

جامعة الجلاي بونعامة بخميس مليانة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات الحصول على شهادة الماستر في علوم وتقنيات

النشاطات البدنية والرياضية

تخصص تدريب رياضي

دور تقنيات التنشيط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

دراسة ميدانية لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط لمؤسسات غرب ولاية
تبيازة

تحت اشراف الأستاذ:

- د. معمر صدوقي

إعداد الطلبة:

• براهيم عبد القادر.

• جلاي محمد وليد

السنة الجامعية: 2021-2022

شكر وتقدير

"وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ(87)". الآية:(87) من سورة النحل.

في البداية أشكر الله عز وجل الذي وفقنا على إتمام هذا العمل المتواضع، كما أتوجه بشكر إلى كل من ساعدنا على إنجاز هذا البحث من قريب أو بعيد، كما يسعدنا أن نتقدم بأسمى عبارات الشكر، التقدير والعرفان إلى الأستاذ المشرف معمر صدوقي الذي كان بمثابة الموجه والمرشد، فلم ييخل علينا ووفر لنا ما نحتاجه من حاجيات ومعلومات، والذي دعمنا وشجعنا على المضي قدما في طلب العلم والسعي على رفع التحدي وتحسين المستوى .
ولا يفوتنا تقديم الشكر إلى كل أساتذة وعمال معهد التربية البدنية والرياضية لخميس مليانة.

الإهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى:

من ربياني صغيرا وعلماني كبيرا إلى أعز ما أملك إلى الوالدين الكريمين حفظهما الله ورعاهما
بنعمته وفضله.

إلى اخوتي أنيس وأدم .

إلى أستاذي معمر صدوقي الذي ساندنا ودعمنا.

إلى اصدقائي وكل من كان سندا لنا من بعيد أو قريب.

براهمي عبدالقادر

الإهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى:

من ربياني صغيرا وعلماني كبيرا إلى أعز ما أملك إلى الوالدين الكريمين حفظهما الله ورعاهما
بنعمته وفضله.

إلى زوجتي وابنتي مرام حفظهما الله .

إلى اخوتي وأخواتي الأعزاء.

إلى أستاذي معمر صدوقي الذي ساندنا ودعمنا.

إلى اصدقائي وكل من كان سندنا لنا من بعيد أو قريب.

محتويات الدراسة

الصفحة	العناوين
أ - د	الشكر/ الإهداء
ز	محتويات الدراسة
ك	قائمة الجداول
ل	قائمة الأشكال
3-2	مقدمة

المدخل العام

5	1-الإشكالية
6	2- الفرضيات
6	3 -أسباب اختيار الموضوع
7	4 - أهداف البحث
8-7	5- تحديد المفاهيم
10-9	6- الدراسات السابقة

الجانب النظري

الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية	
13	تمهيد
14	1 -تعريف حصة التربية البدنية والرياضية

14	2- ماهي التربية البدنية والرياضية
15	3-اهداف حصة التربية البدنية والرياضية
17-16	4-الطبيعة التربوية للتربية البدنية والرياضية واغراضها
18	5-فوائد حصة التربية البدنية والرياضية
19	6-بناء حصة التربية البدنية والرياضية
20	7-تحضير حصة التربية البدنية والرياضية
22	8-انواع واساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية
23	9-طرق اخرج حصة التربية البدنية والرياضية
28	10-العوامل المساعدة في انجاح الحصة
30	11-انواع الحصص في التربية البدنية والرياضية
31	12-واجبات حصة التربية البدنية والرياضية
32	13-مدرس التربية البدنية والرياضية
34	14-دور الأستاذ اتجاه التلميذ
36	خلاصة

الفصل الثاني: المرحلة السنوية (12-15)

38	تمهيد
39	1-المراقبة
59	2-التعلم الحركي
77	خلاصة

الفصل الثالث: المقاربة بالكفاءات

79	تمهيد
80	1-المقاربة
80	2-مبادئ المقاربة

81	3-الكفاءات
81	4-خصائص الكفاءة
82	5-أقسام الكفاءة
83	6-نموذج البرمجة السنوية للكفاءة الختامية
84	7-أنواع الكفاءات
85	8-مفهوم الكفاءة التدريسية
85	9-أنواع الكفاءات التدريسية
86	10-نشأة المقاربة بالكفاءات
86	11-مفاهيم حول المقاربة بالكفاءات
87	12-تعريف المقاربة بالكفاءات
87	13-نظريات تأسيس المقاربة بالكفاءات
88	14-دواعي اختيار المقاربة بالكفاءات
89	15-المواصفات الموجهة لمتطلبات برنامج المقاربة بالكفاءات
90	16-أهداف المقاربة بالكفاءات
91	17-أهداف التربية البدنية في ضوء المقاربة بالكفاءات
92	18-خصائص المقاربة بالكفاءات
92	19-مميزات التدريس بالكفاءات
93	20-مبادئ المقاربة بالكفاءات
94	21-مفاهيم المقاربة بالكفاءات
96	22-مسعي المنهاج الجديد
96	23-هيكلية المناهج للكفاءات
97	24-منهجية التخطيط على ضوء المقاربة بالكفاءات
98	25-الغرض من تشكيل الأفواج
99	26-مصفوفة كفاءات التعليم الثانوي
100	27-مقارنة البرنامج القديم بالمنهاج الجديد
101	خلاصة

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للعمل الميداني	
104	تمهيد
105	1- الدراسة الاستطلاعية
105	2- المنهج المتبع في الدراسة
105	3- متغيرات البحث
106	4- مجتمع البحث
106	5- عينة البحث
106	6- مجالات البحث
107	7- أدوات البحث
109	8- الوسائل الإحصائية
109	9- صعوبات البحث
109	10- حدود الدراسة
110	خلاصة

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.	
112	تمهيد
113	1- عرض، تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الخاص بالأساتذة
125	1-1- عرض وتحليل نتائج عبارات الاستبيان الخاص بالأساتذة
125	1-2- مناقشة نتائج الاستبيان الخاص بالأساتذة
126	1-3- مقابلة النتائج بالفرضيات
127	1-3-1- التأكد من صحة الفرضيات
129	الاستنتاج العام

130	فرضيات مستقبلية
131	الخاتمة

قائمة الجداول

الصفحة	اسم الجدول	رقم الجدول
65	يوضح دراسة مقارنة بين نظريات التعلم المختلفة.	01
100	يوضح المقارنة بين المقاربة الأهداف والمقاربة بالكفاءات	02
113	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة الأولى	03
114	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة الثانية	04
115	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة الثالثة	05
116	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة الرابعة	06
117	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة الخامسة	07
118	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة السادسة	08
119	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة السابعة	09
120	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة الثامنة	10
121	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة التاسعة	11
122	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة العاشرة	12
123	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة الحادي عشر	13
124	يوضح التكرارات والنسب المئوية والقيم كا2 للعبارة الثانية عشر	14
127	يوضح مقارنة الفرضية العامة	15

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
49	يمثل أطوار النمو الحركي والعمر التقريبي لفترات النمو.	01
59	يمثل مراحل النمو. (Balyi , Istvan ,2009)	02
62	يمثل مراحل اكتساب المعلومات وتحويلها حسب توماس وكاجا.	03
62	يمثل الأساسيات الأربعة لعملية الاتصال.	04
62	يمثل تحليل للاستجابة الجذ السريعة (J.P Doutreloux 2010).	05
63	يمثل الصورة النمطية للحركات الآلية (J.P Doutreloux 2010).	06
64	يمثل مستقبلات التوازن في الأذن الداخلية (J.P Doutreloux)	07
84	نموذج البرمجة السنوية للكفاءة الختامية	08

مقدمة

مقدمة

لعل أهم الأشياء التي تتميز بها الشعوب الحديثة في عصرنا هذا هو تقدير الرياضة والعمل على تدعيمها لإيجاد السبل من أجل تطويرها والنهوض بها. في حين تعتبر التربية البدنية والرياضية بألوانها المتعددة وأسسها ونظمها ميدان من ميادين التربية عموماً، وعاملاً قوياً في تكوين الفرد اللائق والصالح وكذلك إعداده إعداداً متكاملًا بدنيًا واجتماعيًا وعقليًا ونفسيًا وذلك بتزويده بالمهارات الواسعة التي تمكنه من تحقيق مختلف احتياجاته في المجتمع .

حيث تعتبر التربية البدنية والرياضية الهيكل الرئيسي لتحقيق البناء المتكامل لمنهج التربية البدنية والرياضية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل، وتنفيذ حصص التربية البدنية والرياضية يعتبر أحد وجبات الأستاذ .

إن أهمية المسؤوليات التي تقع على عاتق المعلم عند تعليم المهارات الحركية هي إيصال الفكرة وتكوين صورة الواضحة والصحيحة للحركة الجديدة وذلك من خلال ما يستخدمه من أساليب وطرق تعليمية مختلفة واختيار الوسيلة التي تعد برأيه الأسهل في تعليم المهارات، إذ يمكن للمعلم الاستعانة بوسائل تعليمية عديدة ومتنوعة، وربما يجد المتعلم عاملاً مساعداً له جراء تنوع تلك المواد التعليمية لتحقيق أكبر قدر من التعلم أكثر من استخدامه لمواد محددة. (اسامة كامل راتب، 1984، ص 36) وانطلاقاً من الدور الذي تلعبه الوسائل التعليمية في تحقيق الهدف البيداغوجي، هذا ما أدى بنا إلى دراسات أهمية استعمال الأستاذ لتقنيات التنشيط أثناء الحصة التربية البدنية والرياضية ودورها في تحقيق الهدف التعليمي .

ولهذا قمنا بتقسيم بحثنا إلى جانبين: جانب نظري وجانب تطبيقي .

اشتملت الدراسة النظرية على هذا النحو :

مدخل إلى الدراسة وتتضمن تحديث إشكالية الدراسة وضبطها ثم الإجابة بالفرضيات، بعدها تم تحديد المفاهيم الأساسية للبحث والاطلاع على الدراسات المشابهة وتحديد أهداف البحث وأسباب اختياره .

الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية .

الفصل الثاني: المراحل السنوية.

الفصل الثالث: المقاربة بالكفاءات.

واشتمل الجانب التطبيقي على ثلاث فصول:

الفصل الأول: منهجية الجانب التطبيقي .

الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية .

الفصل الثالث: الاستنتاج العام، الفرضيات المستقبلية، خاتمة، قائمة المراجع، المصادر والملاحق.

المدخل العام

1- الإشكالية

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: علوم الكيمياء واللغة ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمتد أيضاً بالكثير من المعارف والمعلومات التي تعطي الجوانب النفسية والصحية والاجتماعية بالإضافة المعلومات التي تقدمها التمرينات والألعاب المختلفة: الجماعية والفردية والتي تتم تحت الإشراف التربوي لأساتذة أعدوا لعدة الغرض، (محمود عوض وآخرون، 1992 ، ص 94)

إن الهدف التعليمي لحصة التربية البدنية والرياضية هو رفع القدرات الجسمانية للتلاميذ لوجه عام وذلك بتحقيق مجموعة من الأهداف الجزئية منها تنمية الصفات البدنية مثل القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة، والمرونة. بالإضافة إلى تنمية المهارات الأساسية مثل الجري، الوثب، الرمي، التسلق إلى جانب تدريس واكتساب التلاميذ معارف نظرية رياضة، صحية، وجمالية والتي يتطلب إنجازها سلوكاً معيناً وأداءً خاصاً، وبذلك يتم تطوير القدرات العقلية للتفكير والتصرف. (الناهد محمود، 1968 ، ص 64)

حيث أن تقنيات التنشيط أثناء الحصة التربية البدنية والرياضية من ملاحظة، تقويم، وتعزيز من أهم الوسائل التي يستعملها الأساتذة لتحقيق الهدف التعليمي .

فتعرف الملاحظة على أنها سلوك يعتمد على السمع والبصر في التركيز على الظواهر أو الأحداث المختلفة بهدف تفسيرها ومعرفة أسبابها، وكيفية الوصول إلى قوانين التي تحكمها. (سعد لعش، 1999 ، ص 73)

كما أن التقويم يشمل كل العمليات التي تستهدف الإعداد، التطبيق وتصحيح مختلف الأساليب التقييمية المستعملة لغرض الحكم على مدى حدوث التقدم في العملية التعليمية والقيام بإصدار أحكام نهائية، مما يسمح بتعزيز الإيجابيات والقيم بتعديل وتصحيح السلبيات. (عبد اللطيف الغربي وآخرون، 1994 ، ص 120)

حيث يحدث التعزيز عندما يتم تقديم حدث أو حافز مرغوب فيه كنتيجة لسلوك وتزداد فرصة ظهور هذا السلوك في بيانات مماثلة. (فلورا آيس، 2004، ص 245)

مما لا شك فيه أن النتيجة الجيدة تأتي بعد جهد كبير معين، وهذا الأخير لا يمكن التحكم فيه عشوائياً، بل لا بد له من التخطيط وحسابات مسبقة، وهنا يأتي دور الأستاذ من عمل مدروس وجيد لا ينتج عنه إلا الهدف الجيد، ومنه إن بلوغ الهدف التعليمي لا بد له من تخطيط علمي مدروس ومنسق يعمل به الأستاذ (محمد محمود موسى، 1985 ، ص 108)

ومنه نطرح الإشكالية التالية :

- هل لاستعمال الأساتذة لتقنيات التنشيط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط؟

ومن هذه الإشكالية يمكن طرح تساؤلات جزئية هي:

- هل لاستعمال الأساتذة للملاحظة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط؟
- هل لاستعمال الأساتذة للتقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط؟
- هل لاستعمال الأساتذة للتعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط؟

2- الفرضيات:

بناءً على التساؤلات الواردة في الإشكالية طرحت الفرضيات التالية:

2-1- الفرضية الرئيسية:

- لاستعمال الأساتذة لتقنيات التنشيط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .

2-2- الفرضيات الجزئية :

- لاستعمال الأساتذة للملاحظة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .
- لاستعمال الأساتذة للتقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .
- لاستعمال الأساتذة للتعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

3- أسباب اختيار الموضوع:

نظراً لأهمية حصة التربية البدنية والرياضية ودور الأستاذ أثناء الحصة وحرصه على تحقيق الهدف التعليمي، تتجلى أسباب اختيار البحث فيما يلي:

- معرفة مدى أهمية استعمال الأساتذة للملاحظة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .
- معرفة مدى أهمية استعمال الأساتذة للتقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .
- معرفة مدى أهمية استعمال الأساتذة للتعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .

4 - أهداف البحث :

لكل بحث هدف يرمي إليه ويهدف بحثنا هذا إلى:

- إبراز أهمية استعمال الأساتذة للملاحظة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .
- إبراز أهمية استعمال الأساتذة للتقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .
- إبراز أهمية استعمال الأساتذة للتعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .

5- تحديد المفاهيم:

5-1- حصة التربية البدنية والرياضية:

اصطلاحاً: تعتبر أحد أوجه الممارسات الرياضية لما تحققه من أهداف على مستوى الحصة (ناهد محمود سعد و نبيلي رمزي فهيم, 2004, صفحة61)

التعريف الإجرائي: حصة التربية البدنية والرياضية هي حصة لممارسة نشاط بدني و رياضي متنوع لتحقيق أهداف مرسومة و معدة مسبقاً.

5-2-الهدف التعليمي :

اصطلاحاً: يعرف جرولاندا 1991 بأنها حصيللة التعلم العقلي او الحركي او الانفعالي المترتب عن تدريس وحدة او موضوع دراسي معين (أحمد فلاح علوان, 2009, ص67)

يعرف الهدف التعليمي أيضا بأنه وصف لتوقعات سلوكية ينتظر حدوثها في شخصية المتعلم نتيجة لقيامه بالأنشطة أو مروره بخبرة أو موقع تعليمي معين (هادي سمعان ربيع, 2008, ص38) وتعرف أيضا الأهداف التعليمية بأنها عبارة عن التغير المراد استحداثه في سلوك المتعلم أو فكره أو وجدانه ويمثل السلوك المراد تعلمه من قبل المتعلم باعتبار ذلك السلوك الناتج التعليمي المراد بلوغه عند نهاية حصة دراسية أو موضوع دراسي أو منهاج دراسي معين (محمد محمود لكيلة, 2007, ص48)

التعريف الإجرائي: الأهداف التعليمية هي مجموعة من التغييرات المتوقعة حدوثها في سلوك المتعلم في نهاية حصة دراسية أو فصل دراسي أو مرحلة دراسية. (محمد محمود لكيلة 2007, ص67).

5-3- تقنيات التنشيط :

هي مجموعة من الاليات التي يوظفها المنشط ويعتمدها بغية تحقيق اهداف تربوية محددة ومضبوطة سابقا. (هادي سمعان ربيع, 2008, ص80)

5-3-1-التقويم :

اصطلاحا: تحديد الشيء وتعيينه وإعادة توجيهه من حال الى حال والتقويم يأتي أيضا العد والحساب في حال السنين والشهور والايام ولا يقتصر على اصدار حكم على قيمة الأشياء ولكن يتجاوز ذلك لاتخاذ القرارات فهو عملية تشخيصية وعلاجية ووقائية .

التعريف الاجرائي: هو عملية منهجية تقوم على اسس علمية تستهدف اصدار الحكم بدقة وموضوعية على مدخلات وعمليات ومخرجات أي نظام تربوي ومن ثم تحديد الضعف والقصور في كل منهما (هادي سمعان ربيع, 2008, ص85).

5-3-2-الملاحظة :

اصطلاحا: هي قيام الباحث بالانتباه والتدقيق تجاه ظاهرة او حادثة معينة والهدف التقصي والتحري ثم التوصل للعلاقات بين المتغيرات وتحديد النتائج. (محمد محمود لكيلة, 2007, ص50)

5-3-3-التعزيز :

اصطلاحا: التعزيز يعرفه القمش والمعايطة بأنه عملية تقديم مثير مرغوب فيه بعد القيام بالسلوك المرغوب فيه مباشرة مما يزيد من احتمال تكرار سلوك مرغوب فيه. (المعايطة 2007, ص75)

5-4-أستاذ التربية البدنية و الرياضية :

التعريف الاصطلاحي: يعرف أستاذ التربية البدنية و الرياضية على أنه ذلك الشخص المترن و المحافظ يميل إلى التخطيط و يأخذ شؤون الحياة المناسبة، يجد أسلوب الحياة الذي حسن تنظيمه و لا ينفعل

بسهولة و يساعد التلاميذ على تحقيق تحصيل علمي جيد، دائم الحركة و النشاط، كما يساعد الاخرين على بناء شخصيتهم السليمة السوية (مجلة التربية و التكوين ، 1981 ص79 .80) وهو عبارة عن دائرة معارف للسائلين وثقافة للمحتاجين والمرشدين والمعلمين ورسالة لا تقضي على تلقين العلم بل هي رسالة شاملة لمجمع من المعارف والتجارب أمام التلاميذ حيث يعمل بالمثاليات ليكون النموذج المقتدى به و المرأة الصادقة ويحب تلاميذه (علي بشير الغاندي و آخرون 1964.ص96) **التعريف الإجرائي:** من خلال التعاريف السابقة توصلنا إلى تعريف إجرائي للمعلم ، هو ذلك الشخص الذي يساعد التلاميذ على التحصيل العلمي الجيد و النموذج المقتدى به في المعرفة و التجربة في الحياة. (علي بشير الغاندي وآخرون 1964.ص65)

6 - الدراسات السابقة :

6-1- دراسة محمد زيان وبوكرة عباسي 2019

عنوان الدراسة: واقع تدريس في التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي في ضل المقاربة بالكفاءات . - مذكرة ماستر

تناولت الدراسة واقع تدريس في التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي في ضل المقاربة بالكفاءات، فهي تهدف الى معرفة وتوضيح الدور الذي تلعبه المقاربة بالكفاءات في تدريس التربية البدنية والرياضية من حيث تحقيق أهداف محتوى المنهاج الجديد، تناسب أساليب التقويم في المنهاج الجديد، وتناسب طرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية.

العينة: شملت عينة البحث على 33 أستاذ في المرحلة الثانوية تم اختيارهم بالطريقة قصدية، وذلك من بعض ثانويات ولاية عين الدفلى.

المنهج المتبع: واعتمد في هذه الدراسة على المنهاج الوصفي .

أهم النتائج: تناسب أساليب التقويم الجديد للتربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي.

6-2- دراسة الأستاذ زيتوني عبد القادر 2001:

عنوان الدراسة: فاعلية منهاج التربية البدنية والرياضية على طلبة التعليم الثانوي في تحقيق بعض الأهداف التعليمية - رسالة ماجستير.

الهدف من الدراسة:

- معرفة مدى فاعلية منهاج التربية البدنية والرياضية على طلبة التعليم الثانوي ذكور واثاث تحقيق بعض الأهداف التعليمية في المجال البدني
- منهج البحث: لقد اتبع الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمة لمشكلة البحث
- عينة البحث: شملت العينة 787 طالب و87 طالبة لولاية سعيدة.
- نتائج هذه الدراسة:

- تباين اتجاهات النتائج التحصيلية في بعض الأهداف العامة التعليمية لأغلب الصفات البدنية لعينتي البحث بين إظهار في التطور المعنوي الظاهري انعكس في التقييم الكلي للمتغيرات التي لا تشكل جوهرًا موافق لتخطيط النمو للتلاميذ.
- عكس ضعف البعد المعرفي لعينتي البحث في اختيار المعلومات والمعرف والفهم في مجال التربية البدنية والرياضية فإن أخفق الطرق على المتغيرات والتطورات في بعض الأهداف التعليمية لموضوعات منهاج ما هو إلا دليل على صحة الفرضية.

الخطافية المعرفية

النظرية

الفصل الأول: التربية البدنية والرياضية

تمهيد:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية الهيكل الرئيسي لتحقيق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية والرياضية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المناهج ككل، وتنفيذ حصص التربية البدنية والرياضية التي تعتبر من أهم الواجبات الأستاذ.

إن لكل حصة أغراضها التربوية كما لها أغراض بدنية، مهارية ومعرفية إذ يميزها عن غيرها من الدروس في الوحدة التعليمية، كما أنها الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي للتربية البدنية والرياضية في الخطة الشاملة في منهاج التربية البدنية والرياضية للمؤسسة التربوية، وهي تسعى لتحقيق الأهداف التربوية والتعليمية البالغة الأهمية، هذا ما يلزمنا على الاعتناء والتحضير الجيد لها من الجانب النظري، والتكيف مع مختلف المستجدات التي تصادفنا أثناء تطبيقها وإجرائها.

1-تعريف حصة التربية البدنية والرياضية :

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل: علوم الطبيعية والكيمياء واللغة العربية، ولكنها تختلف عن هذه المواد لكونها تمده أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات التي تعطي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة للمعلومات التي تساعد على أداء التمرينات والألعاب المختلفة جماعية وفردية والتي تتم تحت الإشراف التربوي لأسانذة أعدو لهذا الغرض (محمد عوض بسيوني، وآخرون، 1992، صفحة 94)

وحصة التربية البدنية والرياضية هي الوحدة الصغيرة في البرنامج الد ارسى للتربية الرياضية، فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة تشمل كل أوجه النشاط التي يريد الأستاذ أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر وتعليم غير مباشر (حسن شلتوت، حسن معوض، 1994، صفحة 112)

وتعتبر حصة التربية البدنية والرياضية الوحدة الأولى في برنامج التربية البدنية والرياضية في مختلف المدارس التعليمية والتي من خلالها يتسنى للأستاذ تعليم وتطوير مستوى الجاني الحركي والمهاري لمختلف الأنشطة الرياضية، وذلك في حدود أساليب وطرق تعليمية متمثلة في تمرينات والعاب بسيطة.

2- ماهية التربية البدنية والرياضية :

لحصة التربية البدنية والرياضية أهمية خاصة تجعلها تختلف عن باقي الحصص الأخرى تتضح من خلال تعاريف بعض العلماء نجد من بينهم عوض البسيوني والذي يعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل العلوم الطبيعية، الكيمياء واللغة ولكن تختلف عن هذه المواد بكونها تمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخب ارت حركية ولكنها تمدهم أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات بتكوين جسم الإنسان وذلك بالاستخدام الأنشطة الحركية والألعاب المختلفة الفردية والجماعية، التي تتم تحت الإشراف التربوي من مربين أعدوا لهذا الغرض (محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، 1992، صفحة 19)

ويحدد أحمد خاطر أهمية التربية البدنية والرياضية في اكتساب التلاميذ للقد ارت الحركية وينطلقون بكل قواهم لتحقيق حياة أفضل ومستقبل أكثر حضا من غيرهم (أحمد خاطر، 1977، صفحة 17).

أما أهمية التربية البدنية والرياضية تتجلى عند كمال عبد المجيد في الحصص المقدمة طوال السنة الدراسية ومن خلال الأنشطة التي سمح المنهاج التربوي بممارستها سواء فردية كانت وجماعية إذ

توفر العديد من الخبرات التي تعمل على تحقيق المطالب في المجتمع، ومن الضروري الاهتمام بتقويم التكيف البدني والمهاري وتطوير المعلومات والفهم (كمال عبد الحكيم، 1994، صفحة 188).

وحصة التربية البدنية والرياضية تعتبر وسيلة وليست غاية يطمح الأستاذ من خلال تطبيقها تكوين تلميذ متكامل من جميع النواحي وهذا بالقضاء على نقائصه وسلبياته خلال م ارحله التعليمية الثلاثة.

3- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية:

تسعى حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيق ولو جزء من الأهداف التعليمية والتربوية مثل الارتقاء بالكفاءة الوظيفية للأجهزة الداخلية للمتعلم وكذا إكسابه المهارات الحركية وأساليب السلوك السوي، وتتمثل أهداف الحصة فيما يلي:

3-1-1- أهداف تعليمية: إن الهدف التعليمي العام لحصة التربية البدنية والرياضية هو رفع القدرة الجسمانية للتلاميذ بوجه عام وذلك بتحقيق مجموعة الأهداف الجزئية الآتية:

- تنمية الصفات البدنية مثل: القوة، التحمل، السرعة، الرشاقة والمرونة.
- تنمية المهارات الأساسية مثل: الجري، الوثب، الرمي، التسلق والمشي.
- تدريس وإكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية، صحية وجمالية، والتي يتطلب إنجازها سلوكا معيناً وأداء خاص وبذلك تظهر القدرات العقلية للتفكير والتصرف، فعند تطبيق خطة في الهجوم أو الدفاع في لعبة من الألعاب يعتبر موقفاً يحتاج إلى تصرف سليم والذي يعبر

عن نشاط إزاء الموقف أو الوضعية (ناهد محمد سعد نيلي رمزي فهمي، 1967، صفحة 31)

3-2- أهداف تربوية : إن حصة التربية البدنية لا تغطي حيزاً ومساحة زمنية فقط، ولكنها تحقق الأهداف التربوية التي رسمتها السياسات التعليمية التربوية في مجال النمو البدني والصحي للتلاميذ على كل المستويات وقد حددت كالاتي (محمد عوض بسيوني، وآخرون، 1992، صفحة 94):

3-1-1- التربية الاجتماعية والأخلاقية: إن الهدف الذي تكتسبه التربية البدنية في صقل الصفات الخلقية، والتكيف الاجتماعي يقترن مباشرة مما سبقه من أهداف في العملية التربوية، وبما أن حصة التربية البدنية والرياضية حافلة بالمواقف التي تتجسد فيها الصفات الخلقية وكان من اللازم أن تعطي كلاهما صيغة أكثر دلالة، في الألعاب الجماعية يظهر التعاون، التضحية، إنكار الذات، حيث يسعى

كل عنصر في الفريق أن يكمل عمل صديقه وهذا قصد تحقيق الفوز، وبالتالي يمكن لأستاذ التربية البدنية والرياضية تحقيق أهدافه (عدنان درويش، وآخرون، 1994، صفحة 31)

3-1-2- التربية لحب العمل: حصة التربية البدنية والرياضية تعود التلميذ على الكفاح في سبيل تخطي المصاعب وتحمل المشاق، وخير دليل على ذلك هو تحطيم الرقم القياسي، الذي يمثل تغلبا على الذات المعوقات والعراقيل، وهذه الصفات كلها تهيئ التلميذ لتحمل مصاعب العمل في حياته المستقبلية، وتمثل المساعدة التي يقوم بها التلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية كالأعداد للملعب وحمل الأدوات وترتيبها عملا جسمانيا يربي عنده عادة احت ارم العمل اليدوي وتقدير قيمته.

3-1-3- التربية الجمالية: إن حصة التربية البدنية والرياضية تساهم في تطوير الإحساس بالجمال، فالحركة الرياضية تشتمل على العناصر الجمالية بصورة واضحة، من انسياب ورشاقة وقوة وتوافق وتتم هذه التربية الجمالية عن طريق تعليقات الأستاذ القصيرة، كأن يقول هذه الحركة جميلة ، أو جميلة بنوع خاص.

وتشتمل التربية الجمالية أيضا على تحقيق نظافة المكان والأدوات والملابس في حصة التربية البدنية حتى ينمو الإحساس بالجمال الحركي (عينايت محمد أحمد فرح، 1977، صفحة 11)

4- الطبيعة التربوية للتربية البدنية والرياضية وأغراضها:

إن حصة التربية البدنية والرياضية لها نفس مهام التربية وهذا من خلال وجود التلاميذ في جماعة، فإن عملية التفاهم تتم بينهم في إطار القيم والمبادئ للروح الرياضية، التي تكسبهم الكثير من الصفات التربوية، بحيث تقوم على تنمية سمات أخلاقية كالطاعة والشعور بصداقة والزمالة والمثابرة والمواظبة، وتدخل صفة الشجاعة والقدرة على اتخاذ القرار ضمن عملية تأدية الحركات والواجبات مثل: القفز، المصارعة، حيث كل من هذه الصفات لها دور كبير في تنمية شخصية التلميذ (محمد عوض بسيوني، وآخرون، 1992، صفحة 95)

إن لحصة التربية البدنية والرياضية أغراض متعددة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولا، ثم على المجتمع كله ثانيا.

ولقد وضع الكثير من الباحثين والمفكرين هذه الأغراض الخاصة في حصة التربية البدنية والرياضية فحددوا أهمها فيما يلي:

الصفات البدنية، النمو الحركي، الصفات الخلقية الحميدة، الإعداد والدفاع عن الوطن، الصحة والتعود على العادات الصحية السليمة، النمو العقلي، التكيف الاجتماعي (حسن العلاوي، 1992، صفحة

ومن جهة أخرى حددها البعض فيما يلي:

تنبثق عن أهداف التربية البدنية العديد من الأغراض، إذ تسعى حصة التربية البدنية إلى تحقيقها مثل ارتفاع بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم والصفات البدنية واكتساب المهارات الحركية والقدرات الرياضية واكتساب المعارف الرياضية والصحية وتكوين لاتجاهات القومية الوطنية وأساليب السلوك السوي (عباس أحمد السم ارئي بسطويسي أحمد بسطويسي، 1974، صفحة 71)

ويمكن تلخيص أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية كالاتي:

4-1- تنمية الصفات البدنية: يرى « عباس أحمد السمراني وبسطويسي أحمد بسطويسي » أن أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة، التحمل، الرشاقة، وتقع أهمية هذه الصفات أو العناصر وتنميتها في مجال الرياضة المدرسية ليس فقط من واقع علاقاتها بتعلم المهارات والفعاليات الرياضية المختلفة الموجودة في المنهاج المدرسي بل تتعدى هذه الهيمنة لحاجة التلميذ إليها في المجتمع (عينيات محمد أحمد فرح، 1977، صفحة 12)

والغرض الأول التي تسعى إليه حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقه هو تنمية الصفات البدنية، ويقصد بصفات البدنية الصفات الوظيفية لأجهزة في جسم الإنسان وترتبط ارتباطا وثيقا بسمات النفسية والإرادية للفرد (قاسم المندلوي وآخرون، 1979، صفحة 21)

وعن مميزات النمو العقلي للفئة العمرية (15 - 17 سنة) يقول «محمد حسن العلاوي» ما يلي:

تتضح القدرات العقلية المختلفة وتظهر الفروق الفردية في القدرات وتتكشف استعداداتهم الفنية والثقافية والرياضية والاهتمام بمتفوق الرياضي واتضح المهارات البدنية.

4-2- تنمية المهارات الحركية: يعتبر النمو الحركي من الأغراض الرئيسية لحصة التربية الرياضية، ويقصد بالنمو الحركي تنمية المهارات الحركية عند المتعلم، والمهارات الحركية تنقسم إلى مهارات حركية طبيعية وفطرية التي يازولها الفرد تحت الظروف العادية، مثل: العدو، المشي القفز...

أما المهارات الرياضية فهي الألعاب أو الفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ، ولها تقنيات خاصة بها، يمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات حركية رياضية.

4-3- النمو العقلي : إن عملية النمو معقدة ويقصد بها التغيرات الوظيفية والجسمية والسيكولوجية التي تحدث للكائن البشري، وهي عملية نضج القدرات العقلية، ويلعب أستاذ التربية البدنية والرياضية دورا إيجابيا وفعالاً في هذا النمو بصورة عامة، والنمو العقلي بصفة خاصة.

5- فوائد حصة التربية البدنية:

لقد تحددت فوائد وواجبات حصة التربية البدنية والرياضية في النقاط التالية:

- لمساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلميذ.
- المساعدة على تكامل مهارت والخبرات الحركية ووضع القواعد الصحية داخل المؤسسة.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية.
- التحكم في القوام في حالتي السكون والحركة.
- تدعيم الصفات المعنوية والسمات الإرادية والسلوك اللائق.
- تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة الرياضية (محمد عوض بسيوني، وآخرون، 1992، صفحة 96)

أ- الجزء التحضيري: في هذه المرحلة يتبع الأستاذ ثلاثة مراحل قبل الدخول بالتلاميذ إلى القسم الرئيسي فالمرحلة الأولى مرحلة إعداد التلاميذ تربوياً إذ يتخللها تطبيق النظام كتبديل الملابس الدخول في الصف أو الفوج، شرح هدف الحصة مع إعفاء المرضى، ثم الدخول إلى الملعب، والمرحلة الثانية هي مرحلة الإحماء، وتشمل أجهزة الجسم المختلفة استعداداً للنشاط -المبرمج للوقاية من الإصابات المفاجئة وعليه وجب التدرج في العمل، ويسمى التسخين العام، أما المرحلة الثالثة أو ما يسمى بتسخين الخاص فهي الدخول في بداية الجزء الرئيسي. وفي حالة استخدام تدريبات الإعداد البدني في الجزء التحضيري بالحصة يراعى ما يلي:

- أن تعمل على تحسين الصفات البدنية للتلميذ.
- أن تؤدي في شكل منافسات وألعاب.
- أن يكون تقويم ذاتي بين التلاميذ.
- أن تتضمن المكونات البدنية التالية: القوة العضلية، الرشاقة، المرونة، التوافق، والتوازن.

ب- الجزء الرئيسي: في هذا الجزء يحاول الأستاذ تحقيق الهدف الخاص للحصة، ولا توجد قاعدة عامة لبناء هذا الجزء من الحصة حتى تطبق على جميع الحصص، ولا يوجد ترتيب معين للأغراض

والأهداف، فمثلا تنمية القدرات الحركية وتعليم تكتيك رياضي، أو توصيل وتحصيل المعلومات والمساهمة في تكوين الشخصية، كما يشمل هذا الجزء على قسمين:

1/النشاط التعليمي: يقوم هذا القسم على المهارات والخبرات التي يجب تعلمها سواء كانت لعبة فردية أو جماعية، وهي تعبر عن الأسلوب الأستاذ لتوصيل المادة المتعلمة بالشرح والتوضيح، وبعد الشرح والعرض والإيضاح يبدأ التلميذ بتنفيذ الحركات والأنشطة سواء كانوا في مجموعات أو على مجموعة واحدة، ويجب على الأستاذ الالتزام بنقاط التالية:

- متابعة حركة التلاميذ أثناء الأداء موضحا الخطوات التقريبية وصلب الحركة ونهايته.
- تنظيم حركة التلميذ أثناء الأداء من حيث الدخول والعودة.
- يقوم الأستاذ بتصحيح الأخطاء التي يقع فيها التلاميذ.

إن للنشاط التعليمي عدة مزايا يمكن للأستاذ أن يستعين بها، ويستعملها لصالح التلميذ، وذلك من خلال:

-السماح للأستاذ بالإشراف على التلاميذ خاصة ذوي الإمكانيات المحدودة.

- السماح للتلاميذ بالأداء الصحيح للمهارة، وإعطائهم الفرصة لمشاهدة بقية أفراد الصف.

2/النشاط التطبيقي: ويقصد به نقل الحقائق والشواهد والمفاهيم بالاستخدام الواعي للواقع العلمي، ويتم ذلك في الألعاب الفردية كألعاب القوى والألعاب الجماعية كالكرة الطائرة، وهو يتميز بروح التنافس بين مجموعات التلاميذ والفرق حسب الظروف، إذ يجب على الأستاذ مراعاة كيفية تطبيق التلميذ للمهارة المكتسبة حديثا فيندخل في الوقت المناسب عند حدوث أي خطأ، ويصاحب هذا النشاط إتباع القواعد القانونية لكل لعبة، كما الجانب الترويحي والحرص على شعور التلميذ بالمتعة، وهذا بالإضافة إلى إتباع قواعد الأمن والسلامة.

ج- الجزء الختامي: يهدف هذا الجزء إلى تهيئة الأجهزة الداخلية وإعادتها بقدر الإمكان إلى ما كانت عليه سابقا، ويتضمن هذا الجزء تمارينات التهيئة بأنواعها المختلفة، كتمرينات التنفس والاسترخاء وبعض الألعاب الترويحية ذات الطابع الهادئ، وقبل انصراف التلاميذ يقوم الأستاذ بإجراء تقويم النتائج التربوية، ويشير إلى الجوانب الإيجابية والسلبية والأخطاء التي حدثت أثناء الحصة وختام الحصة يكون شعار الفصل، أو نصيحة ختامية (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2011، صفحة 213)

كما أخذت بعض الدراسات الحديثة بعين الاعتبار الساعة التي تلي حصة التربية البدنية والرياضية، فإذا كانت تتطلب من التلميذ التركيز والانتباه فيجب التهذئة والاسترخاء، أما إذا كانت في نهاية الدوام المدرسي فيمكن تصعيد الجهد عن طريق ألعاب سريعة تثير وتشد انتباه التلميذ (أسامة كامل ارتب، 1991، صفحة 161)

7- تحضير حصة التربية البدنية والرياضية:

يتطلب ذلك من الأستاذ أن يكون متمكنا من مادته مخلصا في بذل الجهود، ديمقراطي في تعليمه ومعاملاته ولكي يكون التحضير ناجحا من الناحية التربوية والنظامية يجب مراعاة ما يلي:

- يجب على الأستاذ أخذ التلاميذ من الساحة أو القسم إلى مكان المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية.
- أن يسود الهدوء والنظام أثناء التوجه من القسم أو الصف إلى مكان المخصص للحصة.
- يبدأ تنفيذ أجزاء الحصة طبقا للنظام الموضوع لذلك.
- يجب ان يقف الأستاذ في مكان يستطيع من خلاله رؤية جميع التلاميذ.
- يحسن إرشاد التلاميذ إلى النقاط المهمة أثناء قيامهم بالحركات، وتشجيعهم وتوجيههم بصفة مستمرة.
- أن يقف التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية بعيدا عن الأقسام.
- يجب على الأستاذ الاهتمام بتوزيع الحمل على أجزاء الحصة.
- أن يكون الشرح أثناء تنفيذ الحركات والمهارات موجاز ومفيدا بصوت مناسب يفهمه الجميع، وأن يكون باعنا للنشاط والحيوية، وأن يتناسب صوت الأستاذ مع عدد التلاميذ ومكان الحصة، فلا يكون مرتفعا مفرعا، ويفضل الاستعانة في حالة عدم قدرة المدرس على الأداء، بالتلاميذ ذوي المستوى الجيد (محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، 1992، صفحة 75)
- يجب أن يكون تحرك الأستاذ بين التلاميذ سليم في الوقت المناسب الذي يتطلب ذلك.
- يجب على الأستاذ الاهتمام بمظهره الشخصي.
- أن يكون الملعب المعد لإجراء الحصة نظيفا خالي من العوائق.
- يجب على الأستاذ استعمال الصفارة، بشكل سليم وفي الوقت مناسب.
- يجب عدم ترك التلاميذ في وضعية السكون لفت ارت طويلة أثناء الشرح.
- يجب ان يهتم الأستاذ بتربية النظافة في مقدمة الحصة وفي الجزء الختامي.

- يجب أن الأستاذ بجميع التلاميذ ويعاملهم معاملة واحدة وسوية.
- يجب أن يكون لدى الأستاذ قدرة على الابتكار أثناء التخطيط وتنفيذ الحصة.
- يجب استخدام الوسائل التعليمية المتاحة واستغلالها بصفة جيدة.
- يجب أن تتسم الحصة بالاستمرارية وعدم التوقف.
- استخدام الألفاظ المناسبة والابتعاد عما هو غير تربوي.

وبذلك فإن تدريس هذه المادة في ظل المقاربة بالكفاءات يعتمد أساسا على الطريقة النشيطة البنائية والبنائية الجماعية أي بناء التعليمات، ولتحقق هذا يتوجب على المعلم أن يأخذ بالمبادئ الأساسية التي تضمن له انتهاز هذه الطريقة (وزارة التربية الوطنية، 2016، صفحة 35)

لا يقتصر نجاح الحصة على صياغة الهدف صياغة علمية من حيث المعنى والبعد الذي يرمي إليه فقط، بل ترمي هذه الطريقة البنائية النشيطة إلى التوجه في كيفية تسير وتقديم الدروس إلى إعطاء الأولوية للمتعلم، حيث يوضع فردا أو ضمن جماعة في وضعية مشكلة تحتاج إلى البحث عن الحل المناسب من بين مجموعة الحلول المناسبة المحتملة، والابتعاد عن الوصفات الجاهزة المنطلقة من تمارين مباشرة لا علاقة لها بالواقع الذي يمثله النشاط.

هذا المنطق يفرض على المربي أن يكون مرشدا موجها للتلاميذ، مما يتطلب منه مجهودا إضافيا يكون بجانبهم في أي لحظة وي ارفقهم أثناء ممارستهم تعلماتهم، مقدما لهم الإضافة لبلوغ الحل المناسب في الوقت المناسب، وهذا ما يقتضي منه اختيار الأنشطة :

-حسب ما جاء في المنهاج، المنشآت الموجودة، مناخ المنطقة، والتنسيق مع الأساتذة.

البرمجة السنوية وهذا حسب الكفاءات المحددة، دراسة المركبات الكفاءة وتقويمها بعد ذلك، وبعد التقويم وحصر المركبات الغير مكتسبة يتم ترتيبها حسب أولويتها فتصاغ إلى أهداف خاصة، يتم تحليل هذه الأخيرة إلى أهداف جزئية إجرائية تعبر عن محتوى التعلم وحدة تعليمية.

7-1- استمرارية حصة التربية البدنية والرياضية: لكي يتمكن الأستاذ من استمرارية الحصة بدون توقف، يجب مراعاة ما يلي:

- أن يكون هناك ت اربط بين أجزاء الحصة أثناء التنفيذ.
- تجنب عمل التشكيلات والتكوينات (الصفوف-القاطرات- الدوائر)
- تأدية جميع أجزاء الحصة والمتعلمون في حالة انتشار في الملعب.
- يجب عدم ترك المتعلمين في وضع السكون لفت ارت طويلة أثناء الشرح.

- تجهيز الأدوات والأجهزة في الملعب قبل بداية الحصة.
- عدم التركيز بشكل كبير على الأخطاء البسيطة لبعض المتعلمين.
- إرشاد المتعلمين إلى النقاط المهمة يكون أثناء قيامهم بالحركات.
- استخدام وسيلة التقويم كأنها جزء من الحصة (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2011، صفحة 213)

8- أنواع وأساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية:

هناك نوعان من أساليب التدريس هما الأساليب المباشرة المعتمدة على الأستاذ، والأساليب غير المباشرة المعتمدة على الطالب والأستاذ معا، يندرج تحت هذه الأنواع جميع أساليب التدريس المستخدمة في تدريس التربية البدنية والرياضية.

8-1-أساليب التدريس المباشرة: وهي التي تتمحور حول الأستاذ واستخدام سلطته داخل الصف من خلال فرض شخصيته المطلقة وأفكاره وسيطرته على الطلبة والحصة ككل، فهو يشرح المهارة والطلبة يدونها ثم يقوم بالتقويم (صادق الحايك، 2018، صفحة 69)

8-2- أساليب التدريس غير مباشرة: وهي التي تتمحور حول الطالب ومشاركته في العملية التعليمية تحت إشراف الأستاذ، حيث يبدي التلميذ آراءه وأفكاره ويشارك في المشاكل التربوية ووضع الحلول المناسبة له.

أساليب التدريس الأكثر استخداما في التربية البدنية والرياضية: تعددت الأساليب التدريسية التي يستخدمها أستاذ التربية البدنية والرياضية في العملية التعليمية، إلا أن أكثر هذه الأساليب استخداما نجد:

8-2-1- أسلوب التدريس القائم على الثواب والعقاب)لأسلوب المدح والنقد:(إن الاستخدام الصحيح للمدح

والنقد يعد فن من الفنون الواجب على المدرس تعلمها وإتقانها لأنها تؤدي إلى نتائج إيجابية من حيث تأثيرها على سلوك المتعلمين، وتحقيق الأهداف المرجوة، إذ لا ينبغي على الأستاذ الإكثار من أسلوب الثواب في الدرس لأنه يفقده قيمته وتأثيره، وهذا ينطبق على النقد والعقاب فاستخدام الخاطئ أو كثرة الاستخدام قد يترك آثار عكسية وسلبية على عملية التعلم.

8-2-2- أسلوب التدريس القائم على طرح الأسئلة وتنوعها: إن هذا الأسلوب في طرح الأسئلة يقع ضمن مهارت تفكير عليا متنوعة لدى التلميذ منها لا الحصر، التفكير التحليلي والتفكير الناقد، التفكير

المنطقي، التفكير الإبداعي، والتفكير ما وراء المعرفي والتأملي وغيرها من أنواع التفكير. فهذا الأسلوب من يستثير قد ارت المتعلمين العقلية والعملية.

8-2-3- أسلوب التدريس القائم على التغذية الرجعية: إن هذا الأسلوب يتطلب من الأستاذ أن يكون لديه خبرة كافية في معرفة أثر استخدام التغذية الرجعية بأنواعها ومتى يستخدمها، فالتغذية الرجعية تقوم على إعلام المتعلم بنتيجة أداءه من حيث نقاط الضعف ونقاط القوة (تفكير ناقد) ليعمل على تصحيحها بغية الوصول لأداء أفضل (صادق الحايك، 2018، صفحة 83)

8-2-4- أسلوب العرض والشرح: إن تقديم المادة التعليمية وعرضها بالطريقة الصحيحة والمناسبة، وطبيعة المهارة، ومستويات التلاميذ وقد ارتهم في تحقيق الأهداف والنتائج المنشودة، ويزيد من عملية التعلم والتعليم في الحصة، وهذا الأسلوب يتيح الفرصة للمتعلمين خاصة ضعاف المستوى منهم للتعلم بشكل أفضل (صادق الحايك، 2018، صفحة 82)

8-2-5- أسلوب التدريس القائم على التنافس الفردي: إن صفة التنافس والفوز من الصفات المهمة الموجودة في شخصية كل متعلم، وإن استخدامها بشكل الصحيح في العملية التعليمية يترك أثر كبي في تعلم التلاميذ للمهارة، حيث يضعه في ظروف مشابهة لظروف المنافسة الحقيقية للعبة (صادق الحايك، 2018، صفحة 83)

8-2-6- أسلوب التدريس القائم على توظيف الأفكار المتعلم: في هذا الأسلوب يقوم الأستاذ بتقديم المهارة، ويفتح مجالاً للمتعلم لوضع إضافة أفكار جديدة (تفكير ما وراء المعرفة أو تولد الأفكار) إذ يستخدم عمليات التفكير العليا كالتحليل والربط والمضاهاة والمقارنة لإضافة جديدة (صادق الحايك، 2018، صفحة 83)

9- طرق اخرج حصة التربية البدنية والرياضية:

تختلف طرائق التدريس في التربية الرياضية لاختلاف دور المعلم والمتعلم، فبعض الطرائق تعتمد كلياً على المعلم مثل طرائق المحاضرة، الشرح، الإلقاء والتلقين تعلم ذاتي الحاسوبية، والمبرمج. وتعرف طرائق التدريس بأنها الإجراءات التي يتبعها المدرس لتوصيل المعلومة أو الخبرة للتلاميذ لتحقيق الأهداف المنشودة في ضوء قد ارتهم وخب ارتهم فهي الوسيلة أو الكيفية التي يتم من خلالها نقل المعلومة أو المهارة من المعلم إلى المتعلم، كما أنها لا تختلف من حيث مضمونها وطريقة استخدامها بين جميع المدرسين، فعندما نقول إن معلماً ما استخدم طريقة ما فإنه لا يختلف مع أي معلم آخر في الخطوات المتبعة في التدريس أو في تسلسل تطبيقاتها في عملية تعليم المهارات.

يقصد بطرق إخراج الحصة هو استخدام جميع الوسائل والإمكانيات التي تساعد على تنظيم التلاميذ بشكل ديناميكي والتي يمكن من خلال ذلك الوصول إلى الهدف المرجو بطريقة سريعة وبسيطة. أما الطرق الشائعة في إخراج حصة التربية البدنية والرياضية هي كالاتي:

9-1- الطريقة الكلية أو طريقة النموذج في تعليم المهارات الحركية: تعتمد هذه الطريقة على تعليم المهارة

الحركية بصورتها الكلية كوحدة واحدة ذات معنى واحد ودون تجزئة أو تقسيم لتلك المهارة بحيث تسمح للطلبة بفهم الكل والعلاقة بين الأجزاء بنسبة للكل، فعندما يؤدي المعلم نموذج للمهارة فإنه يؤدي نموذج للمهارة ككل، ثم يقوم المتعلمون بالأداء مقلدين نموذج المعلم، وتتركز على الملاحظة (وزارة التربية الوطنية، 2006، صفحة 133)

هذه الطريقة تتماشى بدرجة أكبر مع الطرائق الحديثة في التدريس، وتستخدم:

- عندما يكون مستوى الأداء المهاري للطلبة مبتدئا.
- عدد التلاميذ في الدرس كبيرا.
- عندما يكون الزمن المحدد لتعليم المهارة الحركية قصيرا.
- عندما تكون شخصية المدرس قيادية وتخصصية.
- شكل المهارة ككل أهم من الأجزاء الدقيقة للمهارة.
- عندما يكون لدى الطلبة خبرات سابقة بالمهارة الحركية.

ومن مميزات هذه الطريقة:

- تستخدم في تعليم المهارة الحركية التي يصعب تجزئتها.
- تعتبر طريقة شيقة وغير مملة بنسبة لكثيرين.
- تناسب المهارات البسيطة والغير المعقدة التي يصعب تجزئتها.
- تستخدم عندما يكون الغرض العام من المهارة واضحا مثل رمي الكرة لأبعد مسافة.
- لا تأخذ وقتا طويلا في الشرح.

ومن عيوبها أنها:

- لا تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين.

- بعض المهارات الحركية يصعب تعلمها كوحدة.
- يتعلم بعض التلاميذ حركات خاطئة أثناء الأداء يصعب التخلص منها لاحقاً.
- إذا اكتسب المتعلم مهارة يصعب عليه التخلص من الأخطاء الفنية للأداء.
- لا توفر عنصر الأمان والسلامة أثناء أداء التلاميذ للمهارة.

9-2- الطريقة الجزئية أو طريقة الشرح في تعليم المهارات الحركية: تعتمد هذه الطريقة على تعليم المهارة بصورة مجزأة إلى أجزاء صغيرة ويقوم المتعلم بأداء كل جزء على حدة، بحيث يتعلم الجزء منفصل عن الآخر وكأنه مهارة قائمة بذاتها ولا يتم الانتقال إلى الجزء الذي يليه حيث يتقن ذلك الجزء، وبعد أن ينتهي المدرس من تعليم جميع الأهداف الخاصة بالمهارة، يقوم بربط جميع الأجزاء مع بعضها البعض لتكتمل أجزاء المهارة التي يقوم المتعلم بأدائها دفعة واحدة، وهي تشخيصية في إطار تكرار الحركة عدة مرات بالوسائل البيداغوجية (وزارة التربية الوطنية، 2016، صفحة 123)

وتستخدم هذه الطريقة:

- عندما يكون تعلم وفهم أجزاء المهارة هدف أساسي ومهم في التعليم.
- المراحل الأولى لتعلم المهارة وخاصة المبتدئين.
- عندما يكون عدد المتعلمين المشاركين قليلاً.
- عندما تكون المهارة صعبة ومركبة.
- في حالة إعداد الفروق الراضية لتثبيت الأداء الصحيح في البداية.

ومن مميزات هذه الطريقة:

- تستخدم في تعليم المهارات الصعبة والمركبة.
- تراعي الفروق الفردية حيث تتناسب مع قدرات كل متعلم.
- توفر عنصر الأمان والسلامة.
- تساعد على فهم جميع أجزاء المهارة.
- تستثير دافعية المتعلمين للتعلم بسبب شعورهم بالإنجاز عند انتهاء كل جزء.

ومن عيوبها أنها:

- تجزئة المهارة على أجزاء صغيرة يفقدها شكلها النهائي.

- تعتبر هذه الطريقة مملة وغير مشوقة وخاصة المتعلمين ذوي الخبرة أو الأكبر سنا.
- تحتاج على وقت طويل في شرح المهارة مقارنة بطرائق الأخرى.
- لا تشبع ميول المتعلمين وتطوير المستوى.

9-3- الطريقة الكلية الجزئية أو طريقة الشرح مع النموذج في تعليم المهارة الحركية:

- في هذه الطريقة تدمج الطريقتين السابقتين، الكلية مع الجزئية للاستفادة من مزايا الطريقتين معا وتوظيفها في نفس الوقت والموقف التعليمي، إذ يقوم المعلم بتعليم المهارة الحركية بصورتها الكلية كي يدرك ويفهم المتعلم طبيعة المهارة، ثم يقوم بتجزئة المهارة للتركيز على أجزاء لم يتمكن المتعلم من إتقانها، وبعد ذلك يتم أداء المهارة بصورتها الكلية، وتستخدم هذه الطريقة:
- عندما تكون بعض أجزاء المهارة سهلة والبعض الآخر صعب.
 - عندما يريد الأستاذ توظيف الطريقتين السابقتين والاستفادة من مزايا الطريقتين والتخلص من عيوبها.

ومن مميزات هذه الطريقة:

- قلة العيوب والوصول بالتلاميذ إلى مستوى تعلم أفضل.
- تراعي الفروق الفردية.
- توفر عامل الأمن والسلامة.
- اختصار الوقت والمجهود.

ومن عيوبها أنها:

- تحتاج إلى أدوات أو ملاعب وإمكانيات أكثر
- تحتاج إلى معلم لديه خبرة في تعليم المهارة بالطريقة السابقتين.

9-4- الطريقة الجماعية: في هذه الطريقة يؤدي التلاميذ جميع الحركات والتمارين بشكل جماعي

وبعمل موحد من خلال استخدام الوسائل الموجودة، و هذا النوع من الإخراج للحصة يخدم مهارت الفردية كالوثب و أنواعه، الجري، و كذلك يستخدم أحيانا في الألعاب الجماعية ككرة القدم، كرة الطائرة... الخ...

ومن مميزات هذه الطريقة أنها مريحة بالنسبة للأستاذ، حيث يستطيع من خلالها تعليم مجموعة من التلاميذ في وقت واحد، إلا أن الصعوبة تكمن في تصحيح الأخطاء، و تلعب وضعية و موقع الأستاذ في الحصة دوار كبي ار في ملاحظة التلاميذ (مكارم حلمي أبو هرجة، محمد سعد زغلول، 1997، صفحة (112

5-9- طريقة الأداء ألتتابعي: في هذه الطريقة يقوم التلميذ بأداء المهارة والحركة بالترتيب واحدة تلو الأخرى وبدون توقف، وهذه الطريقة تعتمد على الوسائل و الإمكانيات المتوفرة، ومن مميزاتا انها تتيح للأستاذ الفرصة في معرفة الفروق الفردية بين التلاميذ، إلى جانب تماسك وحدة الحصة مع تنظيم العمل بشكل أفضل، و تستعمل هذه الطريقة في الجمباز، إلا أن لهذه الطريقة عيب هو الوقوف الذي يقضيه التلميذ في انتظار دوره.

6-9- طريقة المناوبة: وفيها يؤدي التلاميذ التمرينات بشكل متناوب، حيث ينقسمون إلى مجموعتين تقوم الأولى بأداء التمرين ثم ترجع إلى الخلف لتقوم المجموعة الثانية بنفس الشيء، وتستعمل هذه الطريقة في الوثب العالي، الوثب الطويل... ولهذه الطريقة عيب يتمثل في عدم قدرة الأستاذ في التحكم وإجراء عملية التصحيح والتقويم.

7-9- طريقة المجاميع: في هذه الطريقة يقسم الأستاذ التلاميذ إلى مجموعات ليقوموا بتأدية أنواع المهارات بشكل منفصل، حيث تقوم كل مجموعة بأداء التمارين ثم تتناوب، ويقوم الأستاذ بالمرور بالمجموعات الواحدة تلو الأخرى لتصحيح الأخطاء والاستعانة بالتلاميذ الممتازين في ذلك.

8-9- الطريقة الفردية: تستعمل هذه الطريقة عند التقويم و التقييم أو معرفة المستوى الذي وصل إليه التلاميذ، حيث يقوم كل تلميذ بأداء المهارة بشكل فردي، ومن خلال هذه الطريقة يستطيع الأستاذ اكتشاف القدرات المتوفرة لدى التلاميذ، وتصحيح وتدارك الأخطاء المرتكبة (عبد العالي نصيف، 1997، صفحة 25)

- العوامل المساعدة في إنجاح الحصة: دلت العديد من الدراسات أن الجانب النظري من الدروس التطبيقية لها أثر فعال في تدعيم وتثبيت كل ماله علاقة بالجانب التطبيقي (المهارة، الخطط...) ، وحتى تبلغ الحصة الغاية التي تسعى إليها يجب توفير ما يلي:

- توفير قاعة أو مكان تنفيذ الحصة.
- تحديد المدة الزمنية التي تجرى خلالها الحصة.
- الإدراك والفهم الجيد لنتائج الحصة من قبل التلاميذ والمعلمين أنفسهم.
- استعمال الوسائل السمعية و البصرية باعتبارها وسيلة توضيح للمادة المدرسة (عبد العالي نصيف، 1997، صفحة 26)

إن أهم عنصر هو وجود المكتبة الرياضية المدرسية باعتبارها من مقومات المدرسة الحديثة فهذا الأمر لا بد وأن توجه له العناية وتوفر مكتبة المدرسة على الكتب الرياضية، و المجالات التي تخدم النشاط الرياضي بصفة عامة، فإنها تعمل على توصيل ومساعدة المدرس لنشر الوعي الرياضي، وتوفرها يعتبر من أهم الأمور التي ترشد التلميذ إرشادا قويا إذا ما تم إدراجها (محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، 1992، صفحة 21)

10- أنواع الحصص في التربية البدنية والرياضية:

- 10-1- حصة الإعداد البدني :** تقدم هذه الحصة لجميع الفئات في مختلف الأعمار وفي شتى الأماكن كالمدارس، والروضات، والمعاهد، وتتميز بأنها تحتوي على مختلف الأنشطة التعليمية ذات العمل النسبي و التي تتفق و تتلاءم مع الإمكانيات البدنية للممارسين.
- 10-2- حصة تدريب الرياضيين :** تخص هذه الحصة لكل من ي ازول أنواع الرياضة المختلفة والمختارة مثل : ألعاب القوى، الجمباز، السباحة وغيرها...، وفي جميع الأحوال تحتاج هذه الحصة إلى تحضير وإلى طرق خاصة تشتمل على قواعد التدريب الرياضي ونظريات التدريس لكل هذه الأنواع، وفي هذا النوع من الحصص للجرعة وعامل الأمن والسلامة.
- 10-3- حصة التمرينات التعويضية :** يقوم هذا النوع من الحصص بتنمية بعض النواحي الخاصة بمهنة معينة سواء في (المصانع، المعامل) ، حيث تقدم تمرينات تعويضية للأجزاء الناشطة في الجسم خلال عملية الإنتاج (محمد عوض بسيوني، فيصل الشاطي، 1992، صفحة 21)
- 10-4- حصة المهن التطبيقية:** يقوم هذا النوع من الحصص بإعداد الشباب والفتيان الذين يلتحقون بعمل معين ويحتاجون إلى إعداد بدني يتناسب مع هذا العمل.

10-5- حصة التعارف: يتميز هذا النوع من الحصص بالخصوصية وليس له نشاط معين، وتهدف هذه الحصة على اكتشاف قدرات الممارسين الجدد، وكذلك التعرف على المادة والنشاط الجديد المقدم،

وتهدف أيضا على التعرف على استجابات التلاميذ في بيئة معينة واتجاههم نحو التربية البدنية والرياضية.

10-6- حصة التدعيم والتثبيت: تقدم هذه الحصة للتلاميذ الذين سبق لهم تعلم مهارة رياضية ولم يتم تثبيتها، والهدف منها تدعيم المهارة المتعلمة من ناحية وتثبيتها من ناحية أخرى بحيث تصل على مستوى الخبرة.

10-7- الحصة المختلطة: فيها تقدم مادة جديدة مع مادة قديمة، بحيث تعطى الأهمية للمادة الجديدة التي تأخذ وقتا إضافيا، حيث يقسم التلاميذ على مجموعتين، إحداهما تازول المادة الجديدة والأخرى المادة القديمة، ومن ثمة تجرى عملية تبديل الأماكن حسب الوقت المحدد.

10-8- حصة التقويم والإدماج: في هذه الحصة تجرى الاختبارات لتقويم المستوى الذي وصل إليه التلاميذ، حيث يعلم ذلك مسبقا عن الموضوع الذي يختبر فيه، ومن الممكن أن يكون قياس الصفات الحركية أو اللياقة البدنية أو المهارية، ومن الأفضل أن تقدم بعض الألعاب الترويحية بعد إجراء هذا النوع من الحصص (محمد عوض بسيوني، وآخرون، 1992، صفحة 121)

ويجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية تقويم الحصة بصفة مستمرة من خلال ما يلي:

- التقويم البدني والمعرفي للحصة (تقويم شامل).
- قياس النتائج لكل وحدة من وحدات الحصة.
- استخدام وسيلة التقويم كأنها جزء من الحصة.
- استخدام أساليب مختلفة للقياس تتناسب مع الحصة.
- تشجيع المتعلمين على التقويم الذاتي والمشارك.
- استخدام أساليب مختلفة أثناء التقويم كبطاقة التسجيل، التقرير، وبطاقة ملاحظة (حسن شلتوت، حسن معوض، 1994، صفحة 111)

ولا يعني هذا أن الأستاذ يقوم بتقويم واحد بل هنالك تقويم يقوم به الأستاذ في بداية كل مجال تعليمي فهذا النوع من التقويم يساير مرحلة الانطلاق، وهذا لتشخيص قدرات التلاميذ التحصيلية ودرجة تملكهم للمكتسبات القبليّة معارف، مصطلحات، مهارات، واستعدادات ومدى ارتباطها بالوضعية الجديدة الإشكالية، وقدرتهم في بناء المعارف الجديدة، وهو يساعد على معرفة الصعوبات والحوالز

التي تواجه التلاميذ، مع تحديد أسباب هذه الصعوبات لمعالجة هذا الاختلال (خير الدين هني، 2013، صفحة 198)

أما التقويم التكويني أو البنائي فهو يساير مرحلة بناء التعليمات ويخطأ من يقول أن هذا التقويم يكون بعد مرور مجموعة من الحصص التعليمية، والهدف منه الوقوف على مدى مساهمة عملية التعلم للخطة المنهجية التي رسمها الأستاذ بمعونة تلاميذه، وهو بهذه الكيفية يشكل تغذية ارجعة، إصدار إشارات من المعلم في شكل رسالة تعود من التلميذ إلى الأستاذ-لتعبر عن درجة تحكمهم في المعطيات الجديدة (الأهداف)، تكون الاستمرارية إذا كانت النتائج جيدة، أو تعديل أو تغيير إذا كان عكس ذلك. أما التقويم التحصيلي فيقع في نهاية حصة دراسية أو وحدة تعليمية، أو مرحلة دراسية أو سنة، أو طور تعليمي، أو مرحلة تعليمية، يهدف إلى التعرف على درجة تملك الكفاءة المقصودة (خير الدين هني، 2013، صفحة 197)

والإدماج بشكل عام هو عملية ربط ومزج بين المهارات التي تنتمي إلى مجال معين من مجالات نمو والفرد أو مجالات مختلفة (رمضان أزيل، محمد حسونات، 2115، صفحة 99)

10-9-طريقة الألعاب: تتميز هذه الطريقة بتطوير العناصر البدنية أو المهارية خلال سير الألعاب المتنوعة وبصفة أساسية العناصر الخاصة في الأنشطة الرياضية المختلفة، ويظهر ذلك جليا في الألعاب الجماعية، من خلال إعطاء واجبات في الاتجاه المارد تحقيقه أثناء سير اللعب بأشكاله المختلفة مع الالتزام بقانون وقواعد النشاط التخصصي، وهي طريقة جيدة ومؤثرة وغير مملة لكثرة المواقف المتغيرة والمتباينة، حيث يتشابه العمل خلالها مع طبيعة النشاط التخصصي في كثير من المواقف (أمر الله أحمد البساطي، 1997، صفحة 98)

11- معرفة مدى تحقق الأهداف الإجرائية للحصة:

من خلال معايير النجاح يمكن تمييز السلوك على أنه منجز بإتقان، بمعنى أن المؤشر علامة على أن الهدف المتوخى قد حقق فعلا، وهو مرجع يستند إليه في الحكم على إنجاز معين، فهو بهذا يعني متطلبات أو قواعد يعتمدها الأستاذ كأساس للحكم على درجة الإتقان عند التلميذ (رمضان أزيل، محمد حسونات، 2015، صفحة 119)

ويمكن التمييز بين نوعين من المعايير فنجد نوعين:

* معايير كيفية: وهي معايير ذات صبغة مطلقة، مثل معرفة التواريخ، فالمعيار هنا يكون محدد بحيث أن المتعلم إما يصيب أو يخطئ.

* معايير كمية: وهي معايير ذات صبغة نسبية مثل عدد الأخطاء المسموح بها، أو نسبة الإجابة الصحيحة وهذا يؤدي هذا المعيار وظيفة مزدوجة، فهو يتيح للتلميذ إمكانية القيام بتقويم ذاتي لإنجازه، إذ أنه يقارن باستمرار الفارق بين ما ينجز وبين المعيار المحدد لدرجة الإتقان، فالتلميذ يعرف أن عليه القفز طولا أكثر من 21.1 متر سوف يبذل مجهدا ذاتيا لكي يستطيع بلوغ الحد الأدنى من الإنجاز، والمعايير من جهة أخرى تتيح للمدرس الفيدباك (التغذية الرجعية)، إذ عن المعايير التي حددها لإنجاز التلاميذ تتيح له إمكانية مراجعة مستمرة لوسائله وأهدافه بناء على مدى تحقيق التلاميذ لهذه المعايير (رمضان أزيل، محمد حسونات، 2015، صفحة 119)

ومن المعايير التي يمكن تحديده لأداء التلاميذ نجد:

- الزمن ويتعلق الأمر بسرعة الأداء المطلوب.
- المكان ويتعلق الأمر بالمسافة، مسافة الرمي مثلا.
- الدقة ويتعلق الأمر بدقة الأداء المنجز.
- النسبة وهي نسبة الإجابة المقبولة.
- النوعية ويتعلق الأمر بصفة الأداء المطلوب.
- الكم ويتعلق الأمر بعدد الإجابات المطلوبة.

12- واجبات حصة التربية البدنية والرياضية:

تتلخص فيما يلي:

- تطوير مهارت الحركة الأساسية بالإضافة إلى تعليم مهارت الحركة.
 - تطوير وتربية الروح الجماعية والعمل على التكيف الاجتماعي.
 - تربية الصفات الخلقية، التعاون، المثابرة، التضحية والإقدام.
 - تطوير وتحسين القدرات العقلية على الإدراك، الذكاء الانتباه والتحليل، وهذا عن طريق الألعاب والتمارين المدرجة وفق الطرق والمناهج (أحمد بسطويسي، 1996، صفحة 78)
- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية:
- يمكن تلخيص أهداف حصة التربية البدنية والرياضية فيما يلي:

- تنمية الكفاءة البدنية وصيانتها.
- تنمية مهارت البدنية والنافعة في الحياة.
- تنمية الكفاءة الذهنية والعضلية.
- التمتع بالنشاط البدني والترويحي وشغل وقت الفراغ.
- تنمية صفات القيادة الصالحة.
- إتاحة فرصة النابغين للوصول إلى البطولة وتنمية الكفاءات والمواهب الرياضية الخاصة (مصطفى محمد السايح، 2013، صفحة 28)
- إكساب التلاميذ معارف نظرية رياضية وصحية وجمالية وتدريبهم للتفكير العلمي والابتكار وحل المشكلة.
- تحقيق الأهداف التربوية المتعلقة بتنمية الولاء والانتماء، حب العمل الجماعي التعاون، تنمية الميول واكتساب الاتجاهات السوية. (محسن محمد حمص، 1998، صفحة 51)

13- مدرس التربية البدنية والرياضية:

إن المدرس أحد محاور العملية التعليمية لما يلعبه من دور بارز في حياة التلميذ، فهو الذي يساعده على التطور وفقا للاتجاهات الاجتماعية والتربوية والعقلية والواقع أن التربية البدنية والرياضية إذا ما تم تدريسها بكفاية وعناية وفقا لهذه الاتجاهات، نجد أنها تتطلب درجة كبيرة من الطاقة العقلية والعصبية والحركية، كما تتطلب تفهما دقيقا لصفات الأف ارد النفسية والاجتماعية، لذلك نجد أن الشخص الذي يقوم بتدريسها يحتاج إلى إعداد طويل ويخضع لبرنامج دقيق شامل، حتى يمكنه أن يؤدي رسالته كما يجب (محمد محمد الشحات، 2017، صفحة 77)

13-1- خصائص ومواصفات المدرس الناجح: إن أهم المقومات والمواصفات الأساسية

للمدرس الناجح تصنف من حيث الشكل و المضمون:

أ- من حيث الشكل:

- المظهر اللائق والعناية بشكل والنظافة.
- عدم التأخر في الوصول إلى المدرسة والالتحاق بالقسم في المواعيد المحددة.
- الابتسامة والبشاشة والكلمة الطيبة.
- عدم الجلوس لفترة طويلة إلا للضرورة.

- احت ارم الأولياء والزملاء وكذلك التلاميذ.
- الصفات الإنسانية والقرب من التلاميذ.
- التعامل مع التلاميذ بعدالة ومساواة.

ب- من حيث المضمون:

- الكفاءة، المعرفة، والثقافة العامة.
 - إعداد وتحضير الدرس بصفة جيدة.
 - الاقتناع بمهنة التدريس والانتماء إليها.
 - الصدق، الاستقامة والنزاهة.
 - القدرة على توجيه المواهب الشابة.
 - الابتعاد عن الشتائم والكلام البديء (حسان الحلاق، 2016، صفحة 31)
 - سلامة النطق والحواس بصفة عامة.
 - يضبط انفعالاته ولا يغضب لأن الغضب يقوده على تصرفات قد تكون عواقبها وخيمة.
 - يحرص على علاقات إيجابية تربطه بهيئة التدريس.
 - ينوع من نب ارت صوته وحركاته التعبيرية أثناء الدرس.
 - يلتزم بالخطوة الزمنية المحددة لتوزيع المقرر الدراسي.
 - يستغل الوسائل التعليمية والبيداغوجية المتوفرة أحسن استغلال.
 - يجدد معارفه، ويواكب التقنيات التعليمية.
 - يدعم الطلبة لاكتشاف معاني ودلالات ما يتعلمونه ويشجعهم على ذلك.
 - يلتزم بالاستخدام اللغة العربية الفصحى.
- وعلى العموم نقول أن الأستاذ بديل للأولياء ومن صفات سلوكه، صفات إنسانية، نظامية، ومهنية (صالح عبد العزيز، 1972، صفحة 46)
- 13-2- واجبات ومهام أستاذ التربية البدنية والرياضية: هنالك مهام وواجبات كثيرة نذكرها كما يلي:**

- المهمة الأساسية تبقى تعليم التلاميذ الذين هم تحت المسؤولية حيث يساهم في تربيتهم وضمان تكوينهم من أجل إدماجهم في الحياة الاجتماعية والمهنية في المستقبل.

- يشارك في الخدمة العمومية حيث توكل له مهمة تعليم القيم الثقافية، الأخلاقية والعلمية، ويساعد في تنمية الفكر والاستقلالية وبناء المشاريع الشخصية للتلميذ.
- يصهر على تلقين معنى وأبعاد القيم المتعلقة بالمواطنة والمشاركة في البناء والتشييد، ويستقطب اهتمام التلاميذ بفضل عطاءه النوعي وتوجيهه نحو سبل تخدم الصالح العام والوطن.
- يعمل بإنصاف ويقبل الفروقات ومختلف تطورات التلاميذ في ميدان العمل، ويعي بصعوبة المواجهة وتحدي ظروف العمل مهما كانت صفاتها.
- يتكيف مع المتغيرات والمستجدات ويقبل النقد والملاحظة كما يعمل بنصائح والإرشادات والتوجيهات، وينسجم مع التشريع المدرسي وما تخول له من حقوق وواجبات في تأدية الواجب على أحسن وجه (وزارة التربية الوطنية 2016، صفحة 141)
- يساهم في تحسين المشروع التربوي وتجسيده في الميدان وحماية المنظومة التربوية وتبجيلها، ويكون على علم بالمادة التدريسية.
- يعرف كيف يبني وضعيات التعلم وتقييمها، وكيفية تسيير القسم والتلاميذ.
- يعرف كيفية التعامل مع كل التلاميذ، الإدارة، الزملاء، أولياء التلاميذ والمحيط، ويعرف كيفية تسيير واستغلال الوسائل.
- يساعد التلاميذ من خلال توزيعهم على المسؤوليات ولعب الأدوار والقيام بمهام تربوية، ويعمل بمبدأ التكامل والتوفيق بين جميع مواد التدريس.
- يوفر أحسن ظروف العمل من أمن، نظافة، ووقاية، ويعمل من أجل تحسين أداء التلاميذ وأدائه، وذلك بالبحث والتكوين.

14- دور الأستاذ اتجاه التلميذ :

إن دور الأستاذ ما هو النمط من السلوك المتوقع من أعضاء مهنة التعليم وتتعدد هذه الأنماط بتعدد المراكز والمسؤوليات الموكلة إلى كل مدرس.

ومعنى هذا أنه ليس له دور واحد، بل إن له أدوار عديدة، ودور المدرس الرئيسي هو نقل المعرفة التعليمية، وهي أساس خبرته، كما عليه أن يكون على دراية تامة بموضوع تخصصه ويتميز بالمهارة التامة نحو العملية التعليمية، فالتربية تتضمن مساعدة الفرد على تحقيق أقصى نمو فكري.

ومن أدواره أن يكون قائدا اجتماعيا، وذلك لقيامه بإشباع حاجات الجماعة، كما انه ينشط الدوافع لدى الأفراد ويحفزهم على المساهمة الإيجابية لذا لا بد للأستاذ أن يكون ذا خبرة ومعلومات واسعة حتى لا يفقد مكانته العلمية بين التلاميذ، كما يجب أن يدرك أن المعرفة ليست لها حدود، وهي تتزايد دائما ومستمرة.

وعلى الأستاذ أن يكون ملما بأنماط مختلفة لطرق التدريس والتعليم، كما يؤكد قدرته على حفظ النظام بين التلاميذ، وهو المسئول عن غرس القيم الحميدة، فيعمل على تغيير شخصية تلاميذه برفع مستوى نموهم الروحي، الثقافي، الاجتماعي، والعاطفي، وغرس الاتجاهات الملائمة وتنميتها لدى الطفل (حسين عبد الحميد، أحمد رشوان، 1972، صفحة 176)

-الأدوات والأجهزة المستخدمة في حصة التربية البدنية والرياضية:

إن إعداد مكان الحصة وتزويدها بالأدوات والأجهزة الملائمة واللازمة، يتطلب دراسة مسبقة وشاملة لظروف المؤسسة وإمكانياتها من ملاعب والأجهزة والأدوات، من حيث يشمل استخدام بعضها في أكثر من غرض واحد، فقد يكون بالمؤسسة ملعب واحد لكرة السلة فقط.

وعدم وجود ملعب الكرة الطائرة لا يعني إلغاء اللعبة أو النشاط من البرنامج الدراسي، بل يمكن استخدام ملعب كرة السلة وتخطيطه بحيث يمكن استخدامه للعبتين معا، على أن تكون هنالك خطة موضوعية يحددها جدول زمني لاستخدام الملعب، وبذلك تتعدد أوجه النشاط بالبرنامج، ويستطيع الأستاذ أن يقوم بثلاث أنشطة جماعية على الأكثر طوال السنة الدراسية.

ويجب على الأستاذ عدم التحجج بضيق المساحة وعدم توفر الملعب لأن المهم هو التنظيم الحسن والتحكم الجيد.

يجب أن تتوفر في المؤسسة على الأقل ملعب، حفرة وثب، كارت طبية، حبل الوثب العالي، جير لرسم الملعب، ساعة ميقا، شريط قياس، أعلام صغيرة، شواخص وأقماع، كرت الطائرة، كرت السلة، وكرات اليد.

كما يجب تعويد التلاميذ على التعامل مع هذه الأجهزة برفق، وجلبها ووضعها في الأماكن المخصصة لها بشكل جيد، وحمايتها من الأمطار، وعدم تعريضها لأشعة الشمس، كل ذلك يساعد الأستاذ من الاستفادة القصوى من الأدوات ولفترة طويلة (صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، 1972، صفحة

خلاصة:

إن حصة التربية البدنية والرياضية تلقى اهتماما كبي ار سنة بعد سنة، والجميع يسعى للارتقاء بها إلى المستوى المطل وبذلك حسب الإمكانيات والبرامج ونقاط التغيير التي تأطر على المنظومة التربوية بقرارات من مسؤولي الدولة والوزارة الوصية، لكن الغياب الفاضح للهيئات المعنية وكذلك اللامبالاة من قبل معظم أهل الاختصاص الذين هم في الميدان، ساهم بشكل كبير في زعزعة هذه المادة بصفة خاصة فأصبح الغير جدير يناقش ويسير، فلا بد على الأساتذة إعادة الاعتبار لنفسه حتى ترجع هذه المادة إلى مكانتها السامية والمرموقة.

الفصل الثاني

المرحلة السنوية (12-15)

تمهيد:

تعتبر مرحلة المراهقة من المراحل الأكثر إنمائية وتغيراً من النواحي الجسمية والجنسية والنفسية والمعرفية، لذا تعتبر من أصعب المراحل الانتقالية وأكثرها تعقيداً، ويرى علماء النفس أن هذه التغيرات السريعة المتمثلة في مظاهر النضج الجسمي للمراهق تؤثر في النمو النفسي والاجتماعي حيث يؤثر النمو العقلي للمراهق على نموه النفسي كما تؤثر الجوانب المعرفية في نمو شخصية المراهق، وينعكس النمو المعرفي للمراهق على اتجاهاته وقيمه المرتبطة بأبائه ومجتمعه، وغالباً ما تكون جوانب الفكر والسلوك عند المراهق متمركزة حول ذاته، ومن أبرز مهام النمو في مرحلة المراهقة تنمية الاستقلال عند المراهق، ويركز العلماء والباحثون على دراسة فترة المراهقة لاعتبارات مدرسية، إلا أن ذلك لا يمنع من دراسة تلك المرحلة الحساسة لاعتبارات عملية تجعلنا أقدر على التعامل مع المراهق من جهة، وعلى فهمه وفهم ذاته وتغييراته النفسية المتعددة من جهة أخرى، كما أن المراهقة تعتبر مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان وأصعبها لكونها تشمل على عدة تغيرات عقلية ونفسية وبدنية وفيزيولوجية، إذ تتفرد بخاصية النمو السريع غير المنظم وقلة التوافق العضلي العصبي، بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل والحلم.

كما يعتبر التعلم الحركي في هذه المرحلة السنوية من الضروريات نظراً لما تتميز به من خصوصيات فاكتساب الأداء الحركي الأمثل يمكن الرياضي من التعامل أثناء المنافسات في مختلف الوضعيات بطريقة صحيحة ما يمكنه من تحقيق أفضل مستويات الإنجاز الرياضي وبالتالي يعتبر عامل أساسي للحصول على المستويات العليا في الألعاب

ومن هذا المنظور قمنا في هذا الفصل إلى التطرق لمختلف مراحل المراهقة ومشاكلها وخصائصها حتى يتسنى لنا الإلمام بكل جوانب الموضوع والبحث عن تأثير تلك المرحلة الحساسة من حياة الفرد في مشواره الرياضي، أما في الجانب الثاني من الفصل فنتطرق إلى التعلم الحركي بمختلف نظرياته وخصائصه وصفاته وطرق تدريبيه.

1- المراهقة:

1-1 - مفهوم المراهقة: إن كلمة المراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني Adolescent بمعنى عاش أو لحق أو دنى، فهي تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من حلم واكتمال النضج (رابح تركي، 1982، صفحة 206).

المراهقة بمعناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، فهي بهذا عملية بيولوجية حيوية وعضوية في بدنها وهي ظاهرة إجتماعية في نهايتها والمراهقة (L'adolescence) تعني الاقتراب والدنو من النضج والاكتمال فهي مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد، وهي غير محددة تماما ويمكن أن نعتبرها العقد الثاني من العمر، حيث أنها بين الثانية عشر والحادية عشر من العمر فالبدائية بين الحادية عشر لدى الذكور ومبكرة بعض الشيء (عام أو عامين) لدى الإناث.

إن المراهقة هي مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الشباب وتتسم بأنها فترة معقدة من الدخول إلى النمو بحيث تحدث فيها تغيرات عضوية، نفسية وذهنية واضحة ينتقل الطفل الصغير إلى مجتمع الراشدين، وفي الحقيقة لا يوجد تعريف محدد للمراهقة، وإن هناك تعاريف متعددة وعديدة عرفت بها. هذا ماذهب إليه ميخائيل إبراهيم أسعد نقلا عن "دوروتي روجرز" بأن للمراهقة تعاريف متعددة، فهي فترة نمو جسدي وظاهرة إجتماعية ومرحلة زمنية، كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة (ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة والمراهقة، 1992، صفحة 225).

وقد عرفها فؤاد السيد البهي بأنها: "المرحلة التي تسبق الرشد وتصل بالفرد إلى الاكتمال والنضج، والمراهقة هي بمعناها العام مرحلة تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، فهي بهذا عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدنها وظاهرة إجتماعية في نهايتها" (فؤاد السيد، ب ت، صفحة 257).

كما عرفها أيضا "إبراهيم قشقوش 1989" أنها مرحلة ذات طبيعة بيولوجية، واجتماعية على السواء، إذ تتميز بدايتها بحدوث تغيرات بيولوجية عند الأولاد والبنات، ويتواكب مع هذه التغيرات وتصبحها تضمينات اجتماعية معينة" (مجدي محمد الدسوقي، سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة، 2003، صفحة 145).

أما أبو بكر مرسي محمد مرسي فيقول بأن "إركسون" عرفها على أنها "فترة حاسمة في تحديد الهوية، تكون بدايتها في صورة تساؤل من أنا؟ Who am، ذلك التساؤل الذي يعد نقطة انتقال من الطفولة إلى المراهقة ويتحتم على المرهق أن يعيش صراعا وقلقا من أجل أن يحدد إجابة لسؤاله وذلك من خلال

تحقيقه لجملة من المطالب وتحديات وأبرزها تحقيق الاستقلالية والتفرد (أبو بكر مرسي محمد مرسي، 2002، صفحة 14).

أما الحدود العمرية للمراقبة فهي تمتد من العقد الثاني من حياة الفرد من الثانية عشر إلى التاسعة عشر أو قبل ذلك بعام أو عامين، أو بعد ذلك بعام أو عامين، أي بين 11 سنة و 21 سنة.

فحسب ميخائيل إبراهيم أسعد تتألف المراقبة من ثلاثة مراحل فرعية هي:

- المراقبة المبكرة الممتدة بين السنين الحادية عشر والرابعة عشر (11-14 سنة).

- المراقبة المتوسطة الممتدة بين الرابعة عشر والثامنة عشر (14-18 سنة)

- المراقبة المتأخرة وتمتد بين الثامنة عشر والحادية والعشرين (18-21 سنة) (ميخائيل إبراهيم أسعد، مشكلات الطفولة والمراقبة، 1992، صفحة 225).

وهناك من يقترح تقسيمها إلى قسمين هما تطور البلوغ أو المراقبة المبكرة تمتد من 12- 17 سنة وطور المراقبة يمتد من 17-20 سنة (تركي راجح، 1984، صفحة 242).

من خلال التعاريف السابقة للعلماء يمكننا القول أن المراقبة هي مرحلة انتقال الفرد من الطفولة إلى الرشد وهي فترة هامة من حياة الفرد، تبدأ مع البلوغ لدى الجنسين أي حوالي 12 سنة وتنتهي عندما يصبح الفرد راشد في حوالي 19 إلى 21 وهي تختلف حسب المناطق الجغرافية وحسب الجنس والمحيط الاجتماعي والاقتصادي والثقافي وتحدث فيها مجموعة من التحولات الكبيرة والسريعة في النواحي الجسمية والفيزيولوجية، ويصاحب ذلك آثار انفعالية كبيرة يصحبها غالبا الأزمات الاجتماعية والنفسية التي تؤدي في غالب الأحيان إلى بعض الإضطرابات في حياة المراهق، ومن هنا سوف نتطرق لخصائص المراقبة في المبحث القادم.

تحديد المرحلة السنوية: هي مرحلة المدرسة الثانوية وهي أكثر إستقرارا وأقل اضطرابا ويتميز اللاعبين فيها بعدة خصائص كالنمو البطيء، زيادة القوة والتحمل، التوافق العضلي العصبي والمقدرة على الضبط والتحكم بالحركات (أكرم زكي خطيبة، 1997، صفحة 72).

1-2- الإتيجاهات المختلفة في دراسة المراقبة:

1-2-1- الإتيجاه البيولوجي في سيكولوجية المراقبة: مؤسس هذا الاتجاه هو ستانلي هال "G.Stanley Hall" الذي وضع مؤلفين كبيرين عن المراقبة سنة 1904 هذا الاتجاه في صورته المتطرفة يذهب إلى القول بأن التغيرات السلوكية التي تحدث خلال المراقبة تخضع كلية لسلسلة من العوامل الفسيولوجية التي تحدث نتيجة إفرازات الغدد ويمكن تلخيص نظرية "هال" على النحو التالي:

إن هناك فروقا ملحوظة بين سلوك المراهق، وسلوك طفل المرحلة السابقة وسلوك أبناء المرحلة التالية، ومن هنا يمكن النظر إلى مرحلة المراهقة على انه ميلاد جديد يطرأ على شخصية الفرد فهناك التغيرات السريعة الملحوظة التي تظهر في ذلك الوقت والتي تحول شخصية الطفل إلى شخصية جديدة كل الجدة مختلفة كل الاختلاف، هذه التغيرات تعتبر نتيجة النضج والتغيرات الفسيولوجية التي تطرأ على الغدد ومن حيث هذا كذلك، فإن نتائجها النفسية تكون متشابهة وعامة عند جميع المراهقين. ولما كانت هذه الفترة بمثابة ميلاد جديد للمراهق، فإن التغيرات التي تحدث تكون غير مستقرة ولا يمكن التنبؤ بها وبسلوكه، كما تكون الفترة كلها فترة ضغط وتوتر أو فترة عاصفة وشدة نتيجة السرعة في التغيرات، والطبيعة الضاغطة لناحية التوافق في هذه المرحلة.

1-2-2- الإلتجاه الأثنروبولوجي والاجتماعي في سيكولوجية المراهقة: ظهرت أهمية البيئة والثقافة في تنوع دوافع السلوك المحددة تحديدا ببيولوجيا في ميدان الدراسات الأثنروبولوجية ففي الدراسات التي قامت بها "مرجريت ميد" سنة 1925م على قبائل السامو "SAMOA" حيث أوضحت هذه الدراسات أن المشكلات التي تواجه المراهقين تختلف من ثقافة إلى أخرى بشكل يجعل الانتقال إلى مرحلة الشباب والرجولة يتم بصورة أكثر أو أقل تعقيدا، أكثر أو أقل صراعا (محمد مصطفى زيدان، 1990، صفحة 157).

ومثل هذه الدراسة تجعل من الضروري القيام ببحوث ودراسات مقارنة بين ثقافات مختلفة وأزمنة مختلفة أو نفكر في مشكلات المراهقة على ضوء البيئة الاجتماعية والثقافية لأن هذه التغيرات الاجتماعية والثقافية تنعكس بالضرورة على مشكلات المراهق الذي يمر بمرحلة عدم استقرار.

1-2-3- الإلتجاه النفسي، التحليلي والاجتماعي: توصل "سيغmond فرويد" مؤسس النظرية التحليلية والذي أوضح أن الصراع الأساسي لمرحلة المراهقة هو صراع التوازن بين مطالب ألهو "ID" ومطالب الأنا الأعلى "Super Ego" وأن المراهق ينمو وينضج كما ينضج معه الأنا الأعلى أو الضمير بطريقة أفضل ويصبح قوة داخلية تتحكم وتسيطر على السلوك، كما أوضحت هذه الدراسة صياغة موضوع جديد أتى فرويد على أساس مضمون لمفهوم الحياة الجنسية للمراهق.

حيث نجد أن فرويد يميز بين الحياة الجنسية والحياة التناسلية ورأى أن الأولى أشمل من الثانية بحيث لا تشكل الحياة التناسلية إلا مظهرا- قد يكون الأتم والأكمل- من مظاهر الحياة الجنسية، وقد توصل سيغmond فرويد إلى صياغة نظريته الجنسية من خلال ممارسته العيادية، فقد تبين له أن المرضى العصبيين كانوا يذكرون بصورة شبه دائمة حدثا أساسيا وقع لهم في طفولتهم، ألا وهو إغراء الراشدين لهم، واعتبر فرويد في بداية الأمر أن هذا الحدث يشكل حقيقة تاريخية، إلا أن ظهر له ما بعد أن ما

اعتبره حدثاً يتعلق بتاريخ المريض العصبي هو مجرد هوام طفلي، وبات من الممكن عندئذ التكلم بصدد هذا الحدث عن حقيقة نفسية لا عن حقيقة تاريخية، وقد أتاح هذا الاكتشاف لفرويد بالقول أن الحياة الجنسية لدى الكائن البشري (لا تظهر كما كان الاعتقاد شائعاً- في مرحلة المراهقة، بل هي تظهر لدى الطفل منذ لحظة الولادة).

1-2-4- النظرة الإسلامية لمرحلة المراهقة: يمكن أن نقول على النظرة الإسلامية في دراسة المراهقة على أنها نظرة عمومية وشمولية حيث حددت هذه النظرة على اعتبار هذه المرحلة بداية التكليف الشرعية، باعتبار أن الشخص يصبح عاقلاً بمجرد البلوغ لذلك فهو مكلف بتطبيق خطاب الله وباقي الحقوق والواجبات الأخرى، فالإتجاه الإسلامي ينظر إلى مبدأ التكليف الشرعية، ومبدأ تطبيق العبادة في الأرض لقوله تعالى: "وما خلقت الجن والإنس إلا ليعبدون" (سورة الذاريات، الآية 56). ومن خلال هذه الدراسات المختلفة حول مرحلة المراهقة التي يمر بها الإنسان يمكننا تحديد بين بدايتها ونهايتها حيث يمكن تحديدها في الفترة الممتدة ما بين 10-18 سنة، وبذلك نكون قد جمعنا بين معظم تلك الدراسات، وذلك من حيث تحديد مراحل بداية المراهقة ونهايتها ومعرفة حد التكليف الشرعية، أما من حيث التربية فإن هذه المرحلة تعتبر أهم مراحل التربية وهي أخطر مرحلة يمر بها الإنسان والتي يمكن أن تؤدي بالشباب إلى الإنحراف والإنزلاق عن سواء السبيل، وهذا بسبب نمو الدافع الجنسي بشكل غير عاد.

ومهم أن المراهق ليس طفلاً ولا رجلاً في نفس الوقت، وإنما هو في مرحلة تبدأ معاملتهم من حيث اقترابهم من مستويات النضج المختلفة ككبار، فهم إذن على عتبة النضج والرجولة، وبالتالي يحاولون التوافق ومواجهة المستقبل.

1-3-أطوار المراهقة:

1-3-1- مرحلة المراهقة المبكرة: تمتد هذه الفترة من بداية البلوغ إلى ما بعد وضوح السمات الفسيولوجية الجديدة بعام تقريباً، وهي فترة تتسم بالاضطرابات المتعددة حيث يشعر المراهق خلالها بعدم الاستقرار النفسي والانفعالي، وبالقلق والتوتر وبحدة الانفعالات والمشاعر المتضاربة، وينظر المراهق إلى الآباء والمدرسين في هذه الفترة على أنهم رمز لسلطة المجتمع، مما يجعله يبتعد عنهم ويرفضهم ويدفعه إلى الاتجاه إلى رفاقه وصحابته الذين يتقبل آرائهم ووجهات نظرهم ويقلدهم في أنماط سلوكهم، فهذه المرحلة تعتبر فترة تقلبات عنيفة وحادة مصحوبة بتغيرات في مظاهر الجسم ووظائفه، مما يؤدي إلى الشعور بعدم التوازن ومما يزيد الأمر صعوبة ظهور الاضطرابات الانفعالية

المصاحبة للتغيرات الفيزيولوجية، ووضوح الصفات الجنسية الثانوية وضغوط الدوافع الجنسية التي لا يعرف المراهق كيفية كبح جماحها أو السيطرة عليها (رمضان محمد القذافي، 1997، صفحة 353).

1-3-2- مرحلة المراهقة الوسطى (طور الشباب 15-18):

هي مرحلة المدرسة الثانوية وهي أكثر استقراراً وأقل اضطراباً من المرحلة السابقة ويتميز التلاميذ فيها بالخصائص التالية:

- النمو البطيء.
 - زيادة القوة والتحمل.
 - التوافق العضلي العصبي.
 - المقدرة على الضبط والتحكم بالحركات (أكرم زكي خطايب، 1997، صفحة 72).
- 1-3-3- مرحلة المراهقة المتأخرة (18-21): وهي فترة يحاول فيها المراهق لم شتاته ونضمه المبعثرة، ويسعى خلالها إلى توحيد جهوده من أجل إقامة وحدة متألّفة من مجموع أجزائه ومكونات شخصيته، ويتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة والشعور بالاستقلال، وبوضوح الهوية، وبالالتزام بعد أن يكون قد استقر على مجموعة من الاختيارات المحددة (رمضان محمد القذافي، 1997، صفحة 357).

1-4- سمات وخصائص النمو في مرحلة المراهقة:

1-4-1- مفهوم النمو: يُعرف النمو على أنه جميع التغيرات النوعية والكمية التي تطرأ على الإنسان منذ لحظة تكوين الزيجوت (البويضة الملقحة) وحتى الموت والناجمة من تفاعل عامل النضج والتعلم، ويشير مفهوم النضج إلى جميع التغيرات التي تحدث بشكل متزامن في الأجهزة الجسمية والحسية والعصبية وفقاً لمخطط وراثي بيولوجي دون أن يكون للعوامل البيئية أثر فيها، أما التعلم فيشير إلى جميع التغيرات التي تطرأ على سلوكيات الأفراد بفعل التفاعل مع البيئة وتشمل الجوانب المعرفية والمهارات الحركية والاجتماعية والأخلاقية وبهذا فإنه يمكن النظر إلى النمو على أنه حصيلة تفاعل عامل النضج مع الخبرة والتعلم (عماد عبد الرحيم الزغلول، 2002، صفحة 180).

ويعرف الدكتور مصطفى زيدان النمو فيقول: "النمو سلسلة متتبعة متماسكة من تغيرات تهدف إلى غاية واحدة هي إكمال النضج، وعملية النمو عملية مستمرة في الحياة، ومعنى الحياة هو النشاط، فالنمو عبارة عن تغيرات تقدمية متجهة نحو تحقيق غرض ضمني هو النضج ومعنى ذلك أن التغيرات تسير إلى الأمام لا إلى الوراء (محمد مصطفى زيدان، 1990، صفحة 73).

بينما يشير الدكتور محمد علاوى: " إلى أن النمو يشير إلى تلك العمليات المتتابعة من التغيرات التكوينية والوظيفية" (محمد حسن علاوى، 1992، صفحة 91)، ويقصد بالتغيرات التكوينية تلك التغيرات التي تطرأ على الطول والعرض والوزن والشكل والحجم وتشتمل على التغيرات التي تتناول المظهر الخارجي العام للفرد والتي تؤثر بالتالي على الأعضاء الداخلية المختلفة، أما التغيرات الوظيفية فتشمل على التغيرات التي تتناول الوظائف الحركية والجسمانية والعقلية والاجتماعية والإنفعالية لتساير تطور حياة الفرد.

ومن المنظور الإسلامي فإن النمو لا يحدث فجأة وإنما يحدث تدريجياً وبصورة مستمرة، ويمكن تقسيم مراحل حياة الإنسان في المفهوم الإسلامي إلى المراحل التالية:

مرحلة الحمل، ومرحلة الطفولة، ومرحلة التأدب، ومرحلة البلوغ (التكليف)، ومرحلة الشباب، ومرحلة الكهولة، ثم الشيخوخة، قال تعالى: "يأيها الناس إن كنتم في ريب من البعث فإننا خلقناكم من تراب ثم من نطفة ثم من علقة ثم من مضغة مخلقة وغير مخلقة لنبين لكم ونقر في الأرحام ما نشاء إلى أجل مسمى ثم نخرجكم طفلاً ثم لتبلغوا أشدكم ومنكم من يتوفى ومنكم من يرد إلى أرذل العمر لكيلا يعلم من بعد علم شيئاً وترى الأرض هامدة فإذا أنزلنا عليها الماء اهتزت وربت وأنبتت من كل زوج بهيج". (سورة الحج، الآية: 05).

من خلال هذا التقسيم نستطيع أن نقول أن النمو يتضمن عدة نواحي يمكن تحديدها على النحو الآتي:

هناك نمو يتصل بالنواحي البدنية أو الجسمية.

هناك نمو يتصل بالنواحي العقلية المعرفية.

هناك نمو يتصل بالنواحي الانفعالية.

هناك نمو يتصل بالدوافع والحوافز والاتجاهات.

ويلاحظ أن جميع هذه النواحي منسجمة مع بعضها البعض، وتتأثر عملية النمو بعوامل متعددة يقسمها البعض إلى عوامل وراثية وأخرى إلى بيئية ويرجعها آخرون إلى عوامل النضج وعامل التعلم، كما يرجعها آخرون إلى عوامل جسمية وبيولوجية.

1-4-2- النمو الجسمي: يتخلص ما يحدث من نمو جسم في مرحلة المراهقة في نضج الغدد التناسلية التي تصبح قادرة على أداء وظائفها في التناسل وإفراز الهرمونات بها، ويترتب عن ذلك أعراض جسمية مصاحبة للنمو الجنسي وذلك بزيادة في الطول والوزن والجسم حيث يتأخر في الجهاز العصبي بمقدار سنة تقريباً ويسبب ذلك تعباً وإرهاقاً، كما أن سرعة النمو في الفترة الأولى من المراهقة تجعل حركته غير دقيقة ويميل نحو الكسل والتراخي (يوسف، 1970، صفحة 227).

يولي المراهقين والمراهقات في هذه المرحلة أهمية كبيرة للنمو الجسمي، فنلاحظ إزدياد في الطول عند الجنسين مع إزدياد في الوزن، كما تزداد الحواس دقة وإرهاق كاللمس والذوق والسمع، وتتحسن الحالة الصحية للمراهق.

ولا يتخذ النمو معدلا واحدا في السرعة في جميع جوانب الجسم، وكذلك تؤدي سرعة النمو هذه إلى فقدان القدرة على الحركة، ويؤدي ذلك إلى اضطراب سلوك الحركة، وكذلك يلاحظ زيادة إفرازات بعض الغدد وضعف بعضها الآخر (عبد الرحمان العيسوي، 1995، صفحة 42).

1-4-3- النمو الجنسي: تتميز هذه المرحلة بسرعة النمو وكثرة التغيرات الجسمية الخارجية والداخلية حيث يرى إبراهيم أسعد أنه "يمكن تلخيص التغيرات التي تحدث في نشاط الفحص الأمامي من الغدة النخامية لإفراز نوعين من الهرمونات أحدهما يهيمن على تحديد حجم الجسم ونسب أعضائه، والآخر خاص بتبنيه المناسل، فإذا نبهت هذه الأخيرة فإنها تفرز هرمونات خاصة تختلف في الذكر عنها في الأنثى. (ميخائيل إبراهيم أسعد، 1991، صفحة 228).

في هذه المرحلة تنمو الغدد الجنسية "Sexuel glands" وتصبح قادرة على أداء وظائفها في التناسل وهذه الغدد هي المبيضين عند الأنثى ويقومان بإفراز البويضات، أما الغدد لتناسلية عند الذكر فهي الخصيتان وتقوم بإفراز الحيوانات المنوية والهرمونات الجنسية، ويصاحب النضج الجنسي ظهور مميزات أخرى يطلق عليها اصطلاح "الصفات الجنسية الثانوية" فعند البنات تنمو عظام الحوض بحيث تتخذ شكل حوض الأنثى، واختزان الأرداف ونموها ونمو الشعر فوق العانة وتحت الإبطن وكذلك نمو أعضاء أخرى كالرحم والمهبل والتدبين وتبدأ دورة الحيض (عبد الرحمان العيسوي، سيكولوجية النمو، دراسة في نمو الطفل والمراهق، 1987، صفحة 36).

أما عند الذكور فأبرز التغيرات في هذا الصدد، تغيرات الصوت نتيجة النمو السريع للحنجرة وإستطالة الأحبال الصوتية المشدودة عليها، كذلك تبدأ بالظهور بعض الشعيرات على جانبي الذقن وعلى الجانب العلوي من الصدعين أما الأذنين مباشرة، كما يصبح الشعر النابت على الشفة العليا أكثر خشونة (ميخائيل إبراهيم أسعد، 1992، صفحة 230).

فالنمو عند البنات يبدأ في العاشرة والنصف تقريبا، ويصل المعدل أقصاه في سن الثانية عشر بينما يتأخر الأولاد بسنتين على الأقل في البداية، أما السن الذي يصل فيه الطول أقصاه فيتوقف على ظروف البيئة التي يعيش فيها المراهق، ويبدأ في مرحلة المراهقة نمو طول الساقين ثم بعد ذلك الجذع والإكتمال يكون في اليدين والرأس والأقدام، وآخر جزء هو الأكتاف (محمد خليفة بركات، 1984، الصفحات 33-34).

1-4-4-4- النمو النفسي والانفعالي: نستطيع أن نفهم خصائص النمو الانفعالي عند المراهق عندما نتحدث عن طبيعة الفترة وعلاقتها بالثقافة التي يعيش فيها المراهق، فمن ناحية تعتبر فترة المراهقة فترة انتقالية يعبر فيها الفرد من الطفولة إلى الرشد، ويضمن ذلك مواقف متناقضة في حياة المراهق، من ناحية أخرى يتوقف إلى أن ينمو ويقف على رجليه ليصبح كبيراً ومستقلاً كالكبار الراشدين وفيها يبين هذا وذلك، يقع المراهق في تناقضات قد تكون عنيفة أحياناً، وقد تكون عبارة عن مجرد نقاط تحول أشبه بمفترق الطرق في أغلب الأحيان لكنه في جميع الأحوال لا يملك إلا أن يعيش هذا التناقض بكل مشاعره برغم ما يسببه هذا التناقض من إضطراب.

ومن أهم الخصائص التي تميز النمو الانفعالي للمراهق نجد:

- العنف وعدم الاستقرار، فالمراهق خاصة في الفترة الأولى من المراهقة قد يثور لأتفه الأسباب شأنه في ذلك شأن الصغار.
- التلقائية المزاحية، قد تعتري الأفراد من يوم لآخر ولكن هذا التقلب يظهر عند المراهق بدرجة أشد وعلى فترات متقاربة.
- الاضطراب الانفعالي، الذي يعانيه المراهق خاصة مشاعر القلق الذي يكون سبباً في تأخره الدراسي، فالطفل عادة يكون غير متزن لا يثبت على حال، غير قادرة على تركيز فكره في أي شيء مدة طويلة، كما يصرف جزء من وقته في التحكم في انفعالاته المضطربة ونتيجة لهذا يضطرب عمله الدراسي مهما كان ذكاًؤه (عبد الرحمان العيسوي، سيكولوجية النمو، دراسة في نمو الطفل والمراهق، 1987، صفحة 48)، وأفضل وسيلة يراها تخدم حالته النفسية هي ميله إلى ممارسة رياضة معينة، في هذه المرحلة نجد أن إنفعالات المراهق متقلبة وغير مستقرة وتتذبذب بين الهدوء والثورة، وبين الإنسراح والإنقباض، وبين الشعور بالرضا والسعادة وبين السخط والشقاء، ولذلك يقال أن المراهق شخص متقلب المزاج، وتختلف حالته النفسية من وقت لآخر، بحسب ما يدور في ذهنه من تصورات وأفكار ومشكلات، ونلاحظ على المراهق مشاعر الثورة والغضب والتمرد نحو مصادر السلطة في الأسرة والمدرسة والمجتمع، خاصة تلك التي تحول بينه وبين تطلعه إلى التحرر والاستقلال، ومعروف أن الغضب من أهم أعراض الحساسية الانفعالية (حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو و الطفولة، 1995، صفحة 263).

1-4-5- النمو الاجتماعي: يميل المراهق في السنوات الأولى من المراهقة إلى مسايرة الجماعة التي ينتمي إليها، فيحاول جاهداً الظهور بمظهرهم والتصرف بمثل تصرفهم وتتميز هذه المسايرة بالصراحة التامة والإخلاص، ثم يحل محل هذا الإتجاه إتجاه آخر يقوم على أساس من تأكيد الذات، والرغبة في

الاعتراف به كفرد يعمل وسط جماعة، ويرجع ذلك إلى وعيه الاجتماعي، ونضجه العقلي، وما يصاحب ذلك من زيادة في خبراته، وفي منتصف المراهقة يسعى المراهق بأن يكون له مركز بين جماعته فيميل دائما إلى القيام بأعمال تلفت النظر إليه بوسائل متعددة مثل ارتداء زاهية الألوان ومصنوعة على أحدث طراز (عصام نور سرية، 2002، صفحة 25).

في السنوات الأخيرة لمرحلة المراهقة يشعر المراهق بأن عليه مسؤوليات نحو الجماعة أو الجماعات التي ينتمي إليها، ولذلك يحاول جاهدا أن يقوم ببعض الخدمات والإصلاحات بغية النهوض بأفراد تلك الجماعة، وكذلك يتميز سلوك المراهق في الرغبة لمقاومة السلطة الممثلة في الأسرة والمدرسة أو المجتمع العام، للخروج إلى عالم الأصدقاء والزملاء، وهو عالم مليء بالاتجاهات الحديثة ممثلة في الحرية والاستقلال والتحرر من التبعية الطفيلية (عصام نور سرية، 2002، صفحة 26).

1-4-6- النمو الفيزيولوجي: يقصد بالنمو الفيزيولوجي نمو الأجهزة الداخلية للجسم أثناء البلوغ وبعده، حيث يحدث نمو للجهاز الدوري والجهاز التنفسي والجهاز الهضمي والجهاز العصبي، والغدد الصماء المرتبطة بالنضج الجنسي.

إن كانت أهم ظاهرة للنمو الفيزيولوجي هي النضج الجنسي، ويتوقع أن يختلف هذا الأخير عند الإناث عنه عند الذكور (مجدي محمد الدسوقي، 2003، صفحة 152).

1-4-7- النمو العقلي: من المعروف أن النمو العقلي لا يزداد بمعدل ثابت خلال سنوات عمر الفرد، حيث يكون سريعا خلال السنوات الخمس الأولى من حياة الطفل، ثم يبطئ بالتدريج بعد ذلك، وفي مرحلة المراهقة يكتمل التكوين العقلي للفرد فتظهر القدرات الخاصة، وينمو الذكاء (القدرة العقلية العامة) نموا مضطربا، ويقف هذا النمو خلال سن معينة من هذه المرحلة، ويختلف علماء النفس في تحديدهم للسن التي يقف عندها نمو الذكاء، بينما يرى بعضهم أن السن الخامس عشر هو الحد الأعلى الذي يتوقف عنده نمو الذكاء، فبينما تؤكد الدراسات الحديثة أن الذكاء يتوقف فيما بين 16 و18، وهذا يعني أن الذكاء يصل إلى حده الأعلى خلال مرحلة المراهقة، كما تؤكد هذه الدراسات أيضا أن الفروق الفردية في هذه القدرة العقلية العامة تظهر بشكل واضح خلال هذه المرحلة، تتميز هذه المرحلة أيضا بظهور القدرات النوعية أو الخاصة مثل القدرة الموسيقية، والقدرة الميكانيكية، والقدرة الفنية... الخ، وترتبط هذه القدرات بنجاح الفرد في مهنة معينة أو في نوع معين من الدراسة (مجدي محمد الدسوقي، 2003، صفحة 173).

فالقدرة على التفكير التجريدي ترتبط ارتباطا وثيقا بفهم العلاقات الكيفية بالأشياء وتشكل الجانب الهام والضروري من النضج الذهني والعاطفي والخلقي (كمال الدسوقي، 1979، صفحة 241).

من أبرز خصائص النشاط العقلي في فترة المراهقة أيضا أنه يأخذ في البلورة والتركيز حول نوع معين من النشاط كأن يتجه المراهق نحو الدراسة العلمية أو الأدبية بدلا من تنوع نشاطه واختلاف اهتمامه فبعد أن كانت قدرته على الإلتباه محدودة وكانت المدة التي يستطيع أن يركز انتباهه فيها نحو موضوع معين محدودة أيضا يصبح قادرا على تركيز انتباهه لمدة طويلة.

وفي هذه المرحلة أيضا يصبح خيال المراهق خيالا مجردا، أي مبنيا على استخدام الصورة اللفظية وعلى المعاني المجردة (عبد الرحمان العيسوي، سيكولوجية النمو، دراسة في نمو الطفل والمراهق، 1987، صفحة 40).

الانتباه: رغم الأزمة التي يمر بها المراهق فإن انتباهه يزداد بشكل واضح في مداه ومدته ومستواه وعليه يستطيع المراهق استيعاب مشكلات طويلة ومعقدة.

الإدراك: فيه الإدراك إلى إدراك العلاقات المجردة الغامضة والزمانية ولهذا التطور نجده يرفض قبول الأفكار الجاهزة التي يقوم عليها البرهنة والإقناع.

التفكير: يمتاز المراهق بالتجريد والمنطق واتخاذ سلوك الاستدلال والاستتساخ والتحليل والتركيب. **التذكير:** تنمو عملية التذكر في المراهقة وتنمو معها قدرة الفرد على الاستدعاء والتعرف كما تقوى الذاكرة ويشبع المدى الزمني.

التخيل والذكاء: وهو حصيلة النشاط العقلي كله أو القدرة العقلية التامة.

1-4-8- النمو الحركي: يتفق معنى النمو الحركي إلى حد كبير مع المعنى العام للنمو من حيث كونه مجموعة من التغيرات المتتالية التي تسير حسب أسلوب ونظام مترابط متكامل خلال حياة الإنسان. يقول الدكتور أسامة كامل راتب: " هذا وتجدر الإشارة إلى أن مصطلح "Motor" عندما يستخدم بمفرده في المراجع الأجنبية المتخصصة في مجال النمو الحركي، فإنه يعني التركيز على العوامل البيولوجية والميكانيكية المؤثر في الحركة" (أسامة كامل راتب، 1990، صفحة 34)، ويضيف قائلا: " بل يأتي عادة مقترنا بكلمة أخرى مضافا إليها أو سابقا لها، ومن أمثلة المصطلحات التي يكون مضافا إليها نجد:

1- النفس الحركي Psycho Motor

2- الحس الحركي Sensori Motor

3- الإدراك الحركي Perceptual Motor

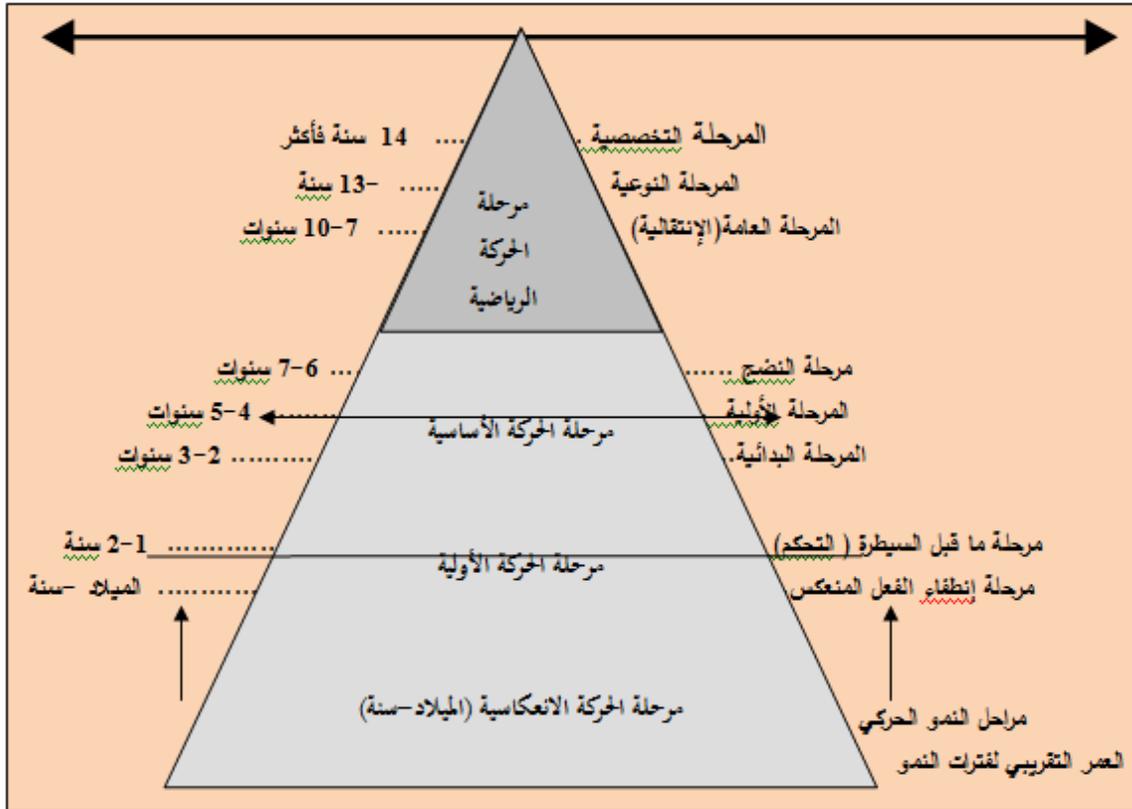
وهذه المصطلحات شائعة الاستخدام في مجال التربية وعلم النفس.

أما المصطلحات الشائعة الاستخدام في مجال التربية البدنية والرياضية فنجد:

1- النمو الحركي Motor Development

2- التعليم الحركي Motor Learning

2- التحكم الحركي Motor Control (أسامة كامل راتب، 1990، صفحة 34).



الشكل رقم 1: يمثل أطوار النمو الحركي والعمر التقريبي لفترات النمو.

يوضح الشكل المراحل الرئيسية التي يمر بها الطفل أثناء نموه الحركي، حيث تتضمن المراحل الرئيسية والمراحل السنوية التي توافقها وهذا ما يتبين في مرحلة الحركة الانعكاسية التي توافق من الميلاد إلى بلوغ السنة، مرحلة الحركة الأولية وهي تنقسم إلى مرحلة انطفاء الفعل المنعكس من الميلاد، ثم تليها مرحلة ما قبل السيطرة (التحكم) أي من سنة إلى سنتين، مرحلة الحركة الأساسية والمتمثلة في المرحلة البدائية التي نجدها في حدود 2-3 سنوات، المرحلة الأولية من 4 إلى 5 سنوات ثم مرحلة النضج من 6-7 سنوات وأخيراً مرحلة المهارات الحركية المرتبطة بالنشاط الرياضي وتنقسم إلى المرحلة العامة (الانتقالية) من 7-10 سنوات ثم المرحلة النوعية 11-13 سنة وبعدها

المرحلة التخصصية من 14 سنة فأكثر، وبذلك فإن كل مرحلة تعتبر مقدمة ضرورية للمرحلة التي تليها.

***خصائص التغيرات التي تطرأ على النمو البدني والحركي:** النمو هو عبارة عن سلسلة متتابعة ومتماسكة من التغيرات التي تهدف إلى غاية واحدة وهي اكتمال النضج، وهي عملية مستمرة طوال حياة الإنسان، لكن السؤال الذي يتبادر في أذهاننا هو: ما هي الخصائص المميزة لتلك التغيرات التي تطرأ على النمو البدني والحركي؟

وقد كانت الإجابة عن هذا السؤال على ضوء الخصائص الخمسة التالية التي ذكرها كل من كيوف "Keoph" وكوب "Kopp" عام 1978م.

أولاً: الإضافة: يعتبر التغير من حيث هو نوع من الإضافة عبارة عن ظهور سلوك (أ) في زمن معين، ثم يظهر سلوك (ب) في وقت لاحق، ويساهم السلوك (أ) و (ب) في استجابات أكثر تنوعاً. ومثال ذلك: عندما يستطيع الطفل القبض على الأشياء باستخدام الإبهام بدلاً من الاقتصار على استخدام راحة اليد أو الأصابع الأخرى فقط.

ويعتبر استخدام الإبهام هنا نوعاً من ظهور سلوك جديد، بالإضافة إلى السلوك الموجود فعلاً (القبض على الأشياء براحة اليد أو الأصابع فقط)، ويسمح هذا السلوك الجديد، لأداء مهارات متنوعة للقبض على الأشياء، لم تكن موجودة من قبل، مثل القدرة على تغيير وضع الأشياء، أو محاولة طي الأوراق. **ثانياً: الإحلال:** يعتبر التغيير من حيث هو نوع من الإحلال سلوك (2) مكان سلوك (1)، على أن يحدث ذلك تدريجياً، وقد يكمل أحدهما الآخر، ومثال ذلك إحلال الحركات الانتقالية من الوضع الرأسي كالمشي، مكان الحركات الانتقالية من الوضع الأفقي مثل الزحف والحبو.

ثالثاً: التعديل: يعتبر التغير من حيث هو نوع التعديل عبارة عن المظهر الكيفي للتغير، حيث يرتبط التغير بنوعية السلوك، وليس نوعه، ويتضمن التعديل تنقيح السلوك (1) ليصبح سلوك (2). ومثال ذلك تعديل السلوك الحركي للمشي من حركات تتسم بقصر مسافة الخطو، وتصلب حركات الرجلين، وملامسة الأرض بجميع أجزاء القدم إلى حركات تتميز باتساع مسافة الخطو، وانسيابية حركات الرجلين، وملامسة الكعب أولاً للأرض يتبعها بقية أجزاء القدم.

رابعاً: التضمين: يعتبر التغير من حيث هو نوع من التضمين عبارة عن استخدام السلوك (1) كمكون للسلوك (2) بحيث ينتج عن ذلك سلوك متطور مع إحفاظ السلوك (1) باستقلاليتته. ومثال ذلك عندما يربط الطفل بين الأنماط الحركية الوحيدة مثل الجري والقفز فوق عوائق بسيطة أو مسافة قصيرة، فذلك يتطلب معرفة الطفل بنوعي السلوك (1) و (2) أي معرفة الجري.

وبالرغم أنهما معا يمثلان أداء متطورا فإن كلا من الجري والقفز يمثل مهارة مستقلة بذاتها.

خامسا: التوسط: يعتبر التغيير من حيث هو نوع من التوسط عبارة عن استخدام السلوك (1) كوسيلة للتأثير على السلوك (2) دون أن يصبح جزءا منه.

ومثال ذلك عندما يستخدم الطفل بمهارة المشي كوسيلة لاستكشاف البيئة المحيطة به (أسامة كامل راتب، 1990، صفحة 38).

يمكن أن نشير من خلال عرضنا لهذه الخصائص الخمس أن التغيير كما عرفنا يحدث بنسب متفاوتة ومختلفة وهذا الاختلاف يتغير بحسب تغير مراحل النمو.

← **الارتباك الحركي العام:** نلاحظ أن حركات المراهق التي كانت تتميز بالتناسق والانسجام والسهولة التي اكتسبها في غضون المراحل السالفة يعترئها الكثير من الاضطراب والارتباك، وأبلغ مثال على ذلك ما نلاحظه على المراهق في أثناء المشي والجري.

أ- **الإفتقار للرشاقة:** تتميز حركات المراهق بافتقارها لصفة الرشاقة، ويتضح ذلك جلي بالنسبة لتلك الحركات التي تتطلب حسن التوافق لمختلف أجزاء الجسم.

ب- **نقص هادفية الحركات:** لا يتوافر للمراهق تنظيم حركاته لمحاولة تحقيق هدف معين، إذ يمكن ملاحظة أن حركات أطرافه لا تخضع لصفة الانتظام، ولا يستطيع حسن التحكم فيها بصورة حسنة، وخاصة بالنسبة لحركات الجسم التي تسهم فيها حركات الذراعين والساقين، فترى عدم استطاعة المراهق توجيه حركات أطرافه لتحقيق هدف معين أو القدرة على أداء بعض أنواع الأنشطة الرياضية.

ج- **الزيادة المفرطة في الحركات:** كثيرا ما نجد أن الحركات العادية للمراهق ترتبط بدرجة كبيرة ببعض الحركات الجانبية الزائدة، كما تتسم مدى وحجم الحركات بالزيادة غير الضرورية، ويتضح ذلك عند ملاحظة حركات اليدين للمراهق في غضون الجري، وتعني تلك الزيادة الواضحة في حركات المراهق عدم قدرته على الاقتصاد الحركي ونقص في هادفية الحركات.

د- **إضطراب القوى المحركة:** في بعض الأحيان يجد المراهق صعوبة بالغة في استخدام قوته لكي تتناسب الواجب الحركي، فتراه يؤدي الكثير من الحركات باستخدام قدر كبير من التوتر والتقلص واستخدامه للعضلات المانعة للحركات بصورة واضحة، ويعني هذا افتقاره للاقتصاد في الجهد وعدم قدرته على ضبط القوى المحركة للعضلات، وأحيانا أخرى يمكن ملاحظة أن حركات المراهق تتميز بالرخاوة.

ه- نقص في القدرة على التحكم الحركي: على العكس من المرحلة السالفة نجد أن المراهق يجد صعوبة في إكتساب بعض المهارات الحركية الجديدة، كما أن التدريب المتكرر لا يحقق في غالب الأحيان ما يرجى له من نتائج.

1-5- أشكال المراهقة: الواقع أنه ليس هناك نوع واحد من المراهقة، فلكل فرد نوع خاص حسب ظروفه الجسمية والاجتماعية والمادية وحسب استعداداته الطبيعية.

فالمراهقة تختلف من فرد إلى فرد، ومن بيئة جغرافية إلى أخرى، ومن سلالة إلى سلالة، كذلك تختلف باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في وسطها المراهق فهي في المجتمع البدائي تختلف عنها في المجتمع المتحضر، كذلك تختلف في مجتمع المدينة عنها في الريف كما تختلف في المجتمع الذي يفرض الكثير من القيود والأغلال على نشاط المراهق عنها في المجتمع الحر الذي يتيح للمراهق فرص العمل والنشاط وفرص إشباع الحاجات والدوافع المختلفة.

فقد دلت الأبحاث التي أجرتها "مارجريت مد M.Med" وهي من علماء (الأنثروبولوجيا الاجتماعية) أنه في المجتمعات البدائية ينتقل الطفل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرجولة مباشرة أما في المجتمعات المتحضرة فقد أسفرت الأبحاث على أن المراهقة تتخذ أشكالا مختلفة (عبد الرحمان العيسوي، علم نفس النمو، 1995، الصفحات 42-44)

- مراهقة سوية خالية من المشكلات والصعوبات.

- مراهقة إنسحابية: حيث ينسحب المراهق من مجتمع الأسرة ومن مجتمع الأقران ويفضل الانعزال والإنفراد بنفسه حيث يتأمل ذاته ومشاكله.

- مراهقة عدوانية: حيث يتسم سلوك المراهق فيها بالعدوان على نفسه وعلى غيره من الناس والأشياء، ونجد عند كل من "مجدي الدسوقي وميخائيل معوض" أشكال من المراهقة وهي:

1-5-1- المراهقة المتكيفة: فيها يتميز سلوك المراهق بالهدوء النسبي والاتزان الانفعالي، وتكوين علاقة طيبة بالآخرين، وعدم التمرد على الوالدين أو المدرسين وفيها يشعر المراهق بمكانته في الجماعة وبتوافقه معها، ولا يسرف في أحلام اليقظة أو غيرها من الاتجاهات السلبية، ولا يكثر التفاهم أو يطيل التفكير في مشكلاته الخاصة أو الذاتية ولا تستولي المسائل الدينية أو المسائل الفلسفية على تفكيره إلا نادرا، وفي هذا الشكل من المراهقة نجد أن سلوك المراهق يميل نحو الاعتدال في كل شيء، ونحو الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات (مجدي محمد الدسوقي، 2003، صفحة 148).

1-5-2- المراهقة الإنسحابية المنطوية: وفيها يتميز سلوك المراهق بالانطواء، والعزلة، والشعور بالعجز أو النقص، ولا يكون له مخارج ومجالات خارج نفسه، عدا أنواع النشاط الانطوائي مثل قراءة

الكتب الدينية، أو كتابة المذكرات التي يدور أغلبها حول إنفعالاته، وإنشاداته للصور المحيطة، والنظم الاجتماعية، والثورة على أسلوب تربية الوالدين، كما ينتابه الكثير من الهواجس وأحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات حرمانه من الملابس أو المأكّل أو الجنس أو المركز المرموق (مجدي محمد الدسوقي، 2003، صفحة 148).

1-5-3- المراهقة المتمردة العدوانية: مراهقة متمردة نائرة تنسم بأنواع السلوك العدواني الموجه ضد الأسرة والمدرسة وأشكال السلطة في المجتمع، وتنسم كذلك بالمحاولات الانتقامية ومحاولات التشبه بالرجال، والأساليب الإحتيالية في تنفيذ رغبة المراهق ومآربه (خليل ميخائيل معوض، سيكولوجية النمو الطفولة و المراهقة، 1994، صفحة 450).

1-5-4- المراهقة المنحرفة: وفيها يتميز سلوك المراهق بالانحلال الخلقي التام أو الانهيار النفسي الشامل، وتتفق العوامل المسئولة عن حدوث هذا الشكل مع الشكلين السابقين، مع إشتداد في درجة هذه العوامل، مع إضافة عوامل أخرى منها: مرور المراهق بخبرة شاذة مريرة أو صدمة عاطفية عنيفة لونت تفكيره ووجدانه بلون قاتم متشائم، إلى جانب إنعدام الرقابة الأسرية وتخاذلها وضعفها، إلى جانب القسوة الشديدة في معاملة المراهق وتجاهل رغباته وحاجاته وتدليله الزائد، وتكاد الصحة السيئة عاملاً مشتركاً (مجدي محمد الدسوقي، 2003، صفحة 149).

1-6- الخصائص والمميزات الفيزيولوجية للمرحلة (12-15 سنة): إن مظاهر النمو الفيزيولوجي التي تطرأ على المراهق ذات أثر كبير على سيكولوجية المراهقين، وإن اكتمال غدد الجنس ذي أثر بالغ على الجسم وعلى الحالة المزاجية والنفسية للمراهقين ويمكن أن نخلص هذه التغيرات فيما يلي:

- تغيرات في غدد الجنس وهي مبيضات الأنثى والخصيتين عند الذكر والحيوانات المنوية ويصاحب ذلك نمو الأعضاء الجنسية.
- تغيرات في إفراز الغدد الصماء فنجد أن هرمونات الغدد النخامية له أثر كبير على النمو عادة وعلى هرمونات الغدد الجنسية ونمو العظام خلال مرحلة المراهقة.
- تغيرات في إفراز الغدد فوق الكلوية (الكظرية) وخاصة الفترة التي تؤثر في النمو الجنسي وكل هذه الغدد الصماء تصب إفرازها في الدم (محمود عبد الحليم منسي و عفاف بنت صالح، ب.ت، صفحة 198).
- الغدد العرقية تزداد إفرازها في هذه المرحلة وهو ما يجعل المراهق أكثر تعرقاً من غيره وبعد استقرار النمو العام للفتى ترجع إفرازات الغدد العرقية إلى حالتها الطبيعية.

• تغيرات عضوية في الأجهزة الداخلية فيزداد حجم القلب وسعته، وكذلك زيادة ضغط الدم الذي يحدث عنه حالات مختلفة من صداع وتوتر وقلق ونلاحظ زيادة سعة المعدة.
 مما يؤدي إلى زيادة شهية المراهق والذي يؤدي إلى تذبذب التمثيل لديه، أما بالنسبة للجهاز العصبي فلا يتأثر تأثيراً كبيراً في نموه نظراً لأن الجهاز العصبي تكون خلاياه قد اكتملت في نموها من بداية حياة الطفل، كما قد يواجه المراهق تضخم صوته وتغييره على نحو فجائي دون استقراره على نغمة واحدة (خليل ميخائيل معوض، سيكولوجيا النمو، ب.ت، صفحة 335).

1-7- الخصائص والمميزات النفسية للمرحلة (12-15 سنة): إن الزيادة المفاجئة في الشكل والتغيرات الجسمية السريعة في هذه الفترة بالإضافة إلى المعاملة المتناقضة التي يتلقاها من الآخرين وحساسية المراهقة نحو نمو جسمه أو ذاته، وهذا يؤثر في عملية توافقه وتكيفه مع الآخرين، وقد تؤدي حساسية المراهقة الشديدة إلى الإنسحاب والانطواء من المواقف (محمود عبد الحليم منسي و عفاف بنت صالح، ب.ت، صفحة 202).

كذلك يتعرض المراهق إلى الإضطراب النفسي بسبب الدوافع النفسية المتضاربة التي لا يتم فيها التناسق والتكامل مما يسبب له مشاعر التناقض الوجداني أو ثنائية المشاعر التي تتخلص في تذبذب وعدم استقرار مشاعره، كأنه يشعر بالانجذاب والنفور والحب والكرهية والرضا والسخط إزاء نفس الموضوعات والمواقف، ويتعرض بعض المراهقين إلى حالات الإكتئاب والبؤس والقنوط والانطواء والحزن والآلام النفسية نتيجة لما يلقونه من إحباط وصراع بين الدوافع وبين تقاليد المجتمع ومعايير (حامد عبد السلام زهران، علم نفس النمو، 1998، صفحة 273).

1-8- المراهق والنشاط البدني الرياضي: للنشاط البدني والرياضي فائدة كبيرة في تثبيت مشاكل المراهقين عن طريق الألعاب والممارسة الرياضية خاصة الجماعية، حيث كلما كانت جماعية كلما إزداد التواصل والإحتكاك الذي يساهم في تجاوز الإنعكاسات والمشاكل والأزمات المصاحبة لمرحلة المراهقة.

يساهم النشاط البدني الرياضي أيضاً في خلق حالة من الاستقرار النفسي والاتزان العاطفي لدى الفرد كما يمكنه من أداء دوره في المجتمع بشكل فاعل ومتميز (محمد رفعت، 1989، صفحة 91).
 يساعد النشاط البدني الرياضي أيضاً المراهق على التعرف على قدراته البدنية والعقلية ويكشف خلالها عن مواهبه إضافة إلى إكتسابه السلوك السوي، حيث أن النشاط البدني الرياضي المدرسي وسيلة تربوية لها التأثير الإيجابي على سلوك التلميذ المراهق فهي تغنيه بالمعارف والمعلومات والممارسات الإيجابية والعادات الصحيحة والروح الرياضية مثل الإلتزام بتطبيق القوانين الخاصة بقواعد اللعب،

تحمل المسؤولية، التنافس في سياق التعاون، لذا يجب على المربي الرياضي تقديم أنشطة رياضية وفق قواعد تربوية تؤكد على إظهار الجوانب الايجابية للسلوك واكتساب القيم الأخلاقية.

كما أن النشاط البدني يعمل على صقل المواهب وتحسين القرارات الفكرية وممارستها بصفة دائمة ومنظمة وتؤدي إلى إبتعاد التلاميذ على الكسل والشعور بالملل والضجر كما تملأ وقت الفراغ الذي يضيع من يد المراهق كل يوم (أسامة كامل راتب إ. و إبراهيم عبد ربه خليفة، 1999، الصفحات 126-127).

1-9- المراهق وتطوير القدرات البدنية: أثناء مرحلة البلوغ يمر اللاعب بمجموعة من المتغيرات الفيزيولوجية التي تؤثر على قدراته الرياضية، لذا على المدرب أن يكون مدرك بهذه التغيرات حتى يستطيع تخطيط التدريب والإستفادة لأقصى درجة من هذه المراحل لتطوير القدرات العضلية والعضوية للاعب مع تجنب القدرات التي ينصح بعدم العمل عليها في تلك المرحلة السنوية البيولوجية.

تعتبر مرحلة البلوغ من أهم المراحل السنوية لتطوير المداومة الهوائية والمداومة العضلية حسب (Weineck 1990) نظرا للتطورات والتغيرات التي تحدث في جسم اللاعب كزيادة طول الألياف العضلية وتطور تجويف البطن الذي يخفض من نبضات القلب لكن مع الرفع من إنقباضات القلب ما يساهم في رفع القدرة الهوائية، والذي يعتبر تحسينها جد مهم كونها تعتبر القاعدة لتطوير جميع القدرات البدنية الأخرى، كما أن للمداومة الهوائية دور في تسريع عملية الإسترجاع بين الحصص التدريبية وبين المقابلات (في حالة دورة) أما (Gionet 1990) فيرى أن المداومة العضلية تكون مقدمة وقاعدة لأي برنامج في تقوية العضلات إضافة إلى أن للمداومة العضلية دور في تجنب التعب في نهاية المقابلات.

تمثل مرحلة البلوغ المرحلة الأهم في تطوير المرونة وهذا لأن التغيرات الفيزيولوجية التي تحدث في جسم اللاعب تكون مسؤولة عن قابلية الإنبساط في العضلة وهذا حسب (Tanguay 1987) الذي يرى أنه يجب التركيز في التدريب على تدريب مرونة العمود الفقري وعضلات الفخذ، وهذا نظرا لأهمية تطوير هذه القدرة في تجنب الإصابات، كما أنها تساعد في تطوير قدرات التنسيق لتعلم الحركات التقنية (Weineck 1990).

تتميز مرحلة المراهقة بزيادة في نمو الكتلة العضلية وهي مرحلة جد مهمة لتطوير القوة العضلية والقدرة العضلية (force vitesse) وكذلك التنسيق الحركي (Tanguay 1987) كما أنه يمكن الرفع من العمل اللاهوائي نظرا لتأثير هرمون " التيستوستيرون " وهذا نظرا للتغيرات الفيزيولوجية. كما تحتل

السرعة دور مهم في هذه المرحلة الذهبية كونها تؤثر بصفة مباشرة على التدريب التقني التكتيكي في الكرة الطائرة مثلها مثل القدرات الأخرى (Weineck 1990).

وفيما يلي نذكر القدرات البدنية التي يجب تطويرها في الكرة الطائرة حسب (Tanguay 1987):

◀ مداومة الهوائية.

◀ مداومة القوة (مقاومة ضعيفة 30% على الأكثر).

◀ المرونة.

◀ النظام اللاهوائي.

◀ القوة العامة.

◀ المرونة.

◀ السرعة الحركية+التنسيق.

◀ الرشاقة.

1-9-1 مراحل تطوير القدرات البدنية في سن المراهقة: من المعلوم أن القدرات البدنية التي سبق ذكرها في العنوان السابق لا يمكن تدريبها في وقت واحد لهذا هنا سوف نحاول إيضاح الفترات التي يجب العمل فيها على تطوير هذه القدرات في إطار خطة سنوية للتدريب والمنافسة (Macrocycle d'entraînement et de compétition) هذه الخطة تشمل ثلاث مراحل رئيسية: تحضيرية، مرحلة المنافسة، مرحلة إنتقالية لهذا فالتقسيم الحالي لمرحل التدريب يعطينا ما يلي:

⊖ الفروع الطاقوية:

- المرحلة التحضيرية 1: المداومة الهوائية والقدرة الهوائية القصوى.
- المرحلة التحضيرية 2: السرعة المثلى لتنفيذ تسلسلات مهارية في توقيت وفضاء معين للعب.
- مرحلة المنافسة الرئيسية: المداومة الخاصة للكرة الطائرة.

⊖ القوة:

- المرحلة التحضيرية 1: القوة العامة و القصوى.
 - المرحلة التحضيرية 2: القوة المقرونة بالسرعة (الإبتدائية والإنفجارية).
 - مرحلة المنافسة الرئيسية: المحافظة على القوة العضلية المكتسبة.
- هذه الطريقة في العمل تطبق في مختلف المراحل السنوية للاعب وهذا بأخذ في عين الإعتبار طبيعة تركيب المنافسة في الكرة الطائرة أي خصوصية اللعبة من الجانب التقني وذلك نظرا للتشابه بين القدرات من حيث التطوير.

10-1- مشاكل المراهقة: من أبرز المشاكل التي تبرز في مرحلة المراهقة، عدم التوافق مع البيئة وانحرافات الأحداث من اعتداء وسرقة وتحدث هذه الانحرافات نتيجة لحرمان المراهق المنزل والمدرسة من العطف والحنان والرعاية والإشراف وعدم إشباع رغباته، وكذلك نتيجة لعدم تنظيم أوقات الفراغ لذلك يجب تشجيع النشاط الترويحي الموجه والقيام بالرحلات والاشتراك في النشاطات، الساحات الشعبية والأندية.

ينتج عن النمو السريع لأعضاء جسم المراهق إحساس بالخمول والكسل والتراخي وكذلك تؤدي سرعة النمو على أن تصبح المهارات الحركية غير دقيقة، فقد يسقط من يد المراهق شيء يحمله دون أن يكون ذلك نتيجة إهمال أو التفسير ومع ذلك يلقي الكثير من اللوم والتأنيب من جانب الكبار ومن بين هذه المشكلات النفسية التي تظهر في المراهقة أيضا أنه كثيرا ما يعترض المراهق حالات من اليأس والحزن والألم التي لا يعرف لها سببا فالمراهق طريد الكبار والصغار، إذا تصرف كالطفل صخر منه الكبار وإذا تصرف كالكبار أيده أيضا، وعلاج هذه الحالة تكون بقبول المراهق في مجتمعات الكبار وإتاحة الفرص أمامه للاشتراك في نشاطاتهم ويتحمل المسؤوليات التي تتناسب مع قدراته.

ومن أهم المشكلات التي يعانها المراهق أيضا الإصابة بأمراض النمو مثل: فقر الدم، تقوس الظهر، قصر النظر، وذلك مرجعه للنمو السريع المتزايد في جسم المراهق، ويصاب ببعض هذه الأمراض ولتجنب هذه الأمراض يجب العمل على توفير الغذاء الصحي الكافي للمراهق، أما حالات تقوس الظهر فإنها تنتج من إتباع عادات سيئة خاصة القراءة عن قرب ولذلك يجب تنبيه المراهق إلى أضرار هذه العادات ومساعدته على تجنبها، ومن المسائل المجدية لحل مشاكل المراهق إشتراكه في المناقشات العلمية التي تتناول علاج مشكلاته، وتعيده على طرح مشاكله ومناقشتها مع الكبار بثقة وصراحة، وينبغي كذلك أن يحاط المراهق علما بالأمور الجنسية عن طريق التدريس العلمي الموضوعي حتى لا يكون فريسة للجهد والضياع (عبد الرحمان العيسوي، 1995، صفحة 48).

11-1- النمو والنضج وعلاقته بالتدريب في الكرة الطائرة: يتميز النمو والنضج عند المراهق بالتطور السريع وهذا نظرا لمختلف التغيرات التي تحدث في الجسم في جميع النواحي، لذا نجد أن هناك ثلاث مراحل أساسية يجب أن يمر عليها لاعب الكرة الطائرة والتي تعتبر ذات أهمية بالغة في مشواره وهي:

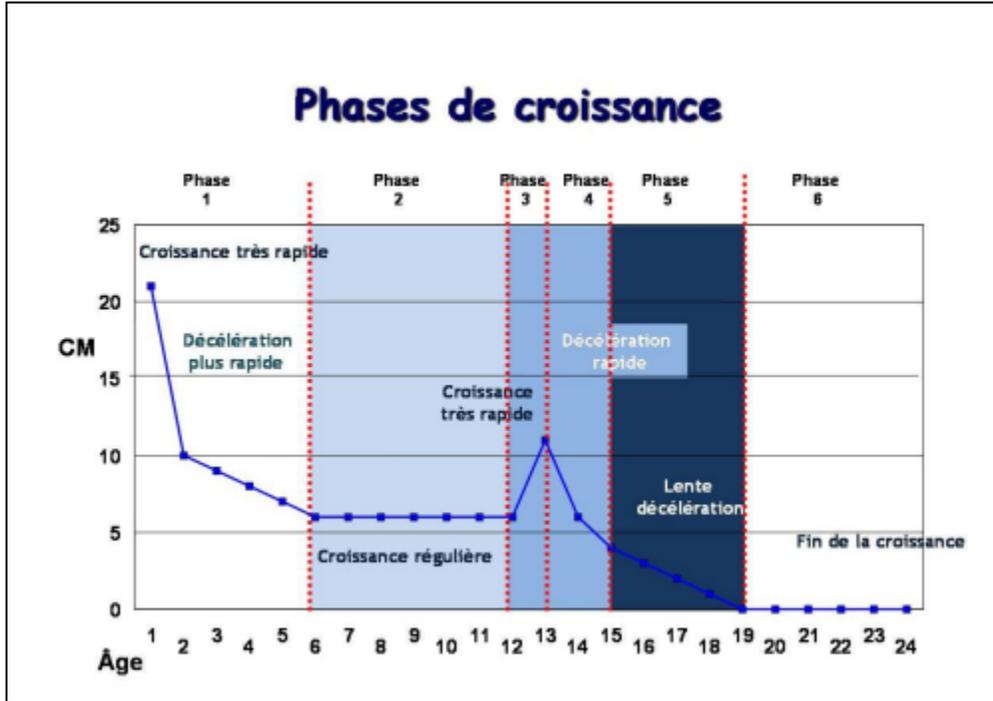
- مرحلة التكوين للممارسة الرياضية.
- مرحلة التحول إلى المشاركة الرياضية.
- مرحلة التخصص الرياضي.

يكون التخصص والتطوير في الرياضات التقنية الفنية كالترحلق على الجليد والجمباز في مراحل سنوية مبكرة، بينما في الكرة الطائرة يكون التخصص متأخر إذ ومن خلال تحليل للفرق المتحصلة على الدورات الأولمبية والبطولات العالمية لوحظ أن متوسط سن لاعبي هذه الفرق هو بين 25-26 سنة فما فوق، فنجد أن كل من المدرسة الأسترالية، الكندية، الألمانية، والإنجليزية يرون أن مرحلة التخصص يجب أن تدوم 10 سنوات لتكوين بطل وهذا الطرح يعززونه بالقول أن التدريب التخصصي للاعب الكرة الطائرة وفق مبادئ التخصص يكون بداية من 15 إلى 16 سنة.

وحسب "Balyi, Istvan, 2009" يعتبر المدرب بمثابة المهندس المسؤول عن تخطيط وتنفيذ البرنامج التدريبي للاعبين من حيث التطوير والمنافسة والإسترجاع، فسن اللاعبين هو بمثابة عامل مهم في معادلة التخطيط بحيث نجد أن معظم المدربين يتفوقون على أن لسن اللاعب دور في تحديد طبيعة ونوعية البرنامج.

1-11-1- النمو: يمثل النمو مختلف التغيرات الملاحظة والتي يمكن قياسها تصاعديا من الناحية المرفولوجية (الطول، الوزن، الأنسجة الدهنية)، معظم الدراسات ترى أن الأطفال يكبرون بحوالي 5 سم كل شهر و2,3 كلغ وهذا إلى غاية طفرة النمو السريع والمفاجئ، في أثناء هذا التطور تصل أعضاء المنطقة السفلية (الرجلين) ذروتها 6 إلى 9 أشهر قبل بلوغ الذراع والكفين والصدر. سن البلوغ يمثل مجموعة الظواهر البدنية والنفسية للإنتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة البلوغ وذلك بالحصول على الطول المثالي والقدرة على الإنجاب، وهذه المرحلة تدوم حوالي 4 سنوات وتتميز بالسرعة في معدل النمو إلى جانب ظهور الخصائص الجنسية الثانوية، سن بداية ظهور هذه التغيرات وسرعة الإنتقال من مرحلة إلى مرحلة يختلف من طفل للآخر، غير أن في غالب الأحيان تتميز هذه التغيرات بالثبات، كما أنه يمكن أن تكون هذه التغيرات مبكرة أو عادية أو متأخرة وهذا يمكن أن يحدث في الفريق الرياضي ويجب أخذه بعين الإعتبار.

المرحلة الأولى لسن البلوغ يكون فيها تطور القدرات البدنية لأقصى الدرجات لكن نلاحظ فيها نقص في مقاومة التعب، وانخفاض في التحكم الحركي وظهور الحركات الغير مرغوب فيها أثناء التنفيذ، أما المرحلة الثانية من سن البلوغ والتي تأتي بعد سنتين من المرحلة الأولى فهي تتميز بتباطؤ في عمليات النمو ونلاحظ تنسيق في أبعاد الجسم وزيادة في الكتلة العضلية وقدرة أكبر على إستيعاب أنماط حركية



الشكل رقم 2: يمثل مراحل النمو (Balyi , Istvan ,2009).

2- التعلم الحركي:

2-1- مفهوم التعلم: يعد التعلم عنصراً أساسياً في نمو الفرد، وإن أشكال سلوكه المميزة لشخصية تكاد تكون كلها متعلمة كما أن ميوله واتجاهاته، وقيمه، ودوافعه المختلفة، ومجالات تذوقه للحياة والأشياء تتوقف على مدى خبرته وتدريبه (جيتس وآخرون، 1962، صفحة 01).

وقد عرف "آرثر جيتس" التعلم على أنه: "تغير في السلوك، والتغير يحدث في الخبرات السابقة، فيضيف عليها أشياء أو يعدل بعضها حتى يتحسن سلوك الإنسان" (جيتس وآخرون، 1962، صفحة 44).

2-2- نظريات التعلم: هناك العديد من النظريات التي حاولت تفسير عملية التعلم، وفيما يلي عرض موجز لنظريات التعلم التالية والتي يمكن الاستفادة منها في تعلم المهارات الحركية والتدريب عليها وإتقانها.

- * نظرية التعلم بالارتباط الشرطي.
- * نظرية التعلم بالمحاولة والخطأ.
- * نظرية التعلم بالاستبصار.
- * نظرية التحكم الذاتي.

* نظرية معالجة المعلومات.

* نظرية التعلم الاجتماعي (جابر عبد الحميد، 1976، صفحة 213)

2-2-1- نظرية التعلم بالارتباط الشرطي: ترتبط هذه النظرية باسم العالم الروسي "بافلوف"، وتتلخص في أنه يمكن إكتساب الفرد للسلوك المطلوب تعلمه إذا ما اقترن بمثيرات شرطية معينة إذ يقوم الفرد بسلوك معين كنتيجة لمؤثرات معينة ارتبطت بهذا السلوك وبذلك تتكون لدى الفرد استجابات معينة ترتبط أو تقترن كل منها بمثير معين، فعلى سبيل المثال عندما نرى الرعد أو نسمع البرق فإننا نستجيب لذلك بطريقة معينة مثل التباعد في المنزل، لأننا سبق أن تعلمنا أن الرعد أو البرق يرتبط بنزول المطر أي أننا تعلمنا استجابة معينة (وهي البقاء في البيت) نتيجة مثير شرطي معين (وهو الرعد أو البرق) سبق أن ارتبط بالمثير الأصلي (وهو المطر) وبذلك أصبح المثير الشرطي بمفرده يستدعي الاستجابة الخاصة بالمثير الأصلي.

ويتعلم الفرد بهذا الأسلوب، إذ يسترشد الفرد ببعض المدركات التي سبق ارتباطها بتأثير معين وتصبح بذلك عبارة عن إشارات أو علامات تؤدي إلى سلوك معين (ركن الملعب مثلاً)، أو اقتران اللعب بالسلوك التعاوني وتكرار ذلك تحت مثل هذه الشروط. وبذلك يستطيع الفرد تعلم المهارات الحركية والأنماط السلوكية المطلوبة بالارتباط الشرطي.

وهذه النظرية مبنية على الحركات العملية العصبية المساعدة على النشاط الانعكاسي الإشرطي للمخ، الذي يحدث على المستوى الفسيولوجي من خلال ربط المثير بالاستجابة.

2-2-2- نظرية التعلم بالمحاولة والخطأ: تذهب هذه النظرية إلى أن الفرد في سلوكه إزاء مختلف المواقف يقوم بأداء استجابات أو محاولات خاطئة متعددة قبل أن يصل إلى الاستجابة الصحيحة ويتعلمها فعلى سبيل المثال إذا حاولنا تعلم التصويب في كرة السلم فإننا نقوم في البداية بتوجيه الكرة نحو الهدف والتصويب فنجد أن الكرة تخطئ الهدف، فإذا لاحظنا أن الكرة قد انحرفت يمينا بعيدا عن الهدف فإننا نحاول مرة أخرى توجيه الكرة قليلا نحو اليسار، وإذا وجدنا أن الكرة لم تصل الهدف فإننا نسعى إلى إعطاء الرمية المزيد من القوة والارتفاع، وهكذا نجد أنه في غضون محاولتنا المتكررة نسعى لحذف بعض الاستجابات الخاطئة والإبقاء على الاستجابة الأخرى التي توصل للنجاح في إصابة الهدف .

وهكذا نجد أن التعلم في إطار هذه النظرية ما هو إلا مسألة محاولة وخطأ، وبتكرار التعلم والتدريب نقل الأخطاء شيئا فشيئا حتى نتوصل في النهاية إلى الاستجابة الصحيحة.

2-2-3- نظرية التعلم بالاستبصار: تشير هذه النظرية إلى أن الفرد يستجيب لأي موقف بطريقة كلية، إذ أن التعلم ما هو إلا نتيجة للإدراك الكلي للموقف، وهذا يعني أن كلما ازدادت بصيرة الفرد الرياضي بالمهارة الحركية ككل، استطاع سرعة تعلمها واكتسابها وهذا النوع من التعلم كثيرا ما نلاحظه في تعلم بعض المهارات الحركية أو عند تعلم خطط اللعب المختلفة بصورة كلية دون أن نقوم بتجزئة المهارة الحركية أو خطة اللعب إلى أجزاء صغيرة منفصلة.

2-2-4- نظرية التحكم الذاتي: نظرية التحكم الذاتي تستخدم لغة ومفاهيم عصر الآلة الذي ارتبط بالتغيرات السريعة المتلاحقة الحادثة في تكنولوجيا الآلات والأجهزة المختلفة كالحسابات الآلية أو الإلكترونية والتي أدت إلى إمكانية التوصل إلى طرق وأساليب جديدة لفهم السلوك البشري وبصفة خاصة علمية التعلم.

التحكم الذاتي يؤكد على أهمية تحكم المتعلم في الموقف والظروف المحيطة به والقدرة على الضبط وللتحكم الذاتي في حركاته وبالتالي يستطيع المتعلم الاعتماد بدرجة أقل على المتغيرات الخارجية وزيادة الاعتماد على عمليات التحكم والضبط الداخلية أو الذاتية.

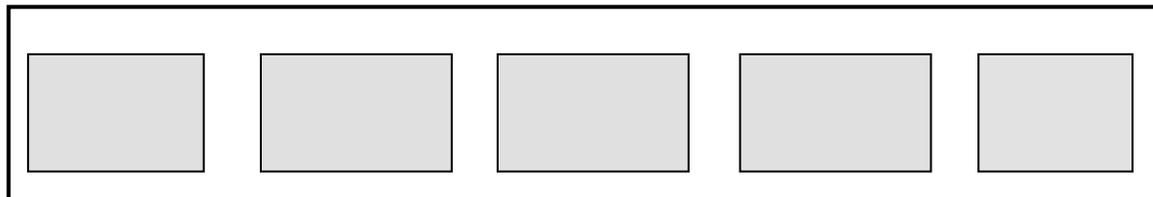
2-2-5- نظريات معالجة المعلومات: تركز نظرية معالجة المعلومات على دور الإدراك والانتباه والتذكر واتخاذ القرار، كما أنها تهتم بدرجة كبيرة بمقدار سعة المعلومات التي يستطيع الفرد استيعابها، ومقدار المعلومات أو متى يفنقر إلى هذه المعلومات، وكيف تستطيع المعلومات مساعدة الفرد على التمييز بينها حتى يستطيع القيام باستجابات صحيحة ودقيقة.

وترتكز نظرية معالجة المعلومات على قدرة الفرد على استخدام المعلومات لإمكانية مواجهة الموقف وحل المشكلات وإصلاح الأخطاء وبذلك فإنها تعارض النظريات الشرطية التي تشير إلى إمكانية حدوث الاستجابات طبقا لمثيرات معينة.

وتعتبر عائدات المعلومات حول أداء الحركة أثناء الموقف التعليمي من المتغيرات الهامة المؤثرة في اكتساب المتعلم للمهارة الحركية الرياضية.

ونجد كل من توماس وكاجا يقسمان مراحل اكتساب المعلومات وتحويلها للتغلب على الظروف البيئية المختلفة التي تفرضها الحركات الرياضية هي:

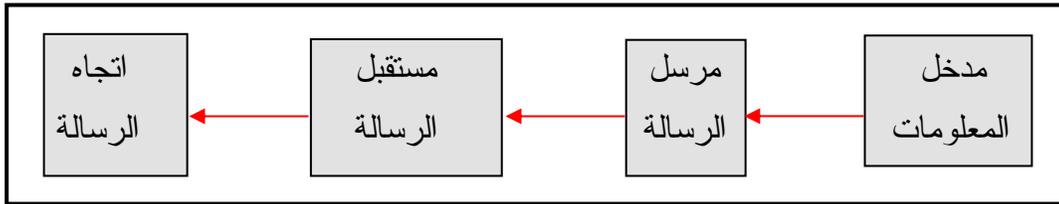
الإدراك- القرار- التنظيم- الاستجابة كما هو موضح في النموذج التالي (Thill P & Caja J, 1992, :p. 305)



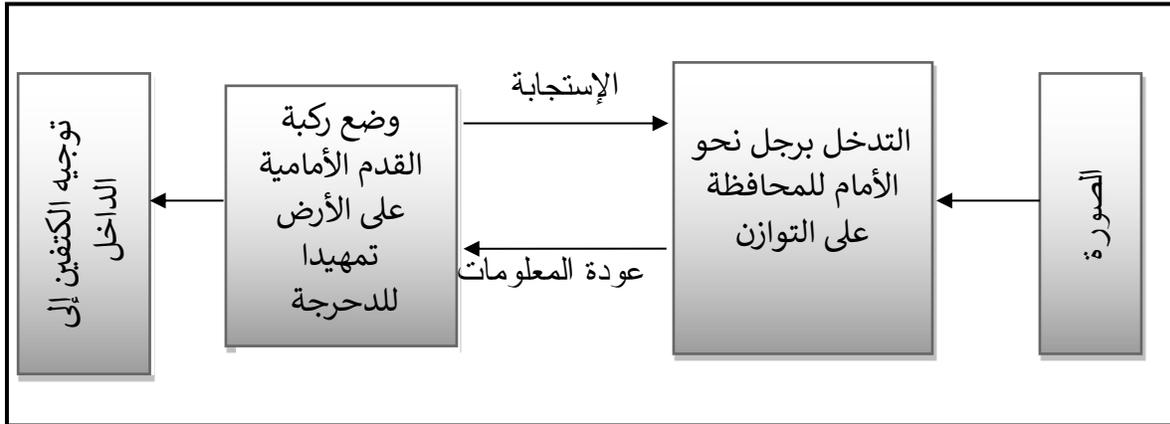
المعلومات ← آلية الإدراك ← آلية القرار ← آلية التنظيم ← الاستجابة

الشكل رقم 3: يمثل مراحل إكتساب المعلومات وتحويلها حسب توماس وكاجا.

ويرى حسين حمدي الطويحي أن عملية الاتصال لا تتم إلا إذا توفرت لها جميع الأساسيات الأربعة التالية: المرسل - المستقبل - الرسالة - الوسيطة (حسين حمدي الطويحي، 1982، صفحة 28). والمخطط الذي وضعه سيمونت "Simonet P" يوضح تلك الديناميكية المستمرة بين هذه العناصر.



الشكل رقم 4: يمثل الأساسيات الأربعة لعملية الإتصال.



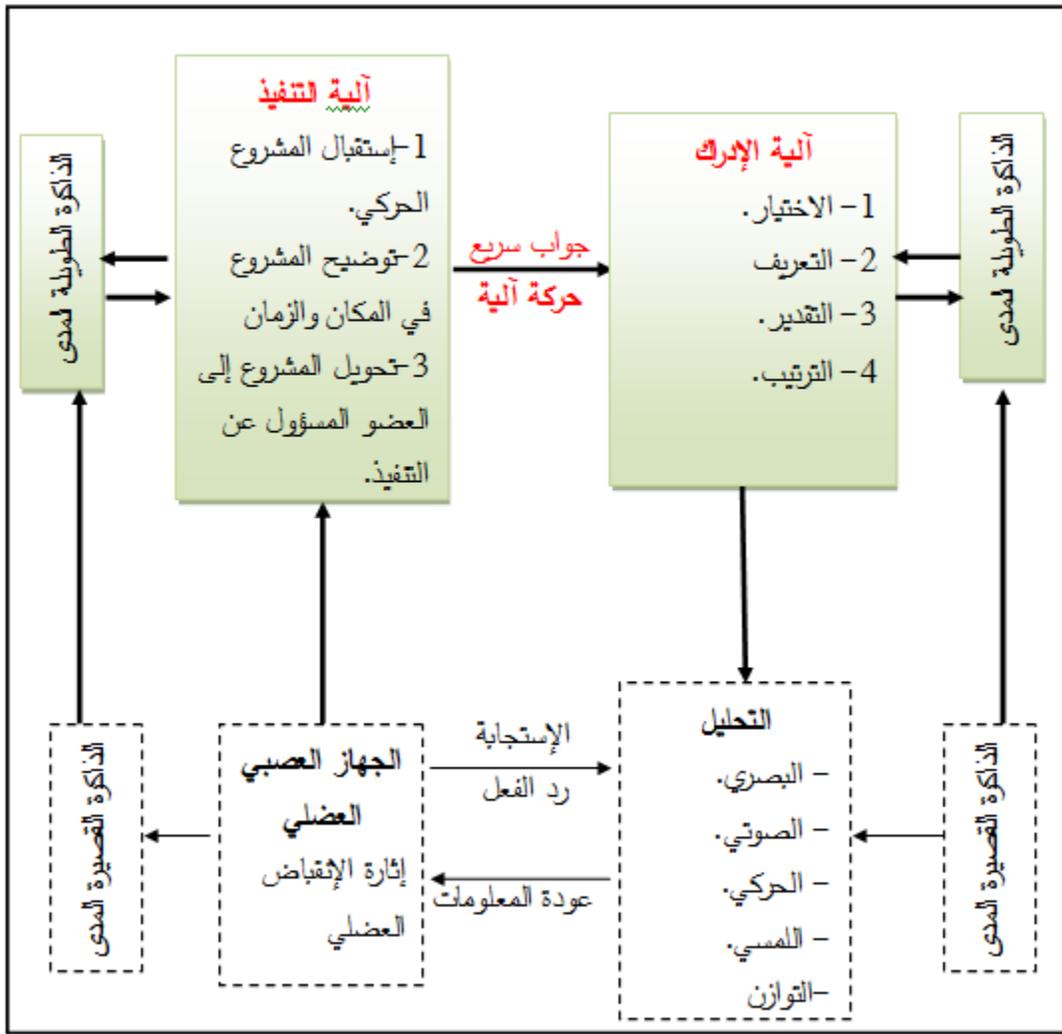
الشكل رقم 5: يمثل تحليل للإستجابة الجذ السريعة (J.P Doutreloux 2010).

يرى (J.P Doutreloux 2010) أنه من خلال التنسيق الحركي الذي هو القدرة على تنفيذ حركة معينة ودقيقة بفضل العمل المشترك للجهاز العصبي المركزي والهيكل العضلي، يكون تنفيذ هذه الحركة بحد أقصى من:

الفعالية: تحقيق الهدف من إنجاز الحركة.

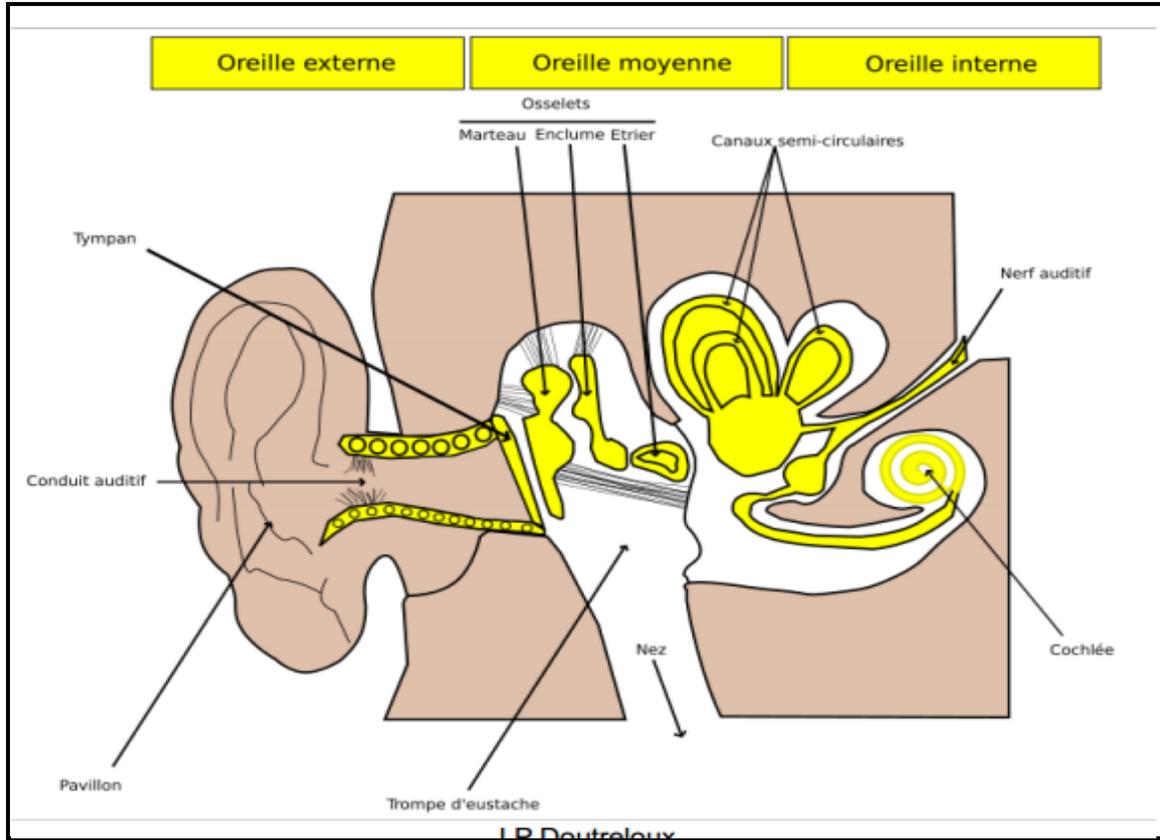
الكفاءة: تحقيق النتيجة مع التحكم الجهد.

الدقة والثقة: معدل التكرارات مرتفع.



الشكل رقم 6: يمثل الصورة النمطية للحركات الآلية (J.P Doutreloux 2010).

تكون المستقبلات في العضلات والأوتار والأربطة والمفاصل وهي التي توفر المعلومات عن حدود وموقع الأطراف بالنسبة للجذع وعن القوة التي تحتاجها لتنفيذ هذه الحركة. أما المستقبلات اللمسية فتكون على مستوى الجلد وهي توفر المعلومات حول شكل ومحيط الأشياء، في حين نجد أن المستقبلات المسؤولة عن التوازن (stato-dynamique) موجودة في الأذن الداخلية وهي توفر معلومات حول الوضعية والتنقلات (التسارع) ووضعية الرأس وهو ما يوضحه الشكل التالي:



الشكل رقم 7: يمثل مستقبلات التوازن في الأذن الداخلية (J.P. Doutreloux 2010).

تعتبر العينين مستقبلات على مسافة وهي توفر معلومات من خلال النظر المركز أو النظر الدائري (vision périphérique) وهي تمثل المتحكم البصري لتنفيذ الحركات، وتلعب المستقبلات السمعية دور ثانوي لأن الإشارات المتلقاة أثناء التنفيذ تكون محدودة (Jean-Paul Doutreloux, 2010, p. 17).

- أهمية الخبرة المكتسبة: حسب "زاتزيورسكي 1972" تلعب الخبرة الحركية المكتسبة دور هام في تطوير التنسيق الحركي بحيث أن كل حركة جديدة يتم تنفيذها اعتماداً على قواعد التنسيق الحركي المكتسبة سابقاً، لهذا فكلما كانت المكتسبات السابقة (répertoire) كثيرة كلما كانت الإستجابات الحركية أكثر آلية وتخف الشدة المعرفية عن الجهاز العصبي المركزي.

2-2-6- نظرية التعلم الاجتماعي: تؤكد نظرية التعلم الاجتماعي على أهمية المتغيرات المعرفية في التعلم بالملاحظة مثل الانتباه والتذكر والدافعية والتعلم عن طريق تقليد سلوك نموذج ما.

وقد أشارت " إلبرت دورا " إلى أن نظرية التعلم الاجتماعي تتأسس على التعلم بالنمذجة أو القدرة، أي التعلم بملاحظة أو بتقليد الآخرين وهذا يعني أن الفرد عندما يلاحظ سلوك آخرين فعندئذ يكون باستطاعته إدراك بعض أو كل هذا السلوك الملاحظ.

فعلى سبيل المثال عندما يقوم المدرب الرياضي بإثابة أو تشجيع اللاعب الرياضي على أداء سلوك معين فإن مثل هذا التعزيز أو التدعيم يدفع اللاعب إلى تكراره، وعلى العكس من ذلك عندما يقوم المدرب بعقاب اللاعب الرياضي على أداء أو سلوك ما فقد يكون هذا الإجراء دافعا للاعب لعدم تكراره ومن ناحية أخرى فإن إدراك اللاعب الرياضي في أن نجاح أو فصل أداء معين يؤدي إلى التعرف على الجوانب التي يمكن أن تؤدي إلى نتائج إيجابية أو نتائج سلبية وبالتالي نشأة الرغبة والدافع في تكرار السلوك الناجح (جابر عبد الحميد، 1976، صفحة 231).

الجدول رقم 1: يوضح دراسة مقارنة بين نظريات التعلم المختلفة.

النظرية	المحددات الأساسية	التطبيقات	الموقف/ النشاط
1/ التعلم الشرطي	- يرتكز على طبيعة البيئة التعليمية. - ارتباط المثير بالاستجابة. - الاستجابة الشرطية	- استخدام الدوافع أو الحوافز أو غيرها من المدعمات. - الأهمية للأجراء التي يتكون منها الكل.	- مثير / استجابة
2/ التعلم بالمحاولة والخطأ	- التعلم بالأخطاء السابقة. - أهمية ملاحظة واكتشاف الأخطاء المرتكبة والعمل على تصحيحها.	- الاهتمام باكتشاف الأخطاء وإبرازها للاعب. - التكرار في العمل حتى نصح تلك الأخطاء	- خطأ/ تصحيح
3/ التعلم بالاستبصار	-يركز على الإدراك الشخصي للبيئة والتفاعل الديناميكي بين الفرد والبيئة. - يرتبط بعمليات الإدراك والتفكير وحل المشكلات	- مراعاة الفروق الفردية. - تشكيل الخبرات التعليمية لحل المشكلات. - إعطاء الأهمية لكل قبل الاهتمام بالأجزاء.	استبصار / أداء أو إدراك

مدخل / مخرج	- مراعاة قيام المتعلم باستخدام قدرته على التحكم والضبط الذاتي.	- تأثير التغذية الراجعة على السلوك. - التحكم والضبط الذاتي.	4/ التحكم الذاتي
معلومات / سلوك	- الاهتمام بطريقة تقديم المعلومات باستخدام مختلف الأساليب التنظيمية للارتقاء بعملية معالجة المعلومات.	-عمليات الانتباه والتذكر ومختلف العمليات الداخلية المرتبطة بتنظيم واستيعاب المعلومات.	5 / معالجة المعلومات
- نموذج / سلوك - شوائب / سلوك	- الاهتمام بأداء النموذج. - الثواب والعقاب. - أهمية القدوة الحسنة	- يركز على أهمية المتغيرات المعرفية. -أهمية النمذجة والقدرة وملاحظة الآخرين والتعزيز الاجتماعي	6/ التعلم الاجتماعي

2-3- الإفادة من نظريات التعلم: هناك العديد من الجوانب التي تمكن من الإفادة منها في إطار نظريات التعلم السابق ذكرها والتي ينبغي مراعاتها لضمان إكتساب الفرد للمهارات الحركية المختلفة وإتقانها واستخدامها، ومن أهم هذه الجوانب الرئيسية ما يلي:

- الدافعية في التعلم.
 - انتقال أثر التدريب (التعلم).
 - التكرار.
 - الطريقة الكلية والطريقة الجزئية (أحمد زكي صالح، نظريات التعلم، 1971، صفحة 320).
- 2-3-1- الدافعية في التعلم: يتم التعلم عن طريق قيام الفرد بنشاط، ولا يقوم الفرد بوجه معين من النشاط من غير دافع، فالدافع شيء أساسي لبدء التعلم والاستمرار فيه ومحاولة التغلب على ما يتعرض الفرد من مصاعب وعقبات، ويمنح الفرد المزيد من الحماس والميل والمثابرة وبذل الجهد، ويحول دون ظهور بوادر التعب وعلامات الملل.
- وعلى المدرب الرياضي مراعاة هذا المبدأ الهام في عمله وأن يحاول جاهدا إثارة إهتمام اللاعبين لممارسة مختلف ألوان الأنشطة الحركية بمختلف الطرق والوسائل، ومن الأساليب التي يمكن للمدرب الرياضي استخدامها لزيادة الدافعية نحو ممارسة النشاط الحركي وإتقانه ما يلي:

- الاهتمام باختبار الأنشطة الرياضية التي تعمل على زيادة الدافعية نحو الممارسة.
- على المدرب الرياضي مراعاة أن النشاط الرياضي من حيث هو ظاهرة اجتماعية تتحدد بصفة سائدة من خلال الدوافع أو الحاجات الاجتماعية ولا يتعلق بالمرتبة الأولى بالدوافع الأولية، وعلى ذلك يجب إشباع لدى اللاعب الدوافع الاجتماعية.
- ضرورة وضوح الهدف أو الغرض من ذهن المتعلم، فاللاعب يجب أن يعرف جيدا الهدف الذي يسعى إليه وأن يقتنع بقدرته على تحقيقه.
- حسن استخدام وسائل الإيضاح السمعية منها والبصرية.
- معرفة المتعلم لمدى تقدمه ودرجة تحصيله.

2-3-2- انتقال أثر التدريب: إن تعلم واكتساب الفرد لنواحي السلوك المختلفة يتأسس في كثير من الأحيان على ما سبق أن تعلمه واكتسبه في الماضي إذ أن الفرد لا يبدأ في تعلمه لناحية معينة من درجة الصفر ففي مجال النشاط الرياضي نجد أن الفرد قد مر بكثير من الخبرات الحركية التي تؤثر بصورة معينة في الخبرات التي يسعى لتعلمها واكتسابه، ولا تؤثر الخبرات السابقة على عملية التعلم بصورة إيجابية بل تؤثر أحيانا بصورة سلبية وفي بعض الأحيان نجد أن بعض الخبرات التي سبق الفرد تعلمها تسهم في العمل على سرعة عملية تعلم بعض النواحي الأخرى، وفي حالات أخرى نجد أنها تقف ضده في سبيل تقدمه، وبذلك نستطيع أن نميز بين ثلاث مظاهر لانتقال أثر التدريب وهي: الانتقال الإيجابي، الانتقال السلبي، الانتقال الحيادي.

ويجب أن تتوفر بعض الشروط لانتقال الأثر الإيجابي للتدريب وهي:
 عامل التشابه. عامل التعميم. عامل الإتقان. عامل اتساع المعرفة. عامل انتقال الأثر الإيجابي. عامل الدافعية. عامل التدرج.

2-3-3- التكرار: لا يستطيع اللاعب تعلم واكتساب الكثير من المهارات أو المعارف أو السلوك الاجتماعي وما إلى ذلك من مرة واحدة فقط، إذ لا بد من عملية التكرار والممارسة لضمان الوصول إلى درجة كافية من النجاح والإتقان، وكلنا نعرف من خبراتنا السابقة أهمية الدور الذي يلعبه التكرار لحدوث التعلم.

والتكرار في حد ذاته إلى حدوث التعلم وإتقانه إذ لا بد أن يتسم بالتفسير الواعي والقدرة على الفهم، والذي يستطيع الفرد من خلاله التمييز بين النواحي الصحيحة والخاطئة، وأن يرتبط ذلك بحالة الدافع المختلفة التي تسهم في محاولة إتقان الفرد كل ما تعلمه واكتسبه، فالتكرار الآلي الذي يسير على وتيرة واحدة لا يؤدي في أغلب الأحيان إلى درجة عالية من التحسن بل على العكس من ذلك يعمل على

تثبيت الأخطاء التي يصعب فيما بعد التخلص منها (أحمد زكي صالح، نظريات التعلم، 1971، صفحة 323).

وتؤدي عمليات التكرار الصحيحة للمادة المتعلمة إلى حسن إنطباعها في ذاكرة الفرد والقدرة على تصورها وبالتالي القدرة على إسترجاعها بصورة متعلقة، فالتكرار الصحيح للمهارات الحركية يؤدي إلى تحسين العلاقات الضرورية المتبادلة بين عمليات الإستشارة وعمليات في مراكز المخ المناسبة، وبالتالي يؤدي إلى القدرة على إتقان الأداء دون بذل الكثير من الجهد العقلي والفكري.

ويميز التكرار في غضون عملية تعلم واكتساب المهارات الحركية باختلاف الهدف الذي يسعى إليه كلما ازداد تقدم الفرد في الأداء، إذ يهدف في مراحل التعلم الأولى إلى سهولة تعلم الفرد على ما ينوي تعلمه ومحاولة تحسين الهيكل العام للمهارة الحركية وتفاصيلها، أما في المرحلة التالية فيهدف التكرار إلى إتقان تفاصيل المهارة الحركية والتدرج في اكتساب التوافق العصبي العضلي المطلوب، ويلي ذلك محاولة العمل على تثبيت وإتقان المهارة في صورتها التوافقية الجيدة.

ويجب علينا مراعاة توزيع مرات التكرار على عدة أيام (على فترات) بدلا من تكرار الكثير من النواحي في يوم واحد (التمرين المستمر)، كما يجب مراعاة حسن العلاقة بين عدد مرات تكرار الأداء (فترات العمل) وفترات الراحة، وفي حالة تكرار أجزاء المهارة الحركية ينبغي للفرد أن يؤديها بعد ذلك ككل لضمان تثبيت الارتباط بين الأجزاء، كما يحسن البدء بتكرار المادة المتعلمة في الأيام الأولى بعد التعلم مباشرة، إذ أثبتت الكثير من التجارب والملاحظات أن النسيان يبدأ مباشرة في الأيام الأولى للتعلم ما لم يتم بالتكرار والتثبيت.

ويرتبط بعملية التكرار ظهور بعض الأخطاء في المادة المتعلمة المستعملة مما يجدر بنا سرعة إصلاح تلك الأخطاء الحادثة لضمان سرعة التعلم واكتساب، ويعزي في كثير من الأحيان ظهور الأخطاء في عملية تكرار أداء المهارات الحركية إلى سوء فهم الفرد هدف الحركة أو التصور الخاطئ على الدرب الرياضي الإسراع في إصلاح الأخطاء أولا بأول، بإيضاح الخطأ وتوجيه الانتباه إليه عقب الأداء مباشرة، والبدء بإصلاح الأخطاء الأساسية والتركيز عليها ثم الانتقال بعد ذلك إلى الأخطاء الفرعية أو الجزئية.

ويجب أن تتميز عمليات التكرار بالنسبة للمهارات الحركية التي تهدف إلى محاولة إتقان اللاعب لما تعلمه واكتسبه على الخطوات التدريجية التالية لتكرار المهارة الحركية، تحت الظروف المبسطة الثابتة، ومع الزيادة التدريجية في التوقيف واستخدام القوة، ومع التغيير في الاشتراطات والعوامل الخارجية. وتحت ظروف تتميز بالصعوبة، وفي منافسات تدريبية.

2-3-4- مرحلة إكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية: في غضون هذه المرحلة يمكن إستخدام مختلف الوسائل المعينة على التعلم السابق ذكرها مع مراعاة أن تتناسب مع درجة المستوى الذي وصل إليه اللاعب الرياضي، وتحمل الوسائل العلمية مكانة هامة في هذه المرحلة والتي يمكن بواسطتها ممارسة وأداء المهارة الحركية والتدريب عليها ككل وأجزاء، كما تحتمل عملية إصلاح الأخطاء دورا هاما في خلال عملية التدريب على المهارة الحركية (أحمد زكي صالح،: نظريات التعلم، 1971، صفحة 326).

* **تعلم المهارة الحركية ككل:** يرى أنصار مدرسة " التعلم بالاستبصار" أن الطريق الصحيح للتعلم هو تعلم المهارة الحركية ككل والتدريب عليها ككل أيضا، إذ يرون تنظيم المادة المرغوب تعلمها (المهارة الحركية) كوحدة واحدة أي كوحدة وظيفية متكاملة، وتعلمها بهذه الطريقة دون تجزئتها إلى وحدات صغيرة، إذ أن ذلك يساعد على إدراك العلاقات بين عناصر المهارة الحركية مما يسهم في سرعة تعلمها وإتقانها.

وفي الواقع نجد أن عملية المهارة الحركية أو التدريب عليها باستخدام الطريقة الكلية تناسب غالبا المهارة الحركية السهلة غير المركبة، كما تناسب المهارة الحركية التي يصعب تجزئتها، ويرى بعض الباحثين أن الطريقة الكلية يصعب استخدامها عند تعلم المهارات الحركية المركبة التي تتميز بالصعوبة.

* **تعلم المهارة الحركية كأجزاء:** في هذه الطريقة تنقسم المهارة الحركية إلى عدة أجزاء صغيرة ويقوم الفرد الرياضي بأداء كل جزء على حدة، ثم ينتقل إلى الجزء التالي بعد إتقانه للجزء الأول، وهكذا حتى ينتهي من تعلم جميع أجزاء المهارة الحركية، ثم يقوم بأداء المهارة الحركية كلها كوحدة واحدة كنتيجة لتعلم مختلف الأجزاء المكونة لها والتدريب عليها.

ومن بين أهم عيوب هذه الطريقة أنه في كثير من الأحيان تفقد بعض أجزاء المهارة الحركية الإرتباط الصحيح بالأجزاء الأخرى مما يعمل على تأخير إتقان التوافق المنشود للمهارة الحركية وظهور بعض العادات الحركية الخاطئة كنتيجة لربط الأجزاء المنفصلة بعضها ببعض الآخر على الشكل الغير الصحيح.

* **تعلم المهارة الحركية بالطريقة الكلية الجزئية:** في كثير من الأحيان يفضل استخدام الطريقة من السابقتين معا حتى يمكن الاستفادة من مزايا كل منهما وفي نفس الوقت تلاقي عيوب كل طريقة، وقد دلت الخبرات على أن التعلم بالطريقة " الكلية - الجزئية " يحقق أحسن النتائج بالنسبة لمعظم المهارات الحركية، وعند استخدام المدرب لهذه الطريقة ينبغي عليه مراعاة ما يلي:

- تعليم المهارة الحركية ككل بصورة مبسطة في أول الأمور.
 - تعليم الأجزاء الصعبة بصورة منفصلة مع ارتباط ذلك بالأداء الكلي للمهارة.
 - مراعاة تقسيم أجزاء المهارة الحركية إلى وحدات متكاملة و مترابطة عند التدريب عليها كأجزاء.
- 2-4- مفهوم ونظريات التعلم الحركي:** يتأسس تدريب المهارات الحركية على عملية إنتقال المعلومات من المدرب الرياضي إلى اللاعب في إطار عملية التعلم الحركي حتى يمكن الإرتقاء بمستوى قدرات اللاعب المهارية إلى أقصى درجة تسمح بها إمكانياته واستعداداته.
- والتعلم الحركي يقصد به التغيير في الأداء أو السلوك الحركي كنتيجة للتدريب الرياضي وليس نتيجة للنضج أو تأثير بعض العقاقير المنشطة وغير ذلك من العوامل التي قد تؤثر على الأداء أو السلوك الحركي تأثيراً وقتياً معيناً.
- ويعرّف (Schmidt) التعلم الحركي على أنه: "مجموعة عمليات مترابطة بالممارسة أو الخبرة وتؤدي إلى تغيير دائم نسبياً في التصرفات الحركية"، أما (Schanable) فيعرّفه بأنه: "عبارة عن عملية الحصول على المعلومات الأولية عن الحركة والتجارب الأولية للأداء وتحسينها ثم تثبيتها".
- والتعلم الحركي من وجهة نظر التدريب الرياضي: "هو النمو بالقوة على الأداء الحركي من خلال التمرينات أو الخبرات التي تؤدي إلى تغييرات ثابتة نسبياً في قابلية الفرد على الأداء المهاري".
- وينبغي علينا مراعاة أن التغيير في الأداء أو السلوك الحركي للاعب رياضي الذي نعينه بالتعلم الحركي يتوقف على قيام اللاعب الرياضي نفسه بنشاط أي بأداء التدريب الرياضي.
- فعلى سبيل المثال فإن اللاعب الرياضي عندما لا يستطيع أداء مهارة حركية معينة بصورة صحيحة في أثناء ممارسته للتدريب الرياضي فإنه يحس بحاجة إلى تعلم هذه المهارة الحركية ويقوم بنشاط معين - أداء التدريب الرياضي - حتى يمكنه إكتسابها وإتقانها، وحتى يتضمن الإستجابة الصحيحة في المواقف الرياضية المناسبة، فكأن التعلم الحركي بهذا المعنى يتضمن تغييراً أو تعديلاً تقديماً أو تطويراً في الأداء أو السلوك الحركي للاعب الرياضي (محمد حسن علاوي، 2002، صفحة 45).
- لتفسير كيفية حدوث التعلم الحركي، فقد شرح العلماء ما يسمى بنظريات التعلم الحركي، وهناك نظريات متعددة نذكر منها:
- 2-4-1- نظرية الدوائر المغلقة (closed-Loop Theory):** قدم هذه النظرية العالم "Adams" سنة 1971م، وهو أول باحث حاول إيجاد نظرية شاملة للتعلم الحركي، ولقد كان الدافع من وراء ذلك هو الإفتقاد لنموذج معروف يتم على أساسه بناء ومتابعة دراسة التعلم الحركي.

- مفهوم نظرية الدوائر المغلقة: من أهم ما يميز هذه النظرية هو مصطلح الدوائر المغلقة، وهو مصطلح تم إشتقاقه من العلوم الهندسية لوصف ما يطلق عليه جهاز التحكم الذاتي، وهذا ما يوضح لنا ارتباط مصطلح الدوائر المغلقة بكيفية استخدام المعلومات الواردة (التغذية المرتدة) في التحكم الذاتي، ويعتقد "أدامس" أن كل الحركات تتم من خلال مقارنة التغذية المرتدة القادمة من الأطراف أو الأجهزة الحسية- كالعين - خلال الحركة بمحك تصحيحي والذي يتم إكتسابه خلال الممارسة، وقد أطلق على هذا المحك مصطلح "الأثر الإدراكي". (طلعة حسين حسام الدين، 2006، الصفحات 179-180)

▪ **الأثر الإدراكي (Perceptual Trace):** عندما يقوم الفرد باتخاذ وضع معين بإحدى أطرافه فإن التغذية المرتدة الداخلية تترك أثر في النظام العصبي المركزي عن الإحساس الداخلي الناتج عن وضع الطرف في الفراغ (لهذا أطلق عليه الأثر الإدراكي) فالأثر الإدراكي هو ميكانيزم محكي مفترض تقارن به التغذية المرتدة الحسية الواردة عن الأداء الحالي والذي يتم في ضوءه تقييم مدى صحة الحركة، حيث يتم تزويد المخ بالمعلومات بواسطة الممرات الحسية من العضلات والمفاصل والعين....، والوظيفة الأساسية التي يقوم بها الأثر الإدراكي هي إستخدام هذه المعلومات لمقارنة الأداء الحالي للحركة بما يجب أن تكون عليه، وفي حالة إكتشاف خطأ يتم إرسال الأوامر لتعديل الحركة، وباستمرار الممارسة يحاول المتعلم أن يصل إلى أقل فرق بين معلومات التغذية المرتدة وبين الأثر الإدراكي، وبالتالي فإن الأثر الإدراكي يزداد ويتطور كلما إزدادت ممارسة الحركة.

وهنا يشير "أدامس" أنه مع تطور الأثر الإدراكي يصبح الفرد قادراً على إكتشاف وتصحيح الخطأ في الأداء مما يدل على إنتقاله من مرحلة التعلم الأولى إلى مرحلة الأوتوماتيكية في الأداء، وهذا التملك يعني وجود نوعين من الذاكرة إحداهما لإنتاج الحركة والأخرى لتقييم المخرجات، لهذا افترض أدامس وجود ما أسماه بالأثر المخزن أو المطبوع (طلعة حسين حسام الدين، 2006، صفحة 182).

▪ **الأثر المخزن (Memory Trace):** هو ميكانيزم يفترض "أدامس" وجوده في النظام العصبي المركزي ويرى أنه المسئول عن إنتقاء وبداية الإستجابة الحركية، ويصفه ببرنامج حركي بسيط يحتوي على توقيت بدء الحركة واتجاهها ويتم تكوينه في نهاية مراحل التعلم الحركي حيث يخزن في الذاكرة لحين إستدعائه وهو يتطور بالممارسة والتكرار.

تنعكس هذه النظرية عند اللاعبين في الكرة الطائرة من خلال قدرة اللاعب على إكتشاف أخطائه في الحركات التقنية للعبة والقدرة على تصحيحها بالإستفادة من التغذية الراجعة الناتجة من أثر تكرار الحركة في مختلف الوضعيات والمواقف وخاصة في المنافسة وذلك في الأوقات المستقطعة أو بين الأشواط (*الباحث).

2-4-2- نظرية المخططات الحركية (Schema Theory): كنتيجة لظهور قصور في نظرية الدوائر المغلقة، قام الباحث في مجال التربية الرياضية " Richard Schmidt " سنة 1975م بافتراض نظرية جديدة للتعلم الحركي أطلق عليها نظريات المخططات الحركية، وقد إفترض " شميت " أن ما يخزن في الذاكرة ليس نمط ثابت للحركة ولكنه عبارة عن مجموعة من العلاقات أو القواعد التي تحدد الأداء الحركي والمهاري، فأساس نظرية المخططات هي فكرة عمومية البرنامج الحركي أي أن البرامج الحركية لا تحتوي على حركات خاصة، ولكنها تشمل على قواعد عامة لمجموعة من الحركات (طلعة حسين حسام الدين، 2006، صفحة 185).

▪ **مكونات البرنامج الحركي العام:** إن البرنامج الحركي هو المسئول عن إنتاج الحركة وعند دراسة كيفية إنتاج الحركة بعناية نجد أن هناك عديد الجوانب قابلة للتغيير بسهولة في حين أن هناك جوانب ثابتة بصورة تامة من محاولة لأخرى، ولقد إفترض "شميت" أن هذه الصفات الثابتة في الأداء هي التي يتم تكوينها في البرنامج الحركي وأطلق عليها إسم المعالم الثابتة، في حين يرى أن جوانب الحركة والتي تكون خارجية إلى حد ما (كا سرعة المطلوبة للأداء أو الطرف المستخدم) فهي ما تعرف ببارامترات البرنامج الحركي.

▪ **المعالم الثابتة للبرنامج الحركي:** المعالم الثابتة في البرنامج الحركي هي:

✓ ترتيب الأحداث: ويقصد به الترتيب الذي تتم به الحركات المكونة للمهارة مع ملاحظة أنه لا يتم تثبيت عضلات معينة في البرنامج الحركي، حيث أن نفس البرنامج يقوم بأداء نفس الحركة باستخدام أطراف مختلفة.

✓ البناء الزمني: ويقصد به نسبة استمرار عنصر معين (انقباض عضلة معينة) بالنسبة لاستمرار الحركة ككل.

✓ القوة النسبية: ويقصد بها أن كمية القوة الناتجة من أي عضلتين تظل ثابتة من محاولة لأخرى. إذا يمكن أن نوضح المعالم الثابتة للبرنامج الحركي على أنها الهيكل التنظيمي للبرنامج الحركي (طلعة حسين حسام الدين، 2006، صفحة 187).

يرى "شميت" أننا نتعلم ونتحكم في المهارات بنفس هذه الطريقة، فهو يفترض أن البرامج الحركية التي نخزنها ليست خاصة بكل حركة من الحركات التي نؤديها ولكنها مجموعة قواعد عامة ترشد أو توجه الأداء، فهذه النظرية ترى أن الأداء البشري مرن ومتنوع وليس كالآلة، حيث يتم تخزين البرنامج الحركي كنموذج عام لكيفية تنفيذ المهارة، في حين ترى نظرية الدوائر المغلقة أن البرنامج الحركي يتم تخزينه كنموذج خاص لحركة معينة.

لهذا يفترض " Shmidt " أن تكوين المخطط الحركي يتم من خلال تخزين أربع أنواع مختلفة من المعلومات هي:

✓ ظروف البداية: وتعني الظروف التي تتم فيها بداية الحركة (وضع أجزاء الجسم عند البداية، وزن الثقل المقذوف، البعد عن الهدف....).

✓ محددات الإستجابة المطلوبة: وهي البارامترات المحددة للبرنامج الحركي العام المطلوب من خلال الإجابة على ماذا يجب أن أفعل وكيف أفعل ذلك (قوة الضربة، إتجاه الركلة، إرتفاع التمريرة...).

النتائج الحسية: ويقصد بها الإحساسات الداخلية للمؤدي والنتيجة عن تنفيذ الحركة (شعوره بالحركة والصوت الناتج عنها...).

✓ المخرجات الحركية: وهو ما يعرف بالمعرفة بالنتائج ويعني معرفة ناتج أداء هذه الحركة في البيئة المحيطة.

يرى شميث أن هناك مخططين أو نوعين منفصلين من الذاكرة يتم تشكيلهما وهما مخطط الإستدعاء ومخطط التعرف (طلعة حسين حسام الدين، 2006، صفحة 189).

2-4-3- نظرية العلاقة المتبادلة بين البيئة والمتعلم (Ecological theory): لقد كان " James Gibson 1966 " من أوائل العلماء الذين إقترحوا النظرية الخاصة بالكائنات وعلاقتها بالبيئة المحيطة بها، وتبنى نظريته على إفتراض أن جميع الحركات والأفعال تتأثر أو تتقيد بالبيئة، حيث أن المعلومات الخاصة بالبيئة ضرورية في تشكيل أو تعديل خصائص الحركة لتحقيق مهام محددة، فالفرد هو الأداة التي تقوم بترتيب الأفعال الخاصة بمهمة محددة في إطار البيئة التي تؤدي فيها.

في سنة 1991 قدم " Newell " نموذج يشرح فيه الحركة البشرية والتي يتفاعل فيها الفرد مع البيئة والمبني على إدراكه لها، ويفترض " Newell " نظريته للتعلم الحركي مرتكزا على مبدأ يطلق عليه إستراتيجيات البحث، فهو يرى أنه خلال ممارسة وتكرار الأداء يكون هناك بحث مستمر من المتعلم عن الإستراتيجيات النموذجية التي تؤدي إلى حل المشكلة الحركية، وخلال البحث يتم إستكشاف المجال الإدراكي الحركي وذلك من خلال إستكشاف جميع الإرشادات الإدراكية الممكنة للتعرف على تلك المرتبطة بأداء الواجب الحركي المحدد.

يفترض " Newell " أن التعلم الحركي هو عملية من شأنها زيادة التوافق ما بين الإدراك والإستجابة بصورة تتلائم مع محددات كلا من البيئة والواجب الحركي والمتعلم (طلعة حسين حسام الدين، 2006، صفحة 199).

2-5- إصلاح الأخطاء في عملية التعلم الحركي: إن عملية اكتساب التوافق الأولي للمهارة الحركية-كما ذكرنا- ترتبط بظهور بعض الأخطاء في الأداء، ولكي يستطيع اللاعب الرياضي اكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية بالنسبة للمرحلة التي يمر بها لابد من تجنب.

- عدم مناسبة المهارة الحركية لسن ومستوى اللاعب الرياضي أي صعوبة المهارة الحركية بالنسبة للمرحلة التي يمر بها.

- سوء الفهم أو التصور الخاطئ للمهارة الحركية.

- عدم كفاية الاستعداد البدني للاعب الرياضي، مثل إفتقاره إلى بعض الصفات البدنية كالسرعة أو القوة العضلية أو المرونة التي تساعد على أداء المهارة الخارجية بنجاح.

- الإحساس بالتعب والإرهاق أو الخوف وعدم الثقة في النفس.

- الإنتقال السلبي لأثر التعلم، أي التأثير السلبي لمهارة حركية سبق تعلمها وإتقانها على المهارة الحركية الجديدة المراد تعلمها لاختلافيهما في طريقة الأولى.

ويجب على المدرب الرياضي أن يلم إلماما كافيا بكل أجزاء المهارة الحركية في جميع مراحلها حتى يستطيع الإسهام بطريقة فعالة في إصلاح الأخطاء وذلك كما يلي:

- سرعة إيضاح الأخطاء عقب الأداء مباشرة حتى لا تثبت الأخطاء وتصبح عادة.

- التدرج بإصلاح الأخطاء بحسب أهميتها، إذ يحسن البدء بإصلاح الأخطاء الأساسية الشائعة ثم يلي ذلك الأخطاء الفرعية أو الجزئية.

- مواجهة الأداء الخاطئ بالأداء الصحيح، وذلك بإعادة عرض نموذج صحيح للمهارة الحركية، أو بقيام أحد اللاعبين بالأداء الذي يتسم بعد الثقة والذي يرتبط بالخطأ ثم يعقبه الأداء الصحيح، كما يمكن الاستعانة ببعض الوسائل البصرية المعينة على التعلم.

- توجيه النظر إلى مكان الخطأ باستخدام كلمات التوجيه المناسبة، وذلك أثناء أداء الفرد للمهارة الحركية.

ويجب على المدرب تجنب النقد والتشهير بالخطأ، نظرا لارتباط ذلك بالتأثيرات النفسية السلبية على اللاعب الرياضي، وينبغي ضرورة اختيار الألفاظ المناسبة وكلمات التشجيع التي تحفز اللاعب على بذل الجهد نحو سرعة إصلاح الأخطاء، كما ينبغي عدم المطالبة بتكرار أداء المهارة الحركية بصورة مستمرة إلا بعد التأكد من إصلاح الأخطاء الأساسية.

2-6- الجوانب النفسية والبدنية المؤثرة في عملية التعلم الحركي:

تلعب الجوانب النفسية والبدنية دورا هاما في عملية التعلم، وأهم هذه الجوانب:

2-6-1- الفروق الفردية: انطلاقاً من أن الإنسان يمتلك العديد من القدرات، فهناك القدرة على التفكير، وهناك القدرة على التذكر والإدراك والاستدلال، وهناك القدرة اللغوية لذلك قد يكون الفرد الواحد قويا في قدرة الملاحظة، ضعيفا في القدرة على التذكر (صالح عبد العزيز، 1969، صفحة 132).

وهنا نصل إلى أن الأطفال يختلفون في القدرات الفطرية، وفي المهارات المكتسبة في حياتهم التعليمية، وكذا في تفكيرهم ورأيهم في طريقة التعامل مع المعلومات.

2-6-2- الإثارة: يحتاج المتعلم في العملية التدريبية إلى العديد من المؤثرات التي يستقبلها ويستجيب لها، وللإثارة دور هام في العملية التعليمية، حيث نتيجة التفاعل الحاصل بين المثير والمستقبل يتم رد الفعل والتمثل في مختلف الاستجابات وعن طريق هذه الأخيرة يتم التعلم، الحاصل أساسا نتيجة العمليات العقلية والعصبية في لحظات من الزمن وفي تلقائية تامة، وفي صورة آلية وسريعة بالكاد أن يدركها العقل الإنساني.

2-6-3- الدوافع: العملية التعليمية مبنية أساسا على دافعية الإنجاز من طرف المتعلم، لما يجده من رضا وتحققا لرغباته لذا فإن التعلم لا بد أن يكون مبني على دوافع متينة وقد قسم "ارتير جيتس" الدوافع إلى نوعين هما:

أ- دوافع عضوية فسيولوجية: وهي حالات تتبع من داخل الفرد والكائن الحي عامة، هذه الحالات تجعله يسلك مسلك معين، ويميل إلى القيام بعمل معين، وتأخذ هذه الدوافع أشكالا عديدة ومتنوعة، كالرغبات، الميول، وما إلى ذلك من دوافع فطرية.

ب- الدوافع الاجتماعية المكتسبة: هذا النوع من الدوافع، يكتسبها الكائن الحي من خلال معاشته للحياة، ومن خلال معاملاته اليومية مع أفراد مجتمعه، ومن البيئة المحيطة به، وقد صنف علماء النفس هذه الدوافع إلى: - دوافع أولية كالجوع والعطش - دوافع ثانوية كالأمن، والطمأنينة. - دوافع ذاتية متصلة بالفرد نفسه كالقلق والتوتر - دوافع اجتماعية كالطموح - دوافع عضوية كالنوم والراحة - دوافع لا شعورية كالأحلام والتنفس ونبضات القلب.

2-6-4- الميول: إن التعلم عند الصغار يغمر عليه الميل إلى رياضة دون أخرى وقد يميل الإنسان نتيجة لمواهب فطرية أو اتجاهات اجتماعية مكتسبة ومن ثم قد يكمل الاتجاه إلى نفس الرياضة أو يتم التعديل نتيجة لمهارات قد تظهر لاحقا أو ظروف الاجتماعية متداخلة (أحمد زكي صالح، 1966، صفحة 458).

2-6-5- التعزيز: التعزيز نعني به عملية تدعيمية بين المثير الطبيعي والمثير الشرطي، للرفع من الاستجابة عن طريق الثواب أو المكافئة والتعزيز في الوقت الحالي اخذ نوع من الإلزامية حتى تتم العملية التعليمية بصورتها الايجابية والفعالة.

2-6-6- الفهم والإدراك: الفهم هو أساس العملية التعليمية، والفهم يتم تحت شروط كالتوافق في الكلام، واستخدام لنفس البيئة، وإتباع طرق الإيصال الصحيحة كالوسائل السمعية، الوسائل البصرية، أو المزج بينهما، وبذلك يكون الفهم مرتبط بما هو محسوس ومجرد، وبذلك التسريع من العملية التعليمية وانتقال الخبرات بصورتها الصحيحة.

أما الإدراك فهو يدعم العملية التعليمية لأنها مبنية على مكتسبات وخبرات لا بد أن تكون واضحة ومألوفة لدى الفرد وتعلم المهارات اليدوية واللفظية مرتبط كل الارتباط بالمحسوسات، لأن أساس التوافق الحركي مبني على الإدراك الحسي، وقد ينشأ نتيجة مشاهدة الآخرين أثناء قيامهم بحركات وتقليدهم، كما ينبغي تكرار التدريب العملي أداء الحركات المطلوبة.

2-6-7- التكرار: يعمل التكرار على ترسيخ المادة التعليمية، وهو سبيل إلى تكوين العادة التعليمية عند المتعلم، كما انه يساعد الذاكرة على استيعاب المفاهيم في المواقف المختلفة، بشرط أن لا يكون هذا التكرار لمحض التكرار، وإنما يكون هادفاً إلى إنجاح العملية التعليمية التي هي الغاية لكل فرد يرغب في التعلم، كما يجب أن نراعي في التكرار جوانب أخرى هامة، كالميول والدوافع، والرغبات بمعنى لا تتصوره عملية منفصلة من العوامل الأخرى المساعدة على التعلم، ولهذا فلا بد أن يكون التكرار مصحوباً بعوامل دافعية (أحمد زكي صالح، 1966، صفحة 459).

2-6-8- الاستعداد: بلا شك فان الاستعداد يعد من أهم العوامل النفسية التي تجعل العملية التعليمية تتحقق إذ أن الفرد لا يمكن ان يقبل الخبرات إذا لم تكن لديه رغبة في اكتسابها وبذلك فعلى المدربين أن يهيؤوا بدرجة أولى البيئة اللازمة وجلب اهتمام الطفل والعمل على الرفع من تركيزه بتنشيط حواسه.

خلاصة:

من خلال عرض هذا الفصل ، يتبين لنا أن مرحلة المراهقة ، هي مرحلة حساسة نظرا للتغيرات الجسمية والفزيولوجية والانفعالية والعقلية ، والتي سماها " ستانلي هول "صاحب الدراسات العلمية للمراهقين أنها مرحلة " العاطفة والضغط" حيث يتعرض خلالها المراهق للضغط والصراعات خاصة النفسية لذلك أكد الكثير من علماء النفس عامة وعلماء نفس النمو خاصة أن المراهق بحاجة دائمة إلى الاهتمام سواء من طرف الأسرة أو المربي حتى نتفادى أي خلل في سلوكه وشخصيته واتخاذ هذه العناصر بما فيها النشاط البدني الرياضي ساهم ذلك بشكل فعال في تطوير العلاقات الاجتماعية ودمجه في محيطه وتوازنه الطبيعي بالإضافة إلى الحصول على القيم وتطوير شخصيته ، كل هذه السلوكيات تتدرج ضمن التفاعل الحاصل بين أعضاء الفوج والمربي وأنماط تفاعلها وعلاقتها الاجتماعية، فنجد أن عملية انتقال المعلومات من المدرب الرياضي إلى اللاعب في إطار عملية التعلم الحركي تساهم في الإرتقاء بمستوى قدرات اللاعب المهارية إلى أقصى درجة تسمح بها إمكانياته وإستعداداته هذا ما يحدث تغير في الأداء أو السلوك الحركي للاعب الرياضي.

الفصل الثالث

مقاربة التدريس بالكفاءات

تمهيد

يعتبر التدريس بالكفاءات من الاتجاهات الحديثة في التدريس، والتي تدخل في إطار اصلاح التعليم تلك الاتجاهات تهدف الى تعليم المتعلم كيف يتعلم بدلا من التركيز على تعليمه ماذا يتعلم بمعنى ان التلميذ هو المحور الأساسي في عملية التعلم وهذا اعتمادا على قدرته العقلية والنفسية والبدنية . فالكفاءة مصطلح متداول في مجال التربية، وفرضت نفسها في كل الميادين واعتمدها البلدان في انظمتها التربوية، مسايرة لمقتضيات التحويلات المختلفة وروح العصر .

1- المقاربة

1-1- لغة: هي مصدر غير ثلاث يفعله " قارب "، وهي على وزن " مفاعلة " وتعني في دلالتها اللغوية

المعنى " دناء " وحادثه بكلام حسن فهو " قربان " وهي " قربي " ضد "تباعدا ."

1-2- اصطلاحا: يقصد بها الكيفية العامة والخطة المستعملة، لنشاط ما (مرتبطة بهدف معينة) والتي اراد منها دراسة وضعية، او مسالة، او مشكلة او بلوغ غاية معينة، او الانطلاق في مشروع ما .

وقد استخدمت من هذا السياق كمفهوم تقني، للدلالة على التقارب الذي يقع بين مكونات العملية التعليمية التي ترتبط فيما بينها من طرف علاقة منطقية للتأزر فيما بينها من اجل تحقيق غاية تعليمية، وفق استراتيجية تربوية وبيداغوجية واضحة .

وهي ترتبط هنا بمنظور التدريس بالكفاءات للذي لا يقصد به مجرد حصول المعرفة او حسن ادائها، حتى يقال باننا اكفاء، وانما يبرز ذلك فيما تأكد منها وتجلى في اداء مجند بالمواد والمهارات والقدرات . (خير الدين هتي، 2005، ص 53)

2- مبادئ المقاربة :

تعتبر التربية عملية تسهيل النمو وتسمح بالتواصل والتكيف والاهتمام بالعمل فالمدرسة هي امتداد للمجتمع ولا يليق الفصل بينهما فيما تمثل التربية عنصرا فعالا في اكتساب المعرفة بحيث توافق بين انشغالات التلميذ وتطلعاته لبناء المجتمع، كما انها تعتبر التعلم عناصر يتضمن حصيلة المعارف والسلوكيات والمهارات التي تؤهله للقدرة على التعرف (المجال النفسي - الحركي) وكذا القدرة على التكيف. (الوثيقة المرافقة لمنهاج السنة الثانية من التعليم المتوسط للتربية البدنية والرياضية، ص 52)

3-الكفاءات :

3-1- لغة: هي المماثلة في القوة والشرف، القدرة على العمل وحسن تصريفه والكفاءة هي المولد اي التخيل في اللغة العربية اصلها لاتيني (Compétence) وقد ظهر استعمالها في اللغات الأوروبية سنة 3641 م بدلالات مختلفة .

3-2- اصطلاحا: ان التعريفات التي اعطت لهذه الكلمة تجاوزت مائة تعريف والذي يحدد معناها هو السياق العام الذي ترد فيه واليك بعض هذه التعاريف :

3-3- تعريف العلماء للكفاءة :

1- الكفاءة ذات دلالة عامة، تشمل القدرة على استعمال المكتسبات، لغرض استعمال وممارسة عمل او وظيفة، او مهنة، او حرفة .

2- تشتمل قدرة الشخص على استعمال المهارات والمعارف الشخصية ضمن وضعيات إشكاليات جديدة، داخل إطار معين .

3- الكفاءة مفهوم يتضمن تنظيم العمل وتخطيطه، وكذا الابتكار والقدرة على التكيف مع النشاط غير العادية .

الكفاءة عبارة عن جملة منظمة وشاملة للمعارف والمهارات، تسمح بالتعريف على وضعية اشكالية، ضمن عالية من الوضعيات والتمكن من حلها بفعالية .(خير الدين هتي، 2005، ص 55)

4- خصائص الكفاءة :

تتميز الكفاءة عن القدرة في كونها توظف جملة من المواد والإمكانيات كالمعارف العلمية والخبرات الشخصية والقدرات والمهارات المختلفة، وتتوافق هذه الخاصية مع التعريف التالي :

-الكفاءة ذات دلالة عامة تشمل قدرة الشخص على استعمال المهارات والمعارف لشخصية(المكتبات القبلية) جديدة داخل اطار معين.

-الكفاءة مرتبطة دوما بجملة من الوضعيات (الإشكاليات) ذات المجال الواحد اذ ينبغي ان تكون اشكاليات متجانسة في مادتها وعناصرها .

-الكفاءة ترتبط بالمادة في غالب الأحوال فعند انجاز فعل التعليم لبناء الكفاءة المطلوبة توظف معارف وقدراته ومهارات لها ارتباط مباشر بالمادة المدروسة.

-الكفاءة ترمي الى غاية منتهية اي ان الكفاءة لها ملمح نهائي يجب الوصول اليه يتمثل في ان الكفاءة تسعى لتحقيق غاية وظيفية سواء في الحياة المدرسية او العملية. (خير الدين هتي، 2005، ص 61)

5- اقسام الكفاءة :

مثل ما كان للأهداف مستويات (اقسام)، فان للكفاءات ايضا مستويات باعتبارها مفهوما تطوريا، يبني تدريجيا عبر اقسام متدرجة من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب .

تظهر في تعليمات التلاميذ خلال مراحل متوالية، اذ يتحقق كل مستوى او قسم منها في مرحلة معينة، فهي بناء عن ذلك تشكل مسار بنائيا، اندماجيا لمعارف وسلوكيات تتآزر فيه الكفاءات ضمن نسق بنايي، وهذا البناء هو اهم ما يميز بيداغوجيا كفاءات، فتتدرج مستوياتها حسب مراحل التكوين، وهي على النحو التالي:

1-5 -الكفاءات القاعدية " Compétition de Base "

تعتبر المستوى الأول من الكفاءات، وتتصل مباشرة بالوحدة التعليمية، وهي الأساس الذي تبني عليه بقية الكفاءات، إذا أخفق المتعلم في اكتساب هذه الكفاءة بمؤشراتها المحددة فانه سيوجه صعوبات وعوائق في بناء الكفاءات لاحقة (المرحلية)، ثم الكفاءات الختامية في نهاية الدارسة، ويودي به ذلك الى العجز الكلي للتعامل مع الوضعيات المختلفة، ويترتب عليه فشل التعليم فينتج عن ذلك :

- تأخر دراسي ويعود ذلك الى الضعف الواضح في المر دودية والفعالية.
- اخفاق في الاختبارات والامتحانات ويعود ذلك الى عدم التكيف مع الوضعيات الجديدة.
- القلق، التوتر والاضطرابات الذي يودي به الى الهروب من المشاركة في النشاطات الدراسية.
- تسرب مدرسي وانقطاع عن الدارسة .

من خلال التعريف السابق يتضح لنا ان الكفاءات المرحلية هي مجموعة نواتج التعليم الأساسية المرتبطة بالوحدات التعليمية، التي توضع بدقة ما سيفعله المتعلم وما سيكون قادر على أدائه والقيام به في ظروف معينة، وكما تحكم فيها تسنى له الدخول دون مشاكل في تعليمات جديدة ولاحقة، فهي الأساس الذي يبني

عليه التعليم .

2-5- الكفاءة الختامية (المرحلية " Compétition de Finale "

يبني هذا المستوى من مجموعة الكفاءات القاعدية الأساسية، ويتحقق بناء هذا لنوع من الكفاءات عبر مرحلة زمنية قد تستغرق شهرا، او ثلاثيا، او سداسيا او مجالا معينا .

وتعتبر ختامية (مرحلية) لأنها دالة تسمح بتوضيح الأهداف النهائية لجعلها أكثر قابلية للتجسيد، ويتم بناؤها بالشكل الآتي :

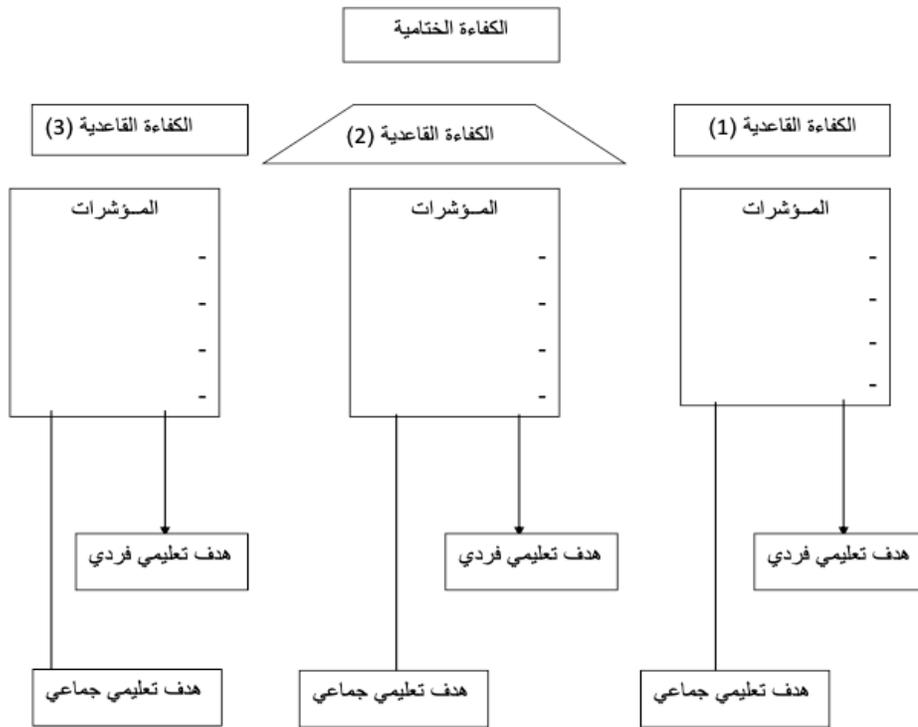
كفاءة قاعدية اولى + كفاءة قاعدية ثانية + كفاءة قاعدية ثالثة = كفاءة ختامية (حاجي فريد، 2005، ص 13)

3-5- الكفاءة النهائية " Compétition Terminal " :

تعد نهائية كونها عملا كليا منتهيا، وتتميز بطابع شامل وعام، وهي تعبر عن مفهوم ادماجي لمجموعة من

الكفاءات الختامية (المرحلة)، ويتم بناؤها وتمييتها خلال سنة دراسية او طور . (خير الدين هتي، 2005، ص 77)

6- نموذج البرمجة السنوية للكفاءة الختامية:



الشكل 08: نموذج البرمجة السنوية للكفاءة الختامية

(الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية، 2005، ص8)

7- أنواع الكفاءات :

نظار لأهمية الكفاءات، فقد تعددت انواعها واشكالها على حسب توجيهها، وهي ثلاثة انواع :

1-7- الكفاءة المعرفية : "Compétition de CANAISSENCE" :

بحيث لا تقتصر الكفاءات المعرفية على المعلومات والحقائق، بل تمتد الى امتلاك كفاءات التعلم المستمر، واستخدام أدوات المعرفة، ومعرفة طرائق استخدام هذه المعرفة في الميادين العلمية، كمعرفة النشاطات البدنية والرياضية، وتوظيف المعارف العلمية المرتبطة بهذه النشاطات، معرفة تنظيم العمل، والألعاب، وإستراتيجية تعلم المهارات. (عطا الله أحمد، 2006 ، ص68)

2-7- كفاءات الأداء : "Compétition de performance" :

تشمل هذه الكفاءات على قدرة المتعلم من اظهار سلوك لمواجهة وضعيات مشكلة بالكفاءات هنا تتعلق بأداء الفرد بمعرفته، ومعيار تحقيق الكفاءة هنا هو القدرة على القيام بالسلوك المطلوب، مثل انتاج حركي منسق . (عطا الله أحمد، 2006 ، ص69)

7-3 - كفاءة الانجاز او الإنتاج :

ان امتلاك الكفاءات المعرفية يعني امتلاك المعرفة الأزيمة لممارسة العمل دون ان يكون هناك مؤشر، على انه امتلاك القدرة على الأداء، اما امتلاك الكفاءات الأدائية يعني القدرة على اظهار قدرته في الممارسة، دون وجود مؤشر يدل على القدرة في احداث نتيجة مرغوب في اداء المتعلمين ومن هنا فالكفاءات التعليمية كسلوك قابل للقياس هي تتمكن من المعلومات والمهارات، وحسن الأداء، القدرة على العمل في ضوء معايير منسق عليها، وكذا نوعية الفرد، وخصائصه الشخصية التي يمكن قياسها .(عطا الله أحمد، 2006 ، ص70)

8 - مفهوم الكفاءة التدريسية :

تعرف الكفاءة التدريسية بانها سلوك انساني موجه تنعكس اثاره مباشرة اي مستقبل الفرد الأمر الذي يحتم الجهات المختصة انجازه من خلال اسس علمية موضوعية تمكن من تحقيق دوره البناء المتوقع من تحسين العملية التعليمية وتطويرها ما يقصد بها مجمل تصرفات وسلوك معلم التربية والتي تشمل المعارف والاتجاهات والمهارات اثناء الموقف التعليمي، ويتسم هذا السلوك بمستوى عال من الدقة والأداء . (خير الدين هتي، 2005، ص 5)

9 - انواع الكفاءات التدريسية :

الكفاءة المعرفية: هي عبارة عن مجموعة من المعلومات والقدرات الفعلية والمهارات الفردية بمهامه في نفس المجالات والأنشطة المتصلة بهذه المهام

- الكفاءة الوجدانية: عبارة عن اراء واستعداداته وميوله واتجاهاته ومعتقداته وسلوكه الوجداني .

- الكفاءة الأدائية: هي كفاءة الأداء التي يظهرها الفرد وتتضمن المهارات الحركية والمواد المتصلة بالتكوين البدني والحركي. (محمد السايح، 2001، ص 33)

10- نشأة المقاربة بالكفاءات :

يتفق اغلب الباحثون على ان البيداغوجية للكفاءات نشأة نتيجة صراع بين النظريين في التعليم هما : النظرية البنائية (Aléarie coustructiviste) التي تزعمها " جون بياجى (jean piaget)" والنظرية السلوكية التي يتزعمها العالم الأمريكي واطسن (watson) والروسي بافلوف (pavlov) فانصار النظرية البنائية ينطلقون من ان التعلم يحدث على اساس مبدأ التفاعل بين الذات والمحيط من خلال العلاقة التبادلية بين الذات العرف وموضوع المعرفة وتنتقل هذه النظريات من مجموعة من المسلمات والفرضيات، من اهمها نجد ان الذات ليس سلبية في التفاعل مع المحيط، فهي تخضع ما تتلقاه لعمليات فهم تأويل واد ارك وتعديل بنيانها لتلاوم مع ما يحيط بها، حسب بياجى كما يؤكد هؤلاء الباحثون على ان كل تعلم يعتمد على بنيات معرفية متشكلة مع بنيات ومحتويات ومفاهيم مكتسبة سابقا. (عبد اللطيف الفرابي، 1999، ص 52)

ويرى محمد بوعلاق ان للفرد الذي يتعلم نادرا ما يوظف طاقته أثناء التعلم ومنه فان تطوير القدرات الى أعلى مستوى يمكن ان يتم من خلال تبني طرائق وأساليب بيداغوجية معرفية، بحيث ان الهدف الأسمى حسب هذا الباحث في هذه النظرية ليس تزويد المتعلم بالمعارف وبالمعلومات جاهزة، بقدر ما هو تطوير تكييف نشاطه العقلي والوجداني والحركي، لكي يصبح قادرا على استثمار قدرته وطاقته بشكل فعال .

اذن فعلى المستوى البيداغوجي اثرت البنائية على التصورات الديدانكتيكية حيث يوجه الفعل التربوي نحو وضعيات تفاعلية، تثير لدى التلميذ الحاجة الى البحث وصاغة مشكلات، واثارة الصراعات وخلق المبادرة والإبداع وتقوم هذه التصورات الديدانكتيكية على فكرة مركزية تجعل من المعرفة السيكولوجية، تؤثر على هذا المحيط وتمكنه من الارتقاء من الإحساس على التمثيل والبناء. (محمد بوعلاق، 2004، ص 09)

11- مفاهيم حول المقاربة بالكفاءات :

1 - هي بيداغوجية وظيفية تعمل على التحكم في مجريات الحياة، بكل ما تحمله من تشابه العلاقات، وتعقيد في الظواهر الاجتماعية ومن ثم فهي اختبار منهجي يمكن المتعلم من النجاح في هذه الحياة على صورتها، وذلك بالسعي الى تثمين معارف المدرسية وجعلها صالحة للاستعمال في مختلف ميادين الحياة.

2- البيداغوجيا بالكفاءات هي عبارة عن تصور تربوي بيداغوجي ينطلق من الكفاءات المستهدفة في نهاية اي نشاط تعليمي ونهاية مرحلة تعليمية، لضبط استراتيجيات التكوين في المدرسة من حيث استراتيجية التدريس لوسائل التعليمية واهداف التعلم، وانتقاء المحتويات واساليب التقويم وادواته .

12-تعريف المقاربة بالكفاءات :

هي منهج اساسه الكفاءة التي تفرض محتويات تناسب محتوى المتعلم الإمكانيات المتوفرة وهي الانتقال من منطلق التعليم والتلقين الى منطلق التعليم عن طريق الممارسة والوقوف على مدلول المعارف ومدى اهميتها في حياة الفرد وبذلك حياة الفرد يصبح حل المشكلات الأسلوب المعتمد للتعليم الفعال اذ يفتح المجال امام المتعلم لبناء معرفه وبإدماج المعطيات والحلول الجديدة ومكتسباته وتعليماته كما تحدد ادوار متكاملة لكل من المعلم (المنشط، المنظم المشجع) والمتعلم (الشريك، المسؤول عن التعلم). (محمد صالح الحثروبي، 2005، ص 12)

13-نظريات تأسيس المقاربة بالكفاءات :

لابد ان كل مقاربة تعليمية، اعتمدت على نظريات اختلفت في التصورات الفلسفية التي على أساسها بنيت، وقبل ان نعرض الخلفيات النظرية بمقاربة التدريس بالكفاءات، يحسن بنا تقديم لمحة موجزة عن اهم النظريات التي تأسست على مبادئها المقاربة بالكفاءات .

1-13-النظرية المعرفية :

يختلف اصحاب هذه النظرية عن السلوكيين، في كونهم ينطقون من السيرورات الذهنية التي تتداخل في تنظيم التعلم وتحصيله عن المتعلم، ومن رواده نعوم تشمسكي .

لذلك وجهوا اهتمامهم الى الطريقة التي تتم بها هذه السيرورة في التعلم فقد نظروا الى المتعلم على انه " نظام نشط لمعالجة المعلومات تشبوهه بالحاسوب فهو يلتقط المعلومات من العالم الخارجي، ثم يقوم بالتعرف عليها ويحزنها في الذاكرة ثم يسترجعها عندما يكون في حاجة اليها لتفهم المحيط الخارجي او حل مشكلة ما .

13-2 - النظرية البنائية :

من رواد هذه المدرسة "جون بياجى" يتجه اصحاب هذه النظرية الى ان المعرفة تنتج من اعمال حقيقية يقوم على المتعلم باستنتاجها، لذلك وجه الاهتمام الى الدور النشط الذي يوديه المتعلم في عملية تعلمه . كما يؤكدون على ان تكون هذه المعارف ذات معنى جديد في توظيفها وبناء المعرفة في هذا السياق ينبغي ان يعتمد على تصورات المتعلم وفهمه لواقع المشكلة، ولا تأتيه من الخارج من طرف المعلم .

13-3 - البنائية الاجتماعية :

هي تيار معرفي من رواده الباحث الروسي " فيقو تسكي " و " دواز " و " مني " يذهب هذا الفريق في تحليله لعملية التعلم ان مفهوم الوساطة المعرفية التي يومنها الآخر الى جانب المعرفة والمتعلم يلعب الوسيط المعرفي سواء كان كهل ام صغير، دو ار هاما في بناء المعرفي .

14 - دواعي اختيار المقاربة بالكفاءات :

عندما نطلب من المتعلم القيام بمقارنة فان العملية اعقد من التعبير عن وجود الشبه والاختلاف بين عنصرين او مفهومين بل هي تفاعل لعمليات عقلية تستخدم الذاكرة والتخيل جميعا في ادراك العلاقة تشابها واختلافا .(خير الدين هتي، 2005، ص 90-92)

وتتلخص دواعي اختيار المقاربة بالكفاءات في جملة من التحديات هي :

- ضرورة الاستجابة لتزايد حجم المعلومات في مختلف المواد التعليمية.
- ضرورة تقديم معلومات ذات دلالة بالنسبة لكل ما يتعلق بالتعليم وتؤدي به الى التساؤل لماذا يتعلم مادة معينة وبطريقة محددة.

- ضرورة ايجاد فعالية داخلية من اجل تعليم ناجح وتكافؤ الفرص للجميع.
- ضرورة الاستجابة لتطلب ملح يتمثل في النوعية وحسن الأداء من خلال اختيار مسعى بيداغوجي يضع المتعلم في محور الاهتمام .
- اعتماد بيداغوجيا يكون شغلا شاغلا لتزويد المتعلم بوسائل التعلم وما يسمح له بأن يتعلم كيف يفعل وكيف يكون .

15-المواصفات الموجهة لمتطلبات برنامج المقاربة بالكفاءات :

- ترتكز المقاربة بالكفاءات على مجموعة من المتطلبات كالخصائص، المبادئ والأسس التي تبنى عليها، ولمواجهتها يجب ان تتوفر عند الأستاذ ثلاث مواصفات مترجمة في عدد من العمليات هي :
- 1 -جانب التصور والتحضير:** يتصنف هذا الجانب على مجموعة من الإمكانيات والمواصفات التي يجب على الأستاذ ان يحققها وهي كالاتي:

-التمكن من بناء واعداد وحدات تعليمية في القضاء الزمان.

- التمكن من وضع استراتيجية لتسيير الوحدات التعليمية والحفاظ على التحفيز.

- التمكن من تقسيم وحدات تعليمية ووحدات تعليمية من حيث معاييرها.

2 - جانب التطبيق : يجب على الأستاذ في هذا الجانب ان :

- يعايش الكفاءات والأهداف التعليمية من خلال أنشطة بدنية ورياضية على شكل وحدات تعليمية تكون متمحورة بين 8 حتى 9 حصص تعليمية، وتكون مترابطة ومتدرجة ومشتقة على تعليمات حركية موجهة ومقنعة .

-تكييف التعليمات لمختلف الأوساط والمواقف وتتجدد بتغيرها من خلال ممارسة تضبط المواجهة بقواعد واضحة تتماشى والأهداف من جهة، ومنطلق لوضعية من جهة اخرى وروح النشاط من جهة ثالثة.

3 - جانب تسيير التعليمات : تعتبر المعارف في التربية البدنية والرياضية اداة يعتمد عليها المتعلم بناء حركاته وتصرفاته من جهة ووسيلة ضبط، وتعديل يوجه بها المعلم التعليمات المستهدفة وتسمح بـ:

- تحليل وترجمة الوضعية، واستغلال الطريقة الناجحة للممارسة والتعلم.
- تنظيم العمليات بأحكام لتحقيق افضل النتائج، ومعرفة مدى تحقيق معايير النجاح.
- معرفة كيفية استخدام الوسائل، بحيث تحدد من خلالها اسس التحكم في تسيير النشاط بما يتماشى والأهداف المتوفاة.
- معرفة الوقت المستغرق في عملية التعلم، معرفة ظروف تحقيق افضل النتائج او توفيرها.
- معرفة النتائج وتحديد شكلها (كمية، نوعها، مقارنة).
- معرفة مدى تطابقها مع الأهداف المسطرة. (طيب نايت سليمان 2004، ص 26-27)

16-اهداف المقاربة بالكفاءات :

ان التعلم بمشكلة لم يصمم لمساعدة المدرس على نقل هائل من المعلومات الى اذهان المتعلمين، بقدر ما صمم لتقديم المساعدة للمتعلمين على :

- تنمية تفكيرهم ومهاراتهم الفكرية، وقدرتهم على حل مشكلة.
- تعلمهم ادوار الكبار من خلال مواجهة المواقف الحقيقية والمحاكاة.
- تحلهم الى متعلمين مستقلين استقلالاً ذاتياً. (الوثيقة المرافقة لمنهاج التربية البدنية والرياضية، 2006، ص 33)

وهذا ما ادى ببعضهم الى القول عن اهداف التعليم بالمشكلات " انها تكاد تتخلص من هدف واحد هو التعلم " وهو طبعا هدف يمكن من تحليل ذلك الى سلسلة من الأهداف الفرعية المتضمنة اهمها :

- اكتساب نتائج المتعلمين وتطوير خبراتهم ومهاراتهم بفعل الممارسة.
- تغيير علاقة المتعلمين بالمعرفة بعد تحويل موقفهم السلبي منها الى موقف ايجابي يحفز طلب المعرفة واكتسابها.
- استيعاب المواد الأساسية والتحكم في سيرورة التعلم.

- تشجيع عمل الفرد مع المجموعة، ومن ثم اعداده للحياة المهنية وادماجه في المجتمع .
- وهذا فضلا عن ان لكل مشكلة اهدافها الخاصة التي ينبغي شرحها وتوضيحها لكافة المتعلمين في كل موقف تعليمي، بما في ذلك المهام التي يفرض تمكنهم من القيام بها بعد حسن التعلم .(مصطفى بن حبيلس، 2004، ص 9)

17-اهداف التربية البدنية في ضوء المقاربة بالكفاءات :

تحقق اهداف التربية البدنية بالمرحلة الثانوية بدرجات متفاوتة وذلك حسب المواقف المتاحة في الدرس كي يتعلم منها المهارات الحركية وهذا من خلال أنشطة بدنية ورياضية متنوعة ترمي الى بلورة شخصية التلميذ وصقلها من حيث :

1-17-الناحية البدنية :

- تطوير وتحسين الصفات البدنية.
- التحكم في النظام وتسيير وتوزيع الجهود.
- قدرة التكيف مع الحالات والوضعيات.
- المحافظة على التوازي من خلال التنفيذ .

2-17-الناحية المعرفية :

- معرفة تركيبه الجسم.
- معرفة بعض القوانين المؤثرة على جسم الإنسان.
- معرفة قواعد الإسعافات الأولية اثناء الحوادث المدنية .
- معرفة قواعد الصحة والوقاية.
- قدرة التواصل والاتصال الشفوي.
- معرفة تاريخ وقوانين الألعاب الرياضية .

3-17-الناحية الاجتماعية :

- التحكم في الثروات والسيطرة عليها.
- تقبل الآخر والتعامل معه في حدود قوانين الممارسة.
- التمتع بروح رياضية وتقبل الهزيمة او الفوز.
- روح المسؤولية والمبادرة البناءة والتعايش مع الجماعة .(مصطفى بن حبيس، 2004، ص 12)

18- خصائص المقاربة بالكفاءات :

للکفاءات علاقة بالمجال التعليمي اي وجودها لا يظهر الا من خلال نشاط معين يتضمن مواقف تطرح فيها مشاكل :

- للکفاءات ابعاد مشتملة (معرفي، مهاري، وجداني، اجتماعي).
- للکفاءة سياق مرتبط بوضعيات تعليمية محددة.
- اكتساب المعارف كمفهوم اندماجي " قابل للاستعمال والاستثمار".
- اعتبار الأنشطة الرياضية قاعدة اساسية ودعامة ثقافية ومعرفية.
- تناول الأنشطة بطريقة بعيدة عن التناول التقليدي .(مصطفى بن حبيس، 2004، ص 14)
-

19- مميزات التدريس بالكفاءات: يمكننا تلخيص مميزات هذا النوع من التدريس فيما يلي:

1-19 - تفريد التعليم :

وهذا من خلال جعل المتعلم يتمتع بأکبر قدر من الاستقلالية اي انه يصبح محور العملية التعليمية التربوية، وذلك بفسخ المجال امام مبادراته وفي اقتراح اراءه وافكاره مع مراعاة ما يسمى بالفروق الفردية بين المتعلمين، تفاديا لأي تهميش الذي قد يؤثر سلبا على شخص المتعلم.

2-19 - قياس الأداء :

على عكس ما كان معمولاً به في المقاربات القديمة التي كانت تعني أهمية كبيرة للمعارف النظرية، ففي هذا النوع من التدريس القياس ينصب مباشرة على تقويم الكفاءة المنتظرة " تقويم الإنجاز "

19-3 - تحرير المعلم من القيود :

في هذا النوع من التدريس يصبح المعلم منحصراً في توجيه وتنشيط المتعلمين وتهيئة ظروف التعلم وانتقاء الأساليب البيداغوجية والوسائل التعليمية الناجعة وتقويم أداء المتعلمين .

19-4 - دمج المعلومات :

هي من أهم العناصر في بيداغوجية الكفاءات، فعلى المتعلم أن يدمج المعلومات المتحصل عليها بطريقة تتماشى مع مبدأ تكوين المفاهيم في الذهن (على شكل حلزوني) يبدأ بمفهوم بسيط ثم تتبع دائرته حلزونياً حتى يصل إلى منتهاه .

19-5 - توظيف المعارف :

في هذا النوع من التدريس أنه يدفع بالمتعلم إلى استغلال واستثمار ما يسمى المكتسبات القبلية من معارف قصد الوصول إلى اتجاه الحلول الملائمة حين مواجهة إشكالية ما .

19-6 - تحويل المعارف :

على المتعلم أن يكون قادراً على تحويل هذه المعارف في إطار النظري إلى إطار عملي وظيفي نفعي على شكل سلوكيات قابلة للملاحظة والقياس. (حاجي فريد، 2005، ص65)

20- مبادئ المقاربة بالكفاءات :

تعتبر المدرسة امتداداً للمجتمع ولا يليق الفصل بينهما لأنه لكل مجتمع خصوصيته الثقافية والتربوية لذا يجب مراعاة هذه الخصوصيات أثناء إعداد البرامج البيداغوجية لمختلف المواد التعليمية وذلك بتعديلها، وتفتحها حسب الإمكانيات التي تتوفر عليها المؤسسات التربوية من إمكانات ووسائل وكذا حسب قدرات التلاميذ والأساتذة في تطبيق واستيعاب هذه المناهج لذا فإن المدرسة تعتبر عناصر فعالاً في تنمية القدرات المعرفية وحاجة المجتمع إليه في المستقبل، فهي (المؤسسة التربوية) تعتبر همزة

وصل بين الانشغالات والطموحات الشخصية وتطلعات الهيئة المشرفة من اجل الاستفادة والاستثمار في العنصر البشري وذلك بالاعتماد على النقاط التالية :

- القدرة على التصرف (المجال النفس حركي) .
- القدرة على التعرف (المجال المعرفي).
- القدرة على التصرف (المجال الوجداني).

بجعل التربية الحديثة (المقاربة بالكفاءات) التلميذ الفاعل والمحرك الأساسي في اكتساب التقنيات التي يتلقاها من طرف الأساتذة بالإضافة الى تنمية المعارف الفطرية والموهوبة للارتقاء بها الى المهارات مقاسيه الدقة، الفعالية، والتوازن وذلك بالتوافق بين القدرات العقلية الحركية النفسية.

تعتمد الكفاءة على قدرة التلميذ في الاكتساب والانجاز لأنها تقسم بنوع من الصعوبة والتعقيد وذلك عبر سيرورة عملية التعلم والتي يدخل فيها الجانب النظري والتطبيقي، قابلة للقياس الملاحظة عبر مؤشراتها.

ان مبدأ الشمولية والتكامل كوسيلة لتحقيق الملمح العام للمتعلم بعد اكثر من الضرورة، لأن الاعتماد عليه لا يقضي اي طرق من تطبيق مثل هذه المناهج، وذلك يعني اننا نكتفي بهذا المبدأ فقط وانما هناك امكانية لإدخال مجموعة من المناهج التحليلية في عملية التكوين المتعلقة بالمقاربة بالكفاءات وهي :

- تنظيم برامج التكوين وانطلاقاً من الكفاءات الواجب اكتسابها.
- تغيير الكفاءات وفق السياق الذي يطبق فيه.
- وصف الكفاءات بالنتائج والمعايير.
- وصف مشاركة اوساط المعينة لبرامج التكوين في مسار اعداد هذه البرامج.
- تتم الكفاءات انطلاقاً من النتائج والمعايير المكونة بها.
- اعتماد التكوين على الجانب التطبيقي خاصة .(حاجي فريد، 2005، ص76)

21- مفاهيم المقاربة بالكفاءات:

1-2 - الكفاءة النهائية: هي كفاءة تعبر عن ملمح التلميذ وتتحقق عن طريق التدريج في الكفاءات.

2-21 - الكفاءة الختامية: تشتق الكفاءة الختامية من الكفاءة النهائية وهي الكفاءة المحددة في المناهج المراد تنفيذها واكتسابها خلال السنة الدراسية حيث توزع خلال مجالات تعليمية وهي فصول السنة الدراسية ويعبر كل فصل عن كفاءة مرحلية .

3-21 - الكفاءة القاعدية (مرحلية) : تشتق هذه الكفاءة من الكفاءة الختامية تمثل كفاءة مرحلية مجال تعليمي حيث يدوم 9 اسابيع كل كفاءة مرحلية من هذا فان الأول الخاص بالنشاط الفردي والآخر خاص بالنشاط الجماعي .

4-21 - الهدف التعليمي: تشتق الهدف التعليمي من الكفاءة المرحلية يعبر عن وحدات تعليمية اساسها أنشطة جماعية وفردية .

5-21 - مؤشرات الهدف التعليمي: تشتق المؤشرات من الهدف التعليمي المناسب لطبيعة النشاط (فردية، جماعية) تعزز بمقاييس (معايير النجاح) لتصبح اهداف إجرائية .

6-21 - الهدف الإجرائي: هي اهداف تصاغ بشكل واضح انطلاقا من المؤشرات التي وضعت للهدف التعليمي ويتم تحقيقها في حصص تعليمية تبني عليه الوحدة التعليمية .

7-21 - شروط الإنجاز: تقتضي ترتيب حالات تعليمية خلال مرحلة الإنجاز وذلك باشتراك التلاميذ في ورشات كل ورشة تعبر عن حالة تعليمية بحيث تستجيب كل ورشة كل عوامل اهمها :

- مساحة عمل توفر الأمن - النظافة - الهوية - الإنتاج.
- وسائل عمل مختلفة ومتنوعة وتكون مناسبة للنشاط.
- توزيع وترتيب الزمن المحدد للعمل الخاص بكل مرحلة من مراحل الحصص وكذا بكل حالة تعليمية.
- وتيرة العمل والمتمثلة في الشدة - السرعة - حجم العمل المراد انجازه من طرف التلاميذ.
- وسائل التقويم المختلفة خاصة منها بطاقات الملاحظة الخاصة بالتلميذ والأستاذ .(منهاج التربية البدنية والرياضية، 2007، ص 09)

22- مسعى المنهاج الجديد :

يسعى المنهاج لبلوغ كفاءات بمختلف مستوياتها من خلال المسار لدارسي صبغة كفاءة سميت بكفاءات نهائية تتويجا للمرحلة الثانية اشتقت من الكفاءة كفاءات سميت بالختمية وهي مترابطة مع سن التلاميذ وهي تعبر عن مستوى السنة الأولى - الثانية والثالثة، اشتقت من كل كفاءة ختمية 3 كفاءات سميت بالقاعدية وهي مرتبطة بالنشاط واشتقت من كل كفاءات قاعدية مؤشرات دالة يلجأ إليها المدرس عند بناء الوحدة التعليمية بعد اخضاعها للتقويم في النشاط المختار والوقوف على مدى اكتساب التلاميذ لها لي تصاغ النقائص على شكل أهداف إجرائية. (حاجي فريد، 2005، ص86)

23- منهجية التخطيط على ضوء المقاربة بالكفاءات:**1-23 - برمجة العمل السنوي :**

- -المدة الزمنية السنوية تتراوح ما بين 26-28.
- الحجم الساعي الأسبوعي (ساعتين اسبوعيا).
- المنشأة الممكن استعمالها داخل وخارج المؤسسة.
- الكفاءات المسطرة ومدى تطابقها مع الأنشطة .

2-23 - برمجة الوحدات التعليمية :

تبرمج الوحدات التعليمية بما يتوافق والمجالات التعليمية المعبرة عموما على فصول السنة الدراسية بحيث يشمل كل مجال تعليمي نشاطين(فردى-جماعى) يحصر كل نشاط هدفا تعليميا عن طريق اجراءات معايير في أهداف خاصة بعد التقويم التشخيصي .

3-23 -أسس تشكيل الأفواج :**1-3-23-الزمن التشريحي:**

ما يلاحظ على معظم التشكيلات الخاصة بالتلاميذ وجود فروقات فردية بين النسبة الجسمية وهذا ما يسمى العمر التشريحي حين يختلف العمر الزمني عن العمر التشريحي وعليه يجب مراعاة هذا الجانب في تقسيم الأفواج .

23-3-2- الجنس: هناك فروق واضحة بين الذكور والإناث خاصة في المرحلة الثانوية فالذكور احيانا ذو عضلات اشد وامتن ويزداد الطول من حين تظهر علامات الأنوثة عند البنات .

23-4- الاستعدادات الفنية والبدني :

قد نجد في القسم عددا من التلاميذ له توافق عصبي وعضلي وقدرات بدنية متميزة او جانب فني اما وراثي كخاصية السرعة واما يكسب ذلك من جراء الممارسة والتدريب كمداعبة الكرة .

23-5- الإمكانيات المتاحة للعمل :

ان الحاجة للمساحة او المسافة المخصصة للعب والعتاد المخصص للأداء دو ار هاما في نجاح العمل بالأفواج، فمثلا مساحة المكان تسمح باستعمال طريقة العمل بالورشات او كثرة الكارت تسمح بتشكيل عدد كبير من الأفواج .

23-6- زمن النشاط او الحصّة :

يلعب التوقيت المخصص للحصّة او درس التربية البدنية والرياضية بصفة عامة نشاط واحد داخل الحصّة او فترة أدائه اما في جو حار او معتدل بصفة خاصة دوار في تشكيل الأفواج وبذلك تكون فترة العمل اطول وتكون كمية العمل على العموم كبيرة .(إصدارات وزارة التربية والتعليم، ص 03)

24- الغرض من تشكيل الأفواج :

24-1- الأهداف التنظيمية :

- التنظيم في سير الدرس .
- التسيير وتنظيم العقلاني للعتاد المتوفر .
- التحكم في توقيت الحصص .

24-2 - الأهداف المعرفية والفنية :

- اشتراك اكبر عدد ممكن من التلاميذ.
- ملاحظة التلاميذ ومراقبتهم بشكل جيد.
- تحقيق احسن النتائج.
- تداول التلاميذ على النشاط وبشكل متكافئ.

24-3 - الأهداف الوجدانية والعاطفية :

- غرس روح المسؤولية والمساعدة والتعاون بين التلاميذ.
- خلق روح التنافس والاجتهاد من اجل الفوز.
- نقص مختلف الأدوات (الملاحظة - التنظيم - التسيير)
- التحكم في الانفعالات عند الفوز او الهزيمة.
- التضامن العقلي مع الزملاء داخل الفوج وخارجه .(خير الدين هتي، 2005، ص 78)

25 - مصفوفة كفاءات التعليم الثانوي:**25-1 - الكفاءة النهائية :**

ان يتمكن المتعلم من تنسيق العمليات الحركية وضبط التعريفات الذاتية في مختلف الوضعيات تحترم فيها مبادئ التنظيم والتنفيذ والروح الرياضية .

25-2 -الكفاءة الختامية:

- السنة الثالثة :ان يتمكن المتعلم من ضبط الاستجابات السلوكية مع تنويع اشكالية وشدة الحركة قصد تحسين النتيجة او منتج رياضي ذو صفة جمالية
- السنة الثانية :ان يتمكن المتعلم من تكييف وترشيد الاستجابات الحركية حسب صبغة جمالية وشكل المواجهة ووضعيات متعلقة بالمسافة والشدة والمدة.

- السنة الأولى :ان يتمكن المتعلم من تنسيق وتكييف مختلف العمليات الفردية والجماعية حسب ايقاع معين ومسافة معينة وبشدة معينة .

26- مقارنة البرنامج القديم بالمنهاج الجديد :

البرنامج القديم (المقاربة بالأهداف)	المنهاج الحالي (المقاربة بالكفاءات)
<p>مبني على المحتويات</p> <p>أي ما هي المضامين لمستوى معين، في نشاط معين؟</p> <p>- المحتوى هو المعيار</p>	<p>مبني على أهداف معن عنها</p> <p>في صيغة كفاءات، أي هي الكفاءات المراد تحقيقها لدى التلميذ في مستوى معين.</p> <p>- الكفاءة هي المعيار.</p>
<p>منطقة التعليم والتلقين</p> <p>أي هي كمية المعلومات في المعارف التي يقدمها الأستاذ؟</p>	<p>منطقة التعلم</p> <p>أي ما مدى التعليمات التي يكتسبها المتعلم من خلال الإشكاليات التي يطرحها الأستاذ؟</p> <p>- وما مدى تطبيقها في المواقف التي يواجهها المتعلم في حياته الدراسية اليومية</p>
<p>المربي: يلقي - يأمر وينهي</p> <p>المتعلم: يستقبل المعلومات</p>	<p>المربي: يقترح فهو مرشد، موجه ومساعد لتجاوز العقبات.</p> <p>المتعلم: محور العملية، يمارس، يجرب، يفشل، ينجح ثم يكسب ويحقق.</p>

<p>الطريقة المعتمدة: هي بيداغوجية الفروقات</p> <ul style="list-style-type: none"> - أي مراعاة الفروقات الفردية الاعتماد عليها اثناء عملية التعلم - درجة النضج متباينة لدى المتعلمين - تحديد عدة مسالك تعليمية . 	<p>الطريقة البيداغوجية المعتمدة هي طريقة التعميم النمطية، أي كل التلاميذ سواسية وفي قالب واحد</p> <ul style="list-style-type: none"> - اعتبار درجة النضج لدى التلاميذ واحدة - اعتماد مسلك تعليمي واحد
<p>اعتبار التقويم عناصر مواكبا لعملية التعلم فهو تقويم تكويني قصد الضبط أو التعديل</p> <ul style="list-style-type: none"> - درجة اكتساب الكفاءات - توظيف الكفاءات المكتسبة في مواقف 	<p>اعتماد التقويم (المعيار المرحلي فهو تقويم تحصيلي)</p> <ul style="list-style-type: none"> - عموما درجة تذكر المعارف - لا مكان لتوظيف المعارف

الجدول 02: المقارنة بين المقاربة الأهداف والمقاربة بالكفاءات

(المفاهيم والوثائق المرافقة للمنهاج، ص 94)

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل، اتضح لنا الأهمية الكبرى التي أسندت إلى المتعلم، وهذا باعتباره محورا أساسيا ومسؤول تعليم ذاته بذاته، كما أننا التمسنا من هذا المنهاج الجديد الصيغة الحديثة لمهام الأستاذ والتي تتجلى في كونه مرشدا أو مسير يساعد المتعلم على ممارسة التعلم، ويتولى إعداد ما يناسبه من استراتيجيات وطرق. من هنا يتضح الفارق بين البيداغوجيا التقليدية من جهة والبيداغوجيا الحديثة والمعاصرة من جهة أخرى، حيث أن الأولى ترمي إلى إكساب التلميذ المعرفة، بينما الثانية تعلمه حسن التصرف ذه المعرفة.

الجانب التطبيقي:
الخلفية المعرفية التطبيقية

الإجراءات الميدانية

للعمل الميدان

تمهيد:

طبيعة المشكل التي يطرحها بحثنا تستجوب علينا التأكد من صحة أو خطأ الفرضيات التي قدمناها في بداية البحث، لذا استوجب علينا القيام بدراسة ميدانية بالإضافة إلى الدراسة النظرية لأن كل بحث نظري يشترط تأكيده ميدانيا إذا كان قابلا للدراسة.

وفي هذا الفصل حاولنا توضيح منهجية البحث والإجراءات المنهجية المتبعة، وكذلك الأدوات والوسائل الإحصائية المستخدمة لغرض الوصول إلى نتائج علمية يمكن الوثوق بها.

1- الدراسة الاستطلاعية :

نظرا لطبيعة بحثنا الذي يمس الميدان المدرسي، ومن خلال التكوين النظري الذي تلقيناه في المعهد والتكوين التطبيقي الذي تلقيناه في المؤسسات التربوية التي أجرينا فيها التربص الميداني، هذا ما سمح لنا بالاحتكاك بأساتذة التربية البدنية والرياضية من خلال الحصص المقررة، الندوات التطبيقية أو النشاطات اللاصفية، بغية الاستفادة من خبراتهم ومناقشة مختلف المشاكل التي تعترض الأساتذة والتلاميذ في مختلف المستويات، وكذلك بعدم ارجعتنا لمجموعة من المراجع والدراسات السابقة التي تتناول المجال التربوي بصفة عامة، ودور تقنيات التنشيط في حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي، وانطلاقا من ذلك قمنا بوضع مجموعة من الأسئلة (الاستبيان) موجهة لمجموعة من الأساتذة (45 أستاذ) بصفتهم فاعلين في مجال التدريس المتوسط، وبعد القيام بعملية الاستجواب، وإعادة الاستجواب بعد أسبوع على نفس المجموعة تبين لنا أنه لا بد من:

- إلغاء بعض الأسئلة التي لا تتناسب أو لا تخدم موضوع الدراسة.
- إعادة صيغة بعض الأسئلة الغير مفهومة من طرف المستجوبين.
- تعديل في الأسئلة التي استغرق فيها المستجوبين الوقت للإجابة عليها.

2- المنهج المتبع في الدراسة :

بما أن موضوع بحثنا يدور حول معرفة "دور تقنيات التنشيط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط"، فإننا نرى أن هذه الدراسة يناسبها إتباع المنهج الوصفي الذي يعتمد على جمع المعلومات ووصف حالة، من خلال "وصف الظواهر أو الأحداث أو أشياء معينة وجمع الحقائق والمعلومات والملاحظات عنها ووصف الظواهر الخاصة بها وتقرير حالتها كما توجد عليه في الواقع، هذه البحوث تسمى بالبحوث المعيارية" (توفيق الطويل، 1964، صفحة 141).

3- متغيرات البحث:

لتعيين واختيار متغيرات البحث، لابد من التحكم المسبق في المقاربة النظرية للموضوع المتعلق بدور التنشيط في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط، الشيء الذي يسمح بتوضيح هذه العناصر بشكل دقيق، وهذا ما أدى بالباحث إلى التفكير المسبق في تحديد متغيرات هذه الدراسة على النحو التالي:

3-1- المتغير المستقل : هو ذلك المتغير الذي يؤثر في متغير آخر، أو أنه المتغير الذي يؤدي التغيير فيه إلى التغيير في قيمه إلى إحداث تغيير في متغير آخر، وبعبارة أخرى المتغير المستقل هو السبب الذي يؤدي على حدوث ظاهرة أو تغيرات أخرى (نسيمة ربعة جعفري، 2116، صفحة 81).
بهذا فتقنيات التنشيط هي بمثابة المتغير المستقل لهذه الدراسة.

3-2- المتغير التابع : هو ذلك المتغير الذي يؤثر فيه متغير آخر، أي أن قيمه تتأثر بالتغيير الذي يطرأ على قيم المتغير المستقل، وبعبارة أخرى المتغير التابع هو النتيجة (مصطفى عمر التير ، 1995، صفحة 225).

وبهذا نقول أن المتغير التابع هو مدى تحقيق الهدف التعليمي لحصة التربية البدنية و الرياضية.

4- مجتمع البحث:

من أجل إتمام البحث العلمي الجيد يتطلب منا اختيار عينة تتلاءم مع طبيعة العمل وتتسجم مع المشكلة المراد حلها لهذا فاختيار العينة يعتبر من الخطوات الرئيسية كونها تمثل المجتمع الأصلي أصدق تمثيل.

اشتمل مجتمع البحث على أساتذة التربية البدنية والرياضية لتعليم المتوسط لغرب ولاية تيبازة للموسم الدراسي 2021-2022 وقد بلغ عددهم 45 أستاذ.

5- عينة البحث:

5-1- الأساتذة: تم اختيار العينة بطريقة مقصودة في دراستنا، وهي نفس عينة مجتمع البحث، وتكون مشكلة من أساتذة الطور المتوسط لغرب ولاية تيبازة، وعددهم 45 أستاذ.

6- مجالات البحث:

6-1- المجال الزمني: تم إجراء البحث الميداني حسب الخطة الزمنية التالية:

- المدخل العام والجانب النظري للبحث بين: 6 جانفي 2022 إلى 25 مارس
- اختبار العينة الاستطلاعية: الإثنين 11 فيفري الأحد 18 فيفري 2022.
- توزيع وجمع الاستبيان الخاص بالأساتذة: 2022/02/25 إلى 2022/03/13.
- تحليل ومناقشة النتائج: 20 مارس 2022م إلى 15 أبريل 2022م.

6-2- المجال المكاني: لإجراء البحث الميداني، وقع الاختيار على متوسطات غرب ولاية تيبازة بالنسبة للأساتذة:

- متوسطة ولد عمار محمد (قوراية)
- متوسطة امحمد بوقرة (قوراية)
- متوسطة عباد بلقاسم (أغبال)
- متوسطة تيفساسين (بني ميلك)
- متوسطة هواري بومدين (الداموس)
- متوسطة السي حسن (الداموس)
- متوسطة بن ضيف الله (شرشال)
- متوسطة يمينة أوداي (شرشال)
- متوسطة حبوش ابراهيم (شرشال)
- متوسطة عبد الله بلميلود (حجرة النص)

7- ادوات البحث :

قصد نفي أو إثبات الفرضيات المقدمة في البحث يستلزم علينا اختيار أنجع الطرق، وذلك من خلال الدراسة والتفحص وهذا باستخدام الأدوات التالية:

7-1- الدراسة النظرية: يصطلح في تسميتها بالمعطيات الببليوغرافية حيث تتمثل في الاستعانة بالمصادر والمراجع من كتب، مذكرات، مجلات، جرائد رسمية، نصوص منشورة، التي يدور محتواها حول تقنيات التنشيط ومختلف العناصر المشابهة التي تخدم هذا الموضوع سواء كانت مصادر باللغة العربية وباللغات الأجنبية أو دراسات ذات صلة بالموضوع.

7-2- الاستبيان: هو وسيلة من وسائل جمع المعلومات، وتمتاز هذه الطريقة بكونها تساعد على جمع معلومات جديدة ومستمدة مباشرة من المصدر، والمعلومات التي يتحصل عليها الباحث لا يمكن أن يجدها في المكتبة (عمار بحوش و محمد الذنبيات، 2111، صفحة 38)

ومن بين أنواع الأسئلة التي اعتمدنا عليها في الأسئلة المغلقة:

أ/ **الأسئلة المغلقة:** وهي الأسئلة في أغلب الأحيان تطرح على شكل استفهام وتكون الإجابة ب(دائما) أو (أحيانا) أو (أبدا) وقد يحتم في بعض الأحيان على المستجوب أن يختار الإجابة الصحيحة، تكمن

خاصيتها في تحديد مسبق للأجوبة بالنوع وتتضمن أجوبة محددة وعلى المستجوب اختيار واحدة منها (عمر مصطفى التير، 1998، صفحة 131).

7-2-1- الاستبيان الخاص بالأساتذة :

المحور الأول: يشمل الفرضية الأولى للبحث (من السؤال 1 إلى 04)

- لاستعمال الأساتذة للملاحظة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .

المحور الثاني: يشمل الفرضية الثانية للبحث (من السؤال 5 إلى 08)

- لاستعمال الأساتذة للتقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .

المحور الثالث: يشمل الفرضية الثالثة للبحث (من السؤال 09 إلى 12)

- لاستعمال الأساتذة للتعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

7-2-2- صدق الاستبيان : إن صدق القياس المستخدم في البحث (مهما اختلف أسلوب القياس) يعني قدرته على قياس ما وضع من أجله أو المراد قياسها (قيس ناجي و بسطوسي احمد، 1991، صفحة 87).

• الصدق الظاهري (الموضوعية):

يعتمد على منطقية محتويات الاختبار ومدى ارتباطها بالظاهرة المراد دراستها، وهو يمثل الشكل العام للاختبار أو مظهره الخارجي من حيث مفرداته وموضوعيتها ووضوح تعليماتها، وقد يطلق عليه اسم "صدق السطح" كونه يدل على المظهر العام للاختبار. لمعرفة صدق الاستبيان قام الباحث بعرض الاستبيان مع مشروع البحث (إشكالية البحث فرضيات البحث، أهداف البحث،...) على مجموعة من المحكمين، وهذا لتقدير مدى قدرة الاستبيان في تحقيق الغرض الذي وضع من أجله، وبناء على ما ورد من ملاحظات قام الباحث بتعديل وإضافة عبارات أخرى واستبعاد بعضها أو دمجها حتى خرجت في شكلها النهائي.

7-2-3- ثبات الاستبيان : يعد الثبات من العوامل الهامة أو الخصائص الواجب توافرها لصلاحية استخدام أي اختبار أو جهاز قياس، فالمقياس أو الجهاز الثابت سوف يعطي نفس النتيجة تقريبا لنفس الشخص عند إجراء القياس لم ارت عديدة في نفس اليوم أو أيام مختلفة حيث تكون تلك النتيجة مؤشرا جيدا لقدرات هذا الشخص، ويتعلق الثبات بدقة القياس بصرف النظر عما يقاس وتتضمن جميع

القياسات العملية بعض الخطأ العشوائي الذي يؤدي لعدم ثبات النتائج. في حين يقاس الثبات إحصائياً بحساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها الأفراد في المرة الأولى وبين نتائج الاختبار في المرة الثانية، وهو نسبة التباين الحقيقي الداخل في تباين الدرجات التجريبية، ويمكن أن نستدل من صدق الاختبار على أنه ثابت. قمنا بإتباع طريقة التوزيع ثم إعادة التوزيع وذلك قصد التأكد من ثبات الاستبيان ثم قمنا بحساب معامل الارتباط بين نتيجة التوزيع الأول والتوزيع الثاني فكان معامل الارتباط هو $R=0,83$ وهو معامل الارتباط كبير وعليه نحكم على الاستبيان بالثبات. بغية التأكد من صدق الاستبيان قمنا بحساب معامل الصدق الذاتي والذي يحسب بالمعادلة: معامل الصدق الذاتي = جذر معامل الثبات وعليه معامل الصدق الذاتي يساوي 0,91 وهو دال إحصائياً على صدق الاستبيان.

8- الوسائل الإحصائية:

إن الهدف من استعمال التقنيات الإحصائية هو التوصل إلى مؤشرات كمية تساعدنا على التحليل والتفسير والتأويل والحكم.

* النسب المئوية

* اختبار الفروق كاف تربيع " كا²"

9- صعوبات البحث:

إذا تعلق الأمر بالبحوث والدراسات التي يتعامل فيها الباحث مع الأفراد فلا بد أن يتوقع درجة من الصعوبات ويأخذ كل احتياطاته من أجل السير الحسن للبحث وللتقليل من تأثيرها على النتائج، فقمنا بالاستفادة من الدراسات السابقة والمثابرة المنجزة في نفس الموضوع وفي بيئات مختلفة وكذا من المراجع النوعية والحديثة والتي استوجب علينا ترجمتها للاستفادة منها في البحث.

- الصعوبات الخاصة بتوزيع الاستبيان للأساتذة كون العينة تشمل جميع متوسطات غرب ولاية تيبازة، خاصة في استرجاع الإجابات.

10- حدود الدراسة:

قمنا بهذه الدراسة على مستوى متوسطات غرب ولاية تيبازة، وقد كانت الفكرة للقيام بهذه الدراسة واختيار هذا الموضوع نظراً لدور الذي تلعبه التنشيط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي وعلى مختلف المستويات والمراحل التعليمية.

خلاصة:

حاولنا من خلال هذا الفصل ضبط الإجراءات المنهجية للعمل الميداني لهذا البحث، والطرق التي اعتمدنا عليها في معالجة نتائج الدراسة، وكذا تحديد إطار الدراسة من خلال اختيار المنهج المستعمل وضبط المتغيرات، والتحكم في مجتمع وعينة البحث، إضافة إلى عرض تفصيلي لوسائل الدراسة والتي تمثلت في الاستبيان الخاص بالأساتذة، ومن خلال كل ما سبق فإن الإجراءات المنهجية للبحث تعتبر من أساسيات البحث العلمي والتي من خلالها يكون البحث ذات مصداقية علمية.

عرض تحليل ومناقشة النتائج

تمهيد :

تطرقنا في هذا الفصل إلى المعالجة الإحصائية الوصفية للمعطيات التي تم جمعها من خلال الاستبيان، الذي وزع للأساتذة حول دور تقنيات التنشيط في تحقيق الهدف التعليمي في الطور المتوسط، وكل ما يتعلق بالعرض والتحليل، وصولاً إلى مناقشة كل محور بهدف التوصل في النهاية إلى الاستنتاجات العامة، لنخرج بخاتمة للبحث مع جملة من الاقتراحات والفرضيات المستقبلية.

1- عرض، تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان الخاص بالأساتذة :

- المحور الأول: لاستعمال الأساتذة للملاحظة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .

العبارة رقم(01): على أي نوع من الملاحظة تعتمد أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من العبارة: معرفة أي نوع من الملاحظة يستعملها الأساتذة.

الجدول رقم03: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم(01)

الدلالة	م ح	م د	كا ² مج	كا ² مح	كليهما		الغير المباشرة		المباشرة		الأجوبة العبارات
					ج3	ت	ج2	ت	ج1	ت	
دال	2	0,05	5,99	20,1	64,44	29	2,22	10	13,33	06	عبارة 01

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 01، يتبين أن النسبة الكبيرة 64.44% من عينة البحث أجابوا بأنهم يعتمدون على كلتا الملاحظة المباشرة والغير مباشرة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، في حين أن نسبة 13.33% من الأساتذة أجابوا بأنهم يعتمدون على الملاحظة المباشرة، أما نسبة 2.22% يعتمدون على الملاحظة الغير المباشرة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية .

وعند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 21.1 أكبر من القيمة الجدولة 5.99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح الاقتراح الذي يبين أن الأساتذة يعتمدون على كلتا الملاحظة المباشرة والغير مباشرة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

العبارة رقم (02): في رأيك هل استجابات التلاميذ تكون سريعة بعد تقديم الملاحظة؟

الغرض من العبارة: معرفة مدى استجابات التلاميذ بعد تقديم الملاحظة.

الجدول رقم 04: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم (02)

الأجوبة	نعم		لا		أحياناً		كا ² مج	كا ² مج	م د	م ح	الدلالة
	ج 1	ج 2	ج 3	ت	%	ت					
العبارات	ت	%	ت	%	ت	%					
عبارة 02	29	64,44	8	17,78	8	17,78	19,6	5,99	0,05	2	دال

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 02، يتبين أن النسبة الكبيرة من عينة البحث أجابوا بأن استجابات التلاميذ تكون سريعة بعد تقديم الملاحظة، في حين أن نسبة 17.78% من الأساتذة أجابوا بأن الاستجابة لا تكون سريعة ونفس النسبة اجابة بأنها تكون سريعة أحياناً .

عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 19.6 أكبر من القيمة المجدولة 5.99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح الاقتراح الذي ينص على أن استجابات التلاميذ تكون سريعة بعد تقديم الملاحظة.

العبارة رقم(03): هل تلاحظ تحسن في أداء التلاميذ بعد تقديم الملاحظات أثناء إنجاز المواقف؟
الغرض من العبارة: معرفة مدى أهمية الملاحظة في تحسين أداء التلاميذ.

الجدول رقم 05: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم(03)

الأجوبة	نعم		لا		أحياناً		كا ² مج	كا ² مج	م د	م ح	الدلالة
	ج1	ج2	ج3	ت	%	ت					
العبارات	ت	%	ت	%	ت	%					
عبارة 03	25	55,56	8	17,78	25	35,55	10	5,99	0,05	2	دال

من خلال النتائج المتحصل عليها، يتبين أن نسبة 55.56% من عينة البحث أجابوا بأن الملاحظة تحسن في أداء التلاميذ أثناء إنجاز المواقف، أما 35.55% من عينة البحث يرون أن أحياناً ما تحسن الملاحظة في أداء التلاميذ، في حين أن نسبة 17,78% من الأساتذة يرون أن الملاحظة لا تحسن في أداء التلاميذ أثناء إنجاز المواقف .

عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 10 أكبر من القيمة الجدولة 5.99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح الاقتراح الذي يبين أن الملاحظة تحسن في أداء التلاميذ أثناء إنجاز المواقف.

العبارة رقم (04): في رأيك هل لاستعمال أساتذة التربية البدنية والرياضية للملاحظة بأنواعها دور في تحقيق الهدف التعليمي؟

الغرض من العبارة: معرفة مدى أهمية الملاحظة في تحقيق الهدف التعليمي.

الجدول رقم 06: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم (04)

الأجوبة	نعم		لا		أحيانا		كا ² مج	كا ² د	م ح	الدلالة
	ج 1	ت	%	ت	%	ت				
العبارات										
عبارة 04	36	80	0	0	09	20	46,8	5,99	2	دال

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 04، يتبين أن نسبة 80% من عينة البحث أجابوا بأن لاستعمال أساتذة التربية البدنية والرياضية للملاحظة بأنواعها دور في تحقيق الهدف التعليمي، في حين أن 20% أجابوا بأن للملاحظة بأنواعها دور في تحقيق الهدف التعليمي في بعض الأحيان، في حين بقي الاقتراح الأخير وهو ليس لملاحظة دور في تحقيق الهدف التعليمي، لم يدعمه أي أستاذ وكانت النسبة 0%

عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 46.8 أكبر من القيمة المجدولة 5.99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح الاقتراح الذي يبين أن لاستعمال أساتذة التربية البدنية والرياضية للملاحظة بأنواعها دور في تحقيق الهدف التعليمي.

المحور الثاني: لاستعمال الأساتذة للتقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

العبارة رقم (05): في رأيك ما هو الغرض من التقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من العبارة: معرفة الغرض من التقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم 07: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم (05)

الأجوبة	تصحيح الأخطاء		اكتشاف مستوى التلميذ		اخذ فكرة على المتعلمين		كا ² مج	م د	م ح	الدلالة
	ج1		ج2		ج3					
	ت	%	ت	%	ت	%				
عبارة 05	02	4,44	13	28,88	30	66,67	26,5	0,05	2	دال

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 05، يتبين أن نسبة 66.67% من عينة البحث أجابوا بأن الغرض من التقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية هو اخذ فكرة على المتعلمين، في حين أن نسبة 28.88% من الأساتذة يرون أن الغرض منه هو اكتشاف مستوى التلميذ، أما نسبة 4.44% من عينة البحث فإنها ترى أن الغرض منه هو تصحيح الأخطاء . عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 26,5 أكبر من القيمة الجدولة 5,99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح الاقتراح الذي يبين أن الغرض من التقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية هو اخذ فكرة على المتعلمين.

العبارة رقم (06): في رأيك ما هو الغرض من التقويم التكويني أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من العبارة: معرفة الغرض من التقويم التكويني أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم 08: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم (06)

الأجوبة	بناء تعليمات		إصدار حكم نهائي		معرفة المستوى الأولي		م د	م ح	الدلالة
	ج 1	ج 2	ج 3	ت	ت	ت			
العبارات	%	ت	%	ت	%	ت			
عبارة 06	86,66	39	00	00	13,33	06	58,8	0,05	2

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 06، يتبين أن نسبة 86.66% من عينة البحث أجابوا بأن الغرض من التقويم التكويني أثناء حصة التربية البدنية والرياضية هو بناء التعليمات، في حين أن نسبة 13.33% يرون أنه معرفة المستوى الأولي، بينما نسبة النفي معدومة 0%

عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 58.8 أكبر من القيمة المجدولة 5.99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح الاقتراح الذي يبين أن لغرض من التقويم التكويني أثناء حصة التربية البدنية والرياضية هو بناء التعليمات.

العبارة رقم (07): في رأيك هل التقييم الإرشادي يسمح لنا بمعرفة مدى تحقيق؟

الغرض من العبارة: معرفة الغرض من التقييم الإرشادي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم 09: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم (07)

الأجوبة	الهدف التعليمي		مركبات الكفاءة		الهدف التعليمي		م ح	م د	الدلالة
	ج1	ج2	ج3	ت	%	ت			
عبارة 07	13	28.88	24	53	08	17.77	2	0,05	دال

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 07، يتبين أن نسبة 53.33% من عينة البحث أجابوا بأن التقييم الإرشادي يسمح لنا بمعرفة مدى تحقيق مركبات الكفاءة، أما نسبة 28.88% من عينة البحث فإنهم يرون أن التقييم الإرشادي يسمح لنا بمعرفة مدى تحقيق الهدف التعليمي، في حين أن نسبة 17.77% من الأساتذة فيرون أن التقييم الإرشادي يسمح لنا بمعرفة مدى تحقيق الهدف التعليمي .

عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 8.93 أكبر من القيمة المجدولة 5.99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح الاقتراح الذي يبين أن التقييم الإرشادي يسمح لنا بمعرفة مدى تحقيق مركبات الكفاءة.

العبارة رقم (08): حسب رأيك ما هو الغرض من التقويم التحصيلي؟

الغرض من العبارة: معرفة الغرض من التقويم التحصيلي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم 10: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم (08)

الأجوبة	إصدار حكم نهائي		مراقبة التعليمات		معرفة استعدادات المتعلمين		م ح	م د	م ح	م ح	الدلالة
	ج 1	ج 2	ج 3	ج 3	ت	ت					
العبارات	ت	%	ت	%	ت	%					
عبارة 08	35	77,77	07	15,55	03	6,66	2	0,05	27,3	5,99	دال

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 08، يتبين أن أكبر نسبة وهي 77.77% من الأساتذة أجابوا بأن الغرض من التقويم التحصيلي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية هو إصدار حكم نهائي، أما نسبة 15.55% فيرون أن الغرض من التقويم التحصيلي هو مراقبة التعليمات، في حين أن نسبة 6.66% رأيت أن الغرض منه هو معرفة استعدادات المتعلمين . عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 27,3 أكبر من القيمة الجدولة 5.99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح الاقتراح الذي يبين أن الغرض من التقويم التحصيلي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية هو إصدار حكم نهائي.

المحور الثالث: لاستعمال الأساتذة للتعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي.

العبارة رقم (09): هل تستغل تقنية التعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

الغرض من العبارة: معرفة إذا كان الأساتذة يستغلون تقنية التعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية

الجدول رقم 11: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم (09)

الأجوبة	نعم		لا		أحياناً		كا ² مج	كا ² مج	م د	م ح	الدلالة
	ج1	ت	%	ت	%	ت					
العبارات	42	93,33	01	2,22	02	4,44	72,9	5,99	0,05	2	دال
عبارة 09	42	93,33	01	2,22	02	4,44	72,9	5,99	0,05	2	دال

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 09، يتبين أن نسبة 93.33% من لأساتذة تستغل تقنية التعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، في حين أن نسبة 4.44% من عينة البحث تستغل تقنية التعزيز أحياناً، أما نسبة 2.22% من مجموع الأساتذة لا تستغل تقنية التعزيز أثناء حصة التربية البدنية .

عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 72.9 أكبر من القيمة المجدولة 5.99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح الاقتراح الذي يبين أن الأساتذة يستغلون تقنية التعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

العبارة رقم (10): هل تلاحظ تغير في سلوك المتعلمين بعد قيامك بتعزيز معارفهم؟

الغرض من العبارة: معرفة إذا كان تغير في سلوك المتعلمين بعد قيامك بتعزيز معارفهم

الجدول رقم 12: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم (10)

الأجوبة	نعم		لا		أحياناً		كا ² مج	كا ² مج	م د	م ح	الدلالة
	ج 1	ج 2	ج 3	ت	%	ت					
العبارات	ت	%	ت	%	ت	%					
عبارة 10	39	86.66	03	6.66	03	6.66	57,6	5,99	0,05	2	دال

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 10، يتبين أن نسبة 86.66% من الأساتذة تلاحظ تغير في سلوك المتعلمين بعد قيامك بتعزيز معارفهم، في حين أن نسبة 6.66% من الأساتذة أحياناً ما تلاحظ تغير في سلوك المتعلمين، ونفس النسبة لا تلاحظ تغير في سلوك المتعلمين بعد قيامك بتعزيز معارفهم .

عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 57.6 أكبر من القيمة المجدولة 5.99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح ملاحظة تغير في سلوك المتعلمين بعد قيامك بتعزيز معارفهم.

العبارة رقم (11): هل تلاحظ زيادة في التحفيز لدى المتعلمين بعد قيامك بتعزيز معارفهم؟

الغرض من العبارة: معرفة إذا كان زيادة في التحفيز لدى المتعلمين بعد قيام بتعزيز معارفهم

الجدول رقم 13: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم (11)

الأجوبة	نعم		لا		أحيانا		كا ² مج	كا ² د	م ح	الدلالة
	ج 1	ج 2	ج 3	ج 3	ت	ت				
العبارات	%	ت	%	ت	%	ت				
عبارة 11	45	100	00	00	00	00	90	0,05	2	دال

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 11، يتبين أن نسبة 100% من الأساتذة تلاحظ زيادة في التحفيز لدى المتعلمين بعد القيام بتعزيز معارفهم، في حين لم نجد أي نسبة مئوية نفت ذلك .

عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 90 أكبر من القيمة الجدولة 5,99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح زيادة في التحفيز لدى المتعلمين بعد القيام بتعزيز معارفهم.

العبارة رقم (12): هل هناك تحسن في مستوى دافعية لدى المتعلمين بعد قيامك بالتعزيز؟

الغرض من العبارة: معرفة إذا كان تحسن في مستوى دافعية لدى المتعلمين بعد قيامك بالتعزيز

الجدول رقم 14: يوضح التكرارات والنسبة المئوية ونتائج اختبار كا² للعبارة رقم (12)

الأجوبة	نعم		لا		أحياناً		كا ² مج	كا ² مج	م د	م ح	الدلالة
	ج 1	ج 2	ج 3	ت	ت	ت					
العبارات	%	ت	%	ت	%	ت					
عبارة 12	18	40	04	8,88	13	28,89	8,93	5,99	0,05	2	دال

من خلال نتائج الجدول التي توضح نسب الإجابات حول العبارة رقم 12، يتبين أن نسبة 40% من الأساتذة يؤكدون على أن هناك تحسن في مستوى دافعية لدى المتعلمين بعد القيام بالتعزيز، في حين أن نسبة 28.89% أرت أن أحياناً ما يكون تحسن في مستوى دافعية لدى المتعلمين، بينما نسبة 8.88% من الأساتذة أجابت بأن عدم في مستوى دافعية لدى المتعلمين بعد قيام بالتعزيز .

عند تطبيق اختبار كا² لمعرفة مدى التطابق أو الاختلاف الحاصل في نتائج عينة البحث عند مستوى الدلالة 0,05، ودرجة الحرية 02، تبين لنا أن القيمة المحسوبة 8.93 أكبر من القيمة المجدولة 5.99، وهذا ما يؤكد وجود اختلافات وفروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة البحث لصالح الاقتراح الذي يبين أنه هناك تحسن في مستوى دافعية لدى المتعلمين بعد القيام بالتعزيز.

2-1- مناقشة نتائج العبارات في ضوء الفرضيات المقترحة:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة دور تقنيات التنشيط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي وذلك بالتركيز على أنواع التنشيط من ملاحظة، تقويم وتعزيز ومدى تأثير هذه الأخيرة على تحقيق الهدف التعليمي في الطور المتوسط، فقد حاولنا الوصول والتقرب من بعض الأساتذة، قصد الاستفسار ومعرفة آراءهم حول الموضوع من خلال تقسيم الاستبيان إلى ثلاثة محاور أساسية تشمل وتعكس الفرضيات الجزئية، انطلقنا من خلالها في الدراسة الحالية، فبعد عرض وتحليل نتائج الدراسة المتحصل عليها من خلال الاستبيان المقدم لعينة الأساتذة الذي بلغ عددهم 45 أستاذ سنعمل على مناقشة كل محور في ضوء ما يتبناه من فرضية من فرضيات الدراسة.

1-2-1- مناقشة نتائج الاستبيان الخاص بالأساتذة:

المحور الأول: يشمل الفرضية الأولى للبحث وهي:

- لاستعمال الأساتذة للملاحظة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .

من خلال العبارات المقترحة لعينة البحث المكونة من 45 أستاذ كلهم يدرسون على مستوى متوسطات غرب تيبازة والتي تتمحور حول دور الملاحظة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي، نلاحظ أن النسبة الكبيرة 80% من عينة البحث أجابوا بأن لاستعمال أساتذة التربية البدنية والرياضية للملاحظة بأنواعها دور في تحقيق الهدف التعليمي، وهو ما تراه " **مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط 2006**" في أن من واجبات ومهام أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يتكيف مع المتغيرات والمستجدات ويقبل النقد والملاحظة كما يعمل بنصائح والإرشادات والتوجيهات، وينسجم مع التشريع المدرسي وما تخول له من حقوق وواجبات في تأدية الواجب على أحسن وجه. كما يرى " **محمد محمود لكيلة 2007**" أن الملاحظة هي قيام الباحث بالانتباه والتدقيق تجاه ظاهرة أو حادثة معينة والهدف التقصي والتحري ثم التوصل للعلاقات بين المتغيرات وتحديد النتائج.

المحور الثاني: يشمل الفرضية الثانية للبحث وهي:

- لاستعمال الأساتذة للتقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

من خلال العبارات المقترحة لعينة البحث المكونة من 45 أستاذ كلهم يدرسون على مستوى متوسطات غرب تيبازة والتي تتمحور حول التقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف

التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط..، نلاحظ أن النسبة الكبيرة 86.66% من عينة البحث أجابوا بأن الغرض من التقويم التكويني أثناء حصة التربية البدنية والرياضية هو بناء التعليمات وهذا ما يبين إدراك الأساتذة لدور الذي يلعبه هذا النوع من التقويم في بناء التعليمات وهو ما يؤكد "عبد اللطيف الغربي 1994" بأن التقويم يشمل كل العمليات التي تستهدف الإعداد، التطبيق وتصحيح مختلف الأساليب التقييمية المستعملة لغرض الحكم على مدى حدوث التقدم في العملية التعليمية والقيام بإصدار أحكام نهائية، مما يسمح بتعزيز الإيجابيات والقيم بتعديل وتصحيح السلبيات. كما ترى "هادي سمعان ربيع 2008" أن التقويم يأتي أيضا العد والحساب في حال السنين والشهور والايام ولا يقتصر على اصدار حكم على قيمة الأشياء ولكن يتجاوز ذلك لاتخاذ القرارات فهو عملية تشخيصية وعلاجية ووقائية.

المحور الثالث: يشمل الفرضية الثالثة للبحث وهي:

- لاستعمال الأساتذة للتعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي . من خلال العبارات المقترحة لعينة البحث المكونة من 45 أستاذ كلهم يدرسون على مستوى متوسطات غرب تيبازة والتي تتمحور حول دور استعمال الأساتذة للتعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي، نلاحظ أن النسبة الكبيرة 100% من الأساتذة أجابوا بأنها تلاحظ زيادة في التحفيز لدى المتعلمين بعد قيامك بتعزيز معارفهم، وهو ما يتوافق مع ما تراه "فلورا أيس 2004" بأن يحدث التعزيز عندما يتم تقديم حدث أو حافز مرغوب فيه كنتيجة لسلوك وتزداد فرصة ظهور هذا السلوك في بيانات مماثلة. كما يرى "المعاينة 2007" بأنه عملية تقديم مثير مرغوب فيه بعد القيام بالسلوك المرغوب فيه مباشرة مما يزيد من احتمال تكرار سلوك مرغوب فيه.

1-3-3- مقابلة النتائج بالفرضيات:

1-3-1- فيما يخص الفرضيات الأولى، الثانية والثالثة: التي تتمحور دور تقنيات التنشيط في تحقيق الهدف التعليمي في حصة التربية البدنية و الرياضية في طور المتوسط، المتحصل عليها في الجدول رقم (03)،(04)،(05)،(06)،(07)،(08)،(09)،(10)،(11)،(12) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) لأفراد العينة، حيث أن كل من الملاحظة، التقويم والتعزيز يلعب دور مهم في تحقيق الهدف التعليمي، حيث يؤكد لنا "هادي سمعان ربيع 2008" أن تقنيات التنشيط هي مجموعة من الآليات التي يوظفها المنشط ويعتمدها بغية تحقيق اهداف تربوية محددة ومضبوطة سابقا.

2-3-1- التأكد من صحة الفرضيات:

النتيجة	صياغتها	الفرضية
تحققت	لاستعمال الأساتذة للملاحظة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي.	الجزئية الأولى
تحققت	لاستعمال الأساتذة للتقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي.	الجزئية الثانية
تحققت	لاستعمال الأساتذة للتعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي.	الجزئية الثالثة
تحققت	لاستعمال الأساتذة لتقنيات التنشيط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية دور في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط .	الفرضية العامة

الجدول رقم (15): يوضح مقارنة الفرضية العامة

الاستنتاج العام، فرضيات
مستقبلية والخاتمة

الاستنتاج العام:

من خلال بحثنا أردنا معرفة دور تقنيات التنشيط في حصة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط، ومن خلال بعض مكوناته (الملاحظة، التقويم والتعزيز) حاولنا جمع أكبر عدد من المعلومات التي تساعدنا في إبراز هذه المكونات في متوسطات غرب ولاية تيبازة حيث إسنادا إلى ما تم استخلاصه من الدراسات النظرية وفي حدود عينة الدراسة وخصائصها وتساؤلاتها وفرضياتها والإمكانيات المتاحة، وفي ضوء أهداف الدراسة والأدوات المستخدمة والإجراءات المتبعة في نفس السياق، واعتمادا على الأساليب الإحصائية المتبعة أمكن التوصل على الاستنتاجات التالية:

أولاً: من خلال استفسار عينة الأساتذة عن دور تقنيات التنشيط عامة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لطور المتوسط في تحقيق الهدف التعليمي تبين لنا أن معظمهم يدركون أن هناك دور كبير وهام تلعبه في تحقيق الهدف التعليمي، وهذا الدور يظهر جليا في تغيير أداء التلاميذ وبشكل تدريجي من الأحسن إلى الأفضل، فتقنيات التنشيط في معظم الأحيان تعتبر كحافز تدفع بالتلاميذ لبذل جهد أكبر وهذا من أجل الوصول إلى الهدف التعليمي .

ثانية: لاحظنا من خلال دراسة العينة أن أساتذة الطور المتوسط لغرب ولايات تيبازة يكون اهتماما لمكونات التنشيط خاصة الملاحظة، التقويم والتعزيز، ويجيدون استخدامها في حصة التربية البدنية والرياضية لتحقيق هدفهم التعليمي ومنه يمكننا القول أن لتقنيات التنشيط دور هام في مساعدات أساتذة الطور المتوسط لتحقيق الهدف التعليمي.

الاقتراحات:

- اعتمادا على النتائج المتحصل عليها من خلال إجابات الأساتذة على الاستبيان خلصنا إلى مجموعة من التوصيات الخاصة ببحثنا هذا وهي كالتالي:
- 1 - ضرورة اهتمام الأساتذة بتقنيات التنشيط، وهذا لما له من دور هام في تحقيق الهدف التعليمي .
 - 2 - تشجيع الأساتذة على استخدام كل من الملاحظة، التقويم والتعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لما لهم من دور هام في تحقيق الهدف التعليمي .
 - 3 - الاهتمام بإجراء دراسات حول التربية البدنية والرياضية في الوسط المدرسي والحالة التي وصلت إليها سواء من وجهة نظر الأساتذة الزملاء أو من ناحية ممارستها من قبل التلاميذ .
 - 4 - ضرورة التحكم في أداء التلاميذ وتحسين مستوياتهم المهارية وذلك من خلال تقنيات التنشيط المختلفة .
 - 5 - إعطاء الأهمية البالغة لعملية التقييم وهذا بالاعتماد على سلم تقيط المنهاج أو معدل من قبل الأستاذ ومؤشر من قبل المفتش وهذا لإعطاء جانب من المصداقية والصرامة.
 - 6- تنظيم دورات تكوينية من طرف مديرية التربية والمفتشين المادة لتحسين المستوى البيداغوجي للأساتذة في المادة وما فيها من نشاطات، وهذا مع إلزامية الحضور والمشاركة فيها .
 - 7- العمل على توفير وسائل العمل البيداغوجية في المؤسسات التربوية خاصة منها التي لا تحتوي على القاعات والملاعب .
 - 8- تكليف الأساتذة المكونين بمراقبة عمل الأستاذ المتربص (الخطوط العريضة) وتنظيم لقاءات دورية للتشاور وتقديم الاقتراحات بين الأساتذة.

الخاتمة:

اتجه اهتمامنا خلال بحثنا هذا على دور تقنيات التنشيط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية على تحقيق الهدف التعليمي في الطور المتوسط، فبواسطتها يتم تذليل العوائق والصعوبات التي تواجه المتعلم أثناء تعلمه لأي حركة أو مهارة هذا عند الأداء، وبها يستطيع مقارنة أداءه واستجابته مع تلك التي انفق عليها، فهي بذلك تعد عنصرا داعما ومساعدًا على تعزيز وتقوية تعليمات ومكتسبات التلميذ، فتحسن أداءه نحو الأفضل وهذا من خلال المعلومات التي تصله حول صحة أداءه، فيشجع ويثني على ما يقوم به وهذا إن كانت المهارة التي يؤديها صحيحة ويوجه ويقوم إن كانت الحركة أو المهارة التي تنجز خاطئة، ولا يكون الحكم على صحة المهارة من خطئها إلى بعد وضع مؤشرات ومعايير من قبل الأستاذ فوجب عليه متابعة تحسن الأداء بواسطة ملاحظة، التقويم والتعزيز والتي تعتبر من أهم تقنيات التنشيط التي تساعد الأستاذ على تحقيق الهدف التعليمي أثناء قيامه بحصة التربية البدنية والرياضية .

وفي الأخير نقول أنه لا بد على الأستاذة بصفة عامة وأستاذ التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة أن يكون متمكنا من اختصاصه وذلك ببناء خطة عمله وفق أسس معرفية وليست عشوائية، فيستطيع بهذه الكيفية كسب محبة التلاميذ وذلك من خلال تقديم لهم الإضافة العلمية والمعرفية عن قواعد وأسس الحركة والمهارة، يفيد بها التلميذ في حياته اليومية ويشجعه على الاستقلالية والاعتماد على النفس وذلك بممارسة النشاط الرياضي خارج المؤسسة، فترقى صورة الأستاذ في المجتمع وترجع هيبته المادة وتحترم من قبل كافة الفاعلين في المجال التربوي.

الملاحق

وزارة التعليم العالي

جامعة الجليلي بونعامة بخميس مليانة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة خاصة بالأساتذة

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعنوان «دور تقنيات التنشيط أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحقيق الهدف التعليمي لدى تلاميذ التعليم المتوسط» ونظرا لأهمية إجابتك نرجو منك أستاذي الكريم الإجابة على الأسئلة التي تحملها هذه الاستمارة، وستكون إجابتك لغرض علمي تربوي بحت.

نرجو منك أستاذي الكريم الإجابة على هذه الأسئلة بوضع إشارة (x) أمام الإجابة التي تراها مقبولة ومناسبة في وجهة نظرك.

تحت إشراف الأستاذ:

- د. معمر صدوقي

إعداد الطلبة:

- براهيم عبد القادر.
- جلال محمد وليد

السنة الجامعية: 2021-2022

-الاستبيان الخاص بالأساتذة-

1- على أي نوع من الملاحظة تعتمد أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

	المباشرة
	الغير المباشرة
	كليهما

2- في رأيك هل استجابات التلاميذ تكون سريعة بعد تقديم الملاحظة؟

	نعم
	لا
	احيانا

3- هل تلاحظ تحسن في أداء التلاميذ بعد تقديم الملاحظات أثناء إنجاز المواقف؟

	نعم
	لا
	احيانا

4- في رأيك هل لاستعمال أساتذة التربية البدنية والرياضية للملاحظة بأنواعها دور في تحقيق الهدف التعليمي؟

	نعم
	لا
	احيانا

5- في رأيك ما هو الغرض من التقويم أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ؟

	تصحيح الأخطاء
	اكتشاف مستوى التلميذ
	اخذ فكرة على المتعلمين

6- في رأيك ما هو الغرض من التقويم التكويني أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

	بناء تعليمات
	إصدار حكم نهائي
	معرفة المستوى الأولي

7- في رأيك هل التقويم الإرشادي يسمح لنا بمعرفة مدى تحقيق؟

	الهدف التعليمي
	مركبات الكفاءة
	الهدف التعليمي

8- حسب رأيك ما هو الغرض من التقويم التحصيلي؟

	إصدار حكم نهائي
	مراقبة التعليمات
	معرفة استعدادات المتعلمين

9- هل تستغل تقنية التعزيز أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

	نعم
	لا
	احيانا

10- هل تلاحظ تغير في سلوك المتعلمين بعد قيامك بتعزيز معارفهم؟

	نعم
	لا
	احيانا

11- هل تلاحظ زيادة في التحفيز لدى المتعلمين بعد قيامك بتعزيز معارفهم؟

	نعم
	لا

	احيانا
--	--------

12- هل هناك تحسن في مستوى دافعية لدى المتعلمين بعد قيامك بالتعزيز؟

	نعم
	لا
	احيانا

قائمة المصادر والمراجع

المراجع باللغة العربية :

1. أسامة كامل راتب(1991) :النمو الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة،مصر.
2. أسامة كامل راتب(1999) :النمو و الدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل، دار الفكر العربي، مصر .
3. أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة (1999) : النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر .
4. أكرم زكي خطابية(1996): موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع عمان، الأردن.
5. إلهام عبد الرحمن ونادية رشوان (1998) : بعض المتطلبات المهمة في التفوق الرياضي لكرة الطائرة بين فرق المدارس الرياضية بجمهورية مصر العربية، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، القاهرة، مصر .
6. أحمد زكي صالح (1966) :علم النفس التربوي، مكتبة النهضة، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر .
7. تشارلز أبكير(1964):أسس التربية وقيمتها التربوية، المكتبة الأنجلو مصرية، مصر .
8. جيتس وآخرون(1962): علم النفس التربوي، ترجمة إبراهيم حافظ وغيره، ط 4، مكتبة النهضة المصرية القاهرة، مصر .
9. جابر عبد الحميد(1986):سيكولوجية التعلم ونظريات التعلم، دار النهضة، مصر.
10. حسين عبد الحميد أحمد رشوان(2116):العلم والتعلم والمعلم من منظور علم الاجتماع، شباب الجامعة، مصر .
11. حسن قاسم(1997):أسس التدريب الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر، مصر
12. خير الدين هني(2003):مقاربة التدريس بالكفاءات، الجزائر.
13. رمضان محمد الفذافي(1998): علم النفس الطفولة والمراهقة، المكتبة الجامعية الحديثة، الإسكندرية، مصر.
14. رابح تركي (1982) أصول التربية والتعليم. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
15. ميخائيل إبراهيم أسعد (1992) مشكلات الطفولة والمراهقة .(Vol. 1) بيروت: دار الأفاق الجديدة.
16. فؤاد السيد (ب ت) الأسس النفسية للنصوص. القاهرة: دار الفكر العربي.
17. مجدي محمد الدسوقي (2003) سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة. القاهرة: المكتبة الأنجلو مصرية.
18. أبو بكر مرسي محمد مرسي (2002) أزمة الهوية في المراهقة و الحاجة للإرشاد النفسي القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
19. تركي رابح (1984) مناهج في علوم التربية وعلم النفس. الجزائر، الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب.
20. أكرم زكي خطابية (1997) المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، ط1. عمان: دار الفكر للطبع والنشر.
21. محمد مصطفى زيدان (1990) :النمو النفسي للطفل والمراهق Vol. ط3. جدة، السعودية: دار الشروق.

22. رمضان محمد الفذافي (1997) علم النفس الطفولة والمراهقة. الإسكندرية، مصر: المكتبة الجامعية الحديثة، الإسكندرية.
23. عماد عبد الرحيم الزغلول (2002) مبادئ علم النفس التربوي، (Vol. 2) الإمارات العربية المتحدة: دار الكتاب الجامعي.
24. محمد مصطفى زيدان (1990) النمو النفسي للطفل والمراهق (Vol. 3 ط3). جدة، السعودية: دار الشروق.
25. محمد حسن علاوى (1992) سيكولوجية التدريب الرياضي والمنافسات (Vol. 7) القاهرة، مصر: دار المعارف.
26. مصطفى يوسف (1970) الأسس النفسية للتكامل. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
27. عبد الرحمان العيسوي (1987) سيكولوجية النمو، دراسة في نمو الطفل والمراهق. بيروت، لبنان: دار النهضة العربية للطباعة والنشر.
28. ميخائيل إبراهيم أسعد (1992) مشكلات الطفولة والمراهقة (Vol. 1) بيروت، لبنان: دار الأفاق الجديدة.
29. محمد خليفة بركات (1984) علم النفس التعليمي (Vol. 2) الكويت: دار القلم.
30. حامد عبد السلام زهران (1995) علم النفس النمو و الطفولة (Vol. 5) مصر: عالم الكتاب.
31. عصام نور سرية (2002) سيكولوجية المراهق. الإسكندرية، مصر: مؤسسة شباب الجامعة.
32. مجدي محمد الدسوقي (2003) سيكولوجية النمو من الميلاد إلى المراهقة. القاهرة، مصر: المكتبة الأنجلو مصرية.
33. كمال الدسوقي (1979) النمو التربوي للطفل والمراهق. بيروت، لبنان: دار النهضة العربية.
34. أسامة كامل راتب (1990) النمو الحركي. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
35. عبد الرحمان العيسوي (1995) علم نفس النمو. مصر: دار المعارف الجامعية.
36. خليل ميخائيل معوض (1994) سيكولوجية النمو الطفولة و المراهقة (Vol. 3) الإسكندرية، مصر: دار الفكر الجامعي.
37. محمود عبد الحليم منسي و عفاف بنت صالح. (ب. ت). محضر علم النفس النمو. القاهرة: دار الفكر العربي.
38. خليل ميخائيل معوض (ب، ت). سيكولوجيا النمو. القاهرة: دار الفكر العربي.
39. حامد عبد السلام زهران (1998) علم نفس النمو. مصر: عالم الكتاب.
40. محمد رفعت (1989) المراهقة و سن البلوغ. لبنان: دار المعرفة.
41. أسامة كامل راتب و إبراهيم عبد ربه خليفة (1999) النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
42. جيتس وآخرون (1962) علم النفس التربوي القاهرة.: مكتبة النهضة المصرية.
43. جابر عبد الحميد (1976) بيسيكولوجية التعلم ونظريات التعلم القاهرة، مصر: دار النهضة العربية.
44. حسين حمدي الطويحي (1982) وسائل الاتصال و التكنولوجيا في التعليم (Vol. 5) مصر: دار التعلم.

45. أحمد زكي صالح (1971) :نظريات التعلم (Vol. 1) القاهرة: مكتبة النهضة العربية.
46. محمد حسن علاوي (2002) علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية (Vol. 1) القاهرة, مصر: دار الفكر العربي.
47. طلعة حسين حسام الدين (2006) التعلم والتحكم الحركي (مبادئ- نظريات- تطبيقات) (المجلد 1). القاهرة، مصر: مركز الكتاب للنشر.
48. صالح عبد العزيز (1996): التربية و طرق التدريس (éd. 1, Vol. 4) القاهرة.: دار المعارف بمصر.
49. أحمد زكي صالح. (1966). علم النفس التربوي. مصر: مكتبة النهضة المصرية.
50. وزارة التربية الوطنية(2006):مواد الإيقاظ، ديوان الوطني للتكوين عن بعد، الجزائر.
51. وزارة التربية الوطنية(2006): مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط، ديوان المطبوعات المدرسية، الجزائر.

2-المراجع باللغة الفرنسية:

52. Thill P , C., & Caja J. (1992). Manual de l'Eduteur Sportif. Paris, France: Ed, Vigot.
53. Jean-Paul Doutreloux. (2010).