

جامعة الجبالي بونعامة بخميس مليانة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية  
والرياضية

التخصص: النشاط البدني الرياضي التربوي

دور الألعاب شبه الرياضية في إنجاح حصة التربية  
البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم  
المتوسط

دراسة ميدانية بمتوسطات مدينة خميس مليانة ولاية عين الدفلى

إشراف الدكتور:

\*بوكراتم بلقاسم

إعداد الطالب:

\*رباع خالد

السنة الجامعية: 2015/2014

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

﴿اَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِیْ خَلَقَ ۝ خَلَقَ الْاِنْسَانَ

مِنْ عَلَقٍ ۝ اَقْرَأْ وَرَبُّكَ الْاَكْرَمُ ۝ الَّذِیْ عَلَّمَ

بِالْقَلَمِ ۝ عَلَّمَ الْاِنْسَانَ مَا لَمْ یَعْلَمْ﴾

[سورة العلق: 1-5]

# كلمة شكر

نحمد الله و نشكره و نصلي على الحبيب المصطفى الذي لا نبي بعده

نشكر الله عز و جل الذي وفقني في إنجاز هذا العمل المتواضع

نتقدم بجزيل الشكر إلى الدكتور المشرف

"بوكراتم بلقاسم" الذي لم يبخل علي بنصائحه وإرشاداته طيلة قيامي بهذا العمل

كما نتقدم بجزيل الشكر إلى الأخ "الخضر" وكل من ساعد في هذا العمل سواء من قريب أو بعيد.

كما لا يفوتنا أن نتقدم بشكر أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

بجامعة الجبالي بونعامة خميس مليانة.

# إهداء

الحمد لله الذي جعل و يسر لي أسباب النجاح و التفوق و سهل لي قبل ذلك بان ترعرت في وسط كريم و في أحضان أسرة تجسدت فيها معاني الفضيلة و التضحية. جعلت من سنوات الكفاح و العمل الجهد عملا مثمرا أثلج صدري و عزز امتناني لأصحاب الفضل و العناء والأجدر بهذا الإهداء "عائلة رباع".

اهدي نتاج هذا العمل إلى النبع الحنون:أمي التي احتوت كل أمانني و أرضعتني حنانا وسعت كل من حولي .

إلى التي أحرقت سنوات العمر شموعا تضيء دربي و تدفئ أيامي من برد الأحزان و ثقل الهموم ، إلى التي ملكتني عرش قلبها إلى التي منحتني القوة و الإرادة إليك يا شمس حياتي "أمي الحبيبة الغالية "

إلى من رسم خطواتي، ونمت معه دعائم شخصي، إلى أب اجتمعت فيه شمائل لتواصل فكان أبا و أخا و صديقا و كان سراجي وشعاع نور يزرع في نفسي الطمأنينة و الثقة في النفس.

إلى الذي صقل في ذاتي و نحت فيها مبدءا و قيما كانت و لا تزال الدرع الواقي الذي يحميني من مفاسد الدنيا. إلى مثلي الأعلى رمز القوة و الكفاح و العطاء من دون حساب. "أبي العزيز"

إلى من نحتنا فيا قيم الانتماء والوفاء والعطاء . جدي و جدتي . "رحمهما الله " إلى الذين تقاسموا معي عشرة عمر كامل بحلوها ومرها فكانوا بلسما يدرأ الهم عني و يغرس في نفسي شعاع أمل تزهو به الحياة من حولي "إخوتي و أخواتي الأعزاء " إلى عمي الفاضلين وزوجتيهما الكريمتين وعمتي الغالية و أبناءهم و بناتهم الأعزاء. وأخوالي وخالتي الأعزاء، إلى رفقاء دربي وأصدقاء عمري من حملتهم ذاكرتي ولم يذكرهم قلبي. إلى كل هؤلاء اهدي ثمرة جهدي واجتهادي مع كل الحب والاحترام إليك يا جزائر. وإلى كل الأمة الإسلامية.

خالد

إليكم جميعا .



## محتويات البحث:

أ	شكر
ب	إهداء
ت	محتويات البحث
ر	فهرس الجداول.
س	فهرس الأشكال البيانية.
01	مقدمة.
<b>الجانب التمهيدي: التعريف بالبحث.</b>	
04	1-الإشكالية.
05	2-فرضيات البحث.
05	1-2- الفرضية العامة.
05	2-2- الفرضيات الجزئية.
05	3-أسباب إختيار البحث
06	4- أهداف البحث.
06	5- تحديد المفاهيم.
07	6-الدراسات السابقة.
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: حصة التربية البدنية والرياضية.</b>	
12	تمهيد.
13	1-1- تعريف التربية البدنية والرياضية.
13	2-1- أهداف التربية البدنية والرياضية.
13	1-2-1- الأهداف العامة.
13	1-1-2-1- هدف التنمية البدنية.
13	2-1-2-1- هدف التنمية الحركية.

14	3-1-2-1- هدف الترويح وأنشطة الفراغ.
14	4-1-2-1- هدف التنمية النفسية الإجتماعية.
14	2-2-1- الأهداف الخاصة.
14	1-2-2-1- الجانب البدني والصحي.
15	2-2-2-1- الجانب المعرفي.
15	3-2-2-1- الجانب التربوي الإجتماعي.
15	4-2-2-1- الجانب الحسي الحركي.
15	3-1- أهمية التربية البدنية والرياضية.
16	4-1- حصة التربية البدنية والرياضية.
16	1-4-1- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية.
16	2-4-1- خطة حصة التربية البدنية والرياضية.
17	3-4-1- محتوى حصة التربية البدنية والرياضية.
17	1-3-4-1- المقدمة والأعمال الإدارية.
18	2-3-4-1- الإعداد البدني.
18	3-3-4-1- النشاط التعليمي.
18	4-3-4-1- الجزء الختامي.
18	4-4-1- صفات حصة التربية البدنية والرياضية.
19	5-4-1- واجبات حصة التربية البدنية والرياضية.
19	6-4-1- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة.
20	5-1- مدرس التربية البدنية والرياضية.
20	1-5-1- خصائص ومواصفات المدرس الناجح.
20	1-1-5-1- من حيث الشكل.
20	2-1-5-1- من حيث المضمون.
21	2-5-1- دور المدرس اتجاه المتعلم.

22	خلاصة.
<b>الفصل الثاني: المراهقة (12-15).</b>	
24	تمهيد.
25	1-2- المراهقة.
25	2-2- أطوار المراهقة.
25	1-2-2- مرحلة المراهقة المبكرة.
26	2-2-2- مرحلة المراهقة الوسطى.
26	3-2-2- مرحلة المراهقة المتأخرة.
26	3-2- خصائص الفئة العمرية (12-15) سنة.
26	1-3-2- النمو الجسمي.
27	2-3-2- النمو العقلي.
27	3-3-2- النمو الانفعالي.
28	4-3-2- النمو الاجتماعي.
28	5-3-2- النمو الجنسي.
29	6-3-2- النمو الحركي.
29	4-2- مشاكل المراهقة المبكرة.
29	1-4-2- المشكلات النفسية.
30	2-4-2- المشكلات الصحية.
30	3-4-2- المشكلات الانفعالية.
30	4-4-2- المشكلات الاجتماعية.
30	5-4-2- مشاكل الرغبات الجنسية.
31	5-2- دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المراهق.
31	1-5-2- دوافع مباشرة.
31	2-5-2- دوافع غير مباشرة.

31	2-6- دور الرياضة في مرحلة المراهقة.
31	2-6-1- تنمية الكفاءة البدنية.
32	2-6-2- تنمية الكفاءة الحركية.
32	2-6-3- تنمية الكفاءة العقلية .
32	2-6-4- تنمية العلاقات الاجتماعية.
32	2-7- التطور البدني لدى فئة المراهقين.
34	خلاصة.
<b>الفصل الثالث: اللعب والألعاب شبه الرياضية.</b>	
36	تمهيد.
37	3-1- تعريف اللعب.
37	3-2- قيمة اللعب.
38	3-3- أنواع اللعب.
38	3-3-1- اللعب العفوي.
38	3-3-2- اللعب التربوي .
38	3-3-3- اللعب العلاجي.
38	3-4- أهداف اللعب.
38	3-4-1- الأهداف النفسية الحركية.
39	3-4-2- الأهداف المعرفية.
39	3-4-3- الأهداف العاطفية.
39	3-5- نظريات اللعب.
39	3-5-1- نظرية الطاقة الزائدة.
40	3-5-2- نظرية الترويح.
40	3-5-3- نظرية الميراث .
40	3-5-4- نظرية الغريزة.

40	3-5-5- نظرية التواصل الاجتماعي.
40	3-5-6- نظرية التعبير الذاتي.
40	3-6- دور اللعب في تكوين الأطفال.
41	3-6-1- الجانب الاجتماعي.
41	3-6-2- الجانب النفسي.
41	3-6-3- الجانب الحركي والنفسي الحركي.
42	3-6-4- الجانب البدني.
42	3-6-5- الجانب الأخلاقي.
42	3-6-6- الجانب العقلي.
43	3-6-7- الجانب العلاجي.
43	3-7- أنواع الألعاب.
43	3-7-1- الألعاب الصغيرة. ((البيسة))
43	3-7-2- الألعاب التمهيدية.
43	3-7-3- ألعاب الفرق.
44	3-8- تصنيف ألعاب الفرق.
44	3-9- وظائف اللعب.
44	3-9-1- وظيفة تكوين الذكاء.
44	3-10- الأهمية التربوية للعب عند الطفل.
45	- الألعاب شبه رياضية.
45	3-11- مفهوم الألعاب شبه الرياضية.
45	3-12- أهداف الألعاب شبه الرياضية.
45	3-12-1- أهداف النفس الحركية.
46	3-12-2- الأهداف المعرفية.
46	3-12-3- الأهداف الوجدانية.

47	13-3- أغراض الألعاب شبه رياضية.
47	1-13-3- التفاعل الاجتماعي.
47	2-13-3- التدرج التعليمي.
48	3-13-3- التكيف مع التسهيلات المتاحة.
48	14-3- استخدامات الألعاب شبه الرياضية
48	1-14-3- تستخدم كأحماء للدرس.
48	2-14-3- تستخدم كنشاط تنافسي بين التلاميذ.
48	3-14-3- تستخدم كعنصر من عناصر المرح والسرور.
48	4-14-3- تستخدم كتطبيق للمهارات التي تم تعليمها.
48	5-14-3- تستخدم لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية .
49	15-3- مبادئ اختيار واستخدام الألعاب شبه الرياضية.
49	16-3- أهمية الألعاب شبه رياضية.
50	17-3- أنواع الألعاب شبه رياضية.
51	18-3- الإجراءات التنفيذية للألعاب.
52	خلاصة.
<b>الجانب التطبيقي</b>	
<b>الفصل الرابع. منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.</b>	
55	تمهيد.
56	1-4- منهجية البحث.
56	2-4- الأدوات المستخدمة في البحث.
56	1-2-4- الاستبيان.
57	2-2-4- الأسئلة المغلقة.
57	3-4- ثبات الاستبيان.
57	4-4- صدق الاستبيان.

57	5-4- عينة البحث.
58	6-4- متغيرات البحث
58	1-6-4- المتغير المستقل.
58	2-6-4- المتغير التابع.
58	3-6-4- المتغير الوسطي.
58	7-4- مجالات البحث.
58	1-7-4- المجال البشري.
59	2-7-4- المجال المكاني.
59	3-7-4- المجال الزمني.
59	8-4- الدراسة الإستطلاعية.
59	9-4- الأدوات الإحصائية المستخدمة.
60	10-4- الوسائل الإحصائية في معالجة النتائج النهائية.
<b>الفصل الخامس: عرض ومناقشة وتحليل النتائج.</b>	
63	1-5- تحليل ومناقشة الاستبيان الخاص بالتلاميذ.
63	1-1-5- عرض ومناقشة الفرضية الأولى.
68	2-1-5- عرض ومناقشة الفرضية الثانية.
73	3-1-5- عرض ومناقشة الفرضية الثالثة.
80	2-5- تحليل ومناقشة الاستبيان الخاص بالأساتذة.
80	1-2-5- عرض ومناقشة الفرضية الأولى.
85	2-2-5- عرض ومناقشة الفرضية الثانية.
91	3-2-5- عرض ومناقشة الفرضية الثالثة.
96	3-5- مقارنة النتائج بالفرضيات.
99	استنتاج عام.
100	الإقتراحات والتوصيات.
102	خاتمة.
-	قائمة المراجع والمصادر.
-	الملاحق.

## فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين إحساس التلاميذ عند ممارستهم الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	63
02	بين إحساس التلاميذ أثناء المنافسة فيما بينهم عند ممارسة الألعاب الشبه الرياضية.	64
03	يبين مقدرة التلاميذ على اكتساب مهارات حركية عند ممارستهم الألعاب الشبه الرياضية.	65
04	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في تطوير المهارات الحركية للتلاميذ	66
05	يبين مصدر المهارات الحركية التي اكتسبها التلاميذ.	67
06	يبين علاقة التلاميذ فيما بينهم أثناء الألعاب الشبه الرياضية	68
07	يبين التفاعل والتعاون الموجود بين التلاميذ في ايجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء نشاط الألعاب الشبه الرياضية.	69
08	يبين إن كان التلاميذ يبذلون مجهودا من أجل مصلحة الفريق خلال الألعاب الشبه الرياضية.	70
09	يبين حالة التلاميذ عندما يصادفهم موقف حرج أثناء الألعاب الشبه الرياضية.	71
10	يبين ثقة التلاميذ بأنفسهم عندما يقعون في أخطاء غير مقصودة أثناء الألعاب الشبه الرياضية.	72
11	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في إثارة الرغبة لدى التلاميذ في تعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.	73
12	يبين معرفة مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية قدرات التلاميذ المعرفية الخاصة بقوانين مختلف الألعاب الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.	75
13	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في مساعدة التلاميذ على تخيل والتفكير واتخاذ القرارات بأقصى سرعة أثناء اللعب.	76
14	يبين إيمان التلاميذ وثقتهم في قدراتهم لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء ممارستهم للألعاب الشبه الرياضية.	77
15	يبين مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجوانب المعرفية لمختلف النشاطات الرياضية لدى التلاميذ.	78
16	يبين الطريقة الأفضل التي تساعد التلاميذ على اكتساب صفات حركية جديدة	80
17	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في العمل تنمية الجانب الحسي لدى التلاميذ.	81
18	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية فر تنمية الرغبة لدى التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في العمل تحسين مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية.	82



83	بين أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تعليم وتطوير بعض المهارات الحركية.	19
84	يبين القدرات التي تعمل الألعاب الشبه الرياضية على تنميتها	20
85	يبين التفاعل الجماعي الموجود بين التلاميذ حين تستعمل الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية	21
86	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في اندماج التلاميذ وتكيفهم مع بعضهم البعض.	22
87	يبين أهمية احترام التلاميذ لقواعد الألعاب الشبه الرياضية الذي يؤدي إلى احترام حقوق الآخرين ونشر الروح الرياضية.	23
88	بين أهمية الألعاب الشبه الرياضية في جعل التلاميذ يتفاعلون معها بسهولة وتشعرهم بالراحة النفسية والسعادة والمرح.	24
89	يبين الطريقة الأفضل في تنمية الجانب العاطفي الوجداني	25
91	يبين إن كانت الألعاب الشبه الرياضية تولد عن التلاميذ الاهتمام للمتعم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية .	26
92	يبين الغرض من استعمال الألعاب الشبه رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية.	27
93	يبين إن كانت الألعاب الشبه الرياضية تساعد التلاميذ على التخيل والتفكير لإيجاد الحلول المناسبة خلال اللعب.	28
94	يبين الطريقة الأفضل لتنمية الجانب المعرفي للتلاميذ:	29
95	يبين مساعدة الألعاب شبه رياضية للتلاميذ على تطوير السرعة في التصرف واتخاذ القرار.	30

## فهرس الأشكال البيانية:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين إحساس التلاميذ عند ممارستهم الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	63
02	بين إحساس التلاميذ أثناء المنافسة فيما بينهم عند ممارسة الألعاب الشبه الرياضية.	64
03	يبين مقدرة التلاميذ على اكتساب مهارات حركية عند ممارستهم الألعاب الشبه الرياضية.	65
04	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في تطوير المهارات الحركية للتلاميذ	66
05	يبين مصدر المهارات الحركية التي اكتسبها التلاميذ.	67
06	يبين علاقة التلاميذ فيما بينهم أثناء الألعاب الشبه الرياضية	68
07	يبين التفاعل والتعاون الموجود بين التلاميذ في ايجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء نشاط الألعاب الشبه الرياضية.	69
08	يبين إن كان التلاميذ يبذلون مجهودا من أجل مصلحة الفريق خلال الألعاب الشبه الرياضية.	70
09	يبين حالة التلاميذ عندما يصادفهم موقف حرج أثناء الألعاب الشبه الرياضية.	71
10	يبين ثقة التلاميذ بأنفسهم عندما يقعون في أخطاء غير مقصودة أثناء الألعاب الشبه الرياضية.	72
11	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في إثارة الرغبة لدى التلاميذ في تعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.	73
12	يبين معرفة مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية قدرات التلاميذ المعرفية الخاصة بقوانين مختلف الألعاب الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.	75
13	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في مساعدة التلاميذ على تخيل والتفكير واتخاذ القرارات بأقصى سرعة أثناء اللعب.	76
14	يبين إيمان التلاميذ وثقتهم في قدراتهم لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء ممارستهم للألعاب الشبه الرياضية.	77
15	يبين مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجوانب المعرفية لمختلف النشاطات الرياضية لدى التلاميذ.	78
16	يبين الطريقة الأفضل التي تساعد التلاميذ على اكتساب صفات حركية جديدة	80
17	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في العمل تنمية الجانب الحسي لدى التلاميذ.	81
18	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية فر تنمية الرغبة لدى التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في العمل تحسين مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية.	82

83	بين أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تعليم وتطوير بعض المهارات الحركية.	19
84	يبين القدرات التي تعمل الألعاب الشبه الرياضية على تنميتها	20
85	يبين التفاعل الجماعي الموجود بين التلاميذ حين تستعمل الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصّة التربية البدنية والرياضية	21
86	يبين دور الألعاب الشبه الرياضية في اندماج التلاميذ وتكيفهم مع بعضهم البعض.	22
87	يبين أهمية احترام التلاميذ لقواعد الألعاب الشبه الرياضية الذي يؤدي إلى احترام حقوق الآخرين ونشر الروح الرياضية.	23
88	بين أهمية الألعاب الشبه الرياضية في جعل التلاميذ يتفاعلون معها بسهولة وتشعرهم بالراحة النفسية والسعادة والمرح.	24
89	يبين الطريقة الأفضل في تنمية الجانب العاطفي الوجداني	25
91	يبين إن كانت الألعاب الشبه الرياضية تولد عن التلاميذ الاهتمام للمتعمم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصّة التربية البدنية والرياضية .	26
92	يبين الغرض من استعمال الألعاب الشبه رياضية في حصّة التربية البدنية والرياضية.	27
93	يبين إن كانت الألعاب الشبه الرياضية تساعد التلاميذ على التخيل والتفكير لإيجاد الحلول المناسبة خلال اللعب.	28
94	يبين الطريقة الأفضل لتنمية الجانب المعرفي للتلاميذ:	29
95	: يبين مساعدة الألعاب شبه رياضية للتلاميذ على تطوير السرعة في التصرف واتخاذ القرار.	30

## مقدمة:

نظرا للتطور السريع الذي شهدته العديد من المجالات الحياة، سواء كانت العلمية منها أو المعرفية خاصة تلك المتعلقة بالمجال التربوي وذلك لما له من أهمية بالغة في تكوين أفراد المجتمع تكوينا متكاملما مما يساعده على التكيف ومسايرة العصر في تطوره الفكري والعلمي.

وبما أن التربية العامة هي إعداد الفرد للحياة علميا وعمليا وجسميا وعقليا وخلقا واجتماعيا وذلك من خلال الأنشطة البدنية والمعرفية والحركية والثقافة التربوية ليتحملوا مسؤولياتهم نحو أنفسهم وأجسامهم وحياتهم الشخصية والاجتماعية لينشؤوا مواطنين صالحين ينفعون أنفسهم ويخدمون أوطانهم .

وللوصول إلى هذه الأهداف نجد أن أساتذة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية يستخدمون العديد من الطرق التي تتلاءم مع الخصائص الفيزيولوجية والمرفولوجية والنفسية للفرد من جهة، ومن حيث ملائمة الظروف المحيطة بالإنجاز من جهة ثانية، ومن بين هذه الطرق نجد طريقة اللعب، والتي هي إحدى الطرق التي يمكن اعتبار أن لها علاقة كبيرة بتحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية، وذلك لما تتطلبه هذه الطريقة من سيطرة على نوع من الأدوات، والأداء الجيد الذي يستلزم أولا السيطرة على الجسم وعلى الأداة ولكون اللعب ليس مرتبطا بمرحلة سنية معينة نجد أن الأستاذ يوجه الألعاب من حيث استعدادات التلاميذ لممارستها وجعلها تبدو سهلة أو صعبة، أو بسيطة أو معقدة حسب اختيار اللعبة والتخطيط المسبق لكيفية إنجازها بغرض الارتقاء بمستوى الأداء الحركي وتنمية القدرات البدنية والمهارية والحفاظ على روح المجموعة وتنمية الجانب المعرفي وهذا ما يعرف بتطبيق الألعاب الشبه الرياضية، وكما نعلم أن حصة التربية البدنية والرياضية تهدف لتنمية ثلاثة جوانب أساسية: الحسي الحركي، الاجتماعي، العاطفي والمعرفي.

وفي بحثنا هذا سنتطرق لمعرفة دور اللعب الشبه الرياضي في تنمية هذه الجانب لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط ما بين "15.12" سنة.

ولقد تناولنا في دراسة هذا الموضوع من خلال خطة البحث التي شملت على مقدمة كانت عبارة عن تقديم وإثارة للموضوع وشملت على خطة سير البحث.

ثم الإطار العام للدراسة والذي تمثل في عرض إشكالية البحث، الفرضيات، أهمية الدراسة والهدف منها ومصطلحات البحث والدراسات السابقة.

وعلى جانبين: الجانب النظري وشمل على خمسة فصول:

الفصل الأول: وتناولنا فيه حصة التربية البدنية والرياضية.

الفصل الثاني: تطرقنا فيه إلى مرحلة المراهقة ما بين "15.12" سنة.

الفصل الثالث: تحدثنا فيه عن اللعب والألعاب الشبه الرياضية وفي هذا الفصل تطرقنا إلى أهمية هذه الألعاب ودورها في حصة التربية البدنية والرياضية خاصة في فترة المراهقة من "15.12" سنة .

أما الجانب التطبيقي فقد احتوى على فصلين:

الفصل الأول: شمل الطرق المنهجية للبحث وذلك باستعمال أدوات البحث، ومكان إجرائه.

الفصل الثاني: فقد تطرقنا فيه إلى عرض النتائج المتوصل إليها وتحليلها ومناقشتها بالعودة إلى الإطار النظري للبحث.

وفي خاتمة البحث طرحنا رؤيتنا في نتائج البحث من خلال دراسة فرضيات البحث ومناقشتها بموضوعية وأمانة علمية، مستخلصين في الأخير اقتراحات وتوصيات مناسبة.

الجانب التمهيدي

التعريف بالبحث

## 1 . الإشكالية:

تعتبر ممارسة التربية البدنية والرياضة من المواضيع المعالجة بكثرة من قبل العلماء في الميدان اعتبارها سلوكا فعليا للممارسة فهو لا يظل سلوكا بعيدا عن بقية السلوكات الفردية والجماعية التي تتعلق بشتى الجوانب الاجتماعية الثقافية، النفسية، الصحية والأخلاقية.

والتربية البدنية والرياضة جزء مندمج مع المنظومة التربوية شأنها شأن المواد التعليمية الأخرى حيث تساهم بقسط وافر في تحقيق ما رسمته الدول اتجاه النشأ وهي تدرس طيلة المسار الدراسي بمنهج متجانس يعتمد على الاستمرارية والتدرج في سيرة التعليم وهي تساهم في تنمية وبلورة شخصية التلميذ من جميع النواحي الحركية والنفسية والاجتماعية معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يميزها عن باقي المواد الأكاديمية والتي تعتبر الأنشطة البدنية والرياضية كدعامة ثقافية واجتماعية تمنح المتعلم رصيذا ضخما يضمن لها توازنا وتعايشا منسجما مع المحيط الخارجي منبعه سلوكيات فاضلة تمنحه فرصة الاندماج الاجتماعي الفعلي.

إن ممارسة التربية البدنية الرياضية توفر للطفل المراهق الراحة الجسمية والنفسية باعتبارها تعبر عن ما هو شعوري ومكبوت، وكذلك لإبراز حريته ووجوده كفرد لم تمنح له الفرصة لإثبات النفس أو عبارة عن وقت فراغ حركي إرادي وحر يهدف إلى انشراح الشخصية.

فالمراهق في أمس الحاجة إلى ممارسة التربية البدنية والرياضية لكي ينمي قدراته ويخرج مكبوتاته الداخلية وتفسير بعض ما يصعب تفسيره من اضطرابات نفسية محاولا بذلك جعل ممارسة التربية البدنية والرياضية سبيل للترويح النفسي.

من بين ابرز الأنشطة التي يعتمد عليها الأستاذ في التربية البدنية والرياضية في التدريس لهذه المادة نجد الألعاب الشبه الرياضية وهي مجموعة من الحركات أو الفعاليات المريحة والترفيهية مهمتها تطوير القدرات البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة فهي نشاط خاص يأخذ عدة أشكال حسب العمر وهو مركز على الميول المأخوذة من النشاط كليا بحيث يعتبر المحرك الرئيسي لتطوير شخصية الفرد وغالبا ما تسير الألعاب الشبه الرياضية بطابع تنافسي دون الحاجة أو اللجوء إلى القواعد التنافسية الرسمية من بينها مدة اللعب وعدد اللاعبين والملعب وطبيعة الوسائل المستعملة في الرياضات الجماعية بصفة عامة.

وهي وسيلة فعالة ومؤثرة في تربية الطفل الناشئ ومادة أساسية في البرامج الدراسية وفي الأنشطة المختلفة للمؤسسات التربوية والاجتماعية وذلك بما يتناسب وتحقيق الأهداف التربوية التعليمية المحددة.<sup>1</sup> وتهدف ممارسة الألعاب الشبه الرياضية في مرحلة التعليم المتوسط إلى تحسين وتطوير المهارات الحركية للتلاميذ وكذا الجوانب الاجتماعية والبدنية للتلاميذ كما نجد فيها مجالات مختلفة تساعد كل فرد أن يتعلم حسب قدراته الخاصة وإمكانياته ووفقا لميولاته ورغباته الذاتية كما إن فيها متسع للعمل الجماعي عندما يشترك المتعلمين في مواقف تعليمية معينة .

وهي تعمل على تطوير النواحي الحركية والوجدانية والمعرفية والانفعالية للمتعلم<sup>1</sup>.

(1) حسن السيد أبو عبده، أساسيات تدريس التربية البدنية و الحركية، مكتبة الإشعاع، الإسكندرية مصر، طبعة 2002، ص 155.

ومن هنا نطرح هذا التساؤل:

هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية في إنجاح حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط؟

واندرج تحت هذه الإشكالية عدة تساؤلات فرعية كما يلي :

- هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط ؟
- هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب العاطفي الوجداني لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط ؟
- هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب المعرفي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط ؟

## 2. فرضيات البحث:

### 2-1- الفرضية العامة:

-تساهم الألعاب الشبه الرياضية في إنجاح حصة التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط .

### 2-2- الفرضيات الجزئية:

- تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.
- تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب العاطفي الوجداني لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.
- تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب المعرفي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

## 3- أسباب اختيار البحث:

### 3-1- أسباب عملية:

بالنظر إلى قلة البحوث في هذا المجال نأمل أن يكون من وراء إنجاز هذا البحث مصدرا علميا في المستقبل وكذلك إثراء حقل التربية البدنية بمصدر علمي مهم.

كما أن شعورنا بالأهمية البالغة التي يجب إعطاؤها للألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية، حيث ينظر إليها المختصون على أنها جزء لا يتجزأ منها ومن جهة أخرى لإبراز الدور الفعال الذي

(1) عبد الحميد شرف، التربية الرياضية و الحركية للأطفال الأسوياء و متحدي الإعاقة، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الثانية، 2005



تلعبه في مساعدة تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط في إثراء معارفهم وتوسيع إمكانياتهم في كل من المجالين التربوي والبدني.

#### 4- أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى:

- معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في إنجاح حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.
- معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.
- معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب العاطفي الوجداني لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.
- معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب المعرفي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

#### 5- تحديد المفاهيم:

##### - المراقبة:

أ- لغة: ترجع كلمة مراقبة إلى الفعل راقى والذي يعني الاقتراب من الشيء، فراقى الغلام فهو مراقى أي قرب الاحتلام وراقى الشيء أي قربت والمعنى هنا يشير إلى الاقتراب من النضج والرشد.<sup>1</sup>  
أما الأصل اللاتيني لكلمة مراقى adolescence فهو مشتق من الكلمة adolescer ومعناها:  
الشروع نحو النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي.

##### ب- اصطلاحاً:

المراقبة فترة يمر بها كل فرد تبدأ بنهاية الطفولة المتأخرة وتنتهي بابتداء مرحلة النضج أو الرشد، وتمتد ما بين الثانية عشر إلى حوالي العشرين أو الحادي والعشرين.  
والمراقبة إما أن تكون فترة قصيرة أو طويلة وطولها يختلف باختلاف الأسرة والمجتمع وباختلاف المستوى الاقتصادي والحضاري.<sup>2</sup>

فالمراقبة بمعناها الدقيق هي المرحلة التي ينتقل فيها الطفل من الاعتماد على الآخرين إلى<sup>3</sup> الاعتماد على نفسه وبالتالي النضج في جميع النواحي السيكولوجية والبيولوجية والاجتماعية والتقاليد والمناخ السائد وطبيعة المجتمع.

(1) محمد عبد الباقي، اللعب بين النظرية و التطبيق، مركز الإسكندرية للكتاب - الإسكندرية، مصر - طبعة 2005، ص 20.

(2) بن يحيى أسامة - درياس فيصل، مذكرة تخرج، الضغط النفسي و آثاره في زيادة الدافعية للرياضيين المراهقين للانسحاب من ممارسة الرياضة، 2004، 2005، ص 62.

(3) سامي محمد ملحم ، علم النفس النمو، دار الفكر عمان ، الأردن، طبعة 1، 2004، ص 341.

فالمراهقة إذا هي عملية بيولوجية حيوية في بدايتها .....وظاهرة اجتماعية في نهايتها<sup>1</sup>.

### -اللعب:

1- لغة: حسب ما ورد في لسان العرب لأبن منظور أن اللعب ضد الجد ونقول لعب يلعب لعبا وتلعب، وتلعبا ونقول رجل لعبة أي كثير اللعب وكل ما يلعبون به لعبة.

2- اصطلاحا: اللعب ظاهرة فطرية وطبيعية لها أبعادها النفسية والاجتماعية مهمة فقد عرفه "شيكرا" على أنه شكل من أشكال الفن فهو نتاج للخيال، كما يعتبر الدافع الأساسي للعب هو الاستمتاع بالحرية التي تتاح للطفل من خلال الهروب من الواقع.<sup>2</sup>

ويؤكد علماء النفس على أنه أكثر من ظاهرة سيكولوجية أو رد فعل سيكولوجي.<sup>3</sup>

### - الألعاب الشبه الرياضية:

1- لغة: نقول لعبة شبه رياضية أي تشبه الألعاب المنتظمة.

2- اصطلاحا: هي ألعاب ذات طابع تنافسي وأقل تحديدا للقوانين الرياضية كما تحتاج إلى قدر من القيم النفسية التي تساعد على تنمية السمات الشخصية لدى الطفل.<sup>4</sup>

### - التربية البدنية والرياضية:

لغة: ربي، يربي، تربية نقول ربي الأب ولده، أي أنشأه وكونه.

اصطلاحا: هي تلك النشاطات التي تحفظ الصحة والقوة الجسمية للتلميذ وتمكنه من السيطرة على قواه العقلية والجسمية وتزيد من سرعة إدراكه وحدة ذكائه وسرعة تحكمه ودقته كما تقوده إلى أن يكون دقيق الشعور فيؤدي واجباته بذمة ضمير.<sup>5</sup>

### 6-الدراسات السابقة:

على الرغم من كثرة الدراسات التربوية التي أجريت في مجال النشاط المدرسي عامة والنشاط الرياضي خاصة، إلا أن وجود دراسات تتناول دور النشاط الرياضي المدرسي في تنمية بعض القيم الخلقية من الندرة بكان، مما تسبب في وجود فجوة وحاجة ملحة لإجراء دراسات تتناول هذا الجانب، مما أعطى مشروعية لظهور الدراسة الحالية، التي تعقبت ما قدمه الباحثون والدارسون في مجال النشاط المدرسي أو النشاط الرياضي وتسهيلا على القارئ وتيسيرا في العرض فقد عمدت الدراسة الحالية إلى استعراض الدراسات السابقة على النحو التالي:

(1) محمود عبد الحليم المنسي، د. عفاف بنت صالح المحضر، علم النفس النمو، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية طبعة 2، 2001 ص19.

(2) محمد عبد الباقي، اللعب بين النظرية والتطبيق، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، مصر، طبعة 2005، ص 20.

(3) تهاني عبد السلام محمد، الترويح و التربية الترويحية، دار الفكر العربي، الطبعة 1، 2001، 93.

(4) تشارلي بيوكي، ترجمة حسن عوض، كمال صلاح عبده، أسس التربية البدنية، دار الفكر العربي، مصر، 1990، ص128.

(5) قاسم حسن حسين، الموسوعة الرياضية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية، كلية التربية البدنية، ص207.

أجرى بهاء حسناين (1989) دراسة بعنوان "دور ممارسة الأنشطة الشبه الرياضية في تنمية بعض القيم الخلقية لدى أطفال المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، مقدمة إلى كلية التربية الرياضية جامعة المينا.

وهدفت الدراسة إلى: التعرف على دور ممارسة الأنشطة الرياضية في تنمية بعض القيم الخلقية لدى أطفال المرحلة الابتدائية، واستخدام الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (405) تلميذ من الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الشبه الرياضية، وقام الباحث ببناء استمارة وزعت على عينة الدراسة وتكونت من (8) محاور هي: (الأمانة، التعاون، النظام، تحمل المسؤولية، الشجاعة، الصدق، التسامح) و(64) عبارة.

وأُسفرت الدراسة عن النتائج التالية:

- أن هناك اختلافا في ترتيب القيم الخلقية بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الشبه الرياضية لصالح الممارسين.
- أن ممارسة الأنشطة الشبه الرياضية لها دور في تنمية القيم الخلقية، وإن القيم الخلقية تكتسب من خلال المواقف السلوكية التي يتعرض لها الفرد.
- أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الممارسين للنشاط الشبه الرياضي وبين غير الممارسين له لصالح الممارسين.

أجرت منى محمد فودة (1995) دراسة بعنوان "دور ممارسة الأنشطة الشبه الرياضية في تنمية القيم الخلقية لدى المعاقين حركيا بالقاهرة"، رسالة ماجستير غير منشورة، مقدمة إلى كلية التربية الرياضية للبنات بجامعة حلوان.

هدفت هذه الدراسة إلى: التعرف على دور ممارسة الأنشطة الشبه الرياضية في تنمية القيم الخلقية لدى المعاقين حركيا، مستخدمة المنهج الوصفي، واشتملت العينة على (1320) معاقا من سبعة مراكز للأطفال التي يتردد عليها المعاقين حركيا، وطبقت مقياس لبهاء سيد.

- وأسفرت النتائج عن عدم وجود اختلاف في ترتيب القيم الخلقية بين المعاقين حركيا مما يشير إلى دور ممارسة النشاط الشبه الرياضي في تنمية القيم الخلقية لدى المعاقين حركيا.

وأجرى فالح ابورجيلة (1420هـ) دراسة بعنوان "العلاقة بين ممارسة النشاط الشبه الرياضي وبعض سمات الشخصية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة جدة"، رسالة ماجستير غير منشورة، مقدمة إلى قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة أم القرى.

- وهدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين الطلاب الممارسين للنشاط الشبه الرياضي وغير الممارسين له في سمة الانبساطية، العصبية، تأكيد الذات، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، حيث طبق (مقياس أيزنك المقنن على البيئة السعودية من إعداد كايد، ومقياس توكيد الذات من إعداد فرج) على عينة الدراسة والتي بلغ عددها (125 طفل ممارس) و(125 طفل غير ممارس).

- وأسفرت الدراسة عن نتائج أهمها:

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط الشبه الرياضي وغير الممارسين له في السمات التالية: (الانبساط، العصبية، توكيد الذات) لصالح الممارسين.

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للنشاط الشبه الرياضي وغير الممارسين له في سمة توكيد الذات لصالح الممارسين، في الأبعاد التالية: (المصارحة، طلب تفسيرات من الآخر، ضبط النفس الاستقلال بالرأي، الدفاع عن الحقوق العامة والخاصة).

وأجرى حسن حلواني (1421هـ) دراسة بعنوان "تأثير ممارسة الأنشطة الشبه الرياضية على مستوى التحصيل الدراسي لتلاميذ الصف الخامس ابتدائي بمكة المكرمة"، رسالة ماجستير غير منشورة، مقدمة إلى قسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية بجامعة أم القرى.

وهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى التحصيل الدراسي للتلاميذ الممارسين للأنشطة الشبه الرياضية الداخلية والخارجية وغير الممارسين لها، واستخدم الباحث أسلوب التحليل الوثائقي لجمع البيانات والمعلومات على عينة طبقية عشوائية شملت جميع المدارس الحكومية التابعة للعاصمة المقدسة والتي بلغ عددها (17) مدرسة ابتدائية، وقام بتصميم استمارة خاصة لجمع البيانات والمعلومات للممارسين للأنشطة الشبه الرياضية وغير الممارسين لها.

وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التحصيل الدراسي لصالح التلاميذ الممارسين للنشاط الشبه الرياضي بشقيه الداخلي والخارجي، وأوصت بضرورة نشر الوعي بأهمية الرياضة وممارسة الأنشطة الشبه الرياضية، وأهمية مادة التربية الرياضية، وضرورة اهتمام المسؤولين بذلك، وكذلك ضرورة قيام وسائل الإعلام بإبراز العلاقة بين ممارسة الأنشطة الشبه الرياضية والتفوق الدراسي، ودور النشاط الشبه الرياضي في تنمية كافة الجوانب التربوية والصحية والنفسية والاجتماعية.

#### -خلاصة الدراسات السابقة:

من خلال الدراسات السابقة توصلنا إلى التعاريف والمفاهيم الخاصة بالتربية البدنية والرياضية كما توصلنا إلى أهمية الألعاب الشبه الرياضية ودورها في الحصة التعليمية ودورها في اندماج التلاميذ مع بعضهم البعض وكذلك الدور الكبير الذي يقوم به النشاط الشبه الرياضي في تنمية كافة الجوانب التربوية والصحية والنفسية والاجتماعية لدى الطفل.

الجانب النظري

# الفصل الأول

حصّة التربية البدنية والرياضية

**تمهيد:**

تعتبر حصّة التربية البدنية والرياضية وسيلة هامة من الوسائل التربوية لتحقيق الأهداف المسطرة في تكوين الفرد، فهي نشاط بدني ورياضي مركب. فالحركات البدنية التي يقوم بها الفرد في حياته على المستوى التعليمي البسيط في الإطار المنظم، تعمل على تنمية وتحسين وتطوير هذا البدن ومكوناته من جميع جوانبه وهذا لضمان تكوين الفرد وتطوره وانسجامه في مجتمعه، كما تعتبر حصّة التربية البدنية والرياضية حجر الأساس للمادة الدراسية إذ يراعي الأستاذ في تسطيرها حاجيات وميول ورغبات تلاميذه، ويتوقف نجاحها في تحقيق الأهداف المسطرة، حيث تعتمد على الميدان التجريبي لتكوين الفرد وتزويده بالمعارف والخبرات والمهارات التي تسهل له إشباع رغباته.

### 1-1- تعريف التربية البدنية والرياضية:

هي مجموعة من العمليات البيداغوجية لها أبعاد تربوية، بحيث تؤثر في نمو التلميذ من جوانبه النفسية الحركية، الوجدانية، المعرفية، وتحقق عن طريق النشاطات البدنية والرياضية<sup>1</sup>. كما تعتبر مجموعة من القيم والمهارات والمعلومات والاتجاهات التي يمكن أن يكسبها برنامج التربية البدنية والرياضية للأفراد لتوظيف ما تعلموه في تحسين نوعية الحياة، ونحو المزيد من تكيف الإنسان مع بيئته ومجتمعه، إذ يعرفها المفكر التربوي "ديوي" "dewy" على أنها أسلوب للحياة وطريقة مناسبة لمعيشة الحياة وتعاطيها من خلال خبرات الترويح البدني واللياقة البدنية والمحافظة على الصحة وضبط الوزن وتنظيم الغذاء والنشاط، وهو مفهوم يتسق مع التربية مدى الحياة ويعرفها "ويست" "بوتشر" أنها العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك<sup>2</sup>.

### 1-2- أهداف التربية البدنية والرياضية:

#### 1-2-1- الأهداف العامة:

يعتبر هدف التربية البدنية والرياضية من جهتها العامة من أكثر المدلولات التي قامت بها المدارس العالمية في تحديد الأهداف من جراء الممارسة الرياضية والأكثر شيوعاً، منها:

#### 1-1-2-1- هدف التنمية البدنية:

يعتبر هدف التنمية البدنية من مهام التربية البدنية والرياضية في المقام الأول لتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان، وذلك بالارتقاء بالأداء البدني وكسابه القدرات الحركية التي تعمل على تكييف أجهزة جسم الإنسان بيولوجياً والرفع من مستوى كفاءتها الوظيفية، فمن خلال الأنشطة الرياضية التي يمارسها الإنسان يكسب القوة والرغبة، التحمل والصفات البدنية الأخرى، بالإضافة إلى تحسين ريثم نبضات القلب، وهذا ما يعطي لياقة بدنية جيدة.

#### 1-2-1-2- هدف التنمية الحركية:

تشكل الظاهرة الحركية لدى الإنسان أحد أبعاد وجوده الإنساني، ويشتمل على عدد من القيم والتراث والمفاهيم التي تتعهد حركة الإنسان، وتعمل على تطويرها واكتساب المهارات الحركية، كما له منافع وفوائد ذات أبعاد كبيرة منها:

\* تتبع فرص الاستمتاع بأوقات الفراغ.

\* تنمي مفهوم الذات وتكسب الثقة بالنفس.

\* توفر طاقة العمل وتساعد على اكتساب اللياقة البدنية.

\* تساعد على الحراك الاجتماعي والوضع الاجتماعي المتميز.

(1) - وزارة التربية الوطنية: مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط، الجزائر، أبريل، 2003، ص76.

(2) - أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2، القاهرة، ط2، 1996، ص30.



\* تمكن الفرد من الدفاع عن النفس وزيادة فرص الأمان.

### 1-2-1-3- هدف الترويح وأنشطة الفراغ:

الترويح يعبر عن الظرف الانفعالي الذي يستشعره الإنسان وينتج عنه الإحساس بالرضي والوجود الطيب، وهو يتصف بمشاعر الإجابة والإنجاز، الانتعاش، القبول، النجاح، وهو يدعم الصورة الإيجابية للذات، كما يستجيب للخبرة الجمالية وتحقيق الأغراض الشخصية، وهو في النهاية أنشطة مستقلة للفراغ<sup>1</sup>.

### 1-2-1-4- هدف التنمية النفسية الإجتماعية:

تستفيد التربية البدنية والرياضية من المعطيات الانفعالية والوجدانية المصاحبة لممارسة النشاط البدني وتتمي بتلك شخصية الفرد تنمية تتميز بالاتزان والنضج، وتعتمد أساليب التنمية الانفعالية في التربية البدنية والرياضية على عدة مبادئ منها الفروق الفردية وانتقال أثر التدريب<sup>2</sup>.

إن القيم النفسية المكتسبة من المشاركة في برنامج التربية البدنية والرياضية، تتعكس أثرها من الميدان إلى المجتمع في شكل سلوكيات مقبولة<sup>3</sup>.

### 1-2-2-1- الأهداف الخاصة:

تتطلب المرحلة الابتدائية عناية خاصة وتوجيها سديدا لتحقيق أهداف حصّة التربية البدنية والرياضية لذا لابد للمدرس أن يراعي الأهداف التالية عند وضع الخطة التي يسير بموجبها خلال السنة الدراسية بغرض أداء النشاط الرياضي على أكمل وجه، ويمكن تلخيص هذه الأهداف في:

### 1-2-2-1- الجانب البدني والصحي:

التربية البدنية هي إحدى العناصر الأساسية للتربية عموما في طرقها ووسائلها وأشكالها، وهي بصفة عامة تؤدي إلى النمو البدني العام، وتساهم في بناء شخصية الطفل السوية، كما أصبحت جزء من نظام حياة الفرد والمجتمع شأنها شأن الرعاية الصحية والغذائية، الخلقية و النفسية.

كما يمكن القول بأن ممارسة أي نشاط رياضي الهدف منه تطوير جانب معين من الأعضاء التي تخدم اختصاص رياضي معين، ويعرفها "كوتيسكي" على أنها: " جزء من التربية العامة تهدف إلى تكوين الطفل بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا"<sup>4</sup>.

(1) - كمال عبد الحميد: خصائص فترة المراهقة كرة اليد للناشئين وتلاميذ المدارس، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2، 1978، ص19.

(2) - محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط2، 1992، ص27.

(3) - محمد حسن العلوي: علم الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2، 1992، ص146.

(4) - قاسم مندلاوي، عبيد الستار علوان: أصول التربية البدنية في مرحلة الطفولة المبكرة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، بدون سنة، ص37.

### 1-2-2-2- الجانِب المعرفي:

- تساعد الأنشطة البدنية والرياضية التلاميذ على تحسين قدراتهم الفكرية والإدراكية، التركيز واليقظة والتصور الذهني لموقف اللعب واكتساب العديد من المعارف ومن بينها:
- \* معرفة قوانين الألعاب التي يمارسها وبطبقها.
  - \* معرفة تاريخ الأنشطة البدنية والرياضية عامة وتطورها.
  - \* القدرة على فهم أهداف التربية البدنية والرياضية وتأثيرها على الجسم من الناحية الفيزيولوجية والوظيفية.

### 1-2-2-3- الجانِب التربوي الإجتماعي:

تكون التوعية عن طريق الشعور والإحساس لأي اضطرابات، لذلك يلزم وضع برامج في التربية البدنية والرياضية تخدم أوليات الطفل، وتعمل على تطويرها من الناحية البدنية والنفسية وتعمل كذلك على تنمية المهارات الفنية والحركية، وأهم من ذلك هو تطوير الجهاز العصبي المركزي، وتطويره تنمو عدة قدرات ووظائف منها الإدراك، التصور، التخيل، والانتباه. فالحركة تنمي لدى الطفل الشعور بالهدوء والراحة النفسية كما تمنح وتتيح الفرص الكبيرة للممارسين والمزاولين لها وتساعدهم على أداء أدوارهم من أجل تحقيق التقدم والتكامل الإجتماعي بحماس<sup>1</sup>.

### 1-2-2-4- الجانِب الحسي الحركي:

- ينبغي على التلميذ اكتساب وتحسين جملة من القدرات والصفات من بينها:
- \* اكتساب حركات ملائمة مع المحيط، في كل من الوضعيات الطبيعية كالمشي.
  - \* يحرك جسمه جيدا ويتحكم فيه ويتعلم تدريجيا حركات متزايدة الصعوبة.
  - \* يكتسب القدرات البدنية والمتمثلة في: السرعة، المقاومة، المرونة، المتانة، والقوة العضلية، للمحافظة على اللياقة البدنية والصحية.
  - \* يتحكم في توزيع جهده وتناوب فترات الراحة والعمل.
  - \* يعرف كيفية الاستراحة والاسترخاء العضلي، إحساس التقبل الذاتي والإحساس بمختلف أطراف الجسم.

### 1-3- أهمية التربية البدنية والرياضية:

إن اهتمام الإنسان بجسمه وصحته ولياقته البدنية أعطى للتربية البدنية والرياضية أهمية كبيرة، وهذا بفعل ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية كالعاب، الرقص، التمارين البدنية. ولعل أقدم هذه النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني ما ذكره "سقراط" أبو الفلسفة عندما كتب: "على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب

(1) - قيس باجي، عبد الجبار: تطوير القابلية البدنية في العمر المدرسي، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، دون طباعة، دون سنة، ص21.

لنداء الوطن إذا دعا الداعي". كما ذكر المفكر الشهير "شيلر" "shiller" في رسالة جمالية التربية " أن الإنسان يكون إنساناً فقط عندما يلعب"<sup>1</sup>.

وقد أثارت التربية البدنية والرياضية اهتمام عدة مفكرين عرب كانوا أو أجانب، فأشادوا بأهميتها وقيمتها داخل المجتمع، فنجد عند العرب مثلاً " العقاد" الذي يصف الرشاقة الحركية بأنها تعبير عن تلاؤم أعضاء الجسم مع وظائفها وأدائها.

أما عند الغرب نجد العالم السياسي " بنجامين فرانكي" ذكر في مؤلف له بعنوان "توصيات لتربية النشأ" و" مزايا التمرين البدني في تقوية الدول وتوطيد أركانها"<sup>2</sup>.

#### 4-1- حصة التربية البدنية والرياضية:

##### 1-4-1- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية:

هي اللبنة أو الوحدة المصغرة التي تبنى وتحقق بتتابع واتساق محتوى المنهج، وتنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية أهم واجبات المدرس، ولكل حصة أغراضها التعليمية من المنظور السلوكي (حركي، معرفي، وجداني)، وتتكون الوحدة التعليمية من عدة حصص للتربية البدنية<sup>3</sup>.

وتشمل الحصة في التربية البدنية والرياضية على الجوانب التالية:

\* **المقدمة:** وتشتمل على الإجراءات التنظيمية والإحماء والتمرينات.

\* **الجزء التعليمي:** ويشتمل على النشاط التعليمي، والنشاط التطبيقي.

\* **الجزء الختامي:** ويشتمل على التهدئة والعودة إلى الحالة الطبيعية.

##### 2-4-1- خطة حصة التربية البدنية والرياضية:

الشكل العام في تصميم المنهج هو تخطيط إنجاز سلسلة لخطط الحصص لكل وحدة، حيث أن الوحدة هي تجميع للمواد والأنشطة والتي تغطي كمية الوقت داخل الفعل الدراسي، فمنطقي أن تتجزأ إلى أجزاء مشابهة للعرض اليومي.

وخطة الحصة الجيدة تحدد الاتجاه والطابع وتقرر البؤرة الأساسية وتقلل من الارتجال والتداخل كما تمنع فقدان الوقت.

فخطة الحصة هي مرشد المدرس يوماً بيوم للتدريس الفعال، كما يجب أن تختصر وتطور للانتفاع بكل لحظة من زمن الحصة، وخطة حصة التربية البدنية تعتبر كمرشد مرن يتضمن:

\* عنوان الحصة.

\* اقتراحات ترتبط بالأغراض.

(1) - أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1996، ص20.

(2) - مصطفى أمين: تاريخ التربية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996، ص95.

(3) - أمين أنور الخولي، جمال الشافعي: مناهج التربية المعاصرة، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 2005، ص35.

- \* التجهيزات والأدوات المطلوبة.
  - \* المحتوى وقيم المحتوى.
  - \* إجراءات التنظيم.
  - \* الوقت المسموح لكل شكل من الخطة.
  - \* مفاتيح وتلميحات التدريس.
- وفي ضوء ما سبق يمكن إيجاز معايير تقييم خطة الحصّة فيما يلي:
- \* لابد أن تتضمن معنى للتعلم.
  - \* الخطة يجب أن تكون مختصرة لوجود دليل المعلم.
  - \* لابد أن تكون ممثلة في الوحدة<sup>1</sup>.
  - \* لابد أن تكون مشوقة.
  - \* لابد أن تكون كاملة ومترابطة الأجزاء.

#### 1-4-3- محتوى حصّة التربية البدنية والرياضية:

يرتبط تحقيق أعلى مستوى لنتائج التربية والتعليم ارتباطا وثيقا بالتخطيط الجيد للحصّة، وكل خطة للحصّة يجب أن تشمل على تخطيط لمحتوياته وترتيبها وتوزيعها على مدار العام الدراسي، ودور كل منها في تحقيق أهداف معينة، إذ يعرف محتوى حصّة التربية البدنية والرياضية على أنها نظام من المعارف والمعلومات والسلوك.

وبشير بعض المتخصصين في مجال طرق تدريس التربية البدنية إلى أن محتوى حصّة التربية البدنية يمكن أن يتضمن المكونات التالية:

- 1- مجموعة مركبة من التمرينات (الحركية) والأنشطة الرياضية والألعاب والمسابقات.
- 2- مجموعة مركبة من القيم والمثل والاتجاهات التي تتناسب وأساليب السلوك السوي.
- 3- مجموعة مركبة من المفاهيم والمعايير والحقائق التي تكسب التلاميذ المعارف والمعلومات.
- 4- مجموعة من أساليب الأداء الرياضي التي يكتسبها التلاميذ والتي تساعدهم على ممارسة النشاط الرياضي بصورة مستقلة<sup>2</sup>.

وتحتوي الحصّة على أوجه نشاط متعددة وتنظيما للعمل اصطلح على تقسيم الحصّة إلى الأجزاء الآتية:

#### 1-3-4-1- المقدمة والأعمال الإدارية:

الغرض الأساسي من نشاط المقدمة الإحماء، ويقصد بالإحماء التدفئة العامة للجسم وذلك عن طريق إدخال جميع أجزاء الجسم في الحركة وخاصة المفاصل والعضلات الكبيرة، تمهيدا للعمل المقبل الذي يقوم به الفرد في الأجزاء التالية، وفي هذا الجزء يحقق المدرس العديد من الأغراض الأساسية منها:

(1)- أمين أنور الخولي، جمال الشافعي: مرجع سبق ذكره، 2005، ص325

(2)- عنايات محمد أحمد فرج: مناهج وطرق تدريس التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص17.

\* ارتداء الزي الرياضي والاصطفاف وأخذ الغيابات.

\* إعداد الملعب والأدوات اللازمة.

\* تهيئة الجهاز العصبي والتنفسي لدى التلاميذ.

\* زيادة دافعية التلاميذ وإقبالهم على أجزاء الدرس الأخرى.

\* زيادة التشويق للممارسة الرياضية.

\* إزالة التوتر والقلق لدى التلاميذ.

#### 1-4-3-2- الإعداد البدني:

أن للتمرينات البدنية أهمية كبيرة بالنسبة للجسم ولا يمكن الاستغناء عنها لأثرها الواضح على شكل الجسم وقوامه، والتمرينات البدنية ليست مجرد تغيير في أوضاع الجسم وحركات الأطراف، بل هي الأنشطة الحركية التي تسعى إلى تحقيق هدف أساسي من أهداف التربية البدنية والرياضية، وهي تنمية وتطوير القدرات العقلية والنفسية وكذلك تطوير عناصر اللياقة البدنية للحصة<sup>1</sup>.

#### 1-4-3-3- النشاط التعليمي:

هذا الجزء هو النواة التي تبنى عليه الحصة كلها وهي صلب الخطة الدراسية، فهي تشمل الوحدة الدراسية وعلى ذلك يصبح الغرض الأكثر أهمية في تحقيق الأهداف التعليمية والتطبيقية، وتكمن أهمية هذا الجزء فيما يلي:

\* أساس الخطة العامة.

\* تعليم المتعلمين المهارات المختلفة للأنشطة وتطبيقهم لها.

\* اكتساب المتعلمين بعض الصفات التربوية من خلال نظام الأقسام داخل الفوج والتداخل فيما بينهم.

#### 1-4-3-4- الجزء الختامي:

والغرض من هذا النشاط هو تهدئة التلاميذ نفسياً وعضوياً، والرجوع بأجهزة الجسم إلى حالتها الطبيعية حيث يتم من خلالها إعطاء المتعلمين بعض التمرينات الصغيرة بغرض التهدئة، الاسترخاء وفي الأخير إعطاء حوصلة عامة عن الحصة<sup>2</sup>.

#### 1-4-4- صفات حصة التربية البدنية والرياضة:

تتوفر في حصة التربية البدنية صفات وشروط يجب تحقيقها من خلال لقاء الحصة ومن أهمها ما يلي:

\* غرض الحصة يجب أن يكون معروفاً من تحقيق المدرس للغرض (هدف الحصة).

\* أن تتماشى الحصة في مجموعة تفصيلية مع الأسس الصحية، بمعنى أن يكون الملعب خالي

من العوائق.

(1) - محمد محمد الشحات: تدريس التربية الرياضية، العلم والإيمان للنشر والتوزيع، القاهرة، 2008، ص202.

(2) - مكارم حلمي أبو هرجة: مناهج التربية البدنية، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1999، ص 95-96.

- \* أن تكون أوجه النشاط مبنية على أساس صحيح في الوجهتين النفسية والتربوية.
- \* أن تكون أوجه النشاط شيقة وممتعة ومناسبة لسن التلاميذ.
- \* أن تركز الحصة على بث القيم والمعايير الإجتماعية والخلفية في نفوس التلاميذ.
- \* أن يتماشى النشاط بالحصة وطرق تدريبه مع أسس العلوم الأساسية للتربية البدنية.
- \* أن يتناسب أوجه النشاط مع الإمكانيات الموجودة في المدرسة.

#### 1-4-5- واجبات حصة التربية البدنية والرياضية:

تتلخص فيما يلي:

- \* تطوير المهارات الحركية الأساسية بالإضافة إلى تعليم المهارات الحركية.
- \* تطوير وتربية الروح الجماعية والعمل على التكيف الإجتماعي.
- \* 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.<sup>1</sup>

#### 1-4-6- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة:

يمكن تلخيص أهداف حصة التربية البدنية والرياضية فيما يلي:

- \* تنمية الكفاءة البدنية وصيانتها.
- \* تنمية المهارات البدنية والنافعة في الحياة.
- \* تنمية الكفاءة الذهنية والعضلية.
- \* ممارسة الحياة الصحية السليمة.
- \* التمتع بالنشاط البدني والترويحي وشغل وقت الفراغ.
- \* تنمية صفات القيادة الصالحة.
- \* إتاحة فرصة النابغين للوصول إلى البطولة وتنمية الكفاءات والمواهب الرياضية الخاصة.<sup>2</sup>
- \* 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.<sup>3</sup>

(1) - بسطيوسي محمد بسطيوسي: أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، مصر، 1996، ط1، ص87.

(2) - مصطفى السايح محمد: أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، القاهرة، 2003.

(3) - محسن محمد حمص: المرشد في تدريس التربية الرياضية، منشأ المعارف، القاهرة، 1997، ص50.

### 5-1- مدرس التربية البدنية والرياضية:

إنّ المدرس أحد محاور العملية التعليمية لما يلعبه من دور بارز في حياة التلميذ، فهو الذي يساعده على التطور وفقاً للاتجاهات الاجتماعية والتربوية والعقلية، والواقع أنّ التربية البدنية والرياضية إذا ما تمّ تدريسها بكفاية وعناية وفقاً لهذه الاتجاهات، نجد أنّها تتطلب درجة كبيرة من الطاقة العقلية والعصبية والحركية، كما تتطلب تفهماً دقيقاً لصفات الأفراد النفسية والاجتماعية، لذلك نجد أنّ الشخص الذي يقوم بتدريسها يحتاج إلى إعداد طويل ويخضع لبرنامج دقيق شامل، حتى يمكنه أن يؤدي رسالته كما يجب.

#### 1-5-1- خصائص ومواصفات المدرس الناجح:

إنّ أهم المقومات والمواصفات الأساسية للمدرس الناجح تصنف من حيث الشكل والمضمون:

##### 1-1-5-1- من حيث الشكل:

- \* المظهر اللائق والعناية بالشكل والنظافة.
- \* عدم التأخر في الوصول إلى المدرسة والالتحاق في الصف في المواعيد المحددة.
- \* الابتسام والبشاشة والكلمة الطيبة.
- \* عدم الجلوس على كرسي الطاولة لفترة طويلة إلا عند الضرورة.
- \* أهمية احترام التلاميذ واحترام ذويهم.
- \* التميز بالراحة النفسية والاجتماعية والاقتصادية.
- \* الصفات الإنسانية والقرب من التلاميذ.
- \* التعامل مع التلاميذ بعدالة ومساواة وعدم التحيز.
- \* إنكار الذات وعدم مدح الذات.
- \* عدم الرقابة في الأداء والصوت وحركات الوجه واليدين، منعاً من ملل وضيق التلاميذ.
- \* القدرة على استيعاب التلاميذ الفوضويين.

##### 1-1-5-2- من حيث المضمون:

- \* الكفاءة والعلم والمعرفة والثقافة العامة.
- \* إعداد الدروس جيداً.
- \* الاقتناع بمهنة التدريس والانتماء إليها.
- \* الصدق والاستقامة والنزاهة.
- \* القدرة على تنمية المواهب العلمية الشابة.
- \* سلامة النطق والسمع والبصر والحواس عامة.
- \* الابتعاد عن الشتائم والكلام البيدي<sup>1</sup>.

(1) - حسان حلاق: طرائق ومناهج التدريس، دار النهضة العربية، ط1، لبنان، 2006، ص 30-31.

- \* يضبط انفعالاته ولا يغضب، لأن الغضب يقوده إلى تصرفات قد تكون عواقبها وخيمة.
- \* يحرص على علاقات إيجابية تربطه بأعضاء هيئة التدريس.
- \* ينوع من نبرات صوته وحركاته التعبيرية أثناء الدرس.
- \* يلتزم بالخطّة الزمنية المحددة لتوزيع المقرر الدراسي.
- \* يستخدم الوسائل التعليمية بفاعلية.
- \* يحدد معارفه، ويواكب التقنيات التعليمية والبرمجيات.
- \* يدعم الطلبة لاكتشاف معاني ودلالات ما يتعلمونه ويشجعهم على ذلك.
- \* يستخدم أساليب الثواب والعقاب بشكل يضمن النمو السليم للتلاميذ.
- \* يلتزم باستخدام اللغة العربية الفصحى<sup>1</sup>.

### 1-5-2- دور المدرس اتجاه المتعلم:

إن دور المدرس ما هو إلا نمط من السلوك المتوقع من أعضاء مهنة التعليم، وتتعدد هذه الأنماط بتعدد المراكز والمسؤوليات الموكولة إلى كل مدرس. ومعنى هذا أنه ليس له دور واحد، بل إن له أدواراً 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. وينبغي على المدرس أن يزرع المتعلم عن سوء الأخلاق بطريق التعريض لها ما أمكن، ولا يصرخ وبطريق الرحمة لا بطريق التوبيخ. ومن أدوار المعلم أيضاً أن يكون قائداً اجتماعياً، وذلك لقيامه بإشباع حاجات الجماعة، كما أنه ينشط الدوافع لدى الأفراد ويحفزهم على المساهمة الإيجابية، لذا لا بد للمدرس أن يكون ذا خبرة ومعلومات واسعة حتى لا يفقد مكانته العلمية بين تلاميذه، كما يجب أن يدرك أن المعرفة ليست لها حدود، وهي تتزايد دائماً ومستمرة. وعلى المدرس أيضاً أن يكون ملماً بأنماط مختلفة من طرق التعليم والتدريس، كما يؤكد قدرته على حفظ النظام بين تلاميذه، وهو مسؤول عن غرس القيم الحميدة. وأن يعمل على تغيير شخصية تلاميذه برفع مستوى نموهم الروحي والثقافي والاجتماعي والعاطفي، وغرس الاتجاهات الملائمة وتنميتها لدى الطفل<sup>2</sup>.

(1) - فخري رشيد خضر: طرائق تدريس الدراسات الاجتماعية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط1، الأردن، 2006، ص390-391.

(2) - حسين عبد الحميد أحمد رشوان: العلم والتعليم والمعلم من منظور علم الاجتماع، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2006، ص



## خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل يمكننا أن نستخلص أن التربية البدنية والرياضية هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة، والتي تعمل على بناء الفرد بصورة شاملة من الناحية البدنية، العقلية، العضوية والجمالية، النفسية والاجتماعية. وهي نظام تربوي له أهدافه كما رأينا أن حصة التربية البدنية والرياضية تعتبر حقلاً أساسياً للتعليم وتربية النشء، لها واجبات تتمثل في التنمية الشاملة عن طريق اكتساب التلميذ للمعارف والمعلومات، وكذلك صفات يجب أن تتوفر في الحصة حتى تكون ناجحة وعليه تم بناء الحصة بتقسيمها إلى أجزاء مع وضع أهداف لها يريد المدرس تحقيقها.

وفي هذا الإطار يتبين لنا جلياً أن للمدرس دور كبير في حياة التلميذ، فهو الذي يساعده على التطور والتعلم وذلك بتحقيق رغباته وفق إمكانيات المدرسة، وذلك عن طريق الجهد المبذول والعمل الناجح، والمعلم بحكم وظيفته مصدر للمعرفة هو موجه، مرشد ومورد للعلم والمعرفة.

# الفصل الثاني:

المراهقة (12-15 سنة)

**تمهيد:**

يعتقد العلماء والباحثون أن دراسة فترة المراهقة تكون لاعتبارات مدرسية فقط، إلا أن ذلك لا يمنع من دراسة هذه المرحلة لاعتبارات عملية نفعية تجعلنا أقدر على التعامل مع المراهق من جهة، وعلى فهم ذواتنا والأصول النفسية من جهة أخرى.

فالمراهقة مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان وأصعبها لكونها تشمل على عدة تغييرات عقلية وجسمية، إذ تتفرد بخاصية النمو السريع غير المنتظم وقلة التوافق العضلي العصبي، بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل. وعلى هذا الأساس يجب دراسة الظواهر النفسية والسلوكية للمراهق وكذا ما يحدث في جسمه من تغيرات فيزيولوجية وعقلية وانفعالية وعاطفية إدراكا لما قد ينجر عنها من نتائج سلبية أو إيجابية. فهذه الفترة قد تكون المحطة الأخيرة للفرد كي يعدل سلوكه ويتم شخصيته في ظل الخبرات الجديدة في حياته.

ومن هذا المنظور ارتأينا في هذا الفصل التطرق إلى مفهوم المراهقة، وأطوار المراهقة، وخصائص الفئة العمرية (12-15) سنة ومشاكل المراهقة المبكرة، حتى يتسنى لنا الإمام بجميع جوانب الموضوع.

## 1-2- المراهقة:

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

**لغة:** تفيد كلمة "المراهقة" من الناحية اللغوية الاقتراب والدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في قولهم "راهق" بمعنى اقترب من الحلم ودنا منه،<sup>2</sup> والمراهقة باللغتين الفرنسية والإنجليزية "Adolescence" مشتقة من الفعل اللاتيني "Adolescere" وتعني الاقتراب والنمو والدنو من النضج والاكتمال.<sup>3</sup>

**اصطلاحاً:** والمراهقة من الناحية الاصطلاحية حسب "ستانلي هول" هي تلك الفترة الزمنية التي تستمر حتى سن الخامسة والعشرون والتي تقوده لمرحلة الرشد، ويرى مصطفى زيدان في المراهقة: "تلك الفترة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالتوقف العام للنمو، تبدأ من الطفولة وتنتهي في سن الرشد وتستغرق حوالي 07 إلى 08 سنوات من سن الثانية عشر لغاية العشرين بالنسبة للفرد المتوسط مع وجود اختلافات كبيرة في الكثير من الحالات"<sup>4</sup>. وحسب "دورتي روجرز"، المراهقة هي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية، تختلف هذه الفترة في بدايتها ونهايتها باختلاف المجتمعات الحضارية والمجتمعات الأكثر تمدناً والأكثر برودة.<sup>5</sup>

## 2-2- أطوار المراهقة:

### 1-2-2- مرحلة المراهقة المبكرة:

ويطلق عليها أيضاً اسم المراهقة الأولى، وهي تبدأ من سن 12 إلى سن 14 سنة من العمر. وتمتد هذه الفترة من بداية البلوغ إلى ما بعد وضوح السمات الفيزيولوجية 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 نحو رفاقه وصحابته الذين يتقبل آرائهم ووجهات نظرهم، ويقلدتهم 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

(1) - عبد الرحمان الوافي، وزيان سعيد: النمو من الطفولة إلى المراهقة، الخنساء للنشر والتوزيع، دون سنة، ص 49.

(2) - محمد السيد محمد الزعبلوي: خصائص النمو في المراهقة، ط2، مكتبة التوبة، مصر، 1998، ص 14.

(3) - البهي فؤاد السيد: الأسس النفسية للنمو، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975، ص 275.

(4) - محمد مصطفى زيدان: علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995، ص 31.

(5) - محمد مصطفى زيدان: علم النفس التربوي، دار الشروق، جدة، ص 152-158.

ووضوح الصفات الجنسية الثانوية وضغوط الدوافع الجنسية التي لا يعرف المراهق كيفية كبح جماحها أو السيطرة عليها<sup>1</sup>.

### 2-2-2-2-2-2 مرحلة المراهقة الوسطى:

وهي تبدأ من سن 14 إلى 17 سنة من العمر، وفيها يشعر المراهق بالنضج الجسمي والاستقلال الذاتي نسبياً، كما تتضح له كل المظاهر المميزة والخاصة بمرحلة المراهقة الوسطى<sup>2</sup>.  
و يتميز المراهق في هذه الفترة بالخصائص التالية:

- النمو البطيء
- زيادة القوة والتحمل.
- التوافق العضلي والعصبي.
- المقدرة على الضبط والتحكم في الحركات<sup>3</sup>.

### 2-2-2-3-2-2 مرحلة المراهقة المتأخرة:

تبدأ من سن 17 إلى سن 21-22 سنة من العمر، وتعتبر هذه المرحلة في بعض المجتمعات مرحلة الشباب، وهي كذلك فترة يحاول فيها المراهق لم شتاته ونظمه المبعثرة، ويسعى خلالها إلى توحيد جهوده من أجل إقامة وحدة متألّفة من مجموع أجزائه ومكونات شخصيته<sup>4</sup>.  
و يتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة والشعور بالاستقلال، وبوضوح الهوية، وبالالتزام، بعد أن يكون قد استقر على مجموعة من الاختيارات المحددة.

### 2-2-3-2-2 خصائص الفئة العمرية (12-15) سنة:

#### 2-2-3-1-3-2 النمو الجسمي:

يتميز هذا النمو في بداية المراهقة بعدم الانتظام و السرعة فهناك ارتفاع مطرد في قامته واتساع منكببيه اشتداد في عضلاته، واستطالة ليديه، وقدمه، وخشونة صوته و الطلائع الأولى للحية و الشارب من الشعر الذي يوجد في مواضع مختلفة من جسمه علاوة على الإفرازات المنوية إلى جانب التغيرات الفيزيولوجية كانهخفاض معدل النبض بعد البلوغ وارتفاع الضغط الدموي وانخفاض استهلاك الجسم للأكسجين، الشعور بالتعب والتخاذل وعدم القدرة على بذل المجهود البدني الشاق و تصاحب هذه التغيرات الاهتمام الشديد للجسم، والشعور بالقلق نحو التغيرات المفاجئة للنمو الجسمي، الحساسية الشديدة للنقد مما يتصل بهذه التغيرات محاولات المراهق التكيف معها<sup>5</sup>.

(1)- رمضان محمد القذافي: علم نفس الطفولة والمراهقة، المكتبة الجامعية الحديثة، الإسكندرية، ص353-354.

(2)- عبد الرحمان الوافي، وزيان سعيد: مرجع سابق، ص55.

(3)- أكرم زاكي خطايبية: المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، ط1، دار الفكر، عمان، 1997، ص72-73.

(4)- عبد الرحمان الوافي، وزيان سعيد: مرجع سابق، ص59.

(1)- مجدي أحمد محمد عبد الله: النمو النفسي بين السواء والمرض، دار المعرفة الجامعية، مصر، 2003، ص256.

### 2-3-2- النمو العقلي:

الوظائف العقلية المختلفة التي تنظم البناء العقلي للطفل يغشاها التغير والنمو وذلك كلما تقدم الطفل في مراحل العمر المختلفة حتى يصل إلى مرحلة المراهقة ونجد هذه التغيرات المتمثلة واضحة للعيان في هذه الفترة في كل الوظائف العقلية، ولاشك إن النمو العقلي للمراهق يعتبر عاملاً محددًا في تقدير قدراته العقلية ويساعد هذا على أن يفهم المراهق نفسه أو يستفيد بما ينتظم شخصيته من ذكاء وقدرات عقلية مختلفة ومن السمات الشخصية والاتجاهات والميول.

كما أن النمو يساعد من يقوم على تنشئة المراهق بتنشئة وما لديه هذه الإمكانيات الشخصية ومن أبرز مظاهر النمو العقلي في مرحلة المراهقة أن الذكاء يستمر ولكن لا تبدو فيه الطفرة التي تلاحظ على النمو الجسمي بل يستمر النمو بالنسبة للبناء العقلي للمراهق بهدوء، ويصل الذكاء إلى اكتمال نضجه في بين سن (15-18) سنة وذلك بالنسبة لغالبية أفراد المجتمع إما المتفوقين أو الأذكيا فإن نسبة ذكائهم تتوقف في ما بين سن (20-21) سنة ولكن بالرغم من توقف نسبة الذكاء في هذا السن إلى أن هذا لا يمنع الإنسان من التعلم والاكْتساب فهو يكتسب خبرات جديدة طوال حياته.

وتصبح القدرات العقلية أوضح ظهوراً في مرحلة المراهقة، ومن هذه القدرات العديدة القدرة على التصور البصري المكاني، القدرة على التعلم وكذا اكتساب المهارات الحركية وغير الحركية. كما ينمو الإدراك والانتباه والتذكر والتخيل والتفكير. وتزيد القدرة على التخيل ويظهر الابتكار، ويميل المراهق إلى التعبير عن نفسه وتسجيل ذكرياته في مذكرات خاصة به، كما يبدو هذا في اهتمامه لأنشطة مختلفة.

### 2-3-3- النمو الانفعالي:

تعتبر مرحلة الطفولة المتأخرة مرحلة الاستقرار والثبات الانفعالي، ولذلك يطلق عليها مرحلة الطفولة الهادئة في بدايتها يبرز الميل للمرح وتنمو لديه الاتجاهات الوجدانية، ومظاهر الثورة الخارجية، ويتعلم كيف يتنازل عن حاجاته العاجلة التي تغضب والديه وتعتبر هذه المرحلة تمثيل الخبرات الانفعالية التي مر بها الطفل وتلاحظ لديه بعض الأعراض العاطفية، وإذا ما تعرض الطفل هذه المرحلة إلى الشعور بالخوف وعدم الأمن أدى ذلك إلى القلق الذي يؤثر تأثير قويا على النمو الفسيولوجي والعقلي والاجتماعي للطفل لقد قرر كثير من علماء النفس أن المراهقة تتسم بالتوتر الانفعالي والقلق والاضطراب أو هي فترة تتسم بتقلبات انفعالية عنيفة تتحدد ملامحها بالثورة والتمرد على الوالدين والمحيطين به، تنذبذ بين الانفعالي الشديد والتبلد أو الهدوء الزائد التناقض الواضح في انفعالاته بين الواضح والحزن والانقباض والتهيج، وتفسير ذلك انه في مرحلة المراهقة يكون الفرد قد انتقل جزئياً من حياة الطفولة ودخل جزئياً إلى مرحلة أخرى هي حياة الراشدين .

وتبعاً لمفهوم الكبار وملاحظاتهم فإن التعبير الانفعالي عند المراهقين دائماً يكون غير ملائم ، فهو تعبير يتسم بأنه شديد وقوي ، صارخ بنسبة تفوق الواقع والمقبول أو هو تعبير شديد وكثيف، فالمثير البسيط الخفيف يثير فيهم عاطفة مدوية من الضحك أو ثورة صاخبة من الغضب ولقد وصف HURLOCK انفعالات المراهقين كالأتي:

- عدم الثبات الانفعالي وقلة دوامها <sup>1</sup>.
- عدم الضبط أو نقص القدرة على التحكم في انفعالاته بشكل واضح.
- الشدة والكثافة.
- نمو عواطف نبيلة مثل الوطنية والولاء والوقار , وكذلك نمو نزعات دينية صوفية

### 2-3-4- النمو الاجتماعي:

يأخذ النمو الاجتماعي في هذه المرحلة شكلا مغايرا لما كان عليه في فترات العمر السابقة، فبينما نلاحظ اضطراب النمو الاجتماعي للطفل منذ ولادته، ومنذ ارتباطه في السنوات الأولى بذات، التي تتمثل فيها جميع مقومات حياته، فهي مصدر غذائه ومصدر أمنه وراحته وهي الملجأ الذي يحتضنه، أو بمعنى أدق هي الدنيا كاملة بالنسبة له ثم اتساع دائرة الطفل الاجتماعية لتشمل الأفراد الآخرين في الأسرة ثم الأقارب وأطفال الجيران وهكذا. إلا أن هذه العلاقات جميعها تكون داخل الدائرة الاجتماعية التي تمثل الأسرة وارتباطاتها، ولا يخرج الطفل عن هذه الدائرة الاجتماعية التي تمثل الأسرة وارتباطاتها، ويخرج الطفل عن هذه الدائرة ليكون لنفسه ارتباطات خاصة خارج نطاق الأسرة إلا في فترة المراهقة.

وحتى عندما يخرج الطفل خارج البيت ليلعب مع أطفال الجيران، نجد إن صلته بالبيت تظل موجودة باستمرار حتى أثناء لعبه، فأني شجار يحدث بين الأطفال إنما يحسمه الكبار الأب أو الأم أو غيرهما من الكبار أفراد الأسرة، وعند أي اعتداء يقع على الطفل فانه يهرع إلى البيت شاكيا، وتنتهي مشكلته بمجرد إن تربت الأم على كتفيه، أو تأخذه في أحضانها أو تسمح له دموعه .

تتكون علاقات من نوع جديد تربط المراهق بغيره وجماعات معينة يشتد ولاءه لها، وتكون هذه العلاقات والارتباطات في العادة وهذا على حساب اندماجه في الأسرة وإحساسه بالأمن والراحة.

تقوي رغبة المراهق في الاستقلال والتحرر من سلطة الأبوين والكبار عموما كما تزيل رغبته في أن يعامل معاملة الشخص الكبير، ومن ثم يجب أن يسر على معاملته للكبار على معاملته للأطفال ويزيد من لجوئه إلى الجماعات الأخرى التي تؤكد ذاته وتعامله على المساواة ومن انتمائه إليها .

وهناك خصائص اجتماعية بارزة تميز المراهق، تعلقه بفرد تتمثل فيه صفات الزعامة والمثل العليا وهذا هو سبب تسمية هذه المرحلة - مرحلة المراهقة - بمرحلة عبادة الأبطال<sup>2</sup>.

### 2-3-5- النمو الجنسي:

من أهم التطورات التي تظهر على أن المراهق يوجد في موقف خطر أو أنه يمشي بخطوات سليمة وحذرة للخروج من هذه المرحلة التي يبدأ فيها العمل الغريزي الجنسي.

وهنا يظهر على المراهق نوع من الميل إلى التجميل قصد لفت الانتباه إلى الجنس الآخر وهو بذلك في بحث دائم عن رفيق من الجنس الآخر، وهذا هو أصعب الأمور لان الغرض هو التلذذ و الظهور وليس الغرض

(1)- مجدي أحمد محمد عبد الله: مرجع سابق، ص 257-259.

(2)- هدى محمد قناوي: سيكولوجية المراهقة، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، بدون سنة، ص 19.

قصد آخر وهذه الغريزة هي التي تجعله يندفع وراء الانفعال وسلوكيات غير مستحبة لا عند المجتمع ولا عند الطرف الآخر. ونتيجة الحتمية أن المراهق يقع في حالة الرفض للكبت فيظهر في شكل آخر، التزمت الديني ونبذ المجتمع وبالأخرى الجنس الآخر ولما الهروب إلى بعض التعرضات الجنسية كالاستمنااء أو ربما إلى البحث عن اللذة مغايرة المظهر متطابقة المضمون<sup>1</sup>.

### 2-3-6- النمو الحركي:

في بدء مرحلة المراهقة ينمو الجسم المراهقة ينمو الجسم نموًا سريعًا " طفرة النمو " فينتج عن هذا النمو السريع غير المتوازن ميل المراهق لأن يكون كسولًا خاملًا قليل النشاط والحركة، وهذه المرحلة على خلاف المرحلة السابقة (الطفولة المتأخرة) التي كانت يتميز فيها الطفل بالميل للحركة والعمل المتواصل وعدم القابلية للتعب. وذلك لأن النمو خلال الطفولة المتأخرة يسير في خطوات معتدلة، فالمراهق في بدء هذه المرحلة يكون توافقه الحركي غير دقيق. فالحركات تتميز بعدم الاتساق فنجد أن المراهق كثير الاصطدام بالأشياء التي تعترض سبيله أثناء تحركاته، وكثيرًا ما تسقط من بين يديه الأشياء التي يمسك بها.

ويساعد على عدم استقراره الحركي التغيرات الجسمية الواضحة والخصائص الجنسية الثانوية التي طرأت عليه وتعرضه لنقد الكبار وتعليقاتهم وتحمله العديد من المسؤوليات الاجتماعية، مما يسبب له الارتباك وفقد الاتزان وعندما يصل المراهق قدرًا من النضج، تصبح حركاته أكثر توافقًا وانسجامًا، فيزداد نشاطه ويمارس المراهقون تدريبات رياضية محاولين إتقان بعض الحركات الرياضية التي تحتاج إلى الدقة والتأزر الحركي مثل: العزف على الآلات الموسيقية، وبعض الألعاب الرياضية المتخصصة والكتابة على الآلة الكاتبة<sup>2</sup>.

### 2-4-4- مشاكل المراهقة المبكرة:

تتميز مرحلة المراهقة المبكرة بالفوضى والتناقض فيبحث الفرد عن هوية جديدة، يحاول تجاوز هذه الأزمات والتأثرات بالرياضة والأعمال الفنية، في الأول الأزمة تبدأ ببطء ثم تنفجر، ويعود سببها إلى الإحساس بالخوف والخجل والخطأ، فهي مرتبطة بمستوى الذكاء كما يمكن إرجاع هذه المشاكل لعدة عوامل من بينها عوامل نفسية كالعزلة وعوامل اجتماعية كعدم الامتثال للمجتمع (العدوانية) وقد يكون يبحث أيضًا على الامتثال فيتنجب العادات والذات فيكون له القلق وهذا نجده عند الشباب وستلخص أهم هذه العوامل في النقاط التالية:

### 2-4-1- المشكلات النفسية:

من المعروف أن هذه المشاكل قد تؤثر في نفسية المراهق انطلاقًا من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التحرر والاستقرار وثورته لتحقيقه بشتى الطرق، والأساليب، فهو لا يخضع لقيود البيئة وتعاليم وأحكام المجتمع وقيمه الخلقية والاجتماعية، بل أصبح يمحس الأمور ويناقشها ويزينها بتفكيره وعقله وعندما يشعر المراهق بأن البيئة تتسارع معه ولا تقدر موافقة ولا تحس بأحاسيسه الجديدة، لهذا فهو يسعى

(1) - مجدي أحمد محمد عبد الله: مرجع سابق، ص 259.

(2) - هدى محمد قناوي: مرجع سابق، ص 29.



دون قصد في انه يؤكد بنفسه وثورته وتمرده وعناده، فإذا كانت كل من المدرسة، الأسرة، والأصدقاء لا يفهمونه ولا يقدرّون قدراته ومواهبه، ولا يذكر ويعترف الكل بقدرته وقيّمته<sup>1</sup>.

#### 2-4-2- المشكلات الصحية:

إن المتاعب التي يتعرض لها الفرد في سن المراهقة هي السمّنة، إذ يصاب المراهقون بسمّنة بسيطة مؤقتة ولكن إذا كانت كبيرة فيجب العمل على تنظيم الأكل والعرض على طبيب مختص، فقد تكون وراءها اضطرابات شديدة في الغدد، كما يجب عرض المراهقين على انفراد مع الطبيب النفساني للاستماع إلى متاعبهم وهو في ذاته جوهر العلاج لان عند المراهق أحاسيس خاطئة ولان أهله لا يفهمونه.

#### 3-4-2- المشكلات الانفعالية:

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحاً في عنف انفعاله وحدثها واندفاعاتها، وهذا الاندفاع الانفعالي ليس أساسية نفسية خالصة، بل يرجع ذلك إلى التغيرات الجسميّة، فإحساس المراهق ينمو جسمه وشعوره بأن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجل وصوته قد أصبح خشناً فيشعر المراهق بالزهو والافتخار وكذلك يشعر في الوقت نفسه بالحياء والخجل من هذا النمو الطارئ.

#### 4-4-2- المشكلات الاجتماعية:

يحاول المراهق أن يمثل رجل المستقبل، امرأة المستقبل، بالرغم من وجود نضج على مستوى الجسم، والا أن تصرفاته تبقى غير ناضجة، وهذا التصادم بين الراغبين يؤدي إلى عدة مظاهر انفعالية وإلى عدة مشاكل نفسية ويمكن أن نبرز السلوك الاجتماعي عند المراهق كما يلي:

إن الفترة الأولى من المراهقة يفضل فيها العزلة بعيداً عن الأصحاب، وهذه نتيجة لحالة القلق أو الانسحاب من العالم المحيط به، والتركيز على تمديد الذات والسلوك الانفعالي المرتبط بمجموعة محدودة غالباً ما تكون من نفس الجنس، أما في منتصف هذه الفترة يسعى المراهق أن يكون له مركز بين الجماعة وذلك عن طريق القيام بأعمال تثبيت الانتباه للحصول على الاعتراف بشخصيته.

#### 5-4-2- مشاكل الرغبات الجنسية:

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد للجنس الآخر، ولكن التقاليد في مجتمعه تقف حائلاً دون أن ينال ما ينبغي، فعندما يفصل المجتمع الجنسية فإنه يعمل على إعاقة الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق تجاه الجنس الآخر ولحباطها، وقد يتعرض لانحرافات وغيرها من السلوك المنحرف، بالإضافة إلى لجوء المراهقين إلى أساليب ملتوية لا يقرها المجتمع كعكاسة الجنس الآخر للتشهير بهم أو الغرق في بعض العادات والأساليب المنحرفة<sup>2</sup>.

(1) خليل ميخائيل عوض: مشكلات المراهقة في المدن والريف، دار المعارف، مصر، 1971، ص72.

(1) - نعمي عادل، وآخرون: أهمية المراقبة الطبية والصحية لدى لاعبي كرة القدم فئة أصاغر، قسم الإدارة والتسيير الرياضي، جامعة

المسيلة، 2008، ص95-96

## 5-2- دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المراهق:

تتميز الدوافع بالطابع المركب نظرا لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية ومجالاتها، والتي تحفز المراهق بالممارسة وأهميتها ذلك بالنسبة للفرد الرياضي أو بالنسبة للمجتمع الذي يعيش فيه فكل فرد دافع يحثه للقيام بعمل ما ولقد حدد الباحث "رويدك" أهم الدوافع المرتبطة بالأنشطة الرياضية وقسمها إلى قسمين:

### 1-5-2- دوافع مباشرة:

- الإحساس بالرضا والإشباع بعد نهاية النشاط العضلي نتيجة الحركة .
- المتعة الجماعية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد .
- الاشتراك في التجمعات والمنافسات الرياضية .

### 2-5-2- دوافع غير مباشرة:

- محاولة اكتساب الصحة والياقة البدنية عن طريق ممارسة الرياضة.
- الإحساس بضرورة الدفاع عن النفس، انقباض الوزن الزائد.
- الوعي بالشعور الاجتماعي إذ يرى المراهق وجوب المشاركة في الأندية والسعي للانتماء للجماعة والتمثيل الرياضي.
- تحقيق النمو العقلي والنفسي.<sup>1</sup>

## 6-2- دور الرياضة في مرحلة المراهقة:

الإنسان عبارة عن وحدة متكاملة عقلا وجسما ووجدانا، فلا يستطيع القيام بتجربة حركية لوحدها بل لابد من عملية التفكير والتنسيق بين ذلك من الفعال والتصرف إزاء هذا الموقف، أصبحت الرياضة تهدف للتنمية لدى الناشئ تنمية كاملة من الناحية الصحية جسما وعقلا ومن الناحية الاجتماعية، والنهوض به إلى المستوى الذي يصبح به فعالا في مجتمعه ومحيطه ووطنه، لذا استرعت في ذلك المراحل التي يمر بها الفرد في فترة النمو، وقسمت بحيث وضعت برامج للاعتماد عليها كي يتحقق الهدف من ورائها ضمن أغراضها العامة والتي ندرجها كما يلي :

- تنمية الكفاءة البدنية.
- تنمية القدرة الحركية.
- تنمية الكفاءة العقلية - تنمية العلاقات الاجتماعية.

### 1-6-2- تنمية الكفاءة البدنية:

المقصود بها الجسم السليم من الناحية الفيزيولوجية، أي سلامة الجهاز الدوراني التنفسي وكذا الجهاز العصبي والعظام والمفاصل خالبا من التشوهات الجسمية، أو الأمراض الوراثية المكتسبة بالإضافة للنظام

(2)- caga- Etleill.R.Thomas: **Manuel de ledenciation sport**. Evigot. Paris. 1993. P227.

الغذائي المتوازن والنظافة الجسمية، بما يناسبه من تدريبات للمرحلة السنوية لتقوية العضلات والمفاصل وتنمية القدرة الوظيفية للأجهزة .

### 2-6-2- تنمية الكفاءة الحركية:

تؤثر خاصة في الناحية البدنية التي تؤهل لجسم لتأدية جميع الحركات بكفاءة منقطعة النضير وأثرها ما اكتسبه الجسم من خفة ورشاقة ومرونة وقوة التحمل وسلامة آلية التنفس وغيرها من عناصر اللياقة البدنية وقدرات الدراسة كيفية التنمية للقدرة الحركية برنامج خاص أيضا "العمر -الجنس".

### 2-6-3- تنمية الكفاءة العقلية:

سلامة البدن لها تأثير أكبر على الخلايا الجسمانية وتحديدتها المتواصل مما يجعل الأعضاء بدورها بشكل سليم فالقدرة على استيعاب المعلومات ونمو القوى العقلية والتفكير العميق ليأتي بصورة مرضية إلا إذا كان الجسم سليما تماما حيث إن الجسم هو الوسط للتعبير عن العقل والإرادة وان مجال الألعاب المختلفة الممارسة والمهارات وطريقة اللعب والخطط المتبعة فيها تتطلب قدرا من التفكير وتشغيل العقل.

### 2-6-4- تنمية العلاقات الاجتماعية:

أغراضها تربوية تنصف بأهداف يمكن للفرد اكتسابها عن طريق الألعاب المختلفة حيث يكتسب منها عادات وصفات خلقية حميدة " كالصبر، قوت التحمل، الاعتماد على النفس، الطاعة، النظام، احترام الطرف الآخر تقبل الهزيمة، إنكار الأنانية، المثابرة، الشجاعة، الحذر من الغير، الثقة بالنفس، التعاون مع الفريق، وحدة العمل، المسؤولية، الترابط الأسري، اتخاذ المواقف المهمة وغيرها من الصفات التي تعدل من سلوك الفرد وتقوم شخصيته وتهذيبها هذا الشيء البسيط فقط من ممارسة النشاط الرياضي.<sup>1</sup>

### 2-7- التطور البدني لدى فئة المراهقين:

أن رياضة المستوى العالي تتطلب تدريب إجباري وأكثر تعقيدا "مبدأ التدرج التحملي للتدريب" فيمكن طرح السؤال التالي: إلى أي حد يمكن الوصول بالمراهق بواسطة التدريب؟

إذا علمنا إن المراهقة تتميز بنمو وتطور متواصل هذا النظام السريع والمتغيرات تظهر جليا هناك ثلاث عوامل تؤثر في النمو:

- عوامل محددة بعامل نضج التغيرات المرفولوجية تحت تأثير الإفرازات الهرمونية.
- عوامل ناجمة عن تدريب غير مخطط النمو العظمي الذي لا ينتج إلا أثناء وجود حمل متزن وكافي.
- عوامل ناجمة عن تدريب مخطط التعلم النسبي لبعض الحركات المعقدة.

(1) - زعيتر بهاء الدين، وآخرون: دور رياضة كرة القدم في تنمية الجانب الاجتماعي لدى المراهقين، قسم الإدارة والتسيير الرياضي، جامعة المسيلة، 2007، ص16.

بالنسبة للمدرب ليس من الضروري تبديل العاملين الأولين، وإنما العكس يجب معرفة أي الطرق الطبيعية لتمام عملية النمو الطبيعي، فبدون تدريب خاص تتجاهل مركبات هذه الطريقة التي يمكن تعديلها بواسطة تدريب ملائم وفي أي وقت تكون انسب.<sup>1</sup>

(1) - زعيتر بهاء الدين، وآخرون: مرجع سابق، ص16.

خلاصة:

من خلال ما طرح في هذا الفصل نستخلص أن الإنسان يمر بعدة مراحل في عمره وأهمها هي مرحلة المراهقة المبكرة التي هي أصعب مرحلة في حياته، وذلك بما تتميز به من متغيرات الفزيولوجية والمرفولوجية التي لها تأثير مباشر على نفسيته والتي تنعكس بصورة واضحة في سلوكه. ووجب على المربي أو المدرب أن يعرف خصائص واحتياجات ومتطلبات المراهق الضرورية ليحقق نموا متزنا ويكون شخصية قوية ومتزنة في حياته.

# الفصل الثالث:

اللعب والألعاب الشبه الرياضية

**تمهيد:**

اللعب بلا شك هو الوسيلة التي يكشف بها الإنسان الخبرات المتنوعة في مختلف الأوضاع لمختلف الأغراض، فبواسطته يتعامل الطفل مع الأشياء كأنها كائنات تمتلك معاني محددة، ولهذا فإن الطفل من خلال اللعب يكتشف اتجاهاته ويختبرها كما يساعده في الاقتراب من الراشد ويزيد من جرأته الحسية والحركية واللغوية ويمتص طاقته الزائدة ويعده للنشاط الجديد ويخفف من حدته الانفعالية .

وكذلك الألعاب الشبه الرياضية التي تعد أحد الأنشطة الهامة في برنامج التربية الحركية للأطفال فكلما زاد نشاط الطفل كلما زادت الفرص المتاحة لنموه وتعليمه وإكسابه العديد من الخبرات التربوية والألعاب الشبه الرياضية هي سهلة للأداء وبسيطة وممتعة تتناسب مع جميع الأعمار وكلا الجنسين وهي لا تحتاج إلى شرح طويل أو قوانين معقدة، كذلك تلعب دورا بارزا في نمو الطفل من النواحي البدنية والحركية والعقلية والإنفعالية والاجتماعية.

### 3-1- تعريف اللعب:

إن موضوع اللعب لقي اهتماما ومتابعة من قبل المفكرين والعلماء والذين أرادوا أن يعطوا تعريفا دقيقا له ومن بينهم عطية محمود "الذي أن اللعب يعد الوسيلة الطبيعية في تفهم مشاكل الحياة التي تحيط بالطفل والتي تفرض نفسها عليه، في كل لحظة وأونة فعن طريق اللعب يكتشف البيئة التي يعيش فيها ويوسع من معلوماته ويزيد من مهاراته ويعبر عن أفكاره ووجدانه.<sup>1</sup>

واللعب عبارة عن نشاط حر ومسلي أين تكون فيه أفكار اللعب ثابتة والمحتوى معقول والأدوار محددة وشويرال (1974) يتحدث عن "علم الظواهر بالنسبة للعب الذي يعطي قيمة للحرية الحركية في إطار وسط محدد (معرف)، ويتم فيه التساوي بين الذهاب والإياب للحركات في توازن ثابت.

- وحسب "روين لثون" اللعب نشاط خاص بالطفل يساهم في بناء شخصيته ويعرفه حامد زهران بأنه سلوك يقوم به الفرد بدون غاية عملية مسبقة ويعد أحد الأساليب التي يعبر بها الطفل عن نفسه.<sup>2</sup>

ويوضح العالم "جوتس موتس" أن اللعب وسيلة لاستعادة نشاط الجسم وحيويته بعد ساعات العمل المجهدة.<sup>3</sup>

ويعرفه شاتو CHATAU: "اللعب هو النشوة وحرية التعبير عن الذات"<sup>4</sup>.

فاللعب إذن عبارة عن نشاط يسلي يتم بالحركية حيث تكون الألعاب ثابتة أما المضمون فيكون معقول مع محدودية في الأدوار كما يعرفه بعض العلماء بأنه كل عمل نجد فيه للغرائز الأولية مجالا للظهور ويصبح ضربا من ضروب اللعب والطفل إذا لم يرضى ميوله واعترضت رغباته حواجز اعتراه القلق.

### 3-2- قيمة اللعب :

يعتبر اللعب من أهم الوسائل التربوية التي تدخل في تشكيل جوانب شخصية الفرد لأنه يساعد الطفل على اكتشاف المحيط واكتساب الخبرة، حيث نجد اللعب له قيمة كبيرة تتلخص فيما يلي:

- تدريس الحواس وتنمية الملاحظة واكتساب الخبرة.
- تمكين الطفل من اكتشاف المحيط وتنظيم الفضاء.
- تلبية حاجات الطفل وميوله إلى اللعب والحركة.
- مساعدته على التكيف الاجتماعي.
- تسهيل اكتساب المعارف عن طريق الممارسة.
- استغلال الألعاب في تنظيم الحوار قصد تصحيح المكتسبات اللغوية وإثرائها.<sup>1</sup>

(1) عطية محمود: "مجلة علم النفس"، 1949.

(2) Irwih Hahn " l'entérinement Sportif Des Enfants Edition Vignot. 1991. p23

(3) الين وديع فرج : خيرات ألعاب الكبار والصغار، منشأة المعارف، 1996، ص 23.

(4) Les Jeu De L'enfant Après 3 ans . Sa Nature. Sa Discipline <sup>4 emc</sup> Ed .J Varin Libraire Philosophique .Paris 1976 .P29.



### 3-3- أنواع اللعب:

#### 1-3-3- اللعب العفوي:

يعتبر أساس النشاط النفسي والحركي للطفل، وهو عبارة عن الوسيلة الأولى للتعبير عن طريق إشارات حركات تظهر مجانية.  
الأطفال الصغار يتوجهون إلى العمل جد هام في تعلم وتحكم في الحقائق بعد ذلك اللعب يتوجه نحو تعلم الحياة الاجتماعية بتصور أدوار الكبار.

#### 2-3-3- اللعب التربوي:

المدرسة الفعالة النشيطة فهتت بأنه يمكن أن يقوم اللعب بدور تربوي وذلك خاصة عندما يكون الطفل في ريعان نموه، بحيث يثير الانتباه وينمي روح الملاحظة والتعاون وبعد ذلك يمكن من تهيئة النزعة للحياة الاجتماعية.<sup>2</sup>

#### 3-3-3- اللعب العلاجي:

يستعمل في العلاج النفسي عند الأطفال الذين هم تحت التشخيص، الطفل لا يستطيع التعبير عن كل مشاكله أي ما يختلج في صدره عن طريق الكلام، ولكن تحملها يظهر بوضوح في النشاطات اللهوية كاللعب.<sup>3</sup>

#### 4-3- أهداف اللعب:

تعد طريقة اللعب من بين الطرق الشائعة الاستعمال في مجال التربية البدنية والرياضية لمختلف أطوار نمو الفرد، وذلك لما تحققة هذه الطريقة من نجاح كبير في الوصول إلى الأهداف المسطرة من قبل المعلم في الجوانب النفس حركية، المعرفية والانفعالية ( العاطفية ) .

#### 1-4-3- الأهداف النفسية الحركية:

لكي تكون طريقة اللعب فعالة يجب أن تهدف إلى تنمية وتحسين الحركات البنائية الأساسية مثل الحركات: الإنتقالية والمتمثلة في القدرة على التحرك من وضع الثبات إلى مكان آخر كالوثب والجري، إضافة إلى الحركات الغير انتقالية كتحريك الرأس والذراع وكذلك الحركات اليدوية كالضرب باليد أو القدم.  
وتنمية القدرات الإدراكية والتي تساعد المتعلم على تفسير المثير حتى يتمكن من التكيف مع البيئة وتتضمن أساسا التميز الحركي والبصري والسمعي، كما تساهم هذه الطريقة في تنمية القدرات البدنية حيث تعمل على تحسين أداء المهارات المتعددة والبسيطة منها والمعقدة، بالإضافة إلى تنمية المهارات الحركية.<sup>4</sup>

(1) .N.E Medajaouiri .M.Rachid : Amélioration Des Qualités Physique A Travers Les J.P.S. (15-17) sous La Direction M .Dgaout .A. Juin. 91.P5

(2) مفتي إبراهيم حمادي : طرق تدريس ألعاب الكرات، ط 1، دار الفكر العربي، 2000. ص 25 - 26 .

(3) المرجع نفسه، ص 26.

(4) إلين وديع فرج : مرجع سابق، ص 34 - 37 .

### 2-4-3- الأهداف المعرفية:

ينبغي أن تهدف برامج اللعب إلى إعداد الفرد في المجال المعرفي بأقسامه المتعددة والتي تشمل المعرفة مثل: القدرة على تذكر المهارات السابق تعلمها إضافة إلى الفهم بحيث يكون المتعلم قادرا على الفهم الحركي أو المهارة التي يتعلمها وكذا تطابقها وتحليل تلك الحركات وتركيبها، وصولا إلى تقويمها ومعرفة مدى تحقيق الهدف الذي وضع لها .

ومثال الأهداف المعرفية نذكر ما يلي : أن يعرف المصطلحات الخاصة باللعب ويتعرف على أنواع المهارات الخاصة به، ويختار طرق اللعب المناسبة للفريق ويحلل أنماط المهارات تحليلا دقيقا ويقارن بين المستويات الأداء الأولي والنهائي ويقوم أخطاء الأداء .

### 3-4-3- الأهداف العاطفية:

لا شك أن لكل هدف معرفي جانب عاطفي وتلازمها أمر طبيعي، وعلى المعلم أن يجذب اهتمامات المتعلمين لتعلم الألعاب حتى يتولد لديهم الرغبة في تعلمها، كما يتضمن المجال العاطفي عملية تطبيع الاجتماعي التي لها الأثر في نمو السلوك والتحكم فيه ويدخل في نطاق الأهداف العاطفية للألعاب : غرس قيم مرغوب فيها كالروح الرياضية العالية مثل التفاهم والإحساس بمشاعر الآخرين، واحترام حقوق الآخرين نتيجة احترام قواعد اللعب، واحترام الحكام والإداريين، وتقبل المسؤولية عن السلوك

الشخصي الذي تتأثر به الجماعة والسلوك الاجتماعي الذي تقوم عليه الحياة الديمقراطية، وإدراك الفرد لذاته والشجاعة، والمثابرة، وبذل الجهد كما يكتسب اللاعب قيمة ثقافية بحيث تساعده على فهم ثقافة المجتمع وثقافة المجتمعات الأخرى، وهذا بالإضافة إلى اكتساب قيم جمالية وفنية من خلال التربية الحركية التي تعمل على تحقيق الرضي الجمالي والفني.<sup>1</sup>

### 3-5- نظريات اللعب:

لقد بحث العديد من العلماء والفلاسفة عن السبب في الميل للعب ودوافعه ومعرفة منشأه وأنواعه وتشابه بعض الألعاب في البلاد المختلفة وما إلى ذلك، ووضعوا عدة نظريات تحاول أن تفسر اللعب بأشكال متعددة ومن أبرز تلك النظريات ما يلي:

### 3-5-1- نظرية الطاقة الزائدة:

لقد عبر الفيلسوف الألماني "فريدريك شيلد" عن فكرته عن اللعب بأنه ((البذل غير الهادف للطاقة الزائدة)) وهذه النظرية تشير إلى أن الكائنات البشرية قد توصلت إلى قدرات عديدة، ولكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد، وكننتيجة لذلك يوجد لدى الإنسان قوة كاملة لفترات طويلة، أثناء فترات الكمون هذه تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشطة ويزداد تراكمها حتى تصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ، واللعب وسيلة مناسبة وممتازة لاستنفاد هذه الطاقة الزائدة المتراكمة .

(1) الين وديع فرج : مرجع سابق ، ص 41 - 43 .

### 3-5-2- نظرية الترويج:

يوضح "جوتس موتس" القيمة الترويجية للعب، حيث تفترض نظريته أن الفرد يحتاج للعب كوسيلة لاستعادة نشاط الجسم وحيويته بعد ساعات العمل المجهدة ويعمل على إزالة التوتر العصبي، والإجهاد العقلي والقلق النفسي.<sup>1</sup>

### 3-5-3- نظرية الميراث:

يؤكد "ستانلي هول" أن اللعب والألعاب جزء لا يتجزأ من ميراث كل فرد فالألعاب تنتقل من جيل إلى جيل، والألعاب الحديثة ما هي إلا صورة متطورة لتلك الألعاب القديمة .

### 3-5-4- نظرية الغريزة:

يفيد "جروس" أن لدي الفرد اتجاهها غريزيا نحو النشاط في فترات عديدة من مراحل حياته واللعب ظاهرة طبيعية للنمو والتطور بلا تخطيط ولا هدف معين، ويعتبر جزءا من التكوين العام للإنسان .

### 3-5-5- نظرية التواصل الاجتماعي:

تشير هذه النظرية إلى أن الكائن البشري يلتقط أنماط النشاط التي يجدها سائدة في مجتمعه وبيئته ولذلك نرى أن لكل دولة لعبتها المفضلة التي تشتهر بها، ففي مصر نجد أن كرة القدم هي اللعبة السائدة، وفي الهند الهوكي، وفي الولايات المتحدة البيسبول، وفي إنجلترا الكريكيت، وفي إسبانيا مصارعة الثيران .

### 3-5-6- نظرية التعبير الذاتي:

يؤكد "ماسون" أن الإنسان مخلوق نشط إلى أن تكوينه الفزيولوجي التشريحي يقيد من نشاطه كما أن لياقته البدنية تؤثر في أنواع الأنشطة التي يستطيع ممارستها وتدفعه ميوله النفسية التي هي نتيجة حاجاته الفسيولوجية اتجاهاته وعاداته إلى ممارسة أنماط معينة من اللعب.<sup>2</sup>

### 3-6-6- دور اللعب في تكوين الأطفال:

يقول "لي - لEE" (العب يكون الطفل) عبر اللعب الطفل يعبر عن أفكاره ويرضي احتياجاته الداخلية ويعتبر اللعب وسيلة محددة للتطوير الشامل للطفل عبر التنوع في اللعب المعطى للطفل قصد تحسين وتسهيل المهارة والتوافق .

تحسين التقنية يأتي تدريجيا عبر مجموع الألعاب التي تعتبر سهلة وتساعد الطفل على الخضوع للقواعد والقوانين والعمل بها، الشيء الذي يجعله يلعب محترما زملائه وخصومه وبذلك يكون قد تحلى بالروح الرياضية وروح الجماعة.

(1)الين وديع فرج : مرجع سابق، ص 22.

(2)المرجع نفسه، ص 22 - 32 .

### 3-6-1- الجانب الاجتماعي:

إن اللعب يساهم في تنشئة الطفل اجتماعيا واتزانها عاطفيا وانفعاليا، فالطفل يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين الإثارة والأخذ والعطاء واحترام حقوق الآخرين، ويؤدي اللعب دورا في تكوين النظام الأخلاقي. والجانب الاجتماعي للألعاب هو الجانب الذي يبحث عنه بكثرة في النشاط الرياضي بحيث أنه لا يمكن اللعب مفردا، لهذا الغرض الطفل مدعو للاندماج في مجموعة الأطفال لكي يستطيع التعبير مع مختلف زملاءه، ولكي يفضل لديه روح الجماعة ولكي يوضع منذ حداثة عهده (سنة) في مواجهة أهم الحقائق التي يتطلبها اللعب التعاوني.<sup>1</sup>

### 3-6-2- الجانب النفسي:

الطفل كأى كائن حي في علاقة تبادل مع محيطه، إن اللعب يسمح للطفل بالتعلم التدريجي والسيطرة على محيطه وكذا التحكم في وجوده. عن طريق اللعب تجد للطفل وسيلة لكي يكون أكثر انتباها وأكبر تطوعا واستعدادا للعمل، وكذلك فإن العمل يطور الجدية، الإرادة، (الجرعة) وتحفز الرؤية الفكرية لمعرفة قواعد اللعب والمفهوم والواجب والنسبية. "إن المحللون النفسيون ينظرون إلي اللعب على أنه الطريق الأسمى لفهم المحاولات التي يقوم بها ذات الطفل بالتوفيق بين الخبرات المتعارضة التي يمر بها إذ يكتشف الطفل الذي يعاني من مشكلة خاصة عن نفسه وعن مشكلته عن طريق اللعب بشكل لا تعادله طريقة أخرى".<sup>2</sup> كما يقول "مارداكا" - "P.MARDAGA" "فاللعب يعطي ويعكس الحياة النفسية للطفل حيث يعتبر المسلك الوحيد الذي يتخذه الطفل من أجل التنفيس والتفريغ لكل الضغوط والشحنات والغرائز الداخلية المكبوتة".<sup>3</sup>

### 3-6-3- الجانب الحركي والنفسي الحركي:

إن التعليم وتلقين الحركات في الألعاب الجماعية في المجال الحركي والنفسي الحركي يقدم منبع غني بالوضعيات (حذاقة، تنسيق، توازن) والتي هي دائما مطلوبة وملتمسة ومن هنا تأتي العلاقة التي يمكن للعب تكوينها بوضع تمارين صعبة الإنجاز وقليلة التحفيز، تكون سهلة التنفيذ إذ ما عرضت على شكل لعب، حيث الطفل يظهر الكثير من الراحة والسهولة في حركاته.<sup>4</sup> يهدف اللعب في هذه المرحلة إلى تحسين خاصية التنسيق والتوازن، وتنمية نواحي التوافق والانسجام وتحديد هادفية الحركات أي أن لكل حركة هدف ومنه المقدر على التحكم في الحركات.

(1) عمر محمد التومي الشيباني : تطوير النظريات والأفكار التربوية، 1981، ص 274

(2) محمد حسن علاوة : علم النفس الرياضي، ط 6، دار المعارف، القاهرة، 1986، ص 120

(3) ج . موزاقه . م . بن زيادة : أثر اللعب في الروضة على التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الأولى، رسالة لنيل شهادة الليسانس، تحت إشراف الأستاذ، بن التومي عبد الناصر. 1993، ص 46.

(4) مجلة التربية، العدد 66، سنة 1984، ص 52 .

كما للعب دور في تنمية التفوق العضلي العصبي وذلك من خلال اقتراح العاب تتسم بالإيقاع في الحركات بين الأعضاء السفلية والعلوية، كما ينمي الجانب النفسي المعرفي عن طريق وضع الطفل وضعيات مشكلة حيث تسمح للطفل بالتأقلم مع الوضعية الموجود فيها، من حيث السيطرة على حقل الرؤية (المكان) ومنه تنمية الإحساس المرئي، كما يتأقلم مع الوضعية من خلال عملية تحركه في الحيز ومحاولة اللعب مع الزملاء وبذلك ينضج لديه مفهوم التوجيه في الفضاء، وكذلك مفهوم الأمكنة أي يقدر المسافة بينه وبين الزميل والمسافة بينه وبين الخصم وكيفية التعامل مع ذلك من خلال تمرير الكرة واستقبالها، أو الكشف عن مهارة حركية أخرى عن طريق الخلفية (روح الإبداع).

في فترة البلوغ إمكانية السيطرة والتحكم في النفس تكون ضعيفة، السلوك الحركي أخرج، ونلاحظ كذلك ظهور التكرار لحركات طفيلية وإشارات صغيرة لعدم التنسيق.

إن دور اللعب يمكن أن يدخل كعامل أساسي في التعليم وتطوير الخصائص المتنوعة كتنمية المهارة الحركية (المظهر الحسي الحركي) واكتساب المهارات الفنية إلى غير ذلك من الصفات.

### 3-6-4- الجانب البدني:

توجد فوائد عديدة تعود على البدن بالإيجاب، حيث يساعد على زيادة الوزن ونمو القدرات العضلية للطفل لهذا يعتبر اللعب ضروريا في هذه المرحلة لتهيئة الطفل لاستقبال الأعمال، والمهارات التي تتطلبها المرحلة المقبلة إلى جانب هذا فالعب ينمي العضلات الكبيرة والصغرى التي تمكن الطفل من القيام ببعض الأعمال التي تتطلب مهارة يدوية معينة وتوضح أهمية اللعب في النمو الجسمي.<sup>1</sup>

### 3-6-5- الجانب الأخلاقي:

ينمي القيم والمشاعر الأخلاقية عند الطفل بحيث يوصل الطفل على التحكم على تصرفاته إذا كانت مقبولة حسب المعايير الأخلاقية والاجتماعية والتي ترعرع عليها وكذا نلاحظ أن الأطفال عند قيامهم بدور من الأدوار وأثناء اللعب يرفضون أدنى غش للقيام بذلك الدور ويلزمون بعضهم البعض للاستجابة لقواعد اللعبة.<sup>2</sup>

### 3-6-6- الجانب العقلي:

إن اللعب ينمي القدرة العقلية على الإبداع التي تنشأ أساسا من التقييد والتي تعتبر انعكاسا لواقع الطفل، فالأطفال حينما يلعبون فإنهم يحاولون نسخ الواقع نسخا ميكانيكيا وإنما يدخلون فيه الإدراك والذاكرة والتصورات والإرادة لذلك فإن الطفل يستطيع الوصول إلى كل شيء من خلال اللعب وبهذا يتحقق لدينا بأن اللعب عبارة عن استخدام للمعارف ووسيلة لتحقيقها وطريق لنمو قدرات الطفل وقواه المعرفية، فلكي يلعب الطفل.

(1) سعد مرسي أحمد وكوثر كوجك : تربية الطفل قبل المدرسة، عالم الكتب، القاهرة، 1983، ص47.

(2) سوزانا ميلر : سيكولوجية اللعب، ترجمة حسن عيسى، عالم المعرفة، الكويت، 1987، ص167.

### 3-6-7- الجانب العلاجي:

العلاج باللعب من طرق الهامة في علاج الأطفال المضطربين نفسيا حيث تتاح للمعالج فرصة ملاحظة الطفل أثناء اللعب ويتسنى له ضبط وتوجيه سلوكه وقد استخدم هذه الطريقة كل من " فرويد " واتبعها في علاج الأطفال كبديل مباشر للتداعي اللفظي الحر المستعمل لدى الراشدين وذلك لصعوبة تكون على وعي بها.<sup>1</sup>

### 3-7- أنواع الألعاب:

تتقسم الألعاب إلى ثلاثة أنواع رئيسية وهي:

- الألعاب الصغيرة (( البسيطة ))

- الألعاب التمهيدية

- ألعاب الفرق

### 3-7-1- الألعاب الصغيرة: ((البسيطة))

سنتطرق إليها فيما بعد .

### 3-7-2- الألعاب التمهيدية:

تعتبر الألعاب التمهيدية مرحلة متقدمة للألعاب الصغيرة حيث يتم فيها تطبيق المهارات الحركية المكتسبة من الألعاب الصغيرة بصورتها البسيطة إلى مهارات حركية تعد للاعب لألعاب الفرق مثل: لعبة كرة السلة والكرة الطائرة، وكرة اليد وكرة القدم وغيرها من الألعاب.

والألعاب التمهيدية هي ألعاب أكثر تنظيماً من الألعاب الصغيرة كما تتشابه قوانينها مع قوانين ألعاب الفرق لحد كبير وتستلزم قدرات حركية وعقلية على مستوى أعلى من الألعاب الصغيرة.

وتتميز الألعاب التمهيدية عن ألعاب الفرق في أنه يمكن ممارستها في ملاعب أقل مساحة وفيها فرصة لاشتراك عدد أكبر من اللاعبين المسموح بهم في ألعاب الفرق كما أنها تعتبر مجالا مناسباً لأن يشبع فيه كل فرد ميله إلى اللعب وتحقيق ذاته الخاصة إذا كان ليس له القدرات الحركية المناسبة للممارسة ألعاب الفرق ويمكن التدرج فيها من البسيط إلى الأكثر تعقيداً، كما يمكن تطبيق القواعد المرتبطة بالمهارات الحركية الأساسية تدريجياً، وتعمل الألعاب التمهيدية على اكتشاف قدرات واستعدادات الطفل لممارسة ألعاب الفرق.

### 3-7-3- ألعاب الفرق:

ألعاب الفرق هي الألعاب التي تخضع للقوانين الدولية ولها نظم وقواعد ثابتة متفق عليها دولياً وتحتاج هذه الألعاب إلى حالات لعب وملاعب ذات مقياس محدد وتمارس بأدوات لها قياسات وأوزان ثابتة وتنظم لها دورات رياضية على المستوى الدولي والعالمي ويظهر فيها التنافس الدائم بين دول العالم واهتمام كل دولة بتكوين فرقها القومية التي تمثلها في هذه الألعاب.

(1) ألبولنييسكايا : مدخل إلى علم النفس، ترجمة بدر الدين عامر، منشورات وزارة الثقافة والإرشاد القومي، دمشق، 1980، ص 164.

وتتميز ألعاب الفرق بأنها تساعد على الرقي بالمهارات الحركية للفرد وتتميز روح المنافسة الصحيحة والقوية وتساعد الفرد على التفكير وسرعة التعرف واتخاذ القرار السليم، كما أنها تعتبر مجالاً لتنمية العلاقات الاجتماعية والتكيف الاجتماعي وهي الهدف النهائي الذي نسعى لتحقيقه من خلال الألعاب الصغيرة والألعاب التمهيدية، وتعتبر وسيلة تربية هامة، لشغل الوقت الحر.

### 8-3- تصنيف ألعاب الفرق:

تصنف ألعاب الفرق وفقاً للخصائص المميزة لها إلى ما يأتي:

- الألعاب الجماعية التي يسمح فيها بالاحتكاك الجسمي مثل: كرة القدم، كرة اليد، كرة الماء.
- الألعاب الجماعية التي لا يسمح فيها بالاحتكاك الجسمي مثل: كرة السلة، كرة الشبكة، وهوكي الميدان.
- الألعاب الجماعية لضرب الكرة وإعادتها باستخدام اليد مثل: كرة الطائرة، وكرة القبضة.
- الألعاب الفردية والزوجية لضرب الكرة وإعادتها باستخدام أداة مثل التنس، وتيس الطاولة، وكرة الريش، والإسكواش.
- الألعاب الجماعية التي تضرب فيها الكرة أوترمى باستخدام أداة مثل: كرة القاعدة، البيسبول، الكريكيت، واللاكروس.
- الألعاب الفردية التي تضرب فيها الكرة بعصي خاصة مثل: الجولف، والبلياردو.<sup>1</sup>

### 9-3- وظائف اللعب:

من الوظائف المعروفة عن اللعب هي أن الطفل يستطيع التعرف على وجوده، بالإضافة إلى استيعاب القواعد الاجتماعية والخلفية واللعب يجعل الأطفال يحتكون ببعضهم، وذلك لأنهم يسرقون اكتشاف العلاقات الإنسانية ويوافقون على الخضوع لقواعد المجموعة ومن بين هذه الألعاب توجد الألعاب الرياضية التي لها أهمية كبيرة في تطوير القدرات النفسية والحركية للطفل ومن بين أكبر الوظائف نجد:

### 1-9-3- وظيفة تكوين الذكاء:

توجد علاقة طبيعية بين نشاط الجسم وتطوير الذكاء، الحركة تؤدي إلى الملاحظة، والملاحظة تترجم إلى كلام، والكلام يتطلب فكر.<sup>2</sup>

### 10-3- الأهمية التربوية للعب عند الطفل:

إن الكثير من العلماء وضعوا اللعب كمنهاج للطفولة المبكرة لما له من أهمية ودور كبير في تكوين شخصية الطفل مستقبلاً، فيقول " شاتو " عن أهمية اللعب بالنسبة للطفل لا يمكن تصور طفولة بدون ضحك

(1) إيلين وديع فرج : خبرات في الألعاب للصغار والكبار، المرجع السابق، ص 26 - 30

(2) خريف رقيق، أوشاخ كريمو: دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية العمل الجماعي لدى التلاميذ، رسالة لنيل شهادة الليسانس، تحت

إشراف بالعيد بيطار، 2002، ص 8

ولعب، فإذا فرضنا أن أطفالنا في المدارس والمعاهد خيمة عليهم السكوت وانقطع عنهم الصراخ والضحك والكلام، أصبحنا فاقدين لعالم الطفولة ولعالم الشباب.<sup>1</sup>

فانطلاقاً من رأي " شاتوا " حول أهمية اللعب بالنسبة للطفل هناك أيضاً من العلماء من أيدهم وحاولوا إبراز هذه الأهمية، فالموسوعة التربوية تؤكد أن الألعاب التربوية تساهم في اكتساب المعارف وتطوير القدرات العقلية وبين " داك رالي " أن اللعب ليس سوى وسيلة من الوسائل التربوية كما نبه إلى أن الألعاب التربوية وسيلة تعليمية وزمنها محدد تخص الطفولة وإذا استغل بجدية المرحلة الحاسمة تأتي نتائج ذات ألعاب مستقبلية لا يمكن تعويضها.<sup>2</sup>

### – الألعاب الشبه رياضية:

#### 11-3- مفهوم الألعاب الشبه الرياضية:

هي ألعاب منظمة تنظم بسيطاً سهلة في أدائها ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها ولا يوجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة ولكن يمكن للمعلم من وضع القوانين التي تناسب مع سن اللاعبين واستعدادهم والهدف المراد تحقيقه يمكن ممارستها في أي مكان كما يمكن أدائها باستخدام أدوات بسيطة ولا تحتاج إلى تنظيم دقيق أو معقد.<sup>3</sup>

وتعتبر الألعاب الشبه رياضية أحد الأنشطة الهامة في برنامج التربية الحركية للأطفال فكلما زاد نشاط الطفل كلما زادت الفرص المتاحة لنموه ولتعليمه ولاكتسابه العديد من الخبرات التربوية والألعاب الشبه رياضية هي سهلة لأداء وبسيطة وممتعة تتناسب جميع الأعمار وكلا الجنسين على السواء وهي لا تحتاج على شرح طويل أو قوانين معقدة، كذلك تلعب دوراً بارزاً في نمو الطفل من النواحي البدنية والحركية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.<sup>4</sup>

كما تدرس ألعاب الشبه رياضية بقوانين بسيطة جداً تمهيداً للألعاب الكبيرة بإبعاد الملعب أو عدد اللاعبين ولكنها تشمل على مسابقات ومطاردات وألعاب صغيرة، وتدرج من الصعوبة ولزيادة العمل فألعاب السنة الثالثة رياضية أسهل من الرابعة مثل: الكل يجري " ملك القلعة".

#### 12-3- أهداف الألعاب الشبه الرياضية:

##### 1-12-3- الأهداف النفس الحركية:

لكي تكون برامج الألعاب فعالة فإنه يجب أن تهدف إلى إعداد المتعلم في المجال النفس الحركي من حيث تنمية وتحسين الحركات البنائية الأساسية والقدرات الإدراكية والقدرات المهارة الحركية.

(2) Decvolvy Et Monchamp : **Initiation à l'activité Intellectuelle Et Motrice Par Les Jeux éducatifs.** Delachause. Niestle 7ème Edit Paris 1978 . P 233

(3) Jean piegt : **La Formation Du Sumba le Chez L'enflent de la chausse** – Nistle 6ème Edit 1972 . P92

(3) – الين وديع فرج، مرجع سابق، ص 26.

(4) – حسين السيد أبوعبده اساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية مكتبة ومطبعة الإشباع الفني، مصر (الإسكندرية) سنة 2002،



- الحركات البنائية الأساسية: هي الحركات التي تتضمن القدرة على التحرك من وضع ثابت إلى مكان آخر كالمشي والجري والوثب والخطوة والانزلاق.

- الحركات غير الانتقائية: وهي حركات محورية أي حركات إلي تدور حول محور راسي أو أفقي والتي تؤدي من الأطراف والجذع مع ثبات الجسم في مكان مثل الانحناء والرفع والدفع والشد.

- الحركات اليدوية: وهي الحركات التي تهدف على إعطاء قوة الشيء آخر يتسبب عنها تحرك هذا الشيء أو تغير اتجاهه سواء كان هذا الشيء ثابتا أو في حالة مثل الرمي واللعب والضرب والركل (الضرب بالقدم)<sup>1</sup>.

- القدرات الإدراكية: تساعد القدرات الإدراكية المتعلم على تفسير المثير حتى يتمكن من التنبه وتعتمد الأنشطة الحركية على نمو الإدراك وتتضمن القدرات الإدراكية ما يلي:

- تميز حركي: وينقسم إلى الوعي بأجزاء الجسم والوعي بالاتجاهي والتوازن والتصور الجسمي.
- تميز بصري: ويتضمن حدة بصرية وتتبع بصري وذاكرة بصرية إذا يستطيع للفرد أن يميز الحركة المرئية وتفسير محتواها والتوافق معها والتكيف لها.
- تميز سمعي: تتضمن حدة سمعية وتتبع سمعي ز ذاكرة سمعية حيث يمكن للفرد أن يميز الأصوات الناتجة عن الحركات أو الأفراد المشتركين في اللعب والتكيف معها وفقا لأهميتها<sup>2</sup>.

- القدرات البدنية: وهي تعتبر القاعدة الهامة في بناء وتقديم الفرد المراهق في مجال الأنشطة المختلفة وتشمل القدرات البدنية على عناصر التحمل والقوة في مجال الأنشطة المختلفة وتشمل القدرات البدنية على عناصر التحمل والقوة العضلية والسرعة والرشاقة والمرونة والدقة والتوازن والقدرة وتعمل على نمو وتحسين القدرة البدنية وعلى تحسين أداء المهارات الحركية وتعلم مهارات جديدة<sup>3</sup>.

### 3-12-2- الأهداف المعرفية:

أن تهدف وتعمل للعب الشبه رياضية على إعداد التلاميذ للاستفادة في المجال المعرفي بأقسامه المختلفة والتي تشمل على المعرفة والفهم والتطبيق والتحليل، والتركيب والتقدم من خلال ممارسة التلاميذ للألعاب الشبه رياضية ويكتشف ويتعلم المفاهيم والمعارف والمعلومات عن النشاط الذي يمارسه كذلك يمكنه أن يكتشف ويحلل ويميز من حوله من حيث المكان والأدوات والزملاء والفراغ والنشاط الممارس.

### 3-12-3- الأهداف الوجدانية:

ترتبط الأهداف الوجدانية بالأهداف المعرفية ارتباطا وثيقا حيث أن لكل هدف معرفي جانب وجداني وبالتالي فإن تلازمها أمر طبيعي وعلى مدرس التربية الرياضية والحركية أن يجذب اهتمام تلاميذ لتعلم الألعاب والألعاب الشبه رياضية حتى تتولد لديهم الميل والرغبة والإصرار على تعلمها وممارستها.

(1)- الين وديع فرج، مرجع سابق، ص 34-35.

(2)- نفس المرجع، ص 34-35.

(3)- د. حسين السيد أوعيدة، مرجع سابق، ص 157.

ويشمل المجال الوجداني على عملية التطبيع الاجتماعي التي لها الأثر في نمو السلوك والتحكم فيه وتشمل على الاستقبال، الاستجابة، التنظيم، التقديم وهنا تلعب دور مدرس التربية الرياضية في توفير الأنشطة والألعاب الصغير لبتني تعمل على تحقيق التوازن الانفعالي للتلميذ والتنفيس عن مشاعره من خلال ممارسة النشاط البدني واللعب خلال درس التربية البدنية الرياضية.<sup>1</sup>

**-الاتصال غير التتابعي:** ويقصد به السلوك الذي يضمن الحركات الاتصالية وأنشطة اللعب غير التتابعي التي تتضمن تعبيراً اتصالياً كالإيماءات والحركات الاستنتاجية ذات المغزى والمبادئ الأساسية والتميز المفهوم ضمناً.<sup>2</sup>

### 3-13- أعراض الألعاب الشبه رياضية:

تختلف الألعاب الشبه رياضية فيما بينها وتتباين ألوانها في ضوء بعض المتغيرات والعوامل كالسن والمرحلة التعليمية والجنس والإمكانات والهدف منها كما أن اللعبة الواحدة لا يمكن أن يتغير هدفها من خلال تغيرات كما يطلق عليها حمل الأداء أي بالتحكم في درجة السهولة والصعوبة والتبسيط والتعقيد الذي يتسم به الأداء.

وبشكل عام هناك بعض الأعراض الهامة التي تحققها الألعاب الشبه رياضية منها:

**-التشويق:** حيث يتوفر للأفراد الجاذبية التي تدفعهم للمشاركة الفعلية في النشاط الحركي في مقابل التمرينات التقليدية التي قد تتسم بالملل والكآبة<sup>3</sup>

**-المرح والبهجة:** تنتج الألعاب الشبه رياضية وسطاً بهيجاً ومرحاً من خلال الظروف اللعب ومفاراته اللطيفة مما يضفي إليها بعداً ترويجياً.

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

### 3-13-1- التفاعل الاجتماعي:

يكتسب الأفراد المشتركون في الألعاب الشبه الرياضية مهارات التعامل مع الجماعات واحترام وتقدير الآخرين وتقبل القيم الاجتماعية كالتعاون والصدقة والإيثار.

### 3-13-2- التدرج التعليمي:

تساعد الألعاب الشبه رياضية في التدرج التعليمي للوجبات الحركية المتعلمة حيث تنتقل بالمتعلم تديجياً من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد.

(1) د-حسين السيد أبوعبدة، مرجع سابق، ص 157.

(2) د-الين وديع فرج، مرجع سابق ص 38 .

### 3-13-3- التكيف مع التسهيلات المتاحة:

تعاني أغلب المدارس في الوطن العربي في بعض المساحات والإمكانات وتتاسب معطيات الألعاب الشبه رياضية وما يتميز به قدر كبير من المرونة مع هذه الظروف فهي تقدم قيما تربوية وتعليمية في ظروف الحد الأدنى من التسهيلات.

-**تنمية المعاقين:** تعتبر الألعاب الشبه رياضية مادة خصبة للعمل مع برامج التربية الرياضية للمعاقين بمختلف أنواعهم ودرجاتهم ذلك لأنها تتطلب مستوى حركيا أو مهاريا مبنيا كما أنها تتسم بالتبسيط معها يمنع عامل الخوف والتردد والإقحام عن المشاركة من نفس المعاق<sup>1</sup>.

### 3-14-3- استخدامات الألعاب الشبه الرياضية:

#### 3-14-3-1- تستخدم كإحماء للدرس:

نظرا لأن طبيعة الألعاب الشبه رياضية تضي روح من البهجة والسعادة لدى التلاميذ فإن مدرس التربية الرياضية كثيرا ما يستخدمها بمقابلة تدفئة وإحماء الدرس وبالتالي فهي تعتبر مدخل هام لإعداد وتهيئة التلاميذ للانخراط في ممارسة الدرس بحيوية ونشاط.

#### 3-14-3-2- تستخدم كنشاط تنافسي بين التلاميذ:

يحتاج التلاميذ في المرحلة السنية من 6 إلى 12 سنة إلى نشاط تنافسي يتميز بسهولة التنظيم وعدم شدة التنافس مع الحاجة للشعور بالمرح والبهجة والسرور، والألعاب الشبه رياضية بمميزتها العديدة السابقة الذكر يمكن أن تشبع هذه الحاجات للتلاميذ من خلال الدرس.

#### 3-14-3-3- تستخدم كعنصر من عناصر المرح والسرور:

أحيان يلعب على الدرس طابع الممل والرتابة وقد يلجأ المدرس إلى الألعاب الشبه رياضية وهو بذلك ينقل تلاميذه من جو الكآبة إلى جو المرح والسرور والانطلاق كما يزيد من دافعية وميل التلاميذ ويلييه الاستمرارية في الدرس بحماس .

#### 3-14-3-4- تستخدم كتطبيق للمهارات التي تم تعليمها:

من خلال ممارسة الألعاب الشبه رياضية يمكن تطبيق المهارات التي قد قام بها المدرس بتدريسها للتلاميذ في دروسه السابقة كما تعتبر الألعاب الشبه رياضية مجال خصب لتطبيق وممارسة المهارات الحركية الأساسية مثل الجري والوثب والحجل والقفز وكذلك مهارات الاستخدام اليدوي مثل رمي ومسك وضرب الكرة.

#### 3-14-3-5- تستخدم لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية :

وقد يمل التلاميذ من التمرينات البدنية بطابعها التقليدي المميز وهنا يلجأ المدرس إلى الألعاب الشبه رياضية لتنمية وترقية بعض عناصر اللياقة البدنية<sup>1</sup>.

(1)- د. أمين تنور الخولي - د. محمد عبد الفتاح عنان - دعنان درويش جلول، التربية الرياضية المدرسة دليل المعلم الفاصل والطالب

التربية العلمية، دار الفكر العربي، ط 4 القاهرة، سنة 1998 ص -172-173.

### 3-15- مبادئ اختيار واستخدام الألعاب الشبه الرياضية:

- 1- ينبغي أن تقدم الألعاب الرياضية أخذ بنظام التدرج من السهل إلى الصعب إلى الأكثر صعوبة وهكذا.
- 2- ينبغي استخدام الألعاب التمهيدية لتكمل التدريبات المهارية إلا أن تحل محلها.
- 3- ويجب تنظيم الألعاب لتقديم أقصى مشاركة من الممارسين.
- 4- يجب أن تتيح الألعاب الشبه رياضية فرص الحاجة للمنافسة.
- 5- يجب أن تلائم أجهزة وأدوات الألعاب المقدمة مع قدرات الممارسين من حيث الاعتبارات التربوية المعروف كالسن والجنس.
- 6- على مدرس أو القائد إن يعدل الشبه الرياضية كي يستخدم ويستفيد أقصى استفادة ممكنة من الإمكانيات والأدوات والوقت المتاح كي يوفر فرص للممارسة والمشاركة.
- 7- على القائد أو المدرس أن يراعي التدوير العادل للاعبين دول مراكز اللعب المختلفة حتى يعطي الفرصة المناسبة للجميع للممارسة كل المراكز في اللعبة.
- 8- ينبغي التحكم الخاص باللعبة عن طريق تعديل وملائمة مواصفات اشتراطات اللعبة وبأي طريقة لمقابلة أهداف البرامج وقدرات التلاميذ.
- 9- ينبغي أن يخطط لاستخدام الألعاب كي تساهم بفاعلية في النمو وتنمية التلاميذ على مستوى الجوانب السلوكية المختلفة.
- 10- في بعض الألعاب الشبه رياضية يكون جميع الأطفال مشتكين في النشاط طوال الوقت في بعض الأخر يشترك عدد معين فقط في الوقت واحد ولذلك على المعلم أن يضع في اعتبار عدد المشتركين عند اختياره للألعاب وعليه أن يراعي إذا كان جميع الأطفال مشتركين في فترة ما فإنه لا بد أن تكون اللعبة التالية متضمنة لفترات من عدم المشاركة الفعلية في النشاط حتى يمكن لتلاميذ من اخذ قسط مناسب من الراحة.

- 11- ينبغي أثناء ممارسة التلاميذ اللعب يجب على المعلم ملاحظة حركاتهم باستمرار حتى يتمكن من التحقيق من التلاميذ يحتاجون على المساعدة في تعلم أداء المهارة بفاعلية.<sup>2</sup>

### 3-16- أهمية الألعاب الشبه رياضية:

الشك أنه من المشوق دائما أن نجد في الماضي جذور للمعلومات حديثة عن اللعب فكثير ما يذكر أن أفلاطون "كان أول من أدلك اللعب وكذلك أرسطو: ضرورة تشجيع الأطفال على اللعب بأشياء التي سوف يحتاجون جديا إلى استخدامها عندما يرشدون مع بداية عصر النهضة زاد الاهتمام بأهمية اللعب ولقد ناد بذلك المربون في ذلك الوقت.

(1)- د. حسين السيد اوعبيدة، مرجع سابق، ص 109.108.

(2)- د الين وديع فرج، مرجع سابق، ص 290

فجوهان كومينوس: كان يرى أن الجسم يجب أن ينمو عن طريق الحركة كما ينمو العقل عن طريق الكتب ولذا قسم اليوم المثالي للطفل إلى ثلاث فترات: فترة النمو، فترة للنمو العقلي، وفترة للترويج البدني المتعددة الأنواع.<sup>1</sup>

أما فريدريك فروبل فقد أظهر المغزى الفلسفي للعب واقترح أيضا كيفية الاستفادة من اللعب في العملية التربوية والتعليمية إذ يقول أن اللعب نشاط تلقائي ونفسي في الوقت نفسه، مثال الحياة البشرية في مجموعها ولذلك كان مقرونا دائما بالفرح والحرية والرضا والراحة النفسية والجسمية والسلام العالمي.

ولقد وضع "فروبل" أساس نظرية التربية على فكرة مؤديها إن الإنسان تنمو قدراته من خلال نشاطه ولقد أدى به إدراكه العميق بقية النشاط في تشكيل الشخصية إلى توضيح كيفية أن كل أشكال النشاط واللعب والتعلم والعمل، وميزاتها في التعليم الحقيقي للإنسان وأنه من خلال اللعب وباللعب تنمو شخصية الطفل نموا متكاملًا ولهذا لا ينبغي أن يكون اللعب نشاطا عفويا ويترك للصدفة البحتة بل يجب أن يكون نشاطا تربويا يخضع للإرشاد والتوجيه، كما أوضحت دراسات "أدرينشي" ودراسات "بايلي" وجود علاقة ايجابية بين ارتفاع الذكاء والنمو الجسمي الأفضل منذ الطفولة المبكرة وحتى نهاية المراهقة بسبب عدة متغيرات منها التغذية وممارسة النشاط الحركي.<sup>2</sup>

### 3-17- أنواع الألعاب الشبه رياضية:

يشتمل درس الألعاب الشبه رياضية على أنواع المختلفة الآتية:

- ألعاب هادئة: يقوم بها الطفل وحده أو مع أقرانه في جو ساكن قليل الحركة ومكان محدد داخل الفصل أو خارجه وأغلب ما تكون إعراضه للتفكير والتخمين أو الإراحة الفرد بعد الإجهاد البدني والتعب أو بقصد التنويع في طريقة والموضوع .

- ألعاب بسيطة: ترجع سهولتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد ويهتم فيها التلميذ بقوته دون أن يدرك معنى المنافسة وتعدده إلى الألعاب المعقدة إعداد يشمل النظام وسرعة التلبية واحترام قانون اللعبة وعمل التكوينات.

- ألعاب تنافسية فردية: وفيها تزداد قوة الطفل والعصبية وما يتبعها من توافق في الحركات فيستطيع لقف الكرة أو قذفها نحو الهدف وإظهار مجهوده الفردي لغرض ما ولصالح الجماعة التي ينتمي إليها.

- ألعاب تنافسية جماعية: فيها يتولى التلميذ قيادة الجماعة أو يكون واحد من بين الجماعة يتأمر بأمر قائدها كما يقدر المهارة الفردية ومهارة الأفراد في الجماعة ويضع الخطط المختلفة وتمتاز هذه الألعاب بكثرة قوانينها وتبين أنواعها ففيها ما يستخدم فيه اليدان وفيها ما يستخدم فيها القدمان أو كلاهما معا كذلك فيها البسيط

(1) - د محمد الحماحي، د عبادة عبد العزيز مصطفى، الترويج بين النظرين والتطبيق، مركز الكتاب للنشر ط 3، مصر القاهرة، سنة 2004، ص 54.55.57.

(2) - د محمد الحماحي، د عبادة عبد العزيز مصطفى، "الترويج بين النظرين والتطبيق، مركز الكتاب للنشر ط 3، مصر القاهرة، سنة 2004، ص 54.55.57.

التمهيدي للألعاب الجماعية الكبيرة حتى يتمشى مع قدرات المراهق وميوله وتنوعها وفقا لذلك، وتبدأ تنمو عنده تدريجا روح الجماعة وروح العمل لمصلحتها والغيرة على نجاحها دون الحاجة على إشراف المدرس وفي الوقت نفسه يكتسب مهارات الانتقال في الملعب والتحكم في الكرة ووضع الخطط لإصابة الهدف.

- **العاب التتابع:** وهي من المنافسات القديمة الطبيعية للأداء الحركي للمراهق في الأنشطة الرياضية ويكون التتابع بين الأطفال في الذهاب والعودة بأدوات " كارت - عصى - كيس " أو بدون المصافحة وتكون المنافسة بين الأطفال من مجموعات يتسابقون في التسليم والتسلم مع زملائهم ليكون هناك فائزا وهذا يؤدي على زيادة حماس المراهق وتعاونهم وانتمائهم للجماعة<sup>1</sup>.

### 3-18- الإجراءات التنفيذية للألعاب:

إن عملية تنفيذ في الألعاب تعتبر عملية معقدة فهي تحتاج على إثارة حماس المتعلم ودافعيته للعمل نحو انجاز الأهداف فكل سلوك يتطلب دافعا يوجه طاقة الجسم على نشاط معين كلما زادت قوة الدافع كلما زاد التعلم واكتمل وحين يدرك المتعلم إدراكا واضحا ذلك الدافع الذي يدفعه على نشاط معين فإن يكون كبيرا في هذا النشاط. تنفيذ الخبرات التعليمية في الألعاب أيضا تقديم معلومات في المعارف والمفاهيم وفي المهارات الحركية بما يجعل تحقيق الأهداف ممكنا ويتم ذلك باستخدام طرق وأساليب تدريس مناسبة بحيث تشجيع على نشاط التلاميذ في جمع المعلومات من مصادر مختلفة وعلى قيامهم بالربط والاستنتاج والموازنة والوصل على أحكام تشجع أيضا على التعلم الفردي والتعلم في جماعات مراعيًا في ذلك مستوى نمو التلاميذ وحاجتهم وميولهم وقدراتهم السابقة ولكي يكون التدريس فعالا يجب أن يتضمن العديد من الممارسة والتطبيق مع أقل ما يمكن الخطأ وأكثر ما يمكن من التعليم ولتعميق فيه ويجعله أكثر استمرارية وبقاء<sup>2</sup>.

وعلى المعلم أن يشغل الدوافع الثانوية بنوعيتها في التدريس لتوجيه عملية التعلم في الفصل مثل الميول والاتجاهات وحاجات التلاميذ على تقدير زملائهم ولى إرضاء المعلم وكسب مودته وارتفاع مستوى الطموح والثواب والعقاب وبعض الجوائز الأخرى كالجوائز الأدبية والمالية فكلها وسائل يستطيع المعلم أن يسخرها لخدمة عملية التعلم، ويرتبط النجاح في التعليم الألعاب بالدافعية على التعلم مباشرة وعندما يتحرك التلاميذ تجاه التحصيل برغبته الشخصية ودوافعه وميوله وقدراته فإنه لا يوجد حاجة على دافع خارجي أو على الأقل يل هذا الدافع الخارجي بدرجة كبيرة يوجد في كل فصل عموما عدد من التلاميذ يحتاج على حثهم على انجاز الأهداف المرغوبة<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> - د. حسين أبو عبده، أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، مصر ( الاسكندرية) السنة 2002، ص 126.163.

<sup>2</sup> - اللين وديع فرج " خبرت العبا الكبار والصغار"، مرجع سابق، ص : 178، 179.

<sup>3</sup> - اللين وديع فرج " خبرت العبا الكبار والصغار"، مرجع سابق، ص : 178، 179.

## خلاصة:

يعتبر اللعب من أهم وسائل تكوين شخصية الطفل، فهو أول واسطة بينه وبين بيئته وبه يعبر عن احتياجاته فالطفل في مراحل عمره الأولى له وسيلة وحيدة يتصل بها بما حوله وحتى أنه يعبر بها عن ما يختلج في صدره وتتمثل هذه الوسيلة في اللعب، حيث نراه يقوم بحركات بيده وجسمه أثناء الطفولة وتدعى باللعب العفوي، وحين ينمو الطفل ويدخل في طور الدراسة فإن المربون يوجهونه عن طريق اللعب التربوي في سبيل بناء بعض الصفات الحميدة كاحترام الغير، والانضباط .

ما يمكن استنتاجه هو أن الألعاب الشبه الرياضية تعتبر من الأنشطة الهامة في ميدان التربية والتعليم فهي تساهم في تسهيل عملية التعليم والتحصيل لدى التلاميذ بصورة ترويحوية وجذابة وتضفي جو من السعادة والمرح وتسهل على أستاذة التربية البدنية والرياضية تحقيق أهدافهم المسطرة كما تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تحقيق أهداف عديدة تمثل كل جوانب التلاميذ العاطفية الاجتماعية النفسية، البدنية، التعليمية، لذا ينمو التلميذ نمو سليماً.

الطالب التظرفي



# الفصل الرابع

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

**تمهيد:**

إن منهاج التربية البدنية في مختلف المستويات يساهم في تكوين شخصية المتعلم من جميع النواحي الحسية والحركية والمعرفية والوجدانية، ويرى كل من ابن هريرة، مكارم حلمي، سعد زغلول محمد أن المناهج الدراسية تعد الوسيلة التي يمكن بواسطتها تحقيق ما يرجوه النظام التعليمي في أي مرحلة من الأهداف التعليمية والتربوية.

#### 1-4- منهجية البحث:

إن اختيار منهج البحث يعتبر من أهم المراحل في عملية البحث العلمي إذ نجد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس وانطلاقاً من موضوع البحث والذي يهتم بدراسة دور الألعاب شبه الرياضية في إنجاح حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط. فإن المنهج الذي اتبعناه لدراسة الموضوع هو المنهج الوصفي الذي يعتبر على أنه دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع.<sup>1</sup>

ويعرف المنهج الوصفي أيضاً بأنه "مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالتها والوصول إلى النتائج".<sup>2</sup> ويعد المنهج الوصفي من أحسن المناهج التي تتسم بالموضوعية ذلك أن المستجوبين يحددون كل الحرية في التعبير عن آرائهم، وزيادة عن هذا فطبيعة موضوعنا تتطلب مثل هذا المنهج مما دفعنا لاختياره.

#### 2-4- الأدوات المستخدمة في البحث:

لكل دراسة أو بحث علمي مجموعة من الأدوات والوسائل التي يستخدمها الباحث ويكيفها للمنهج الذي يستخدمه ويحاول أن يلجأ إلى الأدوات التي توصله إلى الحقائق التي يسعى لتحقيقها.

#### 1-2-4- الاستبيان:

يعرف على أنه أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فيتم جمع هذه البيانات عن طريق الاستبيان من خلال وضع استمارة الأسئلة ومن بين مزايا هذه الطريقة الاقتصاد في الوقت والجهد، كما أنها تساهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت لتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية.<sup>3</sup>

والاستبيان كما عرفه "دارفر" بقاموس علم النفس هو عبارة عن سلسلة من الأسئلة التي تتعلق بموضوع أو موضوعات بهدف الحصول على المعلومات حول الموضوع من خلال إجابات المستجوبين.<sup>4</sup> والاستبيان من الوسائل المهمة للحصول على المعلومات والبيانات الميدانية في أغراض البحث العلمي في مختلف المجالات لاسيما التربية والتعليم.<sup>1</sup>

(1) حسين عبد الحميد رشوان، "من مناهج العلوم"، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، مصر، 2003، ص 66.

(2) بشير صالح الرشدي، "مناهج البحث التربوي"، ط 1، كلية التربية، جامعة الكويت، 2000، ص 59.

(3) حسين أحمد الشافعي ورضوان أحمد مرسل، "مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية"، منشأة المعارف، الإسكندرية، دون سنة، ص 205.

(4) كمال عبد المجيد زيتوني، منهجية البحث التربوي النفسي من المنظور الكمي والكيفي، ط 1، عالم الكتاب، مصر، 2004، ص 82.

ومن بين الأسئلة التي يعتمد عليها الاستبيان نجد:

#### 4-2-2- الأسئلة المغلقة:

وهي الأسئلة التي تطرح في غالب الأحيان على شكل استفهام وتكون الإجابة ب (نعم) أو (لا) وقد يتحتم في بعض الأحيان على المستجوب أن يختار الإجابة الصحيحة، تكمن خاصيتها في تحديد مسبق للأجوبة بالنوع موافق غير موافق وتتضمن أجوبة محددة وعلى المستجوب اختيار واحد منها.

#### 4-3 ثبات الاستبيان:

للتأكد من ثبات الاستبيان قمنا باختيار عينة من التلاميذ وعينة من الأساتذة، حيث قمنا بتوزيع الاستبيان عليهم ثم قمنا بجمع الاستمارات بعد إجاباتهم، وبعد 15 يوم أعدنا توزيع الاستمارات مرة أخرى على نفس العينة من التلاميذ والأساتذة، ثم جمعنا هذه الاستمارات، ومن خلالها وجدنا تقريبا نفس نسبة الإجابات التي حصلنا عليها عند التوزيع الأول، وهذا ما يدل على ثبات الاستبيان.

#### 4-4-- صدق الاستبيان:

ويعتبر التحكيم من طرف الأساتذة المختصين ، بمثابة الموجه الأول لتحديد ثغرات ونقائص الاستبيان وعليه فقد تم عرض هذا الأخير على أساتذة محكمين في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الجليلي بونعامة بخميس مليانة، بحيث تم الوقوف على بعض الثغرات منها:

- إضافة بعض الأسئلة وإزالة بعضها الآخر .
- إعادة الصياغة اللغوية لبعض الأسئلة ،التي كانت لا تؤدي المعنى المقصود.
- إعادة ترتيب الأسئلة ،حسب أهميتها وأولوياتها في البحث.

#### 4-5- عينة البحث:

إن العينة هي النموذج الأولي الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني فهي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، فهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث.

فالعينة إذا هي " جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله، ووحدات العينة تكون أشخاصا كما تكون أحياء أو شوارع أو مدن أو غير ذلك".<sup>2</sup> ويمكن تعريف العينة بأنها نمودجا وجزءا من المجتمع الأصلي المعني بالبحث بحيث تعمل صفاتها المشتركة عن دراسة كل وحدات ومفردات المجتمع الأصلي خاصة في حالة صعوبة أو استحالة دراسة كل تلك الوحدات.<sup>3</sup>

(1) - هادي شعبان ربيع، طرق البحث التربوي، مكتبة المجتمع العربي، عمان، 2006، ص 133.

(2) - رشيد زرواش، "مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية"، ط 1، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر، 2007، ص 334.

(3) - هادي شعبان ربيع، طرق البحث التربوي، مكتبة المجتمع العربي، عمان، 2006، ص 164.

بما أن مجتمع البحث الخاص لهذه الدراسة كبير نوعا ما ولا نستطيع أن نقوم بتوزيع الاستبيان على كامل المجتمع لضيق الوقت، ونقص الإمكانيات، اخترنا عينة عشوائية لكون العينة هي جزء من البحث ويمكن تعميم النتائج على كامل المجتمع، ومن أجل تخفيض الجهد والمال، تمثلت عينة البحث في نسبة 13,42 بالمائة من المجتمع الكلي للتلاميذ، أي 200 تلميذ و 52.17 بالمائة من المجتمع الكلي للأساتذة أي 12 أستاذ موزعين على 05 متوسطات التي كانت على النحو التالي:

- متوسطة بوطان الجديدة (خميس مليانة).
- متوسطة بوشيرب محمد خميس مليانة.
- متوسطة غربي محمد خميس مليانة.
- متوسطة رايس امحمد خميس مليانة.
- متوسطة قويدري محمد خميس مليانة.

ويقصد بالعينة العشوائية تلك التي لا تتقيد بنظام خاص أو ترتيب معين مقصود للاختيار، وبذلك نضمن لجميع أفراد المجتمع الإحصائي فرصا متساوية، وفي هذه الحالة توصف العينة بأنها غير متحيزة أي نعطي فرصا متساوية ومتكافئة لكل أفراد المجتمع الإحصائي.

#### 4-6- متغيرات البحث:

استنادا إلى الفرضيات الخاصة بالبحث تبين لنا جليا أنه هناك ثلاث متغيرات هي:

#### 4-6-1- المتغير المستقل:

وهو الأداة التي يؤدي التغيير في قيمتها إلى إحداث التغيير في قيم المتغيرات الأخرى، والمتغير المستقل في هذا البحث هو الألعاب شبه الرياضية.

#### 4-6-2- المتغير التابع:

وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول قيم متغيرات أخرى، فالمتغير التابع في هذا البحث هو حصة التربية البدنية والرياضية.

#### 4-6-3- المتغير الوسيط:

وهو الأداة التي تربط بين المتغير المستقل والمتغير التابع ويظهر في البحث من مدى التأثير.

#### 4-7- مجالات البحث:

#### 4-7-1- المجال البشري:

يتمثل في تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط وتتراوح أعمارهم ما بين 12 إلى 15 سنة بمعدل أربعين استبيان في كل متوسطة من المتوسطات الخمسة بشكل عشوائي. وكذلك 12 أستاذ للتربية البدنية والرياضية على مستوى متوسطات مختلفة.

#### 2-7-4- المجال المكاني:

شملت الدراسة وعملية توزيع الاستبيان على خمسة متوسطات بمدينة خميس مليانة ولاية عين الدفلى.

#### 3-7-4- المجال الزمني:

شرع في البحث ابتداء من فيفري إلى غاية ماي 2015 بحيث:

- بدأت فكرة البحث في شهر فيفري.
- تم إعداد مشروع البحث في شهر مارس.
- تم جمع استمارات التحكيم والاستبيانات من الأساتذة والتلاميذ من المتوسطات في نهاية شهر أفريل، وتم تحليلها وعرض نتائجها في بداية شهر ماي.

#### 4-8- الدراسة الاستطلاعية:

لا يختلف على أي باحث، أن ضبط سؤال الإشكالية وصياغة الفرضيات، هو أساس انطلاق الدراسة أما أدوات البحث المناسبة فهي أساس انجاز الجانب الميداني، الذي يعطي البحث أكثر موضوعية ومصداقية. وأما إذا كان الاستبيان هو أحد الأدوات المعتمدة عليها لانجاز هذا البحث، فقد قمنا بدراسة استطلاعية من خلال توزيع الاستبيان الأولي على مجموعة من التلاميذ والأساتذة، من أجل الوقوف على نقائص وثغرات الاستبيان قبل التوزيع النهائي له.

وكذلك للتعرف على مدى وضوح الأسئلة، بصفة عامة وقياسها للشيء المطلوب قياسه، والتعرف على الأسئلة التي قد يحاول المستجوبون التهرب من الإجابة عليها، حتى يتم إعادة صياغتها بطريقة أخرى تبعد الحرج والتهرب عن الإجابة.

ولقد خرجنا بالملاحظتين التاليتين:

- غموض بعض الأسئلة، مما جعلنا نعيد صياغتها.
  - عدم الرد على بعض الأسئلة مما جعلنا نقوم بتعديلها.
- إضافة إلى ذلك، فقد مكنتنا الدراسة الاستطلاعية من خلال التوزيع الأولي للاستبيان من أن الفرضيات

قابلة للدراس

#### 4-9- الأدوات الإحصائية المستخدمة:

إن هدف الدراسة الإحصائية، هو محاولة التوصل إلى مؤشرات كمية ذات دلالة، تساعدنا على التحليل والتفسير والحكم على مدى صلاحية الفرضيات والمعدلات الإحصائية المستعملة هي:

**النسب المئوية:** استخدمنا قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميع الأسئلة، وذلك بعد حساب تكرارات كل منها، والقانون كالتالي:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{مجموع عدد الإجابات}}{100} \times 100$$

المجموع الكلي لأفراد العينة

اختبار كاف تربيع (كا<sup>2</sup>): يسمح لنا هذا الاختبار، بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها، من خلال الاستبيان وهي كما يلي:

$$كا^2 = \frac{\text{مجموع (ت ش - ت م)^2}}{ت م}$$

التكرار المتوقع: يحسب بالطريقة التالية:

$$ت م = \text{عدد أفراد العينة} / \text{عدد الاقتراحات.}$$

$$\alpha = 0.05. \text{ مستوى الدلالة:}$$

درجة الحرية (df) = ن - 1 ، حيث ن تمثل عدد الفئات.

إذا كانت عدد التكرارات أقل من 5 نستعمل تصحيح "ياتس".

$$كا^2 = \frac{\text{مجموع (ت ش - ت م - 0.5)^2}}{ت م}$$

بحيث يمثل:

ت ش: عدد التكرارات المشاهدة ( الواقعية).

ت م : عدد التكرارات المتوقعة.

يسمح هذا الاختبار (كا<sup>2</sup>) بتحديد الفروق بين الإجابات، إذا كانت ذات دلالة إحصائية أم لا.

#### 10-4- الوسائل الإحصائية في معالجة النتائج النهائية:

بعدما قمنا باسترجاع الاستمارات من الأساتذة قمنا بتفريغ البيانات التي تحتويها وفرزها ومن أجل تحليل

النتائج وتفسيرها استخدمنا:

قانون النسب المئوية لتحليل وتشخيص نتائج إجابات الأساتذة على المقترحات الموجودة ضمن الأسئلة

وقانون كا<sup>2</sup> (كاف تربيع) بحيث يسمح لنا هذا القانون بمعرفة مدى وجود فروق معنوية في إجابات الأساتذة على الأسئلة.

عدد التكرارات × 100

= النسبة المئوية

مجموع التكرار الكلي

(ت م - ت ن)<sup>2</sup>

كا<sup>2</sup> = مجموع

ت ن

حيث:

ت م = التكرار المشاهد.

ت ن = التكرار النظري.

وقانون التكرار النظري يحسب بالطريقة التالية:

$$ت ن = \text{عدد أفراد العينة} \div \text{عدد الاقتراحات}$$

درجة الحرية (df) = عدد الاقتراحات - 1.

ومستوى الدلالة  $(\alpha) = 0.05$ .



# الفصل الخامس:

عرض ومناقشة وتحليل النتائج.

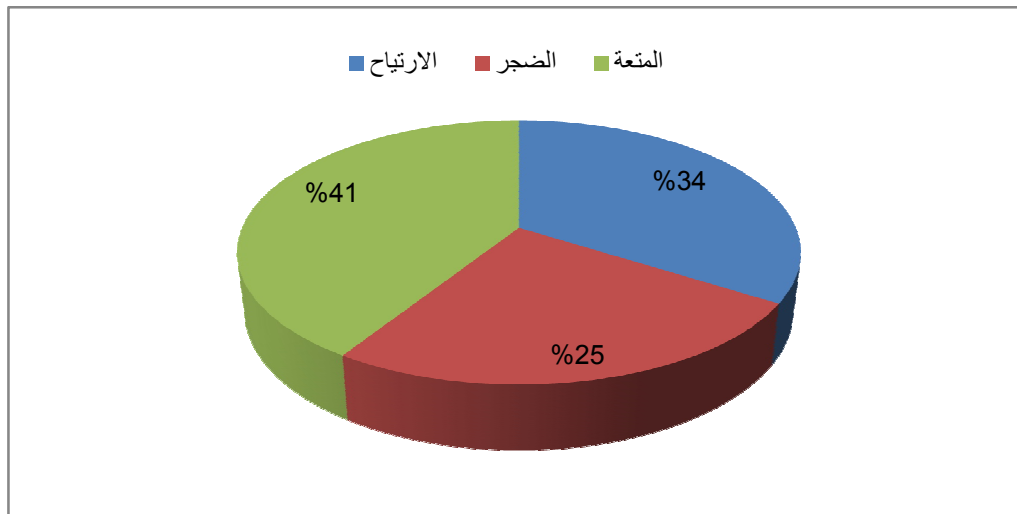
5-1- تحليل ومناقشة الاستبيان الخاص بالتلاميذ:

5-1-1- عرض ومناقشة الفرضية الأولى:

- تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.  
السؤال الأول: ما هو إحساسك وأنت تمارس الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضة؟  
الهدف منه: معرفة إحساس التلاميذ عند ممارستهم الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
الارتياح	68	34%	02	0.05	7.71	5.99	دالة
الضجر	50	25%					
المتعة	82	41%					
المجموع	200	100%					

الجدول رقم (1): يبين إحساس التلاميذ عند ممارستهم الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.



الشكل البياني رقم (1): يبين إحساس التلاميذ عند ممارستهم الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

- نلاحظ من خلال الجدول رقم (1) والشكل البياني رقم (1) أن 68 تلميذ ما يقابله 34% أكدوا أنهم يشعرون بالارتياح عند ممارستهم الألعاب شبه الرياضية أما 50 تلميذ ما يقابله 25% أكدوا أنهم يشعرون بالضجر فيما أكد 82 تلميذ ما يقابله 41% أنهم يشعرون بالمتعة عند ممارستهم للألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وهنا يظهر دور الألعاب شبه الرياضية في منح مجال يسوده نوع من الحرية والاستمتاع مما يجعل التلاميذ يتحمسون عندما تكون في التربية البدنية والرياضية.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف التربيع ومن خلاله وجدنا أن كاف التربيع المحسوبة أكبر من كاف تربيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha=0.05$  ودرجة الحرية  $df=02$

وبالتالي نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ حول دور الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

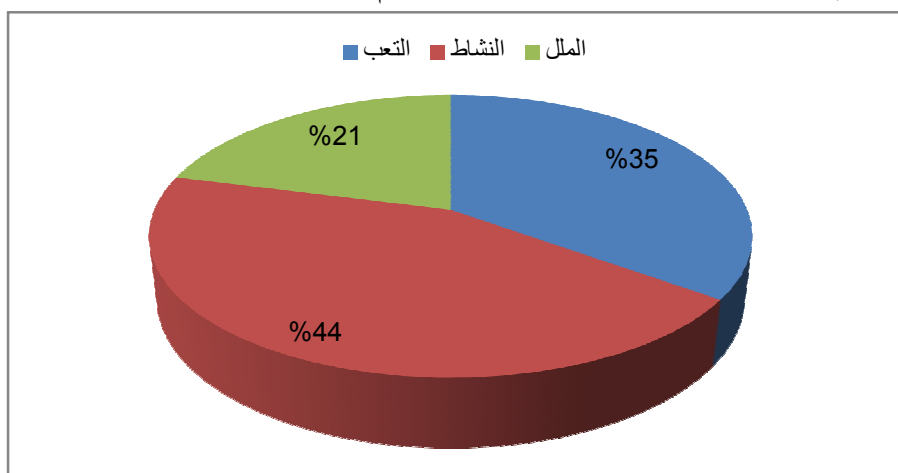
وهذا ما يؤكد **حسن السيد أبو عبده** أن من قيم وأعراض الألعاب الصغرى والتشويق هو الجاذبية التي تدفع بالأفراد للمشاركة بفعالية من النشاط الحركي<sup>1</sup>

**السؤال الثاني:** ما هو إحساسك إذا كان هناك تنافس بينك وبين زملائك أثناء الألعاب شبه الرياضية ؟

- **الهدف منه:** معرفة إحساس التلاميذ إذا كان هناك تنافس فيما بينهم أثناء الألعاب شبه الرياضية.

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
التعب	70	35%	02	0.05	16.11	5.99	دالة
النشاط	88	44%					
الملل	42	21%					
المجموع	200	100%					

**الجدول رقم (02):** بين إحساس التلاميذ أثناء المنافسة فيما بينهم عند ممارسة الألعاب شبه الرياضية.



**الشكل البياني رقم (02):** بين إحساس التلاميذ أثناء المنافسة فيما بينهم عند ممارسة الألعاب شبه الرياضية.

- نلاحظ من خلال الجدول رقم (02) والشكل البياني رقم (02) أن 70 تلميذ ما يقابله 35% أكد أنهم يحسون بالتعب عند التنافس فيما بينهم أثناء الألعاب شبه الرياضية أما 88 تلميذ ما يقابله 44% فأكدوا أنهم يشعرون بالنشاط فيما أكد 42 تلميذ ما يقابله 21% أنهم يشعرون بالملل وهذا راجع إلى عدم الارتياح في النشاط وعدم توصل هذه المجموعة للجوهر الحقيقي الذي تحمله هذه الألعاب والتي فيها الكثير من المنافسة التي تجعل التلاميذ يحسون بالنشاط والحماس، ويبدلون المجهود ولا يباليون بالتعب.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف التوزيع ومن خلاله وجدنا أن كاف التوزيع المحسوبة أكبر من كاف التوزيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha=0.05$  ودرجة الحرية  $df=02$

(1) حسين السيد أبو عبده: أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية. مكتبة الإشعاع - الإسكندرية. طبعة 2002، مصر، ص 116.

وبالتالي نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ عند وجود منافسة بينهم أثناء ممارستهم الألعاب شبه الرياضية.

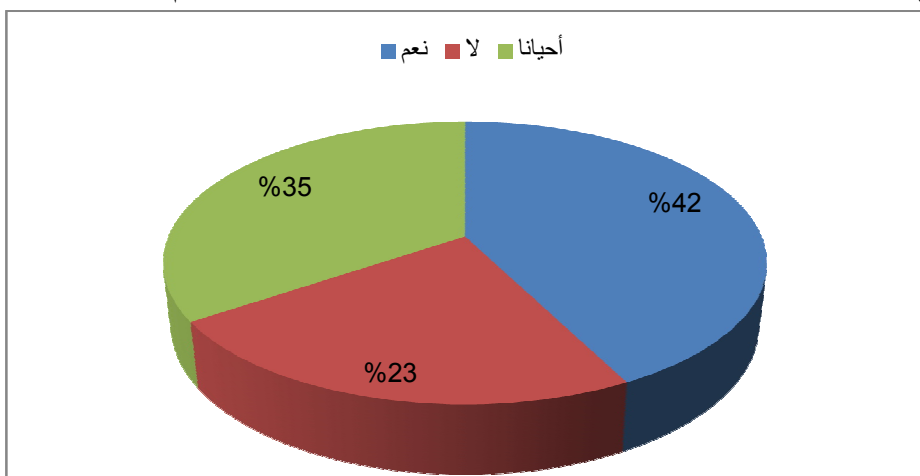
وهذا ما أكدته عطيات محمد خطاب" على أنها مجموعة متعددة من ألعاب الكرات والألعاب التي تمارس باستخدام الألعاب الصغيرة وألعاب الرشاقة وما إلى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع السرور والمرح والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها وتكرارها"<sup>1</sup>.

**السؤال الثالث:** هل استطعت اكتساب مهارات حركية عند ممارستك للألعاب للشبه الرياضية؟

**الهدف منه:** معرفة هل استطاع التلاميذ اكتساب مهارات حركية عند ممارستهم للألعاب شبه الرياضية.

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
نعم	85	%42.5	0.05	02	10,52	5,99	دالة
لا	46	%23					
أحيانا	69	%34.5					
المجموع	200	%100					

**الجدول رقم (03):** يبين مقدرة التلاميذ على اكتساب مهارات حركية عند ممارستهم الألعاب شبه الرياضية.



**الشكل البياني رقم (03):** يبين مقدرة التلاميذ على اكتساب مهارات حركية عند ممارستهم الألعاب شبه الرياضية.

- نلاحظ من خلال الجدول رقم(03) والشكل البياني رقم(03) أن 85 تلميذا ما يقابله %42.5 أكدوا أنهم استطاعوا اكتساب مهارات حركية عند ممارستهم للألعاب شبه الرياضية أما 46 تلميذا ما يقابله % 23 فأجابوا ب لا ونجد 69 تلميذا ما يقابله % 34.5 أكدوا بأن ذلك يحدث أحيانا.

(1) عطيات محمد خطاب، أوقات الفراغ والترفيه ، سنة 1990.

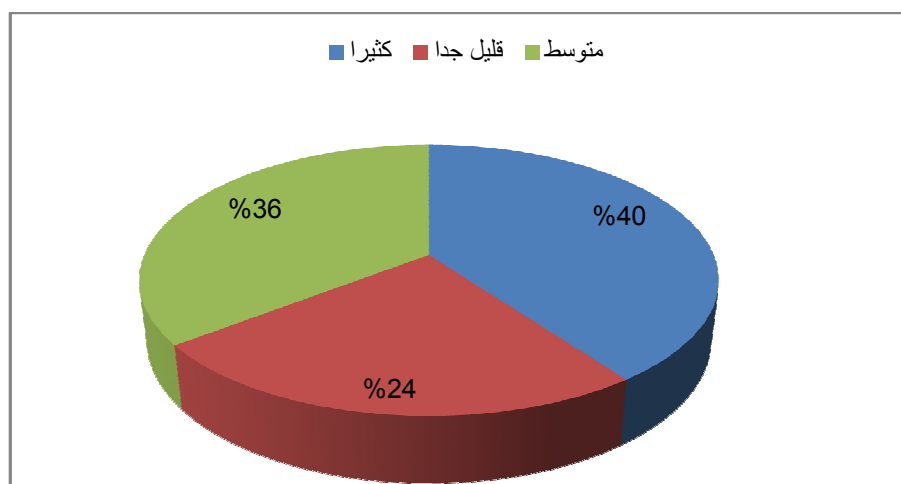
ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف التربيع ومن خلاله وجدنا أن كاف التربيع المحسوبة أكبر من كاف التربيع المجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha=0.05$  ودرجة حرية  $df=02$  وبالتالي نستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ والتي تتجسد في كون 42.5% من التلاميذ أكدوا على اكتساب مهارات حركية عند ممارستهم للألعاب شبه الرياضية. وهذا ما ينفق معه زغبوب وليد في قوله " بأن المهارات في الألعاب الرياضية عبارة عن تنظيم حركي خاص بالأنشطة الرياضية وتتميز بالترابط والتعاقد".<sup>1</sup>

**السؤال الرابع :** هل للألعاب شبه الرياضية دور في تطوير مهاراتك الحركية؟

**الهدف منه:** معرفة دور الألعاب شبه الرياضية في تطوير المهارات الحركية للتلاميذ.

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كاف <sup>2</sup> المحسوبة	كاف <sup>2</sup> المجدولة	الدلالة الإحصائية
كثيرا	80	40%	02	0.05	7.71	5.99	دالة
قليل جدا	49	24.5%					
متوسط	71	35.5%					
المجموع	200	100%					

**الجدول رقم(04):** يبين دور الألعاب شبه الرياضية في تطوير المهارات الحركية للتلاميذ



**الشكل البياني رقم(04):** يبين دور الألعاب شبه الرياضية في تطوير المهارات الحركية للتلاميذ نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) والشكل البياني رقم(04) أن 80 تلميذ ما يقابله 40% أكدوا على دور الألعاب شبه الرياضية في تطوير المهارات الحركية فيما أكد 49 تلميذ ما يقابله 24.5% أن ذلك يحدث بشكل قليل و 71 تلميذ ما يقابله 35.5% أن ذلك يحدث بشكل متوسط.

(1) زغبوب وليد، أهمية قياس مهارية في الرياضات الجماعية لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية، مذكرة ليسانس، ص17.

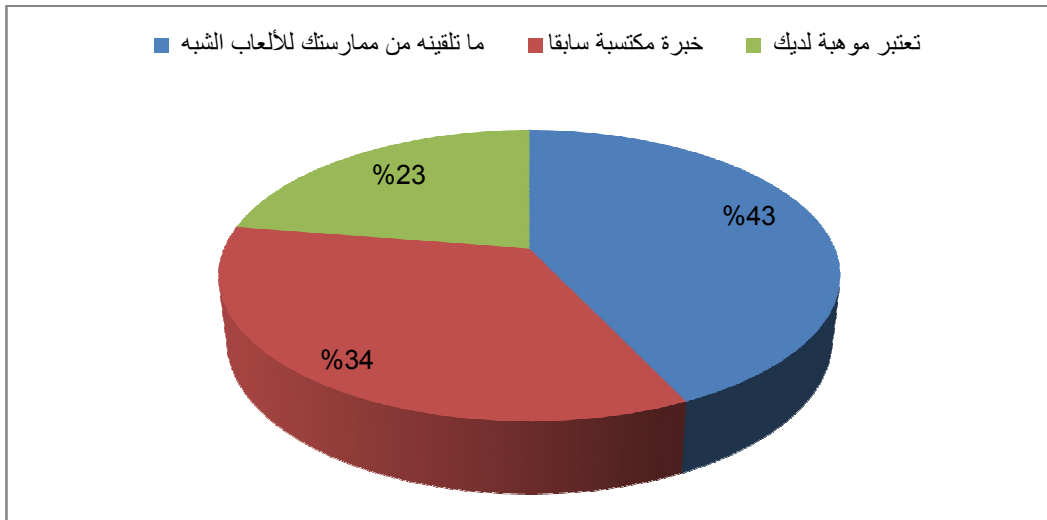
ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف التربيع ومن خلاله وجدنا أن كاف التربيع المحسوبة أكبر من كاف التربيع المجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df=2$  وبالتالي نستنتج أنه توجد فروق ذات إحصائية بين إجابات التلاميذ والتي تتجسد في كون 40% من التلاميذ أكدوا على أهمية الألعاب شبه الرياضية في تطوير مهاراتهم الحركية .

**السؤال الخامس:** هل تعتقد أن ما اكتسبته من مهارات حركية معينة كان نتيجة؟

**الهدف منه:** معرفة مصدر المهارات الحركية التي اكتسبها التلاميذ.

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كاف <sup>2</sup> المحسوبة	كاف <sup>2</sup> المجدولة	الدلالة الإحصائية
ما تلقينه من ممارستك للألعاب شبه	86	43%	02	0.05	12.72	5.99	دالة
خبرة مكتسبة سابقا	69	34.5%					
تعتبر موهبة لديك	45	22.5%					
المجموع	200	100%					

**الجدول رقم (05):** يبين مصدر المهارات الحركية التي اكتسبها التلاميذ.



**الشكل البياني رقم (05):** يبين مصدر المهارات الحركية التي اكتسبها التلاميذ.

نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) والشكل البياني رقم (05) أن 86 تلميذ ما يقابله 43% أكدوا أن مصدر المهارات الحركية التي اكتسبوها كانت نتيجة ما تلقوه من خلال ممارستهم للألعاب شبه الرياضية ويرى 69 تلميذ ما يقابله 34.5% أن مصدر تلك المهارات كان نتيجة الخبرة المكتسبة سابقا في حين أكد 45 تلميذ ما يقابله 22.5% أن تلك المهارات تعتبر موهبة لديهم.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف التربيع ومن خلاله وجدنا أن كاف التربيع المحسوبة أكبر من كاف التربيع المجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df=2$

وبالتالي نستنتج أنه توجد فروق ذات إحصائية بين إجابات التلاميذ والتي تتجسد في كون 43.5% من التلاميذ أكدوا مصدر تلك المهارات هو من خلال ما تلقوه من ممارستهم للألعاب شبه الرياضية.

2-1-5- عرض ومناقشة الفرضية الثانية:

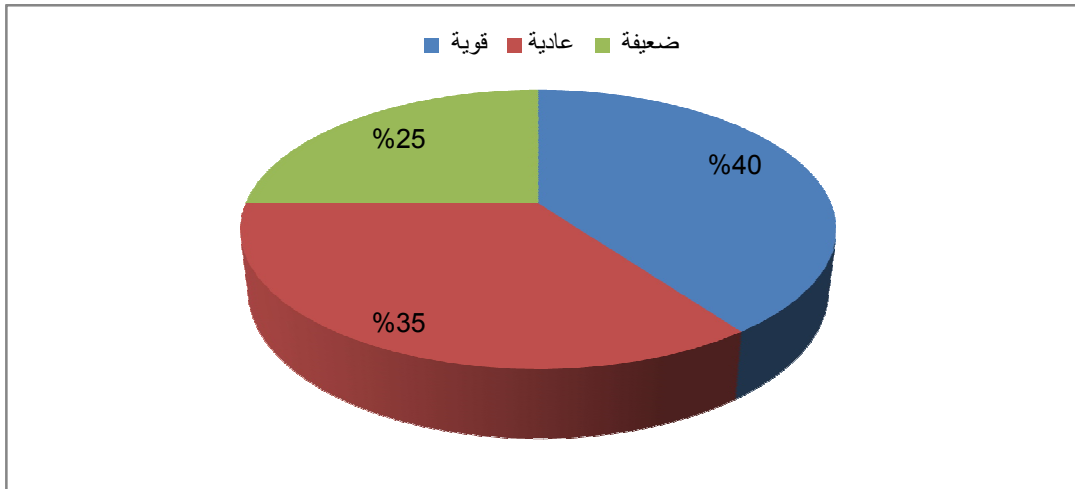
تساهم الألعاب في تنمية الجانب العاطفي الوجداني لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

السؤال الأول: كيف تكون علاقتك بالآخرين أثناء الألعاب شبه الرياضية؟

الهدف منه: معرفة علاقة التلاميذ فيما بينهم أثناء الألعاب شبه الرياضية.

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
قوية	80	40%	02	0.05	6.98	5.99	دالة
عادية	70	35%					
ضعيفة	50	25%					
المجموع	200	100%					

الجدول رقم (06): يبين علاقة التلاميذ فيما بينهم أثناء الألعاب شبه الرياضية.



الشكل البياني رقم (06): يبين علاقة التلاميذ فيما بينهم أثناء الألعاب شبه الرياضية.

من خلال الجدول رقم 06 والشكل البياني رقم (06) نجد أن 80 تلميذ ما يقابله 40% أكدوا أن علاقتهم بالآخرين تكون قوية أثناء الألعاب شبه الرياضية فيما أكد 70 تلميذ ما يقابله 35% أن هذه العلاقة تكون عادية وكان رأي 50 تلميذ ما يقابله 25% أن هذه العلاقة تكون ضعيفة

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف التريبع ومن خلاله وجدنا أن كاف التريبع المحسوبة أكبر من كاف التريبع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df=2$  وبالتالي نستنتج أنه توجد فروق ذات إحصائية بين إجابات التلاميذ والتي تتجسد في كون 40% من التلاميذ أكدوا أن العلاقة بالآخرين تكون قوية.

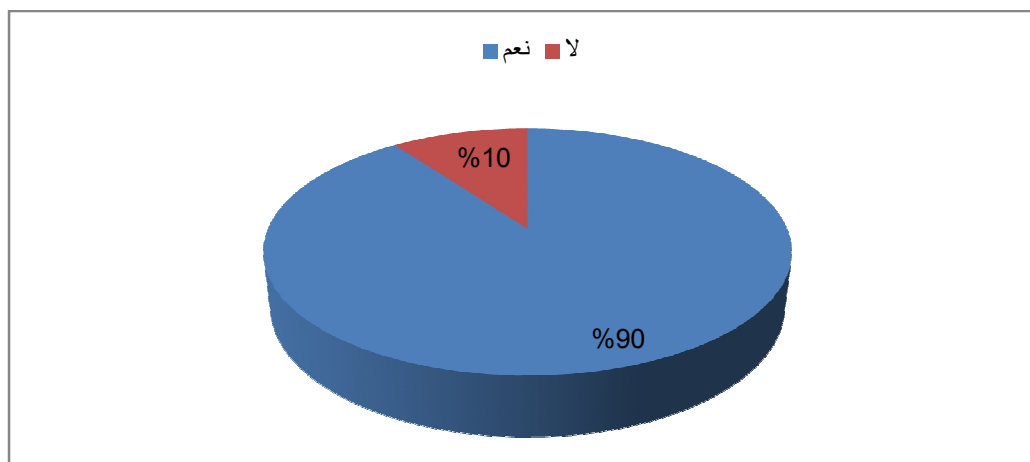
وهذا ما يتفق مع قول **حسن السيد أبو عبده** " أن من قيم وأغراض الألعاب الصغرى التفاعل الاجتماعي والذي يكتسب من خلاله الأفراد مهارات التعامل مع الحياة واحترام وتقدير الآخرين وتقبل القيم الاجتماعية بالتعاون والصدقة والإيثار"<sup>1</sup>

**السؤال الثاني:** هل تتفاعل وتتعاون مع الآخرين في إيجاد حلول للمشاكل التي تواجهك أثناء نشاط الألعاب شبه الرياضية؟

**الهدف منه:** معرفة إذا كان هناك تفاعل وتعاون بين التلاميذ في إيجاد حلول للمشاكل التي تواجههم أثناء نشاط الألعاب شبه الرياضية.

النسبة المئوية %	التكرار	الإجابة
90%	180	نعم
10%	20	لا
100%	200	المجموع

**الجدول رقم (07):** يبين التفاعل والتعاون الموجود بين التلاميذ في إيجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء نشاط الألعاب شبه الرياضية.



**الشكل البياني رقم (07):** يبين التفاعل والتعاون الموجود بين التلاميذ في إيجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء نشاط الألعاب شبه الرياضية.

من خلال الجدول رقم (07) والشكل البياني رقم (07) نجد أن 180 تلميذ ما يقابله 90% أكدوا أنهم يتعاونون ولينفعلون مع الآخرين في إيجاد حلول للمشاكل التي تواجههم أثناء نشاط الألعاب شبه الرياضية أما 20 تلميذ ما يقابله 10% أكد ذلك وهذا راجع لأسباب نفسية مثل الانطواء على النفس أو الغرور والأناية والسلوك الطفيلي.

وهنا يؤكد **عماد جهاد العقاد** " أن الألعاب شبه الرياضية أداة تربوية تساعد على إحداث تفاعل الفرد مع عناصر المجموعة لغرض التعلم وإنما الشخصية والسلوك".<sup>1</sup>

(1) حسن السيد أبو عبده، أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية مكتبة الإشعاع، الإسكندرية، الطبعة 2002، مصدر، ص 120 .

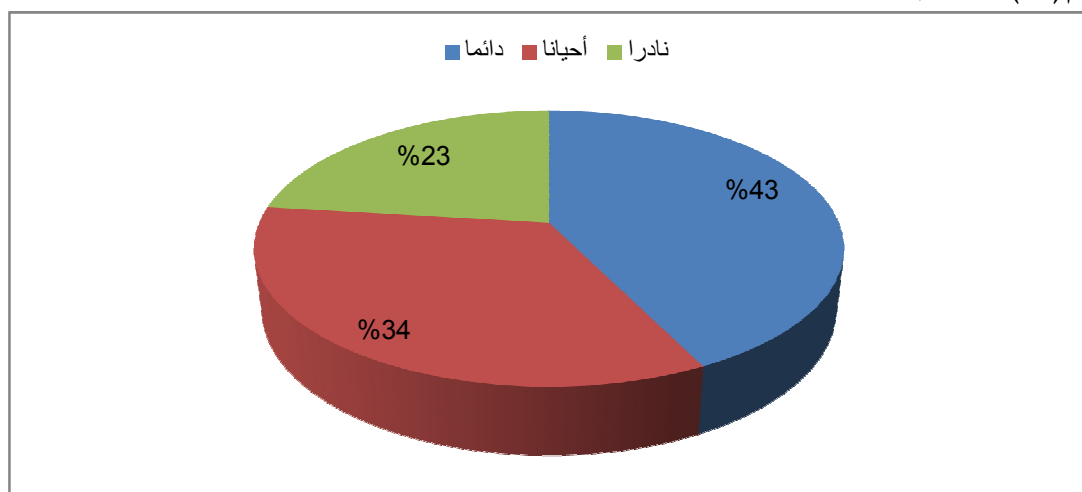


السؤال الثالث: هل تبذل مجهودا من أجل مصلحة الفريق خلال الألعاب شبه الرياضية؟

الهدف منه: معرفة إذا كان التلاميذ يبذلون مجهودا من أجل مصلحة الفريق خلال الألعاب شبه الرياضية.

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
دائما	85	42.5%	02	0.05	11.52	5.99	دالة
أحيانا	69	34.5%					
نادرا	46	23%					
المجموع	200	100%					

الجدول رقم(08): يبين إن كان التلاميذ يبذلون مجهودا من أجل مصلحة الفريق خلال الألعاب شبه الرياضية.



الشكل البياني رقم(08): يبين إن كان التلاميذ يبذلون مجهودا من أجل مصلحة الفريق خلال الألعاب شبه الرياضية.

من خلال الجدول رقم(08) والشكل البياني (08) نجد أن 85 تلميذ ما يقابله 42.5% أكدوا أنهم يبذلون مجهودا من أجل مصلحة الفريق خلال الألعاب شبه الرياضية ويكون ذلك بشكل دائم في حين أكد 69 تلميذ ما يقابله 34.5% أن ذلك يكون أحيانا في حين 46 تلميذ ما يقابله 23% أشاروا إلى أن ذلك يكون نادرا.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف التربيع ومن خلاله وجدنا أن كاف التربيع المحسوبة أكبر من كاف التربيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df=2$  وبالتالي نستنتج أنه توجد فروق ذات إحصائية بين إجابات التلاميذ والتي تتجسد في كون 42.5% من التلاميذ يبذلون مجهودا من أجل مصلحة الفريق خلال الألعاب شبه الرياضية.

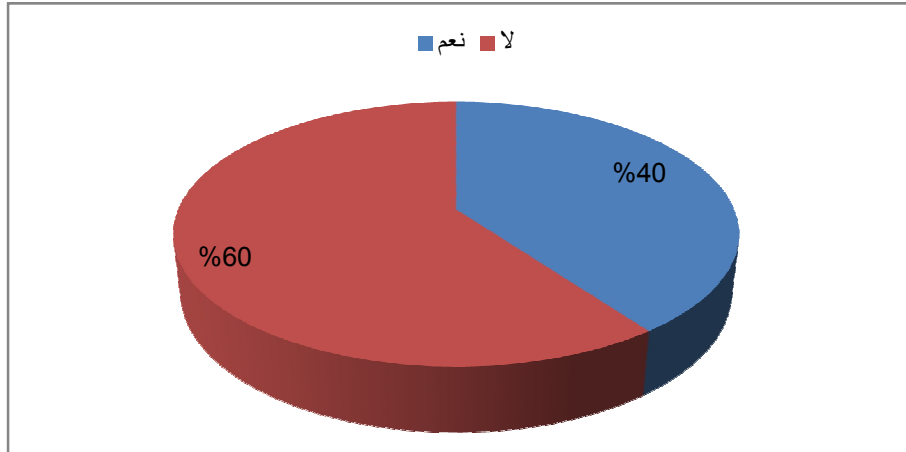
وهذا راجع لدورها في خلق جو من التعاون بين التلاميذ مما ينبثق منه شعور الفرد بالمسؤولية نحو الجماعة والحاجة إلى التبعية والقيادة والى ممارسة النجاح والشعور بالانتماء.

السؤال الرابع: هل تفقد هدوتك وتتفعل عندما يصادفك موقف حرج أثناء الألعاب شبه الرياضية؟

الهدف منه: معرفة هل يفقد التلاميذ هدوتهم وينفعلون عندما يصادفهم موقف حرج أثناء الألعاب شبه الرياضية.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية %
نعم	80	40%
لا	120	60%
المجموع	200	100%

الجدول رقم(09): يبين حالة التلاميذ عندما يصادفهم موقف حرج أثناء الألعاب شبه الرياضية.



الشكل البياني رقم(09): يبين حالة التلاميذ عندما يصادفهم موقف حرج أثناء الألعاب شبه الرياضية.

من خلال الجدول رقم(09) والشكل البياني رقم (09) نجد أن 80 تلميذ ما يقابله 40% أكدوا بأنهم ينفعلون ويفقدون هدوتهم عند مصادفتهم لموقف حرج أثناء الألعاب شبه الرياضية وهذا راجع لعدم اندماجهم الكلي في الوسط وعدم التلاؤم مع المواقف الطارئة أو المفاجئة والعجز على ضبط النفس في حين أكد 120 تلميذ ما يقابله 60% أنهم لا يفقدون هدوتهم ولا ينفعلون عند مصادفتهم لموقف حرج وهذا راجع لاندماجهم الجيد في نشاط الألعاب شبه الرياضية وفهمهم لمبتغاها التي تسعى إليه.

وهذا ما يؤكد الرائد في علم النفس الرياضي أجليفي " بأن الألعاب شبه الرياضية دور كبير في اكتساب مستوى رفيع من الكفاءات النفسية المرغوبة <sup>1</sup> مثل :

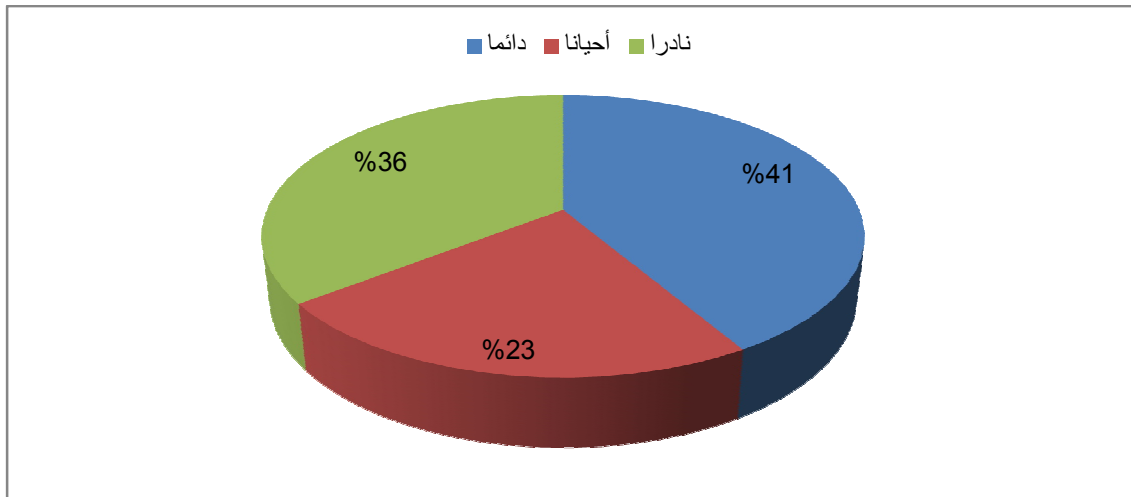
- الثقة بالنفس.
- الاتزان الانفعالي.
- التحكم في ضبط النفس.
- انخفاض التوتر.
- التخلص من السلوكيات العدوانية.

السؤال الخامس: عندما تقع في أخطاء غير مقصودة أثناء الألعاب شبه الرياضية هل تثقك بنفسك تهتز وتنقص؟

الهدف منه: معرفة أن كانت ثقة التلاميذ بأنفسهم تهتز وتنقص عندما يقعون في أخطاء غير مقصودة أثناء الألعاب شبه الرياضية.

الأجوبة	التكرارات	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
دائما	83	41.5%	02	0.05	10.68	5.99	دالة
أحيانا	46	23%					
نادرا	71	35.5%					
المجموع	200	100%					

الجدول رقم (10): يبين ثقة التلاميذ بأنفسهم عندما يقعون في أخطاء غير مقصودة أثناء الألعاب شبه الرياضية.



الشكل البياني رقم (10): يبين ثقة التلاميذ بأنفسهم عندما يقعون في أخطاء غير مقصودة أثناء الألعاب شبه الرياضية.

من خلال الجدول رقم (10) والشكل البياني رقم (10) نجد أن 83 تلميذ ما يقابله 41.5% أكدوا أنهم عندما يقعون في أخطاء غير مقصودة أثناء الألعاب شبه الرياضية فان تثقتهم بأنفسهم لا تهتز ولا تنقص وهذا راجع لاندماجهم الجيد وتواصلهم مع الآخرين بشكل كبير فيما أكد 46 تلميذ ما يقابله 23% أنهم عندما يقعون في أخطاء غير مقصودة أثناء الألعاب شبه الرياضية فان تثقتهم بأنفسهم تهتز وتنقص وهذا راجع إلى نفسيتهم وسلوكياتهم الشخصية أو أنهم يعانون من الخجل الزائد أو عدم التكيف مع المشاكل المفاجئة والطارئة في حين أن 71 تلميذ ما يقابله 35.5% نجدهم أكدوا بأنهم يشعرون بشعور عادي.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف التوزيع ومن خلاله وجدنا أن كاف التوزيع المحسوبة أكبر من كاف التوزيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df=2$  وهذا

يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ وهذا ما يتجسد في إجاباتهم عندما أكد 41.5% منهم بأنهم لا يشعرون بنقص في ثقتهم بأنفسهم ولا تهتئز ولجاجة 35.5% منهم بأنهم يشعرون بشعور عادي. ويؤكد روبين " أن الألعاب شبه الرياضية تهتم بتنشيط حصة التربية البدنية والرياضية"<sup>1</sup>.

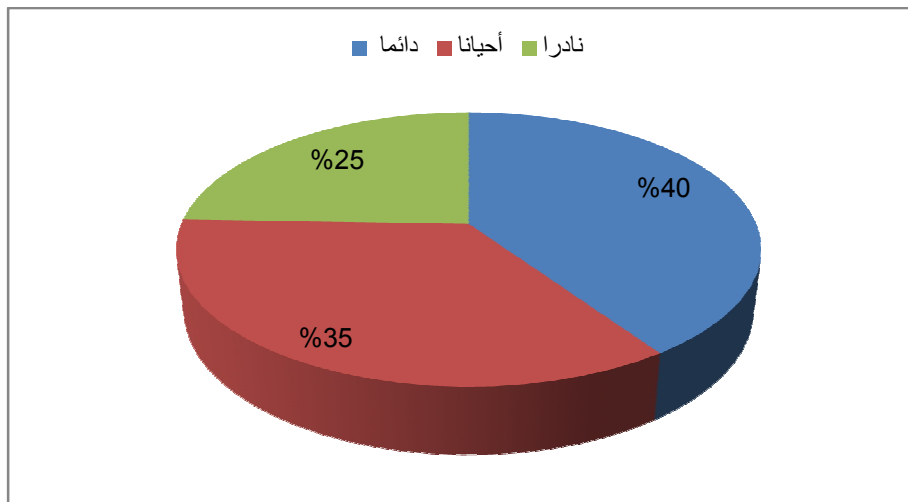
### 5-1-3- عرض ومناقشة الفرضية الثالثة:

تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب المعرفي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط. **السؤال الأول:** هل الألعاب شبه الرياضية تثير رغبتك في تعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟

**الهدف منه:** معرفة إن كانت الألعاب شبه الرياضية تثير الرغبة لدى التلاميذ في تعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
دائما	81	40.5%	02	0.05	7.91	5.99	دالة
أحيانا	70	35%					
نادرا	49	24.5%					
المجموع	200	100%					

**الجدول رقم (11):** يبين دور الألعاب شبه الرياضية في إثارة الرغبة لدى التلاميذ في تعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.



**الشكل البياني رقم (11):** يبين دور الألعاب شبه الرياضية في إثارة الرغبة لدى التلاميذ في تعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

<sup>(1)</sup> غراب توفيق وآخرون، معوقات الألعاب شبه الرياضية في المرحلة الثانوية، مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية. ص 67.

من خلال الجدول رقم (11) والشكل البياني رقم(11) نلاحظ أن 81 تلميذ ما يقابله 40.5 أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية تثير رغبتهم في تعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية وهذا بشكل دائم فيما نجد 70 تلميذ ما يقابله 35% أكدوا أن هذا يحدث أحيانا وليس دائما كما نجد 49 تلميذ ما يقابله 24.5 أن نادرا ما تثير الألعاب شبه الرياضية رغبتهم في التعلم وهذا راجع لعدم توفير أستاذ التربية البدنية والرياضية للألعاب التي تعمل على استثارتهم أو راجع لوقت إدراج هذه الألعاب.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية قمنا بحساب قانون كاف التربيع فوجدنا قيمة كاف التربيع المحسوبة أكبر من قيمة كاف التربيع المجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha=0.05$  ودرجة الحرية  $df=02$  وهذا ما تجسد من إجابة 40.5% من التلاميذ على دور الألعاب شبه الرياضية في استثارتهم لتعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

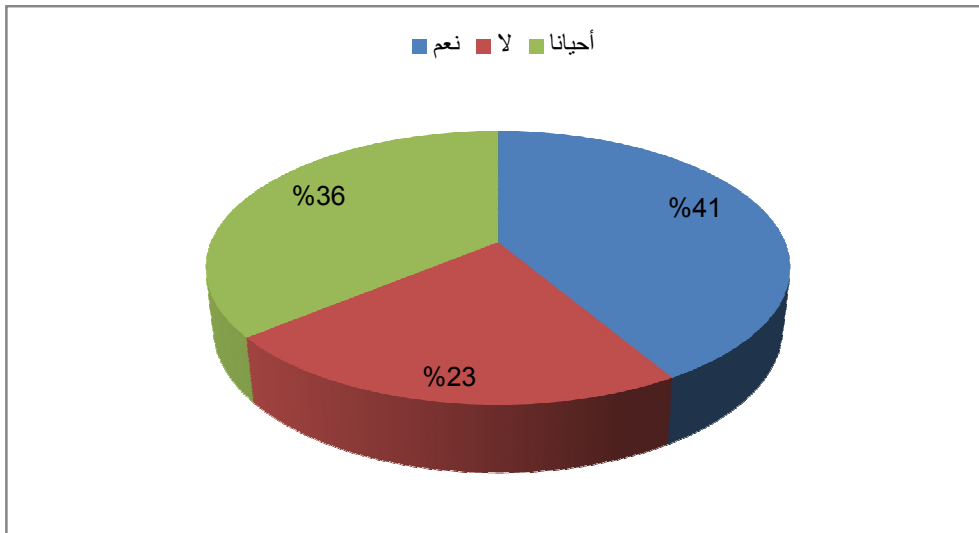
وهذا ما يتفق معه الباحث وفاء أحمد في قوله " إن الألعاب شبه الرياضية تعرض من أبرز مكونات البيئة الغنية التي تساعد على إحداث تغيير مرغوب في سلوك الأطفال وفي طرائق تفكيرهم"<sup>1</sup>.

(1) Anonyme. Httplal. habia 7.moktoobblog.com

**السؤال الثاني:** هل تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية وتطوير قدراتك المعرفية الخاصة بقوانين مختلف الألعاب الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟  
**الهدف منه:** معرفة مساهمة الألعاب شبه الرياضية في تنمية قدرات التلاميذ المعرفية الخاصة بقوانين مختلف الألعاب الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
نعم	83	41%	02	0.05	11.45	5.99	دالة
لا	45	22.5%					
أحيانا	72	36%					
المجموع	200	100%					

**الجدول رقم (12):** يبين معرفة مساهمة الألعاب شبه الرياضية في تنمية قدرات التلاميذ المعرفية الخاصة بقوانين مختلف الألعاب الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.



**الشكل البياني رقم (12):** يبين معرفة مساهمة الألعاب شبه الرياضية في تنمية قدرات التلاميذ المعرفية الخاصة بقوانين مختلف الألعاب الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

من خلال الجدول رقم (12) والشكل البياني رقم (12) نلاحظ أن 83 تلميذ ما يقابله 41.5 أكدوا على دور وأهمية الألعاب شبه الرياضية في تنمية قدرات التلاميذ المعرفية الخاصة بقوانين مختلف الألعاب الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية. فيما يرى 72 تلميذ أي ما يقابله 36% أن هذا يحدث أحيانا ويغيب أحيانا أخرى ونجد أن 45 تلميذ ما يقابله 22.5 أكدوا أن هذا لا يحدث أبدا وهذا راجع لعدم تركيزهم الجيد أثناء هذه الألعاب الرياضية وكذلك عدم فهمهم الجيد لمغزى هذه الألعاب.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية قمنا بحساب قانون كاف التريبع فوجدنا قيمة كاف التريبع المحسوبة أكبر من قيمة كاف التريبع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha=0.05$  ودرجة الحرية  $df=02$  وهذا ما

تجسد من إجابة 41.5% من التلاميذ الذين أكدوا علي دور وأهمية الألعاب شبه الرياضية في تنمية وتطوير قدراتهم المعرفية الخاصة بقوانين مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية.

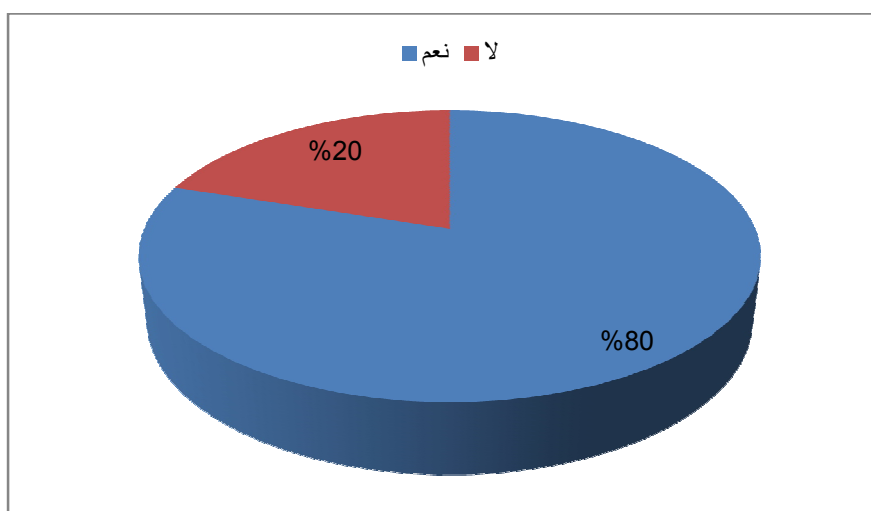
وهذا ما أشار إليه اللين وديع فرج بقوله: " توجد علاقة بين نشاط الجسم وتطوير الذكاء، الحركة تؤدي إلى الملاحظة، والملاحظة تشير جسم إلى الكلام، والكلام يتطلب فكر"<sup>1</sup>.

**السؤال الثالث:** هل الألعاب شبه الرياضية تساعدك على التخيل والتفكير واتخاذ القرارات بأقصى سرعة أثناء اللعب؟

**الهدف منه:** معرفة الألعاب شبه الرياضية في مساعدة التلاميذ على تخيل والتفكير واتخاذ القرارات بأقصى سرعة أثناء اللعب.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
80%	160	نعم
20%	40	لا
100%	200	المجموع

**الجدول رقم(13):** يبين دور الألعاب شبه الرياضية في مساعدة التلاميذ على تخيل والتفكير واتخاذ القرارات بأقصى سرعة أثناء اللعب.



**الشكل البياني رقم(13):** يبين دور الألعاب شبه الرياضية في مساعدة التلاميذ على تخيل والتفكير واتخاذ القرارات بأقصى سرعة أثناء اللعب.

من خلال الجدول رقم (13) والشكل البياني رقم (13) نلاحظ أن 160 أي ما يقابله 80% أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية تساهم على التخيل والتفكير واتخاذ القرارات بأقصى سرعة أثناء اللعب وهذا راجع لاندماجهم الجيد في هذه الألعاب وتركيزهم العالي أثناء الألعاب شبه الرياضية فيما نجد 40 تلميذ ما يقابله 20% أكدوا أن

اللين وديع فرج ، خبرات في الألعاب للكبار والصغار دار النشر منشأة المعارف 1996، ص. 290.<sup>1</sup>

الألعاب شبه الرياضية لا تساعدهم على التخيل والتفكير واتخاذ القرارات بأقصى سرعة أثناء اللعب وهذا راجع لغياب التركيز لديهم أثناء أداء هذه الألعاب وإهمال الجانب التعليمي فيها.

وهذا ما يؤكد على أهمية الألعاب شبه الرياضية إلى الوصول بالتلاميذ إلى الأداء المثالي وخالي من الأخطاء والتقليل منها.

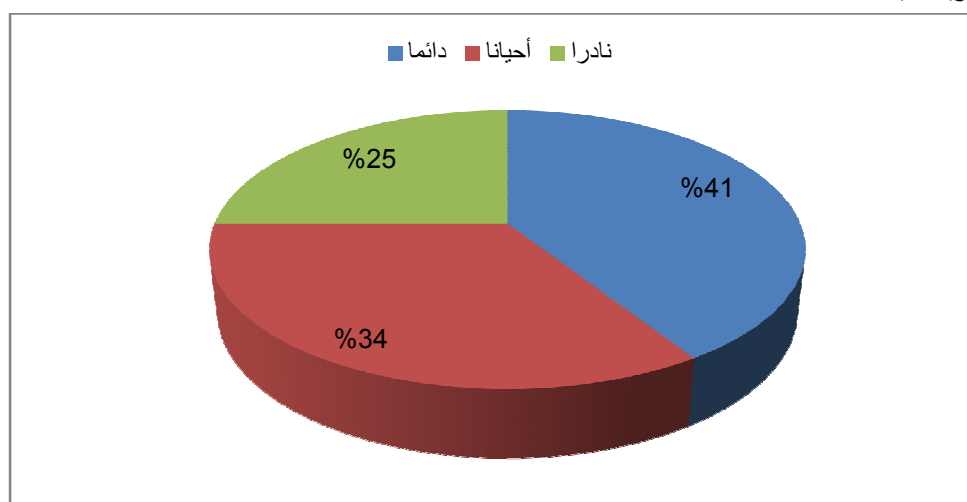
وهذا ما أشارت إليه دراسات " أدريشي " و " بايلي " عن وجود علاقة بين ارتفاع الذكاء والنمو الجسمي الأفضل منذ الطفولة المبكرة وحتى نهاية المراهقة بسبب عدة متغيرات منها التغذية وممارسة النشاط الحركي<sup>1</sup>

**السؤال الرابع:** هل تؤمن وتثق في قدراتك لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجهك أثناء ممارستك للألعاب شبه الرياضية.

**الهدف منه:** معرفة إذا كان التلاميذ يؤمنون ويتقنون من قدراتهم لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء ممارستهم للألعاب شبه الرياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
دائما	82	41%	02	0.05	7.71	5.99	دالة
أحيانا	68	34%					
نادرا	50	25%					
المجموع	200	100%					

**الجدول رقم (14):** يبين إيمان التلاميذ وثقتهم في قدراتهم لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء ممارستهم للألعاب شبه الرياضية.



**الشكل البياني رقم (14):** يبين إيمان التلاميذ وثقتهم في قدراتهم لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء ممارستهم للألعاب شبه الرياضية.

(1) د. محمد الحماصي، د عبادة عبد العزيز مصطفى، الترويج بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر ط3، مصر، القاهرة سنة 2004،

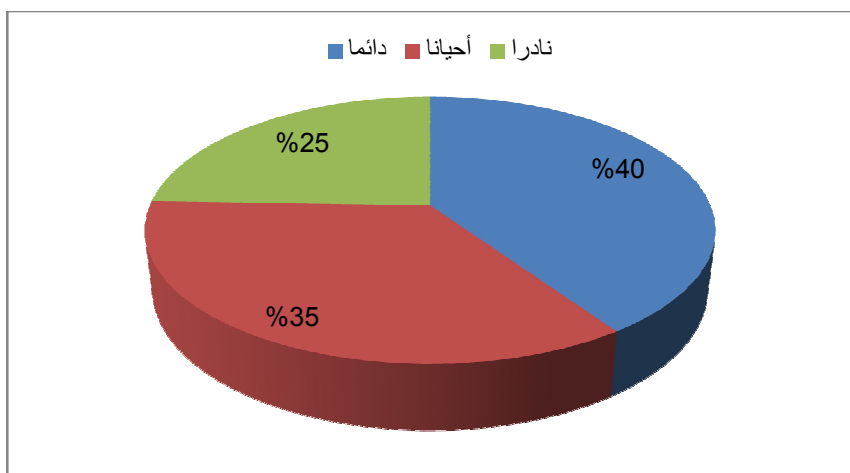


من خلال الجدول رقم (14) والشكل البياني رقم (14) نجد أن 82 تلميذ ما يقابله 41% أكدوا أنهم يؤمنون ويتقنون في قدراتهم لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء ممارستهم للألعاب شبه الرياضية فيما أكد 68 تلميذ أي ما يقابله 34% أن ذلك يحدث أحيانا ونجد أن 50 تلميذ ما يقابله 25% أكدوا أن هذا يحدث نادرا وهذا راجع لعدم اندماجهم الجيد والكلي في اللعب وكذا الإحباط الذي يعانون منه. ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية قمنا بحساب قانون كاف التوزيع فوجدنا قيمة كاف التوزيع المحسوبة أكبر من قيمة كاف التوزيع المجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha=0.05$  ودرجة الحرية  $df=02$  وهذا ما تجسد من إجابة 41% من التلاميذ على دور الألعاب شبه الرياضية في إيجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم من خلال شعورهم بالمسؤولية لاكتساب النشاط والحيوية الذي يؤدي إلى النجاح والنجاح بدوره يؤدي إلى زيادة الثقة في النفس.

**السؤال الخامس عشر:** هل تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية معارفك النظرية لمختلف النشاطات الرياضية التي تمارسها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟  
**الهدف منه:** معرفة مدى مساهمة الألعاب شبه الرياضية في تنمية المعارف النظرية لدى التلاميذ لمختلف النشاطات الرياضية التي يمارسونها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كاف <sup>2</sup> المحسوبة	كاف <sup>2</sup> المجدولة	الدلالة الإحصائية
دائما	81	40.5%	02	0.05	7.71	5.99	دالة
أحيانا	70	35.5%					
نادرا	49	24.5%					
المجموع	200	100%					

**الجدول رقم (15):** يبين مساهمة الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجوانب المعرفية لمختلف النشاطات الرياضية لدى التلاميذ.



**الشكل البياني رقم (15):** يبين مساهمة الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجوانب المعرفية لمختلف النشاطات الرياضية لدى التلاميذ.

من خلال الجدول رقم (15) والشكل البياني رقم (15) نجد أن 81 تلميذ ما يقابله 40.5% من التلاميذ أكدوا أنهم يتقنون في قدراتهم لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجههم أثناء ممارستهم للألعاب شبه الرياضية في ما أكد 70 تلميذ أي ما يقابله 35.5% أكدوا أن ذلك يحدث أحيانا ونجد أن 49 تلميذ ما يقابله 24.5% أكدوا أن هذا يحدث نادرا وهذا راجع لعدم اندماجهم الجيد والكامل في اللعب.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية قمنا بحساب قانون كاف التريبع فوجدنا قيمة كاف التريبع المحسوبة أكبر من قيمة كاف التريبع المجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha=0.05$  ودرجة الحرية  $df=02$  وهذا ما تجسد من إجابة 40.5% من التلاميذ على أن الألعاب شبه الرياضية تساهم دوما في تنمية معارفهم النظرية لمختلف النشاطات الرياضية التي يمارسونها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية وهذا ما يؤكد دور وأهمية الألعاب شبه الرياضية في عملية تعلم التلاميذ ومساعدتهم وهذا بإشباع رغباتهم مما يدفعهم إلى الاهتمام بالحصّة والشعور بالسعادة والمرح .

وهذا ما أشار إليه اللين وديع فرج بقوله: " لكي يكون التدريس فعالا يجب أن يتضمن العديد من الممارسة والتطبيق مع أقل ما يمكن من الأخطاء وأكثر ما يمكن من التعليم والتعميق فيه وجعله أكثر استمرارية وبقاء"<sup>1</sup>

(1) اللين وديع فرج ، خبرات في الألعاب للكبار والصغار، دار النشر منشأة المعارف 1996،ص 290 .

2-5- تحليل ومناقشة الاستبيان الخاص بالأساتذة:

1-2-5- عرض ومناقشة الفرضية الأولى:

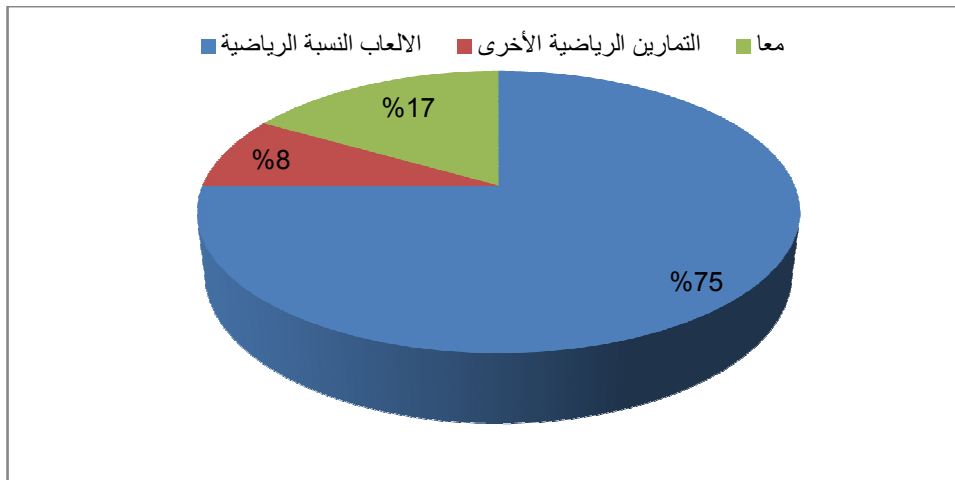
تساهم الألعاب النسبة الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط

السؤال الأول: أيهما أفضل الذي يساعد الطفل على اكتساب صفات حركية جديدة؟

الهدف منه: معرفة ما هي الطريقة الأفضل التي تساعد التلاميذ على اكتساب صفات حركية جديدة.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
الألعاب النسبة الرياضية	09	75%	02	0.05	8.32	5.99	دالة
التمارين الرياضية الأخرى	01	8.33%					
معا	02	16.66%					
المجموع	12	100%					

الجدول رقم (16): يبين الطريقة الأفضل التي تساعد التلاميذ على اكتساب صفات حركية جديدة



الشكل البياني رقم (16): يبين الطريقة الأفضل التي تساعد التلاميذ على اكتساب صفات حركية جديدة

من خلال الجدول رقم (16) والتكامل البياني رقم (16) نجد أنه 09 أساتذة ما يقابله 75% أكد وأن الألعاب النسبية الرياضية هي الوسيلة الأفضل التي تساعد الطفل على اكتساب صفات حركية جديدة كما نجد أستاذ واحد أي ما يقابله 8.33% أكدوا أن التمارين الرياضية الأخرى هي الوسيلة الأفضل فيما نجد أستاذين اثنين ما يقابله 16.66% أكدوا أن كل من الألعاب شبة الرياضية والتمارين الرياضية الأخرى معا هما أفضل ما يساعد الطفل لاكتساب صفات حركية جديدة.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف تربيع ومن خلاله وجدنا كاف تربيع المحسوبة أكبر من كاف تربيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df = 02$  وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة والتي تتجسد في إجابة 75% من الأساتذة بأن الألعاب شبة الرياضية هي الوسيلة التي تساعد الطفل على اكتساب صفات حركية جديدة .

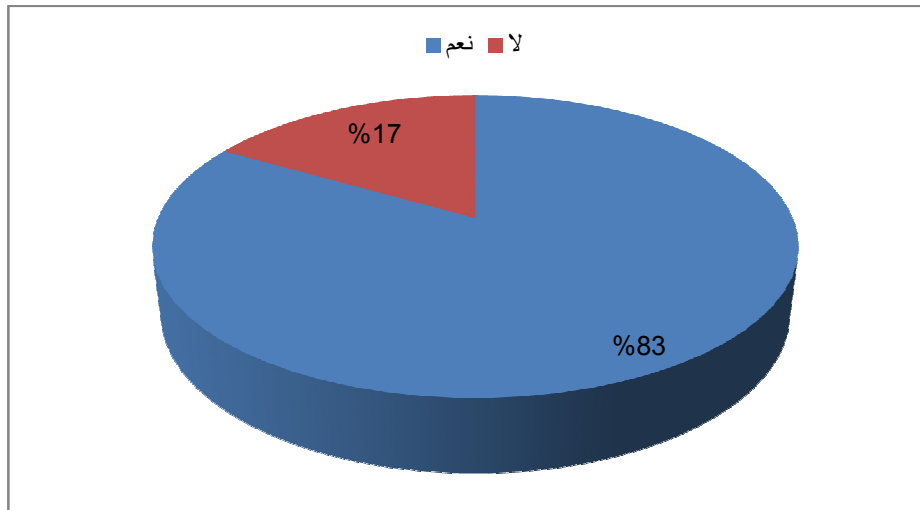
وهذا ما يتفق معه حسن السيد أبو عبده في قوله: "وقد يمل التلاميذ من التمرينات البدنية بطابعها التقليدي المميز وهنا يلجأ المدرس إلى الألعاب شبه الرياضية لتنمية وترقية بعض عناصر للياقة البدنية<sup>1</sup> .

السؤال الثاني: هل تعمل الألعاب شبه الرياضية على تنمية الجانب الحسي لدى التلاميذ

الهدف منه: معرفة إن كانت الألعاب شبه الرياضية تعمل على تنمية الجانب الحس لدى التلاميذ

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
نعم	10	%83.33	01	0.05	5.33	3.84	دالة
لا	02	%16.66					
المجموع	12	%100					

الجدول رقم(17): يبين دور الألعاب شبه الرياضية في العمل تنمية الجانب الحسي لدى التلاميذ.



الشكل البياني رقم(17): يبين دور الألعاب شبه الرياضية في العمل تنمية الجانب الحسي لدى التلاميذ.

من خلال الجدول رقم (17) والشكل البياني رقم(17) نجد أن 10 أساتذة ما يقابله %83.33 أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية دور مهم كبير في تنمية الجانب الحسي للتلاميذ وهذا نتيجة التنافس ولا تعتمد على الهدف في حين نجد أساتدين إثنين ما يقابله %16.66 أكدوا عكس هذا وهذا يرجع لعدم اعتمادهم على الألعاب شبه الرياضي في تنمية هذا الجانب واعتمادهم على التمرينات الرياضية الأخرى لتنمية الجانب الحسي.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف تربيع ومن خلاله وجدنا كاف تربيع المحسوبة أكبر من كاف تربيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df = 01$  وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة والتي تتجسد في إجابة %83.33 من الأساتذة من خلال تأكيدهم على دور الألعاب شبه الرياضية من تنمية الجانب الحسي لدى التلاميذ، وكذلك باعتبارها وسيلة الأساسية وتطوير الجانب الحسي الحركي للتلاميذ.

(1) حسن السيد أبو عبده، أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفني، مصر سنة 2002، ص109.

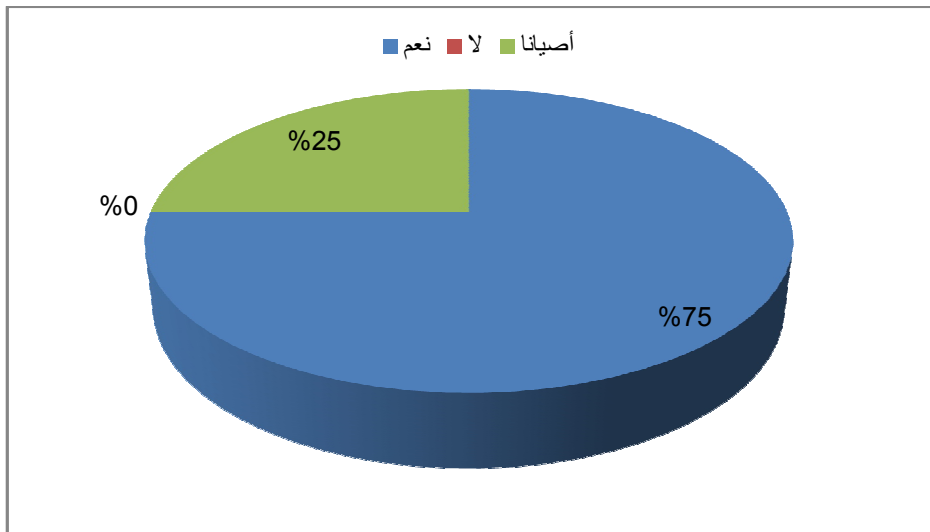
- وهذا ما أشار إليه بولش في قوله أن اللعب نسبة رياضي يمثل نشاط خاص للطفل ويأخذ عدة أشكال حسب العمر مركزا على الميول المأخوذة من نشاط العمل بحيث يعتبر المحرك الرئيسي لتطور هذا الطفل<sup>1</sup>.

**السؤال الثالث:** هل الألعاب شبه الرياضية تنمي الرغبة لدى التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحسين مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية؟

**الهدف منه:** معرفة إن كانت الألعاب شبه الرياضية تنمي الرغبة لدى التلاميذ، أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في العمل على تحسين مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
نعم	09	%75	02	0.05	86.50	5.99	دالة
لا	00	%00					
أحيانا	03	%25					
المجموع	12	%100					

**الجدول رقم(18):** يبين دور الألعاب شبه الرياضية فر تنمية الرغبة لدى التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في العمل تحسين مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية.



**الشكل البياني رقم(18):** يبين دور الألعاب شبه الرياضية فر تنمية الرغبة لدى التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في العمل تحسين مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية.

من خلال الجدول رقم (18) والشكل البياني رقم (18) نجد أن 09 أساتذة ما يقابله 75% أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية تنمي الرغبة لدى التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية عن العمل على تحسين مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية عن حسين نجد ثلاثة أساتذة ما يقابله 25% أكدوا أن هذا يحدث أحيانا في حين لم يؤكد ولا

<sup>(1)</sup>-N.E Medajaouiri .M.Rachid : Amélioration Des Qualités Physique A Travers Les J.P.S. (15-17) sous La Direction M .Dgaout .A. Juin. 91. P05.

أستاذ عكس هذا، وهذا ما يؤكد الدور الكبير والمهم لهذه الألعاب في تنمية الرغبة لدى التلاميذ من خلال استئثارهم بتوفير جو من الحماس والحرية في الأداء.

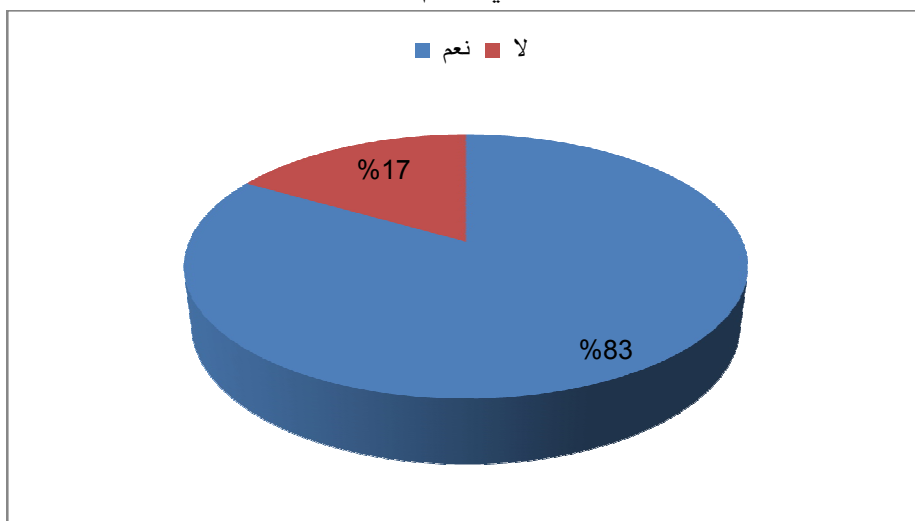
لمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف تربيع عند مستوي الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df = 02$  ومن خلاله وجدنا قيمة كاف تربيع المحسوبة أكبر من قيمة كاف تربيع الجدولة وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة والتي تتجسد في إجابة 75% منهم على دور هذه الألعاب في تنمية الرغبة لدى التلاميذ في العمل على تحسين مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية .

**السؤال الرابع:** هل يمكن عن طريق الألعاب شبه الرياضية تعليم وتطوير بعض المهارات الحركية؟

**الهدف منه:** معرفة أهمية الألعاب شبه الرياضية في تعليم وتطوير بعض المهارات الحركية .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	10	%83.33
لا	02	%16.66
المجموع	12	%100

**الجدول رقم(19):** بين أهمية الألعاب شبه الرياضية في تعليم وتطوير بعض المهارات الحركية.



**الشكل البياني رقم(19):** بين أهمية الألعاب شبه الرياضية في تعليم وتطوير بعض المهارات الحركية.

من خلال الجدول رقم (19) والشكل البياني رقم(19) نجد أن 10 أساتذة ما يقابله %83.33 أكدوا على دور وأهمية الألعاب شبه الرياضية في تعليم وتطوير بعض المهارات الحركية وهذا ما يسمح للتلاميذ بسهولة تعلم بعض المهارات الملقنة أثناء الحصة، في حين نجد أن أستاذين اثنين أكدوا أن هذه الألعاب لا تسمح بتعليم وتطوير بعض المهارات الحركية وهذا راجع لاستعمالهم هذه الألعاب في تنمية وتطوير جوانب أخرى. وهذا ما يتفق معه اللين وديع فرج من قوه: "تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية القدرات البدنية حيث تعمل على تحسين أداء المهارات المتعددة والبسيطة منها والمعقدة، بالإضافة إلى تنمية المهارات الحركية<sup>1</sup>.

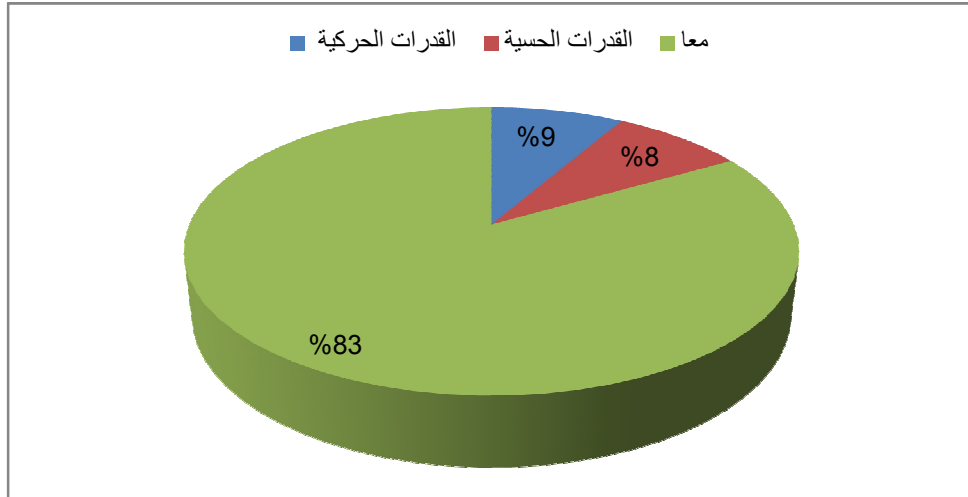
(1) – اللين وديع فرج، جزات ألعاب الكبار والصغار، الناشر منشأة المعارف سنة 1996 ، ص37.

السؤال الخامس: تعمل الألعاب شبه الرياضية على تنمية؟

الهدف منه: معرفة القدرات التي تعمل الألعاب شبه الرياضية على تنميتها.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الاحصائية
القدرات الحركية	01	%08.33	02	0.05	10.98	5.99	دالة
القدرات الحسية	01	%08.33					
معا	10	%83.33					
المجموع	12	%100					

الجدول رقم(20): يبين القدرات التي تعمل الألعاب شبه الرياضية على تنميتها



الشكل البياني رقم(20): يبين القدرات التي تعمل الألعاب شبه الرياضية على تنميتها.

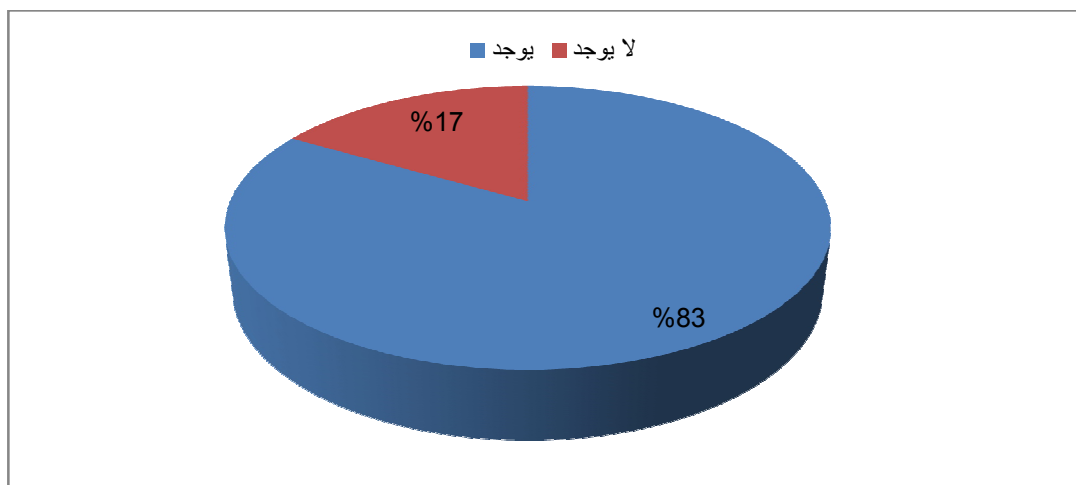
من خلال الجدول رقم (20) والشكل البياني رقم (20) نجد إن 10 أساتذة ما يقابله 83.33 أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية تعمل على تنمية القدرات الحركية والحسية معا وهذا ما يجعلهم سيتعلمونها على تنمية وتطوير هذين الجانبين في حين نجد أستاذ واحد ما يقابله 8.33 % أكد أن هذه الألعاب تعمل على تنمية الجانب الحركي فقط وكذلك أستاذ واحد ما يقابله 8,33 % أكد علي دور هذه الألعاب في تنمية الجانب الحسي فقط وهذا راجع لاستخدامهم لهذه الألعاب واقتصارها على تنمية جانب واحد وهذا ما يخدم ما يعملون علي تطويره حسب التلاميذ الذين بحوزتهم.

5-2-2- عرض ومناقشة الفرضية الثانية:

تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب العاطفي الوجداني لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط  
**السؤال الأول:** هل يوجد تفاعل جماعي بين التلاميذ حين تستعمل الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟  
**الهدف منه:** معرفة إذا كان موجود تفاعل جماعي بين التلاميذ حين تستعمل الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
يوجد	10	83.33%	01	0.05	5.33	3.84	دالة
لا يوجد	02	16.66%					
المجموع	12	100%					

**الجدول رقم (21):** يبين التفاعل الجماعي الموجود بين التلاميذ حين تستعمل الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية



**الشكل البياني رقم (21):** يبين التفاعل الجماعي الموجود بين التلاميذ حين تستعمل الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية

من خلال الجدول رقم (21) والشكل البياني (21) أن عشرة أساتذة ما يقابله 83.33% أكنوا على مساهمة الألعاب الشبة الرياضي في خلق جو من التفاعل بين التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ومساندة بين التلاميذ عندما تستعمل هذه الألعاب، في حين يرى أستاذين اثنين ما يقابله به 16.66% عكس هذا. ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف تربيع ومن خلاله وجدنا كاف تربيع المحسوبة أكبر من كاف تربيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df = 01$  وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة والتي تتجسد في ايجابية 83.33% منهم على دور



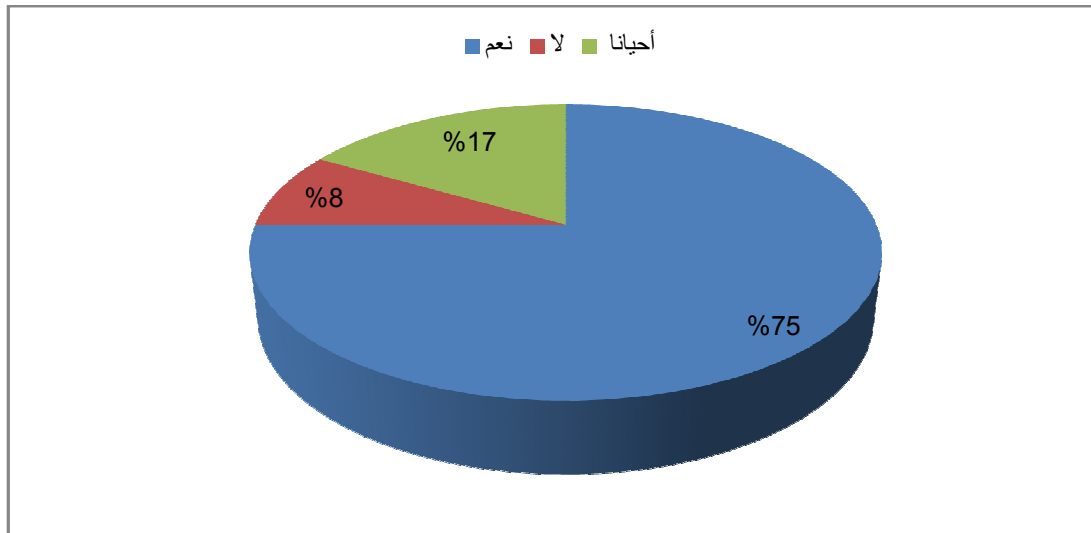
هذه الألعاب في خلق جو من التفاعل بين التلاميذ وتنمية الوعي الجماعي والعلاقات الجماعية التي تؤدي إلى المنافسة والاحتكاك الذي يؤدي إلى النمو التدريجي للروح الجماعية.

**السؤال الثاني:** هل تعتبر أن الألعاب شبه الرياضية مجال مهم في اندماج التلاميذ وتكييفهم مع بعضهم البعض؟

**الهدف منه:** معرفة دور الألعاب السنة الرياضية في اندماج التلاميذ وتكييفهم مع بعضهم البعض.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
نعم	09	%75	02	0.05	8.32	5.99	دالة
لا	01	%08.33					
أحيانا	02	%16.66					
المجموع	12	%100					

**الجدول رقم(22):** يبين دور الألعاب شبه الرياضية في اندماج التلاميذ وتكييفهم مع بعضهم البعض.



**الشكل البياني رقم(22):** يبين دور الألعاب شبه الرياضية في اندماج التلاميذ وتكييفهم مع بعضهم البعض. من خلال الجدول رقم (22) نجد أن تسعة أساتذة ما يقابلهم %75 أكدوا على أن الألعاب شبه الجماعية في اندماج التلاميذ وتكييفهم مع بعضهم مع بعض، في حين يرى أساتذتين ما يقابله %16.66 أن ذلك يحدث أحيانا بينما يرى أستاذ واحد ما يقابله %08.33 أن هذا لا يحدث أبدا.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا كاف تربيعة ومن خلاله وجدنا كاف تربيعة المحسوبة أكبر من كاف تربيعة الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df = 02$  وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة والتي تتجسد في ايجابية %75 منهم على اعتبار الألعاب شبه الرياضية مجال مهم في اندماج التلاميذ وتكييفهم مع بعضهم البعض .

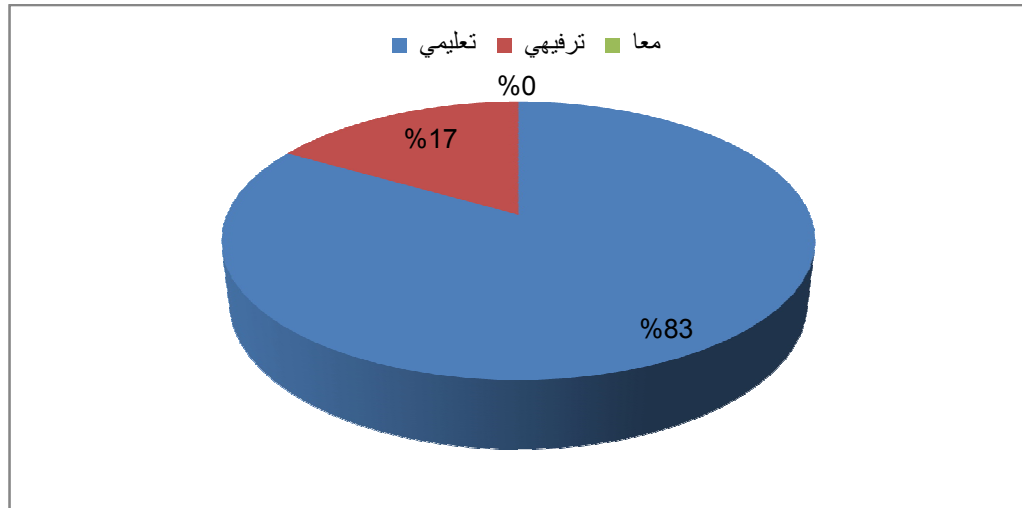
- وهذا ما يتفق معه د. حسيني السيد أبو عبده في تأكيده على دور مدرس التربية الرياضية في توفير الأنشطة والألعاب التي تعمل على تحقيق التوازن الانفعالي والتنفس عن مشاعره من خلال درس التربية البدنية والرياضية<sup>1</sup>.

السؤال الثالث: هل احترام التلاميذ لقواعد الألعاب شبه الرياضية يؤدي الى احترام حقوق الآخرين ونشر الروح الرياضية؟

الهدف منه: معرفة أهمية احترام التلاميذ لقواعد الألعاب شبه الرياضية الذي يؤدي إلى احترام حقوق الآخرين ونشر الروح الرياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الاحصائية
تعليمي	10	%83.33	02	0.05	10.00	5.99	دالة
ترفيهي	02	%16.66					
معا	00	%00					
المجموع	12	%100					

الجدول رقم(23): يبين أهمية احترام التلاميذ لقواعد الألعاب شبه الرياضية الذي يؤدي إلى احترام حقوق الآخرين ونشر الروح الرياضية.



الشكل البياني رقم(23): يبين أهمية احترام التلاميذ لقواعد الألعاب شبه الرياضية الذي يؤدي إلى احترام حقوق الآخرين ونشر الروح الرياضية.

(1) حسين السيد أبو عبده، أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، مكتبة الإشعاع الفني، مصر، سنة 2002، ص157.

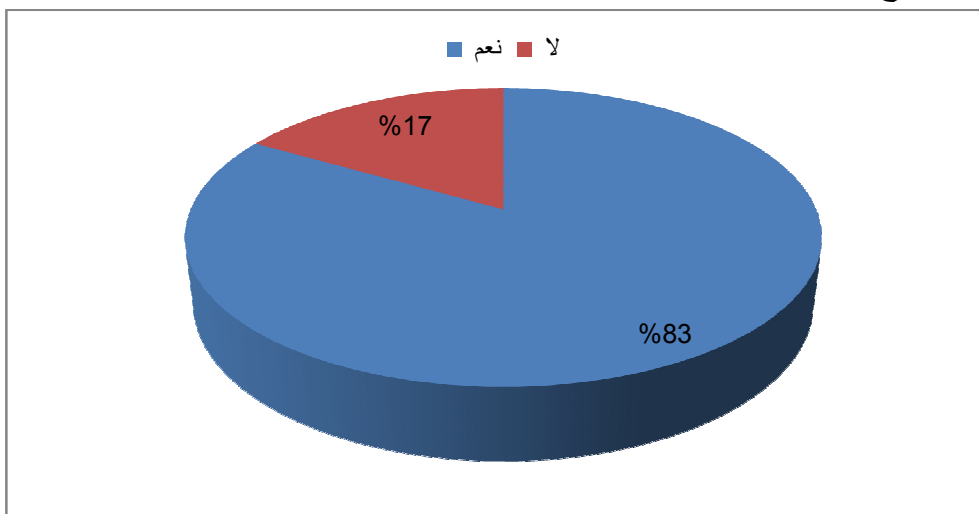
من خلال الجدول رقم (23) والشكل البياني رقم (23) نجد أن عشرة أساتذة ما يقابلها 83.33% أكدوا أن احترام التلاميذ لقواعد الألعاب شبه الرياضية يؤدي بهم حتماً إلى احترام حقوق الآخرين ونشر الروح الرياضية، في حين يرى أستاذين اثنين ما يقابله أن ذلك يحدث أحياناً، في حين لم نجد أي أستاذ يؤكد عكس هذا. ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف تربيع ومن خلاله وجدنا كاف تربيع المحسوبة أكبر من كاف تربيع المجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df = 02$  وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية من إجابات الأساتذة والتي تتجسد في إيجابية 83.33% منه على أن احترام التلميذ لقواعد الألعاب شبه الرياضية يؤدي بهم حتماً إلى احترام حقوق الآخرين ونشر الروح الرياضية. فالألعاب شبه الرياضية تهئ التلميذ اجتماعياً وتحقق اتزان عاطفي وانفعالي فالتلميذ يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين، ومن خلال توجيه الأساتذة وإرشادهم لهم يكتسب التلاميذ معايير السلوك السوي، حيث يتعلمون الصواب والخطأ والحق والواجب.

**السؤال الرابع:** حسب رأيك هل الألعاب شبه الرياضية تجعل التلميذ يتفاعل معها بسهولة وتشعره بالراحة النفسية والسعادة والمرح؟

**الهدف منه:** معرفة أهمية الألعاب شبه الرياضية في جعل التلاميذ يتفاعلون معها بسهولة وتشعرهم بالراحة النفسية والسعادة والمرح.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	10	83.33%
لا	02	16.66%
المجموع	12	100%

**الجدول رقم (24):** بين أهمية الألعاب شبه الرياضية في جعل التلاميذ يتفاعلون معها بسهولة وتشعرهم بالراحة النفسية والسعادة والمرح.



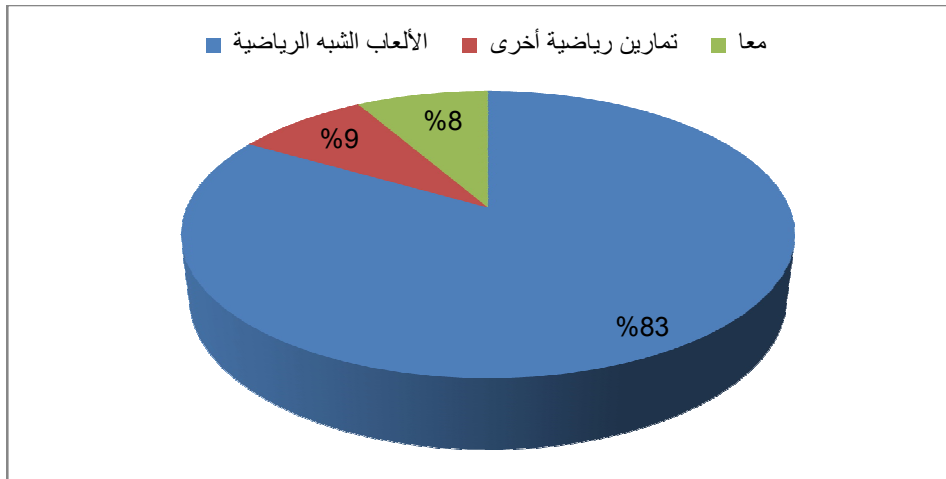
**الشكل البياني رقم (24):** بين أهمية الألعاب شبه الرياضية في جعل التلاميذ يتفاعلون معها بسهولة وتشعرهم بالراحة النفسية والسعادة والمرح.

من خلال الجدول رقم (24) والشكل البياني رقم (24) نجد أن عشرة أساتذة ما يقابله 83.33% أكدوا أن الألعاب شبه رياضية، تجعل التلميذ يتفاعل معها بسهولة وتشعره بالراحة النفسية، في حين يرى أستاذين عكس ذلك ما يقابله 16.66%. وهذا راجع إلى ميزة الألعاب شبه الرياضية في تطوري الأداء النفسي، الذهني، الحركي، وتعمل على التنسيق بين الجهاز العضلي والعصبية ويستنتج عن هذا أداء صحيح ومنسجم اثر نفسي وهذا ما يؤكد الأجهزة وتطورها بالإضافة إلى تسمية العمل وتنظيم الأعصاب العضلية القانون والمنافس لضمان السير الحسن لمدة الألعاب، وكذا يمكن من الاطلاع التدريجي على تمارين وخصائص الألعاب الجماعية<sup>1</sup>

**السؤال الخامس :** أيها أفضل في تنمية الجانب العاطفي الوجداني لدى السنة الثالثة من التعليم المتوسط **الهدف منه:** معرفة أيهما أفضل في تنمية الجانب العاطفي الوجداني.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
الألعاب شبه الرياضية	10	83.33%	02	0.05	10.98	5.99	دالة
تمارين رياضية أخرى	01	8.33%					
معا	01	8.33%					
المجموع	12	100%					

الجدول رقم (25): يبين الطريقة الأفضل في تنمية الجانب العاطفي الوجداني



الشكل البياني رقم (25): يبين الطريقة الأفضل في تنمية الجانب العاطفي الوجداني.

من خلال الجدول رقم (25) والشكل البياني رقم (25) نجد أن عشرة أساتذة ما يقابله 83.33% أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية أفضل وسيلة لتنمية الجانب العاطفي الوجداني لدى التلاميذ، في حين يرى أستاذ آخر ما يقابله

<sup>(1)</sup>Babaghayou Mohamed-L enseignement de football en milieu scolaire-initiation et pratique par le jeu-juin 1987, p5.

08.33% أن التمارين الرياضية الأخرى هي الوسيلة الأفضل، كما يرى أستاذ آخر ما يقابله 08.33% أن أفضل وسيلة هي الجمع بين الألعاب شبه الرياضية والتمارين الرياضية الأخرى. ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف تربيع وجدنا كاف تربيع المحسوبة أكبر من كاف تربيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df = 02$  وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية من إجابات الأساتذة والتي تتجسد في ايجابية 83.3% منهم على اعتبار الألعاب شبه الرياضية هي وسيلة الأفضل لتنمية الجانب العاطفي والوجداني لدى التلاميذ. وهذا ما أكده عبد الحميد شرف في قوله "على أنها العاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة في أداءها فتمد لصاحبها البهجة والسرور وفي نفس الوقت لا تحتوي على مهارات حركية معقدة والقوانين التي تحكمها تتميز بالمرونة والبساطة"<sup>1</sup>.

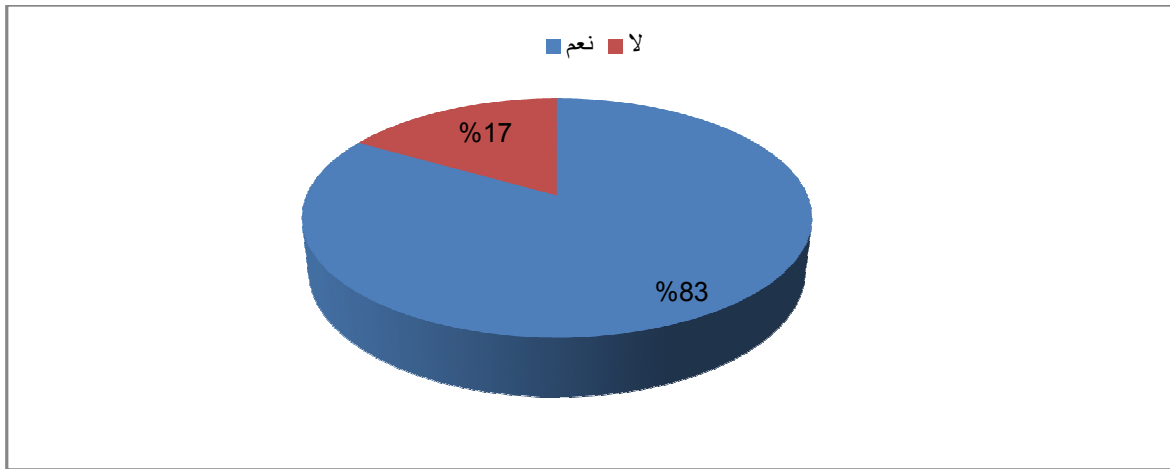
<sup>(1)</sup> عبد الحميد لشرف، التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومستجدي الإعاقة، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الثانية، 2005م، القاهرة، مصر، ص147.

5-2-3- عرض ومناقشة الفرضية الثالثة:

تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب المعرفي لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.  
**السؤال الأول:** حسب رأيك هل الألعاب شبه الرياضية تولد التلاميذ الاهتمام بتعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟  
**الهدف منه:** معرفة إن كانت الألعاب شبه الرياضية تولد عن التلاميذ الاهتمام لتعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية والرياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
نعم	10	%83.33	01	0.05	5.33	3.84	دالة
لا	02	%16.66					
المجموع	12	%100					

**الجدول رقم(26):** يبين إن كانت الألعاب شبه الرياضية تولد عن التلاميذ الاهتمام للمتعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية .



**الشكل البياني رقم(26):** يبين إن كانت الألعاب شبه الرياضية تولد عن التلاميذ الاهتمام للمتعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية

من خلال الجدول رقم(26) والشكل البياني رقم(26) نجد أن عشرة أساتذة ما يقابله %83.33 أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية، تولد عند التلاميذ الاهتمام بتعلم مختلف النشاطات الرياضية، في حين نجد أستاذين اثنين ما يقابله %16.66 أكدوا أن هذا لا يحدث.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف تربيع ومن خلاله وجدنا كاف تربيع المحسوبة أكبر من كاف تربيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df = 01$  وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية من إجابات الأساتذة والتي تتجسد في إيجابية %83.33 منهم على اعتبار الألعاب شبه الرياضية تولد عند التلميذ الاهتمام بتعلم مختلف النشاطات الرياضية، وهذا ما يؤكد عبد الحميد

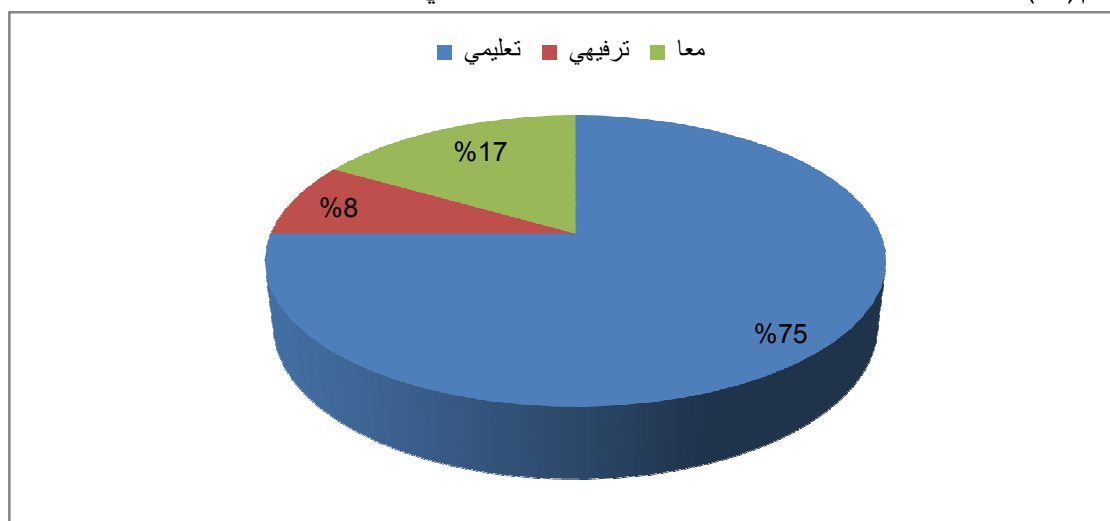
شرف في قوله "إن الألعاب شبه الرياضية لا تتطلب عند ممارستها قوانين وقواعد تنظيمية معقدة مثل، عدد اللاعبين، ومواصفات، الأدوات المستخدمين كما تتصف بالمرح والسرور والحيوية، لوجود عامل المنافسة وهذا ما يجعل التلميذ يتعلق بها"<sup>1</sup>.

**السؤال الثاني:** ما هو الغرض من استعمال الألعاب شبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية؟

**الهدف منه:** معرفة الغرض من استعمال الألعاب شبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
تعليمي	09	%75	02	0.05	8.32	5.99	دالة
ترفيهي	01	%8.33					
معا	02	%16.66					
المجموع	12	%100					

**الجدول رقم (27):** يبين الغرض من استعمال الألعاب شبه رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية.



**الشكل البياني رقم (27):** يبين الغرض من استعمال الألعاب شبه رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية. من خلال الجدول رقم (27) والشكل رقم (27) فنجد أن تسعة أساتذة ما يقابله %75 أكدوا أن الغرض من استخدام الألعاب شبه الرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية هو غرض تعليمي، بينما يرى أستاذ واحد ما يقابله %8.33 أن الغرض ترفيهي، بينما يرى أستاذين اثنين ما يقابله %16.66 أن الغرض هو غرض تعليمي ترفيهي.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف تربيع ومن خلاله وجدنا كاف تربيع المحسوبة أكبر من كاف تربيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df = 02$  وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية من إجابات الأساتذة والتي تتجسد في إجابة %75 منهم على أن الغرض من

(1) عبد الحميد شرف، التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعانة، مركز الكتاب للنشر - الطبعة الثانية- 2005م-

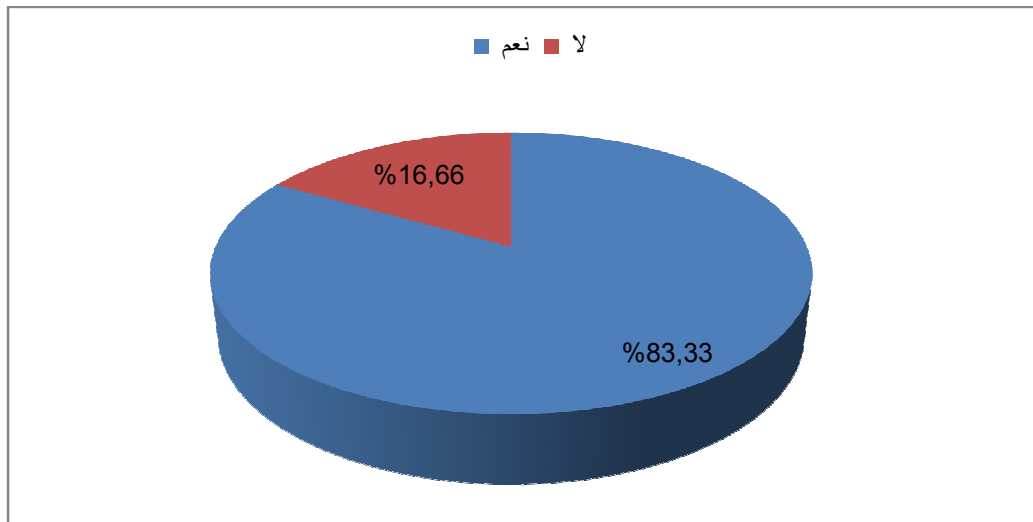
استخدام الألعاب شبه الرياضية هو غرض تعليمي، حيث يشعر التلميذ من خلالها أن لكل واحد منهم قيمته الخاصة ودوره المتميز خلال اللعب.

**السؤال الثالث:** هل الألعاب شبه الرياضية تساعد التلاميذ على التخيل والتفكير لإيجاد الحلول المناسبة خلال اللعب؟

**الهدف منه:** معرفة إن كانت الألعاب شبه الرياضية تساعد التلاميذ على التخيل والتفكير لإيجاد الحلول المناسبة خلال اللعب.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	10	83.33%
لا	02	16.66%
المجموع	12	100%

**الجدول رقم(28):** يبين إن كانت الألعاب شبه الرياضية تساعد التلاميذ على التخيل والتفكير لإيجاد الحلول المناسبة خلال اللعب.



**الشكل البياني رقم(28):** يبين إن كانت الألعاب شبه الرياضية تساعد التلاميذ على التخيل والتفكير لإيجاد الحلول المناسبة خلال اللعب.

من خلال رقم (28) والشكل البياني (28) نجد أن عشرة أساتذة ما يقابله 83.33% أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية تساعد التلاميذ علي التفكير لإيجاد الحلول المناسبة خلال اللعب، في حين أكد أساتذتين ما يقابله 16.66% عكس ذلك، وهذا راجع لاستعمال هؤلاء الأساتذة هذه الألعاب لأغراض أخرى.

فالألعاب شبه الرياضية توفر جوا من الحماس والحرية في الأداء الذي يؤدي إلى اكتساب التلميذ الثقة بنفسه تجعله لا يتردد في اتخاذ القرار السليم والتعرف بسرعة في وقت قصير من الزمن.

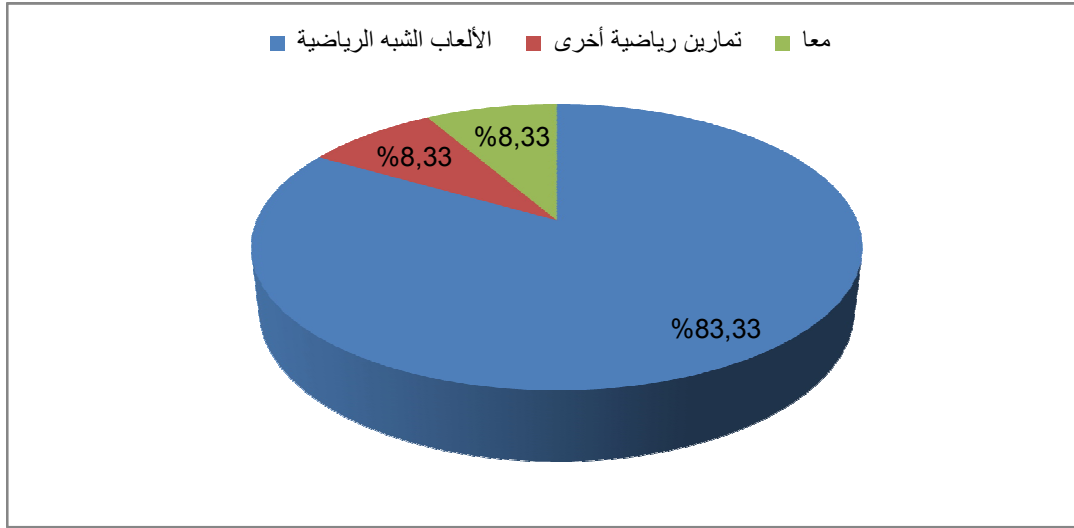


السؤال الرابع: حسب رأيك أيها أفضل في تنمية الجانب المعرفي للتلميذ؟

الهدف منه: معرفة الطريقة الأفضل لتنمية الجانب المعرفي للتلميذ

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية %	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا <sup>2</sup> الجدولة	الدلالة الإحصائية
الألعاب شبه الرياضية	10	%83.33	02	0.05	10.98	5.99	دالة
تمارين رياضية أخرى	01	%08.33					
معا	01	%08.33					
المجموع	12	%100					

الجدول رقم(29): يبين الطريقة الأفضل لتنمية الجانب المعرفي للتلاميذ:



الشكل البياني رقم(29): يبين الطريقة الأفضل لتنمية الجانب المعرفي للتلاميذ.

من خلال الجدول رقم (29) والشكل البياني رقم (29) نجد أن عشرة أساتذة ما يقابله %83.33 أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية هي الوسيلة الأفضل لتنمية المعرفي للتلميذ، وفي حين يرى أستاذ آخر ما يقابله %08.33 أن التمرينات الرياضية الأخرى هي الوسيلة الأفضل، بينما يرى أستاذ آخر أن الوسيلة الأفضل في تنمية الجانب المعرفي هي الجمع بين الألعاب شبه الرياضية والتمرينات الرياضية الأخرى.

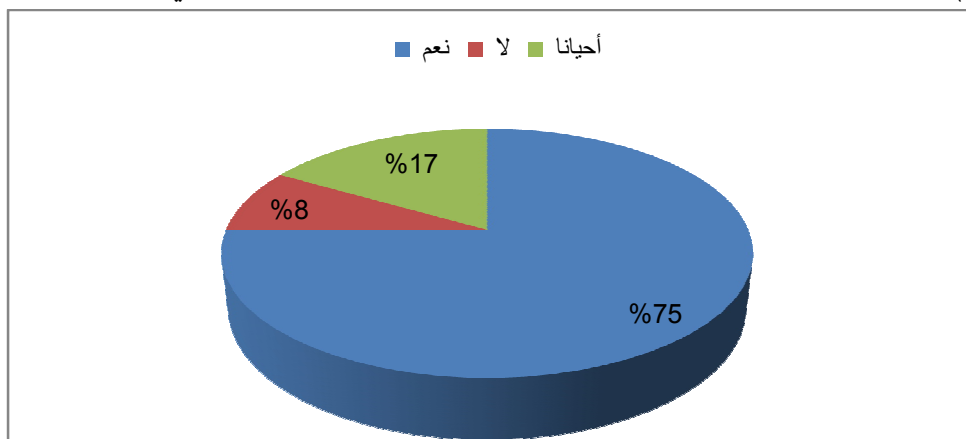
ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين التكرارات استخدمنا قانون كاف تربيع ومن خلاله وجدنا كاف تربيع المحسوبة أكبر من كاف تربيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة الحرية  $df = 02$  وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية من إجابات الأساتذة والتي تتجسد في ايجابية %83.33 منهم على أن الوسيلة الأفضل لتنمية الجانب المعرفي للتلميذ هي الألعاب شبه الرياضية .

فالألعاب شبه الرياضية لها تأثير متميز وممتع وهادف واضفاء على الحصاة نوعا من الحيوية من خلال النظام الجيد والتوزيع الجيد لخدمة الهدف المسطر.

**السؤال الخامس:** هل الألعاب شبه رياضية تساعد التلاميذ على تطوير السرعة في التصرف و اتخاذ القرار؟  
**الهدف منه:** معرفة إن كانت الألعاب شبه رياضية تساعد التلاميذ على تطوير السرعة في التصرف واتخاذ القرار.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	كا المجدولة	الدلالة الإحصائية
نعم	09	%75	02	0.05	8.32	5.99	دالة
لا	01	%8.33					
أحيانا	02	%16.66					
المجموع	12	%100					

**الجدول رقم(30):** يبين مساعدة الألعاب شبه رياضية للتلاميذ على تطوير السرعة في التصرف واتخاذ القرار.



**الشكل البياني رقم(30):** يبين مساعدة الألعاب شبه رياضية للتلاميذ على تطوير السرعة في التصرف واتخاذ القرار.

من خلال الجدول رقم(30) والشكل البياني رقم(30) نجد أن تسعة أساتذة ما يقابله %75 أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية تساعد التلاميذ على تطوير السرعة في التصرف واتخاذ القرار بينما يرى أستاذين اثنين ما يقابله %16.66 أن ذلك يحدث أحيانا، بينما يرى أستاذاً آخر ما يقابله %8.33 عكس ذلك تماماً. وهذا راجع إما إلى أسلوب الأستاذ وخبرته و طريقته التعليمية المعتمدة و عدم معرفته بجوهر الألعاب شبه الرياضية.

ولمحاولة إيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية استخدمنا قانون كاف تربيع ومن خلاله وجدنا كاف تربيع المحسوبة أكبر من كاف تربيع الجدولة عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0.05$  ودرجة  $df = 02$ . وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الأساتذة والتي تتجسد في إجابة %75 منهم على دور وأهمية الألعاب شبه في تطوير السرعة في التصرف واتخاذ القرار. وهذا ما يتفق مع قول **حسين السيد أبو عبده** في قوله "تعتبر الألعاب شبه الرياضية القاعدة العامة في بناء وتقديم الفرد المراهق في مجال الأنشطة المختلفة وتشمل القدرات البدنية على عناصر التحمل والقوة العضلية والسرعة والرشاقة والمرونة والدقة و التوازن وعلى تحسين القدرة البدنية على تحسين أداء المهارات الحركية وتعلم مهارات جديدة"<sup>1</sup>

(1) حسين السيد أبو عبده، أساسيات تدريس التربية الحركية والبدنية، مكتبة الإشعاع الفني، مصر سنة 2002، ص157.

### 3-5- مقارنة النتائج بالفرضيات:

من خلال لموضوع الألعاب شبه الرياضية ومدى تأثيرها في إنجاح حصة التربية البدنية والرياضية وكذلك دورها في تنمية الجوانب الحسية الحركية والعاطفية الوجدانية والمعرفية ومن خلال دراستنا الميدانية التي أجريناها بمتوسطات مدينة خميس مليانة وبعد قراءة الجداول والتحليل الإحصائي المتحصل عليه استطعنا الوصول إلى المعطيات التالية:

**1-3-5- الفرضية الأولى:** تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

نلاحظ من خلال الجدول رقم (03) أن هناك فرق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى إذ بلغت قيمة كاف تربيع المحسوبة 10,52 وهي أكبر من كاف تربيع الجدولة 5,99 وهذا عند مستوي الدلالة  $\alpha=0,05$  ودرجة الحرية  $df=02$  وهذا يعني أن التلاميذ أكدوا علي اكتسابهم لمهارات حركية وهذا عند ممارستهم للألعاب شبه الرياضية وهذا ما تعكسه نسبة 42,4% من إجاباتهم.

ومن خلال الجدول رقم (05) نجد أن نسبة 86% من التلاميذ أكدوا أن ما اكتسبوه من مهارات حركية كان مصدره الألعاب شبه الرياضية.

ومن خلال الجدول رقم (16) نجد أن هناك فرق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى إذ بلغت قيمة كاف تربيع المحسوبة 8,32 وهي أكبر من قيمة كاف تربيع الجدولة 5,99 وهذا عند مستوي الدلالة  $\alpha=0,05$  ودرجة الحرية  $df=02$  وهذا يعني أن الأساتذة أكدوا الألعاب شبه الرياضية هي الوسيلة الأفضل التي تساعد الطفل علي اكتساب صفات حركية جديدة وهذا ما تعكسه نسبة 75% من إجاباتهم.

ومن خلال الجدول رقم (20) نجد أن نسبة 83,33% من الأساتذة أكدوا الألعاب شبه الرياضية تعمل علي تنمية القدرات الحركية والحسية معا.

انطلاقاً من مختلف هذه القراءات واستناداً إلي النتائج المتحصل عليها في الجداول السابقة الذكر والمؤكدة بطريقة إحصائية فإنها تفيد بأن الألعاب شبه الرياضية تساهم في تنمية الجانب الحسي الحركي لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

وهذا ما يتفق معه الدكتور **حسن السيد أبو عبده** في قوله "وقد يمل التلاميذ من التمرينات البدنية بطابعها التقليدي المميز وهنا يلجأ المدرس إلي الألعاب شبه الرياضية لتنمية بعض عناصر اللياقة البدنية".<sup>1</sup> وكذلك الدكتور **اللين وديع فرج** في قوله "تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية القدرات البدنية حيث تعمل علي تحسين أداء المهارات المتعددة والبسيطة منها والمعقدة، بالإضافة إلي تنمية المهارات الحركية".<sup>2</sup> ومن خلال كل هذا تأتي هذه النتائج لتؤكد توقعات الباحث وعليه نستطيع أخذ القرار بأن الفرضية الأولى تحققت.

(1) نفس المرجع، ص 109.

(2) اللين وديع فرج، مرجع سابق، ص 290.

5-3-2- الفرضية الثانية: تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب العاطفي الوجداني لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

نلاحظ من خلال الجدول رقم (08) أن هناك فرق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى إذ بلغت قيمة كاف تربيع المحسوبة 11,52 وهي أكبر من كاف تربيع الجدولة 5,99 وهذا عند مستوي الدلالة  $\alpha=0,05$  ودرجة الحرية  $df=02$  وهذا يعني أن التلاميذ أكدوا علي بذلهم مجهودا من أجل مصلحة الفريق خلال ممارستهم للألعاب شبه الرياضية وهذا ما تعكسه نسبة 42.5% من إجاباتهم.

ومن خلال الجدول رقم(09) نجد أن نسبة 60% من التلاميذ أكدوا أنهم لا يفقدون هدوءهم ولا ينفعلون عندما يصادفهم موقف حرج أثناء الألعاب شبه الرياضية.

ومن خلال الجدول رقم (21) نجد أن هناك فرق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى إذ بلغت قيمة كاف تربيع المحسوبة 5,33 وهي أكبر من قيمة كاف تربيع الجدولة 3.84 وهذا عند مستوي الدلالة  $\alpha=0,05$  ودرجة الحرية  $df=01$  وهذا يعني أن الأساتذة أكدوا علي وجود تفاعل جماعي بين التلاميذ حين تستعمل الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

ومن خلال الجدول رقم(24) نجد أن نسبة 83,33% من الأساتذة أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية تعمل علي جعل التلميذ يتفاعل معها بسهولة وتشعره بالراحة النفسية والسعادة والمرح.

انطلاقا من مختلف هذه القراءات واستنادا إلي النتائج المتحصل عليها في الجداول السابقة الذكر والمؤكدة بطريقة إحصائية فإنها تفيد بأن الألعاب شبه الرياضية تساهم في تنمية الجانب العاطفي الوجداني لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

وهذا ما يتفق معه **حسن السيد أبو عبده** ويدعمه في قوله "أن من قيم وأغراض الألعاب الصغرى التفاعل الاجتماعي والذي يكتسب من خلاله الأفراد مهارات التعامل مع الحياة واحترام وتقدير الآخرين وتقبل القيم الاجتماعية كالتعاون والصداقة والإيثار".<sup>1</sup>

وكذلك الرائد في علم النفس **أوجليفي** في قوله "أن للألعاب شبه الرياضية دور كبير في اكتساب مستوي رفيع من الكفاءات النفسية المرغوبة"<sup>2</sup> مثل:

-الثقة بالنفس -الاتزان الانفعالي - التحكم في ضبط النفس -انخفاض التوتر -التخلص من السلوكيات العدوانية.

من خلال كل هذا تأتي هذه النتائج لتؤكد توقعات الباحث وعليه نستطيع أخذ القرار بأن الفرضية الثانية تحققت.

(1) حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص20.

(2) Anonyme. Http://al.habia 7.moktoobblog.com

5-3-3- الفرضية الثالثة: تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب المعرفي لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

نلاحظ من خلال الجدول رقم (12) أن هناك فرق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى إذ بلغت قيمة كاف تربيع المحسوبة 11,45 وهي أكبر من كاف تربيع الجدولة 5,99 وهذا عند مستوى الدلالة  $\alpha = 0,05$  ودرجة الحرية  $df=02$  وهذا يعني أن التلاميذ أكدوا علي أن الألعاب شبه الرياضية تساهم في تنمية وتطوير قدراتهم المعرفية الخاصة بقوانين مختلف الألعاب الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية وهذا ماتعكسه نسبة 41,5 من إجاباتهم.

ومن خلال الجدول رقم(13) نجد أن نسبة 80% من التلاميذ أكدوا أن الألعاب شبه الرياضية تساعدهم علي التخيل والتفكير واتخاذ القرارات بأقصى سرعة أثناء اللعب.

ومن خلال الجدول رقم(27) نجد أن هناك فرق ذات دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى إذ بلغت قيمة كاف تربيع المحسوبة 8,32 وهي أكبر من قيمة كاف تربيع الجدولة 5.99 وهذا عند مستوى الدلالة  $\alpha=0,05$  ودرجة الحرية  $df=02$  وهذا يعني أن الأساتذة أكدوا الغرض من استعمال الألعاب شبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية هو غرض تعليمي وهذا ما تعكسه نسبة 75% من إجاباتهم.

ومن خلال الجدول رقم(29) نجد أن نسبة 83,33% من الأساتذة أكدوا الألعاب شبه الرياضية هي الوسيلة الأفضل لتنمية الجانب المعرفي للتلاميذ.

انطلاقاً من مختلف هذه القراءات واستناداً إلي النتائج المتحصل عليها في الجداول السابقة الذكر والمؤكدة بطريقة إحصائية فإنها تفيد بأن الألعاب شبه الرياضية تساهم في تنمية الجانب المعرفي لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

وهذا ما تتفق معه دراسات "أدريشي" و"بايلي" عن "وجود علاقة بين ارتفاع الذكاء والنمو الجسمي الأفضل منذ الطفولة المبكرة وحتى نهاية المراهقة بسبب عدة متغيرات منها التغذية وممارسة النشاط الحركي"<sup>1</sup> وكذلك الباحث وفاء أحمد في قوله "إن الألعاب شبه الرياضية تعد من أبرز مكونات البيئة الغنية التي تساعد علي إحداث تغيير مرغوب في سلوك الأطفال وفي طرائق تفكيرهم".<sup>2</sup>

ومن خلال كل هذا تأتي هذه النتائج لتؤكد توقعات الباحث وعليه نستطيع أخذ القرار بأن الفرضية الثالثة تحققت.

(1) محمد الحماحي، د عبادة عبد العزيز مصطفى، "الترويج بين النظريين والتطبيق"، مركز الكتاب للنشر ط 3، مصر القاهرة، سنة 2004، ص57.

(2) Anonyme. Http://al.habia 7.moktoobblog.com

### استنتاج عام:

إن الهدف المراد الوصول إليه هو معرفة ما إذا كانت الألعاب شبه الرياضية تلعب دورا في إنجاز حصة التربية البدنية والرياضية، وما يمكن استنتاجه من تصفح نتائج هذا الاستبيان أن الأساتذة يدرجون فعلا وبشكل جدي الألعاب شبه الرياضية ضمن حصص التربية البدنية والرياضية وذلك لوعيهم وإدراكهم لأهمية مثل هذه الألعاب في التأثير على النمو البدني والنفسي ، والنفسي الحركي والنمو الاجتماعي والمعرفي ولما لها من فوائد في إزالة وتفريغ الضغوطات والشحنات النفسية للتلاميذ.

كذلك استنتجنا من خلال نتائج البحث إلى أن اللعب شبه الرياضي يكتسي أهمية كبيرة ، حيث أصبح من أهم الطرق التي تساعد الأساتذة على تحقيق جملة من الأهداف التي تسعى إليها حصص التربية البدنية والرياضية، وذلك انطلاقا من التأثير على التلميذ من جميع الجوانب : الاجتماعي العاطفي ، والمعرفي والجانب الحسي الحركي.

وقد أثبتت الدراسة أن الألعاب شبه الرياضية لها دور ايجابي في تحسين السلوك الحسي للطفل كما يعمل على تكوين خبرات حركية أولية تساهم في سرعة استيعاب المهارات الحركية وذلك بتنمية عملية الإحساس والعمل على اكتساب القدرات البدنية والصفات الحركية مما يؤدي إلى تحسين الأداء الحركي وكذلك عملية اندماجه في المجموعة واكتسابه جانب معرفي مهم في المجال الرياضي.

ومن خلال هذا نجد أن الفرضية العامة للبحث قد تحققت والتي جاءت كما يلي:

- تساهم الألعاب شبه الرياضية في إنجاز حصة التربية البدنية والرياضية لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

وكذلك تحققت الفرضيات الجزئية والتي جاءت كما يلي:

- تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

- تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب العاطفي الوجداني لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

- تساهم الألعاب شبه الرياضية في تنمية الجانب المعرفي لدي تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

– الاقتراحات والتوصيات:

- لقد أنهينا بحثنا المتواضع بحمد الله تعالى وشكره والذي نود أن نختمه بجملة من التوصيات والاقتراحات التي من شأنها أن تثري البحوث، والتي إذا ما أخذت بعين الاعتبار فإنها تعود بالفائدة على مجالات التربية البدنية والرياضية بصفة عامة وعلى الألعاب شبه الرياضية بصفة خاصة وهي كما يلي:
- توعية التلاميذ بأن الألعاب شبه الرياضية وسيلة تربوية بالدرجة الأولى وإنها تعود بالفائدة على التلاميذ سواء من الناحية النفسية أو الاجتماعية أو البدنية.
  - يجب التركيز على الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لأنها تساعد التلميذ على تحسين حالته النفسية ودماجه مع زملائه من التلاميذ.
  - إعطائها الأهمية الكاملة واعتبارها جزء لا يتجزأ من حصة التربية البدنية والرياضية.
  - ضرورة التحفيز للتلاميذ وخلق جو التعاون والاحترام من طرف أستاذ التربية البدنية.
  - التنوع في الأنشطة المختلفة للألعاب شبه الرياضية قصد تزويد التلاميذ بقوانين وخطط ووسائل وطرق أداء هذه الألعاب من طرف الأستاذ.
  - ضرورة تحسيس الأساتذة بأهمية الألعاب الجماعية في تكوين شخصية التلاميذ وتحسين قدراتهم النفسية والاجتماعية .
  - احترام رغبات وآراء التلاميذ أثناء اللعب.
  - برمجة دروس نظرية للتلاميذ فيما يخص الألعاب شبه الرياضية قصد الارتقاء بمستوى النشاط البدني الرياضي.
  - تهيئة الأماكن والوسائل الكافية لممارسة الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية أمر ضروري لتحقيق أهدافها.
  - زيادة في عدد وزمن الألعاب شبه الرياضية لإتاحة الوقت الكافي لممارستها.
  - تركيز الأساتذة على الجانب النفسي والحالة الاجتماعية أثناء التعامل مع التلاميذ.
  - التمكن من كيفية استعمال الألعاب شبه الرياضية بمراعاة هدف كل حصة.
  - ضرورة التحفيز لتلاميذ الفوج الواحد وخلق جو التعاون يكون عن طريق الألعاب شبه الرياضية.
  - من المستحسن أن تكون حصة التربية البدنية والرياضية غنية بالألعاب شبه الرياضية باستعمال أكثر من لعبة خلال الدرس.

الخطبة



### خاتمة:

من خلال الدراسة التي قمنا بها حاولنا إظهار دور الألعاب شبه الرياضية في إنجاح حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط، والتي تمثل مرحلة المراهقة المتوسطة، وهي مرحلة حساسة وتعد مرحلة ضعف بالنسبة للفرد يحتاج فيها وبشكل دائم إلى رعاية وعناية في كافة شؤونه سواء النفسية أو البدنية أو الاجتماعية كما أن الطفل الذي يعيش حياة مضطربة خالية من الترفيه والترفيه غالباً ما تؤثر في شخصيته، ونظراً لطبيعة شخصية الطفل فإنه ليس من السهل على الأستاذ التعامل معه أثناء حصة التربية البدنية والرياضية، وهذا جعلنا نفكر في نشاط يدمج الطفل بسرعة مع أقرانه ويصل به إلى تطوير قدراته النفسية، فكانت الفكرة الأساسية هي الألعاب شبه الرياضية والتي تعتبر من الأنشطة الفعالة التي تخدم المراهق وبشكل كبير، حيث توفر للتلاميذ جو من الحماس والنشاط والتعاون والتماسك في الحصة، هذا ما يؤدي إلى إشباع حاجاتهم ورغباتهم النفسية وتساعدهم على التخلص من الانفعالات وتدمجهم اجتماعياً فاللعبة تعتبر من أبسط الوسائل التربوية الهادفة فعلاً فالألعاب شبه الرياضية لها طابع ترفيهي تنافسي الأمر الذي يؤدي إلى اهتمام التلاميذ بالتعلم والاكساب دون الشعور بالملل.

وفي الأخير لا يسعنا إلا أن نقول أن الألعاب شبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية ليست نشاط ترفيهي أو استعراضي فحسب بل إنها نشاط تربوي يهدف إلى تحقيق أهداف جوهرية وذلك إذا توفرت له الشروط والوسائل اللازمة.

وفي الأخير، يمك القول أن هذا الموضوع بقدر ما كان شيقاً كان واسعاً جداً، وأن كل ما بذلناه من جهد وكل مساهمتنا بدت ضئيلة، لكن هذا لا يمنعنا من القول أننا أخلصنا فيه وكانت غايتنا في ذلك إبراز دور الألعاب شبه الرياضية في إنجاح حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط، ونرجو أن تكون هذه الخاتمة بمثابة مقدمة لدراسات أخرى في المستقبل.

# المراجع والمصادر

## المراجع والمصادر:

- من القرآن الكريم:

سورة العلق: الآية (01-05)

- باللغة العربية:

### 1- الكتب:

- 1) أكرم زاكي خطيبية: المناهج المعاصرة في التربية الرياضية، ط1، دار الفكر، عمان، 1997.
- 2) ألبولينسكايا : مدخل إلى علم النفس، ترجمة بدر الدين عامر، منشورات وزارة الثقافة والإرشاد القومي، دمشق.
- 3) أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1996.
- 4) أمين أنور الخولي، جمال الشافعي: مناهج التربية المعاصرة، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 2005.
- 5) أمين تنور الخولي - محمد عبد الفتاح عنان - دعنان درويش جلول، التربية الرياضية المدرسة دليل المعلم الفاصل والطالب التربية العلمية، دار الفكر العربي، ط 4 القاهرة، سنة 1998.
- 6) بسطيوسي محمد بسطيوسي: أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، مصر، 1996، ط1.
- 7) بشير صالح الرشدي، "مناهج البحث التربوي"، ط 1، كلية التربية، جامعة الكويت، 2000.
- 8) البهي فؤاد السيد: الأسس النفسية للنمو، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة، 1975.
- 9) تشارلي بيوكي، ترجمة حسن عوض، كمال صلاح عبده، أسس التربية البدنية، دار الفكر العربي، مصر، 1990.
- 10) تهاني عبد السلام محمد، الترويح و التربية الترويحية، دار الفكر العربي، الطبعة 1، 2001.
- 11) حسان حلاق: طرائق ومناهج التدريس، دار النهضة العربية، ط1، لبنان، 2006.
- 12) حسن السيد أبو عبده، أساسيات تدريس التربية البدنية و الحركية، مكتبة الإشعاع، الإسكندرية مصر، طبعة 2002 .
- 13) حسين أحمد الشافعي ورضوان أحمد مرسلي، "مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية"، منشأة المعارف، الإسكندرية، دون سنة.
- 14) حسين عبد الحميد أحمد رشوان: العلم والتعليم والمعلم من منظور علم الاجتماع، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2006.
- 15) حسين عبد الحميد رشوان، " من مناهج العلوم"، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، مصر، 2003.
- 16) خليل ميخائيل عوض: مشكلات المراهقة في المدن والريف، دار المعارف، مصر، 1971.
- 17) رشيد زرواش، "مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية"، ط 1، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر، 2007.
- 18) رمضان محمد القذافي: علم نفس الطفولة والمراهقة، المكتبة الجامعية الحديثة، الإسكندرية.
- 19) سامي محمد ملحم، علم النفس النمو، دار الفكر عمان، الأردن، طبعة 1، 2004.

- 20) سعد مرسي أحمد وكوثر كوجك : تربية الطفل قبل المدرسة، عالم الكتب، القاهرة، 1983.
- 21) سوزانا ميلر : سيكولوجية اللعب، ترجمة حسن عيسى، عالم المعرفة، الكويت، 1987.
- 22) عبد الحميد شرف، التربية الرياضية و الحركية للأطفال الأسوياء و متحدي الإعاقة، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الثانية، 2005 القاهرة، مصر.
- 23) عبد الرحمان الوافي، وزيان سعيد: النمو من الطفولة إلى المراهقة، الخنساء للنشر والتوزيع، دون سنة.
- 24) عطيات محمد خطاب، أوقات الفراغ والترفيه ، سنة 1990.
- 25) عمر محمد التومي الشيباني : تطوير النظريات والأفكار التربوية، 1981.
- 26) عنايات محمد أحمد فرج: مناهج وطرق تدريس التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
- 27) فخري رشيد خضر: طرائق تدريس الدراسات الإجتماعية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط1، الأردن، 2006.
- 28) قاسم حسن حسين، الموسوعة الرياضية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية، كلية التربية البدنية.
- 29) قاسم مندلاوي، عبيد الستار علوان: أصول التربية البدنية في مرحلة الطفولة المبكرة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، بدون سنة.
- 30) قيس باجي، عبد الجبار: تطوير القابلية البدنية في العمر المدرسي، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، دون طباعة، دون سنة.
- 31) كمال عبد الحميد: خصائص فترة المراهقة كرة اليد للناشئين وتلاميذ المدارس، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2، 1978.
- 32) كمال عبد المجيد زيتوني، منهجية البحث التربوي النفسي من المنظور الكمي والكيفي، ط 1، عالم الكتاب، مصر، 2004.
- 33) اللين وديع فرج ، خبرات في الألعاب للكبار والصغار، دار النشر منشأة المعارف 1996.
- 34) مجدي أحمد محمد عبد الله: النمو النفسي بين السواء والمرض، دار المعرفة الجامعية، مصر، 2003.
- 35) محسن محمد حمص: المرشد في تدريس التربية الرياضية، منشأة المعارف، القاهرة، 1997، ص50.
- 36) محمد الحماحي، د عبادة عبد العزيز مصطفى، "الترويج بين النظرين والتطبيق، مركز الكتاب للنشر ط 3، مصر القاهرة، سنة 2004.
- 37) محمد السيد محمد الزعبلوي: خصائص النمو في المراهقة، ط2، مكتبة التوبة، مصر، 1998.
- 38) محمد حسن العلوي: علم الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2، 1992.
- 39) محمد حسن علاوة : علم النفس الرياضي، ط 6، دار المعارف، القاهرة، 1986.
- 40) محمد عبد الباقي، اللعب بين النظرية والتطبيق، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، مصر، طبعة 2005 .

- 41) محمد عوض البسيوني، فيصل ياسين الشاطىء: نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط2، 1992.
- 42) محمد محمد الشحات: تدريس التربية الرياضية، العلم والإيمان للنشر والتوزيع، القاهرة، 2008.
- 43) محمد مصطفى زيدان: علم النفس الإجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.
- 44) محمد مصطفى زيدان: علم النفس التربوي، دار الشروق، جدة.
- 45) محمود عبد الحليم المنسي، د. عفاف بنت صالح المحضر، علم النفس النمو، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية طبعة 2، 2001.
- 46) مصطفى السايح محمد: أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، القاهرة، 2003.
- 47) مصطفى أمين: تاريخ التربية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996.
- 48) مفتي إبراهيم حمادي : طرق تدريس ألعاب الكرات، ط 1، دار الفكر العربي، 2000.
- 49) مكارم حلمي أبو هريرة: مناهج التربية البدنية، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1999.
- 50) هادي شعبان ربيع، طرق البحث التربوي، مكتبة المجتمع العربي، عمان، 2006.
- 51) هدى محمد قناوي: سيكولوجية المراهقة، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، بدون سنة.
- 2- المذكرات:

- 1) بن يحيى أسامة - درياس فيصل، مذكرة تخرج، الضغط النفسي و آثاره في زيادة الدافعية للرياضيين المراهقين للانسحاب من ممارسة الرياضة، 2004، 2005.
- 2) ج . موزاقة. م. بن زيادة : أثر اللعب في الروضة على التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الأولى، رسالة لنيل شهادة الليسانس، تحت إشراف الأستاذ، بن التومي عبد الناصر. 1993.
- 3) خريف رقيق، أوشيخ كريمو: دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية العمل الجماعي لدى التلاميذ، رسالة لنيل شهادة الليسانس، تحت إشراف بالعيد بيطار، 2002.
- 4) زعيتر بهاء الدين، وآخرون: دور رياضة كرة القدم في تنمية الجانب الإجتماعي لدى المراهقين، قسم الإدارة والتسيير الرياضي، جامعة المسيلة، 2007.
- 5) زغبوب وليد، أهمية قياس مهارية في الرياضات الجماعية لطلبة معهد التربية البدنية والرياضية، مذكرة ليسانس.
- 6) غراب توفيق وآخرون، معوقات الألعاب الشبه الرياضية في المرحلة الثانوية، مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية.
- 7) نعمي عادل، وآخرون: أهمية المراقبة الطبية والصحية لدى لاعبي كرة القدم فئة أصاغر، مذكرة لنيل شهادة الليسانس قسم الإدارة والتسيير الرياضي، جامعة المسيلة، 2008.

### 3- المجالات:

- 1) عطية محمود: "مجلة علم النفس"، 1949.
- 2) مجلة التربية، العدد 66، سنة 1984.

(3) وزارة التربية الوطنية: **مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط، الجزائر، أفريل، 2003.**

**باللغة الفرنسية:**

**1- الكتب**

- 1) Babaghayou Mohamed-**L enseignement de football en milieu scolaire- initiation et pratique par le jeu-juin 1987.**
- 2) caga- Etleill.R.Thomas: **Manuel de le décimation sport.** Evigot. Paris. 1993. P227.
- 3) Decvolvy Et Monchamp : **Initiation à l'activité Intellectuelle Et Motrice Par Les Jeux éducatifs.** Delachause. Niestle 7ème Edit Paris 1978 .
- 4) Irwiw Hahn " **l'entérinement Sportif Des Enfants** Edition Vignot .1991
- 5) Jean piegt : **La Formation Du Sumba le Chez L'enflent de la chausse –** Nistle 6ème Edit 1972 .
- 6) Les Jeu **De L'enfant Après 3 ans .** Sa Nature. Sa Discipline <sup>4<sup>eme</sup></sup> Ed .J Varin Libraire Philosophique .Paris 1976 .
- 7) N.E Medajaouiri .M.Rachid : **Amélioration Des Qualités Physique A Travers Les J.P.S.** (15-17) sous La Direction M .Dgaout .A. Juin. 91.

**2- مواقع الإنترنت:**

- 1) Anonyme. Httplal. habia 7.moktoobblog.com

الملاحق











خميس مليانة: 22/11/2022

رقم: 139 م ع ت ن ب راج خ م

إلى السيد: .....  
.....

### الموضوع: تسهيل مهمة

يشرفنا أن نطلب منكم تسهيل مهمة الطالب (ة) .....  
المسجل في السنة: ..... تخصص: .....  
الحامل لرقم التسجيل: ..... وذلك لانجاز بحث ميداني تطبيقي بمؤسستكم (جمعيتكم)  
أو (ناديكم الرياضي).

تقبلوا منا أسمى عبارات التقدير والاحترام

رئيس قسم  
رئيس قسم النشاط البدني والرياضي  
أحمد عبد الحور

أحمد عبد الحور







خميس مليانة: 2015/04/29

رقم: 139/م ع ت ن ب راج خ م

إلى السيد: .....

رئيس قسم النشاط البدني والرياضي

الموضوع: تسهيل مهمة

بشرفنا أن نطلب منكم تسهيل مهمة الطالب (ة).....

المسجل في السنة: ..... تخصص: .....

الحامل لرقم التسجيل..... وذلك لانجاز بحث ميداني تطبيقي بمؤسستكم (جمعيتكم)

أو (ناديكم الرياضي).

تقبلوا منا أسى عبارات التقدير والاحترام

2015/04/29

رئيس قسم  
رئيس قسم النشاط البدني والرياضي  
محمد النور

عبدالمجيد  
الطبيخ



خميس مليانة: 2022/04/14

الرقم: 139/م ع ت ن ب راج خ م

إلى السيد: .....  
السيد: .....  
السيد: .....

### الموضوع: تسهيل محمة

يشرفنا أن نطلب منكم تسهيل محمة الطالب (ة) .....  
المسجل في السنة: .....  
الحامل لرقم التسجيل: .....  
أو (ناديكم الرياضي).

تقبلوا منا أسمى عبارات التقدير والاحترام





خميس مليانة : 2021.10.14.13.12

رقم : 9.13.1 / م ع ت ن ب راج خ م

إلى السيد : .....

.....

### الموضوع : تسهيل مهمة

يشرفنا أن نطلب منكم تسهيل مهمة الطالب (8) .....

المسجل في السنة : ..... تخصص : .....

الحامل لرقم التسجيل ..... 44391311098 وذلك لانجاز بحث ميداني تطبيقي بمؤسستكم (جمعيتكم)  
أو (ناديكم الرياضي).

تقبلوا منا أسمى عبارات التقدير والاحترام

رئيس قسم  
رئيس قسم النشاط البدني والرياضي  
أ.م.ح. حويدي عبد النور

الطيب بين شواقي محمد



جدول ج: کاف تربيع

L	.10	.05	.02	.01	.001
1	2,706	3,841	5,412	6,635	10,827
2	4,605	5,991	7,824	9,210	13,815
3	6,251	7,815	9,837	11,341	16,268
4	7,779	9,488	11,668	13,277	18,465
5	9,236	11,070	13,388	15,086	20,517
6	10,645	12,592	15,033	16,812	22,457
7	12,017	14,067	16,622	18,475	24,322
8	13,362	15,507	18,168	20,090	26,125
9	14,684	16,919	19,679	21,666	27,877
10	15,987	18,307	21,161	23,209	29,588
11	17,275	19,675	22,618	24,725	31,264
12	18,549	21,026	24,054	26,217	32,909
13	19,812	22,362	25,472	27,688	34,528
14	21,064	23,685	26,873	29,141	36,123
15	22,307	24,994	28,259	30,578	37,697
16	23,542	26,296	29,633	32,000	39,252
17	24,769	27,587	30,995	33,409	40,790
18	25,989	28,869	32,346	34,805	42,312
19	27,204	30,144	33,687	36,191	43,820
20	28,412	31,410	35,020	37,566	45,315
21	29,615	32,671	36,343	38,932	46,797
22	30,813	33,924	37,659	40,289	48,268
23	32,007	35,172	38,968	41,638	49,728
24	33,196	36,415	40,270	42,980	51,179
25	34,382	37,652	41,566	44,314	52,620
26	35,563	38,885	42,856	45,642	54,052
27	36,741	40,113	44,140	46,963	55,476
28	37,916	41,337	45,419	48,278	56,893
29	39,087	42,557	46,693	49,588	58,302
30	40,256	43,773	47,962	50,892	59,703



جامعة الجبالي بونعامة - خميس مليانة -  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية الرياضية.  
قسم النشاط البدني الرياضي التربوي.  
استمارة بحث لنيل شهادة ماستر.

سلام الله عليكم

يسرنا ان نضع بين ايديكم هذه الاستمارة التي تهدف الي التعرف على دور الألعاب الشبه الرياضية في انجاح حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط (12-15).  
نرجوا من تلاميذنا الكرام الإجابة على الأسئلة التي تتضمنها الاستمارة مع الحرص على الدقة والوضوح في الإجابة و لنا فيكم خير سند النجاح في الدراسة و شكرا .

ملاحظة:

تتضمن الاستمارة أنواع من الأسئلة :

1. أسئلة مغلقة و الجواب يكون ب : نعم او لا .
2. أسئلة اختيارية و الجواب في هذه الحالة يكون بوضع علامة (x) أمام الإجابة .

المعلومات الأولية :

. المنطقة :

. اسم المؤسسة :

. السنة الدراسية :

الجنس :  ذكر .

انثى .

## الأسئلة:

1. ما هو إحساسك وأنت تمارس الألعاب شبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضة؟

الإرتياح  الضجر  المتعة

2. ما هو إحساسك إذا كان هناك تنافس بينك وبين زملائك أثناء الألعاب شبه الرياضية؟

التعب  النشاط  الملل

3. هل استطعت اكتساب مهارات حركية عند ممارستك للألعاب للشبه الرياضية؟

نعم  لا  أحيانا

4. هل للألعاب شبه الرياضية دور في تطوير مهاراتك الحركية؟

كثيرا  قليل جدا  متوسط

5. هل تعتقد أن ما اكتسبته من مهارات حركية معينة كان نتيجة؟

ما تلقته من خلال ممارستك للألعاب شبه الرياضية  خبرة مكتسبة سابقا  تعتبر موهبة لديك

6. كيف تكون علاقتك بالآخرين أثناء الألعاب شبه الرياضية؟

قوية  عادية  ضعيفة

7. هل تتفاعل وتتعاون مع الآخرين في إيجاد حلول للمشاكل التي تواجهك أثناء نشاط الألعاب شبه الرياضية؟

نعم  لا

8. هل تبذل مجهودا من أجل مصلحة الفريق خلال الألعاب شبه الرياضية؟

دائما  أحيانا  نادرا

9. هل تفقد هدوئك وتتفعل عندما يصادفك موقف حرج أثناء الألعاب شبه الرياضية؟

نعم  لا

10. عندما تقع في أخطاء غير مقصودة أثناء الألعاب شبه الرياضية هل تثقك بنفسك تهتز وتنقص؟

لا  نعم  شعور عادي

11. هل الألعاب الشبه الرياضية تثير رغبتك في تعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟

دائماً  أحيانا  نادرا

12. هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية وتطوير قدراتك المعرفية الخاصة بقوانين مختلف الألعاب الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم  لا  أحيانا

13. هل الألعاب الشبه الرياضية تساعدك على التخيل والتفكير واتخاذ القرارات بأقصى سرعة أثناء اللعب؟

نعم  لا

14. هل تؤمن وتتق في قدراتك لإيجاد الحلول للمشاكل التي تواجهك أثناء ممارستك للألعاب الشبه الرياضية.

دائماً  أحيانا  نادرا

15. هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية معارفك النظرية لمختلف النشاطات الرياضية التي تمارسها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

دائماً  أحيانا  نادرا

جامعة الجليلي بونعامة -خميس مليانة-  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية الرياضية.  
قسم النشاط البدني الرياضي التربوي.  
استمارة بحث لنيل شهادة ماستر.

سلام الله عليكم

يسرنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة التي تهدف الي التعرف على دور الألعاب شبه الرياضية في  
إنجاح حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعليم المتوسط (12-15).  
نرجوا من أساتذتنا الكرام الإجابة على الأسئلة التي تتضمنها الاستمارة مع الحرص على الدقة  
والوضوح في الإجابة و لنا فيكم خير سند النجاح في الدراسة و شكرا .

**ملاحظة:**

تتضمن الاستمارة أنواع من الأسئلة :

1. أسئلة مغلقة و الجواب يكون ب : نعم او لا .
2. أسئلة اختيارية و الجواب في هذه الحالة يكون بوضع علامة (x) أمام الإجابة

بيانات شخصية:

السن:

الجنس:  ذكر  أنثى

سنوات الخبرة:

المستوى التعليمي:

## الأسئلة:

1. أيهما أفضل الذي يساعد الطفل على اكتساب صفات حركية جديدة؟  
الألعاب الشبه الرياضية  التمارين الرياضية الأخرى  معا
2. هل تعمل الألعاب الشبه الرياضية على تنمية الجوانب الحسية لدى التلاميذ؟  
نعم  لا
3. هل الألعاب الشبه الرياضية تنمي الرغبة لدى التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تحسين مهاراتهم الفنية وقدراتهم البدنية؟  
نعم  لا  أحيانا
4. هل يمكن عن طريق الألعاب الشبه الرياضية تعليم وتطوير بعض المهارات الحركية؟  
نعم  لا
5. تعمل الألعاب الشبه الرياضية على تنمية؟  
القدرات الحركية  القدرات الحسية
6. هل يوجد تفاعل جماعي بين التلاميذ حين تستعمل الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟  
يوجد  لا يوجد
7. هل تعتبر أن الألعاب الشبه الرياضية مجال مهم في اندماج التلاميذ وتكليفهم مع بعضهم البعض؟  
نعم  لا  أحيانا
8. هل احترام التلاميذ لقواعد الألعاب الشبه الرياضية يؤدي الى احترام حقوق الآخرين ونشر الروح الرياضية؟  
دائما  أحيانا  نادرا
9. حسب رأيك هل الألعاب الشبه الرياضية تجعل التلميذ يتفاعل معها بسهولة وتشعره بالراحة النفسية والسعادة والمرح؟  
نعم  لا
10. أيها أفضل في تنمية الجانب العاطفي الوجداني لدى السنة الثالثة من التعليم المتوسط.

الألعاب الشبه الرياضية  التمارين الرياضية الأخرى  معا

11. حسب رأيك هل الألعاب الشبه الرياضية تولد التلاميذ الاهتمام بتعلم مختلف النشاطات الرياضية خلال حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم  لا

12. ما هو الغرض من استعمال الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية؟

تعليمي  ترفيهي  معا

13. هل الألعاب الشبه الرياضية تساعد التلاميذ على التخيل والتفكير لإيجاد الحلول المناسبة خلال اللعب؟

نعم  لا

14. حسب رأيك أيها أفضل في تنمية الجانب المعرفي للتلميذ؟

الألعاب الشبه الرياضية  التمارين الرياضية الأخرى  معا

15. هل الألعاب الشبه رياضية تساعد التلاميذ على تطوير السرعة في التصرف و اتخاذ القرار؟

نعم  لا  أحيانا