الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعـــليم العـالي و البحث العلمـي
جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم -
معهد التربية البدنية و الرياضة
قسم النشاط البدني المكيف

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في إنجاز النشاط البدني المكيف وصحة

وحدات تعليمية مقترحة بمحاكاة الإعاقة البصرية لتعلم بعض الخطوات الفنية لسباق السرعة 60 متر للمكفوفين

بحث تجريبي أجري على تلاميذ ثانوية احمد بن زكري بتلمسان (17–19) سنة

إعداد الطالبان:

- حكيمي سليمان
- سعيدي يعقوب

تحت إشراف:

د/ زبشي نور الدين

لجنة المناقشة:

- د/ بن زيدان حسين
- د/ فغلول سنوسي

السنة الجامعية : 2016/2015

الإهـــداء

أهدي ثمرة جهدي المتواضع إلى من قال الله سبحانه و تعالى فيهما:" و قل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا" صدق الله العظيم، إلى واحة الإحسان و آية الرحمان ،إلى خير العون و السند ، إلى كبير المدد ، إلى مثالي الأعلى قدوتي في الحياة ، على من علمني معنى الرجولة و الخلق الحميد، إلى الذي لبس ثوب التعب و ألبسني ثوب الراحة و الهناء ، إلى مهذبي و رائدي و الذي جاد في تعليمي بكل ما يستطيع ، أبي العزيز حفظه الله و أطال في عمره.

إلى فيض الحنان و زهرة الأفنان و السند طيلة الزمان و خير من في هذا الكيان ، إلى منيع الأمن و الآمان ، إلى أمي الغالية حفظها الله و اطال في عمرها.

إلى من أحبهم حبا جما ، إلى اخوالي وأعمامي و عماتي وخالاتي و كل الإخوة و الأخوات بن عتو، زواوي، حبيب، انور، عتاوية، فاطمة، ونور الهدى، مصطفى، محمد الامين، ياسر، عبد الصمد، ريان والأهل و الأقارب .

إلى زملائي وزميلاتي في العمل والى فريق الباهية

إلى كل الأصدقاء الذين عرفتهم و أحببتهم "

إلى كل من علمني حرفا ، و أكساني علما و منحني رايا و قدم لي نصحا، إلى كل المعلمين و الأساتذة و الدكاترة، و على رأسهم الدكتور زبشي نور الدين

إلى الاطفال المعاقين سمعيا بسيدي بلعباس متمنيا لهم المزيد من النجاح و التألق.

إلى كل من جاد علي بنصيحة، كلمة أو ابتسامة...إليهم جميعا أهدي هذا العمل المتواضع

سعيدي يعقوب

إهـــــــــــــــداء

إلى روح أبي الطاهرة أهدي ثمرة جهدي و إلى مثلي الأعلى في

الصبر و الإيمان بالقدر كيفما كان، و زرع في أنبل الخلاق

إلى اغلى ما أملك و لو قدمت لها كنوز الدنيا

ما وفيت بجزء يسير من حقها

إلى كل أخواتي و أبنائهم الأعزاء رتاج لطفي معتز اميرة و منصف

كل الأصدقاء و الزملاء بدون استثناء

كل من قدموا لي المساعدات النظرية و الميدانية لإنجاز هذا البحث

كل أساتذتي الأعزاء خلال مشواري الدراسي

كل الذين عرفتهم و ساعدوني من قريب أو بعيد

حكيمي سليمان

شكر و تقدير

نشكر الله عز و جل

الذي وفقنا لإنجاز هذا العمل

المتواضع و ندعو الله أن يكون بداية لأعمال أخرى في مجال البحث العلمي

و نتقدم بالشكر الجزيل إلى المشرف الدكتور نور الدين زبشي

على المساعدات و النصائح القيمة التي أفادنا

بها طول مراحل الدراسة و خاصة في إنجاز هذا البحث

كما نشكر كل أساتذة معهد

التربية البدنية و الرياضية لما بذلوه من مجهودات معنا

و خاصة قسم النشاط البدني المكيف الذين ساعدونا من قريب

أو بعيد و لو بكلمة طيبة

الى تلاميذ ثانوية احمد بن زكري

شكر إلى كل من ساهم في انجاز هذا العمل من قريب أو من بعيد

تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير

و شكرا

ملخص البحث

عنوان البحث : وحدات تعليمية مقترحة بمحاكة الاعاقة البصرية لتعلم بعض الخطوات الفنية لسباق السرعة 60 م للمكفوفين .

يهدف هذا البحث الى بناء وحدات تعليمية مقترحة بمحاكاة الإعاقة لتعلم الخطوات الفنية لجري السرعة 60 م مع الكشف عن تأثير هذا البرنامج في تعلم هذه المهارات و تحديد مستوى التكيف للتلاميذ و انطلاقا بفرضية انه تؤثر الوحدات التعليمية بمحاكاة الإعاقة إيجابيا على تعلم الخطوات الفنية لجري السرعة 60 م و يمكن للتلاميذ التكيف مع تعطيل حاسة الإبصار أثناء محاكاتهم لها.

للتحقق من هذه الفرضيات طبقنا البرنامج على عينة شملت 10 تلاميذ من ثانوية احمد بن زكري بتلمسان تتراوح اعمارهم بين 17 و 19 سنة يدرسون بالسنة الثالثة ثانوي وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية .

من اجل الوصول الى تلك النتائج استعملنا بطاقة الملاحظة كأداة للقياس و بعد تحليلها اتضح لنا ان التلاميذ تمكنوا من تعلم المهارات الاساسية لسباق السرعة رغم محاكاتهم للاعاقة البصرية و تكيفوا مع الاعاقة. وفي الاخير خرجنا بتوصيات اهمها تطبيق المحاكاة في مقياس البيداغوجيا التطبيقية .

الكلمات المفتاحية : وحدات تعليمية – محاكاة الإعاقة البصرية – الخطوات الفنية لسباق السرعة 60 م

résumé

Titre : Unités d'enseignement en simulants l'handicap visuel, proposer pour apprendre les techniques de course vitesse en 60 m

Cette étude a pour objectifs de mettre au point des unités d'enseignement en simulation l'handicap visuel pour apprendre les techniques permettant de réaliser avec succès une course de 60m pour les personnes déficientes visuelles.

10 élèves du lycée Ahmed Benzekri, âgés entre 17 et 19 ans sont choisis arbitrairement pour réaliser cette expérience.

Pour vérifier nos hypothèses, on a utilisé la carte d'observation comme instrument de mesure. Après l'analyse de cette derniere,on a conclu que tous ces élèves soumis à cette expérience en simulation l'handicap visuel ont acquis les aptitudes essentielles pour réussir une de 60m. Enfin, nous sommes sortis des recommandations de l'application la plus importante de la simulation à l'échelle de la pédagogie pratique .

Les mots clés: Unités d'enseignement, simulants l'handicap visuel, les techniques de course vitesse en 60 m ,

فـــــهرس المحتـــــويات

العـــــــناوين	الصفحة
- الإهداء	أ
- الإهداء	ب
- شكر و تقدير	ت
- ملخص البحث	
التعريف بالبحث	
- مقدّمة البحث	1
1- مشكلة البحث	2
2- أهداف البحث	3
3- فرضيات البحث	3
4- أهمية البحث	3
5- مصطلحات البحث	4
6- الدراسات السابقة و المشابهة	4
الباب الأول: الجانب النظري **الفصل الأول: المحاكاة**	
تمهيد	7
1-1 تعريف المحاكاة	7
1-2 هدف المحاكاة	7

1-3 طرق المحاكاة	7
1-4 فوائد المحاكاة	8
1-5 أنواع المحاكاة	8
1-5-1 محاكاة إجرائية	9
1-5-2 محاكاة عملية	9
1-6 استخدامات المحاكاة	9
1-7 المحاكاة وأهدافها في ميدان التدريب والبحث في عالم الرياضة	10
1-8 المحاكاة والرياضة	12
1-9 صلاحية المحاكاة	12
1-10 محاكاة الإعاقات	13
خاتمة	14
الفصل الثاني: الإعاقة البصرية	
تمهيد	16
2-1 مفهوم كف البصر (الإعاقة البصرية)	16
2-2 تصنيف ذوي الإعاقة البصرية	16
2-3 أسباب الإعاقة البصرية	17
2-3-1 الأسباب الوراثية	17
2-3-2 الأسباب البيئية	17

2-3-3 الأسباب التشريحية	17
2-4 القواعد المنظمة للتقسيم الطبي	18
2-5 الأثر النفسي للإعاقة	19
2-6 الألعاب الرياضية وأهميتها للكفيف	20
2-7 ألعاب المضمار للمكفوفين	21
خاتمة	22
الباب الثاني :الجانب التطبيقي **الفصل الاول : منهجية البحث و الاجراءات الميدانية**	
تمهيد	25
1- منهج البحث	25
2- مجتمع الدراسة و البحث	25
2-1 عينة الدراسة الاستطلاعية	25
2-2 عينة البحث الأساسية	26
3- مجالات البحث	26
4- أدوات البحث	26
4-1 الاستبيان	26
4-2 بطاقة الملاحظة	26
4-3 البرنامج	27
4-3-1 خطوات بناء البرنامج	27

4-3-2 محتوى البرنامج	27
4-3-3 تنظيم تطبيق البرنامج	28
خاتمة	28
عرض و تفسير و مناقشة النتائج	
تمهيد	30
5- عرض و تفسير و مناقشة النتائج	30
5-1 عرض و تفسير و مناقشة النتائج للإحساس بالمحيط	30
5-2 عرض و تفسير و مناقشة النتائج لوضعية الانطلاق	31
5-3 عرض و تفسير و مناقشة النتائج لتناسق الأطراف بين التلميذ و مرشده	32
5-4 عرض و مناقشة و تفسير النتائج للجري في رواق مستقيم	33
5-5 الاستنتاج العام	34
5-6 مناقشة النتائج بالفرضيات	34
الخاتمة	36
- الاقتراحات و التوصيات	38
- المراجع	40
- الملاحق	42

الفصل التمهيدي

مقدّمة البحث :

إن التطور العلمي الحاصل في جميع الميادين العلمية أدى إلى ظهور عدة فروع وتخصصات منبثقة عنها وتمثل التوجه الخاص بها والذي يمثلها كجهة خاصة مستقلة بذاتها تدرس وتعالج موضوعات في مجال تخصصها وهذا يمس جميع الشعب العلمية التي تدرس في الجامعات كشُعب علمية عامة أو ما يسمى بالجذع المشترك كعلم الاجتماع أو علم التكنولوجيا ...الخ

وميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية هو من أحد هذه الشعب التي عرفت تطورا ملحوظا وهذا ما يثبته تعدد التخصصات التي صارت تمثل هذا الميدان الهام لتخصص التربية البدنية والرياضية.

وتخصص النشاط البدني المكيف والصحة تعتبر من أهم هذه التخصصات التي ظهرت في هذا الميدان والتي أصبحت تشهد تطورا ملحوظا من خلال البحوث العلمية التي أصبحت تجري وتنشر والتي يتم من خلالها دراسة كل ما يتعلق بهذا المجال وهي تخص جميع فئات المجتمع الذين يعانون من أمراض مزمنة أو ذوي الاحتياجات الخاصة أو المعاقين إعاقات حركية أو حسية.

من بين هذه الإعاقات، الاعاقة البصرية وهي فقدان لحاسة البصر في العين تكون حائلا دون استخدامها في رؤية الاشياء من حول الانسان لكن هذا لا يمنع المكفوفين من التمتع بحقوقهم و اداء واجباتهم من بينها ممارستهم للأنشطة الرياضية التي تساعدهم على الخروج من عزلتهم و يبرزون فيها قدراتهم و يفرضون وجودهم الفعلي في المجتمع .

و قد اهتمت الجمعيات و النوادي الرياضية بهذه الفئة و ساندتهم بشتى الطرق و الوسائل من أجل ممارسة الرياضة التي هي من بين حقوقهم والتي تجعلهم و تمكنهم من الاندماج في المجتمع من بينها ألعاب القوى و بالخصوص سباق السرعة الذي يعتبر فعالية من فعاليات العاب القوى حيث يختلف طول و نوع السباق حسب تصنيف درجة الابصار و

من بين هذه السباقات سباق 60م الذي يتنافس فيه الرياضيون من نوع ب1 و يستعين كل عداء بمرافق كدليل يجري معه و يصله بحبل مطاطي .

من خلال بحثنا و من أجل التعرف على خصوصية سباق السرعة لدى فئة المكفوفين تم تطبيق برنامجنا على أشخاص سليمين وذلك بتطبيق ما يسمى بالمحاكاة و هي عملية تقليد لمنظومة حقيقية اي محاكة الاعاقة البصرية من خلال منع الرؤية عن اشخاص اسوياء ويمكننا خوض هذه التجربة من معرفة المشاكل المصاحبة لهذه الاعاقة و التي تكون منطلقا لايجاد حلول و برامج مساعدة على تعويض العجز البصري و ايضا توعية و تحسيس المجتمع في كيفية التعامل مع هذه الفئة .

1- **مشكلة البحث :**

من أجل التطبيق الجيد والعلمي للأنشطة البدنية المكيفة الدولة بتكوين إطارات في هذه التخصص وبما أنه يصعب التعامل المباشر في إطار التكوين مع هذه الفئة بشكل حقيقي إلا أثناء التربص الميداني بالرغم من أنه أثناء التكوين تعتبر مادة البيداغوجيا التطبيقية أحد الوسائل لتحسيس الطلبة كيفية التعامل مع هذه الفئات لكنها لا تفي واقعيا بأغراض وأهداف هذه المادة.

لكن يبقى الإشكال مطروحا هو أن محتوى هذا المقياس خال مما هو مفترض أن يكون عليه من الحصص التي ترتكز على التكييف باعتبار أن الفئة المستهدفة من ذوي الاحتياجات الخاصة الحركية كالبتر أو الشلل والحسية كالصم والبكم والمكفوفين والطلبة من الأشخاص العاديين إذ تبين أنهم يطبقون الحصص على زملائهم بشكل عادي مثلهم مثل تخصص التربية البدنية والرياضية وعدم مراعاة الاختلاف بينهم وبين الأشخاص المعاقين ودون الأخذ بعين الاعتبار بأنهم سيتعاملون مستقبلا مع أشخاص ذوي إعاقات مختلفة.

و انطلاقا من الدراسة السابقة ل " ميشال كالمي" و" تيريسا اسيد" التي قامت بمحاكاة الاعاقات في لعبة الجيدو جاء موضوع بحثنا يقترح أسلوب محاكاة الإعاقة كوسيلة لممارسة فعالة في سباق السرعة للمكفوفين بأخذ مجموعة من الطلبة الأسوياء وذلك بتمثيلهم كمكفوفين بوضع عصابة العينين لمنعهم من الرؤية ثم تطبيق الوضعيات على أساس أنهم مكفوفين ومن خلال هذا كله تم التطرق إلى إشكالية بحثنا والقائمة على التساؤلات التالية:

- هل تؤثر الوحدات التعليمية المقترحة بمحاكاة الإعاقة على تعلم الخطوات الفنية لجري السرعة 60 م ؟
- هل يمكن للتلاميذ التكيف مع تعطيل حاسة الإبصار أثناء محاكاتهم لها ؟

2- أهداف البحث:

1- بناء وحدات تعليمية مقترحة بمحاكاة الإعاقة لتعلم الخطوات الفنية لجري السرعة 60 م

2- الكشف عن أثر البرنامج المقترح على تعلم الخطوات الفنية لجري السرعة 60 م بمحاكاة الإعاقة البصرية و مدى تكيف التلاميذ مع الاعاقة .

3- فرضيات البحث:

1- تؤثر الوحدات التعليمية بمحاكاة الإعاقة إيجابيا على تعلم الخطوات الفنية لجري السرعة 60 م.

2- يمكن للتلاميذ التكيف مع تعطيل حاسة الإبصار أثناء محاكاتهم لها .

4- أهمية البحث:

- **من الناحية العلمية:**

يعتبر هذا البحث بحثا علميا يتناول شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي فئة ذوي الاحتياجات الخاصة والمتمثلة في فئة المكفوفين.

- **من الناحية العملية:**

يعتبر البحث ذا أهمية كبيرة في إعطاء مكتسبات وحلول جديدة من شأنها أن تساعد الطلبة في تجسيد مكتسباتهم من الناحية التطبيقية.

5- مصطلحات البحث:

5-1 المحاكاة : هي وضع شبيه للواقع الفعلي المراد دراسته دون المساس به وإجراء التجارب عليه في ظروف مختلفة ,والاستفادة من جميع الموارد البشرية والمادية (الأختر، 2011)

5-2 الاعاقة البصرية : هي فقد لحاسة البصر في العين يكون حائل دون استخدام العين في التعلم او في رؤية الاشياء من حول الانسان (طه سعدعلي، 2005)

5-3 محاكاة الإعاقة البصرية: تعني مشابهة المعاق بصريا عن طريق تعطيل حاسة البصر عن طريق عصابة العينين .

5-4 الخطوات الفنية لسباق 60 م : هو سباق السرعة لمسافة 60 م بالمرشد وهو ضمن فعاليات مسابقات المضمار للمعاقين بصريا.

6- الدراسات السابقة و المشابهة :

للدراسات المشابهة أهمية كبيرة بالنسبة لأي بحث ، حيث من خلالها يمكن تحديد معالم إشكالية البحث بدقة،كما تعتبر تكملة لبحوث أخرى و قاعدة لبحوث مستقبلية،إضافة إلى تمكين الباحث من عدم تكرار الأفكار السابقة والأخطاء التي وقعت فيها تلك الدراسات،و يمكن الاستفادة من أهم النتائج المتوصل إليها.

– دراسة "ميشال كالمي"و تيريسا أسيد" (2014) بعنوان ‹‹ محاكاة الاعاقة كأداة للتكوين ››.

تناولت هذه الدراسة محاكاة الاعاقات في لعبة الجيدو حيث كان هدفها تغيير النظرة المأخوذة نحو الشخص المعاق و دور التكوين في هذا التغيير.

- **منهج البحث** : المنهج الوصفي .
- **عينة البحث** : 58
- طالب من السنة الثانية و الثالثة بكلية العلوم الرياضية لجامعة مونبلييه .

– **التعليق على الدراسة** :

من خلال الدراسة السابقة يتضح لنا انها قامت على محاكاة عدة اعاقات في لعبة الجيدو باستعمال المنهج الوصفي اما ما يميز دراستنا فانها تخصصت في اعاقة واحدة و هي الاعاقة البصرية كما انها تناولت رياضة اخرى و هي سباق السرعة .

الباب الاول :
الجانب النظري

تمهيد:

أدت فوائد التكنولوجيات الجديدة بالعديد من الباحثين إلى تطوير البحوث والبرامج المتعلقة بتسيير المحاكاة وعلى الرغم من عمليات المحاكاة في مجالات القيادة، الطيران، والتدخلات العسكرية والطبية لم يكن هناك اهتمام مماثل في مجال الرياضة حيث تعتبر البحوث في هذا المجال أكثر حداثة، ولذا فإن هناك القليل جدا من المعلومات المتاحة حول الفوائد من عملية المحاكاة للبحوث والتدريب في رفع المستوى الرياضي

1-1 تعريف المحاكاة:

المحاكاة هي عملية تقليد لمنظومة حقيقية أو لعملية فيزيائية أو حيوية، وتحاول المحاكاة بواسطة هذا التقليد أن تحدد الصفات المميزة لسلوك نظام افتراضي أو فزيائي ويمكن أن يتحقق هذا الأمر بواسطة نظام آخر يشبه الأول وتشتمل المحاكاة على مجال واسع من الطرق والتطبيقات التي تتم عادة على الحاسوب باستخدام برمجيات مناسبة

- **المحاكاة باللاتينية simulation:** هي عملية تقليد لأداة حقيقية أو عملية فيزيائية أو حيوية تحاول المحاكاة أن تمثل وتقدم الصفات المميزة لسلوك نظام مجرد أو فيزيائي بواسطة نظام آخر يحاكي الأول وهي محاولة إعادة عملية ما في ظروف اصطناعية مشابهة على حد ما لظروف طبيعية (عدي جاسب حسن، صفحة 15)

1-2 هدف المحاكاة:

تهدف المحاكاة simulation إلى بناء نماذج أو برمجيات لتقليد نظام حقيقي قائم أو مراد إنشاؤه وذلك بهدف دراسة النتائج المتوقعة ويتصل علم أو فن المحاكاة اتصالا شديدا بالرياضيات خاصة الرياضيات الرقمية والفيزياء وعلم المعلومات.

1-3 طرق المحاكاة:

استخدمت العديد من الطرق والوسائل في محاولة محاكاة تجربة والتنبؤ بنتائجها:

- بناء نموذج: يتم بناء نموذج يكون نسخة مطابقة بحجم أصغر ويتم تنفيذ الاختبارات على النموذج ودراسة النتائج
- المحاكاة محسوبة من الطرق المستخدمة أيضا المحاكاة باستخدام الحاسوب حيث يتم كتابة برنامج للشيء المراد فحصه يوافق مواصفاته في الواقع ثم يوضع هذا البرنامج ضمن ظروف برمجة مشابهة للواقع، وفي النهاية ينظر إلى النتائج كما تستخدم المحاكاة بتجربة أمور نظرية من الصعب تطبيقها في الواقع ومن اشهر برمجيات المحاكاة (العجب، 2013، صفحة 167)

1-4 فوائد المحاكاة:

- يساعد في تجنب المخاطر والكلف الكبيرة في حل المشاكل من خلال إعداد تجربة من دون التطرق إلى المشكلة الحقيقية وإنما تمثيل المشكلة وتوليد البيانات عنها بالحاسبة.

- يساعد أسلوب المحاكاة لتوفر زمن اقصر في حل المشاكل إذ أن المشاكل التي تواجهنا على صعيد الواقع تأخذ مدداً طويلة كلها.

- من المعروف أن التجارب الحقيقية قد يكون من الصعب إجراء أي تغيير عليها لكن المحاكاة توفر مرونة أكثر مقارنة بالواقع للتغير الذي ينشده الباحث.

- يساعد أسلوب المحاكاة في التعرف على الصعوبات التي تواجه حل المشكلة كما يهيء لمتخذالقرار ملاحظة التغيرات التي تطرأ على صياغة المشكلة في حالة تنفيذها.

- تلعب المحاكاة دوراً مهما في دراسة وحل المشاكل المعقدة والمتداخلة عن طريق دراسة النظام ومشاهدة نتائجه بصورة واضحة مما يسهل اتخاذ الإجراءات لتطوير ذلك النظام. (الحمداني، 2002، صفحة 67)

1-5 أنواع المحاكاة:

1-5-1 محاكاة حركية : يستخدم هذا النوع لمحاكاة مهارات حركية وأدائية معينة وتتم عن طريق استخدام أدوات يتم إضافتها إلى الكمبيوتر ليكون الموقف مشابه تماماً بالواقع مثل محاكاة قيادة الطائرة,

1-5-2 محاكاة إجرائية : تعتمد غالباً على التعلم من خلال شاشة الكمبيوتر حيث يتم تصميم موقف تعليمي يشبه مايتم في الواقع مثل محاكاة تجربة عملية .

1-5-3 محاكاة عملية : وتبني هذه المحاكاة على هيئة نموذج يوضح ظاهرة لايمكن رؤيتها في حالتها الطبيعية لظروف ما مثل حركة الإلكترون داخل الذرة (علام، 2011، صفحة 140)

1-6 استخدامات المحاكاة:

أنظمة المحاكاة في الطيران المدني والحربي حيث يتمرن الطيارون الجدد على أجهزة محاكاة تكون صورة طبق الأصل ما قد يجري على الطبيعة مما يمكن الطيارين من التحكم في الاحداث الحرجة مثل العواصف أو عطل في المحركات حيث تجعلهم وكأنهم يقودون طائرة حقيقية مع فرق بسيط هو أنه أثناء المحاكاة مسموح لهم بالخطأ الشيء لذي قد يكون مميتا إذا حدث في الواقع هناك محاكاة أيضا في التقنية وهندسة الأمان safety engineennng حيث يكون الهدف فحص بعض سيناريوهات العمل في العالم الحقيقي واختبار بعض العمليات أو حتى مدى جدواها العلمية والاقتصادية، وقد ابتكرت فكرة أنظمة المحاكاة من أجل تدريب رواد الفضاء على قيادة مركبة الفضاء أو مركبة الهبوط على القمر وكان المهندسون المختصون في هيوستن يرتبون لرواد الفضاء برامج معينة تمثل مشاكل أو أعطال قد تواجه رواد الفضاء على الطبيعة من أجل تعويدهم على التصرف السريع واستعادة تحكمهم في المركبة وأحيانا كان يخرج رائد الفضاء مستعينا من نظام المحاكاة بسبب ما يفعله معهم المهندسون أثناء التدريب.

وباستخدام المحاكاة فإنه يمكن توفير الكثير من المال حيث أنك ترى في الحاسوب إن كان اختراعك أو آلتك توافق المواصفات التي تريدها كما أنك تستطيع أن تتحقق من أمان طائرتك أو سفينتك وكل هذا من قبل أن تقوم ببنائها في الواقع فمثالا قبل بناء سفينة يتم اشتقاق نموذج السفينة والنموذج هو عبارة من عدة معادلات رياضية تصف علاقة مميزات الفيزيائية لسفينة ببعضها كعلاقة الدفع لوزن السفينة وكمية الوقود المستهلكة، هذه العلاقة قد تكون أكثر أهمية للطائرات مثلا حيث تعطى هذه العلاقة مدى الطائرة تعرف (الفراند سيدرلاند) المحاكاة أنها نموذج التشغيل الحقيقي أو نظام مفتوح لعملية ببنية تستخدم فيها المحاكاة الاتصالات الحقيقية للوصل إلى هذا العالم الافتراضي نظرا.

كما تستخدم المحاكاة كأسلوب رياضي أو منطقي لمعالجة المعضلات يتم تنفيذه باستخدام الحاسوب حيث تتدخل أنواع متعددة من العلاقات الرياضية والمنطقية لوصف سلوك وهيئة نظام العالم الحقيقي معقد ولفترات طويلة (hodgins, 2000)

1- 7 المحاكاة وأهدافها في ميدان التدريب والبحث في عالم الرياضة:

- الأهداف تحسين الأداء
- الجوانب المعرفية
- الجوانب المادية
- الجوانب العاطفية (الانفعالات والمواقف) (Kelly, 2000, pp. 13-24)

1-7-1انتهج لتحقيق هذه الأهداف:

- الكمبيوتر المحاكاة
- المحاكاة في الحقيقة الافتراضية
- المحاكاة الفيزياء واقعية
- أهداف التدريب تتطلب أفضل المناهج في مجال محاكاة .(Petit, 2008, p 39)

1-7-2 حقيقة افتراضية (VR)

علمية وتقنية لتشغيل الكمبيوتر(1) واجهات سلوكية (2) محاكاة في عالم افتراضي (3) سلوك الميزة التي تتفاعل فيما بينها في الزمن الحقيقي (4) بين المجموعة لها باستخدام واحد أو أكثر لانغمار شبه طبيعي (5) عن طريق قناة حسي حركي.

- **الكمبيوتر:**

- تستخدم إمكاناتها (البرمجة والأجهزة)
- تحقق تقنيا بيئة افتراضية
- المحاكاة الحيوية والهيئات تبث بشكل فوري وفقا للقوانين الفيزيائية وسلوكية

- **المواجهات السلوكية:**

- الواجهات الأجهزة
- الحسي ابلاغ المستخدم عن طريق شعوره بتطور في العالم الافتراضي
- دفع اعلام كمبيوتر للإجراءات الحركية الانسان بشأن هذا العالم الافتراضي
- حركي: ابلاغ الاتجاهين
- عقد اختيار واجهات يتوقف على الهدف الذي يسعى إليه التطبيق

- **العالم الافتراضي:**

- تفاعلية في الوقت الحقيقي
- إنشاء قضية رئيسة من حقيقية افتراضية
- نموذجية والمسح ومعالجة البيانات
- الحالة الخاصة وأساليب (الواقع الزائد)

- **التفاعل في الوقت الحقيقي:**

الوقت المتأخر بين الإجراءات على البيئة افتراضية واستجابة الحية صعب من الناحية التقنية

- **الانغمار شبه الطبيعي:**

- وضع المستخدم في الانغمار أكثر فعالية
- شبه الطبيعة من خلال حسي حركي

- الإحساس ذاتية التي تعتمد على التطبيق والجهاز المستخدم (واجهة برنامج)
- الانغمار وتفاعل من الضروري التحدث عن الحقيقة الرياضية حتى لو كان أداؤها متواضعا(Ziane, 2004, p. 14)

1-8 المحاكاة والرياضة:

1-8 حالة التقنية الصناعية: هناك ثلاثة أنواع من المحاكاة

2-8 لدراسة أو التدريب حركة النفسية

الهدف إنشاء بيئة أكثر ذات مصداقية في مجال الإدراك الحسي (البصري، الدهليز واللمس والمسموع)

التفاعل البدني بين المستخدم والنظام هو شرط أساسي المصداقية

3-8 للحصول على تحليل الاستراتيجي للأوضاع الرياضية

الهدف، توفير التباعد عن إجراء

ان المصداقية تستند على ملاحظات

4-8 للانغمار (اللاعب مستخدم في وضعيات رياضية

الهدف التخلص من المستخدم البشري في مناخ ذات مصداقية

ان مصداقية وتستند على عوامل الاستقلال الذاتي على التوسيع السلوكي (Ross, 2006, pp. 403-419)

1-9 صلاحية المحاكاة:

تعتمد المحاكاة على منهج التصميم وعلى النماذج التخيلية والتظاهر المعنية ويمكن استخدام البيئات الافتراضية بزج لفرد أو فريق في تقريب وتصديق والفاعلية على الحاسوب وفي البيئة المراد للاستخدام ويجب أن يكون المستخدمون قادرين على التفاعل مع الحكم الذاتي والمستخدمين من الفئة الأخرى للناس من اجل التفاعل ولكي يكون فعالة يجب على التظاهر والتخيل أيضا ان تكون قادرة على التأثير على المستخدم ويمكن تغييرها من خلال إجراء المستخدم.

يجب أن تكون قادرة على إيجاد حلول وتتطور نتيجة لهذه التفاعلات إن كان سلوك الوكلاء يتطور فإنه يجب ان يكون لا يمكنه التنبؤ بها تماما وان كان علو فيها عن طريق وكلاء الحكم الذاتي يمكن ان نتوقع سلوكيات أكثر تصديقا بغية تخبط لاعبي كرة اليد على مستوى عال في المحاكاة وتصميم هذه المصداقية تعتمد على التوازن بين القدرة على التنبؤ.

والمفاجأة من أجل السماح للمستخدمين إلى بناء المعنى من حيث تفاعلها مع (10) والهدف من هذه الورقة هو أن يقدم مقاربة متعددة التخصصات لتصميم المحاكاة المخصصة للرياضة

1-10 محاكاة الإعاقات :

إن أنشطة محاكاة الإعاقات المختلفة سوف تساهم في تفهم التلاميذ للمشاكل المصاحبة للإعاقة، والتي غالباً ما تكون منطلقاً لمناقشات أكثر خصوصية ذات علاقة بالموضوع. وفيما يلي بعض الأمثلة لأنشطة محاكاة الإعاقة التي تم استخدامها بنجاح:

أ – قيام التلميذ بارتداء معتمة للعينين (محاكاة لفقدان البصر) على أن يكون زميل آخر دليلاً له في حركته، ثم يقوم التلميذ الأول بأداء بعض المهارات الحركية بمساعدة زميله الثاني.

ب– استخدام التلميذ العادي لكرسي متحرك في تنقلاته وقيامه بأداء بعض المهارات الحركية، ويمكن أن يقوم بتبديل ملابسه دون أن يقف .

ج – استخدام سدادات للأذنين واستماع التلميذ العادي لحديث زملائه أو مدربه وشرحه للمهارات الحركية (محاكاة لضعف السمع) .

د – قيام التلاميذ بأداء بعض المهارات الحركية باستخدام ذراع أو رجل واحدة فقط وبمساعدة عكازات أو مشايات. (المطر، الصفحات 8-9)

خاتمة:

وهذا يعني التظاهر أو تخيل إنجاز عمل ما خارج سياقها العادي يمكن أن تخدم اغراضا كثيرة في سياق رفيع المستوى الرياضي

إعداد نفسه للعمل واكتساب المهارات التقنية الجديدة أو دراسة تقنيات خاصة من اجل التفاعل مع بيئة افتراضية

للمميزات والخصائص التي تقدمها هذه الوسائط فإنها يمكنها من الطيران العديد من حدود والفئات والتخصصات الاكاديمية المهن والمواقع الجغرافية اتصالا عن الثقافة الدينية والاجتماعية والاقتصادية

كما نستخدم المحاكاة في عدة مجالات أخرى بما فيها النموذجية تتحمل الطبيعة والأجهزة البشرية لمحاولة اكتشاف تفاصيل هذه العملية.

الفصل الثاني :
الاعاقة البصرية

تمهيد :

تعد الرياضة وسيلة هامة في المساهمة لتدريب فئة المكفوفين لكي يمكنهم القيام بالحركات المختلفة ولضرورية قضاء حاجاتهم واهتماماتهم ويعود ذلك للأنشطة الرياضية بمختلف اختصاصاتها من تأثير عال في تنمية وتقوية أجهزة الجسم المختلفة ولهذا لابد من النظر إلى الكفيف بأنه ليس عبئ على المجتمع وقد اهتمت الدولة من خلال بعض الوزارات وأجهزتها المختلفة وبعض الجمعيات والنوادي الرياضية في تقديم الكثير من أوجه الرعاية والخدمات للمكفوفين خاصة في مجال الرياضة والمنافسات والبطولات الدولية والاولمبية لا يسعيان اذكر لتمثيل الفعال لهذه الفئة خلال مشاركتها الرياضية وحصد الألقاب والميداليات وتمثيل الدولة في المحافل العالمية.

2-1 مفهوم كف البصر (الإعاقة البصرية):

هي حالة يفقد الفرد المقدرة على استخدام حاسة البصر بفاعلية مما يؤثر سلبا في أدائه ونموه.

- التعريف القانوني: ويرى الأطباء أنه ذلك الشخص الذي لا تزيد حدة بصره عن 200/20 قدم في أحسن العينين أوصى بالنظارة الطبية وتفسير ذلك أن الجسم الذي يراه الشخص العادي في نوره ابصاره على مسافة قد يقترب إلى مسافة 20 قدم حتى يراه الشخص الذي يعاني من إعاقة بصرية حسب هذا التعريف.
- التعريف التربوي: هو شخص لا يستطيع ان يقرأ أو يكتب إلا بطريقة برابل وفي هذا يشير هيرادولانسكي 1997 أن المعوق بصريا من منظور تربوي بأن الفرد لا يمكن ان يتعلم من الكتب والوسائل التعليمية للمبصرين (طارق عبدالرؤوف عامر، 2008، صفحة 35)

2-2 تصنيف ذوي الإعاقة البصرية:

يقسم الدكتور عبد الحكيم مخلوف 2007 المكفوفين إلى أربعة أقسام على أساس درجة الابصار وهي:

- الدرجة الأولى للإعاقة البصرية

10/1-3/1 (1،0-33،0) ضعيف البصر

- الدرجة الثانية للإعاقة البصرية

20/1-10/1 (05،0-1،0) ضعيف جدا

- الدرجة الثالثة للإعاقة البصرية

200/1-25/1 (005،0-04،0) الاعمى عمليات درجة تميز الضوء

- الدرجة الرابعة للإعاقة البصرية

0-200/1 (0-005،0) الاعمى

2-3 أسباب الإعاقة البصرية:

2-3-1الأسباب الوراثية:

وهي العوامل التي تؤثر في الجنين قبل الولادة وكذلك العتامة خلف العدسة التي تصيب الأطفال الذين يولدون قبل مولدهم الطبيعي وتتمثل في حالات التهاب الشبكة الوراثي الذي يؤدي إلى ضيق مجال الرؤية وصعوبة تمييز الأشياء في الأماكن ضعيفة الإضاءة وحالات عتمة عدسة العينين "المياه البيضاء" وحالات الجلوكوما الخلقية.

2-3-2 الأسباب البيئية:

ويرتبط ذلك بانخفاض المستوى المعيشي والصحي والثقافي والتعليمي وكثرة المصانع وتنوعها ومن بين العوامل أيضا إصابة الام الحمل في شهرها الثالث بالحصبة الألمانية والزهري وكبق الأسباب ممثلها امراض معدية حوادث واصابات.

2-3-3 الأسباب التشريحية:

وهي أسباب العين عن وظيفتها وتنقسم إلى:

- أسباب خارجية: تتعلق بمقلة العين وتشمل عيوب الأجزاء المكونة للعين.
- أسباب خارجية: تتعلق بالعصب البصري وتلقن المراكز العصبية في الدماغ

- الامراض المعدية: أغلب الامراض تتسببها الارماد مثل

- عثمان القرطية
- طمور المقلة
- الجلوكوما
- المية الزرقاء والتزكوما الحادة
- الرمد الغشائي الحاد والرماد المخاطي الصديدي

- الامراض غير المعدية:

ومن اهم الامراض مرض الكناريا من نقص الفيتامينات (أ) وهناك بعض الحالات مثل تلون الشبكية وقصور العصب البصري ومرض السكر

2-4 القواعد المنظمة للتقسيم الطبي:

- لا يمكن لأي لاعب أن يشترك الا على أساس التقسيم الطبي المثبت له على البطاقة الطبية والبطاقة الشخصية.
- يسمح له ان يشارك في خمس مسابقات كحد أقصى.
- يشكل كل ثلاثة مسابقين فئة من الفريق المشارك.
- يمكن الاعتراض لكن بصفة علمية على التقسيم الطبي وتقديم ذلك الى اللجنة الطبية في الموعد المحدد. (طارق عبدالرؤوف عامر، 2008، صفحة 114)

o **تصنيف المنظمة العالمية لرياضة المكفوفين:**

النوع	وصف الإعاقة البصرية
ب1 B1 1	من عدم الإحساس بالضوء الى الإحساس بالضوء مع عدم القدرة على التعرف بشكل اليد لأي مسافة او أي اتجاه
ب2 B2 2	القدرة على التعرف على شكل اليد وتكون قوة البصر 2-60 حاسة البصر أقل من 5 درجات
ب3 B3 3	القدرة البصرية بين 60/2 إلى 60/6 حاسة البصر أكثر من 5 درجات واقل من

	20 درجة.

التقسيم الفني لرياضة ضعف البصر

المجموعة (أ)	المعاقون بالكف البصري الكامل وهم المكفوفون يتميزون بعدم القدرة على رؤية الضوء
المجموعة (ب)	المعوقون بالضعف البصري الشديد الكف البصري النسبي –مثل ضعف الابصار وحتى 3–60

2–5 الأثر النفسي للإعاقة:

تعد أنه ما يترتب على أي نوع من الاعاقات آثار بالغة على نمط شخصية المعاق ونخص بالذكر الاثار الواضحة المترتبة علة الإعاقة البصرية فيما يلي:

- رفض الكفيف مساعدة الاخرين له لأسباب لا يقبلها على أنه عاجز.
- إنمائهم وثقتهم بأنفسهم وتقديراتهم للاحتمال على أنفسهم مما يؤدي بهم الى العزلة والانزواء طلبا من النفس واحترام الذات.
- عدم الرفض لواقعهم تجعلهم أكثر قلقا واضطرابا دائما.
- ان اضطراب الحركة النفسية للمعاق بصريا يسهم بطريقة او بأخرى الى ضوء النفس نموا غير سليم.
- يبقى الكفيف اقل ثقة بالنفس على غيره من المبصرين لتحقيق الأهداف والتحصيل الأكاديمي.
- وقد يكون للأثر النفسي آثارا إيجابية وتحقيق مالا يستطيع تقبله الاخرين. (ابراهيم، 2008، صفحة 92)

2-6 الألعاب الرياضية وأهميتها للكفيف:

ان التربية تشمل إعداد الكفيف من جميع الوجود من مهارات وعادات ومعارف ومعلومات ومعاني وسلوك اجتماعي مميز وذلك كله من خلال الأنشطة والألعاب الرياضية التي يمارسها الكفيف لبناء وتطوره وتكيفه مع الجميع بصورة فعالة وأفضل طوال حياته.

وتسير في اربع اتجاهات تتميز بالنمو العقلي النمو الاجتماعي، النمو النفسي، النمو وتخص المنظمة العالمية لألعاب المعوقين بإشراف على ISOD الفنية والإدارية للألعاب الى قسمين:

1) العاب يمارسها الاصحاء ولها قانون دولي
2) العاب خاصة بالمعوقين فقط

وتهتم التربية العامة لأهداف التربية الخاصة وبأهم الأهداف التربوية رياضة المكفوفين فيما يلي:

- تنمية مهارات الكفيف البدنية
- تنمية الكفاية البدنية وصيانتها
- مساعدة الكفيف على اكتساب صفات التفكير العقلي والمنظم
- ترقية النمو الانفعالي للكفيف
- المساهمة في اكتساب الكفيف إيجابيا
- ممارسة الحياة الصحية السليمة للكفيف
- التدريب على اكتساب صفات القيادة والتبعية السليمة للكفيف
- تشجيع وتنمية القدرات والمواهب والوصول للبطولات العالمية (مخلوف، 2008، صفحة 114)

2-7 العاب المضمار للمكفوفين:

- الجري
- يتنافس المكفوفين من الدرجة (أ) على جري 60 متر بينما يتنافس المكفوفون من الدرجة (ب) على الجري 100 متر
- تقسم حارات السباق الى 6 حارات ويستخدم فيها 5 فقط
- يبدأ السباق من منتصف المضمار.
- يتم معاونة المكفوفين بوضع شريط على خط البداية وعند خروج أي متسابق عن مساره يتم البدء عليه (مترشحين 02)
- لكل لاعب حارتان لمسابقة 800 متر
- يسمح للعدائين في المسابقات الأطول الاستعانة بمرافق واحد كدليل يجري معه ويصله بحبل غير مطاطي (50سم) بشرط ان لا يسبقه
- يقتضى المشاركة لعداء واحد من كل دولة في البطولات العالمية. (محمود، 2007، صفحة 30)

خاتمة :

ان كف البصر لا يعني غياب حاسة الابصار فقط او غياب الجانب البصري للمعلومات التي يحصل عليها الكفيف من البيئة من حوله بل فقد البصر قد صاغ الشخص الكفيف صياغة أخرى لها معايرها واحكامها وطرق تفاعلها كما ان لها بنيتها المعرفية الخاصة حتى أصبحت مميزة ومنفردة تتفق وبسيكولوجية هذه الإعاقة.

وترجع أهمية الأنشطة الرياضية في تأثيرها الفعال في تنمية وتقوية أجهزة الاسم المختلفة وهذا يجب النظر بعين الاعتبار الى المكفوفين لانهم ليسوا عبئا على المجتمع وقوة عاطلة الاستفادة منها بل هم قوة منتجة لابد من الاستفادة منهم في جميع المجالات والحركة هي العامل الأساسي المساعد في العمليات التربوية للمكفوفين لكي يصبح قادرين على رفع مستوى اللياقة البدنية والصحية العامة والارتقاء من مستوى العناصر اللياقة البدنية والدافعية الرياضية بمختلف ابعادها الاحدى عشر (الحافز، العدوان، التصميم بالمسؤولية، القيادة، الثقة بالنفس، التحكم الانفعالي، واقعية التفكير التربوية، الضمير الحي، الثقة بالأخرين)، والتفاوق العضلي العصبي واكتسابهم المهارات اللازمة لنوع النشاط الرياضي الممارس وتصحيح الأخطاء التي تطرا على قوامهم نتيجة حياتهم الصحية.

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث :

منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

تمهيد :

يلجأ اي باحث في دراسته إلى تدعيم المادة العلمية التي جمعها من موضوع د راسته بالدراسة العلمية للتأكد من مصداقية الفروض التي قامت عليها دراسته فيتعرض إلى الاجراءات المنهجية لدارسته الميدانية ثم عرض و مناقشة النتائج المتحصل عليها عن طريق تطبيق الأداة العلمية على عينة البحث و قد اعتمدنا في بحثنا هذا على برنامج قصد الوصول إلى نتائج يتم تحليلها وتفسيرها في ضوء الفرضيات الذي طبق على التلاميذ بالثانوية التي قامت عليها الدارسة.

وبعد ذلك خرجنا بخلاصة عامة تضمنت كل ما توصلنا إليه من نتائج لنصل فيما بعد إلى إعطاء مجموعة من الاقتراحات و في الأخير خلصنا بخاتمة عامة للدارسة .

1- منهج البحث:

– لقد قمنا في بحثنا هذا باستخدام المنهج التجريبي باستخدام العينة التجريبية الواحدة بتصميم " معالجة – تطبيق بعدي و هذا حسب طبيعة موضوع البحث.

2- مجتمع الدراسة و البحث :

2-1 عينة الدراسة الاستطلاعية :

قبل الشروع في العمل قمنا بدراسة استطلاعية لانها الخطوة الاولية التي تساعد الباحث على القاء نظرة من اجل الالمام بجوانب الدراسة الميدانية ، وكانت بتوجيه استبيان على 40 طالب من طلبة السنة الثانية و الثالثة ليسانس نشاط حركي مكيف واجراء مقابلات مع الأساتذة المدرسين لمادة البيداغوجية التطبيقية .

2-2 عينة البحث الاساسية :

اخترنا عينة عشوائية تكونت من 10 تلاميذ من ثانوية احمد بن زكري ب تلمسان يتراوح عمرهم من 17إلى 19 سنة كلهم ذكور يدرسون في السنة الثالثة ثانوي .وليست لهم خبرات سابقة في فعاليات المضمار

3- مجالات البحث:

- المجال البشري: 10 تلاميذ
- المجال المكاني: الساحة المخصصة لممارسة التربية البدنية و الرياضية ثانوية احمد بن زكري تلمسان
- المجال الزماني: من سبتمبر 2015 الى 15ماي 2016.

4- أدوات البحث:

لكي تتحقق دراستنا الميدانية اعتمدنا على :

4-1 الاستبيان:

وقد استخدم الباحث الاستبيان المغلق ، حيث تكون من مجموعة من الأسئلة

المغلقة التي ساعدتنا في بناء شبكة الملاحظة و بناء البرنامج . حيث اشتمل على الصدق الظاهري حيث احتوى الاستبيان الاولي الذي قدم للأساتذة المحكمين على 13 سؤال حذف منه 3 اسئلة أي بنسبة (30٪) و عدل منه سؤالين نسبتهما(20٪) وبعد ذلك تضمن الاستبيان المصحح و الموزع على العينة على 10 اسئلة نسبته من الاستبيان الاولي(76.92٪).

4-2 بطاقة الملاحظة :

اعتمدنا على الصدق الظاهري في بنائها ثم تم عرض بطاقة الملاحظة على الاساتذة المحكمين للتاكد من صدق المحتوى حيث اشتملت في بدايتها على 6 عناصر

حذف منها الاساتذة المحكمين عنصرين نسبتهما (25٪) حيث تم اخراجها بصورتها النهائية بعد اجراء التعديلات ب 4 عناصر .

الغرض منها : لقياس مستوى التكيف مع الإعاقة والمرشد، تقنيات سباق السرعة ، أهم الصعوبات التي تواجه التلاميذ .

مواصفاتها : تضمنت شبكة الملاحظة اربع عناصر هي :

- **الاستعداد** : وذلك لمعرفة مدى استعداد التلميذ للقيام بالعمل .
- **التكيف** : وذلك لمعرفة مدى تكيف التلميذ مع محاكته للاعاقة قبل و اثناء و بعد تطبيق البرنامج
- **التعلم** : وذلك لقياس المهارات التي تمكن من علمها اثناء و بعد تطبيق البرنامج .
- **الصعوبات** : تضمنت اهم الصعوبات التي تواجه التلميذ .

4-3 البرنامج :

4-3-1 خطوات بناء البرنامج :

قام الباحثان ببناء البرنامج من خلال المعلومات و الملاحظات التي جمعناها من الاستبيان الموجه لطلبة السنة الثانية و الثالثة ليسانس نشاط حركي مكيف و المقابلة التي اجريناها مع اساتذة التربية البدنية و الرياضية حيث قمنا باعداد4 وحدات تعليمية ركزنا فيها على و سائل و ادوات بيداغوجية مكيفة لمساعدتنا على تعليم المهارات .

4-3-2 **محتوى البرنامج :**

- الجزء التمهيدي تمرينات احماء عامة للتدفئة و اعداد التلميذ بدني و نفسيا لتقبل الممارسة و التدريب
- الجزء الرئيسي من الوحدة التعليمية تتكون من مجموعة من المواقف التعليمية لتعلم مختلف المهارات الاساسية المتعلقة بالبحث .

- تنفيذ الوحدات التعليمية و ذلك بالتنوع باستخدام المواقف التعليمية و الادوات اللازمة لتطبيق المواقف بحيث التدرج من البسيط الى المركب و من السهل الى الصعب .

3-3-4 تنظيم تطبيق البرنامج :

قمنا بإعداد 4 وحدات تعليمية مدتها ساعة واحد قمنا بتوزيعها على اربع اسابيع بواقع حصة في كل اسبوع .

خاتمة :

لقد تم في هذا الفصل عرض مختلف الاجراءات التي قمنا بها لإتمام الدراسة الميدانية و التي من خلالها نستطيع التوصل الى نتائج تؤكد لنا مدى صحة او خطأ الفرضيات التي تقوم على اساسها هذه الدراسة ، بحيث تعتبر هذه الاجراءات ضرورية في كل دراسة ، لأنه من دون اجراءات ميدانية لا يمكن الاجابة عن الاشكالية العامة .

عرض و تحليل النتائج

تمهيد :

في هذا الفصل سوف نتطرق ال عرض و تحليل نتائج هذه الدراسة الميدانية، كما سنعتمد على مقارنتها مع الدراسة السابقة مع اعطاء تفسيرات لها وهذا تدعيما للدراسة الحالية ، لنستخلص الاستنتاج العام لهذه الدراسة و الاقتراحات و التوصيات .

5 عرض و تفسير و مناقشة النتائج:

5-1 عرض و تفسير و مناقشة النتائج للإحساس بالمحيط :

عند البداية و في اول حصة قمنا بشرح البرنامج المقترح للتلاميذ و تهيأتهم نفسيا وقد بدا لهم الامر غريبا وصعب التحقيق و الانجاز و كأول رد فعل على وضع عصابة العينين تحصلنا على عدة سلوكات متنوعة جدا من بينها رفضه الجري في البداية و قام بالمشي بخطوات قصيرة و جسم منحني مائل مع امداد الذراعين الى الامام للحماية من العوائق اضافة الى ذلك تخوفهم من السقوط و عدم ادراكهم للأشياء المحيطة بهم وهذا ايضا ما اثبتته الدراسة السابقة ل "ميشال كالمي" و " تيريسا أسيد" في محاكاتها للإعاقة البصرية في لعبة الجيدو حيث لاحظا نفس الملاحظات المتحصل عليها بحيث ان بوضع عصابة العينين تتأثر العادات الحركية .

من خلال البرنامج المقترح الذي تضمن عدة مواقف تعليمية من بينها استعمال كرة ذات جرس يقوم المرشد بإرسالها من امام التلميذ حيث يقوم هذا الاخير بتتبع الصوت ومسار الكرة و محاولة امساكها ثم محاولة التعرف على اشياء (قمع، كرة ....) الموضوعة امامه وذلك بإتباع تعليمات المرشد وفي موقف اخر يقوم التلميذ بالقفز في مكانه والدوران عند سماع الاشارة ثم الجري بسرعة حيث ركزنا في هذه المواقف على القضاء على مضاهر الخوف لدى التلميذ و زيادة ادراكه الحسي من خلال تنمية القدرات و الحواس كالسمع و اللمس و القدرة على التذكر و استخدام ذكائه و احساسه بوضع جسمه في الهواء الطلق و ادراكه للاتجاهات ، ومن خلال ملاحظاتنا اثناء و بعد تطبيق البرنامج تم الوصول الى

مستوى من التكيف و التعلم في ادراكه للمحيط والتي اثبتتها عدة مؤشرات من بينها اكماله لمسافة السباق في المنافسة الاخيرة بسرعة كبيرة و توازن دون خوف من السقوط وظهر ذلك ايضا من خلال قدرة التلميذ على التوجه والحركة الصحيحة تجاه الأشياء المحيطة به و ايضا تعرفه على أساليب الأمن والسلامة والاستقلالية عند التنقل في البيئة المحيطة من خلال تحديد مواقع الأشياء واتجاهاتها وعلاقتها ببعض بواسطة الحواس الباقية وخاصة حاسة السمع .

الاستنتاج :

من هذا كله نستنتج ان البرنامج المقترح بمواقفه التعليمية ادى الى تطور مستوى ادراكه و احساسه بالمحيط و كذا الاتزان و التحكم في الجسم في الفضاء .

2-5 عرض و تفسير و مناقشة النتائج لوضعية الانطلاق :

في بداية البرنامج المقترح وجد التلميذ صعوبة في اداء وضعية الانطلاق و ظهر ذلك في التحديد الخاطئ لمكان البدء ووضع الجسم بشكل غير متوازن اثر عليه سلبا في استخدام قوة الدفع اضافة الى عدم وجود سرعة رد فعل واحدة بينه و بين المرشد فأحيانا يكون الانطلاق بطيئا و احيانا يكون قبل سماع اشارة البدء .

و من خلال المواقف التعليمية التي تضمنت تمارين لتحسين سرعة رد الفعل و اخرى لتوازن الجسم اثناء وضعية الانطلاق من بين هذه التمارين اعطاء رقم لكل تلميذ و عند سماع الاشارة يحاول لمس القمع الموضوع على بعد ثلاث خطوات و يقفز التلميذ في مكانه وعند سماع الاشارة يلمس الارض و يجري بأقصى سرعة و ايضا يأخذ التلميذ و مرشده وضعية الانطلاق المنخفضة لينطلق بأقصى سرعة بعد سماع الإشارة وقد ركزنا في هذه التمارين على الوضع الجيد لأرجل الارتكاز وضع اليدين في المكان الصحيح خلف خط البداية وباتساع الكتفين و التركيز على سرعة رد الفعل وسرعة الانعكاس والانطلاق فور سماع أمر البدء، و يلعب المرشد دورا هاما في وضعية الانطلاق حيث انه هو من يساعد التلميذ على معرفة ما اذا كان في وضعية صحيحة فوجب عليه ان يختار العبارات التي

يستخدمها واضحة و سهلة و خالية من التعقيد و ان يكون ملما بقوانين و ضعية الانطلاق و هذا ما اكدته الدراسة السابقة ل "ميشال كالمي" و " تيريسا أسيد" على ضرورة ان يكون كلام المرشد واضحة و سهل الفهم وبنهاية البرنامج ومن خلال ملاحظتنا تمكن التلميذ من اداء وضعية الانطلاق وقد ظهر ذلك في وضعية الجسم المتوازنة ساعد على تحقيق انطلاق انفجاري و سرعة استجابته للمنبهات الصوتية وتحقيق انطلاقة في وقت واحد بينه و بين المرشد مع الحفاظ على توازن الجسم عند النهوض و احترام قوانين الانطلاق رغم عدم امتلاكنا لمكعبات البدء لوضعيات الانطلاق .

الاستنتاج:

من خلال التحليل لشبكة الملاحظة نستنتج ان التلميذ قد تمكن من اداء وضعية انطلاق صحيحة بفضل البرنامج المقترح .

3-5 عرض و تفسير و مناقشة النتائج لتناسق الأطراف بين التلميذ و مرشده :

في بداية البرنامج وجد التلميذ مشاكل في التناسق العام بينه و بين المرشد وظهر ذلك في اختلال تناسق الاطراف في حركة كل من الرجلين و الذراعين وفقدان الايقاع المناسب بينهما و عدم تمكنهما من اداء حركات رياضية سهلة صحيحة و متزامنة و يرجع ذلك بالدرجة الاولى الى نقص الجانب المعرفي لتقنيات الارشاد للعداء المرشد وكذا عدم تأقلم التلميذ في بداياته مع الاعاقة .

ومن هذا كله قمنا بتكييف التمارين و المواقف التعليمية حسب تلك النقائص الموجودة و لهذا ركزنا على ايجاد الايقاع المناسب بين التلميذ و مرشده و ايضا تناسق الاطراف بينهما و البحث عن الانسجام اثناء القيام بحركات الجري من بين هذه التمارين يقف التلميذ وجها لوجه مع مرشده و يقوم بحركة رفع الركبتين الى الامام بالتناسق مع اليدين تبعا لإشارة الاستاذ ايضا المرشد و التلميذ جنبا الى جنب الجري في المكان نفسه برفع الركبة و تحريك الذراعين ،ثم الانتقال إلى الجري نحو الأمام و المحافظة على الإيقاع نفسه.

و بنهاية البرنامج ومن خلال التحليل و الملاحظة تم الوصول الى ان التلميذ قد وصل الى مستوى من الانسجام العام بينه و بين المرشد و كذا تناسق في عمل الاطراف العلوية و السفلية معا للتلميذ لوحده و مع مرشده .

الاستنتاج:

من خلال التحليل لشبكة الملاحظة نستنتج ان التلميذ قد وصل الى مستوى بين الانسجام بينه و بين المرشد و ذلك من خلال تناسق عمل الاطراف و الجري بإيقاع واحد .

4-5 عرض و مناقشة و تفسير النتائج للجري في رواق مستقيم :

في بداية البرنامج لاحظنا عدة نقائص فيما يخص الجري في الرواق فقد وجدنا عدة اخطاء من بينها خروج التلميذ و المرشد من الرواق وهذا نظرا لمتطلبات هذه المهارة التي تعتمد على الابصار بالدرجة الاولى فوجب علينا تكييف التمارين و الوسائل و الاعتماد الكبير على المرشد من اجل تحقيق الهدف المرجو .

ومن هذا كله اقترحنا مجموعة من التمارين اعتمدت على مساعدة المرشد للتلميذ من خلال التوجيهات و الارشادات اللفظية و تركيز الاخير على تمييز الاصوات و الاستعانة بها اثناء الجري دون اغفال محافظتهما على السرعة القصوى ومن بين هذه التمارين يقوم التلميذ بجمع الاقماع الموضوعة في خط مستقيم و ذلك بإتباع الارشادات و التعليمات من طرف المرشد ايضا يقوم المرشد بالمشي و اصدار صوت من خلال التصفيق و يقوم التلميذ بإتباع الصوت و اداء حركة رفع الركبتين الى الامام بالتناسق مع اليدين من خلال هذه التمارين وجب على المرشد اعطاء معلومات حسية و لمسية لتعويض العجز البصري و ان تكون العبارات اللفظية مختصرة مثلا "لليمين قليلا"و " لليسار قليلا" او عن طريق حركات اليدين فمثلا عند سحب الحبل من طرف المرشد فعلى التلميذ الاقتراب اكثر من المرشد كما يجب ان يكون المرشد اسرع من العداء ة ذلك من اجل التركيز على عناصر الاتصال عوض التفكير في الايقاع المناسب .(Caissy & Raby-ménard, 2013)

و بنهاية البرنامج قد تمكنا من تحقيق هدف الجري في الرواق وظهر ذلك من خلال عدة مؤشرات من بينها محافظتهما على السرعة القصوى اثناء الجري دون الخروج من الرواق و مساعدة المرشد للتلميذ من خلال الارشادات و التنبيهات الصوتية و تركيز الاخير عليها.

الاستنتاج:

من خلال التحليل لشبكة الملاحظة نستنتج ان التلميذ قد تمكن من تحقيق هدف الجري في رواق مستقيم .

5-5 الاستنتاج العام :

من خلال تحليل و مناقشة النتائج قد تبين لنا ان التلميذ قد تعلم عدة مهارات من بينها تعلم وضعية الانطلاق بأوامرها الثلاث و تعلم كيفية الجري في رواق مستقيم اضافة الى تعلم المهارات الحركية الخاصة بسباق السرعة رغم محاكاتهم للإعاقة البصرية كما اتضح لنا ان التلميذ قد تمكن من التكيف مع الاعاقة البصرية من خلال محاكاته لها و هذا ما يثبته التوجه و الحركة الصحيحة اتجاه الاشياء المحيطة به و الانسجام و التناسق الحاصل بينه و بين المرشد ويرجع ذلك الى الوحدات التعليمية المقترحة.

6-5 مقابلة النتائج بالفرضيات :

- الفرضية الاولى: تؤثر الوحدات التعليمية بمحاكاة الإعاقة إيجابيا على تعلم الخطوات الفنية لجري السرعة 60 م.

من خلال البيانات الكيفية المدروسة سابقا في الصفحات (31) (33) و التي تشير الى تعلم وضعية الانطلاق و الجري في رواق مستقيم وهذ يرجع الى التمارين التي تكون منها الوحدات التعليمية و التي اعتمد فيها الطالبان على تحقيق عنصر التكيف في الوسائل و العتاد وهذا ما يتحقق مع الدراسة السابقة ل "ميشال كالمي" و

" كريم الاحمدي" التي تثبت بانه يمكن للشص التعلم بالمحاكاة و ذلك بتكييف الادوات و الوسائل لتعويض الاعاقة و بهذا يمكننا القول بان الفرضية المذكورة اعلاه قد تحققت .

- الفرضية الثانية : يمكن للتلاميذ التكيف مع تعطيل حاسة الإبصار أثناء محاكاتهم لها .

من خلال البيانات الكيفية المدروسة سابقا في الصفحات (30) (33) (34) و التي تشير الى ان التلميذ قد تمكن من التكيف مع الاعاقة البصرية من خلال محاكاته لها و هذا ما يثبته التوجه و الحركة الصحيحة اتجاه الاشياء المحيطة به و الانسجام و التناسق الحاصل بينه و بين المرشد وهذ يرجع الى التمارين التي تكون منها الوحدات التعليمية و التي اعتمد فيها الطالبان على تحقيق عنصر التكيف في الوسائل و العتاد وهذا ما يتحقق مع الدراسة السابقة ل "ميشال كالمي" و "تيريسا اسيد" التي تثبت بان الشخص المحاكي للاعاقة يمكنه التكيف مع الوضعيات الجديدة و بالتالي يمكننا القول بان الفرضية المذكورة اعلاه قد تحققت .

الخاتمة :

لقد استطعنا بعون الله انهاء هذا العمل المتواضع الذي نال منا جهدا و عناء كبيرين في انجاز ه حيث اننا اعتمدنا في دراستنا على بناء برنامج لتعلم المهارات الاساسية لجري 60 م و ذلك بمحاكاة الاعاقة و معرفة اثر هذا البرنامج و مذى تكيف التلاميذ مع محاكاة الاعاقة ، و انطلاقا من الدراسة النظرية و الدراسة الميدانية و النتائج المتحصل عليها يتضح لنا انه من خلال البرنامج المقترح قد تمكن التلاميذ من تعلم عدة مهارات متعلقة بجري 60 م من بينها وضعية الانطلاق و الجري في رواق مستقيم و تناسق الاطراف بين التلميذ و مرشده اضافة الى تكيفهم مع الاعاقة البصرية من خلال محاكاتهم لها ، وم هذه الفكرة التي اكدتها دراستنا نستطيع الاعتماد على محاكاة الاعاقات في تكوين اطارات و مدرسي النشاط الحركي المكيف .

المراجع

Bibliographie

- المراجع باللغة العربية :

1- ابراهيم ,م .ع .(2008) .*التربية الرياضية للاعاقة البصرية* .عمان :دار التقاعد للنشر و التوزيع عمان -الاردن.

2- اسلام جابر احمد علام. (2011). *,فاعلية برنامج المحاكاة الكمبيوترية والعروض العملية في تنمية بعض مهارات صيانة الحاسب الآلي لدى الطلاب المعلمين بالمملكة العربية السعودية*. بحث غير منشور.

3- الأختر ,ع .ع .(2011) .المحاكاة بالحاسب الآلي لتفعيل العمليات الإدارية بمدارس التعليم العام بمحافظة الخرمة .*مجلة الثقافة والتنمية*.

4- الحمداني ,ر .ش .(2002) .*المحاكاة الحاسوبية*. دار المناهج للنشر و التوزيع.

5- المطر ,ع .ا .(2012) .البرامج الرياضية المدمجة .*اطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة* .جامعة الملك سعود.

6- المطر ,ع .ا .(s.d.) .*البرامج الرياضية المدمجة* .جامعة الملك سعود.

7- طارق عبدالرؤوف عامر ,ر .ع .(2008) .*الاعاقة البصرية* .القاهرة :طيبة للنشر و التوزيع.

8- طه سعدعلي ,ا .ا .(2005) .*التربية البدنية و الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة* . مكتبة الفلاح .

9- عدي جاسب حسن ,ع .ا .(s.d.) .*المحاكاة الحركية* .

10- محمد العجب و حمدي احمد واحمد سعيد ونجلاء البوعينين العجب. (2013). , أثر النمذجة الإلكترونية القائمة على المحاكاة الافتراضية في تنمية مهارات صيانة الحاسب الآلي وتحسين الرضا عن التعلم لدى طالبات كلية التربية جامعة الدمام. *مجلة العلوم التربوية والنفسية* .

11- محمود ,م .ر .(2007) .*فئات المكفوفين و مسابقات الميدان* .االاسكندرية : المكتبة المصرية للطبعة و النشر و التوزيع .

12- مخلوف ,ع .ا .(2008) .*تربية المعاقين بصريا* .القاهرة :مكتبة الانجلو المصرية .

- المراجع باللغة الفرنسية :

13- Caissy, A., & Raby-ménard, A. (2013, aout). Guider en courant. Québec, Guider en courant !, Canada.

14- hodgins, M. (2000). *animating athletic motion planing by example graphics interface.*

15- Kelly, A. (2000). *Design and construction of a bobsled driver training simulator.* Sport engineering.

16- Petit, J.-P. (2008). scene perception and decision-making in sport simulation. *international journal of sport psychology* (pp. 1-19). A masked primring investigation.

17- Ross, K. (2006). *professional judgement and " Naturalistic decision making ".* Cambridge: Cambridge university press .

18- Ziane, R. (2004). *Contribution a la formation des entraineur sportifs.caractérisation et représentation des actions de jeu* . ENS cachan

الملاحق

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم النشاط الحركي المكيف

استمارة استبيانية

استمارة استبيانية موجهة الى طلبة النشاط الحركي المكيف

اعزائي الطلبة في اطار التحضير لنيل شهادة الماستر في تخصص النشاط الحركي المكيف و الصحة تحت عنوان ‹‹ **تمارين مقترحة بمحاكاة الاعاقة البصرية لتعلم ابجديات الجري 60 متر للمكفوفين** ›› نرجوا منكم المشاركة في انجاز هذا البحث بالتفضل لاعطاء اجوبتكم الشخصية على ما تحويه الاستمارة .

ونحيطكم علما ان هذا الاستبيان يبقى سرا، واجوبتكم تستعمل لغرض البحث فقط ، كما انها لا توجد اجوبة صحيحة و اخرى خاطئة و ان كل ما يهمنا هو رأيكم الشخصي .

شكرا مسبقا على مساعدتكم لنا

الطالبان الباحثان :

- حكيمي سليمان
- سعيدي يعقوب

1- هل لديكم فكرة واضحة عن تخصص النشاط الحركي المكيف ؟ نعم ☐ لا ☐

2- هل يشمل المقرر الدراسي مقياس البيداغوجيا التطبيقية ؟ نعم ☐ لا ☐

3- هل يحتوي هذا المقياس على وحدات تتماشى مع طبيعة التخصص ؟ نعم ☐ لا ☐

4- هل يمكن تطبيق مكتسباتكم النظرية اثناء هذا المقياس ؟ نعم ☐ لا ☐

5- هل هناك فرق في مقياس البيداغوجيا التطبيقية بين تخصصكم و التخصصات الاخرى؟ نعم ☐ لا ☐

6- هل يتم تطبيق الحصص على فئات ذوي الاحتياجات الخاصة ؟ نعم ☐ لا ☐

7- هل تم تكييف الحصص وفق الفئة المستهدفة (ذوي الاعاقات المختلفة) ؟ نعم ☐ لا ☐

8-هل تم الاستعانة بادوات و وسائل بيداغوجية مكيفة لذوي الاعاقات المختلفة ؟ نعم ☐ لا ☐

9- هل من خلال هذا المقياس بوضعه الحالي يمكنكم مستقبلا من التعامل مع فئات ذوي الاحتياجات الخاصة ؟ نعم ☐ لا ☐

شبكة الملاحظة

الاهداف	المؤشرات	المحتوى
	الاستعداد	
	مدى التكيف	
	التعلم	
	الصعوبات	

- **الاستنتاج**

الهدف التعليمي : الاحساس بالمحيط

فترات التعلم	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	**<u>الموقف التعليمي رقم (01):المدة 10د</u>** -التحية + المناداة .-شرح هدف الحصة وطريقة العمل -إحماء عام خاصة الأطراف السفلية .-تمديد عضلي + تقوية.	-المحافظة على النظام داخل الفوج - أتباع تعليمات القائد	التسخين الجيد تفاديا للإصابات
المرحلة الرئيسية	**<u>الموقف التعليمي رقم(01): المدة 7د</u>** - باستعمال كرة ذات جرس يقوم المرافق بارسال الكرة من امام العداء حيث يقوم هذا الاخير بتتبع الصوت و مسار الكرة و محاولة امساكها **<u>الموقف التعليمي رقم(02): المدة 7د</u>** - يقوم العداء بمحاولة التعرف على الاشياء (قمع- كرة...)الموضوعة امامه في خط مستقيم بإتباع تعليمات المرشد **<u>الموقف التعليمي رقم(03):المدة 7د</u>** - القفز في المكان عند سماع الاشارة الاولى يدور نصف دورة و عند الاشارة الثانية يكمل نصف دورة المتبقي و يجري باقصى سرعة	- الإنطلاق السريع المباشر بعد تحرير الكرة من اليد . - اتباع تعليمات المرشد - المحافظة على التوازن عند الدوران	- تعليمات مبسطة من طرف المرشد - الجري السريع - تفادي السقوط
المرحلة التقييمية	**<u>الموقف التعليمي رقم(06): المدة 7د</u>** - تقييم عمل الحصة على مستوى كل فوج تحت إشراف القائد . - التحليل والمناقشة بين الأستاذ والتلاميذ .	- التعرف على النقائص	- الحفاظ على الهدوء

الهدف الإجرائي : تعلم وضعية الانطلاق بأوامرها الثلاث

فترات التعلم	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	**<u>الموقف التعليمي رقم (01):المدة 10د</u>** -التحية + المناداة .-شرح هدف الحصة وطريقة العمل -إحماء عام خاصة الأطراف السفلية .-تمديد عضلي + تقوية.	- التسخين الجيد	- تفادي الإصابات
المرحلة الرئيسية	**<u>الموقف التعليمي رقم(02): المدة 9د</u>** - يقوم التلميذ بالقفز في مكانه عند سماع الاشارة ينطلق باقصى سرعة . **<u>الموقف التعليمي رقم(03): المدة 9د</u>** - القفز في المكان و عند سماع الاشارة يلمس التلميذ الارض و يجري باقصى سرعة. **<u>الموقف التعليمي رقم(04):المدة 9د</u>** - اعطاء رقم لكل تلميذ و عند سماع الاشارة يحاول لمس القمع الموضوع عل بعد ثلاث خطوات . **<u>الموقف التعليمي رقم(05):المدة 9د</u>** - ياخذ كل تلميذ و مرشده وضعية الانطلاق المنخفضة لينطلق باقصى سرعة عند سماع الاشارة	- الجري باقصى سرعة - الخضوع و الإمتثال إلى قواعد اللعبة - القفز الجيد	- عدم الانطلاق قبل الاشارة -تفادي الاصطدام بين التلاميذ - الإنطلاق السريع
المرحلة التقييمية	**<u>الموقف التعليمي رقم(06): المدة 5د</u>** - تقييم عمل الحصة على مستوى كل فوج تحت إشراف القائد . - التحليل والمناقشة بين الأستاذ والتلاميذ .	- المشاركة الموضوعية في التقييم - تقبل النقد.	- العودة الى الهدوء

الهدف الاجرائي : تناسق الاطراف بين العداء و المرشد

فترات التعلم	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	**<u>الموقف التعليمي رقم (01):المدة 15د</u>** - تقديم موضوع الحصة / بعد التحية و تجمع القسم - تسخينات عامة - تسخينات خاصة : حركات مرونة / استرخائية من أجل تحسين الاستعداد البدني و الرياضي	- صحة التنفس. - الانضباط و التنظيم	- الحفاظ على التنفس الطبيعي .
المرحلة الرئيسية	**<u>الموقف التعليمي رقم(02): المدة 10د</u>** - يقف التلميذ وجها لوجه مع مرشده و يقوم بحركة رفع الركبتين الى الامام بالتناسق مع اليدين تبعا لاشارة الاستاذ **<u>الموقف التعليمي رقم(03): المدة 10د</u>** - المرشد و التلميذ جنبا الى جنب الجري في المكان نفسه برفع الركبة و تحريك الذراعين ، ثم الإنتقال إلى الجري نحو الأمام و المحافظة على الإيقاع نفسه. **<u>الموقف التعليمي رقم(04):المدة 10د</u>** - نفس التمرين السابق لكن بأداء حركة المقص .	- التحكم في الحركات التنفيذية للجسم. - التحكم في الإيقاع و التنسيق في حركات الجسم . - تصحيح الحركات الناقصة و إيجاد وضعية مريحة للجسم أثناء التنقل.	- احترام مناطق العمل و عدم الابتعاد عنها مع مراعاة الشروط الأمنية. - التنقل في الإتجاه المستقيم.
المرحلة التقييمية	**<u>الموقف التعليمي رقم(05): المدة 5 د</u>** - إعطاء توجيهات من طرف الأستاذ - مناقشة جماعية بين التلاميذ و الأستاذ	- الخطابة بدون عقدة أمام الزملاء . - تقييم ذاتي.	-عودة الجسم للحالة الطبيعية

الهدف التعليمي : تنمية الاحساس بالجري في رواق مستقيم .

فترات التعلم	ظروف الإنجاز	مؤشرات النجاح	التوصيات
المرحلة التحضيرية	**<u>الموقف التعليمي رقم (01):المدة 15د</u>** - تقديم موضوع الحصة / بعد التحية - جري خفيف حو ل الملعب و القيام بالتمارين التسخينية مع التركيز على الاطراف السفلية	- صحة التنفس. - الانضباط و التنظيم	- التسخين الجيد و تفادي الاصابات
المرحلة الرئيسية	**<u>الموقف التعليمي رقم(01): المدة 10د</u>** - يقوم التلميذ بجمع الاقماع الموضوعة في خط مستقيم و ذلك باتباع الارشادات و التعليمات من طرف المرشد **<u>الموقف التعليمي رقم(02): المدة 10د</u>** - يقوم المرشد بالمشي و اصدار صوت من خلال التصفيق و يقوم التلميذ باتباع الصوت و اداء حركة رفع الركبتين الى الامام بالتناسق مع اليدين **<u>الموقف التعليمي رقم(03)</u>:المدة 10د** - نفس التمرين السابق و لكن باداء حركة المقص	- التحكم في حركات التنفيذية وإيقاع الجري حتى النهاية . - تحكم في توازن الجسم. - الجري داخل الممر و على إستقامة حتى خط الوصول	- الحفاظ على الشروط الأمنية -استخدام كل الدعائم المساعدة على إنجاز العمل بوضعية مريحة.
المرحلة التقييمية	**<u>الموقف التعليمي رقم(06)</u>: المدة 5د**		