

المحتويات

	شكر و تقدير
أ	مقدمة
<b>الجانب التمهيدي</b>	
1	1. إشكالية الدراسة
1	2. فرضيات الدراسة
1	3. أهمية الدراسة
2	4. أهداف الدراسة
2	5. أسباب اختيار الموضوع
2	6. تحديد المصطلحات
4	7. الدراسات السابقة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: الوسائل التعليمية</b>	
6	I. تمهيد
7	I. 1- الإمكانات
7	I. 1-1- الإمكانات المادية
7	I. 1-2- الإمكانات البشرية
7	I. 1-3- مبادئ عامة في تخطيط الإمكانات
8	I. 2- المواد والأجهزة والوسائل التعليمية
8	I. 1-2- المواد التعليمية
8	I. 2-2- الأجهزة التعليمية
8	I. 2-3- الوسائل التعليمية
8	I. 2-3-1- تطور مفهوم الوسائل التعليمية
9	I. 2-3-2- تعريف الوسائل التعليمية
10	I. 2-3-3- التطور التاريخي للوسائل التعليمية
11	I. 2-3-4- أقسام الوسائل التعليمية في المجال الرياضي
11	I. 2-4- أسباب اتساع دائرة استعمال الوسائل التعليمية و الأدوات الرياضية
12	I. 3 المنشآت
12	I. 3-1- مفهومها
12	I. 3-2- تقسيم المنشآت الرياضية

المحتويات

	شكر و تقدير
أ	مقدمة
<b>الجانب التمهيدي</b>	
1	1. إشكالية الدراسة
1	2. فرضيات الدراسة
1	3. أهمية الدراسة
2	4. أهداف الدراسة
2	5. أسباب اختيار الموضوع
2	6. تحديد المصطلحات
4	7. الدراسات السابقة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: الوسائل التعليمية</b>	
6	I. تمهيد
7	I. 1- الإمكانات
7	I. 1-1- الإمكانات المادية
7	I. 1-2- الإمكانات البشرية
7	I. 1-3- مبادئ عامة في تخطيط الإمكانات
8	I. 2- المواد والأجهزة والوسائل التعليمية
8	I. 1-2- المواد التعليمية
8	I. 2-2- الأجهزة التعليمية
8	I. 2-3- الوسائل التعليمية
8	I. 2-3-1- تطور مفهوم الوسائل التعليمية
9	I. 2-3-2- تعريف الوسائل التعليمية
10	I. 2-3-3- التطور التاريخي للوسائل التعليمية
11	I. 2-3-4- أقسام الوسائل التعليمية في المجال الرياضي
11	I. 2-4- أسباب اتساع دائرة استعمال الوسائل التعليمية و الأدوات الرياضية
12	I. 3 المنشآت
12	I. 3-1- مفهومها
12	I. 3-2- تقسيم المنشآت الرياضية



12	I. 3-3- أسس تخطيط المنشآت الرياضية
14	I. 4- أهمية الوسائل التعليمية لعناصر الموقف التعليمي
14	I. 4-1- أهميتها للمعلم
15	I. 4-2- أهميتها للتعليم
15	I. 4-3- أهميتها للمادة التعليمية
16	I. 4-4- أهمية الوسائل و المنشآت في التربية البدنية
16	I. 5- معايير اختبار الوسيلة التعليمية
17	I. 6- خصائص وصفات الوسيلة التعليمية الناجحة
17	I. 7- الثمار التربوية لاستعمال الوسائل التعليمية
18	I. 8- كيفية توظيف الوسائل التعليمية و تحقيق الأهداف التعليمية
19	I. 9- عرض الوسائل و المنشآت
19	I. 9-1- ألعاب المضامير والميدان
19	I. 9-2- الألعاب الجماعية
19	I. 10- الملاعب الرياضية
19	I. 10-1- تعريف الملاعب
19	I. 10-2- ما يجب مراعاته عند التخطيط
20	I. 10-3- أنواع الملاعب
21	I. 11- الصفاة و كيفية استخدامها
22	I. 12- أهمية و مميزات الأدوات الصغيرة أو البديلة
22	I. 13- طرق استعمال الوسائل السمعية والبصرية
22	I. 14- الشروط الواجب توفرها في الوسائل الرياضية
23	I. 15- خصائص وصفات الوسيلة التعليمية الناجحة
23	I. 16- كيفية توظيف الوسائل التعليمية و تحقيق الأهداف و التعليمية
24	I. 17- ضمان استخدام الوسيلة التعليمية على النحو الجيد في درس مادة التربية البدنية
25	I. خلاصة
<b>الفصل الثاني: المراهقة</b>	
26	III. تمهيد:
27	III. 1- المراهقة:
27	III. 1-1- مفهوم المراهقة:
27	III. 1-2- المعنى اللغوي للمراهقة:
27	III. 1-3- اصطلاحا:

29	III .2- مراحل المراهقة:
30	III .3- أشكال المراهقة:
31	III .4- خصائص ومميزات المراهقة:
31	III .4-1- الخصائص الجسمية والفيزيولوجية
32	III .4-2- الخصائص الحركية
33	III .4-3- الخصائص الاجتماعية
33	III .4-4- الخصائص النفسية
34	III .4-5- الخصائص الانفعالية
34	III .4-6- الخصائص العقلية
35	III .5- خصائص النمو العقلي في هذه المرحلة ما يلي
36	III .6- أهم الخصائص المميزة للمراهقين
36	III .7- حاجات المراهق
36	III .7-1- تعريف الحاجة
37	III .7-2- مختلف حاجات المراهق
38	III .8- المراهقة في مرحلة الثانوية
39	III .9- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق
40	III .10- سمات المراهقة
40	III .11- مشاكل المراهقة
42	III خلاصة
<b>الفصل الثالث: التربية البدنية والرياضية</b>	
43	IV . تمهيد
44	IV . التربية
44	IV .1- مفهوم التربية
44	IV .1-1- معنى التربية في اللغة
45	IV .1-2- معنى التربية اصطلاحا
45	IV .2- مفهوم التربية البدنية
46	IV .3- مفهوم التربية الرياضية
46	IV .4- التربية البدنية والرياضية
46	IV .4-1- مفهوم التربية البدنية والرياضية
47	IV .4-2- النظرة القديمة والحديثة للتربية البدنية والرياضية
48	IV .4-3- علاقة التربية بالتربية البدنية والرياضية



48	IV. 4-4- فلسفة التربية البدنية والرياضية
49	IV. 4-5- أبعاد موضوع التربية البدنية والرياضية
51	IV. 4-6- علمية التربية البدنية والرياضية
51	IV. 4-7- أهداف التربية البدنية
54	IV. 4-8- أهمية التربية البدنية والرياضية
55	IV. 5- التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي
56	IV. 5-1- مفهوم التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي
56	IV. 5-2- أهداف التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي
57	IV. 5-3- نشأة مهنة التربية البدنية والرياضية
57	IV. 6- آثار التربية البدنية والرياضية
57	IV. 6-1- تأثير التربية البدنية والرياضية على الجسم
58	IV. 6-2- تأثير التربية البدنية والرياضية على العقل
58	IV. 6-3- تأثير التربية البدنية والرياضية على الخلق
58	IV. 7- حصة التربية البدنية والرياضية
58	IV. 7-1- مفهوم حصة التربية البدنية والرياضية
58	IV. 7-2- واجبات حصة التربية البدنية
59	IV. 7-3- بناء حصة التربية البدنية والرياضية
61	IV. 8- الممارسة البدنية والرياضية في الجزائر ابتداء من الاستقلال إلى يومنا هذا
63	IV. الخلاصة
<b>الجانب التطبيقي</b>	
<b>الفصل الرابع: إجراءات الدراسة</b>	
65	1- الدراسة الاستطلاعية
65	2- منهج الدراسة
67	3- أدوات جمع البيانات والمعلومات
67	4- مجتمع الدراسة
67	5- عينة الدراسة
67	6- ضبط متغيرات الدراسة
68	7- الطريقة الإحصائية
<b>الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج</b>	
70	1- تحليل نتائج الدراسة
85	2- مناقشة فرضيات الدراسة

86	3- استنتاجات عامة
87	4- اقتراحات
88	5- الخاتمة
89	6- قائمة المصادر والمراجع
98	7- الملاحق





وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة زيان عاشور الجلفة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم التدريب الرياضي النخبوي



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
تخصص تدريب رياضي نخبوي

العنوان :

## فعالية استخدام الوسائل التعليمية في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية

دراسة ميدانية على بعض ثانويات ومتوسطات مدينة بوسعادة

إشراف الأستاذ:

- لعون عطية -

إعداد الطلبة:

بن علي علاء الدين ✓

بوشعالة سامي يوسف ✓

بوغفالة مروان ✓

السنة الجامعية : 2017/2016

## المقدمة:

تلعب التربية البدنية والرياضية دورا هاما في بناء المجتمع حيث تعني بصحة الفرد وكيانه و تكسبه مهارات حركية و لياقة بدنية وتعود الطالب بشتى الطرق الجذابة على الأساليب الصحيحة في التعامل، حيث تهذب سلوكه و تسمو بنزعاته ورغباته و أصبح مفهوم التربية البدنية و الرياضية المعاصرة و مدلوله العصري يتخطى مجرد كونها بعض الألعاب أو التمارين التي كان البعض يعتقد بأنها واجب حتمي يجب أن يؤديه الطالب مرة في الأسبوع أو أن يقوم به أستاذ التربية البدنية والرياضية أو لقاء مرتب حدد مواعده بنهاية كل شهر، لقد تغير هذا المفهوم تغيرا جذريا بحيث انقلبت التربية البدنية والرياضية بأغراضها و أساسياتها ومفاهيمها إلى المرحلة العلمية الميدانية شأنها شأن العلوم الحيوية التي يحض عليها الدين و العرف والتقاليد بغرض الارتقاء بالفرد و المجتمع كما و نوعا .

ونقدر هذه الجهود الطيبة التي بذلت من أساتذة المادة و اهتمام مديري المدارس بأهداف المادة و متابعتها و دعمها مما كان له دور إيجابي على العملية التعليمية والتربوية و نأمل المزيد من بذل الجهد خلال السنوات القادمة لتحقيق أهداف المادة والوصول بها إلى أفضل مستوى، وإعداد التلاميذ لأموال دينهم وديانهم من خلال دروس وأنشطة مادة التربية البدنية، مع ضرورة الدفع به إلى التعايش والتأقلم مع مختلف الوسائل التعليمية وخاصة تلك المتوفرة على مستوى المؤسسات التربوية وهذه الأخيرة يجب المحافظة عليها وإيجاد غرفة خاصة بها تكون قريبة من الفناء لسهولة الاستعمال.

لقد اعتمدنا في بحثنا هذا على جانبين هما الجانب النظري و الجانب التطبيقي متبعين في ذلك المنهجية العلمية التالية :

جاءت الدراسة في جزأين ،يحتوي الجزء الأول على الدراسة النظرية أما الجزء الثاني فيحتوي على الدراسة التطبيقية ،وقد جاء الجانب التمهيدي في المقدمة وتناولنا فيه النقاط التالية :إشكالية البحث ،فرضيات البحث ، أهمية البحث ،أهداف البحث ،أسباب اختيار الموضوع ،تحديد المفاهيم و المصطلحات للبحث ،الدراسات السابقة و المرتبطة .

أما الفصل الأول الذي يلي الجانب التمهيدي فقد تضمن الوسائل التعليمية : وتناولنا فيه مفاهيمها وتقسيماتها والدور و الأهمية وخصائصها، و في الفصل الثاني توجهنا إلى أهم عنصر في العملية التعليمية "الأستاذ" والتطرق إلى تعريفه وشخصيته و الصفات و الخصائص الواجب توفرها فيه وواجباته المختلفة، وتطرقنا في الفصل الثالث إلى مراحل وخصائص المراهقة وحاجات المراهق المختلفة مع الإشارة إلى أهمية التربية البدنية والرياضية في هذه المرحلة، بالإضافة إلى مشاكل المراهقة، وفي الفصل الرابع تطرقنا إلى المنهجية المتبعة الذي تحدثنا فيها إلى تعريف الدراسة الاستطلاعية- صعوبات البحث - منهج الدراسة - أدوات جمع البيانات والمعلومات - الشروط العلمية للأداة - مجتمع الدراسة - عينة الدراسة - ضبط متغيرات الدراسة - الطريقة الإحصائية، أما الفصل الخامس من الجانب التطبيقي فقد تناولنا عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاستبيان ،والاستنتاج والتوصيات والخاتمة.



# الجانب التمهيدي

## 1- إشكالية الدراسة :

تعتبر التربية البدنية والرياضية منذ القدم فنا له أصوله ومبادئه وأهدافه تعزز من خلال عملية التعليم وكسب المهارات ،وقد أصبحت في عصرنا هذا ،أساس النمو المتكامل وذلك بإعداد الفرد السليم في مجتمعه ومحيطه ، ولأجل ذلك أصبحت أهدافها وبرامجها من العوامل والعناصر الأساسية هي تبني عليها المجتمعات الحديثة والمتطورة، إلا أننا نجد الكثير من الناس يفهمون التربية البدنية والرياضية فهما خاطئا خاصة في مجتمعنا الجزائري فالبعض يراها مجرد تمارينات والبعض الآخر يراها مسابقات ومنافسات والاستواء من ذلك أننا نجد من يراها مضيعة للوقت وبات واجب الباحثين توضيح المفهوم الدقيق لها وإبراز الفوائد التي تقدمها للتلاميذ من جميع النواحي .

لكن نلاحظ أن أثناء ممارسة حصة التربية البدنية والرياضية توجد العديد من المؤشرات التي تؤرق أستاذ التربية البدنية والرياضية في إنجاح الحصة وذلك يتجلى في نقص الوسائل التعليمية أو عدم صلاحيتها لإنجاز الحصة ومدى تأثيرها على أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحضير الحصة .

فالوسائل التعليمية هي تلك المرافق والتجهيزات و كذلك كل ما يحتاج إليه ويستعمله الأستاذ التربية البدنية والرياضية في إيصال المعارف والخبرات البدنية إلى التلميذ ، وهي وسيلة ضرورية وهامة لنقل خبرة الأستاذ إلى التلميذ بطريقة مباشرة أو غير مباشرة وهي تساعد على تحسين التعليم والتعلم ، توفرها يؤثر ايجابيا في نشر الرياضة بمختلف أنواعها والتعرف بأهميتها ويرغب فيها مختلف المجتمع ، أن يوفر الإمكانيات بمختلف المجالات ومنها الرياضة يساعد الأستاذ على تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية وعلى ضوء ما سبق نطرح التساؤل الآتي:

### ✍ هل نقص الوسائل التعليمية يؤثر على تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية ؟

وتحت غطاءه تدرج الأسئلة الفرعية التالية:

- أ- هل لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور في توظيف الوسائل التعليمية ؟
- ب- هل الوسائل التعليمية المتوفرة في الثانوية تساهم في إنجاح حصص التربية البدنية والرياضية؟
- ج- هل عدم استغلال الوسائل التعليمية بطريقة مناسبة يعيق السير الحسن لخصص التربية البدنية والرياضية ؟

## 2- فرضيات الدراسة :

✓ الفرضية العامة :

### ✍ نقص الوسائل التعليمية يؤثر على تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية

✓ الفرضيات الثانوية

- أ- لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور في توظيف الوسائل التعليمية
- ب- الوسائل التعليمية المتوفرة في الثانوية تساهم في إنجاح حصص التربية البدنية والرياضية.
- ج- عدم استغلال الوسائل التعليمية بطريقة مناسبة يعيق السير الحسن لخصص التربية البدنية والرياضية.

## 3- أهمية الدراسة:



تكمُن أهمية الدراسة في التركيز على الأسس والمبادئ والشروط التي يجب مراعاتها عند التخطيط واستعمال الوسائل التعليمية باعتبار أن الحالة والوضعية التي تكون عليها الوسائل التعليمية تلعب دوراً أساسياً في إنجاح حصص التربية البدنية والرياضية ودفعها إلى تحقيق أهدافها المبرجة بالإضافة إلى إبراز دور وأهمية الوسائل التعليمية في التربية البدنية والرياضية لما تتطلب من إمكانيات معتبرة حيث أن الوسائل والأجهزة والأدوات هي التي تحدد هدف الحصة منها ، لأنه من المعروف أنه لبلوغ الأهداف لابد من توفر الوسائل ، وهذه الوسائل متمثلة في: ( القاعات، الأجهزة، الكرات، الأقماع، ... الخ )، مع التطرق إلى أهمية الوسائل التعليمية في مجال التعليم و التعلم، وأهمية الوسائل التعليمية في التربية البدنية والرياضية ، وطرق استخدام الوسائل التعليمية وفعاليتها على المعلم.

#### 4- أهداف الدراسة :

- أ- محاولة التعرف على جوانب التأثير للوسائل التعليمية الرياضية على سير حصة التربية البدنية والرياضية.
- ب- النظر في كل العوامل التي تبرز لنا ما إذا كان للوسائل التعليمية فعالية في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية.
- ج- إيجاد الحلول التي يمكن عن طريقها توفير الوسائل التعليمية من حيث توفر المساحات الكافية لممارسة الرياضة وتوفير المنشآت الرياضية وتوفير الوسائل الكافية لإيصال المعلومات.

#### 5- أسباب اختيار الموضوع :

- تضارب الآراء حول ما إذا كانت للوسائل التعليمية دور فعال في حصة التربية البدنية والرياضية.
- انتشار النظرة الخاطئة للمجتمع لحصة التربية البدنية والرياضية و تصحيح هذه المفاهيم.
- البحث في الأسباب التي تعيق نجاح حصة التربية البدنية والرياضية.
- نقص الدراسات التي تناولت موضوع الوسائل التعليمية في مجال التربية البدنية والرياضية.

#### 6- تحديد المصطلحات :

#### ❖ تعريف الوسائل التعليمية :

1. لغة: تعني الوسيلة في اللغة كل ما يتوصل به الإنسان إلى تحصيل المقصود وتقريبه و ما يتقرب به إلى الغير.
2. اصطلاحاً: يقصد بها مجموعة الأجهزة والأدوات التي يحتاجها أي نشاط رياضي وهي تختلف من رياضة إلى أخرى، من حيث الكم والنوع، ويعتمد على عدد وجنس المنتفعين بها، أماكن المجتمع المتاحة لمستوى مهارة المجموعة ، الموقع الجغرافي ، وعوامل أخرى إذ هي تحدد ما سيعلم .<sup>(1)</sup>
3. التعريف الإجرائي: مجموعة الأجهزة والأدوات والمواد التعليمية التي تستخدم في تدريس مادة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية كما يحتاجها الأستاذ في إعداد الحصة والمتمثلة في (الأقماع، الكرات، الملاعب، الصفارة، المنشآت ،... الخ).

<sup>(1)</sup> - إبراهيم محمود عبد المقصود : الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية، ط1، دار الوفاء، مصر ، 2004، ص 16 .

### ❖ تعريف التربية البدنية والرياضية :

1. لغة: هي جزء من التربية العامة وهدفها تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق الهدف. (1)
2. اصطلاحا: يعرفها "شارلمان" : أنها ذلك الجزء من التربية يهتم عن طريق النشاط الذي يستخدم فيه الجهاز الحركي للجسم والذي ينتج عنه أن يكتسب بعض الاتجاهات السلوكية .  
أما "بيونشو تشارلز" فيرى: إنما هي ذلك الجزء المتكامل في التربية العامة والميدان التجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق الألوان التي اختيرت بغرض تحقيق المهام. (2)
3. التعريف الإجرائي: هي حصة التربية البدنية والرياضية التي تمارس داخل الثانوية المدرجة داخل المنهج المقرر من وزارة التربية والتعليم.

### ❖ المراهقة

1. لغة: أصلها اللغوي يرجع إلى الفعل (راهق) بمعنى اقتراب. (3)
- وتعني في اللغة العربية الاقتراب من الحلم أو الدنو من الحلم فنقول "رهق الغلام" أي قرب الحلم وبلغه ، حد الرجل أي أن المراهق هو الفتى الذي قرب الحلم ، وكلمة مراهقة تعني كذلك الطغيان و الزيادة ولعل هذا يشير إلى الحالة الانفعالية للمراهق وهذا المعنى اللغوي لا يختلف كثيرا عن المعنى العلمي السيكولوجي للمراهقة. (4)
2. اصطلاحا: يقول مصطفى فهمي: أن كلمت مراهقة " ADOLERSCENCE " مشتقة من الفعل اللاتيني " ADOLESERE " ومعناه التدرج نحو النضج البدني الجنسي والانفعالي والعقلي وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة و كلمة البلوغ وهذه الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو ، وهي الناحية الجنسية فنستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج. (5)

(1) - أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية ، (التاريخ ، المدخل ، الفلسفة)، دار الفكر العربي القاهرة ، 1997 ، ص 94 ، 95.

(2) - محمد عوض سيوني وفيصل ياسين الشاطي: نظريات التربية البدنية، ط2، 1992، ص 51.

(3) - عبد الرحمان العيساوي: معالم علم النفس ، دار النهضة العربية بيروت ، 1984 ، ص 87.

(4) - المراوي نصر الدين : مرحلة تكوين التربية ، عديدة 1973 ، ص 121 و 139.

(5) - مصطفى فهمي سيكولوجية الطفولة و المراهقة دار المعارف الجديدة ، 1986 الإسكندرية ص 189.

3. التعريف الإجرائي: المراهقة هي مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد حيث تعتبر من المراحل الحساسة في حياة الإنسان وذلك لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية وجسمية و نفسية التي تؤثر بصورة بالغة على الفرد وحياته في المرحل التالية من عمره.

### 7- الدراسات السابقة:

✍️ الدراسة الأولى : العربي سمير ، سنة 2011.

- عنوان الدراسة : دور الوسائل والمنشآت الرياضية في إنجاح حصص التربية البدنية والرياضية.
- هدف الدراسة : يهدف هذا البحث إلى معرفة جوانب تأثير المنشآت الرياضية على سير حصص التربية البدنية ومدى نجاحها.
- مشكلة الدراسة: هل الوسائل والمنشآت الرياضية لها تأثير على سير حصص التربية البدنية والرياضية؟
- فرضيات الدراسة :
- الفرضية العامة: الوسائل والمنشآت الرياضية الموجودة في المتوسطات تساهم في إنجاح حصص التربية البدنية والرياضية.
- الفرضيات الجزئية:
  - الوسائل والمنشآت الرياضية الموجودة في المتوسطات لا تتوفر فيها الشروط والمواصفات القانونية.
  - الوسائل والمنشآت الرياضية الصالحة للعمل تحفز على إنجاح حصص التربية البدنية والرياضية.
  - عدم استغلال الوسائل والمنشآت الرياضية بطريقة مناسبة يعيق السير الحسن لحصص التربية البدنية والرياضية.
- إجراءات الدراسة الميدانية :
- العينة : شملت عينة البحث أساتذة التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط والبالغ عددهم 33 اختيرت مقصودة وهذا على مستوى متوسطات بلدية بوسعادة.
- الأدوات المستعملة في الدراسة: الاستبيان.
- النتائج المتوصل إليها :
  - الوسائل والمنشآت الرياضية الموجودة في المؤسسات لا تتوفر فيها الشروط والمواصفات القانونية.
  - الوسائل والمنشآت الرياضية لها دور كبير في إنجاح حصص التربية البدنية والرياضية.
  - عدم استغلال الوسائل بطريقة مناسبة يعيق السير الحسن لحصص التربية البدنية والرياضية.

✍️ الدراسة الثانية: شيبوب عبد الغاني ، 2008.

- عنوان الدراسة : تأثير مدى مطابقة الوسائل لشروط الاستعمال على سير حصص التربية البدنية والرياضية.

- هدف الدراسة : إعطاء شروط الاستخدام للوسائل والمنشآت الرياضية.
- مشكلة الدراسة: هل الوسائل والمنشآت الرياضية لها تأثير على سير حصة التربية البدنية والرياضية؟
- فرضيات الدراسة :
- الفرضية العامة: توفر الوسائل والمنشآت الصالحة للاستعمال تلعب دورا هاما في زيادة الرغبة نحو التوجه إلى الحصة، وتخفز الأستاذ على تقديم الأفضل.
- الفرضيات الجزئية:
- توفر شروط استخدام الوسائل والمنشآت الرياضية يحسن سير حصة التربية البدنية والرياضية.
- الوسائل والمنشآت الرياضية هي أحد الأقطاب الثلاثة التي تقوم عليها الحصة.
- إجراءات الدراسة الميدانية :
- العينة : أساتذة من ثانوية الوادي ، سطيف ، برج بوعرييج.
- الأدوات المستعملة في الدراسة: الاستبيان.
- النتائج المتوصل إليها :
- توفر الوسائل والمنشآت الصالحة للاستعمال تلعب دورا هاما في زيادة الرغبة نحو التوجه إلى الحصة، وتخفز الأستاذ على تقديم الأفضل.
- كلما توفرت شروط استخدام للوسائل والمنشآت الرياضية كلما تحسن سير حصة التربية البدنية والرياضية.
- الوسائل والمنشآت الرياضية هي أحد الأقطاب الثلاثة التي تقوم عليها الحصة.



# الجانب النظري

## تمهيد :

تعد الوسائل التعليمية والأجهزة الرياضية من جهة، والمنشآت من ملاعب وساحات ومرافق رياضية من جهة أخرى من المستلزمات الرئيسية للسير الحسن لمختلف فعاليات حصة التربية البدنية والرياضية، إذ أنها تمثل العمود الفقري للنشاط الرياضي .

إن اتساع دائرة استعمال الوسائل التعليمية يرجع لأسباب جوهرية وهامة كزيادة القيمة الخاصة باللعبة في ذاتها، فهي تعتبر من الطرق الفعالة في المراحل الإعدادية للمتعلمين كما أن الوسائل التعليمية والمنشآت الرياضية تعتبر كذلك عاملا مهما في الزيادة من ممارسة النشاط البدني بصورة عامة، ويزيد كذلك من إبراز المواهب واكتشاف الخامات من اللاعبين وقد تطرقنا في هذا الفصل إلى عرض فصل للوسائل التعليمية الرياضية وإتباع دائرة استعمالها ودورها في إنجاح حصص التربية البدنية والرياضية، إلى جانب كيفية توظيف واستغلال الوسائل التعليمية والمنشآت الرياضية بطرق علمية .

**I. 1- الإمكانات :**

تعتبر الإدارة من أهم النشاطات لتسيير الإمكانات وتتكون الإدارة من خمس وظائف حسب تصنيف " تايلور " ، ويعتبر التخطيط من أحد أهم الوظائف ، وأحد عناصر التخطيط والإمكانات هي :

✓ - تحديد العناصر المطلوبة وتوظيفها لتحقيق الهدف في التخطيط من حيث الكمية المطلوبة ونوعيتها وهي مادية وبشرية. (1)

وبالوقوف عند الإمكانات يمكن تصنيفها إلى :

**I. 1-1- الإمكانات المادية :**

ويقصد بها الأماكن المعدة مسبقا من قبل الفنيين بأبعاد ومقاييس معينة تصلح لممارسة مختلف الأنشطة الرياضية ، لأي عرض وعمر ونوع ، وعلى ذلك فهي تنقسم إلى :

- أماكن الممارسة مثل الملاعب ، الصالات ، حمامات السباحة .
- المنشآت وهي المباني الدائمة مثل الأندية والكلبيات ، القرى الأولمبية ، الملاعب وما تشمله من مدرجات ، مخازن ، قاعات .
- الأجهزة والأدوات وكافة التسهيلات المتاحة للإعداد والممارسة وما تشمله من مدرجات .

**I. 1-2- الإمكانات البشرية :**

إن الطبيعة البشرية تفرض نفسها دائما ، فلا معنى لوجود الإمكانات الحديثة المتطورة في غياب الإنسان ، حيث هو المحرك الرئيسي لمختلف هذه الإمكانات كي تتحقق الذي تواجدت من أجله ، وهذا يستلزم الجهد الإنساني الإداري الواعي الذي يهدف إلى خلق المنافع في مختلف المواقع ، ويمكن أن تشمل الإمكانات البشرية كل من الممارسين المنفذين ، الفنيين والمهنيين. (2)

**I. 1-3 مبادئ عامة في تخطيط الإمكانات :**

وفي إطار وضع هذه الإمكانات لا يمكن غض النظر على عنصر التخطيط لها ، حيث يجب مراعاة المبادئ العامة للتخطيط لها ، وفق أسس علمية مبرجة مسبقا وذلك بـ:

- ضرورة وضع أولوية في استخدام الإمكانات أو التخطيط لها ، هل هي التدريس ، الترويج أو المنافسات الرياضية أو التدريب .
- تحديد الإمكانات الرياضية طبقا لحاجة وخصائص المؤسسة التي تجهز من حيث المساحات الحالية والمستقبلية .
- تجهيز الإمكانات بطريقة مرنة حيث يمكن الاستفادة منها والحصول على أقصى استخدام لها .

(1) - إبراهيم محمود عبد المقصود : الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية، ط1 دار الوفاء، مصر، 2004، ص15.

(2) - عفاف عبد المنعم درويش : الأمانات في التربية البدنية، ط1، منشأة المعارف، مصر، 1998، ص28.

▪ تصميم الإمكانيات بطريقة يجب أن يكون للممارسين أولاً وليس للمشاهدين حتى يمكن الاستفادة منها.<sup>(1)</sup>

## I. 2- المواد والأجهزة والوسائل التعليمية:

### I. 2-1- المواد التعليمية:

يعرفها أبانمي: "أشياء المرئية المكتوبة أو المصورة أو المسموعة أو المعروضة".

### I. 2-2- الأجهزة التعليمية:

عرفها أبانمي: "بأنها تشمل جميع الآلات والأدوات التي يتم توظيفها في العملية التعليمية والتي تعرض بها الصور والأفلام أو تجري بها التجارب والاختبارات ، أو التي يتم بواسطتها تصوير ورسم وإنتاج اللوحات التوضيحية والمطبوعات ، ومن أمثلتها الشائعة استخدام جهاز عرض الأفلام الثابتة والشرائح ، وجهاز العرض السينمائي ، وجهاز العرض فوق الرأس ، وجهاز العرض المعتم وجهاز عرض الصور الشفافة".<sup>(2)</sup>

### I. 2-3- الوسائل التعليمية:

يعرفها الطوبجي: "بأنها المواد والأجهزة والمواقف التعليمية التي يستخدمها المدرس في مجال الاتصال التعليمي بطريقة ونظام خاص لتوضيح فكرة أو تفسير مفهوم غامض أو شرح أحد الموضوعات بغرض تحقيق التلميذ لأهداف سلوكية محددة".<sup>(3)</sup>

وعرفها أيضا سلامة: "بأنها مجموعة أجهزة و أدوات ومواد يستخدمها المعلم لتحسين عملية التعليم و التعلم".<sup>(4)</sup>

### I. 2-3-1- تطور مفهوم الوسائل التعليمية:

لتحديد مفهوم الوسائل التعليمية لابد من تتبع التطورات التي حدثت في المفهوم والمسميات التي شاعت في كل مرحلة من مراحل تطورها.

فقد أشار أبانمي: "إلى أن مفهوم الوسائل التعليمية مر بتطورات متلاحقة أدت إلى تعديل المصطلح من وقت لآخر حيث أن أول مصطلح استخدم هو التعليم البصري الذي يقوم على حاسة البصر، ومع مرور الزمن ظهرت مصطلحات جديدة أخرى منها المعينات السمعية والبصرية والوسائل السمعية البصرية التعليمية والتعلم الإدراكي والمعينات الإدراكية والوسائل المعينة على التدريس والخبرات الحسية والأدوات والوسائل التعليمية ووسائل الإيضاح ومعينات التعليم ثم الوسائل التعليمية".<sup>(5)</sup>

ويذكر سلامة: "أن المختصين تدرجوا في تسمية الوسائل التعليمية بدأ بوسائل الإيضاح فالوسائل البصرية فالوسائل السمعية والبصرية ثم الوسائل المعينة فتبعه مصطلح الوسائل التعليمية ثم التربوية".<sup>(6)</sup>

<sup>(3)</sup> - إبراهيم محمود عبد المقصود : مرجع سابق، ص16.

<sup>(2)</sup> - أبانمي عبد المحسن: الوسائل التعليمية مفهومها وأسس استخدامها ومكانتها العملية التعليمية، الرياض، مطابع التقنية، 1414هـ، ص42-43.

<sup>(3)</sup> - الطوبجي حسين: وسائل الاتصال والتكنولوجيا في التعليم ، ط7، الكويت، دار القلم، 1984، ص41.

<sup>(4)</sup> - سلامة عبد الحافظ: الوسائل التعليمية والمنهج، د، ط، عمان، دار الفكر، 1987، ص67.

<sup>(5)</sup> - أبانمي عبد المحسن: مرجع سابق، ص40.

<sup>(6)</sup> - سلامة عبد الحافظ: مدخل إلى تكنولوجيا التعليم، ط2، عمان، دار الفكر، 1998، ص67.



وأيدته في ذلك محمود: حيث ذكر "أن أدبيات التربية عاجلت موضوع الوسائل التعليمية تحت عدة عناوين منها وسائل الإيضاح، الوسائل التعليمية، معينات التدريس، الوسائل السمعية البصرية، التقنيات التربوية، تكنولوجيا التعليم، الوسائل الاختيارية (الاغنائية) الأساسية، الوسائل المعيارية الوسيطة".<sup>(1)</sup>

ويشير الكلوب: إلى التطور في مسميات الوسائل التعليمية:

- أ. وسائل سمعية، ووسائل بصرية، ووسائل سمعية بصرية مرتبطة بالحواس الخمس الخاصة بالمتعلم.
- ب. وسائل معينة وإيضاحية: - مرتبطة بمدى قدرة المعلم واجتهاداته الذاتية في توضيح المراد من الوسيلة.
- ج. وسائل تعليمية تعليمية: - مرتبطة بالموقف التعليمي داخل الصف وطرق التدريس الملائمة للموقف.
- د. وسائل الاتصال التعليمية: - مرتبطة بنظرية الاتصال وأدواتها.
- هـ. التقنيات التعليمية: - مرتبطة بنظرية النظم وتصميم عملية التعلم.<sup>(2)</sup>

وذكر الفراء: "أن مفهوم الوسائل التعليمية يختلف في التسمية حسب الحقب التاريخية التي مر بها وحسب مراحل استخدامها ففي أولى مراحل استخدامها أطلق عليها معينات التدريس فوسائل الإيضاح وتلا ذلك ارتباطها بحواس المتعلم سواء كانت سمعية أو بصرية أو سمعية بصرية أو لمسية أو شمعية أو ذوقية".<sup>(3)</sup>

ولكن نلاحظ أن الحاستين الأخيرتين يندر استخدامهما في المواد النظرية كالتربية البدنية والرياضية، وبالتالي فإن الحواس التي نعتمد عليها في مادة التربية البدنية والرياضية هي السمع والبصر واللمس.

وذكر يوسف: "أن مسميات الوسائل التعليمية تتعدد وتتنوع حسب الهدف المرجو من الوسيلة، فهناك وسائل تسمى بحسب نوع حواس المتعلم (بصرية - سمعية - سمعية بصرية...)، كما أن هناك وسائل تسمى بحسب دورها في عملية التدريس (إيضاحية، معينة، معينات تدريس)، وهناك وسائل تسمى بحسب علاقتها وتأثيرها في عملية التعلم (تعليمية، تعليمية، تعليمية تعلمية)، كذلك بحسب علاقتها بعملية الاتصال (وسائل تعليمية) إلى أن أصبحت تكنولوجيا التعليم أو التقنيات التربوية".<sup>(4)</sup>

## I. 2-3-2- تعريف الوسائل التعليمية:

للسائل التعليمية مفاهيم عديدة ومتنوعة ولكنها في النهاية تحقق الهدف المنشود منها ويمكن تعريفها كالآتي:-

(1) - محمود صباح: تكنولوجيا الوسائل التعليمية، عمان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، 1998، ص 8.

(2) - الكلوب بشير: استخدام الأجهزة في عملية التعليم والتعلم، ط 2، عمان، مكتبة المحاسب، 1987، ص 20.

(3) - الفراء عبد الله: مدخل إلى تكنولوجيا التعليم، ط 2، بيروت، دار الندى، 1995، ص 111.

(4) - يوسف ماهر: من الوسائل التعليمية إلى تكنولوجيا التعليم، الرياض، مكتبة الشقري، 1999، ص 36.

عرفها الكلوب: "بأنها مواد وأدوات تقنية ، ملائمة للمواقف التعليمية المختلفة ، يستخدمها المعلم والمتعلم بخبرة ومهارة لتحسين عملية التعلم والتعليم ، كما أنها تساعد في نقل المعاني وتوضيح الأفكار وتثبيت عملية الإدراك وزيادة خبرات الطلاب ومهاراتهم وتنمية اتجاهاتهم في جو مشوق ورغبة أكيدة نحو تعلم أفضل".<sup>(1)</sup>

وعرفها جابر وكاظم: "بأنها الأدوات والطرق المختلفة التي تستخدم في المواقف التعليمية والتي لا تعتمد كلية على الكلمات والرموز والأرقام".<sup>(2)</sup>

كما عرفها عطار وكنسارة: "بأنها كل أداة أو مادة يستعملها المعلم لكي يحقق للعملية التعليمية جوا مناسباً يساعد على الوصول بتلاميذه إلى العلم والمعرفة الصحيحة وهم بدورهم يستفيدون منها في عملية التعلم واكتساب الخبرات".<sup>(3)</sup>

وعرفها يوسف: "بأنها كل ما يستخدمه المعلم من أجهزة وأدوات ومواد وغيرها ، داخل حجرة الدراسة أو خارجها ، لنقل خبرات تعليمية محددة إلى المتعلم بسهولة ويسر ووضوح ، مع الاقتصاد في الوقت والجهد المبذول".  
والمتمعن في التعريفات السابقة للوسائل التعليمية يجد "أنها تتفق على أن الوسائل التعليمية مواد وأجهزة تعين المتعلم على فهم المادة والوصول به نحو تعلم أفضل لتحقيق الأهداف المنشودة من عملية التعلم".

### I. 2-3-3- التطور التاريخي للوسائل التعليمية:

الوسائل التعليمية ليست وليدة العصر الحالي بل تعود أصولها التاريخية إلى بداية وجود الإنسان على سطح الأرض .

وقد أشار الكلوب: "إلى أن مخلفات الإنسان منذ أقدم العصور تدل على أنه بدأ التعبير بأفكاره بصورة رموز تعرف على مدلولاتها وأتقن التعامل بها".

فالكاتبه الهيروغليفيه تمثل في مجموعها وسائل تعليمية لأنها تتكون من مجموعات من الصور لها مدلولات تشكل سجلا لتلك الحقب التاريخية.<sup>(4)</sup>

وذكر كابلي: "أن العلماء الإغريق أكدوا في تدريس تلاميذهم على التجارب المباشرة حيث كان "أرسطو" يحرص على اصطحاب تلاميذه لجمع العينات ودراسة الظواهر الطبيعية".<sup>(5)</sup>

أما أبو حمود: "فقد ذكر أن الوسائل التعليمية كانت مستخدمة في القرون الأولى من الميلاد عندما طالب أحد المعلمين في روما وهو "كونتليان" ، ضرورة استعمال المتعلمين اللعب وجميع المخترعات الممكنة التي تساعد في تسهيل تعلمها ، وقد وضع نماذج من العظام للحروف حتى يلعب بها المتعلمون".<sup>(6)</sup>

(1) - الكلوب بشير: التكنولوجيا في عملية التعلم والتعليم، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، 1988، ص106.

(2) - يوسف ماهر: من الوسائل التعليمية إلى تكنولوجيا التعليم، الرياض، مكتبة الشقري، 1999، ص28.

(3) - كاظم عبد الله: كنسارة، إحسان، وسائل الاتصال التعليمية، مكة، مطابع بحادر، 1418هـ، ص72.

(4) - الكلوب بشير: الوسائل التعليمية إعدادها وطرق استخدامها، ط2، بيروت، دار إحياء العلوم، 1996، ص17.

(5) - كابلي طلال: أثر استخدام الشرائح المصورة الشفافة في التغلب على صعوبات تعلم الكسور الاعتيادية لدى تلاميذ عبد العزيز، العلوم التربوية، المجلد السادس، جدة، 1413هـ، ص226.

(6) - أبو حمود قسطندي: الوسائل في علمية التعلم والتعليم، ط4، القدس، مطبعة المعارف، 1982، ص17.

وفي العصر الحديث بدأ العلماء ينادون بضرورة الاهتمام والاعتماد على الخبرات الحسية والمباشرة في عملية التعلم واهتم المرءون وعلماء النفس بالوسائل التعليمية وأجريت العديد من الدراسات والأبحاث التي توضح دور الوسائل التعليمية في مواجهة الفروق الفردية وتعليم المعرفة والمهارات.

### I. 2-3-4- أقسام الوسائل التعليمية في المجال الرياضي:

وتنقسم الوسائل من حيث النوعية والغرض إلى أربعة أقسام وهي :

#### I. 2-3-4-1- الوسائل الرياضية الرسمية :

وهي التي يستعملها الرياضي في ممارسة النشاط الرياضي من حيث الأبعاد والمقاييس التي تحدد المساحة التي تجري فيها الرياضة.

#### I. 2-3-4-2- الوسائل البديلة :

هي تلك الوسائل التي يلجأ إليها لتغطية النقص الذي تشهده المؤسسة والمنشأة ككل ، بسبب قلة الإمكانيات المادية أو الإهمال المقصود أو غير المقصود.<sup>(1)</sup>

#### I. 2-3-4-3- الوسائل البيداغوجية :

على كل منشأة رياضية أن تحتوي على وسائل بيداغوجية وعتاد لتحسين الممارسة الرياضية ومن الناحية القانونية نجد :

**المادة 89 :** يجب أن تحتوي المناطق السكنية ومؤسسات التربية والتعليم والتكوين على منشأة رياضية ومساحات اللعب للمنشأة طبقا للمواصفات التقنية والمقاييس الأمنية.<sup>(2)</sup>

#### I. 2-3-4-4- الوسائل السمعية البصرية :

وذلك بعرض الحركة بشكلها الطبيعي أو في شكل رسومات معينة والتي تدرك حسيًا بصورة غير مباشرة عن طريق الملاحظة، يصاحب ذلك العرض الحي أو الصورة الشرح اللفظي ، ويحقق العرض الغرض إذ ما قدمناه بشكل واضح يراه الجميع.<sup>(3)</sup>

### I. 2-4- أسباب اتساع دائرة استعمال الوسائل التعليمية و الأدوات الرياضية :

هناك عدة أسباب لاتساع دائرة استخدام هذه الوسائل أهمها :

- زيادة القيمة التربوية المتصلة بالألعاب وهذه إحدى ميزات الاتجاهات الجديدة في الرياضة بصفة عامة.
- تغيير عامل مهم يساعد على الإكثار من جوانب النشاط البدني.
- يمكن أن يضمن للأستاذ موردا جديدا أو كبيرا من التمارين ذات العرض الخاص والعام من أقسام الحصة التعليمية.

<sup>(1)</sup> - عدنان إدريس جلول : أمين أنور الحلاي وآخرون : التربية الرياضية الرسمية ودليل معلم الفصل، ط3، دار الفكر، 1994، ص144 .

<sup>(2)</sup> - المادة 89 : من الباب الرابع الأمر رقم 95-09. المؤرخ 1995/02/25، يتعلق بالمنصوصة الوطنية للتربية البدنية وتطويرها .

<sup>(3)</sup> - مرغاس خليل : إبراز عوامل نجاح درس التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، مذكرة ليسانس 2006، ص87 .

- إن استخدام الأدوات والتجهيزات يكون عاملا مهما داخل الحصة التعليمية ويعد الشكلية.
- إن استخدام الأدوات والأجهزة يضيف إلى حصة التربية البدنية والرياضية عنصر التشويق والمرح في النشاط.
- يزيد من تحقيق قدرة الذاتية للمتعلم ، الأمر الذي لا يجعله يرضى بأقل أقصى جهد يبذله.<sup>(1)</sup>

### I. 3- المنشآت :

إذا تحدثنا عن المنشآت فيجب أن نتحدث عن تنوعها وذلك حسب الأنشطة التي أنشأت من أجلها ، حيث لكل منشأة نشاط يؤدي فيها وعاملين وإداريين مخصصين لهذا النشاط نجد:

- منشآت صناعية ( المصانع بأنواعها ... ) .
  - منشآت عالية ( البنوك، شبكة التأمين ... ) .
  - منشآت سياحية ( كالفنادق والمركبات ... ) .
- وإذا أخذنا موضوع بحثنا فإن المنشآت المدروسة هي المنشأة الرياضية.

### I. 3-1- مفهومها :

ويقصد بها المباني والملاعب والمركبات الرياضية التي تقام فيها المنافسات والدورات الرياضية المختلفة وهي تتكون من الملاعب ، صالات ، حمامات سباحة ، مضمارات ، بالإضافة إلى المرافق مثل المخازن ، أماكن الصيانة ، حجرات تغيير الملابس.<sup>(2)</sup>

### I. 3-2- تقسيم المنشآت الرياضية :

منشآت رياضية تعليمية - منشآت رياضية ترويحية وترفيهية - منشآت استعراضية وحفلات عامة - منشآت رياضية وترويحية تجارية - منشآت تنافسية - منشآت رياضية خاصة.<sup>(3)</sup>

### I. 3-3- أسس تخطيط المنشآت الرياضية :

لإنجاز مثل هذه المنشآت يجب الأخذ بعين الاعتبار عدة مقاييس وانتهاج أسس مدروسة مستقبلا تتمثل في :

#### I. 3-3-1- اختيار الموقع :

- يفضل اختيار موقع الذي يبعد عن المناطق السكنية لمسافة لا تقل عن 4 كلم بالنسبة للشباب و2 كلم بالنسبة للأطفال.
- مراعاة نمو الكثافة السكانية مستقبلا ومعرفة المشروعات التي سوف تقام أو التوقعات المستقبلية.
- بالنسبة لاختيار الموقع يجب دراسة أقصى حد لضغط المرور في أيام المباريات الرسمية حتى يمكن توفير المستلزمات.

<sup>(1)</sup> - عبد الفتاح لطفي : الأجهزة الصعبة واستخدامها في التربية البدنية ، ب، م، ص 4.

<sup>(2)</sup> - إبراهيم محمود عبد المقصود : مرجع سابق، ص 15 .

<sup>(3)</sup> - عدنان درويش جلول، أيمن أنور الحلال، محمود عبد الفتاح منان : مرجع سابق، ص 109 .



- العناية التامة بالخدمات العامة للجماهير والمشاهدين وخاصة الأماكن الموصولة إلى ملحقات الملاعب مثل دورات المياه والإسعاف والهاتف. (1)

### I. 3-3-2- التجانس الوظيفي للملاعب والوحدات :

- مراعاة أن تكون وحدات تبديل الملابس ودورات المياه قريبة من الملاعب حتى يسهل على اللاعبين استخدامها قبل وبعد التدريب.
- يفضل أن تكون مفتوحة بأنواعها قريبة من بعضها حتى يسهل صيانتها والتحكم في إدارتها وحسن سيرها.
- تجميع الأجهزة والأدوات التي تستعمل في نوع واحد من الرياضات حتى يسهل على اللاعب مواصلة تدريبه. (2)

### I. 3-3-3- عزل العوامل الغير مرغوب فيها :

- يجب عزل أماكن النشاط التي تحتاج إلى الهدوء وإتباع نظام خاص مثل رياضة السلاح والجمباز وكمال الأجسام والشطرنج عن الملاعب والأماكن الأخرى ، حتى لا تؤثر على نتائج اللاعبين ، ضرورة عزل ملاعب الكبار عن الأطفال وأماكن الذكور عن الإناث، تخصيص أماكن محددة لرجال الصحافة والأعلام حيث يمكن وضع الأدوات والأجهزة ، يجب أبعاد جميع الأجهزة الكهربائية والميكانيكية عن متناول الأطفال وتخصيص أماكن لها. (3)

### I. 3-3-4- عوامل الأمن والسلامة :

- يجب ترك مساحة كافية لدخول الملعب حتى لا يتعرض اللاعبون الأخطار سواء نتيجة اندفاعهم أثناء اللعب، أو عند نزول بعض المشاهير نتيجة حماسهم إلى أرض الملعب.
- أهمية عدم وجود أية حواف صلبة أو مدببة من المحتمل أن تحدث أضرار كما يجب أن نفتح الأبواب المؤدية للملاعب المفتوح أو المغلقة للخارج.
- يراعي البعد التام لصنابير و خراطيم المياه وأدوات الصيانة و النظافة عن الملاعب. (4)

### I. 3-3-5- نواحي الإشراف :

- يجب مراعاة سهولة الاتصال بين أماكن الإشراف و جميع الملاعب و أماكن النشاط وأن يكون موقع يسمح بزاوية رؤية جديدة ، ذلك بأن تكون و جهتها من الزجاج و مظلة مباشرة على الملاعب لما يضمن تتبع الإشراف عليها.

### I. 3-3-6- قواعد الصحة العامة :

(1) - حسن أحمد الشافعي : الإمكانيات والمنشآت في المجال الرياضي ، ط1، دار الوفاء، الإسكندرية، مصر، 2004، ص18 .

(2) - عفاف عبد المنعم درويش : الأمانات في التربية البدنية، ط1، منشأة المعارف، مصر، 1998، ص70-71.

(3) - حسن احمد الشافعي : مرجع سابق ص 19.

(4) - عفاف عبد المنعم درويش : مرجع سابق ، ص71، 72.

يجب أن يتناسب عدد دورات المياه بالنسبة لعدد المترددين علي المشاة ، كما يجب الاهتمام بنظافة وتسوية أرضيات الميدان منعا لحداث الإصابات ، الاهتمام بالتهوية والإضاءة لكل من الملاعب المفتوحة والمغطات و دورات المياه و الحمامات و حجرات تبديل الملابس و غرف التدليك.

### I. 3-3-7- الاستغلال الأمثل :

يعتبر هذا العناصر قاعدة ذهبية في تصميم المنشأة ، حتى يمكن الاستفادة منها مما أمكن من حيث مساحة الموقع ، وظروفه لتقسيم مساحة إلي أكثر من ميدان للنشاط الرياضي مع استعمال أجود الأصناف و الخدمات والبحث عن أفضل أنواع الأرضيات للملاعب حتى تتحمل الضغط المستمر عليها .

### I. 3-3-8- الناحية الجمالية :

يجب مراعاة الناحية الجمالية عند التخطيط لإنشاء المنشآت من حيث جمال الشكل و اللون و الراحة وزيادة رقعة المساحات الخضراء بإشكال هندسية متنوعة.

### I. 3-3-9- الناحية الاقتصادية :

يجب ألا تكون الجوانب الاقتصادية معوقا لفقد المنشأة أهميتها ، لذلك يجب تخصيص ميزانية لإتمام المنشآت مع وضع خطة زمنية لاستكمال العمل على مراحل ، حيث نبدأ المرحلة الموالية بعد التأكد من سلامة و نجاح المرحلة السابقة لها.

### I. 3-3-10- توقع التوسع مستقبلا :

عن عمليات التوسع في المنشأة أو تطويرها في المستقبل أمر وارد ، لذلك يجب أن يقدر المختصون مراعاة ذلك بحيث يمكن تعديل المنشأة أو التوسيع فيها بإضافة مساحات جديدة و زيادة عدد الطوابق في المباني.

### I. 3-3-11- الصيانة :

من أهم العوامل الاقتصادية التخطيط السليم للصيانة و للمنشأة و مرفقتها يمكن من استغلالها لسنوات أطول و هي على نفس الشكل الذي أنشأت عليه هذه الصيانة وقد تكون يومية ، أسبوعية ، شهرية ، سنوية.<sup>(1)</sup>

### I. 4- أهمية الوسائل التعليمية لعناصر الموقف التعليمي

#### I. 4-1- أهميتها للمعلم :

✓ ان استخدام الوسائل التعليمية في عملية التعليم تفيد المعلم وتساعد في تحسين أداءه في إدارة الموقف التعليمي وذلك من خلال الآتي :

✓ تساعد على رفع درجة كفاية المعلم ( المهنة ) المهنية.

(1) - محمد محمود الحيلة : تصميم وإنتاج الوسائل التعليمية ، دار المسيرة للنشر والتوزيع . عمان . 2000 . ص 71 ، 74 .

- ✓ تعبير دور المعلم من ناقل المعلومات.
- ✓ تساعد المعلم على حسن عرض المادة وتقييمها ، والتحكم بها.
- ✓ تمكن المعلم من استغلال كل الوقت المتاح بشكل أفضل.
- ✓ توفر الوقت والجهد المبذولين من قبل المعلم.
- ✓ تساعد المعلم في إثارة الدافعية لدى التلاميذ ، وذلك من خلال القيام بالنشاطات التعليمية لحل المشكلات أو اكتشاف الحقائق.
- ✓ تساعد المعلم في التغلب على حدود الزمان والمكان في غرفة الصف.

#### I. 4-2- أهميةها للتعليم :

أما أهمية استخدام الوسائل التعليمية في غرفة الصف فإنها أيضا تعود بالفائدة على المتعلم وتثري تعلمه وذلك من خلال الآتي :

- ✓ تنمي في المتعلم حب الاستطلاع ، وترغبه في التعليم .
- ✓ تقوية العلاقة بين المتعلم والمعلم وبين المتعلمين أنفسهم ، وخاصة إذا استخدمها المعلم بكفاية. (1)
- ✓ توسيع مجال الخبرات التي يمر فيها المتعلم.
- ✓ يعالج اللفظية والتحديد.
- ✓ تسهم في تكوين اتجاهات مرغوب فيها.
- ✓ تشجيع المتعلم على المشاركة ، والتفاعل مع المواقف الصدفية المختلفة وخصوصا إذا كانت الوسيلة من النوع المسلي.
- ✓ تثير اهتمام المتعلم وشوقه إلى التعلم ، مما يزيد من دافعية وقيامه نشاطات تعليمية لحل المشكلات والقيام باكتشاف حقائق جديدة.
- ✓ تجعل الخبرات التعليمية أكثر فعالية ، وتبقى أثرا ، وأقل احتمالا للنسيان.
- ✓ تتيح فرصا للتنوع والتحديد المرغوب فيه وبالتالي : تسهم في علاج مشكلة الفروق الفردية.
- ✓ أثبتت التجارب أن الوسائل التعليمية توفر من الوقت ، والجهد على المتعلم ما مقداره ( 38-40% ).

#### I. 4-3- أهميتها للمادة التعليمية :

- تكمُن أهمية استخدام الوسائل التعليمية في غرفة الصف للمادة التعليمية في النقاط الآتية :
- ✓ تساعد على توصيل المعلومات والمرافق ، والاتجاهات والمهارات المنتظمة في المادة التعليمية إلى المتعلمين وتساعد على إدراك هذه المعلومات.
- ✓ تساعد على بقاء المعلومات حية وذات صورة واضحة في ذهنية المتعلم.

(1) - محمد محمود الحيلة : تصميم وإنتاج الوسائل التعليمية ، المرجع السابق .

- ✓ تبسط المعلومات والأفكار وتوضحها وتساعد التلاميذ على القيام بأداء المهارات المطلوبة منهم.
- ✓ توضيح المعلومات والمهارات الحركية وتساعد التلاميذ على القيام بأداء المهارات المطلوبة منهم. (2)

#### I. 4-4- أهمية الوسائل و المنشآت في التربية البدنية :

✓ توفر المنشآت والوسائل الرياضية عنصر أساسي لنجاح العملية التعليمية ، حيث لا نستطيع الاستغناء على الملاعب والأدوات الرياضية المدرسية.

✓ تكوين أجيال متتالية من الناشئين الذين سوف يدعمون الفرق ذات المستوى العالي ، والفروق القومية لا يمكن أن تتم بدون إمكانات مادية ( وسائل ومنشأة رياضية ).

✓ غياب الوسائل والمنشآت الرياضية تضعف البرامج المختلفة لأغراض التربية البدنية والرياضية. (3)

✓ توفر الوسائل التي تخصص في تقديم المهارات الرياضية الصعبة للممارس بصورة بسيطة تساعدهم على الوصول إلى مرحلة الثبات ، والإتقان.

✓ تواجد الإمكانيات يوفر الوقت والجهد لكل من المدرب واللاعب ، والتلميذ و المعلم حيث أن يوفر الوسائل والمنشآت سواء في أماكن التدريب أو المدرسة يؤثر في جذب التلاميذ وغيرهم نحو ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية ✓ وفرة الأجهزة والأدوات ودوام المنشآت يقلل من شعور الممارسين بالملل.

✓ توفرها يؤثر إيجابيا في نشر التربية البدنية والتعريف بأهميتها ويرغب فيها مختلف فئات الشعب.

✓ أن يوفر الإمكانيات في مختلف المجالات ومنها التربية البدنية والرياضية يساعد الحكومة على تحقيق أهدافها العامة.

✓ توفير الأماكن الخاصة بالتربية البدنية في المدارس.

✓ لا يمكن للدولة أو المدرسة وأي خلية أن تشرك لاعبيها في المنافسات وتنتظر منهم نتائج إن لم يوفر لهم ملاعب وأدوات وأجهزة فيها شروط معينة.

✓ أن يوفر الوسائل والمنشآت الرياضية له الأثر الكبير في الارتقاء بالمستوى الرياضي للممارسين سواء من الناحية المهارية أو الخططية. (1)

#### I. 5- معايير إختيار الوسيلة التعليمية

✓ نعتبرها عن الرسالة المراد نقلها ، وصلة محتواها بالموضوع.

✓ ارتباطها بالهدف أو بالأهداف المحددة المطلوب تحقيقها من خلال استخدام تلك الوسيلة.

✓ ملاءمتها لأعمار التلاميذ ، وخصائصهم ، من حيث قدراتهم العقلية وخبراتهم ومهاراتهم السابقة ، وظروفهم البيئية.

(2) - محمد سعيد عوض : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضة ، منشأة المعارف الإسكندرية . 1996 . ص 130 .

(3) - أمين أنور الخولي وآخرون: مرجع سابق، ص 122.

(1) - أمين أنور الخولي وآخرون: مرجع سابق ، ص 122.



- ✓ توافقهما مع طريقة التعليم والنشاطات المنوي تكليف المتعلمين بها.
- ✓ أن تكون المعلومات التي تحملها الوسيلة التعليمية التعليمية صحيحة ودقيقة وحديثة.
- ✓ أن تكون الوسيلة التعليمية بسيطة ، وواضحة وغير معقدة وخالية من المؤثرات التشويشية والدعائية.
- ✓ أن تكون الوسيلة التعليمية التعليمية في حالة جيدة.
- ✓ أن تعمل الوسيلة التعليمية على جذب الانتباه.
- ✓ أن تتناسب قيمة الوسيلة التعليمية مع الجهد والمال الذي يصرف للحصول عليها.
- ✓ اتجاهات المعلم ومهاراته.
- ✓ إذا كانت الوسيلة استخدام جهاز ما ، علينا أن نأخذ بعين الاعتبار توافر المكان الذي يستخدم فيه هذا الجهاز بكفاية و إمكانية صيانتته وإصلاحه.
- ✓ أن تضيف الوسيلة التعليمية شيئا جديدا إلى ما ورد في الكتاب المدرسي و إلا فأي فصل لها.
- ✓ فنية الوسيلة التعليمية وجمالها.
- ✓ عنصر الأمن.<sup>(2)</sup>

#### I. 6- خصائص وصفات الوسيلة التعليمية الناجحة:

- أن تكون الوسيلة مثيرة للانتباه و الاهتمام، وأن يراعي في أعدادها و إنتاجها التعلم وأسسها ، ومطابقتها للواقع قدر المستطاع.
- أن تكون الوسيلة التعليمية نابعة من المنهاج الدراسي ، و يؤدي إلى تحقيق الهدف منها كتقديم المعلومات أو بعض المهارات ، أي تكون جزء لا ينفصل من المنهج.
- أن تكون محققة للأهداف التربوية.
- أن تكون مراعية لخصائص التلاميذ ومناسبة لعمرهم الزمني و الانفعالي و الجسمي.
- أن تتسم بالبساطة و الواقعية و الوضوح وعدم التعقيد.
- أن تكون مناسبة مع الوقت والجهد الذي يتطلبه استخدامها.
- أن تشوق المتعلم وترغبه في الإطلاع و البحث و الاستقصاء وتساعد على استنباط خبرات جديدة.
- أن تتناسب من حيث الجودة و المساحة و الحجم و الصوت و عدد الدراسي في الصف و أن تعرض في الوقت المناسب لكي لا تفقد عنصر الإثارة فيها.
- أن يراعي في تصميمها و إنتاجها صحة المحتوى من الناحية العلمية و الجودة.

#### I. 7- الثمار التربوية لاستعمال الوسائل التعليمية :

- تساهم في تعليم إعداد كبيرة من المتعلمين في صفوف مزدحمة.

(2) - محمد حمود الخيلة : مرجع سابق، ص 134.

- توفر كثيرا من الخبرات الحسية التي تعتبر أساسا في تكوين المدركات الصحيحة لما يستمع إليه التلاميذ من شرح لفظي وما يقرأه من الكتب المدرسية ، كما تعمل على توفير خبرات حقيقة أو بديلة وتقرّب من أذهان التلاميذ.
- تثير انتباه التلاميذ نحو الدروس و اهتمامهم به ، وتزيد إقبالهم على الدراسة ، فالوسائل التعليمية مستوفية إذا ما توفرت فيها العناصر المطلوبة.
- تعالج مشكلة الزيادة الهائلة في المعرفة الإنسانية.
- تساعد الوسيلة على زيادة سرعة العملية التربوية.
- تجعل التعليم أكثر عمقا وثباتا في أذهان التلاميذ وهي تساعد على إطالة فترة تذكّرهم لما يتعلمون.
- تعالج مشكلة الفروق الفردية بين التلاميذ.
- توفر الوسائل التعليمية تنوعا مرغوبا فيه في الخبرات التعليمية وهذا ما يجب تعرف التلاميذ بالموقف التعليمي ، يضع أمامهم مصادر متنوعة.
- تنمي في المتعلمين حب الاستطلاع وتخلق في نفوسهم رغبة في التحصيل والمثابرة على التعلم بشوق ونشاط مستعملين حاسة أو أكثر من حواسهم بالطرق التي تناسبها.<sup>(1)</sup>
- تقوي العلاقة بين المعلم و المتعلم فتزيد من ايجابية المتعلم واستجابته للتوجيهات و الحقائق المجردة.
- تبقى معلومات المتعلم حية وذات صورة واضحة في ذهنه يستطيع استغلالها بشكل جيد.
- تقوي شعور المتعلم بأهمية معلوماته التي اكتسبها بتجاربه و جهد المستقبل.

### I. 8- كيفية توظيف الوسائل التعليمية و تحقيق الأهداف التعليمية:

- لعل الحديث مثل هذا العنوان يحمل في صيانة صعوبات واختلافات في الرأي ولكن علينا أن نجتهد مستعنيين بالمرجع و المصادر المناسبة ، إضافة إلى خبرتنا العملية و العلمية وتعود الصعوبات في اختيار الوسائل التعليمية المناسبة للأهداف المناسبة إلى عدة أسباب منها :
- ❖ عدم وجود توجيهات قطعية تماما باختيار هذه الوسيلة أو تلك.
  - ❖ قلة عدد المعلمين المؤهلين في الموضوع الوسائل التعليمية.
  - ❖ كثرة مصادر الوسائل التعليمية.
  - ❖ رغم الكثرة في مصادر الوسائل التعليمية إلا أن توافرها في المدرسة قد يكون نادرا ، وإن وجد فهو في المستودعات.
  - ❖ هناك اتجاه سلبي من بعض الإدارات التعليمية ، و المعلمين أنفسهم نحو استخدام الوسائل التعليمية ، و اعتبارها مضيعة للوقت و الجهد و تعطيل سير الحصّة.

(1) - ماجدة البيد عبيد : الوسائل التعليمية في التربية الخاصة ، ط1 ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، 2000، ص69.

❖ عدم وجود قاعات مناسبة لعرض بعض الوسائل.

❖ عدم وجود أخصائي لصيانة بعض أجهزة هذه الوسائل أو تشغيلها ، و غيرها الكثير الذي يتغير حسب طبيعة النظام التربوي و البنية المدرسية.<sup>(1)</sup>

### I. 9- عرض الوسائل و المنشآت :

يعد تحديد الأدوات والأجهزة و توفرها يعد عاملا رئيسا لنجاح البرنامج الرياضية ، ذلك لأنه يستحيل ممارسة أي نوع من الأنشطة الرياضية في غياب الأجهزة والأدوات الخاصة لهذا النشاط لذا تعتبر عنصر ا هاما لتحقيق البرامج الرياضية وهي تختلف من رياضة إلى أخرى.<sup>(2)</sup>

### I. 9-1- العاب المضامير والميدان :

مسابقات المضمار ، شواهد ، حواجز ، مكعبات البدء... الخ.  
العاب الميدان : متر قياس ، حفر ، وثب ، عارضات قفز ، أرماع ، دائرة قذف ... الخ.

### I. 9-2- الألعاب الجماعية :

- كرة السلة : كرات، سلة ، أهداف ، لوحات خلفية ، ملعب الكرة السلة ، شباك.
- كرة اليد : كرات ، مرمي ، ملابس ، شباك خلفية .
- الكرة الطائرة : كرات ، شباك ، قوائم ، ملعب<sup>(3)</sup>.

### I. 10- الملاعب الرياضية :

أصبحت الأنواع الحديثة من الملاعب جزء من الحياة الرياضية ، كما أنها تحتل المرتبة الأولى من الناحية البدنية و الرياضية ، حيث أنها حجر الزاوية في تنفيذ البرامج الأولية في التربية البدنية الرياضية.

### I. 10-1- تعريف الملاعب :

هي مساحة من الأرض المستوية الخالية من العوائق ، ذات أبعاد هندسية محددة ، تمارس عليها الأنشطة الرياضية المختلفة و تقام عليها المباريات والمنافسات و العروض ، بها مواصفات خاصة سواء عند إنشائها أو تخطيطها أو صيانتها.<sup>(4)</sup>

### I. 10-2- ما يجب مراعاته عند التخطيط :

(1) - ماجدة البيد عبيد : مرجع سابق ، ص 80-81 .

(2) - عفاف عبد المنعم درويش : مرجع سابق ص 97 .

(3) - حسن احمد الشافعي : مرجع سابق ص 54 .

(4) - أحلام مصطفى محمد : الإمكانات الرياضي ودورها في تحقيق أهداف برنامج النشاط الرياضي . كلية التربية للبنات جامعة حلوان مصر 1995 ص 75 .

كون الملاعب تحضي بهذه الأهمية في النشاط البدني والرياضي يجب مراعاة بعض الجوانب عند إنشائها وفقاً لعدة اعتبارات هي :

- نوع الرياضة التي أنشاء من اجلها الملعب.
- المساحة المتوفرة التي سوف بنشاء عليها الملعب.
- التغيرات المستقبلية التي قد تطرأ عليها حسب عدد الممارسين والهدف من الممارسة.

### I. 10-3- أنوع الملاعب :

الملاعب علي اختلاف أنواعها و أشكالها يمكن تقسيمها طبقا لمواصفات معينة علما بان التقسيمات مرتبطة فيما بينها ، بذلك تم تقسيمها من حيث الأهداف ، الشكل الهندسي ، من حيث اللعبة ، من حيث القانونية ، من حيث التبعية ، من حيث نوعية الأرضية و سيتم عرضها بالتفصيل :

### I. 10-3-1- من حيث الأهداف :

- ملاعب تدريبه : لا تتوفر فيها الصفة القانونية لإقامة مباراة رسمية.
- ملاعب تنافسية : ملاعب القانونية الصالحة لتدريب وإقامة المباريات.
- ملاعب تعليمية: وهي الملاعب التي تقام بغرض تعليم الأطفال صغار السن.
- ملاعب ترويحية : التي تقام في القرى السياحية من أجل الترفيه واللهو.
- ملاعب استعراضية: مساحات واسعة و غير قانونية تصلح لإقامة العروض أو المهرجانات.

### I. 10-3-2- من حيث الشكل الهندسي :

- ملاعب مستطيلة: ملاعب كرة القدم ، السلة ، الكرة الطائرة ، التنس.
- ملاعب مربعة : الجمباز ، المصارعة ، الملاكمة.
- ملاعب دائرية : رمي الحلة .القرص .المطرقة .
- ملاعب بيضاوية: مضمار الجري ، بعض حمامات السباحة.

### I. 10-3-3- من حيث الشكل العام :

- ملاعب مكشوفة : وهي الملاعب الموجودة في الهواء الطلق تحت مختلف الظروف المناخية (أمطار، رياح ، حرارة .....

- ملاعب مغطاة : كما في الصالات المغلقة وإبداع إمكانية تحويلها لممارسة أنشطة مختلفة.<sup>(1)</sup>

### I. 10-3-4- من حيث اللعبة :

- ملاعب خاصة: الملاكمة ، الرماية ، المصارعة ، الكراتي.
- ملاعب عامة : كرة القدم ، كرة اليد ، كرة الطائرة.

(1) - إبراهيم محمود عبد المقصود : الموسوعة التعليمية للإدارة الرياضية ط1 ، دار الوفاء ، مصر ، ص52 - 53.

■ ملاعب الألعاب الزوجية أو الفردية : حمامات ، السباحة .

### I . 10-3-5- من حيث القانونية :

■ ملاعب قانونية : وهي التي تتوفر فيها الشروط و المقاييس العالمية و الخاصة بالألعاب المختلفة.

■ ملاعب غير القانونية : هي التي تراعي فيها أثناء التصميم النوعية أو الممارسين أو السن حيث تتناسب مع كل الأعمار و خصوصا الأطفال.

### I . 10-3-6- من حيث الشعبية :

■ ملاعب حكومية : تابعة الدولة مثل المركبات الرياضية ، مراكز الشباب.

■ ملاعب تابعة لهيئة معينة : مثل ملاعب النوادي أو الشركات.

### I . 10-3-7- من حيث نوعية الأرضية :

تلعب الأرضية دورا كبيرا بالنسبة للألعاب و هي تختلف تبعا لعاملين أولهما نوع وطبيعة النشاط الرياضي الممارس عليها ونذكر منها :

■ ملاعب خضراء الطبيعية (المزرعة) : الملاعب الخضراء الاصطناعية الملاعب المدكوكة الاسمنت البلاط،

■ الملاعب المائية .

■ الملاعب الجليدية

■ الملاعب الرملية.<sup>(1)</sup>

### I . 11- الصفارة و كيفية استخدامها :

إن استخدام الصفارة فن فهي مع الصوت أو الإيجاز الصحيح يلعب دورا كبيرا في عملية السيطرة وهذه بعض النصائح في حالات التي يستخدم فيها الصفارة :

❖ في الألعاب والنشاط الحر يكون التلاميذ اقرب إلى الحرية و يصعب سماع صوت المدرس ، و يستخدم الصفارة الطويلة لإنهاء اللعب أو لإلقاء الأوامر أو التوجيهات ، و الصفارة قصيرة البدء و الصفارة المنقطعة لتحذير التلميذ.

❖ الصفارة تعتبر أداة مفيدة جدا مع التلاميذ الصغار حيث يصعب عليهم فهم الإنذار.

❖ في الصفوف الكبيرة العدد يصعب إيصال صوت المدرس إليهم.

❖ في السباقات أو الألعاب الرياضية المتنوعة تستخدم كأداة للاستعداد و الانتباه.

❖ في التحكيم المباراة الرياضية و المسابقات في ألعاب الميدان و المضمار.

من أهم الظروف التي تستعمل فيها الصفارة السباحية حيث لا يمكن للسباحين سماع صوت المدرب أثناء وجودهم في الماء و كذلك خارج الماء لجمعهم و إلقاء النصح إليهم.<sup>(2)</sup>

(1) - عفاف عبد المنعم درويش : مرجع سابق، ص79.

(2) - محمود عوض سيوني وفصل ياسين الشاطر :نظريات و طرق التربية البدنية ،ط2 ديوان المطبوعات الجامعية ،الجزائر، ص ،130- 131 .

**I. 12- أهمية و مميزات الأدوات الصغيرة أو البديلة :**

- تسهم الأدوات بقدر كبير في تنمية مختلف الصفات و القدرات البدنية.
- رخص ثمنها بالمقارنة مع الأدوات الكبير والأجهزة مما يتيح فرصة انتشارها وكثرتها في مختلف المنشآت.
- تعتبر الأدوات الصغيرة احد العوامل الشيقة لجذب أفراد مختلفة الأعمار في ممارسة النشاط الرياضي.
- ينقص شعور الممارسين بالملل.
- تسهم بقدر كبير في إضافة طابع السرور و المرح و مختلف الجوانب الوجدانية أو الانفعالية الايجابية عند استخدامها.<sup>(1)</sup>

**II. 13- طرق استعمال الوسائل السمعية والبصرية :**

وهذه الطرق التعليمية تقدم الحركة بشكلها الطبيعي أو في رسومات معينة والتي تدرك جسيما بصورة غير مباشرة عن طريق الملاحظة ، ويصاحب لغرض الحي أو المصور الشرح اللفظي ، حيث تلعب الكلمة دور مساعدا فقد أظهرت البحوث التجريبية أن استخدام حاسة البصر في التعليم هو من انجح طرق التعليم إذا اتخذت كل حاسة مثل الحواس المختلفة علي حدة ، ولكن استخدامها متجمعة (حاسة البصر حاسة السمع و الحواس الأخرى مثل الإحساس الحركي و التوازن) أفضل من استخدام حاسة البصر بمفردها و لكي يشاهد التلاميذ الغرض المتقدم بشكل صحيح فلا بد أن يقدم في المكان يستطيع جميع التلاميذ من المشاهدة و يكون قطاع الرؤية واضحا لذلك يفضل أن يأخذ التلاميذ مسافات مناسبة أو يقفون علي احد الجوانب أن يكون العرض موجهها للتلاميذ و أحيانا أخرى يفضل أن تؤدي الحركات بحيث يراها التلاميذ من مختلف الجوانب.<sup>(2)</sup>

**I. 14- الشروط الواجب توفرها في الوسائل الرياضية :**

- ❖ يجب أن تحقق الوسائل الرياضية بعض الشروط من بينها ما يلي :
- ❖ تعمل علي تحقيق الهدف المستخدم من اجله لمعنى آخر لا تكون هذه الوسائل و الأدوات عائق.
- ❖ تناسب سن و جنس الممارسين و توفر عامل الأمن أو السلامة عند استخدامها.
- ❖ مطابقة الأجهزة والأدوات للمواصفات للقانونية الرياضية الخاصة بها ما أمكن ذلك .
- ❖ عدم قابليتها للتأثر بمختلف العوامل الحيوية ، وذلك بالمتانة و الجودة في مادة الصنع .
- ❖ توفير قطع الغيار و بدائل منها و إرفاقها بتعليمات واضحة لاستخداماتها المختلفة.
- ❖ الجمال و الذوق في شكلها و تصميمها حيث يدخل في الجانب النفسي و جلب الممارسين لها.
- ❖ إمكانية الفك و التركيب بسهولة علي القفل و التخزين .
- ❖ عدم المغالاة في أسعارها لكي تكون في متناول الممارسين.<sup>(3)</sup>

<sup>(1)</sup> - عفاف عبد المنعم درويش : مرجع سابق، ص، 92-99.

<sup>(2)</sup> - محمود عوض سيوني و فيصل ياسين الشاطي : مرجع سابق، ص، 81-82.

<sup>(3)</sup> - عفاف عبد المنعم درويش : مرجع سابق، ص، 81.



### I. 15- خصائص وصفات الوسيلة التعليمية الناجحة

- ✓ أن تكون الوسيلة مثيرة للانتباه و الاهتمام، وأن يراعي في أعدادها و إنتاجها التعلم وأسسها ، ومطابقتها للواقع قدر المستطاع.
- ✓ أن تكون الوسيلة التعليمية نابعة من المنهاج الدراسي ، و يؤدي إلى تحقيق الهدف منها كتقديم المعلومات أو بعض المهارات ، أي تكون جزء لا ينفصل من المنهج.
- ✓ أن تكون محققة للأهداف التربوية.
- ✓ أن تكون مراعية لخصائص التلاميذ ومناسبة لعمرهم الزمني و الانفعالي و الجسمي.
- ✓ أن تتسم بالبساطة و الواقعية و الوضوح وعدم التعقيد.
- ✓ أن تكون مناسبة مع الوقت والجهد الذي يتطلبه استخدامها.
- ✓ أن تشوق المتعلم وترغبه في الإطلاع و البحث و الاستقصاء وتساعد على استنباط خبرات جديدة.
- ✓ أن تتناسب من حيث الجودة و المساحة و الحجم و الصوت و عدد الدراسيين في الصف و أن تعرض في الوقت مناسب لكي لا تفقد عنصر الإثارة فيها
- ✓ أن يراعي في تصميمها و إنتاجها صحة المحتوى من الناحية العلمية و الجودة.

### I. 16- كيفية توظيف الوسائل التعليمية و تحقيق الأهداف و التعليمية

- لعل الحديث مثل هذا العنوان يحمل في صيانة صعوبات واختلافات في الرأي ولكن علينا أن نجتهد مستعنيين بالمرجع و المصادر المناسبة ، إضافة إلى خبرتنا العملية و العلمية وتعود الصعوبات في اختيار الوسائل التعليمية المناسبة للأهداف المناسبة إلى عدة أسباب منها :
- عدم وجود توجيهات قطعية تماما باختيار هذه الوسيلة أو تلك.
  - قلة عدد المعلمين المؤهلين في موضوع الوسائل التعليمية.
  - كثرة مصادر الوسائل التعليمية.
  - رغم الكثرة في مصادر الوسائل التعليمية إلا أن توافرها في المدرسة قد يكون نادرا ، وان وجد فهو في المستودعات.
  - هناك اتجاه سلبي من بعض الإدارات التعليمية ، و المعلمين أنفسهم نحو استخدام الوسائل التعليمية ، و اعتبارها مضيعة للوقت و الجهد و تعطيل سير الحصص.
  - عدم وجود قاعات مناسبة لعرض بعض الوسائل .
  - عدم وجود أخصائي لصيانة بعض أجهزة هذه الوسائل أو تشغيلها ، و غيرها الكثير الذي يتغير حسب طبيعة النظام التربوي و البنية المدرسية .<sup>(1)</sup>

(1) - ماجدة البيد عبيد : مرجع سابق ، ص 80-81 .

- عدم وجود أخصائي لصيانة بعض أجهزة هذه الوسائل أو تشغيلها ، وغيرها الكثير الذي يتغير حسب طبيعة النظام التربوي والأبنية المدرسية.<sup>(1)</sup>

### I. 17- ضمان استخدام الوسيلة التعليمية على النحو الجيد في درس مادة التربية البدنية :

- ✓ أن يكون المدرس على معرفة تامة بمحتويات الوسيلة من حيث المادة العلمية و ما تحمله من أسئلة و استفسارات.
- ✓ أن يستخلص منها ما يصعب فهمه من قبل التلاميذ.
- ✓ أن يقرر مقدار الجزء الذي يحتاجه من تلك الوسيلة ومن يستخدمها أثناء حصة و ما هو مقدار الزمن اللازم تخصيصه لها.
- ✓ أن بعد ما يحتاج من الأدوات المساعدة سواء كانت مطبوعة أو غيرها.
- ✓ أن يضع في اعتباره أسرار التلاميذ في استخدام الوسيلة.<sup>(2)</sup>

### الخلاصة :

<sup>(1)</sup> -محمود عوض سيون، فيصل ياسين الشاطي : مرجع سابق،ص30.

<sup>(2)</sup> - عفاف عبد المنعم درويش : مرجع سابق،ص92-99

من خلال ما جاء في هذا الفصل اتضح لنا مدى أهمية الوسائل التعليمية المختلفة والمنشآت الرياضية في عملية التعليم والتعلم من جهة وفي تطوير مختلف الرياضات من جهة أخرى، حيث توفرها على مستوى المؤسسات التعليمية من الدرجة الأولى أمر إلزامي وذلك لمدى أهميتها في تسريع عملية التعلم والسير الحسن لخصص التربية البدنية والرياضية، ونقل وتبادل المعلومات والمعارف بالإضافة إلى أنها أحد العوامل المؤثرة في تطوير جميع أنواع الرياضات في العالم، كما تعمل على نشر الأنشطة الرياضية و التعريف بأهميتها في المجتمع بكل فئاته وخاصة الصغار الذين يمتلكون القاعدة الهرمية الكبرى لرياضة النخبة أو رياضة المستوى العالي مستقبلا، بالإضافة إلى اكتشاف المواهب الشابة من خلالها، مع الأخذ بعين الاعتبار أن هذه الوسائل التعليمية والمنشآت الرياضية لها شروط ومتطلبات لاستخدامها يجب الأخذ بها خلال أداء الحصص التعليمية قصد السير الحسن والمحافظة على سلامة وأمن التلاميذ من الدرجة الأولى.

تمهيد:

المراهقة مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان وأصعبها وذلك لما تحمله من عدة متغيرات جسمية ونفسية وعقلية ، إذ تنفرد بخاصية النمو السريع غير المنظم وكذلك قلة التوافق العضلي العصبي بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل حيث وصفها ستانلي هول : أنها فترة عواصف وتوتر وشدة تكتنفها الأوهام النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبة التوافق وعلى هذا الأساس يجب دراسة ما يحدث في جسمه من تغيرات فيزيولوجية وعقلية وانفعالية وعاطفية ونفسية وسلوكية.

ولقد اتفق علماء التربية و مفكروها بأن ممارسة الرياضة تساهم مساهمة فعالة في ترقية و تهذيب سلوك المراهق من جهة و تحقق له الكفاية النفسية من جهة أخرى.

ومادما نبحث عن الإصابات الرياضية عند التلاميذ أثناء إجراء امتحان التربية البدنية والرياضية فإنه من الواجب معرفة طبيعة هذه المرحلة و المتمثلة في المراهقة.

ومن هذا المنظور ارتأينا في هذا الفصل التطرق لمراحل المراهقة و أشكالها و خصائصها و أهمية التربية البدنية و الرياضية للمراهق حتى يتسنى لنا الإلمام بجميع جوانب الموضوع.

### III .1- المراهقة:

#### III .1-1- مفهوم المراهقة:

تعد المراهقة من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة التي تتسم بالتحدد المستمر والترقي في معارج الصعود نحو الكمال الإنساني الرشيد ، ومكمن الخطر في هذه المرحلة التي تنتقل بالإنسان من الطفولة إلى الرشد ، هي التغييرات في مظاهر النمو ( الجسمية والفيزيولوجية والعقلية والاجتماعية والانفعالية والدينية والخلقية... الخ ) وما يعترض الإنسان فيها إلى صراعات متعددة داخلية وخارجية.

لذلك لا بد من تحليل ودراسة الظواهر النفسية والسلوكية التي تعترى الكائن البشري أثناء هذه الفترة العصبية من حياته الانفعالية لاتصالها اتصالاً وثيقاً بسعادته أو بؤسه أو بصورة أدق وأشمل بسلوكه الاجتماعي.

#### III .1-2- المعنى اللغوي للمراهقة:

ترجع كلمة المراهقة إلى الفعل العربي ( راهق ) الذي يعني الاقتراب من الشيء فراهق الغلام فهو مراهق أي: قارب الاحتلام ، ورهق الشيء رهقا ، أي : قربت منه والمعنى هنا يشير إلى الاقتراب من النضج والرشد.<sup>(1)</sup> والفعل (راهق) بمعنى آخر يقصد به مجموعة من التحولات الجسدية والنفسية التي تحدث بين الطفولة والرشد ، فالراهق بهذا المعنى هو الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج<sup>(2)</sup>

#### III .1-3- اصطلاحا:

✓ إن كلمة مراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني adolescence ومعناها التدرج نحو النضج الجنسي والبدني والعقلي والانفعالي و الاجتماعي<sup>(3)</sup> ؛ والمراهقة هي الفترة التي تقع ما بين نهاية الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة الرشد<sup>(4)</sup> .

✓ وليس للمراهقة تعريف دقيق ومحدد ، فهناك العديد من التعاريف والمفاهيم الخاصة بها فتعرفها ( البهى فؤاد السيد ) على أنها المرحلة التي تسبق الرشد وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج ؛ والمراهقة بمعناها العام هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد فهي بذلك عملية فيزيولوجية حيوية في بدايتها وظاهرة اجتماعية في نهايتها.

✓ ويعرف : م . ديبسس - M.Debesse المراهقة بأنها فترة التحولات الجسمية النفسية التي تحدث بين الطفولة و سن الرشد ؛ وحسب هذا التعريف الكلاسيكي ، المراهقة عبارة عن مرحلة عبور تتم فيها تغييرات من جانبين أساسيين هما:

(1) - سعد جلال، محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، ط 2 ، دار النهضة العربية ، بيروت ، لبنان ، 1982 ، ص 21 .

(2) - البهى فؤاد السيد : الأسس النفسية للنمو ، دار الفكر العربي ، ط 4 ، القاهرة ، مصر ، 1975 ، ص 257 .

(3) - محمد سلامة ادم وتوفيق حداد : علم النفس الطفل ، معاهد التكنولوجيا للتربية ، ط 1، 1973 ، ص 104 .

- ▲ **تغيرات جسمية :** وتتعلق بالنضج الفيزيولوجي و الجسمي بوجه عام حيث يكتمل نمو الأعضاء داخليا و خارجيا.
- ▲ **تغيرات نفسية :** تتمثل في ظهور حاجات عاطفية ومشاعر جديدة خاصة بالغرائز الجنسية إلى جانب نمو الوظائف العقلية كقدرة التفكير المنطقي و التجريد<sup>(1)</sup>
- ✓ تعريف ( لوهال، H.Lehall ) : يرى لوهال أن المراهقة هي البحث عن الاستقلالية النفسية و التحرر من التبعية ، الأمر الذي يؤدي إلى تغيرات على المستوى الشخصي لا سيما في علاقاته الجدلية بين الأنا و المحيط فبالنسبة للعالم (لوهال) المراهقة مرحلة جديدة لعملية التحرر الذاتي من مختلف أشكال التبعية ، يبحث المراهق عن الاستقلال التام من كل الجوانب الوجدانية والاجتماعية والاقتصادية.<sup>(2)</sup>
- ✓ أما المراهقة في علم النفس فتعني الاقتراب من النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي ولكنه ليس النضج نفسه ، لأن الفرد في هذه المرحلة يبدأ بالنضج العقلي والجسمي والنفسي والاجتماعي ، ولكنه لا يصل إلى اكتمال النضج إلا بعد سنوات عديدة قد تصل إلى عشر سنوات.
- هناك فرق بين المراهقة والبلوغ فالبلوغ يقصد به نضج الأعضاء الجنسية واكتمال وظائفها وذلك بنمو الغدد الجنسية وقدرتها على أداء وظائفها ، أما المراهقة فتشير إلى التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي على ذلك فالبلوغ ليس إلا جانب واحد من جوانب المراهقة<sup>(3)</sup>.
- أما السن الذي يحدث فيه البلوغ فإنه يختلف باختلاف الجنس والظروف الاجتماعية والمناخية التي يعيش وسطها المراهق ، وجدير بالذكر أن وصول الفرد إلى النضج الجنسي لا يعني بالضرورة أنه قد وصل إلى النضج العقلي ، وإنما عليه أن يتعلم الكثير ليصبح راشدا وناضجا.
- فالمراهق لا يترك عالم الطفولة ويصبح مراهقا بين عشية وضحاها، ولكنه ينتقل من مرحلة إلى أخرى انتقالا تدريجيا ، ويتخذ هذا الانتقال شكل نمو وتغير في جسمه وعقله ووجدانه.
- والمراهقة و المراهق نمو المتفجر في عقله وفكره وجسمه وإدراكه وانفعالاته ، مما يمكن أن نلخصه بأنه نوع من النمو البركاني، حيث ينمو الجسم من الداخل فيزيولوجيا وهرمونيا وكيمياويا وذهنيا وانفعاليا ، والخارج والداخل معا عضويا.
- وفيما يخص الفرق بين الجنسين فإن هذه التغيرات تحدث عند الإناث في سن مبكرة ولا تحدث عند الذكور غالبا قبل اثني عشر سنة.

(1) - احمد فلاق : تأثير الإعلام التلفزيوني على دوافع المراهقين لممارسة الرياضة ، رسالة ماجستير ، قسم التربية البدنية و الرياضة ، دالي إبراهيم ، جامعة الجزائر، 2001 ، ص .

103

(2) - سعدية محمد علي بھادر : مرجع سابق ، ص 47 .

(3) - عبد الرحمان العيسوي : سيكولوجية الجنوح ، دار النهضة العربية للطباعة ، لبنان ، 1984 ، ص 87 .



✓ من خلال هذه التعاريف نقول أن المراهقة هي مرحلة انتقالية من عالم الطفولة إلى الرشد ، تتميز بها التصرفات السلوكية بالعواطف والانفعالات والتوترات ، وعلى العموم من السهل تحديد بداية المراهقة ولكن من الصعب تحديد نهايتها ؛ وتعتبر من المراحل الحساسة في حياة الفرد ، وذلك لما يحدث له فيها من تغيرات نفسية فيزيولوجية تؤثر بصورة بالغة على المراحل اللاحقة من حياته.

### III . 2- مراحل المراهقة:

لقد اختلف العلماء في المدة الزمنية التي تسمى ( مراهقة ) وتختلف من مجتمع إلى آخر، ففي بعض المجتمعات تكون قصيرة ، وفي بعضها تكون طويلة ؛ كما اختلفوا في تحديد مراحل النمو نظرا لعدم وجود مقياس موضوعي ، فهناك من اتخذ أساس النمو الجسمي كمعيار وهناك من اتخذ النمو العقلي كمعيار آخر ، ولكنهم اتفقوا مبدئيا على أن فترة المراهقة هي الفترة الواقعة بين أول بلوغ جنسي واكتمال النمو الجسمي للراشد. ويميل معظم الناس للتفكير بأن المراهقة مرحلة واحدة ينبغي على الأهل تحملها مع أطفالهم وتوجد في الحقيقة ثلاث مراحل حسب تقسيم الباحثين والعلماء وهي مرحلة المراهقة المبكرة والوسطى والمتأخرة وذلك لتسهيل مجال الدراسة والبحث وضبط كل المتغيرات والمظاهر النفسية والسلوكية التي تحدث في هذه الفترة ، فكل طفل ينمو وينضج بطريقة مختلفة جسديا وعقليا واجتماعيا حسب الظروف الجغرافية و العوامل الاقتصادية و الاجتماعي 2-1- المراهقة المبكرة "الأولى":

تمتد فترة المراهقة المبكرة ما بين عمر 11 و 14 سنة تقريبا وتتميز هذه المرحلة بتغيرات بيولوجية سريعة ففي هذا العمر يتأرجح المراهق بين رغبته في أن يعامل كراشد وبين رغبته في أن يهتم به الأهل مما يجعل الأمر صعبا ومربكا للوالدين ؛ ففي هذه الفترة يشعر المراهق بضعف الثقة فيما يتعلق بمظهره الخارجي والتغيرات التي تطرأ عليه ويعتقد بأن الجميع ينظر إليه ، ويصعب على الأهل إقناعه بغير ذلك فيبدأ برفض جميع أفكار ومعتقدات الأهل ويشعر بالإحراج إن وجد في مكان واحد مع أهله . وقد يبدو أكثر عصبية وتوترا كما يبدأ المراهق في هذه المرحلة باكتشاف نفسه جنسيا وتزداد حاجته للخصوصية والانفراد بنفسه وقد تبدو هذه المرحلة في غاية العشوائية بالنسبة للأهل ولذا عليهم التحلي بالصبر والإصغاء إلى احتياجاتهم ، ودعمهم لتطوير وتنمية شخصيتهم المستقلة والخاصة.

### III . 2-2- المراهقة الوسطى:

تمتد فترة المراهقة الوسطى ما بين عمر 14 إلى 17 سنة تقريبا ويطلق عليها المرحلة الثانوية ، وهي مرحلة اكتمال التغيرات البيولوجية<sup>(1)</sup>؛ واستمرار النمو الفكري للمراهق في هذه المرحلة ، ويصبح أكثر قدرة على التفكير بشكل موضوعي والتخطيط للمستقبل ، ويجرب الكثير من المراهقين الأمور الممنوعة أو غير المحبذة عند الأهل كالتدخين وشرب الكحول والسهر خارج المنزل ، ومصادقة الأشخاص المشبوهين كنوع من التحدي للأهل ولفرض رأيهم الخاص.

### III. 2-3- المراهقة المتأخرة:

تمتد فترة المراهقة المتأخرة ما بين عمر 18 إلى 21 سنة ويطلق عليها اسم مرحلة الشباب حيث يصبح الشاب والفتاة إنسانا راشدا بالمظهر والتصرفات ويستطيع معظم الشباب في هذه المرحلة أن يعملوا بطريقة مستقلة، رغم انهماكهم بقضايا تتعلق برسم ملامح هويتهم وشخصيتهم ، ولأنهم يشعرون بثقة أكبر تجاه قراراتهم وشخصيتهم ، ويعود الكثير منهم لطلب النصيحة والإرشاد من الأهل.

### III. 3- أشكال المراهقة:

للمراهقة أشكال مختلفة فلكل فرد شكل خاص به حسب ظروفه الاجتماعية والمادية والجسمية والنفسية ، وكذلك تختلف المراهقة باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في وسطها المراهق ففي المجتمع البدائي تختلف عنه في المجتمع المتحضر ، وكذلك تختلف في مجتمع المدينة عنها في المجتمع الريفي ، كما تختلف من المجتمع المترمت الذي يفرض قيودا وأغلالا على نشاط المراهق ، عنها في المجتمع الحر الذي يتيح للمراهق فرص العمل والنشاط ، وفرص إشباع الحاجات والدوافع المختلفة<sup>(2)</sup> ، وهناك أشكال كثيرة للمراهقة منها:

### III. 3-1- المراهقة السوية:

وهي المراهقة الهادئة نسبيا خالية من المشكلات والصعوبات.

### III. 3-2- المراهقة (الإنسحابية) الانطوائية :

حيث ينسحب المراهق من مجتمع الأسرة ، ومن مجتمع الأقران، ويفضل الانعزال والانفراد بنفسه والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية والاستغراق في أحلام اليقظة.

المراهقة العدوانية:

ويتسم فيها سلوك المراهق بالعدوان على نفسه وعلى غيره من الناس والأشياء كما يميل إلى تأكيد ذاته ، ويظهر سلوكه العدواني إما بصفة مباشرة أو غير مباشرة ، فيتخذ صورة العناد ويرفض كل شيء.

### III. 3-3- المراهقة الجانحة :

يتميز فيها المراهق بالانحلال الخلقي والانهيار النفسي، وعدم القدرة على التكيف، وتشكل المراهقة الجانحة الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني.

(1) - حامد عبد السلام زهران : علم نفس النمو - الطفولة و المراهقة ، عالم الكتب ، ط 4 ، القاهرة ، مصر، 1982 ، ص 289 .

(2) - عبد الرحمان العيسوي : مرجع سابق ، ص 95 .

**III. 4- خصائص ومميزات المراهقة:**

تتميز مرحلة المراهقة عن باقي مراحل النمو في حياة الإنسان بشيء هام ألا وهي التحولات أو التغيرات في مظاهر النمو المختلفة من الناحية الجسمية و الفيزيولوجية والعقلية والنفسية والانفعالية والاجتماعية والحركية التي تؤثر بصورة بالغة على حياته في المراحل اللاحقة؛ لذلك ارتأى الباحث أن يلم بهذه الجوانب التي يتعرض لها المراهق كون المعرفة و الإلمام بها له أهمية خاصة للعاملين في ميدان التربية البدنية والرياضية وبالتالي تحديد ميولهم واحتياجاتهم الأساسية.

**III. 4-1- الخصائص الجسمية و الفيزيولوجية:**

إن الخصائص الجسمية للمراهق تظهر من ناحيتين:

**III. 4-1-1- ناحية فيزيولوجية :**

والتي تشمل على نشاط الغدد والأجهزة الداخلية التي ترافق بعض الظواهر الخارجية.

**III. 4-1-2- ناحية جسمية:**

والتي تشمل الزيادة في الطول والوزن<sup>(1)</sup>؛ وتختلف بين الذكور والإناث فتبدو الفتاة أطول و أثقل من الشاب خلال مرحلة المراهقة الأولى، وعند الذكور يتسع الكتفان بالنسبة إلى الوركين ، و عند الإناث يتسع الوركين بالنسبة إلى الكتفين و الخصر ، عند الذكور تكون الساقان طويلتين بالنسبة لبقية الجسد إلا أن نمو الذراعين يسبق نمو الأرجل و تسبق الأطراف العليا في الجسم الأطراف السفلية في النمو ، وتنمو العضلات ويزداد وزن الجسم تبعاً لنمو العضلات ، ولا يتخذ النمو معدلاً واحداً في سرعة النمو في جميع جوانب الجسم ومن هذا النمو السريع غير المنتظم يضطرب التوافق العصبي العضلي فتقل الرشاقة والخفة.<sup>(2)</sup>

ويختلف الذكر عن الأنثى من الناحية التشريحية فتكون عظامه أكثر صلابة وحجماً أما كمية النسيج العضلي فتكون عند الذكر أكثر مما يكون عند الأنثى والتي تمتاز بنسيج دهني كثيف وسعة حيوية أقل. ومن أهم التغيرات الجسمية في هذه المرحلة ما يسمى بالأعراض الجنسية نتيجة نمو بعض الغدد. وقد يصحب ظهور هذه الأعراض المزيد من المشكلات التي تعترض الأفراد كخشونة الصوت أو السمنة أو النحافة ، وغالبا ما تعزي أسباب ظهور الأعراض الجنسية الثانوية إلى نشاط الغدد الجنسية ونضجها بالإضافة إلى علاقتها بغيرها من الغدد كالغدة النخامية، والغدة الدرقية. ويلاحظ أن هذه التغيرات الجسمانية و الفيزيولوجية السابقة ترتبط بالعديد من

(1) - عبد الرحمان العيسوي : مرجع سابق ، ص 95 .

(2) - علي بشير الفاندي، إبراهيم رحومة زايد، فؤاد عبد الوهاب : المرشد الرياضي التربوي ، المنشأة العامة للنشر و التوزيع و الإعلان ، طرابلس ، ليبيا ، بدون سنة ، ص 150 .

التغيرات النفسية والسلوكية التي تتميز بها هذه المرحلة<sup>(1)</sup>؛ فظهور الدورة الشهرية عند الإناث يمكن أن يكون لها ردة فعل معقدة، تكون عبارة عن مزيج من الشعور بالمفاجأة والخوف والانزعاج.

### III. 4-2- الخصائص الحركية:

إن حركات المراهق خلال المرحلة الأولى للمراهقة تتميز بالاختلال في التوازن والدقة والاضطراب في نواحي التوافق والتناسق والانسجام، نتيجة النمو غير المتوازن في العظام والعضلات ويرى (ميكلمنا ننيهارس) في هذه الفترة أنها فترة الاضطراب والفوضى الحركية، إذ أنها تحمل في طياتها بعض الاضطرابات التي تمتد إلى فترة معينة بالنسبة إلى النواحي النوعية للنمو الحركي. كما يلاحظ على المراهق في هذه الفترة أن حركاته يميزها الكثير من الاضطراب والارتباك، وهذا الاضطراب يحمل الطابع الوقي إذ لا يلبث المراهق في غضون مرحلة الفتوة حتى تتبدل حركاته لتصبح أكثر توافقاً وانسجاماً من ذي قبل؛ وكثيراً ما نجد أن الحركات العادية للمراهق ترتبط بدرجة كبيرة ببعض الحركات الجانبية الزائدة، ويتضح ذلك عند ملاحظة يديه أثناء الجري، ونعني بذلك عدم قدرته على الاقتصاد الحركي ونقص هادفية الحركات<sup>(2)</sup>.

فترى عدم استطاعة المراهق مثلاً توجيه حركة أطرافه لتحقيق هدف معين أو القدرة على أداء بعض الأنشطة التي تتطلب قدراً كبيراً من الدقة والتوازن<sup>(3)</sup>.

وفي بعض الأحيان يجد المراهق صعوبة بالغة في استخدام قوته لكي تناسب الواجب الحركي فيؤدي الكثير من الحركات باستخدام قدر كبير من التوتر والتقلص، وهذا يعني عدم قدرته على ضبط القوى المحركة للعضلات. ونجد أن المراهق يجد صعوبة في اكتساب بعض المهارات الحركية الجديدة، كما يظهر عليه الخوف بصورة أكثر مما يساهم في عدم اكتسابه واستيعابه للحركات الجديدة.

أما فيما يخص مرحلة المراهقة الوسطى والتي تمتد من 15 إلى 17 سنة، فيظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك الحركي والاضطراب وتأخذ مختلف النواحي الحركية في التحسن والرقى لتصل إلى درجة عالية من الجودة كما يرتقي التوافق العضلي العصبي بدرجة كاملة، ويستطيع المراهق فيها اكتساب وتعلم الحركات وإتقانها وتثبيتها بسرعة<sup>(4)</sup>؛ إضافة إلى ذلك فإن عمل قوة العضلات التي يتميز بها الشاب يساعد على ممارسة أنواع عديدة من الأنشطة الرياضية وكذلك مرونة الفتاة في عضلاتها تساهم في قدرتها على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية كالجيمباز الرياضي و الجيمباز الحديث... الخ، كما نستطيع في هذه المرحلة الوصول بالتدريب إلى أعلى المستويات الرياضية.

(1) - عمر محمد الشيبانين : الأسس النفسية التربوية لرعاية الشباب ، دار الثقافة ، بيروت ، لبنان ، بدون سنة ، ص 45 .

(2) - محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، ط 8 ، القاهرة ، مصر ، 1994 ، ص 141 .

(3) - كورت منيل : التعلم الحركي ، ترجمة عبد العالي نصيف ، ط 2 ، بغداد ، العراق ، 1987 ، ص 274 .

(4) - محمد حسن علاوي : سيكولوجية النمو للمربي الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ، 1998 ، ص ص 132 - 149 - 143 .

أما من السن 18 إلى 21 سنة، يصل إلى اكتمال الصفات البدنية كالقوة العضلية والمرونة والرشاقة، ويستطيع الوصول إلى أعلى مستوى رياضي ؛ في بعض الأنشطة الرياضية كألعاب القوى والجمباز... الخ.

### III. 4-3- الخصائص الاجتماعية:

إن المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه المراهق يفرض عليه قوانين وتقاليد وعادات يجب عليه احترامها ، لكنه لا يريد التمسك بها والخضوع لها لأنها تحد من حريته وبالتالي يحاول التمرد عليها ، ويخضع سلوكه لعدة تغيرات تتميز بأنواع من التحول تشير إلى نمو الحساسية الاجتماعية فيبدأ في إعادة تنظيم العلاقات الاجتماعية بمستوى النضج الذي وصل إليه، كما تظهر هناك فروق أساسية بين اتجاهات المراهقين في الطبقة الاجتماعية ، ويظهر في سلوكه الاهتمام المتزايد بالمظهر الشخصي والترعة الاستقلالية والانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس، وينمو لديه الوعي بالمسؤولية الاجتماعية ، وهناك عدة عوامل تؤثر في السلوك الاجتماعي للمراهق، وتمثل في الاستعدادات والاتجاهات العائلية (الاتجاهات الدينية والعادات والتقاليد ... )وجماعة الرفاق في المدرسة.

✓ وتعتبر المنافسة من مظاهر العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة وخاصة التي يشترك فيها الجنسين.

ويشعر المراهق في هذه المرحلة بالبلوغ مما يرغمه على إتباع سلوكيات معينة كمحاولة التحرر من القيود التي يفرضها عليه الوالدين في البيت أو الأستاذ في المدرسة و يعتبرها تجاهلا لكفاءته و مقدرته كما يحاول دائما تقليد الكبار و خاصة النجوم<sup>(1)</sup> ؛ وكثيرا ما يتعرض المراهق إلى الإحباط والصراع ، صراع بين الاستقلال عن الأسرة والاعتماد عليها وصراع بين مخلفات الطفولة ومتطلبات الرجولة والأنوثة ، وصراعات بين طموحاته المتزايدة ، وبين تقصيره الواضح في التزاماته ، وصراع بين غرائزه الداخلية وبين التقاليد الاجتماعية ، وصراعه الثقافي بين جيله الذي يعيش فيه بما له من آراء وأفكار و الجيل السابق لذا يلجأ إلى اختيار صديق ناضج يجب عن تساؤلاته بتفهم وعطف وصراحة ، صديق يستمع إليه حتى النهاية دون مقاطعة أو سخرية أو شك ، يوجهه ويساعده في حل مشاكله<sup>(2)</sup>؛ لذا فإن هذه المرحلة تتطلب توجيهها سليما حتى يكون هذا المراهق نافعاً لنفسه ومجتمعهم.

### III. 4-4- الخصائص النفسية:

إن التحولات الهرمونية والتغيرات الجسدية تفاجئ المراهق وتسبب له الكثير من القلق والاضطراب ، وتعتبر هذه الفترة أزمة حقيقية يعاني منها المراهق ، وتجدر الإشارة إلى أن كثيرا من الدراسات العلمية تشير إلى وجود علاقة قوية بين وظيفة الهرمونات الجنسية والتفاعل العاطفي عند المراهقين ، بمعنى أن المستويات الهرمونية المرتفعة خلال هذه المرحلة تؤدي إلى تفاعلات مزاجية كبيرة على شكل غضب وإثارة وحدة طبع عند الذكور وغضب واكتئاب عند الإناث وتميل الإناث إلى تكوين صداقات مع الجنس الآخر ، وشعورها بالقلق والرغبة عند حدوث

(1) - عبد القادر بن محمد : دروس في التربية وعلم النفس ، دار الطباعة للبحث الوطني الشعبي ، الجزائر، 1973 ، ص288 .

(2) - مصطفى فهمي : سيكولوجية الطفولة والمراهقة ، دار مصر للطباعة ، ط1 ، مصر، 1974 ، ص302 .

أول دورة من دورات الطمث ؛ وينتج عن سرعة النمو هذه إحساس المراهق بالخمول والكسل والتراخي إذا قام بمجهود عقلي أو بدني وهنا ينبغي أن يراعى حجم الدروس وفيما يجب أن يكلف به المراهق من أعمال مختلفة.

### III. 4-5- الخصائص الانفعالية:

تتصف الانفعالات في هذه المرحلة بأنها انفعالات عنيفة متهورة لا تتناسب مع مثيراتها، ولا يستطيع المراهق التحكم فيها ولا في المظاهر الخارجية لها ويظهر التذبذب الانفعالي في سطحية الانفعال وفي تقلب سلوكه بين سلوك الأطفال و تصرفات الكبار<sup>(1)</sup>؛ ويشكل النمو الانفعالي جانبا أساسيا في عملية النمو في مرحلة المراهقة وتعتبر دراسة هامة جدا وضرورية ليس فقط لفهم الحياة الانفعالية للمراهق ، بل لتحديد وتوجيه مسار شخصيته ككل وللخوض في أعماق ذاته المتحولة بكل ما تحمله من عواطف وأفكار.

وتتميز هذه الفترة بقلق انفعالي نتيجة التغيرات النفسية والجسمية والتي تؤدي إلى القلق الجنسي<sup>(2)</sup> ؛ ويلاحظ عدم الثبات الانفعالي للمراهق وتغير شعوره بين الحب والكراهة والشجاعة والخوف وبين الانشراح والاكتئاب وبين التدين والإلحاد و بين الانعزالية و بين الحماس و اللامبالاة ، ومن المظاهر الانفعالية في هذه المرحلة:

- الاهتمام الشديد بالجسم والقلق للتغيرات المفاجئة في النمو.
- مرحلة اضطراب انفعالي وحساسية شديدة للنقد وخاصة فيما يتعلق بمظهر الصوت والجسم
- اهتمام الأفراد في هذه المرحلة ( بالملابس الزاهية) مظهرهم الشخصي وبطريقة الجلوس والشعور بأن له الحق في إبداء رأيه ويكون عواطف اتجاه الأشياء الجميلة.
- يبدأ من التخلص من الأنانية الفردية التي كان يتركز فيها نحو نفسه حتى يحصل على مكانة في الجماعة
- الرغبة في محاكاة الأفراد أكثر من الرغبة في الاستجابة لتوجيهات الكبار.
- يزداد عنده الاعتزاز بالنفس و تعتبر مشاعر الحب من أهم مظاهر الحياة الانفعالية للمراهق فهو يحب الآخرين ويحتاج إلى حب الآخرين له ، و الحب تتنوع موضوعاته و أبعاده بين الحب الوالدي وحب الإخوة والأخوات والحب الجنسي و الحب الرومانسي المشوب بالإعجاب والاحترام وحب الأصدقاء وحب البشرية وحب القضية و المثل العليا.<sup>(3)</sup>

### III. 4-6- الخصائص العقلية:

النمو العقلي من الخصائص المهمة لأن فهم ومعرفة ما يحدث للمراهق على المستوى العقلي يساعدنا على فهم شخصيته وتوظيف المعارف والمعلومات في العملية التربوية ، وتشير معظم الدراسات أن منحنيات نمو الذكاء في هذه الفترة لا تظهر على هيئة فقرة سريعة كما هو الحال في النمو الجسمي . كما يلاحظ في هذه الفترة القدرة

(1) - كمال محمد محمد عويضة: علم النفس النمو، دار الكتب العلمية ، ط 1 ، بيروت، لبنان ، 1996 ، ص153 .

(2) - مالك سليمان مخول : علم النفس الطفولة والمراهقة ، مطابع مؤسسة الوحدة ، القاهرة ، مصر ، 1981 ، ص166 .

(3) - كمال محمد محمد عويضة : مرجع سابق ، ص154 .



على اكتساب المهارات وعلى التفكير والاستنتاج كما تأخذ الفروق الفردية في النواحي العقلية بالوضوح ، وتبدأ قدرة المراهق واستعداداته في الظهور خاصة قدرة الانتباه والملاحظة والإدراك والنقد ؛ ويتضح ذلك من خلال انتقاله من النمط المشخص إلى النمط البجرد، حيث نجد أن الطفل عندما يستعمل منطقته يستعين بالأشياء المحسوسة بينما المراهق يتعدى هذا المستوى من التفكير باعتباره يستعمل المنطق في الأمور التي ليس لها علاقة بالمحسوس وبالخاص معنى ذلك انه يفهم ويدرك ما هو مجرد ؛ ويعود لنظرية (جون بياجى) الدور الأكبر في بيان طبيعة النمو العقلي بكثير من الوضوح بحيث يحدده في المراحل التالية:

- المرحلة الحسية الحركية يتم التعلم فيها بالأفعال والمعالجات اليدوية.
- المرحلة الرمزية ويحدث التعلم فيها باللغة والرموز.
- مرحلة العمليات البجردة ويتطور فيها التفكير المنطقي. (1)

- تعتبر مرحلة العمليات البجردة من أهم المراحل التي يبدأ فيها المراهق ممارسة أكثر العمليات المعرفية أو العقلية ؛ والقدرة على التفكير التجريدي ترتبط ارتباطا وثيقا بفهم العلاقات الكيفية للأشياء وتشكل الجانب الهام والضروري من النضج الذهني والعاطفي. (2)

### III. 5- خصائص النمو العقلي في هذه المرحلة ما يلي:

#### III. 5-1- الذكاء:

هو القدرة العقلية العامة التي تبين المستوى العام للفرد ، ويعرفه (بيرت) : بأنه القدرة العقلية والمعرفية العامة ويقصد به عدم تأثره بالنواحي الجسدية بل تأثره بالنواحي الإدراكية، وفي هذه المرحلة يجب استخدام اختبارات الذكاء والقدرات والاستعدادات لتحديد مستوى العمل المدرسي من جهة، واكتشاف إمكانات وقدرات التلميذ المراهق من جهة أخرى لنضمن له بدء التعمق الدراسي وبالأخص التوافق الدراسي. (3)

#### III. 5-2- الإدراك :

إدراك المراهق للعلاقات البجردة والغامضة والمعنوية والرمزية.

#### III. 5-3- الانتباه :

يزداد الانتباه عند المراهق بشكل واضح في مداه ومدته وعليه فإنه يستطيع فهم مشكلات طويلة ومعقدة.

#### III. 5-4- التفكير :

(1) - عبد الحميد نشواتي : علم النفس التربوي ، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، ط 3 ، الأردن ، 1987 ، ص 147 .

(2) - كمال ألد سوقي : النمو التربوي للطفل والمراهق ، دار النهضة العربية ، ط 1 ، بيروت ، لبنان ، 1879 ، ص 241 .

(3) - محي الدين مختار : محاضرات في علم النفس التربوي ، د.م.ج ، قسنطينة ، الجزائر ، 1988 ، ص 166 .

يتأثر تفكير المراهق بالبيئة ، وهذا ما يجعله يلجأ إلى مختلف الطرق لحل مشاكله ورغم أنه يرتفع عن التفكير الحسي ، ويرتقي إلى مرحلة التفكير البجرد إلا أنه يستخدم فيه الاستدلال بنوعيه :

### III . 5-5- الاستقراء والاستنتاج:

وما يهيمه هو أن يكون تفكيره دائما مبنيا على افتراضات للوصول إلى حل المشكلات.

### III . 5-6- التخيل :

يتسم خيال المراهق بأنه الوسيلة التي يتجاوز من خلالها حواجز الزمان والمكان ويحقق له عدة وظائف فهو أداة ترويجية كما أنه مسرح للمطامح غير المحققة ، وهو يرتبط بالتفكير ذلك أن الخيال يعتبر وسيلة هامة للمراهق لتحقيق الانفعالات. (1)

### III . 5-7- التذكر :

تؤكد الأبحاث الحديثة أن الطفولة ليست هي المرحلة الذهبية للتذكر ، ذلك أن هذه الأخيرة تنمو أيضا في مرحلة المراهقة ، وتنمو معها قدرة الفرد على الاستيعاب والتعرف والقدرة على الاحتفاظ ، وترتبط عملية التذكر بنمو قدرة الفرد على الانتباه بدرجة ميله نحوها أو عزوفه عنها.

### III . 6- أهم الخصائص المميزة للمراهقين:

- يدرك العلاقات القائمة بينه و بين الأفراد الآخرين حيث يتطور اهتماماته بهم في فيتعدى اهتمامه بذاته.
- اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي و نشاطه الاجتماعي و يدرك حقوقه وواجباته و يخفف من أنانيته و يقترب بسلوكه من معايير المجتمع و يتعاون معهم في نشاطه و مظاهر حياته الاجتماعية.
- الثقة و تأكيد الثقة : يحقق الاستقلال العاطفي ، عن والديه و يؤكد شخصيته و يشعر بمكانته.
- الخضوع لجماعة الأقران : يخضع الأساليب أصدقائه و أقرانه و سلوكياتهم ومعاييرهم ونظمهم و يتحول بولائه الجماعي من الأسرة إلى الأقران. (2)

### III . 7- حاجات المراهق

### III . 7-1- تعريف الحاجة :

هي إحدى الدوافع النفسية التي تدفع الإنسان للقيام بسلوك معين يشبه تلك الدوافع (الحافز والباعث و الرغبة و الطلب والأمنية.

✓ كما أن هناك تعريف آخر للحاجة :

هي موقف يجعل الكائن الحي في حالة نشاط قلق غير مستقر و يحفز به إلى بذل الجهد لتحقيق هدف معين ، ومن الحاجات ما يلي: (3)

(2) - البهي فؤاد السيد : مرجع سابق ، ص 283 .

(2) - إبراهيم الشيباني : سيكولوجية النمو ، دار الوارثية ، الجارية ، الكويت ، ط 1 ، 2000 ، ص 207 .

(3) - عبد اللطيف حسين فرج : التعليم الثانوي رؤية جديدة ، دار الحامد ، عمان ، ط 1 ، 2008 ، ص 46-47 .

**III . 7-2-2- مختلف حاجات المراهق:****III . 7-2-1- الحاجة إلى التقدير و التقبل و المكانة الاجتماعية :**

إن التقبل الاجتماعي و التقدير الملائم لنفسية الفرد هي حاجة نفسية قد تؤدي إلى الانصراف فالذين يوضحون في مكانهم الملائم و تبرز أسمائهم في صفحته الاجتماعية و يتتالون مكانتهم فتمثل الحاجة للتقدير والتقبل الحاجة السائدة المتمثلة في وضوح الفرد و شعوره بالانتماء إلى أسرته و إلى وضعه الاجتماعي المرغوب فيه. كما أن سوء التكيف الاجتماعي لدى الفرد يرجع إلى افتقاره إلى الأمن النفسي في الطفولة ، والإسراف في التقدير للمراهقة يصيبها بشيء من الغرور يسمى "غرور المراهقة" و إلى جعلها تكون صورة غير صادقة لنفسها.

**III . 7-2-2- الحاجة إلى الانتماء:**

الإنسان بطبعه كائن اجتماعي وهو في حاجة إلى أن ينتمي دائماً إلى الجماعة يشعر بالتجانس و يلتمس فيها التقدير و التقبل و الاحترام و الانتماء لهم لكي يشبع حاجاته التي يشعره بالأمن في مجتمعه وقد فطن علماء النفس إلى مدى خطورة الدافع إلى الانتماء و قوة أثره فأطلقوا عليه الجوع الاجتماعي إشارة إلى أننا لا نستطيع أن نستغني على الانتماء إلى جماعة أو أكثر من الناس و الإنسان بطبعه أن يتحمل الوحدة أو العزلة في هذه الحياة.<sup>(3)</sup>

**III . 7-2-3- الحاجة الجنسية:**

في نظر علماء التحليل النفسي ومنهم فرويد رأي بأن حرمان الحاجة الجنسية هو من العلل الأساسية لسوء توافق الشخصية و الاضطرابات النفسية العصبية ، وكما أثبتت دراسته على أن الطفل يكون له إلحاح جنسي لغرض اكتشاف الجسم حيث يبلغ سن المراهقة.

- ونجد هذه الحاجة تقوي و تأخذ شيء آخر وهو الاتساع الجنسي .
- وتتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية و الحاجة إلى الاهتمام بالجنس الآخر.
- الحاجة إلى التخلص من التوافق الجنسي الغيري.<sup>(1)</sup>

**III . 7-2-4- الحاجة إلى الاستقلال:**

<sup>(3)</sup> - عبد اللطيف حسين فرج : مرجع سابق ، ص 46-47.

<sup>(3)</sup> - حامد عبد السلام ، زهران : علم النفس الطفل و المراهقة ، عالم الكتب 1999م ، ص 435 .

<sup>(1)</sup> - حامد عبد السلام ، زهران : علم النفس الطفل و المراهقة ، عالم الكتب 1999م ، ص 435 .

كما سبق و أن قال "عبد اللطيف فرج" بأن الإنسان بطبعه اجتماعي ، إلا أنه يسعى لكي يتمتع بفرديته فهو يحتاج إلى قدر من الحرية و الحركة و اتخاذ القرارات و حرية العمل و الرأي و الإدارة ، فالمراهق قد يحقق استقلالية تبدأ عند اختباره لنوع الرياضة التي يريدتها وميله دون التدخل في ذلك من طرف الأهل ويكون بذلك قد تخلى عن قيود الأهل .<sup>(2)</sup>

### III .7-2-5- الحاجة إلى النمو العقلي و الابتكار:

تتضمن : الحاجة إلى التفكير و توسيع قاعدة الفكر و السلوك

- الحاجة إلى تحصيل الحقائق .
- الحاجة إلى تفسير الحقائق .
- الحاجة إلى النجاح و التقدير الدراسي .
- الحاجة إلى التعبير عن النفس . الحاجة إلى السعي وراء الإثارة .
- الحاجة إلى المعلومات ونمو القدرات .
- الحاجة إلى التوجيه الإرشاد التربوي و الأسري والزوجي .

### III .7-2-6- الحاجة إلى النجاح:

لكل إنسان في حياته فترة عمرية بحاجة إلى أن يحقق لنفسه قدرا من النجاح و تحقيق الذات ولا يقدر قيمة النجاح في حياة الفرد إلا إذا تصورنا حالة الشخص الناجح و الغير الناجحة في جوانب كثيرة من حياته، فعلماء الصحة النفسية ينصحون دائما بأن تحاول مع بداية الحياة أن نؤكد لدى الطفل مشاعر النجاح و القدرة و الثقة بالنفس و أن نجنبه قدرات و إمكانيات أكبر من طاقته و تفكيره و يجب أن يتخللها في عمله.

### III .8- المراهقة في مرحلة الثانوية :

أهم ما يميزها :

- الاهتمام بالذات وتفحصها وتحليلها
- البعد مع محاولة الاستقلال عن الأسرة المتمثل في قضاء المراهق أوقات طويلة خارج المنزل في صحبة الأصدقاء
- العصيان و التمرد على الأعراف و التقاليد و المعتقدات الخاصة بالمجتمع
- ضغوط الدوافع الجنسية
- عدم إتباع نصح الكبار و محاولات الابتعاد عنهم

(2) - حامد عبد السلام ، زهران : مرجع سابق ، ص 435.

• الاضطرابات الانفعالية الحادة و التناقص الانفعالي.

### III. 9- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق:

تظهر أهمية التربية البدنية والرياضية كمادة مساعدة ومنشطة ومكيفة لشخصية ونفسية المراهق لكي تحقق له فرصة اكتساب الخبرات والمهارات الحركية التي تزيد رغبة وتفاعلا في الحياة فتجعله يتحصل على القيم النبيلة التي يعجز المنزل على توفيرها له ، وتقوم بصقل مواهبه وقدراته البدنية والعقلية بما يتماشى مع متطلبات هذا العصر، إن الممارسة الرياضية تكسب المراهق المميزات والقدرات العقلية والنفسية ، و التي تلعب دورا هاما في عملية اندماج واحتكاك مع الجماعة وهذا ما يسمح له اكتساب التوازن النفسي الاجتماعي.

حسب العالمان الروسيان (فزاز يارون)، أن التلاميذ يتفوقون من حيث القوة البدنية من نفس السن ؛ هم أكثر ديناميكية من حيث النشاط الرياضي والتحصيل الدراسي ، كما لاحظ الباحث النفساني ( روتر ) أن التلاميذ الذين يتحصلون على نتائج دراسية جيدة يتمتعون بنمو بدني جيد ونفس الملاحظة أثبتت على تلاميذ مراهقين في إحدى المدارس الألمانية في مدينة بون<sup>(1)</sup> ، ويتفق (ريتشارد ادلمان ) مع (فروي) في اعتبار أن اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للقلق والتوتر الذي هو وليد الإحباط ، وبفضل اللعب والنشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقييم وتقويم إمكاناته الفكرية والعاطفية والبدنية ومحاولة تطويرها باستمرار<sup>(2)</sup>.

بفضل ممارسة التربية البدنية والرياضية يخفف المراهق الضغوطات الداخلية ذات المنشأ الفيزيولوجي، ويعبر عن مشاكله وطموحاته ، كما تجعله يعطي صورة حسنة لكيونته الشخصية وحضوره الجسدي إلى غاية تحقيق رغبة التفوق والهيمنة ، وذلك بغرض إثبات صورة أنه المثالية على الآخرين.

كما تساعد التربية البدنية و الرياضية المراهق على التعرف عن قدراته البدنية والعقلية ، ويكشف من خلالها عن مواهبه بالإضافة إلى اكتسابه للسلوك السوي حيث أن ممارسة النشاط البدني الرياضي المدرسي وسيلة تربية لها تأثير إيجابي على سلوك التلاميذ في مرحلة المراهقة من حيث اكتساب القيم الأخلاقية (الروح الرياضية ، قيمة اللعب النظيف ، الالتزام بتطبيق القوانين وقواعد اللعب ، تحمل المسؤولية ، والتنافس في سياق تعاوني)؛ لذا يجب أن يهتم المربي الرياضي بتقديم الأنشطة الرياضية وفق قواعد تربية تؤكد على إظهار الجوانب الإيجابية للسلوك واكتساب القيم الأخلاقية.<sup>(3)</sup>

من خلال هذه التجارب العلمية والنفسية تجدر لنا الإشارة أن سلامة البدن والنمو الجسمي السليم يعني سلامة العقل والتفكير ، هذا ما يؤدي إلى هدوء النفس وشعور الفرد يكون واضحا على سلوكه النفسي والاجتماعي.

<sup>(1)</sup> - VANSCHEN KH : ROLE DE Educations PHYSIQUE DANS LE DEVELOPPEMENT DE LA PERSONNALIT P.U.F.PARIS, 1993, P 379

<sup>(2)</sup> - محمد الأفتندي : علم النفس الرياضي والأسس التربوية البدنية ، عالم الكتب ، القاهرة ، مصر، 1965 ، ص444 .

<sup>(3)</sup> - أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربة خليفة : النمو و الدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر، 1999، ص127.

كما أن هذه المرحلة تتميز بالإتقان بسبب الزيادة في سرعة الرجوع وهو الزمن الفاصل بين المثير والاستجابة، وهذا ما يجعل قابلية المراهق للتعلم كبيرة، فمن مظاهر هذه الفترة زيادة المهارات الحسية والحركية بصفة عامة.<sup>(1)</sup> هذا ما يجعل تنمية بعض القدرات ضرورية كالقوة والتحمل لأنها تعتبر أحسن مرحلة لتعليم المهارات الحركية وتنمية القوة.<sup>(2)</sup>

### III. 10- سمات المراهقة :

1. التخلي عن مرحلة الطفولة السابقة .
2. النمو البدني السريع .
3. التناقض بالسلوك .
4. القوت على التفكير الموجود.
5. نضج جنسي .
6. وضوح انفعالات وتميزها .
7. عدم الاستقرار العاطفي وسرعة التغلب وشدة الحساسية.<sup>(3)</sup>

### III. 11- مشاكل المراهقة :

إن فترة المراهقة مليئة بالمشكلات بل هي فترة بداية المشكلات في حياة الفرد لأنها فترة تيقظ الشعور و الميلاد النفسي وهي فترة تغير في الانتماء للجماعة ، و فترة انتقال من منطقة معروفة إلى منقطة مجهولة و تتصف بعدم الوضوح و الغموض.

### III. 11-1- مشكلات تتعلق بالأسرة :

مثل عدم تعاون أولياء الأمور مع إدارة المدرسة في تذليل العقبات و المشكلات التي تقابل سير تعليم أبنائهم أو سوء معاملة الأبوين للمراهق كالقسوة أو حب السيطرة أو التدليل. و قد تنبثق مشكلات من الأسرة كالحالة الاقتصادية وعجز الموارد المالية مما يسبب مشاكل لفرد و أهم المشكلات الاقتصادية لدى المراهق ما يلي :

- قلة المصروف
- عدم ثبات المصروف اليومي
- الحالة لتعلم الادخار
- فقر الأسرة

### III. 11-2- مشكلات تتعلق بالسلطة المدرسية:

<sup>(1)</sup> - حامد عبد السلام زهران : مرجع سابق ، ص403 .

<sup>(2)</sup> - قاسم حسن حسين : علم التدريب الرياضي للمرحلة 04 ، جامعة بغداد ، العراق ، 1987 ، ص193 .

<sup>(3)</sup> - علي الفلاح الهنداوي : علم النفس الطفولة والمراهقة ، دار الكتاب الجامعي ، العين ، ط2 ، 2002 ، ص292-293 .



- التأخر الدراسي
- الهرب من المدرسة أو الحصص
- عدم منح المراهق حرية الاختيار و ميوله و قدرته لتحقيق أحلامه والكشف عن التحصيل العلمي و المهني
- عدم مراعاة شعور التلاميذ من قبل المدرسين و عدم مساعدتهم.
- انعدام الثقة و التعاون بين المدرسية و التلاميذ
- الخوف من الانتخابات الغير مقننة و التي لا تكشف عن المستوى الحقيقي للتلاميذ

### III. 11-3- مشكلات تتعلق بالمجتمع :

- ضالة دور المجتمع في مساعدة المراهق في الانخراط في مجالات العمل المختلفة و تشجيعه على تنميتها
- عدم تقبل المراهق لقيم المجتمع وعاداته مما يخلف مشكلات عدم التكيف و التوافق الاجتماعي<sup>(1)</sup>.

### III. 11-4- مشكلات تتعلق بالمهنة والعمل

- وتكمن في عدم قدرة المنهج المدرسي من تحقيق متطلبات العمل المهنية و إعداد التلميذ لمسايرة الحياة العملية بعد الانتهاء من المدرسة

### IV. 11-5- مشكلات تتعلق بالدين و الأخلاق:

- وتتمثل في عدم التمسك بالتعاليم الدينية.
- عدم احترام القيم الأخلاقية.

### الخلاصة:

<sup>(1)</sup> - حامد زهران: علم النفس النمو ص 463 ، 464

المراهقة مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد ، وتعتبر من المراحل الحساسة وذلك لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية وجسدية ونفسية تؤثر بصورة بالغة على الفرد في المراحل التالية من عمره.

وتتسم هذه المرحلة بمحاولة وصول المراهق إلى التوافق النفسي والاجتماعي والاندماج الاجتماعي قصد تحقيق الذات والحصول على مكانته الاجتماعية ، وذلك بالاستقلال الاقتصادي عن الأسرة ، أي الانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس ، والانتماء إلى جماعات وذلك حتى يكتشف قواه الحقيقية ، ويفه ميوله ورغباته واهتماماته الأساسية ، وبالتالي يتقبل ذلك ويثق في نفسه ويلبي حاجاته.

واستخلصنا كذلك أن المراهقة تختلف باختلاف الزمان والمكان ومن جماعة إلى أخرى ، ومن فرد إلى آخر، وبالتالي فلا يمكن أن نحكم نفس الأحكام على نفس المراهقين لأن المراهقة تتأثر بالأنماط الثقافية والمواقع الجغرافية وتدخل فيها العوامل الوراثية والبيولوجية ، وهكذا فهي عبارة عن تفاعل كلي للمراهق بينه وبين ذاته من جهة وبينه وبين مجتمعه وثقافته من جهة أخرى.

كما يبين أن الاشتراك في النشاطات الرياضية يعد عملية تنفيس وترويح لكلا الجنسين ، بحيث يهيئ المراهقين نوعا ما بالتداوي الفكري والبدني وتجعلهم يعبرون عن مشاعرهم وأحاسيسهم التي تتصف بالاضطراب والقلق عن طريق حركات رياضية متوازنة منسجمة ومتناسقة تخدم وتنمي أجهزتهم الوظيفية والعضوية والنفسية على حد سواء ، وتضعهم في مجتمع سليم خال من العيوب والتشوهات تملأه الرفاهية والارتياح وبالتالي تنشأ أمة قوية متحضرة راقية.

## تمهيد:

تحتل التربية البدنية والرياضية مكانة هامة في المنظومة التربوية ، لا يمكن تجاوزها أو الاستغناء عنها في حياة التلميذ ، وخاصة وأنه يمر بمرحلة هامة في حياته وهي المراهقة و ما تضمنه من تربية وتنمية وصقل لكل مركباته البدنية ، النفسية ، الفكرية ، والاجتماعية المؤسسة له .

لذا أولتها وزارة التربية الوطنية العناية الكاملة، وأدرجتها كمادة تعليمية في جميع مراحل التعليم حتى تأخذ مكانتها وتلعب دورها المنوط بها

وإدراج هذه النشاطات البدنية والرياضية ، لا يتنافى مع النظرة الشاملة للتعليم ، المبنية على تطوير قدرات التلميذ وإكساب كفاءات له، لتجسد المغزى الأساسي الذي يعتبر التلميذ وحدة متكاملة ومتداخلة بعيدا عن التصنيفات التي ترى وأنه جسم وعقل كل على حدا ، لأنه لا يمكن أن نمي الواحد دون الآخر نظرا لارتباطهما معا.

والنشاط الحركي يساهم مساهمة فعالة في التربية الشاملة ، الذي يمنح للتلميذ معايشة حالات متنوعة واقعية ومجسدة ، تستلزم وتستدعي تجنيد طاقاته الكامنة ، لتتبلور بعد ذلك وتساهم في استقلالية تصرفاته عن طريق إكسابه آليات التكيف الذاتي ضمن تعليمات ذات أبعاد تربوية نسعى من خلالها إلى تنمية كفاءات تؤهله لمواجهة الحياة التي هو في كنفها.

ونظرا لأهمية التربية البدنية والرياضية بصفة عامة وفي مرحلة التعليم المتوسط والثانوي فإننا عمدنا إلى تناولها بشكل مفصل من تعاريف للتربية البدنية ومفاهيمها وأهدافها ودور أساتذتها.

## IV. التربية:

## IV. 1- مفهوم التربية:

إن كلمة التربية من الكلمات المتداولة بين الناس وكثيرة الاستعمال، لكن يبقى مدلولها متجها في اتجاه واحد مرتبطا بثقافة وغاية المجتمع وطموحاته واستعمال يسير وفق ثقافة وتوجهه فهي عادة ما تستعمل في الأمور التربوية المرتبطة بسلوك الأشخاص، وهذا الاستعمال منحصر في الشيع الديني والعقائدي للشخص فهي كلمة للأدلة على السلوك الذي يقوم به الفرد ولكن الحكم الذي يستعمله الأشخاص هو مرتبط بجانب واحد لا يعني انه الاستعمال الصحيح لها، لأن كلمة التربية يجب أن ترتبط بالشخص ككيان متكامل يعيش في مجتمع له نظامه وقيمه قواعد تسيير تصرفات أفراد، فليس كل من يستعمل كلمة التربية يدرك إدراكا جيدا، فقد يكون فهمهم لمعنى التربية فهما سطحيا يقتصر غالبا على الجانب الأخلاقي فقط، لكن التربية بمدلولها العلمي واسع وأشمل مما يستعمله الأفراد في حياتهم فهي تعنى بالشخص ككل من جميع النواحي وترقى إلى أعلى درجات الكمال فهي تعتبر أساس إصلاح البشرية بما كما يقال بم ينسجم تطلعات المجتمع، فهي غالبا ما تعنى إلى كماله أو هي كما يقال تنمية الوظائف النفسية حتى تبلغ كما هو شيئا فشيئا نقول بين الولد أقوى ملكيته ونمت قدراته، وهذبت سلوكه حتى يصبح صالحا للحياة في البيئة التي يعيش فيها.

فالتربية تعني تنمية الفرد تنمية شاملة متكاملة من جميع الجوانب الروحية والعقلية والجسدية والاجتماعية... الخ، بشكل متوازن وشامل يهدف إعداده ليكون نافع لنفسه ومجتمعه.

يعرف أحد التربويين قائلا: التربية في مدلولها الحرفي الأصيل استخراج ما لدى الفرد من قدراته الكامنة والتنمية الخلقية العقلية حتى يصبح حساسا بالنسبة لاختيارات الفردية الاجتماعية، قادرا على العمل والنشاط الحقيقي بمقتضى ما يختار منها، كما تعني أنها تمكن الفرد من الاستجابة لدوره الاجتماعي عن طريق التعليم المنظم والتدريب وتشكيل قدراته وتنمية ذوقه والارتقاء به وهذه الغايات هي أول ما تحاول التربية تحقيقه.<sup>(1)</sup>

## IV. 1-1- معنى التربية في اللغة :

كلمة التربية في اللغة مأخوذة من فعل ربى أي غذى الولد وجعله ينمو، وربى الولد هذبه فأصلها ربى يربو أي زاد ونما فهي تعني الزيادة والنمو، قال تعالى: "وما أوتيتم من ربا ليربوا في أموال الناس فلا يربوا عند الله". الروم الآية 39

وعند العرب التربية تفيد السياسة، والقيادة والتنمية وكان لفلسفة العرب يسمون هذا الفن (السياسة) كما أنها تعني إصلاح.

(1) - عطاء الله أحمد زيتوني عبد القادر، بن قناب الحاج: تدريس التربية والرياضيين في ضوء الأهداف الإجرائية والكفاءات، ص 13-14.

وتولى الأمر فيقال (رب البيت) المصلح والمتولي تصريف أموره وخلاصة القول التربية هي الزيادة والنمو.

#### IV. 1-2- معني التربية اصطلاحا :

أما التربية اصطلاحا فهي تفيد التنمية ، وهي مرتبطة بكل كائن حي سواء حيوان أو نبات أو إنسان، فكل منها طرائق خاصة لتربيته ،فهي تعني اصطلاحا التنمية والتنشئة.

فتربية الإنسان تستدعي معرفة حقيقة معقمة بكل ما يتعلق بجوانب شخصية وفهم لحاجاته ودوافعه وميوله وأبعاده النفسية والاجتماعية ، كما هي إدراكا واعيا لظروف بيئية والعوامل التي تؤثر في تنميته وتنشئة . فهي تهتم بالشخص وما يحيط به وما نريد أن نكون عليه ، وعلى هذا فإنها تعني تهيئة الظروف المساعدة لنمو شخصية الفرد نموا متكاملا من جميع النواحي العقلية ،الجسمية ،الروحية .

#### IV. 2- مفهوم التربية البدنية:

لقد تعددت مفاهيم التربية البدنية عند العلماء وإن نجدها تختلف في شكلها فإن مضمونها لم يتغير ، فالتربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة ، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن الصالح أو اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية ، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني.<sup>(1)</sup>

ومن فرنسا "روبرت روبين Robert robin" عرف التربية البدنية (على أنها أنشطة بدنية مختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية ، والنفس حركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد).

ومن بريطانيا ذكر "بيتر أرنولد Peter Arnold" تعريف التربية البدنية (تلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي توافق الجوانب البدنية والعقلية ، الاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني).<sup>(2)</sup>

ويرى "ويست بوتشر West Bucher" التربية البدنية :هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك.

وذكر كذلك "لوميكين Lumpikin" أن التربية هي العملية التي يكتسب الفرد من خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني.

أما "فاش" فقد يرى بأن التربية جزء من التربية العامة وإنما تشغل دوافع النشاط الطبيعية الموجودة في شخص لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية والعقلية والانفعالية.<sup>(3)</sup>

(1) - صالح عبد العزيز : التربية وطرق التدريس، ط 1، دار المعارف القاهرة، مصر، 1968، ص 57 .

(2) - أحمد عبد الرحمان : لغة حية والتشريع ، العدد الأول ، مؤسسة شباب جامعة الإسكندرية، 1994، ص 20 .

(3) - تشالز بيوكر: أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبده، المكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة، 1964، ص 29.

(4) - أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص 94، 95.

ولذا نحن نتفق مع تعريف "كوبسكي كوزليك" Kopeky Kozlik الذي يعرف التربية البدنية على أنها جزء من التربية العامة، هدفها تكوين المواطن بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا بواسطة عدة ألوان من النشاط البدن المختار لتحقيق الهدف. (4)

فالتربية البدنية في مفهومها الأصح ، هي جزء من عملية التربية العامة ، وهي ذات أهمية بالغة لا تضاف للبرنامج الدراسي كوسيلة لشغل الطلاب ، ولكنها جزء حيوي من التربية وعن طريق برنامج التربية البدنية والرياضية الموجهة توجيهها صحيحا ، يكتب الأفراد المهارات اللازمة وينمون اجتماعيا ، لأن أنشطتها تصفى على حياتهم الصحية البدنية والعقلية. (1)

#### IV. 3- مفهوم التربية الرياضية :

تناول التربية الرياضية نشاطاتها متعددة الحياة الاجتماعية والمثل الخلقية والمقدرة على التفكير بجانب عنايتها بصحة ونمو الأعضاء الحيوية ومن أجل رفع المستوى الحضاري بجوانبه الاجتماعية ، السياسية ، فالتربية الرياضية بهذا المعنى جزء أساسي من التربية العامة ، تعد الفرد للحياة والمجتمع وعن طريقها يمكن أن تحقق جميع الصفات الخلقية العامة كحب النظام ، الطاعة ، الاعتماد على النفس والعمل مع الجماعة وكذلك هي تعود الفرد على الجرأة والإقدام .

إذن فالتربية الرياضية أسلوب من أساليب التربية ولون من ألوان وهي عملية تتم عن طريق اللعب، وممارسة أوجه النشاط الرياضي التي تنمي مضمون جسم الإنسان ، نظرا لأن اللعب يجد ذاته من أحب الميول للفرد ولهذا كانت التربية الرياضية أعمق أثرا عن الأفراد من أي أنواع التربية .

وعلى ضوء ما تقدم ، يمكن القول أن التربية الرياضية لم تعد مجرد نشاط جسماني بل هي محاولة لتربية الفرد تربية كاملة عن طريق نشاط وسيلته الأولى وحركة الجسم. (2)

#### IV. 4- التربية البدنية والرياضية :

#### IV. 4-1- مفهوم التربية البدنية والرياضية :

للتربية البدنية والرياضية عدة تعاريف من بينها :

عرفها "شارلمان" : أنها ذلك الجزء من التربية يهتم عن طريق النشاط الذي يستخدم فيه الجهاز الحركي للجسم والذي ينتج عنه أن يكتسب بعض الاتجاهات السلوكية .

أما "بيونشو تشارلز" فيرى: إنما هي ذلك الجزء المتكامل في التربية العامة والميدان التجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق الألوان التي اختيرت بغرض تحقيق المهام (3).

(1) - محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي: نظريات التربية البدنية، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 1992، ص 11.

(2) - أديب حضور: الإعلام الرياضي، المكتبة الإعلامية، دمشق، 1994، ص 41-42.

(3) - محمد عوض سوكا وفصل ياسين الشاطي: مرجع سابق، ص 51.

إذن فالتربية البدنية والرياضية هي عبارة عن مجموعة من الخبرات التي تمكن الفرد من فهم التجارب الجديدة بطريقة أفضل، لذلك دخلت نطاق مفهومها الحديث لطبيعة الكائن البشري ، ذلك المفهوم الذي يبرز وحده الفرد الذي يجعلها تعني التربية عن طريق النشاط الجسمي ، وما يترتب عن ذلك من الناحية التطبيقية من ضرورة الاهتمام بالاستجابات الانفعالية والعلاقات الشخصية والسلوك الوحداني، الجمالي والاجتماعي .

أما الاهتمام بالناحية الجسمية والمهارات الحركية فهي أمور لها من الأهمية ما لا ينبغي إهمالها إلا أنها ليست كافية لتربية الفرد لأن التربية البدنية والرياضية شملت إعداد الفرد من كل النواحي من مهارات، عادات ومعارف ومعلومات ، وسلوك اجتماعي مميز وذلك كله من خلال الأنشطة البدنية والألعاب الرياضية التي يمارسها الفرد سواء كان في المنزل أو المدرسة أو النادي<sup>(1)</sup> .

ومن التعاريف السابق نستخلص أن معنى التربية لا يقتصر على التكوين البدني فحسب بل تتعداه إلى التكوين من الناحية العقلية و الخلقية والدينية و الاجتماعية و السياسية و في هذا الصدد يقول "أستانس تشير" يحتاج الإنسان إلى تنمية قواه العقلية البدنية و القدرة على التحكم السليم والتوازن الخلقى لتأدية واجباته اليومية في البيت و عمله فحسب ولكن ليوافقه ما يقع له من أزمات من وقت لآخر.<sup>(2)</sup>

#### IV. 4-2- النظرة القديمة والحديثة للتربية البدنية والرياضية :

#### IV. 4-2-1- النظرة القديمة :

تأثرت التربية البدنية والرياضية بالمفهوم الذي سيطر على معنى التربية قديما، لذا ظهر عليها مصطلح التربية البدنية والرياضية، وبناء على هذا التعبير فقد ظهرت بعض المعتقدات الخاطئة في التربية البدنية والرياضية ويمكن تلخيصها فيما يلي :

- يمكن لأي شخص القيام بتدريس التربية البدنية والرياضية ولا ضرورة لإعداد المدرس .
- مدرسو التربية البدنية والرياضية بمستوى أكاديمي أقل من مستوى بقية المدرسين .
- درس التربية البدنية والرياضية لعب حر ليس له قيمة تربوية .
- توضع دروس التربية البدنية والرياضية في الجدول المدرسي لإعطاء المدرسين الآخرين فترة راحة ولكنها لا تفيد التلميذ .
- التربية البدنية والرياضية فترة ( افعل ما تشاء ) كما يعتقد التلميذ وهذا يتنافى مع الأهداف في التربية العامة لذا فهي ليست ضرورية في نظرهم .
- التربية البدنية لا تتمتع بالتقدير الأكاديمي أو الأهمية التربوية التي يتمتع بها بقية مواد الدراسة الأخرى<sup>(3)</sup> .

#### IV. 4-2-2- النظرة الحديثة :

(1) - أحمد محمد عضاضة: التربية العلمية التطبيقية في المدارس العراقية والتكميلية، مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة والنشر، 3، بيروت، دون سنة، ص 123.

(2) - محمد خير الدرغ: التربية في الإسلام، المكتبة الأموية، دمشق، بيروت، ص 118.

(3) - Jean Pierre bounet et vers: « une pedagogie de lacte moteur », 2eme édition, vigot, paris, 1986,p83.



تعني بتنقل التراث الثقافي من جيل للأخر. أي من الجيل القديم للحديث، وذلك بعد إدخال التعديلات وقد يكون نقل هذا التراث مقننا كما هو الحال في مدارسنا العظيمة، وقد تكون في إطار يسوده التنظيم فالتربية البدنية والرياضية تفيد في مجموعة العمليات التي توجه بشكل خاص للإكساب الفرد الحياة المتكاملة التي تعود عليه وعلى مجتمعه بالفائدة والنشاط<sup>(4)</sup>.

#### IV. 4-3- علاقة التربية البدنية والرياضية :

اكتسب معنى " التربية " معنى جديد بعد إضافة كلمة "بدنية" إذ تشير إلى البدن وهي كثيرا ما تستخدم للإشارة إلى صفات بدنية مختلفة كالقوة البدنية، والنمو البني وصحة البدن، وهي تشير إلى الجسم كمتقابل للعقل فعليه حينما تضاف كلمة التربية إلى نحصل على تعبير التربية البدنية والمقصود بها تلك العملية التربوية التي تتم عن ممارستها.

وأوجه النشاط التي تنمي وتقوي جسم الإنسان، وهذه التربية قد تجعل جسم الإنسان أكثر رغدا أو بالعكس قد تكون من النوع الهدام و يتوقف ذلك على النوع الخبرة التي تصاحب هذه التربية فقد تكون سارة مرضية كما قد تكون خبرة تعسفية شقية.<sup>(1)</sup>

التربية البدنية جزء بالغ الأهمية من عملية التربية العامة وهي ليست جزئية تضاف إلى البرنامج كوسيلة لشغل الأطفال والمراهقين، لكنها تعتبر جزء حيوي من التربية فهي الطريق لبرنامج التربية البدنية موجها توجيهًا صحيحًا يكتسب الأطفال والمراهقين المهارات اللازمة لقضاء وقت الفراغ بطريقة مفيدة ويتمون اجتماعيا، كما يشتركون في نشاط ذو فائدة في حياتهم باكتساب الصحة الجسمية والعقلية.

والتربية البدنية تلعب دورا هاما في تحقيق الأهداف فالتمارين البدنية يعود بالفائدة على الصحة والمهارات الحركية الأساسية تؤدي إلى حياة أبهج لونا وأكثر كفاية والتربية الاجتماعية تقوي الخلق وترقى العلاقات الإنسانية.

#### IV. 4-4- فلسفة التربية البدنية والرياضية:

تحدد تنظيم ممارسة النشاطات البدنية و الرياضية في مجتمع ما، انطلاقا مما يحمله هذا المجتمع من فلسفة وغايات وسياسة لبناء أسسه الثقافية والاجتماعية و الاقتصادية، فطريقة النشاط البدني تنتج من فلسفة المجتمع وتستلزم قيمة لفكر فلسفي ودراسة تقنية لبنائها العلمي من داخله لاختبار الأفكار والمبادئ التي تقوم عليها. وتتأسس فلسفة التربية البدنية والرياضية على البنية النظرية لفلسفة التربية، كما تعد أحد مجالاتها و تجتهد في توضيح طبيعة نظامها وإبراز أهميتها وتبرير وجودها وتناول بالتحليل المعاني والقيم والأهداف المتضمنة فيها لتوائم المجتمعات الإنسانية التي أصبح التغيير أهم ميزتها، وعلى ضوء هذه التغيرات والتطورات السريعة التي نعيشها في مختلف المجالات، عرفت التربية البدنية تعدد المذاهب والطرق والمفاهيم بين ما هو قديم وما هو حديث،

(4) - مكارم علمي أبو هرجت، محمد سعد زغلول، أمين محمود عبد الرحمان: مدخل التربية البدنية والرياضية، مركز الكتاب، ط1، مصر، 2002، ص 17.

(1) - تشارلز بيوك: مرجع سابق، ص 336

وتزايدت غموضا في المفاهيم والأهداف لدرجة تخوفها من الغزو من العلوم الأخرى ، وفي هذا المعنى يقول " الخولي " ، في عصر الانفجار المعرفي الذي نعيشه اليوم أصبحت العلوم والفنون من التداخل والتشعب بحيث يصعب الفصل القاطع بينهما ، وهو ما يستلزم جهد وتفكير في حدود مجالات التربية البدنية كمهنة وكنظام تربوي مستقل. ويضيف قائلا أن الأمر يحتاج قدرا من التأمل والدراسة والتنظير للظواهر المتصلة بالنظام والتي تشكل أساسها.

#### IV. 4-5- أبعاد موضوع التربية البدنية والرياضية:

#### IV. 4-5-1- التربية البدنية والرياضية من حيث مصطلحاتها:

لقد كان لظهور تربية بدية في النصوص الرسمية في بداية القرن العشرين غاية في تمييزها عن مصطلح " ججاز " ، وقد استخدم مصطلح التربية البدنية والرياضة كتعبير عن حركة الإنسان المنظمة ، إما من الناحية التربوية في مؤسسات التكوين وهو ما يعبر عنه بالتربية البدنية ، أو في نطاق التنافس بين الأفراد والجماعات، وهو ما يعبر عنه بالرياضة ، وفي هذا الإطار يشير " كاجيكا ماريا خوري M.Kagical.K " مفكر التربية البدنية الإسباني إلى أنا الرياضية والتربية البدنية كلمتان متكاملتان لكنهما غير مترادفتان، وهذا يعني أن مفهومهما مختلف لكنهما يشتركان في سلوك واحد يجمعهما ألا وهو الحركة لدى الإنسان ، لذلك حسب تعبيره فإن إشكاليات التربية سرعان ما تنعكس على الرياضة.

فالفرق بين الرياضية والتربية البدنية حسب " جيلايت Gillet " يتمثل في التربية البدنية تتحرر من المنافسة وتعتمد لتقليلها لأدنى حد ، بينما تعتمد الرياضية في ألوان النشاط الرياضي التنافسي. (1)

#### IV. 4-5-2- التربية البدنية والرياضية من حيث أهدافها:

وبرامج التربية البدنية وفق فكر محدد ، في ظل تعدد الفكر الفلكي الناتج عن التطور السريع للنشاطات البدنية والرياضية في خضم التطورات الاجتماعية والثقافية للمجتمعات المختلفة فالمشكلة الفلسفية هي كيفية اختيار إحدى الاتجاهين في الفكر التربوي ، أي المنهج الذي يركز تعليمه على المادة المدروسة أو حول التلميذ ، أو الأخذ بهما في نفس الوقت. (2)

ومنه تعددت الاتجاهات في حصر مفهوم التربية البدنية والرياضية بين اكتساب التقنيات والتركيز على النشاط وهو ما يقودنا للفكر التربوي القديم ، وبين تحقيق أهداف تربوية تعود على الفرد بالصحة ، والسعادة

(1) - أمين أنور الخولي : مرجع سابق ، ص 339 ص 333

(2) - THOMAS (R .) : L'éducation physique ، Edition p u f. paris. ، 1977، p 34 .

والتركيز على التلميذ حسب الفكر التربوي الحديث ؛ فأصحاب الفكر الأول يرون في التربية البدنية تحضير الطفل للإدماج في الوسط الرياضي ، والرقي به لمستوى عالي وتمثيل وجهتهم نحو الرياضة ، أما أصحاب المنهج الثاني فيرون في التربية البدنية تحقيق تكامل الشخصية للفرد، من الناحية البدنية و العقلية و النفسية والانفعالية ، من أجل إدماجه فيما بعد في المجتمع ، وفي هذا الإطار يرى " هابرت G.Hebert " في الطريقة الطبيعية أفضل وسيلة لتحقيق هذا الهدف أي تكامل شخصية الفرد ، وفي هذا الاتجاه يتفق " لبوف LeBouch " مع من يتبنى التربية البدنية والرياضية لخدمة التلميذ ودورها هو كشف مجموع استعداداته وإمكانياته ، ومنه يتعين علينا إذن تحويل التجربة الجسدية " المتوحشة " لتعليم مدرسي و كون أبعادها أكثر من كونها نشاط صحي أو ترويجي فقط وهو ما يؤكد " بارلوبا P.Parlebas " بقوله :

- "أن هدف التربية والرياضية والمحتوى الأساسي لممارستها داخل الحصة ، هو التركيز على شخصية الفرد الذي يقوم بالعملية " .<sup>(1)</sup>

#### IV. 4-5-3- التربية البدنية والرياضية من حيث موضوعها:

اتجه المفكرون للبحث عن هوية التربية البدنية والرياضية، ومفهومها بالاعتماد على مفهوم الجسم كموضوع مؤسس يخص مادة التربية البدنية والرياضية ويميزها عن المواد الأخرى ، ومنه نتساءل هل الجسم فعلا هو موضوعها لكن يبدو أن مفهوم الجسم يظهر في عدة مجالات وميادين أخرى ، فالبدن هو مجال اهتمام الطفل والعلاج الطبيعي، بالإضافة للتربية الجمالية والخلقية التي تهتم بالجسم وتختص فيه لكنها ليست الوحيدة في ذلك، بل تشاركها العديد من المهن الاجتماعية والعلوم الأخرى، ومنه فلا يمكن اعتبار الجسم هو موضوع أو مجال خاص بالتربية البدنية، وعليه كان البحث عن موضوعها في اتجاه آخر ما عدا الجسم.

ولقد ظهر اتجاه آخر ينادي بتأسيس مفهوم التربية البدنية والرياضية على مفهوم الحركة بزعامة "Le Bouch" حيث يضع مصطلح الحركة كموضوع مركزي لمادة التربية البدنية الرياضية، فهل يمكن فعلا أن يكون موضوعها إذن هو الحركة ؟

فالتربية البدنية والرياضية هي تربية عن طريق الحركة والنشاط الحركي، وفي هذا الصدد ينادي لوبوش "LeBouch" بالتربية عن طريق الحركة ويقول : ينبغي على علم الحركة البشرية وضع طريقة تخص التربية البدنية حسب موضوعها الخاص .<sup>(2)</sup>

لكن "الحركة" مصطلح واسع الاستعمال تشترك فيه عدة علوم وتقنيات ، والتربية البدنية تستعمله في عملية التربية، والرياضية تستعمله للوصول لأعلى المستويات من خلال تقنيات الحركة ، كما تستعمله علوم أخرى كالفيزياء و البيوميكانيك . . ومنه فلا يمكن تأسيس موضوع التربية البدنية على الحركة لوحدها، وعلينا البحث في اتجاه لآخر لهذه القضية ، وهو ما يؤكد عليه "الخولي" بقوله ( أنه من الآن فصاعدا فالتربية البدنية والرياضية غير

<sup>(3)</sup> -Parlebas (p.) : les activités physique et éducation motrice, paris. . Ed Revue , E p s ,1976 , p 43

<sup>(1)</sup> -le Bouch (J .) : Vers une science du mouvement humain , Ed . Esprit. , paris , 4éme Ed ,1982 , p14 .

معنية فقط بالنتائج البدنية والحركية، بل وبنفس القدر أو بأكثر نسبة بالمعرفة النظرية وبالالتجاهات النفسية الاجتماعية التي توجه هذه الممارسات لأفضل وجه ممكن، ويقول في هذا الإطار "P.Parlebas" إن هدف التربية البدنية ليس الحركة في حد ذاتها وإنما الطفل الذي يتحرك ، فليست التقنية هي التي تثير الانتباه بل ما ورائها ذلك الفعل الحركي، من دوافع وإدراك وتفاعلات حركية مع الآخرين، فالمحتوى الأساسي لحصة التربية البدنية والرياضية هو التركيز على شخصية الفرد الذي يقوم بالعملية التربوية، وما يعبر عنه خلال حركته، وليس بشكل الحركة وتطبيق النموذج المعروض عليه من طرف الأستاذ.<sup>(1)</sup>

والالتجاهات والتيارات الحديثة للتربية البدنية والرياضية التي تضع الطفل في مركز اهتمامها تتماشى مع تعريف "شالدون sheldon" عن الشخصية باعتبارها : الهيكله الدينامية للنواحي المرفولوجية، المعرفية، العاطفية، والإرادية للفرد ، فانشغالها إذا ينصب حول معرفة خصائص الطفل ، حركاته ، وسماته الأساسية لشخصيته ، حتى تتمكن من صقل العملية التربوية ، وبهذا يمكن للتربية البدنية أن تركز على السلوكيات الحركية كموضوع خاص بها ويعرفها "P.Parlebas" بأنها بيداغوجية السلوك أين تظهر السلوكيات النفس-حركية والاجتماعية الحركية، من خلال "R.Merand" في تدريب الألعاب الجماعية أين تستمد التربية والرياضة أسسها من تفاعلات النشاطات الاجتماعية.<sup>(2)</sup>

#### IV. 4-6- علمية التربية البدنية والرياضية:

في ظل التطور الثقافي والاجتماعي زادت حاجة المجتمعات للممارسة الرياضية بشتى أنواعها وكمها، مما أدى إلى تطورها خاصة مع تطور العلوم الأخرى، وتداخلت العلوم فيما بينها وتشعبت، وفي ضوء هذا التطور والتداخل وقعت التربية البدنية والرياضية في أزمة وضوح أهدافها ، وموضعها كعلم خاص بها. فالتربية البدنية والرياضية في الوقت الحالي تستقي معلوماتها من نتائج الدراسات المختلفة كعلم الاجتماع علم النفس، علم النفس الاجتماعي، الطب والتشريح البيولوجيا ، الفيزياء والرياضيات ، الفلسفة ، وعلوم التربية .. ، ومنه تظهر التربية.

#### IV. 4-7- أهداف التربية البدنية:

لقد عرفت منذ عصور قديمة أشكال متعددة للرياضة أستعملها الإنسان كتنقية لعضلاته وحفاظا على صحته وبنيته ، أخذها بعدة أشكال كاللعب والمبارزة والفروسية والسباقات وغيرها لأنه أدرك أن ثمة منفعة كبيرة تعدت حدود اللياقة والصحة إلى جوانب أخرى نفسية لثريته اجتماعيا وزيادة التواصل بعلاقاته الاجتماعية. كما تعد الرياضة المدرسية النواة الأساسية لبعث الحركة الرياضية ، لذا يجب الاهتمام أكثر بالتربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية.

ويمكن توضيح الأهداف العامة لتدريس التربية البدنية والرياضية في المجالات الآتية:

<sup>(2)</sup>-Parlebas (p.) : les activités physique et éducation motrice ، paris ، Ed ، Revue ، ، E p s ، 1976 ، p 13.

<sup>(1)</sup>-Nafi (R.) : R.s.e.p.s. le Sport et l'enfant au milieu scolaire، Vol 2 . Alger، 1994 ، p. 33,34 .

## IV. 4-7-1- تنمية القدرات والمهارات الحركية:

يعتبر الاعتناء بالمهارات الحركية وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة ، أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماما بالغا فالتنمية الشاملة للقدرات البدنية والحركية ، كالقوة والسرعة الرشاقة والتحمل والمرونة ، وكذلك تحسين المهارات الأساسية وما يترتب عليها من تنمية المهارات والقدرات الرياضية ، يعتبر المطلب الذي يجب تحقيقه في تدريس التربية البدنية والرياضية<sup>(1)</sup>.

فالتربية البدنية والرياضية تهتم في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال اكتسابه للياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكييف الأجهزة البيولوجية للإنسان على القيام بواجباته الحياتية. ومن خلال الأنشطة الرياضية يكتسب الفرد عناصر اللياقة البدنية بالإضافة إلى تحسين عمل الجهاز العقلي والتنفسي والسعة الحيوية وجميع الأجهزة الوظيفية الأخرى، وبهذا يستطيع الإنسان القيام بأعماله دون مشاكل صحية.

فمدرس التربية البدنية والرياضية يقترح التمرين والنشاطات التي تتلاءم والفترة النسبية أو المرحلة العملية التي هو بصدد التعامل معها حتى لا يكون لهذه التمارين الأثر العكسي ، فهدفه الأول هو تطوير إمكانات الأجهزة الوظيفية كالقلب والرئتان والعضلات كي يكون جسم التلميذ سليما بشكل ملموس ، ويؤكد حدوث تقدم في القدرات البدنية والحركية.

فأستاذ التربية البدنية والرياضية يحاول أن يكسب التلميذ سلوكيات حركية منسقة ، وملائمة مع المحيط في كل الوضعيات الطبيعية أو في الوضعيات الأكثر تعقيدات ذات صبغة مفيدة ومسلية<sup>(2)</sup>.

## IV. 4-7-2- التنمية الاجتماعية:

تعتبر التربية البدنية أسهل وسيط للدعوة إلى الإحياء وأقوى وسيلة ليتعارف الناس على بعضهم ، فمن خلال أوجه نشاطاتها العديدة تساعد على فهم العلاقات الاجتماعية والتكيف معها فمعظم هذه الأنشطة التي تنجز بشكل جماعي تجعلها التربية البدنية أحد أهم المواد التربوية التي يمكن أن تحقق تنشئة سوية للتلميذ ، فهي تتسم بثناء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها إكساب الممارس للرياضة عددا كبيرا من القيم والخبرات والحصول الاجتماعية المرغوبة<sup>(3)</sup>.

ولعل أهم مظاهر التفاعل الاجتماعي إيجابية والتي يجب الاعتناء بها وتنميتها هي التعاون والمنافسة حيث يعتبران صفات الشخصية الجيدة والمتزنة ، فالرياضة تسهم بشكل واقعي في خلق الشعور بالوحدة الجماعية والشعور بالانتماء<sup>(4)</sup>.

(1) - عفاف عبد الكريم : طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية 1993 ص76

(2) - منهاج التعليم الثانوي للتربية البدنية والرياضية :وزارة التربية الوطنية ، الجزائر 1996 ص07.

(3) - أمين أنور الخولي: مرجع سابق ، ص72 .

(4) - خير الدين علي عويس :مرجع سابق ،ص7 .

كما تلعب التربية البدنية دورا فعالا في تسهيل اندماج الفرد بالتالي سرعة تكيفه مع متطلباته وقيمها ، ولعل الوسط الأمثل الذي تتمكن التربية البدنية من خلاله تحقيق ما ذكر سابقا هو الوسط التربوي ، حيث يعتبر أكبر تجمع يلتقي فيه جميع أبناء المجتمع ليكونوا تلاميذ اليوم وطلبة الغد ، ومواطنو المستقبل.

وهي وسيلة تربوية وليست غاية في حد ذاتها ، حيث تسمح بتطوير سلوكيات التلميذ في مظاهره المعرفية ، الحركية والاجتماعية ، وتعتبر الفضاء المبجل للحفاظ على الصحة والوقاية من الأخطار الناجمة من الآفات الاجتماعية ، كما أن هذه النشاطات تمارس بالطرق النشيطة ، فتسمح بالاندماج الاجتماعي وتطوير طاقات التلميذ المخزنة ، وتراعي رغباته المتزايدة ، عملا بمبدأ التعاون والتضامن بين التلاميذ ، وبذلك فهي - التربية البدنية والرياضية - تحفز التلميذ على الشعور بالمسؤولية والتصرفات التي تخدم الصالح العام ، عملا بتطوير السلامة الحركية ، تنمية الذكاء ، وقدرات الإدراك ، ومراقبة نزوته وانفعالاته وتحدي المواجهة بدون تردد كل هذا يؤهله لبناء شخصيته المستقبلية.<sup>(1)</sup>

فكان من الضرورة بما كان إدماج التربية البدنية والرياضية كمادة تربوية لها أهدافها وأسسها وخصائصها باعتبارها مجموعة من التعليمات البيداغوجية لها أبعاد تربوية ، بحيث تؤثر في نمو التلميذ من جوانبه النفسية و الحركية ، الوجدانية والمعرفية وتحقق عن طريق النشاطات البدنية والرياضية وكذا الألعاب الهادفة و المتقنة ، وبذلك يكون لها دور تساهمي مثل بقية المواد التعليمية ، حيث تمكن من التعاون في القدرات البدنية والمعرفية والتأكد على الذات في إطار تكوين منسجم وتوازن بين المجالات الحيوية المقترحة.

#### IV. 4-7-3- تنمية القدرات المعرفية:

مما لا شك فيه أن النشاط البدني والرياضي يعزز نمو الجانب المعرفي ، فالأنشطة البدنية والرياضية تساعد التلميذ على تحسين قدراته الإدراكية والتفكير التكتيكي خاصة أثناء الألعاب الجماعية<sup>(2)</sup>، فالألعاب الجماعية بتنوع خططها التكتيكية تحفز العمليات الذهنية عند التلميذ من أجل إدراك مكانه في اللعب ومكان زملائه، ما يحتم عليه كذلك وجوب معرفة القوانين والخطط وطرق اللعب وتاريخ اللعبة والأرقام المسجلة ، فهذه الجوانب لها طبيعة معرفية لا تقل أهمية عن الجوانب الحركية والبدنية في النشاط ، فهذه الأبعاد المعرفية للنشاط تنمي الفرد المعرفة والفهم والتخيل والتركيز والقدرات والمهارات الذهنية التي تساعد على التصور والإبداع<sup>(3)</sup>.

#### IV. 4-7-4- من الناحية النفسية:

أما أهمية التربية البدنية والرياضية من الناحية النفسية فلقد بينت الدراسات السيكولوجية أنها تلعب دورا بارزا في الصحة النفسية ، وعنصرا هاما بتكوين الشخصية الناضجة السوية كما أنها تعالج كثيرا من الانحرافات النفسية

<sup>(1)</sup> -منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط ، مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد ، الجزائر، أفريل 2003 .

<sup>(2)</sup> - منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي ، مرجع سابق ، 1996 ص 8 .

<sup>(3)</sup> -عدنان درويش ، أمين أنور الخولي :محمد عبد الفتاح عدنان ، التربية الرياضية المدرسية ، دليل المعلم والطالب، التربية العملية ، دار الفكر ط 1994.3 ص 20 .

بغرض تحقيق التوازن النفسي ، كما أنها تربي الطفل على الجرأة والشجاعة والثقة بالنفس والصبر والتحمل ، وعند الانخراط في فريق رياضي تنمو عنده روح الطاعة والإخلاص للجماعة والعمل داخل الفوج ، وتحارب فيه الأنانية ، وبذلك تكون التمرينات البدنية عاملاً فعالاً في تربية الشعور الاجتماعي<sup>(1)</sup>.

أما الدكتور أمين أنور الخولي ، بين أن اللعب ينمي عند الطفل قابليته بالتدرج نحو التدرج والسيطرة على البيئة المحيطة ، إن اكتساب الإحساس بالسيادة في اللعب من خلال التعلم ينتج له أن يتوقع نتائج معينة سببها سلوكه في اللعب حيث يتجرد بذاته و يتنمى بسلوكه الحسي الأساسي ويتجرد من القيود المفروضة عليه حيث أنه إذا انخرط في مستوى أرفع من اللعب يحقق ذاته بذاته من خلال الألعاب ، وهكذا تتم نفس الآليات عندما يرقى لعبة إلى مستوى المنافسة الرياضية وأيضاً عندما يتخرج من عالمه الصغير ( الملعب ) إلى عالمه الكبير وهو حياته الاجتماعية<sup>(2)</sup>.

#### IV. 4-8- أهمية التربية البدنية والرياضية:

أصبح الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية يزداد يوماً بعد يوم سواء من ناحية ممارستها على مستوى الأفراد والجماعات أو من ناحية تطويرها وتنظيمها من الجوانب العلمية و التشريعية وذلك داخل الدول أو على مستوى عالمي ؛ ولأهمية التربية الرياضية المدرسية - التربية البدنية - تم إقرار عشرة مواد للميثاق الدولي للتربية والرياضية وذلك في المؤتمر العام لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة في نوفمبر (UNESCO) 1978 .

"وتنص المادة الثالثة من الميثاق على أنه ينبغي أن تلي برامج التربية البدنية والرياضية احتياجات الأفراد والمجتمع وذلك من خلال التأكيد على أنه:

✓ ينبغي إعداد البرامج وفقاً لاحتياجات المشتركين فيها ووفقاً لخصائصهم الفردية ، وكذلك بما يتماشى مع الظروف الثقافية والاجتماعية والاقتصادية للمجتمع ، وبما يتلاءم مع الظروف المناخية.

✓ ينبغي لتلك البرامج أن تساهم في إطار التربية الشاملة في تكوين عادات وأنماط من السلوك لتساعد في تطوير شخصية الفرد.

كما تنص المادة الرابعة من الميثاق على أن ينبغي أن تتولى القيادات المؤهلة تعليم وتوجيه وإدارة التربية البدنية والرياضية ، وذلك من خلال التأكيد على أنه:

✓ ينبغي أن تتوفر المؤهلات العلمية والخبرة لدى جميع الأفراد الذين يضطلعون بالمسؤولية المهنية عن التربية البدنية والرياضية ، وكذلك يجب توفير العدد الكافي منهم.

✓ ينبغي الاهتمام بتدريب العاملين في التربية البدنية والرياضية وإعطاء العاملين المدربين وضعاً يتناسب مع المهام التي يضطلعون بها.

(1) - أنطوان الجوزي: طالب الكفاءة التربوية ، المؤسسة الكبرى للطباعة بيروت ، ط1 1980 ص 133 .

(2) - أمين أنور الخولي: مرجع سابق ، ص212 .



بينما تنص المادة الخامسة من الميثاق على ضرورة توفير المنشآت والتجهيزات المناسبة للتربية البدنية والرياضية ، وذلك من خلال التأكيد على :

✓ ينبغي توفير المرافق والتجهيزات الملائمة على نطاق يتيح اشتراك أكبر عدد من الأفراد في برامج التربية البدنية والرياضية بالمدارس وخارجها.

✓ ينبغي أن تتضمن خطط تنمية المناطق الحضرية والريفية احتياجات التربية البدنية والرياضية في مجال المنشآت والمرافق والتجهيزات، مع مراعاة الانتفاع بما تتيحه البيئة الطبيعية من إمكانات " (1)

إن ممارسة التربية البدنية تساعد على تحسن الأداء الجسماني للتلميذ وإكسابه المهارات الأساسية وزيادة قدراته الجسمانية الطבעة كما أنها تساعد على تحسين الجهاز الوظيفي.

"فالخبرات الأساسية لممارسة الأنشطة الرياضية تمد التلميذ بالمتعة منه خلال الحركات المؤداة في التمرينات والمسابقات التي يتم من خلال تعاون التلميذ مع الأخر أو منفرداً" ... (2)

أما المهارات التي يتم التدريب عليها من خلال الدرس بدون استخدام أدوات أو باستخدام أدوات صغيرة بسيطة أو باستخدام الأجهزة الكبيرة تؤدي إلى اكتساب المهارات التي تعمل على شعور التلميذ بقوة الحركة ، "والتربية البدنية والرياضية هي عملية حيوية في المدارس بمراحلها المختلفة ولها دور أساسي في تنمية اللياقة البدنية للتلاميذ" (3).

ومن هذا المنطلق فإن الدفاع عن فكرة زيادة حصص التربية البدنية والرياضية هو أمر مشروع وهام لتأسيس حياة صحية سليمة للتلاميذ ومنحهم فرصة ممارسة كافية للأنشطة الرياضية.

إن التلاميذ ذوي المهارات العالية لهم القدرة على الاندماج في المجتمع بشكل جيد وبالتالي فإن قدرتهم أو عدم قدرتهم على عقد صداقات مع زملائهم غالباً ما تتأثر بالمهارات الخاصة لهم.

ومن المهم جداً أن نعمل على إنجاح وزيادة خبرات التلاميذ في التربية الرياضية وذلك قصد تنمية مهارتهم الشخصية وانتماءهم اتجاه التربية البدنية والرياضية.

إن وجود برنامج رياضي ليشتمل على أنشطة تعمل على إظهار الفروق الفردية ، بين التلاميذ وتشجيعهم لهُو أمر مهم جداً ، وعلى ذلك فمن غير المفترض إن كل التلاميذ سيؤدون المهارات بنفس الكفاءة. (4)

#### IV. 5- التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي:

#### IV. 5-1 مفهوم التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي:

(1) - المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، جامعة حلوان ، بحوث مؤتمر : رؤية مستقبلية للتربية البدنية والرياضية في الوطن العربي ، 22-24 ، ديسمبر 1993 المجلد الرابع ، ص 212،213.

(2) - أمين أنور الخولي ، أسامة آمال راتب :التربية الحركية ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1982 ص35 .

(3) - محمد سعيد عظمي : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية ، منشأة المعارف بالإسكندرية ، 1996 ص61 .

(4) - علي أحمد مذكور : مناهج التربية الرياضية أسسها وتطبيقاتها ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1998 ص20 .

تسعى التربية البدنية والرياضية كمادة تعليمية في المرحلة الثانوية إلى تأكيد المكتسبات الحركية و السلوكيات النفسية والاجتماعية المتناولة في التعليم القاعدي بشقية الابتدائي والمتوسط وهذا من خلال أنشطة بدنية ورياضية متنوعة وثرية ترمي إلى بلورة شخصية التلميذ وصقلها من حيث:

#### IV. 5-2- أهداف التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي:

##### IV. 5-2-1- الناحية البدنية:

- ✓ تطوير وتحسن الصفات البدنية ( عوامل التنفيذ ) .
- ✓ سين المردود الفسيولوجي .
- ✓ التحكم في نظام وتسيير المجهود وتوزيعه .
- ✓ تقدير وضبط جيد لحقل الرؤية .
- ✓ التحكم في تجديد منابع الطاقة .
- ✓ قدرة التكيف مع الحالات والوضعية .
- ✓ تنسيق جيد للحركات والعمليات .
- ✓ المحافظة على التوازن خلال التنفيذ .
- ✓ الرفع من المردود البدني وتحسين النتائج الرياضية.

##### IV. 5-2-2- الناحية المعرفية:

- ✓ معرفة تركيبية جسم الإنسان ومدى تأثير المجهود عليه .
- ✓ معرفة بعض القوانين المؤثر على جسم الإنسان .
- ✓ معرفة قواعد الإسعافات الأولية أثناء الحوادث الميدانية .
- ✓ معرفة قواعد الوقاية الصحية .
- ✓ قدرة الاتصال والتواصل الشفوي والحركي .
- ✓ معرفة قوانين وتاريخ الألعاب الرياضية وطينا و دوليا .
- ✓ تجنيد قدراته لإعداد مشروع رياضي ودوليا .
- ✓ معرفة حدود مقدرته ومقدرة الغير .

##### IV. 5-2-3- الناحية الاجتماعية:

- ✓ التحكم في نزواته والسيطرة عليها .
- ✓ تقبل الآخر والتعامل معه في حدود قانون الممارسة .
- ✓ التمتع بالروح الرياضية وتقبل الهزيمة والفوز .

✓ روح المسؤولية والمبادرة البناءة<sup>(1)</sup>

#### IV. 5-3- نشأة مهنة التربية البدنية والرياضية:

أصبحت التربية البدنية والرياضية في العصر الحديث من المجالات التي توسعت بشكل كبير على المستوى الاجتماعي بعد أن زاد وعي الجماهير بقيمتها الصحية والترويحية والتربوية ، لقد أصبحت من الأنشطة الإنسانية المتداخلة في وجدان الناس جميعا على مختلف أعمارهم وثقافتهم وطبقاتهم.

وذكر نقلا عن "واست و بوتشر west & Bucher" أن مجال التربية البدنية والرياضية قد توسع بشكل هائل خلال القرنين المنصرمين ، و لم يتم التقدم ونمو المهنة في اتجاه زيادة المعارف الهائلة فقط ، وإنما اتخذ أشكالا توسيعية في البرامج وفي نوعية الأفراد المستفيدين منها<sup>(2)</sup>.

وقد تأثر نمو مهنة التربية البدنية والرياضية بعدة عوامل لعل من أهمها نقص اللياقة البدنية الذي كان ورائه توفير برامج لتنمية اللياقة البدنية لمختلف الأعمار ، بعد أن كان في حكم المسلمات أن النشاط البدني أصبح من العوامل المهمة لاكتساب أفضل مستوى صحي لجميع الأعمار ، كما أن تزايد وقت الفراغ تطلب من المهنة أن توفر برامج الرياضية للجميع والرياضة الترويحية ، فهذه البرامج وغيرها استحدثت أخصائيين مهنيين ومؤثرين ، وهو الأمر الذي جعل فرص العمل تنمى وتزهر أمام خرجي معاهد التربية البدنية والرياضية.

ويضيف "زيجر Zeiger" أن بزوغ شمس التربية البدنية كمهنة ، ربما تحددت ملامحها في أعقاب تعيين أساتذة جامعيين في عدد من الجامعات والكليات الأمريكية.<sup>(3)</sup>

وفي الأخير يمكن القول أنه من الصعب تحديد الزمن التي ظهرت فيه مهنة التربية البدنية والرياضية إلا أنه يمكن القول أن مهنة التربية البدنية والرياضية بزغت ربما عندما ظهرت الأمراض والنقص في اللياقة البدنية.

#### IV. 6- آثار التربية البدنية والرياضية :

إن برامج التعليم تهدف إلى تربية الطفل كليا بجميع قواه العقلية والخلقية والجسمانية والنمو بمختلف هذه الجوانب دون التركيز على جانب دون آخر ، ومن مميزات التربية البدنية والرياضية أنها تمس مختلف الجوانب دون التركيز على جانب آخر . ومن مميزات التربية البدنية والرياضية أنها تمس مختلف الجوانب العقلية والجسمانية والخلقية إلى غير ذلك ، ولهذا سنوضح آثار التربية البدنية والرياضية .

#### IV. 6-1- تأثير التربية البدنية والرياضية على الجسم :

من الواضح أن الخدمات التي تؤديها التربية البدنية للجسم هي الأكثر أهمية ، ويظهر أثرها في نواحي عديدة نذكر منها :

■ تعطي مرونة العضلات وتقويتها وتكسيبها رشاقة ومقاومة .

<sup>(1)</sup> - وزارة التربية الوطنية المناهج والوثائق المرافقة ، السنة الثانية من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي التربية البدنية والرياضية ، التربية التشكيلية، التربية الموسيقية ، مطبعة الديوان

الوطني للتعليم والتكوين عن بعد مارس 2006 ، ص 3.

<sup>(2)</sup> - أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص 26

<sup>(3)</sup> - أمين أنور الخولي: مرجع سابق، ص 2

- تزيد من إفرازات الغدد الصماء والداخلية .
- تحفظ جسم التلميذ من الانحراف التي قد تحدث له جراء العمل المدرسي ، والجلوس المستمر على مقاعد الدراسة الغير الصحيحة أحيانا وتنمي للهيكل العظمي نموا مستقيما .
- تعمل على تنشيط الدورة الدموية وحركة التنفس وتكسب الجهاز العصبي اتزاناً .

#### IV. 6-2- تأثير التربية البدنية والرياضية على العقل :

التنفس والجسد يؤلفان متحد التكوين ، فما يجري في الجسد يؤثر في النفس ، وما يجري في النفس يؤثر في الجسد ، من هذه العبارة يمكن أن نرى العلاقة الصحيحة التي تربط القوى العقلية والقوى الجسمية ، فكلما كان الجسم قويا نشيطا كلما ازداد عمل العقل وإمكانياته ، ولقد أثبتت عدة تجارب أجريت في ألمانيا وفرنسا أن التلاميذ الذين يمارسون بانتظام تمارين التربية البدنية والرياضية يحصلون دائما على نتائج مدرسية أفضل من الذين لا يمارسون .

#### IV. 6-3- تأثير التربية البدنية والرياضية على الخلق :

إن التربية البدنية والرياضية ومما تتطلبه من مجهود ورشاقة ، تزرع وتربي في الطفل الثقة بالنفس والجرأة والصبر على تحمل المشاق كما تنمي فيه روح الطاعة والإخلاص وللجماعة ولل فريق الذي يلعب معه ، وبذلك تكون التمارين البدنية عاملا فعالا في تربية الشعور الاجتماعي للطفل .

#### IV. 7- حصة التربية البدنية والرياضية :

#### IV. 7-1- مفهوم حصة التربية البدنية والرياضية :

حصة التربية البدنية والرياضية تعتبر وسيلة هامة من الوسائل التربوية الهامة لتحقيق الأهداف المسطرة في تكوين الفرد بحيث أن الحركات البدنية التي يقوم به الفرد خلال حياته على المستوى التعليمي البسيط في الإطار المنظم والهيكل يقوم على تنظيمه وتحسين وتطوير هذا البدن ومكوناته من جميع الجوانب العقلية والنفسية والاجتماعية والخلقية والصحة لضمان تكوين الفرد وتطويره وانسجامه في مجتمعه ووطنه وأن أفضل الطرق لاكتساب هذه الصفات وتنميتها عن طريق الممارسة<sup>(1)</sup>.

#### IV. 7-2- واجبات حصة التربية البدنية :

يمكن تلخيص واجبات حصة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية كما يلي :

(1) - د. حسن سعيد معوضي: البطولات والدورات الرياضية وتنظيمها، مطبعة الجهاز المركزي للكتب الجامعية والمدرسية والوسائل التعليمية، 1977، ص 45.

- التحكم في القوام في حالي السكون والحركة.
- المساعدة على الاختصاص بالصحة والبناء البدني السليم للتلاميذ.
- المساعدة على تكامل المهارات والخبرات والحركة.
- المساعدة على تطوير الصفات البدنية.
- اكتساب المعارف والمعلومات والحقائق على أساس الحركات البدنية وأصولها البيولوجية والفيزيولوجية والبيوميكانيكية.
- التعود على الممارسة المنتظمة للأنشطة الرياضية.
- تدعيم الصفات المعنوية والسماوات الإدارية والسلوك اللائق.

#### IV. 7-3- بناء حصة التربية البدنية والرياضية :

بالرغم من الاختلاف الموجود بين مختلف مدارس التربية البدنية والرياضية المعروفة كالاتحاد السوفياتي (سابقا ) والولايات المتحدة الأمريكية وألمانيا في عدد أقسام حصة التربية البدنية والرياضية إذ أنه لا يمكن اعتبار إحدى المدرستين لأحسن منة الأخرى ،أي بين المدرسة الشرقية والغربية وهذا بحكم النتائج التي تحققها هذه المدرستين أضف إلى ذلك أن جوهر حصة التربية البدنية والرياضية واحد ولا يختلفان إلا في الجزء الرئيسي أو جسم الدرس كما يسمونه حيث يشتمل على النشاط التعليمي والتطبيقي فالمدرسة الشرقية تقسم درس التربية البدنية والرياضية إلى :

- مقدمة النشاط.
- الجزء الرئيسي ( يحتوي النشاط التطبيقي والتعليمي معا ).
- الجزء الختامي للنشاط .
- أما المدرسة الغربية والولايات الأمريكية تقسمانه إلى :
- المقدمة
- التمرينات
- النشاط التعليمي
- النشاط الختامي .

"والطريقة الثانية هي الأكثر استعمالا في الوطن العربي "

✓ وفيما يلي شرح أجزاء حصة التربية البدنية والرياضية :

#### IV. 7-3-1- مقدمة حصة التربية البدنية والرياضية:

أو ما يسمى "الإحماء" وهو جملة النشاطات التي تعمل على الوصول إلى قصوى من التحضير البدني اللازم لممارسة رياضة ذات شدة عالية ودور الإحماء هو العمل على التوقيف بين مختلف الأجهزة.<sup>(1)</sup>

#### أ- على الجهاز الدوري الدموي :

- ارتفاع تواتر نبضات القلب.
- ارتفاع ضغط الدم يؤدي إلى زيادة نسبة سير الدم في الجسم.

#### ب - على الجهاز التنفسي:

- يرفع من التوتر التنفسي وهذا تناسبيا مع شدة العمل أو النشاط .

#### ج- على الجهاز العضلي :

- الانقباض من صلابة العضلات وهذا بارتفاع درجة حرارة الجسم ( 37° - 40° ).
- ينقبض من إمكانية الإصابة أثناء أداء التمرينات والنشاط .
- يرفع من مطاطية العضلات.<sup>(2)</sup>

#### د- على الجهاز التنفسي :

- أن تكون التمرينات غير مملة
- التمرينات تكون عامة وخالية من الخطورة.
- اعتماد الألعاب الصغيرة المسلية والتي تصنف جو المرح .
- أنتصل العضلات في حركتها إلى أقصى مدى، بحث بسير أداء التمرينات القادمة دون شدة أو إجهاد عضلي.
- أن يتمكن جميع التلاميذ من الاشتراك في الألعاب المقدمة. س
- ضبط شدة الإحماء وهذا التفادي تحول هذا الإحماء إلى عمل
- الأخذ بعين الاعتبار السرعة الفردية لكل تلميذ أثناء الإحماء .
- الأخذ بعين الاعتبار سن الممارس<sup>(3)</sup>.

### IV. 7-3-2- الجزء الرئيسي لحصة التربية البدنية و الرياضية :

يضم الجزء الرئيسي التدريب بمعناه الواسع ، و تختلف المرحلة الأساسية على حسب تحضير الرياضيين بصفة عامة ، كما يجب في هذه المرحلة مراعاة توافق الجانبين التقني والبدني ، فيما يلي بعض أنواع التمرينات :

#### أ-التمرينات النظامية :

و تهدف هذه التمرينات إلى عملية التنظيم و الضبط والربط داخل الحصة و تعتمد على إيصال التلاميذ للعمل التلقائي و بشكل منظم

(1)- محمد عوض بسيوني وفصل ياسين الشاطي: مرجع سابق، ص 96.

(2)- بن عكي محمد آكلي: محاضرة حول التخطيط السنوي، جامعة الجزائر، ملحقه دالي ابراهيم، 28/01/1996.

(3)- بن عقيلية محمد: محاضرة حول بناء درس التربية البدنية والرياضة، جامعة الجزائر، ملحقه دالي ابراهيم، 1997/02/25.

ب-التمرينات البنائية: وتهدف إلى:

- استعمال التدريبات والتمارين التي تساعد على التحكم في التقنية .
- تمرينات موجهة لتطوير السرعة والتوافق.
- تمرينات لتطوير القوة .
- تمرينات موجهة لتطوير التحمل.

ج-التمرينات التوافقية:

- تنمي التوافق العضلي و ترقى المهارات الحركية للتلاميذ.(1)

#### IV. 7-3-3- الجزء النهائي لحصة التربية البدنية والرياضية:

تهدف من خلالها إلى التقليل من شدة التدريب للعودة إلى الحالة العادية أما الانتقال المفاجئ من العمل الشديد إلى الراحة ، فإنه يخلق نوع من الخلل مما يؤدي إلى التأثير على جودة وفعالية التدريبات السابقة.(2)

#### IV. 8- الممارسة البدنية والرياضية في الجزائر ابتداء من الاستقلال إلى يومنا هذا :

في جويلية 1962 لم يكن موجودا في الجزائر إلا فرع أكاديمي للتربية البدنية والرياضية تحت إشراف المديرية العامة للتربية الوطنية ،ومسيرة طرف مفتش عام الأخير لا يهتم إلا بالامتحانات والرياضة المدرسية، وبعد الاستقلال عمدت الدولة إلى تنظيم هذا الفرع الهام من أجل الصحة والتوازن الفكري والأخلاقي للشباب الجزائري فأنشئت وزارة الرياضة والسياحة التي كان لها المهام التالية :

✓ الإشراف على التربية البدنية والجامعة.

✓ الإشراف والتكوين الإداري لمعلمي التربية البدنية والرياضية و تنظيم المنافسات الرياضية ، وكان دور الجزائر يتمثل في إخراج الرياضة والتربية البدنية من التهميش الذي أصابها وكان من الاهتمامات الأساسية لوزارة الشباب والرياضة ووزارة التربية الوطنية حيث كانت لها مهام البرمجة والإشراف على النشاطات الرياضية داخل المؤسسة التربوية القاعدية.(3)

وعلى المستوى الدراسي بذلت جهود لإدماج عبارة التربية البدنية مع التكوين المدرسي عبر مختلف المستويات التعليمية من المدرسة إلى الجامعة مما استدعى النصوص القانونية التالية :

● المادة 76- 36 المؤرخة في 16 أفريل 1976 ،المتضمنة تنظيم التربية والتكوين وهذه المادة تنص على أن كل جزائري له في الحق في التربية و التكوين وبما أنها مجانية (المادة 05) ،وكما لعب القطاع المدرسي دور هام وحيوي في بعث الحركة الرياضية الوطنية ،لكن النمو الديمغرافي المتزايد الذي تشهده البلاد له أثر كبير في تكوين المكونات وتوفير الهيكل والعتاد الأساسيين للتربية البدنية والرياضية حتى 1987 ولم تكن إلا في المعاهد الجهوية

(1)- غسان محمد صادق وفاطمة ياسين الهاشمي: الاتجاهات الحديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية، مديرية دار الكتاب للطباعة والنشر، 1988، ص 220.

(2)- وزارة التربية الوطنية: مرجع سابق، ص 140.

(3)- عمر عبد الحق: مكانة ودور التربية البدنية والرياضية في الجهاز التربوي الجزائري، (رسالة ماجستير)، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 1993، ص 54.



للتربية البدنية والرياضية (بسيرايدي) و (الشلف) اللذان أوكلت لهما مهام تكوين إطارات التربية البدنية ،وفي سنة 1982 وزارة التعليم العالي أعطيت الإشارة لتكوين أول دفعات أساتذة التربية البدنية والرياضية بفتح معاهد ومنها معهد قسنطينة والميهام التي أوكلت لهم هي :

- ملئ الفراغ بالأساتذة في التربية البدنية والرياضية بالنسبة للثانوي والتقني
- ضمان تعليم مقياس التربية البدنية والرياضية في معاهد التعليم<sup>(1)</sup>.

#### الخلاصة:

انطلاقا مما تناولناه في هذا الفصل توصلنا إلى أن للتربية البدنية والرياضية أهمية ودور كبير في حياة الفرد والمجتمع وخاصة في المؤسسات التعليمية حيث أنها تركز على حياة الفرد فكريا بدنيا ونفسيا واجتماعيا فهي حقا الوسيط في العملية التربوية والتعليمية لأنها تخاطب العقل والجسم مع الجانب النفسي للإنسان وبالتالي أهميتها في

(1) - عمر عبد الحق: مرجع سابق، ص 54.

مرحلة التعليم المتوسط والثانوي ، تكتسي طابع جد مهم نظرا لأن التلميذ في هذه المرحلة يكون في سن المراهقة ، وهو في حاجة إلى عناية بدنية وعقلية ونفسية واجتماعية والتربية البدنية تلعب هذا الدور المهم إذا ما طبقت بالشكل الصحيح.

# الجانب التطبيقي

**تمهيد:**

إن كل باحث من خلال بحثه يتحقق من الفرضيات التي وضعها ، ويتم ذلك بإخضاعها إلى التجريب العلمي لإستخدام مجموعة من المواد العلمية ، وذلك بإتباع منهج يتلائم وطبيعة الدراسة ، حيث إعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي كمنهج علمي ملائم لهذه الدراسة كونه يعتمد على إستقصاء ظاهرة من الظواهر ويعمل على تشخيصها وكشف جوانبها المختلفة.

ويشمل الجانب التطبيقي لبحثنا هذا على فصلين ، الفصل الأول ويمثل الطرق المنهجية للبحث والتي تشمل على الدراسة الاستطلاعية والمجال الزماني والمكاني وكذا الشروط العلمية للأداة مع ضبط متغيرات الدراسة كما إشتمل على عينة البحث وكيفية إختيارها والمنهج المستخدم وأدوات الدراسة وكذلك إجراءات التطبيق الميداني وحدود الدراسة.

أما الفصل الثاني فيحتوي على عرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء الفرضيات مع الخلاصة العامة للبحث.

**1- الدراسة الإستطلاعية:**

هي تلك الدراسات التي تستهدف توحيد معلومات و بيانات وصفية حول الظواهر التي لا تتوفر حولها معلومات كافية ، و التي لم تجري حولها دراسة كاملة و ذلك بوصف هذه الظواهر و تحديد خصائصها بما يفيد دعم البحوث التفسيرية حولها بعد ذلك .<sup>1</sup>

و تعد الدراسة الإستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه ، و تهدف الدراسة الإستطلاعية إلى التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث ، و التحقق من مدى صلاحية الأداة المستعملة لجمع المعلومات ومعرفة الزمن المناسب والمتطلب لإجرائها.

و من خلال هذه الدراسة الميدانية نهدف إلى إبراز تأثير نقص الوسائل التعليمية على تحقيق اهداف التربية البدنية والرياضة وذلك عن طريق أسئلة منظمة وقد إستعملنا من أجل الوصول إلى هذه الحقيقة إستبانا موجه إلى عينة من الاساتذة وذلك للحصول على أكبر قدر ممكن من المعلومات حول تأثير نقص الوسائل التعليمية على تحقيق اهداف التربية البدنية والرياضة ، مع الأخذ بعين الإعتبار الدراسات السابقة في تحديد التساؤلات التي طرحت في المجال و الإلمام بجميع الجوانب في هذا البحث .

**2- المنهج المستخدم :**

إن إختيار منهج البحث يعتبر من أهم المراحل في عملية البحث العلمي إذ نجد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس وإنطلاقا من موضوع البحث والذي يهتم بدراسة (فعالية استخدام الوسائل التعليمية في تحقيق اهداف حصة التربية البدنية والرياضة ) .

فإن المنهج الذي إتبعناه لدراسة الموضوع هو المنهج الوصفي الذي يعتبر بأنه دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع .

ويعرف المنهج الوصفي أيضا بأنه: ( مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلا كافيا ودقيقا لإستخلاص دلالتها والوصول إلى النتائج ) .

ويلجأ الباحث إلى إستخدام هذا المنهج من أجل فتح مجالات جديدة للدراسة التي ينقصها القدر الكافي من المعارف وهو يريد بذلك التوصل إلى معرفة دقيقة وتفصيلية عن عناصر الظاهرة موضوع البحث التي تفيد في تحقيق فهم لها أو وضع إجراءات مستقبلية خاصة بها.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>: السيد علي شتا : المجتمع العالمي علم الاجتماع ، مؤسسة شباب الجامعة للطباعة و النشر و التوزيع ، الإسكندرية ، مصر ، 1995 م ، ص ( 31 ) .

<sup>2</sup>: محمد علي محمد: علم الاجتماع والمنهج العلمي ، دار المعارف الجامعية ، ط 3 ، الإسكندرية ، مصر ، 1986 ، ص (181) .

**3- المجال المكاني و الزماني:****1- المجال المكاني:**

تم توزيع استبيان الموجه للأساتذة في المؤسسات الثانوية والمتوسطة التالية:

- بوسعادة

- غرداية

**2-1- المجال الزماني:**

شرعنا في إنجاز هذا البحث في مدة قدرها 05 أشهر من بداية ديسمبر 2016 حتى نهاية شهر أبريل

2017 وتنقسم الفترة إلى مرحلتين:

**المرحلة 01:**

من بداية ديسمبر حتى شهر فيفري وهي مرحلة البحث النظري حيث قمنا من خلالها بجمع أهم ومختلف

المعلومات.

**المرحلة 02:**

من شهر مارس حتى شهر أبريل 2017 وهي مرحلة خصصت للجانب التطبيقي من خلال جمع

المعلومات ومناقشة النتائج.

**4- الشروط العلمية للأداة:****4-1- صدق الأداة:**

صدق الاستبيان يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه . كما يقصد بالصدق شمول الاستبيان

لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون

مفهومة لكل من يستخدمه.<sup>3</sup>

وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا بإستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن الإستبيان يقيس ما

أعد له ، حيث قمنا بعرض الإستبيان على الأستاذ المشرف وقام بعرضها على مجموعة من الأساتذة من الجلفة و

بوسعادة بالإعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداها المحكمون ، وقمنا بإجراء التعديلات التي إتفق عليها

معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغتها .

<sup>3</sup>: فاطمة عوض صابر ، مرفت علي خفاجة : أسس البحث العلمي ، مكتبة الإشعاع الفنية ، ط1 ، مصر ، 2002 م ، ص ( 167 - 168 )

### 5- مجتمع البحث:

من الناحية الإصطلاحية هو : (تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة: فرق ، تلاميذ ، سكان ، أو أي وحدات أخرى ) .<sup>4</sup>

إن المجتمع يعتبر شمول كافة وحدات الظاهرة التي نحن بصدد دراستها ، ومجتمع بحثنا هذا : هو اساتذة التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي والمتوسط

### 6- - عينة البحث وكيفية اختيارها:

"العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على إن تكون ممثلة لمجتمع البحث".<sup>5</sup>

وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني ، والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين ، وكان عينة البحث في دراستنا هي 60 استاذ من ثانويات بوسعادة وغرداية

### 7- ضبط متغيرات الدراسة:

**7-1- تعريف المتغير المستقل:** هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

- تحديد المتغير المستقل: وهو : " استخدام الوسائل التعليمية "

**7-2- تعريف المتغير التابع:** متغير يؤثر فيه المتغير المستقل هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع.<sup>6</sup>

- تحديد المتغير التابع: وهو : " تحقيق اهداف حصة التربية البدنية والرياضية "

### 8- أدوات الدراسة:

### 8-1- جمع المعلومات وكيفية تطبيقها:

<sup>4</sup>: محمد نصر الدين رضوان : الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية و الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2003 م ، ص ( 14 ) .

<sup>5</sup>: رشيد زرواتي : مناهج و أدوات البحث العلمي في العلوم الإجتماعية ، دار المهدي للطباعة و النشر و التوزيع ، ط1 ، الجزائر ، ص ( 334 ) .

<sup>6</sup>: محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية و علم النفس ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، 1999 م ، ص ( 219 ) .



إن حصولنا على المعلومات الكافية والبيانات المتعلقة بالدراسة سهلت علينا الإلمام ( الإحاطة ) بأغلب جوانب الدراسة وجاءت هذه مباشرة بعد تحديد العينة المراد دراستها وتختلف هذه الطريقة باختلاف الموضوع وحسب المجال التي تمت فيه الدراسة ، و إستعملنا في بحثنا مجموعة من الطرق المتمثلة في:

#### 8-1-1- طريقة الاستبيان:

حيث تعد وسيلة لجمع المعلومات مستعملة وبكثرة في البحوث العلمية ومن خلالها تستمد المعلومات مباشرة من المصدر الأصلي وتمثل في جملة من الأسئلة مقسمة إلى (مغلقة) ويقوم الباحث بتوزيعها على العينة المختارة كالإجراء الأولي ثم يقوم بجمعها ودراستها وتحليلها ثم إستخلاص النتائج منها وقد فمنا بإختيار الإستبيان لكي يسمح لنا بعملية جمع المعلومات وتحليلها بسهولة وقلة تكاليفها.

#### 8-1-2- الطريقة الإحصائية:

تساعد هذه الطريقة على تحويل البيانات والنتائج من حالتها الكمية إلى نسب مئوية ، وقد إعتدنا في تحليلنا للمعطيات العددية للإستبيان على القاعدة الثلاثية ، وذلك لإستخراج والحصول على نسب مئوية لمعطيات كل سؤال.

$$\text{عدد التكرارات} \\ \text{النسبة المئوية} = \frac{\text{المجموع الكلي}}{100} \times 100$$

وإعتدنا نفس الطريقة الثلاثية لتحويل النسب المئوية إلى دوائر نسبية للنتائج المتحصل عليها.

#### 9- إجراءات التطبيق الميداني :

بعد إختيار العينة وتحديدتها ثم تطبيق إستمارات الإستبيان ، التي تم عرضها على الأستاذ المشرف لتعديلها ، طبقت على أفراد العينة ، حيث تم توزيع إستمارة الإستبيان على كل عضو في العينة ، وقد تم ذلك وفقا لطلب الإجابة من المبحوث على قدر فهمه السؤال وإختيار نوع الإقتراح الذي يعبر عن رأيه أكثر والتأكيد له بأن الأجوبة في إطار خدمة البحث العلمي ، و في الأخير مراجعة إجابة الأسئلة والتأكد من أنهم أجابوا على جميع

الفقرات وسجلوا جميع البيانات . و قد تم توزيع الإستثمارات وإسترجاعها خلال نفس الوقت الذي وزعت فيه وهذا بغية منا إلى الوصول للإجابات التلقائية من المحيين .

### 10- صعوبات البحث :

مما لا شك فيه أن كل بحث أو دراسة يقوم بها الباحث إلا و هناك مشاكل وصعوبات يصادفها ، ولهذا سنكتفي في بحثنا هذا بذكر الصعوبات الأساسية التي واجهتنا في مختلف مراحل انجازه سواء كانت في الجانب النظري أو التطبيقي و المتمثلة في :

- ❖ نقص المراجع في مكتبة المدرسة ، وإنعدام شفرات الكتب مما يصعب الحصول عليها.
- ❖ نقص الكتب و المراجع التي تناولت هذا الموضوع .
- ❖ صعوبة الحصول على بعض المعلومات من الاساتذة وصعوبة الوصل اليهم .

### الخلاصة :

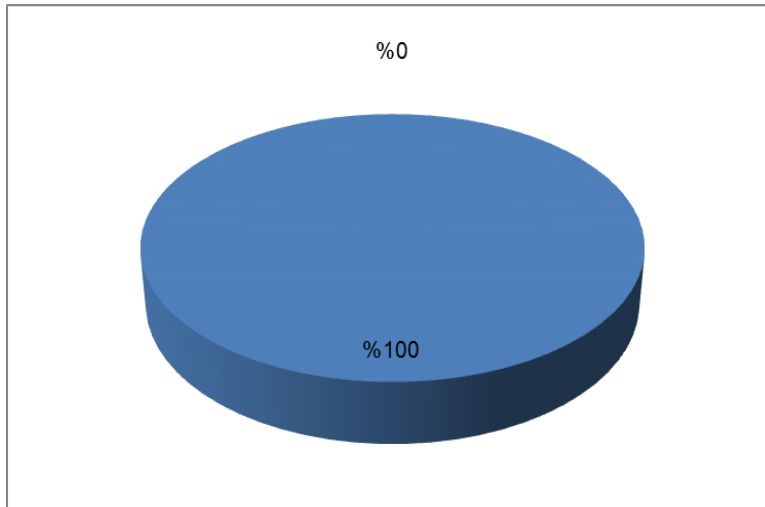
نستخلص مما سبق أنه لا دراسة علمية بدون منهج ، وكل دراسة علمية ناجحة ومفيدة لابد لها و أن تتوفر لدي الباحث الذي يقوم بها منهجية علمية معينة ومناسبة ، و تتماشى مع موضوع ومتطلبات البحث ، ولابد له أن تتوفر لديه أدوات البحث مختارة بدقة من عينة ومتغيرات و إستبيان... الخ ، تتماشى مع متطلبات البحث وتخدمه بصفة تسمح له بالوصول إلى حقائق علمية صحيحة ومفيدة للباحث والمجتمع ، ومنه فإن العمل بالمنهجية تعد أمرا ضروريا في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت والوصول إلى النتائج المؤكدة ، إضافة إلى وجوب أن تكون المنهجية والأدوات المستخدمين في البحث واضحة وخالية من الغموض و التناقضات .

1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان:

لقد كانت هذه الاستمارة من أهم الوسائل التي مكنتنا بالاتصال بالأساتذة والتوصل إلى معرفة آرائهم ووجهة نظرهم حول موضوع البحث .

السؤال الاول : إستعمال العتاد يساعد في السير الحسن للحصة ؟  
 الغرض من السؤال : معرفة علاقة استعمال العتاد وسير الحسن للحصة  
 الجدول رقم (01): معرفة علاقة استعمال العتاد وسير الحسن للحصة

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
100	60	نعم
00	00	لا
100	60	المجموع



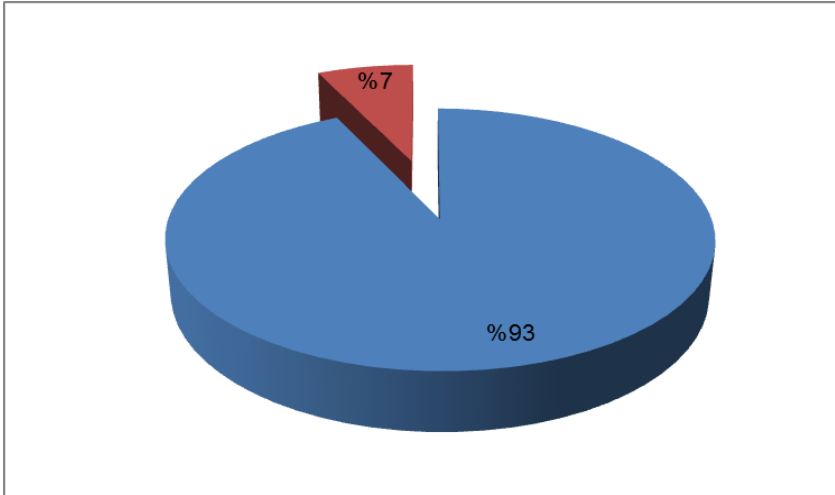
الشكل رقم (01) يبين تمثيلا لنسب الجدول(01)

تحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن نسبة 100% من استاذة التربية البدنية والرياضية يؤكدون أن استعمال العتاد يساعد على السير الحسن للحصة ، بينما لا يوجد هناك أي أستاذ لا يرى أن استعمال العتاد يساعد في السير الحسن للحصة وهذا راجع لا لمأمهم باهمية العتاد في ذلك .

السؤال الثاني: عدم استعمال العتاد يعيق تطبيق التمارين ؟  
 الغرض من السؤال : معرفة استعمال العتاد والتعرض للإعاقة في تطبيق التمارين .  
 الجدول رقم (02): يبين استعمال العتاد والتعرض للإعاقة في تطبيق التمارين .

النسبة المئوية	التكرارات	إجابة
93	56	نعم
07	04	لا
100	60	المجموع



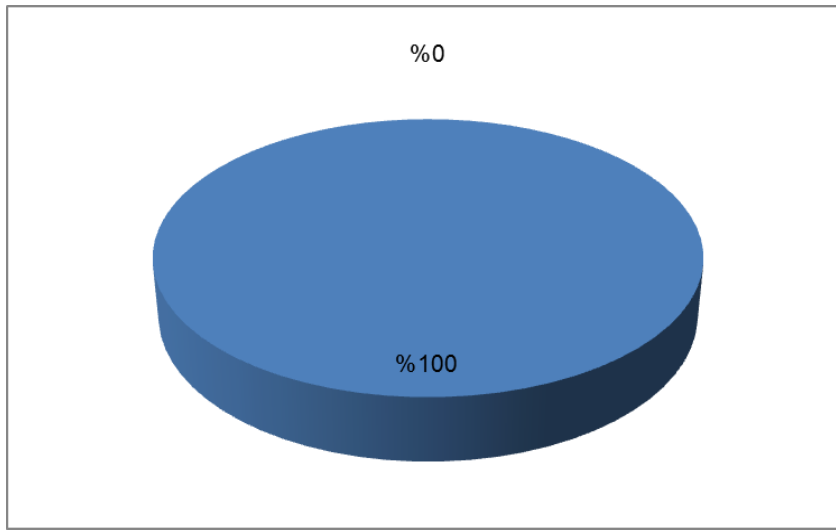
الشكل رقم (02) يبين تمثيلاً لنسب الجدول (02)

#### تحليل النتائج:

نلاحظ من خلال نتائج الجدول رقم (02) أن نسبة 93% من الأساتذة يرون بأن عدم استعمال العتاد يعيق في تطبيق التمارين الرياضية ، بينما نرى أن نسبة 07% من أفراد العينة لا يرون بأن عدم استعمال العتاد يعيق في تطبيق التمارين الرياضية وهذا راجع إلى إختلاف في اختيار التمارين الرياضية .

- السؤال الثالث: قلة العناد يؤدي إلى إضعاف النشاط و الحيوية في حصة التربية البدنية والرياضية ؟  
 الغرض من السؤال: معرفة قلة العناد وعلاقته بإضعاف النشاط و الحيوية في حصة التربية البدنية والرياضية .  
 الجدول رقم (03): يبين قلة العناد وعلاقته بإضعاف النشاط و الحيوية في حصة التربية البدنية والرياضية .

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
100	60	نعم
00	00	لا
100	60	المجموع



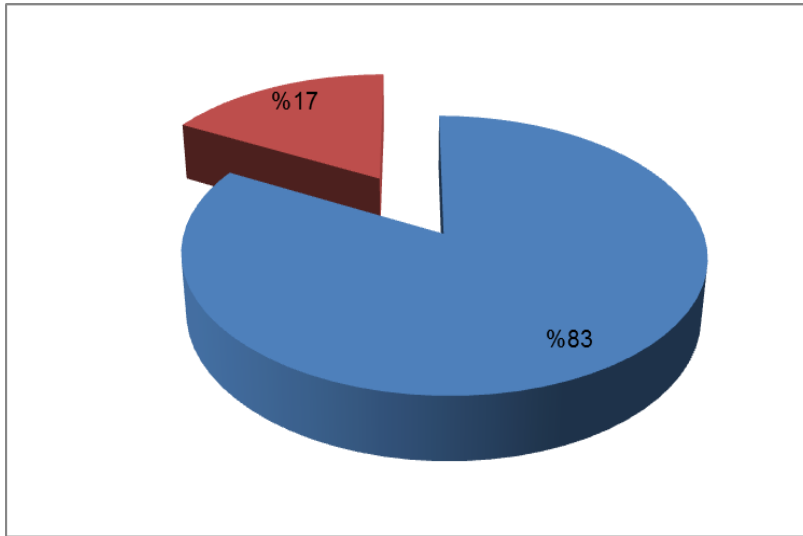
الشكل رقم (03) يبين تمثيلاً لنسب الجدول (03)

#### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (03) نلاحظ أن نسبة 100% من استاذة التربية البدنية والرياضية يؤكدون أن قلة العناد يؤدي إلى إضعاف الحيوية والنشاط في حصة التربية البدنية والرياضية ، بينما لا نجد أي احد من أفراد العينة يرى عكس ذلك وهذا راجع الى أن العناد أمر مهم في سير حصة التربية البدنية والرياضية .

السؤال الرابع: عدم وجود العتاد أو قلته يؤثر على أداء الأستاذ ؟  
 الغرض من السؤال: معرفة وجود العتاد وقلته وتأثيره على اداء الاستاذ .  
 الجدول رقم (04): يبين معرفة وجود العتاد وقلته وتأثيره على اداء الاستاذ .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
83	50	نعم
17	10	لا
100	60	المجموع



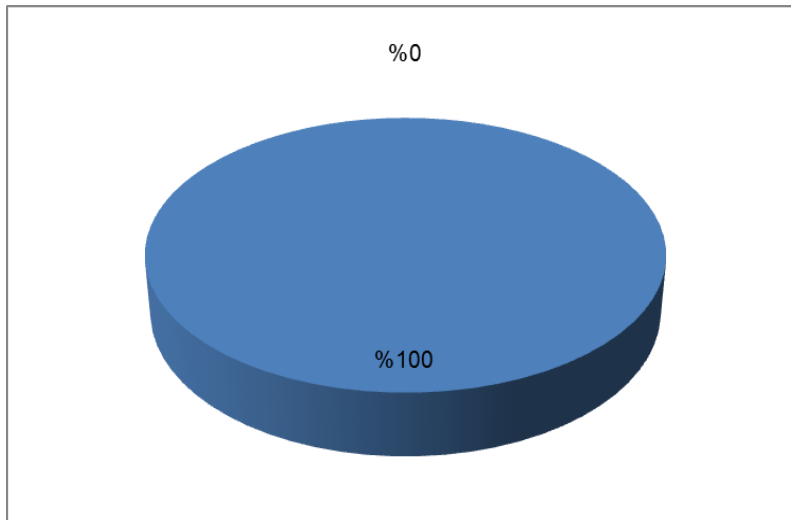
الشكل رقم (04) يبين تمثيلا لنسب الجدول(04)

#### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (04) نلاحظ أن نسبة 83% من أفراد العينة يرون بأن عدم وجود العتاد أو قلته يؤثر على أداء الأستاذ ، بينما ما نسبته 17% من العينة ترى بأن عدم وجود العتاد أو قلته لا يؤثر على أداء الأستاذ وهذا راجع إلى الخبرات المتفاوتة بين افراد العينة .

السؤال الخامس: وجود العناد يحقق لحد كبير الأهداف الإجرائية للحصة ؟  
 الغرض من السؤال: معرفة توفر العناد وعلاقته بتحقيق الأهداف الجرائية للحصة.  
 الجدول رقم (05): يوضح توفر العناد وعلاقته بتحقيق الأهداف الجرائية للحصة.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
100	60	نعم
00	00	لا
100	60	المجموع



الشكل رقم (05) يبين تمثيلا لنسب الجدول(05)

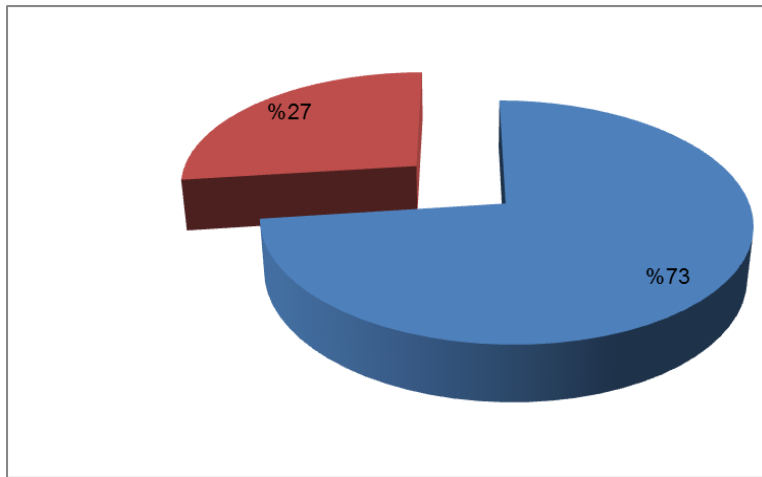
#### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (05) نلاحظ أن نسبة 100% من أساتذة التربية البدنية والرياضية يرون بأن وجود العناد يحقق لحد كبير الأهداف الإجرائية للحصة ، بينما لا نجد أي فرد من العينة يرى بأن عدم وجود العناد يحقق لحد كبير الأهداف الإجرائية للحصة وهذا راجع إلى الأهمية الكبيرة لتوفر العناد في حصة التربية البدنية والرياضية .



السؤال السادس: بوجود الملعب يمكن ممارسة الرياضة ؟  
الغرض من السؤال: معرفة وجود الملاعب وعلاقتها بممارسة الرياضة  
الجدول رقم (06): يبين معرفة وجود الملاعب وعلاقتها بممارسة الرياضة

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
73	44	نعم
27	16	لا
100	60	المجموع



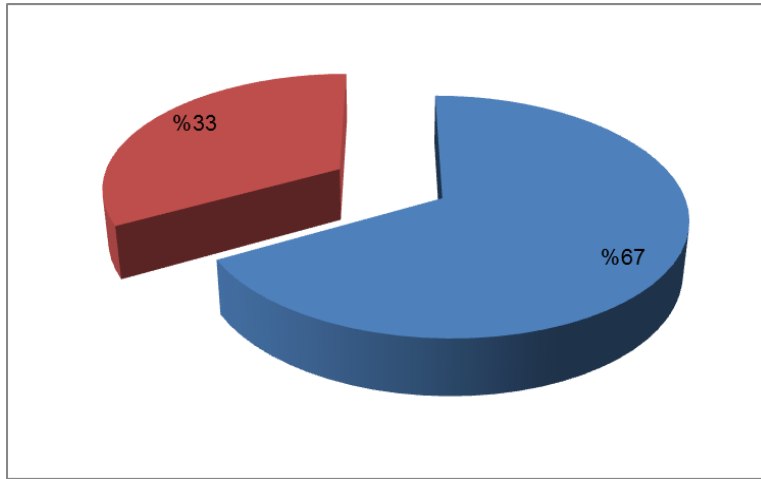
الشكل رقم (06) يبين تمثيلاً لنسب الجدول (06)

#### تحليل النتائج :

من خلال نتائج الجدول رقم (06) نجد أن نسبة 73% من العينة يرون أن وجود الملعب يساعد في ممارسة الرياضة ، بينما نجد نسبة 27% من افراد هذه العينة لا يرون أن وجود الملعب يساعد في ممارسة الرياضة ، وهذا الاختلاف في الرأي راجع إلى تباين في خبرات الاساتذة و تعاملهم مع الإمكانيات المتوفرة لديهم.

السؤال السابع: حدود الملعب تجعل الطلبة مركزين مع الحصاة ؟  
الغرض من السؤال: معرفة علاقة حدود الملعب وتركيز الطلبة خلال الحصاة  
الجدول رقم (07): بين علاقة حدود الملعب وتركيز الطلبة خلال الحصاة

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
67	40	نعم
33	20	لا
100	60	المجموع



الشكل رقم (07) يبين تمثيلاً لنسب الجدول (07)

#### تحليل النتائج :

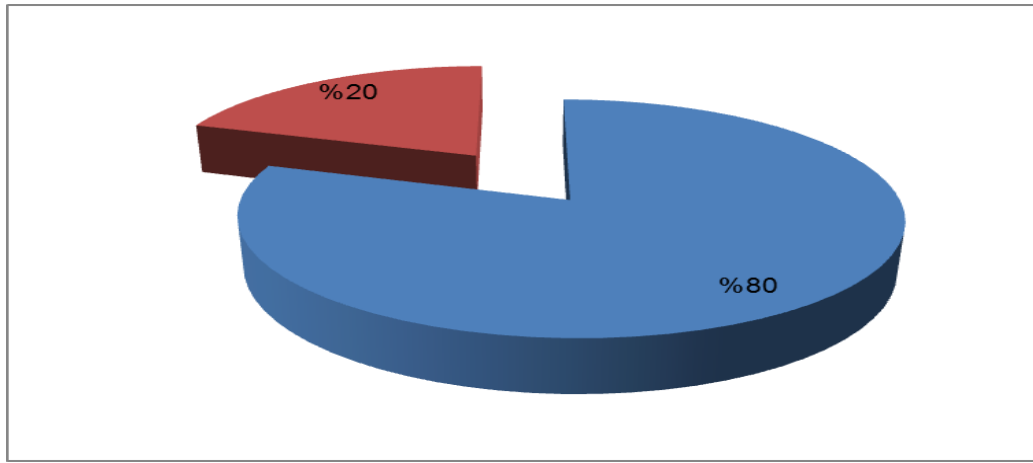
من خلال نتائج الجدول رقم (07) نجد أن نسبة 67 % من العينة يؤكدون أن حدود الملعب تجعل الطلبة مركزين مع الحصاة في حين أن نسبة 33 % من العينة لا يرون أن حدود الملعب تجعل الطلبة مركزين مع الحصاة ، ويرجع ذلك إلى المساحات المتوفرة في المؤسسات التعليمية .

السؤال الثامن: عدم وجود حدود واضحة للملعب تنقص من أداء الطلبة ؟

الغرض من السؤال: معرفة حدود الملاعب واداء الطلبة .

الجدول رقم (08): يبين حدود الملاعب واداء الطلبة

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
80	48	نعم
20	12	لا
100	60	المجموع



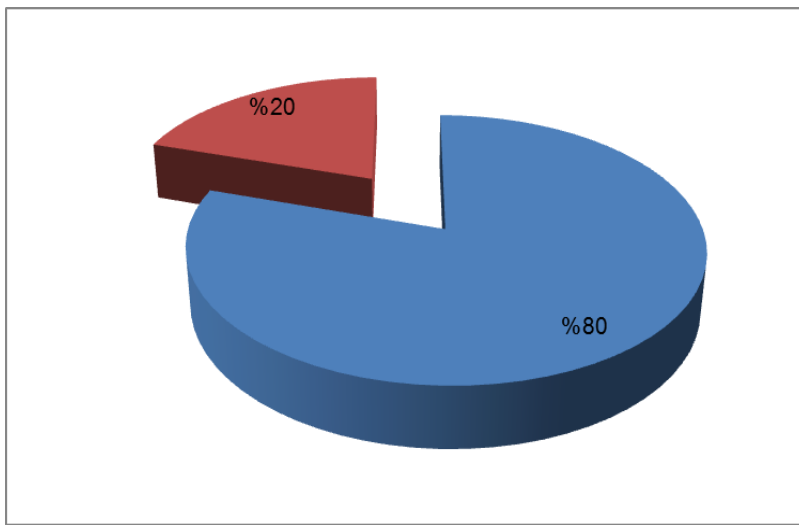
الشكل رقم (08) يبين تمثيلا لنسب الجدول(08)

#### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (08) نلاحظ أن نسبة 80% من أفراد العينة يؤكدون أن عدم وجود حدود واضحة للملعب تنقص من أداء الطلبة ، بينما نرى أن نسبة 20 % من أفراد العينة لا يرون بأن عدم وجود حدود واضحة للملعب تنقص من أداء الطلبة ،وهذا يرجع إلى اختلاف الامكانيات والمساحات المتوفرة لأساتذة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التعليمية

السؤال التاسع: حدود الملعب توضح و تحدد التمارين المتعلقة بالسرعة ؟  
 الغرض من السؤال: معرفة حدود الملعب وعلاقتها بتوضيح و تحديد التمارين المتعلقة بالسرعة .  
 الجدول رقم (09): يبين حدود الملعب وعلاقتها بتوضيح و تحديد التمارين المتعلقة بالسرعة .

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
80	48	نعم
20	12	لا
100	60	المجموع



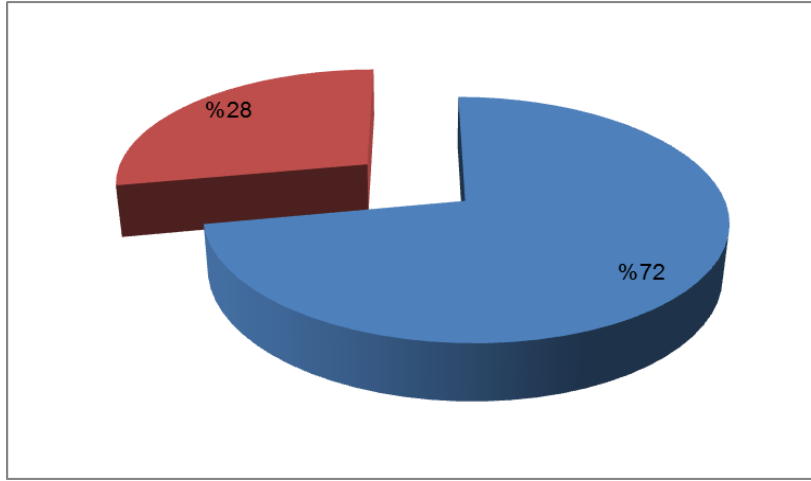
الشكل رقم (09) يبين تمثيلا لنسب الجدول(09)

#### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (09) نلاحظ أن نسبة 80% من أفراد العينة تؤكد أن حدود الملعب توضح و تحدد التمارين المتعلقة بالسرعة ، بينما نجد نسبة 20% من أفراد هذه العينة لا ترى بأن حدود الملعب توضح و تحدد التمارين المتعلقة بالسرعة .

السؤال العاشر: تحديد الملعب في حصة التربية البدنية والرياضية تجعل الأستاذ يتحكم في تسيير الحصة ؟  
الغرض من السؤال: معرفة حدود الملعب وتأثيرها في التحكم في سير الحصة .  
الجدول رقم (10): يبين معرفة حدود الملعب وتأثيرها في التحكم في سير الحصة.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
72	43	نعم
28	17	لا
100	60	المجموع



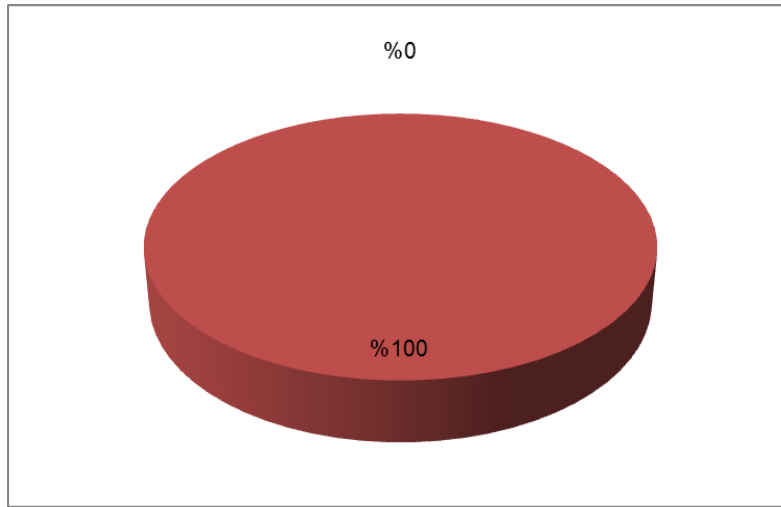
الشكل رقم (10) يبين تمثيلا لنسب الجدول(10)

#### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (10) نلاحظ أن نسبة 72% من أفراد العينة يرون بأن تحديد الملعب في حصة ت . ب . ر تجعل الأستاذ يتحكم في تسيير الحصة ، أما نسبة 28% من أفراد هذه العينة تحديد الملعب في حصة التربية البدنية والرياضية لا تجعل الأستاذ يتحكم في تسيير الحصة وهذا راجع إلى احترام المسافات و تحكم الاستاذ في الطلبة اثناء الحصة .

السؤال الحادي عشر: أدوات القياس غير مهمة في حصة التربية البدنية والرياضية ؟  
 الغرض من السؤال: معرفة أدوات القياس و أهميتها في حصة التربية البدنية والرياضية .  
 الجدول رقم (11): يبين أدوات القياس و أهميتها في حصة التربية البدنية والرياضية .

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
00	00	نعم
100	60	لا
100	60	المجموع



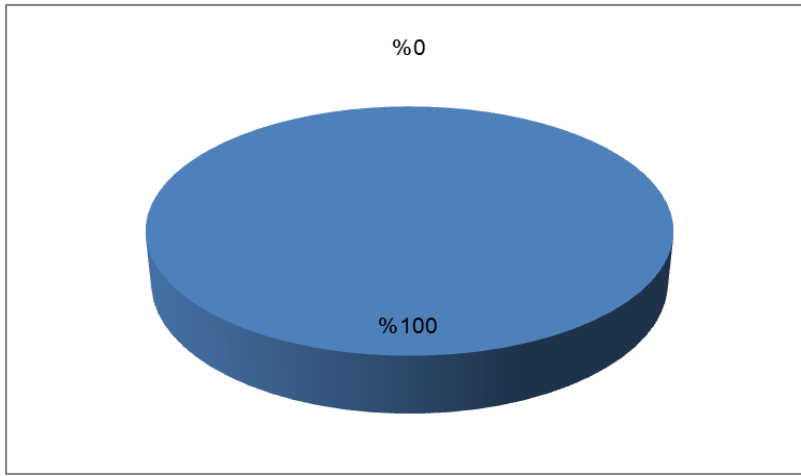
الشكل رقم (11) يبين تمثيلا لنسب الجدول(11)

#### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (11) نلاحظ أن نسبة 100% من أفراد العينة ترى بان أدوات القياس مهمة في حصة التربية البدنية والرياضية ، بينما لا نجد أي فرد من أفراد العينة يروى أدوات القياس غير مهمة في حصة التربية البدنية والرياضية وهذا راجع الى تكوين الاساتذة والمعلمين بأهمية ادوات القياس في حصص التربية البدنية والرياضية .

السؤال الثاني عشر: تساهم أدوات القياس في التفريق بين الطلبة قي الأداء ؟  
 الغرض من السؤال: معرفة مساهمة ادوات القياس في التفريق بين الطلبة في الاداء  
 الجدول رقم (12): يبين مساهمة ادوات القياس في التفريق بين الطلبة في الاداء

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
100	60	نعم
00	00	لا
100	60	المجموع



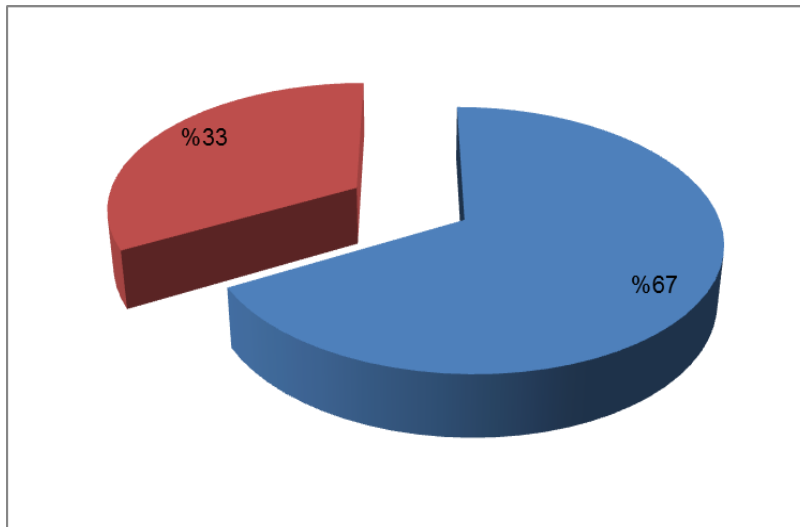
الشكل رقم (12) يبين تمثيلا لنسب الجدول(12)

#### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (12) نلاحظ أن نسبة 100% من أفراد العينة يؤكدون أن أدوات القياس في تساهم في التفريق بين الطلبة قي الأداء ، بينما لا نجد أي فرد من أفراد عينة الدراسة يرى عكس ذلك وذلك لأن حصص التربية البدنية والرياضية تعتمد على صفات بدنية يستلزم قياسها لإبراز الاختلافات والفروقات بين التلاميذ .

السؤال الثالث عشر: توفّر أدوات القياس يساعدنا في التحكم في الحصّة؟  
 الغرض من السؤال: معرفة مدى توفّر أدوات القياس والمساعدة في التحكم في الحصّة .  
 الجدول رقم (13): يبين مدى توفّر أدوات القياس والمساعدة في التحكم في الحصّة .

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
67	40	نعم
33	20	لا
100	60	المجموع



الشكل رقم (13) يبين تمثيلاً لنسب الجدول (13)

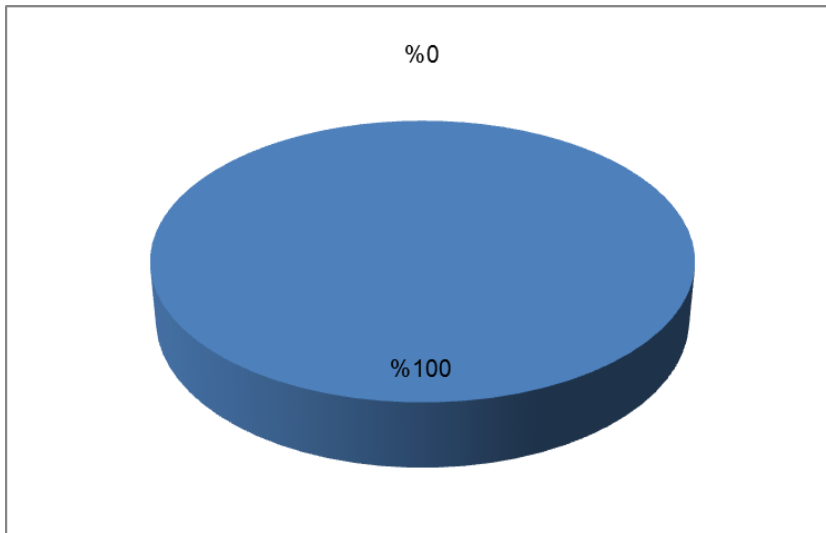
#### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (13) نلاحظ أن نسبة 67% من أفراد العينة ترى بأن توفّر أدوات القياس يساعدنا في التحكم في الحصّة ، بينما نلاحظ أن نسبة 33% من أفراد العينة يرون بأن توفّر أدوات القياس لا يساعدنا في التحكم في الحصّة .



السؤال الرابع عشر: عدم وجود أدوات القياس يجعل الأستاذ يجهل القدرات البدنية للطلاب  
الغرض من السؤال: معرفة علاقة عدم وجود ادوات القياس و جهل الاستاذ بالقدرات الدنية للطلاب  
الجدول رقم (14): يوضح علاقة عدم وجود ادوات القياس و جهل الاستاذ بالقدرات الدنية للطلاب

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
100	60	نعم
00	00	لا
100	60	المجموع



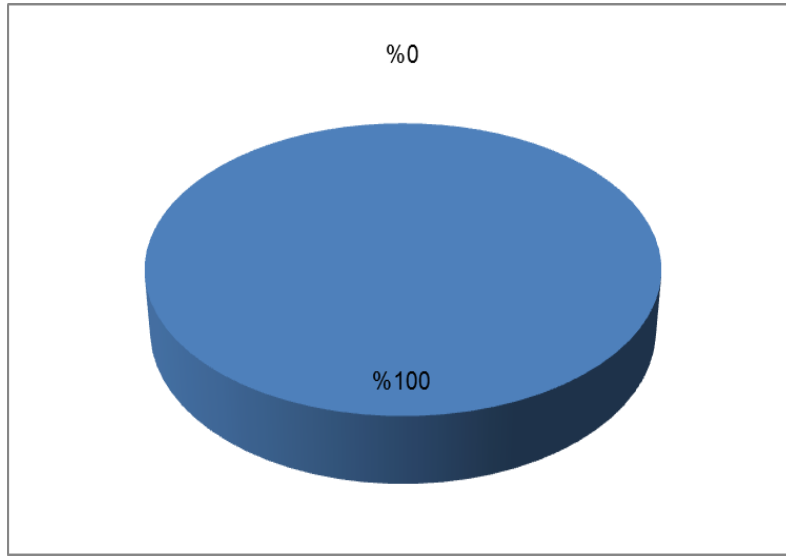
الشكل رقم (14) يبين تمثيلا لنسب الجدول(14)

#### تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم(14) نلاحظ أن نسب 100% من أفراد العينة يرون أن عدم وجود أدوات القياس يجعل الأستاذ يجهل القدرات البدنية للطلاب ، بنما لا نجد أي فرد من أفراد عينة الدراسة يرى عكس ذلك ويرجع هذا إلى أن أدوات القياس أمر مهم في تفريق بن الفروق الفردية للتلاميذ .

السؤال الخامس عشر: تساعد أدوات القياس على عملية التقييم و التقييم ؟  
 الغرض من السؤال: معرفة مدى مساعدة ادوات القياس في عملية التقييم والتقييم  
 جدول رقم (15): يبين مدى مساعدة ادوات القياس في عملية التقييم والتقييم

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
100	60	نعم
00	00	لا
100	60	المجموع



الشكل رقم (15) يمثل تمثيلا للجدول رقم (15)

#### تحليل النتائج:

من خلال جدول رقم (15) نلاحظ أن نسبة 100% من أفراد العينة يرون بأن أدوات القياس تساعد على عملية التقييم والتقييم ، بينما لا نجد أي فرد من أفراد العينة يرى عكس ذلك ويرجع ذلك الا أنه لا يمكن القيام بعملية التقييم والتقييم في حصص التربية البدنية والرياضية دون الرجوع إلى عملية القياس وادوات القياس.

مناقشة و تحليل نتائج الاستبيان على ضوء الفرضيات :

تمهيد :

بعد أن انتهينا من تحليل و دراسة النتائج المحصل عليها و المتعلقة بالاستبيان ، و رتبنا الاستنتاجات المستخلصة من خلال التحليل . سنقوم بتحليل هذه النتائج على ضوء كل فرضية :

- تحليل نتائج الاستبيان على ضوء الفرضية الجزئية الأولى: استعمال العتاد يساعد في السير الحسن للحصة

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدول رقم (01) نجد أن نسبة 100% من اساتذة التربية البدنية يؤكدون ان استعمال العتاد يساعد في السير الحسن للحصة ، و من خلال الجدول ( 02 ) نجد أن نسبة 93 % يرون بان عدم استعمال العتاد يعيق تطبيق التمارين ، و من خلال الجدول رقم ( 03 ) نجد نسبة 100 % من افراد العينة رون بان قلة العتاد يؤدي إلى إضعاف الحيوية في حصة التربية البدنية والرياضية ، و من خلال الجدول رقم ( 04 ) نجد أن نسبة 83 % من الاساتذة يقولون ان عدم وجود العتاد أو قلته يؤثر على أداء الأستاذ و من خلال الجدول رقم ( 05 ) نجد أن نسبة 100 % من افراد العينة يؤكدون ان وجود العتاد يحقق لحد كبير الأهداف الإجرائية للحصة ، و من هذا نستنتج أن هذه النتائج تدعم الفرضية الأولى .

- تحليل نتائج الاستبيان على ضوء الفرضية الجزئية الثانية : حدود الملعب تجعل الطلبة مركزين مع الحصة

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدول رقم ( 06 ) نجد أن نسبة 73 % من الأساتذة يؤكدون أن بوجود الملعب يمكن ممارسة الرياضة ، و من خلال الجدول رقم (07) نجد أن نسبة 67 % يؤيدون بأن حدود الملعب تجعل الطلبة مركزين مع الحصة ، و من خلال الجدول رقم ( 08 ) نجد أن نسبة 80 % يرون عدم وجود حدود واضحة للملعب تنقص من أداء الطلبة ، و من خلال الجدول رقم ( 09 ) نجد أن نسبة 80 % من العينة يجدون أن حدود الملعب توضح و تحدد التمارين المتعلقة بالسرعة ، و من الجدول رقم ( 10 ) نجد أن نسبة 72 % يؤيدون أن تحديد الملعب في حصة التربية البدنية و الرياضية تجعل الأستاذ يتحكم في تسيير الحصة ومن هذا نستنتج أن هذه النتائج تدعم الفرضية الثانية .

- تحليل نتائج الاستبيان على ضوء الفرضية الجزئية الثالثة : تساهم أدوات القياس في التفريق بين الطلبة في الأداء .

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدول رقم ( 11 ) نجد أن نسبة 100 % لا يؤيدون أن أدوات القياس غير مهمة في حصة التربية البدنية و الرياضية ، و من خلال الجدول رقم (12) نجد أن نسبة 100 % من أفراد العينة يؤكدون أن أدوات القياس تساهم في التفريق بين الطلبة في الأداء ، و من خلال الجدول رقم ( 13 ) نجد أن نسبة 67 % يرون أن توفر أدوات القياس تساعدهم في التحكم في الحصة ، و من خلال الجدول رقم ( 14 ) نجد أن نسبة 100 % يؤكدون أن عدم وجود أدوات القياس يجعل الأستاذ يجهل القدرات البدنية للطلاب ، و من خلال الجدول رقم ( 15 ) نجد أن نسبة 100 % من العينة يرون أن أدوات القياس تساعد على عملية التقييم و التقويم ، ومن هنا نستنتج بان هذه النتائج تدعم الفرضية الثالثة .

- الاستنتاجات :

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا ، وتطبيق الاستبيان ، وبعد جمع البيانات وعرضها ومعالجتها إحصائيا ومناقشة نتائج الدراسة ومقارنتها مع الدراسات السابقة ذات العلاقة توصلنا في حدود عينة الدراسة إلى استنتاج ما يلي :

\*كشفت الدراسة الحالية أن نقص الوسائل التعليمية يؤثر على تحقيق اهداف التربية البدنية والرياضية

\*كما كشفت الدراسة ان استعمال العتاد يساعد في السير الحسن للحصة

\*كذلك بينت الدراسة ان حدود الملعب تجعل الطلبة مركزين مع الحصة

\*كذلك بينت الدراسة ان ادوات القياس تساهم في التفريق بين الطلبة في الاداء

\*بينت الدراسة الحالية ان عملية القياس له دور مهم في التقييم والتقويم خلال حصة التربية البدنية والرياضية

حيث لا يمكن ان تقوم الا بما

\* اظهرت الدراسة ان الاساتذة لديهم المهام المسبق بأهمية العتاد ومختلف الوسائل التعليمية في حصص التربية

البدنية والرياضية

### الاقتراحات و التوصيات :

لقد كانت دراستنا لهذا الموضوع دراسة متواضعة وفي حدود الإمكانيات المتوفرة لنا التي بودنا أن تكون نقطة بداية لبحوث أخرى لهذا المجال الواسع والحساس لكونه يمس مستقبلا باعتبارنا باحثين في صدى التوجه إليه بخطى ثابتة لنصبح أساتذة في التربية البدنية والرياضية.

ومن خلال تحليل أسئلة الاستبيان الموجهة للأساتذة التي نأمل أن تكون أساسا يخدم كل من يهمله الأمر سواء كان مدرسا أو مريبا أو أستاذ.

- جاءت التوصيات كما يلي :

- ❖ تعميم وتوفير الوسائل التعليمية وتجهيز المرافق الرياضية داخل المؤسسات التربوية.
  - ❖ توفير الوسائل التعليمية والوسائل المادية اللازمة لتحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية.
  - ❖ ضرورة زيادة الحجم الساعي لحصة التربية البدنية والرياضية بهدف إعطاء الوقت الكافي للتعليم.
  - ❖ إعطاء حصة التربية البدنية والرياضية أهميتها الحقيقية في المؤسسات كسائر الحصص التربوية الأخرى من حيث الوسائل المخصصة والمرافق الخاصة لذلك.
  - ❖ الحد من الاكتظاظ الزائد للتلميذ وذلك لتسهيل عملية ضبط النظام داخل القسم وتسهيل عمل الأستاذ.
- تكيف الجهود من طرف الإدارة والأساتذة للأجل رفع مستوى التلاميذ العلمي والرياضي وذلك من خلال حل المشاكل .

## الخاتمة:

تعتبر التربية البدنية والرياضية جزءا من التربية العامة، تهدف إلى تكوين الفرد من جميع الجوانب ، وقد أخذت في عصرنا مكانة في المجال التعليمي وأصبحت غاية في الأهمية حيث أدمجت في البرامج وأخذت نصيبها ضمن ما يتناوله الفرد خلال جميع مراحل تعليمه من مواد تعليمية .

وإن التقدم الذي حدث في مجال التربية البدنية والرياضية لم يكن وليد الصدفة إنما كان نتيجة للجهود الجبارة التي قام بها العلماء والمختصون في الميادين المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية وعلى جميع المستويات ، وأصبحت في عصرنا الحالي لغة التقدم والحضارة لها قيم عليا تسعى إلى تحقيقها .

من خلال تطرقنا لهذا الموضوع الذي استهدف فعالية استخدام الوسائل التعليمية في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية والذي اعتمدنا فيه على آراء الأساتذة المطبقين له ومن خلال النتائج المتوصل إليها تبين لنا أن معظم أساتذة التربية البدنية والرياضية على دراية بأهمية و أهداف الوسائل التعليمية في الحصة التعليمية حيث تسرع عملية التعليم وتقتصر الجهد والوقت على الأستاذ ، حيث يكون شكل الأداء أكثر إيضاحا للتلاميذ ، وتمثل عامل للتشويق على التذكر الحركي ، ويتم من خلالها أداء المهارة بصورة موحدة للجميع وباعتبارها عامل مهم يساعد على الإكثار من جوانب النشاط البدني وتساعد على توصيل المعلومات والمواقف و الاتجاهات و المهارات المتضمنة في المادة التعليمية وتعمل بدورها على زيادة فعالية التعليم بدرجة كبيرة .

قائمة المصادر والمراجع باللغة العربية:

01. أبا نمي عبد المحسن: الوسائل التعليمية مفهومها وأسس استخدامها ومكانتها العملية التعليمية، الرياض، مطابع التقنية، 1414هـ.
02. إبراهيم الشيابي : سيكولوجية النمو ، دار الوارقية ، الجابرية ، الكويت ، ط 1 ، 2000 .3
03. إبراهيم محمود عبد المقصود : الموسوعة التعليمية للإدارة الرياضية ط 1 ، دار الوفاء ، مصر .
04. أبو حمود قسطندي: الوسائل في علمية التعلم والتعليم، ط4، القدس، مطبعة المعارف، 1982.
05. أحلام مصطفى محمد : الإمكانيات الرياضي ودورها في تحقيق أهداف برنامج النشاط الرياضي . كلية التربية للبنات جامعة حلوان مصر 1995 .
06. أحمد حسين اللقائي ، فارغة حسن محمد سليمان : التدريس الفعال ، القاهرة ، 1995 .
07. أحمد عبد الرحمان : لغة حية والتشريع ، العدد الأول ، مؤسسة شباب جامعة الإسكندرية، 1994 .
08. أحمد عبد الرحمان وآخرون : الفكر التربوي العربي الإسلامي ، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم ، تونس، 1987 .
09. احمد فلاق : تأثير الإعلام التلفزيوني على دوافع المراهقين لممارسة الرياضة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم التربية البدنية و الرياضة ، دالي إبراهيم ، جامعة الجزائر، 2001 .
10. أحمد محمد عضاضة: التربية العلمية التطبيقية في المدارس العراقية والتكميلية، مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة والنشر، ط3، بيروت، دون سنة.
11. أديب حضور: الإعلام الرياضي، المكتبة الإعلامية، دمشق، 1994.
12. أرنولد مذكور من طرف أمين أنور الخولي وآخرون : التربية الرياضية المدرسية: دليل معتم الفصل وطالب التربية العملية، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة، القاهرة، 1997.
13. أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربة خليفة : النمو و الدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل ، دار الفكر العربي ، القاهرة، مصر، 1999 .
14. أكرم زكي خطايبية : المناهج المعاصرة في التربية الرياضية ، دار الفكر للطباعة ، الطبعة الأولى، عمان ، 1997.
15. أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية والرياضية ، الإعداد المهني والمهنة ، دار الفكر العربي، القاهرة ، 1996
16. أمين أنور الخولي ، أسامة آمال راتب : التربية الحركية ، دار الفكر العربي ، مصر .
17. أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية والرياضية ، (التاريخ ، المدخل ، الفلسفة)، دار الفكر العربي القاهرة، 1997 .
18. أنطوان الجوزي : طالب الكفاءة التربوية ، المؤسسة الكبرى للطباعة بيروت ، ط 1 1980 .

19. بن عقيلية محمد: محاضرة حول بناء درس التربية البدنية والرياضة، جامعة الجزائر، ملحقة دالي ابراهيم، 1997/02/25.
20. بن عكي محمد آكلي: محاضرة حول التخطيط السنوي، جامعة الجزائر، ملحقة دالي ابراهيم، 28/01/1996.
21. البهي فؤاد السيد : الأسس النفسية للنمو ، دار الفكر العربي ، ط 4 ، القاهرة ، مصر ، 1975 .
22. بوفلحة غياث وآخرون : قراءات في التدريس : الانعكاسات النفسية لطرق التدريس ، باتنة ، 1994 .
23. تشالز بيوكر: أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبده، المكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة، 1964.
24. جورج هنري جرين ، محمد حسين المخزنجي : رسالة المعلم ، مطبعة لجنة التأليف و الترجمة و النشر ، 1997 .
25. حامد عبد السلام ، زهران : علم النفس الطفل و المراهقة ، عالم الكتب 1999م .
26. حامد عبد السلام زهران : علم نفس النمو -الطفولة و المراهقة ، عالم الكتب ، ط 4 ، القاهرة ، مصر، 1982.
27. حسن أحمد الشافعي : الإمكانيات والمنشآت في المجال الرياضي ، ط1، دار الوفاء، الإسكندرية، مصر، 2004.
28. حسن السيد معوض : طرق التدريس في التربية الرياضية ، مكتبة القاهرة الحديثة، القاهرة ، 1979 .
29. د. حسن سعيد معوضي: البطولات والدورات الرياضية وتنظيمها، مطبعة الجهاز المركزي للكتب الجامعية والمدرسية والوسائل التعليمية، 1977.
30. داددي عبد العزيز : سمات الشخصية وعلاقتها بالقدرة على الأداء المهاري في الرياضات الجماعية ،رسالة لنيل شهادة الماجستير غير منشورة ،معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة الجزائر، الجزائر ، 1997 .
31. دوترانس روبير ، ترجمة هشام نشابة : التربية والتعليم ، مطبعة إدوار إنجيل، بيروت ، 1971 .
32. سعد جلال، محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، ط 2 ، دار النهضة العربية ، بيروت ، لبنان ، 1982.
33. سلامة عبد الحافظ: الوسائل التعليمية والمنهج، د، ط، عمان، دار الفكر، 1987.
34. سلامة عبد الحافظ: مدخل إلى تكنولوجيا التعليم، ط2، عمان، دار الفكر، 1998.
35. سمير محمد كبريت: منهاج المعلم والإدارة التربوية ،دار النهضة العربية ، الطبعة الأولى، بيروت ، 1998 .
36. سيموندر مذکور من طرف ميخائيل اسعد إبراهيم : مشكلات الطفولة و المراهقة ، دار الأفاق الجديدة ، الطبعة الثانية، بيروت ، 1991 .
37. صالح عبد العزيز : التربية وطرق التدريس، ط 1، دار المعارف القاهرة، مصر ، 1968.



38. صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد الحميد: التربية وطرق التدريس، دار المعارف، مصر، 1993 .
39. الطوبجي حسين : وسائل الاتصال والتكنولوجيا في التعليم ، ط 7، الكويت، دار القلم، 1984.
40. عبد الحميد نشواتي : علم النفس التربوي ، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، ط 3 ، الأردن ، 1987 .
41. عبد الرحمان العيساوي : معالم علم النفس ، دار النهضة العربية بيروت ، 1984 .
42. عبد الرحمان العيسوي : سيكولوجية الجنوح ، دار النهضة العربية للطباعة ، لبنان ، 1984 .
43. عبد العزيز فهمي: هيكل مبادئ في الإحصاء التطبيقي، دار الجامعة، 1986.
44. عبد الغني عبود وآخرون : الفكر التربوي العربي الإسلامي ، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، تونس ، 1981 .
45. عبد الفتاح لطفي : الأجهزة الصعبة واستخدامها في التربية البدنية ، ب.م.
46. عبد القادر المصري : المعلم والوسائل التعليمية ، الجامعة المفتوحة، ليبيا ، 1997 .
47. عبد القادر بن محمد : دروس في التربية وعلم النفس ، دار الطباعة للبحث الوطني الشعبي، الجزائر، 1973 .
48. عبد اللطيف حسين فرج : التعليم الثانوي رؤية جديدة ، دار الحامد ، عمان ، ط 1 ، 2008 .
49. عدنان إدريس جلول : أمين أنور الحلاي وآخرون : التربية الرياضية الرسمية ودليل معلم الفصل، ط3، دار الفكر، 1994.
50. عدنان درويش ، أمين أنور الخولي : محمد عبد الفتاح عدنان ، التربية الرياضية المدرسية ، دليل المعلم والطالب، التربية العملية، دار الفكر ط 3، 1994.
51. عصام محمد أمين حلمي : مشكلات الإعداد الرياضي للناشئين ، دار المعارف، القاهرة ، 1980 .
52. عطاء الله أحمد زيتوني عبد القادر، بن قناب الحاج: تدريس التربية والرياضيين في ضوء الأهداف الإجرائية والكفاءات.
53. عفاف عبد الكريم : طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية 1993 .
54. عفاف عبد المنعم درويش : الأمانات في التربية البدنية، ط1، منشأة المعارف، مصر، 1998.
55. علي أحمد مذكور : مناهج التربية الرياضية أسسها وتطبيقاتها ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1998 .
56. علي الفلاح الهنداوي : علم النفس الطفولة والمراهقة ، دار الكتاب الجامعي ، العين ، ط 2 ، 2002 .
57. علي بشير الفاندي وآخرون : المرشد الرياضي التربوي ، المنشأة العامة للنشر و التوزيع، ليبيا ، 1983 .
58. علي بشير الفاندي، إبراهيم رحومة زايد، فؤاد عبد الوهاب : المرشد الرياضي التربوي ، المنشأة العامة للنشر و التوزيع و الإعلان ، طرابلس ، ليبيا ، بدون سنة .
59. علي راشد: شخصية المعلم وأدائه، دار الفكر العربي، القاهرة ، 1997 .

60. علي يحي المنصوري وآخرون : التربية الرياضية للصنفين الأول والثاني بمعاهد المعلمين والمعلمات ، الطبعة الأولى، 1986 .
61. عمار بجوش و محمد محمود الذنبيان : مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث ، دون طبعة ، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر ، 1995 .
62. عمر عبد الحق: مكانة ودور التربية البدنية والرياضية في الجهاز التربوي الجزائري، ( رسالة ماجستير)، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 1993.
63. عمر محمد الشيبانين : الأسس النفسية التربوية لرعاية الشباب ، دار الثقافة ، بيروت ، لبنان ، بدون سنة
64. غسان محمد صادق وفاطمة ياسين الهاشمي: الاتجاهات الحديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية، مديرية دار الكتاب للطباعة والنشر، 1988.
65. فادي حسين ريان : النشاط المدرسي ، دار مكتبة الحياة، بيروت ، 1967 .
66. الفرا عبد الله:مدخل إلى تكنولوجيا التعليم، ط2، بيروت، دار الندى، 1995.
67. قاسم حسن حسين : علم التدريب الرياضي للمرحلة 04 ، جامعة بغداد ، العراق ، 1987 .
68. كابلي طلال:أثر استخدام الشرائح المصورة الشفافة في التغلب على صعوبات تعلم الكسور الاعتيادية لدى تلاميذ عبد العزيز، العلوم التربوية، المجلد السادس، جده، 1413هـ.
69. كاظم عبد الله: كسار، إحسان، وسائل الاتصال التعليمية، مكة، مطابع بهادر، 1418هـ.
70. الكلوب بشير: التكنولوجيا في عملية التعلم والتعليم، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، 1988.
71. الكلوب بشير: الوسائل التعليمية إعدادها وطرق استخدامها، ط2، بيروت، دار إحياء العلوم، 1996.
72. كمال ألد سوقي : النمو التربوي للطفل والمراهق ، دار النهضة العربية ، ط 1 ، بيروت ، لبنان .
73. كمال محمد محمد عويضة: علم النفس النمو، دار الكتب العلمية ، ط 1 ، بيروت، لبنان ، 1996 .
74. كورت منيل : التعلم الحركي ، ترجمة عبد العالي نصيف ، ط 2 ، بغداد ، العراق ، 1987 .
75. ماجدة البيد عبيد : الوسائل التعليمية في التربية الخاصة ، ط 1 ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان، 2000.
76. المادة 89 : من الباب الرابع الأمر رقم 95-09. المؤرخ 1995/02/25، يتعلق بالمنصوصة الوطنية للتربية البدنية وتطويرها .
77. مالك سليمان مخول : علم النفس الطفولة والمراهقة ، مطابع مؤسسة الوحدة ، القاهرة ، مصر ، 1981
78. مجلة التربية والتكوين :همزة وصل ، العدد 16 ، الجزائر ، 1981 .
79. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، جامعة حلوان ، بحوث مؤتمر : رؤية مستقبلية للتربية البدنية والرياضية في الوطن العربي، 22-24 ، ديسمبر 1993 المجلد الرابع.

80. محسن محمد حمص : المرشد في تدريس التربية الرياضية ، منشأة المعارف، الإسكندرية ، 1997 .
81. محمد الأزهر السماك وآخرون : الأصول في البحث العلمي ، دار الحكمة الموصل ، 1980 .
82. محمد الأفندي : علم النفس الرياضي والأسس التربوية البدنية ، عالم الكتب ، القاهرة ، مصر، 1965 .
83. محمد الغزالي مذكور من طرف سعيد إسماعيل علي : مدخل إلى العلوم التربوية ، عالم الكتب، القاهرة ، 1982 .
84. محمد حسن علاوي : سيكولوجية النمو للمربي الرياضي ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، مصر، 1998
85. محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، ط 8 ، القاهرة ، مصر، 1994 .
86. محمد حسن علاوي ، محمد نصرالدين رضوان : الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة ، 1987 .
87. محمد حسن علوي ، أسامة كامل راتب : الباحث العلمي في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، 1999 .
88. محمد خير الدرغ : التربية في الإسلام، المكتبة الأموية، دمشق، بيروت.
89. محمد سعيد عزمي : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق ، منشأة المعارف، الإسكندرية ، 1996 .
90. محمد سعيد عوض : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضة ، منشأة المعارف الإسكندرية، 1996 .
91. محمد سلامة آدم وتوفيق حداد : علم النفس الطفل ، معاهد التكنولوجيا للتربية ، ط1، 1973 .
92. محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي: نظريات التربية البدنية، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 1992 .
93. محمد قطب مذكور من طرف أمين أنور الخولي : أصول التربية البدنية و الرياضية ، المدخل ، التاريخ ، الفلسفة، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة ، 1996 .
94. محمد محمود الحيلة : تصميم وإنتاج الوسائل التعليمية التعليمية ، دار المسيرة للنشر والتوزيع . عمان . 2000 .
95. محمود أحمد شوق ، محمد مالك محمد سعيد : تربية المعلم للقرن الحادي و العشرين ، مكتبة العبيكان، الطبعة الأولى، الرياض، 1995 .
96. محمود صباح: تكنولوجيا الوسائل التعليمية، عمان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، 1998.
97. محمود عوض سيوني وفيصل ياسين الشاطر : نظريات و طرق التربية البدنية ، ط2 ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر .
98. محي الدين مختار : محاضرات في علم النفس التربوي ، د.م. ج ، قسنطينة ، الجزائر ، 1988 .

99. المرابي نصر الدين : مرحلة تكوين التربية ، عديدة 1973 .
100. مرغاس خليل : إبراز عوامل نجاح درس التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، مذكرة ليسانس 2006.
101. مصطفى زيدان : النمو النفسي و نظريات الشخصية ، دار الشروق ، الطبعة الثالثة، القاهرة ، 1990
102. مصطفى فهمي : سيكولوجية الطفولة و المراهقة دار المعارف الجديدة ، 1986 الإسكندرية .
103. مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط و تطبيق وقيادة ، دار الفكر العربي ، الطبعة الأولى، القاهرة ، 1998 .
104. مكارم حلمي أبو هرجه ، محمد سعد زغلول : مناهج التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى، القاهرة 1999 .
105. مكارم علمي أبو هرجت، محمد سعد زغلول، أيمن محمود عبد الرحمان: مدخل التربية البدنية والرياضية، مركز الكتاب، ط1، مصر، 2002.
106. مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط : مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد ، الجزائر، أفريل 2003 .
107. مناهج التعليم الثانوي للتربية البدنية والرياضية :وزارة التربية الوطنية ، الجزائر 1996 .
108. وزارة التربية الوطنية المناهج والوثائق المرافقة ، السنة الثانية من التعليم الثانوي العام والتكنولوجي التربية البدنية والرياضية ، التربية التشكيلية، التربية الموسيقية ، مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد مارس 2006.
109. يوسف ماهر: من الوسائل التعليمية إلى تكنولوجيا التعليم، الرياض، مكتبة الشقري، 1999.
110. لسيد علي شتا : المجتمع العالمي علم الاجتماع ، مؤسسة شباب الجامعة للطباعة و النشر و التوزيع ، الإسكندرية ، مصر ، 1995 م.
111. محمد علي محمد: علم الاجتماع والمنهج العلمي، دار المعارف الجامعية، ط 3 ، الإسكندرية ، مصر، 1986.
112. فاطمة عوض صابر ، مرفت علي خفاجة : أسس البحث العلمي ، مكتبة الإشعاع الفنية ، ط 1 ، مصر ، 2002 م.

#### قائمة المصادر والمراجع باللغة الأجنبية:

01. Parlebas (p.) : les activités physique et éducation motrice، paris، . Ed Revue ، E p s ، 1976 .
02. le Bouch (J.): Vers une science du mouvement humain ، Ed . Esprit. ، paris ، 4ème Ed ، 1982 .
03. THOMAS (R . ) : L éducation physique ، Edition p u f، paris. 1977.
04. Nafi (R.) : R.s.e.p.s. le Sport et l'enfant au milieu scolaire، Vol 2. Alger، 1994.

05. Jean Pierre bounet et vers: « une pedagogie de lacte moteur », 2eme edition, vigot, paris, 1986.

06. VANSCHEN KH : ROLE DE Educations PHYSIQUE DANS LE DEVELOPPEMENT DE LA PERSONNALIT P.U.F.PARIS,1993.

07. ERWIN .HAHN , l'entraînement sportif des enfants , édition VIGOT , paris.

08. Parlebas (p.) : les activités physique et éducation motrice , paris , Ed , Revue , E p s ,1976 .

## جامعة الجلفة

## معهد التربية البدنية و الرياضية

## استمارة استبيان

تحت عنوان : فعالية استخدام الوسائل التعليمية في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية

سيدي الأستاذ المحترم تحية طيبة وبعد ..

يقوم الباحثون بإجراء دراسة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية من معهد التربية البدنية والرياضية جامعة الجلفة وهي بعنوان ( فعالية استخدام الوسائل التعليمية في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية ) .

الرجاء قراءة كل عبارة في الصفحات الموالية ثم الإجابة عليها بوضع علامة ( x ) في الخانة التي تناسب اتجاهك، مع العلم أنه ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة إنما المهم هو مدى تطابق إجابتك مع رأيك، وتتعهد بحفظ سرية إجابتك التي لن تستخدم إلا لأغراض علمية.

- لطفا لا تترك أي عبارة دون إجابة.

السن :

25-20	30-26	31- فما فوق
-------	-------	-------------

الخبرة :

5-1	10-6	11- فما فوق
-----	------	-------------

المستوى الذي تدرسه :

ثانوي	متوسط
-------	-------

- إشراف الأستاذ -

- لعون عطية -

• إعداد الباحثين: -

✓ بن علي علاء الدين

✓ بوشعالة سامي يوسف

✓ بوغفالة مروان

## جامعة الجلفة

## معهد التربية البدنية و الرياضية

أخي الأستاذ يرجى منكم الإجابة على الأسئلة في الإستبيان الآتي :

علما أن المعلومات الواردة في الورقة تستخدم لغرض البحث العلمي فقط .

لا	نعم	العبارات
		1- إستعمال العتاد يساعد في السير الحسن للحصة
		2- عدم إستعمال العتاد يعيق تطبيق التمارين
		3- قلة العتاد يؤدي إلى إضعاف الحيوية في حصة ت . ب . ر
		4- عدم وجود العتاد أو قلته يؤثر على أداء الأستاذ
		5- وجود العتاد يحقق لحد كبير الأهداف الإجرائية للحصة
		6- بوجود الملعب يمكن ممارسة الرياضة
		7- حدود الملعب تجعل الطلبة مركزين مع الحصة
		8- عدم وجود حدود واضحة للملعب تنقص من أداء الطلبة
		9- حدود الملعب توضح و تحدد التمارين المتعلقة بالسرعة
		10- تحديد الملعب في حصة ت . ب . ر تجعل الأستاذ يتحكم في تسيير الحصة
		11- أدوات القياس غير مهمة في حصة ت . ب . ر
		12- تساهم أدوات القياس في التفريق بين الطلبة في الأداء
		13- توفر أدوات القياس يساعدنا في التحكم في الحصة
		14- عدم وجود أدوات القياس يجعل الأستاذ يجهل القدرات البدنية للطلاب
		15- تساعد أدوات القياس على عملية التقويم و التقويم

السنة الدراسية : 2017/2016

الصفحة	الجدول	الرقم
70	معرفة علاقة استعمال العتاد وسير الحسن للحصة	01
71	يبين استعمال العتاد والتعرض للإعاقة في تطبيق التمارين	02
72	يبين قلة العتاد وعلاقته بإضعاف النشاط و الحيوية في حصة التربية البدنية والرياضية	03
73	يبين معرفة وجود العتاد وقلته وتأثيره على اداء الاستاذ	04
74	يوضح توفر العتاد وعلاقته بتحقيق الأهداف الجرائية للحصة	05
75	يبين معرفة وجود الملاعب وعلاقتها بممارسة الرياضة	06
76	يبين علاقة حدود الملعب وتركيز الطلبة خلال الحصة	07
77	يبين حدود الملاعب واداء الطلبة	08
78	يبين حدود الملعب وعلاقتها بتوضيح و تحديد التمارين المتعلقة بالسرعة	09
79	يبين معرفة حدود الملعب وتأثيرها في التحكم في سير الحصة	10
80	يبين أدوات القياس و أهميتها في حصة التربية البدنية والرياضية	11
81	يبين مساهمة ادوات القياس في التفريق بين الطلبة في الاداء	12
82	يبين مدى توفر أدوات القياس والمساعدة في التحكم في الحصة	13
83	يوضح علاقة عدم وجود ادوات القياس وجهل الاستاذ بالقدرات الدنية للطلاب	14
84	يبين مدى مساعدة ادوات القياس في عملية التقييم والتقويم	15



الصفحة	الجدول	الرقم
70	يوضح التمثيل البياني معرفة علاقة استعمال العتاد وسير الحسن للحصة	01
71	يبين استعمال العتاد والتعرض للإعاقة في تطبيق التمارين	02
72	يبين قلة العتاد وعلاقته بإضعاف النشاط و الحيوية في حصة التربية البدنية والرياضية	03
73	يبين معرفة وجود العتاد وقلته وتأثيره على اداء الاستاذ	04
74	يوضح توفر العتاد وعلاقته بتحقيق الأهداف الجرائية للحصة	05
75	يبين معرفة وجود الملاعب وعلاقتها بممارسة الرياضة	06
76	يبين علاقة حدود الملعب وتركيز الطلبة خلال الحصة	07
77	يبين حدود الملاعب واداء الطلبة	08
78	يبين حدود الملعب وعلاقتها بتوضيح و تحديد التمارين المتعلقة بالسرعة	09
79	يبين معرفة حدود الملعب وتأثيرها في التحكم في سير الحصة	10
80	يبين أدوات القياس و أهميتها في حصة التربية البدنية والرياضية	11
81	يبين مساهمة ادوات القياس في التفريق بين الطلبة في الاداء	12
82	يبين مدى توفر أدوات القياس والمساعدة في التحكم في الحصة	13
83	يوضح علاقة عدم وجود ادوات القياس وجهل الاستاذ بالقدرات الدنية للطلاب	14
84	يبين مدى مساعدة ادوات القياس في عملية التقييم والتقويم	15

المحتويات

	شكر و تقدير
أ	مقدمة
<b>الجانب التمهيدي</b>	
1	1. إشكالية الدراسة
1	2. فرضيات الدراسة
1	3. أهمية الدراسة
2	4. أهداف الدراسة
2	5. أسباب اختيار الموضوع
2	6. تحديد المصطلحات
4	7. الدراسات السابقة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: الوسائل التعليمية</b>	
6	I. تمهيد
7	I. 1- الإمكانات
7	I. 1-1- الإمكانات المادية
7	I. 1-2- الإمكانات البشرية
7	I. 1-3- مبادئ عامة في تخطيط الإمكانات
8	I. 2- المواد والأجهزة والوسائل التعليمية
8	I. 1-2- المواد التعليمية
8	I. 2-2- الأجهزة التعليمية
8	I. 2-3- الوسائل التعليمية
8	I. 2-3-1- تطور مفهوم الوسائل التعليمية
9	I. 2-3-2- تعريف الوسائل التعليمية
10	I. 2-3-3- التطور التاريخي للوسائل التعليمية
11	I. 2-3-4- أقسام الوسائل التعليمية في المجال الرياضي
11	I. 2-4- أسباب اتساع دائرة استعمال الوسائل التعليمية و الأدوات الرياضية
12	I. 3 المنشآت
12	I. 1-3- مفهومها
12	I. 2-3- تقسيم المنشآت الرياضية

المحتويات

	شكر و تقدير
أ	مقدمة
<b>الجانب التمهيدي</b>	
1	1. إشكالية الدراسة
1	2. فرضيات الدراسة
1	3. أهمية الدراسة
2	4. أهداف الدراسة
2	5. أسباب اختيار الموضوع
2	6. تحديد المصطلحات
4	7. الدراسات السابقة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: الوسائل التعليمية</b>	
6	I. تمهيد
7	I. 1- الإمكانات
7	I. 1-1- الإمكانات المادية
7	I. 1-2- الإمكانات البشرية
7	I. 1-3- مبادئ عامة في تخطيط الإمكانات
8	I. 2- المواد والأجهزة والوسائل التعليمية
8	I. 1-2- المواد التعليمية
8	I. 2-2- الأجهزة التعليمية
8	I. 2-3- الوسائل التعليمية
8	I. 2-3-1- تطور مفهوم الوسائل التعليمية
9	I. 2-3-2- تعريف الوسائل التعليمية
10	I. 2-3-3- التطور التاريخي للوسائل التعليمية
11	I. 2-3-4- أقسام الوسائل التعليمية في المجال الرياضي
11	I. 2-4- أسباب اتساع دائرة استعمال الوسائل التعليمية و الأدوات الرياضية
12	I. 3 المنشآت
12	I. 1-3- مفهومها
12	I. 2-3- تقسيم المنشآت الرياضية



12	I. 3-3- أسس تخطيط المنشآت الرياضية
14	I. 4- أهمية الوسائل التعليمية لعناصر الموقف التعليمي
14	I. 4-1- أهميتها للمعلم
15	I. 4-2- أهميتها للتعليم
15	I. 4-3- أهميتها للمادة التعليمية
16	I. 4-4- أهمية الوسائل و المنشآت في التربية البدنية
16	I. 5- معايير اختبار الوسيلة التعليمية
17	I. 6- خصائص وصفات الوسيلة التعليمية الناجحة
17	I. 7- الثمار التربوية لاستعمال الوسائل التعليمية
18	I. 8- كيفية توظيف الوسائل التعليمية و تحقيق الأهداف التعليمية
19	I. 9- عرض الوسائل و المنشآت
19	I. 9-1- ألعاب المضامير والميدان
19	I. 9-2- الألعاب الجماعية
19	I. 10- الملاعب الرياضية
19	I. 10-1- تعريف الملاعب
19	I. 10-2- ما يجب مراعاته عند التخطيط
20	I. 10-3- أنواع الملاعب
21	I. 11- الصفاة و كيفية استخدامها
22	I. 12- أهمية و مميزات الأدوات الصغيرة أو البديلة
22	I. 13- طرق استعمال الوسائل السمعية والبصرية
22	I. 14- الشروط الواجب توفرها في الوسائل الرياضية
23	I. 15- خصائص وصفات الوسيلة التعليمية الناجحة
23	I. 16- كيفية توظيف الوسائل التعليمية و تحقيق الأهداف و التعليمية
24	I. 17- ضمان استخدام الوسيلة التعليمية على النحو الجيد في درس مادة التربية البدنية
25	I. خلاصة
<b>الفصل الثاني: المراهقة</b>	
26	III. تمهيد:
27	III. 1- المراهقة:
27	III. 1-1- مفهوم المراهقة:
27	III. 1-2- المعنى اللغوي للمراهقة:
27	III. 1-3- اصطلاحا:

29	III .2- مراحل المراهقة:
30	III .3- أشكال المراهقة:
31	III .4- خصائص ومميزات المراهقة:
31	III .4-1- الخصائص الجسمية والفيزيولوجية
32	III .4-2- الخصائص الحركية
33	III .4-3- الخصائص الاجتماعية
33	III .4-4- الخصائص النفسية
34	III .4-5- الخصائص الانفعالية
34	III .4-6- الخصائص العقلية
35	III .5- خصائص النمو العقلي في هذه المرحلة ما يلي
36	III .6- أهم الخصائص المميزة للمراهقين
36	III .7- حاجات المراهق
36	III .7-1- تعريف الحاجة
37	III .7-2- مختلف حاجات المراهق
38	III .8- المراهقة في مرحلة الثانوية
39	III .9- أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق
40	III .10- سمات المراهقة
40	III .11- مشاكل المراهقة
42	III خلاصة
<b>الفصل الثالث: التربية البدنية والرياضية</b>	
43	IV . تمهيد
44	IV . التربية
44	IV .1- مفهوم التربية
44	IV .1-1- معنى التربية في اللغة
45	IV .1-2- معنى التربية اصطلاحا
45	IV .2- مفهوم التربية البدنية
46	IV .3- مفهوم التربية الرياضية
46	IV .4- التربية البدنية والرياضية
46	IV .4-1- مفهوم التربية البدنية والرياضية
47	IV .4-2- النظرة القديمة والحديثة للتربية البدنية والرياضية
48	IV .4-3- علاقة التربية بالتربية البدنية والرياضية



48	IV. 4-4- فلسفة التربية البدنية والرياضية
49	IV. 4-5- أبعاد موضوع التربية البدنية والرياضية
51	IV. 4-6- علمية التربية البدنية والرياضية
51	IV. 4-7- أهداف التربية البدنية
54	IV. 4-8- أهمية التربية البدنية والرياضية
55	IV. 5- التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي
56	IV. 5-1- مفهوم التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي
56	IV. 5-2- أهداف التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي
57	IV. 5-3- نشأة مهنة التربية البدنية والرياضية
57	IV. 6- آثار التربية البدنية والرياضية
57	IV. 6-1- تأثير التربية البدنية والرياضية على الجسم
58	IV. 6-2- تأثير التربية البدنية والرياضية على العقل
58	IV. 6-3- تأثير التربية البدنية والرياضية على الخلق
58	IV. 7- حصة التربية البدنية والرياضية
58	IV. 7-1- مفهوم حصة التربية البدنية والرياضية
58	IV. 7-2- واجبات حصة التربية البدنية
59	IV. 7-3- بناء حصة التربية البدنية والرياضية
61	IV. 8- الممارسة البدنية والرياضية في الجزائر ابتداء من الاستقلال إلى يومنا هذا
63	IV. الخلاصة
<b>الجانب التطبيقي</b>	
<b>الفصل الرابع: إجراءات الدراسة</b>	
65	1- الدراسة الاستطلاعية
65	2- منهج الدراسة
67	3- أدوات جمع البيانات والمعلومات
67	4- مجتمع الدراسة
67	5- عينة الدراسة
67	6- ضبط متغيرات الدراسة
68	7- الطريقة الإحصائية
<b>الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج</b>	
70	1- تحليل نتائج الدراسة
85	2- مناقشة فرضيات الدراسة

86	3- استنتاجات عامة
87	4- اقتراحات
88	5- الخاتمة
89	6- قائمة المصادر والمراجع
98	7- الملاحق