902 وتطلق عليها اسم "أزينا" أو "هازينا" وما زال هذا الاسم يطلق على لعبة كرة اليد إلى يومنا هذا في كثير من بلدان أوروبا. (مقران، 1999-2000، صفحة 75)

ومنهم من يقرر أن هذه اللعبة ظهرت في أوكرانيا سنة 1919 إلا أن أغلب المؤرخين يرجع فضل ظهور كرة اليد بشكلها الحديث إلى مدرس الجمباز الألماني "ماكس هيزر" خلال الحرب العالمية الأولى، عندما فكر في لعبة تضمن للاعبات الجمباز أثناء برنامج التدريب الشتوي إحماء سريعاً وكافياً، فأخرج هذه اللعبة بمساعدة أحد أساتذة معهد التربية الرياضية للمعلمين ببرلين "البروفيسور شليتز" وكان ذلك سنة 1917 ويذكر البعض أن شليتز نفسه هو الذي وضع هذه اللعبة وأخرجها.

وقد اقتصر آنذاك ممارستها على الفتيات في البداية، وأقيمت لها عدة دورات كان أولها سنة 1917، بين ثمانية فرق من الفتيات، وكان ذلك في إحدى قاعات الجمباز بمدينة برلين. وفي سنة 1925 أقيمت أول مباراة دولية لكرة اليد " 11 لاعبا" للذكور بين ألمانيا والنمسا، فاز بها النمساويين على مخترعي اللعبة "6 مقابل 3" بألمانيا.

وفي سنة 1926 ظهرت إلى الوجود أول لجنة دولية انبثقت عن المؤتمر الدولي لألعاب القوى والتي أخذت على عاتقها الإشراف على لعبة كرة اليد وتنظيمها وذلك في "لاهاي" بهولندا.

وكان انتشار اللعبة أسرع بكثير من تنظيم إدارتها، فقد تأخر تكوين الاتحاد الدولي لكرة اليد سنة 1927 حين وضعت قوانينها الموحدة والرسمية التي طبقت فيما بعد في جميع المباريات المحلية والدولية. وتم الاتفاق سنة 1934 بين كل الدول المنخرطة في الاتحاد على إدخال لعبة كرة اليد ضمن برنامج الألعاب الأولمبية لسنة 1936 وأصبحت كذلك.

وفي سنة 1935 أقيمت أول مباراة دولية في كرة اليد " 7 لاعبين" للشباب بين فريقَي الدانمرك والسويد وانتهت للسويديين بـ "18 لـ 12".

وجاءت سنة 1938 لتقام أول دورة دولية للشباب في كرة اليد بنوعيتها " 11 لاعبا و 7 لاعبين"  
واعتبرت كأول بطولة عالمية. (مقران، 1999-2000، صفحة 76)

وقد بقي نشاط اللعبة محليا، بسبب ظهور الحرب حتى انتهائها عندما أقيمت سنة 1945 أول مباراة  
دولية بعد الحرب بين السويد والدانمرك، ليحل بعدها بسنة أي في سنة 1946 تأسيس الفيدرالية الدولية  
لكرة اليد، وكان أول رئيس لها هو السويدي "قوستا بيحواك".

أما بالنسبة للبلاد العربية فقد كانت الجزائر والمغرب من أوائل الدول العربية التي عرفت لعبة كرة اليد،  
فقد دخلت هذه اللعبة ميدان النشاط المدرسي عن طريق أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين أتموا  
دراستهم في فرنسا، وانتشرت اللعبة انتشارا سريعا بحيث أنشئت ملاعب كرة اليد في أغلب المدارس  
الثانوية والإعدادية.

### 3- ميلاد و تطور كرة اليد في الجزائر :

لقد كانت البداية الأولى لكرة اليد الجزائرية سنة 1942م وذلك بمراكز المنشطين أما اللعبة بصفة رسمية  
انطلقت سنة 1949م وذلك بفرق تتكون من 11لاعب , أما بالنسبة لكرة اليد بسبعة لاعبين فكانت  
سنة 1953م و ما إن حلت سنة 1956م حتى نظمت أول بطولة جزائرية لكرة اليد , ومما يمكن  
الإشارة إليه أن الفترة 1930—1962م كان عدد الممارسين قليلا و ذلك بسبب الاحتلال و حالة  
التمييز العنصري الذي شهدته البلاد خلال الفترة الاستعمارية .

وقد ظهرت الحركة الرياضية في الجزائر تحت تأثير الصراع من اجل الحرية و التي رافقت الشعب طيلة  
الفترة الاستعمارية التي لعبت دورا أساسيا في تعبئة الجمهور و تنظيمها للنضال من خلال الممارسة

الرياضية

و بعد الاستقلال مباشرة 1963م تعتبر الانطلاقة الثانية حيث تم تعيين حماد عبد الرحمان و إسماعيل

مداوي لغرض إنشاء أول فدرالية وطنية , حيث كان هذا الأخير يرأس الرابطة الولائية لكرة اليد في

الجزائر العاصمة و التي كانت تظم أهم الفرق التالية :

— فريق omse saint augain بولوجين .

— فريق الراسينغ بجامعة الجزائر

— فريق المجموعة اللائكية للطلبة الجزائريين

— فريق نادي الجزائر H.B.C.A

— فريق عالية الجزائر G.S.A بالإضافة إلى فريق عين طاية و سبارتو وهران

و في سنة 1963 م انخرطت الجزائر إلى الفدرالية العالمية و أول بطولة جزائرية كانت من نصيب

O.M.S.E 1963 م و الكأس 1964 م (العزیز، 2006-2007).

#### 4- الأبعاد التربوية لكرة اليد:

نظرا لما توفره كرة اليد من مناخ تربوي سليم للممارسين من الجنسين، فقد أدرجت ضمن مناهج التربية

البدنية في جميع المراحل التعليمية، إذ أنها تعتبر منهاجا تربويا متكاملا يكسب التلاميذ من خلال درس

التربية الرياضية والنشاط الداخلي والخارجي كثيرا من المتطلبات التربوية الجيدة، حيث يرجع ذلك إلى ما

تتضمنه من مكونات هامة لها أبعادها الضرورية لتكوين الشخصية المتكاملة للتلاميذ، فهي زاخرة

بالسمات الحميدة، التي لها انعكاس مباشر على التكوين التربوي للتلاميذ، فالتعاون والعمل الجماعي

وإنكار الذات والقيادة والتبعية والمثابرة والمنافسة الشريفة واحترام القانون والابتكار ... الخ، تعد سمات

تعمل رياضة كرة اليد على تأكيدها وترسيخها في الممارسين على مختلف مستوياتهم الفنية والتعليمية،

كما تعد رياضة كرة اليد تأكيدا علميا للعلاقات الاجتماعية والإنسانية بين التلاميذ مما يكسبهم كثيرا من القيم الخلقية والتربوية القابلة للانتقال إلى البيئة التي يعيشون فيها.

وتعتبر كرة اليد مجالا خصبا لتنمية القدرات العقلية، وذلك لما تتطلبه في ممارسها من قدرة على الإلمام بقواعد اللعبة وخططها وطرق اللعب، وهذه أبعاد تتطلب قدرات عقلية متعددة مثل: الانتباه والإدراك والفهم والتركيز والذكاء والتحصيل... الخ، فحفظ الخطط و القدرة على تنفيذها بما يتضمنه ذلك من قدرة على التصرف و الابتكار في كثير من الأحيان يتطلب من الممارسين استخدام قدراتهم العقلية بفعالية وحنكة وجدية أي أنها تعتبر ممارسة حقيقية وتنشيط واقعي وفعالاً للقدرات العقلية المختلفة.

(محمد صبحي حسانين,كمال عبد الحميد اسماعيل، 2001، صفحة 14)

## 5- ميادين كرة اليد:

تمارس من حيث ميدان اللعب وعدد الممارسين ونصوص مواد القانون في شكلين أساسيين هما:

- كرة اليد للميدان " كرة اليد بأحد عشر فردا"

- كرة اليد للصالة " كرة اليد بسبعة أفراد"

**5-1- كرة اليد للميدان:** يطلق عليها اسم كرة اليد بأحد عشر فردا ، وتعتبر هذه الرياضة هي

الأصل الذي اشتق منه فكرة ممارسة كرة اليد للصالة بسبعة أفراد.

وتمارس كرة اليد للميدان على ملعب كرة القدم، مع وجود اختلافات في طريقة تخطيط المناطق الداخلية

لميدان اللعب طبقا لنصوص مواد القانون الخاص بها.

وينص قانون كرة اليد للميدان على أن المباراة تلعب بما لا يزيد على 11 لاعبا بما في ذلك حارس المرمى

هذا بالإضافة إلى اللاعبين البدلاء، كما أن المباراة تلعب من شوطين كل منهما 45د، بينما فترة الراحة 10د.

ولقد أدرجت كرة اليد للميدان ضمن برامج الألعاب الاولمبية لأول مرة في دورة برلين 1936م، وكان ذلك هو الإدراج الأول والأخير لها في هذه الدورات.

وتكاد تقتصر ممارسة كرة اليد للميدان حاليا على بعض دول أوروبا وبعض الدول الأخرى في فصلي الربيع والصيف، حيث ضعف الحماس نحو ممارستها من الشباب وقل إقبال المشاهدين على مباراياته، كما أن تنظيم مبارياتها أصبح محدودا وذلك لاعتبارات كثيرة أدت إلى تحول الممارسين من الجنسين إلى ممارسة كرة اليد للصالة. (جرجس، 1990، صفحة 30)

**5-2- كرة اليد للصالة:** إن كرة اليد بسبعة أفراد والتي تعرف حاليا باسم كرة اليد للصالة، كانت

تمارس تحت اسم كرة اليد

للملعب الصغير في الوقت الذي كانت تمارس فيه كرة اليد للميدان في وسط أوروبا.

وتمارس كرة اليد للصالة حاليا داخل ملاعب مغلقة، وذلك على المستويين الدولي والأولمبي وعلى

الملاعب المفتوحة على المستوى المحلي في بعض الدول.

وملعب كرة اليد للصالة يبلغ طوله 40 مترا، وعرضه 20 مترا، وذلك بالنسبة للمباريات الدولية،

وتلعب مبارياتها على شوطين كل منهما 30 دقيقة للرجال، و 25د للإناث بينما 10د للراحة.

وتخطط المناطق الداخلية للملعب لنصوص مواد القانون الخاص بها، كما يتكون الفريق من 12 لاعبا،

10 منهم للميدان وحارسان للمرمى، وتلعب المباراة بما لا يزيد على 7 لاعبين منهم 6 للميدان وواحد

لحراسة المرمى، وباقي اللاعبين احتياطي للتبديل على أن يكون احدهم حارس مرمى آخر.

ولقد أصبحت كرة اليد سبعة أفراد شائعة الانتشار على المستويات الإقليمية والقارية والدولية والاولمبية، وكان أول إدراج لها ضمن برنامج الألعاب الاولمبية في دورة ميونيخ عام 1972 وما زالت حتى الآن. (جرجس، 1990، صفحة 31)

## 6- خصائص لعبة كرة اليد:

تعتبر كرة اليد من أحدث الألعاب الكبيرة التي استخدمت فيها الكرة، حيث تتسم بالملاحظة المستمرة والتركيز والاستعداد الدائم، وتمتلىء بالتغيير المستمر بالأحداث الفردية والجماعية وضرورة احتكاك اللاعبين للتمتع بنشوة الفوز والرغبة في رفع مستوى الأداء والحفاظ عليه بواسطة سرعة تنقل الكرة إلى منطقة الخصم، باستخدام المهارات الأساسية كالتمرير والاستقبال، التنظيط، التصويب.

وتتميز ببعض القوانين منها:

- عدم الاحتفاظ بالكرة أكثر من ثلاث ثواني.

- عدم المشي بالكرة أكثر من ثلاث خطوات.

- عدم التكرار في تنظيط الكرة بعد مسكها.

- عدم دخول المنطقة المحرمة.

6-1- أرضية الميدان: تلعب كرة اليد على ميدان ذو أرضية مسطحة طولها 40م وعرضها 20م

محدودة بخطوط جانبية بيضاء، سمكها 5سم مقسمة إلى منطقتين متساويتين.

كل منطقة تحتوي على مرمى يبعد بـ 06 م عن المنطقة المحرمة ولا يسمح لأي لاعب مهاجم كان أو

مدافعا بالدخول إليها بالكرة أو بدونها أثناء اللعب وتليها إشارة 07 م المعروفة بمنطقة تنفيذ الرمية الحرة

ثم منطقة 09م المعروفة بمنطقة تنفيذ الأخطاء بالإضافة إلى منطقة دخول وخروج اللاعبين المحددة بـ 4.5 م من منتصف الملعب.

**6-2- المرمى:** يوضع المرمى في منتصف كل من خطي المرمى ويتكون من قائمين رأسيين بارتفاع 02 متر وباتساع 03 أمتار من الداخل وعلى بعدين متساويين من ركني الملعب بحيث يجب أن يثبت القائمان بالأرض ويتصلان من الأعلى بعارضة أفقية (يجب أن يكون الخط الخلفي للقائمين منطبقاً على الحد الخلفي لخط المرمى).

**6-3- الكرة (المادة، الحجم):** يجب أن تكون الكرة مستديرة وأن تكون مصنوعة من الجلد أو مادة صناعية مماثلة وأن لا يكون سطحها شديد اللمعان أو أملس، محيطها من 58 إلى 60سم ووزنها من 450 إلى 470غ، هذا بالنسبة للرجال، أما بالنسبة للإناث فالحيط يكون من 45 إلى 50سم ووزنها من 325 إلى 400 غ (جرجس، 1990، صفحة 03).

## 7-الأداء المهاري في كرة اليد :

**7-1-الاستقبال و التمير :** الاستقبال و التمير مهارتان متلازمتان و لا يمكن الفصل بينهما إلا لتوضيح الناحية التعليمية لكل منهما فكلتاهما تؤثر في الأخرى و تتأثر بها . و تعتبر هاتان المهارتان القاعدة الأساسية التي تبني عليها باقي المهارات الأخرى , فليس هناك تنطيط للكرة أو خداع أو تصويب إلا إذا سبقه تمرير و استقبال , كما أن الخطأ خلال ادعائهما معناه فقط حيازة الكرة و انتقال الفريق من مهاجم إلى مدافع (ابراهيم، 2004، الصفحات 93-94)

**7-1-1. استقبال الكرة :** يجب على اللاعب إتقان استقبال الكرة حتى يمكنه بالتالي سرعة التصرف بها و جعلها لعب . و كقاعدة عامة يجب على اللاعب استقبال الكرة باليدين كلما أمكن بالإضافة إلى قدرته على استقبال الكرة و بيد واحدة في بعض الحالات التي يضطر إليها . كما على اللاعب الذي

يقوم بلقف الكرة أن يتخذ مكانه بصورة تسمح بسرعة تامين الكرة و تمنع المنافس من الاشتراك فيها أو تشتيتها .

1-7-2. تمرير الكرة : هو نقل الكرة من حيازة اللاعب المستحوذ عليها طبقا لطبيعة اللعب , و الظروف التي يفرضها الموقف المتشكل , مستخدما في ذلك أي نوع من أنواع التمرير التي تحقق الهدف من استخدام التمريرة خلال استمرار سير اللعب , و دون مخالفة لقواعد اللعب ذاتها (كمال عبد الحميد, زينب فهمي، 1987، صفحة 143).

و ينقسم التمرير إلى :

أ — التمريرة الكرواجية : تعتبر هذه التمريرة من أهم التمريرات في لعبة كرة اليد و تستخدم سواء في التمرير أو التصويب على الهدف , و هناك نوعان لهذه التمريرة طبقا لطريقة الأداء هما :

— التمرير من الارتكاز : و يستخدم غالبا عند التمرير لمسافات طويلة او عند التصويب على الهدف

— التمرير من الجري : يستخدم هذا التمرير في جميع مواقف اللعب و عند التصويب , و يتميز

بالسرعة بمقارنته بالتمرير من الارتكاز (ابراهيم، 2004، الصفحات 101-103)

ب-التمريرة البندولية : ( المرجحة ) : يمكن تحقيق الأداء المؤكد للتمريرات و خاصة عند الحجز و

تغيير الأماكن عن طريق إرسال الكرة باستخدام التمريرات البندولية على مستوى الحوض و ذلك لان

جسم اللاعب المستحوذ على الكرة يكون في هذه الحالة بين كل لاعب المنافس و الكرة نفسها

ج-التمريرة الصدرية : أثبتت التمريرة الصدرية ملائمتها بصورة متزايدة كصورة التمرير و هناك

طريقتين لصور التمريرة الصدرية هما :

— باليدين : تستخدم هذه التميرة للمسافات القصيرة بسرعة توجيهها بدقة , و تؤدي عند استقبال الكرة في مستوى الصدر.

— بيد واحدة : تستخدم بسرعة التمير بمجرد الاستقبال باليدين إلى زميل ناحية الجانب و يكون الممر في حالة حركة في الأمام (ابراهيم، 2004، صفحة 107)

7-2. التصويب : إن غرض مباراة كرة اليد هو إصابة الهدف و الفريق الفائز هو الذي ينجح في إصابة مرمى الفريق الخصم بعدد أكبر من الأهداف , و لذا تعتبر مهارة التصويب الحد الفاصل بين النصر و الهزيمة بل ان المهارات الأساسية و الخطط الهجومية بألوانها المختلفة تصبح عديمة الجدوى , اذ لم تتوج في النهاية بالتصويب الناجح على الهدف . هذا بالإضافة إلى أن هذه المهارة يعشقها كل من اللاعب و المتفرج و تجذبهم أكثر من المهارات الأخرى .

و يتأثر التصويب بعدة عوامل :

— المسافة : فكلما قصرت ساعد ذلك على دقة التصويب .

— التوجيه : و يسهم رسغ اليد كثيرا في توجيه التصويب , و لذا وجب على اللاعب إجادة استخدامه

— السرعة : من حيث سرعة الإعداد المناسب لنوع التصويب حتى يمكن استغلال ثغرات الفريق الخصم

و في كرة اليد يمكن التمييز بين التصويبات ( بعيدة المدى — التصويبات القريبة — رمية الجزاء — الرمية الحرة المباشرة) .

7-2-1. التصويب البعيد : و يقصد به التصويب أمام مدافع أو في حدود خط ال 9متر أو خارجه في

حالة وجود ثغرة في دفاع المنافس . و يجب أن يتميز هذا النوع بالقوة مع دقة التوجيه لإمكان التغلب

على المدافع و حارس المرمى , كما يجب مراعاة عامل التغيير بالنسبة لاختيار مكان توجيه التصوية مما

يسهم في مفاجأة حارس المرمى , و تعتبر التصويبات العالية و خاصة في الزوايا العليا للمرمى من أفضل أماكن التوجيه بالنسبة لهذا النوع من التصويب (ابراهيم، 2004، الصفحات 106-107)

2-2-7. التصويب القريب : وهو الذي يؤدي بالقرب من دائرة الهدف , كما في حالة حيازة مهاجم الدائرة على الكرة , أو في حالة الهجوم الخاطف, و من المستحسن في هذه الحالة قيامه بالوثب أو السقوط لتخلص من المدافع . و أهم ما يتميز به هذا النوع هو حسن التوجيه و ليس قوة التصويب , و لذا و جب مراعاة موقف حارس المرمى عند توجيه التصويبة .

3-7. تنطيط الكرة : تستخدم مهارة تنطيط الكرة لكسب مسافة في حالة انفراد المهاجم بحارس المرمى حيث يراعى السرعة القصوى في تنطيط الكرة للوصول إلى دائرة الهدف للتصويب. و لأداء هذه المهارة يراعى أن تتم حركة تنطيط الكرة بيد واحدة و أساسا من رسغ اليد مع مراعاة ارتخائه و مرونته و تدفع الكرة باليد المفتوحة لتنطيطها إلى الأرض أماما مع مراعاة أن سلاميات الأصابع هي التي تقابل أعلى الكرة بعد ارتدادها من الأرض .

- نظرا لما لكرة اليد من أهمية بالغة في حياة المجتمع عامة و في المدارس خاصة اهتمت بها وزارة التربية و جعلتها ضمن الأنشطة الأساسية و أقامت لها بطولات مدرسية (أنشطة لاصفية)، كما لا يفوتنا أن هناك مميزات و خصائص للتلاميذ خلال مختلف المراحل المدرسية مما يقيم اختلاف في تعلم التلاميذ لمختلف المهارات التعليمية عامة و مهارات كرة اليد خاصة.

8- مميزات وخصائص التلاميذ خلال المراحل المدرسية:

8-1- المرحلة الابتدائية (6- 12 سنة): تنقسم إلى قسمين:

أ- الفترة من (6- 9 سنوات):

- سرعة الإستجابة للمهارات العلمية.
- كثرة الحركة مع انخفاض التركيز وقلة التوافق.
- ليس هناك هدف محدد للنشاط مع وجود فروق كثيرة بين التلاميذ.
- نمو الحركات بالإيقاع السريع.
- الاقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور والإناث.
- القدرة على أداء الحركات بصورتها المبسطة.
- بدفع خيال الطفل للحركة ويجعله لا يملها بل يساعده على اختراع ألعاب جديدة.
- يحب الطفل اللعب في جماعات صغيرة ولو أن أغلب مظاهر نشاطه تتميز بالفردية.
- يميل الطفل إلى احترام الكبار، ويهمه تقديرهم أكثر من تقدير رفقاءه مع أنه يحتاج إلى الشعور بأنه مقبول من الجماعة التي هو فيها.
- الميل إلى ممارسة بعض ألعاب الكبار، مثل كرة القدم، كرة السلة، ولو أن الميل إلى اللعب الجماعي ضعيف.

- القدرة على التركيز والانتباه لا تزال ضعيفة والطفل لا يستطيع تركيز انتباهه لمدة طويلة. (معوض،

1963، صفحة 141)

ب- الفترة الممتدة من (9- 12 سنة):

- قيادة البطولة ومحاوله تقليد الأبطال.

- يزداد التوافق العضلي.

- تقوي روح الجماعة وتزداد الرغبة في المنافسة بين الجماعات ويشد التنافس.

- نشاط الأطفال في هذا السن كبير وزائد.

- الأطفال كثيروا الملل ولا يثابرون على عمل إلا إذا كانوا يميلون إليه.

- ينمو الإعتماد على النفس والرغبة في الاستقلال، كما يزداد الميل إلى المغامرة.

- تظهر الفروق الفردية بين الأفراد من الجنس الواحد بصورة جلية في الحجم والقدرات والميول

والرغبات.

- من المشاكل التي تواجه الأطفال في هذه المرحلة التكيف الاجتماعي والتوفيق بين رغبات وميول

وقدرات الطفل ومطالب المجتمع.

- الأطفال في هذا السن قابلون للإيحاء.

- في نهاية المرحلة يبدأ الاختلاف بين البنين والبنات خاصة في سن 12 سنة.

- يؤثر الأطفال بعضهم على بعض تأثيرا واضحا، ولذلك كان من الواجب تكوين الجماعات المتجانسة

وتنظيم الفرق الرياضية.

- في نهاية هذه المرحلة يذكر ما بين أن الطفل يستطيع تثبيت الكثير من المهارات الحركية الأساسية كالمشي والوثب والقفز والرمي.

- في نهاية المرحلة أيضا يميل الطفل إلى تعلم المهارات الحركية ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي نسبيا بين البدن والعينين وكذلك الإحساس بالإتزان.

عموما فإن المرحلة الابتدائية، تعتبر مرحلة بنائية أي أن التمرينات المقترحة يجب أن تهدف إلى اكتساب اللياقة البدنية وفي نهاية المرحلة فإن فترة ( 9 - 12 سنة) تعتبر الفترة التي لا تماثلها مرحلة نسبية أخرى للتخصص الرياضي المبكر وهذا بإقحام الطفل في النشاط الرياضي الذي يكون أكثر مناسب له.  
(بسيوني، 1986، صفحة 141)

#### 8-2- المرحلة المتوسطة (12- 15 سنة):

تسمى مرحلة المراهقة وهي التي تتأثر فيها حياة الناشئ بعوامل فيزيولوجية تختلف مميزات مرحلة المراهقة باختلاف الأجناس، وبيئاتهم كما يتأثر بعوامل كثيرة منها:

- الوراثة والمناخ وطبيعة الغدد النفسية.

من مميزات التلاميذ في هذه المرحلة مايلي:

تصل البنات إلى المراهقة قبل البنين عادة، وتتميز هذه المرحلة بتغيرات عقلية وأخرى جسمانية لها أثرها وأهميتها في تربية النشأ، فهي تتميز بالنمو السريع غير المنظم، وقلة التوافق العضلي العصبي، ونقل الحركات وعدم اتزانها ويقل كذلك عنصر الرشاقة لدى التلاميذ وتظهر عليهم علامات التعب بسرعة.  
(بسيوني، 1986، صفحة 141)

- عدم الدقة في الحركة.

- الحاجة إلى البحث عن الحقيقة وكذلك المعرفة.

- البحث عن صورته في المجتمع.

- حيرة المراهق لعلاقاته مع الآخرين أو التوقع حول نفسه.

- البحث عن الحوار مع الكبار والمجموعة التي تعتبر ركيزة أساسية لإبراز نفسه.

- تجاوز المصالح العائلية والمدرسية والتفتح على الحياة الاجتماعية.

- ظهور النضج الجنسي ويقظة العواطف يجعل التلميذ سريع التأثر والانفعال.

- تكون القدرة على العمل المتزن ضئيلة، لأن نمو العظام في الطول والسمك والكثافة بغير النظام

الميكانيكي للجسم كله. (بسيوني، 1986، صفحة 141)

تعتبر المرحلة المتوسطة أحسن مرحلة فيما يخص الاعتناء باعتدال القامة وتقوية العضلات الجذع، خاصة

عند ممارسة العدو، ولكن ليس لمسافات طويلة، كذلك في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم وكرة

السلة، الطفل يميل إلى العمل من أجل الفريق ويتعد عن الأنانية والفردية وهو ما يسمح بتشكيل فرق في

مختلف النشاطات حسب اختصاصات وقدرات التلاميذ وعامل المنافسة هنا أهميته تبقى غير بارزة.

(معوض، 1963، صفحة 62)

3-8- المرحلة الثانوية (15-18 سنة): تتميز هذه المرحلة بمايلي:

- يستعيد الفتى والفتاة تناسق الجسم.

- يزداد نمو عضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة الأكبر من نمو العظام حتى يستعيد التلميذ إترانه

الجسمي.

- يكون الفتيان أطول من الفتيات.

- تعتبر هذه المرحلة دورة جديدة من النمو الحركي حيث يستطيع فيها الفتى والفتاة بسرعة اكتساب

وتعلم مختلف الحركات إتقانها.

- تساهم عملية التدريب المنظمة في الدخول إلى المستويات الرياضية العالية.

- تلعب عملية التركيز العالية والإرادة القوية دورا هاما في نجاح التعليم والتدريب .

- بإمكان الفتى أن يصل إلى مستويات الرياضة في بعض الأنشطة كالسباحة وألعاب القوى.

- زيادة الميل لإكتشاف البيئة والمغامرة والتجوال.

- القدرة على الميل إلى الحفلات الجماعية والألعاب المشتركة خاصة الذي يشترك فيها الجنسان والحاجة

إلى اللعب والراحة والاسترخاء. (بسيوني، 1986، الصفحات 147,148)

يمكننا القول أن هذه المرحلة هي فترة جيدة وحساسة جدا للطفل وذلك من أجل الوصول إلى النتائج

العالية أو الأغراض الموجودة ولن يتأتى ذلك إلا عن طريق التدريب المنتظم مروراً بالمنافسات التي تعتبر

الحافز القوي من أجل الوصول إلى المستويات العالية.

## 9- خصائص التلميذ الممارس لكرة اليد:

تتطلب كل رياضة سواء كانت جماعية أو فردية ممن يمارسها أن يمتاز بخصائص تتناسب مع طبيعة اللعب

فيها، حيث تساهم هذه الخصائص في تفعيل الأداء والنتائج وكغيرها من الرياضات يمتاز ممارستها

بخصائص منها:

**9-1-1- الخصائص المرفولوجية :** للخصائص المرفولوجية دور هام جدا تتوقف عليه الكثير من نتائج الفرق خاصة عند فرق المستوى العالي، حيث أصبح الاهتمام أكثر بالتلاميذ ذوي القامات الطويلة، وكرة اليد من الرياضات التي تهتم بطول التلميذ ووزنه، حيث يتميز ببنية قوية وطول القامة، وكذلك طول الأطراف وخاصة الذراعين واليد الواسعة وسلاميات الأصابع الطويلة نسبيا التي تتناسب مع طبيعة كرة اليد.

**9-1-1- النمط الجسماني:** إن أنسب الأنماط الجسمانية لكرة اليد هو النمط العضلي ولكن هذا لا يكفي بل يجب أن يتميز بطول الأطراف خاصة الذراعين مع كبر كف اليد وطول سلاميات الأصابع لأن هذا يخدم السيطرة على الكرة مع قوة التصويب (جرجس، 1990، صفحة 334).

كرة اليد تعتمد على نسبة معتبرة من القوة التي توفرها العضلات، فإن النمط العضلي هو الأنسب لمثل هذا النوع من الرياضات (الحميد، 1997، صفحة 25).

**9-2- الخصائص البدنية:** بما أن كرة اليد تتطلب أن يكون التلميذ ذو لياقة بدنية عالية فإن الصفات البدنية الأساسية التي عليه أن يتميز بها، يجب أن تكون في مستوى الأداء الجيد. إن كرة اليد الحديثة تتميز بالسرعة في اللعب والمهارة في الأداء الفني والخططي، والقاعدة الأساسية لبلوغ التلميذ للمميزات التي تؤهله لذلك هي تنمية الصفات البدنية (كمال عبد الحميد، زينب فهمي، 1987، الصفحات 59-156).

وتتمثل الصفات البدنية الأساسية للتلميذ التي يزاوّل نشاط كرة اليد في:

- **السرعة:** ولها عدة أنواع: السرعة الانتقالية، السرعة الحركية، سرعة رد الفعل.
- **المداومة (الحمل):** ومن أشكالها: مداومة قصيرة المدى، ومتوسطة المدى، مداومة طويلة المدى.

● القوة: ومن أنواعها: القوة السريعة، القوة القصوى، وقوة التحمل.

● المرونة: تعتبر إحدى القدرات الهائلة للأداء الحركي، وهي قدرة تعني في مفهومها العام أداء الحركات

على أقصى مدى لها (محمد صبحي حسانين، كمال عبد الحميد اسماعيل، 2001، صفحة 220).

### 9-3- الخصائص الفسيولوجية: وتتمثل في:

- تكيف مختلف أجهزة الجسم وقدرتها على مقاومة التعب.

- قدرة التلميذ على إصدار الإشارات العصبية المناسبة لنوع الانقباض العضلي المطلوب للأداء.

- تنوع نظم إنتاج الطاقة للجسم ما بين الطاقة اللاهوائية عند أداء الحركات السريعة القوية والطاقة

الهوائية عند أداء الحركات المستمرة لفترة طويلة.

- للتلميذ القدرة على إيجاد مصادر للطاقة تسمح له بالمحافظة على قدرته خلال المقابلة وذلك بتأخير

ظهور أعراض التعب.

- نمو وتطور الجهازين التنفسي والدوري الدموي.

### 9-4- الخصائص الحركية: تلعب الصفات الحركية دورا هاما وفعالا في الأداء الحركي السليم وتتمثل

في:

● التوازن: يرتبط بسلامة الجهازين العصبي والعضلي وبجهاز التوازن خلف الأذن وهو ضروري للأداء

في كل الحركات والقفزات

● الرشاقة: وهي مركبة من صفات السرعة والقوة والتوازن والمرونة، ويكمن دورها في التحكم بالكرة.

● التنسيق (التوافق): يعني قدرة التلميذ على إدماج أنواع من الحركات في وقت واحد يتسم بالانسيابية

وحسن الأداء (كمال درويش و آخرون، 1998، صفحة 156).

9-5- الخصاص النفسية: يتميز التلميذ ذو المستوى العالي بثلاث صفات نفسية هامة هي:

9-5-1- المواجهة والمثابرة للانتصار: يتميز التلميذ بحب المواجهة و أخذ المسؤولية و إعطاء ما يملك

من إمكانيات لتحقيق الانتصار والفوز على الخصم (جرجس، 1990، صفحة 337).

9-5-2- التحكم في كل انفعالاته: نظرا لخاصية لعبة كرة اليد التي تتميز بالاحتكاك بين التلاميذ، فإن

ذلك يفرض على التلميذ التحكم في انفعالاته لأن ذلك يجعله أكثر حضورا ذهني وبدني في المقابلة

وكذلك التركيز لتحقيق الهدف الجماعي وهو الفوز.

9-5-3: الدافعية: حب الانتصار والفوز يجعل التلميذ أكثر دافعية وتحفز (bayer, 1995, p.

20).

ولقد أثبتت الشواهد والبحوث المتعددة أن التلاميذ اللذين يفتقدون للسمات الخلقية والإرادية يظهرون

بمستوى يقل عن مستوى قدراتهم الحقيقية، كما يسجلون نتائج أقل من المستوى في النواحي البدنية

والمهارية وكذلك الخطئية (جرجس، 1990، صفحة 337).

خلاصة:

يمكن القول أن كرة اليد التي مرت بتحويلات عدة من نشأتها إلى الآن وهذا من اجل تحسينها وتطويرها

كعبة رياضية مقننة، فكل المراحل التي مرت بها ساعدتها على فرض مكانتها ضمن ح ضرورة الرياضات

وأخذت مكانة مرموقة بينها.

كما أن شعبيتها تجعلها محل دراسة للعديد من الباحثين ومحل اهتمام العديد من البلدان لتبنيها ضمن

مجالاتها الرياضية بما فيها المجالات التربوية في المدارس لتهيئة التلاميذ الممارسين لها و رسم المستقبل الواعد

لهم فالمدرسة هي أهم مكان للتعلم و من خلالها تتطور العلوم و يظهر الابداع ، وفي قوانينها وخصوصية

لعها المعروف بالجري وسرعة التنقل حيث أصبحت منتشرة في أغلبية بلدان العالم، ولاقت إقبالا

جماهيريا كثيرا عليها، كما أنها أخذت مكان أولي من حيث التتويجات والاهتمام .

## الفصل الثالث:

# الرياضة المدرسية و الأنشطة اللاصفية

تمهيد

- 1 - مفهوم الرياضة المدرسية و أهدافها في الجزائر
- 2 - النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي
- 3 - النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
- 4 - أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
- 5 - أغراض النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
- 6 - أسس إعداد و تنظيم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي
- 7 - الفرق الرياضية المدرسية.
- 8 - طرائق اختيار الفرق الرياضية المدرسية.
- 9 - العملية التدريبية للفرق الرياضية المدرسية
- 10 - اشتراك الفرق المدرسية في الأنشطة اللاصفية.
- 11 - معوقات النشاط الرياضي اللاصفي

خلاصة

## تمهيد:

يمثل النشاط المدرسي الجانب الأهم في العملية التربوية ، إذ يهتم بكثير من الجوانب النظرية والعملية للطلاب في مختلف مراحل نموهم ، فالنشاط الصفّي واللاصفّي جزء أساسي من منهج التربية الحديثة يصحبه في التنفيذ فيوجه مفاهيمه ، ويثبت معلوماته ، ويبرز أهميته ، ويؤكد فاعليته من خلال الممارسة.(غالبا،1998،ص96).

والأنشطة المدرسية اللاصفية تسهم بقدر كبير في تنمية شخصيات التلاميذ وتربيتهم خلقياً واجتماعياً ونفسياً وجسماً وعقلياً، مما يعدهم لمواقف الحياة المستقبلية، ولها أثر كبير قد يفوق التعليم في غرفة الصف ، كما أن لها أهمية كبيرة في تحقيق أهداف التعلم وتحقيق المدرسة لوظائفها المتعددة، كما تسهم في تحقيق الاتصال والتواصل بين المتعلم وبيئته ، وهي الأساس الذي تعتمد عليه تربيته من جميع النواحي بما في ذلك المجال الرياضي، فعليها يعتمد كل النشاط الذي يقوم به المتعلم خارج الصف.

كما أن الرياضة المدرسية في أي بلد من العالم تعتبر المحرك الرئيسي لمعرفة مدى تقدم في الميدان الرياضي ولعلها من أهم الدعائم للحركة الرياضية، وهذه الرياضة المدرسية تتجه أساساً نحو تلاميذ المدارس والثانويات حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للتلميذ على الطريق الذي يمكنه من أن يصبح رياضياً بارزاً قد يساهم في بناء المنتخبات المدرسية الوطنية ويمثل بلاده في المحافل الدولية والقارية والعربية ولا يتحقق هذا إلا عن طريق الأنشطة اللاصفية التي تعتبر عاملاً هاماً وضرورياً لكل نشاط رياضي ، حيث لا يمكن للرياضة أن تعيش بدون أنشطة لاصفية إذ أن عملية التدريب الرياضي لا تكتسب أي أهمية بمفردها بل تكتسب معناها من خلال ارتباطها بإعداد الفرد لكي يحقق أحسن ما يمكن من مستوى في الأنشطة اللاصفية ، ومن أجل النمو بمستوى التلميذ وإعطاء أحسن نتيجة يجب أن تكون عملية

التدريب بمنهجية علمية أي مراعاة جميع الجوانب، الجانب البدني والجانب النفسي، كما أن هذا الأخير نجده عنصر هام وفعالاً في إنجاح النشاط اللاصفي وإعطائه صورة حسنة .

## 1- مفهوم الرياضة المدرسية وأهدافها في الجزائر:

سوف نتطرق إلى إجراء مقارنة بسيطة بين التربية البدنية والرياضة المدرسية حتى نضع كل واحدة في معناها المناسب ، ثم نوضح مفهوم وأهداف الرياضة المدرسية في الجزائر إلى جانب ذلك مميزات التلاميذ خلال كل المراحل المدرسية.

### 1-1- المقارنة بين التربية البدنية والرياضية المدرسية:

إن الرياضة المدرسية تعتبر حديثة النشأة في العالم عموماً أو في الجزائر خصوصاً حيث أنها لم تظهر سوى في أواخر هذا القرن وهي تختلف عن التربية البدنية من حيث المضمون والأهداف التي تسعى إليها كل واحدة وهذا الاختلاف ليس تعارضاً وإنما هو تكامل بين المفهومين وفيما يلي نعرف كلا المصطلحين:

يعرف شارل: "التربية البدنية أنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط المستخدم بواسطة الجهاز الحركي لجسم والذي ينتج عنه اكتساب بعض السلوكيات التي تنمي فيها بعض قدراته."

أما بيوتشر فيري: "إن التربية البدنية هي ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة حيث يكون الهدف هو تكوين مواطن متكامل من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ممارسة مختلف النشاطات البدنية واختياره لتحقيق غرضه. (عمراني 1996، 11,12)

أما بالنسبة للرياضة المدرسية فلا يوجد هناك تعريف واضح فهناك تضارب لتعريف هذه الأخيرة فمنهم من يرى أنها مادة تعليمية أو حصة تدريجية رياضية .

## 1-2- مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر:

إن الرياضة المدرسية في الجزائر هي إحدى الركائز الأساسية التي يعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات. وتسهر على تنظيمها وإنجاحها كل من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، مع وضع في الحسبان أن ذلك يتم بالتنسيق مع الرابطة الولائية للرياضة المدرسية في القطاع المدرسي ولتغطية بعض النقائص ظهرت الجمعيات الخاصة بالرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية وهذا للحرص والمراقبة على النشاطات وإعادة الاعتبار للرياضة المدرسية. (Samir B, , M tazi 8 avril 1997, 19)

إن الرياضة المدرسية في المنظومة التربوية مكانة هامة وبعد تربوي معترف به، وتسعى كل من وزارتي التربية الوطنية والشبيبة الرياضية إلى ترفيه كل المستويات، وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الممارسة الرياضية والأنشطة اللاصفية في أوساط التلاميذ.

إن هذه العملية يمكنها أن تساهم بقسط وافر في تحقيق هذه الغاية، وهذا المطلوب من كل المسؤولين المعنيين في اتخاذ الإجراءات اللازمة التي من أجلها يمكن تجسيد الأهداف المتوخاة من هذه العملية المشتركة مبدئياً، ومما أعطى نفساً جديداً للممارسة الرياضية في الأوساط المدرسية وهو ما قرره وزارة التربية الوطنية في نقالها حول إجبارية ممارسة الرياضة في المدرسية، حسب التعليم رقم 09-95 بتاريخ: 25 فيفري 1995 من خلال المادتين 5 و 6 وهو ما أكدته وزارة التربية في جريدة الخبر تحت عنوان إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية. (S. M. 21 juin 2000, 31)

قررت وزارة التربية الوطنية جعل ممارسة التربية البدنية والرياضية إجبارية لكل التلاميذ، مع إعفاء كل الذين يعانون من المشاكل الصحية، وجاء هذا القرار بعد التوقيع على اتفاقية مشتركة بين كل من وزارتي التربية الوطنية والشباب والرياضة مع وزارة الصحة والسكان بشأن ممارسة التربية البدنية في

الوسط المدرسي في 25 أكتوبر 1997، ويهدف هذا القرار إلى ترفيه الممارسة الرياضية في المدارس كما وجهت الوزارة تعليمة تتضمن كيفية الإعفاء من ممارسة التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي تحت فيها المعنيين الإداريين والمربين على تطبيق مضمون القرار الوزاري المشترك بين الوزارات الثلاثة.

ونص القرار على استفادة الأطفال الذين لا يستطيعون ممارسة بعض الأنشطة البدنية والرياضية من الإعفاء، حيث يتم الإعفاء بتسليم طبيب الصحة المدرسية شهادة طبية بعد إجراء فحص طبي للتلاميذ ودراسة ملفهم الصحي المعد من طرف طبيب أخصائي. (الخبر 26 نوفمبر 1996، 04)

### 1-3- أهداف الرياضة المدرسية في الجزائر:

إن ممارسة الرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية الجزائرية لها أهداف أساسية منها نمو جسمي نفسي حركي، إجتماعي وكما لا يخفي ذكر الهدف الاقتصادي، وهذا برفع المردود الصحي للطفل ثقافية التي تسمح للفرد من معرفة ذاته مع تطوير كل من حب النظام روح التعاون، روح المسؤولية تهذيب السلوك، تنمية صفات الشجاعة والطاعة واتخاذ القرارات الجماعية بالإضافة إلى التوافق الحسي الحركي العصبي والعضلي وبهذا يمكننا القول أن ممارسة التربية البدنية تساهم في إعداد رجل الغد من كل الجوانب.

فالميزانية المخصصة من طرف الدولة للرياضة المدرسية لا تعتبر فقط استثمار في صالح الجانب المادي، كتحقيق النتائج وإنما هو استثمار أيضا في صالح الجانب المعنوي للفرد وبالتالي إصلاح الفرد يعني بالضرورة إصلاح المجتمع. (لكحل حبيب الله و آخرون بلا تاريخ، 46)

## 2-النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي :

هو النشاط الذي يقوم خارج أوقات الدروس داخل الثانوية والغرض منه هو إتاحة الفرصة لكل تلميذ

لممارسة النشاط المحبب إليه ويتم عادة في أوقات الراحة الطويلة

والقصيرة في اليوم الدراسي وينظم طبقا للخطة التي يضعها المدرس سواء كانت مباريات بين الأقسام

ظاو عروض فردية أو أنشطة تنظيمية .

ويعرف النشاط الرياضي الداخلي كذلك بأنه:

البرنامج الذي تديره المدرسة خارج الجدول المدرسي أي النشاط اللاصفي وهو في الغالب نشاط

اختياري وليس كدرس التربية الرياضية ولكنه يتيح الفرصة لكل تلميذ أن يشترك في نوع أو أكثر من

النشاط الرياضي .

وإقبال التلاميذ على هذا النشاط أكبر دليل على نجاح البرامج إلا إذا شمل النشاط أكثر عدد من التلاميذ

ويعتبر هذا النشاط مكملا للبرنامج المدرسي ويعتبر حقلا لممارسة النشاط الحركي خصوصا تلك

الحركات التي يتعلمها التلميذ في درس التربية الرياضية .

وعلى ضوء ما تقدم فإن النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي هو تلك المسابقات الداخلية في الثانوية والتي

تجري بين الأقسام ويشمل الرياضات الجماعية والرياضات الفردية كما أن النشاط الداخلي هو كذلك

تمهيد لنشاط أهم وأساسي وهو النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي .

## 3-النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي :

هو ذلك النشاط الذي يجري في صورة منافسات رسمية بين فرق المدرسة والمدارس الأخرى وللنشاط

الخارجي أهمية بالغة لوقوعه في قمة البرنامج الرياضي المدرسي العام الذي يبدأ من الدرس اليومي ثم

النشاط الداخلي لينتهي بالنشاط الخارجي حيث يصب فيه خلاصة الجهد والمواهب الرياضية في مختلف الألعاب لتمثيل المدرسة في المباريات الرسمية كما يسهل من خلاله اختيار لاعبي منتخب المدارس لمختلف المنافسات الإقليمية والدولية.

كما يمكن إعطاء مفهوم للنشاط الخارجي بأنه :نشاطات الفرق المدرسية الرسمية كما هو معروف أن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الألعاب الفردية أو الألعاب الجماعية وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة وعنوان تقدمها في مجال التربية البدنية والرياضية وفي هذه الفرق يوجد أحسن العناصر التي تفرزها دروس التربية البدنية والنشاط الداخلي.

#### 4-أهمية النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

وعن أهمية هذا النشاط الخارجي يرى الدكتور هاشم الخطيب أن:  
النشاط الرياضي الخارجي ناحية أساسية مهمة في منهاج التربية البدنية والرياضية ودعامة قوية ترتكز عليها الحركة الرياضية في المدرسة بالإضافة إلى ذلك فإنه يكمل النشاط الذي يزاول في الدروس المنهجية .

إن النشاط الخارجي هو تلك الممارسة التنافسية في الوسط المدرسي أو هو نشاطات الفرق المدرسية، هذه الفرق الرياضية التي تحتاج إلى إعداد خاص قبل الاشتراك في المنافسة وهذا من حيث الاختيار وانتقاء الطلاب الرياضيين وتشكيل الفرق الرياضية المدرسية في بداية الموسم الدراسي وكذلك فيما يخص تدريب وإعداد هذه الفرق حيث نصت المادة السابعة من التعليمية الوزارية المشتركة رقم 15 تنه تتكون الممارسة التنافسية التربوية من تدريبات رياضية متخصصة وتحضيرية للمنافسة فهي تستهدف المشاركة في التعبئة والإدماج الاجتماعي للشباب في شكل منافسة سلمية، تشغيل الجهاز الوطني لفرز وانتقاء الشباب ذوي المواهب الرياضية خاصة في أوساط التربية والتكوين .

## 5-أغراض النشاط الرياضي واللاصفي الخارجي:

إن الهدف العام والأصلي للنشاط الخارجي هو نفس الهدف العام لكل عملية تربوية وهو تنمية الفرد تنمية سليمة متكاملة أما الأغراض القريبة فيمكن إنجازها في ما يلي:

- الارتفاع بمستوى الأداء الرياضي: إن المباريات الرياضية ما هي إلا المنافسات بين أفراد أو فرق تحاول كل منها التفوق على الأخرى في ميدان كل مقوماته الأداء الرياضي الفردي والجماعي ولذلك يتم الاستعداد لمقاومة المنافس بالإعداد والتدريب المنظم الصحيح ووضع عال للمستويات المهارية وبذلك يرتفع مستوى الأداء الرياضي ويزيد التمتع بالناحية الفنية الجمالية لهذا الفن وقد يكون هذا المستوى موضوعا يمكن قياسه كما في القفز العالي والطويل ويكون اعتباريا نسبيا كما في الألعاب الجماعية .
- تنمية النضج الانفعالي: إن معرفة الفرد أو الفرق لنواحي قوته ونواحي ضعفه هي ظاول خطوة في سبيل النقد الذاتي وعلامة من علامات النضج الانفعالي كما يعتبر التحكم في النفس أثناء اللعب وتقبل النتائج مهما كانت بهدوء وعدم الانفعال وخاصة عندما يرتكب أحد التلاميذ خطأ ضد آخر أو حينما يحاسب التلميذ على خطأ يعتقد أنه لم يرتكبه ويعتبر هذا علامة من علامات النضج الانفعالي .
- الاعتماد على النفس: إن ممارسة الاعتماد على النفس وكذلك الصفات الخلقية الأخرى كتحمل المسؤولية وقوة الإرادة وعدم اليأس والإحراز على النصر وإنكار الذات كل هذه ميوات وصفات واجب حضورها وتوفرها أثناء الاندماج في المقابلات الرياضية المدرسية .
- حسن قضاء وقت الفراغ: إن أكبر مشاكل العصر الحديث كثرة وازياد وقت الفراغ وإن قياس مدى تقدم الدول حديثا موهون بمدى معرفة أبنائهم لكيفية قضاء أوقات فراغهم والتنافس الرياضي يعتبر من أنجح الوسائل لقضاء وقت الفراغ.

• تعلم قوانين الألعاب وتكنيك اللعب: هذا غرض عقلي اجتماعي، فتفهم القوانين نصا وروحا ثم دراسة التكنيك سواء كان فرديا أو جماعيا يتطلب مقدرة عقلية وفكرية معينة أما التطبيق العملي لهذا التكنيك مع الالتزام بما تفرضه القوانين والقواعد يعتبر ممارسة اجتماعية على احترام القوانين واللوائح والقواعد والعمل في حدودها وعدم الخروج من إطارها العام.

• اكتساب الصحة البدنية والعقلية والنفسية والحفاظة عليها وتنميتها: لقد أمست الصحة وقفا على حلول الجسم من الأمراض بل هذه قاعدة أساسية للصحة فقط أما التعريف العام فيشمل صحة الجسم والعقل مع النضج الانفعالي والمقدرة على التكيف الاجتماعي. وتتطلب المباريات الرياضية لأن يعمل الفرد بكل قواه الجسمية والعقلية والوجدانية في تكامل وتناسق يؤدي إلى توازن الشخصية. والمباريات الرياضية بما فيها من انطلاق وتعبير عن النفس تعتبر مجال الإفصاح عن المشاعر والعواطف كما أنها في كثير من الأحيان تكون صمام الأمان لشخصية الفرد من الانهيار. فاشترك الفرد مع فريق مدرسته يمثل في حد ذاته الاعتراف بذاتيته وامتيازه .

• التدريب على القيادة: من المعلوم أن لكل مجموعة قائد ولكل فريق رئيس وتنص قوانين أغلب الرياضات الجماعية أن رئيس الفريق هو الممثل الرسمي للفريق وهذه مسؤولية قيادته وتوفر مباريات النشاط الخارجي مواقف عديدة للممارسة اختصاصات هذا المركز القيادي بما يفه من مسؤوليات وسلطات وفي هذا تدريب على القيادة.

## 6-أسس إعداد وتنظيم النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

يكمل مفهوم النشاط الخارجي سائر أجزاء البرنامج من حيث الوجبات التربوية وفي بعض دول العالم يوجد تنظيم متقدم للغاية لإدارة هذا اللون من النشاط بين المدارس وفي أغلب هذه الدول توجد اتحادات رياضية متخصصة في إدارة هذا النشاط المدرسي. ولكي تتيح فرص النجاح للنشاط الخارجي يرى

الدكتور محمد الحماحمي في كتابه أسس برامج التربية الرياضية ص 190 أن من أهم هذه الأسس التي

يجب على المدرس مراعاتها ما يلي مراعاة المرحلة السنوية للطلاب عند اختيار الفرق الرياضية حيث أن كل نشاط يتطلب خصائص بدنية وقدرات خاصة.

مراعاة اختيار أعضاء الفرق الرياضية من ذوي الأخلاق الحميدة والمستوى المناسب في الأداء، الاهتمام بتحديد فترات لتدريب أعضاء الفرق الرياضية وبحيث لا يعوقهم التدريب عن التحصيل الدراسي، الاهتمام بتوفير الإمكانيات اللازمة لنجاح النشاط، العمل على تكوين فرق رياضية في عدة نشاطات متنوعة وعدم الاقتصار على نوع واحد أو نوعين من النشاط، الاهتمام بضرورة احترام أعضاء الفرق الرياضية للقانون وللروح الرياضية وللقيم التربوية، تخصيص جوائز للفائزين ولأحسن فريق مهزوم ولأحسن تلميذ في الأخلاق .

وفي هذا السياق يرى الدكتور عباس صالح أنه يجب أن يكون تناسق بين البرامج الصفية والبرامج اللاصفية أي يجب أن يتدرب التلاميذ على ما تعلموه من الدرس حيث أن النشاط اللاصفي يهدف إلى عنصرين أساسيين:

أ- تنمية الصفات الأساسية عند تلاميذ مثل القوة العضلية والسرعة والمطاولة والرشاقة والمرونة وهي صفات يمكن تنميتها والتقدم بها في النشاطات اللاصفية حيث لا يسعنا الدرس الرئيسي في المدرسة إلى تنميتها .

ب- ترقية المهارات الرياضية والنشاطات اللاصفية مجال كبير لترقية المهارات الرياضية والسيطرة عليها حيث يوجد متسع من الوقت لذلك وعلى ذلك يمكن تحديد الأسس الرئيسية للنشاطات الصفية فيما يلي:

أن تكون مرتبطة بنشاطات درس التربية البدنية والرياضية وتتبع خطة متقنة على مدار السنة، أن تهدف إلى تنمية الصفات البدنية الأساسية والتي نوهنا عنها، أن تهدف إلى ترقية المهارات والألعاب الرياضية الموجودة في الخطة، أن تحضى بإمكانات تتلائم مع حجم النشاط من ملاعب ومدربين مؤهلين، أن تحقق أدنى طموحات التلاميذ وأن تحقق أهداف الرياضة المدرسية .

## 7- الفرق الرياضية المدرسية:

لغرض إنشاء وإعداد الفرق الرياضية المدرسية أنه: كل مؤسسة تربوية يجب أن تنشئ جمعية رياضية . ويرى السيد ديبشي رشيد المدير التقني الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية أن الجمعية الرياضية تتكفل بإعداد الطلاب الرياضيين وكذلك الفرق للمنافسات التربوية الأخرى.

ويضيف قوله بأنه لا يوجد أي خطة رسمية أو مناشير من كيفية الانتقاء والتدريبات، والاتحادية بالتنسيق مع الوزارة المعنية تسعى جاهدة لإنشاء هذه الخطة.

وأن مهمة انتقاء وتشكيل وإعداد الفرق الرياضية المدرسية في الوقت الراهن توكل إلى الجمعية الرياضية وهذا حسب ظروفها الخاصة حيث تضع البرنامج التدريبي الخاص بها وفقا للملاعب والقاعات والأجهزة والعتاد المتوفر لديها.

ولهذا أقرت النصوص إجبارية إنشاء الجمعيات الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية حيث نصت المادة 5 أنه يتم إنشاء الجمعية الثقافية والرياضية المدرسية بالضرورة على مستوى كل مؤسسة تعليمية في قطاع التربية الوطنية .

إن الانضمام إلى الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية هو العملية التي تسمح للجمعيات الرياضية بالتسجيل في الهيئات الرياضية المدرسية للنشاط في الرياضات المبرجة لدى الاتحادية وعلى ضوء القانون

العام للاتحادية نتعرف على كيفية الانضمام إلى الاتحادية. فالجمعية التي تنشأ على مستوى الثانوية تكون ملف اعتماد وتضعه لدى الرابطة الولائية للرياضة المدرسية الموجودة على مستوى كل ولاية ويتكون ملف الاعتماد من: طلب الانضمام، قائمة اللجنة المديرة بأسماء وعناوين ومناصب الأعضاء، ثلاث نسخ من اعتماد الجمعية ومحضر الجمعية العامة، الاشتراكات السنوية، واللجنة المديرة هي المسؤولة أمام الرابطة والاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، والرابطة الولائية للرياضة المدرسية ترد على طلب انضمام أي جمعية في 15 يوما التي تلي.

والاتحادية تحدد كل موسم مصاريف الانضمام، البطاقات، التأمينات. تصب هذه النفقات إلى الرابطة. ويؤكد السيد ديبشي رشيد: المدير التقني الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية أن السبيل الوحيد لنشاط الجمعية الثقافية الرياضية هو الانضمام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية حتى تتمكن من الاشتراك في المنافسات الرياضية المبرمجة من طرف الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية.

ونظرا لشساعة القطر وللتخفيف على الاتحادية من جهة وعلى الجمعيات الرياضية من جهة ثانية تتم إنشاء رابطة للرياضة المدرسية على مستوى كل ولاية من ولايات الوطن. وتعتبر الرابطة الولائية للرياضة المدرسية بمثابة حلقة وصل بين الجمعيات الرياضية على مستوى المؤسسات التربوية والاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية في الجزائر العاصمة.

## 8-طرائق اختيار الفرق الرياضية المدرسية:

في القطر الجزائري وحسب المسؤول الأول والمباشر السيد رشيد ديبشي المدير الوطني للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية أن مهمة اختيار الفرق توكل إلى الجمعية الرياضية على مستوى كل مؤسسة تربوية ومن بين أعضاء هذه الجمعية أساتذة التربية البدنية والرياضية في الثانوية الذين تسند إليهم مهمة اختيار

الفرق الرياضية وتشكيلها. وفي الغالب يقع الاختيار على التلاميذ الرياضيين المتفوقين في دروس التربية البدنية والرياضية المنهجية المقررة والإجبارية.

ويرى الدكتور قاسم المندلاوي وآخرون أن طريقة انتقاء واختيار الفرق الرياضية المدرسية تكون كما يلي: يقوم مدرس التربية الرياضية باختيار أعضاء الفرق من الطلاب ذوي الاستعدادات الخاصة وكذلك الممتازين منهم من قدامى اللاعبين والمستجدين بالمدرسة وذلك من واقع الأنشطة الرياضية المختلفة، دروس التربية البدنية والرياضية والنشاط الداخلي، يتم تنفيذ ما سبق بإعلان عن موعد تصفية الراغبين للانضمام لكل فريق ثم يقوم بإجراء بعض الاختبارات لقياس مستوى اللاعبين وقدراتهم، تسجيل أسماء المختارين من التلاميذ في سجل خاص بكل فريق وينجز لكل طالب استمارة أحوال شخصية ومستواه ومدى استعداده ومواظبته، وبعد الانتهاء من اختيار الفرق الرياضية المدرسية وقبل الشروع في العملية التدريسية يجب على كل طالب إحضار رسالة من ولي أمره بالموافقة على الاشتراك في الفريق الرياضي للمدرسة. بعد هذه الخطوة يتقدم الطالب للكشف الطبي لإثبات لياقته الطبية حيث يتوقع ويختم الطبيب على ظهر الرخصة الشخصية لمشاركة التلميذ في الفريق المدرسي .

## 9- العملية التدريسية للفرق الرياضية المدرسية:

في الجزائر وكما سبق وذكرنا أن خطة إعداد وتدريب الفرق توكل إلى أستاذ التربية البدنية والرياضية الذي يكون عضواً في الجمعية الرياضية على مستوى الثانوية التي يشتغل بها. ويراعى أن يكون التدريب في حدود القواعد الصحية والتربوية بحيث يضمن عدم إرهاق الطالب بدنياً وانفعالياً أو حرمانه من ممارسة أوجه النشاط الأخرى والتأثير في تحصيله الدراسي .

ويرى الدكتور قاسم المندلوي وآخرون أنه على مدرس التربية الرياضية أن يقوم بوضع خطة وبرنامج زمني لتدريب الفريق قبيل بدء المباريات بأشهر مع إقامة بعض المباريات لقياس مستوى التلاميذ والتكيف على روح المنافسة .

ويرى الدكتور منذر هاشم الخطيب أنه يجب أن لا يعني بجماعة دون الأخرى أو بفريق آخر والعمل على رفع المستوى الرياضي الاجتماعي لجميع الطلاب على حد سواء وعلى المدرس أن يعتني بكل الفرق الرياضية على السواء وأن لا ينسى من يبذل الجهد من التلاميذ فيشجعه ولا يهمل الإرشاد والتوجيه .

على ضوء ما تقدم يمكننا أن نستنتج أن وضع خطة للعملية التدريبية للفرق الرياضية المدرسية من طرف مدرس التربية البدنية والرياضية في الثانوية أمر في غاية الأهمية وبدونها يفشل المدرس في إعداد فرقة ولا يستطيع الوصول بهم بعيدا. وعند تنفيذ الخطة التدريبية يعمل المدرس على تأكيد الروح الرياضية ونشر كل مبادئها ليتحلى بها التلاميذ في كل لقاء تدريبي فيما بينهم كما يجب على المدرس توفير الأمن والسلامة للتلاميذ أثناء التدريبات .

## 10- اشتراك الفرق المدرسية في الأنشطة اللاصفية:

يجب الاهتمام بالأنشطة اللاصفية على أساس فلسفة تربوية تهدف إلى إفساح المجال أمام التلاميذ الموهوبين للمشاركة الفعالة في السباقات والمباريات المختلفة .

تهدف المسابقات الرياضية المدرسية إلى جملة من الفوائد للتلاميذ منها:

تطوير العلاقات الاجتماعية أو الإنسانية بين التلاميذ عن طريق المنافسة الحرة الشريفة والاحتكاك المباشر بين التلاميذ من مختلف المدارس والمناطق إظهار مواهب وقدرات التلاميذ من خلال المشاركة الفعلية في السباقات تنمية الروح الرياضية والمعنوية العالية والميل إلى التعاون والتماسك بين أعضاء الفريق، تعليم

نظام الطاعة ، تنفيذ الخطط والتصاميم ، تفهيم القوانين والتعليمات الخاصة بالمسابقات ، اكتساب المهارة الفنية في الألعاب المختلفة رفع اللياقة الصحية، البدنية والنفسية للطلبة من خلال المشاركة المنتظمة في التدريبات والمسابقات وحب المدرسة وحب الوطن من خلال التمثيل الصادق في السباقات والمباريات المدرسية .

ومن واجب أستاذ التربية البدنية والرياضية المشرف على إعداد فريق رياضي أو أكثر أن يولي اهتماما للأنشطة اللاصفية وأن يعد المدرس المباراة عنصرا تربويا مهما فيعمل على رفع مستوى اللاعبين فنيا وخلقيا وأن يجعل روح المباراة وسيرها شأنا كبيرا وعلى المدرس أن يجعل التعاون بين التلاميذ ومن أهم العناصر الأساسية ليس بين أفراد الفريق الواحد بل بينه وبين الفرق الأخرى لغرض رفع الروح وجعل المباراة سليمة ونظيفة ومنتظمة .

وليس الاهتمام الكبير هذا بالأنشطة اللاصفية هو من أجل المنافسة فقط بل يتعدى ذلك بكثير فالأنشطة اللاصفية هي المنبع المغذي للنخبة الرياضية لذا أولت الدولة جانبا كبيرا من الأهمية لهذه العملية حيث نصت المادة العاشرة من قانون تنظيم المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية أن:

وضع منظومة وطنية لكشف المواهب الشابة الرياضية وانتقائها خاصة في الوسط التربوي والتكوين، تحدد كفاءات إنشاءها وتنظيمها وتسييرها عن طريق التنظيم.

تشكل النخبة الوطنية الرياضية من حاصل هذا المسار .

## 11- معوقات النشاط الرياضي اللاصفي:

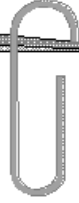
التكليف المستمر من قبل مديرية النشاط المدرسي التربية الرياضية في أمور التحكيم والتدريب والمرافقة مما يجعله يترك مدرسته وفرقه بدون رعاية، كثرة الشواغر في المدرسة تحول دون أداء المدرس لواجبه

بصورة منظمة، عدم صلاحية العديد من المدارس وعدم وجود ساحات رياضية في المدرسة تحد من نشاط المدرس وتجعل العملية الإشرافية صعبة التحقيق قلة عدد دروس التربية الرياضية وكثرة الدروس التي بعدهم مما يفوت عليه الفرصة في التدريب الذي يعتبر مهما في إعداد الفرق، قلة التجهيزات الرياضية وعدم تخصيصها للمدارس يعيق أعمال المدرس وعدم وجود محفزات لمدرسي التربية الرياضية وتكليفات عديدة من بعض الجهات تعطل الجزء الأكبر من عمل مدرس التربية الرياضية .

### خلاصة:

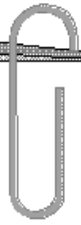
ومن خلال ذلك لاحظنا أن مهمات وأهداف النشاط الرياضي بشقيه الداخلي والخارجي قد تعددت وشملت كثيرا من النواحي التي روعيت فيها تنمية المواهب والقدرات البدنية والعقلية والذهنية والاعتماد على النفس واكتساب الخبرة والتجربة وتعلم فنون الألعاب والمباريات وقوانينها وبذلك اكتسب الخبرة والتجربة وتعلم فنون الألعاب والمباريات وقوانينها بذلك اكتسب التلميذ القدرة في المحافظة على صحته والمشاركة في المنافسات وكيفية إدارتها وتوجيهها مما يتناسب مع قابليته الذهنية والبدنية ويكون بذلك قد اكتسب هذه الصفات إضافة إلى العامل الحسي المتعلق بشهرته كلاعب على مستوى المدرسة وتطور مستقبله اللاحق في المنتخبات الوطنية.

إلا أن الملاحظ أن مثل هذا النشاط بكافة جوانب تفتقر إليه مؤسساتنا التربوية إذ لم توضع أهداف ولا أغراض ومستلزمات يكون المرجو منها هو تنمية التلميذ بدنيا وذهنيا وترقية المدرس إلى مرحلة التدريب. إن افتقار المنهج إلى هذا النشاط إضافة إلى عدم وجود الحوافز المادية من ترقية وأن افتقار المنهج إلى هذا النشاط إضافة إلى عدم تنظيم الدورات المدرسية والمشاركة الفعالة لجميع علاوات المؤسسات التربوية في كافة الولايات سواء كانت داخلية أو خارجية أفقدت هذا النشاط مضمونة الحيوي والأساسي وهذا ما يدعو الباحث للتساؤل عن سبب ذلك.



الباب الثاني :

الجانبة التطبيقي



# الفصل الأول :

## منهجية و أدوات البحث

## تمهيد:

إن كل باحث من خلال بحثه يتحقق من الفرضيات التي وضعها، ويتم ذلك بإحضارها إلى التجريب العلمي لإستخدام مجموعة من المواد العلمية، وذلك بإتباع منهج يتلاءم وطبيعة الدراسة، حيث إعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي كمنهج علمي ملائم لهذه الدراسة كونه يعتمد على إستقصاء ظاهرة من الظواهر ويعمل على تشخيصها وكشف جوانبها المختلفة.

ويشمل الجانب التطبيقي لبحثنا هذا على فصلين، الفصل الأول ويمثل الطرق المنهجية للبحث والتي تشمل على الدراسة الاستطلاعية والمجال الزماني والمكاني وكذا الشروط العلمية للأداة مع ضبط متغيرات الدراسة كما إشتمل على عينة البحث وكيفية إختيارها والمنهج المستخدم وأدوات الدراسة وكذلك إجراءات التطبيق الميداني وحدود الدراسة.

أما الفصل الثاني فيحتوي على عرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء الفرضيات مع الخلاصة العامة للبحث.

### 1- الدراسة الاستطلاعية:

هي أول خطوة قمنا بها قبل البدء في تسطير الخطوط العريضة للبحث و قبل الشروع في الدراسة الميدانية و تمت عبر مرحلتين:

أ - ما قبل تحديد مشكلة البحث حيث كانت باطلاعنا على مختلف المراجع من الكتب، و المجالات و المحاضرات غير المنشورة و كان من أجل توسيع قاعدة معرفتنا حول الموضوع و التأكد من أهمية البحث .

ب - قمنا بزيارة إلى الفرق الرياضية المدرسية و تحاورنا مع المدرسين و التلاميذ لأخذ فكرة مجملة حول الموضوع و أهميته، و لمسنا وجود بعض المشاكل في مردود الفرق بالرغم من وجود أرصدة من التلاميذ المتميزين وكذا المدرسين الأكفاء.

## 2- المجال المكاني والزمني:

- المكان: تمت الدراسة على مستوى ستة فرق لثانويات ولاية غليزان " صنف أشبال " وهم على التوالي:

- ثانوية الرائد سي طارق.

- ثانوية بن عدة بن عودة.

- ثانوية بن داود مركز.

- ثانوية احمد فرانسيس.

- ثانوية السمار.

- ثانوية العقيد عثمان.

- الزمان: تم إجراء البحث في الفترة الممتدة من النصف الأخير لشهر ديسمبر إلى غاية شهر ماي حيث خصصت الأشهر الثلاثة الأولى (ديسمبر، جانفي، فيفري) للجانب النظري أما الجانب التطبيقي فقد كان في الأشهر مارس، أبريل، و ماي تم خلالهما تحضير الأسئلة الخاصة بالاستمارة الاستبائية و توزيعها على الفرق سالفة الذكر، ثم بعد ذلك قمنا بعملية جمع النتائج و تحليلها و مناقشتها.

### 3 - ضبط متغيرات الدراسة:

3-1- تعريف المتغير المستقل: هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب

لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

- تحديد المتغير المستقل: وهو "مصادر القلق"

3-2- تعريف المتغير التابع: متغير يؤثر فيه المتغير المستقل هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم

المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع ع

(محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب، 1999، صفحة 219).

- تحديد المتغير التابع: وهو "التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية أثناء الأنشطة

اللاصفية".

### 4- عينة البحث وكيفية اختيارها:

"العينة" هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل. بمعنى أنه

تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على إن تكون ممثلة لمجتمع البحث.

وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني، والعينة هي المجموعة الفرعية من

عناصر مجتمع بحث معين، وكان مجتمع البحث في دراستنا هو فرق ثانويات ولاية غليزان لكرة اليد

"صنف أشبال" الذي بلغ 10 فرق ولقد كان إختيار العينة بطريقة عشوائية وتمثلت في عينتين العينة

الأولى المدرسين وشملت على 9 مدرسين والعينة الثانية التلاميذ وشملت على 72 تلميذ.

## 5- ضبط المتغيرات لأفراد العينة:

حتى تكون نتائج الدراسة مستقلة عن أي متغيرات أخرى تم ضبط المتغيرات لأفراد العينة الثانية (التلاميذ) من حيث الجنس، السن.

الجنس: ذكور

متوسط السن: 16-19 سنة

## 6- المنهج المستخدم:

- المنهج الوصفي:

المنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج (محمد أزهر السماك وآخرون، 1980).

وقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي التحليلي وهذا الاختيار لم يحدث ارتباطاً بل نتيجة حتمية لطبيعة الموضوع، ومن ثم فالمنهج الوصفي هو: " طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة اجتماعية أو سكان معينين. (عمار بوحوش، محمد محمود ذنبيات، 1995، الصفحات 129-130)

## 7- أدوات الدراسة:

7-1- جمع المعلومات وكيفية تطبيقها: إن حصولنا على المعلومات الكافية والبيانات المتعلقة بالدراسة

سهلت علينا الإمام (الإحاطة) بأغلب جوانب الدراسة وجاءت هذه مباشرة بعد تحديد العينة المراد

دراستها وتختلف هذه الطريقة باختلاف الموضوع وحسب المجال التي تمت فيه الدراسة استعملنا في بحثنا مجموعة من الطرق المتمثلة في:

#### 7-1-1- طريقة الاستبيان:

تمتاز هذه الطريقة بكونها تساعد على جمع المعلومات الجديدة المستمدة مباشرة من المصدر و المعلومات التي يتحصل عليها الباحث و التي لا يمكن إيجادها في الكتب، إلا أن هذا الأسلوب الخاص بجمع المعلومات يتطلب إجراءات دقيقة منذ البداية وهي:

- تحديد الهدف من الاستبيان.

- تحديد و تنظيم الوقت المخصص للاستبيان .

- اختبار العينة التي يتم استجوابها.

- وضع العدد الكافي من الخيارات لكل سؤال.

- وضع خلاصة موجزة لأهداف الاستبيان.

و يتجلى الأسلوب المثالي في وجود الباحث بنفسه ليسجل الأجوبة والملاحظات التي تثري البحث و

الاستبيان يتضمن نوعين كوسيلة لجمع المعلومات بوفرة و أكثر دقة.

● الاستبيان الأول وجه للمدرسين و تم خلاله جمع آرائهم.

● أما الاستبيان الثاني فقد وجهناه للتلاميذ بصفتهم المتأثر الكبير.

و كونه تقنية شائعة الاستعمال، ووسيلة علمية لجمع البيانات و المعلومات مباشرة من مصدرها الأصلي،

و كذلك باعتباره مناسباً للتلميذ و المدرس ، و الأسئلة هي استجابة للمحاور و بالتالي استجابة

للفرضيات ، فكل سؤال مطروح له علاقة بالفرضيات (إخلاص محمد عبد الحفيظ-مصطفى حسين باهر، 2000، صفحة 83).

## 8-صدق الاستبيان:

1-8 - صدق المحكمين: من الطرائق التي يمكن أن يلجأ إليها الباحث للحصول على صدق

المحتوى في اللجوء إلى عدد من المحكمين ذوي العلم والخبرة في مجالات البحث العلمي و من المسؤولين المؤهلين للحكم عليها.

و طلب البحث من المحكمين إبداء الرأي في مدى وضوح الأسئلة أداة الدراسة و مدى ملائمتها لقياس ما وضعت لأجلها ، و مدى كفاية الأسئلة لتغطية متغيرات الدراسة الأساسية، وكذلك حذف و إضافة أو تعديل.

و في ضوء التوجيهات التي أبداها المحكومون، قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمين سواء بتعديل الصياغة أو حذف بعض الأسئلة أو إضافة بعض الأسئلة.

## 9-الأدوات الإحصائية

### 9-1- الطريقة الإحصائية:

الإحصاء هو العلم الذي يبحث في جميع البيانات عرضها -تحليلها- واستقرار النتائج وإيجاد قرارات البناء عليها وكانت الغرض من استخدام المعالجة هو جمع تحليل ومناقشة النتائج الميدانية وعلى هذا الأساس استعملنا الوسائل الإحصائية التالية (المعادي، القياس والتقويم التربوي واستخدامه في مجال التدريس الوصفي، 1999، صفحة 121).

- طريقة الإحصاء بالنسبة المئوية %:

س: عدد التكرارات

ن: حجم العينة.

$$\% = \frac{\text{سن}}{100} \times 100$$

- وكذلك استعملنا (كا تربيع).

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مجموع} (\text{ت م} - \text{ت ن})^2}{\text{ت ن}}$$

حيث:

ت م: التكرارات المشاهدة.

ت ن: التكرارات النظرية.

درجة خطأ المعياري أو مستوى الدلالة د = 0.05.

درجة حرية: ت = هـ - 1 حيث هـ: تمثل عدد الفئات.

### 10- صعوبات البحث:

إن القيام بأي بحث يعتبر عملية صعبة تتطلب التحكم في جميع الظروف المحيطة به بطريقة علمية والصعوبات والعراقيل كثيرة في كل البحوث ونحن على العموم لم تواجهنا صعوبات كثيرة إلا البعض نذكر منها:

- صعوبة مادية في عملية التنقل بين هذه المؤسسات.

- إختلاف رزنامة التلاميذ مع رزنامة الدراسة في الجامعة.

- الفترة الزمنية التي شهدها التلاميذ من إضرابات وغيره.

- صعوبة إخراج المراجع بسبب التصرف غير اللائق من بعض الطلبة بحيث يأخذون بعض المراجع

وتفضل بجوزتهم لمدة طويلة (شهر أو أكثر).

## خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى منهجية البحث و إجراءاته الميدانية التي تم القيام بها ، كما ذكرنا بعض الأدوات المستخدمة في الدراسة و كذا توزيع العينة و كيفية إجراء التوزيع على المؤسسات التعليمية، و تحديد مجالات البحث الزمني و المكاني، و أهم الوسائل الإحصائية في هذه الدراسة مع ذكر الصعوبات التي لقيتها عند الدراسة.



# الفصل الثاني :

## معرض و تحليل النتائج

استمارة استبيان خاصة بالأساتذة :

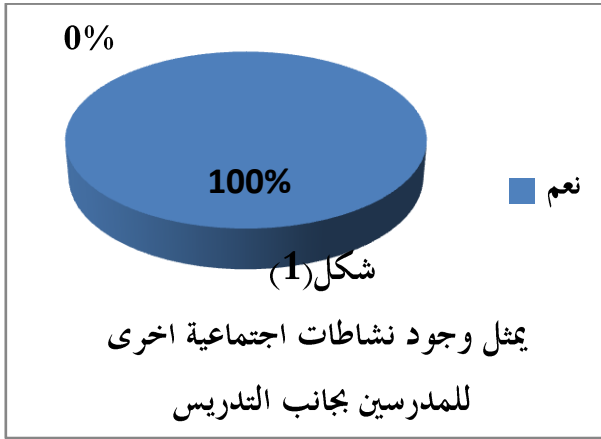
المحور الأول: المعلومات الشخصية.

السؤال 1: هل مارست مهنة أخرى، غير مهنة التدريس؟

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الغرض من السؤال: معرفة درجة اهتمام المدرس بنشاطات اجتماعية أخرى.

الجدول رقم (1): يبين وجود مهنة أخرى بجانب التدريس .



النسبة المئوية	التكرار	الإفترحات
100%	09	نعم
00%	00	لا
100%	09	المجموع

تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول رقم ( 01) أن نسبة 100% من المدرسين قد مارسوا مهنا أخرى غير مهنة التدريس.

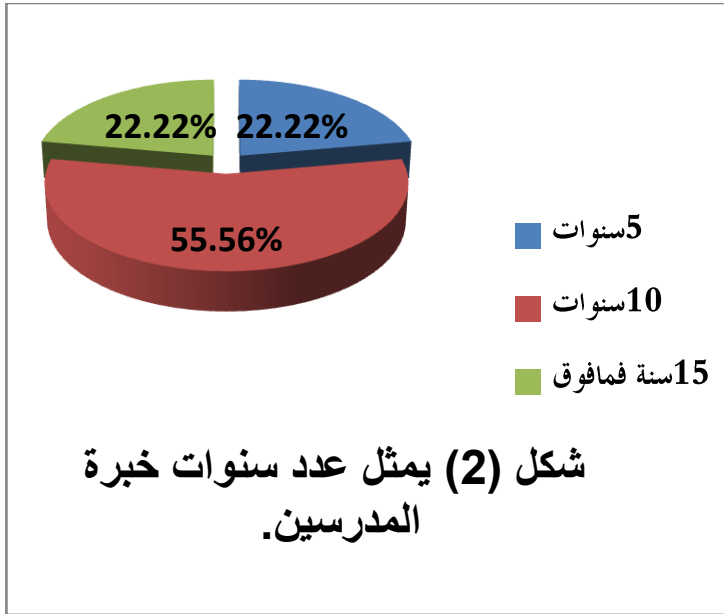
ومنه نستنتج أن جميع المدرسين مهتمون بنشاطات اجتماعية أخرى غير مهنة التدريس و ذلك راجع الى اسباب شخصية بالنسبة للمدرسين.

السؤال 2: ما هو عدد سنوات الخبرة في تدريبيك لكرة اليد؟

الغرض من السؤال: معرفة خبرة المدرس في مجال التدريب.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (02): يبين عدد سنوات خبرة المدرسين.



النسبة المئوية	التكرار	الإقتراحات
22.22%	02	5 سنوات
55.56%	05	10 سنوات
22.22%	02	15 سنة فما فوق
100%	09	المجموع

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (02) و بالنسبة لسنوات الخبرة الذي بلغ 55.56% أي ما يعادل 5

أساتذة في ما يخص 10 سنوات ،أما البقية فقد وجد أستاذين لديهما خبرة أقل من خمس سنوات

والآخرين لديهما خبرة من 15 سنة فما فوق ما يعادل 22.22%.

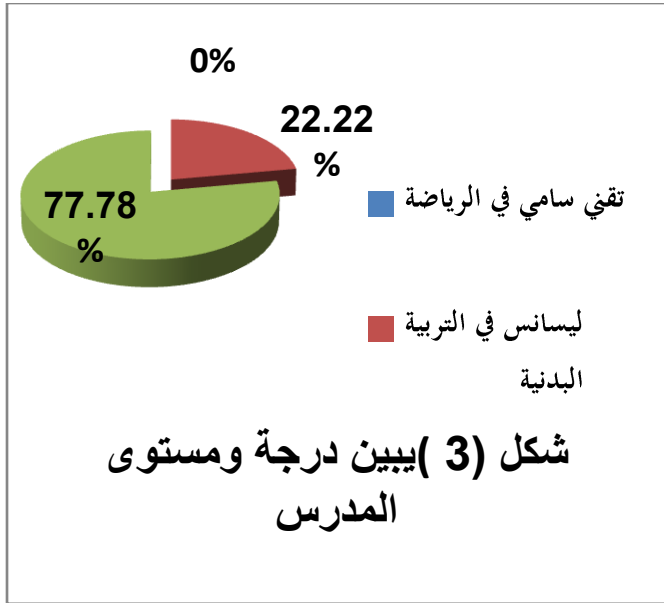
- ومنه نستنتج أن أغلبية المدرسين لديهم خبرة في مجال التدريس مما يؤكد كفاءتهم في هذا المجال

السؤال 3: ما هي الشهادة المتحصل عليها؟

الغرض من السؤال: معرفة مستوى ودرجة المدرس العلمية والرياضية.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (03): يبين درجة ومستوى المدرس.



النسبة المئوية	التكرار	الإقتراحات
00%	00	تقني سامي في الرياضة
22.22%	02	ليسانس في التربية البدنية
77.78%	07	ماستر
100%	09	المجموع

تحليل ومناقشة النتائج:

7 من خلال نتائج الجدول رقم (03) و فيما يخص الشهادة المحصل عليها فقد قدر عدد الاساتذة ب

من الحاصلين على شهادة ماستر وذلك بنسبة 77.78% في حين أستاذين حاملين لشهادة ليسانس.

ومنه نستنتج أن نسبة معتبرة من المدرسين لديهم شهادات الكفاءة المهنية وهذا ما يوضح الخبرة الميدانية

الكبيرة في التدريس من جهة وأقدمية الشهادة من جهة أخرى.

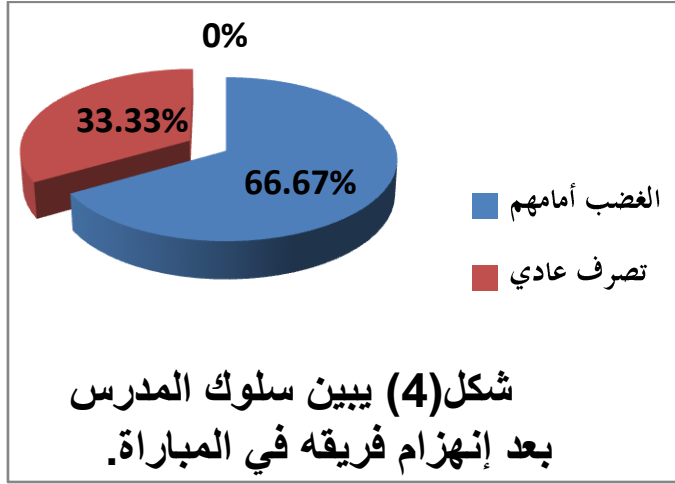
## المحور الثاني: مصادر القلق

السؤال 1: إذا هُزم فريقك في مقابلة ما هو رد فعلك أمام التلاميذ؟

الغرض من السؤال: معرفة سلوك ورد فعل المدرس اتجاه التلاميذ في حالة الانهزام.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (04): يبين سلوك المدرس بعد انهزام فريقه في المباراة.



تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (04) لاحظ الطلبة الباحثين أن إجابات الأساتذة حول طريقة

التصرف أثناء انهزام الفريق في المقابلة كانت 66.67% في الاقتراح الأول "الغضب أمامهم" أي ما

يعادل 6 أساتذة في حين 03 آخرين أجابوا بالغضب أمامهم ، وذلك بنسبة 33.33% .

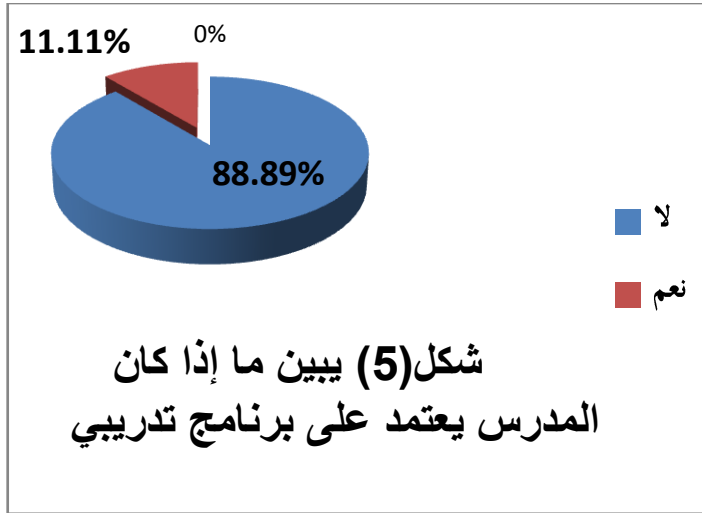
استنتاج: نستنتج أن جل الاساتذة يتصرفون بالغضب أمام التلاميذ مما ينعكس سلبيا على أداء التلاميذ.

السؤال 2: هل تعتمد في تدريجك على برنامج تدريبي؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان المدرس يعتمد على برنامج تدريبي

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (05): يبين ما إذا كان المدرس يعتمد على برنامج تدريبي



النسبة المئوية	التكرار	الإقتراحات
88.89%	08	لا
11.11%	01	نعم
100%	09	المجموع

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (05) لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (02) أن معظم

الأساتذة أقرروا على عدم اعتمادهم على برنامج تدريبي وذلك بنسبة 88.89% أي ما يعادل 8

أساتذة في حين أجاب واحد منهم بالعكس

- نستنتج أن أغلبية الأساتذة لا يعتمدون في تدريسهم على برنامج تدريبي الأمر الذي يؤثر سلبيا

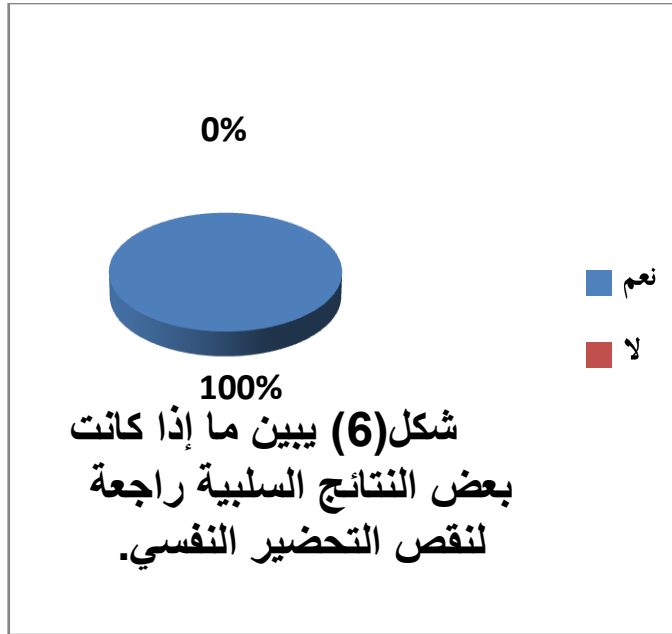
على نفسية اللاعبين و بالتالي أدائهم و على نتائج الفريق ككل.

**السؤال 3:** هل تضمن أن بعض النتائج السلبية راجعة لنقص التحضير النفسي؟

**الغرض من السؤال:** معرفة هل أن سوء بعض النتائج راجعة لنقص التحضير النفسي.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

**الجدول رقم (06):** يبين ما إذا كانت بعض النتائج السلبية راجعة لنقص التحضير النفسي.



النسبة المئوية	التكرار	الإقتراحات
100%	09	نعم
00%	00	لا
100%	09	المجموع

**تحليل ومناقشة النتائج:**

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (06) لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم ( 03) أن كل

الأساتذة أجابوا بأن النتائج السلبية راجعة إلى نقص التحضير النفسي وذلك بنسبة 100%،

ومنه نستنتج أن للتحضير النفسي دور كبير على على نفسية التلاميذ و بالتالي على نتائج الفريق سواعا

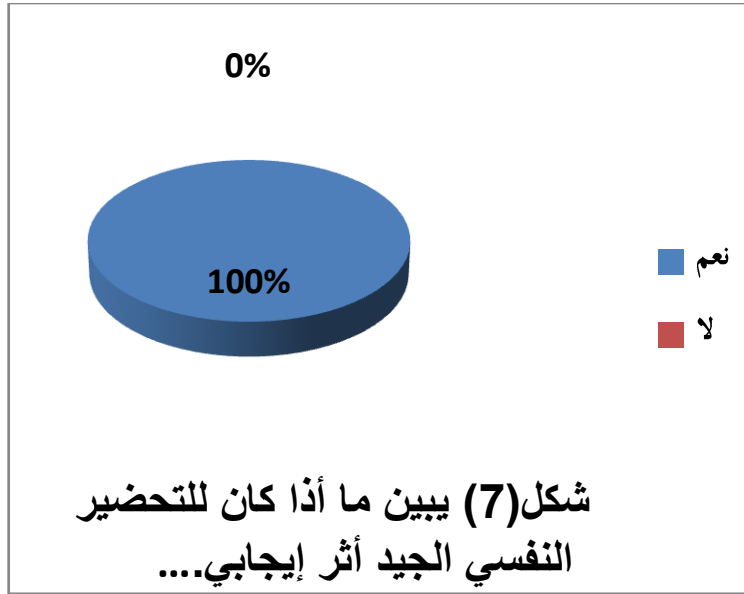
ايجابيا أو سلبيا.

**السؤال 4:** هل ترى أن التحضير النفسي الجيد للتلاميذ له أثر إيجابي على مستوى أدائهم؟

**الغرض من السؤال:** معرفة أثر التحضير النفسي الجيد على نتائج الفريق.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

**الجدول رقم (07):** يبين ما إذا كان للتحضير النفسي الجيد أثر إيجابي.



النسبة المئوية	التكرار	الإقتراحات
100%	09	نعم
00%	00	لا
100%	09	المجموع

**تحليل ومناقشة النتائج:**

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (07) لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم ( 04) وبنفس

النتيجة حيث أكدوا أن التحضير النفسي له أثر إيجابي على مستوى أداء التلاميذ وذلك بنسبة 100 %

أي ما يعادل 9 أساتذة

ومنه نستنتج أن التحضير النفسي الجيد ينعكس بالإيجاب على مردود التلاميذ داخل الميدان وبالتالي على

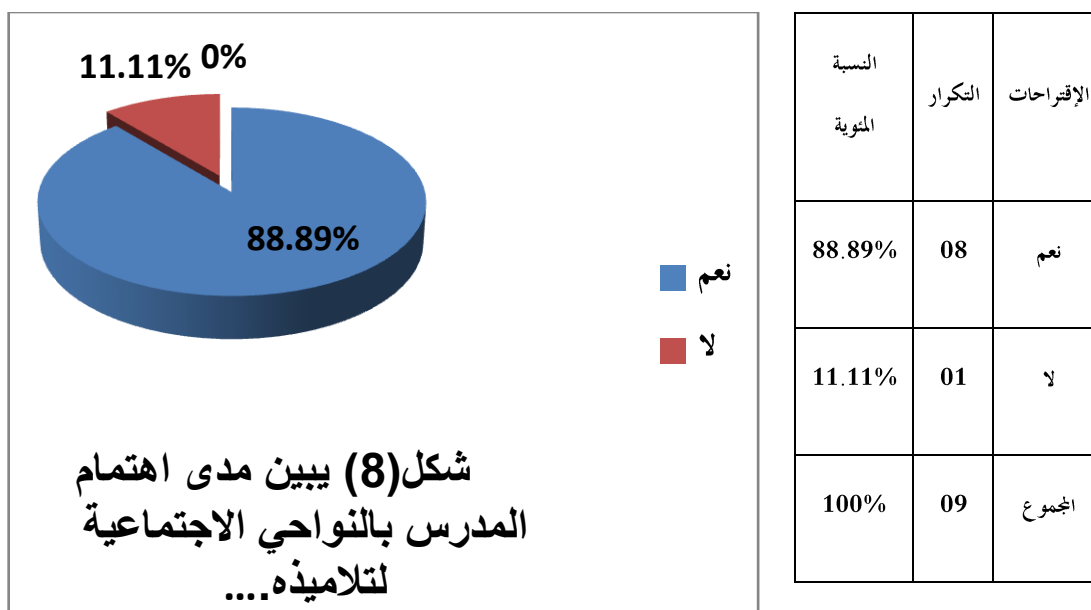
نتائج الفريق مما يساعدهم على بلوغ القمة و تحقيق نتائج جيدة.

السؤال 5: هل أنت بعلم على الحالة الاجتماعية التي يعيشها تلاميذك؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا كان المدرس على علم بالأوضاع الاجتماعية للتلاميذ.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (08): يبين مدى اهتمام المدرس بالنواحي الاجتماعية لتلاميذه.



من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (08) لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (05) نلاحظ ان معظم المدرسين عاملين بالحالة الاجتماعية للتلاميذ وذلك بنسبة 88.89 % أي ما يعادل 8 أساتذة في حين أجاب واحد منهم على انه ليس على دراية بالحالة الاجتماعية ل لتلاميذ وذلك بنسبة 11.11 %

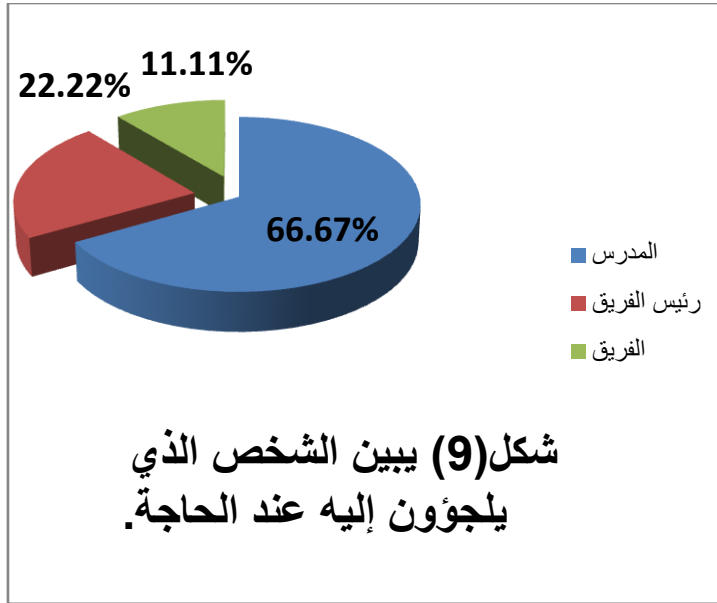
ومنه نستنتج من نتائج الجدول السابق أن أغلبية المدرسين على علم بالحالة الاجتماعية لتلاميذهم هذا ما يؤدي بالمدرس إلى اختيار الطريقة الصحيحة للتعامل مع تلاميذه كل حسب ظروفه وهو ما ينعكس بالإيجاب على نتائج الفريق.

السؤال 6: إذا كان أحد التلاميذ له مشكل معين من أي طرف تكون المساعدة له؟

الغرض من السؤال: معرفة الشخص الذي يلجؤون إليه عند الحاجة

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (9): يبين الشخص الذي يلجؤون إليه عند الحاجة



الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية
المدرس	06	66.67%
رئيس الفريق	02	22.22%
الفريق	01	11.11%
المجموع	09	100%

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (9) لاحظ الطلبة الباحثين

في السؤال رقم (06) أن معظم الأساتذة أقرروا على أن التلاميذ يلجؤون للمساعدة من طرفهم في حالة مشكل معين وذلك بنسبة 66.67% أي ما يعادل 6 أساتذة في حين أجاب 02 منهم على أن رئيس الفريق هو المسؤول عن حل مشاكل التلاميذ وذلك بنسبة 22.22% أما عن الفريق فقد أجاب واحد منهم على أن الفريق هو المسؤول

نستنتج من نتائج الجدول رقم (9) أن معظم الأساتذة يكونون على أوجه الاستعداد لمعالجة مشاكل

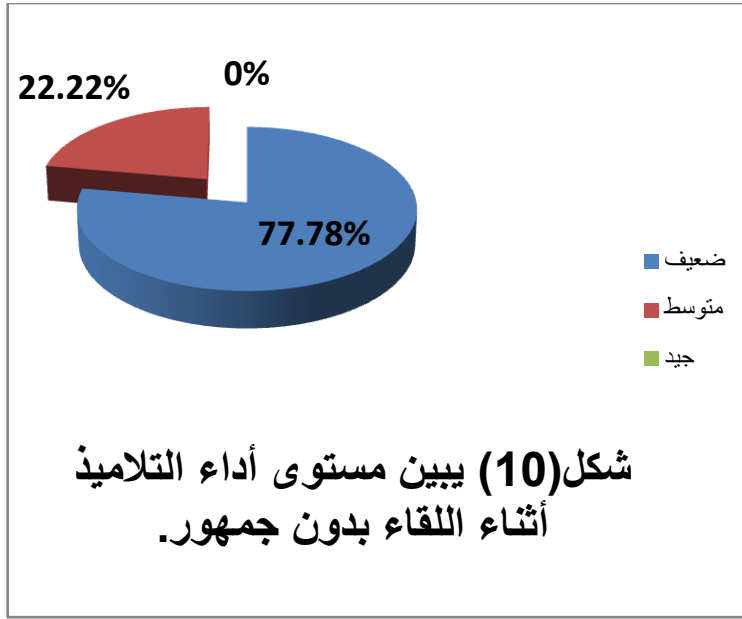
التلاميذ

السؤال 7: كيف تقيم أداء التلاميذ أثناء اللقاء بدون جمهور؟

الغرض من السؤال: معرفة مستوى أداء التلاميذ أثناء اللقاء بدون جمهور

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (10): يبين مستوى أداء التلاميذ أثناء اللقاء بدون جمهور



النسبة المئوية	التكرار	الإقتراحات
77.78%	07	ضعيف
22.22%	02	متوسط
00%	00	جيد
100%	09	المجموع

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (10) لاحظ الطلبة الباحثين في

السؤال رقم (07) أن جل الأساتذة أجابوا بأن أداء التلاميذ يكون ضعيف في غياب الجمهور وذلك

بنسبة 77.78%، وعلى غير ذلك أجاب 02 منهم على ان اداؤهم يكون متوسط وذلك بنسبة

22.22% .

نستنتج من نتائج الجدول رقم (10) أن معظم الأساتذة يؤكدون على الدور النفسي الكبير الذي يقدمه

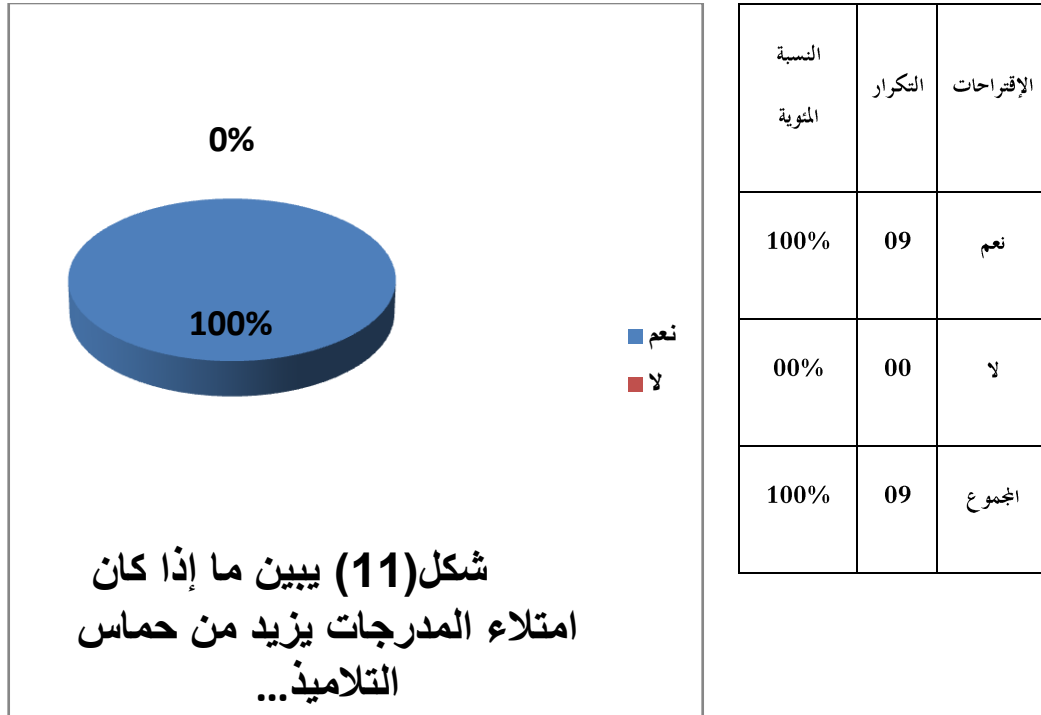
الجمهور اثناء الأنشطة اللاصفية بالنسبة لمستوى التلاميذ .

السؤال 8: هل يزداد حماس التلاميذ عند امتلاء المدرجات؟

الغرض من السؤال: معرفة إذا كان امتلاء المدرجات يزداد حماس التلاميذ

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (11): يبين ما إذا كان امتلاء المدرجات يزيد من حماس التلاميذ



من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (11) لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (08) أن كل الأساتذة أقرروا على أن حماس التلاميذ يزداد عند امتلاء المدرجات وذلك بنسبة 100% ، أي ما يعادل 9 أساتذة.

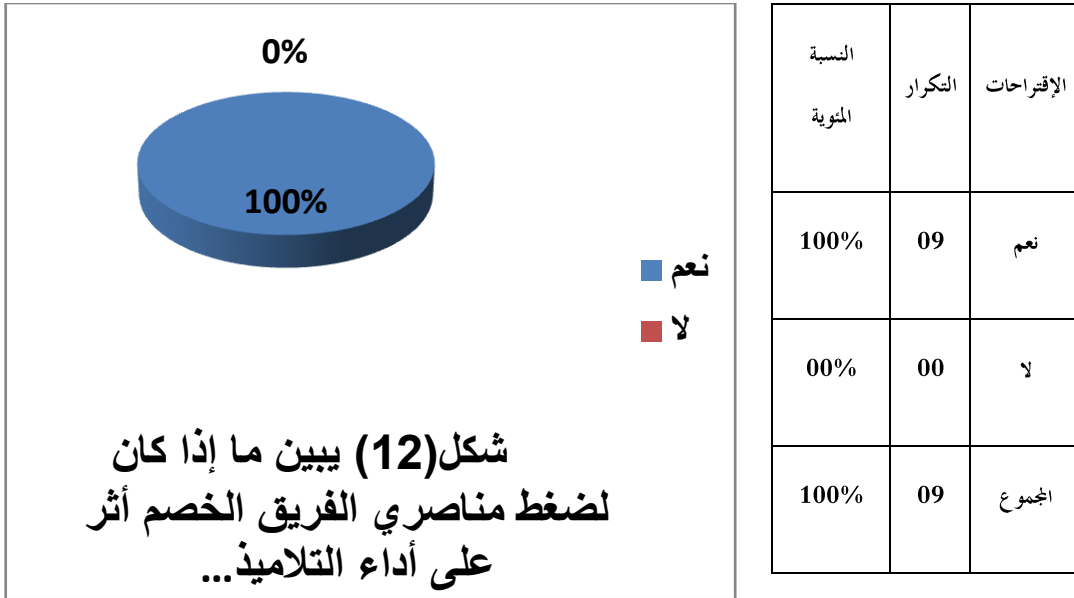
من خلال الجدول رقم (11) نستنتج ان كل الاساتذة أكدوا على ان حماس التلاميذ يزداد عند امتلاء المدرجات مما يؤكد على أ الجمهور من أهم المثيرات المحفزة للتلاميذ أثناء الأنشطة اللاصفية.

السؤال 9: هل ضغط مناصري الفريق الخصم يؤدي إلى خفض في مستوى أداء التلاميذ؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان لضغط مناصري فريق الخصم أثر على أداء التلاميذ.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (12): يبين ما إذا كان لضغط مناصري الفريق الخصم أثر على أداء التلاميذ.



من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (12) لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (9) أن كل

الأساتذة أجابوا بأن ضغط الفريق الخصم يؤدي إلى خفض مستوى أداء التلاميذ وذلك بنسبة

100%،

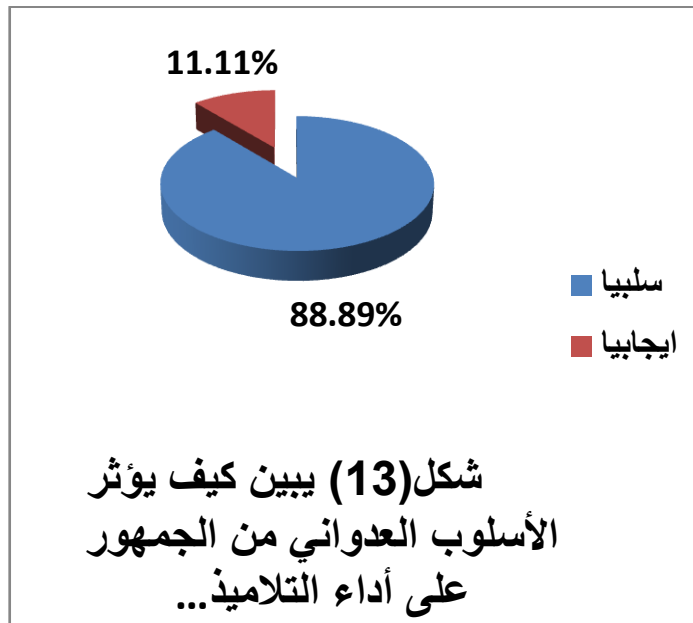
ومنه نستنتج أن لضغط جمهور فريق الخصم أثر سلبي على مردود التلاميذ داخل الميدان.

السؤال 10: عندما يطرأ أسلوب عدواني من الجمهور التلاميذ ، هل يؤثر هذا على الأداء؟.

الغرض من السؤال : معرفة رد فعل التلاميذ في حالة السلوك العدواني من الجمهور ومدى تأثيره على أدائهم.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين

الجدول رقم (13): يبين كيف يؤثر الأسلوب العدواني من الجمهور على أداء التلاميذ.



النسبة المئوية	التكرار	الإقترحات
88.89%	08	سلبيا
11.11%	01	ايجابيا
100%	09	المجموع

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (13) لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (13) أن لأسلوب العدواني من الجمهور له أثر سلبي على مستوى أداء التلاميذ وذلك بنسبة 88.89 % أي ما يعادل 8 أساتذة في حين اجاب واحد منهم بالعكس.

نستنتج من خلال الجدول أن الأسلوب العدواني من طرف الجمهور يؤثر سلبا على أداء التلاميذ.

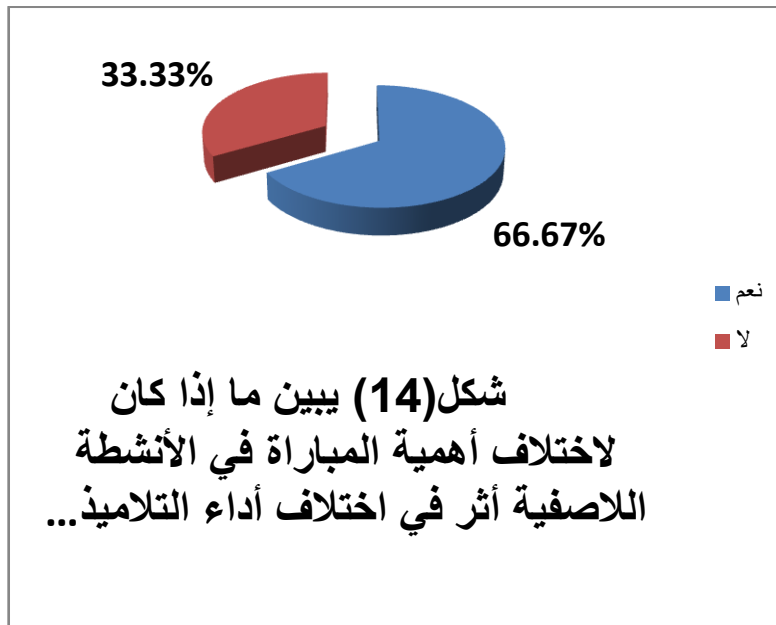
**السؤال 11:** هل يختلف أداء تلاميذك مع اختلاف أهمية المباريات في الأنشطة اللاصفية؟

**الغرض من السؤال:** مدى تأثير أهمية المباراة في الأنشطة اللاصفية على أداء التلاميذ.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خالصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

**الجدول رقم (14):** يبين ما إذا كان لاختلاف أهمية المباراة في الأنشطة اللاصفية أثر في اختلاف أداء

التلاميذ.



النسبة المئوية	التكرار	الإقتراحات
66.67%	06	نعم
33.33%	03	لا
100%	09	المجموع

من خلال نتائج الجدول رقم ( 16 ) نلاحظ أن نسبة 66.67 % من

المدرسين يرون أن أداء التلاميذ يختلف حسب أهمية المباريات أما نسبة 33.33% فيرون أن أداء

لاعبيهم يبقى ثابتا مهما كانت طبيعة وأهمية المباريات.

ومنه نستنتج أن لأهمية النشاط اللاصفي دور كبير في التأثير على مردود وأداء التلاميذ سواء ايجابيا أو

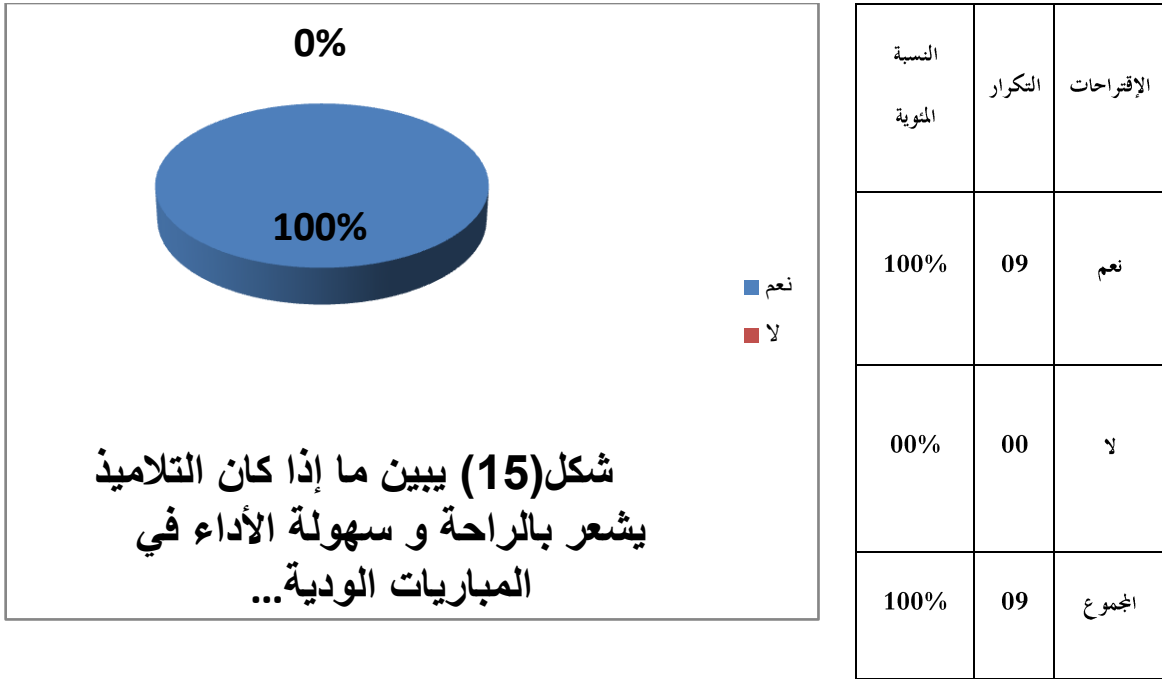
سلبيا.

السؤال 12: هل يشعر التلاميذ بالراحة و سهولة الأداء في المباريات الودية؟

الغرض من السؤال: معرفة الشعور التلاميذ أثناء الأداء في المباريات الودية

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (15): يبين ما إذا كان التلاميذ يشعر بالراحة و سهولة الأداء في المباريات الودية



من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم ( 15 ) لاحظ الطلبة الباحثين

في السؤال رقم ( 12 ) أن كل الأساتذة أقرروا على أن التلاميذ يشعرون بالراحة و سهولة الأداء في

المباريات الودية وذلك بنسبة 100% ، أي ما يعادل 9 أساتذة.

نستنتج أن كل الاساتذة اكدوا على أن التلاميذ يشعرون بالراحة و سهولة الأداء في المباريات الودية

وذلك بسبب غياب ضغط المنافس.

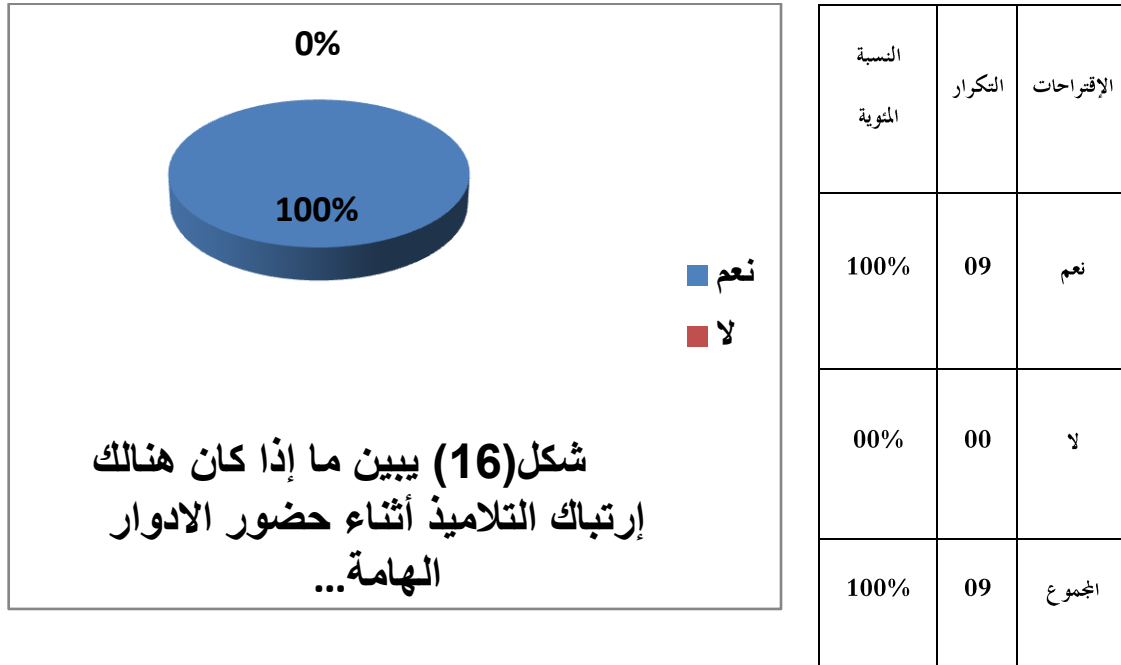
السؤال 13: عند حضور الادوار الهامة (نهائي، نصف نهائي.....) هل تلاحظ ارتباك في صفوف

التلاميذ ؟

الغرض من السؤال: معرفة حالة التلاميذ أثناء حضور الادوار الهامة .

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (16): يبين ما إذا كان هنالك إرتباك التلاميذ أثناء حضور الادوار الهامة



من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (16) لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (13) أن كل

الأساتذة أجابوا بأن حضور الدور النصف النهائي والنهائي يؤدي إلى خفض ارتباك في صفوف اداء

التلاميذ وذلك بنسبة 100%،

نستنتج أن كل الاساتذة اكدوا على أن حضور الدور النصف النهائي والنهائي يؤدي إلى خفض ارتباك

في صفوف اداء التلاميذ و يرجع هذا إلى أهمية المباراة من جهة و الضغط الكبير على عاتق التلاميذ من

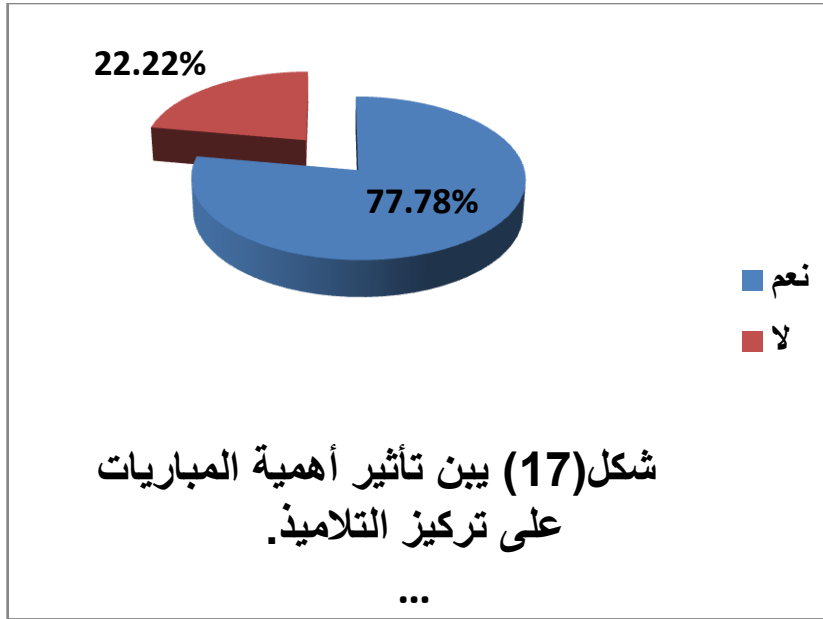
جهة أخرى.

السؤال 14: هل يرتكب التلاميذ كثيرا من الأخطاء أثناء إجراء المباريات الهامة؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تركيز التلاميذ أثناء المباريات الهامة.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (17): بين تأثير أهمية المباريات على تركيز التلاميذ.



النسبة المئوية	التكرار	الإقتراحات
77.7% 8%	07	نعم
22.22%	02	لا
100%	09	المجموع

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (17) نلاحظ أن نسبة 77.78% من المدرسين يرون أن تلامذتهم يرتكبون ويرتكبون الأخطاء أثناء المباريات وينقص تركيزهم أما نسبة 22.22% فيرون أن تلامذتهم لا يرتكبون الأخطاء بل يبقى تركيزهم كبير في المباريات.

ومنه نستنتج أن أهمية المباريات في الأنشطة اللاصفية تؤثر تأثير سلبى على حضور وتركيز التلميذ أثناء المباراة وهذا نظرا لنقص التحضير النفسي الجيد من جهة ولنقص خبرتهم من جهة أخرى.

استمارة استبيان خاصة بالتلاميذ اللاعبين

المحور الاول: التحضير النفسي

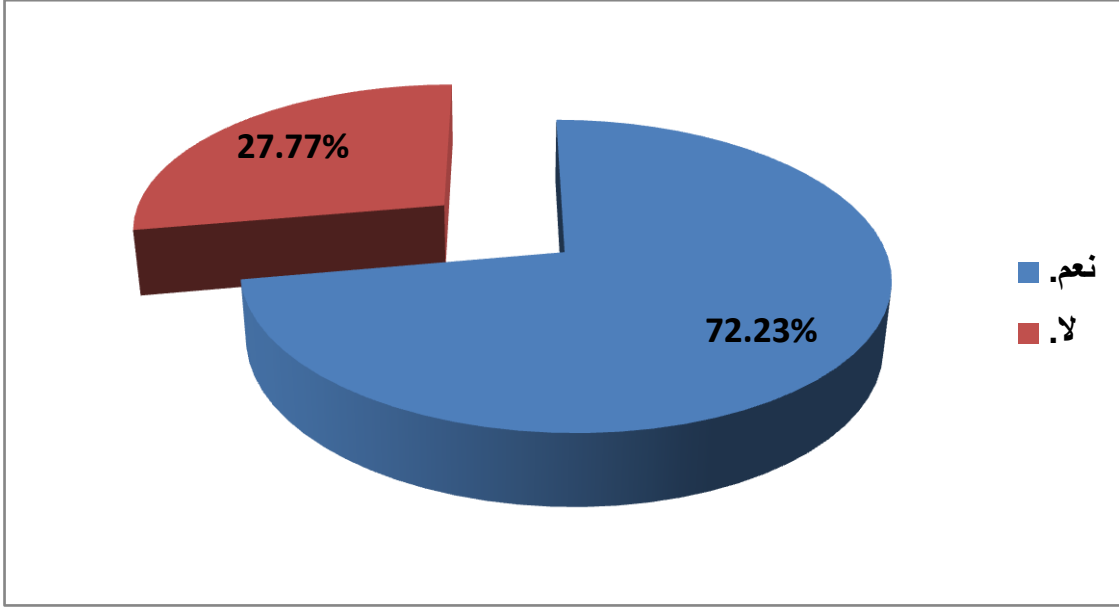
السؤال 1: هل هناك تنوع في الحصص التدريبية؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان هناك تنوع في الحصص التدريبية.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خالصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (18): يبين مدى التنوع في الحصص التدريبية.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة
نعم	52	72.23%	1	0.05	14.22	3.84	دالة
لا	20	27.77%					
المجموع	72	100%					



شكل (18) يمثل مدى التنوع في الحصص التدريبية.

#### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (18) الذي يوضح اجابات التلاميذ لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (01) أن معظم التلاميذ أقرروا على أن هناك تنوع في الحصص التدريبية وذلك بنسبة 72.23%، أي ما يعادل 52 تلميذ في حين 20 منهم أجابوا بالعكس أي ما يعادل 27.77%، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ " 14.22 " تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (2-1) إي 1 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 ". مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "نعم" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- ومنه نستنتج إن معظم التلاميذ لديهم تنوع في الحصص التدريبية مما ينعكس بالإيجاب على

نفسية التلاميذ و بالتالي على نتائج الفريق.

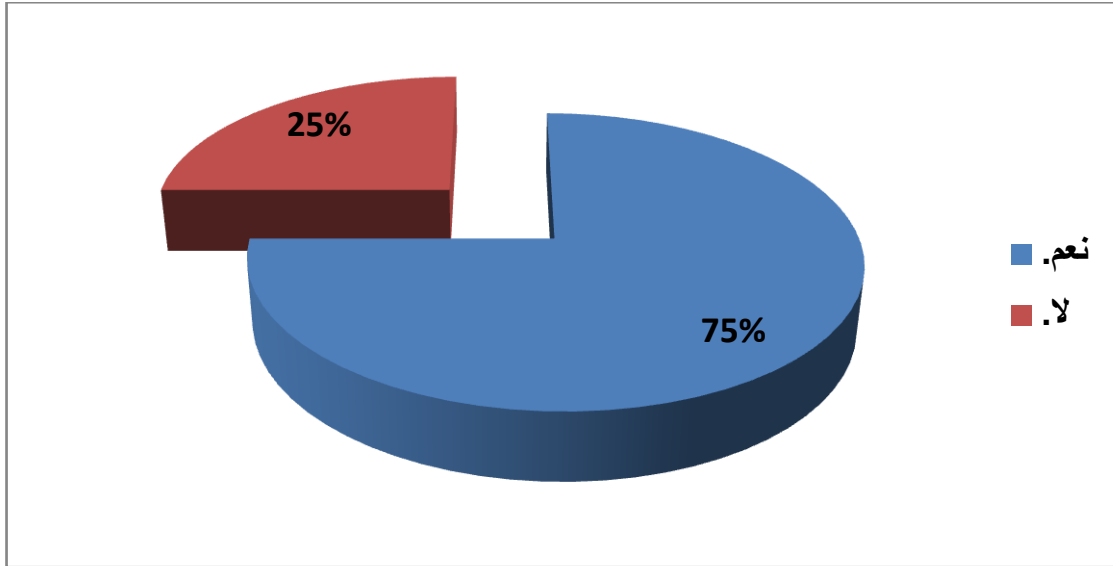
السؤال 2: أثناء الحصص التدريبيه هل تتلقون نصائح من طرف المدرس؟

الغرض من السؤال: معرفة ما إذا كان المدرس يقوم بدوره الإرشادي أثناء الحصص التدريبيه.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خالصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (19): يبين ما إذا كان التلاميذ يتلقون نصائح من طرف المدرس في الحصص التدريبيه.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المتوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة
نعم	54	75%	1	0.05	18	3.84	دالة
لا	18	25%					
المجموع	72	100%					



شكل (19) يمثل ما إذا كان التلاميذ يتلقون نصائح من طرف المدرس في الحصة التدريسية.

#### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (19) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم (02) لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم 02 أن 54 تلميذ أجابوا بأنهم يتلقون نصائح من المدرس وذلك بنسبة 75% بينما 18 البقية أجابوا بالعكس ما يعادل 25%، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ " 18 " تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (2-1) إي 1 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "نعم" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- ومنه نستنتج إن أغلبية التلاميذ يتلقون نصائح من طرف المدرس وهذا ما ينعكس ايجابيا على

نتائج الفريق.

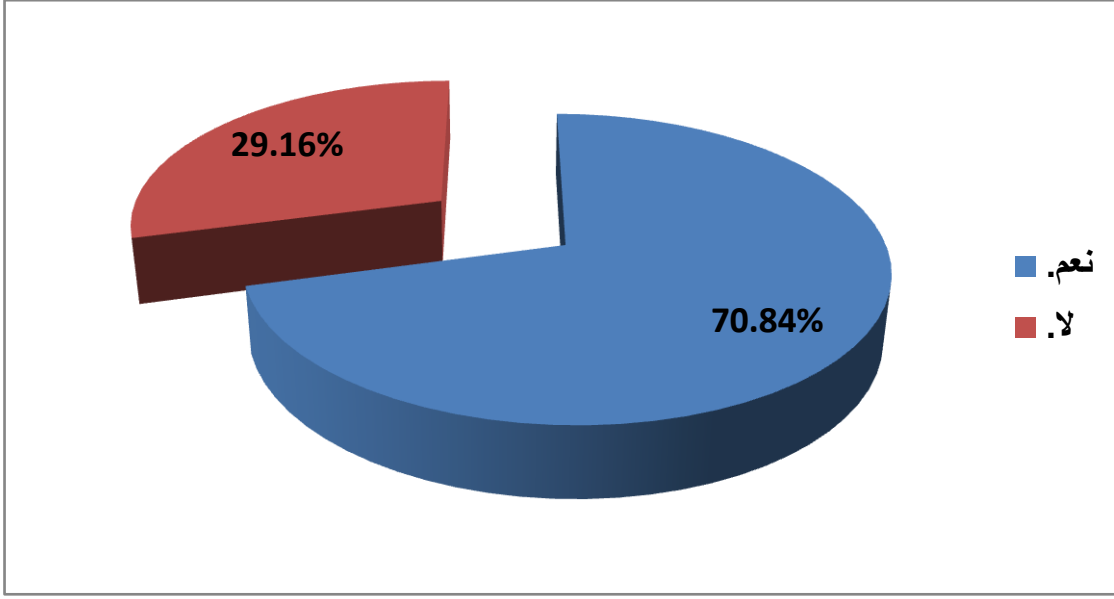
السؤال 3: هل نصائح المدرس تجعلك أكثر دافعية للتدريب؟

الغرض من السؤال: معرفة دور نصائح المدرس في إقبال التلاميذ على التدريب.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (20): يبين معرفة ما إذا كانت نصائح المدرس لها دور في إقبال التلاميذ على التدريب.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة
نعم	51	70.84%	1	0.05	12.5	3.84	دالة
لا	21	29.16%					
المجموع	72	100%					



شكل (20) يمثل معرفة ما إذا كانت نصائح المدرس لها دور في إقبال التلاميذ على التدريب.

#### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم ( 20 ) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 03 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم ( 03) أن معظم التلاميذ أقرروا على أن نصائح المدرس تجعلهم أكثر دافعية للتدريب وذلك بنسبة 70.84% ، أي ما يعادل 51 تلميذ في حين 21 منهم أجابوا بالعكس أي ما يعادل 29.16%، وعند حساب K2 المحسوبة في السؤال 03 والمقدرة بـ " 12.5 " تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (2-1) إي 1 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "نعم" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

ومنه نستنتج أن نصائح المدرس لها دور كبير في إقبال التلاميذ على التدريب وهذا يدل على دور المدرس في توجيه التلاميذ.

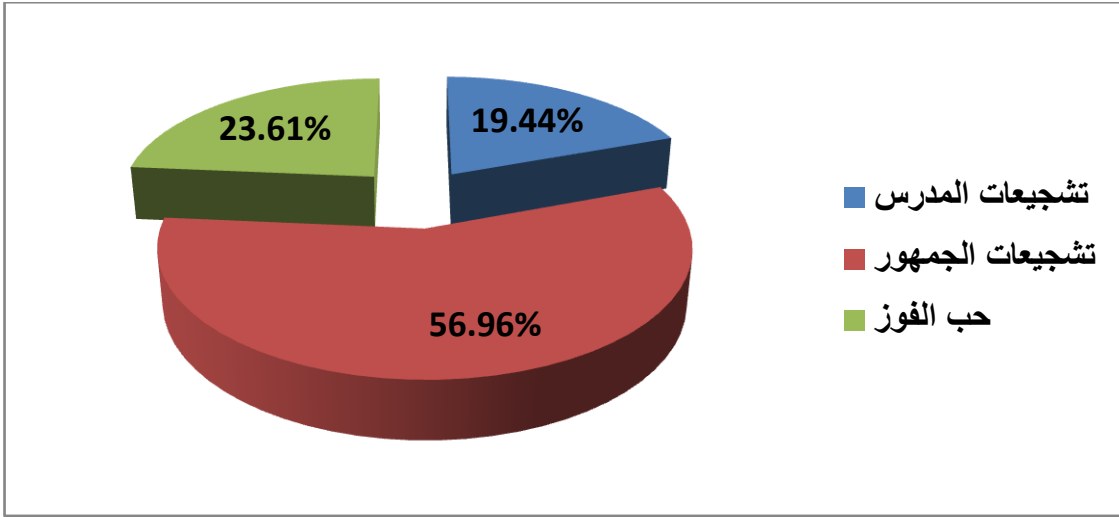
اسؤال 4: أثناء الأنشطة اللاصفية ما هو الشيء الذي يجعلك أكثر أداء ورغبة في الفوز؟

الغرض من السؤال: معرفة الدافع الأكثر وراء رغبة التلاميذ في الفوز.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (21): يبين دوافع التلاميذ وراء الرغبة في الفوز.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
تشجيعات المدرس	14	19.44%	2	0.05	18.25	5.99	دالة
تشجيعات الجمهور	41	56.95%					
حب الفوز	17	23.61%					
المجموع	72	100%					



شكل(21) يمثل دوافع التلاميذ وراء الرغبة في الفوز.

#### تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (21) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 04 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (04) أن معظم التلاميذ أقرروا على أن تشجيعات الجمهور هي التي تمثل لهم الحافز والدافع وذلك بنسبة 65.95% ، أي ما يعادل 41 تلميذ في حين 17 منهم أجابوا بان الحافز هو حب الفوز فقط أي ما يعادل 23.61%، بينما 04 أعطوا المدرس الدور الفعال في تحفيزهم ما يعادل 19.44% وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ " 18.25 " تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (1-3) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "المدرس " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (21) ان تشجيعات الجمهور هي الحافز التي

تعطيهم الدافع للفوز و تحقيق نتائج أفضل .

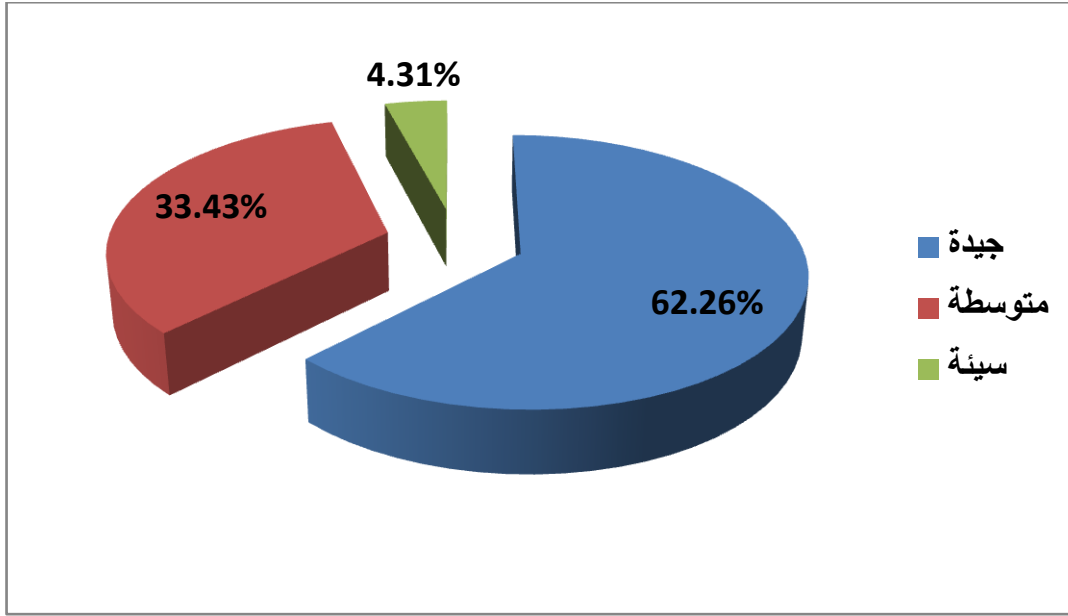
السؤال رقم 5 : كيف ترى علاقتك مع المدرس؟

الغرض من السؤال: توضيح نوع العلاقة التي تربط المدرس بالتلميذ.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خالصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم 22 : يمثل نوع العلاقة الموجودة بين المدرس و التلميذ.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
جيدة	45	62.26%	2	0.05	36.75	5.99	دالة
متوسطة	24	33.43%					
سيئة	03	04.31%					
المجموع	72	100%					



شكل (22) يمثل نوع العلاقة الموجودة بين المدرس والتلميذ.

#### تحليل و مناقشة الجدول :

من خلال الجدول (22) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 05 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (05) أن 45 تلميذ أجابوا بأهم على علاقة جيدة مع المدرس وذلك بنسبة 62.26% بينما 24 من التلاميذ ما يعادل 33.43% أكدوا على أهم على علاقة متوسطة مع المدرس في حين 03 تلاميذ ذوي علاقة سيئة مع المدرس قدر بنسبة 4.31%. وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ " 36.75 " تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "جيدة" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال تحليل نتائج الجدول رقم ( 22 ) أن جل التلاميذ تربطهم علاقة وطيدة مع

المدرس مما يساعدهم على تحقيق الراحة النفسية التي بدورها تعد المكسب الحقيقي للتلميذ.

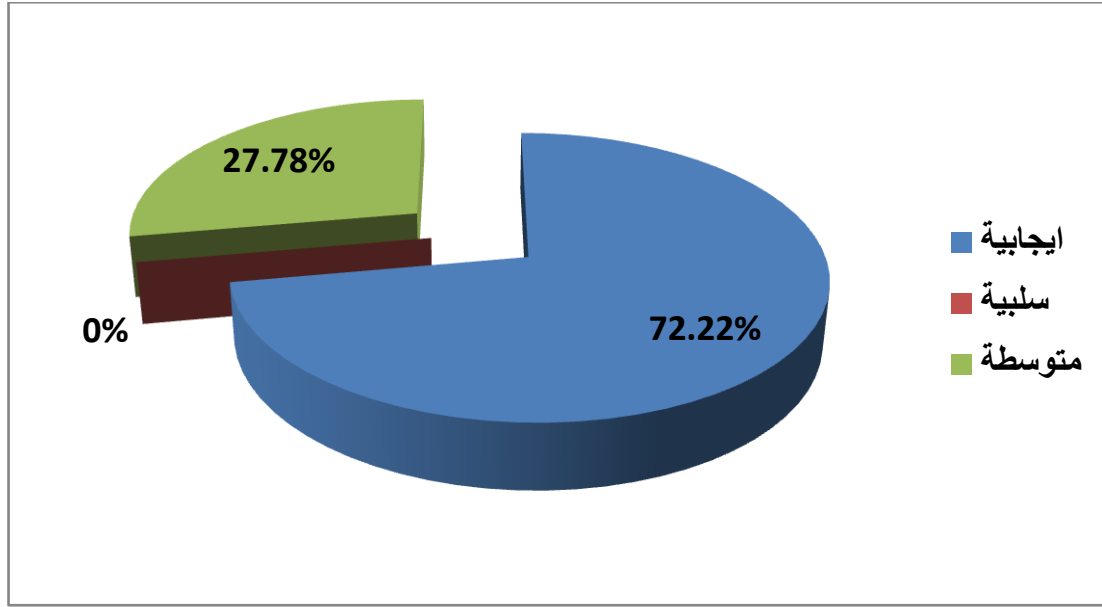
السؤال 6 : كيف تنظر لعلاقة التلاميذ مع المدرس؟

الغرض من السؤال: معرفة نظرة التلميذ إلى العلاقة القائمة بين المدرس و التلاميذ ككل.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم 23 : يمثل نظرة التلميذ إلى علاقة المدرس بالتلاميذ ككل.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
إيجابية	52	72.22%	2	0.05	57.33	5.99	دالة
سلبية	00	00%					
متوسطة	20	27.78%					
المجموع	72	100%					



شكل (23) يمثل نظرة التلميذ إلى علاقة المدرس بالتلاميذ ككل.

تحليل و مناقشة الجدول :

من خلال الجدول (23) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 06 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (06) أن معظم التلاميذ أقرروا على ان علاقة التلاميذ مع المدرس علاقة ايجابية وذلك بنسبة 72.22 % أي ما يعادل 52 تلميذ في حين 20 منهم أجابوا بأن العلاقة متوسطة مع المدرس أي ما يعادل 27.78%، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ " 57.33 " تبين أنها أكبر من الجدوليّة عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "ايجابية " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم ( 23) ان علاقة التلاميذ مع مدرسهم علاقة ايجابية الأمر الذي

يساعدهم على تحقيق نتائج أفضل.

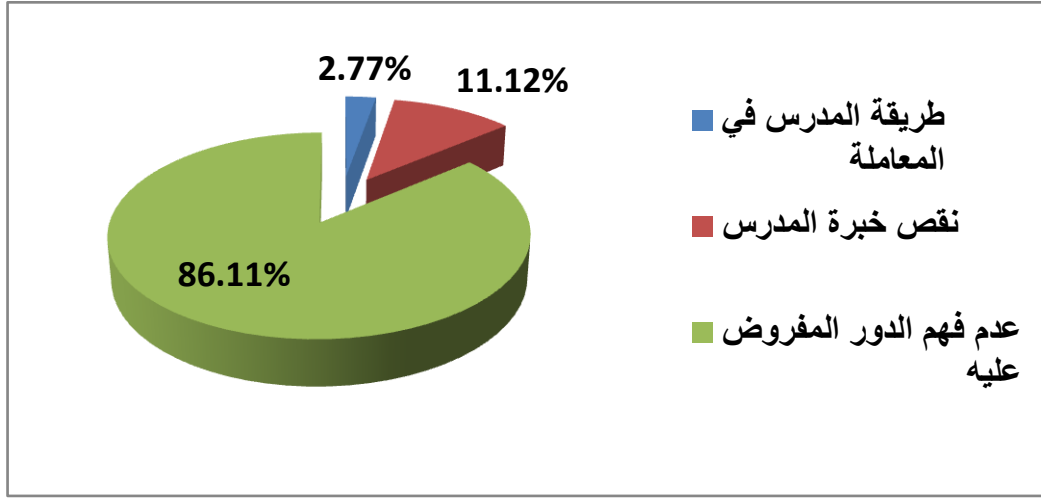
السؤال رقم 7: في رأيك هل عدم احترام وضعية اللّعب فوق أرضية الميدان راجع إلى:

الغرض من السؤال : معرفة السبب الذي يترك التلميذ لا يحترم موقعه فوق أرضية الميدان.

وبعد الإطلاع على الاستثمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم 24: يمثل أسباب ترك التلميذ لموقعه في الميدان.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
طريقة المدرس في المعاملة	02	02.77 %	2	0.05	91	5.99	دالة
نقص خبرة المدرس	08	11.12 %					
عدم فهم الدور المفروض عليه	62	86.11 %					
المجموع	72	100%					



شكل (24) يمثل أسباب ترك التلميذ لموقعه في الميدان.

#### تحليل و مناقشة الجدول :

من خلال الجدول (24) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 07 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (07) أن 62 تلميذ أجابوا بان عدم احترام وضعية اللعب فوق ارضية الميدان راجع إلى على عدم فهم الدور المفروض على كل تلميذ وذلك بنسبة 86.11% بينما 08 منهم ما يعادل 11.12% فأرجعوها إلى نقص خبرة المدرس ، أما عن طريقة المدرس في المعاملة فأجاب تلميذين بنسبة قدرت ب 02.77% وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة ب " 91 " تبين أنها أكبر من الجدوليّة عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر ب " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "عدم فهم الدور المفروض عليه " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم (23) ان عدم احترام وضعية اللعب فوق ارضية الميدان راجعة

لعدم فهم الدور المفروض على كل تلميذ في الفريق .

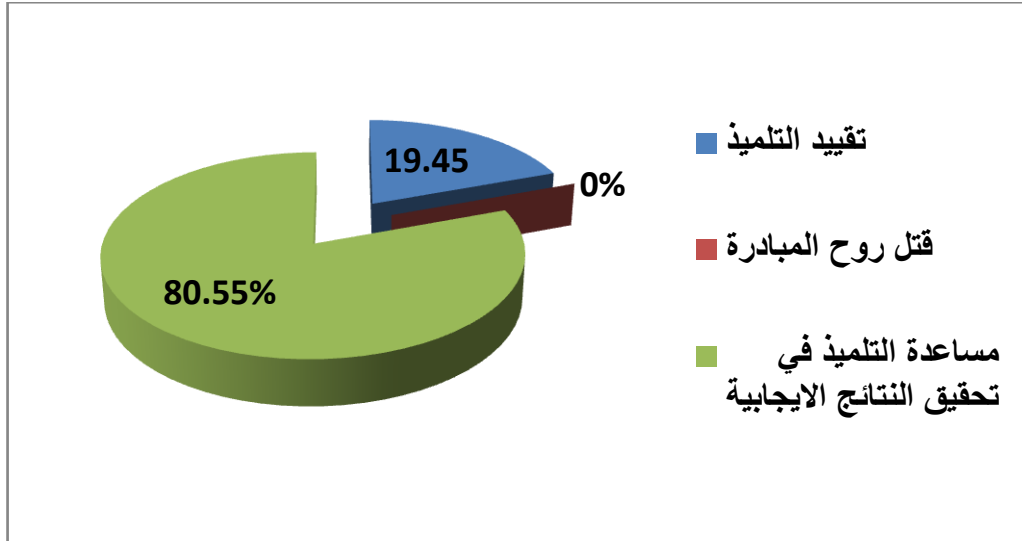
السؤال رقم 8: عندما يجبر المدرس التلاميذ على تنفيذ الأوامر ماذا تعتبرونه؟

الغرض من السؤال: معرفة نظرة التلميذ إلى المدرس الذي يجبر التلاميذ على تنفيذ أوامره.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم 25: يمثل رأي التلميذ في المدرس الذي يفرض أوامره.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
تقييد التلميذ	14	19.45%	2	0.05	76.33	5.99	دالة
قتل روح المبادرة	00	00%					
مساعدة التلميذ في تحقيق النتائج الايجابية	58	80.55%					
المجموع	72	100%					



شكل (25) يمثل رأي التلميذ في المدرس الذي يفرض أوامره.

من خلال الجدول (25) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 08 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (08) أن معظم التلاميذ أقرروا على ان اجبار المدرس على تنفيذ الاوامر يعتبر فقط كمساعدة التلاميذ من اجل تحقيق النتائج الايجابية وذلك بنسبة 80.55 % أي ما يعادل 58 تلميذ في حين البقية أي 14 تلاميذ بأنها تقييد التلميذ أي ما يعادل 19.45%، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ " 76.33 " تبين أنها أكبر من الجدولي ة عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "النتائج الايجابية " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم (25) ان معظم التلاميذ أقرروا على ان اجبار المدرس على تنفيذ الاوامر يعتبر فقط كمساعدة التلاميذ من اجل تحقيق النتائج الايجابية وهذا هو الأرجح.

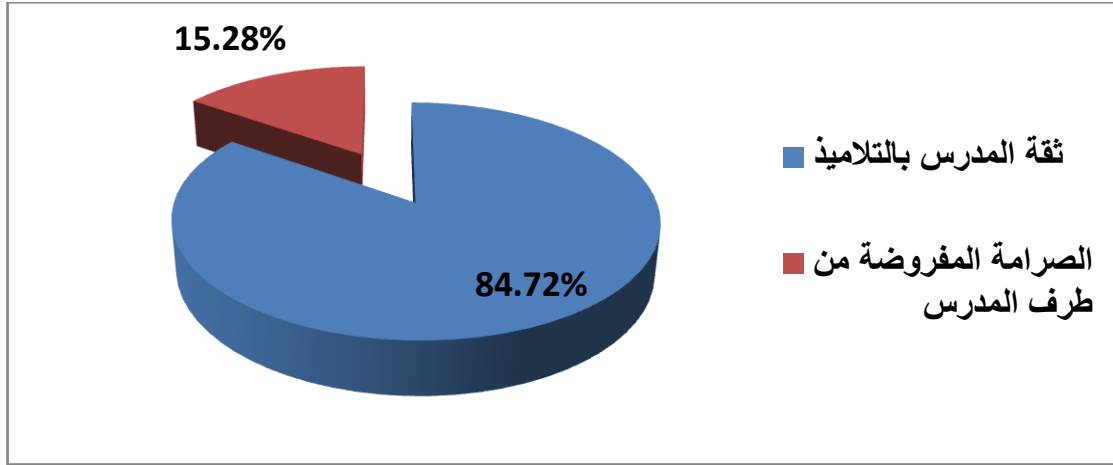
السؤال رقم 9: إلى ماذا ترجعون المردود الجيد أثناء المباراة؟

الغرض منه: تحديد سبب تقاسم التلاميذ لمردود جيد أثناء المباراة.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم 26: يمثل أسباب تحسن المردود لدى التلاميذ أثناء المباراة.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 الحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
ثقة المدرس بالتلاميذ	61	84.72%	1	0.05	34.72	3.84	دالة
الصرامة المفروضة من طرف المدرس	11	15.28%					
المجموع	72	100%					



شكل (26) يمثل أسباب تحسن المردود لدى التلاميذ أثناء المباراة.

#### تحليل و مناقشة الجدول :

من خلال الجدول (26) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 09 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (09) أن 61 تلميذ أجابوا بان المردود الجيد في المباراة راجع إلى ثقة المدرس في التلاميذ وذلك بنسبة 84.72% بينما 11 منهم ما يعادل 15.28% فأرجعوها إلى الصرامة المفروضة من طرف المدرس ، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ " 34.72 " تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (1-2) إي 1 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "ثقة المدرس" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم ( 25 ) ان المردود الجيد في المباراة راجع إلى ثقة المدرس في

التلاميذ بحيث يمدهم بالطاقة النفسية التي تدفعهم و تحفزهم على الفوز .

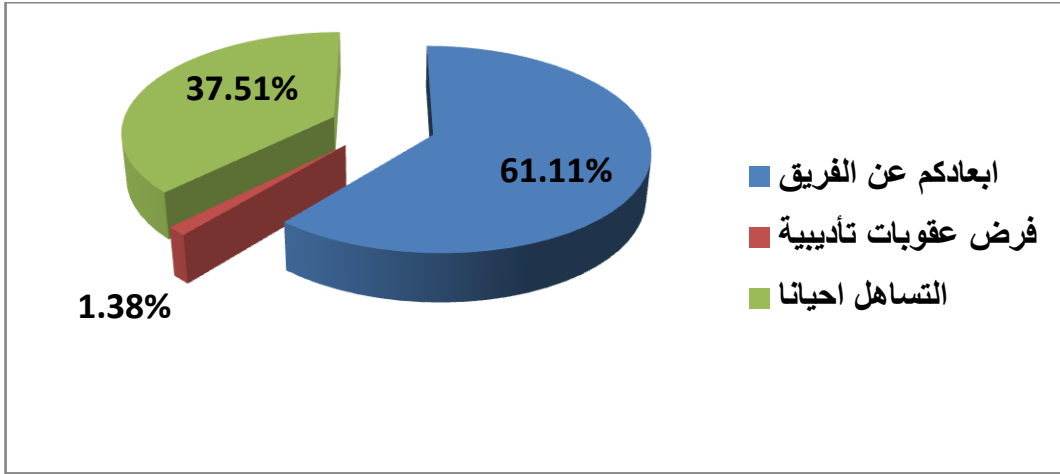
السؤال رقم 10: في حالة غيابك عن الحصص التدريسية كيف يكون رد فعل المدرس؟

الغرض منه: معرفة الطريقة التي يتعامل بها المدرس مع التلميذ الذي يغيب عن الحصص التدريسية.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم 27: يمثل الإجراءات التي يتخذها المدرس اتجاه التلميذ الذي يغيب عن الحصص التدريسية.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
ابعادكم عن الفريق	44	61.11%	2	0.05	39.08	5.99	دالة
فرض عقوبات تأديبية	01	01.38%					
التساهل احيانا	27	37.51%					
المجموع	72	100%					



شكل (27) يمثل الإجراءات التي يتخذها المدرس تجاه التلميذ الذي يغيب عن الحصص التدريسية.

من خلال الجدول (27) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 10 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (10) أن معظم التلاميذ أجابو بانهم في حالة الغياب عن الحصص التدريسية يكون رد فعل المدرس بإبعادنا عن الفريق وذلك بنسبة 61.11% أي ما يعادل 44 تلميذ في حين 27 تلاميذ أجابوا بأنه يتساهل أحيانا معنا بأنها تقيد التلميذ أي ما يعادل 37.51% في حين تلميذ واحد اجاب بانه يفرض عقوبات تأديبية وذلك بنسبة 01.38، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ " 39.08 " تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح " الابعاد عن الفريق " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم (25) ان معظم التلاميذ في حالة الغياب عن الحصص التدريسية

يكون رد فعل المدرس بإبعادهم عن الفريق.

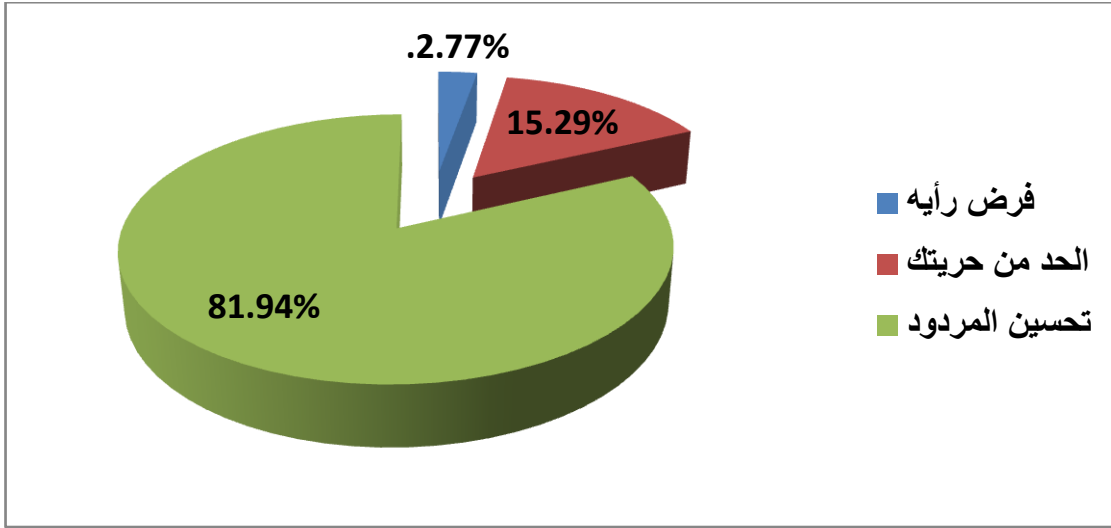
السؤال رقم 11: حسب رأيك هل ترى أن تأكيد المدرس على ما يجب القيام به في التدريس هو؟

الغرض منه : معرفة رأي التلميذ في ما يلزمه المدرس للقيام به أثناء التدريس.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم 28: يمثل نظرة التلميذ إلى المدرس الذي يؤكد على ما يجب القيام به.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 الحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
فرض رأيه	02	02.77%	2	0.05	26.08	5.99	دالة
الحد من حريتك	11	15.29%					
تحسين المردود	59	81.94%					
المجموع	72	100%					



شكل (28) يمثل نظرة التلميذ إلى المدرس الذي يؤكد على ما يجب القيام به.

#### تحليل و مناقشة الجدول :

من خلال الجدول (28) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 11 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (11) أن 59 تلميذ أجابوا بان تأكيد المدرس على ما يجب القيام به في التدريس هو فقط لتحسين المردود وذلك بنسبة 81.94% بينما 11 منهم ما يعادل 15.29% ارجعوا ذلك إلى الحد من حريتهم في حين أجاب تلميذين بأنه يفرض رأيه عليهم اي ما يعادل 2.77% . ، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة ب " 26.08 " تبين أنها أكبر من الجدولي ة عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر ب " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح " الابعاد عن الفريق " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم (25) ان معظم التلاميذ في حالة الغياب عن الحصص التدريبية

يكون رد فعل المدرس بإبعادهم عن الفريق وهذا من أجل تحسين سلوكهم.

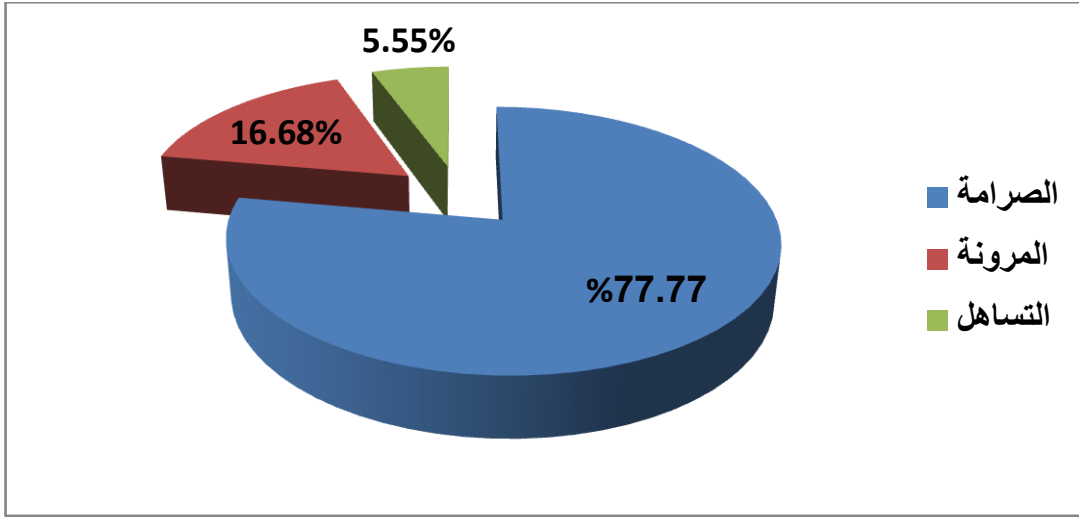
السؤال 12: حسب رأيك ما هو أسلوب المعاملة الأمثل الذي ينبغي أن ينتهجه المدرس مع التلاميذ؟

الغرض من السؤال: تحديد الأسلوب الذي يتبعه المدرس مع التلاميذ.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم 29: يمثل أسلوب المعاملة الأمثل الذي ينتهجه المدرس

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
الصرامة	56	77.77%	2	0.05	65.33	5.99	دالة
المرونة	12	16.68%					
التساهل	04	5.55%					
المجموع	72	100%					



شكل (29) يمثل أسلوب المعاملة الأمثل الذي ينتهجه المدرس

### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (29) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 12 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (12) أن معظم التلاميذ أجابوا بان الاسلوب المناسب للمدرس في التعامل مع التلاميذ هو الصرامة وذلك بنسبة 77.77 % أي ما يعادل 56 تلميذ في حين 12 تلاميذ أجابوا بأن يكون الأسلوب مرن مع التلاميذ أي ما يعادل 16.68% بينما 04 تلاميذ رأوا أن أسلوب التساهل أحسن وبنسبة 5.55 %، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ " 65.33 " تبين أنها أكبر من الجدوليّة عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح " الصرامة " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم ( 29) أن معظم التلاميذ أجابوا بان الاسلوب المناسب

للمدرس في التعامل مع التلاميذ هو الصرامة هذه الأخيرة التي تهذب التلاميذ و تجعلهم أكثر

واقعية.

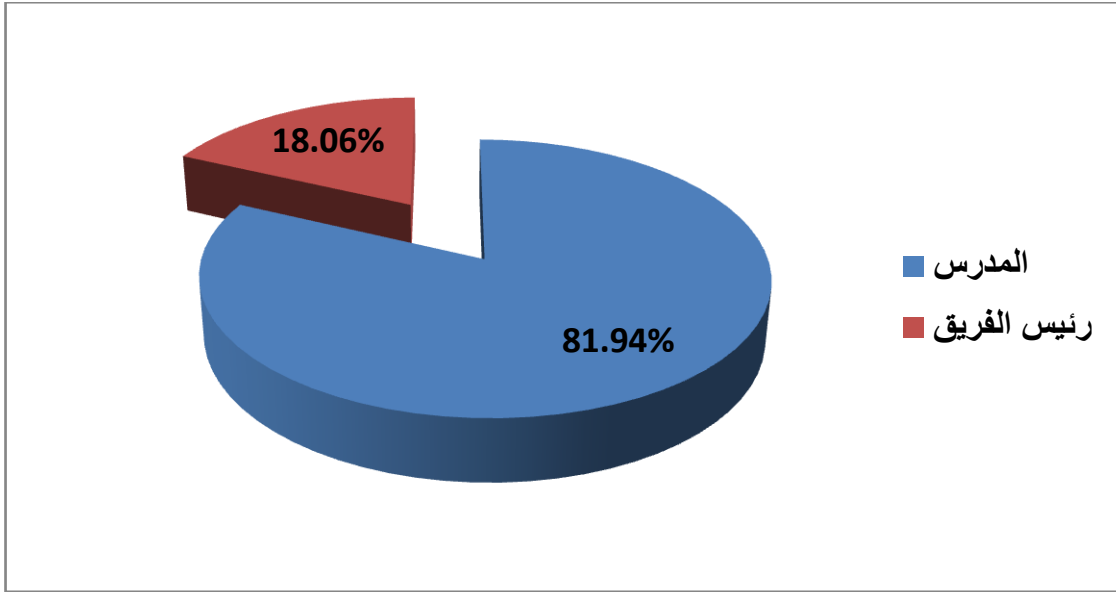
السؤال 13: إذا كان لديك مشكل معين من الذي يساعدك؟

الغرض من السؤال: معرفة من أي طرف تكون مساعدة التلاميذ في حل مشاكلهم.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (30): يبين الأشخاص المساعدة في حل مشاكل التلاميذ.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
المدرس	59	81.94%	1	0.05	29.38	3.84	دالة
رئيس الفريق	13	18.06%					
المجموع	72	100%					



شكل (30) يمثل الأشخاص المساعدة في حل مشاكل التلاميذ

#### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (30) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 13 لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (13) أن 59 تلميذ أجابوا بان المدرس هو الأقرب إلى المساعدة وذلك بنسبة 81.94% بينما 13 منهم ما يعادل 18.06% أرادوا رئيس الفريق وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ " 29.38 " تبين أنها أكبر من الجدولي ة عند درجة حرية (2-1) إي 1 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح " المدرس " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم ( 30 ) أن معظم التلاميذ أجابو ان المدرس هو الأقرب إلى

المساعدة و هذا ما يؤكد الصلة بين المدرس و تلاميذه التي تجعل الفريق قويا و تحافظ على

تماسكه.

المحور الثاني: أثر الجمهور على مستوى أداء التلاميذ.

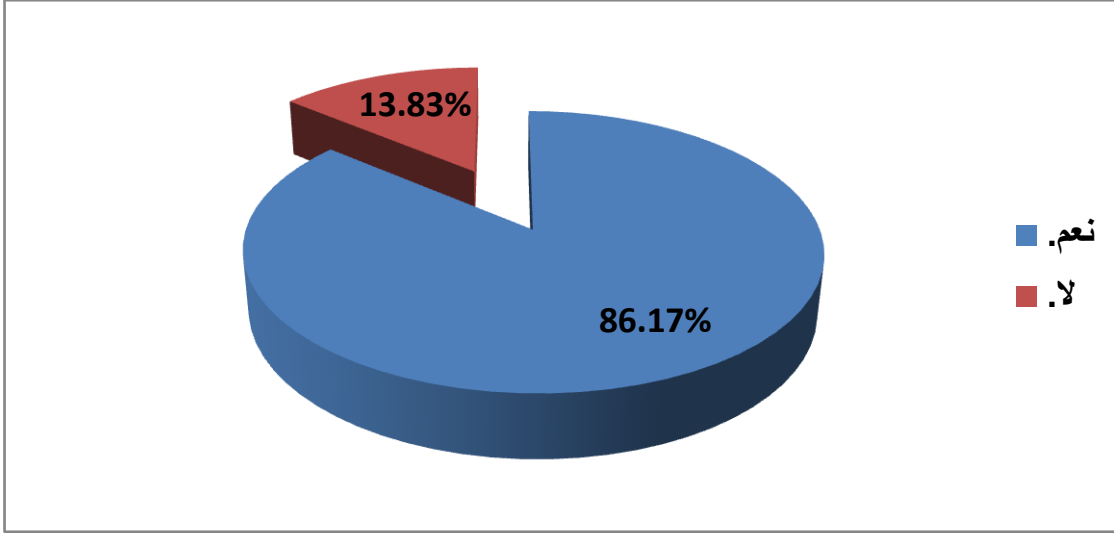
**السؤال 1:** هل تحب اللعب في وجود الجمهور؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى حب التلاميذ للعب في وجود الجمهور.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (31): يبين ما إذا كان التلاميذ يحبون اللعب في وجود الجمهور.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
نعم	62	86.17%	1	0.05	37.55	3.84	دالة
لا	10	13.83%					
المجموع	72	100%					



شكل (31) يمثل بيين ما إذا كان التلاميذ يحبون اللعب في وجود الجمهور.

#### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (31) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 1 من المحور الثاني لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم ( 1) أن معظم التلاميذ اجابوا بأنهم يحبون اللعب في وجود الجمهور وذلك بنسبة 86.17% ، أي ما يعادل 62 تلميذ في حين 10 منهم اجابوا بالعكس أي ما يعادل 13.83%، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ "37,55" تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة

حرية (1-2) إي 1 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05" مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "نعم" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم ( 31) أن معظم التلاميذ يحبون اللعب في وجود الجمهور مما يشجعهم على تحقيق نتائج أفضل.

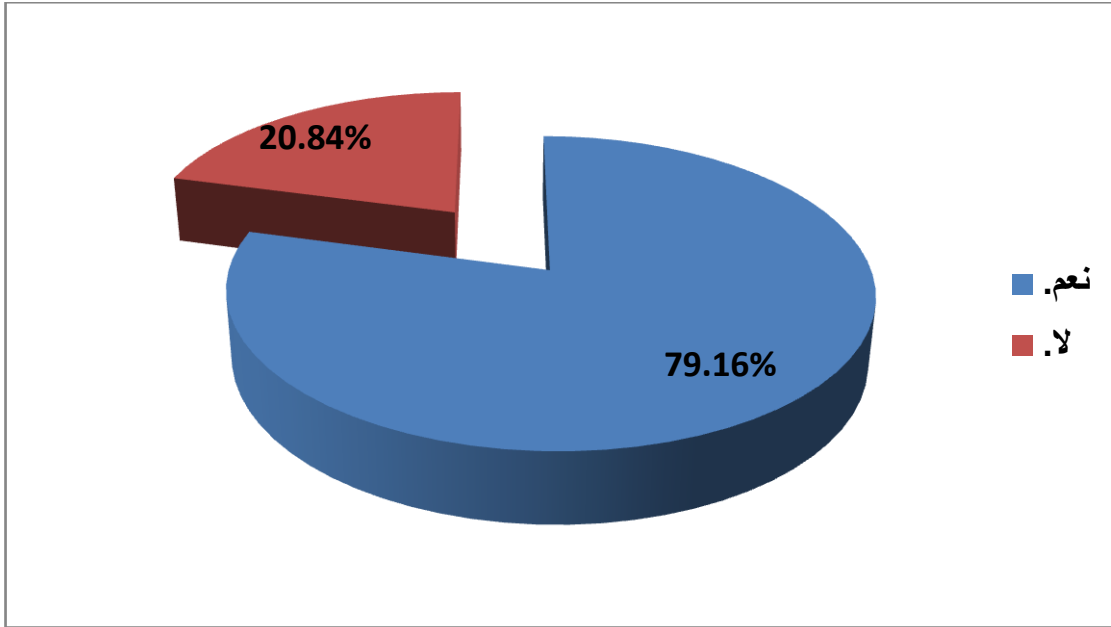
السؤال 2: هل تشعر بالخوف والقلق عند وجود جمهور الخصم؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير جمهور الخصم على نفسية وأداء التلاميذ.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (32): يبين ما إذا كان جمهور الخصم مصدر خوف وقلق للتلاميذ.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 الحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
نعم	57	79.16%	1	0.05	24.5	3.84	دالة
لا	15	20.84%					
المجموع	72	100%					



شكل (32) يمثل ما إذا كان جمهور الخصم مصدر خوف وقلق للتلاميذ.

#### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (32) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 2 من المحور الثاني لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم ( 2 ) أن 57 تلميذ أجابوا بأنهم يشعرون بالخوف والقلق عند وجود الجمهور وذلك بنسبة 79.16% بينما البقية أجابوا بالعكس ما يعادل 20.84%، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة ب"24,5" تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (2-1) إي 1 و مستوى الدلالة والمقدر ب " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "نعم" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم ( 31 ) أن معظم التلاميذ يشعرون بالخوف والقلق عند وجود

جمهور الفريق الخصم وذلك يرجع الى الضغط الذي يسببه هذا الأخير على نفسية التلاميذ.

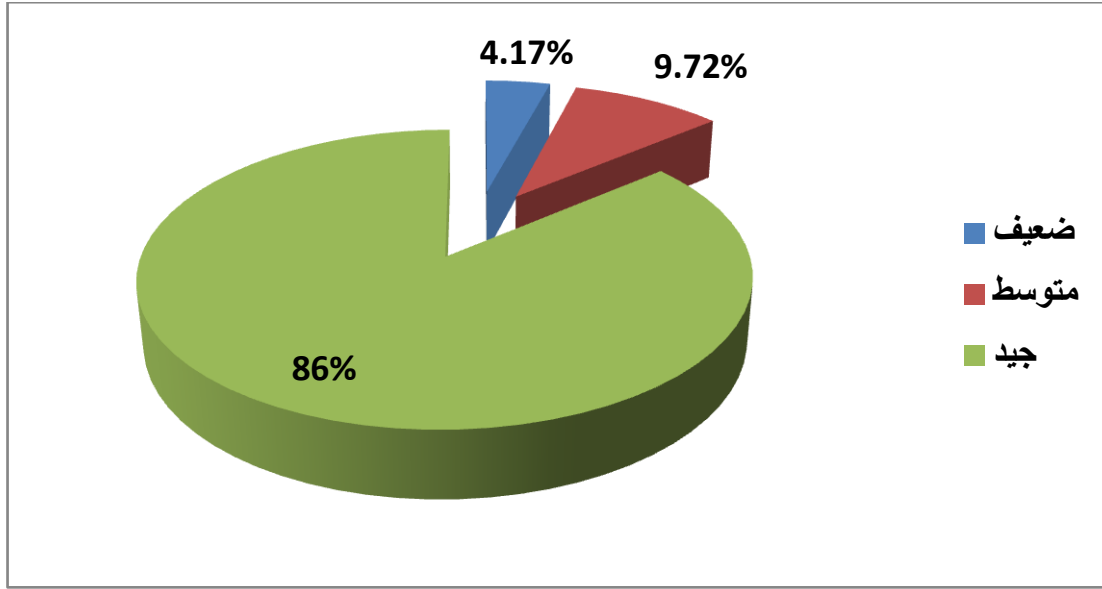
السؤال 3: عندما تسمع لصيحات وأهازيج الجمهور كيف يصبح أدائك؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير تشجيع الجمهور على أداء التلاميذ.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (33): يبين مستوى أداء التلاميذ عند أهازيج الجمهور.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
ضعيف	03	04.17%	2	0.05	90.58	5.99	دالة
متوسط	07	09.72%					
جيد	62	86.11%					
المجموع	72	100%					



شكل (33) يمثل مستوى أداء التلاميذ عند أهازيج الجمهور.

#### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (33) و الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 3 من المحور الثاني لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (3) أن معظم التلاميذ يصيح ادأؤهم جيد في وجود الجمهور وذلك بنسبة 86.11% ، أي ما يعادل 62 تلميذ في حين 07 منهم أجابوا بأن ادأؤه يصبح متوسط أي ما يعادل 09.72%، في حين 03 تلاميذ اجابوا بان مستواهم يضعف في وجود الجمهور بنسبة 04.17%، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة ب "90,58" تبين أنها أكبر من الجدوليّة عند درجة حرية (1-3) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر ب " 0.05" مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "جيد" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم (33) أن معظم التلاميذ يصيح ادأؤهم جيد في وجود الجمهور

مما يؤكد أن الجمهور يعد من أهم الأسباب المؤثرة على نفسية التلاميذ.

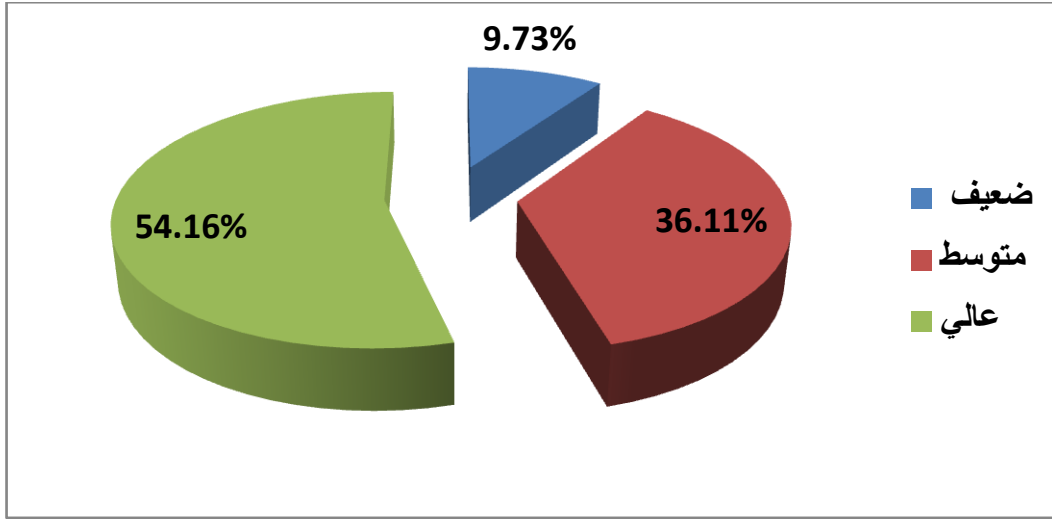
السؤال 4: كيف يكون أداؤك عند اللعب خارج ميدانك وأمام جمهور الفريق الخصم؟

الغرض من السؤال: معرفة كيفية أداء اللاعب خارج الميدان وبوجود جمهور فريق الخصم.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (34): يبين مستوى أداء اللاعب خارج الميدان وبوجود جمهور فريق الخصم.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
ضعيف	07	9.73%	2	0.05	21.58	5.99	دالة
متوسط	26	36.11%					
عالي	39	54.16%					
المجموع	72	100%					



شكل (34) يمثل يبين مستوى أداء اللعب خارج الميدان وبوجود جمهور فريق الخصم

#### تحليل و مناقشة الجدول :

من خلال نتائج الجدول رقم ( 34 ) و لذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 4 من المحور الثاني لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم ( 4) أن 39 تلميذ أجابوا بأنهم يكون أداءهم عالي خارج ميدانهم وذلك بنسبة 54,16% بينما 26 تلميذ أجابوا بأن أداءهم يصبح متوسط بحكم جمهور الخصم أي ما يعادل 36,11%. أما البقية فأدأؤهم يصبح ضعيف وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة بـ "21,58" تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "عالي " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم ( 33) أن معظم التلاميذ يكون أداءهم عالي ومتوسط في بعض

الأحيان خارج ميدانهم و أمام جمهور الفريق الخصم مما يؤكد أثر المكان و الجمهور على أداء

التلاميذ خلال الأنشطة اللاصفية.

–المحور الثالث: أهمية النشاط اللاصفي وأثره على مستوى التلاميذ.

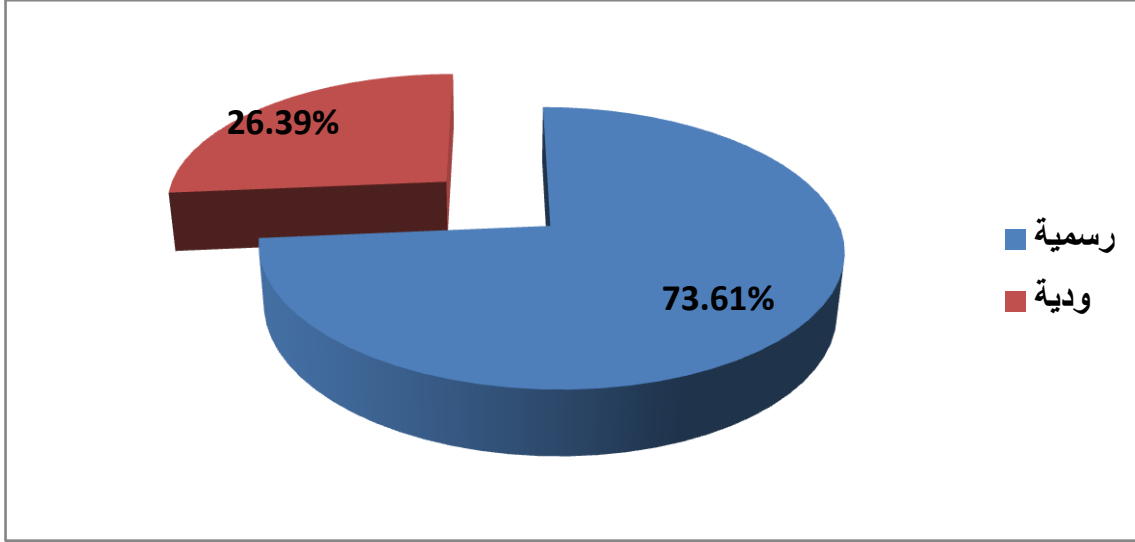
السؤال 1: هل تفضل اللعب في مباراة رسمية ام ودية؟

الغرض من السؤال: معرفة نوع المباراة المفضلة عند التلاميذ

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (35): يبين نوع المباراة المفضلة عند التلاميذ.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
رسمية	53	73.61%	1	0.05	16.05	3.84	دالة
ودية	19	26.39%					
المجموع	72	100%					



شكل (35) يمثل نوع المباراة المفضلة عند التلاميذ

#### تحليل و مناقشة الجدول :

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (35) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 1 من المحور الثالث لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم ( 1) أن معظم التلاميذ يفضلون في لعب المباريات الرسمية وذلك بنسبة 73,61% ، أي ما يعادل 53 تلميذ في حين 19 منهم أجابوا يفضلون لعب المباريات الودية أي ما يعادل 26,39%، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة ب"16,05" تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (2-1) إي 1 في السؤالين و مستوى الدلالة والمقدر ب " 0.05" مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "رسمية" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم ( 35) أن معظم التلاميذ يفضلون في لعب المباريات الرسمية مما

يبين اهتمام التلاميذ بأهمية المباراة.

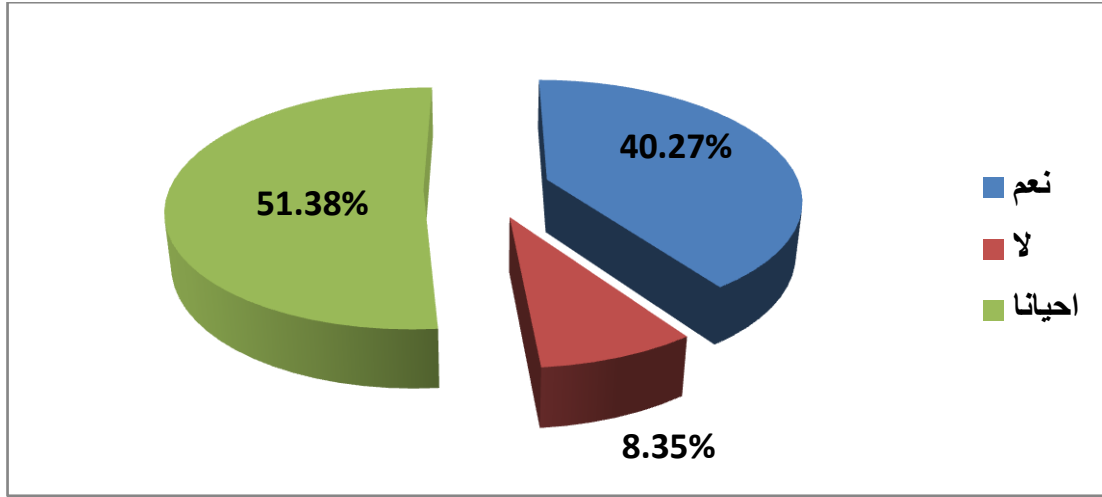
السؤال 2: هل ترتبك عند دخولك للأنشطة اللاصفية الهامة؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تحكم التلميذ في أعصابه تحت ضغط الأنشطة اللاصفية الهامة.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (36): يبين ما إذا كان التلاميذ يرتبكون عند دخولهم للأنشطة اللاصفية الهامة.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
نعم	29	40.27%	2	0.05	21.58	5.99	دالة
لا	06	8.35%					
احيانا	37	51.38%					
المجموع	72	100%					



شكل (36) يمثل ما إذا كان التلاميذ يرتكبون عند دخولهم للأنشطة اللاصفية الهامة.

### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (36) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 2 من المحور الثالث لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (2) أن 37 تلميذ أجابوا بأنهم أحيانا يرتكبون أثناء دخولهم الأنشطة اللاصفية الرسمية الهامة وذلك بنسبة 51,38% بينما 29 تلميذ أجابوا بأن يرتكبون أثناء دخولهم الأنشطة اللاصفية الرسمية الهامة أي ما يعادل 40,27%. أما البقية فلا يرتكبون ، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة ب"21,58" تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (3-1) إي 2 في السؤالين و مستوى الدلالة والمقدر ب" 0.05" مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "أحيانا" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم (36) أن معظم التلاميذ يرتكبون أحيانا أثناء الأنشطة اللاصفية

الرسمية وذلك بسبب الضغط الذي يسببه النشاط اللاصفي على نفسية التلاميذ .

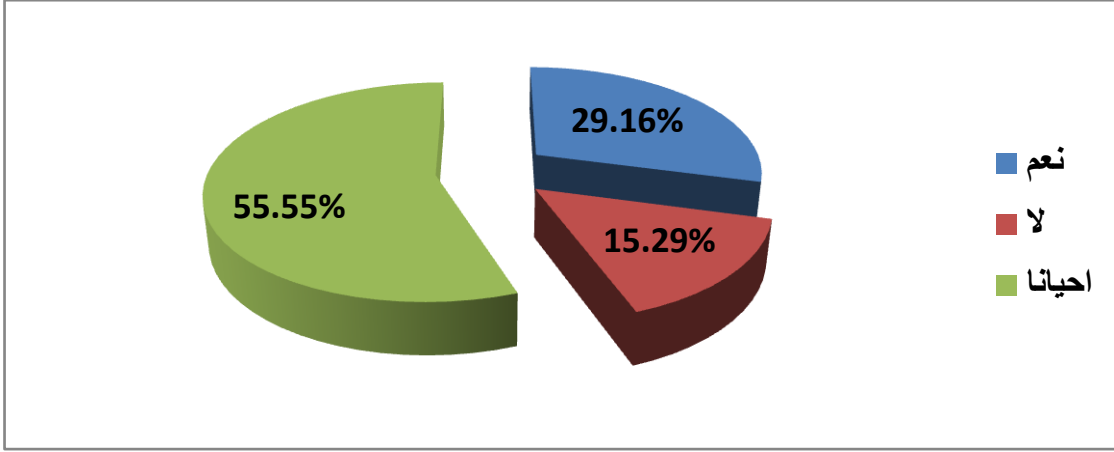
السؤال 3: هل ترتكب أخطاء كثيرة أثناء الأنشطة اللاصفية الهامة؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى تأثير الأنشطة اللاصفية الهامة على تركيز التلاميذ أثناء المباراة.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (37): يبين ما إذا كان التلاميذ يرتكبون أخطاء كثيرة أثناء الأنشطة اللاصفية الهامة.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
نعم	21	29.16%	2	0.05	18.08	5.99	دالة
لا	11	15.29%					
أحيانا	40	55.55%					
المجموع	72	100%					



شكل (37) يمثل ما إذا كان التلاميذ يرتكبون أخطاء كثيرة أثناء الأنشطة اللاصفية الهامة.

### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (37) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 3 من المحور الثالث لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (3) أن 40 تلميذ أجابوا بأنهم يرتكبون أحيانا أخطاء أثناء الأنشطة اللاصفية الهامة بنسبة 55.55%، بينما ما نسبته 29.16% أي ما يعادل 21 من التلاميذ أجابوا على أنهم يرتكبون الأخطاء في الأنشطة اللاصفية الهامة ، أما البقية لا يرتكبون ، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة ب"18,08" تبين أنها أكبر من الجدوليّة عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر ب" 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "أحيانا" أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم (37) أن معظم التلاميذ يرتكبون أحيانا أثناء الأنشطة اللاصفية

الهامة مما يؤكد اهتمامهم بالفوز و خوفهم من الخسارة .

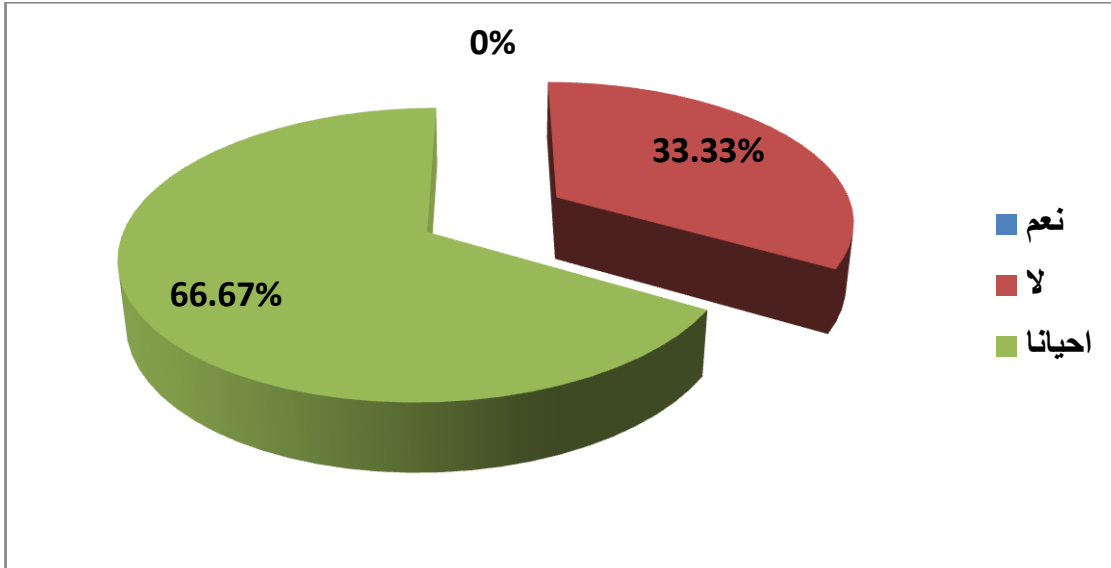
السؤال 4: هل أداؤك منخفض كلما حضرت مباراة هامة؟

الغرض من السؤال: معرفة مستوى الأداء في المباريات الهامة.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (38): يبين ما اذا كان مستوى أداء التلاميذ ينخفض في المباريات الهامة.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
نعم	00	00%	2	0.05	48	5.99	دالة
لا	24	33.33%					
احيانا	48	66.67%					
المجموع	72	100%					



شكل (38) يمثل اذا كان مستوى أداء التلاميذ ينخفض في المباريات الهامة.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (38) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 4 من المحور الثالث لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (4) أن معظم التلاميذ احيانا ينخفض أدائهم عندما تحضر مباراة هامة وذلك بنسبة 66.67% ، أي ما يعادل 48 تلميذ في حين البقية كلهم لا ينخفض أدائهم كلما حضرت مباراة هامة أي ما يعادل 33.33%، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة ب"18" تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر ب" 0.05" مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح " أحيانا " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم ( 38 ) أن معظم التلاميذ احيانا ينخفض أدائهم عندما تحضر

مباراة هامة الأمر الذي يجزم أن أهمية المباراة تؤثر على نفسية التلاميذ خلال الأنشطة اللاصفية.

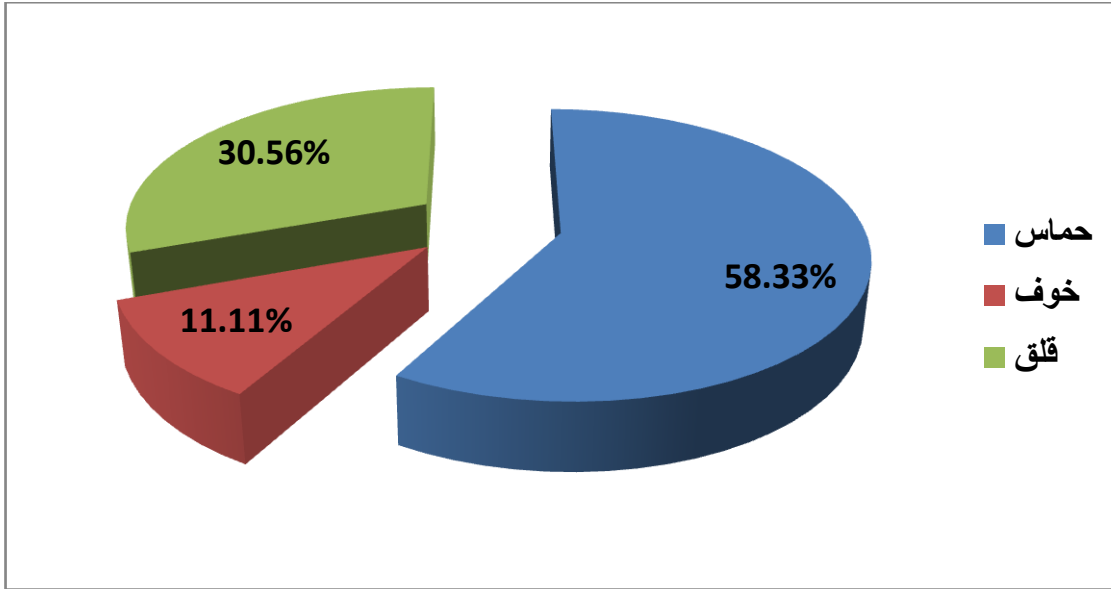
السؤال 5: كيف تشعر عند حضور مباراة مهمة (نهائي، نصف نهائي)؟

الغرض من السؤال: معرفة نفسية التلميذ في المباريات الهامة.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

الجدول رقم (39): يبين نوع الشعور لدى التلاميذ في المباريات المهمة.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 الحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
حماس	42	58.33%	2	0.05	24.33	5.99	دالة
خوف	08	11.11%					
قلق	22	30.56%					
المجموع	72	100%					



شكل (39) يمثل نوع الشعور لدى التلاميذ في المباريات المهمة.

#### تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (39) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 5 من المحور الثالث لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (5) أن 42 تلميذ أجابوا بأنهم يشعرون بالحماس عند حضور المباريات مثل النصف نهائي او النهائي وذلك بنسبة 58.33% بينما 22 منهم يشعرون بالقلق أي ما يعادل 30.56%. أما البقية فيشعرون بالخوف ، وعند حساب  $K^2$  المحسوبة والمقدرة بـ "24,33" تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر بـ " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح " الحماس " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم (39) أن معظم التلاميذ يشعرون بالحماس عند حضور

المباريات مثل النصف نهائي او النهائي وهذا راجع لأهمية المباراة.

**السؤال 6:** ما هي الأسباب الرئيسية التي ترى أن لها علاقة مباشرة مع مستوى أدائك؟

**الغرض من السؤال:** معرفة الأسباب الرئيسية التي لها علاقة بمستوى أداء التلاميذ.

لقد اختلفت آراء التلاميذ حول الأسباب الرئيسية المؤثرة على مستوى أدائهم حيث أن نسبة من التلاميذ أكدوا على أن التحضير البدني والنفسي هو من أهم العوامل المؤثرة على مستوى أدائهم ونسبة أخرى أرجعوا الأسباب إلى طبيعة العلاقة مع زملائهم والمدرس المشرف عليهم وإلى الإمكانيات المادية المتوفرة مثل المركبات والألبسة الرياضية والحوافز المادية.

- نستنتج أن هناك عدة أسباب مؤثرة على مستوى أداء التلاميذ خلال الأنشطة اللاصفية و لعل

التحضير البدني و النفسي من أهم تلك الأسباب التي يعانون منها.

السؤال 7: كيف يكون رد فعلك عندما يكون الخصم متقدم عليك في النتيجة أثناء اللحظات الحاسمة

في المباراة المصرية عالية المستوى؟.

الغرض من السؤال : هو معرفة رد فعل التلاميذ عندما يكون الخصم متقدم عليهم في النتيجة أثناء

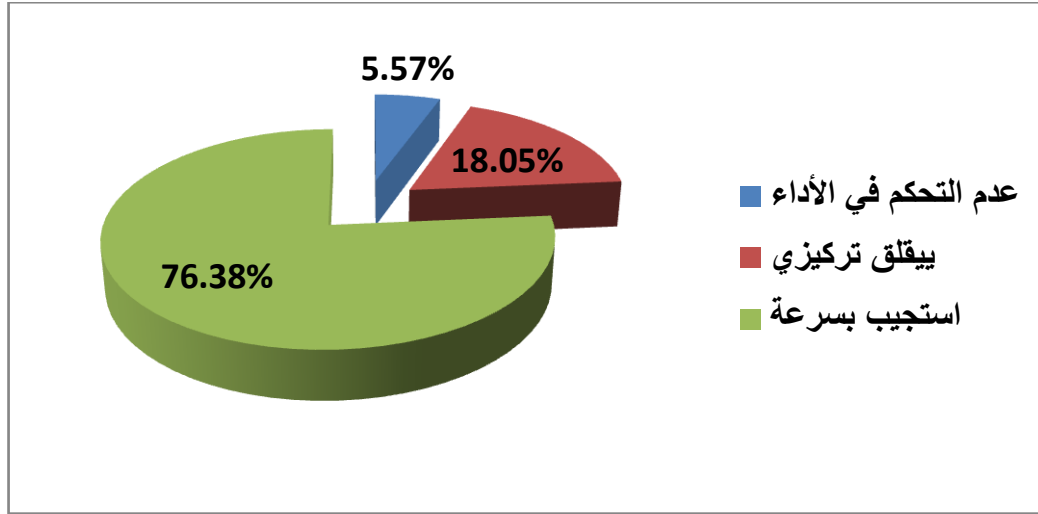
اللحظات الحاسمة في المباراة المصرية عالية المستوى

وبعد الإطلاع على الاستثمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

جدول رقم (40): يبين ردود أفعال التلاميذ عندما يكون الخصم متقدما عليهم أثناء اللحظات الحاسمة

في المباراة المصرية عالية المستوى.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
عدم التحكم في الأداء	04	5.57%	2	0.05	61.75	5.99	دالة
يقل تركيزي	13	18.05%					
استجيب بسرعة	55	76.38%					
المجموع	72	100%					



شكل (40) يمثل ردود أفعال التلاميذ عندما يكون الخصم متقدما عليهم أثناء اللحظات الحاسمة في

المباراة المصرية عالية المستوى

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (40) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 7 من المحور الثالث لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (7) أن معظم التلاميذ أجابوا بأنهم يردون بسرعة عند تقدم الخصم وذلك بنسبة 76.38% أي ما يعادل 55 تلميذ، بينما ما نسبته 18.05% أي ما يعادل 13 تلميذ أجابوا على أنهم يقل تركيزهم ، في نجد 4 منهم يشعر بالخوف اي ما يعادل 05.57% ، وعند حساب K2 المحسوبة والمقدرة ب "61,75" تبين أنها أكبر من الجدولي ة عند درجة حرية (1-3) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر ب " 0.05" مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح " استجيب بسرعة " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم (40) أن معظم التلاميذ يردون بسرعة عند تقدم الخصم وهذا

لإدراك التعادل أو تحقيق الفوز أو على الأقل الخروج بأقل الأضرار.

السؤال 8: كيف ترى عدم الاستقرار والنظام في برنامج ورزنامة الأنشطة اللاصفية لفريقك؟.

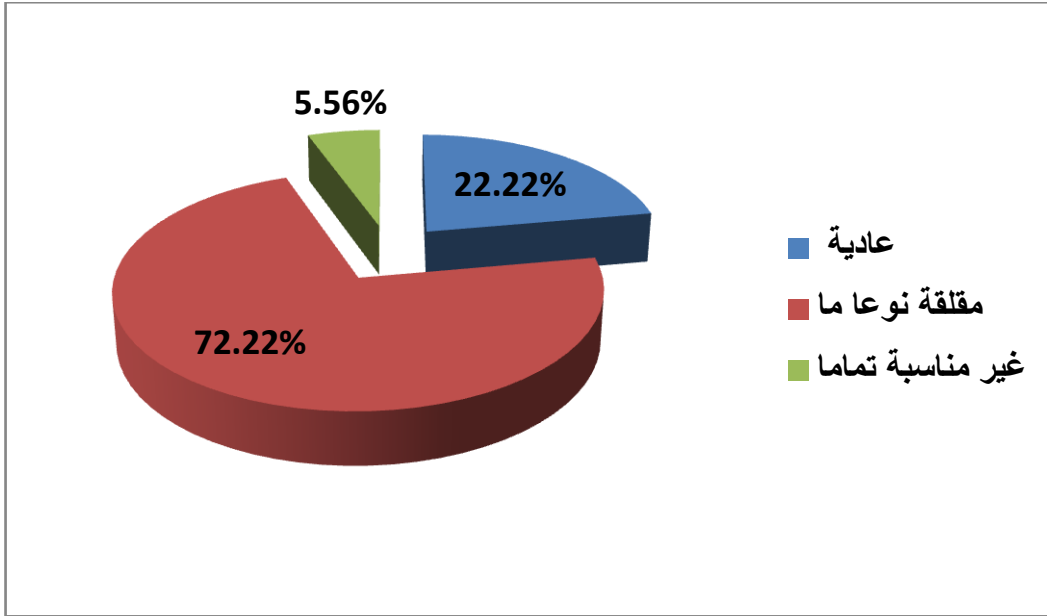
الغرض من السؤال : هو معرفة تأثير التلاميذ من عدم استقرار النظام في برنامج ورزنامة الأنشطة

اللاصفية للفريق.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

جدول رقم(41): يبين تأثير عدم استقرار النظام في برنامج ورزنامة الأنشطة اللاصفية للفريق.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
عادية	16	22.22%	2	0.05	52	5.99	دالة
مقلقة نوعا ما	52	72.22%					
غير مناسبة تماما	04	05.56%					
المجموع	72	100%					



شكل (41) يمثل تأثير عدم استقرار النظام في برنامج ورزنامة الأنشطة اللاصفية للفريق.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (41) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 8 من المحور الثالث لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم ( 8 ) أن معظم التلاميذ رؤيتهم إلى عدم استقرار النظام والبرنامج ورزنامة الفريق امر مقلق نوعا ما وذلك بنسبة 72.22% ، أي ما يعادل 21 تلميذ في حين 16 تلاميذ وبنسبة 22.22% يرون الامر عادي في حين 04 تلاميذ اجابوا بان رزنامة الفريق غير مناسبة تماما هذا ما يعادل 05.56%، وعند حساب K2 المحسوبة ب" 52 " تبين أنها أكبر من الجدولية عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر ب" 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "مقلقة نوعا ما " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم ( 41 ) أن معظم التلاميذ رؤيتهم إلى عدم استقرار النظام

والبرنامج و رزنامة الفريق امر مقلق نوعا ما.

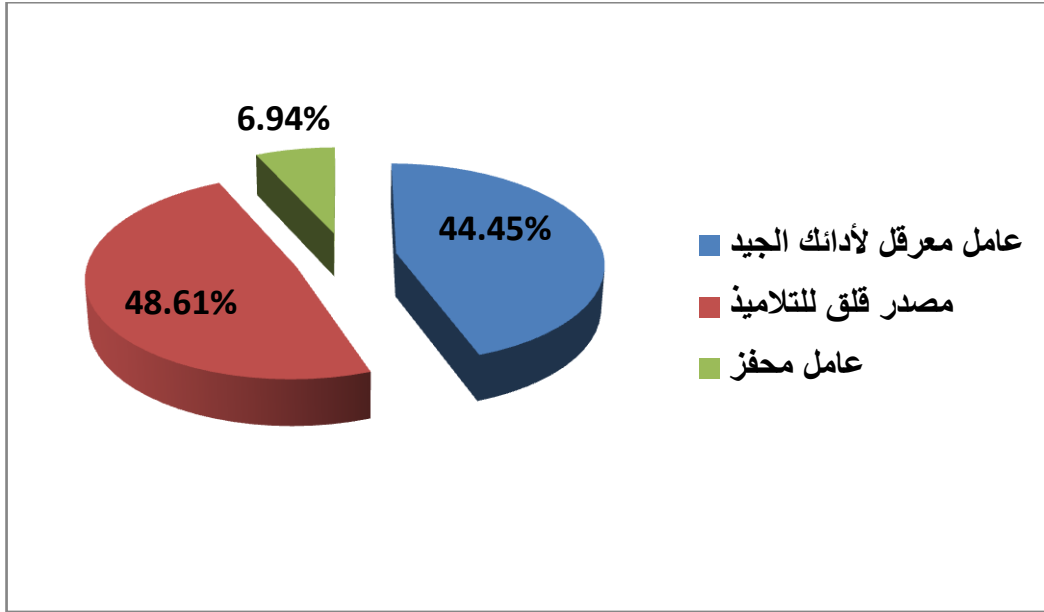
السؤال 9: حدث وأن عشت في مباراة رسمية تحكيما غير نزيه، كيف تعتبر هذا التصرف؟.

الغرض من السؤال: هو معرفة مستوى رأي التلاميذ في نزاهة الحكام أثناء المنافسات الرسمية.

وبعد الإطلاع على الاستمارات الاستبيان خلصنا إلى النتائج المبينة في الجدول والرسم البياني التاليين:

جدول رقم(42): يبين آراء التلاميذ فيما يخص نزاهة الحكام لأثناء الأنشطة اللاصفية الرسمية.

الإقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	الدلالة الفروق
عامل معرفل لأدائك الجيد	32	44.45%	2	0.05	22.75	5.99	دالة
مصدر قلق للتلاميذ	35	48.61%					
عامل محفز	05	6.94%					
المجموع	72	100%					



شكل (42) يمثل آراء التلاميذ فيما يخص نزاهة الحكام أثناء الأنشطة اللاصفية الرسمية.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (42) الذي يوضح اجابات التلاميذ على السؤال رقم 9 من المحور الثالث لاحظ الطلبة الباحثين في السؤال رقم (9) أن 32 تلميذ أجابوا بأن تصرف الحكم الغير التزيه في مباراة رسمية هو عامل مقلق ومعرفل للأداء الجيد وذلك بنسبة 44.45% و 48.61%، اي ما يعادل 35 تلميذ يعتبرونه مصدر مقلق للتلاميذ، في حين البقية يعتبرونه امر محفز وعند حساب K2 المحسوبة ب" 22,75 " تبين أنها أكبر من الجدولي ة عند درجة حرية (3-1) إي 2 و مستوى الدلالة والمقدر ب " 0.05 " مما يدل على وجود دلالة إحصائية لصالح "مصدر قلق للاعبين " أي أن هاته الفروق لا ترجع إلى الصدفة.

- نستنتج من خلال الجدول رقم (42) أن معظم التلاميذ يعتبرون تصرف الحكم الغير التزيه في مباراة رسمية هو مصدر قلق للتلاميذ مما يؤكد أن لأهمية النشاط اللاصفي أثر بالغ على نفسية التلاميذ.

## الإستنتاجات:

- معظم التلاميذ لديهم تنوع في الحصص التدريبية.
- أغلبية التلاميذ يتلقون نصائح من طرف المدرس.
- نصائح المدرس لها دور كبير في إقبال التلاميذ على التدريب.
- التحضير النفسي الجيد ينعكس بالإيجاب على مردود التلاميذ داخل الميدان.
- جميع المدرسين غير مهتمين بالجانب النفسي للتلاميذ.
- لضغط جمهور فريق الخصم أثر سلبي على نفسية وأداء التلاميذ.
- عدوانية الجمهور اتجاه التلاميذ يؤثر تأثيرا كبيرا على مستوى أدائهم داخل الملعب.
- معظم التلاميذ يزداد حماسهم وأدائهم فوق أرضية الميدان بازدياد تشجيع الجمهور لهم.
- لأهمية المنافسة دور كبير في التأثير على سلوك وأداء التلاميذ سواء إيجابيا أو سلبيا.
- المباريات الهامة تزيد من حماس التلاميذ.
- أهمية المباريات تؤثر تأثير سلبي على حضور وتركيز التلميذ أثناء المباراة.

## مقابلة النتائج بالفرضيات:

دلت النتائج المتحصل عليها أثناء القيام بالدراسة حول مصادر القلق عند التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية أثناء الأنشطة اللاصفية

أن الفرضية العامة التي مفادها: لمصادر القلق أثر سلبي على أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية أثناء الأنشطة اللاصفية

حيث اعتمدنا على تطبيق استبيان الموجه الأساتذة و التلاميذ في الطور الثانوي فكان عرض و تحليل نتائج الفرضيات الجزئية كالاتي:

\_الفرضية الجزئية الأولى و التي مفادها إهمال المدرس للتحضير النفسي خلال التدريبات يؤدي إلى تخفيض مستوى أداء التلاميذ خلال الأنشطة اللاصفية

- يتبين من خلال عرض و تحليل الجداول رقم (03)، (04) من المحور الثاني الخاصة بتحليل نتائج استمارة الاستبيان الموجهة لأفراد العينة الأولى وهي عينة المدرسين أن جل الأساتذة أقرروا بأن للتحضير النفسي الدور الكبير في تطوير وتحسين مستوى أداء التلاميذ والنتائج المتوصل إليها في الجداول (02)، (03) من المحور الأول الخاص بتحليل نتائج استمارة الاستبيان الموجهة لأفراد العينة الثانية وهي عينة التلاميذ حيث كانت قيم ك 2 المحسوبة أكبر من قيم ك 2 الجدولية، ما أعطى دلالة إحصائية لنتائجنا حيث أغلب المدرسين بينوا أهمية التحضير النفسي على مستوى أداء التلاميذ خلال ممارستهم للنشاط اللاصفي وكذلك وضحوا أن إهمالهم لهذا التحضير النفسي يؤدي حتما إلى خفض مستوى التلاميذ ،خلاصة القول أن الفرضية الأخيرة قد تحققت بنسبة كبيرة.

الفرضية الجزئية الثانية و التي مفادها: للجمهور أثر سلبي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد أثناء الأنشطة اللاصفية.

من خلال نتائج المتوصل إليها في الجداول ( 08)، (09)، (10) من المحور الثاني التي تنتمي لتحليل نتائج استمارة الاستبيان الموجهة لأفراد العينة الأولى وهي عينة المدرس سرين التي تبين دور الجمهور و كذلك تفاعل التلاميذ معه والجداول (02)، (03)، (04) من المحور الثاني التي تنتمي لتحليل نتائج استمارة الاستبيان الموجهة

لأفراد العينة الثانية وهي عينة التلاميذ حيث كانت قيم ك 2 المحسوبة أكبر من قيم ك 2 الجدولية، ما أعطى دلالة إحصائية لنتائجنا حيث توضح بأن هناك تفاعل واضح بين التلاميذ والجمهور يتمثل في الضغط الذي يمارسه الجمهور على التلاميذ مما ينجم عليه إنخفاض متباين في مستوى التلاميذ ومنه نستخلص أن بعض النتائج تدعم الفرضية الثانية أي أنها تحققت .

**الفرضية الجزئية الثالثة و التي مفادها : لأهمية الأنشطة اللاصفية أثر سلبي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد.**

من خلال نتائج الجداول ( 11)، (13)، (14) من المحور الثاني التي تنتمي لتحليل نتائج استمارة الاستبيان الموجهة لأفراد العينة الأولى وهي عينة المدرس سرين حيث تبين واقع الذي يعيشه التلاميذ إثر ضغط الأنشطة اللاصفية على مستواهم والجداول(02)،(03) و السؤال (06) من المحور الثالث تنتمي لتحليل نتائج استمارة الاستبيان الموجهة لأفراد العينة الثانية وهي عينة التلاميذ التي بذوره توضح و تبين هاجس الذي يعيشه التلاميذ وهذا جراء لأهمية المباريات، ولا ننسى الحمل الذي يقع على عاتقهم وهذا ما ينجم عنه الإرتباك و كثرة الأخطاء التي تكون سبب إنخفاض الأداء الجيد للتلاميذ وعليه نستنتج أن بعض النتائج تدعم الفرضية الثالثة أي أن الفرضية تحققت وثبت أن لأهمية الأنشطة اللاصفية أثر سلبي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد.

من خلال الفرضيات الجزئية التي ثبتت صحتها نتوصل بأن الفرضية العامة قد تحققت . بمعنى آخر أن  
لمصادر القلق أثر سلبي على أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية أثناء الأنشطة  
اللاصفية

### الإستنتاج العام:

لكل بحث علمي مهما كان نوعه والهدف من كل دراسة هو الوصول إلى تحقيق أهدافها المسطرة قبل  
كل شيء، وما قمنا به هو تحقيق محاولة معرفة" بعض مصادرالقلق عند التلاميذ الممارسين لكرة اليد في  
الفرق الرياضية المدرسية أثناء الأنشطة اللاصفية" حيث إن النتائج المتوصل إليها بعد تحليل استمارة  
الاستبيان لكلتا العينتين بينت لنا أن كرة اليد لدى صنف الأشبال في ثانويات تعاني من نقص التحضير  
النفسي، الشيء الذي جعل التلاميذ يرتكبون أمام الجمهور خصوصا لما يتعلق الأمر بلأنشطة لاصفية ذات  
أهمية بالغة وهذا ما يعبر عنه علماء النفس بالقلق الذي يكون له اثر بالغ الصعوبة على أداء التلاميذ أثناء  
الأنشطة اللاصفية.

## الاقتراحات:

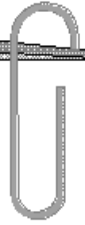
من خلال تحليل أسئلة الاستبيان الموجهة لمختلف المدرسين والتلاميذ والتي نتمنى أن تكون لها فائدة ولو

نسبية في المستقبل، اتضح لنا طرح جملة من التوصيات والاقتراحات أملا في تخفيف من المشاكل التي

تواجه التلاميذ أثناء الأنشطة اللاصفية المدرسية خصوصا مشكل القلق، حيث بنيت هذه الاقتراحات

على ما تطرقنا إليه في بحثنا هذا ومن أهمها:

- التركيز على التحضير النفسي للتلاميذ خاصة الفئات الصغرى.
- على المدرس توجيه وإرشاد التلاميذ خلال الحصص التدريسية بحيث يخدم المباريات الرسمية.
- خلق جو المنافسة أثناء التدريب بنفس وتيرة الأنشطة اللاصفية الرسمية.
- إعطاء العناية الكاملة والاهتمام الكبير بتكوين أساتذة التربية البدنية والرياضية وتأهيلهم من كل الجوانب المعرفية والنفسية الاجتماعية
- إجراء تربص في دورات تكوينية لصالح المدرسين والمنظمين للأنشطة اللاصفية خاصة في الجانب النفسي لتعميم الفائدة.
- ضرورة التكافل والتنسيق بين الفرق الرياضية المدرسية ووزارة الشباب والرياضة من أجل النهوض بالثقافة الرياضية.
- ضرورة التسيير الجيد أثناء الأنشطة اللاصفية من خلال إعطاء المسؤولية لذوي الاختصاص والخبرة في تسيير الهياكل وتنظيم الأنشطة والبطولات.
- العمل على توفير الحوافز للتلاميذ وتوجيه دعوات الى الآباء والمعلمين لحضور المباريات.



الذاتفة

العامة

## الختام:

في خاتمة هذه الدراسة والتي شملت جوانب عديدة تم كل من له علاقة بهذا الموضوع، إلا أن هذا الموضوع يبقى بحاجة ماسة إلى دراسات معمقة وتحليلية أكثر خاصة من ذوي الاختصاص، وهذا لأهمية هذا الموضوع خصوصا من خلال الإقبال والاهتمام الجماهيري الكبير الذي تعرفه كرة اليد في الآونة الأخيرة، ورغبة منا في تحسين كرة اليد في الفرق المدرسية الجزائرية، هذا ما دفعنا إلى طرح التساؤلات حول ما هي الأسباب والدوافع التي أدت إلى ضعف وتدهور نتائج كرة اليد وهذا ما جعلنا نقترح دراسة تتضمن إحدى هذه الدوافع والأسباب التي تؤدي إلى تلك النتائج السلبية ألا وهو مشكل القلق والذي ركزنا فيه على لاعبين صنف الأشبال لكرة اليد في الفرق المدرسية، ومن خلال النتائج المتوصل إليها نستنتج أن للقلق أثر كبير على الأداء العام داخل الفريق خصوصا على اللاعبين، وهذا ليس معناه انه هو العامل الوحيد الذي يؤثر على مردوديتهم وإنما هناك أسباب أخرى منها سوء التسيير داخل الفريق وأهمية المنافسة، عدم وجود ثقافة كروية، وحول دراستنا بالذات فقد طرحنا مشكلة عامة التي تفرعت عنها تساؤلات جزئية تضمنت البحث عن أسباب المشكل، ثم اقترحنا فرضيات رأينا أنها تعمل على إعطاء شيء إيجابي وحل لهذه الظاهرة، فمن خلال ما تقدم تحليله ومناقشته من خلال أسئلة الاستبيان التي وزعناها على نسبة ممثلة لمجمع البحث الذي يتمثل في عينة من المدرسين وعينة من اللاعبين توصلنا إلى أن الفرضيات الثلاثة التي تم اقتراحها قد تحققت بنسبة معتبرة وأخيرا نرجو أن يكون بحثنا قد قدم ولو جزء بسيط من الحلول لهذه الظاهرة، راجين من كل من يهمله هذا الموضوع أن يتناوله بشيء من التفصيل والدقة. وصفوة قولنا الحمد لله الذي وفقنا لإتمام هذه الدراسة.

## ملخص البحث

**عنوان الدراسة:** دراسة بعض مصادر القلق عند التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية اثناء الأنشطة اللاصفية.

**هدف الدراسة:** معرفة مصادر القلق عند التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية اثناء الأنشطة اللاصفية

**مشكلة الدراسة:** ماهي مصادر القلق عند التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية اثناء الأنشطة اللاصفية؟

**فرضيات الدراسة:**

-الفرضية العامة:لمصادر القلق أثر سلبي على التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية اثناء الأنشطة اللاصفية

-الفرضيات الفرعية:

1-إهمال المدرس للتحضير النفسي خلال التدريبات يؤدي إلى تخفيض مستوى التلاميذ.

2-لأهمية النشاط اللاصفي أثر سلبي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد.

3- للجمهور أثر سلبي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد اثناء الأنشطة اللاصفية.

-إجراءات الدراسة الميدانية:

-العينة:

-تلاميذ ممارسين لكرة اليد صنف أشبال العدد 72 تلميذ.

-المجال الزماني و المكاني: تمت الدراسة على مستوى ستة فرق من ولاية غليزان "صنف أشبال" و كانت

الدراسة الميدانية في شهري أفريل و ماي.

-المنهج: المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي.

## -الأدوات المستعملة في الدراسة:

الاستبيان وهو عبارة عن نوعين من الأسئلة مخصصة للتلاميذ والمدرسين، أسئلة معرفية و أخرى متعلقة بالجانب الجسمي.

## -النتائج المتوصل إليها:

- 1-إهمال المدرر للتحضير النفسي خلال التدريبات يؤدي إلى تخفيض مستوى أداء التلاميذ.
- 2-لأهمية النشاط اللاصفي أثر سلمي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد.
- 3- للجمهور أثر سلمي على مستوى أداء التلاميذ الممارسين لكرة اليد الأنشطة اللاصفية.

## إستخلاصات و اقتراحات:

- 1-التركيز على التحضير النفسي للاعبين خاصة المستويات الصغرى.
  - 2-ضرورة أخصائيين نفسانيين ضمن الطاقم الفني للفريق.
  - 3-على المدرب توجيه و إرشاد اللاعبين خلال الحصص التدريبية بحيث يخدم المباريات الرسمية.
  - 4-خلق جو للمنافسة أثناء التدريب بنفس وتيرة المنافسات الرسمية.
  - 5-ضرورة التكافل و التنسيق بين النوادي و الهيئات الرياضية من جهة و لجان الأنصار من جهة أخرى
- للنهوض بالثقافة الرياضية

## **ABSTRACT:**

### **Study Title : A study of some concern when pupils practitioners handball in school sports teams during extra-curricular activities .**

The goal of the study: to know the sources of concern when pupils practitioners handball in school sports teams during extra-curricular activities

Problem of the study : What are the sources of concern when pupils practitioners handball in school sports teams during extra-curricular activities ?

Hypotheses of the study :

- The general hypothesis : the sources of anxiety had a negative impact on pupils practitioners handball in school sports teams during extra-curricular activities

- Sub- hypotheses :

1 - neglect of teacher preparation through psychological exercises lead to a reduction in the level of the students .

2 - the importance of extracurricular activity had a negative impact on the level of student performance practitioners handball .

3 - the public had a negative impact on the level of student performance practitioners handball during Aaloncth extra-curricular .

- Procedures for the field study :

- Sample:

- Pupils practitioners handball cubs class number 72 pupils.

- Temporal and spatial domain : The study was conducted at the level of six teams from the state of Relizane "category cubs " and was the field study in the months of April and May ,

- Curriculum : the curriculum used is descriptive approach .

- Tools used in the study :

The questionnaire , which is a two types of questions dedicated to students, teachers , and other questions related to cognitive side bodywork .

- The results obtained :

1 - the neglect of the psychological preparation for trainers during training leads to a reduction in the level of student performance .

2 - the importance of extracurricular activity had a negative impact on the level of student performance practitioners handball .

3 - the public had a negative impact on the level of student performance practitioners handball extra-curricular activities

## **RESUME :**

**Titre de l'étude : Une étude de préoccupation quand les élèves pratiquants de handball dans les équipes sportives de l'école pendant les activités extra-scolaires .**

L'objectif de l'étude : pour connaître les sources de préoccupation lorsque les élèves pratiquants de handball dans les équipes sportives de l'école pendant les activités parascolaires

Problème de l'étude : Quelles sont les sources de préoccupation lorsque les élèves pratiquants de handball dans les équipes sportives de l'école pendant les activités parascolaires ?

Hypothèses de l'étude :

- L'hypothèse générale : les sources d'anxiété ont eu un impact négatif sur les élèves pratiquants de handball dans les équipes sportives de l'école pendant les activités parascolaires

- Sous- hypothèses :

1 - négligence de la préparation des enseignants à travers des exercices psychologiques conduire à une réduction du niveau des élèves .

2 - l'importance de l' activité parascolaire a eu un impact négatif sur le niveau de praticiens du rendement des élèves handball .

3 - le public a eu un impact négatif sur le niveau de performance des élèves praticiens handball pendant Aaloncth extra-scolaires .

- Procédures pour l'étude de terrain :

- Extrait :

- Elèves praticiens handball numéro de classe de 72  
élèves oursins .

- Domaine temporelle et spatiale : L' étude a été menée au niveau  
des six équipes de l'état de Relizane " catégorie " petits et était  
l'étude de terrain dans les mois d'Avril et Mai ,

- Curriculum : le programme utilisé est l'approche descriptive .

- Les outils utilisés dans l'étude :

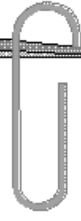
Le questionnaire , qui est un deux types de questions réservés aux  
étudiants , des enseignants et d'autres questions liées à cognitif  
carrosserie latérale .

- Les résultats obtenus :

1 - la négligence de la préparation psychologique pour les  
formateurs pendant la formation conduit à une réduction du  
niveau de performance des élèves .

2 - l'importance de l' activité parascolaire a eu un impact négatif  
sur le niveau de praticiens du rendement des élèves handball .

3 - le public a eu un impact négatif sur le niveau de performance  
des élèves praticiens handball activités extra-scolaires



المصادر

والمراجع

المراجع العربية:

الأجدي, المنجد. قاموس عربي-عربي. بيروت, لبنان: دار المشرق. 1967 ,

فايد, حسن. الإضطرابات السلوكية (تشخيصها وأسبابها). الإسكندرية, مصر: مؤسسة طيبة للنشر و

التوزيع. 1985 ,

ربح تركي: أصول التربية والتعليم ، ط 2 ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر

إبراهيم, منير جرجس. كرة اليد للجميع. مصر: دار الفكر العربي. 1994 ,

نصيف, إعداد جميل. موسوعة الألعاب الرياضية المفضلة. مصر: دار الكتب العلمية. 1993 ,

طناش, سلامة (1992)م : الأنشطة الطلابية في الجامعة الأردنية ، دراسات ، المجلد التاسع عشر

العدد الثاني، الجامعة الأردنية،

خليل، فاطمة (1981) : النشاط المتكامل في المرحلة المتوسطة ، بحث غير منشور، الكويت، جامعة

الكويت، وحدة النشاط.

رشوان، أحمد محمد علي ( 1994 م) : أثر اشتراك تلاميذ مرحلة ال تعليم الأساسي في الأنشطة

المدرسية غير الصفية على تحصيلهم في اللغة العربية ، جامعة أسيوط، مجلة . كلية التربية، م(2)،

ع(10)

بدر الدين بو يوسف و آخرون. دوافع ظهور القلق لدى لاعبي كرة اليد أثناء المنافسة الرياضية قسم

الوطني الأول ب. المسيلة: كلية العلوم الإقتصادية و العلوم التجارية و علوم التسيير، جامعة المسيلة ،

2007.

احمد محمد حسن صالح واخرون، الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية، مركز الاسكندرية، ج 1، ب ط، مصر.

اشرف محمد عبد الغني شريت ومحمد السيد حلاوة، الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق، المكتب الجامعي الحديث، ب ط، الاسكندرية، 2002، مصر.

خليل ميخائيل معوض، سيكولوجيا النمو الطفولة والمراهقة، دار الفكر الجامعي، ط 4، الإسكندرية، 2000، مصر.

سعيد كامل احمد، الصحة النفسية والتوافق النفسي، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، 1999.

محمد عبد الطاهر الطيب: مبادئ الصحة النفسية، دار المعرفة، ط 8، الإسكندرية، 1994.

محمد السيد عبد الرحمان: دراسات في الصحة النفسية، دار قباء، ط 1، القاهرة، 1985.

نزار الطالب، كمال الويس، علم النفس الرياضي، دار الحكمة للطباعة و النشر، بغداد، 1993.

أسامة كامل راتب، علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة 1997.

محمد جاسم محمد، مشكلات الصحة النفسية أمراضها وعلاجها

فوزي محمد جبل، الصحة النفسية و السيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعة

الأزراطة، الاسكندرية، 2000.

حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية، عالم الكتب، القاهرة، ط 1992، 2.

طريفة سعود الشويعر، الإيمان بالقضاء والقدر وأثره على القلق النفسي . جدة : دار البيان

العربي، 1998.

مجدي عبد الكريم حبيب، القلق العام والخاص ، دراسة عالمية لاختبارات القلق،

4 سبتمبر 1991- بحوث المؤتمر السابع لعلم النفس في مصر ،

القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية، 1991.

ناهد شريف سعود، ( 2005 ). قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم،

رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة دمشق، كلية التربية.

عبد السلام عبد الغفار(1973)، في طبيعة الإنسان . القاهرة : دار النهضة العربية

العلاوي ,محمد حسن .علم النفس الرياضي .القاهرة :دار المعارف.1992 ,

فوزي ,أحمد أمين .مبادئ علم النفس الرياضي .القاهرة,مصر :دار الفكر العربي.2003 ,

ابراهيم ,منير جرجس .كرة اليد للجميع .القاهرة :دار الفكر العربي.2004 ,

الحميد ,كمال عبد .اللياقة البدنية و مكوناتها .مصر :دار الفكر العربي.1997 ,

العزیز ,دادی عبد» .محاضرات في كرة اليد «تربية بدنية .قسنطينة,الجزائر :جامعة قسنطينة-2006 ,

2007.

جرجس ,منير .كرة اليد للجميع .القاهرة,مصر :دار الفكر العربي.1990 ,

كمال درويش و آخرون .الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد .القاهرة :مركز الكتاب للنشر ,

1998.

كمال عبد الحميد,زينب فهمي .كرة اليد للناشئين .القاهرة :دار الفكر العربي.1987 ,

محمد صبحي حسانيين,كمال عبد الحميد اسماعيل .رباعية كرة اليد الحديثة .القاهرة,مصر :دار النشر ,

2001.

مقران ,اسماعيل .مستويات و مصادر القلق لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة اليد قبل و أثناء المنافسة

الرسمية .جامعة الجزائر :معهد التربية البدنية و الرياضية,كلية العلوم الإجتماعية و الإنسانية-1999 ,

2000.

بسيوني ,محمد عوض .*فيصل الشاطئ,نظريات و طرق التربية البدنية.* 1986 .

معوض ,حسن .*طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية .مصر: الجهاز المركزي للكتب الجامعية و الوسائل التعليمية.* 1963 ,

الخبر ,جريدة» .إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية «.جريدة الخبر 26 ,نوفمبر .04: 1996

«القانون العام للاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية «.الانضمام و التأهيل .الجزائر.

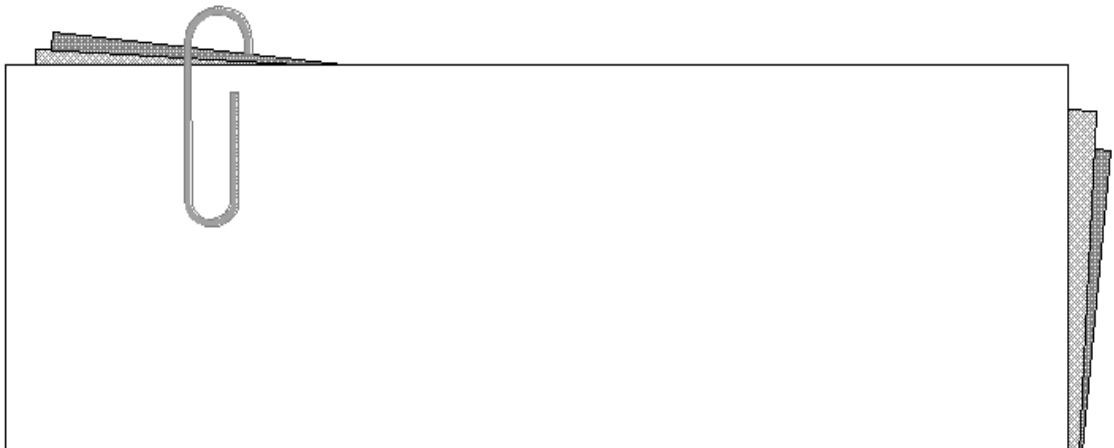
بسيوني ,محمد عوض .*فيصل الشاطئ,نظريات و طرق التربية البدنية*

المراجع الأجنبية:

bayer, claud. *formation des joueurs.* paris: ed vigot, 1995.

S. M. . «Spour solaire des lobbies récitent toujours.» *quotidien d'Algérie, elwatan,* 21 juin 2000: 31.

Samir B, , M tazi. «Pour un champion not du monde en Algérie.» *quotidien d'algérie liberté,* 8 avril 1997: 19.



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

## إستبيان موجه لتلامذة الفرق المدرسية

تحية طيبة:

في إطار إنجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في التربية البدنية و الرياضية معهد التربية

البدنية و الرياضية تحت عنوان: "دراسة بعض مصادر القلق عند التلاميذ الممارسين لكرة اليد في

الفرق الرياضية المدرسية أثناء الأنشطة اللاصفية"

لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هذه الإستمارة، و نرجو مساعدتكم وذلك إذ تفضلتم بالإجابة على

الأسئلة الآتية لأن نتائج هذا البحث تتوقف عليها، فإننا لن نأخذ إلا بعض الدقائق من وقتكم، و نعدكم

بعدم الكشف على هويتكم .

ملاحظة: الرجاء وضع علامة (X) أمام العبارات التي تفضلها و تراها صائبة و مناسبة حسب رأيك من

أجل التوصل إلى نتائج دقيقة تفيد دراستنا.

و شكرا لكم على تفهمكم و مساعدتك

المحور الاول: التحضير النفسي

1 - هل هناك تنوع في الحصص التدريبية؟

لا

نعم

2 - أثناء الحصص التدريبية هل تتلقون نصائح من طرف المدرس؟

لا

نعم

3 - هل نصائح المدرس تجعلك أكثر دافعية للتدريب؟

لا

نعم

4- أثناء المنافسات الرياضية ماهو الشيء الذي يجعلك أكثر أداء ورغبة في الفوز؟

- تشجيعات المدرس

- تشجيعات الجمهور

- حب الفوز

5- كيف ترى علاقتك مع المدرس؟

سيئة

متوسطة

جيدة

6- كيف تنظر لعلاقة التلاميذ مع المدرس؟

متوسطة

سلبية

إيجابية

7- في رأيك هل عدم احترام وضعية اللّعب فوق أرضية الميدان راجع إلى:

- طريقة المدرس في المعاملة

- نقص خبرة المدرس

- عدم فهم الدور المفروض عليه

8- عندما يجبر المدرس التلاميذ على تنفيذ الأوامر ماذا تعتبرونه؟

- تقييد التلميذ

- قتل روح المبادرة

- مساعدة التلميذ في تحقيق النتائج الإيجابية

9- إلى ماذا ترجعون المردود الجيد أثناء المباراة؟

ثقة المدرس بالتلاميذ  الصرامة المفروضة من طرف المدرس

10- في حالة غيابك عن الحصص التدريسية كيف يكون رد فعل المدرس؟

إبعادكم عن الفريق  فرض عقوبات تأديبية  التساهل أحيانا

11- حسب رأيك هل ترى أن تأكيد المدرس على ما يجب القيام به في التدريب هو؟

فرض رأيه  الحد من حريتك  تحسين المردود

12- حسب رأيك ما هو أسلوب المعاملة الأمثل الذي ينبغي أن ينتهجه المدرس مع التلاميذ؟

الصرامة  المرونة  التساهل

13- إذا كان لديك مشكل معين من الذي يساعدك؟

- المدرس

- رئيس الفريق

- المحور الثاني: أثر الجمهور على مستوى أداء التلاميذ.

1- هل تحب اللعب في وجود الجمهور؟

لا

نعم

2- هل تشعر بالخوف والقلق عند وجود جمهور الخصم؟

لا

نعم

3- عندما تسمع لصيحات وأهازيج الجمهور كيف يصبح أدائك؟

جيد

متوسط

ضعيف

4- كيف يكون أدائك عند اللعب خارج ميدانك وأمام جمهور الفريق الخصم؟

عالي

متوسط

ضعيف

- المحور الثالث: أهمية النشاط اللاصفي وأثره على مستوى التلاميذ.

1- هل تفضل اللعب في مباراة؟

ودية

رسمية

2- هل ترتبك عند دخولك للأنشطة اللاصفية الهامة؟

أحيانا

لا

نعم

3- هل ترتكب أخطاء كثيرة أثناء الأنشطة اللاصفية الهامة؟

نعم  لا  أحيانا

4- هل أدائك منخفض كلما حضرت مباراة هامة؟

نعم  لا  أحيانا

5- كيف تشعر عند حضور مباراة مهمة (نهائي، نصف نهائي)؟

حماس  خوف قلق

6-- ما هي الاسباب التي ترى ان لها علاقة مباشرة مع مستوى ادائك؟

.....  
.....

7- كيف يكون رد فعلك عندما يكون الخضم متقدما عليك في النتيجة أثناء اللحظات الحاسمة من

الأنشطة اللاصفية المصيرية عالية المستوى؟

- عدم التحكم في الأداء

- يقل تركيزي

- استجيب بسرعة

8- كيف ترى عدم الاستقرار والنظام في برنامج وبرنامج الأنشطة اللاصفية لفريقك؟

- عادية

- مقلقة نوعا ما

- غير مساعدة تماما

9- حدث لك وإن عشت في مباراة رسمية، تحكيم غير نزيه، كيف تعتبر هذا التصرف؟

- عامل معرقل لأدائك الجيد

- مصدر قلق التلاميذ

- عامل محفز

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

## إستبيان موجه لأساتذة الفرق المدرسية

تحية طيبة:

في إطار إنجاز مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في التربية البدنية و الرياضية معهد التربية البدنية و الرياضية تحت عنوان: "دراسة بعض مصادر القلق عند التلاميذ الممارسين لكرة اليد في الفرق الرياضية المدرسية أثناء الأنشطة اللاصفية "

لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة ، و نرجو مساعدتكم وذلك إذ تفضلتم بالإجابة على الأسئلة الآتية لأن نتائج هذا البحث تتوقف عليها، فإننا لن نأخذ إلا بعض الدقائق من وقتكم، و نعدكم بعدم الكشف على هويتكم

ملاحظة: الرجاء وضع علامة (X) أمام العبارات التي تفضلها و تراها صائبة و مناسبة حسب رأيك من

أجل التوصل إلى نتائج دقيقة تفيد دراستنا.

- معلومات شخصية:

1 - هل مارست مهنة اخرى غير مهنة التدريس؟

لا

نعم

2- ماهو عدد سنوات الخبرة في تدريبك لكرة اليد؟

5 سنوات

10 سنوات

15 سنة فما فوق

3- ماهي الشهادة المتحصل عليها؟

- تقني سامي في الرياضة

- ليسانس في التربية البدنية

- ماستر

المحور الثاني: مصادر القلق

1- اذا انهزم فريقك في مقابلة ماهو رد فعلك امام التلاميذ؟

- الغضب امامهم

- تصرف عادي

2- هل تعتمد في تدريسك على برنامج تدريبي؟

لا

نعم

3- هل تضمن ان بعض النتائج السلبية راجعة لنقص التحضير النفسي؟

نعم  لا

4- هل ترى ان التحضير النفسي الجيد للتلاميذ له اثر ايجابي على مستوى ادائهم؟

نعم  لا

5- هل انت بعلم على الحالة الاجتماعية التي يعيشها تلاميذك؟

نعم  لا

6- اذا كان احد التلاميذ له مشكل معين، من أي طرف تكون المساعدة له؟

- المدرس

- رئيس الفريق

- الفريق

7- كيف تقيم اداء التلاميذ اثناء اللقاء بدون جمهور؟

ضعيف  متوسط  جيد

8- هل يزداد حماس التلاميذ عند امتلاء المدرجات؟

نعم  لا

9 - هل ضغط مناصري الفريق الخصم يؤدي الى خفض في مستوى اداء التلاميذ؟

نعم  لا

10- عندما يطرأ أسلوب عدواني من الجمهور ، هل يؤثر هذا على الاداء التلاميذ ؟

- سلبيًا

- إيجابيًا

11- هل يختلف أداء تلاميذك مع اختلاف أهمية المباريات في الأنشطة اللاصفية؟

لا

نعم

12- هل يشعر التلاميذ بالراحة وسهولة الأداء في المباريات الودية؟

لا

نعم

13- عند حضور الادوار الهامة ( نهائي، نصف نهائي.....) هل تلاحظ ارتباك في صفوف

التلاميذ ؟

لا

نعم

14- هل يرتكب التلاميذ كثير من الاخطاء اثناء اجراء المباريات الهامة؟

لا

نعم