

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 النشاط البدني والرياضي المدرسي

العنوان

انعكاسات الألعاب الصغيرة على التعلم والمهارات الحركية  
لمرحلة التعليم الثانوي في الجزائر

(دراسة ميدانية لثانوية الشهيد بادي مكي زربية الوادي-ولاية بسكرة)

تحت إشراف:  
د. ميراد خليل

من إعداد :  
- خضراوي يزيد  
- جدو عبد الجليل

السنة الجامعية : 2021 / 2022

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## الاهداء

بسم الله وكفي والصلاة على الحبيب المصطفى، أما بعد

أشكر الله وأحمده على توفيقه لإتمام هذا العمل، كما أهدي ثمرته إلى من كان لي  
حافزا للعلم والمثابرة إلى أبي الغالي حفظه الله لي الذي لم يبخل علي بعطفه وحنانه

ودعمه المادي والمعنوي

إلى من غمرتني بلطفها ودعوتها أُمِّي حفصتها الله عز وجل

إلى كل الإخوة والعائلة

إلى كل الأصدقاء

إلى كل زملاء الدراسة

إلى هؤلاء جميعا أهدي عملي المتواضع

خضراوي يزيد

جدو عبد الجليل

## شكر وعرهان

الحمد والشكر لله أن وفقني لإتمام هذا العمل المتواضع أحمده وأستعين به.

أتوجه بجزيل الشكر وخالص الثناء، ومواقف التقدير والعرهان إلى المشرف

الدكتور ميراد خليل مساعدة وإشرافا وتوجيهها، وكل من كان له يد العون في إنجاز

هذا العمل

كما أقدم جزيل الشكر لكل من كانت له يد البدار من قريب أو من بعيد في

إتمام هذا العمل

فشكرا جزيلاً.

خضراوي يزيد

جدو عبد الجليل

أ. فهرس المحتويات

| الصفحة                       | المحتوى  |
|------------------------------|--|
|                              | البسمة   |
|                              | الاهداء  |
|                              | الشكر وعرافان  |
|                              | قائمة المحتويات  |
| 13 -1                        | مقدمة  |
| الفصل الأول: التربية البدنية |  |
| 15                           | تمهيد  |
| 16                           | 1. التربية البدنية والرياضية:                              |
| 16                           | 1.1. تعريف التربية البدنية والرياضية:                      |
| 17                           | 2.1 أهمية التربية البدنية والرياضية:                       |
| 18                           | 3.1 أهمية التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثالث : |
| 19                           | 4.1 . أهداف التربية البدنية والرياضية :                    |
| 20                           | 5.1 برنامج التربية البدنية لتلاميذ الطور الثالث :          |
| 22                           | 2- درس التربية البدنية والرياضية:                          |
| 22                           | 1.2 تعريف درس التربية البدنية والرياضية :                  |
| 22                           | 2.2 أهداف درس التربية البدنية والرياضية :                  |
| 23                           | 1.2.2 الأهداف التعليمية :                                  |
| 23                           | 2.2.2 الأهداف التربوية :                                   |
| 24                           | 3.2. درس التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثالث :  |
| 24                           | 1.3.2 مراحل درس التربية البدنية والرياضية :                |
| 26                           | 2.3.2 مدة درس التربية البدنية والرياضية:                   |
| 26                           | 3.3.2 محتوى درس التربية البدنية والرياضية :                |

| الفصل الثاني: الالعب الصغيرة |   |
|------------------------------|---|
| 28                           | تمهيد   |
| 30                           | 1.- مفهوم الالعب الصغيرة :                      |
| 32                           | 2.- مميزات الالعب الصغيرة:                      |
| 32                           | 3.- أقسام الالعب الصغيرة:                       |
| 32                           | 1.3 أقسامها من حيث طبيعتها:                     |
| 32                           | 2.3 أقسامها من حيث طبيعة نشاطها:                |
| 33                           | 3.3 أقسامها من حيث القانون:                     |
| 35                           | 4. قيم وأعراض الالعب الصغيرة:                   |
| 36                           | 5. مبادئ اختيار واستخدام الالعب الصغيرة:        |
| 38                           | 6- أهمية الالعب الصغيرة:                        |
| 48-41                        | الفصل الثالث: منهجية البحث والإجراءات الميدانية |
| 61-49                        | الفصل الرابع: عرض وتحليل نتائج البحث            |
| 64-62                        | الخلاصة العامة والتوصيات                        |
| 70-65                        | قائمة المراجع                                   |
| 81-71                        | الملاحق   |
| 82                           | ملخص الدراسة                                    |

ب. قائمة الجداول

| الصفحة | العنوان   | رقم الجدول |
|--------|---|------------|
| 21     | يبين محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثالث والأهداف التربوية. | رقم 1      |
| 50     | يوضح توزع أفراد العينة وفق عامل الجنس   | رقم 2      |
| 50     | يوضح توزع أفراد العينة وفق عامل السن  | رقم 3      |
| 51     | يوضح توزع أفراد العينة وفق عامل المستوى   | رقم 4      |
| 52     | يبين نتائج عبارات بعد التصور  | رقم 5      |

## الفهرس

|    |   |        |
|----|---|--------|
| 53 | يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و كاف تربيع فيما يخص<br>بعد التصور العقلي | رقم 6  |
| 54 | يبين نتائج عبارات بعد الاسترخاء   | رقم 7  |
| 55 | يبين نتائج الفرضية بعد الاسترخاء  | رقم 8  |
| 56 | يبين نتائج عبارات بعد تركيز الانتباه  | رقم 9  |
| 58 | يبين نتائج الفرضية بعد تركيز الانتباه   | رقم 10 |
| 59 | يبين نتائج عبارات بعد الثقة بالنفس  | رقم 11 |
| 60 | يبين نتائج الفرضية بعد الثقة بالنفس   | رقم 12 |
| 61 | يبين نتائج الفرضية العامة المهارات  | رقم 13 |

مقدمة:

لقد أصبح النشاط البدني في صورته التربوية الجديدة ، و بنظمه و قواعده السليمة و بألوانه المتعددة ميدانا هاما من ميادين التربية ، و عنصرا قويا في إعداد المواطن الصالح و ذلك بتزويده بخبرات و مهارات واسعة تمكنه من أن يتكيف مع مجتمعه ، و تجعله قادرا على أن يشكل حياته ، و يعينه على مسايرة العصر في تطوره ونموه.

ولهذا نرى أن الدول المتحضرة تهتم برعاية التلميذ ، و تخصص لها أكبر نسبة في ميزانيتها و تضع لأطفالها المناهج العلمية و التربوية لتحقيق لهم النمو المتكامل.

فالتربية البدنية تلعب أدوارا فعالة في تربية النشء من النواحي البدنية و الاجتماعية و النفسية والعقلية ، ولذا لا يمكن التصور أن منهجا تعليميا تربويا حديثا يتجاهل التربية الرياضية أو ينظر إليها على أنها نشاط لا قيمة له في تعليم و تربية النشء.

و يعتمد درس التربية البدنية على عدة نظريات و أساليب مختلفة من اجل بلوغ الأهداف التعليمية المسطرة ، و تعتبر الألعاب الصغيرة من بين هذه الأساليب التربوية الهامة ، كما أن التلميذ يكون ميالا للعب ، حيث يجد فيه و سيله للتعبير عن ذاته و إفراغ طاقته و مكبوتاته الحركية و النفسية المختلفة و إشباع حاجاته إلى اللهو و المرح و السرور ، و هذا ما يستلزم على الأستاذ الاستغلال الأمثل لهذا الاندفاع نحو اللعب و توظيفه في تنمية اللياقة البدنية للتلميذ وذلك بالاستغلال الأمثل و المتقن للألعاب.



و هذا ما دفعنا إلى التطرق لهذه الدراسة لقياس اثر الألعاب الصغيرة على التعلم والمهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثالث.

### الجانب التمهيدي:

#### 1- اشكالية الدراسة:

تقسم الالعاب الصغيرة إلى مجالات كثيرة ومتنوعة مع اختلاف الأدوات المستخدمة في اللعب، وكذلك الأماكن التي يتم فيها اللعب مختلفة من حيث الحجم، فإذا لاحظنا التلاميذ في الثانويات وغيرها، نجدهم يلعبون العاب مختلفة ومتنوعة فنجد منها ما يعتمد على الجسم ويحتاج إلى القوة البدنية، وتكون إما ألعاب فردية أو جماعية، ومنها ما يعتمد على التخطيط والتنظيم والأدوات المختلفة التي تناسب مع كل لعبة، ولكن حسب ما استخلصناه من الأسئلة التي طرحت على المدراء والمعلمين في دراسة استطلاعية قمنا بها، ومن هنا تبادرت لنا التساؤلات التالية:

وعليه يمكن طرح الإشكالية الرئيسية في شكل تساؤل جوهري مفاده:

ما مدى تأثير الألعاب الصغيرة على التعلم والمهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثالث في ثانويات ولاية بسكرة؟

تتفرع الاشكالية الى التساؤلات الفرعية التالية:

أ- ما مدى تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة التصور لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بسكرة؟

ب- ما مدى تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة الاسترخاء لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

بسكرة؟

ج- ما مدى تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة تركيز الانتباه لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

بسكرة؟

د- ما مدى تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة الثقة بالنفس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

بسكرة؟

2. فرضيات الدراسة:

تستند الدراسة إلى الفرضيات التالية:

أ- الفرضية الرئيسية:  $H_0$

يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للألعاب الصغيرة على التعلم والمهارات لدى تلاميذ

المرحلة الثانوية بسكرة (0.05).

ب- الفرضيات الفرعية:

- الفرضية الفرعية الأولى:  $H_{0_1}$

لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للألعاب الصغيرة على مهارة التصور لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بسكرة عند مستوى معنوية (0.05).

- الفرضية الفرعية الثانية:  $H0_{02}$

لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للألعاب الصغيرة على مهارة الاسترخاء لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بسكرة عند مستوى معنوية (0.05).

- الفرضية الفرعية الثالثة:  $H0_{03}$

لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للألعاب الصغيرة على مهارة تركيز الانتباه لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بسكرة عند مستوى معنوية (0.05).

- الفرضية الفرعية الرابعة:  $H0_{04}$

لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للألعاب الصغيرة على مهارة الثقة بالنفس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بسكرة عند مستوى معنوية (0.05).

3. أهداف الدراسة:

- بيان تأثير الألعاب الصغيرة على التعلم والمهارات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- توضيح أهمية الألعاب الصغيرة.

- اختبار فرضيات الدراسة.

- بيان واقع الألعاب الصغيرة في الجزائر.

#### 4. أهمية الدراسة:

أ. الأهمية العلمية:

- تكمن أهمية الدراسة في حيوية موضوعها وأهميته العلمي، حيث يعتبر موضوع حديث وجاد يكشف على واقع التطور الحاصل في مجال الرياضة المدرسية بصفة خاصة والرياضة لدى الشباب بصفة عامة.
- تستمد أهمتها أيضا من المفهوم الحديث الألعاب الصغيرة وتداخلها مع مختلف المفاهيم الأخرى ذات علاقة.

ب. الأهمية العملية:

- الكشف عن ابعاد الألعاب الصغيرة ومختلف متغيراتها التابعة والمؤثرة على نسبة التعلم والمهارات في مختلف المؤسسات التربوية.
- الاحتكاك بمختلف طاقم التدريس في الثانويات في الجزائر وتنبهها لأهمية الألعاب الصغيرة.

5. مصطلحات الدراسة:

تعريف الألعاب الصغيرة:

التعريف الاصطلاحي:

الألعاب الصغيرة هي صنف من الألعاب التربوية، وهذه الأخيرة بدورها التي من أصنافها الألعاب التمهيدية، والألعاب الصغيرة، وهذا التصنيف يتيح خطوط عريضة تمكن المعلم أو المدرب من تقدير العوامل الشائعة في عدد من الألعاب بقدر كبير من التعميم أكثر من النظر إلى كل لعبة على أنها وحدة منفصلة.(حماد ، 2007، صفحة 60).

التعريف الاجرائي:

يعتبر مدخل الألعاب الصغيرة أحد طرق تعليم الألعاب الرياضية الكبيرة، ومن خلالها يكتسب المتعلم المهارات بطريقة أسرع وأكثر تشويقا واستمتعا وفهما، يقصد بالألعاب الصغيرة تلك الألعاب البسيطة التنظيم التي يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافسوا وفق قواعد ميسرة، ولا يقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم أدوات أو أجهزة أو بدونها .

## تعريف التعلم:

## التعريف اللغوي:

التعليم في اللغة هو من الفعل عَلَّمَ، وَعَلَّمَهُ الشَّيْءَ تَعْلِيمًا فَتَعَلَّمَ، (العربية، 1972، صفحة 637).

## التعريف الاصطلاحي:

هو عملية تغير شبه دائم في سلوك الفرد لا يلاحظ بشكل مباشر لكن يستدل عليه من السلوك ويتكون نتيجة الممارسة، كما يظهر في تغير الأداء لدى الكائن الحي. ويعرف أيضا على أنه عملية تذكر وتدريب للعقل وتعديل في السلوك. (جرسن، 2005، صفحة 360).

## التعريف الاجرائي:

تعطي النظريات المعرفية أهمية كبيرة لمصادر المعرفة واستراتيجيات التعلم (الانتباه والفهم والذاكرة والاستقبال ومعالجة وتجهيز المعلومات)، فوعي المتعلم بما اكتسبه من معرفة وبطريقة اكتسابها، يزيد من نشاطه الميتماعرفي. هذا النشاط أو الخبرة أو التدريب الحاصل لدى الفرد، يُحدث تغييرا في سلوكه. وتهتم النظريات المعرفية بالبنية المعرفية من خلال الخصائص التالية: التمايز والتنظيم والترابط والتكامل والكم والكيف والثبات النسبي.

## تعريف المهارة:

### التعريف الاصطلاحي

تُعرف المهارة حسب رأي "بور جردسيون" بأنها نشاط معقد يتطلب فترة من الممارسة المقصودة المنظمة بحيث يؤدي بطريقة ملائمة وعادة ما يكون له وظيفة مفيدة. ( صقر، 1979، صفحة 52).

### تعريف المهارة الحركية: (حماد ، 2007 ، صفحة 15)

"نمها سلسله من الحركات العضلية المتناسقة التي تنجح في أداء مهمة معينة". وتلعب الحواس دورها في عملية تعلم المهارات الحركية، حيث تنتقل الإحساسات إلى الدماغ لتتحول إلى إدراك، أي تنظيم المعلومات التي يتم استقبالها من مختلف الحواس وتأويلها. ويتم التنسيق بين العضلات عن طريق الجهاز العصب

### التعريف الاجرائي:

ترتكز المهارة على الجوانب الاستدراكية وقراءة وإدراك اللاعبين للبيئة المحيطة بهم، ومحاولة تفسير التلميحات الموجودة فيها وإمكانية اختيار الاستجابة المناسبة.

## 6. الدراسات السابقة والمشابهة

### ❖ الدراسة الأولى:

دراسة قام بها الطالب " عمر احمد المرابطي " ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية الحركية ، تحت عنوان " اثر الالعاب الصغيرة على تنمية القدرات التعليمية في الطور الثالث في مصر " بجامعة القاهرة موسم 2008/2007 .

اذ تناولت مشكلة الدراسة اثر الالعاب الصغيرة على تنمية القدرات لدى تلاميذ الطور الثالث ، أما فرضيات البحث فقد افترض الباحث أن أساتذة التربية البدنية يعتمدون على استعمال الالعاب الصغيرة أكثر تنمية القدرات التعليمية في الطور الثالث. ولقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي في دراسته ، أما العينة فكانت طبقية تناسبية قسمت الى قسمين ، عينة الاساتذة ب 60 أستاذًا من مجدوع 240 من المجتمع الأصلي ، والعينة الثانية شملت 750 تلميذا من أصل 6270 من المجتمع الأصلي ، اما أداة الدراسة فتمثلت في استبيان موزع لكل عينة ، أما الطريقة الاحصائية فاعتمد الباحث على أداة (كا<sup>2</sup>) .

وفيما يخص نتائج الدراسة التي توصل اليها الباحث فهي كالتالي:

✓ يعتمد أساتذة الوحدات التطبيقية يعتمدون على الالعاب الصغيرة على تنمية القدرات التعليمية .



✓ يوجد اختلاف في اختيار الالعب للوحدات التطبيقية بين أساتذة التربية البدنية

والرياضية ، وأنه لا مجال لوجود تنسيق بين أساتذة الوحدة الواحدة .

✓ معظم التلاميذ ليس لديهم قناعات الالعب التي يتبناها الأساتذة .

### ❖ الدراسة الثانية:

دراسة قام بها الطالب "بوزواد سعيد" ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في نظرية

ومنهجية التربية البدنية والرياضية ، تحت عنوان " واقع التقييم في التربية البدنية

والرياضية (البكالوريا الرياضية ) وعلاقته بمتطلبات العملية التعليمية" بجامعة

الجزائر ، معهد التربية البدنية والرياضية موسم 2010/2009 .

وتمثلت مشكلة البحث في " هل التقييم في امتحان البكالوريا الرياضية مطابق لمنهج

التعليمية الرسمية السارية المفعول في أقسام الثالثة ثانوي ، وهل هو مطابق للكفاءات

المحددة لملح التخرج من مرحلة التعليم الثانوي ، وهل يتم بنائه على جملة من المبادئ

العامة التي تضمن الصدق والموضوعية وهل يحقق العدل والانصاف بين تلاميذ السنة

الثالثة ثانوي؟

أما الفرضية العامة فتمثلت في " التقييم في امتحان البكالوريا الرياضية ليست مطابقة

للمناهج التعليمية الرسمية السارية المفعول في أقسام الثالثة ثانوي وليس مطابق

للكفاءات المحددة لملح التخرج من مرحلة التعليم الثانوي ولا يتم بناءه على جملة من

المبادئ العامة التي تضمن الصدق والموضوعية ولا يحقق العدل والانصاف بين تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

وقد هدفت الدراسة الى معرفة واقع النشاط البدني والرياضي في ثانويات ولاية الجزائر شرق من حيث المنشآت والوسائل ، وكذا معرفة آراء الأساتذة حول التقييم في البكالوريا الرياضية ، بالإضافة الى معرفة آراء التلاميذ حول التقييم في التربية البدنية والرياضية ، ثم الكشف عن العوائق والصعوبات التي يواجهها أستاذ التربية البدنية والرياضية.

واعتمد الباحث على المنهج الوصفي ، أم الأدوات البحث فتمثلت في المقابلات الميدانية بالإضافة الى الاستبيان، موزع على عينتين تمثلتا في 07 أساتذة و 130 تلميذ من التعليم الثانوي .

وقد توصل الباحث الى :

✓ أغلبية الأساتذة يركزون في درسههم مع الأقسام النهائية على التحضير في التخصصات المبرمجة في البكالوريا الرياضية حيث يغلب عليه طابع تدريبي عال الضدة، وبذلك يهملون الجانب التربوي للمادة والأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية.

✓ توجد نسبة من التلاميذ والتي تقارب النصف منهم لا يفضلون أن يتم تقييمهم

في الرياضات الفردية.

✓ تقص في وفرة الوسائل وعتاد التربية البدنية والرياضية

✓ التقييم في امتحان البكالوريا لا يراعي ميول ورغبات التلاميذ، واختياراتهم

للتخصصات الرياضية المختلفة.

✓ التقييم في امتحان البكالوريا لا يراعي الزمن الممنوح للحصة.

#### ❖ الدراسة الثالثة:

من اعداد الطالب " عمار محلاش " ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في نظرية  
ومنهجية التربية البدنية والرياضية تحت عنوان " مدى تطبيق أساتذة التربية البدنية  
والرياضية وتفعيل الالعاب الصغيرة لتحقيق المهارات " دراسة ميدانية بولايتي  
الجزائر والبليدة ، الموسم الدراسي 2011/2012 .

وتهدف الدراسة الى :

التعرف على واقع الاداء التدريسي للتربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي  
وتسليط الضوء على جوانب الضعف والقوة لمحاولة العلاج والتطوير وكذا التعرف على  
الفروق في الاداء التدريسي التي تعكس مدى امتلاك أستاذ التربية البدنية والرياضية

للمعارف والمعلومات والخبرات الخاصة بالتدريس تبعاً لمتغيرات الجنس والمؤهل العلمي  
وسنوات الخبرة ،

بالإضافة إلى الكشف عن الجوانب والأسباب التي من شأنها أن تؤثر على اكتساب  
المهارات لدى تلاميذ الطور الثالث .

وقد اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي ، مستخدماً الاستبيان كأداة في  
الدراسة ضمن عينة مفاهاً 60 أستاذاً من التعليم الثانوي ، واستخدم في الوسائل  
الإحصائية كل من النسب المئوية والتكرار و كاف التريبع ك<sup>2</sup> .

ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث :

✓ أن الأساتذة يعانون من غموض في فهم المنهاج الجديد ويعود ذلك إلى طريقة  
التكوين حسب إجابات الأساتذة المستجيبين.

✓ أن الأساتذة يرون بأنهم بحاجة إلى إعادة رسكلة حول منهاج المقاربة بالكفاءات  
لأنه نمط جديد في التعليم مما يصعب على المربي تفعيل أساليب كسب المهارة  
لدى التلاميذ في الميدان.

✓ أن ظروف العمل لا تساعد الأساتذة على تطبيق أسلوب اكتساب المهارات عن  
طريق الألعاب الصغيرة ، وهذا يعود إلى نقص الوسائل والتجهيزات إضافة إلى  
طريقة التكوين واكتظاظ التلاميذ.

7. نقد الدراسات السابقة:

يمكن الإشارة الي ان اهم شيء في البحث العلمي هو التعرف الجيد على موضوع الدراسة، من خلال تحديد المتغيرات المهمة التي تحكم المتغير الرئيسي وعلاقته بالمتغير التابع ما يسمى بالمتغيرات الفرعية او الوسيطة (حيث تتعدد التسميات) التي لها القدرة على توجيه الظاهرة كنظام، وهذا ما لم نجده في الدراسات التي سبقتنا، وبالتالي نحاول في هذه الدراسة استدراك ما نقص والوصول الى نتائج أكثر توضيحا للظاهرة محل الدراسة.

### تمهيد الفصل

تعتبر التربية البدنية أوسع بكثير وأعمق بالنسبة للحياة اليومية إذ ما قورنت بأي تعبير هو قريب من مجال التنمية الشاملة التي تشكل منه التربية جزءا حيويا ،وهو يدل على أن برامجه ليست مجرد تدريبات تؤدي عند صدور الأمر، بل هي برامج تحت إشراف قيادة مؤهلة تساعد على جعل حياة الفرد أهنأ وأسعد.

**1. التربية البدنية والرياضية:****1.1. تعريف التربية البدنية والرياضية:**

والمقصود بالتربية البدنية المظهر الجسماني، وهي أن تشير إلى البدن كمقابل للعقل وهذا يتجلى من خلال تنمية مختلف الصفات البدنية، وعلى هذا الأساس عندما تضاف كلمة التربية تتحصل على مفهوم التربية البدنية (حسين، 1979، ص 104)، أما عندما نقول التربية الرياضية فإننا نقصد بذلك النشاط البدني المختار، الموجه والمنظم لإعداد الفرد إعدادا متكاملًا اجتماعيًا وعقليًا، وهكذا جاء الربط بين التربية البدنية والرياضية ليصبح عنوانًا موحدًا هو التربية البدنية والرياضية (عضاضة، 1962، ص 123) وعرفت بأنها تجميع الأعمال الرياضية المنظمة ذات الأهداف التربوية التي تستخدم الرياضة كوسيلة لها. (محمد صادق، 1988، ص 01)

**2.1. أهمية التربية البدنية والرياضية:**

تساهم التربية البدنية والرياضية في تنمية وتقديم وتجسيد ثقافة الأمة، وتساعد بصفتها لونا من ألوان التربية في العمل على تحقيق هذه الأغراض، ويحتاج الأمر إلى وصف أهمية التربية البدنية وأثرها في العملية التربوية، والتي تمكن من تحسين الصحة، وغرض تحسينها له علاقة بالنشاط

الذي يمارسه الشخص في ساعات وأوقات فراغه وأثناء عمله، والطريقة التي يقضي بها الفرد وقته الحر، لتحديد بدرجة كبيرة على مدى صحته الجسمية والعقلية والانفعالية والروحية فهناك مجال واسع وتشكيلة متنوعة من أوجه النشاط التي تهيأ للفرد أن يعمل لتحسين صحته العضوية، كما أنها تمنح الفرد الاسترخاء وتمهد له السبيل للهروب من الضغط في العمل، وتمنح له فرصة ينسى فيها مشاكله.

فمن ثمة هي عون للصحة العقلية، وبما أنها تخطط ثم تنفذ حيث تعمل على تمتع الإنسان وسعادته فهي تسهر على تحسين صحته الانفعالية، وهذا من طبيعته أن يعمل على خلق علاقات إنسانية أفضل، وعليه يسمو بالصحة الروحية ويساعد في عملية تكامل وتطور الشخص كله. (الخواوي، 1978، ص 51)

وتهدف التربية الرياضية إلى تكوين الأفراد تكويناً شاملاً، في النواحي الشعورية والسلوكية، الاجتماعية، العقلية، البدنية، وتتجه التربية الرياضية نحو إشباع رغبات الفرد إلى البناء الطبيعي على أن يتميز هذا النشاط بأدراك الفرد لأغراضه وان يتناسب مع مرحلة نموه واحتياجاته، وان يشبع رغباته في جو صحي، وبهذا كان تعريف التربية البدنية والرياضية مع هذا الاتجاه (مهنا، 1985، ص 50).



### 3.1 أهمية التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثالث :

لقد تحددت أهمية التربية البدنية والرياضية فيما يلي : (محمد عوض ، 1992 ، ص 95)

- المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلاميذ.
- المساعدة على تكامل المهارات والخيارات الحركية ، ووضع القواعد الصحيحة لممارستها داخل المدرسة وخارجها.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل :القوة، السرعة، المرونة، الرشاقة، التحمل والتنسيق.
- التحكم في القوام في حالي الحركة والسكون .
- اكتساب المعارف والمعلومات والحقائق على أسس الحركة البدنية وأصولها البيولوجية والفيزيولوجيا والبيوميكانيكية .
- تدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك اللائق والمحترم.
- التعود على الممارسة المنظمة للأنشطة الرياضية.
- تنمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة اللاصفية.

#### 4.1. أهداف التربية البدنية والرياضية :

إن للتربية البدنية والرياضية أهدافا تربوية عامة تحاول الوصول إليها عن طريق ممارسة التلاميذ للتربية البدنية والألعاب والنشاطات الرياضية خلال حياته الرياضية ويمكن أن تلخص الأهداف في النقاط التالية : - تحسين الصحة .

- تنمية التوافق الحركي بمعنى الاستعدادات النفسية والحركية .

- تنمية الملكات العقلية والخلقية وتحسين السلوك .

- تطوير العلاقات الاجتماعية وتحسينها .

غير أن هذه الأهداف عامة لا يمكن أن تبرمج بكيفية دقيقة للعمل التربوي إلا إذا حددته وفصلت ، فهي أهداف فرعية تراعي أعمال التلاميذ وتحترم مراحل الطفولة، وتضع الأنشطة الملائمة لكل مرحلة حتى تأتي هذه المادة الدراسية ثمارها المرجوة، وهذا ما جعل المربون المختصون في التربية البدنية والرياضية الذين وضعوا أهدافا تربوية لهذه المادة أن يستخرجوها انطلاقا من الأهداف العامة السابقة، ونستطيع أن نميز بفضل هذه الجهود العملية بين الأهداف التربوية والأهداف التقنية.

- الهدف التربوي : تنمية روح المحبة ، التعاون ، التنافس....الخ.

- الهدف التقني أو الرياضي : تطوير دقة التمريرات في كرة اليد والسلة...الخ. (محمد عوض ، 1992، صفحة 24، 25)

### 5.1 برنامج التربية البدنية لتلاميذ الطور الثالث :

لوضع برنامج التربية البدنية والرياضية لهذه المرحلة، يجب ان يتعرف المربون التربويون على مختلف المميزات البدنية بالإضافة إلى الخصائص الفيزيولوجية والتشريحية والنفسية الخاصة بها، فتوفر مثل هذه المعلومات يمكن للمربي البدني من تخطيط برامج نشاطه بحيث يلبي رغبات واحتياجات التلاميذ الذين يعمل معهم ومثل هذه المعلومات تضمن :

- تقسيم التلاميذ لمختلف الأعمار تقسيماً علمياً سليماً .
- ضمان التنمية البدنية والحركية ومختلف أوجهها خلال سن الطفولة وفترة المرحلة المدرسية الأولى والثانية.
- ضمان ملاحظة الفروق الفيزيولوجية بين الذكور والإناث.
- مراعاة القواعد العامة للنمو والتطور الحركي والنفسي والبدني(محمد عوض ، 1992، ص95)

الزمني التشريحي، الفيزيولوجي والعقلي على التوالي وهي بسيطة تساعد مدرسي التربية البدنية والرياضية كثيرا في عملية التقسيم . (ليوتشر ، 1964، ص 85)

. فالعمر الزمني يمثل سن التلاميذ حسب التقويم والسن والشهور، والعمر التشريحي يرتبط عادة بمعظم العظام وفي بعض الأحيان تستخدم عظم الرسغ الصغيرة لهذا الغرض، وأشعة (X) ولقد اتبعت طرق كثيرة لدراسة مراحل النمو المختلفة، ولكن هناك طريقة لتقرير العمر ضرورة عملية لتحديد العمر التشريحي ويتلخص برنامج التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثاني في الجدول التالي:

الجدول رقم (1) يبين محتوى برنامج التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثالث والأهداف التربوية.

| المحتوى                                | الأهداف التربوية  |
|--|---|
| العاب ذات تنظيم ممهدة للألعاب الكبيرة  | تنمية القدرات البدنية والنفسية والحركية والتفكير التكتيكي.  |
| أنشطة إيقاعية وتشمل الإيقاعات الأساسية | تنمية الرشاقة، المرونة، التركيز   |
| العاب ومهارات فردية                    | تنمية الصفات البدنية مثل السرعة، القوة، المداومة، التنسيق، الخ... وكذلك تنمية الصفات النفسية مثل الإرادة، الشجاعة، حب |

|  |                           |
|--|---------------------------|
| التفوق.. الخ   |                           |
| تنمية الصفات البدنية ،الحركية ،النفسية والتفكير التكتيكي | العاب المطاردة            |
| تنمية الصفات الحركية ،البدنية والنفسية                   | حركات الرشاقة مثل الجمباز |

## 2- درس التربية البدنية والرياضية:

### 1.2. تعريف درس التربية البدنية والرياضة :

إن الحصة هي الشكل الأساسي الذي تتم فيه عملية التربية والتعليم في المدرسة، ودرس التربية البدنية هو أيضا شكل أساسي لمزاولة الرياضة في المدرسة بجانب الأشكال التنظيمية الأخرى التي يزاول فيها التلاميذ الرياضة مثل الأعياد الرياضية والدورات الرياضية... الخ أما الدرس فيمكن أن نميزه بعدة خصائص، فهو محدد زمنيا تبعا لقانون المدرسة وهي في الغالب 45 دقيقة ، كما أنه جزء من وحدة متكاملة وهي المنهاج، الذي تؤدي فيه الحصة وظيفة هامة.

### 2.2. أهداف درس التربية البدنية والرياضية :

في كل حصة تربوية رياضية على حدى يجب أن يتحقق جزء معين من الأهداف العامة التعليمية التربوية .

## 1.2.2. الأهداف التعليمية :

إن الهدف التعليمي العام لحصة التربية البدنية هو " رفع القدرة الجسمانية للتلاميذ بوجه العام

" تدرج منه مجموعة الأهداف الجزئية الآتية :

- تنمية الصفات البدنية مثل القوة ، التحمل ، السرعة ، الرشاقة والمرونة.

- تنمية المهارات الأساسية مثل الجري ، الوثب ، الرمي ، التسلق ، الحجل والمشى... الخ،

وكذلك تنمية المهارات الخاصة للرياضات الأساسية مثل العاب القوى ، الجمباز،

التمرينات والألعاب.

- إكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية ، صحية وجمالية.

## 2.2.2. الأهداف التربوية :

إن الجانب التربوي لحصة التربية البدنية و الرياضية لا يحظى عادة في كتابات طرق التدريس

بالاهتمام الكافي، وذلك حيث يتم فقط التركيز على الجوانب الفنية لحصة التربية الرياضية

المرتبطة بالواجب التعليمي لها ، والملاحظة الثانية هي أن الجانب التربوي في حصة التربية

البدنية والرياضة لا يتم تخطيطه وتوجيهه بطريقة واعية و مسبقة من جانب المدرس.

إن الجدول رقم (1) يمثل محتوى الألعاب والنشاطات التي يمارسها التلاميذ أثناء درس التربية

البدنية والرياضية وبالأحرى الألعاب المبرجة لبلوغ أهداف تربوية مسطرة ، إذ نجد اختلافا

وتنوعا وذلك تماشيا مع قدرة الأطفال واستعداداتهم البدنية والنفسية والحركية ،بالمقابل مع  
 كيفية إجراء مختلف التمارين والألعاب ودرجة صعوبة تنفيذها(محمد عوض ، 1992 ،  
 ص32)

### 3.2. درس التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثالث :

#### 1.3.2. مراحل درس التربية البدنية والرياضية :

يتكون درس التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثالث من ثلاث مراحل هي:

##### أ. المرحلة التحضيرية :

وتسمى كذلك مرحلة التهيئة إذ أن جميع الألعاب والنشاطات الرياضية والتمارين التي تبرمج

خلال هذه المرحلة ماهي إلا تحضير وتسخين وإعداد للمرحلة الموالية وتهدف إلى:

- تهيئة الجسم إلى تحمل جهود المرحلة الأساسية (تهيئة الجهاز التنفسي الجهاز الدموي

...الخ) مثل لعبة المطاردات أو التداول بالسرعة.

- تنمية بعض جوانب اللياقة البدنية ( القوة ،السرعة ،التحمل) أو مهارات التوافق الحركي

( مهارة التحكم في التنقل ) التي لا يمكن للألعاب بشكلها الإجمالي أن تطورها بصفة

خاصة .

ب . المرحلة الرئيسية :

وهي المرحلة الأساسية ، تتكون من العاب تهدف إلى بلوغ الهدف المسطر مع مراعاة خصائص و مميزات أطفال هذه المرحلة وأعمالهم ومستواهم الدراسي وذلك بالتنوع في الألعاب تفاديا للملل والحفاظ على الهيكلة العامة للحصّة.

ج . المرحلة الختامية:

وتسمى أيضا مرحلة الرجوع إلى الهدوء ، فبعكس المرحلة التحضيرية تهدف هذه المرحلة إلى استعادة حالتها الطبيعية بطريقة تدريجية ، كما تهدف إلى رجوع التلاميذ لحالة الهدوء بعد هيجان اللعب والنشاط ويستغل المربي هذه المرحلة لترتيب الوسائل البيداغوجية وقيام التلاميذ بعملية الغسل ولبس الثياب .

كما يجد الباحثون أن حصّة التربية البدنية والرياضية لها تركيبة خاصة لتلاميذ الطور الثالث وهي كما يلي:

- انطلاقا من التوزيع السنوي تتركب الحصّة حسب تدرج الألعاب والنشاطات حسب الأهداف المختارة.

- اختيار التمارين والألعاب ، أشكالها وتطبيقاتها الكمية وتدرجها يكون مبني أساسا على المبادئ التالية:

\* تقديم النشاطات في أشكال العاب مختلفة .



\* التنوع في التمارين والألعاب حفاظا على مستوى الإدراك ودرجة الانتباه والتركيز لدى التلاميذ.

\* اختيار كمية الجهد أو تحقيق الأهداف المختارة دون إجهاد التلاميذ.

\* التناوب بين العمل الموجه و العمل الحر .

\* تسجيل النقاط التي يجب التركيز عليها في مذكرة الملاحظات.

### 2.3.2 مدة درس التربية البدنية والرياضية:

لقد خصص في برنامج التربية البدنية والرياضية حصتان في الأسبوع كل حصة ب45 دقيقة (2×45 د) (وزارة ، 1984)

### 3.3.2 محتوى درس التربية البدنية والرياضية :

إن محتوى درس التربية البدنية والرياضية لتلاميذ الطور الثالث يكون مبني على أساس الألعاب باختلافاتها وتنوعها من ناحية التنفيذ، المضمون ، الأهداف ، البعد التربوي ، البدني الحركي والنفسي مثل ( الكرة المتدرجة، التداول بالحواجز، خطف المناديل، والعاب الصيد والمطاردات وعلى حسب الفروق، والألعاب المصغرة التي هي الطريق الأكثر فعالية وحدائة في نفس الوقت)

وكل هذه الألعاب تهدف إلى تنمية (السرعة، التحمل، سرعة الاستجابة، والقياس

البصري الحركي والقدرات النفسية الحركية بصفة خاصة) (وزارة ، 1984).

## خلاصة الفصل

تهدف التربية البدنية إلى بلوغ الهدف المسطر مع مراعاة خصائص و مميزات تلاميذ هذه المرحلة وأعمالهم ومستواهم الدراسي وذلك بالتنوع في الألعاب تفاديا للملل والحفاظ على الهيكلة العامة للحصة.

لا يحظى الجانب التربوي لحصة التربية البدنية و الرياضية عادة بالاهتمام الكافي، وذلك حيث يتم فقط التركيز على الجوانب الفنية لحصة التربية الرياضية المرتبطة بالواجب التعليمي لها ، وأن الجانب التربوي في حصة التربية البدنية والرياضة لا يتم تخطيطه وتوجيهه بطريقة واعية و مسبقة من جانب المدرس.

تمهيد الفصل:

يعتبر أفلاطون من الأوائل الذين ذكروا ولاحظوا العلاقة بين اللعب والعمل حيث ذكر: "لا تدبروا الأولاد بالخشونة أو القوة ولكن وجهوهم للعمل عن طريق ما يسلي عقولهم وبذلك تصبحون أكثر قدرة على اكتشاف ذلك بعناية فائقة، وكذلك العبقرية الخاصة بكل واحد".

كما أنه سرد في كتابه الشهير: أنه يجب على الطفل في السن المبكر أخذ دور في جميع ألوان اللعب، لأنهم إن لم يحاطوا بمثل هذه البيئة فلن يصبحوا مواطنين صالحين عند الكبر.

دعي جان روسو أن يترك الأطفال للطبيعة لكي يتعلموا، ثم جاءت بعده ماريا منتسوري التي اعترفت بمبدأ أن اللعب وسيلة هامة جدا في تربية الأطفال فصممت عدد من الأجهزة لرياض الأطفال ، وكان هدفها الأول هو تدريب حواس الأطفال وتعليمهم الانتقال التلقائي من نشاط سهل إلى نشاط أكثر تعقيدا تحت إرشاد بسيط من المشرف أو المشرفة ولقد أنشأ كلا بارد وبياجيه معهد التربية في جنيف وأطلقوا عليه معهد (جان جاك روسو) عام 1914، ثم قاموا فيه قسم لتربية الأطفال الذين أعمارهم من 3 إلى 7 سنوات.

وكان النظام التعليمي فيه يقوم على الألعاب الحرة التي يقوم بها الطفل بدافع فطري، وتركوا الطفل يبحث عن الحقائق بنفسه بحرية تامة.

ونجد أن أهمية اللعب كبيرة للأطفال وخصوصا في مرحلة الحضانة ورياض الأطفال، بهذا يجب على العاملين في مجال التربية لهذه المرحلة معرفة المعاني التي يحتويها اللعب وكذلك الوظائف التي تقدم للطفل مع معرفة أنواع الألعاب التي يمارسها الطفل في مراحل النمو المختلفة حتى يمكن الاستطاعة من توجيههم التوجيه الصحيح الذي يؤدي إلى التعليم. (عويس، 1997، ص 75)

## 1.- مفهوم الألعاب الصغيرة :

الألعاب الصغيرة هي صنف من الألعاب التربوية، وهذه الأخيرة بدورها التي من أصنافها الألعاب التمهيدية، والألعاب الصغيرة، وهذا التصنيف يتيح خطوط عريضة تمكن المعلم أو المدرب من تقدير العوامل الشائعة في عدد من الألعاب بقدر كبير من التعميم أكثر من النظر إلى كل لعبة على أنها وحدة منفصلة.

الألعاب التمهيدية: يعرفها قوالب (Blake and volp) بأنها ألعاب فريق معدلة تتضمن إحدى المهارات الأساسية أو أكثر، كما تتضمن بعض القواعد والإجراءات المستخدمة في الألعاب الكبيرة للفريق، وتتلخص قيم الألعاب التمهيدية في: التعلم، التقدم، اللعب كفريق، المنافسة، المحتوى، النشاط، القابلية للتعديل.

الألعاب الصغيرة: يعتبر مدخل الألعاب الصغيرة أحد طرق تعليم الألعاب الرياضية الكبيرة، ومن خلالها يكتسب المتعلم المهارات بطريقة أسرع وأكثر تشويقا واستمتاعا وفهما، يقصد بالألعاب الصغيرة تلك الألعاب البسيطة التنظيم التي يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافسوا وفق قواعد ميسرة، ولا يقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم أدوات أو أجهزة أو بدونها (أنور الخولي، 1994، ص 75).

وقد عرفها "عبد المجيد شرف" على أنها ألعاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة في أدائها، يصاحبها البهجة والسرور وتحمل بين طياتها تنافس شريف في نفس الوقت، لا يحتوي على مهارات حركية مرتبة والقوانين التي يحكمها تتميز بالمرونة والسهولة والبساطة (شرف، 1995، ص120).

كما عرفها "عطيات محمد خطاب" على أنها مجموعة متعددة من ألعاب الكرات والألعاب التي تمارس باستخدام الأدوات الصغيرة وألعاب الرشاقة وما إلى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس، مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها وتكرارها عقب بعض الإيضاحات البسيطة (خطاب، 2013، ص33).

وعرفها أيضا "ألين وديع فرج" التي اعتبرها وسيلة تربوية فعالة في إثارة دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف، كما أنها تشبع حاجات الفرد إلى الشعور بالثقة بالنفس والقيمة والقوة (وديع ، 1987، ص ص293-294).

ومن خلال هذه التعاريف الموجزة المدرجة يمكننا القول بأن الألعاب الصغيرة في أبسط معنى لها أنها عبارة عن ألعاب غير محددة القوانين والشروط فهي مجالات مختلفة تساعد كل فرد سواء كان طفلا صغيرا أو راشدا على التعلم حسب قدراته الخاصة وإمكانياته ووفقا لميوله ورغباته الذاتية من أجل الإكساب والترويج والمتعة والسرور.

## 2.- مميزات الألعاب الصغيرة:

لا يشترط ممارستها طبقاً لقواعد وقوانين دولية معترف بها غداً لا يرتبط فيها زمن اللعب وعدد اللاعبين أو مساحة أو حجم ومكان اللعب أو مواصفات الأدوات المستخدمة بأية اشتراطات أو قواعد دولية.

سهولة تغيير قواعد وقوانين اللعبة بما يتناسب مع الظروف والمناسبات، أو بما يتلاءم ومحاولة تحقيق بعض الأهداف الترويحية المعينة، وفي كثير من الأحيان يمكن قيام اللاعبين أنفسهم بتحديد واختيار القوانين التي يرغبون في تطبيقها أثناء اللعب، عدم وجود مهارات حركية أو خطط ثابتة معينة لكل لعبة (خطاب، 2013، ص 43).

## 3.- أقسام الألعاب الصغيرة:

## 1.3 أقسامها من حيث طبيعتها:

تنقسم الألعاب من حيث طبيعتها إلى ألعاب تؤدي بواسطة أدوات ووسائل وأجهزة تتفاوت أهميتها من لعبة لأخرى وألعاب تؤدي بدون أدوات ووسائل.

## 2.3 أقسامها من حيث طبيعة نشاطها:

- ألعاب الغناء: مثل الألعاب التمثيلية، الحركية وألعاب الرقص.

- ألعاب الماء: مثل الألعاب التي تمارس في المياه باستخدام أدوات السباحة والقوارب.
- ألعاب الجري: مثل منافسات الجري والتتابعات والمطاردة والبحث عن المكان.
- ألعاب تدريب الحواس: مثل ألعاب الدقة والملاحظة وسرعة الاستجابة والانتباه.
- ألعاب الرشاقة: مثل منافسات الشد والدفع والتوازن وتغيير الاتجاه.
- ألعاب الخلاء: مثل الزحف والبحث والمطاردة واللمس والصيد.
- ألعاب الكرات: مثل الرمي والمسك والتصويب

(قاسم وآخرون، 1990، ص 32).

### 3.3 أقسامها من حيث القانون:

#### -ألعاب مبسطة القوانين:

وهي الألعاب الشعبية النابعة من البيئة التي تمارس في القرى والأماكن العامة والتي لا تحتاج إلى ملاعب خاصة وإنما يمكن تديرها بأبسط الإمكانيات وبما هو متوفر في البيئة المحلية وعلى أي أرض وفي أي مكان، كما إنها لا تتطلب مسبقاً أية استعدادات أو مهارات خاصة لمن يود ممارستها بل هي التي تربي المهارات وتمهد الاستعدادات كما أن هذه الألعاب تقسم ببساطة غداً أنه بوسع أي فرد أن يفهمها ويؤديها لأن القوانين التي



تحكمها سهلة وميسورة وبسيطة وهذه الخاصية تجعلها في متناول الجميع فلا يشعر بالعجز إزاءها وهذا ما يؤكد تنوعها وانتشارها عند كل الشعوب (كمال، 1998، ص 62).

#### -ألعاب منظمة تنظيماً أكثر:

وهي الألعاب التي تعد وتوضح وفقاً للإمكانيات المتوفرة في المؤسسة والتي تراعي مراحل النمو وطبيعة المكان وعدد التلاميذ، وخلال هذه الألعاب تقسم المجموعات وتحدد بطريقة حسب ما يتطلبه أداء كل لعبة، بحيث يكون هدفها واضح وقانوناً مبين، مع الالتزام بهذه القوانين والشروط كما يستطيع المعلم التحكم في هذه القوانين الموضوعية، بتغيرها حسب مستوى وقابلية التلاميذ.

وهي تضم مختلف سباقات تتابعات بين مجموعات والألعاب الجماعية التي تؤدي في وقت واحد، والألعاب التي تصاحبها الموسيقى والإيقاع وألعاب الكرات.

#### -ألعاب تحضيرية:

وهي الألعاب التي تختار لخدمة نوع معين من الألعاب الأساسية الكبيرة مثل كرة القدم، كرة السلة.... بحيث يوجه التلميذ خلالها مواقف متشابهة للمواقف التي ستقابلة في المباريات الأساسية وهي تنقسم إلى قسمين:

(أ) ألعاب تحضيرية وإعدادية: تكسب التلميذ اللياقة البدنية الخاصة بنوع معين

من الألعاب.

(ب) ألعاب تحضيرية وإعدادية: تكسب التلميذ مهارات حركية وأساسية لنوع معين

من الألعاب (قاسم وآخرون، 1990، ص 47).

#### 4. قيم وأعراض الألعاب الصغيرة:

تختلف الألعاب الصغيرة فيم بينها وتتباين ألوانها في ضوء بعض المتغيرات والعوامل كالسن والمرحلة التعليمية والجنس والإمكانات والهدف منها، كما أن اللعبة الواحدة يمكن أن يتغير هدفها من خلال ما يطلق عليه (حمل الأداء) أي بالتحكم في درجة السهولة والصعوبة أو التبسيط أو التعقيد الذي يتسم به الأداء وبشكل عام هناك بعض الأعراض الهامة التي تحققها الألعاب الصغيرة منها (أمين الخولي، 1994).

التشويق: حيث للأفراد الجاذبية التي تدفعهم للمشاركة بفعالية في النشاط الحركي، في مقابل التمرينات التقليدية التي قد تتسم الملل والرتابة.

-المرح والبهجة: تتيح الألعاب الصغيرة وسطا بهيجا ومرحا من خلال ظروف اللعب ومفارقاتها اللطيفة مما يظفي عليها بعدا ترويحيا.

-اللياقة الحركية: لأن الألعاب الصغيرة تعتمد بشكل أساسي على الصفات البدنية والحركات الأصلية وأنماطها الشائعة فإن ممارستها تتيح للمشاركين اكتساب المهارات والقدرات الحركية من خلال الممارسة المقننة.

-التفاعل الاجتماعي: يكتسب الأفراد المشتركون في الألعاب الصغيرة مهارات التعامل مع الجماعة واحترام وتقدير الآخرين، وتقبل القيم الاجتماعية كالتعاون والصدقة والإيثار.

-التدرج التعليمي: تساعد الألعاب الصغيرة في التدرج التعليمي للواجبات الحركية المتعلمة، حيث تنتقل بالمتعلم تدريجياً من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد.

-التكيف مع التسهيلات المتاحة: تعاني أغلب المدارس في الوطن العربي من نقص في المساحات والإمكانيات وتناسب معطيات الألعاب الصغيرة، وما تتميز به من قدر كبير من المرونة مع هذه الظروف، فهي تقدم قيماً تربوية وتعليمية في ظروف الحد الأدنى من التسهيلات.

- تنمية المعاقين: تعتبر الألعاب الصغيرة مادة خصبة للعمل ببرامج التربية الرياضية للمعاقين بمختلف أنواعهم ودرجاتهم ذلك لأنها لا تتطلب مستوى حركياً أو مهياً معيناً، كما أنها تتسم بالتبسيط مما يمنع عامل الخوف والتردد والإحجام عن المشاركة من نفس المعاق.

### 5. مبادئ اختيار واستخدام الألعاب الصغيرة:

المبادئ الأساسية التالية تساعد في اختيار واستخدام الألعاب الصغيرة .

فهم الغرض من اللعبة ومراعاة الظروف التالية: السن، الجنس، النمو.

- أن يكون هناك توافق بين غرض المعلم من اللعبة، ورغبة التلاميذ فيها، وتبرئ الغرض لاكتشاف قابليتهم البدنية والحركية.
- مراعاة سهولة تعلمها وبساطة قواعدها وأن تكون في حدود الإمكانيات المتوفرة بالمدرسة.
- مراعاة اشتراك جميع التلاميذ طيلة الوقت مع توفر عوامل السلامة وتأكيد اختيار الألعاب التربوية الهادفة.
- مراعاة قانون التدرج التعليمي للواجبات الحركية المتعلمة، حيث تنتقل بالمتعلم تدريجياً من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد بصفة عامة نبدأ بالألعاب البسيطة لنصل إلى الألعاب المعقدة.
- عدم الانتقال من لعبة إلى أخرى إلا بعد تأكد المعلم من أن جل التلاميذ قد أنجزوها واستوعبوا قوانينها بشكل جيد.
- العمل على تحقيق الراحة النفسية للتلاميذ وذلك بشرح اللعبة بالتفصيل قبل بدايتها.
- استشارة دوافع التلاميذ المتعلمين للمشاركة الجماعية في اللعبة.

- يجب أن تتلاءم أجهزة وأدوات الألعاب المقدمة مع قدرات الممارسين من حيث الاعتبارات التربوية المعروفة كالسن والجنس.
- ينبغي التحكم في الحمل الخاص باللعبة عن طريق تعديل وموائمة مواصفات واشتراطات اللعبة وبأي طريقة للمقابلة أهداف البرامج وقدرات التلاميذ.
- ينبغي أن يخطط لاستخدام الألعاب كي تسهم بفعالية في نمو وتنمية التلاميذ على مستوى الجوانب السلوكية المختلفة. (عدنان وآخرون، 1994، ص 45).

#### 6- أهمية الألعاب الصغيرة:

تمثل الألعاب الصغيرة خاصة واللعب بصفة عامة أهمية بالغة في النمو الطفولي وهذا ما يجعلنا نلاحظ أن الطفل يقوم أثناء اللعب بنشاطات يظنها سهلة في حين أنها ليست كذلك، ولكن هذه النشاطات تضر للصعوبات التي تنطوي عليها، كما تعتبر وسيلة جيدة للتدريب والضبط والنظام وطريقة ناجحة لتعليم اللغة إذ عن طريقها يتعرف الطفل على جميع الأشياء والألعاب والصور وسمى كل شيء باسمه ويحاول بتعابير مركزة شرح أفكاره وما يحوكم في صدره وما يراه خطأ أو صواباً (عواطف إبراهيم محمود، 1980).

كما أن الألعاب الصغيرة تعمل على إشباع ميل الأطفال في الحركة والنشاط وتدريب حواسهم، واكتسابهم القدرة على استخدامها كما أنها تساهم في امتصاص الانفعالات وتحقيق التوتر النفسي وتدريب عضلات اليد الصغيرة والكبيرة وتحقيق التوافق إضافة

إلى ذلك فإنها تساهم في تنمية سلوك التعاون وتبادل الرأي والمشاركة الجماعية وكيفية التعامل مع الآخرين والإحرام المتبادل والعناية بالملكات الشخصية وممتلكات الغير

(هدى محمود الناشف، 1993)

## خلاصة الفصل:

إن اختيار مهارات معينة أو ألعاب تمهيدية أو ألعاب الفرق يتوقف أولاً على تطور المهارات لدى التلاميذ ويجب على المعلم أو المربي أن يضع في الاعتبار الخبرات الرياضية المكتسبة خارج المدرسة وداخلها على حد سواء.

يجب أن تكون الأدوات الخاصة بالألعاب الصغيرة كافية لتجنب وقوف التلاميذ حول الملعب في انتظار دورهم، ويمكن زيادة عدد من الأدوات (الكرات، الملعب، الوسائل البيداغوجية... الخ) إذا ما أعطي المعلم العناية الصحيحة التي تطيل من عمر الأدوات القديمة

تمهيد:

بعد استعراض أهم المفاهيم النظرية الخاصة بمتغيري البحث ، سنتطرق في هذا الفصل إلى دراسة الميدانية ثانوية الشهيد بادي مكي زريبة الواد- بسكرة، لدراسة انعكاسات الالعب الصغيرة على التعلم والمهارات على أرض الواقع، وهذا من خلال ما تم الحصول عليه من المعلومات من خلال الاستبيان الذي قمنا بإعداده، وتوزيعه على عينة البحث المختارة.



### ❖ الدراسة الاستطلاعية للإجراءات الميدانية

بعدها تم تحضير الاستبيان وإعداده وتحكيمه، والقيام بمختلف الإجراءات الإدارية التي تخص الوثائق على مستوى إدارة المعهد قمنا بالاتصال بمدير الثانوية قصد الحصول على الموافقة على إجراء الزيارات الميدانية للمؤسسة، حيث تم فيها التعرف على كل المعلومات الخاصة بالثانوية، حيث تم تقديم كل التسهيلات من قبل المدير وكذا الموظفين بها.

### الدراسة الأساسية

#### ✓ منهج البحث

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة رأينا أن المنهج المناسب لدراسة ومن أجل تحقيق أهدافها هو استخدام المنهج الوصفي التحليلي، الذي يعتمد بدوره على الوصف الدقيق جدا للظاهرة محل الدراسة بحيث يتم جمع كل البيانات والأدلة لدراسة ظاهرة في الوقت الظاهر، أي: تحديد مكان الظاهرة (المجال الميداني) وتحديد الفترة الزمنية لها، العناصر (الوحدات) المعنية للظاهرة.

#### ✓ مجتمع وعينة الدراسة

كان مجتمع العينة مقصودا أما اختيار عناصر العينة فكان عشوائيا، و بعد معرفة الثانوية واطلاعا على قائمة التلاميذ من مختلف السنوات تم الاختيار العشوائي لهم

، فقد قدر عدد التلاميذ ب 100 تلميذا ، مقسمين الى 40 تلميذ السنة الثالثة و 30 تلميذ لسنة الثانية و 30 تلميذ الأولى. ، وتم توزيع الاستبانات عليهم من خلال الزيارات الميدانية، وبعد التطبيق الميداني للاستبانة حصلنا على 94 استبانة صالحة للتحليل الإحصائي.

ولقد تم استخدام الاستبانة في جمع البيانات المطلوبة وصممت هذه الاستبانة بما يتوافق مع متغيرات الدراسة، حيث تم توزيعها على عينة الدراسة ومن ثم تفرغها وتحليلها باستخدام الاختبارات الإحصائية المناسبة وذلك بهدف الوصول إلى دلالات ذات قيمة ومؤشرات تدعم موضوع الدراسة ويهدف اختبار الفرضيات والتوصل إلى النتائج وتقديم بعض التوصيات والاقتراحات.

### ✓ مجالات البحث

#### 1. المجال المكاني للبحث:

تنحصر الدراسة في مجال مكاني محدد مسبقا (ثانوية الشهيد بادي مكي زريبة الواد- بسكرة).

#### 2. المجال الزمني للبحث:

ان حدود البحث ددته إدارة المعهد في إطار برنامج انجاز مذكرة الماستر للسنة الجامعية 2021/2022.

✓ متغيرات البحث:

1. المتغير المستقل

يكن المتغير المستقل في الألعاب الصغيرة.

المتغير التابع

يكن المتغير التابع في التعلم والمهارات، حيث تنقسم في:

- القدرة على التصور
- القدرة على تركيز الانتباه
- الثقة بالنفس
- القدرة على الاسترخاء

✓ أداة الدراسة والاساليب الإحصائية

كانت الاستبانة المصدر الرئيسي لجمع البيانات والمعلومات لهذه الدراسة حيث تم صياغة مجموعة من الأسئلة ليقوم المبحوث بتسجيل إجابته عليها باختيار أحد الإجابات المقترحة في الاستبانة، وتم تقسيم الاستبانة إلى قسمين:

- القسم الأول : تضمن البيانات الشخصية المتعلقة بعينة الدراسة وتتكون من (03)

فقرات وهي (الجنس، العمر، المستوى الدراسي)

- القسم الثاني : وينقسم إلى أربعة محاور، حيث يمثل كل محور متغير من المتغيرات

الوسيط. وتضمن 16 عبارات.

وقد اعتمد في هذه الدراسة على المقياس الفئوي ليكارت الذي يستخدم وبدرجة كبيرة في

مجال قياس الاتجاهات بحيث يعبر عن درجة موافقة المستجيب على فقرة تعبر عن

اتجاه لقضية ما، وإن سلم ليكارت السداسي يتراوح من ( 1 الى 6) بحيث كلما اقتربت

الإجابة من (6) كلما كانت الموافقة بشكل أكثر.

### ✓ الأسس العلمية للأداة المستخدمة

#### 1. صدق أداة الدراسة

يقصد بصدق الاستبانة أن تقيس أسئلة الاستبانة ما وضعت وصممت لقياسه يعني

التأكد من أنها سوف تقيس ما أعدت لقياسه، كما يقصد بالصدق هو "شمول

الاستمارة لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها

ومفرداتها من ناحية ثانية بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمها "ويتم التأكد من

صدق أداة الدراسة من خلال:

-الصدق الظاهري: حيث تم عرض الاستبيان على الخبراء وتم تبنيه.

-صدق المحك: لقد تم الاعتماد على الجذر التربيعي لمعامل ألفا كرونباخ حيث أن صدق المحك يساوي إلى الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

## 2. ثبات أداة الدراسة

ويقصد به مدى الحصول على نفس النتائج لو كرر البحث في نفس الظروف أو في ظروف مشابهة، وباستخدام نفس الأداة، وللتحقق من ثبات أداة الدراسة استخدمنا معامل ألفا كرونباخ وتم قبول العبارات التي يكون معامل ثباتها أكبر من أو يساوي 0.6 .

## الصدق

تم استنتاج معامل الصدق المقياس انطلاقا من النتيجة النهائية لمعامل الثبات المحسوب للعينة الكلية وفق المعادلة التالية:معامل الصدق الذاتي يساوي جذر معامل الثبات أي:

معامل الصدق الذاتي = معامل الثبات

### ✓ الاساليب الإحصائية

بعد إدخال البيانات ومعالجتها بالحاسوب الآلي عن طريق برنامج (SPSS) ولتحقيق اهداف الدراسة وتحليل البيانات واختبار صحة الفرضيات، تم استخدام بعض الاساليب الإحصائية المناسبة وهي:

- جدول التوزيعات التكرارية والنسب المئوية: لتمثيل الخصائص الشخصية لأفراد مجتمع الدراسة.

- المتوسط الحسابي: هو من أهم مقاييس النزعة المركزية وأكثرها استخداما في وصف البيانات أو التوزيعات التكرارية المتجانسة لما يمتاز به من خصائص جيدة.

- الانحراف المعياري (Standard Deviation) : هو من أفضل مقاييس التشتت المطلق وأدقها، يتأثر بالقيم المتطرفة بصورة غير مباشرة كونه يعتمد عند إيجاد الوسط الحسابي.

- تحليل التباين للانحدار (Analysis of variance) : لقياس مدى صلاحية النموذج لدراسة الانحدار.

- تحليل الانحدار البسيط (Sample Regression): يستخدم للتحقق من أثر متغير مستقل واحد على متغير تابع واحد.

- اختبار ألفا كرونباخ (Cronbach alpha): وذلك لقياس ثبات أداة الدراسة أي مدى ثبات عباراتها.

- معامل صدق المحك: وذلك لقياس صدق أداة الدراسة (صدق العبارات).

- اختبار معامل الالتواء (Skewness) ومعامل التفلطح (kurtosis) : من أجل التحقق من التوزيع الطبيعي للبيانات.

- اختبار T للعينات المستقلة (Independent – samples.T.Test): للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي اتجاهات أفراد مجتمع الدراسة نحو محاور الدراسة باختلاف متغيراتهم التي تنقسم إلى فئتين.

- تحليل التباين الأحادي (one.way.Anova): للتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات اتجاهات أفراد مجتمع الدراسة نحو الدراسة باختلاف متغيراتهم الشخصية والوظيفية التي تنقسم إلى أكثر من فئتين.

تمهيد:

بعد دراستنا للجانب النظري ، وتحديد منهجية البحث ووسائله سنحاول في هذا الفصل الإلمام بمعطيات موضوع البحث وذلك بدراسة الميدانية حتى تكون النتائج المحصل عليها المنهجية العلمية وهذا بتحليل نتائج المقارنات المتمحورة أساسا على الفرضيات التي قمنا بتحديدتها، وقد قمنا في بداية هذا الفصل بعرض وتحليل نتائج الاستمارة الخاصة بخصائص العينة، وكان الغرض من ذلك وضع تمهيد لما سوف يتم التطرق اليه لاحقا حيث يمدنا تحليل بعض خصائص العينة بمعطيات تساعدنا على فهم أعمق لتلك النتائج المحصل عليها بعد تصحيح مقياس الدراسة وتفريغ نتائجه ، كما سنقوم بعد المعالجة الاحصائية لهذه المعطيات باتباع طريقة تحليل ومناقشة النتائج حتى نعرف مدى مصداقية الفرضيات الى أن نصل الى للاستنتاج العام لهذه الدراسة للخروج بخاتمة للبحث مع بعض الاقتراحات التي نراها مناسبة لخدمة الهدف من هذه الدراسة .



1- عرض وتحليل نتائج استمارة خصائص العينة :

- تتسم عينة الدراسة بعدة سمات وخصائص في ضوء بعض متغيرات البحث يمكن توضيحها في الجداول التالية :

جدول رقم (2): يوضح توزيع أفراد العينة وفق عامل الجنس :

| الجنس | العدد | النسبة المئوية |
|-------|-------|----------------|
| ذكر   | 40    | 42.55          |
| أنثى  | 54    | 57.45          |

نلاحظ من خلال الجدول رقم (3) أن أفراد العينة انقسمت الى 54 اناث بنسبة 57.45

% و 40 ذكر بنسبة 42.55 % من العين الكلية .

جدول رقم (3): يوضح توزيع أفراد العينة وفق عامل السن :

| السنوات | التكرار | النسبة  |
|---------|---------|---------|
| 16 سنة  | 13      | % 13.83 |
| 17 سنة  | 24      | %25.54  |
| 18 سنة  | 28      | %29.79  |
| 19 سنة  | 22      | %23.40  |
| 20 سنة  | 07      | %7.44   |

نلاحظ من خلال الجدول رقم (4) أن أفراد العينة مقسمين حسب السن، العينة الأولى 16 سنة بتكرار 13 وبنسبة 13.83% والعينة الثانية 17 سنة بتكرار 24 وبنسبة 25.54% ، والعينة الثالثة 18 سنة بتكرار 28 وبنسبة 29.79% ، والعينة الثالثة 19 سنة بتكرار 22 وبنسبة 23.40% ، العينة الرابعة 20 سنة بتكرار 07 وبنسبة 7.44% .

جدول رقم (4): يوضح توزيع أفراد العينة وفق عامل المستوى :

| النسبة | التكرار | المستوى         |
|--------|---------|-----------------|
| 27,65% | 26      | سنة أولى ثانوي  |
| 29.78% | 28      | سنة ثانية ثانوي |
| 41.48% | 39      | سنة ثالثة ثانوي |

نلاحظ من خلال الجدول توزيع الأفراد حسب المستوى ، السنة الأولى ثانوي بتكرار 26 وبنسبة 27.65% والسنة الثانية ثانوي بتكرار 28 وبنسبة 29.78% ، السنة الثالثة ثانوي بتكرار 39 وبنسبة 41.4% .

2/ عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الأولى :

جدول رقم (5): يبين نتائج عبارات بعد التصور:

| الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | تنطبق عليك بدرجة كبيرة جدا | تنطبق عليك بدرجة كبيرة | تنطبق عليك بدرجة متوسطة | تنطبق عليك بدرجة قليلة | تنطبق عليك بدرجة قليلة جدا | لا تنطبق عليك تماما | النسب والتكرارات | العبارات   |
|-------------------|-----------------|----------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------|----------------------------|---------------------|------------------|--|
| 1.62              | 3.87            | 19                         | 11                     | 38                      | 5                      | 7                          | 14                  | التكرار          | أستطيع أن أقوم بتصوير أي مهارة حركية في مخيلتي بصورة واضحة   |
|                   |                 | 20.2                       | 11.7                   | 40.4                    | 5.3                    | 7.4                        | 14.9                | النسبة           |  |
| 1.78              | 4.21            | 29                         | 22                     | 18                      | 6                      | 3                          | 16                  | التكرار          | أستطيع في مخيلتي تصور أدائي للحركات دون أن أقوم بأدائها فعلا |
|                   |                 | 30.9                       | 23.4                   | 19.1                    | 6.4                    | 3.2                        | 17                  | النسبة           |  |
| 1.87              | 4.25            | 43                         | 15                     | 16                      | 10                     | 6                          | 4                   | التكرار          | يصعب علي أن أتصور في مخيلتي ما سوف أقوم من أداء حركي         |
|                   |                 | 45.7                       | 16                     | 17                      | 10.6                   | 6.4                        | 4.3                 | النسبة           |  |
| 1.75              | 4.12            | 29                         | 16                     | 20                      | 10                     | 5                          | 14                  | التكرار          | أقوم دائما بعملية تصور                                       |

|  |  |      |    |      |      |     |      |        |  |
|--|--|------|----|------|------|-----|------|--------|--|
|  |  |      |    |      |      |     |      |        | لما سوف أقوم به من أداء في المنافسة التي سوف أشارك فيه |
|  |  | 30.9 | 17 | 21.3 | 10.6 | 5.3 | 14.9 | النسبة |  |

تحليل ومناقشة النتائج :

جدول رقم (6) : يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و كاف تربيع فيما

يخص بعد التصور العقلي

| التصور | تكرار | النسبة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط النموذجي | كاف تربيع المحسوبة | كاف تربيع الجدولة | Df | مستوى الدلالة | الدلالة |
|--------|-------|--------|-----------------|-------------------|------------------|--------------------|-------------------|----|---------------|---------|
| مرتفع  | 69    | 73.4   | 16.73           | 4.00              | 14               | 20.59              | 3.84              | 1  | 0.05          | دالة    |
| منخفض  | 25    | 26.6   |                 |                   |                  |                    |                   |    |               |         |

تحليل ومناقشة النتائج :

توضح نتائج الجدول أعلاه أن بعد التصور كان مرتفع بتكرار 69 ونسبة 73.4%

ومنخفض بتكرار 25 وبالنسبة 26.6% وبمتوسط حسابي 16.73 هذا بانحراف معياري

يقدر ب 4.00 وكان المتوسط النموذجي 14 وبمقارنة المتوسط الحسابي والمتوسط

النموذجي فان المتوسط الحسابي اكبر من المتوسط النموذجي  $16.73 > 14$ .

- أما فيما يخص قيمة  $K^2$  المحسوبة على مستوى هذا البعد والمقدرة ب 20.59 فقد كانت أكبر من المجدولة (20.59 < 3.84) وهذا عند درجة الحرية 1 و عند مستوى الدلالة (0.05) ، وهي تثبت وجود أثر الألعاب الصغيرة على مهارة التصور.

وبعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الأولى توصلنا في النهاية الى اثبات وجود أثر النشاط الألعاب الصغيرة على مهارة التصور العقلي ، أي أن الفرضية تحققت .

### 3/ عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الثانية :

#### جدول رقم (7) :يبين نتائج عبارات بعد الاسترخاء:

| الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | تنطبق عليك بدرجة كبيرة جدا | تنطبق عليك بدرجة كبيرة | تنطبق عليك بدرجة متوسطة | تنطبق عليك بدرجة قليلة | تنطبق عليك بدرجة قليلة جدا | لا تنطبق عليك تماما | النسب والتكرارات | العبارات   |
|-------------------|-----------------|----------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------|----------------------------|---------------------|------------------|--|
| 1.72              | 3.64            | 16                         | 20                     | 17                      | 12                     | 14                         | 15                  | التكرار          | أعرف جيدا كيف أقوم بالاسترخاء في الأوقات الحساسة في المباراة |
|                   |                 | 17                         | 21.3                   | 18.1                    | 12.8                   | 14.9                       | 16                  | النسبة           |  |
| 1.90              | 3.39            | 22                         | 11                     | 7                       | 18                     | 14                         | 22                  | التكرار          | عضلاتي تكون متوترة قبل اشتراكي في المنافسة                   |
|                   |                 | 23.4                       | 11.7                   | 7.4                     | 19.1                   | 14.9                       | 23.4                | النسبة           |  |

|      |      |      |      |      |      |      |      |         |   |
|------|------|------|------|------|------|------|------|---------|---|
| 1.84 | 3.45 | 21   | 8    | 18   | 14   | 12   | 21   | التكرار | من السهولة بالنسبة لي قدرتي على استرخاء عضلاتي قبل اشتراكي في المنافسة            |
|      |      | 22.3 | 8.5  | 19.1 | 14.9 | 12.8 | 22.3 | النسبة  |   |
| 1.79 | 3.75 | 21   | 17   | 16   | 15   | 5    | 19   | التكرار | من صفاتي الواضحة قدرتي على تهدئة واسترخاء نفسي بسرعة قبل اشتراكي في منافسة رياضية |
|      |      | 22.3 | 18.1 | 17   | 16   | 5.3  | 20.2 | النسبة  |   |

### تحليل ومناقشة النتائج

جدول رقم (8) : يبين نتائج الفرضية بعد الاسترخاء :

| الاسترخاء | تكرار | النسبة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط النموذجي | كاف تربيع المحسوبة | كاف تربيع الجدولة | Df | مستوى الدلالة | الدلالة  |
|-----------|-------|--------|-----------------|-------------------|------------------|--------------------|-------------------|----|---------------|----------|
| مرتفع     | 42    | 44.7   | 14.25           | 4.74              | 14               | 1.06               | 3.84              | 1  | 0.05          | غير دالة |
| منخفض     | 52    | 55.3   |                 |                   |                  |                    |                   |    |               |          |

توضح نتائج الجدول أعلاه أن بعد التصور كان مرتفع بتكرار 42 ونسبة 44.7%

ومنخفض بتكرار 52 وبالنسبة 55.3% وبمتوسط حسابي 14.25 هذا بانحراف معياري

يقدر ب 4.74 وكان المتوسط النموذجي 14 وبمقارنة المتوسط الحسابي والمتوسط النموذجي فان المتوسط الحسابي اكبر من المتوسط النموذجي  $14 < 14.25$  .

-أما فيما يخص قيمة  $K^2$  المحسوبة على مستوى هذا البعد والمقدرة ب 1.06 فقد كانت أقل من الجدولة ( $3.84 > 1.06$ ) وهذا عند درجة الحرية 1 وعند مستوى الدلالة (0.05) ، وهي لا تثبت وجود أثر الألعاب الصغيرة على مهارة الاسترخاء .

وبعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الثانية توصلنا في النهاية الى لا وجود لأثر الألعاب الصغيرة على مهارة الاسترخاء، أي أن الفرضية لم تحققت ، وهذا يبين عدم استخدام التلاميذ لمهارة الاسترخاء من قبل أو بالأحرى عدم تعرضهم لهذه المهارة ، وهذا ما يؤكد على أن مناهج التربية البدنية والرياضية لا يتضمن تدريب مهارة الاسترخاء في الطور الثانوي.

#### 4 / عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الثالثة :

#### جدول رقم (9) :يبين نتائج عبارات بعد تركيز الانتباه:

| العبارات                       | النسب والتكرارات | لا تنطبق عليك تماما | تنطبق عليك بدرجة قليلة جدا | تنطبق عليك بدرجة قليلة | تنطبق عليك بدرجة متوسطة | تنطبق عليك بدرجة كبيرة | تنطبق عليك بدرجة كبيرة جدا | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|--------------------------------|------------------|---------------------|----------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| أفكار كثيرة تدور في ذهني أثناء | التكرار          | 12                  | 14                         | 16                     | 13                      | 20                     | 19                         | 3.76            | 1.70              |

|      |      |      |      |      |      |      |      |         |   |
|------|------|------|------|------|------|------|------|---------|---|
|      |      | 20.2 | 21.3 | 13.8 | 17   | 14.9 | 12.8 | النسبة  | اشتراكي في<br>المباراة وتتدخل<br>في تركيز انتباهي |
| 1.71 | 4.02 | 28   | 14   | 17   | 9    | 19   | 7    | التكرار | يضايقي عدم<br>قدرتي على تركيز                     |
|      |      | 29.8 | 14.9 | 18.1 | 9.6  | 20.2 | 7.4  | النسبة  | انتباهي في<br>الأوقات<br>الحساسة من<br>المباراة   |
| 1.77 | 4.01 | 27   | 18   | 13   | 14   | 9    | 13   | التكرار | -مشككتي هي<br>فقداني للقدرة<br>على تركيز          |
|      |      | 28.7 | 19.1 | 13.8 | 14.9 | 9.6  | 13.8 | النسبة  | الانتباه في بغض<br>أوقات المباراة                 |
| 1.90 | 3.80 | 29   | 12   | 11   | 13   | 12   | 17   | التكرار | الأحداث<br>أو الضوضاء التي<br>تحدث خارج           |
|      |      | 30.9 | 12.8 | 11.7 | 13.8 | 12.8 | 18.1 | النسبة  | الملعب تساعد<br>على تشتيت<br>انتباهي في<br>الملعب |



تحليل ومناقشة النتائج :

جدول رقم (10) : يبين نتائج الفرضية بعد تركيز الانتباه :

| تركيز الانتباه | تكرار | النسبة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط النموذجي | كاف تربيع المحسوبة | كاف تربيع الجدولة | D f | مستوى الدلالة | الدلالة |
|----------------|-------|--------|-----------------|-------------------|------------------|--------------------|-------------------|-----|---------------|---------|
| مرتفع          | 57    | 60.6   | 15.60           | 5.10              | 14               | 4.25               | 3.84              | 1   | 0.05          | دالة    |
| منخفض          | 37    | 39.4   |                 |                   |                  |                    |                   |     |               |         |

توضح نتائج الجدول أعلاه أن بعد التصور كان مرتفع بتكرار 57 ونسبة 60.6% ومنخفض بتكرار 37 وبالنسبة 39.4% وبمتوسط حسابي 15.60 هذا بانحراف معياري يقدر ب 5.10 وكان المتوسط النموذجي 14 وبمقارنة المتوسط الحسابي والمتوسط النموذجي فان المتوسط الحسابي اكبر من المتوسط النموذجي  $15.60 > 14$  .

-أما فيما يخص قيمة  $K^2$  المحسوبة على مستوى هذا البعد والمقدرة ب 20.59 فقد كانت أكبر من الجدولة ( $3.84 < 4.25$ ) وهذا عند درجة الحرية 1 و عند مستوى الدلالة (0.05) وهي تثبت وجود أثر الألعاب الصغيرة على مهارة تركيز الانتباه .

وبعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الثالثة توصلنا في النهاية الى اثبات وجود أثر الألعاب الصغيرة على مهارة تركيز الانتباه ، أي أن الفرضية تحققت .

5/ تحليل ومناقشة النتائج الفرضية الرابعة :

جدول رقم (11) :يبين نتائج عبارات بعد الثقة بالنفس :

| الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | تنطبق عليك بدرجة كبيرة جدا | تنطبق عليك بدرجة كبيرة | تنطبق عليك بدرجة متوسطة | تنطبق عليك بدرجة قليلة | تنطبق عليك بدرجة قليلة جدا | لا تنطبق عليك تماما | النسب والتكرارات | العبارات   |
|-------------------|-----------------|----------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------|----------------------------|---------------------|------------------|--|
| 1.81              | 4.24            | 35                         | 15                     | 16                      | 8                      | 6                          | 14                  | التكرار          | أشترك في جميع المنافسات وأفكاري كلها تتضمن الثقة في نفسي                                     |
|                   |                 | 37.2                       | 16                     | 17                      | 8.5                    | 6.4                        | 14.9                | النسبة           |  |
| 1.87              | 4.25            | 40                         | 10                     | 13                      | 9                      | 9                          | 13                  | التكرار          | عندما لا تكون نتيجة المباراة في صالحني فان ثقتي في نفسي تقل كلما قاربت المباراة على الانتهاء |
|                   |                 | 42.6                       | 10.6                   | 13.8                    | 9.6                    | 9.6                        | 13.8                | النسبة           |  |
| 1.67              | 4.15            | 25                         | 22                     | 20                      | 7                      | 9                          | 11                  | التكرار          | - طوال فترة المنافسة أستطيع الاحتفاظ بدرجة عالية من ثقتي في نفسي                             |
|                   |                 | 26.6                       | 23.4                   | 21.3                    | 7.4                    | 9.6                        | 11.7                | النسبة           |  |
| 1.78              | 4.27            | 36                         | 14                     | 14                      | 12                     | 6                          | 12                  | التكرار          | أعاني من عدم ثقتي في أداء  |

|  |  |      |      |      |      |     |      |        |   |
|--|--|------|------|------|------|-----|------|--------|---|
|  |  |      |      |      |      |     |      | النسبة | بعض المهارات<br>الحركية أثناء<br>اشتراكي في<br>المنافسة |
|  |  | 38.3 | 14.9 | 14.9 | 12.8 | 6.4 | 12.8 |        |   |

تحليل ومناقشة النتائج :

جدول رقم (12) : يبين نتائج الفرضية بعد الثقة بالنفس

| الثقة<br>بالنفس | تكرار | النسبة | المتوسط<br>الحسابي | الانحراف<br>المعياري | المتوسط<br>النموذجي | كاف تربيع<br>المحسوبة | كاف<br>تربيع<br>المجدولة | Df | مستوى<br>الدلالة | الدلالة |
|-----------------|-------|--------|--------------------|----------------------|---------------------|-----------------------|--------------------------|----|------------------|---------|
| مرتفع           | 61    | 64.9   | 16.93              | 4.40                 | 14                  | 8.34                  | 3.84                     | 1  | 0.05             | دالة    |
| منخفض           | 33    | 35.1   |                    |                      |                     |                       |                          |    |                  |         |

توضح نتائج الجدول أعلاه أن بعد التصور كان مرتفع بتكرار 61 ونسبة 64.9%

ومنخفض بتكرار 33 وبالنسبة 35.1% وبمتوسط حسابي 16.93 هذا بانحراف معياري

يقدر ب 4.40 وكان المتوسط النموذجي 14 وبمقارنة المتوسط الحسابي والمتوسط

النموذجي فان المتوسط الحسابي اكبر من المتوسط النموذجي  $14 < 16.93$

-أما فيما يخص قيمة  $K^2$  المحسوبة على مستوى هذا البعد والمقدرة ب 8.34 فقد كانت

أكبر من المجدولة ( $3.84 < 8.34$ ) وهذا عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة (0.05) ،

وهي تثبت وجود أثر الألعاب الصغيرة على مهارة الثقة بالنفس.

وبعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الرابعة توصلنا في النهاية الى اثبات وجود أثر الألعاب الصغيرة على مهارة الثقة بالنفس ، أي أن الفرضية تحققت .

#### 6- عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية العامة :

جدول رقم (13) :يبين نتائج الفرضية العامة المهارات :

| المهارات | تكرار | النسبة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط النموذجي | كاف تربيع المحسوبة | كاف تربيع الجدولة | Df | مستوى الدلالة | الدلالة |
|----------|-------|--------|-----------------|-------------------|------------------|--------------------|-------------------|----|---------------|---------|
| مرتفع    | 57    | 60.6   | 63.70           | 12.71             | 54               | 4.25               | 3.84              | 1  | 0.05          | دالة    |
| منخفض    | 37    | 39.4   |                 |                   |                  |                    |                   |    |               |         |

توضح نتائج الجدول أعلاه أن تأثير الألعاب الصغيرة على التعلم والمهارات كان مرتفع بتكرار 57 ونسبة 60.6% ومنخفض بتكرار 37 وبالنسبة 39.4% وبمتوسط حسابي 63.70 هذا بانحراف معياري يقدر ب 12.71 وكان المتوسط النموذجي 54 وبمقارنة المتوسط الحسابي والمتوسط النموذجي فان المتوسط الحسابي اكبر من المتوسط النموذجي  $63.70 > 54$  .

-أما فيما يخص قيمة  $K^2$  المحسوبة على مستوى هذا البعد والمقدرة ب 4.25 فقد كانت أكبر من الجدولة (3.84 < 4.25) وهذا عند درجة الحرية 1 و مستوى الدلالة (0.05) ، وهي تثبت وجود أثر الألعاب الصغيرة على التعلم والمهارات.

نخلص من هذه الدراسة ما يلي:

### النتائج

تهدف التربية البدنية إلى بلوغ الهدف المسطر مع مراعاة خصائص و مميزات تلاميذ هذه المرحلة وأعمالهم ومستواهم الدراسي وذلك بالتنوع في الألعاب تفاديا للملل والحفاظ على الهيكلة العامة للحصة.

لا يحظى الجانب التربوي لحصة التربية البدنية و الرياضية عادة بالاهتمام الكافي، وذلك حيث يتم فقط التركيز على الجوانب الفنية لحصة التربية الرياضية المرتبطة بالواجب التعليمي لها ، وأن الجانب التربوي في حصة التربية البدنية والرياضة لا يتم تخطيطه وتوجيهه بطريقة واعية و مسبقة من جانب المدرس.

إن اختيار مهارات معينة أو ألعاب تمهيدية أو ألعاب الفرق يتوقف أولاً على تطور المهارات لدى التلاميذ ويجب على المعلم أو المربي أن يضع في الاعتبار الخبرات الرياضية المكتسبة خارج المدرسة وداخلها على حد السواء.

يجب أن تكون الأدوات الخاصة بالألعاب الصغيرة كافية لتجنب وقوف التلاميذ حول الملعب في انتظار دورهم، ويمكن زيادة عدد من الأدوات (الكرات، الملعب، الوسائل البيداغوجية...الخ) إذا ما أعطي المعلم العناية الصحيحة التي تطيل من عمر الأدوات

القديمة

وبعد عرض ومناقشة النتائج المتحصل عليها والخاصة بتلاميذ المرحلة الثانوية يتبين لنا أنه من خلال نتائج الفرضية الأولى على وجود أثر الألعاب الصغيرة على مهارة التصور وهو ما يؤكد صحة الفرضية الأولى .

– كما يتبين لنا من خلال نتائج الفرضية الثانية لا وجود أثر الألعاب الصغيرة على مهارة الاسترخاء وهو ما ينفي صحة الفرضية الثانية .

– كما يتبين لنا من خلال نتائج الفرضية الثالثة وجود أثر الألعاب الصغيرة على مهارة تركيز الانتباه وهو ما يؤكد صحة الفرضية الثالثة .

– كما يتبين لنا من خلال نتائج الفرضية الرابعة وجود أثر الألعاب الصغيرة على مهارة الثقة بالنفس وهو ما يؤكد صحة الفرضية الرابعة .

– ومنه ومما سبق ذكره وبعد التحقق من صحة الفرضيات الجزئية المقترحة في بداية الدراسة نستطيع القول بأن الفرضية العامة والتي تقول: هناك أثر الألعاب الصغيرة على التعلم والمهارات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية قد تحققت .

التوصيات

تفعيل الألعاب الصغيرة في المؤسسات التربوية في الجزائر، لما فيها من فوائد لتنمية عملية التعلم والمهارات لدى التلميذ.

- 01 / أثير صبري ،عقيل عبد الله الكاتب، التدريب الدائري، مطبعة علاء، بغداد، 1980.
- 02 / احمد أمين فوزي، مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة،2003.
- 03 / أمين أنور الخولي، التربية الرياضية المدرسية، ط3، 1994.
- 04 / أمينة إبراهيم شلبي، مصطفى حسين باهي، الدافعية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة  
1999.
- 05 / أسامة كامل الراتب، علم النفس الرياضة، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1997.
- 06 / تآمر محسن واثق تاجي، كرة القدم وعناصرها الأساسية، المطبعة الجامعية،  
بغداد،1976.
- 07 / تشارلز يوتشر، أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض، كمال صالح، مكتبة الانجلو  
مصرية، القاهرة، 1964.
- 08 / حنفي محمود مختار، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، 1974.
- 09 / حنفي محمود مختار، كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، 1974.
- 10 / حسين بدري قاسم، نظرية التربية البدنية، المطبعة الجامعية، 1979.



- 11/ خواري أنطوان، طالب الكفاءة التربوية، دار الكتب البيضاء، لبنان، 1978.
- 12/ كورت ماينل، التعلم الحركي، ترجمة عبد علي نصيف، ط1، بغداد، 1980.
- 13/ محمد مصطفى زيدان، النمو النفسي للطفل والمراهق ونظريات الشخصية، دار الشروق القاهرة، 1980.
- 14 / محمد مصطفى زيدان، محمد السيد الشر بيني، سيكولوجية النمو، مكتبة النهضة المصرية القاهرة، 1992.
- 15 / محمد حسن علاوة، علم النفس الرياضي، ط5، دار المعارف، القاهرة، 1983.
- 16 / محمد صادق غسان، الصفار سامي، التربية البدنية والرياضة، دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل، 1988.
- 17/ محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، الطبعة الثانية، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية 1992.
- 18 / مهنا فايز، التربية البدنية الجديدة، طرابلس للتراجم والنشر، ليبيا، 1985.
- 19 / مصطفى فهمي، التكيف النفسي، القاهرة، مكتبة مصر، 1988.
- 20 / مفتي إبراهيم حماد، بناء فريق كرة القدم، دار الفكر العربي، ط1، 1993.

21/ محمد أزهر السماك وآخرون، الأصول في البحث العلمي ، دار الحكمة للطباعة والنشر  
الموصل، 1989 .

22/ مقدم عبد الحفيظ ، الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ، ديوان المطبوعات الجامعية  
الجزائر 1993.

23/ محمد صبحي حسانين، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط 4 ، دار الفكر  
العربي، 2001.

24 / نبيل عبد الهادي، النمو المعرفي عند الطفل، دار وائل للنشر، ط1، عمان، 1999.

25 / نجم الدين علي مروحان، سيكولوجية اللعب في مرحلة الطفولة المبكرة، بدون سنة.

26 / نوار رشيد رويح، كمال عثمان عبد القادر، دراسة مدى تأثير اللعب الموجه في رياضة  
الأطفال على تلاميذ السنة الأولى أساسي أثناء حصص التربية البدنية والرياضة، مذكرة ليسانس  
جامعة الجزائر، 1992.

28 / سعد جلال، محمد حسن علاوة، علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف ط7،  
القاهرة 1996.

29 / عاقر فاخر، علم النفس التربوي، دار العلم للملايين، ط6، بيروت، 1980.

30 / عبد الرحمان عيساوي، سيكولوجية النمو ودراسة النمو النفسي الاجتماعي نحو الطفل المراهق، دار النهضة العربية، بيروت، 1992.

31 / عبد العزيز ألقوسي، الصحة النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1984.

32 / عدنان عرفان مصلح، التربية في رياض الطفل، دار الفكر للنشر والتوزيع، 1995.

33 / عزيزة سماره و آخرون، سيكولوجية الطفولة، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، 1992.

34 / عطيات محمد خطاب، أوقات الفراغ والترفيه، ط 1، 1990.

35 / عماد الدين إسماعيل، الأطفال ميراث المجتمع، دار العلم، الكويت، 1986.

36 / علي عبد الواحد واقفي، بحوث في علم الاجتماع التربوي والأخلاقي، دار النهضة للطبع والنشر، بدون سنة.

37 / عضاضة احمد مختار، التربية التطبيقية في المدارس الابتدائية والتكميلية مؤسسة الشرق الاوسط للطباعة والنشر، لبنان، 1962.

38 / عواطف أبو العلاء، التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية، مطبعة النهضة القاهرة، 1996.

39 / وديع فرج الين، خبرات في الالعب للصغاروالكبار, منشاة المعارف, الاسكندرية,  
1996.

40 / وزارة الشباب والرياضة، قانون التربية البدنية والرياضة، طبعة جريدة الشعب الجزائري  
الباب الأول، المبادئ العامة.

41 / قاسم المندلاوي وآخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية دارا لفكر  
العربي، 1990.

42 / قاسم حسن حسين، منصور جميل العنكي، اللياقة البدنية وطرق تحقيقها، مطبعة التعليم  
العالي، بغداد، 1988.

43 / قاسم حسن حسين، قيس ناجي عبد الجبار، مكونات الصفات الحركية، المطبعة الجامعية  
بغداد، 1984.

44 / قري عبد الغني وآخرون، أهمية استعمال الألعاب المصغرة لتنمية القدرات الحركية والنفسية  
لتلاميذ الطور الثاني (9-12) سنة مذكرة ليسانس، ص 41 (2004).

45 / قيس ناجي عبد الجبار، شامل كامل محمد، مبادئ الإحصاء في التربية البدنية،  
بغداد، 1988 ص 53.

46/ صلاح السيد قادوس، الأسس العلمية الحديثة في رياضة الملاكمة، دار الفكر العربي ، ط1 1977.

47/ رحموني الجيلالي وآخرون، مكانة الألعاب الصغيرة في درس التربية البدنية والرياضة، دار هومة، الجزائر، 1997.

الملحق رقم (01): الاستبيان.

أولاً: البيانات الشخصية

1- الجنس:

ذكر أنثى

2- العمر:

ضع كم عمرك في الخانة

3- المستوى:

ثانية ثانوي

أولى ثانوي

ثالثة ثانوي

ثانيا: الأسئلة النظرية

الرجاء وضع العلامة (x) أمام الإجابة المناسبة حسب رأيك؟

المحور الأول: بعد التصور:

| التنطبق عليك<br>بدرجة كبيرة<br>جدا | التنطبق عليك<br>بدرجة كبيرة | التنطبق عليك<br>بدرجة<br>متوسطة | التنطبق عليك<br>بدرجة قليلة | التنطبق<br>عليك<br>بدرجة قليلة<br>جدا | لا تنطبق<br>عليك تماما | العبارات  |
|------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------|------------------------|---|
|                                    |                             |                                 |                             |                                       |                        | أستطيع أن أقوم<br>بتصور أي مهارة<br>حركية في مخيلتي<br>بصورة واضحة    |
|                                    |                             |                                 |                             |                                       |                        | أستطيع في مخيلتي<br>تصور أدائي للحركات<br>دون أن أقوم بأدائها<br>فعلا |
|                                    |                             |                                 |                             |                                       |                        | يصعب علي أن<br>أتصور في مخيلتي ما<br>سوف أقوم من أداء<br>حركي         |

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  | أقوم دائما بعملية<br>تصور لما سوف أقوم<br>به من أداء في المنافسة<br>التي سوف أشارك فيه |
|  |  |  |  |  |  |  |

المحور الثاني: بعد بعد الاسترخاء

| تنطبق<br>عليك<br>بدرجة كبيرة<br>جدا | تنطبق<br>عليك<br>بدرجة<br>كبيرة | تنطبق عليك<br>بدرجة<br>متوسطة | تنطبق<br>عليك<br>بدرجة<br>قليلة | تنطبق<br>عليك<br>بدرجة قليلة<br>جدا | لا تنطبق<br>عليك<br>تماما | العبارات   |
|-------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|---------------------------|--|
|                                     |                                 |                               |                                 |                                     |                           | أعرف جيدا كيف أقوم<br>بالاسترخاء في الأوقات<br>الحساسة في المباراة           |
|                                     |                                 |                               |                                 |                                     |                           | عضلاتي تكون متوترة قبل<br>اشتراكي في المنافسة                                |
|                                     |                                 |                               |                                 |                                     |                           | من السهولة بالنسبة لي قدرتي<br>على استرخاء عضلاتي قبل<br>اشتراكي في المنافسة |



|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  | من صفاتي الواضحة قدرتي<br>على تهدئة واسترخاء نفسي<br>بسرعة قبل اشتراكي في<br>منافسة رياضية |
|  |  |  |  |  |  |  |

المحور الثالث: بعد تركيز الانتباه:

| العبارات   | لا تنطبق عليك تماما | تنطبق عليك بدرجة قليلة جدا | تنطبق عليك بدرجة قليلة | تنطبق عليك بدرجة متوسطة | تنطبق عليك بدرجة كبيرة | تنطبق عليك بدرجة كبيرة جدا |
|--|---------------------|----------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------|----------------------------|
| أفكار كثيرة تدور في ذهني أثناء اشتراكي في المباراة وتتدخل في تركيز انتباهي |                     |                            |                        |                         |                        |                            |
| يضايقني عدم قدرتي على تركيز انتباهي في الأوقات الحساسة من المباراة         |                     |                            |                        |                         |                        |                            |
| -مشكلتي هي فقداني  |                     |                            |                        |                         |                        |                            |

|  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  | للقدرة على تركيز<br>الانتباه في بعض أوقات<br>المباراة                                  |
|  |  |  |  |  |  | الأحداث أو الضوضاء<br>التي تحدث خارج<br>الملعب تساعد على<br>تشثيت انتباهي في<br>الملعب |

المحور الرابع: بعد الثقة بالنفس :

| تنطبق<br>عليك<br>بدرجة كبيرة<br>جدا | تنطبق<br>عليك<br>بدرجة كبيرة | تنطبق عليك<br>بدرجة<br>متوسطة | تنطبق<br>عليك<br>بدرجة قليلة | تنطبق<br>عليك<br>بدرجة قليلة<br>جدا | لا تنطبق<br>عليك تماما | العبارات  |
|-------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------------------|------------------------|---|
|                                     |                              |                               |                              |                                     |                        | أشترك في جميع<br>المنافسات وأفكاري<br>كلها تتضمن الثقة في<br>نفسي |
|                                     |                              |                               |                              |                                     |                        | عندما لا تكون نتيجة   |

|  |  |  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|--|--|---|
|  |  |  |  |  |  | المباراة في صالحه فان<br>ثقتي في نفسي تقل<br>كلما قاربت المباراة<br>على الانتهاء  |
|  |  |  |  |  |  | - طوال فترة المنافسة<br>أستطيع الاحتفاظ<br>بدرجة عالية من ثقتي<br>في نفسي         |
|  |  |  |  |  |  | أعاني من عدم ثقتي في<br>أداء بعض المهارات<br>الحركية أثناء اشتراكي<br>في المنافسة |
|  |  |  |  |  |  |   |

تقبلوا منا فائق الشكر والتقدير لتكرمكم بالإجابة على أسئلة هذه الاستبانة

شوارع

إكمالية الشيشة وعلو الوادي

طوله 60 متر  
عرضه 24 متر  
مساحة 1440 متر

ش

مقر دائرة  
زرينية الوادي

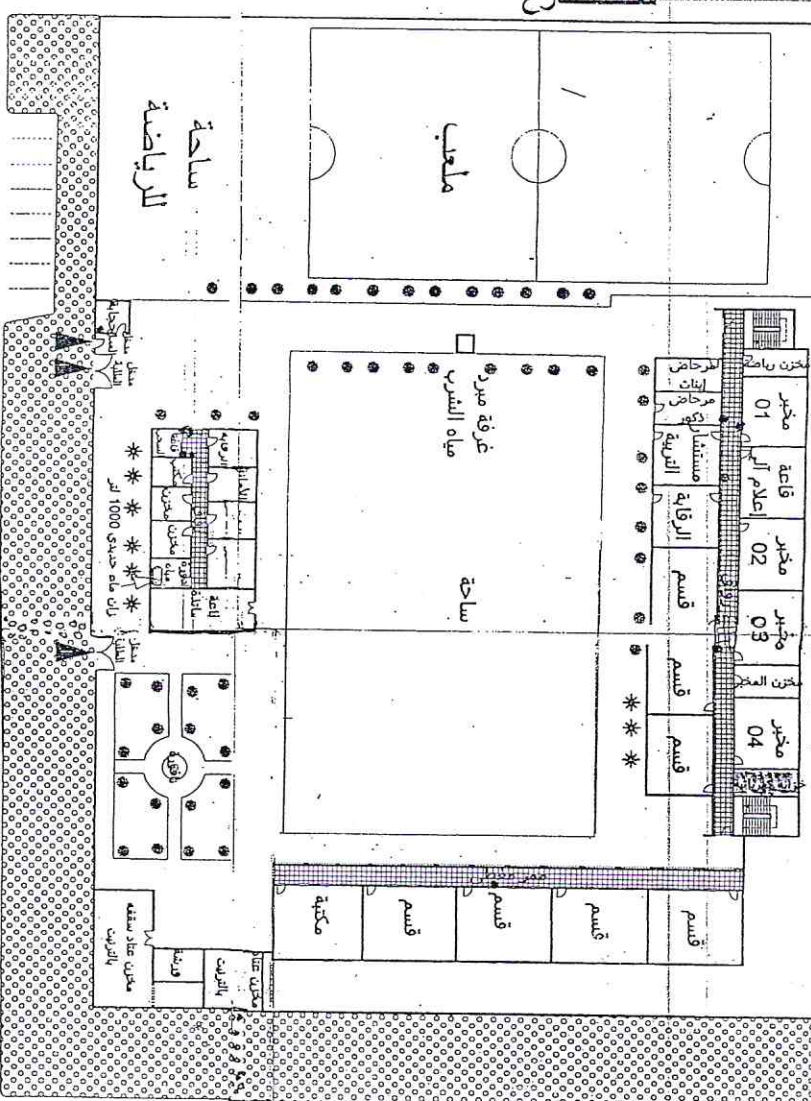
مسكن فردي  
مسكن +  
محللات تجارية

نحو الطريق الوطني رقم 83

إكمالية شرقية مكى زرينية الوادي

سكنات

محللات + سكنات



المدرسة الابتدائية الاخوة بلقاسمي

محللات + سكنات

- قارورة إطفاء ماء
- قارورة CO2
- مداخل المؤسسة

- خزان ماء حديدي سعته 1000 لتر
- غرفة مرور مياه الشرب ( خزان ماء بلاستيكي سعته 1000 لتر
- خزائن الكهرباء

- المخططات
- مخطط تهيئة المؤسسة
- طابق أرضي

تصميم: 03/04/1978 - رقم: 038/70-30-80

هاتف: 038/70-30-80

صاحب المشروع

ملف

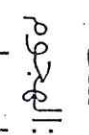
ولاية تبسة

ثابو بادى مكى زرينية

النشيرة

الهجوم

الولاية: زرينية الوادي



الولاية: زرينية الوادي

## الإحصاء العام للتلاميذ

|     |     | إناث | ذكور | إناث | ذكور | الكل                  | الفوج التربوي                       |
|-----|-----|------|------|------|------|-----------------------|-------------------------------------|
| 190 | 70  | 43   | 27   | 15   | 9    | 24                    | أولى جدع مشترك آداب 1 ف1            |
|     |     |      |      | 11   | 10   | 21                    | أولى جدع مشترك آداب 1 ف2            |
|     |     |      |      | 17   | 8    | 25                    | أولى جدع مشترك آداب 2               |
|     | 120 | 82   | 38   | 20   | 12   | 32                    | أولى جدع مشترك علوم وتكنولوجيا 1 ف1 |
|     |     |      |      | 20   | 10   | 30                    | أولى جدع مشترك علوم وتكنولوجيا 1 ف2 |
|     |     |      |      | 22   | 7    | 29                    | أولى جدع مشترك علوم وتكنولوجيا 2    |
|     |     |      |      | 20   | 9    | 29                    | أولى جدع مشترك علوم وتكنولوجيا 3    |
| 187 | 68  | 40   | 28   | 14   | 9    | 23                    | ثانية آداب وفلسفة 1 ف1              |
|     |     |      |      | 13   | 9    | 22                    | ثانية آداب وفلسفة 1 ف2              |
|     |     |      |      | 13   | 10   | 23                    | ثانية آداب وفلسفة 2                 |
|     | 102 | 63   | 39   | 15   | 11   | 26                    | ثانية علوم تجريبية 1 ف1             |
|     |     |      |      | 17   | 8    | 25                    | ثانية علوم تجريبية 1 ف2             |
|     |     |      |      | 16   | 9    | 25                    | ثانية علوم تجريبية 2                |
|     |     |      |      | 15   | 11   | 26                    | ثانية علوم تجريبية 3                |
| 17  | 2   | 15   | 2    | 15   | 17   | ثانية تسيير واقتصاد 1 |                                     |
| 235 | 82  | 55   | 27   | 18   | 9    | 27                    | ثالثة آداب وفلسفة 1 ف1              |
|     |     |      |      | 20   | 7    | 27                    | ثالثة آداب وفلسفة 1 ف2              |
|     |     |      |      | 17   | 11   | 28                    | ثالثة آداب وفلسفة 2                 |
|     | 122 | 73   | 49   | 14   | 10   | 24                    | ثالثة علوم تجريبية 1 ف1             |
|     |     |      |      | 17   | 8    | 25                    | ثالثة علوم تجريبية 1 ف2             |
|     |     |      |      | 12   | 11   | 23                    | ثالثة علوم تجريبية 2 ف1             |
|     |     |      |      | 14   | 10   | 24                    | ثالثة علوم تجريبية 2 ف2             |
|     |     |      |      | 16   | 10   | 26                    | ثالثة علوم تجريبية 3                |
|     | 31  | 12   | 19   | 7    | 9    | 16                    | ثالثة تسيير واقتصاد 1               |
|     |     |      |      | 5    | 10   | 15                    | ثالثة تسيير واقتصاد 2               |
| 612 | 612 | 370  | 242  | 612  |      |                       |                                     |

2022-02-22

زريرة الوادي في

المدير



## ثانوية الشهيد بادي مكي زربية الوادي

درنون م رضوان

التوقيت الاسبوعي للاستاذ



|                       | الأحد             | الاثنين | الثلاثاء | الأربعاء          | الخميس            |
|-----------------------|-------------------|---------|----------|-------------------|-------------------|
| 1<br>8:00 - 9:00      | ت ببقية<br>1ف_1ع2 |         |          | ت ببقية<br>1ف_1ع3 | ت ببقية<br>1ف_1إ2 |
| 2<br>9:00 - 10:00     | ت ببقية<br>2ف_1ع2 |         |          | ت ببقية<br>2ف_1ع3 | ت ببقية<br>2ف_1إ2 |
| 3<br>10:00 - 11:00    | ت ببقية<br>2ع2_   |         |          | ت ببقية<br>1ف_2ع3 |                   |
| 4<br>11:00 - 12:00    | ت ببقية<br>3ع2    |         |          | ت ببقية<br>2ف_2ع3 |                   |
| 5<br>12:00 - 13:00    |                   |         |          |                   |                   |
| راحة<br>13:00 - 13:30 |                   |         |          |                   |                   |
| 6<br>13:30 - 14:30    |                   |         |          |                   | ت ببقية<br>2إ3    |
| 7<br>14:30 - 15:30    |                   |         |          |                   | ت ببقية<br>3ع3_   |
| 8<br>15:30 - 16:30    |                   |         |          | ت ببقية<br>2      |                   |
| 9<br>16:30 - 17:30    |                   |         |          | ت ببقية<br>2إ2_   |                   |

المدير

زربية الوادي في :

## ثانوية الشهيد بادي مكي زربية الوادي

ساعد عبد الحليم

التوقيت الاسبوعي للاستاذ



| الأحد                 | الاثنين                      | الثلاثاء           | الأربعاء | الخميس |
|-----------------------|------------------------------|--------------------|----------|--------|
| 1<br>8:00 - 9:00      | ت بنية<br>1 ا 1<br>3 ا 1     | ت بنية<br>1 ف_ 111 |          |        |
| 2<br>9:00 - 10:00     | ت بنية<br>2 ا 1<br>3 ا 1     | ت بنية<br>2 ف_ 111 |          |        |
| 3<br>10:00 - 11:00    | ت بنية<br>1 ف_ 113           |                    |          |        |
| 4<br>11:00 - 12:00    | ت بنية<br>2 ف 113            |                    |          |        |
| 5<br>12:00 - 13:00    |                              |                    |          |        |
| راحة<br>13:00 - 13:30 |                              |                    |          |        |
| 6<br>13:30 - 14:30    |                              |                    |          |        |
| 7<br>14:30 - 15:30    | ت بنية<br>2 ف_ 1ع1<br>2 ا 1_ | ت بنية<br>2ع1_     |          |        |
| 8<br>15:30 - 16:30    | ت بنية<br>1 ف_ 1ع1<br>2 ا 1_ | ت بنية<br>3ع1_     |          |        |
| 9<br>16:30 - 17:30    |                              |                    |          |        |

المدير

زربية الوادي في :

## بطاقة تقنية للمؤسسة

|                                   |                                 |            |                             |  |                            |
|-----------------------------------|---------------------------------|------------|-----------------------------|--|----------------------------|
| 0715079555                        | رقم الضمان<br>الإجتماعي للمؤسسة | 07012      | الرمز البريدي               | ثانوية بادي مكي بن<br>عبد القادر زربية<br>الوادي | التسمية الرسمية            |
| 337012/13                         | رقم الحساب<br>البريدي الجاري    | 033637137  | الهاتف                      | زربية الوادي                                     | الدائرة                    |
| 20/114                            | رقم حساب<br>الخزينة             | 00537      | رقم التسجيل                 | زربية الوادي                                     | البلدية                    |
| رقسم: 18<br>بتاريخ:<br>1992/10/18 | الجمعية الثقافية<br>والرياضية   | 1992/05/12 | تاريخ الإفتتاح من<br>اللجنة | بسكرة  | الولاية                    |
| 1991/11/14                        | تاريخ الإفتتاح<br>كملاحقة       | خارجي      | النوع                       | ثانوية بادي مكي بن<br>عبد القادر زربية<br>الوادي | التسمية الوظيفية           |
| 1000 م <sup>2</sup>               | المساحة المبنية                 | 06         | القاعدة                     | 9900 م <sup>2</sup>                              | المساحة الكلية             |
| 0 592 0715 50399 15               | رقم التعريف<br>الإحصائي         | مختلطة     | الصفة                       | 1992/05/12<br>رقم : 53 م ت 92                    | قرار التسمية               |
| 08                                | عدد المكاتب<br>الإدارية         | 04         | عدد المخابر                 | 18   | عدد قاعات<br>التدريس       |
| 0711001 5                         | رمز المؤسسة<br>لحوادث التلاميذ  | 18         | عدد الحجرات                 | 03   | عدد المساكن<br>الإلزامية   |
|                                   |                                 | 01<br>01   | قاعة الإعلام الألي<br>مكتبة |  | الأنفواج التربوية          |
| 04                                | السنة الثالثة<br>ثانوي علوم     | 03         | السنة الثانية<br>ثانوي علوم | 03   | السنة الأولى ثانوي<br>علوم |
| 02                                | السنة الثالثة<br>ثانوي آداب     | 02         | السنة الثانية<br>ثانوي آداب | 02   | السنة الأولى ثانوي<br>آداب |
| 01                                | تسيير و<br>إقتصاد               | 01         | تسيير و إقتصاد              |  |                            |
| 07                                | المجموع                         | 06         | المجموع                     | 05   | المجموع                    |





الملخص:

يعتبر موضوع الألعاب الرياضية في المدرسة بصفة عامة والألعاب الصغير موضوعا حيويا يحظى باهتمام بارزا باعتباره اتجاها جديدا في المناهج المعاصرة، حيث يتطلب تطبيقها توافر العديد من الإمكانيات بهدف تقديم مردود جيد، وتحقيق مستوى مرتفع لاكتساب المهارة لدى التلاميذ، ولقد توصلت الدراسة الميدانية لحالة ثانوية الشهيد بادي مكي بزريبة الواد- ولاية بسكرة الى ان هناك اثر للألعاب الصغير على التعلم والمهارات .

Abstract:

The subject of sports games in school in general and small games is a vital topic that receives prominent attention as it is a new trend in contemporary curricula, where its application requires the availability of many capabilities in order to provide a good return and achieve a high level of skill acquisition for students, and the field study of the case of Shahid Badi High School Makki, in El Oued, Biskra Province, that there is an effect of small games on learning and skills..