

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

رقم :

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: التربية الحركية

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر

تخصص: نشاط بدني رياضي مدرسي

العنوان

دور الألعاب الشبه رياضية في تحقيق أهداف التربية
البدنية والرياضية

دراسة ميدانية على مستوى ثانويات بعض متوسطات ولاية بسكرة (2021-2022)

تحت إشراف :

• أ.د عبد القادر عثمانى

من إعداد:

• حواس قيزوط

• حسان مصطفاوي

السنة الجامعية: 2021/2022



شكر وعرّفان

الحمد لله ربّي العالمين، والصلاة والسلام على سيدنا محمد أشرف المرسلين، وعلى اله وصحبه اجمعين ومن تبعهم بإحسان الى يوم الدين.

أ.د. عبد القادر عثمانى على كرم قبوله: نتقدم بجزيل الشكر والتقدير الى الاستاذ الفاضل الاشراف على هذا العمل وعلى المساعدات والتوجيهات والنصائح التي خصها وقدمها لنا طيلة اعداد هذه المذكرة.

إلى كل أعضاء اللجنة الذين تشرفوا بمناقشة هذه المذكرة

الى عائلتنا.

الى كل الزملاء والأسرة الدراسية (إدارة، أساتذة، العمال، وكل الطلبة)

شكرا لمن كان عوننا لنا ولو بكلمة.

مقدمة

المقدمة:

ان التطور السريع الذي حصل في العقبة الأخيرة والذي شهدته العديد من المجالات الحياة، سواء كانت العلمية منها أو المعرفية خاصة لتلك المتعلقة بالمجال التربوي وذلك لما له من أهمية بالغة في تكوين أفراد المجتمع تكويناً متكاملاً مما يساعده على التكيف ومسايرة العصر في تطوره الفكري والعلمي.

وبما أن التربية العامة هي إعداد الفرد للحياة علمياً وعملياً وجسدياً وعقلياً وخلقياً واجتماعياً وذلك من خلال الأنشطة البدنية والمعرفية والحركية ليتحملوا مسؤولياتهم نحو أنفسهم وأجسامهم وحياتهم الشخصية والاجتماعية لينشئوا مواطنين صالحين ينفعون أنفسهم ويخدمون أوطانهم. وللوصول إلى هذه الأهداف نجد أن مدربي التربية البدنية والرياضية في المؤسسات الرياضية يستخدمون العديد من الطرق التي تتلاءم مع الخصائص الفيزيولوجية والنفسية للفرد من جهة، ومن حيث ملائمة الظروف المحيطة بالإنجاز من جهة ثانية، ومن بين هذه الطرق نجد طريقة اللعب، والتي هي إحدى الطرق التي يمكن اعتبار أن لها علاقة كبيرة بتحقيق أهداف الحصة التدريبية، وذلك لما تتطلبه هذه الطريقة من سيطرة على نوع من الأدوات، والأداء الجيد الذي يستلزم أولاً السيطرة على الجسم وعلى الأداة، ولكون اللعب ليس مرتبطاً بمرحلة سنية معينة نجد أن المدرب يوجه الألعاب من حيث استعدادات اللاعبين لممارستها وجعلها تبدو سهلة أو صعبة، أو بسيطة أو معقدة حسب اختيار اللعبة والتخطيط المسبق لكيفية إنجازها بغرض الارتقاء بمستوى الأداء الحركي وتنمية القدرات البدنية المهارية وهذا ما يعرف بتطبيق الألعاب الشبه رياضية، وكما نعلم أن الحصة التدريبية تهدف للتنمية ثلاثة جوانب أساسية: الحسي الحركي، الوجداني، المعرفي.

ومن خلال الدراسة التي سنقوم بها والتي سنحاول من خلالها إظهار وإبراز دور اكتساب الألعاب شبه رياضية في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية، سنحاول من أجل معالجة هذا الموضوع وللإجابة على تساؤل الدراسة وضعنا خطة بحثية مقسمة كالتالي:

حيث تطرقنا في البداية إلى الجانب التمهيدي والذي تعرفنا فيه على موضوع الدراسة وتحديد إشكالية الموضوع ثم إلى طرح التساؤل الرئيسي متبوعا بالتساؤلات الفرعية، وكذا تحديد فرضيات البحث، وبعدها أهمية الدراسة وأهدافها ثم أسباب اختيارنا لهذا الموضوع وبعد ذلك تحديد المفاهيم والمصطلحات واخيرا الدراسات السابقة لهذه الدراسة.

أما الجانب النظري فيتكون من:

الفصل الأول: حيث تناولنا فيه الألعاب شبه رياضية.

الفصل الثاني: وتطرقنا فيه إلى مادة التربية البدنية والرياضية وأهدافها.

الفصل الثالث: فتم التطرق إلى موضوع المراهقة في المرحلة المتوسطة.

ويأتي بعد هذا الجانب التطبيقي ويقسم إلى فصلين وهما:

الفصل الأول: الإجراءات الميدانية للدراسة والتي تطرقنا فيها إلى المنهج المستخدم في الدراسة وكذا مجتمع البحث ثم عينة البحث وكيفية اختيارها وفي الأخير ادوات الدراسة.

أما الفصل الثاني: تناولنا فيه عرض البيانات وتحليلها ثم نتائج الدراسة وفي النهاية تم وضع خاتمة وملاحق الدراسة والمراجع.

الجانب التمهيدي

1- الإشكالية:

تعد الرياضة الآن من الوسائل التربوية التي تساعد الفرد على تنمية قدراته الفكرية والبدنية والنفسية والحركية وكذا الاجتماعية، حيث أنها عرفت تطورا كبيرا في العصر الحديث وتحث على نمو الفرد لكثرة نشاطاتها، فالتمارين البدنية تمنح الطفل الصغير النشاط وتكسبه القوة والرشاقة والمرونة، كما تجعله ذا مهارات حركية ومعرفية هو بحاجة ماسة إليها، ولهذا درس الإنسان الرياضة وحللها وأنشأ قواعدها واقترح نظريات وطرق لممارستها، ولم يتوقف عند هذا الحد، بل وضع منهجيات تربوية لتحسينها وتطويرها، فأدخل نتائج البحوث العلمية في مختلف المجالات الرياضية والتي واكبت التربية البدنية والرياضية وغيرها من العلوم المتنوعة.

وإن كل هذه الدراسات والنظريات تجتمع حول مبدأ أساسي هو اللعب، الذي يعتبر الوسيلة التي يستكشف بها الإنسان مختلف الخبرات المتنوعة، فبواسطته يتعامل الأطفال مع الأشياء كأنها كائنات تمتلك معاني محددة، ولهذا فإنهم ومن خلاله ينمو قدراتهم البدنية والنفسية والحركية ويكتشفوا اتجاهاتهم ويختبرونها، كما يساعدهم في الاقتراب من الراشد، ويزيد من جرأتهم الحسية والعاطفية واللغوية والحركية كما يعمل على دمجهم من الجانب الاجتماعي ويمتص طاقتهم الزائدة ويجدد نشاطهم ويخفف من حدتهم الانفعالية.

كما انه يتضمن كل من: الجري والمطاردة والسباق والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل، بالإضافة إلى أهميته الكبيرة في التعلم والتسلية، كما يعتبر من أهم النشاطات التي تساعد الطفل في تفهه للحالة الاجتماعية والمحيط الذي يعيش فيه، كما انه أحد الوسائل التي يستطيع الطفل التعبير عن مختلف رغباته من خلاله.

وبالإضافة إلى كل ما سبق، يمكن القول أن اللعب ضروري لنمو الطفل لأنه مطلب حيوي وفعال في حياته لأهميته الفسيولوجية والاجتماعية والنفسية، كما يعتبر من بين السبل

التي تساعده على إشباع رغباته وحاجته وميولاته، وذلك فيما يخص أو يتعلق بالنمو العقلي والجسمي والنفسي بطريقة منظمة فلهذا لجأ المربي أو المدرب إلى استعمال ألعاب جماعية وفردية تكون محببة إلى نفوس الأطفال وتقربهم من بعضهم البعض في نفس الوقت، وذلك عن طريق ممارسة ألعاب شبه رياضية التي تضيء جوا من السعادة والترفيه عن النفس، بالإضافة إلى تنمية الرغبة لديهم في التدريب لتحسين مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية، وانطلاقاً مما تم شرحه سابقاً يمكن طرح التساؤل التالي: هل لاكتساب الألعاب شبه رياضية دور في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية؟.

وانطلاقاً من هذا السؤال الرئيسي تتفرع دراستنا إلى عدة التساؤلات الفرعية وهي:

- هل للألعاب شبه رياضية دور في تحقيق الجانب المعرفي؟
- هل للألعاب شبه رياضية دور في تحقيق الجانب الحسي الحركي؟
- هل للألعاب شبه رياضية دور في تحقيق الجانب الوجداني؟

2-فرضيات الدراسة:

وكإجابة على التساؤلات التالية وضعنا مجموعة الفرضيات والتي تمثلت في فرضية عامة وفرضيات جزئية:

أ- الفرضية العامة:

لاكتساب الألعاب شبه رياضية دور في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية.

ب- الفرضيات الجزئية:

- للألعاب شبه رياضية دور في تحقيق الجانب الحسي الحركي.
- للألعاب شبه رياضية دور في تحقيق الجانب المعرفي.

▪ للألعاب شبه رياضية دور في تحقيق الجانب الوجداني العاطفي.

3- أهمية الدراسة:

تكمُن أهمية أي بحث على أهمية الظاهرة وعلى قيمتها العلمية وما يمكن أن تحققه من نتائج يستفاد منها، فإن اهتماماتنا لدراسة هذا الموضوع لم يكن صدفة وإنما لأسباب موضوعية هامة، وتكمُن أهمية دراستنا في:

▪ إظهار أهمية الألعاب شبه رياضية في حصة تربية البدنية والرياضية.

▪ إبراز قيمة الألعاب شبه رياضية

▪ تسليط الضوء على الدور الذي تلعبه ألعاب الصغرة عند التلميذ.

4- أهداف الدراسة:

▪ معرفة إلى أي مدى يمكن للألعاب الشبه الرياضية أن تؤثر في الجوانب الثلاثة (الحسي الحركي، المعرفي، الوجداني) لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

▪ معرفة العلاقة بين الألعاب الشبه الرياضية وميول التلميذ.

▪ الوقوف على مدى أهمية حصة تربية البدنية والرياضية.

▪ لفت انتباه الكثير من الأساتذة إلى مكانة ألعاب الصغرة في حصة تربية البدنية والرياضية.

5- أسباب اختيار الموضوع:

أ- أسباب موضوعية:

▪ فقدان حصة التربية البدنية والرياضية العنصري التحفيزي والترفيهي اثناء الحصة.

▪ ان الألعاب الشبه الرياضية تخدم كثيرا حصة التربية البدنية والرياضية.

▪ محاولة إبراز الدور تلعبها الألعاب الشبه الرياضية في انجاح حصة التربية البدنية والرياضية.

▪ قلة كبيرة في العتاد الرياضي في المؤسسة التربوية مع محاولة ايجاد الحلول بالاعتماد على هذه الألعاب.

ب- أسباب ذاتية:

من بين الاسباب التي جعلتني اختار هذا الموضوع هو ميولي لهذا النوع من الالعاب وانجذابي له وفضولي في إبراز مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في انجاح حصة التربية البدنية والرياضية وأيضا بسبب نقص الدراسات التي تتمحور حول هذا الموضوع، اضافة لأسباب اخرى تتمثل في ثقتي بنفسي على قدرتي واستطاعتي على تناول هذا الموضوع والكشف عن خباياه.

6-تحديد المفاهيم والمصطلحات:

مفهوم الألعاب الشبه الرياضية:

- **التعريف اللغوي:** هي التحفيز والتحفيز
- **التعريف الاصطلاحي:** هي تلك التمارين المحببة إلى نفوس اللاعبين والتي تجري على مساحات ضيقة وبعدد معين من اللاعبين قد يكون هذا المعدل متساويا أو متفاوتا حسب الأهداف التي يسطرها المربي. ومن خلال هذا التعريف الموجز المدرج يمكننا القول بان الألعاب الصغيرة هي عبارة عن العاب غير محددة القوانين وشروط، فهي مجالات مختلفة تساعد كل فرد سواء كان طفلا صغيرا أو راشدا قادر

على التعلم حسب قدراته الخاصة وإمكانياته وفقا لميوله ورغباته الذاتية من اجل
الاكتساب والترويح والمتعة وسرور¹.

▪ **التعريف الإجرائي:** هي مجموعة من الحركات والمهارات تتمثل في تمارين بسيطة
لا تتطلب جهد بدني كبير، تستعمل خاصة من اجل كسر روتين الحصص التدريبية
والقضاء على الملل والخمول داخل الحصة.

مفهوم الحصة التربوية البدنية:

▪ **التعريف الاصطلاحي:** تتمثل في الجزء الأهم من البرنامج المدرسي للتربية البدنية
والرياضية ومن خلاله تقدم كافة الخبرات والوحدات التعليمية التي تحقق اهداف المنهج.
▪ **التعريف الاجرائي:** هو ذلك الوقت المخصص من أجل القيام بتمارين ومهارات
وحركات رياضية تكون تحت اشراف الاستاذ الذي يعد المسؤول عن طريقة اداء هذه
التمارين وتكون مبرمجة ضمن البرنامج المدرسي وتكون محددة من حيث المدة الزمنية
والمنهج المتبع.

مفهوم المراهقة:

▪ **التعريف اللغوي:** تفيد كلمة المراهقة من الناحية اللغوية الاقتراب والكنو من الحكم،
وبنك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم "راهق يسعني اقترب من الطم ودنا
منه"²، والمراهقة باللغة الفرنسية Adolescence ومشتقة من الفعل اللاتيني
"Adolescence" وتعني الاقتراب والنمو والدنو من النضج والاكتمال.

¹ عبد الكريم طراد، سعد السوفي، أثر استخدام الألعاب المصغرة في تنمية بعض الصفات البدنية، مذكرة الماستر، جامعة
قاصدي مرياح ورقلة، 2016، ص14.

² محمد يسد محمد الزعلابي، خصائص النمو في المراهقة، ط1، مكتبة التوبة، مصر، 1998، ص14.

- **التعريف الاصطلاحي:** بحسب ما ذكره ستانلي هول هي تلك الفترة الزمنية التي تستمر في سن الخامسة والعشرون والتي تقود لمرحلة الرشد¹، ويرى مصطفى زيدان في المراهقة: (هي تلك الفترة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالتوقف العام للنمو، تبدأ سن الطفولة وتنتهي بسن الرشد وتستغرق حوالي 07 الى 8 سنوات ...)².
- **التعريف الاجرائي:** في مرحلة طبيعية من عمر الإنسان في مرحلة الطفولة، والتي تعتبر من الصعب المراحل فيها بيتي المراهق شخصيته الى جانب تنميته لخبراته السلوكية الى غاية الوصول الى مرحلة النضج والاستقرار.

7- الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى: خيرة قول. حمزة جعيرن، دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي والاجتماعي العاطفي في حصة التربية البدنية والرياضي لتلاميذ المرحلة الثانوية، جامعة الجزائر، 2010.

← هدفت هذه الدراسة الى معرفة دور اللعب شبه الرياضي في تنمية الجانب الحسي الحركي والاجتماعي العاطفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في حصة التربية البدنية والرياضية، حيث تحددت المشكل الرئيسي في هذه الدراسة وهو: هل للألعاب شبه رياضية دور في تنمية الجانب الحسي الحركي والاجتماعي العاطفي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في حصة التربية البدنية والرياضية، وتم استخدام المنهج الوصفي المسحي كونه يللم جميع جوانب الدراسة، كما اعتمد الباحثون استخدام أداة الاستبيان والتي تضمنت قائمة تضم (20) عشرين سؤالاً يجاب عليها بعلامة (x) داخل الخانة المختارة،

¹ عبد المنعم المليجي وحلمي المليجي، النمو النفسي، ط4، دار النهضة العربية، 1973، ص 301.

² محمد مصطفى زيدان، علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995، ص 31.

وهي موجهة للعينة التي تم اختيارها بطريقة عشوائية والتي تمثلت في 60 أستاذ للتربية البدنية والرياضية في ثانويات الجلفة، الأغواط، بسكرة.

الدراسة الثانية: محمودي عيسى، زيرق رشيد، دور الالعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد (9-12) سنة"، دراسة ميدانية على بعض فرق ولاية البويرة الرابطة الولائية لكرة القدم، مذكرة لنيل شهادة الليسانس بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بولاية البويرة.

← هدفت هذه الدراسة الى:

- إبراز أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات الحسية الحركية.
- معرفة أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض الجوانب الحسية الحركية للطفل.
- إبراز دور الألعاب الشبه الرياضية في تحسين الأداء الحركي للطفل.

وقد اتبع في هذه الدراسة لمنهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية والذي يعتبر أحد الاساليب المستخدمة في البحوث الوصفية تهتم بدراسة الظواهر الموجودة في جماعة معينة في الوقت الحاضر اي موجودة بالفعل وقت اجراء المسح، كما تم الاستعانة باستمارة الاستبيان وتم تنفيذ هذه الاستمارة عن طريق المقابلة الشخصية وتحتوي على 18 سؤال موزعة على عينة مكونة من 20 مدربا لكرة ينشطون على مستوى الرابطة الولائية لكرة اليد تم اختيارهم بشكل عشوائي.

الدراسة الثالثة: عياد ناصر، لبديري حميد، خليفي مخلوف، الألعاب الشبه الرياضية وعلاقتها بنجاح حصة التربية البدنية والرياضية الطور المتوسط " دراسة ميدانية على بعض متوسطات ولاية تيزي وزو، مذكرة لنيل شهادة ليسانس بمعهد التربية البدنية والرياضية بسيدي عبد الله جامعة الجزائر 3 (2012/2013).

← هدفت هذه الدراسة الى ابراز اهمية الالعاب الشبه الرياضية لبناء الحصة واهتمت بمرحلة المراهقة وبحصة التربية البدنية والرياضية وعلى جانب اللعب والالعاب الشبه رياضية في الدرجة الأولى وأخيرا اهتمت بالدور الذي يقوم به الاستاذ لتحقيق هدف الحصة اعتمادا على الالعاب الشبه الرياضية.

حدد في هذه الدراسة كان المنهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية والذي يعتبر أحد الاساليب المستخدمة في البحوث الوصفية، تهتم بدراسة الظواهر الموجودة في جماعة معينة في الوقت الحاضر اي موجودة بالفعل وقت اجراء المسح.

وقد تم الاعتماد على استمارة الاستبيان والتي كانت تضم 20 سؤال متنوع يشمل تقريبا كل جوانب الفرضيات المطروحة، كما تم الاستعانة في هذا البحث على عينة من مجتمع وتمثلت في 40 أستاذ للتربية البدنية والرياضية موزعين على 20 مؤسسة بمتوسطات ولاية تيزي وزو بطريقة عشوائية.

الفصل الأول:

الألعاب شبه رياضية

الفصل الأول: الألعاب شبه رياضية

تمهيد عن اللعب:

يعتبر اللعب هو الوسيلة التي يكشف بها الإنسان الخبرات المتنوعة في مختلف الأوضاع مختلف الأغراض، فبواسطته يتعامل الطفل مع الأشياء كأنها كائنات تمتلك معاني محددة، ولهذا فإن الطفل مع من خلال اللعب يكشف اتجاهه ويختبرها كما يساعده في الاقتراب من الراشد ويزيد من جرأته الحسية والحركية واللغوية ويمتص طاقته الزائدة ويعده للنشاط الجديد ويخفف من حدته الانفعالية إذا وجدت الألعاب التي تساهم في تحسين مختلف الجوانب البدنية والنفسية والتربوية والاجتماعية للطفل.

تشكل الألعاب الشبو الرياضية جزء هام من النشاط المدرسي بصفة عامة وفي حصة التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة، إذ تحتل مكانة مرموقة بين مختلف الألعاب والأنشطة الرياضية المتعددة، وتشكل محيط كبير حصة التربية البدنية والرياضية وتعد من المقومات التي يحتاج إليها أي نشاط رياضي أو حصة التربية البدنية والرياضية خاصة في ظل المنهج الجديد.

1- تعريف الألعاب شبه رياضية

1.1. لغة:

هي التحفيز والتحضير

2.1. اصطلاحا

يعرفها " أنور الخولي" بأنها ألعاب بسيطة التنظيم فيها أكثر من فرد ليتنافسوا وفق قواعد مسير ال تقتصر عمى السن أو المستوى البدني ويغلب عليها الطابع الترويحي والتسمية، وقد تستخدم فيها أدوات وأجهزة بسيطة.

ويعرفها "عبد الحميد مشرف" أنها ألعاب بسيطة التنظيم وتتميز بسيولة في أدائها، يصاحبها البهجة والسرور، تحمل بين طياتها روح التنافس، وتتميز قوانينها بالبساطة والسيولة.¹ من خلال هذه التعريفات يمكننا القول بان الألعاب الشبه رياضية هي عبارة عن ألعاب غير محددة القوانين والشروط، فهي مجالات مختلفة تساعد كل فرد سواء كان طفلا صغيرا أو راشد على التعلم حسب قدراته الخاصة وإمكانياته وفقا لميوله ورغباته الذاتية من اجل الاكتساب والترويح والمتعة والسرور .

وللإشارة فقط ان مصطلح الالعاب الشبه الرياضية غير مستعملة في التعاريف العالمية بل يستعمل مصطلح بد ال منها لكونها مستمدة من خيال الأطفال ومستوحاة من تقاليد الألعاب الصغيرة أو الألعاب الحركية كمفردات وعادات الشعوب وتستعمل الألعاب الشبه رياضية من أجل:

¹ عبد الحميد شرف، التخطيط في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، ط1، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1997، ص120.

1.2.1. التحفيز:

ليس هناك سلوك دون التحفز لذلك يجب إدخال مثير لإثارة الفكر لكي يدخل في الحركة، فالتحفيز يمثل العامل الرئيسي الذي به ينمي الفكر والتركيز والانتباه والترفيه والراحة في المنافسة لكي يستطيع الطفل إعطاء أفضل ما لديه من روح الإبداع في كل الأوضاع البيداغوجية. ويجب التأثير على التحفيز لدى اللاعب وذلك من خلال عدة عوامل نذكر منها:

- عوامل مرتبطة باللاعب منها حب التنفيذ وكذلك استعمال متطلبات الحركة.
- عوامل مرتبطة بالنشاط في حد ذاته كتنوع الوضعيات المتتابة والإحساس بالاستقلالية.
- عوامل مرتبطة بشخصية المدرب. التي تنقسم الى:
 - احترام شخصية اللاعب.
 - إيجاد وسط آمن ومثير في نفس الوقت.

1.2.1. التحضير:

يكون اللعب على أشكال مختلفة حسب العمر ويكون مركز على الميولات المكتسبة عن طريق الممارسة ويعتبر اللعب المحرك الأساسي لتطور القدرات البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية في الرياضات والممارسة الكلية والمداومة تكون مقيدة، لكن هذه الإجراءات تتخذ قصد تميز الألعاب الخاصة بالطفل التي لها دلالة ومعاني مختلفة.

2-تاريخ الألعاب شبه رياضية

عن عمر بن الخطاب (رضي الله عنه) أن رسم للآباء منهج لتعليم أولادهم بقوله " علموا أولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل" أي أن مناهج تعلم الأطفال لا يخل من ألوان الرياضة والترويح، ويمكن ملاحظة أن الألعاب الشبه الرياضية تنقسم إلى قسمين قسم يتم مع حركة

البدن، ونشاطه كالعدو، المصارعة، المبارزة، التصويب، الفروسية، أما القسم الثاني وهو أنواع الألعاب التي تتم دون نشاط بدني كلعب الشطرنج... الخ.

وهي من أهم المعتقدات أن الطفل شرير ويقال إن أساس هذه العقيدة تعود إلى القسيسين August في القرن الخامس ميلادي.¹

وكانت تعتبر حركات الأطفال عالمات لطبيعته الشريرة، أما لعبة وكثرة حركته فتأخذ على أنها ظاهرة الشر كامنة في نفسه لذا كانت تكبت حريته، هذا وقد أعطى اهتمام كبير للأطفال من حيث الوسائل التربوية الفعالة لتسليتهم واتباع واشباع رغباتهم، كما يساعد على تحسين صحتهم، وتقوية أجسامهم كألعاب الجري، والزهف، اللعب بالكرة والأطواق وكذلك أدوات اللعب.²

وهي بذلك نوع من الطرق التي يمكن استخدامها في تعليم الأنشطة الحركية وهي من الأساليب المسلية والمفيدة بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا ويمكن لألب أو الأم أو الأستاذ أن يجمع شمل أسرتها حول لعبة مسلية وتلقى قبولا من الكبار والصغار في وقت واحد وتستخدم الألعاب الشبه الرياضية لتعليم الأنشطة الحركية من سن السادس فما فوق.

3-أنواع الألعاب شبه رياضية

هناك عدة أنواع للألعاب ال شبه رياضية وهي:

1.3. ألعاب الجري والمطاردة:

يقبل عليها التلاميذ بكل شوق النها تشبع رغباتهم في الركض والوثب والقفز وتشكل ألعاب الجري الجزء الأكبر من الألعاب، وتتضمن ألعاب المسابقات والمطاردة والمسك واللمس.

¹ صفية عبد الرحمان: بحث الطفولة واللعب، القاهرة، 1966، ص 53

² حسين السيد أبو عبده: أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، مكتبة الإشعاع، الإسكندرية، 2002، ص 37

2.3. ألعاب بسيطة التنظيم:

هي التي تحتوي على مهارات أولية كالرمي، وتتميز بعدم حاجيتها إلى أي أدوات بسيطة وساحة صغيرة وترجع سهولتها إلى خلوها من التفاصيل وتحضر التلميذ إلى الألعاب المعقدة تحضيراً يشمل النظام وسرعة التلبية، واحترام قانون اللعبة وعمل التشكيلات.

3.3. الألعاب الجماعية:

يتميز هذا النوع من الألعاب بكثرة قوانينها وتباين أنواعها وهي تمهد الألعاب الجماعية، وتساعد التلميذ تدريجياً على أن يتولى قيادة الجماعة وأن يكون عضواً فيها، فيأمر بأمر القائد، فتبدأ تنمو عنده روح الجماعة وروح العمل لمصلحتها والانتصار لها.¹

4.3. ألعاب التتابعات:

يعتبر هذا النوع من أنسب النشاطات لهؤلاء التلاميذ لأن التتابع نشاط الجماعات وهذا التلميذ يميل إلى التنافس ظاهر واطهار قدراته ومهارته وولائه للجماعة، وهناك أنواع أخرى من الألعاب الشبه الرياضية هي²:

- الألعاب التمثيلية الغنائية وغالبا ما يصاحبها الإيقاع.
- ألعاب اللياقة البدنية وتشمل الدفع، التوازن، الرشاقة، القوة، السرعة.
- ألعاب الخلاء مثل ألعاب المطاردة.
- الألعاب المائية مثل ألعاب المطاردة في المياه والتتابع.
- ألعاب الحواس وتحتوي على الحركات لتدريب الحواس المختلفة.

¹ حسن عبد الجواد: الألعاب الصغيرة، دار العلم للملايين، 1979، ص11.

² عبد الحميد شرف: التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء وتحدي الإعاقة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001، ص148.

4- مبادئ وشروط الألعاب شبه رياضية

1.4. مبادئ الألعاب شبه رياضية:

- فهم الغرض من اللعبة ومراعاة الظروف التالية: السن، الجنس، النمو.
- أن يكون هناك توافق بين غرض المعلم من اللعبة ورغبة التلاميذ فيها، وتهيئ الغرض
- للاكتشاف قابليتهم البدنية والحركية.
- مراعاة سهولة تعلمها وبساطة قواعدها وان تكون في حدود الإمكانيات المتوفرة في
- المدرسة.
- مراعاة اشتراك جميع التلاميذ طيلة الوقت، مع توفير عوامل السلامة وتأكيد اختيار
- الألعاب التربوية المختلفة الهادفة.
- مراعاة قانون التدرج التعليمي للواجبات الحركية المتعلمة، حيث تنقل بالمتعلم تدريجياً
- من السهل إلى المعقد بصفة عامة، حيث تبدأ بالألعاب البسيطة لنصل إلى الألعاب
- المعقدة.
- مراعاة أن تكون هذه الألعاب متنوعة، مشوقة واقتصادية وبما يتفق مع واقتصادية وبما
- يتفق مع الموقف التعليمي.
- عدم الانتقال من لعبة لأخرى إلا بعد تأكد المعلم من أن كل التلاميذ قد أنجزوها
- واستوعبوا قوانينها بشكل جيد.
- إعادة عرض اللعبة إذا كان الموقف التعليمي يتطلب ذلك مراعاة ألا تكون الإعادة
- بمجرد التكرار فقط.
- العمل على تحقيق الراحة النفسية للتلاميذ وذلك بشرح اللعبة بالتفصيل قبل بدايتها.
- استثارة 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 ومواءمة المواصفات
- واشتراطات اللعبة وبأي طريقة لمقابلة أهداف البرامج وقدرات التلاميذ.
- ينبغي أن يخطط لاستخدام الألعاب كي تسهم بفعالية في نمو وتنمية التلاميذ على مستوى الجوانب السلوكية المختلفة¹.

2.4. شروط الألعاب شبه رياضية

1.2.4. استغلال الأدوات والأجهزة الرياضية المتوفرة بالمدرسة:

على الأستاذ أن يختار الألعاب التي يمكن تنفيذها من حيث وجود الأدوات والأجهزة الرياضية الموجودة لديه، كما عليه أن يستغل جميع الإمكانيات الرياضية المتاحة كلما أمكن ذلك، عن استغلال الأدوات بطريقة جيدة يجعل جميع التلاميذ بالفصل يشتركون في اللعب في وقت واحد وهذا أفضل من اشتراك البعض باستخدام جزء من الإمكانيات المتوفرة وجعل باقي التلاميذ لا يشتركون انتظاراً للدور.

2.2.4. أن تتناسب اللعبة المختارة مع المساحة الموجودة:

هناك بعض الألعاب التي تتطلب مساحة اقل وعلى المدرس أن يختار الألعاب التي تتناسب مع المساحات المخصصة للعب، أما عدم التوفيق في تحقيق الهدف من اللعبة.

3.2.4. أن تكون اللعبة المختارة سهلة الفهم:

أي لا تحتاج إلى شرح طويل مما يضيع الوقت ويقلل من حماس التلاميذ.

4.2.4. أن تكون اللعبة المختارة سهلة القواعد:

¹ عدنان درويش وآخرون: التربية الرياضية المدرسية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص30.

فالألعاب الشبه الرياضية التي تشرك جميع تلاميذ الفصل في وقت واحد تتميز بأنها تجلب المرح والسرور لجميع التلاميذ.

5.2.4 أن يغلب على اللعبة الطابع الترويحي:

هذه الألعاب غالباً ما يقبل عليها التلاميذ بكل حماس وقوة¹.

5- خصائص الألعاب شبه رياضية

- يمارسه جميع الناس وعلى اختلاف في طبقاتهم ومراتبهم الاجتماعية.
- يحبه جميع الناس ويميل إليه جميع الناس وباعتبارها ضرورة ورغبة.
- له قواعد واضحة المعالم يطبقها ويتمسك بها جميع الممارسين.
- له أبعاد اجتماعية وأخلاقية وتربوية وصحية ونفسية وبدنية.
- تبعث إلى النفس الراحة والبهجة والسرور والمرح والفرح.
- أنها خير وسيلة لتقارب الناس الممارسين والمتفرجين.
- تبني شخصية الفرد والجماعة والمجتمع وتتم فيهم روح التسامح.
- إنها ظاهرة إنسانية لا تعقيد ولا انفعال فيها.²

6- أهمية الألعاب شبه رياضية

- للألعاب الشبه رياضية دور في التخلص من سمة الخجل.
- للألعاب الشبه رياضية دور في توافق القدرات الحركية.
- للألعاب الشبه رياضية دور في خلق التنافس.

¹ حسن السيد أبو عبده، أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، سنة 2002. ص 157.

² نجم الدين السهروردي: فلسفة اللعب، الدار العربية للطباعة، بغداد، سنة 1977، ص 42.

- تنمية الجانب الانفعالي وذلك من خلال مساهمتها في تنمية الوجداني الاجتماعي بكل جوانبه ومساهمتها في تنمية الجانب النفسي العاطفي
- تعتبر وسيلة أساسية في تطوير الجانب البدني للطفل.
- تضيء على درس التربية البدنية والرياضية جوا من المرح والتسلية.
- هي بمثابة تمهيد لألعاب الفرق من خلال تنمية المهارات الحركية الأساسية المختلفة.

7- دور الألعاب شبه رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية

لقد لعبت الألعاب الشبه الرياضية دورا هائلا في تغيير الدرس ومضمونه، وخروجه عن صورته الجامدة التي كانت مبعثا الملل وتضايق التلاميذ، فقد عملت على تغيير وتنويع مادة الدرس وجعلت دور التلاميذ خلال الدرس ايجابيا، يستغل فيه مهارته وقد ارته وامكانيته وحواسه وانفعالاته مما يساعد على تحقيق الهدف من التربية الرياضية.

وقد تطور درس التربية البدنية والرياضية تبعا للتطور الذي شمل النواحي التعليمية بصفة عامة والتربية البدنية بصفة خاصة، وعند وضع الألعاب الشبه الرياضية ضمن خطة حصة التربية البدنية والرياضية وهي تحقق الغرض منها في الحصة يجب مراعاة النقاط الهامة التالية:

- عند استخدامها في المقدمة (الإحماء) تختار الألعاب التي يشترك فيها جميع الأفراد في وقت واحد مع مراعاة أن تستخدم هذه الألعاب النشاط التعليمي للحصة وان تشمل إعداد جميع أجزاء الجسم.
- عند استخدامها في الجزء الخاص بالتمارين فان الحصة يجب أن تخدم عناصر اللياقة البدنية وبفضل استخدام التمرينات في صور الألعاب الشبه الرياضية لإدخال عنصر المنافسة وبث روح المرح والتشويق.
- عند استخدامها في النشاط التطبيقي، نختار الألعاب الشبه الرياضية التي تمهد للألعاب الكبيرة.

- عند استخدامها في النشاط الختامي للحصة توضع لعبة صغيرة تهدف إلى الراحة والتهدئة والعودة بالجسم إلى الحالة الطبيعية¹.

خاتمة الفصل:

من خلال ما سبق يمكن أن نستنتج أن العب له أثار ايجابية كمستوى اللياقة البدنية للتلميذ، بتنمية الصفات البدنية حيث من خلال اللعب الذي يلبي رغبات واحتياجات التلاميذ، وهذا ما يجعلنا نختار لهم الألعاب الشبه الرياضية حسب مستواهم البدني والعمري وقدرة استيعابهم للعبة، حيث تعتبر الألعاب الشبه الرياضية وسيلة أساسية من وسائل التربية والتعليم كما تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق أهداف عديدة التي تشمل كل الجوانب الشخصية للتلميذ منها " الجانب العاطفي الاجتماعي، النفسي، التعليمي، التربوي والحركي " وهذا ما يجعل التلميذ ينمو نمو سليم.

¹ قول خيرة، حمزة جعيرن، دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي والاجتماعي العاطفي في حصة التربية البدنية والرياضي لتلاميذ المرحلة الثانوية، مجلة علمية محكمة تصدر عن مخبر علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، العدد 1، 2010، جامعة الجزائر، ص48.

الفصل الثاني:

التربية البدنية الرياضية

وأهدافها

الفصل الثاني: التربية البدنية الرياضية وأهدافها

تمهيد:

هناك عدة فوائد للتربية البدنية والرياضية سواء من الناحية النفسية أو الاجتماعية والتي تساعد على تكوين شخصية قوية والتكيف والاندماج مع المجتمع، كما تعمل التربية البدنية والرياضية على تطوير القيم الأساسية التي تفيد الأمة كالحرية وروح المسؤولية والمعرفة والأخوة وبذل الجهد.

لا يمكن حصر معنى التربية البدنية والرياضية أنها مجرد تمارين وألعاب ترويحية ومسابقات فقط كما يعتقد البعض، ولكن من المهم أن نعطي لهذه الأخيرة قيمتها الحقيقية، وفي هذا الفصل سوف نتطرق إلى مفهوم التربية البدنية والرياضية، أبعادها وخصائصها كما سوف نبين أهميتها والأهداف منها.

1. مفهوم التربية البدنية والرياضية

1.1. مفهوم التربية البدنية:

تعرف من وجهة نظر الحركة على أنها " التربية من أجل الحركة ومن خلالها"¹ أو " هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لذلك " ومن الناحية الفسيولوجية فتعني " جميع العمليات المختلفة والمتواصلة التي تحدث داخل أجهزة الجسم المختلفة لتغيير البناء المورفولوجي والوظيفي لحياة الفرد."² واستنادا لهذه التعاريف يمكن تعريف التربية البدنية على أنها: مجموعة الطرق والأساليب المنظمة والممنهجة لتحقيق النمو الفسيولوجي والحركي للفرد.

2.1. مفهوم التربية الرياضية:

يتعدى مفهوم التربية الرياضية أنها ممارسة أنواع الرياضة فقط، والبعض الآخر يظن أنها تنمية القدرات الجسمية فقط، ويمكن توضيح ذلك من خلال التعاريف التالية: "التربية الرياضية هي تربية عن طريق الرياضة."

والتربية تعني بمفهومها العام "جميع العمليات التي يستطيع الفرد بواسطتها تنمية قدراته واتجاهاته وغير ذلك من أشكال القيم الايجابية للسلوك في المجتمع الذي يعيش فيه"³

¹ أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي - . مناهج التربية البدنية المعاصرة، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000، ص 25.

² ريسان مجيد ولؤي غالب، التربية البدنية والحركية للأطفال في سن ما قبل المدرسة ط 1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2002، ص 16.

³ هنية محمود الكاشف، دور التربية الرياضية في تنمية الوعي السياسي ط 1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2004، ص 13.

فهذا المعنى فالتربية الرياضية تنمي وتعزز الجوانب الايجابية للسلوك من خلال تربية وتنمية البدن

3.1. الفرق بين التربية البدنية والتربية الرياضية:

من التعاريف السابقة السابقة للتربية البدنية والتربية الرياضية، يمكننا إيجاد الفرق بينهما فلو نظرنا إلى تعريف تشارلز بوتشر للتربية الرياضية، فإنه يدل على اكتساب صفة التكامل سواء من الناحية العقلية، الانفعالية والاجتماعية، عن طريق ممارسة ألوان الرياضة المختلفة فالشجاعة لا تعود على البدن فقط، ولكن تكتسب نتيجة ممارسة الفرد لبعض المواقف التربوية والتعليمية التي يتعرض لها أثناء ممارسته للرياضة، فهي عبارة عن تربية بدنية ورياضية وبالتالي فالتربية الرياضية أكثر عمقا وأشمل معنى من التربية البدنية¹

4.1. مفهوم التربية البدنية والرياضية

تعددت مفاهيم التربية البدنية والرياضية من بينها:

- هي مظهر من مظاهر التربية تعمل على تحقيق أغراضها البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية بواسطة النشاط الحركي المختار بهدف التنمية الشاملة المتزنة وتعديل السلوك تحت قيادة صالحة².

- يعرفها شارمان: هي ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدم الجهاز الحركي لجسم الانسان والذي ينتج أنه يكسب الفرد بعض الاتجاهات السلوكية.

¹ محمد سعيد عزمي، أساليب تطوير درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق ط 1، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2004 ص 12، 13.

² محمد سعيد عزمي، مدرس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الاساسي، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر 1980، ص 11

- كما تعرف بأنها العملية التي تكسب الفرد خلالها أفضل المهارات الحركية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني.¹

ومن هذه التعاريف نجد أن التربية البدنية لم تنحصر في مفهوم واحد، وإنما تعددت مفاهيمها بين العديد من الباحثين فكل منهم أعطى رأيه الخاص، ولكنهم يتفقون في مضمون واحد مفاده أن التربية البدنية تعمل على إنشاء الفرد وتكوينه في جميع المجالات البدنية، الاجتماعية، الانفعالية، العقلية من خلال النشاط البدني حتى يكون مواطنًا صالحًا يخدم وطنه

2. تاريخ التربية البدنية والرياضية:

عرفت التربية البدنية والرياضية في قديم العصور حيث نجد أن التربية اليونانية تزخر بالآراء القديمة المتعلقة بشؤون التربية البدنية والرياضية، وقد اعتنت أثينا بالألعاب الرياضية حيث يرى أرسطو طاليس 384 ق.م أن تبدأ العناية بالطفل من قبل ولادته كما يرى ضرورة وضع قانون الأزواج يبين من يجوز لهم الزواج أو عدمه، كما يرى أن الأعمال الرياضية يجب أن تكون غايتها ضبط النفس وكبح جماح الشهوات وتحميل صورة الجسم وتكريس العادات الفاضلة لا مجرد القوة الجسمانية التي يتباهى بها المغرمون بالألعاب البدنية، كذلك يجب أن تدرج هذه الأعمال حسب صعوبتها، وإن تبدي الأعمال العنيفة إلا بعد سن المراهقة بثلاث سنوات على الأقل إلا أنه وبعد العهد اليوناني تضاءلت العناية بالألعاب لرياضية شيئًا فشيئًا إلى غاية حلول القرن الثامن عشر وظهور بطل الحرية (جون جاك روسو 1712-1778 م) الذي نادى بالرجوع على الطبيعة، ويفصل الطفل عن والديه وإبعاده على المدارس وتركه بين يدي مدرب ذكي يدخل في قلبه حب الطبيعة وجمالها وكتب في كتابه عن كيفية تربية الطفل منذ ولادته حتى سن الخامسة، وجاء أيضًا في هذا الكتاب الحث على العناية بالألعاب الرياضية والتمارين البدنية فقد ذكر بأن حجة البدن هي سلامة

¹ أمين أنور الخولي، كمال الدين الشافعي، منهاج التربية البدنية المعاصرة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، ص26 -

للعقل وكمال الخلق وأن صاحب الجسم السليم والقوي هو الشخص المطيع، القوي الطبع وقد نادى بعض المربين بعد (روسو) بضرورة التربية الرياضية ونذكر منهم:

- دجون جاك روس 1759-1839 م والذي ألف كتابا يحمل عنوان (التمرينات البدنية للأدلاء الصغار) حيث يعتبر البعض مؤسس التمارين المدرسية.

وفي النصف الأول من القرن العشرين عمت التربية البدنية والرياضية جميع أنحاء العالم تقريبا فانتشرت في الولايات المتحدة الأمريكية انتشارا واسعا¹.

3. طبيعة التربية البدنية والرياضية:

هناك عدة جوانب للتربية البدنية والرياضية نذكر منها:

- **التربية البدنية والرياضة كمهنة:** وهذا من خلال العدد المعتبر من الأخصائيين المتخرجين من كليات التربية البدنية والرياضية والمعاهد، والمتوجهين لعملية التدريس، وكذلك بفضل الجهود الرامية إلى منح الفرصة للمؤهلين في هذا المجال لتطوير مناهج وأساليب التدريس. وبالتالي فطبيعة مادة التربية البدنية والرياضية كباقي المواد الدراسية في المدرسة، إلا أن الاختلاف يكمن في المحتوى المقدم على شكل أنشطة حركية وبرامج رياضية

- **التربية البدنية والرياضية كنظام تربوي:** ويظهر ذلك من خلال دراسة عدة مباحث وعلوم كعلم وظائف الأعضاء وعلم النفس الرياضي وعلم الاجتماع الرياضي والميكانيكا الحيوية ومناهج وطرق تدريس التربية البدنية والرياضية.

¹ مصطفى أمين، تاريخ التربية الرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص 96

- التربية البدنية والرياضية كبرنامج: وهو المنظور القديم للتربية البدنية والرياضية ويعبر عن برامج الأنشطة البدنية التي تتيح الفرصة للتلاميذ للاشتراك في أنشطة حركية منتقاة بتتابع منطقي وعبر وسط تربوي منظم¹.

4. أهداف التربية البدنية والرياضية

يمكن تقسيمها إلى أهداف عامة وأهداف خاصة:

1.4. الأهداف العامة:

1.1.4. التنمية العضوية: تهتم التربية البدنية والرياضية في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال اكتسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف أجهزة الإنسان بيولوجيا ورفع مستوى كفاءتها الوظيفية واكتسابها الصفات التي تساعد الإنسان على القيام بواجباته الحيوية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق.

2.1.4. تنمية المهارات الحركية: من أهداف التربية البدنية والرياضية، حيث تبدأ برامجها من فترة الطفولة لتنشيط الحركات الأساسية (الأصلية) وتنمية أنماطها الشائعة والتي تنقسم إلى:

- حركات انتقالية: كالمشي والجري والوثب.
- حركات غير انتقالية: كالثني واللف والميل.
- حركات معالجة وتناول: كالرمي والدفع والركل.

3.1.4. التنمية المعرفية: يتصل هذا الهدف بالجانب العقلي والمعرفي وكيف يمكن للتربية البدنية والرياضية أن تساهم في تنمية المعرفة والفهم والتحليل والتركيب، من خلال الجوانب

¹ ديوان المطبوعات الجامعية، (الجزائر) الطبعة الثانية سنة 1992 ص 11-13.

المعرفية المتضمنة في المناشد البدنية والرياضية وذلك باكتساب الفرد مجموعة من المهارات الذهنية، والتي يمكن أن تفيد في حياته وتساعد على التفكير واتخاذ القرارات.

4.1.4. الترويح وأنشطة الفراغ: يعد الترويح أحد الأهداف القديمة للتربية البدنية والرياضية، فعبر التاريخ مارست أغلب الشعوب ألوانا من النشاط البدني لتمضية الوقت، والمشاركة الترويحية من خلال الأنشطة البدنية تنتج قدرا كبيرا من الخبرات والقيم الاجتماعية والنفسية والجمالية، التي تثري حياة الفرد وتضيف لها الأبعاد البهيجة المشرقة والنظرة المتفائلة للحياة¹.

2.4. الأهداف الخاصة للتربية البدنية والرياضية:

التربية البدنية والرياضية قيم عديدة منها اجتماعية وعقلية لا تتحقق بمجرد اشتراك الأطفال في اللعب بل تتطلب توجيهات خاصة مثل الانتباه التنظيم والعمل الجماعي وهذا لكي تسهل عملية اكتساب الأطفال القدرات البدنية والمهارات الحركية التي يستفيد منها بدنيا وعقليا ويمكن تلخيص أهم العوامل في اكتساب المهارات الحركية في:

- إزالة الطائشة غير مفيدة.
- اكتساب الدقة بتركيز الانتباه.
- المقدره على معالجة مجموعة من الحروف والكلمات.
- السرعة والدقة في الأداء².

¹ أمين أنور الخولي، وآخرون، التربية المدرسية دليل معلم الفصل والطالب التربية العملية، ط.4، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص 21-22.

² أمين أنور الخولي، وآخرون، التربية المدرسية دليل معلم الفصل والطالب التربية العملية، المرجع السابق، ص 24.

5. الأسس العملية للتربية البدنية والرياضية:

كثير من التساؤلات تطرح حول الأهمية والقيمة الأكاديمية لهذا الكم الهائل من المعلومات في علوم التربية البدنية والرياضية هؤلاء قد يكون لديهم العذر في ذلك وقد لا يكون. تعكس هذه التساؤلات لديهم عدم الفهم الدقيق والواضح لمفهوم وأهداف التربية البدنية والرياضية وكذلك الجهل بأسسها العلمية، ومن هذا المنطلق نحاول أن نجيب على هذه التساؤلات:

1.5. الأسس البيولوجية:

يدرس طالب التربية البدنية جسم الإنسان بالتفاصيل خلال فترة الأعداد ليكون قادرا على إعطاء تقسيم لطبيعة عمل العضلات خلال فترة التمرين وكذا ما يتصل بها من أجهزة تمدها بالوقود كالجهاز الدوري التنفسي والجهاز العصبي الذي تعمل أجزاؤه كدوافع العمل العضلة، وبالتالي فإن الطالب يكون قادرا ليس فقط على شرح الهدف وتركيب التمرين، ولكنه قادرا أيضا على إعطاء تفسير بماذا أدت الحركة في هذا الاتجاه، ولماذا هذا العدد من التكرارات، ولذلك فإن منهج التربية البدنية والرياضية باحتوائه على (المواد البيولوجية، علم التشريح، علم وظائف الأعضاء، علم البيو كيمياء.....)¹.

2.5. الأسس السيكولوجية:

نظرا للمنزلة التي تحتلها التربية البدنية والرياضية في المجتمعات الحديثة، أدى هذا التأثير إلى النمو والإعداد البدني، ولكن ذلك يمتد يشمل الصفات الخلقية والرياضية وأنواع الرياضة التي تتطلب الاشتراك في المباريات، وكذا الانتظام في عمليات التدريب نوع النشاط الممارس وإعداد طرق التدريب هذه الأنشطة ذات فعالية عالية لا يتحقق بدون دراسة خصائص

¹ -محمود عوض بسيوني، فيصل التناطى، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر الطبعة 2 سنة 1992، ص88.

وطبيعة النشاط الرياضي من ناحية، ودراسة خصائص الشخصية الرياضي كموضوع هذا النشاط من ناحية أخرى.

3.5. الأسس الاجتماعية:

تستطيع التربية البدنية أن تلعب دورا هاما في تحسين أسلوب الحياة، وذلك لأنها تتخلل الحياة اليومية، وهي مادة علمية ووظيفية تساعد الفرد على التكيف مع الجماعة فما اللعب إلا أحد للتآلف الاجتماعي، وعن طريقه يمكن أن تزداد الأخوة والصدقة، فقد تميز الإنسان البدائي بميله للعنف والضرب وحالات الاستقرار والإثارة، واليوم نجد التربية البدنية تعلم العلاقات الإنسانية السليمة المتفقة مع نسق الموضوع، فاللاعب يبذل قصارى جهده لهزيمة منافسه ولكن بطريقة مقبولة.¹

6. خصائص التربية البدنية والرياضية

تتميز التربية والرياضية من غيرها من النظم التربوية بعدة خصائص أهمها²:

- تعتمد على اللعب بشكل رئيسي للأنشطة
- تساهم في التحصيل المدرسي
- للنشاط الحركي صلة قوية بالعمليات العقلية العليا
- تساهم في فهم جسم الإنسان
- توجه حياة الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة.

¹ أحسن أحمد، سالم الصوني، يحيوي أحمد، واقع التربية البدنية والرياضية بثنائية مدينة مستغانم، معهد ت ب ر مستغانم، مذكرة الليسانس، دورة. جوان 1991، ص19.

² وثيقة من قضايا التربية، التربية البدنية والرياضية، المركز الوطني للوثائق التربوية، الجزائر، 1997، ص 87.

7. أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهقين

من خلال التعاريف السابقة يتضح أن للتربية البدنية والرياضية أهمية خاصة تجعلها تختلف عن باقي الحصص الأخرى حيث نجد أن العالم "محمود عوض البسيوني" يقول " تعتبر التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل العموم الكيمياء، واللغة ولكن تختلف عن هذه المواد بكونها تمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنها تمدهم أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات بتكوين جسم الإنسان، وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات والألعاب المختلفة (الجماعية والفردية)، التي تتم تحت الاشراف التربوي من مربين أعدوا لهذا الغرض.

ويحدد " أحمد خاطر " أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في اكتساب التلاميذ القدرات الحركية وينطلقون بكل قواهم لتحقيق حياة أفضل ومستقبل أكثر حضا من غيرهم.¹

أما أهمية حصة التربية البدنية والرياضية تتجلى عند " كمال عبد الحميد " إن حصة التربية البدنية والرياضية في المنهاج المدرسي هي توفير العديد من الخبرات التي تعمل على تحقيق المطالب في المجتمع، فيما يتعمق بهذا البعد ومن الضروري الاهتمام بتقويم التكيف البدني والمهاري وتطور المعلومات والفهم.²

¹ أحمد خاطر، المياس في المجال الرياضي، بغداد، 1988، ص18.

² كمال عبد الحميد، مقدمة التقويم في التربية البدنية، الماهرة، 1994، ص177.

خاتمة الفصل:

ومن هنا نستخلص بأن حصة التربية البدنية والرياضية تطمح من خلال كل تطبيقاتها أن تكون ذلك الفرد المتكامل من جميع النواحي وهذا بالقضاء على جميع النقائص لدى الفرد خلال مراحلها الثالثة.

الفصل الثالث:

المراقبة في المرحلة

المتوسطة

الفصل الثالث: المراهقة في المرحلة المتوسطة

تمهيد:

عند انتهاء فترة الطفولة تأتي فترة المراهقة وتقع بين البلوغ الجنسي والرشد وفيها يعتري الفرد تغيرات أساسية واضطرابات شديدة في جميع جوانب نموه الجسمي، العقلي، الاجتماعي والانفعالي، لذا فهي فترة حساسة من الحياة الفرد العمرية، حيث تصاحبها عدة تغيرات تشمل جميع النواحي الجسمية والوجدانية للفرد، ناهيك عن بعض الخصائص التي تبرزها هذه المرحلة والتي تجعل من هذه الأخيرة متميزة و حاسمة في نفس الوقت وهي تختلف عن غيرها كونها التي تصوغ القالب الإنساني المستقبلي، حيث نكون قد زرنا أول بذرة لتكوين مجتمع أو أسرة تغمرها المشاكل النفسية والعقلية لذا يأتي دور الأسرة في الدرجة الأولى لرعاية الطفل بالأخص في هذه المرحلة (المراهقة) بعدها يأتي دور المؤسسات التربوية والاجتماعية الذي يستكمل بلورة تلك الرعاية وفقا لأسس وأساليب علمية صحيحة تساعد المراهق على تنمية عالاقات مع جميع أطراف المجتمع الواحد، لذلك يجب أن نوفر الجو الخصب للمرور من هذه المرحلة والوصول إلى سن الرشد.

1- مفهوم المراهقة

1.1. لغة:

جاء في كتاب لسان العرب لابن منظور، "راهق الغلام أي بلغ مبلغ الرجال فهو مراهق، وراهق الغلام، فهو مراهق إذا قارب الاحتلام، والمراهق الغلام الذي قارب الحلم، وجارية مراهقة، ويقال جارية راهق وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى إحدى عشر¹.

وقال ابن فارس: الرء والهاء والقاف أصلان متقاربان، فأحدهما: غشيان الشيء بالشيء الأخير، العجلة والتأخير، فأما الأول فقولهم زهقه الأمر: غشيه.

أما في اللغة اللاتينية: كلمة المراهقة مشتقة من Adolescere بمعنى يكبر، أي ينمو على تمام النضج وعلى أن يبلغ مبلغ سن الرشد²

قال هلا تعالى: "ولا يرهق وجوههم قتر وال ذلة"³، والمراهق: الغلام الذي داني الحلم...

2.1. اصطلاحاً:

المراهقة مصطلح وصفي للفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعالياً وذا خبرة محدودة ويقترب نهاية نموه البدني والعقلي.

عرف (Stanli Holl) المراهقة سنة 1882م " بأنها المرحلة التي تسبق البلوغ وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج، أي الاقتراب من الحلم والنضج"

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

² كمال الدسوقي، النمو التربوي للطفل والمراهق ط 1، دار النهضة العربية، لبنان، 1997، ص 100.

³ سورة يونس، الآية (26).

وعرفها فرويد (Freud) "بأنها فترة تبدأ من البلوغ وتنتهي عند نضوج الأعضاء الجنسية بالمفهوم النفسي"¹.

عرفها الدكتور "ميخائيل إبراهيم أسعد": المراهقة مرحلة انتقال من الطفولة إلى الشباب وتتسم بأنها فترة معقدة من التحول والنمو وتحدث فيها تغيرات عضوية ونفسية وذهنية واضحة².

وعرفها العالم HORROCKSE على أنها: "الفترة التي يكسر فيها المراهق شرنقة الطفولة ليخرج إلى العالم الخارجي ويبدأ في التعامل معه والاندماج فيه"³.

ومن التعاريف السابقة نستخلص أن المراهق هو الفرد غير الناضج انفعاليا، جسميا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة، وهكذا أصبحت المراهقة بمعناها العلمي هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج فهي لهذا عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها.

كما تستخدم في علم النفس مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة الى مرحلة الرشد والنضج.

2- خصائص المراهقة

1.2. الخصائص الانمائية الجسمية:

ويقصد بها التغير نحو اتجاه عادي مقبول وعند المراهق تظهر ناحيتين أساسيتين:

أولاً: الناحية الفيزيولوجية: ويشمل نمو ونشاط بعض الغدد والأجهزة الداخلية التي توافق بعض الظواهر الخارجية او اكتمال الغدد، غدد الجنس ذات الأثر البالغ عمى الجسم او الحالة المزاجية والنفسية للمراهقين.

¹ إبراهيم زكي قشقوش - سيكولوجية المراهقة ط 1، مكتب الأنجلو مصرية، مصر، 1980، ص 75.

² ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الجبل، بيروت، ط2، 1998، ص 220.

³ سعدية محمد علي بهادر. سيكولوجية المراهقة، دار البحوث العلمية، الكويت 1980 ص25.

ثانيا: المرحلة الجسمية المورفولوجية: وتشمل الزيادة في الطول والحجم والوزن حيث يتأخر نمو الجسم العصبي بمقدار سنة تقريبا مما يسبب للمراهق قلقا وتعبا وارهاقا، كما أن سرعة النمو في الفترة الأولى من المراهقة يجعل الحركة غير دقيقة ويميل نحو الكسل والتراخي¹. كما يبلغ الفتيان والفتيات نضجهم البدني الكامل تقريبا، حيث تأخذ ملامح الوجه صورها النمائية تقريبا وتصبح عضلات الفتيان أطول وأثقل من الفتيات².

2.2. الخصائص الحركية:

في مرحلة النمو الحركي يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك والاضطراب الحركي وتأخذ مختلف النواحي للمهارات الحركية في التحسن لتصل الى درجة عالية من الجودة ويستطيع فيها الفتيان بسرعة اكتساب وتعلم مختلف الحركات، وممارسة عدة أنواع من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوى الحركية والعضلية، كما أن زيادة مرونة عضلات الفتاة تساهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية كالجهاز والسباحة.

3- مفهوم المرحلة المتوسطة

يطلق على هذه المرحلة اسم مرحلة المراهقة المبكرة وتمتد من (12-15) سنة من عمر التلميذ، يزداد المراهق في نهايتها قوة وقدرة على الضبط والتحكم في القدرات، فهي فرصة كي يتلقن المهارات الحركية، وكذلك يصل نمو الذكاء في هذه المرحلة تقريبا أقصاه حوالي 15 سنة من عمر التلميذ، وتزداد عملية الفهم والإدراك نتيجة بعض التجارب والخبرات وتظهر في هذه المرحلة نقطة هامة في حياة المراهق حيث يميل الفرد ويستعد للبدء في تكوين مبادئ واتجاهات عن الحياة والمجتمع ومنها الميل إلى القراءة وحب الاطلاع، وتمتاز أيضا هذه

¹ خميل ميخائيل عومنا، سيكولوجية الأمومة والطفولة والمراهقة، دار الفكر العربي ط1، الإسكندرية، 2000، ص301.

² خميل ميخائيل عومنا، سيكولوجية الأمومة والطفولة والمراهقة، المرجع السابق، ص303

المرحلة بتكوين الفرد ليصبح في نهاية المطاف قادرا على أن يستقر فيه المثل والأنماط الاجتماعية.¹

والمرحلة المتوسطة هي مرحلة تقع ضمن ما يعرف بالتعليم الأساسي وتشارك في ذلك مع المرحلة الابتدائية، فالتعليم الأساسي "يضمن تعليما مشتركا لكل التلاميذ، ويسمح لهم باكتساب المعارف والكفاءات الأساسية الضرورية لمواصلة الدراسة في المستوى الموالي أو الالتحاق بالتعليم والتكوين المهنيين، أو المشاركة في حياة المجتمع"²، فالمتعلم في زود بمجموعة من المعطيات المعرفية والمنهجية التي يبني عليها المرحلة المتوسطة ي ممارساته التعليمية داخل المدرسة، وممارساته المهنية خارج المدرسة.

4- أهمية واهداف المرحلة المتوسطة

1.4. أهداف الرحلة المتوسطة:

- مرحلة التعليم المتوسط هي مرحلة ثقافة عامة هدفها تربية النشء تربية إسلامية شاملة لعقيدته وعقله وجسمه وخلقه
- تمكين العقيدة الإسلامية في نفس الطالب وجعلها ضابطة لسلوكه وتصرفاته.
- تزويده بالخبرات والمعارف الملائمة لسنه، حتى يلم بالمبادئ الأساسية لثقافة والعلوم.
- تنمية قدرات التلميذ العقلية والمهارية والتهديبية.
- تربية التلميذ على الحياة الاجتماعية الإسلامية وتدريبه على خدمة مجتمعه ووطنه وتنمية روح النصح والإخلاص لولاة أمره³.

¹ نسيم بومعروف وأحمد سعدي، انعكاسات الإصلاح التربوي في الجزائر على التحصيل الدراسي للتلاميذ في مرحلة التعليم المتوسط _دراسة ميدانية بإكمالبيه يوسف العمودي بمدينة بسكرة، جامعة بسكرة، ص362.

² سعد لعش وإبراهيم قالاتي، الجامع في التشريع المدرسي الجزائري، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، ج1، عين مليلة، الجزائر، 2011، ص 57

³ عن الموقع الإلكتروني: <http://vb.arabsgate.com>، يوم 2022/05/03، الساعة 13:00.

وتتمثل تلك الأهداف في "جعل كل تلميذ يتحكم في قاعدة من الكفاءات التربوية والثقافية والتأهيلية التي تمكنه من مواصلة الدراسة والتكوين بعد التعليم الإلزامي، أو الاندماج في الحياة العملية، وتكون هذه الكفاءات ذات طابع اتصالي، فكري، اجتماعي، وشخصي¹

2.4. أهمية المرحلة المتوسطة

- تتيح المزيد من الفرص لتنمية قدرات واستعدادات الطلبة بما يخدم للاختبار التعليمي أو المهني في المراحل التعليمية الأخرى.

- تتيح المزيد من الفرص لكي يحقق الطالب انتماء أعمق إلى ثقافته الأصلية

- فضلا عن هذا فمرحلة التعليم المتوسط تحتوي وتتضمن مجموعة الأهداف المراد بلوغها والوصول إليها لتحقيق النجاح.

وتكمن أهمية هذه المرحلة بتنمية التلميذ في جميع الجوانب بما فيها الجانب الاجتماعي من خلال الأهداف التي تسعى إلى تحقيقها.

5- أهمية التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة

لحصة التربية البدنية أهمية كبيرة للمراهق حيث أنها مادة مساعدة ومنشطة لنفسيته، وتحقق له فرص الاكتساب الخبرات والمهارات البدنية والحركية التي تزيده رغبة وتفاعلات في الحياة، وتجعله يتحصل على القيم التي يعجز على توفيرها له، وتقوم بصقل مواهبه البدنية والعقلية، بما يتماشى مع متطلبات هذا العصر، لهذا يجب على مناهج التربية البدنية أن ال تقف عائقا لذلك، ولا يأتي ذلك إلا بتكييف ساعات الرياضة داخل وخارج المتوسطة لأنها تشغل الوقت الذي يحس فيه المراهق بالملل، والضجر والقلق وعندما يتعب الرياضي، أو الرياضية المراهقة، يجد نفسه يستسلم للراحة والنوم، ويضيع وقته بما لا يحمد عقباه، ولا يستعيد نشاطه الفكري، والدراسي بعد ذلك، وبما أن التربية البدنية والرياضية بصفة عامة هي جزء متكامل

¹ وزارة التربية الوطنية، مناهج السنة الرابعة من التعليم المتوسط، الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية، الجزائر، ص5

من التربية العامة، والميدان هدفه تكوين الأفراد اللائقين من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية، والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان حصص التربية البدنية والرياضية، والتي اختيرت لغرض تحقيق هذه الأغراض، فإن ذلك يعني أيضا أن حصة التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات، يحقق أيضا هذه الأهداف، وعلى مستوى المتوسطة، المدرسة فهو يضمن النمو الشامل والملزم للتلميذ، ويحقق احتياجاتهم البدنية، مع مراعاة المرحلة الحرجة للتلميذ، حيث يعدل الانتظام في النمو.¹

6- أنماط التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة

يتحدد درس أو حصة التربية البدنية والرياضية، تبعا للهدف الرئيسي الذي يسعى إليه لتحقيقه، وله عدة أنماط منها:

- الحصة تهدف إلى تنمية شخصية التلميذات والتلاميذ بصفة عامة.
- الحصة تهدف لاكتساب المهارات الحركية وتطوير مستوى الأداء تبعا لاتجاهات التلميذات.
- الحصة تهدف إلى قياس المستوى الذي وصل إليه التلميذ أو التلميذة، تبعا لاتجاهاتهم.
- الحصة تهدف إلى تقويم سلوك التلميذات والتلاميذ.²

7- مميزات وخصائص التلاميذ خلال المرحلة المتوسطة

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

- الوراثة - المناخ وطبيعة الغدد النفسية من مميزات التلاميذ في هذه المرحلة ما يلي:

¹ محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، سنة 1992، ص 09.

² وزارة التربية الوطنية، منهاج السنة 4 من التعليم المتوسط، التربية البدنية والرياضية، الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية، الجزائر، 2005، ص29.

- تصل البنات إلى المراهقة قبل البنين عادة، وتتميز هذه المرحلة بتغيرات عقلية وأخرى جسمانية لها أثرها وأهميتها في تربية النشأ، فهي تتميز بالنمو السريع غير المنظم، وقلّة التوافق العضلي العصبي، ونقل الحركات وعدم اتزانها ويقل كذلك عنصر الرشاقة لدى التلاميذ وتظهر عليهم علامات التعب بسرعة.
- عدم الدقة في الحركة .
- الحاجة إلى البحث عن الحقيقة وكذلك المعرفة .
- البحث عن صورته في المجتمع .
- حيرة المراهق لعلاقاته مع الآخرين أو التوقع حول نفسه.
- البحث عن الحوار مع الكبار والمجموعة التي تعتبر ركيزة أساسية لإبراز نفسه.
- تجاوز المصالح العائلية والمدرسية والتفتح على الحياة الاجتماعية.
- ظهور النضج الجنسي ويقظة العواطف يجعل التلميذ سريع التأثر والانفعال.
- تكون القدرة على العمل المتزن ضئيلة، لأن نمو العظام في الطول والسم والكثافة يغير النظام الميكانيكي للجسم كله¹.

وتعد هذه المرحلة للاعتناء باعتدال القامة وتقوية عضلات الجذع خاصة عند ممارسة العدو ولكن ليس لمسافات طويلة، كذلك في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم وكرة السلة فالطفل يميل إلى العمل من أجل الفريق ويتعد عن الأنانية والفردية وهو ما يسمح بتشكيل فرق في مختلف النشاطات حسب اختصاصات وقدرات التلاميذ وعامل المنافسة هنا أهميته تبقى غير بارزة².

¹ الشاطي، م. ع. نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1987، ص 141.

² معوض. ح، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والوسائل التعليمية، مصر، 1963، ص 62.

8- أهمية التربية البدنية والرياضية في حياة المراهق

إن خصائص النمو في مرحلة المراهقة تمكنه من ممارسة الأنشطة الرياضية وفق قواعدها ونظمها الرسمية، لذا يراعي أن تشمل برامج التربية الرياضية والنشاط المدرسي لتلاميذ المرحلة الثانوية على تعدد وتنوع الألعاب الرياضية المنظمة، والاهتمام بالألعاب الصغيرة التي تمهد للألعاب الكبيرة، حيث أنها توفر عنصر التنوع وتتيح الفرصة لاكتساب التلاميذ المهارات الخاصة المرتبطة بالألعاب والأنشطة الرياضية.

كما تساعد التربية البدنية والرياضية المراهق على التعرف على قدراته البدنية والعقلية ويكشف من خلالها مواهبه إضافة إلى إكسابه السلوك السوي، حيث أن ممارسة النشاط البدني الرياضي المدرسي وسيلة تربوية لها تأثيرها الإيجابي على سلوك التلاميذ في مرحلة المراهقة من حيث إكسابهم القيم الأخلاقية والروح الرياضية وقيمة اللعب النظيف والالتزام بقواعد اللعبة وتعمل المسؤوليات والتنافس في سياق تعاوني لذا يجب أن يهتم المربي الرياضي بتقديم الأنشطة الرياضية وفق قواعد تربوية تؤكد على إظهار الجوانب الإيجابية للسلوك واكتساب القيم الأخلاقية.

والتربية البدنية والرياضية عنصر من عناصر التربية العامة، وميدان هدفه هو تكوين مواطن لائق من الناحية العقلية، الانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق أنواع الأنشطة البدنية المختارة لغرض تحقيق الأهداف المسطرة، وبذلك فالتربية البدنية والرياضية تساهم في تحسين الصحة العقلية وذلك بإيجاد منفذ سليم للعواطف وخلق نظرة متفائلة للحياة وتنمية الجانب الصحي البدني والعقلي¹.

¹ محمد رفعت، المراهقين وسن البلوغ، دار المعرفة، بيروت، 1989، ص91.

خاتمة الفصل:

نستخلص من هذ الفصل أن مرحلة المراهقة مرحلة غير عادية لما فيها من تغيرات نفسية وفيزيولوجية لا بد من حدوثها، كمرحلة انتقال من الطفولة إلى النضج والرشد ولكي تمر هذه المرحلة بسالم دون أن تترك أي أثر ضار على شخصية الفرد، البد أن يكون واعي وملم بطبيعة المرحلة، خصوصا من قبل الوالدين ويجب أن تتعاون المؤسسات التعليمية والدينية والإعلامية مع الأهل لتوجيه ورعاية المراهقين، وأردنا من خلال إدراجنا هذا الفصل توضيح علاقة الإصلاحات الخاصة بالتربية البدنية والرياضية كنظام بيداغوجي مع تنشئة المراهقين الذين هم رجال ونساء المستقبل.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:

الإجراءات الميدانية للدراسة

الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد:

وفي هذا الجانب الخاص بالجانب التطبيقي بالدراسة الميدانية سوف نقوم عن طريق توزيع الاستبيان على تلاميذ الطور المتوسط (متوسطات ولاية بسكرة) والذي تمحور أساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها، ثم تقديم عرض وتحليل النتائج للأسئلة المطروحة في الاستبيان بحيث نقوم بوضع جداول لهذه الأسئلة تتضمن عدد المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لكل عبارة لمعرفة درجة الموافقة عليها، وفي الأخير نقوم بعرض الاستنتاج ونوضح فيه مدى صدق الفرضيات التي تتضمنها الدراسة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

إن ما يميز الاستبيان هو صدق الأجوبة وموضوعيتها من طرف الشخص المستجوب، وحرصا منا على إضفاء الصلاحية على جمع المعلومات المختارة بحيث قدمنا استبيان تجريبي للمراهقين يتكون من 30 سؤالاً، مقسما على محورين أساسيين.

وفيما يخص صلاحيات التركيب فقد قدمنا هذه الأسئلة إلى أستاذ اختصاص في منهجية البحث وأستاذ في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وهو (المشرف) هذا قصد إفادتنا وتزويدنا بالمعلومات، وبعد كل هذا استخلصنا وانهينا إلى الاستبيان المقدم في هذا البحث، وأما فيما يخص موثوقية الأسئلة فهي تكمن في موضوعية الأجوبة من طرف الشخص المستجوب بعد تقديمها مباشرة.

2- منهج الدراسة:

لقد قمنا باختيار المنهج الوصفي الذي يعد أحد أبرز المناهج المهمة المستخدمة في الدراسات العلمية ورسائل الماجستير والدكتوراه، ومناهج البحث العلمي بوجه عام تساهم في التعرف على ظاهرة الدراسة، ووضعها في إطارها الصحيح، وتفسير جميع الظروف المحيطة بها، ولقد وقع اختيارنا على هذا المنهج لأنه يتماشى مع طبيعة موضوع بحثنا هذا، وهذا قصد وصف العوامل.

ومن هنا نستطيع أن نقول بان هذا المنهج المتبع يناسب طبيعة موضوعنا.

4- مجتمع البحث:

تمت الدراسة على مجموعة من التلاميذ المتمدرسين تلاميذ الطور المتوسط (متوسطات ولاية بسكرة)، كانوا محل دراستها الميدانية، وذلك لأنهم في مرحلة جد حساسة تعرف بالمراهقة، التي تعتبر مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الشباب.

حيث بلغ عدد المتوسطات بولاية بسكرة 107 مؤسسة أما عدد التلاميذ الإجمالي، 59361 تلميذ وتلميذة.

عينة البحث وكيفية اختيارها:

العينة هي جزء من مجتمع البحث والتي تسمح لنا بإنجاز بحثنا نظرا لصعوبة استجواب كل أفراد المجتمع، وكانت طريقة اختيار العينة عشوائية احتمالية وذلك لسببين:

العينة العشوائية تعطي فرصا متكافئة لكل التلاميذ لأنها لا تأخذ أي اعتبارات أو تمييز أو إعفاء، أو صفات أخرى.

تعتبر من أبسط طرق العينات.

وقمنا بتوزيع استبيان واحد لكل تلميذ بعد تحديد العينة والتي حددت بـ 30 تلميذ.

5- أدوات الدراسة:

لقد استخدمنا في بحثنا هذا طريقة الاستبيان.

* الاستبيان:

في هذا البحث قمنا باستخدام أداة الاستبيان باعتبارها انجح الطرق للتحقق من الإشكالية التي قمنا بطرحها، وهذا لكونها عبارة عن مجموعة من الأسئلة مرتبطة بطريقة منهجية، لتسهل علينا جمع المعلومات المراد الحصول عليها انطلاقا من الفرضيات السابقة، وهو كذلك وسيلة لجمع المعلومات مباشرة من مصدرها الأصلي.

ويعرف الاستبيان بأنه "مجموعة من الأسئلة تتعلق بموضوع أو مجموعة من المواضيع المتواصلة تطرح على فريق مختار من أفراد أو فريق معين منه. من اجل جمع معلومات خاصة بمشكلة من المشكلات الجارية بحثها. (عاقل، 1977، صفحة 37)

وهو عبارة عن جملة من الأسئلة المغلقة، النصف مفتوحة، المفتوحة، الاختيارية يتم وضعها في استمارة توزيع على أشخاص معينين، وهذا للحصول على أجوبة الأسئلة الواردة. كذلك يعتبر الاستبيان أداة مناسبة للمراقبين، وهذا ما دفعنا لاستعماله في هذا البحث خاصة وأننا استعملنا الأسلوب البسيط في طرح الأسئلة لكي يتسنى للمراقق الفهم بسهولة ووضوح.

وتحتوي استمارة الاستبيان على 18 سؤال موجهة لتلاميذ المرحلة المتوسطة وهذه الأسئلة مقسمة إلى ثلاث أبعاد، تمثلت في 05 عبارات للبعد الأول (الجانب الحسي حركي)، 06 عبارات للبعد الثاني (الجانب المعرفي)، و 07 عبارات للبعد الثالث (الجانب الوجداني العاطفي)

6-الأدوات الإحصائية:

من أجل تحليل وترجمة النتائج المحصل عليها، بعد الإجابة على الأسئلة من طرف أفراد العينة، وفرزها اعتمادا على الإحصائيات:

- التكرارات والنسب المئوية درجة أهمية إجابات عينة الدراسة وكذا ترتيب العبارات.

- الانحراف المعياري لمدى انحراف الإجابات بانسجام أو تشتت العبارة.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة

النتائج

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

أولاً: عرض وتحليل النتائج

بعد التقيد بالخطوات المنهجية لمبحث يأتي هذا الفصل الذي سوف نعرض فيه البيانات المتحصل عليها بعد استلام استمارات الاستبيان التي تم توزيعها على أفراد العينة، ثم نقوم بتحميل ومناقشة النتائج على ضوء فرضيات الدراسة لإعطاء توضيحات لكل نتيجة توصمنا إليها، ثم نعرض هذه النتائج في جداول خاصة ونقوم بتمثيلها بيانياً.

وفي الأخير نختم الفصل بالنتائج العامة المتوصل إليها ونقدم بعض الاقتراحات أو الفروض المستقبلية.

أولاً: تحليل عبارات المحور الأول: الجانب الحسي حركي

1- هل تساعد الألعاب شبه رياضية التلميذ على توظيف ما تعلمه في تحقيق الهدف العام للحصة؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	01	12	17	2.53	0.571	مرتفع
النسبة	33.3	40	56.7			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الأولى قيمته 2.53 وانحراف معياري مقدر بـ 0.571 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 17 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 56.7%، وتليها بنسبة 40% أي ما يمثل 12 أفراد لكل من

أجابوا بـ "أحيانا"، مما يدل أن الألعاب شبه رياضية تساعد التلميذ على توظيف ما تعلمه في تحقيق الهدف العام للحصة.

2- هل تساعد الألعاب شبه رياضية التلميذ على توظيف ما تعلمه في تحقيق الهدف العام للحصة؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	02	04	24	2.73	0.583	مرتفع
النسبة	6.7	13.3	80			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الأولى قيمته 2.73 وانحراف معياري مقدر بـ 0.583 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 24 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 80%، وتليها بنسبة 13.3% أي ما يمثل 04 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، مما يدل أن الألعاب شبه رياضية تساعد التلميذ على توظيف ما تعلمه في تحقيق الهدف العام للحصة.

3- هل تلعب الألعاب شبه رياضية دورا في ترغيب التلميذ نحو ممارسة نوع النشاط؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	01	10	19	2.60	0.563	مرتفع
النسبة	3.3	33.3	63.3			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الثالثة قيمته 2.60 وانحراف معياري مقدر بـ 0.563 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 19 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 63.3%، وتليها بنسبة 33.3% أي ما يمثل 10 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، مما يدل أن أفراد عينة البحث يتفقون على أن الألعاب شبه رياضية تلعب دورا في ترغيب التلميذ نحو ممارسة نوع النشاط.

4- هل للألعاب شبه رياضية دور في المساعدة على التعلم الحركي؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	01	12	17	2.53	0.571	مرتفع
النسبة	3.3	40	56.7			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الرابعة قيمته 2.53 وانحراف معياري مقدر بـ 0.571 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 17 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 56.7%، وتليها بنسبة 40% أي ما يمثل 12 فرد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، وأخيرا فرد واحد أجاب بـ "لا" مما يدل أن للألعاب شبه رياضية دور في المساعدة على التعلم الحركي.

5- هل تساعد الألعاب شبه رياضية التلميذ في التقليل من الخوف في المشاركة والتنافس؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	00	04	26	2.86	0.345	مرتفع
النسبة	00	13.3	86.7			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الخامسة قيمته 2.86 وانحراف معياري مقدر بـ 0.345 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 26 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 86.7%، وتليها بنسبة 13.3% أي ما يمثل 04 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، مما يدل أن أفراد عينة البحث يتفقون على أن الألعاب شبه رياضية تساعد التلميذ في التقليل من الخوف في المشاركة والتنافس.

دراسة الفرضية الفرعية الأولى:

للألعاب الشبه رياضية دور في الجانب الحسي حركي

من خلال تحليل عبارات المحور الأول يتضح أن اتجاه العينة لكل العبارات مرتفع بحيث تراوح المتوسط الحسابي بين 2.53 و 2.86 ومنه نقبل الفرضية الفرعية الأولى بحيث نستطيع القول أن للألعاب الشبه رياضية دور في الجانب الحسي الحركي للتلميذ.

ثانيا: تحليل عبارات المحور الثاني: الجانب المعرفي

1- هل تساهم الألعاب شبه رياضية في تحسين حالة الاستيعاب لدى التلميذ؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	05	17	08	1.90	0.661	متوسط
النسبة	16.7	56.7	26.7			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الأولى قيمته 1.90 وانحراف معياري مقدر بـ 0.661 ونرى أن اتجاه العينة متوسط، حيث أن 17 فرد أجاب بـ "أحيانا" أي ما يمثل نسبة 56.7%، وتليها بنسبة 26.7% أي ما يمثل 08 أفراد لكل من أجابوا بـ "نعم"، وأخيرا بنسبة 16.7% أجابوا بـ "لا" مما يدل أن أفراد عينة البحث غير متفقين ما إذا كانت الألعاب شبه رياضية تساهم في تحسين حالة الاستيعاب لدى التلميذ أم لا.

2- هل تساعد الألعاب شبه رياضية على فهم قواعد وقوانين اللعبة؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	05	07	18	2.43	0.773	مرتفع
النسبة	16.7	23.3	60			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الثانية قيمته 2.43 وانحراف معياري مقدر بـ 0.661 ونرى أن اتجاه العينة متوسط، حيث أن 18 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 60%، وتليها بنسبة 23.3% أي ما يمثل 07 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، وأخيرا بنسبة 16.7% أجابوا بـ "لا" مما يدل أن أفراد عينة البحث متفقين على أن الألعاب شبه رياضية تساعد على فهم قواعد وقوانين اللعبة.

3- هل يمكن للتلميذ ان يستخدم التغذية الراجعة مع زملائه أثناء الألعاب شبه رياضية؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	01	11	18	2.56	0.568	مرتفع
النسبة	3.3	36.7	60			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الثالثة قيمته 2.56 وانحراف معياري مقدر بـ 0.568 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 18 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 60%، وتليها بنسبة 36.7% أي ما يمثل 11 فرد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، وأخيرا فرد واحد أجاب بـ "لا" مما يدل أن للتلميذ يمكن ان يستخدم التغذية الراجعة مع زملائه أثناء الألعاب شبه رياضية.

4- هل تساعد الألعاب شبه رياضية التلميذ على فهم واستيعاب الهدف العام للحصة؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	02	06	22	2.66	0.606	مرتفع
النسبة	6.7	20	73.3			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الرابعة قيمته 2.66 وانحراف معياري مقدر بـ 0.606 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 22 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 73.3%، وتليها بنسبة 20% أي ما يمثل 06 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، وأخيرا بنسبة 6.7% أجابوا بـ "لا" مما يدل أن أفراد عينة البحث يتفقون أن الألعاب شبه رياضية تساعد التلميذ على فهم واستيعاب الهدف العام للحصة.

5- هل يتأثر التلميذ بطريقة وأسلوب شرح الأستاذ للألعاب شبه رياضية في الأداء الحركي؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	01	06	23	2.73	0.520	مرتفع
النسبة	3.3	20	76.7			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الخامسة قيمته 2.73 وانحراف معياري مقدر بـ 0.520 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 23 فرد

أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 76.7%، وتليها بنسبة 20% أي ما يمثل 06 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، وأخيرا فرد واحد أجاب بـ "لا" مما يدل أن التلميذ يتأثر بطريقة وأسلوب شرح الأستاذ للألعاب شبه رياضية في الأداء الحركي.

6- هل يمكن للتلميذ ان يدرك الهدف العام للحصة من خلال الألعاب شبه رياضية في حالة تجاوز الأستاذ لشرح الهدف؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	00	16	14	2.46	0.507	مرتفع
النسبة	00	53.3	46.7			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة السادسة قيمته 2.46 وانحراف معياري مقدر بـ 0.507 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 16 فرد أجاب بـ "أحيانا" أي ما يمثل نسبة 53.3%، وتليها بنسبة 46.7% أي ما يمثل 14 أفراد لكل من أجابوا بـ "نعم"، مما يدل أن أفراد عينة البحث يتفقون أنه يمكن للتلميذ ان يدرك الهدف العام للحصة من خلال الألعاب شبه رياضية في حالة تجاوز الأستاذ لشرح الهدف.

دراسة الفرضية الفرعية الثانية:

للألعاب الشبه رياضية دور في الجانب المعرفي

من خلال تحليل عبارات المحور الثاني يتضح أن اتجاه العينة لأغلب العبارات مرتفع بحيث تراوح المتوسط الحسابي بين 1.90 و 2.73 ومنه نقبل الفرضية الفرعية الثانية بحيث نستطيع القول أن للألعاب الشبه رياضية دور في الجانب المعرفي للتلميذ.

ثالثاً: تحليل عبارات المحور الثالث: الجانب الوجداني العاطفي

1- هل تساعد الألعاب شبه رياضية في تحسين الحالة المزاجية للتلميذ؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	00	10	20	2.66	0.479	مرتفع
النسبة	00	33.3	66.7			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الأولى قيمته 2.66 وانحراف معياري مقدر بـ 0.479 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 20 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 66.7%، وتليها بنسبة 33.3% أي ما يمثل 10 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، مما يدل أن أغلب عينة البحث يتفقون أن الألعاب شبه رياضية تساعد في تحسين الحالة المزاجية للتلميذ.

2- هل الألعاب شبه رياضية تساعد على نسيان الخلاف مع زملائه في سبيل الحفاظ على علاقته الطيبة معهم؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	00	03	27	2.90	0.305	مرتفع
النسبة	00	10	90			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الثانية قيمته 2.90 وانحراف معياري مقدر بـ 0.305 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 27 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 90%، وتليها بنسبة 10% أي ما يمثل 03 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحياناً"، مما يدل أن معظم أفراد عينة البحث موافقون على أن الألعاب شبه رياضية تساعد التلميذ على نسيان الخلاف مع زملائه في سبيل الحفاظ على علاقته الطيبة معهم.

3- هل تساعد الألعاب شبه رياضية على الاندماج داخل المجموعة؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	00	05	25	2.83	0.379	مرتفع
النسبة	00	16.7	83.3			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الثالثة قيمته 2.83 وانحراف معياري مقدر بـ 0.379 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 25 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 83.3%، وتليها بنسبة 16.7% أي ما يمثل 05 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحياناً"، مما يدل أن الألعاب شبه رياضية تساعد على اندماج التلميذ داخل المجموعة.

4- هل يقوم التلاميذ بحركات استنزائية نحو بعضهم البعض أثناء ممارسة الألعاب شبه رياضية؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	21	08	01	1.33	0.546	منخفض
النسبة	70	26.7	3.3			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الرابعة قيمته 1.33 وانحراف معياري مقدر بـ 0.546 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 21 فرد أجاب بـ "لا" أي ما يمثل نسبة 70%، وتليها بنسبة 26.7% أي ما يمثل 08 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، وأخيرا فرد واحد أجاب بـ "نعم" مما يدل أن معظم أفراد عينة البحث غير موافقين موافقون على أن التلاميذ يقومون بحركات استنزائية نحو بعضهم البعض أثناء ممارسة الألعاب شبه رياضية.

5- هل ينقل إليكم التلاميذ غضبهم أثناء ممارسة الألعاب شبه رياضية لأي سبب؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	03	24	03	2.00	0.454	مرتفع
النسبة	10	80	10			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة الخامسة قيمته 2.00 وانحراف معياري مقدر بـ 0.454 ونرى أن اتجاه العينة متوسط، حيث أن 24 فرد أجاب بـ "أحيانا" أي ما يمثل نسبة 80%، وتليها بنسبة 10% أي ما يمثل 03 أفراد لكل من أجابوا إما بـ "نعم" أو "لا"، مما يدل أن أفراد عينة البحث غير متفقين ما إذا كان التلاميذ ينقل إليهم غضبهم أثناء ممارسة الألعاب شبه رياضية لأي سبب.

6- هل تساهم الألعاب شبه رياضية في اكتساب المهارة القيادية للتلميذ؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	02	10	18	2.53	0.628	مرتفع
النسبة	6.7	33.3	60			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة السادسة قيمته 2.53 وانحراف معياري مقدر بـ 0.628 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 18 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 60%، وتليها بنسبة 33.3% أي ما يمثل 10 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، وأخيرا 2 أفراد أجابوا بـ "لا" مما يدل أن معظم أفراد عينة البحث متفقين على أن الألعاب شبه رياضية تساهم في اكتساب المهارة القيادية للتلميذ.

7- هل تساعد الألعاب شبه رياضية التلميذ على تحقيق الذات؟

التكرار والنسبة	لا	أحيانا	نعم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة
التكرار	02	09	19	2.56	0.626	مرتفع
النسبة	6.7	30	63.3			

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

من الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لإجابات الأفراد حول العبارة السابعة قيمته 2.56 وانحراف معياري مقدر بـ 0.626 ونرى أن اتجاه العينة مرتفع، حيث أن 19 فرد أجاب بـ "نعم" أي ما يمثل نسبة 63.3%، وتليها بنسبة 30% أي ما يمثل 09 أفراد لكل من أجابوا بـ "أحيانا"، مما يدل أن الألعاب شبه رياضية تساعد التلميذ على تحقيق الذات.

دراسة الفرضية الفرعية الثالثة:

للألعاب الشبه رياضية دور في الجانب الوجداني العاطفي

من خلال تحليل عبارات المحور الثالث يتضح أن اتجاه العينة لأغلب العبارات مرتفع بحيث تراوح المتوسط الحسابي بين 1.33 و 2.90 ومنه نقبل الفرضية الفرعية الثالثة بحيث نستطيع القول أن للألعاب الشبه رياضية دور في الجانب الوجداني العاطفي.

رابعاً: المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحاور الدراسة

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	الترتيب
الجانب الحسي حركي	2.653	0.305	مرتفع	01
الجانب المعرفي	2.461	0.393	مرتفع	02
الجانب الوجداني العاطفي	2.404	0.219	مرتفع	03

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات SPSS.V25

يتضح من خلال الجدول السابق أن اتجاه العينة لكل محاور الدراسة كان مرتفع ما يدل على مستوى قبول عالي، بحيث جاء (الجانب الحسي حركي) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره 2.653 وانحراف معياري 0.305 ما يدل على مستوى تشتت ضعيف في إجابات عينة الدراسة، ويليه (الجانب المعرفي) بمتوسط حسابي 2.461 وانحراف معياري 0.393، وأخيراً (الجانب الوجداني العاطفي)، بمتوسط حسابي 2.404 وانحراف معياري 0.219.

دراسة الفرضية الرئيسية:

للألعاب الشبه رياضية دور في تحقيق اهداف التربية البدنية والرياضية.

من خلال نتائج تحليل المحاور يتضح أن اتجاه العينة لأغلب العبارات مرتفع ومنه نقبل الفرضية الرئيسية بحيث نستطيع القول أن للألعاب الشبه رياضية دور في تحقيق اهداف التربية البدنية والرياضية.

وندعم هذه النتيجة من خلال:

دراسة حباص فوضيل وآخرون، والتي أشارت نتائجها إلى أن للألعاب الشبه رياضية دور كبير وإيجابي في تنمية وتطوير العمل الجماعي والتنافسي وهذا نظرا للجو السائد خلال استعمال الأساتذة لهذه الألعاب والدور الذي تلعبه في جلب التلاميذ نحو الممارسة الجادة

والإيجابية لثرائها بالحوافز والدوافع لذلك، إضافة لما تكتسبه من أنشطة ترويحية حركية تلبى حاجاتهم الطبيعية الأساسية في مثل هذا السن والمتمثلة في اللعب والراحة والمتعة النفسية.

وأيضاً هناك دراسة أخرى أشارت نتائجها إلى أن الألعاب الشبه رياضية ضرورية في حصة التربية البدنية والرياضية لما لها من أهمية كبيرة ودور في تكوين التلميذ اجتماعياً، كما تعمل على تنمية روح التعاون والفعالية داخل حصة التربية البدنية والرياضية وهذا من أجل تحسين المهارات بصفة عامة والحركية بصفة خاصة. وبالتالي يمكن القول بأنه قد تحققت صحة الفرضية الجزئية الأولى بنسبة كبيرة.

الخاتمة

الخاتمة:

ان طريقة اللعب تعتبر إحدى أهم الطرق التي أصبح يعول عليها كثيرا في المجال التربوي ولقد شملت مختلف الأعمار وكلا الجنسين، ذلك لكونها طريقة فعالة تساعد على سرعة التعليم في مختلف الرياضات خاصة الجماعية منها، حيث تستدعي وضع التلميذ في ظروف حقيقية مشابهة لما يرى في المنافسات الرياضية الرسمية وهذا ما تطلب من أساتذة التربية البدنية والرياضية أن يعملوا على تكييف مجموعة من الألعاب شبه الرياضية وتوجيهها لخدمة أهداف الحصة.

كما أن للألعاب شبه الرياضية أهداف تربوية، بدنية، كتنمية الصفات البدنية و تعليم المهارات الحركية و كذا تنمية روح الجماعة، الإدراك البصري (المرئي)، الإحساس بالجسم إلى غير ذلك من الأهداف التي تساعد الطفل في بناء جسمه وعقله بصورة سليمة كما أن الألعاب الشبه الرياضية تعتبر من انجح الطرق والوسائل في عملية تنمية الصفات البدنية كالسرعة، القوة، المداومة، وذلك لان الطفل يقوم بإنجاز تمرين مقترح دون الشعور بالتعب أو الملل وذلك لوجوده في جو تنافسي يسمح له بالعمل أكثر و لمجهود بدني متنوع لكامل الجسم مع المحافظة على التوزيع المتوازن للجهد البدني وكذا وقت الراحة و أيضا المتطلبات التنسيقية و المعرفية.

ومن خلال ما تمت عليه الدراسة تبين لنا أن معظم اهتمامات أساتذة التربية البدنية والرياضية شملت على إدماجهم للألعاب الشبه الرياضية في حصصهم وذلك لوعيهم الأهمية الكبيرة لهذه الألعاب، وذلك بغاية الوصول لتحقيق الأهداف المسطرة.

كما ان لحصة التربية البدنية والرياضية تطمح من خلال كل تطبيقاتها أن تكون ذلك الفرد المتكامل من جميع النواحي.

الخاتمة

ويمكن القول أن الرياضة بصفة عامة والألعاب شبه رياضية بصفة خاصة لها دور كبير انضباط المراهق، فهي تساعد على التعرف على قدراته البدنية والعقلية حيث يكتشف من خلالها مواهبه إضافة إلى إكسابه السلوك السوي، ويعد ممارسة النشاط البدني الرياضي المدرسي وسيلة تربوية لها تأثيرها الإيجابي على سلوك التلاميذ في مرحلة المراهقة من حيث إكسابهم القيم الأخلاقية والروح الرياضية وقيمة اللعب النظيف والالتزام بقواعد اللعبة وتعمل المسؤوليات والتنافس في سياق تعاوني.

من خلال الدراسة الميدانية التي قمنا بها والتي كانت حول بعض متوسطات ولاية بسكرة، ومن خلال جمع المعلومات وتحليلها توصلنا إلى أن الفرضيات التي تم تطرق إليها محققة حيث تبين أن:

- لألعاب شبه رياضية دور في الحسي الحركي.
- للألعاب شبه الرياضية دور في الجانب المعرفي.
- للألعاب شبه الرياضية دور في الجانب الوجداني العاطفي.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1. إبراهيم زكي قشقوش - سيكولوجية المراهقة ط 1، مكتب الأنجلو مصرية، مصر، 1980.
2. أبو الفضل جمال الدين ابن منظور، لسان العرب ط 1، دار الطباعة والنشر، لبنان، 1997.
3. أحسن أحمد، سالم الصوني، يحيىوي أحمد، واقع التربية البدنية والرياضية بثنائية مدينة مستغانم، معهد ت ب ر مستغانم، مذكرة الليسانس، دورة. جوان 1991.
4. أحمد خاطر، المياس في المجال الرياضي، بغداد، 1988.
5. أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي - مناهج التربية البدنية المعاصرة، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000.
6. أمين أنور الخولي، وآخرون، التربية المدرسية دليل معلم الفصل والطالب التربية العملية، ط 4، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
7. حسن السيد أبو عبده، أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، سنة 2002.
8. حسن عبد الجواد: الألعاب الصغيرة، دار العلم للملايين، 1979.
9. حسين السيد أبو عبده: أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، مكتبة الإشعاع، الإسكندرية، 2002.
10. خميل ميخائيل عومنا، سيكولوجية الأمومة والطفولة والمراهقة، دار الفكر العربي ط 1، الإسكندرية، 2000.
11. ديوان المطبوعات الجامعية، (الجزائر) الطبعة الثانية سنة 1992.
12. ريسان مجيد ولؤي غالب، التربية البدنية والحركية للأطفال في سن ما قبل المدرسة ط 1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، 2002.

قائمة المراجع

13. سعد لعمش وإبراهيم قالاتي، الجامع في التشريع المدرسي الجزائري، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، ج1، عين مليلة، الجزائر، 2011.
14. سعدية محمد علي بهادر. سيكولوجية المراهقة، دار البحوث العلمية، الكويت 1980.
15. صفية عبد الرحمان: بحث الطفولة واللعب، القاهرة، 1966.
16. عبد الحميد شرف: التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء وتحدي الإعاقة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2001.
17. عبد الحميد شرف، التخطيط في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، ط1، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1997.
18. عبد الكريم طراد، سعد السوفي، أثر استخدام الألعاب المصغرة في تنمية بعض الصفات البدنية، مذكرة الماستر، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
19. عبد المنعم المليجي وحلمي المليجي، النمو النفسي، ط4، دار النهضة العربية، 1973.
20. عدنان درويش وآخرون: التربية الرياضية المدرسية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994.
21. قول خيرة، حمزة جعيرن، دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي والاجتماعي العاطفي في حصة التربية البدنية والرياضي لتلاميذ المرحلة الثانوية، مجلة علمية محكمة تصدر عن مخبر علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، العدد 1، 2010، جامعة الجزائر.
22. كمال الدسوقي، النمو التربوي للطفل والمراهق ط 1، دار النهضة العربية، لبنان، 1997.
23. كمال عبد الحميد، مقدمة التقويم في التربية البدنية، الماهرة، 1994.
24. محمد رفعت، المراهقين وسن البلوغ، دار المعرفة، بيروت، 1989.

قائمة المراجع

25. محمد سعيد عزمي، أساليب تطوير درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق ط 1، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2004.
26. محمد سعيد عزمي، مدرس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الاساسي، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية، مصر 1980.
27. محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، سنة 1992.
28. محمد مصطفى زيدان، علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.
29. محمد يسد محمد الزعبلوي، خصائص النمو في المراهقة، ط1، مكتبة التوبة، مصر، 1998.
30. مصطفى أمين، تاريخ التربية الرياضية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994.
31. معوض. ح، طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والوسائل التعليمية، مصر، 1963.
32. ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الجبل، بيروت، ط2، 1998.
33. نجم الدين السهروردي: فلسفة اللعب، الدار العربية للطباعة، بغداد، سنة 1977.
34. نسيمه بومعروف وأحمد سعيدي، انعكاسات الإصلاح التربوي في الجزائر على التحصيل الد ارسى للتلاميذ في مرحلة التعليم المتوسط _دراسة ميدانية بإكمالبيه يوسف العمودي بمدينة بسكرة، جامعة بسكرة.
35. هنية محمود الكاشف، دور التربية الرياضية في تنمية الوعي السياسي ط 1، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2004.
36. وثيقة من قضايا التربية، التربية البدنية والرياضية، المركز الوطني للوثائق التربوية، الجزائر، 1997.

قائمة المراجع

37. وزارة التربية الوطنية، مناهج السنة الرابعة من التعليم المتوسط، الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية، الجزائر.

38. وزارة التربية الوطنية، مناهج السنة 4 من التعليم المتوسط، التربية البدنية والرياضية، الديوان الوطني للمطبوعات المدرسية، الجزائر، 2005.

39. عن الموقع الالكتروني: <http://vb.arabsgate.com>، يوم 2022/05/03، الساعة

.13:00

الملاحق

لا	أحيانا	نعم	العبرة
			الجانب الحسي حركي
			هل تساعد الألعاب شبه رياضية التلميذ على توظيف ما تعلمه في تحقيق الهدف العام للحصة؟
			هل تساعد الألعاب شبه رياضية التلميذ على تعلم المهارات الأساسية الخاصة بنوع النشاط؟
			هل تلعب الألعاب شبه رياضية دورا في ترغيب التلميذ نحو ممارسة نوع النشاط؟
			هل للألعاب شبه رياضية دور في المساعدة على التعلم الحركي؟
			هل تساعد الألعاب شبه رياضية التلميذ في التقليل من الخوف في المشاركة والتنافس؟
			الجانب المعرفي
			هل تساهم الألعاب شبه رياضية في تحسين حالة الاستيعاب لدى التلميذ؟
			هل تساعد الألعاب شبه رياضية على فهم قواعد وقوانين اللعبة؟
			هل يمكن للتلميذ ان يستخدم التغذية الراجعة مع زملائه أثناء الألعاب شبه رياضية؟
			هل تساعد الألعاب شبه رياضية التلميذ على فهم واستيعاب الهدف العام للحصة؟
			هل يتأثر التلميذ بطريقة وأسلوب شرح الأستاذ للألعاب شبه رياضية في الأداء الحركي؟

الملاحق

		هل يمكن للتلميذ ان يدرك الهدف العام للحصة من خلال الألعاب شبه رياضية في حالة تجاوز الأستاذ لشرح الهدف؟
		الجانب الوجداني العاطفي
		هل تساعد الألعاب شبه رياضية في تحسين الحالة المزاجية للتلميذ؟
		هل الألعاب شبه رياضية تساعد على نسيان الخلاف مع زملائه في سبيل الحفاظ على علاقته الطيبة معهم؟
		هل تساعد الألعاب شبه رياضية على الاندماج داخل المجموعة؟
		هل يقوم التلاميذ بحركات استفزازية نحو بعضهم البعض أثناء ممارسة الألعاب شبه رياضية؟
		هل ينقل إليكم التلاميذ غضبهم أثناء ممارسة الألعاب شبه رياضية لأي سبب؟
		هل تساهم الألعاب شبه رياضية في اكتساب المهارة القيادية للتلميذ؟
		هل تساعد الألعاب شبه رياضية التلميذ على تحقيق الذات؟

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات:

شكر و عرفان	
المقدمة: أ.....	
1-الإشكالية:.....	4
2-فرضيات الدراسة:.....	5
3-أهمية الدراسة:.....	6
4-اهداف الدراسة:.....	6
5-أسباب اختيار الموضوع:.....	6
6-تحديد المفاهيم والمصطلحات:.....	7
7-الدراسات السابقة:.....	9
الفصل الأول: الألعاب شبه رياضية.....	13
تمهيد عن اللعب:.....	13
1-تعريف الألعاب شبه رياضية.....	14
1.1. لغة:.....	14
2.1. اصطلاحا.....	14
1.2.1. التحفيز:.....	15
1.2.1. التحضير:.....	15
2-تاريخ الألعاب شبه رياضية.....	15
3-أنواع الألعاب شبه رياضية.....	16
1.3. ألعاب الجري والمطاردة:.....	16

17.....	2.3. العاب بسطة التنظيم:
17.....	3.3. الألعاب الجماعية:
17.....	4.3. ألعاب التتابعات:
18.....	4-مبادئ وشروط الألعاب شبه رياضية
18.....	1.4. مبادئ الألعاب شبه رياضية:
19.....	2.4. شروط الألعاب شبه رياضية
20.....	5-خصائص الألعاب شبه رياضية
20.....	6-أهمية الألعاب شبه رياضية
21.....	7-دور الألعاب شبه رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية
22.....	خاتمة الفصل:
24.....	الفصل الثاني: التربية البدنية الرياضية وأهدافها
24.....	تمهيد:
25.....	1. مفهوم التربية البدنية والرياضية
25.....	1.1. مفهوم التربية البدنية:
25.....	2.1. مفهوم التربية الرياضية:
26.....	3.1. الفرق بين التربية البدنية والتربية الرياضية:
26.....	4.1. مفهوم التربية البدنية والرياضية
27.....	2. تاريخ التربية البدنية والرياضية:
28.....	3. طبيعة التربية البدنية والرياضية:
29.....	4. أهداف التربية البدنية والرياضية

فهرس المحتويات

1.4	الأهداف العامة:	29
2.4	الأهداف الخاصة للتربية البدنية والرياضية:	30
5	الأسس العملية للتربية البدنية والرياضية:	31
1.5	الأسس البيولوجية:	31
2.5	الأسس السيكولوجية:	31
3.5	الأسس الاجتماعية:	32
6	خصائص التربية البدنية والرياضية	32
7	أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهقين	33
	خاتمة الفصل:	34
	الفصل الثالث: المراهقة في المرحلة المتوسطة	36
	تمهيد:	36
	1- مفهوم المراهقة	37
	1.1 لغة:	37
	2.1 اصطلاحا:	37
	2- خصائص المراهقة	38
	1.2 الخصائص الانمائية الجسمية:	38
	2.2 الخصائص الحركية:	39
	3- مفهوم المرحلة المتوسطة	39
	4- أهمية واهداف المرحلة المتوسطة	40
	1.4 أهداف الرحلة المتوسطة:	40

فهرس المحتويات

41.....	2.4. أهمية المرحلة المتوسطة
41.....	5- أهمية التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة
42.....	6- أنماط التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة
42.....	7- مميزات وخصائص التلاميذ خلال المرحلة المتوسطة
44.....	8- أهمية التربية البدنية والرياضية في حياة المراهق
45.....	خاتمة الفصل:
48.....	الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة
48.....	تمهيد:
49.....	1- الدراسة الاستطلاعية:
49.....	2- منهج الدراسة:
50.....	5- أدوات الدراسة:
51.....	6- الأدوات الإحصائية:
53.....	الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج
53.....	أولاً: عرض وتحليل النتائج
53.....	أولاً: تحليل عبارات المحور الأول: الجانب الحسي حركي
66.....	رابعاً: المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحاور الدراسة
69.....	الخاتمة:
72.....	قائمة المراجع:
77.....	الملاحق: