

رقم:.....

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التربية الحركية



مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر
تخصص : نشاط بدني رياضي مدرسي

العنوان

أثر استخدام الأسلوب التدريبي على المهارة
الحركية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

دراسة ميدانية في ثانوية محمد بجاوي بسكرة

تحت إشراف:
- د. مراد خليل

من إعداد :
- العلواني سيف الدين
- أفرن بدر الدين

السنة الجامعية : 2021 / 2022

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(رَبَّنَا آتِنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا رَشَدًا)

صدق الله العظيم



شكر وتقدير



الحمد لله على كل نعمة

ونعمنا بها، فله الحمد على ما علم وله الشكر على ما أنعم، فبه تقضى الحاجات
وتلبي الغايات.

نتقدم بجزيل الشكر الى الاستاذ المشرف " **ميراد خليل** " الذي كان وعم
لنا في اماكن هذه المذكرة بكل توجيهاته ونصائحہ وانتقاداته البناءة وحرصه
على تقديمها على احسن صورة، كما نشكر جميع الاساتذة الكرام الذين قدموا
لنا المعلومات في سائر المسار الدراسي، ونشكر كل الموظفين الوديعين، وفي
الاخير اشكر عائلتي على دعمي وجميع اصدقائي.

محتويات الدراسة

الصفحة	محتويات الدراسة
	شكر وعرfan
أ-ب	مقدمة
الفصل الاول: مدخل عام للدراسة	
1	1- الإشكالية
2	2- فرضيات البحث
2	3- أسباب اختيار الموضوع
3	4- أهمية الدراسة
3	5- تحديد المفاهيم والمصطلحات
7-4	6- الدراسات السابقة والمشابهة
الجانب النظري	
الفصل الأول: الأسلوب التدريبي	
11-10	1- التدريس
12	2- أسلوب التدريس
13-12	3- أساليب التدريس وأنواعها
13	4- الأسلوب الأمري

الصفحة	محتويات الدراسة
14	1-4 بنية الأسلوب الأمري
14	2-4 تطبيق الأسلوب الأمري
15-14	3-4 قنوات النمو للأسلوب الأمري
15	4-4 أهداف الأسلوب الأمري
15	5-4 مميزات الأسلوب الأمري
15	6-4 عيوب الأسلوب الأمري
16	5- الأسلوب التدريبي
16	1-5 بنية الأسلوب التدريبي
17-16	2-5 تحليل الأسلوب التدريبي
18-17	3-5 وصف الوحدة التدريسية
18	4-5 قنوات النمو في الأسلوب التدريبي
19-18	5-5 مميزات الأسلوب التدريبي
19	6-5 عيوب الأسلوب التدريبي
19	6- الأسلوب التبادلي
20-19	1-6 تحليل الأسلوب التبادلي
20	2-6 بنية الأسلوب التبادلي

الصفحة	محتويات الدراسة
20	3-6 قنوات النمو في الأسلوب التبادلي
21-20	4-6 مميزات الأسلوب التبادلي
21	5-6 عيوب الأسلوب التبادلي
21	7- أسلوب التطبيق الذاتي
21	7-1 تحليل أسلوب التطبيق الذاتي
22	7-2 بنية أسلوب التطبيق الذاتي
22	7-3 قنوات النمو في أسلوب التطبيق الذاتي
22	7-4 خصائص أسلوب التطبيق الذاتي
22	7-5 مميزات أسلوب التطبيق الذاتي
23	7-6 عيوب أسلوب التطبيق الذاتي
الفصل الثاني: المهارة الحركية	
25	1- مفهوم المهارة
27-25	2- المهارة الحركية
27	3- خصائص المهارة الحركية الرياضية
27	3-1- المهارة تعلم
27	3-2- المهارة لها نتيجة نهائية

الصفحة	محتويات الدراسة
27	3-3- المهارة تحقق النتائج بثبات
27	3-4- المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد وبفاعلية
27	3-5- مقدرة المؤدين للمهارة على تحليل متطلبات استخدامها
28	4- تصنيف المهارات الحركية الرياضية
28	4-1- تصنيف سنجر
28	4-2- تصنيف ستيلنجر 1982
28-29	4-3- تصنيف فيتس
29	4-4- تصنيف بوب دافز وآخرون
29	4-5- تصنيف بولتون 1957
29	5- طرائق تعلم المهارة في التربية البدنية والرياضية
30-31	5-1 الطريقة الجزئية لتعلم المهارة الحركية
31	5-2 الطريقة الكلية لتعلم المهارات الحركية
31-32	5-3 الطريقة الكلية الجزئية لتعلم المهارات الحركية
32	6- مراحل تعلم المهارة الحركية
32	6-1 المرحلة العقلية
32	6-2 المرحلة التطبيقية
33	7- تقسيم المهارات الحركية في المجال الرياضي

الصفحة	محتويات الدراسة
33	1-7 المهارات الحركية الأساسية
33	2-7 المهارات الحركية في الألعاب
33	8- أهداف المهارات الحركية
33	8-1 أهداف فكرية
33	8-2 أهداف اجتماعية
34	8-3 أهداف جمالية
الفصل الثالث: المراهقة	
36	1- مفهوم المراهقة
37	2- تعريف المراهقة
37	3- مراحل المراهقة ومتى تبدأ
38	4- أنماط المراهقة
38	4-1 المراهقة المتكيفة
38	4-2 المراهقة الانسحابية المنطوية
38	4-3 المراهقة العدوانية المتمردة
39	4-4 المراهقة المنحرفة
39	5- مظاهر النمو في مرحلة المراهقة

الصفحة	محتويات الدراسة
39	1-5 النمو الجسمي
39	1-1-5 النمو الفزيولوجي
39	2-1-5 النمو العضوي
40	2-5 النمو الاجتماعي
40	3-5 النمو العقلي
40	4-5 النمو الانفعالي
41	6- خصائص مرحلة المراهقة
41	1-6 الخصائص النمائية العضوية
41	2-6 الخصائص النفسية
41	3-6 الخصائص العقلية
42	4-6 الخصائص الانفعالية
42	5-6 الخصائص الجنسية
43-42	6-6 الخصائص الاجتماعية
43	7- الآثار النفسية للتغيرات الجسدية
43	8- مشاكل المراهقة
44	1-8 المشاكل النفسية
44	2-8 المشاكل الانفعالية

الصفحة	محتويات الدراسة
44	3-8 المشاكل الاجتماعية
44	4-8 المشاكل الصحية
45	5-8 المشاكل الحركية
45	9- الفروق الفردية بين الذكور و الإناث في مرحلة المراهقة
45	9-1 الفروق بين الذكور والإناث من الناحية الجسمية وتركيب الجسم
45	9-2 الفروق بين الذكور والإناث في القدرات الحركية
45	9-3 تطور القدرات الحركية
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
47	1-الدراسة الاستطلاعية
47	2-ميدان الدراسة
48-47	3- منهج الدراسة
48	4- أداة الدراسة
48	4-1- وصف الاختبار الميداني
50	4-2 تحديد خطوات البرنامج
50	4-2-1 أهداف البرنامج

الصفحة	محتويات الدراسة
50	2-2-4 تنظيم النشاط
50	3-2-4 الأدوات المستخدمة في البرنامج
50	4-2-4. محتوى الحصة
51	5-2-4 تقييم أثر البرنامج
51	5- الأسس العلمية للبحث
51	1-5 الثبات
52	2-5 الصدق
53	3-5 الموضوعية
53	7- عينة الدراسة
53	8- متغيرات الدراسة
53	1-8 المتغير المستقل
53	2-8 المتغير التابع
53	9- حدود الدراسة
53	1-9 المجال المكاني
54	2-9 المجال الزمني
54	3-9 المجال البشري

الصفحة	محتويات الدراسة
54	10- المعالجة الاحصائية
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
56	1- عرض وتحليل النتائج
56	1-1 الفرضية الجزئية الأولى
57	1-2 الفرضية الجزئية الثانية
60	استنتاج عام
61	الاقتراحات والتوصيات
/	خاتمة
/	قائمة المراجع
/	الملاحق

فهرس الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
14	جدول يمثل بنية الأسلوب الأمري	1
16	جدول يمثل بنية الأسلوب التدريبي	2
20	جدول يمثل بنية الأسلوب التبادلي	3
22	جدول يمثل بنية أسلوب التطبيق الذاتي	4
52	جدول يمثل ثبات الاختبارات	5
52	جدول يمثل صدق الاختبارات	6
53	جدول يمثل تعداد التلاميذ في الثانوية	7
56	جدول يمثل الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لاختبار قياس التوافق بين التمرير والاستقبال	8
57	جدول يمثل الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لاختبار قياس دقة التصويب	9

فهرس الاشكال

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
47	يوضح الموقع الجغرافي للمؤسسة	1
48	يوضح التصميم التجريبي المعتمد في الدراسة الحالية	2
49	يوضح اختبار قياس التوافق بين التمرير والاستقبال	3
49	يوضح اختبار قياس دقة التصويب	4
56	يوضح النتائج وفق المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بالنسبة للاختبار القبلي والبعدى في اختبار التوافق بين التمرير والاستقبال في كرة اليد	5
58	يوضح النتائج وفق المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بالنسبة للاختبار القبلي والبعدى في اختبار دقة التصويب في كرة اليد	6

لقد عرف الإنسان القديم علوم عديدة وطورها وأخذ منها مايتناسب مع رقيه وازدهاره خاصة في العصر الحالي الذي يعرف ثورة كبيرة في مجالات العلوم المختلفة والمتكاملة فيما بينها من أجل الوصول بالإنسان إلى أعلى مستوى من الرقي الحضري.

وقد أوجب هذا التقدم العلمي اللامحدود في علوم التربية البدنية والرياضية والتي سخرت لخدمة المجال التدريسي في التربية البدنية لما لها من أصول وقواعد راسخة يستند عليها ويستمد منها مادته التي يستفاد منها المعلم بالدرجة الأولى في التدريس.

ومجال التدريس في التربية البدنية بما يحويه من طرق وأساليب له أهمية بالغة على تكوين الفرد نظريا ومهاريا وحتى حركيا ، لذا وجب على المعلم او الأستاذ عند اختياره لأسلوب من أساليب التدريس الأخذ بعين الاعتبار الإمكانيات المتاحة والفوارق الموجودة بين التلاميذ ، فالأسلوب التدريبي كواحد من أهم الأساليب التي يستعملها المربي في حصته لما يشكله من إمكانية تحسين مستوى التلميذ مهاريا وحركيا ، وهذا الأخير حتى يصبح فردا ناجحا في هذا المجال وجب عليه أن تكون لديه صفة القابلية لتعلم أي مهارة حركية ، لذا وجب التفكير في تحسين وصقل هذه المهارات (كالتمرير والاستقبال) قصد النهوض بمستوى مقنع للتلميذ الممارس لها وعلى ضوء هذا فإن الأسلوب التدريبي يشكل أحد الاساليب الفعالة التي قد تساهم بشكل أو آخر في إبراز هذا المستوى ما شد إلى معرفة ما مدى تأثيره في التلميذ الممارس لهذه المهارات.

ومن خلال كل هذا فقد جاء بحثنا الذي سنحاول من خلاله دراسة أثر الأسلوب التدريبي على المهارة الحركية في حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي وهذا مادفعنا لاختيار الموضوع وقد قمنا بتقسيم بحثنا على النحو التالي:

- الفصل التمهيدي: التعريف بالدراسة من حيث طرح الإشكالية وصياغة الفرضيات، إبراز أسباب اختيار الموضوع، بالإضافة إلى تحديد أهم مصطلحات الدراسة وصولا إلى الدراسات المشابهة.

- الجانب النظري: والذي ضم ثلاثة فصول ذات أهمية للبحث، حيث جاءت على الشكل التالي:

أ- الفصل الأول: والذي تطرقنا فيه إلى التدريس ومفهومه ثم انتقلنا إلى الأساليب التدريسية والتي تكلمنا فيها عن الأسلوب التدريبي وهو الأسلوب قيد الدراسة.

ب- الفصل الثاني: والذي خصصناه للمهارة الحركية والذي تكلمنا فيه عن مفهوم المهارة الحركية ومراحل تعلمها، تصنيف المهارات الحركية، وتم التطرق إلى العديد من النقاط في هذا الجزء

د- الفصل الثالث: والذي خصصناه لمرحلة المراهقة والذي تكلمنا فيه على مفهوم المراهقة وخصائصها، بالإضافة إلى مراحلها وأنماطها وكذلك مشاكل المراهقة وآثارها النفسية.

- الجانب التطبيقي: والذي جاء على النحو التالي:

أ- الفصل الرابع: والذي قمنا فيه بتوضيح منهجية البحث وإجراءاته الميدانية، كالمنهج العلمي المتبع، عينة الدراسة، أدوات جمع البيانات، المعالجات الاحصائية.

ب- الفصل الخامس: وفيه تم عرض وتحليل وتفسير النتائج المتوصل إليها بالإضافة إلى بعض الاقتراحات التي قد تساهم في إثراء مجال التربية البدنية والرياضية.

الجانب

التمهيد

1- الاشكالية:

ان التطور الكبير الذي يشهده العصر في جميع العلوم و التي تتعاون فيما بينها من أجل الوصول بالإنسان إلى أعلى درجات الرقي و محاولة إسعاده بأكبر قدر ممكن و توجيه الحياة و ذلك من خلال الإنتاج الضخم في جميع الميادين منها الإقتصادية و الصناعية بالموازنة مع هذا يشهد المجال الرياضي الذي لا يقل شأنًا عن باقي العلوم الأخرى ثورة و ذلك من حيث استعمال الأجهزة و الأساليب العلمية الحديثة في المجال الرياضي .

أصبحت التربية الرياضية من الأنشطة الإنسانية الراسخة في وجدان الناس على مختلف أعمارهم وثقافتهم وطبقاتهم وتحتل التربية الرياضية مكانا بارزا في البرامج المدرسية فهي حركية في مظهرها ووجدانية واجتماعية وخلقية في أهدافها وعلاقتها .

وعملية تدريس التربية الرياضية رغم سهولتها الظاهرية إلا أنها تحتوي على كم من التعقيدات حيث ان التدريس يتعامل مع اطياف بشرية غير متجانسة ذات فروق فردية واتجاهات وميول ونفسيات متباينة.

مما استوجب على جميع العاملين في مجال التربية البدنية والرياضية اطلاق يد التطوير والابتكار للوصول الى انجازات تواجه بها سرعة حركة في المجتمع وماواكبها من خمول في حركة التلاميذ، فمهام المعلم لم تعد مقصورة على الدور التقليدي المعروف للجميع بل أصبح واجبا عليه الابتكار والتجديد لترغيب التلاميذ في النشاط الرياضي وممارسته على أسس علمية تضمن لنا الاستمرارية ومواصلة الممارسة الرياضية.

إن الإشكالية التي نطرحها في بحثنا هذا تعود أساسا إلى الواقع المعاش الذي تعاني منه حصص التربية البدنية و الرياضية بالتعليم الثانوي فكل أستاذ مشرف على قسم حصص التربية البدنية و الرياضية يقوم بتعليم المهارات و الحركات الرياضية بتطبيق أسلوب من أساليب التدريس و هذا البحث يعتبر جوهر العمل المنهجي لما يحتويه من طرق منهجية تسير بنا للوصول إلى الغاية المرجوة ألا و هي نجاعة أساليب التدريس المختارة في تعليم المهارات الحركية في حصص التربية البدنية و الرياضية .

لذلك لو نظرنا إلى واقع التربية البدنية و الرياضية في بلادنا لوجدنا أن هناك قصور كبير على مستوى التدريس و يتضح ذلك في عدم إشباع حاجات التلاميذ و تحقيق ميولاتهم و رغباتهم الفعلية مما يفرض على الأستاذ تغيير سلوكه و تكييفه وفق ما تتطلبه احتياجات التلاميذ و العمل على إكسابهم الخبرات التربوية التي تساعدهم على النمو المتزن في جميع النواحي الجسمية و العقلية و الانفعالية نموا يعمل على تعديل السلوك و تحقيق الأهداف التربوية من خلال هذا نريد معرفة مدى تأثير الأساتذة على تعليم المهارات الحركية وفق الأسلوب التدريسي التدريبي على تلاميذ المرحلة الثانوية لذلك توصلنا إلى طرح هذه الإشكالية :

هل يؤثر الاسلوب التدريسي التدريبي على المهارة الحركية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي؟
وهذا يدفعنا الى طرح التساؤلات التالية:

-هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات اختبار التوافق للتمرير والاستقبال بين
القياسين القبلي والبعدي بالنسبة لعينة الدراسة ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات اختبار دقة التصويب بين القياسين القبلي
والبعدي بالنسبة لعينة الدراسة؟

1- فرضيات البحث:

الفرضية العامة:

للاسلوب التدريسي التدريبي تأثير على المهارة الحركية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي

الفرضيات الجزئية:

* توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات اختبار التوافق للتمرير والاستقبال بين القياسين
القبلي والبعدي بالنسبة لعينة الدراسة.

* توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات اختبار دقة التصويبين القياسين القبلي والبعدي
بالنسبة لعينة الدراسة .

3- أسباب اختيار الموضوع:

ان اختيار هذا الموضوع لم يكن من باب الصدفة فكثيرة هي الأسباب التي ساهمت في هذا الاختيار نذكر
منها على وجه الخصوص ما يلي:

أسباب موضوعية

- من جهة مجال التخصص والتكوين (التربية الحركية) يملي علينا الخوض في غمار مثل هكذا مواضيع تهتم
بمختلف أساليب التدريس الى جانب المعلومات التي تحصلنا عليها طيلة فترات اطوار التكوين تؤهلنا ان
نكون في مستوى هذا التحدي.

- نقص في الاعمال العلمية في الجزائر التي تعالج مثل هكذا مواضيع تهتم بالأسلوب التدريبي.

- التعرف إذا ماكان هذا الأسلوب هو الأنسب من أجل زيادة درجة التعلم المهاري والحركي لدى

تلاميذ الطور الثانوي.

أسباب ذاتية

- محاولة معالجة بعض الاختلالات الموجودة في العلاقة بين المعلم والمتعلم في ميدان التربية البدنية والرياضية.
- ميولنا ورغبتنا في دراسة الموضوع.
- تخصصنا في هذا المجال.

4- أهمية الدراسة:

- تسليط الضوء على الأسلوب التدريبي والتعرف على مدى نجاحته.
- محاولة لفت نظر الأساتذة للتنويع من الأساليب التدريسية المبنية على أسس علمية في حصة التربية البدنية والرياضية.
- وضع هاته الدراسة بين أيدي الباحثين في هذا المجال.

5- تحديد مفاهيم ومصطلحات البحث:

أساليب التدريس:

وهي مجموعة الخبرات يتبعها المدرس من أجل تحقيق أهداف العملية التعليمية مع الأخذ بعين الاعتبار الواجب المراد تعليمه وعمر المتعلم¹، لذلك يمكن اعتبار الأسلوب التدريسي بمثابة همزة وصل بين التلميذ ومكونات المنهج والتي تتضمن العملية التي تتم داخل الفصل والتي ينظمها الأستاذ.²

المفهوم الاجرائي:

وهو الكيفية التي يتبعها الأستاذ في تنفيذ طرق التدريس بصورة تميزه عن غيره من المعلمين الذين يستخدمون نفس الطريقة، أي أنه يمكن القول أن الأسلوب يرتبط بالخصائص الشخصية للمعلم.

مفهوم المهارة الحركية:

وهي قدرة الفرد على القيام بأعمال بكفاءة عالية من الاتقان و بدون ارتكاب أخطاء و هذا بدون النظر إلى المجريات الأمور و مسار الحركة.

و تعد المهارة الحركية في الألعاب الرياضية قدرة الفرد على أداء الحركات الخاصة بتلك اللعبة بدقة وكفاية عالية.³

¹ الوكيل أحمد، المفتي محمد أمين: المناهج، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1999، ص 116

² أمين أنور الخولي: أصول التربية المهنية والإعداد المهني، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996، ص 147

³ وجبة محجوبة: التعلم الحركي و جدولة التدريب، مكتبة العادل للطباعة المحلية، بغداد، 1989، ص 45

التعريف الإجرائي:

المهارة الحركية هي القدرة على أداء مهارة معينة لرياضة معينة و ذلك بانسيابية و رشاقة و دقة عالية و بدوناستهلاك طاقة كبيرة.

مفهوم المراهقة:

المراهقة مصطلح عام يقصد به عادة مجموعة التحولات الجسدية والسيكولوجية التي تحدث ما بين مرحلة الطفولة والرشد. يقول ميخائيل إبراهيم أسعد: " ومعناها التدرج نحو النضج البدني الجنسي والانفعالي والعقلي وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو ، وهي الناحية الجنسية فنستطيع أن نعرف البلوغ بأنه الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج.¹

التعريف الإجرائي:

و هي مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرجولة ، و هي مجموعة من التغيرات التي تحدث في نمو الفرد الجسدي والعقلي والنفسي والاجتماعي، ومجموعة مختلفة من مظاهر النمو التي لا تصل كلها إلى حالة النضج في وقت واحد، و في هذه المرحلة يصبح فيها المراهق رجلاً ، وتصبح الفتاة المراهقة امرأة، ويحدث فيها كثير من التغيرات التي تطرأ على وظائف الغدد الجنسية والتغيرات العقلية والجسمية.

الدراسات السابقة:

من المعروف أن الدراسات العلمية و البحث العلمي على وجه الخصوص يتسم بطابعه التراكمي فما من دراسة أو بحث إلا و جاءت بعده دراسات و بحوث عديدة قد تناولته بالشرح و التحليل، أو تشارك معا في الموضوع أو بعض جوانبه، وكلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها و تعتمد عليها و تعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة ببعضها البعض، حتى يتسنى لنا تصنيف و تحليل معطيات البحث و الربط بينهما و بين الموضوع الوارد و البحث فيه.

الدراسة الأولى:

دراسة من إعداد الطالب تطالي رفيق لنيل شهادة الماستر سنة 2012، تحت عنوان "تأثير بعض أساليب التدريس على الرضا الحركي لدى تلاميذ مرحلة الثانوي أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية".

أهداف الدراسة:

- التعرف على بعض الأساليب التدريسية المستخدمة من حصة التربية البدنية و الرياضية.

¹ ميخائيل إبراهيم أسعد: مشكلات الطفولة والمراهقة، دار البحوث والأنفاق، ط2، بيروت، 1991، ص 25

- التعرف على الأساليب الأكثر استعمالا من طرف الأساتذة لتحقيق الرضا الحركي.
 - التعرف على الأثر الذي تحدثه أساليب التدريس لتحقيق الرضا الحركي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
- وكانت الفرضية العامة كما يلي: يؤثر استخدام بعض أساليب التدريس على الرضا الحركي لدى تلاميذ مرحلة الثانوي أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية.
- و قد استعمل الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي كوسيلة لتحليل موضوعي، و ذلك باستخدام أداة الاستبيان لأنها المناسبة للموضوع حيث أن عينة البحث كانت من قسمين هما: العينة الأولى 9 أساتذة والعينة الثانية 276 تلميذ.
- أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث كانت كالتالي:
- الأسلوب الأمري يؤثر سلبا على الرضا الحركي لدى تلاميذ مرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الأسلوب التدريبي يؤثر إيجابا على الرضا الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية و لكن ليس بدرجة عالية حيث اختلفت آراء الأساتذة حول هذا الأسلوب و هذا نظرا لصعوبة تطبيقه ميدانيا.

الأسلوب المتشعب (حل المشكلة) يؤثر إيجابا على الرضا الحركي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية و معظم الأساتذة يجهلون هذا الأسلوب.

الدراسة الثانية:

رسالة من إعداد الطالب "إيدر عبد النور" لنيل درجة دكتوراه سنة 2010، تحت عنوان "دراسة أثر بعض أساليب التدريس على مستوى التعلم الحركي و المهاري و التحصيل المعرفي خلال درس التربية و الرياضية".

أهداف الدراسة:

- تصميم و بناء و اقتراح برنامج تعليمي (وحدات تعليمية) باستخدام أساليب التدريس (أسلوب التدريس بالمهام، أسلوب التدريس، أسلوب التدريس بالتقييم المتبادل، أسلوب التدريس بالاكشاف المتبادل) في أنشطة الجري - السرعة - كرة السلة.
- بناء اختبار معرفي في نشاط كرة السلة للمتعلمين في كرة السلة.
- المقارنة بين نسب التحسن بين القياس القبلي و البعدي لمتغيرات الدراسة باستخدام أساليب التدريس قيد البحث.

و كانت فرضيات الدراسة كالتالي:

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي و البعدي، و لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة باستخدام أسلوب التدريس بالأمر بالنسبة لمستوى التعلم الحركي و المهاري و التحصيل المعرفي .
توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي و البعدي، و لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة باستخدام أسلوب التدريس بالمهام بالنسبة لمستوى التعلم الحركي و المهاري و التحصيل المعرفي.
توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي و البعدي، و لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة باستخدام أسلوب التدريس بالتقييم المتبادل بالنسبة لمستوى التعلم الحركي و المهاري و التحصيل المعرفي.

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي و البعدي، و لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة باستخدام أسلوب التدريس بالاكشاف الموجه بالنسبة لمستوى التعلم الحركي و المهاري و التحصيل المعرفي.
تختلف نسب التحسن في مستوى التعلم الحركي و المهاري و التحصيل المعرفي قيد الدراسة، بين مجموعات البحث الأربعة، (مجموعة أسلوب التدريس بالأمر، مجموعة أسلوب التدريس بالمهام، مجموعة التدريس بالتقييم المتبادل لمجموعة التدريس بالاكشاف الموجه)، حسب طبيعة كل أسلوب.

و قد اعتمد الباحث في عملية جمعه للبيانات الأدوات التالية:

اختبارات بدنية في رياضة ألعاب القوى (سباق السرعة).

اختبارات مهارية في رياضة كرة السلة.

اختبار معرفي في رياضة كرة من تصميم الباحث.

و تكونت عينة البحث من 68 متعلماً (ذكور) في المرحلة الثانوية.

و كانت أهم النتائج التي توصل إليها الباحث من إجراءات هذه الدراسة:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلي و البعدي و نصائح القياسات البعدي

للمجموعات الأربعة.

تفوق كل من مجموعة أسلوب التدريس بالمهام و مجموعة التقييم المتبادل و مجموعة الاكشاف الموجه على

مجموعة أسلوب التدريس بالأمر.

هناك اختلاف في نسب التحسن في مستوى التعلم الحركي و المهاري و التحصيل المعرفي قيد الدراسة

بين المجموعات الثلاثة و قد جاء الترتيب على الشكل التالي:

مجموعة أسلوب التدريس بالاكشاف الموجه.

مجموعة أسلوب التدريس بالتقييم المتبادل

مجموعة التدريس بالمهام

أما مجموعة أسلوب التدريس بالأمر فقد احتلت المرتبة الرابعة و الأخيرة.

الدراسة الثالثة :

تناول صاحب هذه الدراسة الباحث: أحمد السيد المواني مُجد خطاب، موضوعا هاما تمثل في تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على مستوى التحصيل المهاري والمعرفي في كرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية- جامعة المنصورة- جمهورية مصر العربية- ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراه في التربية الرياضية.

أهداف الدراسة:

- تصميم برنامج تعليمي باستخدام أساليب التدريس قيد البحث.
- بناء اختبار معرفي في كرة الطائرة لعينة البحث.
- التعرف على تأثير البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التدريس قيد البحث.

الجانب النظري:

- لقد تطرق الباحث في الجانب النظري للدراسة إلى ما يلي:
- أساليب التدريس الحديثة في ميدان التربية البدنية والرياضية.
 - الوسائل التعليمية.

الجانب التطبيقي:

لقد جاء على الشكل التالي:

- المنهج العلمي المتبع: استخدم الباحث المنهج التجريبي.
- عينة البحث: قام الباحث باختيار عينة الدراسة ثلاث مجموعات، كل واحدة منها تتكون من 30 طالبا بطريقة قصدية، من طلاب الفرقة السنة أولى بكلية التربية الرياضية للبنين، جامعة المنصورة.

أهم النتائج:

- إن البرنامج التعليمي باستخدام أساليب التدريس قيد البحث لها تأثير إيجابي على مستوى التحصيل المهاري في كرة الطائرة لطلاب كلية التربية الرياضية لجامعة المنصورة.
- إن استخدام أساليب التدريس الحديثة يساهم مساهمة كبيرة في تحقيق أهداف المجال المعرفي في ميدان التربية البدنية والرياضية.

الجانب

النظري

الفصل الأول:

الأسلوب التدريبي

تعد الأساليب إحدى المحاور الأساسية لعملية التدريس في مجال التربية البدنية الرياضية حيث أن التدريس الفعال لا يعتبر مجرد عمل أو وظيفة، بل هو عملية تصميم و مشروع متشعب الجوانب، له مرتكزات واضحة لاتصاله بصورة مباشرة بمستقبل أولئك الذين نقوم بتعليمهم، و تعتبر الأساليب التدريسية تلك العلاقات التي تنشأ بين المعلم و المتعلم و التي تؤثر إيجابيا أو سلبيا في تحقيق الأهداف الموضوعية للدرس.

ونظر لأهمية الموضوع تطرقنا إليه بداية من التدريس إلى شرح بعض الأساليب مع اظهار مميزاتها وسلبياتها.

1- التدريس :

إن التدريس أصبح نظاما واضحا له مداخلته وعملياته ومخرجاته حيث تتمثل المدخلات في الأهداف والمناهج والوسائل التعليمية وتتمثل العمليات في طرق وأساليب التدريس المتبعة أما المخرجات فتتمثل فيما تحقق من الأهداف التي رسمها المعلم أم فيما تم تحقيقه من الأهداف العامة للتربية .

ولكل مرحلة من تلك المراحل طبيعة مختلفة عن الأخرى ، ووظيفة محددة ، بالرغم من تسلسل تلك المراحل واتصالها ببعض اتصالا وثيقا ثم تأتي بعد ذلك التغذية الراجعة التي يكون من نتائجها عمليات الاستمرار أو التعديل أو الاستبدال في أي مرحلة من المراحل السابقة .

ومما سبق يتضح أن التدريس فنا وعلما ولذلك فإننا نستطيع أن نصف المعلم الناجح في عمله بأنه معلم فنان فالمعلم الناجح هو الذي يقود أفكار التلاميذ من مرحلة إلى غيرها ولا يحملهم على محاكاة و ترديد ما يقول من غير رؤية أو إعمال فكر ، فإن ذلك يخرج مخلوقا مقلدا لإنسانا مفكرا ، فيجدر بالمعلم أن يحمل التلاميذ على أن يفكروا بأنفسهم ، ويعبروا على قدر ما يستطيعون بالحركة وليس من الصواب أن يقوم المدرس وحده بعبء عملية التدريس ولكن يجب على المدرس أن يترك التلميذ يعمل ما يستطيع عمله تحت إشرافه وإرشاده ، وأن يعود تلاميذه لمواجهة الصعاب فإن ذلك يجعل تعلمهم نافعا ثابتا .¹

ويعرف التدريس على أنه نشاط خاص بالمعلم، يقوم به بطريقة منظمة لإتاحة الفرصة للمتعلمين من أجل تطوير قدراتهم في مختلف جوانب الحياة اليومية.²

وشخصية المدرس لها في التدريس أثر كبير ، وقد يكون إهتمام التلاميذ وإنتباههم راجعا إلى المدرس وقدرته ومهارته أكثر مما يرجع إلى مادة الدرس ، وللمتعلمين وخاصة الصغار منهم قدرة مدهشة على تعرف حقيقة المدرس وخلقته والوصول إلى أعماق نفسه فيتأثرون به وهذا التفاعل النفسي مع قوة تأثير المدرس التي هي أشبه بشعاع ينفذ إلى قلوب التلاميذ من أهم أسباب النجاح في التدريس ، والقدرة على

¹ ميرفت على خفاجة و مصطفى السايح مُجد، المدخل إلى طرائق تدريس التربية الرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية،

² مصطفى السايح مُجد، اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية، جامعة الاسكندرية، 2000، ص51

الوصول إلى نفوس الأطفال وإجتذاب قلوبهم والإمتزاج بعقولهم ومعرفة ما يهتمون به وما لا يهتمون به بالإضافة إلى شغف المدرس بعمله وثقته بأهميته ما يقوم بتدريسه وإهتمامه بصغائره وإبتعاده عن التردد ، كل ذلك يرفع منزلته ويزيد من قيمة درسه في نفوس التلاميذ .

وعنصر التغيير مهم جدا في التدريس لصغار الأطفال ولذلك يجب أن يكون المدرس على إستعداد لإنتقال من جزء إلى جزء في الدرس مستعينا بالأمثلة ، وبوسائل الإيضاح وبالتغيير في طريقة الإلقاء والسير في الدرس إذا رأى الملل في نظرات التلاميذ وملاحظهم وكلما كان الدرس باعثا على السرور والإنتباه كلما كانت الأنشطة تجذب انتباه التلاميذ وملاحظهم وكلما كان الدرس باعثا على السرور والإنتباه وكلما كان نجاح المدرس عظيما ، إذ أنه يتمكن من جذب قلوب التلاميذ وإسترعاء إنتباههم فتنشط عقولهم وتتجه حواسهم للمدرس ، على أن مشكلة المشكلات في التدريس هي كيف يجذب المدرس إنتباه التلاميذ إلى الدرس ؟ وللإجابة على هذا السؤال لابد أن يستخدم المدرس طرق التدريس المناسبة حتى يجذب إنتباه التلاميذ ويملك زمام نفوسهم وبالتالي ينشط التلاميذ للأداء الحركي .¹

وعلى ذلك فالمقصود بالتدريس هو كافة الظروف والإمكانات التي يوفرها المعلم في موقف تدريسي معين ، وهذا يعني أن هناك ظروف وإمكانات يجب توفيرها وهذه الظروف والإمكانات تتمثل في مكان الدراسة ومساحة الملعب وسلامته من العوائق والأدوات المتوفرة والوسائل التعليمية والأدوات البديلة كذلك درجة حرارة الجو والأجهزة والأدوات المستخدمة ، ومن خلال الموقف التدريسي يتم تزويد المتعلم بالمعلومات التي يمكن أن تؤثر في شخصيته تأثيرا عمليا بأن المعرفة لا يمكن أن تؤثر في شخصيته تأثيرا عمليا علما بأن المعرفة لا يمكن أن يكون لها مثل هذا التأثير مالم تكن المواد التي تتكون منها مرتبة بشكل يتفق مع الهدف الذي ترمي إليه ، فالمعلومات الكثيرة التي لا يرتبط بعضها ببعض لا تفيد كثيرا فالعبرة إذن ليست بكمية المعلومات التي نتلقاها بل بالفائدة التي تحصل عليها من تلك المعلومات .²

¹ راشد علي، مفاهيم ومبادئ تربوية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1993، ص67

² ميرفت على خفاجة و مصطفى السايح مُجد، المدخل إلى طرائق تدريس التربية الرياضية، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية، 2008، ص 235 .

2- أسلوب التدريس :

إن المعلم هو العنصر المهم والرئيسي في نجاح طريقة التدريس، وبإني تأثير المعلم في نجاح طريقة التدريس من مصدرين هما مهارات المعلم، وشخصيته أو سماته الشخصية، فالمعلم يشكل أهم جوانب الموقف التدريسي، وأن مفاهيم أخرى كطريقة التدريس أو مدخل التدريس لا تعني شيئاً بدون المعلم عند النظر إليها من منظور تطبيقي عملي، ونقصد بالمعلم هنا شخصيته أو سماته النفسية، وخصائصه البدنية، بالإضافة إلى مهاراته التدريسية. وتؤثر هذه السمات مجتمعة في تحديد ما يسمى بأسلوب المعلم الخاص في التدريس أو أسلوب التدريس الخاص بالمعلم.

أسلوب التدريس هو الكيفية التي يتناول بها المعلم طريقة التدريس أثناء قيامه بعملية التدريس، أو هو الأسلوب الذي يتبعه المعلم في تنفيذ طريقة التدريس بصورة تميزه عن غيره من المعلمين الذين يستخدمون نفي الطريقة، ومن ثم يرتبط بصورة أساسية بالخصائص الشخصية للمعلم .

ومفاد هذا التعريف أن أسلوب التدريس قد يختلف من معلم إلى آخر، على الرغم من استخدامهم لنفس الطريقة، مثال ذلك أننا نجد أن المعلم (س) يستخدم طريقة المحاضرة، وأن المعلم (ص) يستخدم أيضاً طريقة المحاضرة ومع ذلك قد نجد فروقاً دالة في مستويات تحصيل تلاميذ كلا منهم. وهذا يعني أن تلك الفروق يمكن أن تنسب إلى أسلوب التدريس الذي يتبعه المعلم، ولا تنسب إلى طريقة التدريس على اعتبار أن طرق التدريس لها خصائصها وخطواتها المحددة والمتفق عليها.¹

3- أساليب التدريس وأنواعها:

كما تنوع إستراتيجيات التدريس وطرق التدريس تنوع أيضاً أساليب التدريس، ولكن ينبغي أن نؤكد أن أساليب التدريس ليست محكمة الخطوات، كما أنها لا تسير وفقاً لشروط أو معايير محددة، فأسلوب التدريس كما سبق أن بينا يرتبط بصورة أساسية بشخصية المعلم وسماته وخصائصه، ومع تسليمنا بأنه لا يوجد أسلوب محدد يمكن تفضيله عما سواه من الأساليب، على اعتبار أن مسألة تفضيل أسلوب تدريسي عن غيره تظل مرهونة، بالمعلم نفسه وبما يفضله هو، إلا أننا نجد أن معظم الدراسات والأبحاث التي تناولت موضوع أساليب التدريس قد ربطت بين هذه الأساليب وأثرها على التحصيل، وذلك من زاوية أن أسلوب التدريس لا يمكن الحكم عليه إلا من خلال الأثر الذي يظهر على التحصيل لدى التلاميذ.²

وتتمثل أساليب التدريس فيما يلي:

¹ إسماعيل عبد زيد و عماد طعمة راضي، أساسيات التدريس في التربية البدنية، دار دجلة للنشر والتوزيع، عمان، 2016، ص 175 .

² نوال ابراهيم شلتوت ومحسن مُجّد حمص، طرق وأساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية،

2008، ص 8 .

أ- أساليب التدريس المباشرة :

- أسلوب الأمر.
- أسلوب التدريب (الممارسة).
- الأسلوب التبادلي.
- أسلوب المراجعة الذاتية.
- الأسلوب الشامل (الإدخال والتخمين).

ب- أساليب التدريس الغير مباشرة:

- أسلوب الاكتشاف الموجه.
- أسلوب حل المشكلات.

4- الأسلوب الأمري:

يرى مهدي محمود سالم أن هذا الأسلوب يتميز بقيام المعلم باتخاذ جميع القرارات في بنية وتركيب عملية التدريس بمعنى اتخاذ جميع القرارات المتعلقة بمختلف مراحل الدرس (التخطيط، الأداء، و التقويم) وبالتالي فالمعلم هو أحد المصادر الأساسية لتنظيم المعرفة ونقلها إلى التلاميذ ويقوم بدور الملحق للمعلومات، بينما يكون التلميذ مستقبلاً لهذه المعلومات دون مناقشتها أو إبداء رأيه فيها.¹

الأسلوب الأمري هو أيضاً ذلك الأسلوب الذي يعرض محتواه الكلي في المادة المعروضة على المتعلم في صورة نهائية مكتملة إلى حد ما، ويقتصر دور المتعلم على تلقي واستقبال المعارف و المهارات التي تعرض أمامه فقط. وهذا الأسلوب يستند إلى المدرسة السلوكية القائمة على المبدأ القائل بأن لكل مثير استجابة، فأوامر المعلم المتكررة هي المثيرات التي تدفع التلاميذ لإظهار الاستجابة هذا من جهة، ومن جهة أخرى فإن كل حركة يقوم بها المتعلم تكون استناداً إلى النموذج الحركي الذي قام به المدرس.²

¹ أحمد جميل عايش، أساليب تدريس التربية الفنية والمهنية والرياضية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط1، الأردن، 2008، ص 193

² زينب علي عمر و غادة جلال عبد الكريم، طرق تدريس التربية الرياضية، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، 2008، ص 114

4-1 بنية الأسلوب الأمري:

جدول رقم (01) يمثل: بنية الأسلوب الأمري

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

4-2 تطبيق الأسلوب الأمري:

خلال حصة التربية البدنية وبمراحلها الثلاثة (التخطيط، الأداء، و التقويم) يختلف دور كل من المعلم و المتعلم في هذا الأسلوب حيث تكون الأدوار كما يلي :

- **مرحلة التخطيط:** وهي عملية لإعداد التفاعل بين المعلم والمتعلم من خلال جملة من القرارات المتخذة من المدرس كاختيار الأنشطة الرياضية، تحديد الأهداف المراد تحقيقها من المدرس و كذا الزمن المخصص لكل جزء من أجزاء الدرس.

- **مرحلة التنفيذ:** ويتضمن هذا الجزء من الدرس كافة القرارات المتعلقة بتنفيذ و تطبيق المهارات المقصود تدريسها ومن هذه القرارات مكان تنفيذ المهارة، ترتيب و تطبيق المهارات و الظروف الملائمة لبدء تطبيق المهارة، الوقت الفاصل بين المهارة و أخرى، وقت بدء وانتهاء تطبيق المهارة وكذا الإيقاع الحركي المناسب للأداء.

- **مرحلة التقويم:** إن القرارات التي يتم اتخاذها في هذه المرحلة (مرحلة ما بعد الدرس) تكون من صلاحيات الأستاذ و التي تتمثل في إعطاء التغذية الراجعة حول أداء المهارات، وكذلك حول مستوى أداء التلميذ ودوره في الالتزام بالقرارات التي يتخذها المعلم.¹

4-3 قنوات النمو للأسلوب الأمري:

إن قنوات النمو في أي أسلوب توضح مدى تقدم الطالب ونموه من الناحية المهارية والاجتماعية والانفعالية والمعرفية حيث أن كل طالب يمكن أن يتحرك في هذه القنوات من أدنى إلى أقصى مستوى في النمو أو فيما بينهما وذلك باستخدام محكات مثل درجة الاستقلال أو مدى اعتماد الطالب على نفسه أو على الغير أو درجة الابتكار.

وإذا اعتمدنا مع الطالب الاستقلال في أسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) فإننا نجد ما يلي:

¹ أحمد جميل عايش، مرجع سابق، ص 184

- الجانب المهاري: يقف دور الطالب عند حد التلقي وبذلك يكون في أدنى مستوى له.
 - الجانب الاجتماعي: إن تلقي الأوامر من المعلم لا يؤدي إلى تفاعل اجتماعي وبذلك يكون النمو الاجتماعي في أدنى مستوى له.
 - الجانب الانفعالي: بعض الطلاب لا يتقبلون الأوامر بشكل دائم مما يؤثر على مستوى الراحة النفسية لديهم، والبعض يتقبل الأوامر والتلقين فيشعرون براحة كبيرة.
 - الجانب المعرفي: يركز هذا الأسلوب على مستوى التذكر وهو أقل مستويات المعرفة.¹
- 4-4 أهداف الأسلوب الأمري:**

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

ملاحظة:

هذا الأسلوب هو الأسلوب التقليدي الذي يستخدم عادة في كثير من دروس التربية البدنية ومما يؤخذ عليه أنه لا يحقق أهداف التربية البدنية جميعها وذلك لأنه يقلل من الاهتمام بمبدأ الفروق الفردية وقدرة الطالب على الابتكار والإنجاز والثقة بالنفس.

4-5 مميزات الأسلوب الأمري:

- استخدام هذا الأسلوب مع التلاميذ الصغار.
- من الممكن استخدامه مع المبتدئين في ممارسة المهارة.
- من الممكن استخدامه في المهارات الصعبة للسيطرة على مسار العمل.

4-6 عيوب الأسلوب الأمري:

- لا يأخذ بنظر الاعتبار للفروق الفردية بين التلاميذ.
- لا يعطي الفرصة الكافية في مشاركة التلميذ في أخذ القرارات.

¹ إسماعيل عبد زيد و عماد طعمة راضي ، مرجع سابق، ص 182 .

- لا يسهم التلميذ في عملية الإبداع.¹

5- الأسلوب التدريبي:

وهو الأسلوب الثاني في سلسلة أساليب موسكا مستون ويسميه البعض بأسلوب الممارسة، ويتفق هذا الأسلوب التعليم بالعرض التوضيحي (الأمري) في قرارات التخطيط والتقييم ويختلف عنه في قرارات التنفيذ حيث تتحول مجموعة من صلاحيات اتخاذ القرار من المعلم إلى الطالب² أبرزها:

- المكان والوضع الذي يتخذه التلاميذ.
- وقت بداية العمل وانتهائه.
- السرعة والإيقاع الحركي.
- فترات الراحة.
- إلقاء أسئلة للتوضيح.

5-1 بنية الأسلوب التدريبي:

جدول رقم (02) يمثل: بنية الأسلوب التدريبي

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

5-2 تحليل الأسلوب التدريبي:

من خلال تحليل هذا الأسلوب ظهر واضحاً أن المعلم يقوم باتخاذ جميع قرارات مرحلتي قبل التدريس وما بعد التدريس، ويغفل عن قرارات مرحلة التدريس (القسم الرئيسي أو التطبيقي) إلى التلميذ ليتخذها بنفسه، أما دور التلميذ فهو القيام بالعمل أو أدائه كما عرض من قبل المعلم والقيام باتخاذ قرارات مرحلة التدريس المذكورة آنفاً، وهذا التنقل في اتخاذ القرارات يظهر لنا بداية عمل التلميذ واستقلاليتته في ممارسة حقه الممنوح سابقاً ما يبين لنا سلوكيات مختلفة من قبل المعلم والتلميذ خلال مجرى العمل وهذا يدعم الدور القيادي والاعتماد على النفس للتلاميذ وتحملهم مسؤولية تطبيق حقوق ممنوحة لهم بصدق وأمانة.

¹ ميرفت على خفاجة ومصطفى السايح مجّد، مرجع سابق، ص 262 .

² إسماعيل عبد زيد و عماد طعمة راضي ، مرجع سابق، ص 183 .

وعلى المعلم ألا يعطي الأوامر لأي حركة أو أي عمل فعال لأن للتلاميذ الحق في اتخاذ القرارات ضمن مقاييس وضوابط يضعها المعلم.¹

أ- دور المدرس:

- يبصر التلاميذ بأهداف هذا الأسلوب.
- إعطاء وقت للمتعلم لان يعمل بمفرده .
- توضيح دور المتعلم في اتخاذ القرارات أثناء التنفيذ(اختيار المكان، توقيت بدء و نهاية العمل ، الإيقاع و العد، فترات الانتظار و تسلسل الأعمال).
- يقدم العمل فهو يختار المحتوى و يستخدم الوسائل السمعية أو البصرية لتوصيل العمل طبقا لما تتطلبه المهارة المراد تعلمها و طبقا لطبيعة العمل و الموقف القائم.
- يقوم بالتغذية الراجعة و تصحيح الأخطاء.
- يقوم بالإجابة عن تساؤلات المتعلم و ينتقل من متعلم إلى آخر.
- يمكن إعطاء بطاقة كوسيلة تساعد على تذكر المهارة التي سوف يؤديها و توضح له كيفية أدائها حتى تقلل من تكرار المدرس للحركة.

ب- دور التلميذ :

- اتخاذ القرارات الخاصة بعملية التنفيذ.
- تحديد نوع القرار الذي يلائمه لتعلم العمل.
- يمارس مسؤوليته على توالي القرارات الخاصة بالتنفيذ.
- الدخول في أول عمل يمارس من خلال الاستقلالية و تحمل المسؤولية.
- التعود على احترام الآخرين.

3-5 وصف الوحدة التدريسية :

الخطوات التالية تصف استخدام بنية هذا الأسلوب.

- أ- مرحلة ما قبل الدرس: يتخذ المعلم جميع قرارات التخطيط كما هو الحال بالنسبة للأسلوب الأول.
- ب- مرحلة الدرس: يعتمد هذا الأسلوب على إسناد أدوار جديدة لكل من المعلم والتلميذ، هذه الأدوار تعمل على زيادة الفعالية في الممارسة العملية للمهارات الحركية، وفيما يأتي سنوضح تتابع الأحداث بالنسبة لمرحلة الدرس:

- إعطاء المعلم صورة واضحة للتلميذ عن مدى المسؤوليات المكلف بها.

¹ ميرفت على خفاجة ومصطفى السايح مجّد، مرجع سابق، ص 266 .

- تقديم المدرس للعمل عن طريق عرضه لمحتوى العمل والتقديم الصحيح لنشاط بإعطاء نموذج يوضح المطلوب، مع استعمال جميع الوسائل التعليمية التي يستخدمها لتوصيل العمل.
- إعداد المدرس للإجراءات التنظيمية التي تتضمن قرارات عن الأدوات والأجهزة والمواد المختلفة.
- يجيب المدرس عن أسئلة الاستفسار والغموض الذي يجول دون استكمال الصورة للتلاميذ قبل الأمر ببدء العمل.
- يبدأ المتعلمون في اتخاذ قرارات التنفيذ التي أسندت إليهم وعندما ينشرون للتنفيذ على كل متعلم أن يتخذ قرارا فيما يتعلق بالمكان ويقوم بممارسة العمل وعليه يتخذ باقي القرارات.
- يلاحظ المدرس أداء التلاميذ في اللحظات الأولى من الانجاز ثم يتحرك بين المتعلمين ليساعد كل متعلم.
- إعطاء تغذية راجعة للذين يكون أداءهم صحيحا، عندما يدرك المدرس أن عددا من المتعلمين يشتركون في نفس الأخطاء، يكفي أن يوقف عمل الفصل بأكمله أو جزء منه، ويقدم العمل ثانية ويشرح النقطة الهامة به ثم يواصل بأداء المهارة، مع ذلك يجب المحافظة على عملية التغذية الراجعة الفردية الخاصة.
- **مرحلة ما بعد الدرس:** في نهاية الدرس يجمع المدرس الفصل لختام الدرس وقد تستغرق هذه العملية دقيقة واحدة، كما قد تأخذ أشكالا مثل نظرة سريعة عن محتوى الذي تم تعلمه، وإعطاء تغذية راجعة عامة لجميع التلاميذ أو توجيهات عن الدرس اللاحق.

4-5 قنوات النمو في الأسلوب التدريبي:

- في الأسلوب يلاحظ التقدم في جوانب النمو نتيجة اتخاذ الطالب للقرارات التسعة ماعدا الجانب المعرفي.
- أ- **الجانب المهاري:** هناك تقدم نتيجة أن الطالب يمارس العمل بدون أوامر.
- ب- **الجانب الاجتماعي:** إن حرية اختيار الطالب للأماكن يجعل الطالب يختار المكان القريب من زميله الذي يرتاح إليه.
- ج- **الجانب الانفعالي:** ينمو في هذا الأسلوب الجانب الانفعالي أكثر من سابقه وذلك نتيجة لزيادة نمو الجانبين المهاري والاجتماعي.
- د- **الجانب المعرفي:** يكون النمو قليلا في هذا الأسلوب نظرا للتركيز على جانب التذكر.

5-5 مميزات الأسلوب التدريبي:

- يمكن استخدام هذا الأسلوب مع مجموعة كبيرة من التلاميذ.
- يساعد على إظهار المهارات الفردية والإبداع.
- يعطي وقتا كافيا للتلاميذ لممارسة الفعالية.
- يعلم التلميذ كيفية اتخاذ القرارات السليمة.

- يمكن التلاميذ من مشاهدة المعلم في الوضع الذي يختارونه.
- العمل بصورة استقلالية وفق منظور قواعد الدرس.¹

5-6 عيوب الأسلوب التدريبي:

- يحتاج إلى أجهزة كثيرة.
- لا يمكن السيطرة على حركات الفعالية الدقيقة.
- لا يمكن قيام كافة الأعمار بهذه الطريقة، إذ تحتاج إلى تلاميذ لديهم خلفية جيدة حول تلك اللعبة.
- تأخذ وقتا طويلا من الدرس.²

6- الأسلوب التبادلي:

هو الأسلوب الذي تكون فيه للمتعلم قرارات أكثر، هذه القرارات تخص أساسا بالتقويم، لتعطي تغذية راجعة مباشرة، يتركز هذا الأسلوب على تنظيم الفصل في أزواج ويكلف كل فرد بدور خاص بحيث يقوم أحدهم بالأداء والآخر بالملاحظة، ويكون دور المؤدي هو نفسه كما في أسلوب التطبيق بتوجيه المدرس متضمنا التعامل فقط مع الزميل، أما دور الملاحظ فيكون بإعطاء تغذية راجعة للمؤدي وهو الذي يتصل بملاحظة كل من المؤدي والتلميذ الملاحظ وهو يتعامل فقط مع التلميذ بالمدرس ويكون دور المدرس هو الملاحظ.

6-1 تحليل الأسلوب التبادلي:

يكون بشكل التلميذ (عامل) وآخر (ملاحظ) ودور التلميذ العامل هو إنجاز العمل واتخاذ القرارات الممنوحة كما في الأسلوب التدريبي، أما دور التلميذ الملاحظ فهو إعطاء التغذية الراجعة إلى التلميذ العامل مستندا في ذلك إلى معلومات وافية سبق للمعلم أن أعدها إما بشكل بيانات معلقة على الحائط أو توزع على التلاميذ مسبقا والتأكيد من المعلم، يتم شرحها بصورة مختصرة في القسم الرئيسي، و العلاقة المتبادلة بين التلميذين تستمر حتى ينتهي التلميذ الأول من عمله وبعد ذلك يستبدل الدور حيث يصبح التلميذ العامل ملاحظا والتلميذ الملاحظ عاملا، وهذا يعني أن التلميذين يقومان بالأدوار نفسها ومن هنا جاءت تسمية هذا الأسلوب بأسلوب التبادل أو الاشتراك، فالتلميذ العامل يقوم باتخاذ مرحلة التدريس أما التلميذ الملاحظ فيتخذ قرارات مرحلة ما بعد التدريس.

¹ عطا الله أحمد، أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2006، ص 100 .

² عطا الله أحمد، مرجع سابق، ص 101 .

وفي هذا الأسلوب يتبين أيضا وجود نوع خاص من العلاقة بين التلميذ العامل والملاحظ حيث يقوم التلميذ الملاحظ بإعطاء التغذية الراجعة إلى التلميذ العامل وإذا ما احتاج التلميذ العامل إلى أي إيضاح فإنه يطلبه من التلميذ الملاحظ.¹

2-6 بنية الأسلوب التبادلي:

جدول رقم (03) يمثل: بنية الأسلوب التبادلي

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

3-6 قنوات النمو في الأسلوب التبادلي:

في هذا الأسلوب يلاحظ التقدم في جوانب النمو نتيجة اتخاذ الطالب للقرارات التسعة ماعدا الجانب المعرفي.

- الجانب المهاري: النمو المهاري في هذا الأسلوب مشابه للنمو المهاري في الأسلوب التدريبي مع زيادة وهي أن الطالب يأخذ تغذية مباشرة من الملاحظ.

- الجانب الاجتماعي: بما أن الطالب يتعاون مع زميله فإن المهارات الاجتماعية تكون في أقصى مدى نحو النمو.

- الجانب الانفعالي: تتطلب التغذية الراجعة من الطالب الكثير من الصفات السلوكية مثل الصبر والأمانة والاحترام مما يجعل الجانب الانفعالي في أقصى مدى له.

- الجانب المعرفي: يستعمل الطالب في هذا الأسلوب عمليات فكرية جديدة مثل المقارنة والمحاكاة وبذلك يكون الطالب أكثر انطلاقا من الأسلوب السابق.²

4-6 مميزات الأسلوب التبادلي:

إن هذا الأسلوب يتميز بنقاط يختصرها لنا عباس أحمد صالح السامرائي فيما يلي:

- يفسح المجال أمام كل تلميذ أن يتولى مهام التطبيق.

- يفسح المجال للتعلم عن كيفية إعطاء التغذية الراجعة في الوقت المناسب.

¹ ميرفت على خفاجة ومصطفى السايح مجّد، مرجع سابق، ص 275.

² إسماعيل عبد زيد و عماد طعمة راضي، مرجع سابق، ص 194.

- لا تحتاج إلى وقت كبير في التعلم.
- يفسح المجال لممارسة القيادة لكل تلميذ.
- للتلاميذ مجال واسع للإبداع في تنفيذ الواجب.¹

5-6 عيوب الأسلوب التبادلي:

- لكل أسلوب عيوبه وهفواته وهذا ما يؤكد أنه لا يوجد أسلوب أفضل من آخر.
- يلخص لنا عباس أحمد السامرائي وعبد الكريم السامرائي هذه العيوب فيما يلي:
- صعوبة السيطرة على تنفيذ دقة الواجب.
- الحاجة إلى أجهزة وأدوات كثيرة.
- كثرة المناقشات بين التلاميذ حول تنفيذ الواجب.
- كثرة الاستعانة بالمعلم حول حل الإشكال وتنفيذا للواجب.
- كثرة ضغوط العمل على المعلم.
- كما أن الباحث يرى أن هذا الأسلوب يحتاج من المدرس أن يعمل مجهودا إضافيا في إعداد ورقة الواجب وتحضيرها قبل أن يبدأ، بالإضافة إلى تبسيطها حتى تكون مفهومة قابلة للتطبيق من قبل التلميذ.

7- أسلوب التطبيق الذاتي:

يعتمد هذا الأسلوب على توجيه قرارات التقويم للمتعلم التي تمنح ذاتية أين يتعلم التلميذ تأدية العمل بمفرده، ثم القيام بعملية التقويم الذاتي باستخدام ورقة المعيار التي تسهل على المتعلم معرفة الأداء الصحيح من الخاطئ، مما يؤدي إلى تقليص مهام المدرس ويصبح انشغاله منصبا على الملاحظة والتوجيه.

7-1 تحليل أسلوب التطبيق الذاتي:

في هذا الأسلوب يقوم كل تلميذ بإنجاز العمل بنفسه كما في الأسلوب التدريبي وبعد ذلك اتخاذ قرارات مرحلة ما بعد التدريس أيضا.

فهناك مقارنة الانجاز مع ورقة البيانات والاستنتاج ورسم الخلاصة عند الانجاز الذي تعلموا وتدريبوا عليه كما في أسلوب التبادل يكون تقويمه بنفسه عند فحص انجازه، وكما نلاحظ من خلال تحليل هذا الأسلوب أن دور المعلم هو اتخاذ قرارات مرحلة ما قبل التدريس كلها حيث أن المتعلم يتخذ القرارات جميعها بشأن اختيار الموضوع أما التلميذ فيقوم باتخاذ القرارات الممنوحة له كما هو الحال في الأسلوب التدريبي عندما يقوم بإنجاز العمل وكذلك التلميذ نفسه يقوم باتخاذ قرارات مرحلة ما بعد التدريس بنفسه أيضا.

¹ مصطفى السايح مجّد، أدبيات البحث في تدريس التربية الرياضية، ط1، دار الوفاء لدنيا النشر والتوزيع، الإسكندرية، 2009، ص 89

2-7 بنية أسلوب التطبيق الذاتي :

جدول رقم (04) يمثل: بنية أسلوب التطبيق الذاتي

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

3-7 قنوات النمو في أسلوب التطبيق الذاتي:

الجانب المهاري: يحدث التقدم في هذا الجانب ويرجع ذلك إلى أن الطالب يمارس العمل بنفسه بدون أوامر مباشرة من المعلم ويكون هذا الوضع مشابه للأسلوب التدريبي.

الجانب الاجتماعي: يحدث أيضا تقدم في هذا الجانب حيث يختار الطالب المكان الملائم له والقريب من زميله الذي يرتاح له.

الجانب الانفعالي: يكون في أقصى مستوى له لاسيما لدى الطلاب الذين يحبون الاستقلال.

الجانب المعرفي: فإنه أشبه ما يكون بالجانب المعرفي في الأسلوب التبادلي.¹

4-7 خصائص أسلوب التطبيق الذاتي:

- تنتقل عدة قرارات للتلميذ مما يجعله أكثر تحملا للمسؤولية.
- يقوم المتعلم بالتوجيه الذاتي (تغذية راجعة ذاتية) باستخدام بطاقة الحصص المصممة من طرف المدرس.
- المدرس يقدر اعتماد التلميذ على نفسه.
- يثق المدرس في التلميذ ليكون آمينا في عملية التقويم.
- لا يناسب جميع الأنشطة في المجال الرياضي.
- يحتاج إلى درجة عالية من الكفاءة لدى التلميذ و الخبرة السابقة ولا يصلح مع المبتدئين.

5-7 مميزات أسلوب التطبيق الذاتي:

- فسح المجال أمام التلميذ للاعتماد على نفسه بأخذ القرارات.
- تعويد التلميذ على تحمل المسؤولية.
- يتعلم التلميذ كيفية التقويم الذاتي.

¹ إسماعيل عبد زيد و عماد طعمة راضي ، مرجع سابق، ص 204 .

6-7 عيوب أسلوب التطبيق الذاتي :

- احتمال وقوع أخطاء أثناء أداء التلميذ للعمل المطلوب منه.
- عدم دقة تقويم التلميذ لذاته.
- يعمل التلميذ حسب الكيفية التي تناسبه.¹

¹ مصطفى السايح مجّد، أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية، مكتبة الإشعاع، ط1، الاسكندرية، 2003، ص42-43.

الفصل الثاني:

المهارة الحركية

إن السلوك الحركي مرتبط بشكل كبير مع التحكم بعمل المجاميع العضلية، وإن هذا التحكم له علاقة بالجهاز العصبي المركزي والمحيطي وكيفية عمل الأعصاب المحيطة بفعالية عالية لأجل تحريك الجسم وأجزائه بصورة صحيحة.

ومن هذا المنطلق نجد أن اكتساب المهارة الحركية هو همزة الوصل بين (الطابع النفسي والفيسيولوجي)، حيث أن اهتمام الباحثين يتركز على جمع معلومات مهمة حول حركة الإنسان وهم مهتمون كذلك بدراسة كيفية حل المشاكل الحركية أو التصرف الحركي المناسب.

وتعليم المهارة الحركية في التربية البدنية والرياضية يختلف عن التدريب رغم أن كلاهما يخضع لمبدأ التكرار، فالتدريب هو تكرار لحركة معينة لغرض تحسين الصفات البدنية للفرد، في حين تعليم المهارة الحركية هو تكرار لحالة معينة يؤدي إلى تغيير في السلوك والتصرف الحركي لدى المتعلم. ولهذا فإننا تطرقنا في هذا الفصل إلى كل ما يتعلق بالمهارة الحركية وحاولنا قدر المستطاع أن نتعمق في هذا العنصر المهم في المجال الرياضي بصفة عامة.

1- مفهوم المهارة:

لفظ مهارة يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة، وهو بذلك يشمل كافة الأداءات الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والثقة. لفظ مهارة يمتد ليشمل كافة مجالات الحياة من أعمال حرفية أو مهنية. هناك ثلاثة أنواع من المهارات :

- مهارات معرفية: مهارات الحساب والجبر والهندسة....الخ.
- مهارات إدراكية: مهارات إدراك أشكال معينة.
- مهارات حركية: المهارات الرياضية.¹

2- المهارة الحركية:

إن مصطلح المهارة الحركية يشير إلى تسلسل حركي محدد اتفق على صلاحيته (من الناحية الميكانيكية والتشريحية والفيسيولوجية والقانونية) في إنجاز واجب حركي معين، فنحن نقول مثلاً مهارة الضرب الساحق - في الكرة الطائرة - ونعني بها أن يقوم اللاعب بالارتقاء لأعلى وضرب الكرة إلى ملعب الخصم بقوة وسرعة، كذلك نقول مهارة التصويبة السلمية - في كرة السلة - ونعني بها الجرى لثلاث خطوات ثم

¹ مفتي إبراهيم حماد، المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور، مركز الكتاب للنشر، 2008، ص13

الارتقاء لأعلى لتصويب الكرة في السلة وعليه فقد تم الاتفاق على أن الجرى لثلاث خطوات ثم الارتقاء ثم التصويب هو تسلسل حركي نطلق عليه التصويبة السلمية.¹

وتشير المهارة إلى أعلى مستوى من الأداء الحركي، فالتسلسل الحركي يجب أن يتم تنفيذه بانسيابية ودقة واقتصاد في الجهد، فليس كل من قام بأداء هذا التسلسل الحركي (الجرى ثم الارتقاء ثم الوثب) يمكن أن نقول أنه يؤدي مهارة التصويبة السلمية، حيث أن هناك خصائص لا بد من توافرها في الأداء حتى نطلق عليه أنه مهارة² وهي:

- الانسيابية: ونقصد به الإيقاع الحركي السليم والتناسق ما بين أجزاء الحركات المشاركة في الأداء.

- السرعة: ونقصد بها السرعة في أداء الحركات ككل.

- الدقة: وتعني الدقة في الأداء ونتجه مع توافر السرعة.

- التوقيت: حيث أن الدقة في توقيت بدأ الأداء على درجة عالية من الأهمية في نجاح الأداء خاصة في حال وجود منافس.

هذا بالإضافة إلى تحقيق الهدف الميكانيكي (الحركي) المرجو من المهارة.

- أقل طاقة مستنفذة: حيث أن توفير الطاقة لحين الاحتياج لها يسمح بإضافة مميزات خاصة للحركة كالقدرة على الإبداع المهاري.

- القدرة على الأداء تحت ضغط.

وهذه الخصائص أوضحها جونسون سنة 1961 في المعادلة التالية :

المهارة = السرعة × القدرة × الشكل × القدرة على التكيف.

ويقصد بالشكل هو الاقتصاد في بذل الجهد، أما القدرة على التكيف فيقصد به القدرة على أداء المهارة في الظروف المختلفة.

ويجدر الإشارة إلى نقطة مهمة أخرى ألا وهي أن أداء المهارة بالصورة السابق الإشارة إليها يتطلب

قدرات بدنية واستعدادات خاصة، بمعنى أنه ليس باستطاعة كل إنسان أداء المهارة الرياضية كما ينبغي أن تكون، حيث أن المهارة الرياضية تعني أن الماهر فقط هو القادر على أدائها وفقاً للخصائص السابقة، وهذا يتفق مع مبدأ الفروق الفردية والذي يؤكد على صلاحية ممارسة الفرد لنشاط رياضي معين والتفوق فيه دون غيره من الأنشطة.

¹ طلحة حسين حسام الدين، أبحديات علوم الحركة، ط1، مركز الكتاب الحديث، القاهرة، 2014، ص 169

وتلخيصا لما سبق فالمهارة الرياضية هي تسلسل حركي محدد اتفق على صلاحيته في إنجاز واجب حركي معين، ويتم تنفيذها بانسيابية ودقة واقتصاد في الجهد، ويتطلب أدائها قدرات بدنية واستعدادات خاصة.¹

3- خصائص المهارة الحركية الرياضية:

3-1- المهارة تعلم:

- المهارة تتطلب التدريب وتتحسن بالخبرة .
- التعلم يعرف عادة بأنه التغيير الدائم في السلوك والأداء بمرور الوقت، ويجب أن يوضع ذلك في اعتبارنا ونحن نشاهد دلائل النجاح الأولى لأداء المهارة فقد يكون ذلك النجاح قد حدث بالصدفة .

3-2- المهارة لها نتيجة نهائية :

تعني بالنتيجة النهائية لأداء المهارة الهدف المطلوب تحقيقه من الأداء ، وبالقطع فإن هذا الهدف معروف لدى الفرد المؤدي للمهارة قبل الشروع في تنفيذ الأداء من حيث طبيعة الهدف المطلوب تحقيقه (النتائج المحددة سالفًا للأداء) .

3-3- المهارة تحقق النتائج بثبات :

نعني بذلك أن تنفيذ المهارة يتحقق خلاله الهدف من أدائها بصورة ثابتة من أداء إلى آخر من خلال المحاولات المتعددة المتتالية تقريبا .

3-4- المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد وبفاعلية :

وهو ما يعني أن أداء المهارة يتم بتوافق وتجانس وانسيابية وتوقيت سليم ، وبسرعة أو ببطء طبقا لمتطلبات الأداء الحركي خلالها، فالمبتدئين عادة ما يستهلكون طاقة كبيرة في الأداء دون ما تحقيق نجاح في الأداء الماهر، لكن اللاعبين الذين يتميزون بالخبرة سوف يكونوا قادرين على الأداء بإنفاق الطاقة الضرورية فقط لإنجاز الأداء الصحيح وبفاعلية .

3-5- مقدرة المؤدين للمهارة على تحليل متطلبات استخدامها :

اللاعبين / اللاعبات المهرة يستطيعون تحليل متطلبات استخدام المهارة في مواقف التنافس المختلفة، ويستطيعون اتخاذ قرارات بتنفيذها بفاعلية فالمهارة ليست فقط مجرد أداء فني جيد للحركات، ولكن تعني أيضا المقدرة على استخدام هذا الأداء بفاعلية في التوقيت المناسب.²

¹ طلحة حسين حسام الدين وآخرون، التعلم والتحكم الحركي، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2006، ص 43

² مفتي إبراهيم حماد، مرجع سابق، ص 13

4- تصنيف المهارات الحركية الرياضية :

إن هناك أنواعاً متعددة للمهارة على مدى أنواع الرياضات المختلفة الكثيرة العدد في المجال الرياضي، وهي بذلك تختلف بعضها عن بعض. ويكون من المهم للمدرسين والمعلمين حتى للأفراد الرياضيين أنفسهم أن يتعرفوا على تصنيفاتها المختلفة حتى يتمكن كل منهم من تحليل الخصائص المختلفة التي يجب أن توضع في الاعتبار عند تعلمها والتدريب عليها، وكذلك تحديد الأهمية النسبية للأساليب المؤثرة في إتقانها ومن ثم تحديد طرق التدريب عليها .

4-1- تصنيف سنجر:

صنف سنجر Singer 1982 المهارات طبقاً للمحددات الرئيسية التالية :

- أجزاء الجسم المشاركة في أداء المهارة.
- المعارف المشاركة في أداء المهارة.
- فترة دوام أداء المهارة.
- التغذية الراجعة المستخدمة في أداء المهارة.

4-2- تصنيف ستيلنجز 1982:

كما صنف ستيلنجز Stallings 1982 المهارات طبقاً للمحددات الرئيسية التالية :

- مهارات مستمرة : وهي تلك المهارات التي لا يكون لها بداية ولا نهاية واضحة والتي يمكن أن تستمر طبقاً لرغبة الفرد الرياضي مثل : الجري - الدراجات - التجديف - السباحة .
- مهارات منفصلة : وهي تلك المهارات التي يكون لها بداية ونهاية واضحة، مثل : الإرسال في الكرة الطائرة، وألعاب المضرب وضربة الجزاء في كرة القدم ..
- مهارات متسلسلة : وهي تلك المهارات التي تتركب من عدة مهارات منفصلة تشكل معاً حركة متماسكة؛ مثل : الوثب العالي، أو الوثب الثلاثي. - مهارات مفتوحة : وهي تلك المهارات التي يتأثر أداءها بالمنافسين الأداة المستخدمة فيها خلال التنافس، ومن أمثلتها : مهارات كرة القدم، السلة، الطائرة، اليد، الهوكي، ألعاب المضرب، المنازلات .¹

4-3- تصنيف فيتس Fitts :

- حيث يصنف المهارة طبقاً لأربعة محددات كما يلي:
- حالة اللاعب ثابت والهدف ثابت مثل: الرماية على هدف ثابت ، والرماية بالسهم.

¹ مفتي إبراهيم حماد، مرجع سابق، ص 15

- حالة اللاعب متحرك والهدف ثابت مثل: التصويبة السلمية في كرة السلة.
- حالة اللاعب ثابت والهدف متحرك مثل: التصويب بالطبنجة في الرماية.
- حالة حركة كل من اللاعب والهدف مثل: التمرير بين اللاعبين في الألعاب الجماعية.

4-4- تصنيف بوب دافز وآخرون 1994:

وهو تصنيف يعتمد على سرعة سير الأداء كما يلي:

- **حركات ذات سرعة ذاتية** : والتي يسيطر فيها اللاعب / اللاعب على معدل سرعة أداء الحركة، مثال ذلك توقيت أداء إرسال التنس، أو بعض حركات الجمباز الأرضي للرجال حيث يمكن تنفيذ ذلك بسرعة عالية أو ببطء إلى حد ما طبقاً لما هو مطلوب .

- **حركات ذات سرعة ذاتية - خارجية** : وفيها يتم السيطرة على سرعة أداء المهارة في البداية، ثم لا يكون هناك سيطرة على السرعة بعد ذلك، كما الحال في مهارات الغطس. فلاعب / لاعبة الغطس يقرر متى يبدأ الغطسة، لكن بمجرد أن يترك السلم لا يستطيع التحكم في معدل سرعة الاقتراب من الماء

- **حركات ذات سرعة خارجية** : وفيها يتم التحكم في سرعة الأداء من خلال مؤثر خارجي مثل الظروف البيئية كما هو في سباقات الشراع حيث يتم ضبط الشراع واتجاه الدفة ثم تحدد الرياح سرعة حركة القارب .

4-5- تصنيف بولتون 1957:

وهو تصنيف يعتمد على طبيعة تدخل العوامل المتعلقة بالبيئة التنافسية أثناء أداء المهارة، ويطلق عليه

تصنيف الانغلاق - الانفتاح حيث تقسم المهارات إلى :

- **المهارات المغلقة** : وهي تلك المهارات التي تؤدي دون تدخل أي عنصر من عناصر البيئة التنافسية مثل عدم تدخل المنافس، أو تغيير موقع أداة التنافس، مثل العدو 100م، الجلدة، الغطس، الرمية الحرة في كرة السلة، الرماية بالسهم .

- **المهارات المفتوحة** : وهي تلك المهارات التي يتأثر أداؤها بالمنافسين أو الأداة المستخدمة في التنافس، مثل مهارات كرة القدم، السلة، كرة الطائرة، اليد، الهوكي، ألعاب المضرب، المنازلات .

5- طرائق تعلم المهارة في التربية البدنية والرياضية:

هناك ثلاث طرائق رئيسية لتعلم المهارة الحركية في التربية البدنية والرياضية وهي:

الطريقة الجزئية لتعلم المهارة الحركية.

الطريقة الكلية لتعلم المهارة الحركية.

الطريقة الجزئية الكلية لتعلم المهارة الحركية.

5-1 الطريقة الجزئية لتعلم المهارة الحركية:

إن الطريقة الجزئية تعتمد على تجزئة المهارة الحركية إلى مراحل، وتعلم كل مرحلة بعد الأخرى. وهذه الطريقة تستعمل في المهارات الصعبة و المعقدة. يقول عصام عبد الخالق: " هي أكثر شيوعاً في تعلم المهارة الصعبة، المركبة من بعض الأجزاء المعقدة، وتناسب المهارات التي يمكن تقسيمها إلى أجزاء ". ويضيف كذلك: " في هذه الطريقة تجزأ المهارة لأجزاء صغيرة، ويعلم كل جزء منفصلاً عن الآخر ، وبعد إتقان المتعلم لهذا الجزء ينتقل إلى الجزء الذي يليه، وهكذا حتى يتم تعليمه لجميع أجزاء الحركة الأساسية، ثم بعد ذلك يقوم المتعلم بأداء المهارة كوحدة واحدة ".

وهناك الكثير ممن يفضل استعمال الطريقة الجزئية معتمدين في ذلك على القول الموالي: " كما يفضل بعض المربين الطريقة الجزئية، مرتكزين على المبدأ القائل بأن لإتقان الكل، ينبغي إتقان الأجزاء، فتعلم الأجزاء يسهل نسبياً من تعلم الحركة ككل".

ولربط الحركة ككل بعد تجزئتها، وكيف يعتمد على تقسيمها إلى أجزاء ؟ يورد عباس أحمد صالح

السامرائي نقطتين هما :

أ- البدء في تعلم الجزء الرئيسي والمهم من الحركة، ثم الأجزاء الأقل أهمية أي بعد السيطرة على الجزء الأول، يبدأ تعلم الجزء الموالي في الأهمية .

ب- البدء في تعلم الأجزاء على حسب تسلسلها الحركي، وبالتالي يجب على المدرب أن يعرف بدقة وبكفاءة عاليتين كيف يقسم الحركة؟ وكيف يرتب أجزائها؟ قبل البداية في تعليمها أي " أنه إذا أراد المدرس أن يقوم بتعليم المهارة الحركية بالطريقة الجزئية فعليه أن يعرف ما هي أفضل الأماكن في المهارة التي يمكن فصل جزء عن جزء الآخر".

واستخدام الطريقة الجزئية في تعلم المهارات الحركية يتم بمراعات الشروط التي يوضحها عباس أحمد صالح

السامرائي فيما يلي :

-عندما تكون المهارة طويلة و صعبة الأداء.

- عندما تكون أجزاء المهارة معقدة.

- عند توفر وسائل الإيضاح المناسبة.

- عندما يكون المتعلمون صغار السن.

ويضيف الباحث بأن استخدام الطريقة الجزئية يكون في حالة وجود خلل في موقع من المواقع عند أداء المهارة ككل، وكذلك عندما يكون جزء واحد من مجموع المهارة صعبا، وأيضا عندما تكون المهارة صعبة وفيها خطورة على التلاميذ.¹

5-2 الطريقة الكلية لتعلم المهارات الحركية:

إن هذه الطريقة تعرض فيها المهارة كوحدة واحدة لا تجزئها، ويقوم المتعلم بأدائها بدون تقسيم، وما يميز هذه الطريقة أنها تساعد المتعلم على إدراك العلاقات بين عناصر المهارات الحركية، مهما يسهم في سرعة تعلمها وإتقانها، كما أنها تسهم في العمل على خلق أسس التذكر الحركي للمهارة، نظرا لأن المتعلم يقوم باستدعاء واسترجاع المهارة الحركية كوحدة واحدة و بخصوص علاقة نوع المهارة الحركية وما يناسبها من طرائق.

تذكر عفاف عبد الكريم بأنه " يجب أن تعلم المهارات المغلقة بشكل كلي قدر الإمكان، لأن إيقاع الحركة التي تؤدي في الأجزاء، لا يتماثل مع إيقاع الحركة الكلية، فكل جزء من الحركة هو في الحقيقة تمهيد للجزء التالي وهكذا، ولا يوجد ضمان بأن المتعلم الذي يمكن أن يؤدي كل جزء منفصلا سيكون ناجحا عند الأداء الكلي .

ولكي ننجح في الطريقة الكلية يجب أن نحترم الشروط التالية :

- أن تكون المهارة الحركية قصيرة، حتى تكون الأخطاء المرتكبة قليلة.
- أن تتوفر وسائل إيضاح مناسبة، وذلك لتمكين المتعلمين من اكتساب التخيل الحركي الصحيح.
- أن تكون المهارة سهلة الأداء، أي غير معقدة، ومناسبة لإمكانات المتعلمين المهارية والعقلية.
- عندما يصعب تجزئة المهارة إلى أجزاء.

ويضيف الباحث بأن التعلم بالطريقة الكلية يمكننا من ربح وقت كبير في التعلم، ومن معرفة المهارة بشكل كبير وكامل. ولكن صعوبة تطبيق هذه الطريقة تكون عندما يكون هناك خلل في أحد أجزاء المهارة فهنا يضطر المدرس إلى فصلها وتعلمها منفردة.²

5-3 الطريقة الجزئية لتعلم المهارات الحركية:

إن العمل بهذه الطريقة يسمح لنا بالتغلب على عيوب كل طريقة من الطرائق السابقة الذكر، فهناك بعض المهارات التي يجب أن نستعمل فيها الطريقتين، حتى نصل إلى تحقيق الهدف المطلوب، ولهذا يقول

¹ عطا الله أحمد، أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2006، ص 164-166

² عطا الله أحمد، مرجع سابق، ص 167

عباس أحمد السامرائي: " لذا يمكن أن تكون الطريقة الكلية الجزئية حلا وسطا للطريقتين ولتطبيق هذه الطريقة، يجب أن نراعي الشروط التالية:

- تعليم المهارة الحركية ككل بصورة مبسطة في أول الأمر.
- تعليم الأجزاء الصعبة بصورة منفصلة، مع ربط ذلك بالأداء الكلي للمهارة الحركية.
- مراعاة تقسيم أجزاء المهارة الحركية إلى وحدات متكاملة ومترابطة عند التدريب عليها كأجراء.
- وبالتالي يمكن أن نستخلص بأنه لتعلم المهارة الحركية فيمكن أن تستعمل أي طريقة من الطرائق السابقة الذكر، ولكن يجب مراعاة الشروط السالفة الذكر من أجل الربح في الوقت، والتقليل من التكاليف، واستغلال جميع الوسائل الموجودة عند المدرس.¹

6- مراحل تعلم المهارة الحركية:

6-1 المرحلة العقلية:

يمكننا أن نطلق على هذه المرحلة أيضا مسمى مرحلة البرنامج الحركي تعتمد هذه المرحلة بشكل رئيسي على تهيئة وتسخير العمليات العقلية للتعلم لخدمة تعلم المهارة المطلوب تعلمها وذلك يؤكد على دور العقل والجهاز العصبي بشكل عام في تعلم المهارات الرياضية الجديدة، ولكي تتحقق مساهمة العمليات العقلية للمتعلم في تعلم المهارة الجديدة فإنه يحتاج ثلاثة أشياء في هذه المرحلة وهي كما يلي²:

- التعرف على النماذج الحركية السابق للاعب تعلمها والتي يمكن استخدامها في تعلم المهارة الجديدة.
- تعلم النماذج أو الأشكال الحركية الجديدة المطلوبة في إنجاز أداء المهارة الجديدة.
- تنظيم وتكامل النماذج الحركية التي تم تعلمها سابقا بالإضافة إلى النماذج الحركية المطلوبة تعلمها ووضعهم جميعا في سياق واحد لخدمة الحركة الجديدة المطلوب تعلمها.

6-2 المرحلة التطبيقية:

نقصد بالمرحلة التطبيقية تلك المرحلة التي يتم فيها مولاة التدريب على أداء المهارة حتى يتحسن أدائها بعد أن أمكن بناء البرنامج الحركي وتنفيذ المهارة بشكل مقبول والمرحلة التطبيقية تستغرق وقتا أطول من المرحلة العقلية.

خلال هذه المرحلة تقل الأنشطة العقلية حيث يتم التركيز على تنقيح توقيت وتوافق كل وجه من أوجه تنالي المهارة بدلا من التركيز على تتابع الحركات.

¹ عطا الله أحمد، مرجع سابق، ص 168

² علاوي محمد حسن، علم النفس التدريب و المنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002 ، ص 192

7- تقسيم المهارات الحركية في المجال الرياضي:

7-1 المهارات الحركية الأساسية:

يستخدم مصطلح المهارات الأساسية في مجال التربية الرياضية للإشارة إلى بعض مظاهر الانجاز الحركي التي تظهر مع مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو، المشي، الجري، الدحرجة، الوثب، الرمي، التسلق والتعلق... وغيرها ولأن المهارات الحركية تتأثر بشكل رئيسي بالاستعدادات الوراثية والنضج لذلك يميل الكثيرون إلى تسميتها بالحركات الأساسية.

7-2 المهارات الحركية في الألعاب:

وهي عبارة عن وحدة حركية تتحدد مع غيرها من الوحدات الأخرى لتشكيل نمط حركي خاصا وفقا للأساليب الفنية والقواعد المنظمة لكل لعبة رياضية وذلك بغرض تحقيق نتائج محددة. وتتميز المهارات الحركية في الألعاب الرياضية بالتفرد والخصوصية وذلك وفقا لكل نشاط وكل لعبة على حدة. وبشكل عام فهناك بعض المهارات الحركية تعتمد على التكنيك بشكل رئيسي مثل: (القفز بالزانة، الرمح، الغطس، الجمباز) والأخرى تعتمد على قدرة الفرد على الاستجابة للمثيرات الخارجية المتعلقة بالآخرين في مواقف المنافسة (كرة القدم، كرة الطائرة، كرة السلة، كرة اليد) وفي الحالة الأولى يكون العامل الحاسم في الانجاز هي الكفاية في الأداء الحركي في حين يتأثر الأداء في الألعاب الجماعية بالإدراك الحسي بقدرة الفرد على فهم ما يجري حوله من أحداث أثناء مواقف الأداء المتغير.¹

8- أهداف المهارات الحركية:

وهي القدرة على استخدام الجسم بمهارة وكفاية وأمان وبمختلف الحركات، كما تتضمن الاستمتاع بممارسة الأنشطة الترويحية ذات الطابع البدني.

8-1 أهداف فكرية: وتشتمل إدراك المعارف والمدرجات التي يبني عليها أداء الأنشطة وتنمية الذوق للقيم الجمالية وروح المخاطرة والعيش في الهواء الطلق... الخ.

8-2 أهداف اجتماعية: تعمل على غرس صفات مرغوب فيها كالروح الرياضية العالية والتعاون الصادق في حل المشكلات العامة واحترام حقوق الآخرين وتقبل المسؤولية عن السلوك الشخصي الذي تتأثر به الجماعة.²

¹ زكي محمد محمد حسن، الكرة الطائرة، بناء المهارات الفنية والخطية، منشأة المعارف بالإسكندرية، 1998، ص 17

² جميل ناصيف، موسوعة الألعاب الرياضية المفصلة، دار الكتب العلمية بيروت، لبنان، 1993، ص 07

وغير ذلك من أشكال السلوك الاجتماعي التي تقوم عليها الحياة الديمقراطية ولمساعدة الفرد لكي ينجح في تحقيق الأهداف المرسومة لا بد من توفير أعلى كفاية من التعلم والتعليم ليقوم عليها برنامج التربية البدنية المدرسي، ولا بد أيضا من قياس مدى التقدم من خلال الانخراط في المباريات الرياضية المتنوعة.

3-8 أهداف جمالية: ومنها تنمية التذوق والأداء الماهر والاستمتاع الشخصي بالأداء الحركي لذاته...
ومن أهداف المهارات الحركية هو "الوصول لدرجة ثبات أداء المهارات الحركية".

الفصل الثالث:

مرحلة المراهقة

إن مرحلة المراهقة يمكن القول عنها أنها من أعقد المراحل في حياة الإنسان، و ذلك لما تحمله من تغيرات جسمية و نفسية و فكرية، التي تجعل المراهق يعيش في تقلبات و تناقضات لا يعرف لها هدوء و الاستقرار طول هذه المرحلة .

لقد تميز عصرنا الحالي بالكثير من المظاهر التي لم تكن موجودة في العصر السابق و التي بلغت فيها الاكتشافات العلمية أرقى مستوياتها و توصل الإنسان إلى علاج عدة أمراض كانت تفتك بمجتمعات لكن مع مظاهر هذه الحضارة المغربية إلا أن البشرية تعاني أزمة اجتماعية و أخلاقية تجعلها لا تنأ إلى ما وصلت إليه من إنجازات علمية و من هنا فإن المفكرون الغربيون قد أقرؤا بعدم قدرة حضارتهم بصفة عامة و قطاع التربية بصفة خاصة تكوين مجتمع متوازن لا يطغى فيه الجانب المادي على الجانب الروحي و للأسف هذا ما ينطبق على المجتمعات المسلمة حيث تسربت إليها مظاهر سلبية فأهلكتها فكان و لا يزال الضحية هو الشاب المراهق الذي أصبح يستقبل كل ما هو غربي لانجذابه بتلك الحضارة الغربية، و هذا ما أدى إلى مجتمع تكاثرت فيه عوامل الانحراف، و من جراء كل هذه العوامل التي ظهرت حديثا جاءت الرياضة لتغطي نقص الاحتياجات النفسية للمراهق، و ذلك بهدف إكسابه وكذا تغيير بعض السلوكيات مما تسمح له بالتفهم و السيطرة على نفسه و الاندماج مع مجتمعه.

و لقد اتفق علماء النفس و التربية و مفكرها بأن ممارسة الرياضة تساهم مساهمة فعالة في ترقية و تهذيب سلوك المراهق.

و لهذا تطرقنا في هذا الفصل إلى الإشارة لمختلف المميزات و خصائص المرحلة العمرية (المراهقة) و التي تعتبر مرحلة بارزة في مراحل نمو الفرد.

1- مفهوم المراهقة:

إن المراهقة مصطلح وصفي لفترة أو مرحلة من العمر، والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة، ويكون قد اقترب من النضج العقلي و الجسدي و البدني، وهي الفترة التي تقع بين مرحلة الطفولة وبداية الرشد.

وبذلك المراهق لاطفلا، ولا راشدا إنما يقع في تداخل هاتين المرحلتين، حيث يصفها (عبد الله الجسماني) "بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات"¹.

¹ عبد العالی الجسمانی، سیکولوجیة الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، دار البيضاء، لبنان، 1994، ص 195

2- تعريف المراهقة:

1-2 لغة:

جاء على لسان العرب لابن منظور راهق الغلام أي بلغ الرجال فهو مراهق، وراهق الغلام إذ قارب الاحتلام والمراهق الغلام الذي قارب الحلم، ويقال جارية راهقت وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى إحدى عشر.¹

إن المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء الفقه هذا المعنى في قولهم رهبق بمعنى غشي أو لحق أو دنى من الحلم، فالمراهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم، واكتمال النضج.²

2-2 اصطلاحا:

هي لفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعاليا وجسمانيا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة.³

إن كلمة المراهقة Adolescence مشتقة من فعل لاتيني Adolesere معناها التدرج نحو النضج البدني الجنسي والانفعالي والعقلي، وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة وكلمة بلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو وهي الناحية الجنسية فنستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية و اكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج.

3- مراحل المراهقة ومتى تبدأ:

- مرحلة المراهقة الأولى (11 - 14 عاما) وتتميز بتغيرات بيولوجية سريعة.
- مرحلة المراهقة الوسطى (14 - 18 عاما) وهي مرحلة اكتمال التغيرات البيولوجية.
- مرحلة المراهقة المتأخرة (18 - 21 عاما) حيث يصبح الشاب أو الفتاة إنسانا راشدا بالمظهر والتصرفات.⁴

¹ أبو الفصل جمال الدين ابن منظور، لسان العرب، دار الطباعة والنشر، لبنان، 1997، ص 430

² فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، مصر، 1956، ص 254

³ محمد المحمادي وأمين الخولي، أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، مصر، 1998 ص155

⁴ نهي محمد سلامة، التغذية الرياضية ومرحلة المراهقة، ط1، دار أمجد للنشر والتوزيع، عمان، 2018، ص 10

4- أنماط المراهقة :

لقد قسم حامد عبد السلام المراهقة إلى أربعة أنماط وهي أربعة أشكال عامة للمراهق:

4-1 المراهقة المتكيفة :

تتسم هذه المراهقة المتكيفة بالاعتدال والهدوء والاستقرار فهي تميل إلى الاتزان والخلو من العنف والتوترات والانفعالات ويكون المراهق فيها متزنا عاطفيا متكاملًا متفقا مع الوالدين والأسرة وكذلك لديه حالة من التوافق الاجتماعي لديه ثقة في النفس ورضا عن الآخرين لديه اعتدال في كل شيء حتى في خيالاته متزن دينيا.¹

وتعود هذه المرحلة بسماحتها المعتدلة إلى معاملة الأسرة السليمة التي تقوم على الحب والمودة وتوفير الحرية والاحترام للمراهق كذلك توفير فرصة للاختلاط بالجنس الآخر ولكن في حدود الدين والأخلاق، إن توفير الوالدين لهذا الجو الذي يقوم على احترام ذات المراهق يجعله يشعر بالثقة في نفسه وثقة الوالدين فيه فيلجأ إليهما عندما تواجهه أي مشكلة لإحساسه بتقدير والديه له واعتزازهما به.

كما أن الحالة الاقتصادية للأسرة وتمتعهم بحال ميسور يوفر للمراهق فرصة لشغل أوقات فراغه بمجموعة من النشاطات الرياضية والاجتماعية الأمر الذي يشعره بقيمة الحياة فيحافظ على صحته كذلك يؤدي الانشغال بالرياضة إلى الانصراف عن النواحي الجنسية، ويواظب على تحقيق التفوق والنجاح المدرسي كل هذه الأمور تشكل شخصيته الاجتماعية ويصبح له قيمة في المجتمع .

4-2 المراهقة الانسحابية المنطوية :

ويتميز هذه المرحلة أن صاحبها يميل إلى العزلة والانطواء والحجل وشعوره الدائم بالنقص ويظل تفكيره متركز حول ذاته وهو دائم الثورة على الوالدين يعيش مرحلة المراهقة مستغرقا في أحلام اليقظة يميل إلى التطرف في الدين معتقدا أن فيه الخلاص من الشعور بالذنب .

ويرجع هذا النمط إلى عدة عوامل تؤثر في سماته أن المشكلات الأسرية والجو النفسي في الأسرة فقد يميل الوالدين لاستخدام التسلط أو العنف أو الحماية الزائدة يركز الوالدين على التفوق الدراسي دون التركيز على شخصية المراهق - افتقار المراهق إلى الإحساس بالحب والمودة والحرية من قبل الأسرة، كذلك فإن قلة الدخل وضعف مستوى الأسرة الاقتصادي قد يؤدي إلى سوء الحالة الصحية والاضطراب في الجسم.

4-3 المراهقة العدوانية المتمردة:

تتسم هذه المرحلة بالتمرد والثورة ضد الأسرة والمدرسة فالمراهق لا يحتاج إلى الإحساس بالسلطة عليه وتتسم هذه المرحلة بالانحرافات الجنسية والعدوان على الآخرين من الإخوة والزملاء يميل المراهق إلى العناد

¹ نهي محمد سلامة، مرجع سابق، ص 11

ويحتاج إلى الأموال للإنفاق كما أنه لا يهتم بالدراسة لذا فيعاني المراهق في هذا النمط إلى التأخر والفشل الدراسي، وقد يرجع هذا النوع إلى التسلط والقسوة المستخدمة في تربية المراهق من قبل الوالدين اهتمام الأسرة الزائد بالدراسة فقط دون الاهتمام بالنواحي النفسية والاجتماعية يؤدي إلى نشأة هذا النمط، كذلك افتقاد المراهق إلى التوجيهات من الوالدين وإشباع حاجاته بسبب ضعف المستوى الاقتصادي.

4-4 المراهقة المنحرفة:

وهذا النوع قد ذكر في سماته نوري الحافظ أن من سماته:

يميل المراهقين إلى فعل السلوكيات المنحرفة كالسرقة والهروب من المدرسة أو البيت، التعدي على الآخرين بالضرب والإيذاء، الكذب، مخالفة القوانين، شرب السجائر والمخدرات، الميل إلى الانحرافات الجنسية، إن كثير من هذه السلوكيات المنحرفة تنمو عن اضطراب في نفوس أصحابها، فيتسم المراهقين في هذا النمط بالتوتر والانفعال والقلق ويرجع السبب في هذه الاضطرابات السلوكية للمراهق إلى الخلافات الأسرية والمستوى الاقتصادي المنخفض.¹

5- مظاهر النمو في مرحلة المراهقة :

وتتمثل فيها ما يلي :

5-1 النمو الجسمي:

من أهم التغيرات التي تطرأ على المراهق، سرعة نموه الجسمي التي لا تتناسب مع سرعة نموه العقلي والانفعالي والاجتماعي، وهذه التغيرات ليست مهمة في ذاتها بقدر ما ماهي مهمة من حيث تأثيرها المباشر على شخصية المراهق وقدرته وسلوكه، فجسم المراهق وعقله وعواطفه تتأثر كل واحدة منها بالآخرى، ويشتمل النمو الجسمي على مظهرين هما :

5-1-1 النمو الفزيولوجي : ويقصد به تلك التغيرات التي تحدث في الأجهزة الداخلية للإنسان،

كالتغيرات في إفرازات الغدد الصماء والغدد الجنسية كما تشمل التغيرات النضج الجنسي والبلوغ، أي وصول الأعضاء التناسلية للنضج الوظيفي الذي يمكن الفرد من أن يصبح قادرا على التناسل.²

5-1-2 النمو العضوي: يتمثل النمو العضوي في نمو الأبعاد الخارجية للمراهق، كالطول والوزن والتغير

في ملامح الوجه و غير ذلك من المظاهر الجديدة التي تصاحب عملية النمو التي سيكون لها أثرها ونتائجها التي يجب أن يتقبلها المراهق ويكيف حياته وسلوكه وفقا لمتطلباتها، ومن التغيرات العضوية التي تطرأ على المراهق بدأ ظهور الشعر على الشاربين عند الذكر وتحت الإبطين والعانة عند الجنسين، و يميل صوت المراهق إلى (الحشونة، بينما يميل صوت الأنثى إلى النعومة).

¹ نهي محمد سلامة، مرجع سابق، ص 14-15

² عبد المنعم الميلادي، تربية المراهقين ومشاكلهم، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2015، ص12

2-5 النمو الاجتماعي:

نتيجة للتغيرات الجسمية والعقلية والانفعالية التي تطرئ على الشخص فإنه يلاحظ اتساع نطاق الاتصال الجماعي وتزداد مشاركته للآخرين في الخبرات والمشاعر والاتجاهات والأفكار، وتستمر كذلك عملية التنشئة الاجتماعية من الأشخاص الهامين في حياته مثل الأسرة (الوالدين) والمدرسين والقادة ويظهر على المراهق اهتمامه بمظهره ويبدو ذلك واضحاً في اختيار ملابسه والاهتمام بالألوان الزاهية اللافتة للانتباه، والاهتمام بالحلي والموضة بالنسبة للإناث ويلاحظ على المراهق نزعته نحو الاستقلال الاجتماعي، والانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس وكذلك ميله إلى الزعامة، وينمو الوعي الاجتماعي والمسؤولية الاجتماعية التي ينتمي إليها، فيستمر في التألق والتكامل في جماعات الأصدقاء والخضوع لها، وتتسع دائرة التفاعل الاجتماعي و الميل إلى الجنس الآخر.

3-5 النمو العقلي:

تتميز فترة المراهقة بنمو القدرات العقلية ونضجها، فتسير الحياة العقلية من البسيط إلى المعقد، أي من الإدراك الحركي إلى إدراك العلاقات المعقدة، ففي مرحلة المراهقة ينمو الذكاء العام ويسمى القدرة العقلية التامة، وكذلك تتضح الاستعدادات والقدرات الخاصة وتزداد قدرة المراهق على القيام بكثير من العمليات العقلية العليا كالتفكير والتذكير والتخيل.¹

4-5 النمو الانفعالي:

تؤكد الدراسات التي قام بها العديد من الباحثين على أن الانفعالات التي تعترى المراهق ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالعالم الخارجي المحيط بالفرد عبر مثيراتها واستجاباتها، وبالعالم العضوي الداخلي عبر شعورها الوجداني وتغيراتها الفيزيولوجية الكيميائية، ويخضع ارتباطها الخارجي خضوعاً مباشراً لنمو الفرد بينما تبقى مظاهرها الداخلية أقرب إلى الثبات والاستقرار منها إلى التطور والتغيير، ويتعرض المراهق في كثير من الحالات إلى ما يسبب انحراف نموه ويجعله يعاني من بعض المشكلات السلوكية التي تؤثر في النمو النفسي وتؤدي إلى تأخره دراسياً، فالمراهق يشعر بكثير من الألم النفسي إذا رأى نفسه أقل من أقرانه حجماً ورشاقة أو أكثر منهم بدانة وفي حالات كثيرة يتحول هذا الفعل إلى اضطرابات سلوكية تتخذ أشكالاً شتى.

¹ عبد المنعم الميلادي، مرجع سابق، ص 18

6- خصائص مرحلة المراهقة:

تحدد خصائص المراهقة بالاتي:

6-1 الخصائص النمائية العضوية:

تحدث في فترة المراهقة مجموعة من التغيرات العضوية التي تغير بنية المراهق تتمثل بالتغيرات الجسمية المعروفة التي يمر بها المراهق مع خصوصية كل من الجنسين

6-2 الخصائص النفسية:

تحدث التحولات العضوية الفسيولوجية لدى المراهق بصفة عامة مجموعة من التغيرات النفسية والشعورية واللاشعورية، كاحساس بنوع من الشعور الغامض والمضطرب واللامتوازن، بسبب عدم فهم تلك التغيرات فهما حقيقيا، مما يؤثر على النفسية ايجابا وسلبا، والمراهقة حسب فرويد " هي مرحلة الجنسية الراشدة فبعد المرحلة الفمية، والمرحلة الشرجية، والمرحلة القضيبية، ومرحلة الكمون الجنسي، تبدأ الغرائز الجنسية في تفتقها بشكل جلي مع فترة البلوغ، او يكون المراهق قادر على الاتصال الجنسي الطبيعي مع غير جنسه لتحقيق لذته الشبقية وبالتالي تتقاطع لديه الميول الشرجية مع الميول الجنسية في هذه الفترة بالذات " .

6-3 الخصائص العقلية :

تتميز المراهقة عند(جان بياجيه) بخاصية التجريد والميل نحو العمليات المنطقية، والابتعاد عن الفكر الحسي الملموس العياني ويعني هذا ان الذكاء المنطقي والرياضي عند المراهق ينتقل من مرحلة العمليات المشخصة نحو البناء المنطقي، أو ينتقل من الطابع الحسي نحو الطابع الرمزي المجرد. وان الطفل يكون في توازن تام مع الطبيعة التي تحيط به مستخدما مجموعة من العمليات مثل (التكيف، التأقلم، المماثلة، الاستيعاب، التوافق، الموائمة).

إن العالم العقلي للمراهق يختلف عن العالم العقلي للطفل، فالعالم العقلي للمراهق أكثر تناسقا وانتظاما وأكثر معنوية مما يسمح للمراهق بالاستمتاع بالنشاط العقلي وقضاء أوقات طويلة في التفكير والتأمل في مسائل معنوية كالخير والفضيلة والشجاعة والعدالة ومعنى الحياة، ويمكن القول بأن المراهقة هي الفلسفة المعقلنة.

وتتسم مرحلة المراهقة بقوة الادراك والملاحظة، ونمو القدرات العقلية والمعرفية، واتساع دماغه الذهني والعصبي والذكائي وقدرته على التمثيل والحفظ والاستيعاب والبرهنة والتجريب والتحليل والابداع والتجريد.

4-6 الخصائص الانفعالية:

تتميز مرحلة المراهقة بالقلق والاضطراب والتوتر الشديد، بسبب التغيرات التي تنتاب المراهق على المستوى العضوي، والنفسي، والاجتماعي. ويكون كثير التشنج حينها لا يجد الرعاية المناسبة او الاهتمام الكافي من الأسرة والمدرسة والمجتمع، ويعني أن المراهق يعيش صراع داخلي وخارجي درامي يسبب له انفعالات خطيرة ومتأزمة، وهذه الاضطرابات تتوالى نتيجة للتغيرات الهرمونية والعضوية أو لضمور الغدد الصماء أو نموها، ومن هذه الانفعالات الارتباك، والحساسية الشديدة للنقد، وتطور مثيرات الخوف واستجاباته، الغضب والغيرة .

إن المراهق أكثر من غيره اظهارة للنوبات والصراخ الانفعالي المتميز بين ذاتين يبحث عنها الذات الحقيقية والذات المثلى فالأولى تمثل نفسه كما يراها سواه، والثانية تمثل الذات التي يتطلع اليها، وكلما كانت الهوة كبيرة بين الذاتين اشتد التوتر النفسي عليه، وكان تكليفه مستعصيا وعن التضارب بين اتجاهين مختلفين صادرين عن ذات واحدة وهي ذات المراهق، وينشأ ما يتعرض له المراهق من قلق وحساسية نفسية مفرطة وكآبة وشروذ ذهني وتوتر عقلي يصرفه أحيانا عن التفكير السوي اذ تزداد انفعالاته كثيرا أثناء فشله الدراسي أو حينما يحتقره الآخرون او عندما يكون مرفوضا او منبوذا .

5-6 الخصائص الجنسية:

تتميز بمرحلة البلوغ الجنسي فيكون المراهق قادرا على التناسل والاحصاب والممارسة الجنسية، إن ما يستيقظ في نفوس المراهقين بالفعل في هذه السن هي الوظيفة التناسلية التي تستخدم بلوغ غايتها جهازا جسياً ونفسياً يوجد من قبل، فأنتم تخطئون إذ تخلطون بين الجنسية والتناسل.¹

6-6 الخصائص الاجتماعية:

يتخلى المراهق عن التمرکز الذاتي نحو اللاتمرکز باتساع علاقاته الاجتماعية أي لا يكتفي المراهق بتلك العلاقات الأبوية التي تربطه بالأسرة، أو بعلاقات الصداقة والزمانة في المدرسة بل يدخل في علاقات حميمة مع الغير، ويندمج في المجتمع، ويحضر بجسده في العالم بتجاربه الذاتية الموضوعية. وفي الوقت الذي يحاول فيه المراهق توطيد اركان ذاته على مسرح الحياة الاجتماعية، فإن أثر الأسرة عليه وتأثره بها لا ينفكان يفعلان فعلهما فيطبعان ويطبعاه، وكثيرا ما يجد في نفسه الرغبة في أن يلجأ الى أبويه ليستمد منهما التأييد الأخلاقي المعنوي والتعصيد العاطفي .

وعليه نجد من خلال ما تقدم أن المراهق يعيش حالة من التوتر والاضطراب والقلق تأتي كنتيجة طبيعية لما يمر به من تغيرات جسمية وعقلية، ويلعب الصراع الذي يعيشه المراهق دورا مهما في هذا القلق سواء

¹ نحي محمد سلامة، مرجع سابق، ص 22

كان ذلك الصراع بين المراهق والسلطة او بين التمركز الذي كان يحظى به في الطفولة وما يصبو اليه في المراهقة من اتساع لدائرة العلاقات أو حتى في الرغبات الجنسية التي تسبب له الحيرة في طريقة وامكانية اشباعها.¹

7- الآثار النفسية للتغيرات الجسدية:

ترك التغيرات الجسمية التي تطرأ على الفرد في مرحلة المراهقة آثاراً كبيرة على نفسية المراهق، فالتطور السريع في طول المراهق ووزنه يحدث تغيرات جسمية عضوية حركية غير مألوفة، فيترتب على ذلك فقدان التوازن، ويتعثر المراهق في أعماله أحياناً ويخفق في إتقان هذه الأعمال أحياناً أخرى، ويبدو ذلك واضحاً في حركات يديه وأصابعه وغيرهما، ويصحب هذه التغيرات أحياناً الشعور بالحمول والكسل والتراخي، كما يبدو المراهق قلقاً مضطرباً، ولعل هذا الواقع هو الذي حمل علماء النفس على تسمية هذه الفترة بمرحلة الارتباك والقلق.

ويترتب على هذه التغيرات اضطرابات نفسية وانفعالات متقلبة قد تؤدي عند بعضهم إلى الشعور بالخلج والانطواء، وحدوث اضطرابات سلوكية يظنها البعض مرضاً أو شذوذاً، وتؤدي عند البعض الآخر إلى تفكير خيالي بعيد عن الواقع أشبه ما يكون بأحلام اليقظة.

وقد يتطور ذلك إلى تركيز اهتمام المراهق حول جسمه، فيزداد اهتمامه بمظهره الخارجي، ويؤدي ذلك في بعض الأحيان إلى صراعه مع القيم السائدة في المجتمع

وبالرغم من التطور الهائل الذي يتميز به النمو الجسدي في مرحلة المراهقة، إلا أن النضج الجسدي والجنسي لا يحدث في فترة محددة عند جميع المراهقين من الجنسين الأمر الذي يترك بدوره آثاراً متباينة على كل من الذكور والإناث، ونظراً لأهمية التوقيت الذي يصل فيه الذكور والإناث إلى النضج فسوف نتحدث عنه بشيء من الإيجاز، باعتبار أن النضج في هذه المرحلة يعتبر من أهم سمات التغيرات الجسمية والفسولوجية.²

8- مشاكل المراهقة:

تتميز مرحلة المراهقة بالفوضى و التناقض فيبحث الفرد على هاوية جديدة كما أن المراهق يحاول تجاوز هذه الأزمات و التوترات بالرياضة و الأعمال الفنية ، و في أول الأزمة التي تبدأ ببطء ثم تنفجر و يعود سببها إلى الإحساس بالخوف و الخجل فهي مرتبطة بمستوى الذكاء ، و عوامل اجتماعية كعدم الإمتثالية

¹ نهي محمد سلامة، مرجع سابق، ص 23

¹ صالح محمد أبو جادو، علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة، ط4، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2014، ص 415

للمجتمع "العدوانية"، وقد يكون أيضا يبحث عن العادات و الذات فيتكون له القلق ، و سنلخص أهم العوامل و المشاكل في النقاط التالية :

1-8 المشاكل النفسية:

انطلاقا من العوامل النفسية التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التجدد و الاستقلال و تأكيد الذات بشتى الطرق و الوسائل ، فالمراهق لا يخضع لأمر البيئة و قوانينها و أحكام المجتمع بل أصبح يقصد الأمور و يناقشها على حسب تفكيره و قدراته ، و إذا أحس بأن المجتمع يعارضه و لا يقدر مواقفه و أحاسيسه يسعى لأن يؤكد بنفسه تمرده و عصيانه فإذا كانت الأسرة و المدرسة و الأصدقاء لا يهتمون بقدراته و مواهبه و لا يعاملونه كفرد مستقل، فهو يجب أن يحس بذاته و أن يتعرف كل الناس على قيمته.¹

2-8 المشاكل الانفعالية :

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحا في عنف انفعالاته و حدتها و اندفاعها، هذا الاندفاع الانفعالي ليست أسبابه نفسية خاصة بل يرجع ذلك للتغيرات الجسمية.

3-8 المشاكل الاجتماعية :

في الأسرة نجد المراهق يميل إلى الاستقلال و الحرية و التمرد و عندما تتدخل الأسرة فإنه يعتبر هذا الموقف تصغيرا و انتقادا لقدرته ، لذلك نجده يميل إلى النقد و مناقشة كل ما يعرض عليه من آراء و أفكار مما يؤدي إلى الصراع مع عائلته.

أما في المجتمع فنجد المراهق يواجه النقد من المجتمع و العادات و التقاليد و القيم الخلقية و الدينية السائدة لكونه كفرد بانتمائه إلى المجتمع يؤكد رغبته في التعبير عن ذاته و شخصيته.²

4-8 المشاكل الصحية:

المشاكل المرضية التي يعاني منها المراهق هي البدانة إذ يصاب بالسمنة البسيطة و المؤقتة لكن إذا كانت هذه السمنة كبيرة يجب العمل على تنظيم أكل و ممارسة الرياضة و زيارة الطبيب المختص لمعرفة متاعبهم، لأن لدى المراهق إحساس خانق بأن أهله لا يهتمون به.³

¹ ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن، دار المعارف القاهرة، 1981، ص 72

² ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلة الطفولة والمراهقة، دار البحوث والآفاق، ط2، بيروت، 1991، ص 300

³ ميخائيل خليل معوض، مرجع سابق، ص 76

5-8 المشاكل الحركية:

و في هذه المرحلة تظهر على المراهق تغيرات و خصوصا المرفولوجية منها بنمو العضلات و زيادة في الطول و الوزن ، و تكون القدرة على العمل المتزن ضعيفة لأن نمو العظام في الطول و العمق و الكفاءة يغير النظام الميكانيكي.

9- الفروق الفردية بين الذكور و الإناث في مرحلة المراهقة:

9-1 الفروق بين الذكور و الإناث من الناحية الجسمية و تركيب الجسم:

في أثناء مرحلة المراهقة تكون الفروق في شكل الجسم و سائر أعضائه واضحة تماما بين الذكور و الإناث و هذه الفروق من شأنها أن تسبب الكثير من المتاعب في الأنشطة الرياضية خاصة التي تزاو لها الإناث و هذا راجع إلى تضخم بعض الأعضاء في الجسم لديهم إذ يتسع الحوض و تزداد الدهون و ينمو النهدان و هذا يؤدي إلى إعاقه و إرباك الحركة مما يجعل من ممارسة الرياضة أمرا صعبا أثناء هذه الفترة.¹

9-2 الفروق بين الذكور و الإناث في القدرات الحركية:

في هذه المرحلة توجد عدة أسباب تبين الفروق في القدرات الحركية بين الذكور و الإناث فنجد مثلا كلا من الجانب الثقافي و الاجتماعي لهما تأثير ملحوظ على الأداء الرياضي و النشاط الحركي بحيث يلقي الذكور اهتمام كبير في ممارسة الرياضات التي تتميز بالالتحام البدني و المهارات التي تحتاج إلى القوة العضلية، بينما نجد الإناث أكثر ميلا لممارسة أنواع الرياضة التي تتميز بالأمان و الدقة في الأداء.²

9-3 تطور القدرات الحركية:

تتميز هذه المرحلة بتطور في القدرات الحركية بصفة عامة، فبالنسبة للقوة العضلية والتي تعتبر أهم صفة حركية، نجد كذلك تطورا في كل من القوة العظمية و القوة المميزة بالسرعة، حيث يتميز بها الذكور عن الإناث و يظهر هذا الفرق من خلال بعض المهارات الأساسية كالوثب و العدو.

أما بالنسبة لتطور عنصر القوة للذراعين في هذه المرحلة لا يحظى بتقدم كبير خاصة عند الإناث، إلا أنه تعتبر هذه المرحلة و خاصة نهايتها أحسن مرحلة و التي تشهد تطورا واضحا في مجال القوة العضلية، و هذا ما نلاحظه عند تلاميذ الثانويات و لهذا يجب أن تأخذ هذه المرحلة بعين الاعتبار.

¹ مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، ط1، دار الفكر العربي، 1996، ص 115

² أبو العلاء أحمد الفتاح و أحمد نصر الدين، فيسيولوجيا اللياقة البدنية، ط1، دار الفكر العربي، 1993، ص 80-81

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:

منهجية البحث

و إجراءاته الميدانية

إن المنهجية تتمثل في مجموعة المناهج و طرق إجراءات الموجهة للباحث أثناء قيامه ببحثه. ومن ثم يمكن استنتاج وظيفتها المتمثلة في جمع المعلومات و تصنيفها و قياسها و تحليلها للوصول إلى نتائج مفيدة و دقيقة تخدم البحث العلمي¹.

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية مرحلة تجريب الدراسة بقصد استطلاع إمكانيات التنفيذ، واختبار مدى سلامة الأدوات المستخدمة في البحث ومدى صلاحيتها، وهي عملية استظهار للظروف المحيطة بالظاهرة وكشف جوانبها وابعادها، وتمثل في الغالب نقطة بداية للبحث العلمي بشقه التطبيقي²، حيث قمنا بخطوات تمهيدية والتي كان الهدف منها اعداد أرضية جيدة للوصول إلى حل مشكلة الدراسة ويمكن حصر هذه الخطوات فيما يلي:

- بعد حصولنا على وثيقة تسهيل مهمة من قبل ادارة معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية جامعة مُجد خيضر بسكرة قسم التربية الحركية (ملحق رقم 01) تم التواصل مع ادارة المؤسسة وكانطباع اولي تم وعدنا بتقديم كافة التسهيلات للقيام بعملنا على أحسن وجه.
- الحصول على الوثائق الإدارية الضرورية (بطاقة فنية للمؤسسة) (ملحق رقم 02) من أجل الولوج الى داخل المؤسسة لجمع البيانات والمعلومات واجراء الاختبارات الضرورية.
- زيارة المؤسسة وبالتنسيق مع أستاذ التربية البدنية تم التواصل مع التلاميذ للوقوف على المرافق والوسائل البيداغوجية التي تتوفر عليها:
- ملعب في الساحة بحالة جيدة.
- توفر عتاد رياضي و الذي يساعدنا في إجراء العمل الميداني.
- التواصل مع أساتذة المادة وبعض أهل الاختصاص والأخذ بتوجيهاتهم فيما يخص أدوات الدراسة التي تشكل المحور الأساسي بالنسبة للدراسة الحالية.

- قمنا باجراءات أولية حيث طبقت الاختبارات الأولى على التلاميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية عن طريق السحب من مجتمع البحث، ثم طبقنا الاختبارات على المجموعة في يوم واحد، وبعد أسبوع قمنا

¹ د. ماهر الجعبري، مناهج البحث العلمي، الاسكندرية. مؤسسة الثقافة الجامعية. ص 17، 2015.

² محمود داود سلمان الربيعي. طرائق وأساليب التدريس المعاصرة. الاردن. عالم الكتب. ص 23، 2006.

إعادة الاختبارات على نفس الأفراد في نفس الظروف ومن خلال هذه الخطوة نحاول تجريب تلك الاختبارات للتأكد من سلامتها و ثقلها العملي.

- العينة: 15 تلميذ

الاختبار الأول: 2022/02/02

الاختبار الثاني: 2022/02/08

- الدراسة الأساسية على العينة مكونة من 30 تلميذ وتلميذة حيث تم إجراء الاختبار القبلي بواسطة الاختبارات التي خضعت لتجريب بنجاح وبعد ذلك تم إجراء حصص تم التركيز فيها على الأسلوب التدريبي وبعد الانتهاء منها تم اخضاع نفس الأفراد لنفس الاختبارات والظروف وملاحظة الفروق بعد ذلك.



- المعالجة الاحصائية لنتائج الاختبارات.

2-ميدان الدراسة:

2-1-التعريف بالمؤسسة:

تقع المؤسسة (ثانوية محمد بجاوي) بحي العالية الشرقية بلدية بسكرة ، تقدر مساحتها الاجمالية ب: 11040 م² اما مساحته المبنية ب: 2830 م²، تعداد التلاميذ فيها 682 اناث: 434 الذكور: 248، فتحت المؤسسة ابوابها في:

شكل رقم (01)

06-10-2007. (ملحق رقم 02)

يوضح: الموقع الجغرافي للمؤسسة

3- منهج الدراسة:

يعرف المنهج: "بأنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة" في مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج السليم والصحيح لكل مشكلة بحث، بالأساس على طبيعة المشكلة، ومن خلال كل هذه المعطيات ونظرا لطبيعة موضوعنا وهو دراسة تأثير الأسلوب التدريسي التدريبي على المهارة الحركية وقع اختيارنا على المنهج التجريبي لتمييزه عن باقي المناهج بالدقة في الإجابة عن الفرضيات والتساؤلات حيث يشير عمار بوحوش في تميز المنهج التجريبي عن غيره من المناهج "بدور متعاطف للباحث لا يقتصر على وصف الوضع الراهن للحدث أو الظاهرة بل يتعداه للتدخل الواضح

والمقصود، بهدف إعادة تشكيل واقع الظاهرة من خلال استخدام إجراءات، أو أحداث متغيرات ومن ثم ملاحظة النتائج بدقة وتحليلها وتفسيرها"¹

ومن أجل ذلك تم الإعتماد على تصميم المجموعة الواحدة ذات الإختبار القبلي والبعدي إذ يتناول مجموعة واحدة من الأفراد يجري عليها إختبار قبلي في بداية التجربة ثم بعدي في نهايتها بعد التعرض للمتغير المستقل كما هو موضح في الشكل (02)

الاختبار القبلي ← الأسلوب ← الاختبار البعدي ← أثر المتغير المستقل (الفرق)

الشكل رقم: (02) التصميم التجريبي المعتمد في الدراسة الحالية

4- أداة الدراسة :

وهي عبارة عن اختبارات ميدانية في تقنيات رياضة كرة اليد .

- اختبار لقياس التوافق بين التمرير والاستقبال.

- اختبار دقة التصويب.

من خصائص هاذين الاختبارين:

- تستدعي استخدام وسائل قليلة وبسيطة في التنفيذ.

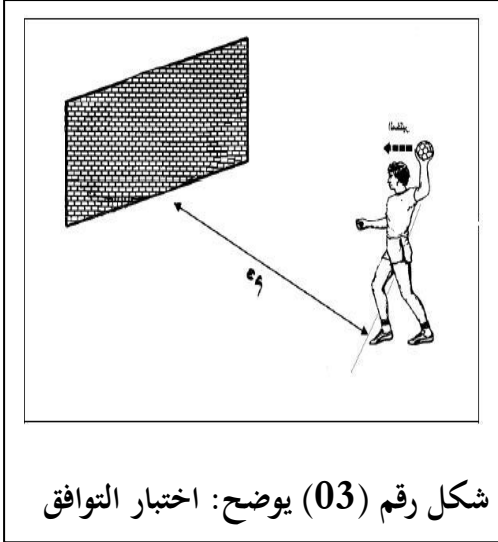
- الاختبارات سهلة الفهم والتنفيذ.

- الاختبارات تتوفر فيها عامل الأمان والسلامة بالنسبة للمشارك.

4-1- وصف الاختبار الميداني :

بعد مسح مرجعي لعدد من المراجع والمصادر في كرة اليد، واستنادا للوثيقة المرافقة لمنهاج التعليم الثانوي حصلنا على عدد من الاختبارات تستخدم لقياس المستونالمهاري في مرحلة التعليم الثانوي لمهارات التمرير والاستقبال والتصويب في كرة اليد، حيث قمنا باجراء اختبار قبلي، وجمع درجات حسب اداء التلاميذ ثم بعد ذلك قمنا باجراء عدد من الحصص التعليمية من اجلتحسين اداء التقنيات السالف ذكرها، ثم اجراء الاختبار البعدي بعد تنفيذ الحصة المبرمجة، حيث كانت الاختبارات كالتالي :

1. عمار بوحوش، محمد محمود ذنبيات. مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحث. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية، 1995، ص 89



اولا- الاختبار رقم: 01

اسم الإختبار:

اختبار التوافق

الهدف من الاختبار:

قياس التوافق بين التمرير و الإستقبال

الأدوات: حائط أملس، كرة اليد، ميقاتي ، صافرة

-الإجراءات: يقف المختبر مواجه الحائط على بعد 3

امتر وهو حامل الكرة كما في الشكل البياني .

ويقوم برمي الكرة واستقبالها (التمرير والاستلام) لمدة 30 ثانية بعد سماع اشارة البدء من طرف المحكم تعطى محاولتين لكل مختبر.

الدرجات: تحتسب عدد مرات التمرير والاستلام الصحيحة خلال 30 ثانية المحددة (ملحق رقم 03).

ثانيا- الإختبار رقم: 02

- اسم الإختبار:

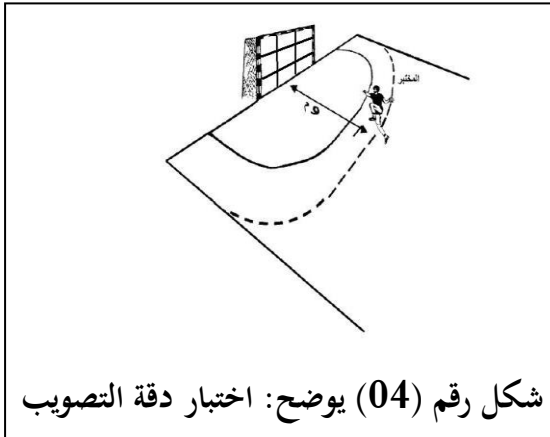
اختبار دقة التصويب.

الهدف من الإختبار:

قياس دقة التصويب

أدوات الإختبار: كرة يد، خط الرمي، مرمى مقسم

على الحائط.



الاجراءات: يرسم على الحائط مرمى كرة اليد على شكل قائمين وعارضة $2/2$ م، حيث يكون الشكل الذي يمثل القائمين ملامسا لخط تلاقي الحائط وأرضية الملعب ثم يقسم مرمى قياس دقة التصويب إلى تسع مستطيلات يرسم خط على بعد 9 م من هذا الشكل يقوم اللاعب بالتصويب من خلف الخط بخطوة إرتكاز مع مراعاة أن الذي تصيب كرته (1-3-7-9) التي تمثل زوايا المرمى الأربعة والتي تبلغ 100سم/60سم يحصل على 3 درجات والذي تصيب كرته المستطيلات (6-4) يحصل على درجتين والذي تصيب كرته المستطيل (5-2-8) يحصل على درجة واحدة فقط خارج حدود الرمي يحصل على العلامة 0 ولكل مختبر 10 محاولات¹. (ملحق رقم 03)

¹ احمد محمد خاطر، علي فهمي البيك. القياس في المجال الرياضي، ط4، دار الكتاب للنشر مدينة النصر :القاهرة، 1996، ص507

4-2 تحديد خطوات البرنامج:

4-2-1 أهداف البرنامج:

حتى يكون البرنامج منظم ويحقق الاهداف المرجوة من الدراسة، تم التركيز على الجانب الحركي لدى التلاميذ دون اهمال باقي الجوانب النفسية والمعرفية والإجتماعية نذكر منها:

- تنمية المهارات الحركية المختلفة.
- الفعالية والاندماج داخل المجموعة.
- القدرة على توظيف المعارف العلمية والمعلومات القبلية المرتبطة بهذه النشاطات.

4-2-2 تنظيم النشاط:

تم تنظيم الأنشطة وفق ما يلي:

- زمن الحصة الواحدة 60د .
- عدد الحصص في الأسبوع = حصتين.
- إجمالي زمن الوحدات في الأسبوع = 120د.
- إجمالي زمن الوحدات في الشهر = 08 ساعة.
- زمن الإحماء = 15دقيقة بالنسبة للحصة الواحدة.
- الجزء الرئيسي = 40دقيقة بالنسبة للحصة الواحدة.
- زمن الرجوع إلى الهدوء = 5 دقائق بالنسبة للحصة الواحدة.

4-2-3 الأدوات المستخدمة في البرنامج:

تم استخدم الأدوات المناسبة لكل تمرين ومن هذه الأدوات: ساعة إيقاف ، صفارة، استمارة تسجيل (ملحق رقم 03) ، صحن، أقماع، كرات يد، صديريات، حلقات.

4-2-4 محتوى الحصة:

*المرحلة التحضيرية :

وتهدف إلى احماء الجسم بشكل عام وتمكين التلميذ بالقدرة التي تسمح له لتنفيذ المرحلة الانجازية عضويا ونفسيا واشتملت على مجموعة من الأنشطة الحركية مثل:

- جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة .
- تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ، تمارين مرونة).
- لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي.

***المرحلة الإنجازية:**

يتم فيها محاولة ترجمة الهدف الخاص بالحصّة الى واقع وحقيقة يحتوي على مجموعة من المواقف منها:

- أنشطة حركية.

- تمارين وألعاب شبه رياضية.

- منافسة بين الأفواج.

***المرحلة الختامية:**

- التأكد من الاسترجاع التام للتلميذ.

- حركات مرونة عامة.

- مراجعة الأخطاء وتقييم أداء التلاميذ. (ملحق رقم 04)

4-2-5-5 تقويم أثر البرنامج:

لمعرفة أثر الأسلوب التدريبي على المهارة الحركية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي نقوم بمقارنة نتائج اختبارات بين القياسين القبلي والبعدي وفقا لما تشير إليه فروض الدراسة وترتيبها.

5- الأسس العلمية للبحث :

5-1 الثبات:

يعرف الثبات على أنه القدرة على اعطاء نفس النتائج اذا تم تكرار القياس على نفس الشخص عدة مرات في نفس الظروف، والثبات في أغلب حالاته هو معامل الارتباط، ويقصد بها مدى ارتباط نتائج القياس المتكررة، وفي كثير من الأبحاث التي يتم استخدام أداة القياس لأول مرة، يتم تجريبها على الأشخاص أنفسهم مرة أخرى، ومن ثم يحسب معامل الارتباط بين نتائج القياس في المرة الأولى مع مثيلتها في المرة الثانية ومن البديهي أنه إذا كان الإختبار ذو مصداقية فإن نتائج الإختبارين في المرة الأولى والثانية تكون متطابقة.¹ ولهذا عند اعدتنا للإختبار على العينة الإستطلاعية بعد أسبوع وفي نفس الظروف حصلنا على النتائج التالية باستخدام معامل الارتباط بيرسون وهو ما يوضحه الجدول التالي:

¹. عبد العالي لطيف، محمد السمراني، الاحصاء في التربية البدنية والرياضية، جامعة بغداد ،، العراق، 1973، ص76.

الجدول رقم (05) : يمثل ثبات الاختبارات

الاختبارات	العينة	معامل الارتباط
اختبار قياس التوافق بين التمرير والاستقبال	15	0.67
اختبار دقة التصويب	15	0.68

من خلال الجدول تبين أن قيمة معامل الارتباط بين الاختبار الأول والثاني تساوي ما بين 0.67 الى 0.68 وهي قيمة جيدة تقترب من 1.

2-5 الصدق:

يقصد بالصدق على أنه إلى أي درجة توفر الأداة او الاختبار بيانات ذات علاقة بمشكلة الدراسة من مجتمع الدراسة، ويشير تايلر " على أن الصدق أهم عنصر يجب توفره في الاختبار"¹.

الجدول رقم(06): يمثل صدق الاختبارات

الاختبارات	العينة	الصدق $\sqrt{\quad}$
اختبار قياس التوافق بين التمرير والاستقبال	15	0.81
اختبار دقة التصويب	15	0.82

من خلال الجدول تبين أن قيمة الصدق محصورة بين 0.81 و0.82 تتمتع بارتباط قوي حيث تقترب من القيمة 1، وعليه نستنتج أن الاختبارات المستخدمة تتمتع بثبات وصدق عالي فيما وضعت لقياسه. (ملحق رقم 05)

¹. محمد صبحي نجم: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة مصر، ص 183.

3-5 الموضوعية:

من العوامل المهمة التي يجب أن تتوفر في الاختبار الجيد شرط الموضوعية والتي تعني التحرر والتحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كأرائه وأهوائه الذاتية وميوله الشخصي وحتى تحيزه أو تعصبه فالموضوعية تعني أن تصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا لا كما نريدها أن تكون.

6- مجتمع الدراسة:

تم اختيار ثانوية مُجَّد بجاوي بحي العالية كمجتمع للدراسة. (ملحق رقم 02)

الجدول رقم (07): تعداد التلاميذ في الثانوية

المستوى	الذكور	الاناث	المجموع
اولى ثانوي	88	156	244
ثانية ثانوي	82	128	210
ثالثة ثانوي	78	150	228
المجموع	248	434	682

7- عينة الدراسة :

العينة هي تقنية تهدف إلى بناء نماذج صغيرة من المجتمع الكلي . بغية الوصول إلى نتائج قابلة للتعميم على المجتمع المستخرجة منه. و عينة بحثنا هذا عبارة عن 30 تلميذ من ثانوية مُجَّد بجاوي اختيرت بطريقة عشوائية طبقية.

8- متغيرات الدراسة :

1-8 المتغير المستقل :

و هو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة و عامة يعرف باسم المتغير أو العامل التجريبي و يتمثل في دراستنا (الأسلوب التدريبي)

2-8 المتغير التابع :

هو نتاج العامل المستقل في الظاهرة و يتمثل في دراستنا العامل (المهارة الحركية).

9- حدود الدراسة :

كانت حدود الدراسة على النحو التالي :

1-9 المجال المكاني :

تم إجراءات هذه الدراسة في ثانوية مُجَّد بجاوي، حيث اختيرت هذه الثانوية بطريقة مقصودة.

9-2 المجال الزمني :

أ- الجانب النظري : من 1 جانفي 2022 إلى 30 افريل 2022 .

ب- الجانب التطبيقي :

• الاختبار القبلي : 1 فيفري 2022.

• الاختبار البعدي : 12 افريل 2022.

9-3 المجال البشري :

30 تلميذ و تلميذة ثانوية مُجدَّ بجاوي.

11 تلميذ و تلميذة سنة أولى ثانوي .

09 تلميذ و تلميذة سنة ثانية ثانوي .

10 تلميذ و تلميذة سنة ثالثة ثانوي.

10-المعالجة الاحصائية:

استخدمنا في هذه الدراسة الأساليب الاحصائية التالية:

* مقاييس النزعة المركزية: المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري.

* معامل الارتباط البسيط بيرسون.

* معامل الصدق والثبات.

* مقاييس دلالة الفروق T .

* برنامج التحليل الاحصائي (spss).

الفصل الخامس:

عرض وتحليل

ومناقشة النتائج

1- عرض وتحليل النتائج:

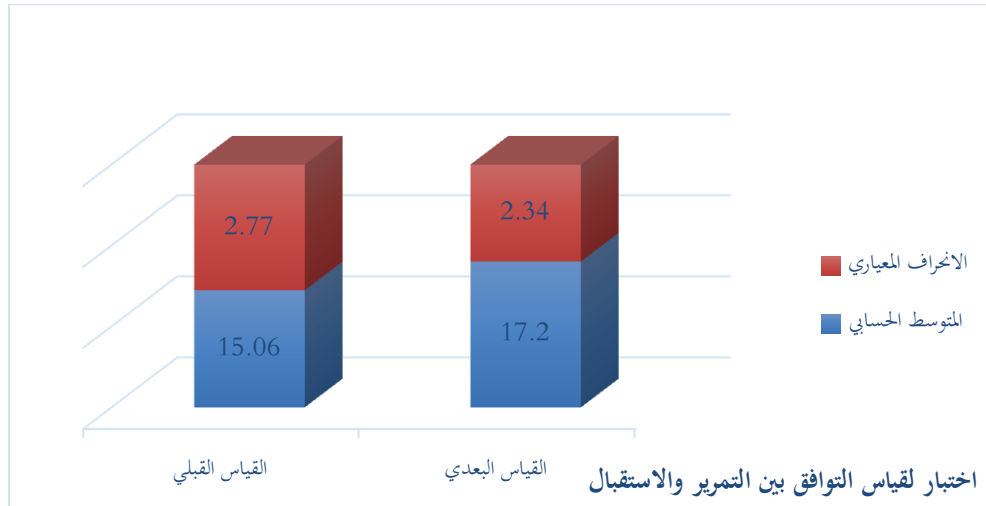
1-1 الفرضية الجزئية الأولى:

توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات اختبار التوافق التمير والاستقبال بين القياسين القبلي والبعدي بالنسبة لعينة الدراسة والفروق لصالح القياس البعدي، وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمنا اختبار (ت) لعينتين غير مستقلتين، وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي ويلخص الجدول المقابل هذه النتائج:

الجدول رقم(08): يمثل الفروق بين القياسين القبلي والبعدي اختبار قياس التوافق بين التمير والاستقبال في كرة اليد لتلاميذ مرحلة الثانوية. (ملحق رقم06)

الاختبار	العينة	س	ع	ت المحسوبة	ت المجدولة	دلالة إحصائية
الاختبار القبلي	30	15.06	2.77	3.937	1.699	0.05
الاختبار البعدي		17.20	2.34			

* قيمة ت المجدولة 1.699 عند نسبة خطأ $\leq (0.05)$ ودرجة حرية 29 (جدول ت الخاص بالاتجاه الواحد)



الشكل (05): يوضح النتائج وفق المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بالنسبة للاختبار القبلي والبعدي في اختبار

التوافق بين التمير والاستقبال في كرة اليد بالنسبة لعينة الدراسة

عرض وتحليل نتائج:

من خلال الجدول رقم (05) تشير نتائج الى ان قيمة "ت" المحسوبة (3.937) في حين "ت" الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ ودرجة حرية df (29) تساوي (1.699) نجد أن "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية مما يدل على أن النتائج دالة إحصائياً وعليه وجود فروق معنوية دالة. وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات اختبار التوافق بين التمرير والاستقبال بين القياس القبلي والبعدي (الشكل 05) حيث ان هذه الفروق دالة.

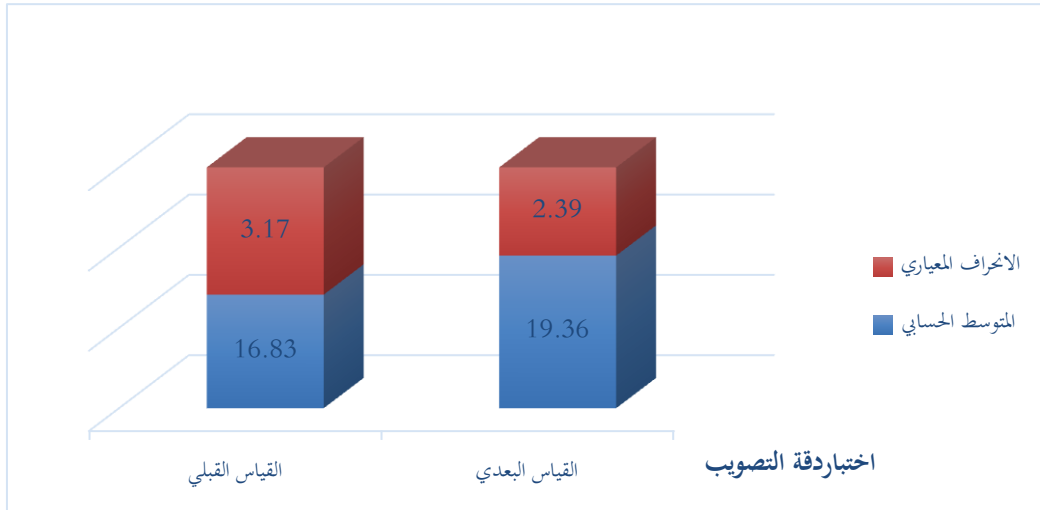
1-2 الفرضية الجزئية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات اختبار دقة التصويب بين القياسين القبلي والبعدي بالنسبة لعينة الدراسة والفروق لصالح القياس البعدي، وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الطالب اختبار(ت) لعينتين غير مستقلتين، وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياس القبلي والقياس البعدي ويلخص الجدول المقابل هذه النتائج:

الجدول رقم(09): يوضح الفروق بين القياسين القبلي والبعدي اختبار دقة التصويب في كرة اليد لتلاميذ مرحلة الثانوية. (ملحق رقم 07)

الاختبار	العينة	س	ع	ت المحسوبة	ت المجدولة	دلالة إحصائية
الاختبار القبلي	30	16.83	3.17	3.176	1.699	0.05
الاختبار البعدي		19.36	2.91			

* قيمة ت الجدولية 1.699 عند نسبة خطأ $\leq (0.05)$ ودرجة حرية 29 (جدول ت الخاص بالاتجاه الواحد)



الشكل (06) يوضح النتائج وفق المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بالنسبة للاختبار القبلي والبعدي في اختبار دقة التصويب في كرة اليد بالنسبة لعينة الدراسة

عرض وتحليل نتائج:

من خلال الجدول رقم (06) تشير نتائج الى ان قيمة "ت" المحسوبة (3.176) في حين "ت" الجدولية عند نسبة خطأ ≥ 0.05 ودرجة حرية df (29) تساوي (1.699) نجد أن "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجدولية مما يدل على أن النتائج دالة إحصائياً وعليه وجود فروق معنوية دالة. وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات اختبار دقة التصويب القياس القبلي والبعدي (الشكل 06) حيث ان هذه الفروق دالة.

مناقشة النتائج:

في إطار موضوع الدراسة الحالية والتي نتطرق الى دراسة أثر الأسلوب التدريسي التدريبي على المهارة الحركية لدى تلاميذ مرحلة الثانوية ومن خلال النتائج المحصل عليها من إجراء الاختبارات التي شملت اختبار التوافق بين التمرير والاستقبال، اختبار دقة التصويب في كرة اليد، والمستعملة مع عينتين غير مستقلتين (متوسطين مرتبطين) مجموعة واحدة والتي دونت في الجداول من 08 إلى 09. وسنقوم بمناقشة النتائج المحصل عليها على ضوء الفرضيات المطروحة والتحليل الإحصائي لهذه الأخيرة في محاولة لإبراز بعض العوامل الرئيسية التي لها دخل في تحديد النتائج المحصل عليها والتي قد تساهم في فهم الغموض الذي يدور حولها.

فالنتائج التي حصلت عليها العينتين غير مستقلتين (متوسطين مرتبطين) في اختبار التوافق بين التمرير والاستقبال في كرة اليد على النحو التالي في الاختبار القبلي نتيجة 15.06 كمتوسط حسابي للمحاولات الصحيحة أما في الاختبار البعدي فكانت نتيجة 17.20 كمتوسط حسابي للمحاولات الصحيحة لتحدث

فروق معنوية دالة إحصائياً لصالح "ت" المحسوبة على "ت" الجدولية ($3.937 < 1.699$)، وبالتالي فالتحسن الدال معنويًا الذي حصلت عليها العينتين غير مستقلتين (متوسطين مرتبطين) في اختبار التوافق بين التمرير والاستقبال في كرة اليد يبرز لنا أثر الأسلوب التدريبي على المهارة الحركية مما يجعل الأسلوب ذو فعالية وأثر إيجابي في تطور أداء مهارة التمرير والاستقبال لدى التلاميذ. والنتائج المحصل عليها في اختبار دقة التصويب في كرة اليد أدت بنا للحصول على نتائج أسفر عنها إحداث فروق معنوية دالة بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح هذا الأخير بحيث أن المجموعة حصلت على نتيجة 16.83 عدد التصويبات كمتوسط حسابي في الاختبار القبلي ونتيجة 19.36 عدد التصويب كمتوسط حسابي في الاختبار البعدي لتحديث فروق معنوية دالة إحصائياً لصالح "ت" المحسوبة على "ت" الجدولية ($3.176 < 1.699$)، فهذه النتائج تفسر لنا أثر الأسلوب التدريبي على الجانب المهاري الحركي لتلاميذ في تقنية التصويب.

فمن خلال النتائج المحصلة عليها المجموعة والتي أحدثت فروق معنوية ذات دلالة احصائية في متوسط درجات اختبار التوافق بين التمرير والاستقبال بين القياسين القبلي والبعدي بالنسبة لعينة الدراسة والفروق لصالح القياس البعدي. والخاضعة للبرنامج الذي يعتمد على وحدات تعليمية (ملحق رقم 04) وبالتالي نلاحظ مدى أثر الأسلوب التدريبي على المهارة الحركية لدى تلاميذ مرحلة الثانوية وهذا ما يتوافق مع الفرضية الجزئية الأولى والثانية لهذه الدراسة والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات اختبار التمرير والاستقبال و اختبار دقة التصويب بين القياسين القبلي والبعدي بالنسبة لعينة الدراسة والفروق لصالح القياس البعدي.

وهذا ما توصل إليه الباحث أحمد السيد المواني في دراسته " تأثير استخدام بعض أساليب التدريس على مستوى التحصيل المعرفي والمهاري في كرة الطائرة لطلاب جامعة المنصورة" والتي كان للأسلوب التدريبي نصيب منها ، على ان هناك تأثير إيجابي للأساليب التدريسية على التحصيل المهاري في كرة الطائرة.

استنتاج عام:

من خلال هذه الدراسة حاولنا معرفة ما مدى تأثير الأسلوب التدريبي على الجانب المهاري الحركي لدى التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية وحسب النتائج المتوصل اليها في هذا البحث المتواضع استطعنا استخلاص مايلي:

- من خلال التجارب التي قمنا بها ونتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة نرى ان الاسلوب التدريبي لديه تأثير ايجابي على الجانب المهاري الحركي لدى المتعلمين وذلك لكون المعلم يعتمد في هذا الاسلوب على عدد التكرارات في أداء التمارين مما يسمح للمتعلم باكتساب كفاءة في الأداء ولو كانت نسبية .
- انطلاقا من فرضيات الدراسة التي ركزنا فيها أهم مهارتين في رياضة كرة اليد (التمرير والاستقبال و التصويب).
- لاحظنا تطور ملحوظ بين الاختبار القبلي والبعدي في الجانب المهاري لدى المتعلم ، مما يدل على نجاعة الأسلوب المطبق (الأسلوب التدريبي).

الاقتراحات والتوصيات:

هناك جملة من التوصيات اريد تقديمها الى زملائي الطلبة والمهتمين بمجال التربية البدنية والرياضية نذكرها في النقاط التالية:

- يجب على أساتذة التربية البدنية والرياضية اختيار الاسلوب التدريسي المناسب لتحقيق الاهداف المرجوة وهذا الاختيار يكون على اساس الوسائل البيداغوجية المتوفرة الفروق الموجودة بين المتعلمين.
- العمل على وضع دليل لمدرسي التربية البدنية والرياضية يكون مرشدا لهم ويساعد على تنفيذ الانسب لتحقيق الاهداف.
- الزامية تجهيز المؤسسات التعليمية بمتطلبات العمل الرياضي من أدوات و أجهزة ومنشآت وضرورة توفير الأجهزة البيداغوجية التي تؤدي إلى تحسين الممارسة الرياضية في المدارس.
- قلة الوسائل المستعملة هذا لايعني أن نحفز التلاميذ على الممارسة.
- المداومة على النشاط اللاصفي لما له من أثر ايجابي على التلاميذ.
- ضرورة مواكبة ندوات وملتقيات التربية البدنية والرياضية التطورات الحاصلة في هذا المجال.
- على ضوء المقاربة بالكفاءات ، ضرورة تنويع أساليب التدريس بتنوع الأنشطة الرياضية.

تعتبر التربية البدنية والرياضية واحدة من أهم العلوم العصرية حيث أصبحت لها دور بارز في الحياة المعاصرة فبدأ يزداد الإقبال عليها على المستوى المهني والترويحي فهي تعمل على إعداد وتأهيل الفرد تربويا ، بالإضافة ان النشاط البدني وسط يتيح استيعاب المفاهيم التي تقود حركة الانسان بطريقة فعالة.

والتعلم في التربية البدنية والرياضية مبدأ أساسي لتطوير شخصية التلاميذ واكتسابا جيدا واستمرار تطور للتصرف بواسطة التفاعل الايجابي للفرد مع محيطه، وتعتمد عملية الاختيار الجيد للأسلوب التدريسي لتعليم نشاط ما على تحليل الاوضاع التي يعيشها المعلم والمتعلم وعلاقتها بالمواقف التعليمية، ويحتاج الدرس الجيد إلى عناية فائقة في اختيار الاساليب التدريسية التي تستخدم ومدى فعاليتها في الوصول الى الاهداف المراد تحقيقها.

ومن ثم فان الدراسة التي قمنا بها و المتمثلة في دراسة تأثير الأسلوب التدريبي على تعلم المهارة الحركية في المجال الرياضي قد وجدنا أن الأسلوب التدريبي له أثر إيجابي على مستوى الإنجاز الحركي والمهاري عند التلاميذ متعلقة بعدة عوامل من بينها الوسائل البيداغوجية ومستوى التلاميذ وكذلك كفاءة المعلم.

المراجع:

- 1- أبو العلاء أحمد الفتاح و أحمد نصر الدين، فيسيولوجيا اللياقة البدنية، ط1، دار الفكر العربي، 1993
- 2- أبو الفصل جمال الدين ابن منظور، لسان العرب، دار الطباعة والنشر ب.ط.ج، لبنان، 1997
- 3- أحمد جميل عايش، أساليب تدريس التربية الفنية والمهنية والرياضية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط1، الأردن، 2008
- 4- احمد مُجَّد خاطر، علي فهمي البيك: القياس في المجال الرياضي، ط4، دار الكتاب للنشر بمدينة النصر، القاهرة، 1996
- 5- إسماعيل عبد زيد و عماد طعمة راضي، أساسيات التدريس في التربية البدنية، دار دجلة للنشر والتوزيع، عمان، 2016
- 6- الوكيل أحمد، المفتي مُجَّد أمين، المناهج، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1999
- 7- أمين أنور الخولي، أصول التربية المهنية والإعداد المهني، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996
- 8- جميل ناصيف، موسوعة الألعاب الرياضية المفصلة، دار الكتب العلمية بيروت، لبنان، 1993
- 9- راشد علي، مفاهيم ومبادئ تربوية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1993
- 10- زكي مُجَّد مُجَّد حسن، الكرة الطائرة، بناء المهارات الفنية والخططية، منشأة المعارف بالإسكندرية، 1998
- 11- زينب علي عمر و غادة جلال عبد الكريم، طرق تدريس التربية الرياضية، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، القاهرة، 2008
- 12- صالح مُجَّد أبو جادو، علم النفس التطوري الطفولة والمراهقة، ط4، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2014
- 13- طلحة حسين حسام الدين وآخرون، التعلم والتحكم الحركي، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2006
- 14- عبد العالي الجسماني، سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، دار البيضاء، لبنان، 1994

15- عبد العالي لطيف، مُجَّد السمرائي: الاحصاء في التربية البدنية والرياضية، جامعة بغداد ، العراق، 1973

16- عطا الله أحمد، أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر،
2006

17- علاوي مُجَّد حسن، علم النفس التدريب و المنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2002

18- عمار بوحوش، مُجَّد محمود ذنبيات: مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحث.الجزائر، ديوان المطبوعات
الجامعية، 1995،

19- فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، مصر، 1956

20- ماهر الجعبري: مناهج البحث العلمي، الاسكندرية، مؤسسة الثقافة الجامعية، 2015

21- مُجَّد المحمّامي وأمين الخولي، أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2،
مصر 1998

22- مُجَّد صبحي نجم: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة مصر

23- محمود داود سلمان الربيعي: طرائق وأساليب التدريس المعاصرة، الاردن، عالم الكتب، 2006

24- مصطفى السايح مُجَّد، اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية، جامعة الاسكندرية، 2000

25- مصطفى السايح مُجَّد، أدبيات البحث في تدريس التربية الرياضية، ط1، دار الوفاء لدنيا النشر والتوزيع،
الإسكندرية، 2009

26- مصطفى السايح مُجَّد، أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية، مكتبة الإشعاع، ط1، الاسكندرية،
2003

- 27- مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، ط1، دار الفكر العربي، 1996
- 28- مفتي إبراهيم حماد، المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور، مركز الكتاب للنشر، 2008
- 29- ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة والمراهقة، دار البحوث والأنفاق، ط2، بيروت، 1991
- 30- ميخائيل خليل معوض، مشكلات المراهقين في المدن، دار المعارف القاهرة، 1981
- 31- ميرفت على خفاجة و مصطفى السايح مُجّد، المدخل إلى طرائق تدريس التربية الرياضية، دار الوفاء لدنيا
الطباعة والنشر، الاسكندرية، 2008
- 32- نهي مُجّد سلامة، التغذية الرياضية ومرحلة المراهقة، ط1، دار أمجد للنشر والتوزيع، عمان، 2018
- 33- نوال ابراهيم شلتوت ومحسن مُجّد حمص، طرق وأساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية، دار الوفاء
لدنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية، 2008
- 34- وجبة محجوبة: التعلم الحركي و جدولة التدريب، مكتبة العادل للطباعة المحلية، بغداد، 1989

الملاحق

ملحق رقم: 01

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر بسكرة



معهد علوم وثقافات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية الحركية

السنة الجامعية: 2022/2021

الرقم: 147
أ. ق. ت. ح. 2022

إلى السيد / الأستاذ الدكتور
رئيس قسم التربية الحركية

الموضوع: طلب تسهيل مهام

نتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهام للطلاب: " العواتي سيف الدين " و الطالب: "أقرن بدر الدين". سنة ثانية ماستر، وهذا من أجل إنجاز دراسة كمتطلب تكميلي لنيل شهادة الماستر في تخصص: التربية الحركية.
موضوع الدراسة: "تأثير الأسلوب التدريبي على تعلم المهارة الحركية لدى تلاميذ الطور الثاني"

تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير

بسكرة في: 2022/05/25

14 / رئيس القسم
رئيس قسم التربية الحركية
جامعة محمد خيضر بسكرة

أحمد خستامة

ملحق رقم: بطاقة فنية للمؤسسة:

اسم المؤسسة: ثانوية محمد مجاوي

العنوان الكامل: حي العالية الشرقية - سبكرة -

1. الهياكل:

المساحة الكلية: 211040م² المساحة المبنية: 22830م²

عدد الحجرات العادية: 24 عدد المخابر: 04 عدد الورشات/حجرات اخرى: 03 مخبر اعلام الي: 02

عدد المكاتب الادارية: 04 المكتبة: 01 قاعة مطالعة: 01 المدرج: 01 المطعم: لا يوجد الملاعب: 01

الوحدة الصحية: لا توجد

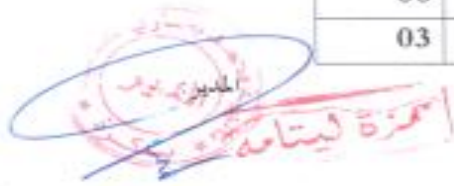
2. التلاميذ:

السنة	الذكور	الاناث	المجموع
الاولى	88	156	244
الثانية	82	128	210
الثالثة	78	150	228
المجموع	248	434	682

3. الناطق:

الفئة	العدد	الاناث	المُرسمون	المُرسمون	مستخلفون
الاساتذة	37	21	30	04	03
الاداريون	12	05	10	02	00
اعوان الخدمة	13	00	13	00	00
المجموع	62	26	53	06	03

جمعية اولياء التلاميذ: مؤسسة



استمارة تسجيل نتائج الاختبارات

ملحق رقم : 3

اختبار دقة التصويب											اختبار التوافق بين التمرير والاستقبال		رقم التلميذ
درجة=8.5.2	2 درجات=4.6			3 درجات=9.7.3.1				0=خارج المرمى			التوقيت 30 ثانية	عدد المحاولات الصحيحة	
المجموع	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0			
											30 ثا		1
											30 ثا		2
											30 ثا		3
											30 ثا		4
											30 ثا		5
											30 ثا		6
											30 ثا		7
											30 ثا		8
											30 ثا		9
											30 ثا		10
											30 ثا		11
											30 ثا		12
											30 ثا		13
											30 ثا		14
											30 ثا		15
											30 ثا		16
											30 ثا		17
											30 ثا		18
											30 ثا		19
											30 ثا		20
											30 ثا		21
											30 ثا		22
											30 ثا		23
											30 ثا		24
											30 ثا		25
											30 ثا		26
											30 ثا		27
											30 ثا		28
											30 ثا		29
											30 ثا		30

مذكرة رقم: 01

السنة الدراسية : 2022/2021

المؤسسة: نا. محمد بجاوي

المستوي :	المجال :	النشاط الثاني:	مدة الحصّة :	مكان الانجاز:	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم تعليمية .	الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب العلواني سيف الدين
وسائل العمل:					
صدریات / كرات يد/حلقات /اقماع /صفارة /ميقاتي					
هدف الحصّة:					
اختبار قبلي في التمرير والاستقبال/التصويب					
فترات التعلم	الاهداف الإجرائية	وضعیات التعلم	ظروف الانجاز	معايير النجاح	
مرحلة التحضير	- أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 - أن يشمل كامل الجسم	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .	5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	الجري بالافواج -حمولة مناسبة -المجديات الجري	
مرحلة التعلم نشاط جماعي	- أن يأخذ وضعیات مناسبة.	الموقف 1: رسم مرمی على الحائط مع وضع الترقیم من 1 الى 9 حيث يمثل كل رقم عدد من النقاط كل لاعب يحاول ان يجمع اكبر عدد من النقاط من حيث التصويب على الارقام كل لاعب لديه 10 محاولات والمسافة بين اللاعب والمرمی المرسوم 9 امتار. الموقف 2: يقف كل تلميذ على بعد 3 امتار من الحائط وذلك للقيام بالتمرير والاستقبال بزمن 30 ثا ، وتحسب عدد التمريرات الصحيحة ف هذه المدة والعمل على زيادة عدد التمريرات	-احترام الاستاذ في توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق '40	- الشرح الموجز - التصحيح الفردي و الجماعي - الاسترجاع الكافي - مراجعة النبض القلبي	
مرحلة الختامية	أن نتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	جمع العتاد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية	-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة '5	تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصّة	

مذكرة رقم :02

السنة الدراسية : 2022/2021

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

المستوي : 01		المجال التعلمي :	النشاط الثاني:	مدة الحصّة :	مكان الانجاز:	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم :01		الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب: العلواني سيف الدين
وسائل العمل:		صدریات /كرات يد/حلقات /اقماع /صفارة /مبقاتي				
هدف الحصّة :		- التعلم الاولي للتمرير والاستقبال				
فترات التعلم	الاهداف الإجرائية	وضعیات التعلم		ظروف الانجاز	معايير النجاح	
مرحلة التحضير	- أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 - أن يشمل كامل الجسم	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .		5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	الجري بالافواج -حمولة مناسبة اجدييات الجري	
مرحلة التعلم نشاط جماعي	أن يأخذ وضعيات مناسبة.	<p>الموقف 1: يقوم الفريق بالوقوف على خط واحد، لكل لاعب كرة ويبدأ كل لاعب رمي الكرة عاليا بيد واحدة والتصفيق أكبر عدد من المرات قبل استقبال الكرة والتحكم فيها والقيام بأكبر عدد من التكرارات.</p> <p>الموقف 2: في شكل قاطرتين متقابلتين يتم فيها تمرير الكرة من الثبات للزميل والعودة الى خلف المجموعة وهكذا دوليك *نفس التقسيم السابق ، بحيث يمر للزميل الكرة من الثبات والعودة خلف الزميل الممرر</p> <p>الموقف التطبيقي: اجراء منافسة بين الافواج</p>		-احترام الاستاذ في توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق '40	- التفويج المناسب - التصحيح الفردى و الجماعى -تجسيد المهارة ميدانيا من قبل الأستاذ - التكرار المناسب - الاسترجاع الكافى - تحفيز التلاميذ	
مرحلة الختامية	أن تتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	جمع العتاد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحيّة ختامية		-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة '5	تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصّة	

مذكرة رقم :03

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

السنة الدراسية : 2021/2022

المستوي : 01	المجال التعلمي :	النشاط الثاني:	مدة الحصّة :	مكان الانجاز :	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم :02	الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب : العلواني سيف الدين
وسائل العمل:					صدریات /كرات يد/حلقات /اقماع /صفارة /ميقاتي
هدف الحصّة الاولى:					التركيز الجيد اثناء التمرير والاستقبال
فترات التعلم	الاهداف الإجرائية	وضعیات التعلم	ظروف الانجاز	معايير النجاح	
مرحلة التحضير	- أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 - أن يشمل كامل الجسم	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة) -لعبة تشييطية تسخين خاص /نشاط جماعي .	5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	الجري بالافواج -حمولة مناسبة ابجديات الجري	
مرحلة التعلم نشاط جماعي	- أن يحسن اقبال الكرة حسب المواقف . أن ينمي روح التعاون و التضامن .	الموقف :01 تقسم المجموعة الى ثلاث افواج بشكل مثلث حيث يقوم بتمرير الكرة من اليمين الى اليسار والعودة خلف المجموعة. الموقف :02 نفس العمل السابق بحيث يقوم كل لاعب من المجموعة بتمرير الكرة من اليمين الى اليسار والعودة خلف الزميل الممرر له ملاحظة : عند الانتهاء من كل تمرين يتم تغيير التمرين للورشة الموالية . الموقف التطبيقي : اجراء منافسة بين الافواج	-احترام الاستاذ في توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والثفوق '40	- التفويج المناسب - التصحيح الفردی و الجماعي -تجسيد المهارة ميدانيا من قبل الأستاذ - التكرار المناسب - الاسترجاع الكافي - تحفيز التلاميذ	
مرحلة الختامية	أن تتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	جمع العناد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية	-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة "5	تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصّة	

مذكرة رقم :04

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

السنة الدراسية : 2022/2021

المستوي : 01		المجال	النشاط الثاني:	مدة الحصّة :	مكان الانجاز:	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم :03		الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب العلواني سيف الدين
وسائل العمل:		صدريات /كرات يد/حلقات /اقماع /صفارة /ميقاتي				
هدف الحصّة الاولى:		السرعة في التنفيذ في التمرير والاستقبال				
فترات التعلم	الاهداف الإجرائية	وضعيّات التعلم	ظروف الانجاز	معايير النجاح		
مرحلة التحضير	- أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 - أن يشمل كامل الجسم	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .-لعبة الرميات العشرة كرة اليد	5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الارتفاع المناسب 15	الجري بالافواج -حمولة مناسبة الاجديات الجري		
مرحلة التعلم بنشاط جماعي	- أن يحسن استلام الكرة في وضعيات الصحيحة. - أن يحسن التعامل مع الكرة	الموقف 1: لعبة شبه رياضية ، نقسم الفريق الى 3 مجموعات على شكل مثلث والعمل بكرتين وذلك للتمرير الى الزميل والعودة خلف المجموعة والذي يسقط الكرة ينسحب من المجموعة والفريق الفائز هو المتحصل على اكبر عدد من اللاعبين. الموقف 2: بنفس التقسيم السابق وذلك بالتمرير من اليمين الى اليسار والعودة عكس اتجاه المجموعة الممر لها والذي يسقط الكرة ينسحب من المجموعة والفريق الفائز هو المتحصل على اكبر عدد من اللاعبين. الموقف التطبيقي : مقابلة بين الافواج لتطبيق ما تعلمناه فوجين يتنافسان و فوج للتحكيم و الفوج الاخر تمارين مرونة	-احترام الاستاذ في توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق "40	- التفويج المناسب - التصحيح الفردى و الجماعى -تجسيد المهارة ميدانيا من قبل الأستاذ - التكرار المناسب - الاسترجاع الكافى - تحفيز التلاميذ		
مرحلة الختامية	أن تتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	جمع العناد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية	-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة	تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصّة		

مذكرة رقم :05

السنة الدراسية : 2022/2021

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

المستوي : 01		المجال	النشاط الثاني:	مدة الحصّة :	مكان الانجاز:	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم :04		التعلمي :	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب : العلواني سيف الدين
وسائل العمل:		صدريات / كراتيد/حلقات /اقماع /صفارة /ميقاتي				
هدف الحصّة:		التحكم الجيد في الكرة اثناء التمير والاستقبال في كرة اليد				
فترات التعلم	الاهداف الإجرائية	وضعيّات التعلم	ظروف الانجاز	معايير النجاح		
مرحلة التحضير	- أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 - أن يشمل كامل الجسم	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة) --لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .	5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الارتفاع المناسب 15	الجري بالافواج -حمولة مناسبة ابجديات الجري		
مرحلة التعلم بنشاط جماعي	- أن يرسل الكرة في منطقة معينة	الموقف: 01 في خط واحد امام الجدار بحيث تمرر المجموعة الكرة في الجدار واستقبالها بشكل جيد وهذا يساعد على التحكم في الكرة الموقف: 02 لعبة شبه رياضية حيث تشكل المجموعة قاطرتين امام الجدار بحيث يمرر الاول للجدار ويرجع الى الوراء بينما الثاني يستقبل الكرة ويمرر للجدار وهكذا يمكن اجراء التمرين بشكل تنافسي الموقف التطبيقي : إجراء منافسة بين الأفواج.	-احترام الاستاذ في توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق "40	- الشرح الموجز - التصحيح الفردى و الجماعى - الاسترجاع الكافى - مراجعة النبض القلبي		
مرحلة الختامية	أن تتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	جمع العناد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية	-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة "5	تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصّة		

مذكرة رقم :06

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

السنة الدراسية : 2021/2022

المستوي : 01		المجال التعلمي :	النشاط الثاني:	مدة الحصة :	مكان الانجاز:	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم :05		الاول	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب : العلواني سيف الدين
وسائل العمل:						سدريات /كرات يد /حلقات /اقماع /صفارة /ميقاتي
هدف الحصة:						- كيفية التمرير والاستقبال من مختلف الوضعيات
معايير النجاح	ظروف الانجاز	وضيعات التعلم			الاهداف الإجرائية	فترات التعلم
الجري بالافواج -حمولة مناسبة الاجديات الجري	5 دورات حول الملاعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إجمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة). -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي /"لعبة الرميات العشر" .			-أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 -أن يشمل كامل الجسم	مرحلة التحضير
- التفويج المناسب - التصحيح الفردي و الجماعي -تجسيد المهارة ميدانيا من قبل الأستاذ - التكرار المناسب - الاسترجاع الكافي - تحفيز التلاميذ	-احترام الاستاذ في توجيهاته لزملائه - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق "40	الموقف:01 على شكل دائرة يقوم التلاميذ بشكل ثابت بتمرير الكرة في جميع الاتجاهات بينما احد التلاميذ في الوسط يحاول قطع التمرير بين الزملاء والذي يضع الكرة يحل محله وذلك من مختلف الوضعيات. الموقف:02 بنف التمرين السابق، حيث نضع أكثر من لاعب في الدائرة شريطة ان يكون التمرير بانواعه. الموقف التطبيقي: مباراة تطبيقية وذلك بتطبيق التمارين السابقة والعمل على تحسين وتعليم الطريقة الصحيحة للتمرير والاستقبال .			ان يحاول تمرير الكرة في مختلف الوضعيات وبشكل صحيح.	مرحلة التعلم نشاط جماعي
تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصة	-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة "5	جمع العتاد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية			أن نتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	مرحلة الختامية

مذكرة رقم : 07

السنة الدراسية : 2021/2022

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

المستوي : 01		المجال : التعلمي :	النشاط الثاني:	مدة الحصة :	مكان الانجاز :	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم :06		الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب: العلواني سيف الدين
وسائل العمل:						صديرات /كرات يد/حلقات /اقماع /صفارة /ميقاتي
هدف الحصة الاولى:						تحسين التمرير والاستقبال مع الدقة في الاداء
معايير النجاح	ظروف الانجاز	وضعيات التعلم			الاهداف الإجرائية	فترات التعلم
الجرى بالافواج -حمولة مناسبة البعديات الجري	5 دورات حول الملاعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	-جرى حول الملعب مع اجراء تمارين إجماعية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .			-أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 -أن يشمل كامل الجسم	مرحلة التحضير
- التنظيم داخل الأفواج الحث على الانضباط داخل الفوج التصحيح الفردي و الجماعي ضرورة الاسترجاع بعد كل منافسة	-احترام الاستاذ في توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق	الموقف 01: يقف الفريق على شكل قاطرتين على مسافة 3م بحيث يتم التبادل تمرير الكرة من النبات ثم الزيادة في المسافة الى 9 امتار الموقف 02: بنفس التمرين السابق بالعمل بكرتين لتحسين الدقة في الاداء والسرعة في التنفيذ الموقف التطبيقي: اجراء منافسة بين الافواج			- أن يحسن تمرير واستلام الكرة في وضعية صحيحة.	مرحلة التعلم نشاط جماعي
تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصة	-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة	جمع العناد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية			أن تتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	مرحلة الختامية

مذكرة رقم: 08

السنة الدراسية : 2021/2022

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

المستوي : 01		المجال التعلمي :	النشاط الثاني:	مدة الحصة :	مكان الانجاز:	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم: 07		الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب: العلواني سيف الدين
وسائل العمل:						صديرات /كرات يد/حلقات /اقماع /صفارة /ميقاتي.
هدف الحصة:						التعلم الاولي لمهارة التصويب في كرة اليد
معايير النجاح	ظروف الانجاز	وضيعات التعلم			الاهداف الإجرائية	فترات التعلم
الجري بالافواج -حمولة مناسبة اجدييات الجري	5 دورات حول الملاعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '18	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .			-أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 -أن يشمل كامل الجسم	مرحلة التحضير
- الشرح الموجز - التصحيح الفردي و الجماعي - الاسترجاع الكافي -القيام باكثر عدد من التكرارات - مراجعة النبض القلبي -الرغبة في التحدي والتفوق	-احترام الاستاذفي توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة '40	الموقف 01: لعبة انتهاز الفرصة في شكل دائرة يقف التلاميذ وفي وسطها تلميذ يحمي القمع بحيث يمرر التلاميذ الكرة والذي نتاح له الفرصة يصوعللقمع منتهزا الفرصة لعدم حمايتها والذي يخطىء يصير هو الحارس وهكذا. الموقف 02: يقف كل فريق على خط التماس الملعب وكل لاعب يقف عند قمع ويحاول كل لاعب من كلا الفريقين ان يسقط قمع المنافس الذي يقابله والذي يسقط عدد كبير من الاقماع هو الفريق الفائز مع وضع عقوبة للخاسر. الموقف التطبيقي : اجراء منافسة بين الافواج			- أن يأخذ وضيعات مناسبة. - أن يحسن تصويب الكرة	مرحلة التعلم نشاط جماعي
تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصة	-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة5	جمع العتاد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية			أن نتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	مرحلة الختامية

مذكرة رقم: 09

السنة الدراسية : 2021/2022

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

المستوي 01		المجال	النشاط الثاني:	مدة الحصّة :	مكان الانجاز:	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم :		الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب: العلواني سيف الدين
وسائل العمل:		صدریات / كرات يد/ حلقات / اقماع / صفارة / ميقاتي /				
هدف الحصّة:		التحكم الجيد في الكرة اثناء التصويب من مختلف الوضعيات				
فترات التعلم	الاهداف الإجرائية	وضعیات التعلم			ظروف الانجاز	معايير النجاح
مراحلّة التحضير	<ul style="list-style-type: none"> - أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 - أن يشمل كامل الجسم 	<ul style="list-style-type: none"> -جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ، تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص / نشاط فردي . -لعبة تنشيطية تسخين خاص / نشاط جماعي . 			5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	الجري بالافواج -حمولة مناسبة -مجديات الجري
مراحلّة التعلم نشاط جماعي	<ul style="list-style-type: none"> - أنيصوب الكرة من الثبات، الحركة، الارتقاء ثم مع التنقل. 	<p>الموقف: 01 يشكل فريق قاطرة من منتصف الملعب مع تعيين لاعب على اليمين (الممر) يقوم كل لاعب من القاطرة باستقبال الكرة من الممرر والتصويب نحو المرمى من الثبات والقيام باكبر عدد من التكرارات</p> <p>الموقف 02: نفس العمل السابق وذلك بتبديل الى الجهة اليسرى والتصويب نحو المرمى من الثبات.</p> <p>الموقف التطبيقي: اجراء منافسة بين الافواج</p>			<ul style="list-style-type: none"> -احترام الاستاذ في توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق 	<ul style="list-style-type: none"> - التنظيم داخل الأفواج الحث على الانضباط داخل الفوج التصحيح الفردي و الجماعي ضرورة الاسترجاع بعد كل منافسة
مراحلّة الختامية	<ul style="list-style-type: none"> أن تتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ 	<ul style="list-style-type: none"> جمع العتاد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية 			<ul style="list-style-type: none"> -مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة 	<ul style="list-style-type: none"> تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصّة

مذكرة رقم: 10

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

السنة الدراسية : 2022/2021

المستوي : 01		المجال التعلمي :	النشاط الثاني:	مدة الحصة :	مكان الانجاز:	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم: 09		الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب : العلواني سيف الدين
وسائل العمل:		صدریات / كرات يد/ حلقات / اقماع / صفارة / ميقاتي.				
هدف الحصة الاولى:		التركيز الجيد اثناء التصويب				
فترات التعلم	الاهداف الإجرائية	وضعیات التعلم			ظروف الانجاز	معايير النجاح
مرحلة التحضير	- أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 - أن يشمل كامل الجسم	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .			5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	الجرى بالافواج -حمولة مناسبة ابجديات الجري
مرحلة التعلم نشاط جماعي	- أن يستطيع التركيز على قائم المرمى بتسديد وجه	<p>الموقف : 01</p> <p>منافسة بين الفريقين كل فريق يصوب قائم المرمى (الاعلى والجانبی) بحيث يقف كل فريق امام المرمى في شكل قاطرة وعند الصافرة يبدأ التنافس من يستطيع من الفريقين ان يصل الى 10 اصابات بحيث كل تلميذ يحاول محاولة ويعود للوراء والفريق الخاسر تسلط عليها لعقوبة</p> <p>الموقف : 02</p> <p>منافسة فردية وذلك بوضع صدریات على جوانب المرمى ومحاولة التصويب عليها واللاعب الذي يصوب اكبر عدد من التصويبات الناجحة هو الفائز.</p> <p>الموقف التطبيقي : اجراء منافسة بين الافواج</p>			-احترام الاستاذ في توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي وال تفوق "40	- التنظيم داخل الافواج الحث على الانضباط داخل الفوج التصحيح الفردي و الجماعي ضرورة الاسترجاع بعد كل منافسة
مرحلة الختامية	أن نتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	جمع العتاد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية			-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة "5	تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصة

مذكرة رقم: 11

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

السنة الدراسية : 2021/2022

المستوي : 01		المجال التعليمي :	النشاط الثاني:	مدة الحصّة :	مكان الانجاز:	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم: 10		الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب: العلواني سيف الدين
وسائل العمل:		صدريات /كرات يد/حلقات /اقماع /صفارة /ميقاتي				
هدف الحصّة:		سرعة رد الفعل اثناء التصويب				
فترات التعلم	الاهداف الإجرائية	وضعيّات التعلم			ظروف الانجاز	معايير النجاح
مرحلة التحضير	- أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 - أن يشمل كامل الجسم	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .			5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	الجرى بالافواج -حمولة مناسبة -المجديات الجري
مرحلة التعلم نشاط جماعي	- أن يتعلم التسديد والتركيز على الهدف	<p>الموقف 01: لعبة الصياد بحيث يقف 2 مهاجمين في كل جهة وعلى البقية محاولة المرور ، وعلى المهاجمين محاولة اصابة اكبر عدد من الفارين بالكرة بحيث يتم التصويب تحت الركبة والذي تلمسه الكرة ينضم الى فريق المهاجمين حتى يبقى اخر واحد هو الفائز .</p> <p>الموقف 02: لعبة فردية وذلك بوقوف الرامي للكرة بجانبه على بعد مسافة معينة ويقوم المصوب باصابة الكرة الخارجة من الزميل بمحاولتين الاولى بالمستوى الارضي والثانية بالهوائي والذي يصيب الكرة هو الفائز .</p> <p>الموقف التطبيقي : اجراء منافسة بين الافواج.</p>			-احترام الاستاذ في توجيهاته- الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق	- التنظيم داخل الأفواج الحث على الانضباط داخل الفوج التصحيح الفردي و الجماعي ضرورة الاسترجاع بعد كل منافسة
مرحلة الختامية	أن نتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	جمع العناد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية			-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة	تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصّة

مذكرة رقم :12

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

السنة الدراسية : 2022/2021

المستوي : 01		المجال التعليمي :	النشاط الثاني:	مدة الحصّة :	مكان الانجاز:	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم :11		الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب: العلواني سيف الدين
وسائل العمل:		صدریات / كرة يد/ حلقات / اقماع / صفارة / ميقاتي				
هدف الحصّة:		التركيز الجيد اثناء التصويب				
فترات التعلم	الاهداف الإجرائية	وضعیات التعلم			ظروف الانجاز	معايير النجاح
مرحلة التحضير	- أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 - أن يشمل كامل الجسم	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ، تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .			5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	الجري بالافواج -حمولة مناسبة المجديات الجري
مرحلة التعلم نشاط جماعي	- أن يحسن التصويب على الهدف وتسجيل أكبر عدد من المحاولات الناجحة	الموقف: 01 يكون اللاعب الحامل للكرة بالاتجاه الامامي و يكون زميله في الخلف حامل للقمع المطاطي ، يقوم التلميذ الحامل للقمع المطاطي بروميه امام زميله بينما زميله يحاول اصابة القمع قبل سقوطه على الارض. الموقف: 02 لعبة شبه رياضية بتحديد حيز اللعب يقوم كل اثنين الحاملين لنفس الرقم في الجري العشوائي في الحيز ولاعب واحد من كل اثنين الحاملين لنفس الرقم الكرة عند الاشارة وبتحديد الوقت يحاول كل لاعب ملامة زميله او التسديد عليه على مسافة لاتقل عن 3 امتار الموقف التطبيقي : إجراء منافسة بين الأفواج.			احترام الاستاذ في توجيهاته- الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق "40	- التنظيم داخل الأفواج الحث على الانضباط داخل الفوج - القيام باكثر عدد من التكرارات التصحيح الفردي و الجماعي ضرورة الاسترجاع بعد كل منافسة
مرحلة الختامية	أن تتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	جمع العناد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية			-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة 5"	تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصّة

مذكرة رقم : 13

السنة الدراسية : 2021/2022

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

المستوي : 01		المجال	النشاط الثاني:	مدة الحصة :	مكان الانجاز :	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم : 13		الثاني	كرة اليد	2 سا	الساحة	الطالب: العلواني سيف الدين
وسائل العمل:						صديريات /كرات يد/حلقات /اقماع /صفارة /ميقاتي
هدف الحصة:						القدرة على تجاوز العوائق والتصويب
معايير النجاح	ظروف الانجاز	وضعيات التعلم			الاهداف الإجرائية	فترات التعلم
الجري بالافواج -حمولة مناسبة اجدييات الجري	5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إجمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ،تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .			-أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نبضات القلب 90/120 -أن يشمل كامل الجسم	مرحلة التحضير
- التنظيم داخل الافواج الحث على الانضباط داخل الفوج القيام باكبر عدد من التكرارات . التصحيح الفردي و الجماعي ضرورة الاسترجاع بعد كل منافسة	-احترام الاستاذ في توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق	الموقف : 01 على شكل قاطرة يقوم كل تلميذ بالتصويب وذلك بوجود مدافع عند الاقتراب يكون التصويب من الاسفل مع الثبات . -بنفس العمل السابق مع لتصويب من الاعلى . الموقف : 02 على شكل قاطرة يقوم كل تلميذ بالتصويب وذلك مع مراوغة الزميل (المدافع) والتصويب من الثبات . الموقف التطبيقي: اجراء منافسة بين الافواج			- أن يتنقل بالكرة وتجاوز العوائق ثم التصويب - نفس الشيء على مستوى فريق مكتمل العدد مع احترام المناصب .	مرحلة التعلم نشاط جماعي
تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصة	-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة "5	جمع العتاد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية			أن نتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	مرحلة الختامية

مذكرة رقم: 14

السنة الدراسية : 2021/2022

المؤسسة : ثا. محمد بجاوي

المستوي : 01		المجال التعليمي :	النشاط الثاني:	مدة الحصّة :	مكان الانجاز :	التاريخ :
وحدة تعليمية رقم: 00		الثاني	كرة اليد	1سا	الساحة	الطالب: العلواني سيف الدين
وسائل العمل:						صديرات / كرة يد / حلقات / اقماع / صفارة / ميقاتي /
هدف الحصّة الاولى:						اختبار بعدي في التمرير والاستقبال والتصويب في كرة اليد
معايير النجاح	ظروف الانجاز	وضعيّات التعلم			الاهداف الإجرائية	فترات التعلم
الجري بالافواج -حمولة مناسبة ابجديات الجري	5 دورات حول الملعب / الحفاظ على الايقاع المناسب '15	-جري حول الملعب مع اجراء تمارين إحمائية عامة . -تمارين تدعيم عضلي (حركات للمفاصل ، تمارين مرونة) -لعبة تنشيطية تسخين خاص /نشاط جماعي .			-أن يجري التلميذ و يضمن ارتفاع نضبات القلب 90/120 -أن يشمل كامل الجسم	مرحلة التحضير
- التنظيم داخل الافواج الحث على الانضباط داخل الفوج التصحيح الفردي و الجماعي ضرورة الاسترجاع بعد كل منافسة	-احترام الاستاذ في توجيهاته - الاسترجاع مشي ثم حركات استرخائية عامة -الرغبة في التحدي والتفوق	<p>الموقف 1: رسم مرمى على الحائط مع وضع التقييم من 1 الى 9 حيث يمثل كل رقم عدد من النقاط كل لاعب يحاول ان يجمع اكبر عدد من النقاط من حيث التصويب على الارقام كل لاعب لديه 10 محاولات والمسافة بين اللاعب والمرمى المرسوم 9 امتار.</p> <p>الموقف 2: يقف كل تلميذ على بعد 3 امتار من الحائط وذلك للقيام بالتمرير والاستقبال بزمن 30 ثا ، وتحسب عدد التمريرات الصحيحة ف هذه المدة والعمل على زيادة عدد التمريرات</p> <p>الموقف التطبيقي : اجراء منافسة بين الافواج</p>			- ان ياخذ وضعيّات مناسبة	مرحلة التعلم نشاط جماعي
تقبل آراء التلاميذ مراجعة الحصّة	-مراجعة الأخطاء الفنية و تقييم اداء التلاميذ الحث على النظافة "5	جمع العتاد و شرح مبسط لأهم نقاط الضعف حركات مرونة عامة . تحية ختامية			أن نتأكد من الاسترجاع / شبه التام للتلميذ	مرحلة الختامية

اختبار التوافق بين التمرير والاستقبال

Correlations

	الاول	الثاني
Pearson Correlation	1	674,
الاول Sig. (2-tailed)		006,
N	15	15
Pearson Correlation	674,	1
الثاني Sig. (2-tailed)	006,	
N	15	15

التصويب

Correlations

	الاول	الثاني
Pearson Correlation	1	682,
الاول Sig. (2-tailed)		007,
N	15	15
Pearson Correlation	682,	1
الثاني Sig. (2-tailed)	007,	
N	15	15

ملحق رقم: 06

المعالجة الاحصائية لاختبار قياس التوافق بين التمرير والاستقبال:

PairedSamplesStatistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. ErrorMean
Pair 1 قبلي	15,0667	30	2,77841	,50727
Pair 1 بعدي	17,2000	30	2,34006	,42723

PairedSamplesCorrelations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 قبلي&بعدي	30	,337	,068

PairedSamples Test

	PairedDifferences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 قبلي - بعدي	-2,13333	2,96803	,54189	-3,24161	-1,02505	-3,937	29	,000

ملحق رقم: 07

المعالجة الاحصائية لاختبار دقة التصويب:

PairedSamplesStatistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. ErrorMean
Pair 1 قبلي	16,8333	30	3,17407	,57950
Pair 1 بعدي	19,3667	30	2,91823	,53279

PairedSamplesCorrelations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 قبلي&بعدي	30	-,027	,889

PairedSamples Test

	PairedDifferences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 قبلي - بعدي	-2,53333	4,36864	,79760	-4,16461	-,90205	-3,176	29	,004

ملخص باللغة العربية:

عرف ميدان التربية البدنية والرياضية تطور لا محدود من حيث المعارف والبحوث العلمية سواء النظرية أو أساليب التطبيق الميدانية منها الذي يعتبر الأسلوب التدريبي جزء من هذه الأخيرة وهو ما ركزنا عليه في دراستنا من خلال معرفة ما مدى تأثيره على المهارة الحركية على تلاميذ مرحلة الثانوي، بالاعتماد على أسلوب منهجي علمي توصلنا من خلالها الى نتائج و اجابات عن مشكلة البحث وتأكدت الفرضيات التي نصت أن للأسلوب التدريبي أثر إيجابي على التحصيل المهاري لدى تلاميذ مرحلة الثانوي.

الكلمات المفتاحية: الأسلوب التدريبي – المهارة الحركية – مرحلة المراهقة.

Summary:

The field of physical education and sports has known unlimited development in terms of knowledge, and scientific research whether theory or methods of field application including which the training method is a part of the latter, and this is what we had focused in our study through knowing to what extent its impact on the motion skill of secondary school students. with relying on the scientific methodological Approach, through which we reached results, and answers about the research problem, and the hypothesis that stated the training method had a positive impact on the skill achievement of secondary school students were confirmed.

Key words : training method, motion skill, adolescence phase