



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة



قسم التربية البدنية و الرياضية

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية و الرياضية

ر التغذية الراجعة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية

-دراسة ميدانية لتلاميذ الطور الثانوي ب بلدية حاسي خليفة ولاية الوادي -

إشراف الدكتور:

دشري حميد

إعداد الطالب:

غنايم عبد المجيد

السنة الجامعية: 2011 / 2012

شكر و عرفان

{ مَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ }

سورة يوسف الآية: 12

اللهم الحمد لك حتى ترضى والحمد لك إذا رضيت والحمد لك بعد الرضا.
وأسألك اللهم أن تجعل عملي هذا خالصاً لوجهك الكريم وأن تنفعنا به وأن
تنفع كل من يقرأه.

أتقدم بجزيل الشكر إلى الأستاذ المشرف الدكتور " دشري حميد " الذي
أعانني ودفعني لإتمام هذا البحث ولم يبخل علي بنصائحه وإرشاداته القيمة
كما أثني على صبره وتحمله فشكروا كل الشكر والإمتنان.

إلى كل أساتذة وعمال قسم التربية البدنية والرياضية

إلى طلبة قسم التربية البدنية والرياضية دفعة 2012/2011.

إلى كل من مد يد المساعدة لإتمام هذا العمل القيم من قريب أو بعيد.

تحاياهم عبد المجيد

إهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى اللذان أفننا عمرهما وأهدرا صحتهما حرصا

على رعايتي وراحة بالي ، فهما يفرحان لفرحي ويحزناني لحزني إلى اللذان ضحيا

مناجلي بالغالي و النفيس، إلى أغلى ما املك في هذه الدنيا إلى

"أمي وأبي".

إلى إخواني وأخواتي وإلى شموع البراءة وإلى كل أقاربي.

إلى الدكتور الفاضل "دشري حميد".

إلى كل أصدقائي وزملائي في كل مكان.

إلى كل من أعانني على إتمام هذا البحث.

تخانيم عبد المجيد

محتويات البحث

<u>الموضوع</u>	<u>الصفحة</u>
شكر و عرفان	
إهداء	
مقدمة.....	1
الجانب التمهيدي	
الجانب النظري	
الفصل الأول: التغذية الراجعة	
تمهيد:	12
1-تعريف	12
التغذية الراجعة:	
2-أنواع التغذية الراجعة:.....	15
3-اهداف التزويد بالتغذية الراجعة :	17
4- أهمية التغذية الراجعة :	18
5- وظائف التغذية الراجعة :	18
5-1- توجيه الأداء :	19
5-2- تعزيز الأداء :	19
5-3- التحفيز (دافعية الأداء):	19
6-خصائص التغذية الراجعة:	20
6-1- الخاصية التعزيزية :	20
6-2-الخاصية الدافعية :	20

21 3-6-الخاصية الموجهة
21 7- شروط التغذية الراجعة.
21 8-تأثير التغذية الراجعة.
22 9-اشكال التغذية الراجعة الخارجية:
22 9-1-التغذية الراجعة اللفظية :
22 9-2-التغذية الراجعة المكتوبة :
22 9-2-التغذية الراجعة المرئية :
22 10- خطوات تحليل التغذية الراجعة:
22 10-1-مقارنة أداء المتعلم مع الأداء الصحيح :
22 10-2-اختيار خطأ واحد في المرة الواحدة :
23 10-3-تحديد سبب الخطأ وماذا يجب على المتعلم أدائه للتصحيح :
23 11-كيفية إعطاء التغذية الراجعة لتصحيح الأخطاء :
4 1-الإشكالية.
5 2-الفرضيات.
24 12-حجم التغذية الراجعة.
24 13-متطلبات التغذية الراجعة.
25 14- الاستاذ ودوره في التأثير على تحقيق التغذية الراجعة:
25 15- اقتراحات لتحقيق تغذية راجعة فعالة:
26 خلاصة:

5 أهمية الدراسة	3-
5 أهداف الدراسة:	4-
6 أسباب اختيار الموضوع	5-
6 الدراسات السابقة والمشابهة	6-
9 المفاهيم الأساسية للبحث:	7-

الفصل الثاني:

استاذ وحصة التربية البدنية والرياضية

28 تمهيد	
28 1. التربية البدنية والرياضية	
28 1-1- مفهوم التربية	
28 1-2- مفهوم التربية البدنية	
29 1-3- مفهوم التربية الرياضية	
30 1-4- مفهوم التربية البدنية والرياضية	
31 1-5- طبيعة التربية البدنية والرياضية	
31 1-5-1- التربية البدنية والرياضية كنظام تربوي	
31 1-5-2- التربية البدنية والرياضية كمهنة	
32 1-5-3- التربية البدنية والرياضية كبرامج	
32 1-6- أهداف التربية البدنية والرياضية حسب تقسيم بلوم Ploom	
32 1-6-1- المجال المعرفي: (الإدراكي)	
32 1-6-2- المجال الوجداني (الإنفعالي)	

33 3-6-1 المجال النفس-حركي (المهاري)
33 7-1- أهداف التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.
34 8-1- أهداف التربية البدنية في الجزائر.
34 9-1- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق.
35 2. أستاذ التربية البدنية والرياضية
35 1.2. مفهوم أستاذ التربية البدنية والرياضية.
35 2-2- شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية
35 1-2-2 الشخصية التربوية للمدرس
36 2-2-2 الشخصية القيادية للمدرس
36 2-3- صفات أستاذ التربية البدنية والرياضية.
37 3. حصة التربية البدنية والرياضية
37 1.3. مفهوم حصة التربية والرياضية.
38 2.3. أهداف حصة التربية البدنية والرياضية.
39 3.3. تحضير حصة التربية البدنية والرياضية.
39 3-4- طرق التعليم في حصة التربية البدنية والرياضية.
40 3-4-1- الطريقة الجزئية.
40 3-4-2- الطريقة الكلية.
41 3-4-3- الطريقة الجزئية الكلية (المختلطة)
41 3-5- محتوى حصة التربية البدنية والرياضية.
42 3-5-1- مقدمة الحصة.

42القسم الرئيسي 3-5-2
43النشاط التعليمي أ.
43النشاط التطبيقي ب.
43القسم الختامي 3-5-3
44خلاصة

الفصل الثالث:

المراهقة

46تمهيد:
471- مفهوم المراهقة :
471-1- لغة:
471-2- اصطلاحا:
492- مراحل فترة المراهقة :
491-2- مرحلة بداية المراهقة:
492-2- مرحلة المراهقة المتوسطة:
492-3- مرحلة نهاية المراهقة (مرحلة المراهقة المتأخرة) :
503- مشاكل المراهقة:
501-3- المشاكل الجسمية:
502-3- المشاكل النفسية:
513-3- المشاكل الاجتماعية:

51 4- خصائص و مميزات مرحلة المراهقة:
51 4-1- الخصائص المورفولوجي:
52 4-2- الخصائص الفسيولوجية:
52 4-3- الخصائص النفسية :
53 4-4- الخصائص الحركية:
53 4-5- الخصائص الاجتماعية:
54 4-6- الخصائص العقلية:
54 4-7- الخصائص الانفعالية:
55 5- أهمية المراهقة :
55 6- أهمية حصة التربية البدنية للمراهق:
56 7- القيمة النفسية و الاجتماعية لحصة التربية البدنية و الرياضية للمراهق:.....
57 8- تأثير حصة التربية البدنية في انفعالات التلميذ المراهق:.....
58 الخلاصة :

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:

الأسس المنهجية للدراسة

61	- تمهيد
61 1- الدراسة الاستطلاعية.....
61 2 - المنهج المستخدم

62	3- مجالات البحث
62	4-مجتمع البحث
63	5 - عينة البحث
63	6- ضبط متغيرات الدراسة
64	7- أدوات البحث
65	8- الأداة الإحصائية
65	9- صعوبات البحث
66	خلاصة

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

68	-عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الاول:
79	-عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الثاني
90	-عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الثالث
102	إستنتاج

خاتمة

اقتراحات وتوصيات

قائمة المراجع

الملاحق

الجانب التمهيدي

من بداية خلق الإنسان إلى يومنا هاذ وهو يعيش في جو يسوده العلم و المعرفة و التكوين و التربية حيث تتجلى هذه المعرفة في شتى الميادين العلمية المختلفة ، لا سيما ميدان التربية البدنية و الرياضية، كما اهتمت جميع فئات الشعوب بهذا الميدان فوهبت له جل البحوث و الأعمال العلمية، قصد دراسته و تطوير علاقته بالميادين العلمية الأخرى، كعلم النفس و علم الاجتماع و علم التشريح، وغيرها كذلك من العلوم الحسابية و الفيزيائية... الخ

فالتعليم احد العوامل الاجتماعية ، الذي يبنى فيه المنهاج و الطرق الصحيحة، التي بدورها يستعين بها المربيون لنجاح عملياتهم التعليمية و تطويرها حتى تسير التطور و الازدهار في هذا المجال ، ومن هنا رأينا انه من الضروري التطرق في هذا البحث إلى معرفة اثر ما يورده المعلم من توجيه اثنا و بعد أداء التلميذ لأي نشاط في زيادة مردودية هذا الأخير .

كما أن السلوك هو الأساس في التعلم، و المحصلة النهائية في التعلم هي تغيير سلوك الفرد، فالمدرس أو المدرب عندما يعلم مهارة ما، فإنه يحاول أولاً أن يشرح المهارة لفظياً (السمع)، ثم يعرض الحركة أمام طلابه (البصر)، ثم يطلب منهم أداء المهارة (التجربة)، فإذا ما حاولنا تحليل الموقف التعليمي أعلاه فإننا نلاحظ أن المدرس استطاع أن يغير من سلوك الطالب من عدة جوانب، و عمل على استخدام طرق و وسائل مساعدة، ولا يمكننا اعتبار الممارسة أنها مجرد تكرار عشوائي لحركة ما، وإنما يجب أن يصاحب هذا التكرار التعديل و التعزيز المصاحب وهو ما يعرف بالتغذية الراجعة.¹

و تعتبر التغذية الراجعة أهم ثمار عمليات التقويم، و خصوصاً التقويم التكويني البنائي حيث يتم من خلالها تزويد المتعلم بمعلومات تفصيلية عن طبيعة تعلمه كما أن الدور الذي تلعبه التغذية الراجعة في التعليم ينطلق من مبادئ النظريات الإرتباطية و السلوكية التي تؤكد على حقيقة أن الفرد يقوم بتغيير سلوكه عندما يعرف نتائج سلوكه السابق ، كما تؤكد تلك النظريات على الدور التعزيزي للتغذية الراجعة، و أنها تعمل على استثارة دافعية المتعلم، و توجيه طاقاته نحو التعلم، كما أنها تساهم في تثبيت المعلومات و ترسيخها و بالتالي تساعد على رفع مستوى الأداء في المهمات التعليمية اللاحقة.²

¹ - عبد الحق، عماد. "الطريقة العلمية الحديثة في انتقاء ناشئ الجميز"، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (أ) للعلوم الإنسانية، المجلد 13، العدد1 (1999)

² -Hogarth.R. , Gibbs. B. (1991).Learning from feedback: Exactingness and incentives, Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition 17(4),734-752.

انطلاقاً من أهمية التغذية الراجعة في العملية التعليمية قام بعض الباحثين من ذوي الاختصاص في مجال البحث التربوي بتحديد مفهومها بأنها " المعلومات التي يتلقاها المتعلم بعد الأداء بحيث تمكنه من معرفة مدى صحة استجابته للمهمة التعليمية"¹،

ومن هنا يتبين لنا ضرورة استخدام أشكال متعددة من التغذية الراجعة في حصة التربية البدنية و الرياضية بمختلف مراحلها من أجل رفع مستوى التحصيل الدراسي للتلاميذ وتحقيق الأهداف بوقت أقصر وجهد أقل ، وكذلك ضرورة تدريب المعلمين من خلال الدورات على هذه الطريقة من أجل الوصول إلى أعلى المستويات في عملية التعليم وتحقيق بعض الأهداف في حصة التربية البدنية و الرياضية.

واستجابة للهدف الذي نسعى لتحقيقه في هذه المذكرة بعنوان "دور التغذية الراجعة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية " فقد تم تقسيم موضوعنا هذا إلى مايلي:

- الجانب التمهيدي :وهو الجانب الذي تناولنا فيه أبعاد المشكلة و صياغتها ووضع فروضها، بالإضافة إلى ذكر أهمية و أهداف الدراسة و أسباب اختيار الموضوع ثم تطرقنا إلى بعض الدراسات السابقة والمشابهة بالموضوع .

- الجانب النظري: التي هي عبارة على مرجع للوصول إلى حل للمشكلة إن أمكن.

الذي بدوره يحتوي على ثلاثة فصول :

الفصل الأول الذي تناولنا فيه مفهوم التغذية الراجعة و أنواعها وأشكالها.

بينما جاء في **الفصل الثاني** الذي تناولنا فيه بعض المفاهيم لمادة التربية البدنية و الرياضية وأهدافها... الخ ، وكذلك أستاذ التربية البدنية و الرياضية وخصائصه و حصة التربية البدنية و الرياضية .

وفي **الفصل الثالث** تناولنا مفهوم المراهقة ومراحلها وخصائصها واحتياجاتها من مختلف النواحي ومشاكلها.

- **الجانب التطبيقي** و هو يتطرق إلى الدراسة الميدانية الذي يحتوي على فصلين:

الفصل الرابع تناولنا فيه الإجراءات المنهجية لدراسة.

أما **الفصل الخامس** فقمنا بعرض وتحليل النتائج.

¹ -الجبالي، عويس. التدريب الرياضي الحديث بين النظرية والتطبيق، ط 1. دار M.S.N، القاهرة، جمهورية مصر العربية. (2000).

1- الإشكالية:

إن التغذية الراجعة هي إعلام التلميذ نتيجة تعلمه من خلال تزويده بمعلومات عن سير أدائه بشكل مستمر ، لمساعدته في تثبيت ذلك الأداء ، إذا كان يسير في الاتجاه الصحيح ، أو تعديله إذا كان بحاجة إلى تعديل . وهذا يشير إلى ارتباط مفهوم التغذية الراجعة بالمفهوم الشامل لعملية التقويم باعتبارها إحدى الوسائل التي تستخدم من أجل ضمان تحقيق أقصى ما يمكن تحقيقه من الغايات والأهداف التي تسعى العملية التعليمية التعلمية إلى بلوغها.

كما أن من مهام المعلمين في غرفة الصف أن يقدموا معلومات التغذية الراجعة الضرورية ، أو الإشارة إليها لطلابهم ، وعليهم أن يتأكدوا من أن الطالب يستطيع أن يلاحظ العلاقة بين العمل والمعلومات المقدمة إليه في التغذية الراجعة . فإن كانت البيئة المثيرة معقدة أو جديدة ، أو كان العمل معقداً أو جديداً فإنه يتعين على المعلم أن يخطط لكيفية توجيه الطلاب لإدراك معلومات التغذية الراجعة المهمة . كما يتعين على المعلمين أيضاً أن يحاولوا كلما أتاحت لهم الفرصة أن يقدموا معلومات التغذية الراجعة بعد أداء العمل مباشرة .

ولقد أشارت العديد من الدراسات التي أجريت في مجال التربية الرياضية إلى أهمية التغذية الراجعة المدعومة بالمعلومات ومعرفة النتائج في رفع مستوى الأداء الفني في بعض الفعاليات الرياضية وفي تقويم وتدعيم الاستجابة المتعلمة وفي تسيير عملية الانتقاء وكفاءة المتعلم و بناء على ما سبق فإننا نطرح التساؤلات التالية :

التساؤل العام:

هل للتغذية الراجعة دور في تحقيق بعض أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية ؟.

التساؤلات الفرعية:

هل للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف النفسية لحصة التربية البدنية و الرياضية ؟

هل للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الاجتماعية لحصة التربية البدنية و الرياضية ؟

هل للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الصحية لحصة التربية البدنية و الرياضية ؟

2- الفرضيات:

الفرضية العامة:

للتغذية الراجعة دور في تحقيق بعض أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية .

الفرضيات الجزئية:

للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف النفسية لحصة التربية البدنية و الرياضية .

للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الاجتماعية لحصة التربية البدنية و الرياضية .

للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الصحية لحصة التربية البدنية و الرياضية .

3- أهمية الدراسة :

من المعروف أن التغذية الراجعة مهمة متعددة الأبعاد وتستلزم معرفة وفهم الكثير من الاحتياجات التنظيمية ولذلك على المعلم أن يتقن مختلف الأدوار المطلوبة للتعامل مع مختلف الأفراد في مختلف الظروف بمهارة وفعالية .

وتمثل أهمية الدراسة في ما يلي :

التعمق أكثر في مفهوم التغذية الراجعة وتأثيرها على تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية

معرفة ادوار التغذية الراجعة وعلاقتها في نجاح تطبيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية

- إبراز حاجة حصة التربية البدنية و الرياضية في ضرورة تكوين قيادات تعمل على تطوير مفهوم التغذية الراجعة .

- كل هذا إلا أنه إذا أردنا تحسين الأداء الرياضي علينا بدراسة العوامل المؤثرة فيه، بما في ذلك التغذية الراجعة ودرها

في تحقيق الاهداف.

4- أهداف الدراسة:

لقد سبق وأن أوضحنا أن هدف بحثنا يتمحور حول دور التغذية الراجعة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و

الرياضية المتبعة من طرف أساتذة التربية البدنية و الرياضية وكذا دراسة علاقتها بالأداء، هذا من جهة ومن جهة أخرى

تهدف دراستنا إلى:

إبراز حاجة التربية البدنية و الرياضية إلى التغذية الراجعة

دور التغذية الراجعة في التأثير على تحقيق الأهداف النفسية لحصة التربية البدنية و الرياضية ؟

دور التغذية الراجعة في التأثير على تحقيق الأهداف الاجتماعية لحصة التربية البدنية و الرياضية ؟

دور التغذية الراجعة في التأثير على تحقيق الأهداف الصحية لحصة التربية البدنية و الرياضية ؟

محاولة الإطلاع على بعض الاحتياجات و المتطلبات لتطبيق التغذية الراجعة التي تؤثر في أهداف حصة التربية البدنية و

الرياضية.

معرفة النتائج المترتبة على عمل التغذية الراجعة ومدى إسهامها في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية.

5- أسباب اختيار الموضوع

➤ إن اختيارنا لهذا الموضوع لم يكن عشوائيا بل كانت له عدة أسباب و التي طرحت عدة تساؤلات حيث وجهتنا لاختيار هذا الموضوع و من بين هذه الأسباب ما يلي:

➤ ندرة البحوث التي تبحث في هذا الجانب .

➤ الغموض الذي يكتنف مفهوم التغذية الراجعة ومدى تحقيقها لأهداف حصة التربية البدنية و الرياضية.

➤ التأكيد على أهمية دراسة دور التغذية الراجعة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية.

➤ التعرف بأساليب توظيف التغذية الراجعة في حصة التربية البدنية و الرياضية .

6- الدراسات السابقة والمثابهة

و في ما يلي بعض المواضيع التي تحاكي هذه الدراسة والتي كانت مرجعا لمسيرة البحث ومحاولة الوصول إلى حل للمشكلات المطروحة آنفا ومنها :

الدراسة الاولى:

دراسة بوعروري عبد الناصر و ضباني وليد ، تحت عنوان، دور التغذية الراجعة السمعية والبصرية في التعلم الحركي للمهارات الأساسية في كرة السلة ، سنة 2010 وهدفت الى التعرف على ما اذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج المحاولات للعينات التجريبية الثلاث الأولى التغذية الراجعة السمعية والثانية التغذية الراجعة البصرية والثالثة التغذية الراجعة السمعية البصرية على المهارات في كرة السلة. والفروق بين المحاولات الثلاث للمجموعات التجريبية التغذية الراجعة السمعية والتغذية الراجعة البصرية والتغذية الراجعة السمعية البصرية على المهارات في كرة السلة.

والعلاقة الارتباطية بين نتائج الاختبارات المتحصل عليها في مختلف المهارات لكرة السلة، وكان مجتمع البحث طلاب تخصص كرة السلة وعددهم 82 طالبا، وتكون مجتمع البحث من 30 طالبا تم اختيارهم بطريقة عشوائية واستخدموا في دراستهم المنهج التجريبي، وتوصل الى تحقيق الفرضيات المسطرة، واستنتجوا أن المهارات المختلفة لكرة السلة مرتبطة فيما بينها أي كلما زادت مهارة تأثرت المهارة الأخرى بمعنى أن إذا زادت مهارة أدت إلى الزيادة أو التقليل من المهارات الأخرى في كرة السلة.

الدراسة الثانية: دراسة عماد صالح عبد الحق و أحمد مصطفى بني عطا تحت عنوان: أثر التغذية الراجعة الفورية والمؤجلة على تحسين أداء مهاري الوقوف على اليدين، ومهارة الشقلبة الجانبية على بساط الحركات الأرضية، وكانت اشكاليات البحث ما يلي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى الأداء المهاري قيد الدراسة، ولأفراد مجموعة التغذية الراجعة الفورية ولصالح القياس البعدي.

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) بين القياسين القبلي والبعدي لمستوى الأداء المهاري قيد الدراسة، ولأفراد مجموعة التغذية الراجعة المؤجلة ولصالح القياس البعدي.

هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في القياس البعدي بين اثر استخدام التغذية الراجعة الفورية والمؤجلة ولصالح الفورية على تحسين الأداء في بعض المهارات الأساسية في الجمناستيك.

أما الفرضيات افترضوا تحقيق الفرضيات، اما المنهج المستخدم فهو المنهج التجريبي نظرا لملاءمته لطبيعة الدراسة بالاستعانة بطريقة المجموعات المتكافئة عن طريق القياس القبلي والبعدي.

ومجتمع الدراسة: تكون من طلبة قسم التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية والبالغ عددهم (220) طالبا.

واستنتجوا: أن استخدام التغذية الراجعة الفورية والمؤجلة تعمل على تحسين الأداء المهاري على بعض الحركات الأساسية (مهارة الوقوف على اليدين، ومهارة الشقلبة الجانبية) على بساط الحركات الأرضية.

- ضرورة استخدام التغذية الراجعة الفورية عند تعليم المهارات السهلة مع المبتدئين، والتغذية الراجعة المؤجلة عند تعليم المهارات الصعبة والمعقدة.

الدراسة الثالثة:

وفي دراسة الحطيات وبنبي عطا (2007) والتي هدفت إلى التعرف إلى أثر التغذية الراجعة الفورية والمؤجلة على تعلم سباحة الفراشة حيث تكونت عينة الدراسة من (20 طالبا) من طلاب تخصص سباحة في جامعة مؤتة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وقسمت العينة إلى مجموعتين متكافئتين ومتساويتين مجموعة التغذية الراجعة الفورية ومجموعة التغذية الراجعة المؤجلة وتم تنفيذ برنامج تعليمي لسباحة الفراشة مدته ثمانية أسابيع وقد أظهرت نتائج الدراسة أن التغذية الراجعة الفورية أثرا إيجابيا كبيرا على تعلم سباحة الفراشة.

الدراسة الرابعة:

كما قام كل من المارديني والوديان (2001) بدراسة عنونها أثر برنامج تدريبي مقترح باستخدام التغذية الراجعة في تحسين بعض المهارات الأساسية بكرة السلة. حيث أجريت الدراسة على عينة قوامها (20 طالبا) من طلاب كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك بالأردن حيث قسم الطلاب إلى مجموعتين متجانستين من حيث العمر والطول والوزن والمستوى الأدائي للمهارات الأساسية في كرة السلة، وقد طبق على المجموعة الأولى في تعليمهم التغذية الراجعة كأسلوب مرافق للبرنامج التدريبي المعتمد بينما لم يستخدم هذا الأسلوب على المجموعة الثانية. وقد أظهرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأوساط الحسابية لمجموعتي الدراسة على تحسين مهارة التصويب من الثبات بكرة السلة ولصالح المجموعة الأولى.

الدراسة الخامسة:

وفي دراسة حسين (2002) بهدف التعرف إلى أثر استخدام التغذية الراجعة "معرفة الأداء" ومعرفة النتائج في تعلم مهارة الوقوف على اليدين وكذلك التعرف إلى الفرق بين "معرفة الأداء" ومعرفة النتائج بالتشجيع اللفظي الإيجابي وأهمية كل منهما في التعلم الحركي الميداني، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (69 طالبة) من طالبات الصف الثاني في كلية التربية الرياضية للبنات حيث قسمت إلى أربع مجموعات تم اختيارهن بطريقة بالطريقة العشوائية ومن عديمي الخبرة في هذه المهارة. وقد توصل الباحث إلى أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية ولصالح البعدية لمجموعات عينة البحث.

الدراسة السادسة:

وقامت شلش (2007) بدراسة هدفت التعرف إلى التغذية الراجعة وأنواعها (معرفة الأداء) و(معرفة النتيجة) و(معرفة الأداء والنتيجة) ومقارنتها وذلك من أجل بيان أيهما أكثر تأثيرا في تعلم مهارة دقة التصويب بكرة القدم لأطفال المرحلة السادسة ابتدائي. وقد تكونت عينة البحث من (40 تلميذ) من المجموعات الثلاث كل حسب نوعها ولم يقدم للمجموعة الرابعة. وقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين المجموعة الضابطة والمجموعات التجريبية الثلاث في تعلم دقة التصويب بكرة القدم ولصالح المجموعات التجريبية.

الدراسة السابعة:

وفي دراسة قام بها وليد خنفر (2009) وبعنوان: أثر استخدام التغذية الراجعة الفورية والمؤجلة على تعلم مهارة التصويبة السلمية كرة السلة، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (38 طالباً) تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وتم تقسيمهم إلى أربع مجموعات: المجموعة الأولى وعددهم (10 طلاب) وقد استخدم معهم الأسلوب التقليدي، والمجموعة الثانية وعددهم (9 طلاب) وقد استخدم معهم التغذية الراجعة الفورية اللفظية، والمجموعة الثالثة وعددهم (10 طلاب) وقد استخدم معهم التغذية الراجعة المؤجلة المرئية، والمجموعة الرابعة وعددهم (9 طلاب) وقد استخدم معهم التغذية الراجعة الفورية اللفظية والمؤجلة المرئية، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي بين أفراد المجموعات الأربعة ولصالح مجموعة التغذية الراجعة الفورية اللفظية والمؤجلة المرئية.

الدراسة الثامنة:

وقام ناصر (2005) بدراسة هدفت إلى مقارنة بعض أساليب التغذية الراجعة المستعملة في تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليمنى بالملاكمة لطلبة المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية، حيث استخدم المنهج التجريبي وعلى عينة قوامها (30 طالباً) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ومستخدمها ثلاثة أساليب للتغذية الراجعة، السمعية البصرية، والبصرية الحسية، والسمعية الحسية، وقد توصل الباحث إلى أن أسلوب السمع البصري يؤثر إيجابياً في مستوى تعلم مهارة اللكمة المستقيمة اليمنى.

7- المفاهيم الأساسية للبحث :

إن تحديد المفاهيم يتطلبه أي بحث علمي ولقد لجأنا إلى تعريف بعض المصطلحات الواردة في بحثنا هذا:

التغذية الراجعة:

هي مجمل المعلومات التي يسردها المعلم من جراء ملاحظته لأداء التلميذ ، تساهم مساهمة فعالة في عملية التغيير التي تحصل عند هؤلاء التلاميذ ... ذلك يدفعهم إلى التعلم¹.

ومن هنا يمكن أن نعرف التغذية الراجعة على أنها كل الاستجابات سواء كانت عن طريق معلومات (نصائح تصحيحات ، توضيحات وأوامر...) التي يعطيها المعلم بعد ملاحظته لأداء التلميذ ، وهذا بغرض تعديله أو توجيهه حسب ما أراه وبينه المعلم .

- التربية البدنية والرياضية :

¹ - د. صباح باقر وآخرون : تحليل التفاعل اللفظي بين المعلم والتلميذ، مركز البحوث النفسية، بغداد، 1976، ص15

تعريف "ناش" حيث يقول: "أنها جزء من التربية العامة تستغل دوافع النشاط الطبيعي في الفرد لتنميته من النواحي العضوية والتوافقية والتهذيبية".¹

-أستاذ التربية البدنية والرياضية :

أستاذ التربية البدنية والرياضية هو أكثر الأساتذة في المدرسة تأثيراً على التلاميذ، فلا يقتصر دوره على تقديم أوجه الأنشطة المتعددة البدنية والرياضية بل له دور أكبر من ذلك فهو يعمل على تقديم واجبات تربوية من خلال الأنشطة البدنية والرياضية التي تهدف إلى تنمية وتشكيل القيم والأخلاق الرفيعة لدى التلاميذ .

- حصة التربية البدنية والرياضية :

وتعتبر حصة التربية البدنية والرياضية الوحدة الأساسية لتكوين الدورة ويتمثل مركز اهتمامها في النشاط الرياضي، أو تغير جسدي أو فعل حركي معين، ويتم تحديد مركز الاهتمام أو الموضوع للحصة تبعاً للأهداف المرجوة أو المنشودة من خلال الإجراء الخاصة بالحصة والتي تساهم كل واحدة فيخدمه المحور الأخر²

-المراقبة :

يعرفها (N.Sillahy) بأنها مرحلة انتقال من عالم الطفولة إلى عالم الرشد . وحدادها تكون بين 12-13 سنة و 18-21 سنة وتحديدها الدقيق يكون صعب فعمر المراهق يتغير حسب الجنس، العرق، الأوساط الاجتماعية والثقافية و الاقتصادية و الشروط الجغرافية. ويقول عنها إنها مرحلة صعبة لأن الرغبة في الاستقلالية و الحرية لا تتلاءم مع التبعية المادية بالنسبة للعائلة .³

أما العالم ' هوروكس ' فيعرفها على أنها الفترة التي يكسر فيها المراهق شرنقة الطفولة ليخرج إلى العالم الخارجي ويبدأ في التعامل معه و الاندماج فيه ويعرفها العالم ' ستانلي هال ' على أنها المرحلة العمرية التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواطف و الانفعالات الحادة و العنيفة⁴ .

¹ - محمد الحمادي، دامي الخولي، أساس بناء برنامج التربية الرياضية، الكتاب الحديث للنشر والتوزيع، الكويت، 1990، ص 6.

² - محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 2، 1992، ص 94-96.

³ - د بسطويسي أحمد ، أسس نظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة، ط 1، 1996، ص 175 .

⁴ - سعدية محمد بشار، علم النفس النمو، دار البحوث العلمية، الكويت 1980، ص 327.

الجانب النظري

الفصل الأول: التغذية الراجعة

تمهيد :

ينصب موضوع دراستنا حول مفهوم التغذية الراجعة وهذا لما لها من دور فعال على حصة التربية البدنية و الرياضية ، والذي يمس عدة جوانب باعتبارها متغيرات تؤثر في الحصة والتي تنبع من المعلم نحو المتعلم،

فالتغذية الراجعة هي عبارة عن إتاحة الفرصة للمتعلم ليعرف ما إذا كان جوابه عن السؤال المطروح أو المشكلة المطلوب منه معالجتها صحيحاً أو خاطئاً ، بل يتعدى بعض الباحثين ليؤكد أن التغذية الراجعة لا تقتصر على إعلام المتعلم بنتيجة تعلمه ، بل على المعلم أن يبين للمتعلم مدى الصحة في جوابه ومدى الخطأ إلى أي حد كان جوابه صحيحاً أو خاطئاً ؛ ومعنى آخر إلى أي مستوى كان جوابه دقيقاً وصحيحاً ولماذا كان كذلك ، وأن يعلمه أيّاً من الأهداف السلوكية التي نجح في تعلمها وأيّاً منها ما يزال يتعثّر في تعلمها ، ثم أين كان موقعه من تحقيق الهدف الكلي النهائي المرغوب فيه .

1- تعريف التغذية الراجعة :

في ميدان التربية البدنية و الرياضية يشير *Pieron .M* (بيرون . م) ان التغذية الراجعة ، هي عبارة عن استجابة لمختلف السلوكيات الحركية للتلاميذ وهذا بالعلاقة بالمهمة و الاداء المطلوب¹

وتأكد (رمزية الغريب) بأن مصطلح التغذية الراجعة: "يستخدم في نظرية الضبط الذاتي للسلوك، بوصفه نوعاً من التبادل بين نوعين أو أكثر من الأحداث، بحيث يستطيع حدث معين أن يبعث نشاطاً ثانوياً لاحقاً (مثير انبعث عن استجابة)، وهذا بدوره يؤثر بطريقة رجعية، أو بأثر رجعي على النشاط أو الاستجابة السابقة، فيعيد توجيهه إذا كان قد حاد عن الهدف".²

ويعرف (داريل ساند نتوب) التغذية الراجعة: "بأنها المعلومات التي تصدر بخصوص استجابة معينة، وتستعمل لتبديل الاستجابة القادمة".³

¹ - Pieron.M

“ pedagogie des activites physique et du sport “ed :revue E.P.Scol , recherche et formation .Ed : fevrier 1992 , Paris , 1986,P31

² - رمزية الغريب: التعلم دراسة نفسية توجيهية تفسيرية، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر، ص: 451.

³ - داريل ساند نتوب ترجمة عباس صالح السامرائي،: تطور مهارات تدريس التربية الرياضية، بغداد، العراق، 1992، ص: 25.

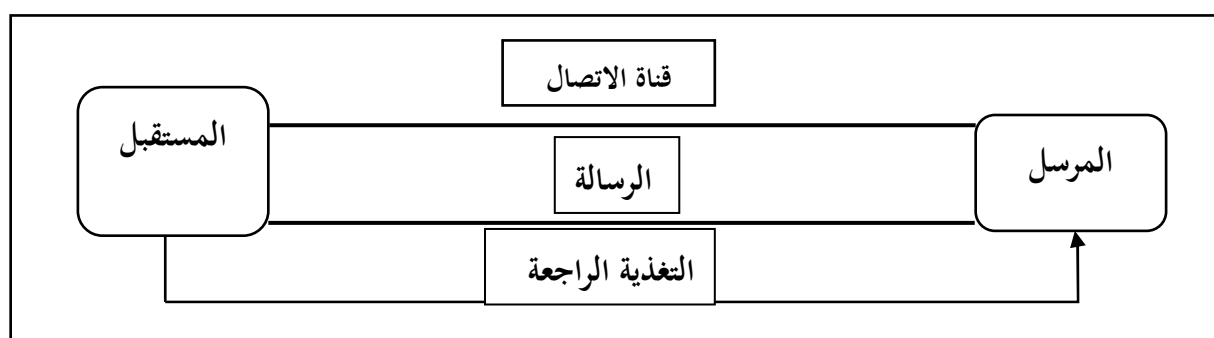
ويعرفها عبدالحافظ محمد سلامة على انها عملية تعبير متعدد الأشكال، تبين مدى تأثير المستقبل بإحدى وسائل المعرفة، أو مدى تأثير المعرفة أو مدى تأثير الوسائل على هذا المستقبل، لقياس فعالية الوسيلة، أو القناة الاتصال التي استخدمت في توصيل الرسائل".¹

ويقول (فتحي إبراهيم حماد) بأن التغذية الراجعة هي "المعلومات التي توضح الفارق بين الهدف المحدد للأداء، وبين الأداء المنفذ. كما تعتبر نوعاً من المعلومات المغذاة من العين، والأذن، والعضلات، والمفاصل، والجلد، والتي تخبر المؤدي بالظروف المحيطة بالحركة التي نفذها".²

من خلال التعاريف السابقة، نستنتج أن التغذية الراجعة هي جميع المعلومات التي يمكن أن يتحصل عليها المتعلم من مصادر مختلفة (داخلية أو خارجية أو كليهما معاً)، قبل أو أثناء أو بعد العمل، لتعديل سلوكه أو حدوث استجابة مرادة.

والتغذية الراجعة مهمة في عملية التعلم، وهي لا تتوقف عند حد معين، أو عند الوصول إلى الإنجاز المرغوب فيه، بل تتبع المتعلم خلال جميع مراحل التعلم وتسير معه، وهذه المعلومات تتغير تبعاً لهدف، وكذلك لنوع الإنجاز (الاستجابة)، حيث تكون المعلومات ملائمة لمستوى المتعلم ومرحلة التعلم.

ويضيف (ريحي مصطفى عليان) في هذا الخصوص بأن التغذية الراجعة في عملية الاتصال: "عبارة عن ردود الفعل تنعكس على المستقبل في فهمه أو عدم فهمه للرسالة، ومدى تفاعله معها، وتأثيره بها، حيث إنه من المفروض أن يتخذ المستقبل موقفاً معيناً من الأفكار والخبرات والمعلومات التي يستعملها. وهذا الموقف يؤثر غالباً في تعديل الرسالة أو تبديلها وإرسالها إلى المستقبل نفسه، أو إلى مستقبلين آخرين غيره، والشكل الموالي يمثل عملية الاتصال".³



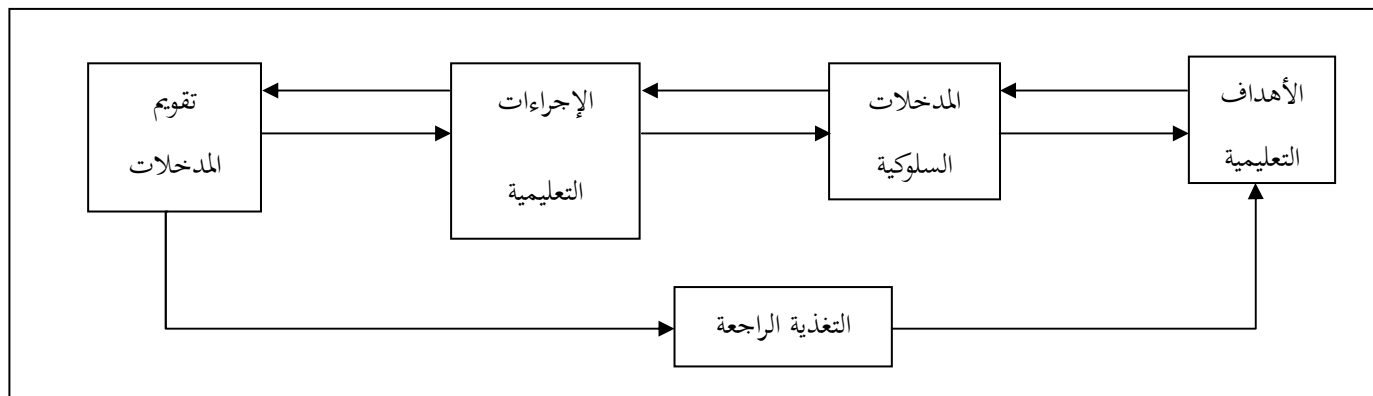
شكل رقم (01) يمثل عملية الاتصال

¹ - عبدالحافظ محمد سلامة : وسائل الاتصال وتكنولوجيا التعلم، دار الفكر، ط 2، القاهرة، مصر، 1998، ص: 21.

² - فتحي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، دار الفكر العربي، 1996، ص: 183.

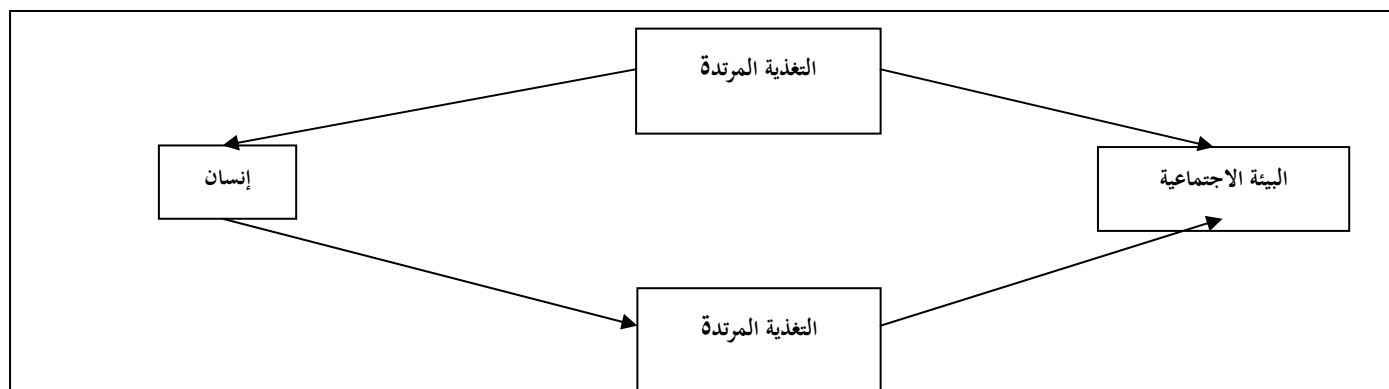
³ - خالد القضاة: مدخل في التربية والتعليم، دار البازوري، ط 1، بيروت، لبنان، 1998، ص: 327.

في ميدان التعلم، يصطلح على أن التغذية الراجعة "تعتبر مصدرا للإخطارات للتعلم، فيما يتعلق بالأداء، والتغذية الراجعة كمصدر للإخطارات، قد تكون مرتبطة بمعلومات عن النتائج أو بمعلومات عن الأداء، ومعلومات عن النتائج تخص الأداء بمعنى تحصيل الهدف، أما معلومات عن الأداء، فتربط كثيرا بميكانيكية الأداء أي بالنوع وبصحة الحركة أو كفاءتها".¹ والشكل التالي يوضح حدوث عملية التعلم:²



شكل رقم (02) يوضح نموذج جليزر لعملية التعلم والتغذية الراجعة

ويقول (يوسف الشيخ) حول التغذية الراجعة في المجال التعلم الحركي: تعتبر التغذية المرتدة هي المعلومات الواردة إلى الإنسان نتيجة لحركته"، أي أن الإنسان يتلقى التغذية الراجعة، بشكل مقصود أو غير مقصود من البيئة التي تحيط به، فهي التي تحدد له نوع السلوك الذي يتقيد به، والتصرفات التي يجب أن يقوم بها، والتي لا يجب أن يقوم بها.



شكل رقم (03) يوضح أساس التغذية المرتدة عن سميث.³

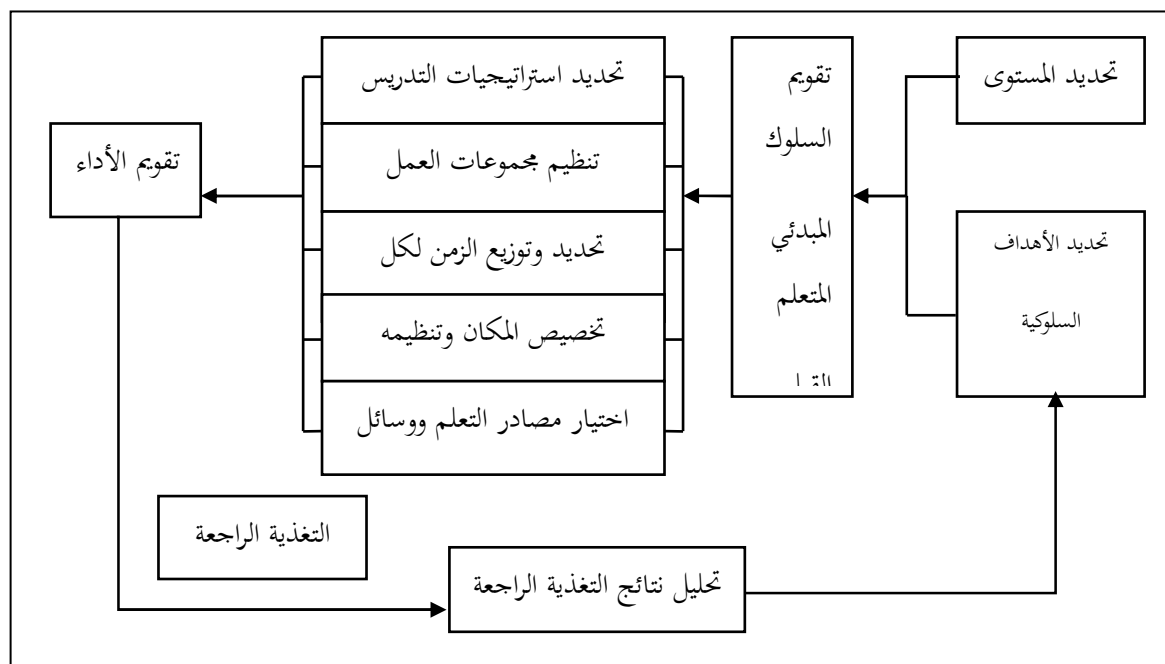
¹ - عفاف عبد الكريم: طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، دار المعارف للنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر، 1989، ص: 173.

² - هدى الناشف: إستراتيجيات التعلم والتعليم في الطفولة المبكرة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1993، ص: 115.

³ - يوسف الشيخ: التعلم الحركي، دار المعارف، الإسكندرية، مصر، 1984، ص: 171-172.

وبهذا الخصوص يقول (صالح محمد): "التغذية الراجعة تساعد على توفير المعلومات عن مدى التقدم الذي يتم إحرازه في اتجاه بلوغ الأهداف المرجوة، بحيث تساعد هذه المعلومات في التحكم على صلاحية العمل أو الجهد التربوي، وفي اكتشاف جوانب العمل التي تحتاج إلى جهد إضافي، وذلك وفق أهداف محددة، وخطوات معروفة".¹

الشكل الموالي لجيرلاش وأيلي يوضح لنا هذه العملية:²



شكل رقم (04) يمثل نموذج جيرلاش وأيلي Gerlach and Ely لأسلوب النظم وتطبيقاته في التربية.

2- أنواع التغذية الراجعة:

إن الحديث عن أنواع التغذية الراجعة يعد من المواضيع المهمة في هذا المجال، لأن التعرف على أنواع التغذية الراجعة وحسن استعمالها، يفتح لنا المجال الواسع من أجل أن نكون ملمين بالاستخدام الجيد لهذه الأنواع في المجال الرياضي.

لقد اختلفت المصادر التي تناولت موضوع التغذية الراجعة في تحديد أنواعها. فمنهم من اعتمد على مبدأ مصدر المعلومات التي يحصل عليها المتعلمون، لغرض تعديل السلوك أو الاستجابة الحركية. وفي هذا الجانب يقسم (عباس أحمد السامرائي) التغذية الراجعة إلى قسمين، وهو يتفق في تقسيمه مع (Pierre Simonet):

1) التغذية الراجعة الداخلية أو الذاتية الحسية.

¹ - صالح محمد علي أبو جادو: علم النفس التربوي، دار السيرة، ط 1، 1998، ص: 336.

² - خالد القضاة: مرجع سابق، ص: 322.

2) التغذية الراجعة الخارجية.

1- النوع الأول وهو التغذية الراجعة الداخلية الحسية: وهي المعلومات التي تأتي من مصادر حسية داخلية، كالإحساس بالتوازن عند لاعبي الجمباز، أو عندما يحدث التشنج العضلي عند لاعبي كرة القدم، فإنه يحس بالألم الداخلي في العضلة.

2- والنوع الثاني وهو التغذية الراجعة الخارجية: فهي حسب اسمها خارجية عن الجسم، وتأتي من مصادر خارجية كالعمليات التي يوجهها المدرب أو المعلم، وهي لا تأتي من ذات الفرد أو من أعضائه الداخلية.¹ أما (رمزية الغريب) فقد أعطت ثلاث تقسيمات للتغذية الراجعة، وهي تتفق مع (محمد مصطفى زيدان) في تحديد هذه الأنواع: " لقد أثبتت الأبحاث التي عملت على التغذية الراجعة أن هناك أنواعا ثلاثة من التغذية الراجعة"، وهذه الأنواع كما حددها هي:

- 1) التغذية الراجعة الناتجة عن معرفة النتائج، ومدى النجاح في أداء العمل المطلوب. وهذه تعطى في العادة في نهاية الأداء، أي بعد أن ينتهي الفرد من القيام بالاستجابة. كما يطلق على هذا النوع بالتغذية الراجعة الساكنة تمييزا لها عن التغذية الراجعة الحسية، التي تسمى أحيانا التغذية الراجعة المتحركة أو الدينامكية.
- 2) التغذية الراجعة الناتجة عن معرفة الفرد بقدر من المعلومات التي تساعد على إدراك أفضل للموقف، وهذا لا بد أن يحدث تحت شروط معينة، مثل تلازم إعطاء المعلومات مع الاستجابة خطوة خطوة.
- 3) التغذية الراجعة الحسية، وهذه تأتي عن طريق ما تمده الحواس للفرد من معرفة نابعة من الداخل.² ومهما كان، فإن هذه الأنواع التي ذكرناها لا تقتصر على ما هي عليه بالمفهوم العام، بل تتشعب للحصول على المعلومات، فمنها ما هو سمعي وبصري، ومنها ما هو حسي، ومنها ما هو خارجي وله تأثير في الجسم ومنها ما هو عكس ذلك. وكذلك تأتي في أحيان متزامنة مع الحركة، أو قبل الحركة، أو بعدها، أو تأتي متأخرة، ومنها ما هو متشابك (أي نستقبله من عدة مصادر).

وقد حدد (عباس أحمد صالح السامرائي عبدالكريم محمود السامرائي) عددا كبيرا من أنواع التغذية الراجعة:

- التغذية الراجعة الأصلية: وهي تحدث كنتيجة طبيعية لحركة الجسم. وهذا النوع يحدث بسرعة طبيعية، وليس كمعلومات أو نتيجة لحافز خارجي قصري صادر من بيئة خارجية، مثل حركة العين والسير مع حركة الذراعين والرأس.
- التغذية الراجعة الإعلامية: وهي تلك المعلومات التي تعطى بعد اكتمال الاستجابة الحركية، ويمكن استعمالها لعمل استجابة ثانية مثل كلمة (صح أو خطأ).

¹ عباس أحمد صالح السامرائي، عبدالكريم السامرائي: كفاءات تدريسية في طرق التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق، 1991، ص: 124.

² - رمزية الغريب: مرجع سابق: ص: 453.

➤ **التغذية الراجعة الداخلية:** وهي المعلومات التي تأتي من مصادر حسية داخلية، تشترك فيها عدة منظومات حسية عصبية، تؤثر في السيطرة على الحركة.

➤ **التغذية الراجعة الخارجية:** وهي خارجية عن الجسم ولا تأتي من ذات الفرد أو الأعضاء الأخرى، وإنما من مصادر خارجية كتعليمات المعلم.

➤ **التغذية الراجعة الإضافية:** هذا نوع من التغذية الراجعة مهم جدا بالنسبة إلى المتعلم، وبخاصة في مراحله الأولى. ويمكن أن تعطى بصورة مباشرة من قبل المعلم، أو بصورة غير مباشرة بواسطة وسائل أخرى كالفيديو.

➤ **التغذية الراجعة النهائية:** وهي النوع الذي يقع بعد الإنجاز، وهذا النوع من التغذية الراجعة يكون موثوقا دائما، ويمكن إعطائه بصورة واضحة، أي بعد اكتمال الإنجاز، حيث يقوم المعلم بإعطاء هذا النوع لتعزيز صحة الإنجاز، أو تصحيح دقة العمل، والتنبيه إلى الخطأ الذي ارتكب أثناء العمل.

➤ **التغذية الراجعة المتزامنة:** يعطي هذا النوع من التغذية الراجعة أثناء القيام بممارسة الفعلية، مثلا: أثناء تسلق الكرة من فعالية المناولة الصدرية فتكون التغذية الراجعة على الذراعين، مع امتصاص الكرة بإرجاع الرجل الأمامية إلى الخلف.

➤ **التغذية الراجعة المتأخرة:** وهذا النوع من المحتمل أن يحدث مباشرة بعد الإنجاز، أو بعد فترة متأخرة.

➤ **التغذية الراجعة المضخمة (التعزيزية):** وهي معلومات التي تعطى من مصادر خارجية، لتضاف إلى التغذية الراجعة الداخلية (الذاتية). ويمكن أن تشمل الوصف والتقويم، وكذلك المعلومات التصحيحية التي يمكن أن تعطى من قبل المعلم.¹

3- اهداف التزويد بالتغذية الراجعة :

يهدف الاستاذ باعطاء التغذية الراجعة الى مايلي:

✓ التأكيد على صحة الأداء، أو السلوك المرغوب فيه، مع مراعاة تكراره من قبل الطلاب، لتحديد أداء ما، على أنه غير صحيح، وبالتالي عدم تكراره من الطلاب في حجرة الدراسة، وهو ما يعرف بالتغذية الراجعة المؤكدة، وقد أشرنا إليها سابقا.

✓ أن يقدم المعلم معلومات يمكن استخدامها لتصحيح أو تحسين أداء ما، وهذا ما يعرف بالتغذية الراجعة التصحيحية، وقد أشرنا إليها سابقا أيضا.

✓ توجيه الطالب لكي يكتشف بنفسه المعلومات التي يمكن استخدامها لتصحيح، أو تحسين الأداء، وهذا ما يعرف بالتغذية الراجعة التصحيحية الاكتشافية.

¹ - عباس أحمد صالح السامرائي، عبدالكريم السامرائي: مرجع سابق، ص: 120 - 121.

ويلاحظ أن الأنواع الثلاثة الأولى موجهة لتغيير، أو تعزيز معلومات الطالب.

- ✓ زيادة الشعور بالسعادة (الشعور الإيجابي) المرتبط بالأداء الصحيح، كي تتولد لدى لطالب الرغبة لتكرار الأداء، وزيادة الشعور بالثقة والقبول، وهذا ما يعرف بالثناء.
- ✓ زيادة الشعور بالخجل، أو الخوف (الشعور السلبي) كي لا يعتمد الطالب إلى تكرار تصرف ما، وهو ما يعرف بعدم القبول.

وهذان النوعان موجهان لتعزيز، أو تغيير مشاعر الطالب.¹

4- أهمية التغذية الراجعة:

أن للتغذية الراجعة أهمية كبيرة في عملية تعلم المهارات الحركية ومنها ما يأتي:

- تعمل التغذية الراجعة على إعلام المتعلم بنتيجة تعلمه سواء كانت صحيحة أم خطأ مما يقلل القلق والتوتر والذي قد يعتري المتعلم في حالة عدم معرفته نتائج تعلمه .
- تعزز المتعلم وتشجعه على الاستمرار في عملية التعلم ولا سيما عندما يعرف أجابته كانت صحيحة وهنا تعمل التغذية الراجعة على تدعيم العملية التعليمية .
- التغذية الراجعة تعزز قدرات المتعلم ، وتشجعه على الاستمرار في عملية التعلم .
- إن معرفة المتعلم أن أجابته كانت خطأ وما السبب لهذه الإجابة الخطأ يجعله يقتنع بأن ما حصل عليه من نتيجة أو علامة كان هو المسؤول عنها ومن ثم عليه مضاعفة جهده في المرات القادمة .
- أن تصحيح إجابة المتعلم الخاطئ من شأنها أن تضعف الارتباطات الخطأ التي حدثت في ذاكرته وإحلال ارتباطات صحيحة محلها .
- أن استخدام التغذية الراجعة من شأنها أن تنشط عملية التعلم وتزيد من مستوى الدافعية للتعلم .
- تعرف عملية التغذية الراجعة المتعلم أين يقف من المهدف المنشود وأما إذا كان يحتاج إلى مدة طويلة لتحقيقه أم أنه قريب منه أي أنها تبين للمتعلم اتجاه سير تقدمه في العملية التعليمية .
- كما تُبين للمتعلم أين هو من الأهداف السلوكية التي حققها غيره من طلاب صفه، والتي لم يحققها بعد، وعليه فقد تكون هذه العملية بمثابة تقويم ذاتي للمعلم، وأسلوبه في التعليم.²

5- وظائف التغذية الراجعة:

¹ - محمود عبدالحليم عبدالكريم: ديناميكية تدريس التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط 1، أسيوط، مصر، 2006، ص: 364.

² - محمد محمود الخيلة : التعميم التعليمي نظرية وممارسة، كلية العلوم التربوية، دار المسيرة للطباعة والنشر، عمان، الأردن، 1991، ص: 179 .

ضع الدكتور محمود عبدالحليم عبدالكريم للتغذية الراجعة ثلاث وظائف رئيسية في مساعدة التلاميذ على تحسين أدائهم وهي:

5-1- توجيه الأداء: الوظيفة الأولى للتغذية الراجعة عبارة عن المعلومات التي تقدمها التغذية الراجعة من أجل تصحيح

الأخطاء الحركية وتخطيط الاستجابة الحركية التالية في عملية ممارسة وتعلم الحركة، إن القيمة الأولية للتغذية الراجعة المتزايدة الجيدة هي التوجيه الذي نقدمه في تشكيل الاستجابات المستقبلية، كما أن التغذية الرجعية تقدم الصورة العقلية الأكثر ملاءمة التي تساعد الفرد على تشكيل الاستجابة التالية، وهي تشبه عجلات دراجة التدريب الموضوعة في ارتفاع أو مستوى صعوبة ملائم.

إن التغذية الراجعة التي تحتوي على رسالة (لا تفعل) لا توجه المؤدي بصورة مباشرة إلى ما يجب عليه فعله، كما أنها تنقل رسالة سلبية غير مشجعة، التغذية الراجعة الأكثر فعالية تساعد على إدراك فكرة ما يفعله، فعلى سبيل المثال، قد يقول المعلم (تذكر يا مصطفى أن تأخذ خطوة قبل الوثب لأعلى لضرب الكرة، أو تذكر يا شادي أن تنظر للأمام عند الوثب على الحصان القفز).

5-2- تعزيز الأداء: الوظيفة الثانية للتغذية الراجعة هي التعزيز، والذي يمكن أن يكون إيجابيا للمساعدة في التشجيع

على الأسلوب الصحيح أو السلبي لإنقاص تكرار الأفعال غير المرغوبة. وهنا نتذكر تطبيق قانون الأثر لثورندايك على تعلم المهارات الحركية الذي يقول بأن "الأفراد يميلون إلى تكرار الاستجابات التي يتم مكافأتها وتجنب الاستجابات التي يعاقبون عليها" ويجب أن تبدأ التغذية الراجعة الخاصة بالمؤدي مع التعزيز قوة الأداء التي حددها التقويم قد يخبر المعلم التلميذ المؤدي ويقول: (عمل عظيم! أعلم أن هذا كان صعبا، ولكن هذه كانت أكثر خطواتك المرنة حتى الآن). وقد يقول: (عمل جميل يا رامي لقد حافظت على ظهرك ممتدا طوال فترة السباحة).

من الملائم أحيانا تقديم تغذية راجعة سلبية، فالسلوك غير الملائم أو الخطير قد يتطلب استجابة سلبية من المعلم. ولكن مثل هذا النوع من التغذية الراجعة يجب أن يستخدم فقط عندما تقضي الظروف ذلك. إن الاعتماد على التغذية الراجعة السلبية يمكن أن يؤدي إلى علاقة عكسية مع التلاميذ، وهذا لا يكون مفيدا أو سارا، ويقول علماء النفس أيضا: إن التأكيد على التعزيز الإيجابي للسلوك الملائم يميل إلى إنقاص السلوك غير الملائم.

5-3- التحفيز (دافعية الأداء): إن الوظيفة الثالثة للتغذية الراجعة تشبه التعزيز، ولكنها تركز على تقديم التحفيز أو

الدافعية للممارسة. وبالفعل يقول العديد من علماء النفس بأن هذا النوع من التحفيز (الدافعية) له أهمية أولية وأساسية.

ويجب على المعلمين أن يقدموا تغذية راجعة إيجابية تكافئ الجهد المتسق والمرتبط وتميل إلى خلق اتجاه ومناخ إيجابيين. فعلى سبيل المثال، يجب على معلمي التربية الرياضية في المرحلة الأساسية أن يقدموا بعناية التغذية الراجعة التي تعزز الاتجاه (أستطيع أن أفعلها) داخل كل طفل.

إن المدخل الجيد للتدخل العلاجي يتمثل في تقديم تغذية راجعة تجعل المؤدي يدرك ما عليه فعله بعد ذلك. ويجب التعبير عن تلك التغذية الراجعة بطريقة إيجابية مشجعة.

وكلما كان مستوى المهارة لدى المؤدي أعلى، كلما أصبحت وظيفة التحفيز للتغذية الراجعة أقرب إلى التدخل العلاجي، وتصبح ذاكرة العضلة التي تعتبر بمثابة العلامة المميزة للأداء المهاري مشكلة عندما يحاول المعلم (المحلل) تصحيح نقطة الضعف في الأداء، وغالبا ما يقاوم المؤدون المتوسطون أو المتقدمون التدخل العلاجي، وغالبا ما لا يكونون محفزين لعمل هذه التكيفات الفنية الصعبة ما لم يتحسن الأداء في الحال، ولكن عادة ما يعاني الأداء حتى يتم تعلم النموذج أو نمط الحركي الجديد.

إن الانتباه الفردي الذي يركز على أوجه القصور في الأداء لمشكلة فنية والدافعية الشخصية لإجراء التغييرات تساعد في تحسين الأداء عند هؤلاء المؤدين.¹

-و يرى (الدكتور عطا الله أحمد) بأن وظائف التغذية الراجعة المرتبطة بالعمل تكون متنوعة ومتعددة، على النحو التالي:

- ❖ تمدنا بالمعلومات اللازمة للقيام بالعمل المطلوب.
- ❖ تجعلنا نقوم بالفعل (الحركة) لإنجاز العمل.
- ❖ الإخطارات التي تكون مرتبطة بالمعلومات عن نتائج العمل.
- ❖ مقارنة آثار الحركة المؤداة بالهدف المطلوب.
- ❖ إعادة توجيه الحركة إذا لم تحقق الهدف أو الثواب، والتعزيز إذا حققت الهدف المطلوب.
- ❖ التحريك النفسي عند المؤدي من أجل الدفع بالعمل والاستمرارية.
- ❖ تصبح التغذية الراجعة كحافز قوي، وتكون كشرط قوي للتعلم وإعادة العمل.²

6- خصائص التغذية الراجعة:

يفترض التربويون وعلماء النفس أن للتغذية الراجعة ثلاث خصائص هي:

¹ - محمود عبدالحليم عبدالكريم: مرجع سابق، ص: 357-358.

² - عطا الله أحمد: أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر، 2006، ص: 191-192.

1- الخاصية التعزيزية: تشكل هذه الخاصية مرتكزا رئيسا في الدور الوظيفي للتغذية الراجعة، الأمر الذي يساعد على التعلم، وقد ركز أحد الباحثين على هذه الخاصية من خلال التغذية الراجعة الفورية في التعليم المبرمج، حيث يرى أن إشعار الطالب بصحة استجابته يعززه، ويزيد احتمال تكرار الاستجابة الصحيحة فيما بعد.

2- الخاصية الدافعية: تشكل هذه الخاصية محورا هاما، حيث تسهم التغذية الراجعة في إثارة دافعية المتعلم للتعلم والإنجاز، والأداء المتقن. مما يعني جعل المتعلم يستمتع بعملية التعلم، ويقبل عليها بشوق، ويسهم في النقاش الصفّي، مما يؤدي إلى تعديل سلوك المتعلم.

3- الخاصية الموجهة : تعمل هذه الخاصية على توجيه الفرد نحو أدائه، فتبين له الأداء المتقن فيثبته، والأداء غير المتقن فيحذفه، وهي ترفع من مستوى انتباه المتعلم إلى الظواهر المهمة للمهارة المراد تعلمها، وتزيد من مستوى اهتمامه ودافعيته للتعلم، فيتلافى مواطن الضعف والقصور لديه. لذلك فهي تعمل على تثبيت المعاني والارتباطات المطلوبة، وتصحيح الأخطاء، وتعديل الفهم الخاطئ، وتسهم في مساعدة المتعلم على تكرار السلوك الذي أدى إلى نتائج مرغوبة، وهذا يزيد من ثقة المتعلم بنفسه، وبتناجحه التعليمية.¹

7- شروط التغذية الراجعة: من الشروط التي يجب توافرها عند إعطاء التغذية الراجعة فهي:

- أن تكون مناسبة وفعالة .
- أن تكون الحاجة فعلية لها .
- مواكبة التغذية الراجعة الداخلية للتغذية الراجعة الخارجية والعكس صحيح .
- يجب أن تتصف التغذية الراجعة بالدوام والاستمرارية.
- يجب أن تتم التغذية الراجعة في ضوء أهداف محددة.
- يتطلب تفسير نتائج التغذية الراجعة فهما عميقا، وتحليلا علميا دقيقا.
- يجب أن تتصف عملية التغذية الراجعة بالشمولية ، بحيث تشمل جميع عناصر العملية التعليمية التعلمية، وجميع المعلمين على اختلاف مستوياتهم التحصيلية والعقلية والعمرية.
- يجب أن يُستخدم في عملية التغذية الراجعة الأدوات اللازمة بصورة دقيقة.²

8- تأثير التغذية الراجعة:

¹ - ريجي مصطفى عليان ومحمد عبدالديس: وسائل الاتصال تكنولوجيا التعلم، دار الصفاء، ط 1، 1999، ص:72.

² - وجيه محجوب: التعلم وجدولة التدريب، عمان، دار وائل للنشر، 2001، ص: 86.

التغذية الراجعة عبارة عن معلومات نراها ونسمعها أو نشمها أو نتذوقها أو نحس بها ، وهي كمعلومات لا تشبه الناتج ، ولا تشبه استجاباتنا للتغذية الراجعة . غير أن المعلومات (المعطى) تؤثر على المتعلم من حيث الآتي :

- تعزز الأعمال، أو التصرفات التي يقوم بها المعلم، وهذا التعزيز يزيد من قوة العمل.
- تقدم لنا معطى معيناً (معلومات) يمكن استخدامها لتعديل العمل، أو تصحيحه، مما يدفع المتعلم إلى تنوع مفرداته المستخدمة، ويتجنب التكرار، ويسمى هذا النوع بالتغذية الراجعة التصحيحية، حيث إنها تقدم معلومات يمكن استخدامها لتوجيه التغيير. ويمكن تصنيف التغذية الراجعة التصحيحية، والتغذية الراجعة المؤكدة على أنها راجعة إخبارية.
- تعزيز المشاعر: يمكن أن تعمل التغذية الراجعة على زيادة مشاعر السرور، أو الألم عند المتعلم.¹

9- اشكال التغذية الراجعة الخارجية:

- أ. التغذية الراجعة اللفظية: تعني المعلومات التي يزود بها الأستاذ عن طريق الكلام للتلميذ وهي تكون أكثر عرضة للنسيان لأن التلميذ لا يستطيع الرجوع إليها.
- ب. التغذية الراجعة المكتوبة: تعني المعلومات التي يزودها الأستاذ عن طريق الكتابة للتلميذ وهي تعد أفضل من اللفظية لأن التلميذ بإمكانه الرجوع إليها في أي وقت.
- ج. التغذية الراجعة المرئية: تعني المعلومات التي يحصل عليها التلميذ من خلال رؤية سلوكه الذي يعاد مرة ثانية أمامه وذلك باستعمال جهاز التلفاز أو الحاسوب... الخ.²

10- خطوات تحليل التغذية الراجعة:

إن توقيت وفاعلية التغذية الراجعة المعطاة إلى المتعلم هي ليست بالشيء السهل وحتى عند وضوح أخطاء الحركات وشرح التصحيح من قبل المدرب فإن اللاعب لا يأخذ ذلك بسهولة وغالبا ما يكون المتعلم غير قادر على ترجمة عملية التصحيح إلى سلوك حركي، وفي حالات أخرى فإن المتعلم بسهولة لا يصدق ما يقال له وعلى هذا الأساس فإن فاعلية الاتصال بين المدرب والمتعلم في تشخيص الأخطاء هو شيء أساسي، إن قدرة التحليل عند المدرب لمعرفة ما الذي يقوم به اللاعب وكيف يؤثر عليه بحيث أن عملية تصحيح المتعلم للأداء هو من مصدر خبرة المدرب. وقبل إعطاء المتعلم التغذية الراجعة الخارجية لتصحيح الأخطاء في الأداء فإن على المدرب اخذ فكرة واضحة وتحليلية لأداء اللاعب وقد اقترح (CORCOS) 1988 ثلاث خطوات في تحليل أداء المهارة وهي:

¹ - ريجي مصطفى عليان، محمد عبد الدبس: مرجع سابق، ص:78.

² - محمود عبد الفتاح: سيكولوجية التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1995، ص: 184 - 187.

10-1- مقارنة أداء المتعلم مع الأداء الصحيح: وهنا يكون المفتاح في التأكيد على أساسيات الحركة أكثر من التأكيد على الأشياء الصغيرة في الأداء وهنا يسأل المدرب هل أن الأداء يسير بالشكل الصحيح؟ إن هذا القرار يحتاج إلى ملاحظة ومشاهدة المتعلم لأكثر من مرة لغرض تقويم الأخطاء الموجودة ولكن يجب أن يتفادى المدرب إعطاء التغذية الراجعة الخارجية السريعة والمباشرة.

10-2- اختيار خطأ واحد في المرة الواحدة: فمن الطبيعي أن يقوم المتعلم الجديد بأخطاء كثيرة فإذا قام المدرب بإعطاء التصحيح والتغذية الراجعة على كل الأخطاء فإن ذلك يعني إعطاء معلومات كثيرة تصحيحية أكبر من قدرة المتعلم على استيعابها مما يؤدي إلى تصحيح طفيف جدا للأخطاء ففي مثل هذه الظروف فإن على المدرب التأكيد على أخطاء الأساسية في البداية ثم التحول إلى الأخطاء الثانوية، وغالب بسبب الخطأ الأول ينتج خطأ آخر ولذلك فإن تصحيح الخطأ الأول فسيتسبب ذلك في انتهاء الخطأ الثاني، وعند الوصول إلى الأداء الصحيح يمكن الانتقال إلى تصحيح الأخطاء الصغيرة الثانوية.¹

وعند ظهور أخطاء غير متصلة ببعضها فإنه يستحسن اختيار أسهل الأخطاء لتفاديها ثم التحول إلى الأخطاء الأصعب وهكذا. إن فائدة هذه الإستراتيجية تكمن في عاملين:

العامل الأول: تزيد من احترام المتعلم لمدرسه ومعلومات.

العامل الثاني: تحسن الأداء سيساهم في تحفيز استمرارية تعلم المهارة.

وإستراتيجية أخرى عند أداء مهارة تأخذ ثوان متعددة، يجب تحديد الأخطاء الحيوية التي تظهر في البداية، فمثال على ذلك، فعندما تكون بداية الغاطس غير صحيحة فإن قفزته تكون غير صحيحة وكذلك حركته غير مضمونة ودخوله إلى الماء غير صحيح وعلى هذا الأساس فيجدر تصحيح البداية أولاً.

10-3- تحديد سبب الخطأ وماذا يجب على المتعلم أدائه للتصحيح:

إن سبب الخطأ يقع بين الحدود السهلة مثل نسيان التركيز على بعض أجزاء المهارة إلى الحدود الصعبة مثل تغير جذري في التكنيك الأداء، فإذا قرر المدرب بأن الخطأ هو نسيان التركيز مثلاً فإن التصحيح يكمن في تذكير اللاعب ومثال ذلك الوقفة غير الصحيحة في استقبال كرة التنس، من جهة أخرى فإن تحديد نوع الضربة في سباحة الصدر تكون عملية صعبة للمدرب لأن ذلك يعني تكنيك ضعيف أو غير صحيح أو توقيت غير سليم فإن على المدرب استخدام تغذية راجعة ومعلومات إضافية مثل تصوير اللاعب بأجهزة الفيديو وإعادة الحركة أمامه. وإذا لم يتأكد المدرب من نوع الخطأ فيجب أن لا يعطي اقتراحات عشوائية حيث أن هذه الاقتراحات العشوائية قد لا تفيد في تحسين الأداء مما تقلل من ثقة اللاعب بالمدرب ومعلوماته، وعلى المدربين مراقبة أداء اللاعبين جيداً قبل إعطاء التغذية الراجعة.

¹ - هدى عبدالسميع عبدالوهاب الدروني: تأثير التغذية الراجعة الفورية والمؤجلة في تعلم المهارات الأساسية للكرة الطائرة، جامعة بغداد، العراق، 2000، ص: 92-

11- كيفية إعطاء التغذية الراجعة لتصحيح الأخطاء:

إن الخطوات الثلاثة الأنفة الذكر يجب أن تتكامل قبل قول أي شيء للاعب وبعد إنهاء هذه الخطوات يبدأ المدرب بإعطاء التغذية الراجعة ويستحسن إعطاء التغذية الراجعة بدءاً بالأشياء الجيدة ثم التكلم عن الأخطاء المرتكبة وبعد ذلك يعطي المدرب معلومات تصحيحية مركزة وبسيطة. إن التغذية الراجعة يجب أن تكون غزيرة بالمعلومات التصحيحية التي يستفيد منها المتعلم ولكن لا يجب أن تكون مبهمه أو مربكة ويجب على المدرب أن يعرف أن اللاعب قد فهم هذا التصحيح ويمكن سؤاله عن إعادة ما قاله.

وأخيراً تنتهي الملاحظات بشيء من التشجيع إذ على المدرب أن يحفز اللاعب لتعلم التصحيح المطلوب لأن ذلك سيؤدي إلى تحسين الأداء. إن المدرب أو المعلم الذي يعطي تغذية راجعة دقيقة ومفهومة يسهل عملية التعلم على كافة مستويات التعلم من المبتدئين إلى المستويات العليا، وعموماً فإن المبتدئين يحتاجون إلى التغذية الراجعة بصورة نظامية ولكنها تظل أساسية وحتى في أعلى المستويات، وعادة يكون أخطاء المستويات العليا بصورة دقيقة جداً لا يشعر بها المدربون المبتدئون ولكن يتحسسها المدرب الخبير. إن مدرب البيسبول عندما يرى أن لاعبه قد رمى الكرة بزاوية عالية فإن ذلك سببه أخذ خطوة كبيرة إن اللاعب قد عمل قوس خلفي كبير لغرض الاستفادة من الطاقة في رمي الكرة أو إنه يترك الكرة مبكراً، إن هذه المعلومات والتحليل لا يتمكن من تشخيصها إلا المدرب ذو الخبرة العالية.¹

12- حجم التغذية الراجعة:

إن حجم المعلومات المعطاة إلى التلميذ يجب أن تتناسب مع مستوى التلميذ من الناحية العمرية وكذلك مع مرحلة التعلم أنهم عادة لا يستوعبون معلومات كثيرة في وقت واحد، لذلك يستحسن إعطاء تغذية راجعة بسيطة وتصحيح خطأ واحد فقط في المحاولة الواحدة. من هذا يتضح أنه كلما زاد حجم معلومات التغذية الراجعة قلت الفائدة منها، لذلك يجب أن تكون التغذية الراجعة قصية ومركزة، ويفضل إعطاء تصحيح واحد في المحاولة الواحدة وإعطاء فرصة التعليم واستخدام التصحيح في بعض المحاولات ومتى ما تم التصحيح يمكن الاستاذ الانتقال إلى تصحيح خطأ آخر، ويجدر القول هنا بأنه يجب على الأستاذ أن يركز أولاً على الأخطاء الكبيرة ثم يتحول التركيز على الأخطاء الأقل عندما يضمن أن التلميذ قد تجاوز تلك الأخطاء وهكذا إلى أن يصل إلى إعطاء التغذية الراجعة للأخطاء الصغيرة جداً.²

¹ - هدى عبدالسميع عبدالوهاب الدروني: مرجع سابق، ص: 94.

² - نغم صالح نعمة: تأثير التغذية الراجعة باستخدام الحاسوب في تعلم مهارتي الأعداد واستقبال والإرسال بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير، جامعة بابل، العراق، 2004، ص: 13.

13-متطلبات التغذية الراجعة

ويصف (عباس أحمد السامرائي) بعض النقاط التي يجب اعتمادها عند إعطاء التغذية الراجعة الإيجابية وهي:

- 1) إن تأثير التغذية الراجعة الإيجابية، يكون مؤثرا إذا تعود التلاميذ أو اللاعبون سلفا بعض الإشارات لجلب انتباههم، والذي سيؤدي بدوره إلى اقتصاد بالوقت.
 - 2) تأكيد الشرح والإيضاح السريع والوافي، وكذلك تأكيد جوانب الإنجاز التي تحتاج إلى التغذية الراجعة الإيجابية بصورة أكبر.
 - 3) إعطاء التغذية الراجعة بسرعة وبصورة مؤكدة، ويجب التثبيت من أهما تحوي على المعلومات الجيدة والقيمة.
 - 4) تعطى التغذية الراجعة في المكان والزمان المناسبين، بحيث يكون لها تأثير جيد في دقة الانجاز أو النتيجة.
 - 5) تعطى التغذية الراجعة للوصول إلى الهدف بعمل وزمن اقتصادي.
- وبهذا يجب أن يكون المدرب أو المعلم حريصا على التوجيه الدقيق للتغذية الراجعة وبصورة إيجابية، أي دقيقة نحو الهدف الموضوع من أجل خدمة الإنجاز وزيادته.

14- الاستاذ ودوره في التأثير على تحقيق التغذية الراجعة: يعد دور الاستاذ في إدارة الظروف التي تؤثر على التغذية

الراجعة، أو يجعلها أكثر مناسبة لتزويد الطلاب بالمعلومات اللازمة، بعد تقديم العمل الذي يكلفون به، دورا هاما ومفيدا، لذا من أجل تحقيق هذا الدور يجب مراعاة التالي:

- 1) التأكد من استيعاب الطلاب لمعلومات التغذية الراجعة: إن من الضروري على المعلم الجيد ألا يفترض أن الطلاب يستوعبون التغذية الراجعة لمجرد أهما قريبة منهم، بل إنه يقدم معلومات التغذية الراجعة من خلال تركيز انتباه الطلاب عليها، ومن خلال توجيه الطلاب أثناء تقديمها.
- 2) التأكد من أن الطلاب يفهمون العلاقة الرابطة بين أعمالهم وما يقدمه المعلم من تغذية راجعة: قد يظن المعلم أحيانا أن ما يقدمه لطلابه من تغذية راجعة أهما واضحة بالنسبة لهم، لكونها واضحة بالنسبة له، لكن الأمر مختلف جدا، فغالبا ما تكون المعلومات التي يقدمها المعلم للطلاب غير واضحة لهم، لذلك يجب عليه أن يستخدم كلمات تحدد العمل بشكل واضح، يمكّن الطلاب من الاستفادة منه.
- 3) إعلام الطالب بالهدف المرغوب تحقيقه: عندما يعرف الطالب الهدف أو الغاية من العمل الذي يكلف به، فإنه يستطيع أن يخطط لاستراتيجيته التعليمية، ويستطيع أيضا أن يبحث بين المثيرات الكثيرة عن المعلومات المهمة. أن معرفة الهدف تعتبر مهمة بالنسبة للسلوك والانضباط والتعلم الأكاديمي، وعلى الطالب أن يعرف السلوك المتوقع منه.
- 4) على المعلم مراعاة اتساق تقديم التغذية الراجعة في الحال كلما أمكن ذلك. من الصعوبة بمكان، إن لم يكن مستحيلا أن يقدم المعلم لكل طالب تغذية راجعة فورية عندما يكون عدد طلابه ما يقرب من (15) خمسة عشر طالبا أو أكثر في حجرة الدراسة.

15- اقتراحات لتحقيق تغذية راجعة فعالة:

- عند تعيين مهمة جديدة ينبغي شرحها فورا للطلاب، كحل الأمثلة المتعلقة بها، والتحدث عما ستفعله أثناء العمل.
- أن يطلب المعلم من الطلاب حل عدد من الأمثلة مع مراقبته لهم، ومناقشة الأخطاء وكيفية تصحيحها.
- قبل تعيين العمل الجديد عليه التأكد من أن الطلاب يستطيعون أن يحلوا الأمثلة بنجاح.
- إن يعطي المعلم الطلاب فرصة لتصحيح محاولاتهم التدريسية، ويتعين عليه أن يختار عشوائي عددا من الأوراق لإعادة تفقدها، والتأكد من أن تصحيح الطلاب لها بشكل صحيح.
- عندما يعيد المعلم الأوراق التي قام بتصحيحها، يجب عليه أن يخصص وقتا لمناقشتها، وعندما يتم تأجيل التغذية الراجعة، فإن الطلاب غالبا ما ينسون العمل، لذا يحتاج المعلم لمساعدتهم في تذكره.¹

¹ - ريجي مصطفى عليان، محمد عبد الديس: مرجع سابق، ص: 86-89.

خلاصة:

ومن هنا يتبين لنا ضرورة استخدام أشكال متعددة من التغذية الراجعة في عملية التعليم بمختلف مراحله من أجل رفع مستوى التحصيل الدراسي لدى الطلبة بوقت أقصر وجهد أقل ، وكذلك ضرورة تدريب المعلمين من خلال الدورات على هذه الطريقة من أجل الوصول إلى أعلى المستويات في عملية التعليم .

الفصل الثاني

استاذة وحصة الزينة البنية والرياضية

تمهيد

في عالمنا الحديث وخاصة بعد النهضة الكبرى في العلوم والتكنولوجيا أصبح الإنسان يبحث عن توازن جديد بين واجباته الحيوية المرهقة والحرية التامة، وبتطور العلوم والتكنولوجيا تظهر إشكالية حرية الإنسان إذ لم يترك له الوقت الكافي للترفيه عن نفسه .

ولذا فعلى أساتذة التربية البدنية والرياضية على كل المستويات أن يهتموا ويساهموا في إيجاد الحلول المناسبة لهذا الواقع المعاش، ومساعدة المتعلمين وتحضيرهم وتكوينهم بصفة جيدة ومتزنة لاحتواء هذه الحالة، ومجابهتها بحزم وإرادة لكي لا ينحرفوا نحو الأمراض المتفشية في مجتمعنا كالتدخين وتعاطي المخدرات والكحول والعنف، والإستسلام إلى آفات أخرى...

1. التربية البدنية والرياضية :

1-1- مفهوم التربية :

التربية في الإسلام منهج متكامل يعنى بالجسم والروح والعقل ، ومن أجل تكامل النظرة الإسلامية إلى الحياة والوجود والمجتمع جمعت التربية الإسلامية بين تأديب النفس وتصفية الروح وثقيف العقل وتقوية الجسم ، فهي تعنى بالتربية الخلقية والصحية والعقلية دون إعلاء لأي منها على حساب الآخر، ولذلك ينشأ المسلم سويا قويا الصلة بالله محققا لرسالته في الحياة ، أما غاية التربية فهي بناء الإنسان وصياغته بالصورة التي يتمكن من حمل رسالة الإستخلاف في الأرض بالعبادة والتعمير .

والتربية بهذا المعنى إنما هي غرس للمبادئ والقيم وأخلاق الفطرة السوية من مساواة وصدق وإخلاص في صميم قلب الإنسان والنشء خاصة ، لتسقى بماء التعارف والتواصل والتراحم بين الناس فيؤتى أكلها وثمارها سلاما ووثاما وتعاوناً في المجتمع الإنساني¹.

1-2- مفهوم التربية البدنية :

"اختلفت آراء العلماء حول مفهوم التربية البدنية حيث يرى بعضهم أن التربية البدنية هي مختلف أنواع الرياضات وآخرون يفكرون في كون التربية البدنية تربية الجسم بمعنى الحفاظ على الأناقة وانتفاخ العضلات عن طريق التمرينات البدنية التي تؤدي إلى العد التوقيتي ، أما بالنظر إلى التربية البدنية كمهنة فهي توفر الكثير من الفحص للفرد الذي يريد العمل مع الأطفال أو الكبار، بحيث يميل لممارسة مختلف الألعاب والرياضات، سواء في الهواء الطلق أو في القاعات المغلقة، حيث يرغب في خدمة

¹ زيد موسى أبوزيد : مدونة فكرية وثقافية تهتم بنشر الفكر الديمقراطي ب.ط. الأردن . 2008

الإنسانية ويجيا حياة نشيطة ومسلية، وبسبب الاختلافات الكثرة لمعنى التربية البدنية فقد أعطى لها العلماء مع مر الأزمان تعاريف محددة منها:

تعريف (بوتشر) اذ يرى أن الكثير من الناس ليس لديهم المفهوم الصحيح للتربية البدنية، فمنهم من يراها على أنها قوة أعضاء ونوايا طيبة ومن لا يعلق في ذهنه شيء عن التربية البدنية غير العد التوقيتي¹

ويرى "كوتر" أن "التربية البدنية هي ذلك الجزء من التربية العامة الذي يختص بالنشطة القوية من التعليم".

ويرى "تشارلزبيكو" أن "التربية البدنية هي جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي يهدف إلى تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية العقلية، الانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني بغرض تحقيق مهام".

ومن بين العلماء يعرفها هارل مان "Harle man" "إنها ذلك الجزء من التربية الذي يهتم عن طريق النشاط الذي يستخدم الجهاز الحركي للجسم الذي ينتج عنه اكتساب الفرد لبعض الاتجاهات السلوكية".

ويقول هيدريجتون "هي ذلك الجانب من التربية الذي يهتم في المقام الأول بتنظيم وقيادة الأطفال من خلال أنشطة العضلات الكبرى لإكساب التنمية والتكيف في المستويات الاجتماعية بقيادة تلك الأنشطة من أجل استمرار العمليات التربوية دون معوقات له" (2).

1-3- مفهوم التربية الرياضية:

ولقد عرف " حولي" التربية الرياضية بأنها نظام تربوي وقال: "يمكن التعريف بالتربية الرياضية كنظام تربوي (أكاديمي) فالنظام التربوي هو بنية المعارف المنظمة الرسمية التي نغير بتركيزها الواضح على دراسة نشاط أو ظاهرة ما في ضوء ذلك يمكن اعتبار التربية الرياضية نظاما تربويا باعتبار أن تركيزها الأساسي ينصب على دراسة ظاهرة حركة الإنسان ونشاط بدني".

أما "بيو نشو وتشا ولزفيري"، "بأنها الجزء المتكامل في التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية عن طريق ألوان اختيرت بغرض تحقيق المهام" (3).

أما "كول" فيقول: "أنها تلك التي تحفظ الصحة البدنية والقوى الجسمية للتلاميذ وحدة ذكائهم من السيطرة الجسمية في سرعة إدراكه ووحدة ذكائه والتعود على السرعة والتحكم والدقة، إلى أن تكون دقيقة الشعور، فيؤدي واجباته بذمة وضمير".

أما "كوتر" فيقول: "إن التربية الرياضية هي تلك أو ذلك الجزء من التربية العامة والذي اختص بالأنشطة القوية التي تتضمن عمل الجهاز العقلي وما ينتج عنه الإشارك في هذه الأوجه من الجسم ومقدار غايتها بتحقيق العمل ونموه"، وفي هذا الصدد

¹ أمين أنورالحوالي: أصول التربية الرياضية مدخل تاريخ فلسفة، ط1، دار الفكر العربي القاهرة، 1996، ص35.

² محمد سعيد غرض، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1996، ص 17-18.

³ محمود عوض بسبوني، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية، 1986، ص 13.

يجب أن نستخلص أن معنى التربية البدنية والرياضية لا يقتصر التكوين البدني فحسب بل تتعداه إلى التكوين من الناحية العقلية والحلقية والبدنية والاجتماعية والسياسية وفي هذا الصدد يقول أنتاش تشير "يحتاج الإنسان إلى تنمية قواه العقلية والبدنية والقدرة على التحكم السليم والتوازن الخلقى لا لتأدية واجباته اليومية في بيته وعمله فحسب ولكن ليواجه ما يقع له من أزمات من وقت لآخر".

أما "ناس" فعرّفها: "بأنها من التربية العامة وأنها تستغل دوافع النشاط الطبيعية الموجودة في كل شخص لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية والعقلية واللاإنفعالية والأغراض تتحقق حينما يمارس الفرد أوجه نشاط التربية البدنية سواء أكان ذلك في الملعب أو حمام السباحة".

وكذلك "نيكسون وكنزنج": "بأنها ذلك الجزء من التربية العامة تختص بالأنشطة القوية والتي تتضمن عمل الجهاز العضلي وما ينتج عنه الإشارك في الأوجه من النشاط من التعليم"، وهناك الكثير من البحث في هذا المجال مثل شارمن، فولتمر، واسلنجر وليانر وبراونل وفير عبد الفتاح لطفي وحسن معوض، وغيرهم من اهتم بهذا المجال.¹

1-4- مفهوم التربية البدنية والرياضية :

يقول عالم اللغويات اولمان olman أن المعنى يعبر عن العلاقة بين اللفظ والمدلول بحيث تمكن كل واحد منها إستدعاء الآخر ، ويرى كل من أوجدن ريتشارد Ogdan Richard أن المعنى يقوم على أساس أربعة عناصر هي : (القصد - القيمة - المدلول - الإنفعال العاطفي).

والتربية البدنية والرياضية هي دراسة وممارسة مجال حركة الإنسان للإجابة على تساؤلات مثل : كيف يتحرك الإنسان؟ ، وما هي العوامل التي تؤثر في حركته؟ ، وماهي نتائج حركته على المستوى الوظيفي (الفيزيولوجي) النفسي والاجتماعي؟ ، وماهي المهارات والأنماط التي تتألف منها حركته؟ ، وما هي الأطر الثقافية والأشكال الاجتماعية لهذه الحركة؟ .

لقد أحصى لابنت شامبان Laplant Chapman عشرين معنى مختلفا متصلا بالأنشطة الحركية ، ولقد أفاد بأن هذه القيم تتجمع حول صفات تحقيق الذات ، الوعي بالذات في علاقة الفرد بقدراته ، اللياقة البدنية ، الأداء الحركي في حد ذاته .

وذكر ميثني Metheny 1960 أن المعنى المتأصل في التربية البدنية والذي أطلقت عليه الأداء الحركي التنموي ، وهو الوعي المبهج الحسي والحركي للحركات المحكومة في علاقتها بالبيئة الطبيعية ، الفراغ ، الزمن ، ومختلف القوى الفيزيائية خارج جسم الإنسان²

¹ مين أنور الخولي وآخرون : التربية الرياضية المدرسية ، دليل معلم الفصل وطالب التربية العلمية، دار الفكر العربي ، القاهرة 1994 ص 23.

² أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية "المدخل بالتاريخ والفلسفة" ط 3. دار الفكر العربي . القاهرة. 1997. ص 37-38.

1-5-1- طبيعة التربية البدنية والرياضية:

1-5-1-1- التربية البدنية والرياضية كنظام تربوي:

التربية البدنية والرياضية نظام تربوي له أهدافه التي تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام، من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسط تربوي، يتميز بحصائل تعليمية وتربوية هامة.

وتعمل التربية البدنية والرياضية -كنظام- على اكتساب المهارات الحركية الأكثر نشاطا، بالإضافة إلى تحصيل المعارف، وتنمية اتجاهات ايجابية نحو النشاط البدني.

وفي هذه السياقات يمكن التعريف بالتربية البدنية والرياضية كنظام تربوي (أكاديمي) فالنظام التربوي هو بنية المعارف المنظمة الرسمية التي تتميز بتركيزها الواضح على دراسة نشاط أو ظاهرة ما، وفي ضوء ذلك يمكن اعتبار التربية البدنية والرياضية نظاما تربويا باعتبار أن تركيزها الأساسي ينصب على دراسة ظاهرة حركة الإنسان ونشاطه البدني.

والتربية البدنية والرياضية تشارك في تحقيق الأهداف التربوية في المجتمع ولكن من خلال أنشطتها وطرقها الخاصة بها، وعلى هذا الأساس، لا يجب أن تتعارض أهداف التربية البدنية والرياضية وأهداف التربية، مادام الهدف لهما هو إعداد الفرد إعدادا شموليا متكاملًا كمواطن ينفع نفسه ووطنه والتربية البدنية والرياضية لها دور رئيسي في المجتمع، بكل مؤسساته وأنظمتها، ولا يستطيع أي نظام آخر أن يقدم هذا الدور الذي يتلخص في التنشئة الاجتماعية للفرد، من خلال الرياضة ومن أجل الرياضة، وبذلك يستفيد المجتمع من الحصائل الاجتماعية والتربوية.

للتربية البدنية والرياضية في تطبيع الفرد اجتماعيا، والعمل على تنشئته من خلال معطيات الأنشطة الرياضية، كما تعمل -أيضا- على تطبيع الفرد على الرياضة، فبنشأ متفهما لأبعادها متبنيا اتجاهات ايجابية نحوها، مكتسبا قدرا ملائما من المهارات الحركية، التي تكفل له ممارسة رياضية أو ترويحية مفيدة وممتعة خلال حياتهم، مما يساعد على بناء وتكامل التربية العامة، والتي تهدف إلى بناء وإعداد المواطن الذي يتطلع إليه مجتمعنا المسلم.⁽¹⁾

1-5-1-2- التربية البدنية والرياضية كمهنة:

يجترف عدد كبير من المتخصصين في مجالات العمل التربوي البدني والرياضي، ولقد تنامت أفرع ومجالات العمل المهني في التربية البدنية والرياضية بشكل كبير، فبعد أن كانت مقتصرة على التعليم (التدريس)، أصبحت الآن تضم التدريب الرياضي، والإدارة الرياضية، واللياقة البدنية، والتأهيل الرياضي، والأعلام الرياضي، والترويج البدني، والرياضة الجماهيرية (الرياضة للجميع).

¹ -أمين أنور حولي وآخرون ، التربية الرياضية المدرسية، دليل معلم الفصل، وطالب التربية العلمية، مرجع سابق ، ص 19-20.

بفضل جهود أبناء المهنة أصبح لها عدد من الجمعيات والروابط المهنية للحفاظ على حقوق المهنيين ومنع الدخلاء وغير المؤهلين من الانضمام إليها.

والمهنة التي تعتمد على بنية المعرفة وعلومها ومباحثها وفنونها لتتقدم أرفع مستوى من الخدمة المهنية في مختلف مجالات التخصص المهني.

1-5-3- التربية البدنية والرياضية كبرامج:

وهي المنظور الأقدم والذي ارتبط بالتربية البدنية والرياضية منذ القدم وما زال الذي يعبر عن برامج الأنشطة البدنية التي تتيح الفرصة للتلاميذ للاشتراك في أنشطة بدنية حركية منتقاة بعناية وتتابع منطقي وعبر وسط تربوي منظم ينمي مختلف جوانب الشخصية الإنسانية وعرفئات من النشاط كالجماز والألعاب والسباحة وألعاب القوى والمنازلات.⁽¹⁾

1-6-1- أهداف التربية البدنية والرياضية حسب تقسيم بلوم Ploom:

قسم بلوم "Ploom" الأهداف إلى:

1-6-1- المجال المعرفي: (الإدراكي):

- يشمل مهارات التفكير، وقد قسم إلى ستة مستويات:
- مستوى الحفظ والتذكر: القدرة على تذكر التعريفات، القوانين، المصطلحات.
- مستوى الفهم والاستيعاب: هو إدراك المتعلم للمعلومات التي تعرض عليه أي قدرة المتعلم على ترجمة المعلومات وتفسيرها واستنتاجها.
- مستوى التطبيق: أي قدرة المتعلم على تطبيق المعلومات في مواقف جديدة.
- مستوى التحليل: أي قدرته على تجزئة المعرفة إلى عناصرها مع إدراك العلاقات فيما بينها.
- مستوى التركيب: أي قدرة المتعلم على توحيد المعلومات الجزئية ذات العلاقة بالكليات.
- مستوى التقويم: أي القدرة على التعديل وإصدار الحكم.

1-6-2- المجال الوجداني (الإنفعالي):

- وذلك من خلال الإهتمام بالمشاعر والإنفعالات كتنمية الميول والقيم والقدرة على التذوق وبناء شخصية المتعلم وكل ذلك من خلال المستويات التالية:

¹ - أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي، مناهج التربية البدنية المعاصرة، ملتزم الطبع والنشر، ط 2، 2005، ص 29-30.

- الاستقبال: يتمثل في إثارة أحكام المتعلم، ومن مظاهره الإصغاء والمتابعة.
 - الاستجابة: هنا يظهر رد فعل ما استقبله المتعلم على شكل مشاركة إيجابية ومن مظاهره (إطاعة القوانين والأنظمة، المشاركة في المناقشات حول قضية ما...).
 - التقدير: وهذا المستوى أعلى من سابقه ويتمثل في تقدير العلم والعمل اليدوي والاستعداد للعمل مع الآخرين.
 - تنظيم القيم: ويقصد به إيجاد قيمة كلية تضم التقديرات القيمة.
 - تمثل القيم وتجسيدها: تكامل المعتقدات والأفكار والاتجاهات والقيم في نظرة شاملة
- 1-6-3- المجال النفس-حركي (المهاري):**

- وذلك يشمل أنواع الأداء التي تتطلب التناسق الحركي، النفسي والعصبي وذلك يكون ضمن مجموعة من الخطوات:
- المحاكاة: أي قيام المتعلم بأداء حركي نتيجة ملاحظة للمعلم أو وسيلة تعليمية.
- التناول والمعالجة: وهو أداء المتعلم بالعمل المطلوب بناء على تعليمات محددة.
- الدقة: قيام المتعلم بالعمل المطلوب منه على مستوى عال من الإتقان.
- الترابط: يعني التوافق بين المجموعات من الحركات المختلفة.
- الإبداع: يعني الوصول إلى أعلى درجة من الإتقان في الأداء.¹

1-7- أهداف التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية:

- ❖ تتعزز لديه تعاليم الدين الإسلامي المرتبطة بالنشاط البدني.
- ❖ يتعزز لديه السلوك المؤدي إلى إحترام الفروق الفردية بين الطلاب.
- ❖ تنمو لديه عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والطرق المبسطة لقياسها.
- ❖ يتعزز لديه سلوك تحمل المسؤولية وتنمية القيادة.
- ❖ يعرف ماهية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والطرق المبسطة لقياسها.
- ❖ يظهر قدرا من الكفاية عند أداء المهارات الرياضية المقررة لهذه المرحلة.

¹ - أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، 2001، ص 41.

- ❖ يتعرف على بعض المفاهيم الصحية والفسولوجية المرتبطة بممارسة النشاط البدني بما يتناسب والمرحلة.
- ❖ يتعرف على بعض الجوانب الفنية والقانونية المهمة لممارسة الألعاب الرياضية وتعزيزها بما يناسب المقرر لهذه المرحلة.

1-8- أهداف التربية البدنية في الجزائر:

بناء على ما اقره المجلس الشعبي الوطني اصدر عدة قوانين تتعلق بمبادئ تنظيم المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية ووسائل تطويرها كذلك الأهداف الأساسية المنوطة بها في سياق دائم التطوير المنسجم ، متدرج في محيط سياسي واقتصادي واجتماعي وثقافي يراعي القيم الإسلامية ،وتهدف هذه المنظومة على الخصوص إلى المساهمة في:

- تفتح شخصية المواطن بدنيا وفكريا .
- المحافظة على الصحة وتطوير الكفاءات المنتجة لدى العمال .
- تجنيد المواطن وتدعيم الكفاءات الدفاعية.
- إثراء الثقافة الوطنية بإنتاج القيم الثقافية والمعنوية .
- تحقيق مثل التقارب، التضامن، الصداقة، والسلم بين الشعوب.
- التحسين المستمر لمستوى النخبة قصد ضمان التشريف على الساحة الدولية .
- كما تعد الألعاب الرياضية التقليدية جزء لا يتجزأ من المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية ، وهذا بتعيين أحياء لممارستها وتطويرها و تنظيمها وتعميمها وبالتالي تحديد كفاءات تطبيق هذه المادة عن طريق التنظيم¹.

1-9- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق:

إذا كان تعريف التربية البدنية والرياضية بصفة شاملة أنها جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين الوطن الصالح من الناحية البدنية العقلية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني اخترت بعد تحقيق هذه الأغراض فذلك يعني أن حصة التربية البدنية تأخذ أوجه الممارسات، يحقق أيضا هذه الأهداف على مستوى المدرسة فهو يضعف النمو الشامل والمتزن للتلميذ حيث عدم الانتظام في النمو إذ أن النمو يكون سريعا من ناحية الوزن والطول مما يؤدي إلى نقص في التوافق العضلي والعصبي.

أما من الناحية التربوية فيوجد التلاميذ من مجموعة واحدة خلال حصة التربية البدنية فإن عملية التفاعل تتم بينهم ويكتسبون الكثير من الصفات التربوية، أن يكون الهدف الأسمى هو تنمية السمات الخلقية الطاعة وصيانة الملكية العامة

¹ - الجريدة الرسمية الجزائرية: الأمر رقم 89- 03 المؤرخ في 1989، ص3.

والشعور بالصدقة والزماله، إذ أن الطفل في المرحلة الأولى من المراهقة ينفرد بصفة المسايرة للمجموعة التي ينتم إليها فيحاول أن يظهر بمظاهرهم ويتصرف كما يتصرفون ولهذا فإن أهمية التربية البدنية في هذه المرحلة من هذه الناحية هو العمل على اكتساب الطفل للمواصفات الجسيمة حيث أن كل الصفات السابقة الذكر تعتبر من المقومات الأساسية في بناء الشخصية الإنسانية، أما الناحية الاجتماعية فالتربية البدنية والرياضية تلعب دور من حيث التنشئة للمراهق إذ تكمن أهميتها خاصة في زيادة أوتار الإخوة والصدقة بين التلاميذ وكذا الاحترام وكيفية اتخاذ القرارات الجماعية وكذا بمساعدتها للفرد على التكيف مع الجماعة حيث يستطيع المربي أن يحول بين الطفل والاتجاهات الغير مرغوب فيها مقل القلق، الخوف، الكراهية¹

2. أستاذ التربية البدنية والرياضية :

1.2. مفهوم أستاذ التربية البدنية والرياضية:

"يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية صاحب الدور الأساسي والفعال في عمليات التعلم والتعليم، حيث يقع على عاتقه اختيار أوجه النشاط المناسب للتلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية وخارجه، التي يستطيع من خلالها تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وترجمتها وتطبيقها على أرض الواقع، فأستاذ التربية البدنية والرياضية هو أكثر الأساتذة في المدرسة تأثيرا على التلاميذ، فلا يقتصر دوره على تقديم أوجه الأنشطة المتعددة البدنية والرياضية بل له دور أكبر من ذلك فهو يعمل على تقديم واجبات تربوية من خلال الأنشطة البدنية والرياضية التي تهدف إلى تنمية وتشكيل القيم والأخلاق الرفيعة لدى التلاميذ، مع مراعاة ميول التلاميذ ورغباتهم المتوفرة وقدرات الأستاذ نفسه في اختيار هذه الأنشطة، وهذا يساعد على اكتساب التلاميذ للقدرات البدنية والقوام المعتدل والصحة العضوية والتقنية والمهارات الحركية والعلاقات الاجتماعية والمعارف والاتجاهات والميولات الايجابية"².

2-2- شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية :

2-2-1 الشخصية التربوية للمدرس :

نظرا للتطور التربوي المتواصل لكل من عمليتي التعليم والتعلم يجب علينا إذا أن نراعي الجوانب الخاصة للتلميذ ، لأنه هو العنصر الأهم في العملية التعليمية ، وذلك يكون من الناحية النفسية والبدنية والاجتماعية بالطرق المدروسة الهادفة في التعليم ويدخل العمل المهم للأستاذ في امتلاك الوسائل المادية والمعرفية الملائمة لمعالجة هذه المجالات الخاصة بالمتعلم ، ويفترض على الأستاذ التركيز على جانبي النمو والتكيف كأهداف لتحقيق الغايات المنشودة ، بالتنسيق مع البرامج والدروس ، كما أن للأستاذ تأثيرا كبيرا على جانب القيم والأخلاق .

¹ ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الآفاق الجديدة، ط 2، بيروت، 1986، ص 277.

² - مصطفى كمال زكولوجي، أضواء على مناهج التربية البدنية والرياضية، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2007، ص 98.

2-2-2- الشخصية القيادية للمدرس :

يقول ارنولد ARNOLD أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر قائداً لحد كبير بحكم سنه ، وتخصصه الجذاب ، كما يعتبر الوحيد من بين هيئة التدريس الذي يتعامل مع البعد الغريزي للطفل وهو اللعب ، كما زادت وسائل الأعلام من فرض شخصية الأستاذ كقائد في أيامنا هذه ويعتقد وليامز WILLIAMS إن دور معلم التربية البدنية والرياضية فعال جدا وذلك إيجابيا وسلبيا ، بالنظر إلى أن الطفل يطبق ما تعلمه من أسرته ومدرسه ومجتمعه.

ولقد أفادت بعض الدراسات أن شخصية مدرس التربية البدنية والرياضية له دور على النمو الاجتماعي والعاطفي للتلميذ ، ومن الواجب أن يدرك أستاذ حساسة التلاميذ والمشاكل التي يعانون منها والفروق الفردية الخاصة المختلفة أثناء العملية التعليمية .

وفي دراسة قدمها ويتي WITTY وقام خلالها بتحليل كتابات اثني عشر ألف تلميذ وطفل ومرافق متصل بتصورتهم عن أكثر المدرسين مساعدة له فوجد أن أهم صفات هذا المدرس هو قدرته على توفير الأمان وتقديرات التلاميذ ، تليها صفات مثل (اهتمامه بالحوافز ، التعرف على تلاميذه ، إظهار الحنان والألفة ، اتصافه بروح مرحة ، اهتمامه بمشاكل التلاميذ ، التعاطف ، التسامح) .

ولقد توصلت جينخنز بأن الوصف الغالب للقيادات الناجحة هو إنهم أناس يعطون الآخرين إحساسا بالارتياح ولديهم القدرة على إشعارهم بالأمان والانتهاة وبعض الاهتمام .⁽¹⁾

2-3- صفات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

لأن المسؤولية والعبء الكبير كلاهما يقعان على الأستاذ في تنفيذ المنهج ونجاح العملية التعليمية والتربية وتحقيقها للأهداف المنشودة وحتى يقوم الأستاذ بدوره الفعال في تحقيق ذلك فانه من الضروري أن يصف بصفات متعددة من أهمها ما يلي:

- أن يلم بالطبيعة البشرية واحتياجاتها وبالمفاهيم والاتجاهات الاجتماعية في المجتمع الذي يعيش فيه ويسعى لتحقيقها.

- أن يؤمن بالرسالة التربوية.

- أن يلم بالمادة الدراسية وما يتصل بها من حقائق ومعلومات وآراء بكل الفروع العلمية كعلم الاجتماع، علم النفس والتربية، طرق التدريس، علم التشريح ووظائف الأعضاء وعلم الحركة..... الخ ويقدر ما يستطيع أن يستمد منه التلاميذ من المعلومات والخبرات التي يحتاجونها.

- القدرة على أداء المهارات الحركية بمستوى جيد والمحافظة على أدائها مع تقدمه بالعمر.

- القدرة على توصيل المعلومات والخبرات للتلاميذ.

1- امين انور الخولي ، واخرون : التربية الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي ، ط4 ، القاهرة ، 1998 ، ص 43 - 44

- القدرة على الشرح، والإيضاح والتعبير عن النفس وكتابة و انتقاء الألفاظ المناسبة.
- العلم بخصائص وحاجات التلميذ.
- القدرة على فهم الإدارة والتنظيم والقوانين وطرق التعامل معها.
- القدرة على فهم البيئة المحيطة والتأثير بها.
- أن يراعي أهداف المنهج المدرسي وتوجهاته .
- العلاقة الطيبة مع زملائه المعلمين.
- أن يكون على صلة طيبة مع تلاميذه ويتميز بالعدل والنزاهة والإخلاص في العمل.
- أن يتصف بصفات القائد والحائز على الثقة ويتحمل المسؤولية .⁽¹⁾
- أن يعمل بروح التربية المعاصرة من تعاون و تشويق وإثارة الحماس للتعلم.
- القدرة على خلق المواقف التعليمية المناسبة.
- القدرة على الملاحظة وحسن التصرف .
- القدرة على الحصول على نتائج ملموسة.
- الصدق في القول والعمل.
- الاهتمام بصحته، ومظهره الخارجي، فيكون نظيفا لطيفا.
- أن يراعي شعور الآخرين ويضبط عواطفه ونفسه ويكون مرحا واسع الصدر صبورا.
- أن يكون سليم القوى العقلية وذكيا هادئ النفس.
- عدم الإكثار من الشكوى والتذمر بل يظهر الرضى والقناعة.
- الابتعاد عن التصنع والتكيف⁽²⁾.

3. حصة التربية البدنية والرياضية :

1.3 مفهوم حصة التربية والرياضية:

¹ نصر الدين زدي، سيكولوجية مدرس دراسة وصفية تحليلية، ديوان المطبوعات الجامعية، جامعة الجزائر، 2005 ، ص34 ، 35 .
² أكرم زكي خطايب، المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1997، ص 167-168 .

"إن حصة التربية البدنية والرياضية تعتبر وسيلة هامة من الوسائل التربوية، لتحقيق الأهداف المسطرة في تكوين الفرد، حيث أن الحركات البدنية التي يقوم بها الفرد في حياته على المستوى التعليمي البسيط في إطار المنظم والمهيكل، تعمل على تنمية وتحسين وتطوير هذا البدن ومكوناته، من جميع الجوانب العقلية، النفسية الاجتماعية، الخلقية والصحية لضمان تكوين الفرد وتطور وانسجامه في مجتمعه ووطنه وأن أفضل الطرق لاكتساب هذه الصفات وتنميتها عن طريق الممارسة.

فحصة التربية البدنية والرياضية جزء متكامل من التربية العامة، بحيث تعتمد على الميدان التجريبي لتكوين الأفراد عن طريق ألوان وأنواع من النشاطات البدنية المختلفة التي أختيرت بغرض تزويده بالمعارف والخبرات والمهارات التي تسهل إشباع رغباته عن طريق التجربة، ليكيف هذه المهارات لتلبية حاجاته ويتعامل بها مع الوسط الذي يعيش فيه وتساعد على الاندماج. بذلك فإن حصة التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات تحقق أيضا هذه الأهداف.

ولكن على مستوى المدرسة فهي تضمن النمو الشامل والمتزن للتلاميذ وتحقق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحل سنهم وتدرج قدراتهم الحركية وتغطي بها الفرصة لنابعين منهم الاشتراك في أوجه النشاط التنافسي داخل وخارج المدرسة وبهذا فإن حصة التربية البدنية والرياضية لا تغطي المساحة الزمنية فقط ولكنها تحقق الأغراض التربوية التي رسمتها السياسة في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على كل المستويات" (1).

وتعتبر حصة التربية البدنية والرياضية الوحدة الأساسية لتكوين الدورة ويتمثل مركز اهتماما في النشاط الرياضي، أو تغير جسدي أو فعل حركي معين، ويتم تحديد مركز الاهتمام أو الموضوع للحصة تبعا للأهداف المرجوة أو المنشودة من خلال الإجراء الخاصة بالحصة والتي تساهم كل واحدة فيخدمه المحور الأخر²

2.3. أهداف حصة التربية البدنية والرياضية:

لقد تحددت أهداف حصة التربية البدنية والرياضية فيما يلي:

- المساعدة على الإحتفاظ بالصحة، والبناء البدني السليم لقوام التلميذ.
- المساعدة إلى تكامل المهارات والخبرات الحركية، ووضع القواعد الصحية والصحيحة لكيفية ممارستها، داخل أو خارج المدرسة أو النادي مثل: القفز والرمي، المشي والجري... إلخ.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل: القدرة، السرعة، التحمل، المرونة، والرشاقة.
- التحكم في القوام في حالتي السكون والحركة.

¹ محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 2، 1992، ص 94.

² محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية نفس المرجع، 1992، ص 94-96.

- اكتساب المعارف والمعلومات والحقائق على أسس الحركة البدنية وأصولها البيولوجية الفيزيولوجية والبيوميكانيكية.
- تدعيم الصفات المعنوية والسمات المنتظمة للأنشطة الرياضية.
- تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة⁽¹⁾.

3.3. تحضير حصة التربية البدنية والرياضية:

يجب أن يعلم المدرس أن تحضير درس التربية الرياضية يعتمد على العلاقة العضوية بين الأهداف -المحتوى- طرق وأساليب التدريس، فالأهداف تعتبر الموجه والمرشد لما يجب أن يتبع من عمليات تعليمية داخل الدرس، وباختلاف الأهداف يختلف محتوى مادة الدرس وطرق التدريس المستخدمة لتحقيق التفاعل بين التلاميذ ومادة الدرس لتحقيق هذه الأهداف.

وإذ اعتبرنا أن درس التربية البدنية هو الوحدة الصغرى من المنهاج المدرسي بمعنى أنه يحتوي على دعائم المنهاج من حيث الأهداف -المحتوى- الطرق والأساليب والوسائل والإمكانات والتقويم، فإنه لا بد من مراعاة هذه الدعائم عند تحضيرنا للدرس بحيث تتمثل فيه.

أي أنه يجب أن يحتوي على أوجه النشاط الرياضي المحددة في المنهاج لكل صف دراسي لتحقيق التنمية البدنية والمهارية والمعرفية والوجدانية وباستخدام طرق التدريس متعددة الجوانب⁽²⁾.

لا يختلف تحضير درس التربية البدنية والرياضية عند تحضير باقي الدروس الأكاديمية ولتحضير الدرس يجب على المدرس إن يراعي ما يلي:

- تحديد الهدف بدقة ويضع نصب عينه النتائج المحتملة.
- إن يلتزم المدرس بالخطة الموضوعية للمرحلة السنوية، يهيئ المدرس لنفسه الجو الملائم للتحضير.
- مراعاة الإمكانيات والأجهزة المتيسرة ووضع الحلول البديلة في حالة عدم توفرها.
- إن يكون الدرس ممتعا لجميع التلاميذ ويشبع رغبتهم في اللعب.
- إحتواء الدرس على التمرينات والألعاب المنسجمة ذات التأثير العام على النمو البدني للتلميذ⁽³⁾.

3-4- طرق التعليم في حصة التربية البدنية والرياضية:

² - محسن محمد حمص، المرشد في تدريس التربية الرياضية، منشأة المعارف الإسكندرية، 1986، ص54.

³ محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ط 2، ديوان المطبوعات، الجزائر، ص68.

تعتمد التربية البدنية والرياضية على طرق تدريس خاصة بها ولذا يجب أولاً ذكر بعض الاعتبارات التي تثير العملية التعليمية في التربية البدنية والرياضية من خلال المواقف التعليمية وأهمها:

- إيضاح الهدف من التعليم في التربية البدنية والرياضية والتأكيد على أهمية أجزاء درس التربة البدنية والرياضية.
- ملائمة مادة التعلم للمرحلة العمرية وخصائصها واحتياجاتها.
- مراعاة الفروق الفردية في الفصل (بدنيا، مهاريا، معرفيا).
- زياد الدافعية للعمل والممارسة الرياضية الصحيحة.
- تحليل الحركات واكتشاف الأخطاء يحسن المواقف التعليمية.
- تعلم تعليم المهارات والتدرج من السهل إلى الصعب.
- توزيع عبي التدريب على أجزاء الحصة وفقا للمادة ومستوى التلاميذ.
- القضاء على الأخطاء في بداية التعلم للتمرينات والمهارات.⁽²⁾

وهناك ثلاث طرق رئيسية في تعلم المهارات الحركية في التربية البدنية والرياضية:

3-4-1- الطريقة الجزئية: تعتمد على تقسيم المهارة الحركية إلى أجزاء بحيث يكون لكل جزء هد ف واضح، ويتم تعلم كل جزء لوحده وهذه الطريقة تستعمل خاصة في الحركات الصعبة والمعقدة، وتناسب المهارات التي يمكن تقسيمها إلى أجزاء ويعلم كل جزء منفصل على الآخر، وبعد إتقان التلميذ لهذا الجزء ينتقل للجزء الذي يليه، وهكذا حتى يتم تعليمه لجميع أجزاء الحركة الأساسية، ثم بعد ذلك يقوم التلميذ بأداء المهارة الحركية كوحدة واحدة.

وعند تقسيم الحركة ينبغي الإعتماد على نقطتين أساسيتين:

- البدء في تعلم الجزء الرئيسي من الحركة، ثم الجزء الأقل أهمية.
- البدء في تعلم الأجزاء على حسب تسلسلها الحركي.

وتستمر هذه الطريقة مع المتعلمين من صغار السن، وتتطلب وقتا كافيا لتجزئة المهارة الحركية، كما تتطلب وسائل الإيضاح المناسبة، ومن عيوبها عدم ملائمتها للحركات السهلة، وفقدان الإرتباط بين أجزائها مما يؤثر سلبا على إتقان وتثبيت المهارة الحركية.

3-4-2- الطريقة الكلية:

تعتمد على تعلم المهارة الحركية كوحدة واحدة دون تقسيمها أو تجزئتها إلى أجزاء أو وحدات صغيرة، وتتميز بشرح المهارة الحركية ككل نظريا وبطريقة مبسطة وأداء نموذج حركي متكامل للمهارة ثم يبدأ تعليمها، وعلى المعلم القيام بإصلاح الأخطاء أثناء الممارسة، وتستخدم هذه الطريقة في تعلم المهارات الحركية السهلة والبسيطة والقصيرة، التي يجب تجزئتها وتناسب مع إمكانيات التلاميذ المهارية والعقلية حيث تكون الأخطاء المرتكبة قليلة، والتعلم بالطريقة الكلية يمكننا من ربح وقت وجهد كبيرين.

من عيوب هذه الطريقة أنه يصعب استخدامها مع المهارات الحركية المركبة التي تتميز بصعوبة في الأداء، فيصعب على التلميذ التركيز ومتابعة كل أجزاء المهارة الحركية ومعرفة تفاصيلها، إذ في أغلب الأحيان يكون التلميذ مركزا على الجزء الصعب وبهمل الأجزاء الأخرى للمهارة الحركية.

3-4-3- الطريقة الجزئية الكلية (المختلطة):

تعتمد على الجمع بين الطريقتين السابقتين، وفيها يبدأ المعلم بتعليم المهارة الحركية ككل في البداية وبصورة مبسطة وسهلة، وبعد أدائها ينتقل المعلم إلى الأجزاء الصعبة مع ربطها بالكل، ثم تؤدي المهارة الحركية ككل ويتم تعليمها وتثبيتها وإتقانها وفيها يستفاد من مزايا كل منهما، والتغلب على عيوب كل طريقة منهما، والتعلم بهذه الطريقة يعطي ويحقق نتائج أفضل، ولتطبيق هذه الطريقة يجب إتباع ما يلي:

- تعليم المهارة الحركية ككل بصورة مبسطة في أول الأمر.
 - تعليم الأجزاء الصعبة بصورة منفصلة، مع ربطها بالأداء الكلي للمهارة الحركية.
 - مراعاة تجزئة المهارة الحركية إلى أجزاء متكاملة ومتراصة.
- ويجمع معظم المربين على أن هذه الطريقة من أحسن وأفضل الطرق في التعلم الحركي

3-5- محتوى حصة التربية البدنية والرياضية:

بالرغم من الاختلاف الموجود بين المدارس المعروفة في التربية البدنية والرياضية كالاتحاد السوفياتي والولايات المتحدة الأمريكية وألمانيا في عدد أقسام حصة التربية البدنية والرياضية إلا أنه لا يمكن إعتبار واحد أحسن من آخر وهذا بحكم النتائج التي حققتها المدرستين الشرقية والغربية.

المدرسة الشرقية تقسم حصة التربية البدنية والرياضية إلى:

- المقدمة.

- الجزء الرئيسي.

- الجزء الختامي .

أما المدرسة الغربية والولايات المتحدة الأمريكية تقسمه إلى :

- المقدمة .

- التمرينات .

- النشاط التطبيقي .

- الجزء الختامي (1) .

ومن خلال هذا التقسيم نلاحظ أن كلا المدرستين تشترك في جوهر واحد الحصّة التربية البدنية والرياضة ولا يختلفان إلا في الجزء الرئيسي أو جسم الحصّة كما يسمونه والذي يشمل على النشاط التعليمي، التطبيقي .

وتعتبر الطريقة الأولى هي أكثر استعمالاً في المغرب العربي، وفيما يلي شرح لأهم أجزاء حصّة التربية البدنية والرياضة (2) .

3-5-1- مقدمة الحصّة:

أو كما يسمى بالإحماء وهو جملة من الحركات التي تعمل الوصول إلى الحالة القصوى من التحضير البدني والغرض منه هو إعداد التلميذ (فيزيولوجيا، نفسيا) لنقيس الواجبات الحركية المختلفة سواء في النشاط التعليمي أو النشاط التطبيقي معا ويذكر (ماتفيك) أن الجزء التحضيري يضمن قبل كل شيء بداية منظمة للحصّة ويحدد نجاح المدرس إلى المدرب والحالة النفسية والانفعالية والبدنية للأفراد .

ومن أهم مميزات هذا القسم:

- أن تكن هناك تمارين غير مملة أو تحتاج إلى جهد عصبي في أدائها .

- تمرينات بسيطة .

- أن تتناسب التمرينات هذا الجزء من السن والجنس والأفراد .

- ألعاب مسلية .

3-5-2- القسم الرئيسي:

¹ عباس أحمد صالح، التربية البدنية والرياضية وأثارها على المجتمع، ديوان المطبوعات الجامعية، 1981، ص 40-42.

² عباس أحمد صالح، التربية البدنية والرياضية وأثارها على المجتمع، المرجع السابق، ص 40-42.

ويضم هذا القسم التدريب بمعناه الواسع، ويختلف محتوى المرحلة الأساسية على حسب تحضير الرياضي بصفة عامة، كما يجب في هذه المرحلة مراعاة توافق الجانبين التقني والبدني.

ويحتوي هذا القسم على:

أ. النشاط التعليمي:

ويجب أن تقدم في هذا الجزء المهارات والخبرات الواجب تعلمها سواء كانت فردية أو جماعية، مثل الجري، القفز، كرة الطائرة، كرة السلة، كرة اليد، كرة القدم،..... الخ⁽¹⁾.

وطريقة التعليم تلعب دورا هاما في استيعاب الأفراد للمهارات أو الخبرات.

ب. النشاط التطبيقي:

ويقصد به نقل الحقائق والشواهد والمفاهيم باستخدام الوعي في الواقع العلمي ويقدم ذلك في الألعاب الفردية مثل ألعاب القوى، الجمباز أو في الألعاب الجماعية مثل كرة القدم، كرة السلة، كرة الطائرة وكرة اليد.

وأهم ميزة يتميز بها النشاط التطبيقي هو بروز روح التنافس بين مجموعات الأفراد مما يؤدي إلى نجاح الحصة التدريبية أو التعليمية".

3-5-3- القسم الختامي:

"الهدف منه التقليل من شدة التدريب للعودة بالجسم إلى الحالة العادية وتهدئة أعضائه الداخلية وإعادتها بقدر المستطاع إلى ما كانت عليه سابقا ويتضمن الجزء تمارين تهدئة الجهد كتمارين التنفس والاسترخاء وبعض الألعاب ذات الطابع الهادئ.

إن تقسيم الحصة إلى أجزاء ما هي إلا طريقة لتمكين المعلم أو المدرب من تنفيذ خطة الحصة، بأسلوب أكثر اقتصادي أو بما يحقق مهام الدرس الموضوعية عن طريق قيام كل جزء بواجباته الخاصة والمعروفة.

وعلى ذلك كل جزء مهام وواجبات تعطيه صفة وحجم وأهمية نوعية في حدود الدرس"⁽²⁾.

¹ عفاف عثمان عثمان، ن، وآخرون ، أضواء على مناهج التربية الرياضية ، دار الوفاء، مصر، 2007، ص105.

² عفاف عثمان عثمان ، وآخرون ، أضواء على مناهج التربية الرياضية ، مرجع سابق، ص. 109.

الخلاصة :

إن مسعى المنظومة التربوية في كل الجهود التي تقوم بها في تطوير وتنظيم التربية البدنية و الرياضية المتوافق مع الحداثة دليل قاطع على حرصها الشديد على أهمية المادة شكلا ومضمونا وما لها من تأثير على تلاميذ المرحلة الثانوية, لذا يبقى إسهام التربية البدنية والرياضية شرطا أساسيا لمواكبة المسار الدراسي باعتباره تربية قاعدية ملازمة للمراهق بأبعاده الفكرية والاجتماعية و الحسية -حركية , وما لهذه المادة من دور في بناء شخصية التلميذ باعتماد منطق جديد ومقاربة ذات أبعاد شاملة لتكوين فرد فعال , متزن , مندمج ,متفتح يستطيع مواكبة ومواجهة الرهانات العالمية الحالية و المستقبلية.

الفصل الثالث المراهقة

تمهيد:

لقد اعتبر العرب ان فترة الشباب فترة تمتد من الثالثة عشر إلى حوالي سن الثلاثين، مع جواز تقسيمها إلى مرحلتين فترة سابقة لبلوغ سن الرشد التي يتحمل فيها الفرد في ثقافتنا مسئولية الكبار و فترة الرشد حتى الثلاثين، لذا فضل كثير من العلماء فصل فترة المراهقة عن الشباب نظرا لما تتميز به من صفات خاصة ممهدة للنضج الجنسي، و بالتالي فان المراهقة هي الفترة من حياة الفرد التي تبدأ في نهاية طفولته و تنتهي في بداية بلوغه سن الرشد. و هي فترة انتقالية، و يتوق المراهق خلال هذه الفترة إلى الاستقلال عن أسرته و إلى أن يصبح شخصا مستقلا يكفي ذاته بذاته.

و لو تمكن الفرد من اجتياز هذه المرحلة بنجاح لسهل عليه حوصلة مشواره في الحياة بسهولة و بدون أثار جانبية تؤثر عليه و تحدث لديه عقد نفسية يصعب التخلص منها مستقبلا، حيث تتميز هذه المرحلة عن الطفولة و الرشد بمظاهر جسمية و فيزيولوجية و عقلية وانفعالية و اجتماعية ظاهرة.

و من خلال ما ذكرناه نتناول في هذا الفصل دراسة هذه المرحلة العمرية الموافقة لمرحلة الثانوية و الإمام بأهم الخصائص التي تميز هذه الفئة.

1- مفهوم المراهقة :

يدل مفهوم كلمة المراهقة في علم النفس على مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مراحل أخرى من النمو (المراهقة)¹، وتتميز بأنها فترة بالغة التعقيد لما تحمله من تغييرات عضوية ونفسية وذهنية تجعل من الطفل كامل النمو، وليس للمراهقة تعريفاً دقيقاً محددًا، فهناك العديد من التعاريف والمفاهيم الخاصة بها.

1-1- لغة:

تفيد كلمة "المراهقة" من الناحية اللغوية الاقتراب والدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم "راهق" بمعنى اقترب من الحلم ودنا منه²، والمراهقة باللغتين الفرنسية والإنجليزية "Adolescence" مشتقة من الفعل اللاتيني "Adolescere" وتعني الإقتراب والنمو والدنو من النضج والإكتمال³.

1-2- اصطلاحا:

والمراهقة من الناحية الاصطلاحية حسب "ستانلي هول" هي تلك الفترة الزمنية التي تستمر حتى سن الخامسة والعشرون والتي تقوده لمرحلة الرشد⁴، ويرى مصطفى زيدان في المراهقة: "تلك الفترة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالتوقف العام للنمو، تبدأ من الطفولة وتنتهي في سن الرشد وتستغرق حوالي 07 إلى 08 سنوات، من سن الثانية عشر لغاية العشرين بالنسبة للفرد المتوسط مع وجود اختلافات كبيرة في الكثير من الحالات"⁵.

وحسب "دورتي روجرز"، المراهقة هي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية، تختلف هذه الفترة في بدايتها ونهايتها باختلاف المجتمعات الحضارية والمجتمعات الأكثر تمدنا والأكثر برودة⁶.

وهذه تعريفات أخرى للمراهقة من بعض العلماء:

1 - عبد الرحمن الوافي , وزيان سعيد : النمو من الطفولة إلى المراهقة. الخنساء للنشر والتوزيع. دون تاريخ. ص49.

2 - محمد السيد محمد الزعلابي : خصائص النمو في المراهقة. ط1 . مكتبة التوبة . 1998. مصر. ص14.

3 - البهي فؤاد السيد : الأسس النفسية للنمو. ط 4 . دار الفكر العربي. القاهرة. 1975. ص275.

4 - عبد المنعم المليحي وحلمي المليحي: النمو النفسي . ط4 . دار النهضة العربية . 1973 . ص 301.

5 - محمد مصطفى زيدان : علم النفس الاجتماعي . ديوان المطبوعات الجامعية . الجزائر . 1995 . ص31.

6 - محمد مصطفى زيدان: علم النفس التربوي . دار الشروق. جدة . . ص 158 - 152.

ولقد عرفها العالم ' هوروكس ' على انه الفترة التي يكسر فيها المراهق شرقة الطفولة ليخرج إلى العالم الخارجي ويبدأ في التعامل معه و الاندماج فيه ويعرفها العالم ' ستانلي هال ' على أنها المرحلة العمرية التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواطف و الانفعالات الحادة و العنيفة¹.

وهناك عدة تعاريف نذكر منها:

أ- أما (N.Sillahy) فيرى بأنها مرحلة انتقال من عالم الطفولة إلى عالم الرشد . وحدادها تكون بين 12-13 سنة و 18-21 سنة وتحديدًا الدقيق يكون صعب فعمر المراهق يتغير حسب الجنس, العرق, الأوساط الاجتماعية والثقافية و الاقتصادية و الشروط الجغرافية. ويقول عنها إنها مرحلة صعبة لأن الرغبة في الاستقلالية و الحرية لا تتلاءم مع التبعية المادية بالنسبة للعائلة .

ب- تبدأ مرحلة المراهقة بالبلوغ الجنسي, ويصعب تحديد نهايتها حيث تتحدد عندما تنمو وتنضج مظاهر التطور و جوانبه المختلفة عند الفرد, ويشير كينسون في 1975م بوجود طفرة كبيرة و تطور ملحوظ للمراهق في جوانب مختلفة من شخصيته جسميا, عقليا, انفعاليا, اجتماعيا .⁽²⁾

ج- ويعرفها أوزبال (Ausbeel) بأنها هي الوقت الذي يحدث فيه التحول في الوضع البيولوجي للفرد⁽¹⁾.

ومما سبق يمكن ان نعرف المراهقة بمعناها الدقيق هي المرحلة التي تسبق و تصل بالفرد إلى اكتمال النضج و تمتد عند البنات و البنين حتى يصل عمر الفرد إلى 21 سنة , أي حتى مرحلة الرشد , ويؤكد علماء فقه اللغة أن كلمة المراهقة تعني الاقتراب أو الدنو من الحلم , في قولهم رهبق بمعنى عشى أولح أو دنى , و المراهق هو الفرد الذي يدنو من الحلم و اكتمال النضج , و المراهقة بمعناها العام هي مرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد , وهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدنها و ظاهرة اجتماعية في نهايتها , المراهقة هي التي تجعل من الطفل إنسانا راشدا و مواطنا يخضع خضوعا مباشرا لنظام المجتمع و تقاليده و حدوده , فهي إذا مرحلة مرنة تصطبغ بمشاعر الجماعة التي تنشأ في إطارها , و تمتد في مداها الزمني, أو تقتصر وفقا لمطالب هذه الجماعة ومستوياتها الحضارية⁴.

¹ - سعدية محمد بحار , علم النفس النمو , دار البحوث العلمية , الكويت 1980, ص:327.

² - د بسطويسي أحمد , أسس نظريات الحركة , دار الفكر العربي , القاهرة , ط1 , 1996 , ص:175 .

³ - معروف رزيق , خطايا المراهقة , دار الفكر , دمشق , 1975 , ص:17 .

⁴ - محمد فؤاد البهي السيد : الاسس النفسية للنمو في الطفولة الى الشيخوخة , ط4, دار الفكر العربي 1975 ص:257 .

2-مراحل فترة المراهقة :

وجد العلماء صعوبة في تحديد فترة المراهقة متى تكون بدايتها؟ وكم تدوم في حياة الفرد؟ وفي أي سنة تنتهي؟ وقد اقترحت أعمار مختلفة و متنوعة من أجل تحديد الإطار الخاص بها , ومنها من 10 إلى 20 سنة ومن 12 إلى 18 سنة و من 13 إلى 19 سنة وخلال كل فترة من هذه الفترات ثلاثة مراحل مهمة و هي تحمل المميزات و التطورات التي تحدث للمراهق و تتمثل فيما يلي⁽²⁾ :

2-1-مرحلة بداية المراهقة:

وتسمى أيضا مرحلة نحو المراهقة , وتنحصر في الفترة النهائية لمرحلة الكمون ,أين يتهيأ الطفل للدخول في مرحلة المراهقة فيبدأ نوعا ما في محاولة الاعتماد على نفسه و التخلص من تبعية الوالدين , كما يلاحظ بداية التغيرات الجسمية و النفسية الطفيفة , وهذا نتيجة للتحويلات البيولوجية و نمو مختلف أجهزة الجسم كالجهاز التناسلي , و الذي ينجر عنه البلوغ الجنسي للمراهق .

2-2-مرحلة المراهقة المتوسطة:

وهي مرحلة تقابل المرحلة الثانوية , يكون فيها الشعور بالنضج و الاستقلال و تزداد التغيرات الجسمية و الفسيولوجية لمظهره الجمالي والجسمي و صحته ويزداد بهذا شعور المراهق ثقة ذاته

2-3-مرحلة نهاية المراهقة (مرحلة المراهقة المتأخرة) :

وتسمى أيضا مرحلة نحو الشباب , وتحدد من سن 18 سنة وأحيانا 21 سنة و هو السن الذي يصبح فيه الفرد راشدا مكلفا و مسئولاً .

وفي هذه الفترة يأخذ النمو الجسمي نمطا منتظما حيث يصل الذكور و البنات في هذه المرحلة إلى أقصى طول لهما . علمنا أن مدى الطول يتعلق بعوامل وراثية ومؤهلات الجسم , كما أن النمو العضلي يبلغ أقصى درجة له , قي حين تثبت درجة الذكاء و هنا تظهر الفروق الفردية

¹ معروف رزق , خطايا المراهقة ,مرجع سابق،53.

و في هذه المرحلة يظهر الاهتمام بالجنس الآخر كموضوع رئيسي و ذلك يحاول المراهق أن يظهر مهاراته و قدراته حتى يفوز بإعجاب الجنس الآخر.

3-مشاكل المراهقة:

3-1-المشاكل الجسمية:

وتنتج هذه المشاكل إثر التغيرات المفاجئة التي تحدث للمراهق في هذه المرحلة و يكون تقبل المراهق لها صعب, كما يمكن أن يحدث إفراط في غدد النمو خاصة الغدة النخامية فنلاحظ مثلا تضخم الأنف و اتساع قاعدة الوجه و طول الأذنين...الخ.

حيث يرى بعض العلماء و على رأسهم Melanie Klein و D.W.Winnicott و Freud . Anna بأن التغيرات الفسيولوجية هي منبع الاضطرابات و تمس بالدرجة الأولى التوازن النفسي للمراهق ففي دراسة متأخرة ل Jacobson. Edith يثبت فيها و يؤكد بأن الصورة الجسم تلعب دورا مهما في مرحلة المراهقة , و يظهر المراهق اهتمامه الكبير بجسمه ككل أو بمنطقة منه , ويدل هذا على البعد الجنسي في التوظيف العقلي في هذه مرحلة كما أن للجسم ارتباطا وثيقا بالشعور بالهوية لذلك نجد عند العديد من الأفراد في هذه مرحلة شعور بالغرابة فيما يخص أجسامهم و هذا راجع إلى صعوبة إدماج هذه المتغيرات و استخدامها¹.

3-2-المشاكل النفسية:

تتمثل في عدم قدرة المراهق على مراقبة ذاته و التحكم فيها , حيث تصبح النزوات العدوانية المكبوتة بسبب الخوف و التهديد في السابق و التي تنفجر في المراهقة على شكل اضطرابات مختلفة منها:

-العصاب الوسواسي: الذي يفقد المصاب فيه الثقة بنفسه و يدفعه حتى إلى الإصابة بأمراض عقلية

-العصاب الخوفي : خاصة الخوف من الجنس الآخر و عدم التقرب إليه مع تأنيب الضمير في الأشياء الجنسية و الخوف من المناطق العالية أو الضيقة أو الواسعة وكذلك الخوف من مقابلة الأشخاص (الحجل المرضي).

¹ - حامد عبد السلام زهران ,علم النفس النمو الطفولة و المراهقة ,عالم الكتاب , ط2 , الإسكندرية , 1998 ,ص: 323, 326 .

3-3-المشاكل الاجتماعية:

وتتمثل في جنوح الفرد إلى القيام بأفعال و سلوكيات مختلفة حيث تتميز شخصية الجانح للكذب و عدم الاستقرار, السرقة, الهروب, الكسل, الغيرة, وقد يصل فيا بعض الأحيان المراهق إلى تعاطي المخدرات و الخمر, و يعتبر الدافع إلى ذلك هو الاضطرابات عائلية و التخلي و الإهمال الذي يلاقه المراهق من طرف محيطه خاصة الأب¹.

4- خصائص و مميزات مرحلة المراهقة:

4-1-الخصائص المورفولوجي:

تميز هذه المرحلة مجموعة من المتغيرات الجسمية تكون مختلفة نوع ما بين الجنسين وهذا على حد قول حامد زهران 1952: " تميز الاضطراب الطولي في نمو الأطراف مما يظهر لنا شكل غير مقبول عند الشباب, مع بطئ في النمو الطولي للجدع وزيادة معتبرة في الوزن الناتجة بدورها عن النمو الكبير في حجم العضلات حيث نجد فارق كبير عند الجنسين, ونلاحظ بان البنت تحضي بنسبة كبيرة من النمو والنضج².

وتبدأ الصفات الجنسية الثانوية بالبروز بعد سن الثانية عشر, كظهور الشعر على الوجه وتغير الصوت بالنسبة للذكور. أما بالنسبة للإناث فنلاحظ زيادة معتبرة في الطول والوزن بمعدل 23.5سم في الطول و21كغ في الوزن وهذا خلال(5) سنوات كما نلاحظ زيادة النمو وسرعته ما بين الحادي عشر 11 و سن الرابعة عشر (14).

ويمكن تلخيص هذه التغيرات عند الذكور بالنمو السريع في الطول, الوزن الهيكل العظمي, مع اتساع الكتف والصدر, ونشاط الغدد التناسلية, وتضخم الصوت و إفراز الحيوانات المنوية... الخ

¹ - Morelia . D.Braconnier (A) **psychologie de l adolescent ED masse** paris 1988 p:15

² - د بسطويسي أحمد, أسس نظريات الحركة, المرجع السابق, ص:178.

أما بالنسبة للإناث فهي تتلخص في النمو السريع في الطول والوزن والهيكلة العظمي واتساع في الحوض , وتنشط أيضا الغدد التناسلية وتبدأ أول دورة طمث كما نلاحظ عدم تناسق النمو العضلي والنمو العظمي مما يجعل المراهق يشعر بالتعب والإرهاق.

4-2- الخصائص الفسيولوجية:

تتميز في هذه المرحلة فارق في المستوى لصالح الذكور عن البنات و سرعان ما يزيد الفارق بعد نهايتها

أيضا نلاحظ تغيرات في النشاط الغددي خاصة الغدة النخامية الواقعة تحت المخ و الغدة الكظرية و التي يكون نشاط الأولى منها في إفراز هرمون يؤثر على إحساس و مشاعر المراهق أما الثانية في إفراز هرمون يؤثر على الإسراع في النمو و النضج الجنسي .

بعد مرحلة البلوغ نسجل مستوى جيد في الكفاءة البدنية , و الحد الأقصى للأوكسجين و كمية تركيز الهيموغلوبين بالدم تكون أكثر لدى الذكور البالغين مقارنة مع البنات¹ .

أما بالنسبة لضربات القلب نسجل زيادة بعد مجهود بشدة قصوى , وعند الراه يستمر في الانخفاض مع اقتراب الضغط إلى النبض الطبيعي للبالغين .

4-3- الخصائص النفسية :

ينشأ صراع انفعالي في نفسية المراهق بين مجموعة دوافع قوية و جارفة ترتكز حول البحث عن مركزه أو مكانته في المجتمع و بين موانع العالم الخارجي كالعادات و تقاليد المجتمع و اتجاهاته . و يبلغ الصراع حده الأقصى في أوائل فترة المراهقة , مما يؤثر في جميع أساليب و سلوكيات المراهق , كونه ينتقل من حالة إلى آخرة متأرجحا بين التهور و الجبن , المثالية و الواقعية و الغيرة و الأنانية² .

¹ معروف رزق , خطايا المراهقة , مرجع سابق , ص 63.

² - أسامة كمال راتب, النمو الحركي, دارا لعربي, القاهرة, ط2, 1994, ص217, 219.

ومن الواضح أن هذا الصراع الذي يكون في أعماق ذاته ناتج إلى حد بعيد عن الصراع بين انفعالاته النفسية و التي لا يمكن له تجاوزها و التغلب عليها فيصاب بالقلق و الخوف و عدم الاستقرار كما يصاحب هذا الانفعالات تغيرات حادة يصعب على المراهق إيجاد حل لها إلا في أحلام اليقظة .

4-4- الخصائص الحركية:

يعاني الفرد في هذه المرحلة من الافتقار إلى التوافق العضلي العصبي

وعدم التوازن أو التكافؤ في توزيع القوة على أجزاء الحركة و عدم السيطرة التامة على أعضائه مما يؤثر على مستوى الأداء , فيضطرب الإيقاع و يقل الانسياب الحركي لينجم عنه ظهور الحركة بشكل سيئ , ومن بين العوامل التي تزيد من هذا الاضطراب كثرة الحركة دون هدف مع عدم الاقتصاد في القوة المبذولة .⁽¹⁾

أما بالنسبة لعنصر الرشاقة فيسجل قصور واضح مع تميز البنات عن الأولاد في هذه المرحلة و المرحلة التي تليها, ونظرا للتغيرات الكبيرة التي تصاحب المراهقة نلاحظ تأثر مستوى المصارعة الحركية لديه , سواء كان ذلك تأثيرا سلبيا أو إيجابيا , و يصبح من الصعب على الفرد تعلم مهارة جديدة حتى و إن أتيح له وقت كبير لتعلمها . ويتحلى ذلك خلال تعلم المهارات التي تحتاج إلى الدقة الحركية ككرة السلة والسباحة , الجمباز, كرة القدم و بالتالي يفقد ميزته المتمثلة في التعلم من المرحلة الأولى مع بطئ التعلم و تقارب المستوى بين الجنسين في القدرات خاصة الجري , الوثب , الرمي , لتتبع تلك المستويات عند نهاية المراهقة الأولى لصالح الأولاد .⁽²⁾

4-5- الخصائص الاجتماعية:

الحياة الاجتماعية أكثر اتساعا و شمولاً في المراهقة و تباينا و تمايزا من حياة الطفولة النامية و هذا في إطار الأسرة و المدرسة و ذلك لان المراهقة هي الدعامة الأساسية في رشدها و اكتمال نضجها كما كانت الطفولة دعامة للمراهقة.

و من مظاهرها :

¹ - بسطويسي أحمد , أسس نظريات الحركة , المرجع السابق , ص: 178 .

² - محمد فؤاد البهي السيد : الاسس النفسية للنمو في الطفولة الى الشيخوخة , مرجع سابق , ص 329.

✓ البحث عن نموذج يتحدى (مثل الوالدين والمربي و المدرسين و الشخصيات الهامة)

✓ اختيار المبادئ و القيم و المثل

✓ قوانين فلسفة الحياة

4-6- الخصائص العقلية:

تتميز فترة المراهقة بنمو القدرات العقلية و نضجها بحيث يكون الطالب المراهق أقوى إنتاجا و أكثر ثبوتا و استقرارا في حياته العقلية و التي تكون مرتبطة بقدرته على التركيز العقلي و الانتباه الطويل،

كما تظهر الفروق الفردية بدرجة عالية من الوضوح و التمايز، و يصبح الفرد قادرا على التفكير المنطقي المنشطر كما تزداد قدرته على التجريد و التعليم و هذا ما يضاعف قدرته على التعلم ، كما يلاحظ أيضا إن تلاميذ هذه المرحلة يبدون مجموعة من الاستعدادات لقدراتهم الذهنية - كالاستيعاب و الفهم و الانتباه - و هي تتفاوت من فرد لآخر، و يظهر كذلك عندهم قدرة التخيل خاصة في ما يتعلق بالتعبير اللفظي عن بعض الصور لاكتسابهم اللغة، و هذا يبين انتقالهم من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة .⁽¹⁾

4-7- الخصائص الانفعالية:

✓ تظل الانفعالات قوية و يشوبها الحماس

✓ يزداد فرح المراهق كلما شعر بالقبول و التوافق الاجتماعي

✓ ظهور الحساسية الانفعالية حيث لا يستطيع المراهق التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية .

5- أهمية المراهقة :

من المؤكد و حسب ما اعتدنا عليه أن هناك تسلسل بين مرتحل النمو و لا يمكن الاستغناء عن إحداها و لجواد علاقة تكامل فيما بينهما و أصعب هذا المراحل هي المرحلة الانتقالية التي نقصد بها مرحلة المراهقة لأنها بمثابة نقطة انعطاف ، و تنطبق عليها هذا الأوصاف في جميع النواحي و الجوانب لما تتميز به من قلق و اضطراب و حاجة للتكيف و الحرمان بشتى أشكاله . مما يزيد من أهمية هذه المرحلة أنها مرحلة نضج القيم الروحية و الدنية و

¹ - حامد عبد السلام زهران ، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة ، مرجع سابق ، ص .66.

الخلقية , و يحدث فيها ما يسمى اليقظة الدنية المجردة , وكذا النزعات المثالية و بحكم ما يصل إليه المراهق , فإنه يستوعب القيم الروحية و التصورات الدينية المجردة , أو كما تعتبر مرحلة اختيار التخصص أو المهنة . و حياة الكائن الحي سلسلة متصلة الحلقات , تؤثر فيها السابق باللاحق , لإدراكنا أهمية المراهقة السوية المكيفة لأنها تقود إلى مرحلة شباب سوية و متكيفة أيضا .⁽¹⁾

و العكس صحيح إن كانت المراهقة تسلك سلوكا غير عادي , غير سوي فستقود إلى مرحلة شباب ضائعة .

ويعرفها "علي بوعناقة" في قوله " النمو سلسلة متكاملة من الأحداث المتلاحقة يتميز بشي من التغيير في كل فترة من فتراتها , وكل مرحلة تعتمد على سابقتها و تؤثر في تابعها , وفترة المراهقة تشبه ما سبق في كونها من المراحل"².

وهي الأكثر تأثير في حياة الفرد و ذلك لأنها تشكل مرحلة انتقال من الطفولة إلى الرجولة .

6- أهمية حصة التربية البدنية للمراهق:

تعتبر حصة التربية البدنية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل الفيزياء و الرياضيات , ولكنه يختلف عنها في كونها يمد التلاميذ بالمهارات و الخبرات ولذلك يزودهم بالكثير من المعلومات و المعارف التي تغطي الجوانب الصحية و النفسية و الاجتماعية بالإضافة إلى المعلومات العلمية المتعلقة بتكوين جسم الإنسان حيث ينمي ذلك من خلال استخدام مختلف الأنشطة الحركية مثل التمرينات و الألعاب الفردية و الجماعية و التي تتم تحت أشرف مدرسين ذوي كفاءة عالية المتعلقة بالتلميذ, فهي تمس المجال الفكري, بمعنى أنها تزود الفكر بالمعلومات المختلفة عن الممارسة الرياضية , كذلك تمس الجانب الصحي البدني المتعلق بتنمية مختلف الصفات البدنية و تحسين القدرات الفسيولوجية و تنمية الذكاء و تمس كذلك النواحي النفسية و الاجتماعية للتلاميذ و المتعلقة بتقدير الذات و الاحترام المتبادل بينهم وهذا يعني بأن أهم أدوار الرياضة في المدرسة هو ضمان النمو الشامل و المتزن للتلاميذ, و

¹ عبد الرحمان عيساوي ، الصحة النفسية و العقلية، دار النهضة العربية للطباعة و النشر، سنة 1992 ص 266 .

² علي بوعناقة، أحياء غير مخططة و أنعكاستها التقنية على الشباب، دون سنة ، ص22.

لتحقيق احتياجاتهم البدنية و المعرفية الحركية , كل هذا يعني التنمية الشاملة للتلاميذ و ذلك لكي يتحملوا مسؤولياتهم نحو أنفسهم و حياتهم الشخصية و الاجتماعية .⁽¹⁾

7- القيمة النفسية و الاجتماعية لحصة التربية البدنية و الرياضية للمراهق:

تتحلى القيمة النفسية لها في تأثيرها المتباين و الجلي في نفسية التلميذ المراهق من بناء الشخصية الهادئة المتزنة إلى تنمية القدرات الفكرية و كذا القدرات البدنية من قوة و سرعة و مداومة

كما قال أحد علماء النفس "المراهق إنسان في تطور دائم و مستمر في الحالات النفسية و الجسمية و الفسيولوجية و الحركية في تحس دائم , وأثناء التغيرات فائنه يحتاج لإبراز قدراته و إظهارها للآخرين "

. وذلك تعبير خارج من الطفولة و هنا يبدأ في فرض شخصيته و وجوده سوى في المواد الأخرى أو في مادة الرياضة و ذلك بآراء قدراته البدنية و التكتيكية و التقنية خلال تواجده في الملعب , فحصة التربية الرياضية في الثانوية هي حصة ترفيهيه و ذلك لدورها الكبير في إزالة ضغط أسرع و كامل يتعرض له التلميذ سوى من الأسرة أو من المجتمع أو حتى من دروس المواد الأخرى , فممارسة الأنشطة تقلل الكثير من العقد و الحرج و الانطواء .^{1 2}

8- تأثير حصة التربية البدنية في انفعالات التلميذ المراهق:

ويقصد بانفعالات التلميذ النفسية تلك الأحاسيس التي تختلج المراهق من قلق و توتر و إحباط إلى غيرها من الانفعالات النفسية التي يختلقها المحيط الاجتماعي و الأسري أو محيط الآخرين في حصة التربية الرياضية و البدنية , فهي حصة تقلل من سمة القلق حتى لا نقول تعدمها و التي يمتاز بها التلميذ المراهق كما تعتبر فضاء للتحرر من التوترات التي تنتاب التلميذ والناجمة عن الاندفاعات البيولوجية فممارسة التلميذ الأنشطة التي يجبها تخلصه من صفة الإحباط و ذلك عن طريق فرض أنشطة ذات طابع تنافسي , فعند نجاحه يتخلص من هذا

¹ - د/أسامة كامل راتب , علم النفس الرياضي , مفاهيم و تطبيقات , مرجع سابق , ص85 .

² -- حمد عادل خطاب, كمال الدين تركي: التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية , مرجع سابق , ص85 .

الشعور , و عند أداء التلميذ الأنشطة ذات الطابع الاندفاعي خاصة عند الفتيات فإن ذلك يزيل التخوف بالممارسة و التكرار الدائم .⁽²⁾

يرى علماء النفس بأن الرياضيين يظهرون جد متحفظين و كذلك اجتماعيين و هذه التصرفات تظهر في سلوكهم , فحصى التربية البدنية و الرياضية تزرع في شخصية التلميذ صفات عديدة منها أن ذلك التلميذ يمتلك شخصية , ومست أهم الصفات المميز للشخصية و التي تضيفها حصص التربية البدنية و الرياضية على نفسية المراهق ما يلي :

أ – السيطرة على الأعصاب :

ب- الشعور بالمسؤولية أثناء التقسيم إلى أفواج , رئيس على رأس الفوج

ج- التحكم في الذات و الرزانة و الثبات في القرارات

د- الشعور بالشجاعة في اتخاذ المواقف و غيرها من صفات الشخصية التي يمكن لهذه الحصص أن تحسن من شخصية التلميذ في الطور الثانوي

هـ- تنمية الذكاء عن طريق سرعة إيجاد الحلول في الوقت المناسب.

(1)- علي بشير الفائدي وآخرون: المرشد التربوي الرياضي, المنشات العامة و التوزيع و الإعلان, نفس المرجع السابق, ص164.

(2) (<http://www.Aldorr.Com>)

¹ - كوثر ماتيل: التعلم الحركي, ترجمة عيد العالي لوصيف, دار الكتاب و الطباعة, بغداد, 1987, ص.183.

الخلاصة :

تعرضنا في هذا الفصل لخصائص نمو مرحلة الثانوي . و يطلق على هذه المرحلة بالمراهقة و يستخدم هذا اللفظ عادة ليدل على فترة الانتقال من الطفولة إلى الرشد، أما البلوغ فهو نمو معين في خلال المرحلة المراهقة و ليس اصطلاحاً مرادفاً لها وتقع كل عناصر المراهقة في وحدة النمو و استمراره و يبنى هذا النمو على ما سبقه و يؤثر في حياة الطفل القادمة , و في بداية المراهقة و نهايتها تظهر مبكرة عند بعض الأطفال و متأخر عند البعض الآخر , و يرجع ذلك إلى عوامل كثيرة منها : الوراثة و الجنس و طبيعة الطفل و البيئة الاقتصادية و الاجتماعية و معرفة هذه الخصائص و المميزات مهمة جداً لمن اشتملت عينة دراسته أو أبحاثه لهذه الفئة .

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الأسس المنهجية للدراسة

- تمهيد :

بعد التطرق لجميع الجوانب الملمة بعنوان البحث من التعاريف وإبراز أهم الجوانب المتعلقة بالبحث وذلك بالتعمق في دراستها وإيجاد العلاقة بينها ، وكذلك الأهداف والأهمية التي تقدمها لنا ، و من خلال هذا المطلب قمنا بتحديد أسئلة استبائيته وهي أداة من أدوات جمع البيانات للمنهج الوصفي، و توزيعها على التلاميذ وذلك بعد تحديد العينة و أماكن تواجدها ،ومن ثم استعادتها و تحليل نتائجها و مما يلي سوف نحاول إيضاح خطوات سير البحث و الوقوف بتمعن على المنهج المستخدم.

1- الدراسة الإستطلاعية:

تعتبر الدراسة الإستطلاعية بمثابة الأساس الجوهرى لبناء البحث كله، و هي خطوة أساسية و مهمة في البحث العلمي.

و بناء على هذا قمنا قبل المباشرة بإجراء الدراسة الميدانية بدراسة إستطلاعية كان الغرض منها ما يلي:

- ✓ معرفة حجم المجتمع الأصلي و مميزاته و خصائصه.
- ✓ المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية، و بالتالي تفادي الصعوبات و العراقيل التي من شأنها أن تواجهنا.

✓ الإطلاع ميدانيا على مجتمع عينة البحث والتي تمثلت في ثانويتين ببلدية حاسي خليفة وهما ثانوية غربي البشير بن محمد و ثانوية هواري بو مدين.

✓ تحديد موعد توزيع الاستمارات على التلاميذ ،

✓ الإطلاع على واقع حصة التربية البدنية والرياضية .

2 - المنهج المستخدم :

يعتبر المنهج المستخدم في أي دراسة علمية من الأساسيات التي يعتمد عليها الباحث في بحثه عن الحقيقة، فإختيار المنهج المناسب للدراسة مرتبط بطبيعة الموضوع الذي يتناوله الباحث.

وعرف بودحوش عمار و محمد محمود الدينيات المنهج "هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة والفحص الدقيق لها".¹

و نظرا لطبيعة موضوعنا و من أجل تشخيص الظاهرة و آشف جوانبها، وتحديد العلاقة بين عناصرها (التغذية الراجعة ودورها في تحقيق اهداف حصة التربية البدنية و الرياضية)، تبين أنه من المناسب إستخدام المنهج الوصفي و ذلك لتماشيه مع هدف الدراسة، فالدراسة الوصفية تهدف إلى تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالإعتماد على جمع الحقائق و تفسيرها و تحليلها، و إستخلاص دلالاتها، فهي إذا كما يعرفها " محمد محمد قايم" " المنهج هو الذي تستخدمه العلوم الطبيعية والعلوم الإجتماعية، ويعتمد على الملاحظة بأنواعها بالإضافة إلى

¹ بودحوش عمار - محمد محمود الدينيات: منهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث ، ب.ط - د.م.ج. الجزائر - 1995 - ص 129

عمليات التصنيف والإحصاء مع بيان وتفسير تلك العمليات . ويعد المنهج الوصفي أكثر مناهج البحث ملائمة للواقع الإجتماعي كسبيل لفهم ظواهره واستخلاص سماته . ويأتي على مرحلتين ، الأولى مرحلة الإستكشاف والصياغة التي تحتوي بدورها على ثلاث خطوات هي تلخيص تراث العلوم الإجتماعية فيما يتعلق بموضوع البحث ، والإستناد إلى ذوي الخبرة العلمية والعملية بموضوع الدراسة ، ثم تحليل بعض الحالات التي تزيد من استبصارنا بالمشكلة وتلقي الضوء عليها ن أما المرحلة الثانية فهي مرحلة التشخيص والوصف وذلك بتحليل البيانات والمعلومات التي تم جمعها تحليلًا يؤدي إلى إكتشاف العلاقة بين المتغيرات وتقديم تفسير ملائم لها".²

3- مجالات البحث :

3-1- المجال المكاني : تم إجراء البحث على مستوى بلدية حاسي خليفة بثانوية غربي البشير بن محمد وثانوية

هواري بو مدين ب بلدية حاسي خليفة.

3-2- المجال الزمني : تم اقتراح الموضوع على الإدارة يوم 2011/11/15 وتم تعديل الموضوع يوم

2011/12/19 . والشروع في الجانب النظري يوم 2012/03/05 والجانب التطبيقي كان ابتداء من الفترة الممتدة ما بين 2012/04 الى غاية 2012/05. و توزيع الاستبيان كان يوم 2012/05/02 وتم استعادته في نفس اليوم

4- مجتمع البحث : يقوم البحث على دراسة دور التغذية الراجعة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية

على مستوى بلدية حاسي خليفة بمختلف الأعمار وكلا الجنسين.

يبلغ عدد تلاميذ ثانوية غربي البشير بن محمد 642 تلميذا، بينما يبلغ عدد تلاميذ ثانوية هواري بومدين 742

تلميذا، حيث اجمالي التلاميذ هو 1354 تلميذا، والجدولان التاليان يوضحان توزيع التلاميذ حسب الجنس والمرحلة

الدراسية:

الممارسين للرياضة	المجموع	إناث	ذكور	
183	213	116	97	السنة الأولى
204	223	141	87	السنة الثانية
120	171	100	71	السنة الثالثة
507	612	357	255	المجموع

جدول رقم (01) يوضح توزيع التلاميذ حسب الجنس و المرحلة الدراسية لثانوية غربي البشير بن محمد

² د. محمد محمد قاتم : المدخل إلى مناهج البحث العلمي، ط1 ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر ، بيروت، 1999 ، ص 60

الممارسين للرياضة	المجموع	إناث	ذكور	
265	271	129	142	السنة الأولى
245	263	135	128	السنة الثانية
153	208	121	87	السنة الثالثة
653	742	385	357	المجموع

جدول رقم (02) يوضح توزيع التلاميذ حسب الجنس و السنة الدراسية لثانوية هواري بومدين

5 - عينة البحث : ينظر إلى العينة على أنها جزء من كل أو بعض من جميع. فهدف دراسة العينة هو الوصول إلى تعميم للظاهرة المدروسة بدراسة بعض الحالات .

تم اختيار افراد عينة البحث بطريقة عشوائية تمثل عينة البحث في (117) تلميذ وتلميذة ، وهم من بين التلاميذ الممارسين للنشاط الرياضي فقط، وتتراوح أعمارهم ما بين 15 - 18 سنة ، وذلك بعد الاختيار العشوائي لافراد عينة البحث من المستويات الثلاثة.

6- ضبط متغيرات الدراسة :

يشير مصطلح المتغيرات بصفة عامة إلى أي كمية تتغير، وعلى نحو أكثر دقة، يكون المتغير عبارة عن خاصية مميزة يمكن قياسها وتتخذ قيما مختلفة ومتنوعة في حالات فردية متعاقبة فقد يشمل الاستخدام الواسع لمصطلح المتغير على بعض الخصائص المميزة التي لا يمكن قياسها بطريقة حسابية أو رياضية ، مثال ذلك الجنس والقبيلة .

وقد جرت العادة للمقارنة بين المتغيرين، أن يسمى احدهما متغيرا تابعا أو معتمدا وهي المتغيرات التي يعتمد وجودها على متغيرات أخرى نسميها متغيرات مستقلة، فالمتغيرات التابعة تنتج عن المتغيرات المستقلة، أما المتغير المستقل فهو الذي يتغير بطريقة مستقلة. (81)

تعريف المتغير المستقل: " وهو عبارة عن المتغير الذي يفترض انه السبب أو احد الأسباب لنتيجة معينة ، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

تعريف المتغير التابع : يعرف بأنه المتغير الذي يتغير نتيجة تغير مستقل. (82)

⁸¹ -إخلاص محمد عبد الحفيظ ,مصطفى حسن باهي : طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي , مرجع سابق , ص62.

⁸² - إخلاص محمد عبد الحفيظ ,مصطفى حسن باهي : طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي , نفس المرجع , ص72.

ويمكن توضيح ذلك من خلال ضبط متغيرات دراستنا وذلك كالتالي :

▪ موضوع الدراسة :

دور التغذية الراجعة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية.

المتغير المستقل : التغذية الراجعة .

المتغير التابع : أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية.

7- أدوات البحث :

7-1- التحليل البيليوغرافي: هي طريقة تقوم على جمع المعلومات وتصنيفها واستخدام ما يليق ويتمشى مع

خطوات البحث، هذه الطريقة تستخدم في البحوث العلمية وذلك عن طريق الاستعانة بالمراجع والبحوث السابقة .

7-2- الاستبيان : ويعرفه صلاح مراد وفوزي هادي بأنه: " أداة من أدوات البحث العلمي معدة لجمع البيانات

بهدف الحصول على إجابات عن مجموعة من الأسئلة أو الاستفسارات المكتوبة في نموذج اعد لهذا الغرض ، ويقوم المبحوثين بتسجيل إجاباتهم بأنفسهم"⁽⁸³⁾

تحتوي الاستمارة على 30 سؤال وهي موزعة ثلاث فرضيات ولكل فرضية عشر (10) أسئلة وهدف واحد اي ما يعادل هدف لكل فرضية .

7-3- الصدق :

قمنا باستخدام الصدق الظاهري (FACO) للتأكد من صدق عبارات الاستبيان وذلك بعرضها على الأستاذ المشرف لمعرفة رأيه حول صلاحيتها وسلامة صياغتها وملاءمتها لمستوى التلاميذ،وقد أعيد صياغة بعض العبارات على ضوء الملاحظات التي عرضها الدكتور المشرف دشري حميد،و بعد ذلك تم ضبط بعض الأسئلة من طرف بعض الأساتذة المحكمين .

8- الأداة الإحصائية :

النسب المئوية: النسبة المئوية : ← 100 %

عدد التكرارات ← س %

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد التكرارات}}{\text{عدد أفراد العينة}} \times 100$$

⁸³- صلاح مراد ،فوزي هادي :طرائق البحث العلمي تصميماتها واجرائاتها ،دار الكتاب الحديث ، الكويت ، 2002 ،ص145

صعوبات البحث:

- إن القيام بالبحث يعتبر عملية صعبة تتطلب التحكم في جميع الظروف المحيطة به بطريقة علمية، والصعوبات كثيرة في كل البحوث ونحن في بحثنا هذا سنحاول سرد بعض الصعوبات التي صادفتها أثناء إجرائه.
- قلة المراجع و الدراسات السابقة في هذا الموضوع.
 - صعوبة تحديد أسئلة الاستبيان التي تتناسب مع الفرضيات وأهداف البحث.
 - صعوبة وضع الفروض المناسبة لما يتماشى مع الأهداف الرئيسية للبحث، والذي أدى الى التأخر في إنهاء أجزاء البحث في الوقت المحدد.

الخلاصة :

لقد تم تحديد المنهج ومكانه والأدوات العلمية المستخدمة وتطبيق الاستمارة على عينة البحث والتي كانت عشوائية، وكذا إتباع المنهج الوصفي للكشف عن العلاقة بين التغذية الراجعة وبعض اهداف حصة التربية البدنية والرياضية وهذا ما سنعرفه من خلال تحليل النتائج في الفصل الثاني من الجانب التطبيقي.

الفصل الخامس :

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

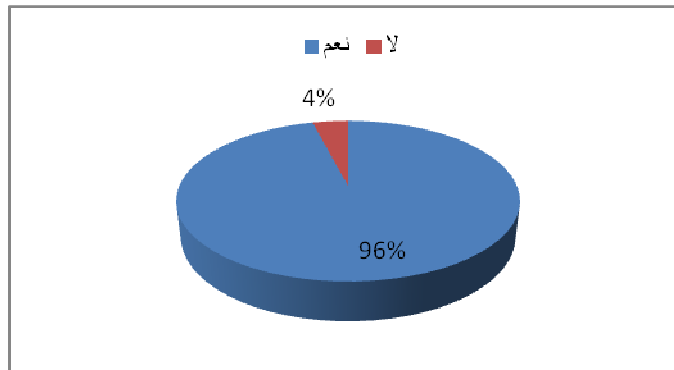
- الفرضية الأولى :للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف النفسية لحصة التربية البدنية و الرياضية.

السؤال الأول: هل عندما يمدحك الأستاذ لطريقة الأداء يرفع ذلك من المعنويات؟

الهدف منه: معرفة هل مدح الأستاذ التلميذ عن طريقة الأداء له دور في رفع معنوياته.

جدول 03: يوضح دور مدح طريقة الاداء على الرفع من معنويات التلميذ.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	112	5
النسبة المئوية	%96	%4



الشكل رقم(05) : يمثل النسب المئوية لمدى تأثير مدح الأستاذ لطريقة أداء التلميذ على رفع المعنويات لديه.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 03:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 96% أن مدح الأستاذ التلميذ عن طريقة الأداء له دور في رفع معنوياته.

في حين أجابت نسبة 04% أن مدح الأستاذ التلميذ عن طريقة الأداء ليس له دور في رفع معنوياته.

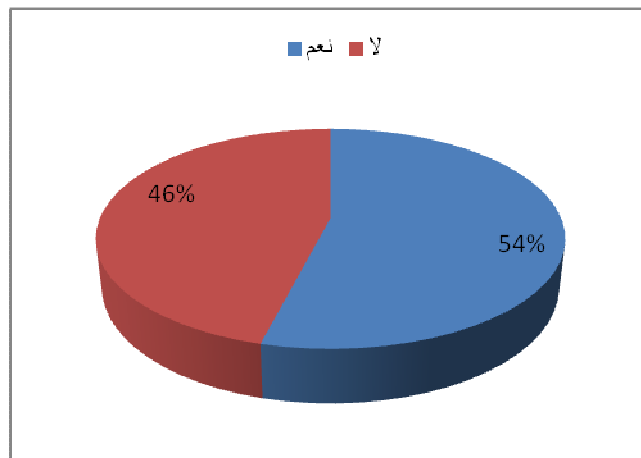
مناقشة النتائج:

دلت نتائج الجدول على أن التغذية الراجعة الايجابية لها دور في رفع معنويات التلميذ. وذلك من خلال الطريقة الجيدة المنتهجة من طرف الأستاذ ، والمتمثلة في مدحه للأداء الذي قدمه التلميذ والتي تعتبر تغذية راجعة ايجابية، تمد التلميذ وتخبره بان أداءه كان صحيح ، فيكون ذلك دافعا للوصول به إلى تحقيق الأهداف النفسية .

السؤال الثاني: هل عندما ينتقد الأستاذ طريقة القيام بالحركة يشعر بالإحباط؟
الهدف منه: معرفة هل نقد الأستاذ لطريقة الأداء دافع للشعور بالإحباط .

جدول 04: يوضح تأثير نقد الأستاذ لطريقة الأداء للشعور بالإحباط.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	63	54
النسبة المئوية	%54	%46



الشكل رقم 06: يمثل النسبة المئوية لإجابات التلاميذ حول نقد الأستاذ لطريقة الأداء له دافع في الشعور بالإحباط.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 04:

54% من التلاميذ أجابوا بان نقد الأستاذ لطريقة القيام بالحركة يشعره بالإحباط.

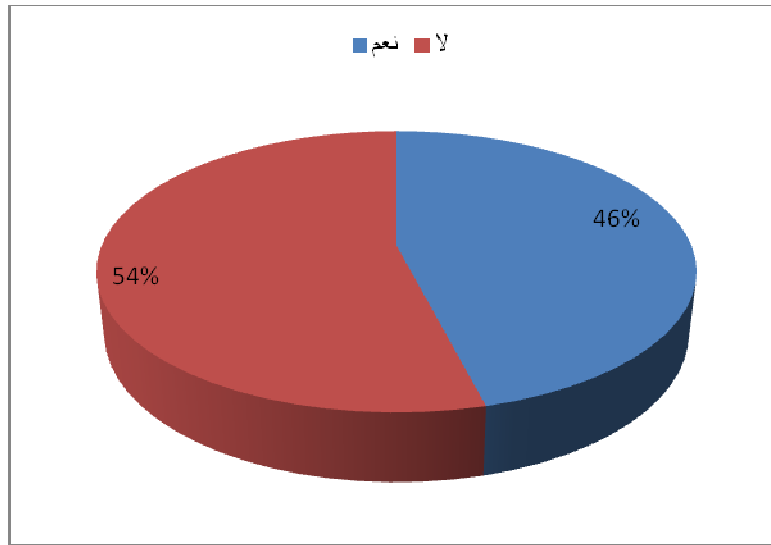
أما 46% من التلاميذ أجابوا بان نقد الأستاذ لطريقة القيام بالحركة لا يشعره بالإحباط

مناقشة النتائج:

بينت الدراسة أن النسبة كانت متقاربة من التلاميذ الذين أجابوا بأن نقد الأستاذ لطريقة القيام بالحركة يشعره بالإحباط وفي هذه الحالة نرى انه يمكن للأستاذ ينوع من أساليب إعطاء التغذية الراجعة والتي تؤثر على الحالة النفسية وقد يكون التأثير ايجابي أو سلمي أو قد يكون كذلك التأثير حيادي.

السؤال الثالث: هل عندما يخبرك الأستاذ بفضله للأداء للحركة يؤثر ذلك سلباً على معنوياتك؟
الهدف منه: معرفة مدى تأثير معنويات التلاميذ من جراء الخبر الذي تلقاه التلميذ عن فشله لأداء الحركة.
جدول 05: يمثل مدى تأثير معنويات التلاميذ عند اخباره بفضله للأداء.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	54	63
النسبة المئوية	%46	%54



الشكل 07: يمثل النسب المئوية لمدى تأثير معنويات التلاميذ عند اخباره بفضله للأداء.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 05:

46% من التلاميذ أجابوا بأن معنويات التلاميذ تتأثر من جراء الخبر الذي تلقاه التلميذ عن فشله لأداء الحركة. و 54% من التلاميذ أجابوا بأن معنويات التلاميذ لا تتأثر من جراء الخبر الذي تلقاه التلميذ عن فشله لأداء الحركة.

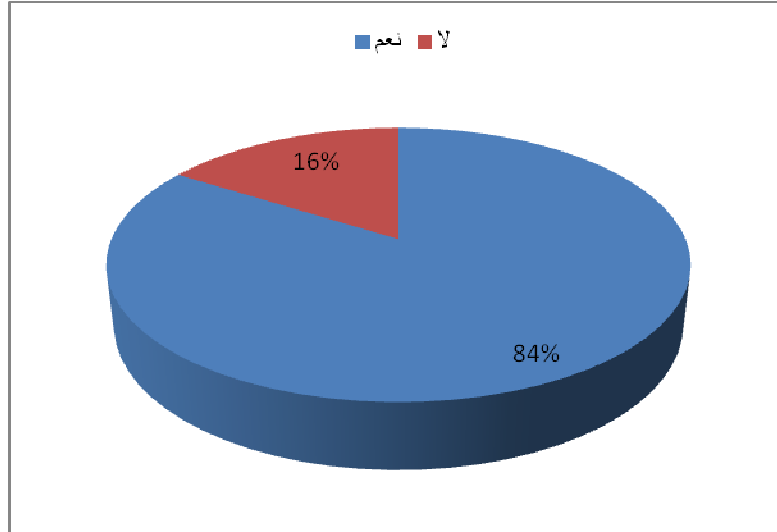
مناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول مقارنة تعتبر نتائج الجدول مقارنة وهذا يعود بشكل مباشر أو غير مباشر إلى أن التلميذ أحياناً قد يتأثر بإخبار الفشل التي تصدر من الأستاذ لتصحيح الأخطاء ، ومن خلاله نرى أن هذه الطريقة لا يمكن استخدامه في كل الأوقات و الظروف وذلك بمراعاة الحالة النفسية للتلميذ لكي لا ينحاز إلى التأثير السلبي على معنويات التلميذ.

السؤال الرابع: هل معرفة مستوى الأداء تقلل من القلق والتوتر لديك أثناء الحصة؟

الهدف منه: التعرف على دور معرفة مستوى أداء التلاميذ في التقليل من القلق والتوتر لديه أثناء الحصة.
جدول 06 : يمثل دور معرفة مستوى أداء التلاميذ في التقليل من القلق والتوتر لديه أثناء الحصة.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	98	19
النسبة المئوية	%84	%16



الشكل 08: يمثل النسب المئوية لدور معرفة مستوى أداء التلاميذ في التقليل من القلق والتوتر لديه أثناء الحصة.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 06:

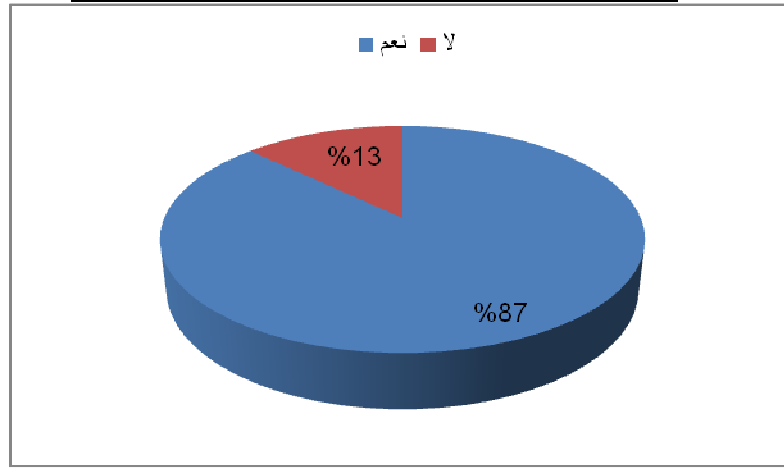
84% من التلاميذ أجابوا بأن معرفة مستوى الأداء تقلل من القلق والتوتر لدى التلميذ أثناء الحصة. في حين أجابت نسبة 16% من التلاميذ بأن معرفة مستوى الأداء لا تقلل من القلق والتوتر لدى التلميذ أثناء الحصة

مناقشة النتائج:

نكتشف من خلال نتائج الجدول أن معرفة مستوى الأداء تقلل من القلق و التوتر أثناء الحصة وهذا يدل على أن للتغذية الراجعة دور في التقليل من التوتر أثناء الحصة وذلك سببه انتظار التلميذ من الأستاذ إخباره مدى إتقانه للحركة أو النشاط الموكل إليه.

السؤال الخامس: هل تشعر بالارتياح عندما يقوم الأستاذ بتصحيح كيفية أداء الحركة؟
الهدف منه: التأكد من مصداقية السؤال الرابع .
جدول 07 : يوضح دور التصحيح للأخطاء في التأثير على الشعور بالارتياح لدى التلميذ.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	102	15
النسبة المئوية	%87	%13



الشكل 09 : يمثل النسب المئوية لدور التصحيح للأخطاء في التأثير على الشعور بالارتياح لدى التلميذ.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 07:

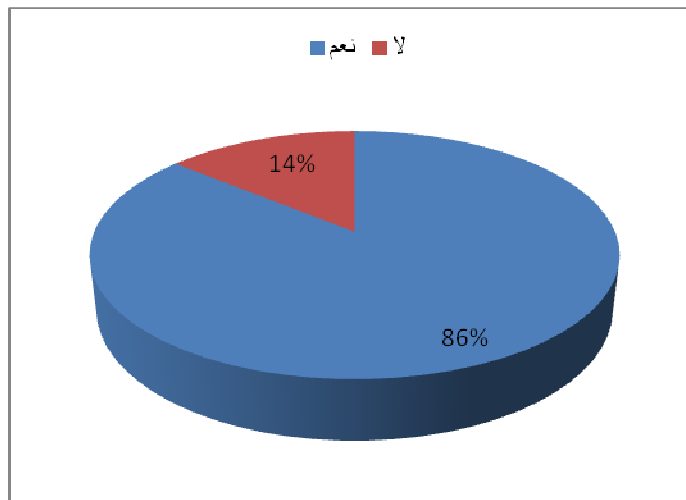
من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 8% من التلاميذ أجابوا بأن التصحيح للأخطاء له دور في الشعور بالارتياح في حين أجابت نسبة 1% من التلاميذ أجابوا بأن التصحيح للأخطاء ليس له دور في الشعور بالارتياح .

مناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول نستنتج أن التصحيح لكيفية أداء الحركة يشعر التلميذ بالارتياح وهذا يزيد من ثقة التلميذ في أدائه للحركة في محاولات أخرى مما يجعله يكتشف الأداء الصحيح فيطوره ومن الأداء الخاطئ فيتجنبه.

السؤال السادس: هل شرح الأستاذ لكيفية أداء الحركة أو النشاط تزيدك ثقة بنفسك؟
الهدف منه: معرفة هل لشرح الأستاذ لكيفية أداء الحركة أو النشاط تزيد من ثقة التلميذ بنفسه.
جدول 08 : يوضح مدى تأثير شرح الأستاذ لكيفية أداء الحركة أو النشاط على ثقة التلميذ بنفسه.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	101	16
النسبة المئوية	%86	%14



الشكل 10: يمثل النسب المئوية حول مدى تأثير شرح الأستاذ لكيفية أداء الحركة أو النشاط على ثقة التلميذ بنفسه.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 08 :

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 86% من التلاميذ أجابوا بان شرح الأستاذ لكيفية أداء الحركة أو النشاط يؤثر على ثقة التلميذ بنفسه.

في حين أجابت نسبة 14% من التلاميذ أجابوا بان شرح الأستاذ لكيفية أداء الحركة أو النشاط لا يؤثر على ثقة التلميذ بنفسه.

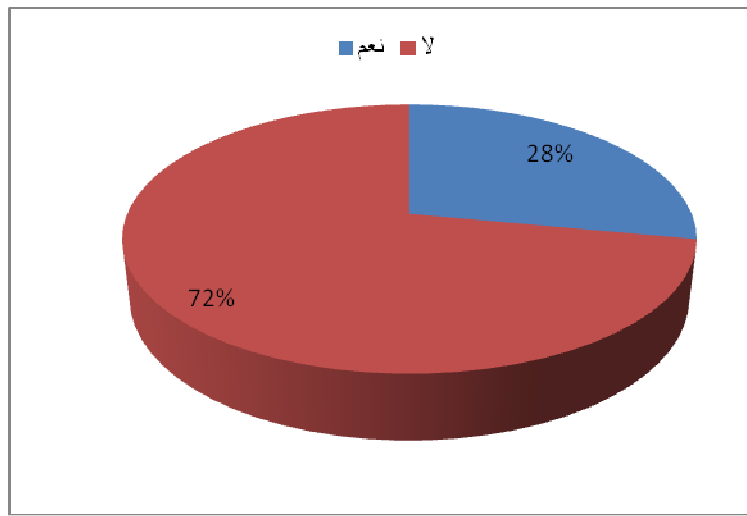
مناقشة النتائج:

و من خلال ما ورد في نتائج الجدول نكتشف أن شرح الأستاذ لكيفية أداء الحركة أو النشاط يؤثر على ثقة التلميذ بنفسه، وهذا نظرا للدور الذي يلعبه الشرح للأداء (التغذية الراجعة التصحيحية) في التأثير على الحالة النفسية للتلميذ.

السؤال السابع: هل ترى أن توجيهات الأستاذ أمام زملاء تشعرك بالخرج؟
الهدف منه: معرف هل لتوجيهات الأستاذ أمام زملاء لها دور في الشعور بالخرج وهذا بدوره يؤثر على الحالة النفسية للتلميذ.

جدول 09: يوضح تأثير توجيهات الأستاذ أمام زملاء على الشعور بالخرج.

لا	نعم	لإجابات
84	33	لتكرارات
%72	%28	لنسبة المئوية



الشكل 11: يمثل النسب المئوية لتأثير توجيهات الأستاذ أمام زملاء على الشعور بالخرج.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 09:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 28% من التلاميذ أجابوا بأن توجيهات الأستاذ أمام زملاء دور في الشعور بالخرج.

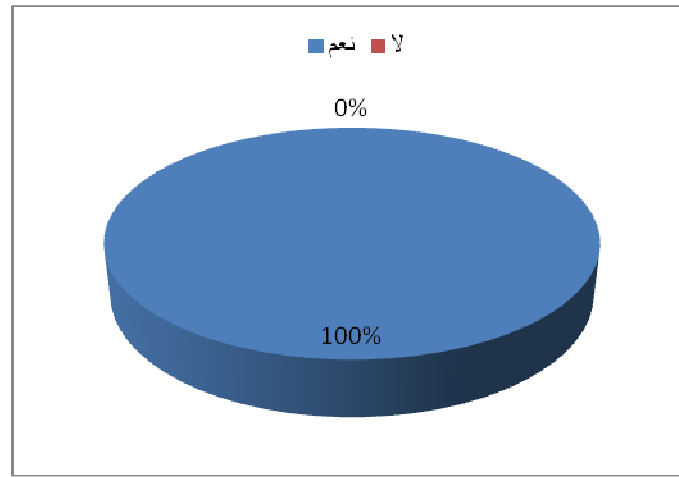
في حين أجابت نسبة 72% من التلاميذ أن توجيهات الأستاذ أمام زملاء ليس لها دور في الشعور بالخرج.

مناقشة النتائج:

حيث يتضح أن أكبر نسبة من التلاميذ كانوا مع الإجابة بأن توجيهات الأستاذ أمام زملاء ليس له دور في الشعور بالخرج. وهذا بدوره يعني انه لا يؤثر على الحالة النفسية للتلاميذ وعلى الرغم من هذا نرى انه يتوجب على الأستاذ أن يتجنب هذه الطريقة أمام التلاميذ ، لان هذا قد يؤثر على الحالة النفسية للتلميذ دون الشعور بذلك ، وقد يظهر ذلك مع مرور الوقت ويؤدي إلى عقد نفسية خطيرة.

السؤال الثامن: هل تشعر بالسعادة عند معرفة أن أداءك كان صحيحا؟
الهدف منه: دور معرفة الأداء الصحيح في الشعور بالسعادة عند التلميذ.
جدول 10 : يوضح دور معرفة الأداء الصحيح في الشعور بالسعادة عند التلميذ.

الإجابات	نعم	لا
لتكرارات	117	0
النسبة المئوية	%100	%0



الشكل 12 : يمثل النسب المئوية لدور معرفة الأداء الصحيح في الشعور بالسعادة عند التلميذ.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 09:

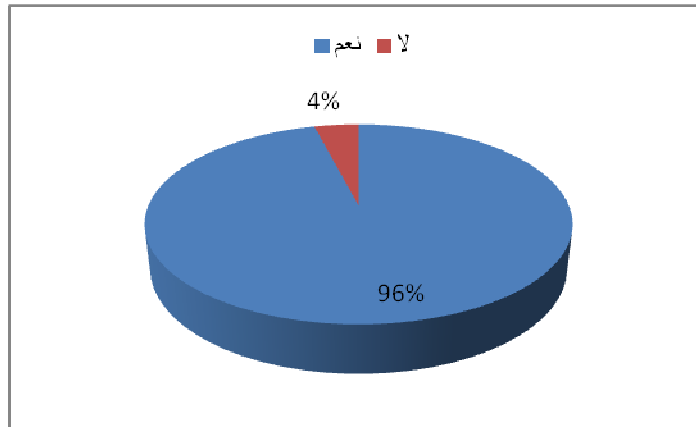
من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 100% من التلاميذ أجابوا بأن معرفة أن الأداء كان صحيحا له دور في الشعور بالسعادة عند التلميذ. ، في حين أجابت نسبة 0% من التلاميذ بأن معرفة أن الأداء كان صحيحا ليس له دور في الشعور بالسعادة عند التلميذ .

مناقشة النتائج:

أظهرت النتائج الحالية أن كل التلاميذ كانوا مع الإجابة بأن معرفة أن الأداء كان صحيحا له دور في الشعور بالسعادة لديهم ، وهذا لتعزيز صحة الانجاز والتقدم فيه نحو الأفضل. وهو ما يعرف بالتغذية الراجعة التعزيزية ، وفي هذه الحالة نعتبرها أفضل الأشكال للتغذية الراجعة في تحسين الأداء الذي يشعر التلميذ بالفرح والسرور ، وهو متمثل في رضاه عن الأداء وعن نفسه.

السؤال التاسع: هل التصحيح لأخطاء حول أداء الحركة يشجعك على التعلم أكثر؟
الهدف منه: معرفة اثر التصحيح لأخطاء حول أداء الحركة على التشجيع للتعلم.
جدول 11 : يوضح اثر التصحيح لأخطاء حول أداء الحركة على التشجيع للتعلم.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	112	5
النسبة المئوية	%96	%4



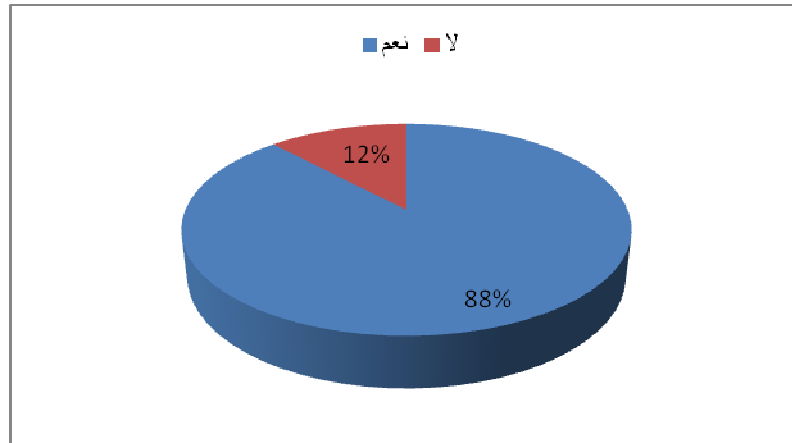
الشكل رقم 13 : يمثل النسب المئوية لأثر التصحيح لأخطاء حول أداء الحركة على التشجيع للتعلم
عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 11 :

96% من التلاميذ أجابوا بأن التصحيح لأخطاء حول أداء الحركة يشجعهم على التعلم أكثر .
في حين أجابت نسبة 04% من التلاميذ بان التصحيح لأخطاء حول أداء الحركة يشجعهم على التعلم أكثر.
مناقشة النتائج:

حيث يتضح أن أكبر نسبة من التلاميذ كانوا مع الإجابة التصحيح لأخطاء حول أداء الحركة يشجعهم على التعلم أكثر وهذا يشير أيضا إلى أن التصحيح للأخطاء لا يعد عائقا في التأثير السلبي على التعلم الحركي، وهذا يعني أيضا انه لا يؤثر على الحالة النفسية للتلميذ.

- السؤال العاشر: هل تحمل نفسك مسؤولية الأخطاء التي ترتكبها من خلال الأداء؟
 الهدف منه: معرفة هل التلميذ يحمل نفسه مسؤولية الأخطاء التي يرتكبها جراء الأداء الحركي .
 جدول 12 : يوضح هل التلميذ يحمل نفسه مسؤولية الأخطاء التي يرتكبها جراء الأداء الحركي .

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	103	14
النسبة المئوية	%88	%12



الشكل 14 : يمثل النسب المئوية لمدى تحميل التلميذ نفسه للأخطاء التي يرتكبها جراء الأداء الحركي .

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 12:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 88% من التلاميذ أجابوا بأنهم يحملون أنفسهم الأخطاء التي يرتكبونها جراء الأداء الحركي .

، في حين أجابت نسبة 12% من التلاميذ بأنهم لا يحملون أنفسهم الأخطاء التي يرتكبونها جراء الأداء الحركي .

مناقشة النتائج:

أظهرت النتائج أن نسبة كبيرة من التلاميذ يحملون أنفسهم الأخطاء التي يرتكبونها جراء الأداء الحركي . وهذا يؤكد

على انه لا يصب كل لومه على الأستاذ ، ولأنه يرى أن الأستاذ ليس هو المسئول المباشر عن الأخطاء التي

يرتكبها التلميذ خلال الأداء ، ونعتبر هذا تنفيس عن النفس لكي لا يتأثر التلميذ نفسيا لتوجيهات الأستاذ حول الأداء.

مناقشة نتائج المحور الأول:

بعد عرضنا للنتائج و تحليلنا للأجوبة العشر الأولى المتحصل عليها بالنسبة للمحور الأول و التي تكشف عن ما إذا كان للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف النفسية لحصة التربية البدنية و الرياضية ، حيث توصلنا إلى إثبات الفرضية الأولى والتي مفادها أن للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف النفسية لحصة التربية البدنية و الرياضية ، حيث ظهرت جليا من خلال الأجوبة التي تهدف إلى إثبات صحة الفرضية من عدمها ، وهذا ما أكدته نتائج الجدول رقم (3) والذي يوضح ما إذا كان لمدح الأستاذ لطريقة الأداء يرفع من معنوياته أم لا حيث كانت نسبة الإجابة بـ 96% التي تؤيد طريقة مدح الأستاذ للأداء وهذا يدل على أن للتغذية الراجعة التي تعتمد على المدح والتشجيع و بمثابة تعزيز للأداء دور في التأثير الإيجابي على الحالة النفسية للتلميذ ، وكذلك الجدول رقم (10) و الذي اكتشفنا فيه الانتماء الكلي لهذا السؤال بنسبة 100% والذي يوضح دور معرفة أن الأداء كأن صحيحا في الشعور بالسعادة عند التلميذ وهذا يدل على أنه من الضروري القيام بالتغذية الراجعة التعزيزية لتشجيع التلميذ على الأداء الصحيح وهذا بدوره يكون دافعا للرفع من معنوياته. وهذا دور من ادوار التغذية الراجعة وقد ورد ذلك في الجانب النظري للبحث والذي مفاده أنها تعمل على "زيادة الشعور بالسعادة (الشعور الإيجابي) المرتبط بالأداء الصحيح، كي تتولد لدى لطالب الرغبة لتكرار الأداء، وزيادة الشعور بالثقة والقبول، وهذا ما يعرف بالثناء. " (أنظر أهداف التزويد بالتغذية الراجعة (ص 17)) بالإضافة إلى الجداول (08) و(11) و (12) التي تدعم صحة الفرضية.

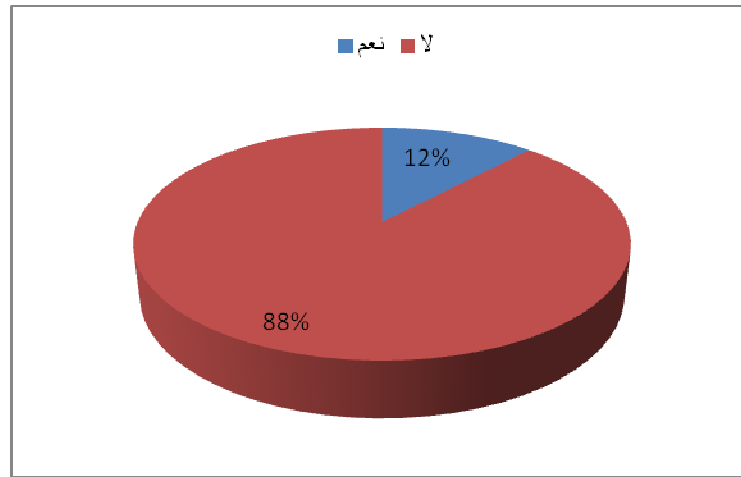
في حين أكد الجدول (4) والذي يوضح ما إذا كان لنقد الأستاذ لطريقة الأداء دافع للشعور بالإحباط. حيث لم تتفق معظم الاجابات ضد طريقة النقد التي ينتهجها الأستاذ خلال التوجيه لأداء الحركة لأن ذلك يدفع البعض للشعور بالإحباط دون البعض الأخر.

الفرضية الثانية : للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الاجتماعية لحصة التربية البدنية و الرياضية

السؤال الحادي عشر: هل ترى أن معرفة الأخطاء وتصحيحها من طرف الأستاذ وأنت بين زملاءك يؤثر على علاقتك معهم؟

الهدف منه: معرفة ما دور التصحيح الأخطاء من طرف الأستاذ والتلميذ بين زملاءك في التأثير على علاقتك معهم؟
جدول 13 : يوضح تأثير التصحيح لأخطاء التلميذ على علاقتك مع زملائه.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	14	103
النسبة المئوية	%12	%88



الشكل رقم 15 : يمثل النسب المئوية لتأثير تصحيح أخطاء التلميذ على علاقتك مع زملائه.

عرض النتائج وتحليل الجدول 12 :

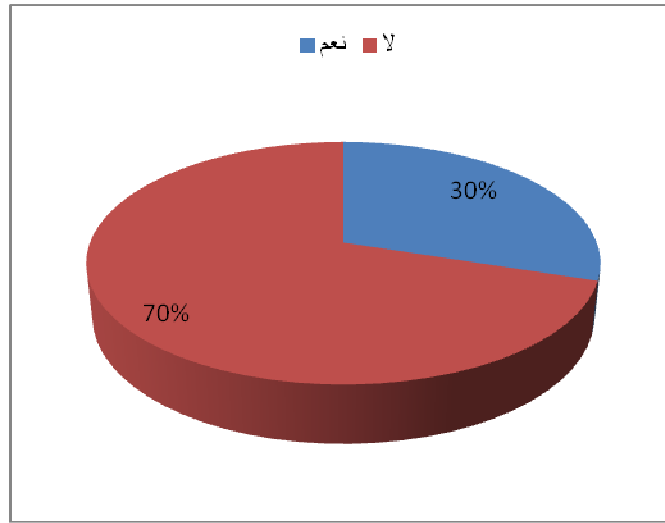
من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 12% من التلاميذ أجابوا بان التصحيح لأخطاء التلميذ يؤثر على علاقتك مع زملائه في حين أجابت نسبة 88% بان التصحيح لأخطاء التلميذ لا يؤثر على علاقتك مع زملائه .

مناقشة النتائج:

كشفت النتائج أن معظم التلاميذ أجابوا أنه عند معرفة الأخطاء وتصحيحها من طرف الأستاذ وهو أمام زملاءك لا تؤثر على علاقتك معهم وهذا يدل انه يمكن القيام بذلك بدون أن يؤثر عليه ذلك.

السؤال الثاني عشر: هل تؤثر عليك نصائح الأستاذ لكيفية أداء الحركة وأنت مع زملائك؟
الهدف منه: معرفة ما مدى تأثير نصائح الأستاذ لكيفية أداء الحركة على التلميذ وهو مع الزملاء
جدول 14 : يوضح مدى تأثير نصائح الأستاذ لكيفية أداء الحركة على التلميذ وهو مع الزملاء.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	35	82
النسبة المئوية	%30	%70



الشكل 16: يمثل النسب المئوية لمدى تأثير نصائح الأستاذ لكيفية أداء الحركة على التلميذ وهو مع الزملاء.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 13 :

من خلال الجدول نرى بأن 70% من التلاميذ اجابوا بان نصائح الأستاذ لكيفية أداء الحركة لا تؤثر على علاقته معهم.

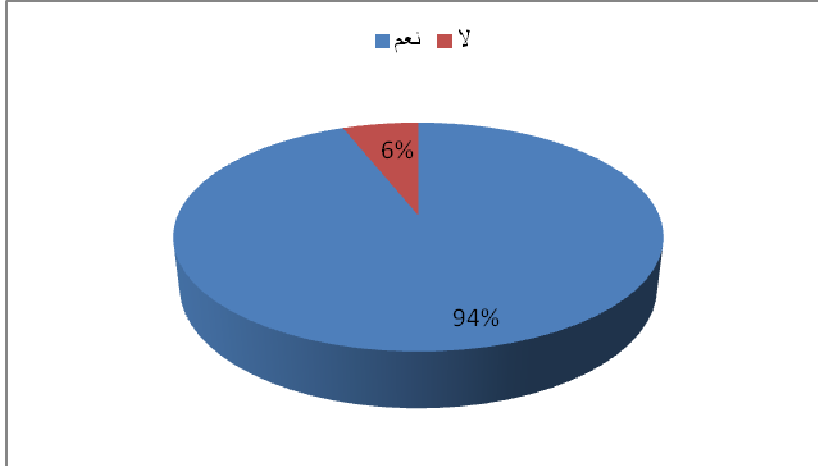
أما نسبة 30% من التلاميذ أجابوا بان نصائح الأستاذ لكيفية أداء الحركة تؤثر على علاقته معهم.

مناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول نجد أن أغلبية الأجوبة أكدت أن نصائح الأستاذ لا تؤثر علاقة التلاميذ فيما بينهم وهذا يدل على إمكانية التزويد بالنصائح للتلاميذ وهم مجتمعون.

السؤال الثالث عشر: هل عندما يجرب الأستاذ الزملاء بصحة الأداء يدفعك أكثر للعمل الجماعي؟
الهدف منه : معرفة تأثير إعلام الأستاذ التلاميذ بصحة أدائهم للحركة يدفعهم أكثر للعمل الجماعي .
جدول 15 : يوضح تأثير إعلام الأستاذ التلاميذ بصحة أدائهم للحركة في دفعهم للعمل الجماعي.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	110	7
النسبة المئوية	%94	%6



الشكل 17 : يمثل النسب المئوية لمدى تأثير إعلام الأستاذ التلاميذ بصحة أدائهم للحركة في دفعهم أكثر للعمل الجماعي .

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 14:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 94% من التلاميذ أجابوا بان إعلام الأستاذ التلاميذ بصحة أدائهم للحركة يدفعهم أكثر للعمل الجماعي .
في حين أجابت نسبة 06% من التلاميذ بان إعلام الأستاذ التلاميذ بصحة أدائهم للحركة لا يدفعهم للعمل الجماعي .

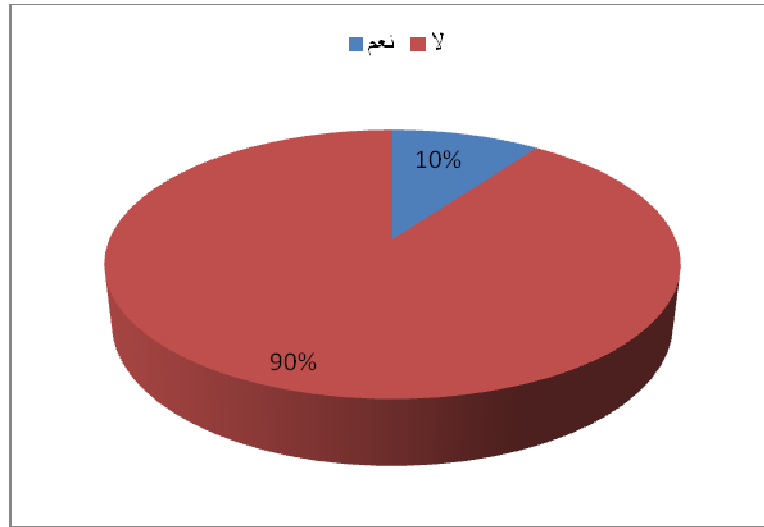
مناقشة النتائج:

من خلال النتائج نجد إن نسبة 94% من الإجابات تقول أن إعلام الأستاذ التلاميذ بصحة أدائهم للحركة يدفعهم أكثر للعمل الجماعي . ومنه نستنتج انه من الضروري إعلام التلاميذ أمام الزملاء بتمكنهم من الأداء الصحيح للحركة أو المهارة المنوطة له، فالترقية البدنية والرياضية تلعب دور من حيث التنشئة للمراهق إذ تكمن أهميتها خاصة في زيادة أوتار الإخوة والصداقة بين التلاميذ وكذا الاحترام وكيفية اتخاذ القرارات الجماعية وكذا بمساعدتها للفرد على التكيف مع الجماعة⁸⁴

⁸⁴ ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة والمراهقة، مرجع سابق ص 277.

السؤال الرابع عشر: هل ترى أن التصحيح للأخطاء يمنعك من التواصل مع زملاء؟
الهدف منه: معرفة ما إذا كان التصحيح للأخطاء أمام زملاء يعتبر مانع للتواصل معهم .
جدول 16 : يوضح تأثير التصحيح للأخطاء أمام زملاء في التواصل معهم.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	12	105
النسبة المئوية	%10	%90



الشكل 18 : يمثل النسب المئوية لمدى تأثير التصحيح للأخطاء أمام زملاء في التواصل معهم .

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 15:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 90% من التلاميذ أجابوا أن التصحيح للأخطاء أمام زملاء لا يعتبر مانع للتواصل معهم .

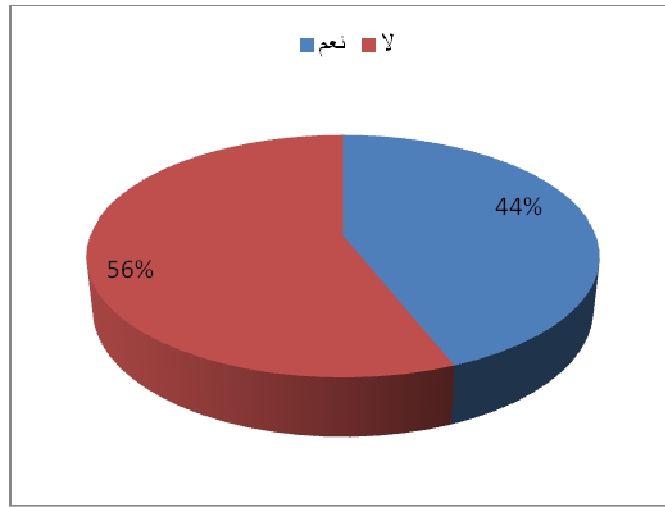
في حين أجابت نسبة 10% من التلاميذ أن التصحيح للأخطاء أمام زملاء يعتبر مانع للتواصل معهم .

مناقشة النتائج:

كشفت النتائج الحالية أن جل التلاميذ اجابو أن التصحيح للأخطاء أمام زملاء لا يعتبر مانع للتواصل معهم وهذا يدعم الإجابة رقم (12).

السؤال الخامس عشر: هل ترى أن توجيهات الأستاذ تزيد في حبك للاندماج مع زملائك؟
الهدف منه: معرفة تأثير توجيهات الأستاذ على اندماج الزملاء فيما بينهم.
جدول 17 : يوضح مدى تأثير توجيهات الأستاذ على اندماج الزملاء فيما بينهم.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	51	66
النسبة المئوية	%44	%56



الشكل رقم 19 : يمثل النسب المئوية لمدى تأثير توجيهات الأستاذ على اندماج الزملاء فيما بينهم .

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 16:

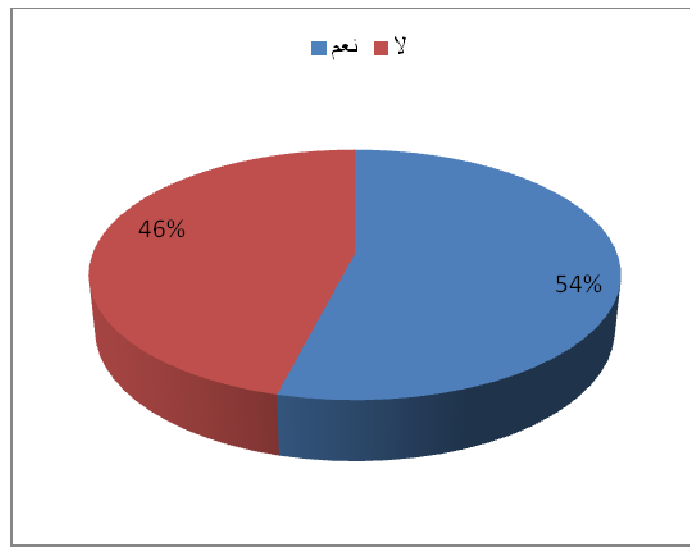
من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 44% من التلاميذ أجابوا بأن توجيهات الأستاذ تؤثر على اندماج الزملاء فيما بينهم في حين أجابت نسبة 56% من التلاميذ أجابوا بأن توجيهات الأستاذ لا تؤثر على اندماج الزملاء فيما بينهم.

مناقشة النتائج:

حيث يتضح أن النسبة الأكبر من التلاميذ كانوا مع الإجابة بأن توجيهات الأستاذ لا تؤثر على اندماج الزملاء فيما بينهم وهذا يؤكد أن توجيهات الأستاذ تدفع التلاميذ في الاندماج فيما بينهم وهذا ينمي فيهم عنصر التعاون والتآخي.

السؤال السادس عشر: هل ترى انه من الضروري أن يوجهك الأستاذ وأنت مع زملائه؟
الهدف منه: معرفة ضرورة توجيه الأستاذ للتلميذ وهو مع زملائه.
جدول 18 : يوضح ضرورة توجيه الأستاذ للتلميذ وهو مع زملائه.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	63	54
النسبة المئوية	%54	%46



الشكل رقم 20 : يمثل النسب المئوية لضرورة توجيه الأستاذ للتلميذ وهو مع زملائه.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 17 :

من خلال نتائج الجدول وجدنا نسبة 54% من التلاميذ أجابوا بأنه من الضروري توجيه الأستاذ للتلميذ وهو مع زملائه.

في حين وجدنا نسبة 46% من التلاميذ أجابوا بأنه ليس من الضروري توجيه الأستاذ للتلميذ وهو مع زملائه.

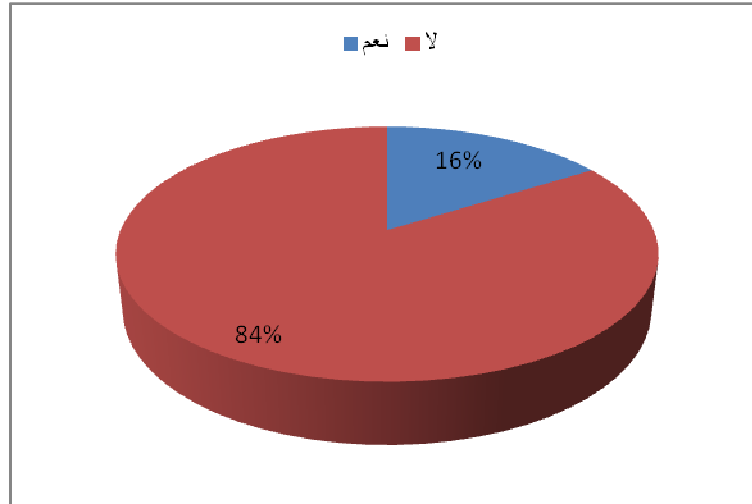
مناقشة النتائج:

من خلال النتائج نكتشف أن التلميذ لا يعارض توجيهات الأستاذ وهو مع زملائه وهذا يدل على انه يمكن

لأستاذ أن يقوم بتوجيه التلاميذ وهم مجتمعين دون إن يؤثر ذلك على علاقتهم معهم.

السؤال السابع عشر: هل ترى أن التصحيح للأخطاء من طرف الأستاذ يؤثر سلبا على العلاقة مع زملاء؟
الهدف منه: معرفة تأثير التصحيح للأخطاء من طرف الأستاذ على العلاقة مع الزملاء.
جدول 19 : يوضح مدى تأثير التصحيح للأخطاء من طرف الأستاذ على علاقة التلاميذ مع الزملاء.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	19	98
النسبة المئوية	%16	%84



الشكل 21: يمثل النسب المئوية لمدى تأثير التصحيح للأخطاء من طرف الأستاذ للتلاميذ على العلاقة مع الزملاء.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 18:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 16% من التلاميذ أجابوا بان التصحيح للأخطاء من طرف الأستاذ يؤثر سلبا على العلاقة مع الزملاء، في حين أجابت نسبة 84% من التلاميذ أن التصحيح للأخطاء من طرف الأستاذ لا يؤثر على العلاقة مع الزملاء.

مناقشة النتائج:

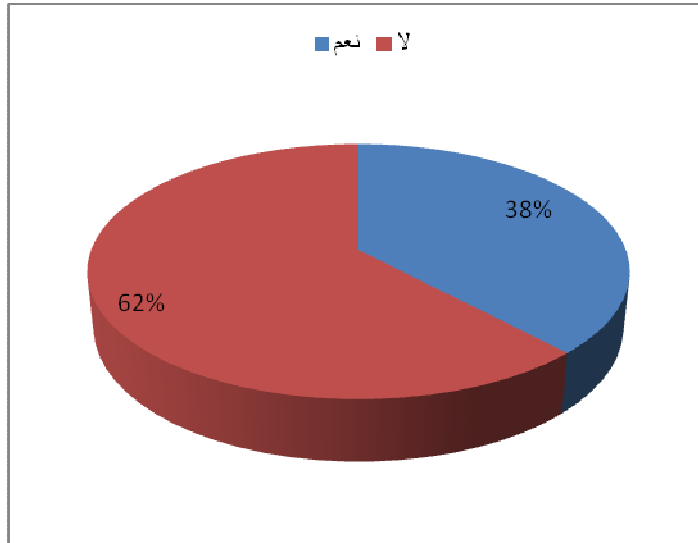
و من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدول السابق وجدنا أن التصحيح للأخطاء من طرف الأستاذ لا يؤثر على العلاقة مع الزملاء. وهذا يؤكد على أن التلاميذ لا ينتقدون هذه الطريقة ، وعليه فانه نرى انه لا حرج على الأستاذ أن يمارس هذه الطريقة في تلك الأوقات التي يكون فيها التلاميذ مجتمعون.

السؤال الثامن عشر: هل تؤثر معرفتك للأخطاء وتصحيحها على اللعب مع الزملاء؟

الهدف منه: التعرف على مدى تأثير معرفة التلميذ للأخطاء وتصحيحها على اللعب مع الزملاء.

جدول 20 : يوضح مدى تأثير معرفة التلميذ للأخطاء وتصحيحها على اللعب مع الزملاء.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	44	73
النسبة المئوية	%38	%62



الشكل 22 : يمثل النسب المئوية لمدى تأثير معرفة التلميذ للأخطاء وتصحيحها على اللعب مع الزملاء.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 19 :

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 38% من التلاميذ أجابوا بان معرفة التلميذ للأخطاء وتصحيحها تؤثر على اللعب مع الزملاء؟.

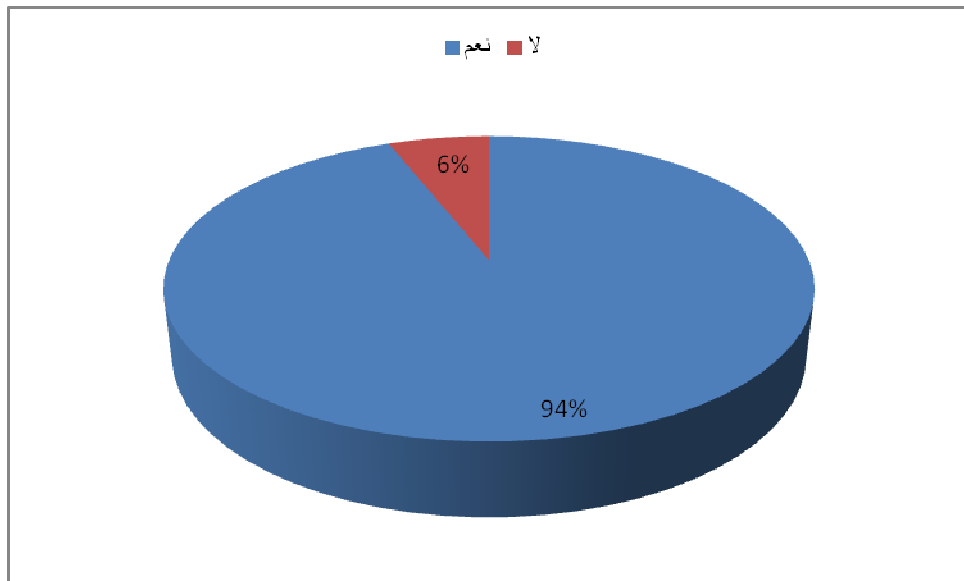
في حين أجابت نسبة 62% من التلاميذ أن معرفة التلميذ للأخطاء وتصحيحها لا تؤثر على اللعب مع الزملاء؟.

مناقشة النتائج:

حيث يتضح أن أكبر نسبة من التلاميذ كانوا مع الإجابة بان معرفتهم للأخطاء وتصحيحها لا تؤثر على اللعب مع الزملاء. وهذا ما يؤكد صحة الإجابة عن السؤال رقم(11)

السؤال التاسع عشر: هل نصائح الأستاذ تشجعك أكثر لإظهار القدرات في محاولات أخرى أمام زملاء؟
الهدف منه: معرفة مدى تأثير نصائح الأستاذ على التشجيع لإظهار القدرات في محاولات أخرى أمام زملاء.
جدول رقم 21 : يوضح مدى تأثير نصائح الأستاذ على التشجيع لإظهار القدرات في محاولات أخرى أمام زملاء.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	110	7
النسبة المئوية	%94	%6



الشكل 23: يمثل النسب المئوية لمدى تأثير نصائح الأستاذ على التشجيع لإظهار القدرات في محاولات أخرى أمام زملاء.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 20:

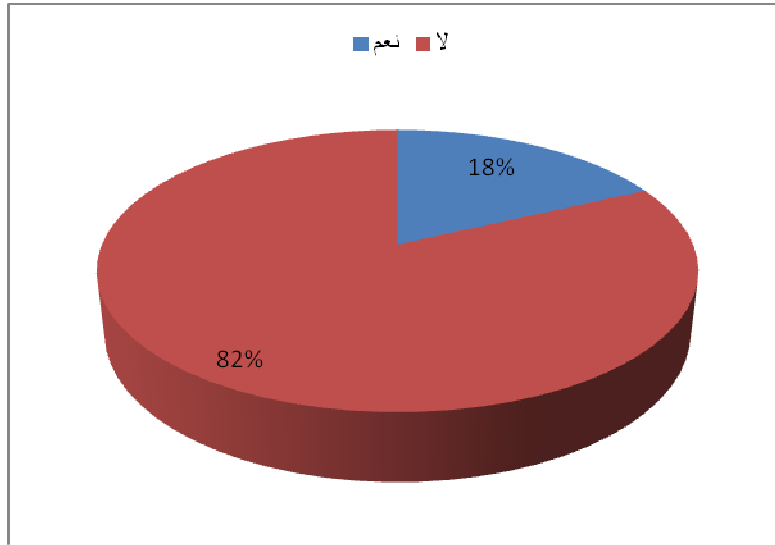
من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 94% من التلاميذ أجابوا بأن نصائح الأستاذ تشجعهم لإظهار القدرات في محاولات أخرى أمام زملاء.
في حين أجابت نسبة 6% من التلاميذ بأن نصائح الأستاذ لا تشجعهم لإظهار القدرات في محاولات أخرى أمام زملاء.

مناقشة النتائج:

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدول السابق نجد أن النسبة الأكبر من التلاميذ يجذبون نصائح الأستاذ التي تشجعهم لإظهار القدرات في محاولات أخرى أمام زملاء. فمن خلال إبراز القدرات يتم تحقيق التكافؤ الجماعي بين زملاء.

السؤال العشرون: هل تعتبر التصحيح للأخطاء أمام زملاء إهانة بالنسبة لك؟
الهدف منه: معرفة ما إذا كان التصحيح للأخطاء أمام زملاء هو إهانة بالنسبة للتلميذ.
جدول 22: يوضح ما إذا كان التصحيح للأخطاء أمام زملاء هو إهانة بالنسبة للتلميذ.

لا	نعم	الإجابات
96	21	لتكرارات
%82	%18	النسبة المئوية



الشكل 24: يمثل النسب المئوية لما إذا كان التصحيح للأخطاء أمام زملاء هو إهانة بالنسبة للتلميذ.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 21:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 18% من التلاميذ أجابوا بأن التصحيح للأخطاء أمام زملاء هو إهانة بالنسبة له.

في حين أجابت نسبة 82% من التلاميذ أن التصحيح للأخطاء أمام زملاء لا يعد إهانة بالنسبة له.

مناقشة النتائج:

كشفت النتائج أن أكبر نسبة من التلاميذ كانوا مع الإجابة أن التصحيح للأخطاء أمام زملاء لا يعتبر إهانة بالنسبة له، وهذا يدل على أنه يمكن للأستاذ أن يصحح أخطاء التلاميذ دون التأثير على وحدة الجماعة وتماسكها.

مناقشة نتائج المحور الثاني:

من خلال النتائج المتحصل عليها والتي تحرت عن ما إذا كان للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الاجتماعية لحصة التربية البدنية و الرياضية حيث تم تأكيد صحة الفرضية، ومفادها أن للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الاجتماعية لحصة التربية البدنية، والذي أكد صحة الفرضية هي النتائج المتحصل عليها في الجداول (13)، (15)، (16)، (21) حيث نعتز هذه الجداول هي عبارة عن أجوبة مباشرة لمشكلة الثانية للبحث وذلك من خلال الأسئلة المتعددة التعبير وموحدة الهدف ففي أسئلة الاستبيان نجد في الإجابة عن السؤال (11) والتي مفادها ما إذا كان التصحيح للأخطاء أمام الزملاء تأثير مع العلاقة معهم، والذي يشير بدوره إلى التأثير الايجابي للتغذية الراجعة على العلاقة الاجتماعية مع الزملاء حيث كانت نسبة الإجابة التي تؤيد هذا السؤال 12% والتي تعارض هذا السؤال هي بنسبة 88% وهنا نرى أنه بالإمكان لأستاذ التربية البدنية و الرياضية التصحيح للأخطاء بين مجموعة من التلاميذ دون التأثير على اندماج الزملاء فيما بينهم وهذا يؤكد أن توجيهات الأستاذ تدفع التلاميذ في الاندماج فيما بينهم وهذا ينمي فيهم عنصر التعاون والتآخي.

من الضروري عدم الإفراط في التصحيح للأخطاء أمام الزملاء فهذا قد يشعرهم بالإحراج ويجنبهم الاندماج مع زملائهم لإظهار القدرات خلال الأداء ، ولكن هذا لا يعني أنه لا يجب القيام بذلك ، لأن التلاميذ لا ينتقدون هذه الطريقة، وقد تم التأكيد على ذلك من خلال الإجابة عن السؤال (20) والتي تمثلت في نتائج الجدول رقم (22) حيث يؤكد التلميذ على أن التصحيح للأخطاء لا يعتبر اهانة بالنسبة له، وهذا يتوافق مع الأهداف التي حددها (حمود عبد الحليم عبد الكريم) يجب على مقدم التغذية الراجعة زيادة الشعور بالحنج، أو الخوف (الشعور السلبي) كي لا يتعمد الطالب إلى تكرار تصرف ما، وهو ما يعرف بعدم القبول. (أنظر أهداف التزويد بالتغذية الراجعة (ص 17)).

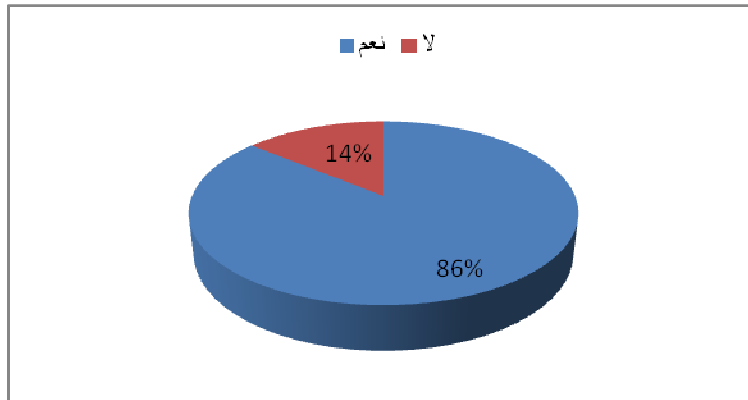
الفرضية الثالثة: للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الصحية لحصة التربية البدنية و الرياضية

السؤال الواحد والعشرون: هل ترى أن معرفة مستوى أدائك وتصحيح الأخطاء من طرف الأستاذ يقلل من الوقوع في الإصابات؟

الهدف منه: تأثير معرفة مستوى الأداء وتصحيح الأخطاء من طرف الأستاذ في التقليل من الوقوع في الإصابات عند التلميذ .

جدول 23: يوضح تأثير معرفة مستوى الأداء وتصحيح الأخطاء من طرف الأستاذ في التقليل من الوقوع في الإصابات عند التلميذ.

لا	نعم	إجابات
16	101	التكرارات
%14	%86	النسبة المئوية



الشكل رقم(25) : يمثل النسب المئوية لتاثير معرفة مستوى الأداء وتصحيح الأخطاء من طرف

الأستاذ في التقليل من الوقوع في الإصابات عند التلميذ .

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 02 :

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 86% أن معرفة مستوى الأداء وتصحيح الأخطاء من طرف الأستاذ يقلل من الوقوع في الإصابات لدى التلميذ .

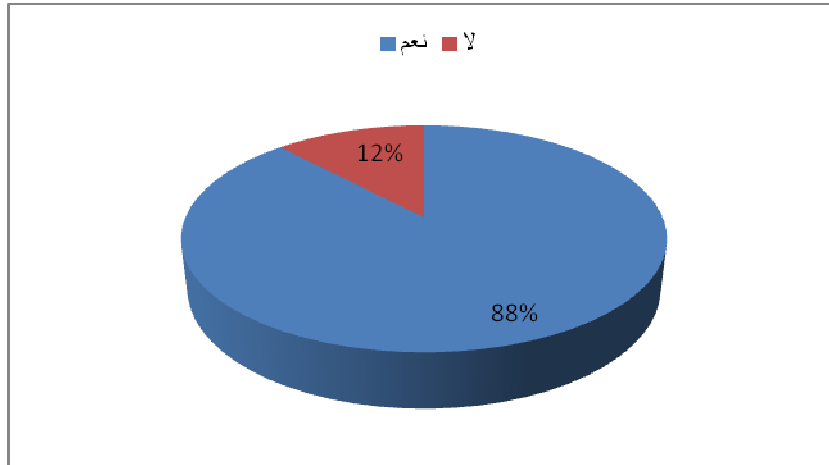
في حين أجابت نسبة 14% أن معرفة مستوى الأداء وتصحيح الأخطاء من طرف الأستاذ لا يقلل من الوقوع في الإصابات لدى التلميذ .

مناقشة النتائج:

دلت نتائج الجدول على أن معرفة مستوى الأداء وتصحيح الأخطاء من طرف الأستاذ يقلل من الوقوع في الإصابات لدى التلميذ. وهذا يدفع بالتلميذ إلى تجنب الأدوات الخاطئة للحركات التي يؤديها خلال النشاط الرياضي وتثبيت الأدوات الصحيحة لتجنب الوقوع في الإصابات.

السؤال الثاني والعشرون: هل يقدم الأستاذ نصائح لتجنب الوقوع في الإصابات؟
الهدف منه: معرفة ما إذا كان الأستاذ يقدم نصائح للتلميذ لتجنب الوقوع في الإصابات .
جدول 24: يوضح ما إذا كان الأستاذ يقدم نصائح لتجنب الوقوع في الإصابات ام لا.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	103	14
النسبة المئوية	%88	%12



الشكل رقم 26: يمثل النسبة المئوية حول تقديم الأستاذ للنصائح لتجنب الوقوع في الإصابات .

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 25:

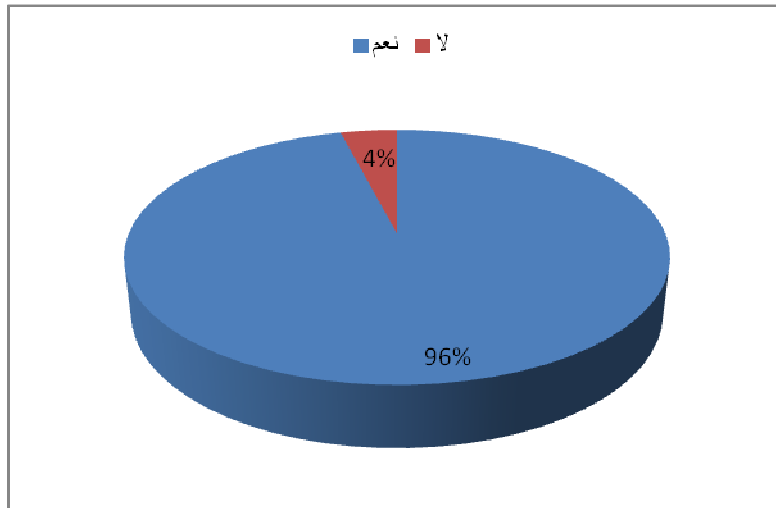
88% من التلاميذ أجابوا بان نصائح الأستاذ تجنبهم من الوقوع في الإصابات.
 أما 12% من التلاميذ أجابوا بان نصائح الأستاذ لا تجنبهم من الوقوع في الإصابات.

مناقشة النتائج:

بينت الدراسة أن معظم التلاميذ أجابوا بان نصائح الأستاذ تجنبهم من الوقوع في الإصابات، وذلك عن طريق إرشادهم إلى الأداء الصحيح للحركة، وهنا نرى أن التلاميذ يأخذون بجدية نصائح الأستاذ ، باعتبارها مسلك إلى الطريق السليم لصحتهم الجسدية أو غيرها.

السؤال الثالث والعشرون: هل الاستماع لتوجيهات الأستاذ لكيفية أداء الحركة تؤمن سلامتك؟ معنوياتك؟
الهدف 03: معرفة ما إذا كان الاستماع لتوجيهات الأستاذ لكيفية أداء الحركة تؤمن سلامة التلميذ أم لا؟
جدول 25: يوضح مدى تأثير الاستماع لتوجيهات الأستاذ لكيفية أداء الحركة في تأمين السلامة للتلميذ .

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	112	5
النسبة المئوية	%96	%4



الشكل 27: يمثل دور الاستماع لتوجيهات الأستاذ لكيفية أداء الحركة في تأمين السلامة للتلميذ.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 26:

96% من التلاميذ أجابوا بأن الاستماع لتوجيهات الأستاذ لكيفية أداء الحركة تؤمن له السلامة من كل النواحي. و 04% من التلاميذ أجابوا أن الاستماع لتوجيهات الأستاذ لكيفية أداء الحركة تؤمن له السلامة.

مناقشة النتائج:

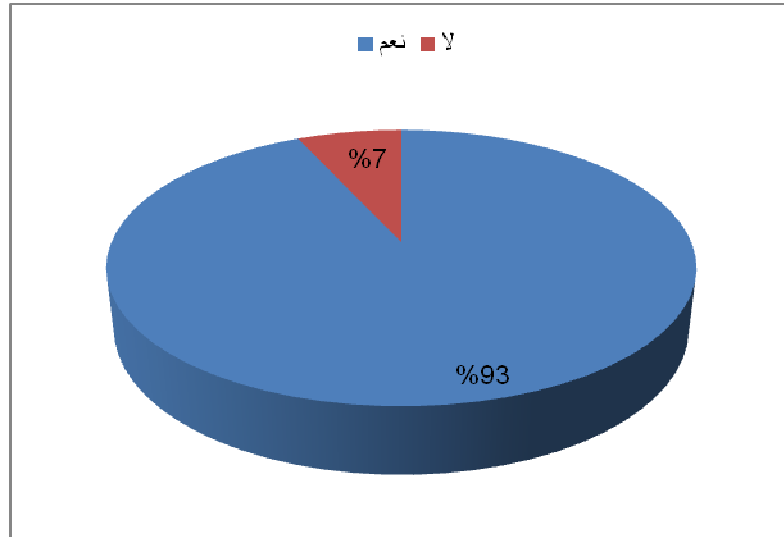
من خلال نتائج الجدول نكتشف ان التلميذ يؤكد على توجيهات الأستاذ لكيفية أداء الحركة أو النشاط تؤمن السلامة العامة وهذا لان نصائح الأستاذ تتمحور حول الاهتمام بالناحية الصحية وذلك عن طريق استماع التلميذ لتوجيهات الأستاذ والعمل بها.

السؤال الرابع والعشرين: هل ترى أن صحة وسلامة الجسم مرتبطة بالتوجيهات التي يقوم بها الأستاذ على كيفية أداء الحركة؟

الهدف منه: معرفة رأي التلميذ فيما إذا كانت صحة وسلامة جسمه مرتبطة بتوجيهات الأستاذ له لكيفية أداء الحركة .

جدول 26: يوضح رأي التلميذ حول علاقة صحته بتوجيهات الأستاذ.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	109	8
النسبة المئوية	%93	%07



الشكل 28: يمثل النسب المئوية حول علاقة صحة التلميذ بتوجيهات الأستاذ.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 26:

93% من التلاميذ أجابوا بأن صحة وسلامة الجسم مرتبطة بالتوجيهات التي يقوم بها الأستاذ على كيفية أداء الحركة.

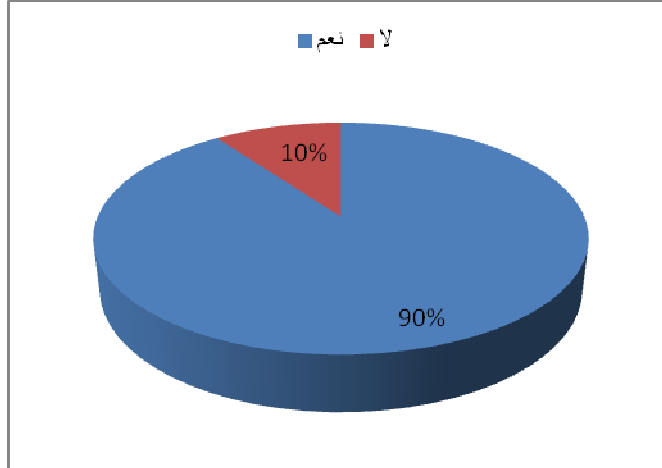
في أجابت نسبة 07 % من التلاميذ أن صحة وسلامة الجسم ليست مرتبطة بالتوجيهات التي يقوم بها الأستاذ على كيفية أداء الحركة.

مناقشة النتائج:

نكتشف من خلال نتائج الجدول أن رأي التلميذ فيما إذا كانت صحة وسلامة جسمه مرتبطة بتوجيهات الأستاذ لكيفية أداء الحركة وهذا يظهر لنا أن التلميذ يؤكد ضرورة التوجيه لأداء الحركة .

السؤال الخامس والعشرين: هل عندما يصحح الأستاذ الأخطاء يقلل من الوقوع في الإصابات؟
الهدف منه: التأكد من مصداقية السؤال الواحد والعشرين.
جدول 27 : يوضح دور التصحيح للأخطاء في التقليل من الوقوع في الإصابات.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	105	12
النسبة المئوية	%90	%10



الشكل 29 : يمثل النسب المئوية لدور التصحيح للأخطاء في التقليل من الوقوع في الإصابات.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 27:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 90% من التلاميذ أجابوا بأن التصحيح للأخطاء له دور في التقليل من الوقوع في الإصابات.

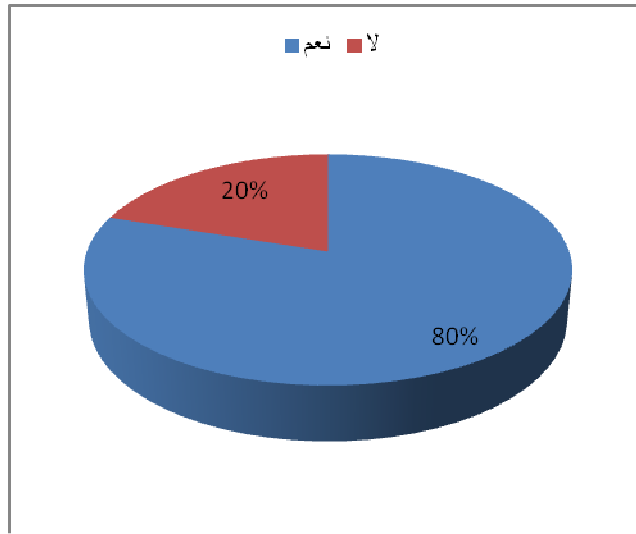
في حين أجابت نسبة 10% من التلاميذ أجابوا بأن التصحيح للأخطاء ليس له في التقليل من الوقوع في الإصابات.

مناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول نستنتج أن التصحيح للأخطاء له دور في التقليل من الوقوع في الإصابات، وهذا يخدم السؤال رقم (21)

السؤال السادس والعشرين: هل ترى أن توجيهات الأستاذ لكيفية الأداء له تأثير ايجابي على اللياقة البدنية؟
الهدف منه: معرفة هل لتوجيهات الأستاذ لكيفية الأداء له تأثير ايجابي على اللياقة البدنية.
جدول 28: يوضح هل لتوجيهات الأستاذ لكيفية الأداء له تأثير ايجابي على اللياقة البدنية أم لا.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	94	23
النسبة المئوية	%80	%20



الشكل 30: يمثل النسب المئوية حول توجيهات الأستاذ لكيفية الأداء له تأثير ايجابي على اللياقة البدنية أم لا
عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 28:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 80% من التلاميذ أجابوا بان لتوجيهات الأستاذ لكيفية الأداء له تأثير ايجابي على اللياقة البدنية .

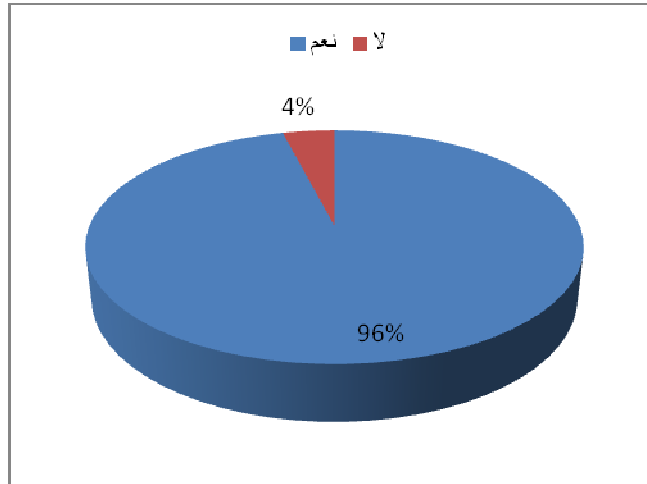
في حين أجابت نسبة 20% من التلاميذ أجابوا بان لتوجيهات الأستاذ لكيفية الأداء ليس له تأثير ايجابي على اللياقة البدنية.

مناقشة النتائج:

و من خلال ما ورد في نتائج الجدول نكتشف أن لتوجيهات الأستاذ لكيفية الأداء له تأثير ايجابي على اللياقة البدنية و ذلك من خلال الرأي الذي قدمه التلميذ حول هذه المسألة. فيقدم الأستاذ نصائح للحفاظ على اللياقة البدنية وتطويرها أن أمكن .

السؤال السابع والعشرين: هل تساهم توجيهات الأستاذ في سلامة وصحة بدنك؟
الهدف منه: معرفة مدى مساهمة توجيهات الأستاذ في سلامة وصحة بدن التلميذ..
جدول 29: يوضح مدى مساهمة توجيهات الأستاذ في سلامة وصحة بدن التلميذ.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	112	5
النسبة المئوية	%96	%4



الشكل 31: يمثل النسب المئوية لمدى مساهمة توجيهات الأستاذ في سلامة وصحة بدن التلميذ.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 29:

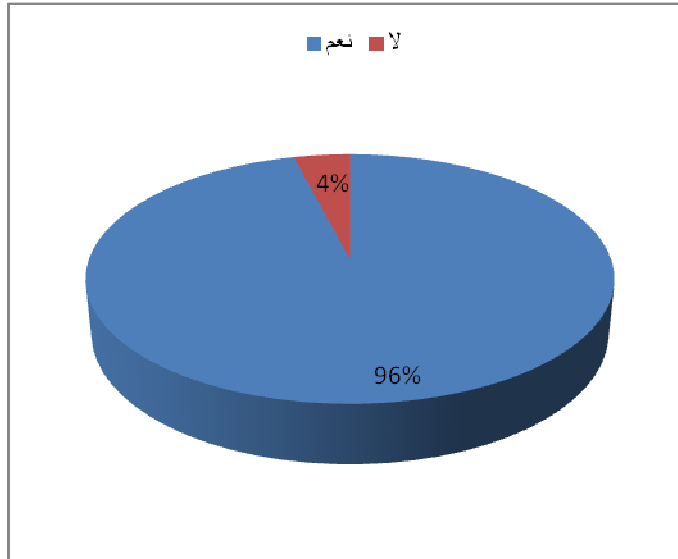
من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 96% من التلاميذ أجابوا بان توجيهات الأستاذ تساهم في سلامة وصحة بدن التلميذ في حين أجابت نسبة 04% من التلاميذ بان توجيهات الأستاذ لا تساهم في سلامة وصحة بدن التلميذ .

مناقشة النتائج 27 :

حيث يتضح أن أكبر نسبة من التلاميذ كانوا مع الإجابة بان توجيهات الأستاذ تساهم في سلامة وصحة أبدانهم ، وذا يدل على أن للتوجهات أهداف صحية متعددة وتشمل عدة جوانب من جسم التلميذ.

السؤال الثامن والعشرين: هل تزيد توجيهات الأستاذ في الحفاظ على اللياقة البدنية؟
الهدف منه: معرفة دور توجيهات الأستاذ في الحفاظ على اللياقة البدنية للتلميذ.
جدول 30 : يوضح دور توجيهات الأستاذ في الحفاظ على اللياقة البدنية للتلميذ.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	112	5
النسبة المئوية	%96	%4



الشكل 32 : يمثل النسب المئوية لدور توجيهات الأستاذ في الحفاظ على اللياقة البدنية للتلميذ

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 30:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 96% من التلاميذ أجابوا بان توجيهات الأستاذ لها دور في الحفاظ على اللياقة البدنية للتلميذ.

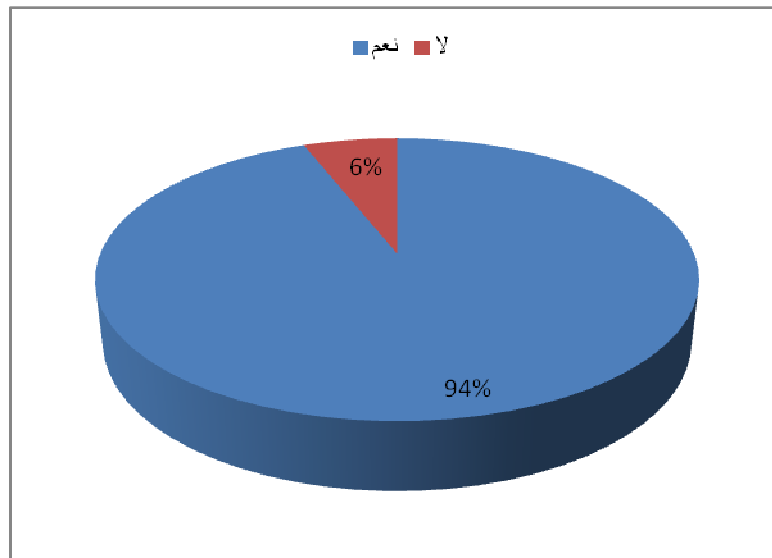
في حين أجابت نسبة 04% من التلاميذ بان توجيهات الأستاذ ليس لها دور في الحفاظ على اللياقة البدنية للتلميذ.

مناقشة النتائج:

أظهرت النتائج الحالية أن جل التلاميذ كانوا مع الإجابة بأن لتوجيهات الأستاذ دور في الحفاظ على اللياقة البدنية للتلميذ فهي تعتبر أيضا خطوات لرفع من مستوى اللياقة البدنية والكمال الجسمي فهي عبارة عن إضاءة الطريق للوصول إلى ذلك المبتغى و الهدف المنشود .

السؤال التاسع والعشرون: هل تهتم لنصائح و توجيهات الأستاذ لكيفية الإحماء؟
الهدف منه: معرفة هل التلميذ يهتم لتوجيهات الأستاذ لكيفية الإحماء.
جدول 31 : يوضح هل التلميذ يهتم لتوجيهات الأستاذ لكيفية الإحماء.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	110	7
النسبة المئوية	%94	%6



الشكل رقم 33 : يمثل النسب المئوية حول مدى اهتمام التلميذ لتوجيهات الأستاذ لكيفية الإحماء.
عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 31 :

94% من التلاميذ أجابوا بأنهم يهتمون لتوجيهات الأستاذ لكيفية الإحماء.

في حين أجابت نسبة 06% من التلاميذ بأنهم لا يهتمون لتوجيهات الأستاذ لكيفية الإحماء.

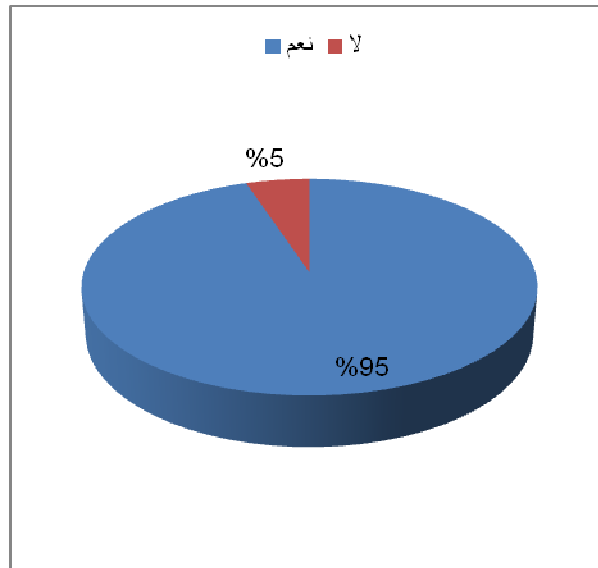
مناقشة النتائج:

حيث يتضح أن أكبر نسبة من التلاميذ كانوا مع الإجابة أنهم يهتمون لتوجيهات الأستاذ لكيفية الإحماء وهذا لأنهم يعون أهمية التوجيه والنصح لكيفية الإحماء للحفاظ على سلامة أجسامهم من الإصابات جراء الإهمال لهذه الفترة الجوهرية.

السؤال الثالثون: هل أنت راض على التوجيهات والتصحيحات التي يقوم بها الأستاذ لتجنب الوقوع في الإصابات؟

الهدف منه: معرفة رضي التلميذ للتوجيهات والتصحيحات التي يقوم بها الأستاذ لتجنب الوقوع في الإصابات؟
جدول 32 : يوضح مدى رضا على التوجيهات والتصحيحات التي يقوم بها الأستاذ لتجنب الوقوع في الإصابات.

الإجابات	نعم	لا
التكرارات	111	6
النسبة المئوية	%95	%5



الشكل 34 : يمثل النسب المئوية لمدى رضا التلميذ لتوجيهات وتصحيحات للاخطاء التي يقوم بها الأستاذ لتجنب الوقوع في الإصابات.

عرض النتائج وتحليل الجدول رقم 32:

من خلال عرضنا لنتائج هذا الجدول تبين لنا نسبة 95% من التلاميذ أجابوا بأنهم راضون على التوجيهات والتصحيحات التي يقوم بها الأستاذ لتجنب الوقوع في الإصابات.
في حين أجابت نسبة 5% من التلاميذ بأنهم غير راضون على التوجيهات والتصحيحات التي يقوم بها الأستاذ لتجنب الوقوع في الإصابات.

مناقشة النتائج:

أظهرت النتائج أن نسبة كبيرة من التلاميذ أجابوا بأنهم راضون على التوجيهات والتصحيحات التي يقوم بها الأستاذ لتجنب الوقوع في الإصابات. وهذا الجواب هو عبارة عن حوصلة لكل الإجابات الخاصة بالأهداف الصحية لحصة التربية البدنية و الرياضية ، لأنه يمثل مدى رضي التلميذ عن توجيهات أستاذه .

مناقشة نتائج المحور الثالث:

من خلال النتائج المتحصل عليها والتي تحرت عن ما إذا كان للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الصحية لخصبة التربية البدنية و الرياضية، حيث تم تأكيد صحة الفرضية، ومفادها أن للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الصحية لخصبة التربية البدنية، والذي أكد صحة الفرضية هي النتائج المتحصل عليها من الجدول (23 إلى 32) الذي خدم التساؤل الثالث وما يؤكد ذلك بشكل مباشر هي الجداول (23، 26، 27، 32) في نتائج الجدول (23) الذي دل على أن معرفة مستوى الأداء وتصحيح الأخطاء من طرف الأستاذ يقلل من الوقوع في الإصابات لدى التلميذ. وهذا يدفع بالتلميذ إلى تجنب الأداءات الخاطئة للحركات التي يؤديها خلال النشاط الرياضي وتثبيت الأداءات الصحيحة لتجنب الوقوع في الإصابات. وأظهرت كذلك نتائج الجدول (32) أن نسبة كبيرة من التلاميذ اجابو بأنهم راضون على التوجيهات والتصحيحات التي يقوم بها الأستاذ لتجنب الوقوع في الإصابات. وهذا الجواب هو عبارة عن حوصلة لكل الإجابات الخاصة بالأهداف الصحية لخصبة التربية البدنية و الرياضية ، لأنه يمثل مدى رضا التلميذ عن توجيهات أستاذه .

حيث أفادت كل هذه الجداول من خلال النسب المسجلة فيها أن توجيهات ونصائح الأستاذ لها تأثير إيجابي على الناحية الصحية للتلميذ وذلك عن طريق تأمين السلامة الجسدية التقليل من خطر التعرض للإصابات الناجمة عن الأداء الحركي ، وهذه النصائح والتوجيهات يتواصل صيتها ومداهما لتشمل أيضا الوقاية منها في الحيات اليومية وفي معظم الأوقات والحالات، التي قد يتعرض لها التلميذ.

الاستنتاج

الاستنتاجات:

من خلال هذه المسيرة التي قادتنا إلى جانب البحث النظري الذي أعطى لنا مفهوما ومعنا محدد لما نريد الوصول إليه ، و الجانب التطبيقي بتحديد الطريق والمنهج الذي تنتهجه للوصول إلى الغاية المنشودة وتحليل نتائج التطبيق الميداني وفرضيات البحث، التي تصب كلها حول موضوع دور التغذية الراجعة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية ، والتي أوصلتنا إلى استنباط عدة نتائج و التي حاولنا استخلاصها في النقاط التالية:

- للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف النفسية لحصة التربية البدنية و الرياضية .
- للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الاجتماعية لحصة التربية البدنية و الرياضية.
- للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الصحية لحصة التربية البدنية و الرياضية .
- أن مدح الأستاذ للتلاميذ له دور في رفع معنوياتهم وهذا يحسن الحالة النفسية لديهم.
- أن معرفة مستوى الأداء يقلل من القلق والتوتر لدى التلاميذ وذلك قد يكون من جراء انتظار نتائج أدائه للحركة.
- أن معرفة صحة الأداء يجعل التلميذ يشعر بالسعادة وهذا يؤدي إلى التقليل من الضغوطات النفسية لدى التلميذ.
- أن نصائح الأستاذ للتلاميذ وهم مجتمعون لا يؤثر على العلاقة بينهم فيما يتمثل في وحدة الجماعة.
- أن إعلام التلميذ أمام زملائه أن أداءه كان صحيحا يدفعه إلى إبراز قدراته أكثر أمامهم، وهذا يؤدي إلى العمل الجماعي.

- أن التصحيح للأخطاء يعتبر هاجسا للوقوع فيا الإصابات.
- أن الوقوع في الإصابات مرتبط بدقة التصحيح لأخطاء التلاميذ.

خاتمة

خاتمة

إن دراسة العلاقة بين التغذية الراجعة وأهداف حصة التربية البدنية و الرياضية بصفة عامة يعد موضوع معقد إلى حد ما ، ونظرا لأهمية الموضوع حاولنا من خلال هذه الدراسة أن نوضح الدور الفعال الذي تلعبه التغذية الراجعة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية، باعتبار أن التلميذ هو المحور الأساس في هذه العلاقة، فهو يتأثر بعدة عوامل داخلية وخارجية ، فالمحيط الخارجي يحمل عدة مؤثرات ، والتي من بينها الأستاذ الذي يسير الحصة ويملي للتلميذ ما هو مناسب لسيرورة الحصة، عن طريق التأطير والإعداد لها فيرسم بذلك برنامج وخطة واضحة وهادفة يمكن تطبيقها على التلميذ ويتم الاستجابة لها، ويلاحظ ذلك من خلال المردود الذي يقدمه التلميذ جراء توجيهات الأستاذ لهم، كما يتأثر التلميذ بعوامل داخلية فمن بينها الحالة النفسية، والتي تظهر من خلال المشاعر والأحاسيس التي يبديها بفعل قرارات الأستاذ التي قد تعود عليه بالنفع إن أحسن الأستاذ التعامل معها والعكس صحيح.

وفي الأخير أسأل الله تعالى أن تكون هذه الدراسة فيها فائدة ومنفعة على كل من يهتم لهذا الموضوع، وأن يجعلها الله عملا خالصا لوجهه، ويزيدنا بها قربة إليه برحمته والعمل الصالح، لما فيه صالح البلاد والعباد.

وما توفيقي إلا بالله.

الأقوال والحكايات

قائمة المراجع

قائمة المراجع

1- الكتب:

1-1 باللغة العربية:

1. أسامة كمال راتب ,النمو الحركي ,دارا لعربي ,القاهرة , ط2 , 1994, ص 217,219.
2. البهي فؤاد السيد : الأسس النفسية للنمو. ط 4 . دار الفكر العربي.القاهرة. 1975.
3. أمين أنور الخولي: أصول التربية الرياضية مدخل تاريخ فلسفة, ط1, دار الفكر العربي القاهرة,1996.
4. أمين أنور الخولي وآخرون : التربية الرياضية المدرسية ، دليل معلم الفصل وطالب التربية العلمية، دار الفكر العربي ، القاهرة 1994.
5. أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية "المدخل التاريخ الفلسفة، ط3. دار الفكر العربي . القاهرة 1997.
6. أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي، مناهج التربية البدنية المعاصرة، ملتزم الطبع والنشر، ط 2، 2005.
7. أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، 2001.
8. امين انور الخولي ، واخرون : التربية الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي ، ط 4 ، القاهرة، 1998.
9. أكرم زكي خطابية، المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1997.
10. الجبالي، عويس. التدريب الرياضي الحديث بين النظرية والتطبيق، ط 1. دار M.S.N ، القاهرة، جمهورية مصر العربية. (2000).
11. د بسطويسي أحمد , أسس نظريات الحركة ,دار الفكر العربي ,القاهرة , ط1 , 1996.
12. د بسطويسي أحمد , أسس نظريات الحركة ,دار الفكر العربي ,القاهرة , ط1 , 1996.
13. بودحوش عمار – محمد محمود الذنبيات: منهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث ، ب.ط – د.م.ج. الجزائر – 1995 .

14. حامد عبد السلام زهران , علم النفس النمو الطفولة و المراهقة , عالم الكتاب , ط2 , الإسكندرية , 1998.
15. خالد القضاة: مدخل في التربية والتعليم، دار اليازوري، ط 1، بيروت، لبنان ، 1998.
16. سعدية محمد بهار , علم النفس النمو , دار البحوث العلمية , الكويت 1980.
17. داريل ساند نتوب ترجمة عباس صالح السامرائي،: تطور مهارات تدريس التربية الرياضية، بغداد، العراق، 1992.
18. رمزية الغريب: التعلم دراسة نفسية توجيهية تفسيرية، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر.
19. ريجي مصطفى عليان ومحمد عبدالدبس: وسائل الاتصال تكنولوجيا التعلم، دار الصفاء، ط 1، 1999.
20. زيد موسى أبوزيد : مدونة فكرية وثقافية تهتم بنشر الفكر الديمقراطي ب.ط. الأردن . 2008
21. سعدية محمد بهار , علم النفس النمو , دار البحوث العلمية , الكويت 1980.
22. د. صباح باقر وآخرون : تحليل التفاعل اللفظي بين المعلم والتلميذ، مركز البحوث النفسية، بغداد، 1976.
23. صلاح مراد ، فوزي هادي : طرائق البحث العلمي تصميماتها واجرائاتها ، دار الكتاب الحديث ، الكويت ، 2002 ، ص145
24. عباس أحمد صالح، التربية البدنية والرياضية وأثارها على المجتمع، ديوان المطبوعات الجامعية، 1981.
25. عباس أحمد صالح، التربية البدنية والرياضية وأثارها على المجتمع ، المرجع السابق.
26. عباس أحمد صالح السامرائي، عبدالكريم السامرائي: كفاءات تدريسية في طرق التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق، 1991.
27. عبد الحق، عماد. "الطريقة العلمية الحديثة في انتقاء ناشئ الجمباز"، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (أ) للعلوم الإنسانية، المجلد 13، العدد1 (1999)
28. عبدالحافظ محمد سالمة : وسائل الاتصال وتكنولوجيا التعلم، دار الفكر، ط 2، القاهرة، مصر، 1998.
29. عبد الرحمان عيساوي ، الصحة النفسية و العقلية، دار النهضة العربية للطباعة و النشر، سنة 1992.
30. عبد الرحمن الوافي ، وزيان سعيد : النمو من الطفولة إلى المراهقة. الخنساء للنشر والتوزيع. دون تاريخ.

31. عبد المنعم المليجي وحلمي المليجي : النمو النفسي . ط4 . دار النهضة العربية . 1973 .
32. عطا الله أحمد: أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر، 2006.
33. عفاف عبد الكريم: طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، دار المعارف للنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر، 1989.
34. عفاف عثمان عثمان، ن، وآخرون ، أضواء على مناهج التربية الرياضية ، دار الوفاء، مصر، 2007.
35. علي بوغناقة، أحياء غير مخططة و انعكاسها التقنية على الشباب , دون سنة .
36. فتحي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، دار الفكر العربي، 1996.
37. كوثر ماتيل :التعلم الحركي,ترجمة عيد العالي لوصيف ,دار الكتاب و الطباعة,بغداد , 1987.
38. محسن محمد حمص، المرشد في تدريس التربية الرياضية، منشأة المعارف الإسكندرية، 1986.
39. محمد فؤاد البهي السيد : الاسس النفسية للنمو قي الطفولة الى الشيخوخة ، ط4، دار الفكر العربي . 1975 .
40. محمد الحمامي، دامي الخولي، أساس بناء برنامج التربية الرياضية، الكتاب الحديث للنشر والتوزيع، الكويت، 1990.
41. محمد السيد محمد الزعبلوي : خصائص النمو في المراهقة. ط1 . مكتبة التوبة . 1998 . مصر .
42. محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 2، 1992 .
43. محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، ط 2، ديوان المطبوعات، الجزائر.
44. محمود عبدالحليم عبدالكريم: ديناميكية تدريس التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط 1، أسبوط، مصر، 2006.
45. د. محمد محمد قايم : المدخل إلى مناهج البحث العلمي، ط1 ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر ، بيروت، 1999.

46. محمد محمود الحيلة : التعميم التعليمي نظرية وممارسة، كلية العلوم التربوية، دار المسيرة للطباعة والنشر، عمان، الأردن، 1991.
47. محمد مصطفى زيدان : علم النفس الاجتماعي . ديوان المطبوعات الجامعية . الجزائر . 1995.
48. محمد مصطفى زيدان: علم النفس التربوي . دار الشروق . جدة .
49. محمود عبد الفتاح: سيكولوجية التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1995.
50. محمد سعيد غرض، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1996.
51. محمود عوض بسيوني، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية، 1986.
52. محمد عوض بسيوني وفيصل ياسين الشاطيء، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 2، 1992.
53. ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الآفاق الجديدة، ط 2، بيروت، 1986.
54. معروف رزيق , خطايا المراهقة , دار الفكر , دمشق , 1975 .
55. مصطفى كمال زنگلوجي، أضواء على مناهج التربية البدنية والرياضية، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2007.
56. نصر الدين زبدي، سيكولوجية مدرس دراسة وصفية تحليلية، ديوان المطبوعات الجامعية، جامعة الجزائر، 2005.
57. هدى الناشف: إستراتيجيات التعلم والتعليم في الطفولة المبكرة، دار الفكر العربي، ط 1، القاهرة، مصر، 1993.
58. هدى عبد السميع عبد الوهاب الدروني: تأثير التغذية الراجعة الفورية والمؤجلة في تعلم المهارات الأساسية للكرة الطائرة، جامعة بغداد، العراق، 2000.
59. وجيه محجوب: التعلم وجدولة التدريب، عمان، دار وائل للنشر، 2001.
60. يوسف الشيخ: التعلم الحركي، دار المعارف، الإسكندرية، مصر، 1984.

1-2- بالغة الاجنبية:

1. Morelia . D.Braconnier (A) psychologie de l adolescent ED masse paris 1988
2. Pieron.M “ pedagogie des activites physique et du sport “ed :revue E.P.Scol , recherche et formation .Ed : fevrier 1992 , Paris , 1986
3. Hogarth.R. , Gibbs. B. (1991).Learning from feedback: Exactingness and incentives,Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition.

2- الجرائد:

- الجريدة الرسمية الجزائر: الأمر رقم 89-03 المؤرخ في 1989 .

3- المذكرات:

- نغم صالح نعمة : تأثير التغذية الراجعة باستخدام الحاسوب في تعلم مهاتي الأعداد واستقبال والإرسال بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير، جامعة بابل، العراق، 2004.

الملاحق

جامعة محمد خيضر بسكرة
كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية
(قسم التربية البدنية والرياضية)
(استمارة الاستبيان)

عزيزي التلميذ نضع بين يديك هذه الاستمارة التي تمثل أداة الدراسة الميدانية للبحث الذي يدور حول: "دور التغذية الراجعة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية" والذي يدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية، ونحيطكم علما بان أي معلومة تدعم بها بحثنا لن نستخدم إلا لغرض علمي بحت. أشكرك مسبقا على حسن تعاونك و مساهمتك القيمة في إثراء هذا البحث.

ملاحظات:

ضع علامة (x) عند الإجابة المناسبة مع العلم أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة.
لا تترك أي عبارة دون إجابة.

إشراف الدكتور :
دشري حميد

إعداد الطالب :
غنايم عبد المجيد

السنة الجامعية 2011/2012

المحور الاول:

1- دور التغذية الراجعة في تحقيق الأهداف النفسية لحصة التربية البدنية و الرياضية.

- 1- هل عندما يمدحك الأستاذ لطريقة الأداء يرفع ذلك من المعنويات؟
 نعم لا
- 2- هل عندما ينتقد الأستاذ طريقة القيام بالحركة يشعرك بالإحباط؟
 نعم لا
- 3- هل عندما يخبرك الأستاذ بفشل الأداء للحركة يؤثر ذلك سلبا على معنوياتك؟
 نعم لا
- 4- هل معرفة مستوى الأداء تقلل من القلق والتوتر لديك أثناء الحصة؟
 نعم لا
- 5- هل تشعر بالارتياح عندما يقوم الأستاذ بتصحيح كيفية أداء الحركة؟
 نعم لا
- 6- هل شرح الأستاذ لكيفية أداء الحركة أو النشاط تزيدك ثقة بالنفس؟
 نعم لا
- 7- هل ترى أن توجيهات الأستاذ أمام زملاء تشعرك بالحرج؟
 نعم لا
- 8- هل تشعر بالسعادة عند معرفة أن أداءك كان صحيحا
 نعم لا
- 9- هل التصحيح لأخطاء حول أداء الحركة يشجعك على التعلم أكثر؟
 نعم لا
- 10- هل تحمل نفسك مسؤولية الأخطاء التي ترتكبها من خلال الاداء؟
 نعم لا

المحور الثاني:

2- دور التغذية الراجعة في تحقيق الأهداف الاجتماعية لحصة التربية البدنية و الرياضية.

- 11- هل ترى أن معرفة الأخطاء وتصحيحها من طرف الأستاذ وأنت بين زملاء يؤثر على علاقتك معهم؟
 نعم لا
- 12- هل تؤثر عليك نصائح الأستاذ لكيفية أداء الحركة وأنت مع زملائك؟
 نعم لا
- 13- هل عندما يخبر الأستاذ زملاء بصحة الأداء يدفعك أكثر للعمل الجماعي؟
 نعم لا
- 14- هل ترى أن التصحيح للأخطاء يمنعك من التواصل مع زملاء؟
 نعم لا

- 15- هل ترى أن توجيهات الأستاذ تؤثر في حبك للاندماج مع زملائك؟
 لا نعم
- 16- هل ترى انه من الضروري أن يوجهك الأستاذ وأنت مع زملاء؟
 لا نعم
- 17- هل ترى أن التصحيح للأخطاء من طرف الأستاذ يؤثر سلبا على العلا
مع الزملاء؟
 لا نعم
- 18- هل تؤثر معرفتك للأخطاء وتصحيحها على اللعب مع الزملاء؟
 لا نعم
- 19- هل نصائح الأستاذ تشجعك أكثر لإظهار القدرات في محاولات أخرى:
أمام الزملاء؟
 لا نعم
- 20- هل تعتبر التصحيح للأخطاء أمام الزملاء إهانة بالنسبة لك؟
 لا نعم

المحور الثالث:

3- دور التغذية الراجعة في تحقيق الأهداف الصحية لحصة التربية البدنية و الرياضية.

- 21- هل ترى أن معرفة مستوى أدائك وتصحيح الأخطاء من طرف الأستاذ
يقلل من الوقوع في الإصابات؟
 لا نعم
- 22- هل يقدم الأستاذ نصائح لتجنب الوقوع في الإصابات؟
 لا نعم
- 23- هل الاستماع لتوجيهات الأستاذ لكيفية أداء الحركة تؤمن سلامتك؟
 لا نعم
- 24- هل ترى أن صحة وسلامة الجسم مرتبطة بالتوجيهات التي يقوم بها
الأستاذ على كيفية أداء الحركة؟
 لا نعم
- 25- هل عندما يصحح الأستاذ الأخطاء يقلل من الوقوع في الإصابات؟
 لا نعم
- 26- هل ترى أن توجيهات الأستاذ لكيفية الأداء له تأثير ايجابي على اللياقة
البدنية؟
 لا نعم
- 27- هل تساهم توجيهات الأستاذ في سلامة وصحة بدنك؟
 لا نعم
- 28- هل تزيد توجيهات الأستاذ في الحفاظ على اللياقة البدنية؟
 لا نعم
- 29- هل تهتم لنصائح و توجيهات الأستاذ لكيفية الإحماء؟
 لا نعم
- 30- هل أنت راض على التوجيهات والتصحيحات التي يقوم بها الأستاذ لتجنب
 لا نعم

الوقوع في الإصابات؟

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: دور التغذية الراجعة في تحقيق اهداف حصة التربية البدنية والرياضية دراسة ميدانية على مستوى بلدية حاسي خليفة لتلاميذ الطور الثانوي.

اهداف الدراسة:

- ابراز دور التغذية الراجعة في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية.
 - البحث عن العلاقة التي تربط التغذية الراجعة بأهداف حصة التربية البدنية والرياضية.
- مشكلة الدراسة: هل للتغذية الراجعة دور في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية ؟.
- فرضية الدراسة: للتغذية الراجعة دور في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية و الرياضية

إجراءات الدراسة الميدانية:

المنهج المستخدم:

قمنا باستخدام المنهج الوصفي مع استخدام اداة الاستبيان والمطبق على عينة من التلاميذ بالمرحلة الثانوي مكونة من 117 تلميذا.

1. المجال الزمني: تم اقتراح الموضوع على الإدارة يوم 2011/11/15 وتم تعديل الموضوع يوم 2011/12/19. والشروع في الجانب النظري يوم 2012/03/05 والجانب التطبيقي كان ابتداء من الفترة الممتدة ما بين 2012/04 الى غاية 2012/05. و توزيع الاستبيان كان يوم 2012/05/02 وتم استعادته في نفس اليوم.

2. المجال المكاني: تم إجراء البحث على مستوى بلدية حاسي خليفة بثانوية غربي البشير بن محمد وثانوية هواري بومدين ب بلدية حاسي خليفة ولاية الوادي.

العينة: تتكون العينة من 117 تلميذا من المرحلة الثانوية في المستويات الثلاث لثانويتين ببلدية حاسي خليفة.

الاداه المستعملة: تم استعمال اداة الاستبيان لجمع المعلومات مع استخدام طريقة النسب المئوية لتحليل النتائج.

النتائج المتوصل إليها:

- للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف النفسية لحصة التربية البدنية و الرياضية .
- للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الاجتماعية لحصة التربية البدنية و الرياضية .
- للتغذية الراجعة دور في تحقيق الأهداف الصحية لحصة التربية البدنية و الرياضية .

اقتراحات:

- ❖ تنشيط الدراسات المعاصرة فيما يتعلق بموضوع التغذية الراجعة في المجال الرياضي.
- ❖ ضرورة التوسع في إجراء المزيد من الدراسات الارتباطية لتشمل أبعاد وعوامل أخرى، بحيث تسهم في رفع قدرات التلاميذ والطلبة إلى أبحاث علمية ميدانية دقيقة.
- ❖ الاعتماد على الطرق الحديثة في العملية التعليمية ، و ذلك لما لها من دور في تحسين حالاتهم النفسية والاجتماعية والصحية.

الكلمات الدالة: التغذية الراجعة، أستاذ التربية البدنية والرياضية، المراهقة، حصة التربية البدنية والرياضية.