

المركز الجامعي احمد بن يحيى الونشريسي
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات

البدنية والرياضية

تخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

الموضوع:

الدراسة التجريبية أجريت على تلاميذ السنة أولى ثانوي بثانوية أحمد بن يحيى الونشريسي
تسمييلت

دراسة تجريبية أجريت على تلاميذ السنة أولى ثانوي بثانوية أحمد بن يحيى الونشريسي

تسمييلت

إشراف:

د. مجاهد مصطفى

من إعداد:

- بوبكر أيوب

- ديلمي لخضر

السنة الجامعية: 2017/2016

شكر و تقدير

بسم الله و كفى و الصلاة و السلام على الحبيب المصطفى

قال تعالى : « و الله أخرجكم من بطون أمماتكم لا تعلمون شيئاً و جعل

لكم السمع و الأبصار و الأنفحة لعلكم تشكرون » (النحل 78)

نشكر الله عز وجل الذي أنار طريق الإنسان بالعلم و ميزه بالعقل عن سائر

المخلوقات و نرجو أن يمنحنا القدرة و الفصاحة على تقديم العرفان و الشكر

إلى كل من ساعدنا على تقديم البحث و إتمامه .

و يدعوننا واجب العرفان أن نتقدم بجزيل الشكر و التقدير للدكتور

المشرف " مجاهد مصطفى " على توجيهاته القيمة و بأوقاته الثمينة

و نصائحه السديدة .

لا يفوتنا أن نتقدم بشكرنا إلى جميع الأساتذة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية

و الرياضية

و كل من ساهم في إثراء هذا البحث من قريب أو من بعيد .

أيوب . لخضر

ملخص الدراسة

- عنوان الدراسة :

اثر استخدام أسلوب حل المشكلات في تحسين مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة

- أهداف الدراسة:

1- التعرف على تأثير أسلوب حل المشكلات والأسلوب الأمري في تحسين الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة

2- التعرف على الفروقات بين أسلوب حل المشكلات والأسلوب الأمري في تحسين الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة .

- إشكالية الدراسة:

- هل يؤثر أسلوب حل المشكلات في تحسين مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة ؟

- التساؤلات الفرعية :

- هل يوجد إختلاف بين في الإختبارات القبليّة والبعدية بين المجموعتين الأولى والثانية في تطوير بعض مهارات كرة السلة ولصالح الإختبارات البعدية.

- هل يوجد إختلاف في الإختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات والمهارات كرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية الأولى(أسلوب حل المشكلات).

- هل يوجد إختلاف في الإختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات والمهارات كرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب الأمري)

- الفرضية العامة:

- يؤثر أسلوب حل المشكلات في تحسين مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة .

- الفرضيات الجزئية:

- يوجد إختلاف بين الإختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين الأولى والثانية في تطوير بعض مهارات كرة السلة ولصالح الإختبارات البعدية.

- يوجد إختلاف في الإختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات والمهارات كرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية الأولى (أسلوب حل المشكلات).

- يوجد إختلاف في الإختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات والمهارات كرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب الأمري)

- العينة:

- لجأنا إلى اختيار عينة عشوائية، لها تقريبا نفس خصائص المجتمع الأصلي، وقد تكونت هذه العينة من 40 تلميذ.

- منهج الدراسة:

- اعتمدنا على المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة الموضوع ولأنه يتماشى مع إشكالية هذه الدراسة.

- الأدوات المستعملة:

- وحدات تعليمية

- النتائج المتوصل إليها:

- وجود فروق معنوية بين الإختبارات القبليّة والبعدية لمجموعة الأسلوب الأمرّي في اختبارات بعض القدرات ومهارات كرة السلة ولصالح الاختبارات البعدية.

- وجود فروق معنوية بين الإختبارات القبليّة والبعدية لمجموعة حل المشكلات في اختبارات بعض القدرات ومهارات كرة السلة ولصالح الاختبارات البعدية.

- وجود فروق معنوية بين مجموعتي حل المشكلات والاسلوب الأمرّي في اختبارات التمرير، التصويب، المحاورّة لكرة السلة ولصالح مجموعة حل المشكلات.

قائمة المحتويات

- البسملة
- شكر وتقدير
- الإهداء
- ملخص البحث
- قائمة المحتويات
- قائمة الجداول

الجانب التمهيدي

- مقدمة.....أ
- 1- الإشكالية.....03
- 2- التساؤلات الفرعية.....03
- 3- الفرضيات.....03
- 4- أهداف البحث.....04
- 5- أهمية البحث.....04
- 6- مصطلحات البحث.....05
- 6-1- أساليب التدريس.....05
- 6-2- الأداء المهاري.....05
- 6-3- كرة السلة.....05
- 7- الدراسات السابقة.....06
- 8- مناقشة الدراسات السابقة.....11

الباب الأول: الخلفية المعرفية النظرية

الفصل الأول : أساليب التدريس

- 15.....-تمهيد
- 16.....1- مفهوم أساليب التدريس
- 16.....2- تطور أساليب التدريس
- 17.....3- الفرق بين الأسلوب و الطريقة
- 17.....4- العوامل التي تحدد نوع اختيار أساليب التدريس
- 18.....5- أهمية أساليب التدريس
- 18.....6- أهداف أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية
- 19.....7- تنوع أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية
- 19.....8- تحليل أنواع أساليب التدريس
- 19.....8-1- الأساليب المباشرة
- 20.....8-1-1- الأسلوب الأمري
- 20.....8-1-1-1- تطبيق الأسلوب الأمري
- 21.....8-1-1-2- مميزات هذا الأسلوب
- 21.....8-1-1-3- عيوب هذا الأسلوب
- 22.....8-1-1-4- درجة الاستقلالية في الأسلوب الأمري تبعاً لعملية اتخاذ القرار من قبل التلميذ
- 22.....8-1-1-5- مثال تطبيقي حول الأسلوب الأمري
- 22.....8-1-2- الأسلوب التدريبي
- 23.....8-1-2-1- مزايا الأسلوب التدريبي
- 23.....8-1-2-2- عيوب الأسلوب التدريبي

- 23 3-2-1-8 درجة الاستقلالية في الأسلوب التدريبي تبعاً لعملية اتخاذ القرارات من قبل التلاميذ.....
- 24 3-1-8 الأسلوب التبادلي.....
- 24 1-3-1-8 مميزات الأسلوب التبادلي.....
- 24 2-3-1-8 عيوب الأسلوب التبادلي.....
- 25 3-3-1-8 درجة الاستقلالية في الأسلوب التبادلي.....
- 25 4-1-8 أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات.....
- 25 1-4-1-8 مميزات هذا الأسلوب.....
- 26 2-4-1-8 عيوب هذا الأسلوب.....
- 26 3-4-1-8 درجة الاستقلالية لهذا الأسلوب تبعاً لعملية اتخاذ من التلميذ.....
- 26 -2-8 الأساليب غير المباشرة.....
- 27 -1-2-8 أسلوب حل المشكلات.....
- 27 -1-1-2-8 تطبيق أسلوب حل المشكلات.....
- 28 -2-1-2-8 مزايا أسلوب حل المشكلات.....
- 28 -3-1-2-8 عيوب أسلوب حل المشكلات.....
- 28 2-2-8 أسلوب التدريس بالاكشاف الموجه.....
- 28 1-2-2-8 تعريف الاكشاف الموجه.....
- 29 2-2-2-8 مميزات أسلوب الاكشاف الموجه.....
- 29 3-2-2-8 عيوب أسلوب الاكشاف الموجه.....
- 30 - خلاصة.....

الفصل الثاني: الأداء المهاري في كرة السلة

- 32 تمهيد.....

33	1- مفهوم الأداء.....
33	2- أنواع الأداء.....
33	2-1 الأداء والمواجهة.....
33	2-2 الأداء الدائري.....
33	2-3 الأداء في محطات.....
34	3- مفهوم الأداء المهاري.....
34	4- مراحل الأداء المهاري.....
34	4-1 مرحلة التوافق الأولي للمهارة.....
34	4-2 مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة.....
34	4-3 مرحلة إتقان وتثبيت المهارة.....
35	5- أهمية الأداء المهاري.....
35	ثانيا: كرة السلة.....
36	2-1 أخطاء كرة السلة.....
37	2-2 المهارات الحركية في كرة السلة.....
37	2-2-1 مسك الكرة.....
38	2-2-2 التمير.....
43	2-2-3 الاستقبال.....
44	2-2-4 المحاورة.....
45	2-2-5 حركة القدمين.....
46	2-2-6 التصويب.....
47	2-2-6-1 التصويب من الثبات.....

- 48.....2-2-6-2- التصويب من القفز.
- 49.....3- كرة السلة كنشاط أساسي في درس التربية البدنية والرياضية.
- 50.....3-1- من الناحية الجسمية.
- 50.....3-2- من الناحية العقلية.
- 50.....3-3- من الناحية الخلقية.
- 50.....3-4- من الناحية الاجتماعية.
- 51 خلاصة

الفصل الثالث: المراهقة

- 53 تمهيد
- 54.....1-1 تعريف النمو.
- 54.....1-2- أنواعه.
- 54.....1-3- مراحلها.
- 55.....2- المراهقة مفهومها وتعريفها.
- 55.....2-1- معنى المراهقة.
- 56.....2-2- أزمة المراهقة.
- 56.....2-3- خصائص المراهقة.
- 57.....2-4- الأفكار اللاواقعية للمراهق.
- 58.....2-5- التقمص.
- 58.....2-6- الرغبة في الاستقلالية والبحث عن الذات.
- 58.....2-7- المراهقة في المرحلة المتأخرة (15-17 سنة).
- 60.....2-8- دور البيئة الرياضية نحو مرحلة المراهقة (15-17 سنة).

61	2-9- خصائص المراهقة.....
61	2-9-1- الخصائص النفسية والعقلية في المرحلة (15-17 سنة).....
62	2-9-2- الخصائص المرفولوجية في المرحلة (15-17 سنة).....
62	2-9-3- الخصائص الحركية في المرحلة.....
62	2-9-4- الخصائص الفيزيولوجية في المرحلة.....
64	الخلاصة.....

الباب الثاني

الفصل الأول: منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

67	1 - منهج البحث.....
67	2- الدراسة الإستطلاعية.....
68	3- مجتمع وعينة البحث.....
68	3-1 مجتمع البحث.....
68	3-2 عينة البحث.....
68	4 اجراء التجربة الرئيسية.....
68	4-1 الاختبارات القبلية.....
68	4-2 مفردات المنهج التعليمي.....
69	4-3 الاختبارات البعدية.....
69	5- أدوات البحث.....
69	5-1- الوسائل البحثية.....
69	5-2- الأدوات والأجهزة المستخدمة.....
69	6- الأدوات الإحصائية.....

69	1-6- برنامج ال SPSS.....
69	2-6- حساب المتوسط الحسابي.....
69	3-6- حساب الانحراف المعياري.....
70	4-6- معامل الارتباط بيرسون.....
70	5-6- اختبار T للعينات المستقلة.....

الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة النتائج

73	1- تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث.....
73	1-1- تجانس العينة.....
73	2-1- تكافؤ مجموعتي البحث.....
74	3-1- المعاملات العلمية للاختبارات.....
74	1-3-1- صدق الاختبارات.....
74	2-3-1- ثبات الاختبارات.....
75	2- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.....
76	1-2- مناقشة النتائج.....
79	3- الاستنتاجات والتوصيات.....
79	1-3- الإستنتاجات.....
79	2-3- التوصيات.....
81	- خاتمة.....
83	- حدود البحث وفتوحاته.....

قائمة الجداول:

الرقم	الجدول	الصفحة
01	جدول يبين عينة البحث	65
02	جدول يبين الأواسط الحسابية والانحرافات المعيارية والمنوال ومعامل الإلتواء لغرض تجانس عينة البحث	70
03	جدول يبين الأواسط الحسابية والانحرافات المعيارية (ت) المحسوبة والجدولية بين مجموعتي البحث	70
04	جدول يبين معامل صدق التمايز لاختبارات بعض القدرات والأداء المهاري لكرة السلة	71
05	جدول يبين الأواسط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لمجموعة البحث التجريبية	73
06	جدول يبين الأواسط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لمجموعة البحث التجريبية الثانية (الأسلوب الأمري)	73
07	جدول يبين الأواسط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية بين مجموعتي البحث في الاختبارات البعدية	74

مقدمة:

إن هدف المدرسين أو القائمين في العملية التعليمية والقادة أو كل من يعمل في المجال الرياضي هو إيجاد واستعمال أفضل الطرائق والأساليب وأكثرها كفاءة لبناء الشخصية الرياضية المتكاملة، وطرائق تدريس التربية الرياضية وأساليبها تساهم في تحقيق هذا الهدف، فدرس التربية الرياضية هو الشكل الأساس الذي تسير فيه العملية التعليمية وتحت إرشادات المدرس وتوجيهاته يكتمل عند الطلاب الاستعداد الجسماني، فضلا عن وكذلك تقوية أجهزة الجسم المختلفة وتطوير الصفات البدنية والمهارات الحركية، وعملية التدريس هي ذات أبعاد ثلاثة، تتألف من معلم ومتعلم ومادة تعليمية، على أن تؤدي هذه العملية إلى التعلم، وتنمية جوانب التعلم المختلفة (المعرفية، الحركية، البدنية والنفس حركية)، ولا بد من وجود تفاعل بين المعلم والمتعلم والمادة التعليمية

ونظرا لأن مجتمعنا يسعى إلى التقدم من خلال المؤسسات التربوية كإحدى وسائل التقدم، فقد أصبحت المدرسة الجزائرية مطالبة أكثر من أي وقت مضى أن تبذل كل جهد ممكن لتربية الإنسان العصري القادر على التفكير السليم البناء، والمزود بالمعارف والمهارات الأساسية التي تمكنه من الملائمة الذكية، والتكيف مع طبيعة عصره وخصائصه، ويقع العبء الأكبر على عاتق المعلم باعتباره ركيزة نشاط المدرسة والمحرك الأساسي لجهودها، فلم يعد التدريس مجرد نقل للمعرفة، وإنما يتطلب معرفة أصوله وقواعده، والعمل على التوظيف الميداني لتلك المعارف فيما يخدم الأهداف العامة للمجتمع، ولما كانت التربية البدنية والرياضية من أهم عناصر المنظومة التربوية الوطنية، فقد حظيت هي الأخرى بنفس الاهتمام من خلال قطعها أشواطاً هامة في مجال التكوين، وخاصة الجانب الكمي والدليل على ذلك التزايد المستمر في عدد المتخصصين لتدريس هذه المادة، إذ لم يعد نجاح المدرس مقصوراً على تحقيق طلابه لأهداف المادة الدراسية وإنما امتد نجاحه إلى نوعية ما يخرجه في طلابه وهذا ما ينمي لديهم من سلوكيات وقيم ومبادئ واتجاهات¹

وتكمن أهمية البحث في استخدام أسلوب حل المشكلات والأسلوب الأمري ومعرفة تأثيرهما في تطوير بعض مهارات كرة السلة

وعليه ارتأينا أن نقوم بدراسة هذا الموضوع المهم والذي سنحاول من خلاله معرفة أثر استخدام أسلوب حل المشكلات في تحسين مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة.

¹ - براع تركي، أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، الطبعة الثانية، الجزائر، 1990، ص241

1- إشكالية البحث :

تعد لعبة كرة السلة واحدة من الألعاب الجماعية أو الفرعية التي تمارس في جميع الأوقات والأماكن ولكلا الجنسين ، وتمتاز بمهارات عدة كمتطلبات واجبة للأداء الأفضل، التي ينبغي على ممارسيها تعلّمها وإتقانها والإلمام بالجوانب الفنية والعلمية الخاصة بها كافة. إذ بدون إتقان المهارات الأساسية بصورة جيدة ، سيكون من الصعب تنفيذ الخطط الهجومية والدفاعية، سواء كان ذلك فردياً أو جماعياً . وتساهم لعبة كرة السلة على رفع كفاءة ممارسيها من خلال تلقي المواقف المفاجئة بسرعة و العمل على رفع الروح المعنوية و الإحساس بالثقة والشجاعة، وتتبسط بداية التعلم والتدريب بخصائص اللعبة البدنية والحركية. ونظراً لأن مهارة الإعداد من المهارات الأساسية التي تتطلب توافر بعض القدرات الحركية عند ممارستها منها سرعة الأداء ، الدقة ، المرونة ، التوافق . لذا فإن من الضروري قياس تلك القدرات لدى المتعلم المبتدأ المقبل على تعلم هذه المهارة وممارستها، وذلك قبل البدء في التعلم و التدريب الفعلي مما يؤدي إلى ترشيد الوقت و الجهد المبذول.

ومن خلال إطلاع الباحثون ومتابعتهم الجادة لهذه اللعبة لاحظوا إن تعلم مهارات كرة السلة يعتمد على الأسلوب التقليدي (المتبع)، فضلاً عن انه لم تجرى أي دراسة أو بحث في حدود علم الباحثين عن استخدام أسلوب حل المشكلات في تعلم مهارات كرة السلة، مما دفعهم لإجراء هذا البحث لمعرفة تأثير أسلوب حل المشكلات في تعلم مهارة التصويب والمحاورة لأن هذا الأسلوب ربما يخلق وسطاً تعليمياً أفضل يزيد من دافعية المتعلمين و يساعدهم على اكتساب و إتقان المهارات ، و قد يؤدي إلى تطوير بعض القدرات الحركية المرتبطة بهذه المهارة. وعليه هل يؤثر أسلوب حل المشكلات في تحسين مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة ؟

2- التساؤل العام:

- هل يؤثر أسلوب حل المشكلات في تحسين مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة ؟

2-1- التساؤلات الفرعية :

- هل يوجد اختلاف بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعتين الأولى والثانية في تطوير بعض مهارات كرة السلة ولصالح الاختبارات البعديّة.

- هل يوجد اختلاف في الاختبارات البعديّة بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات والمهارات كرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية الأولى(أسلوب حل المشكلات).

- هل يوجد إختلاف في الاختبارات البعديّة بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات والمهارات كرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب الأمريكي)

3- الفرضية العامة:

- يؤثر أسلوب حل المشكلات في تحسين مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة .

3-1- فرضيات البحث :

- يوجد اختلاف بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين الأولى والثانية في تطوير بعض مهارات كرة السلة ولصالح الاختبارات البعدية.

- يوجد اختلاف في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات والمهارات كرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية الأولى(أسلوب حل المشكلات).

- يوجد إختلاف في الإختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات والمهارات كرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية الثانية (الأسلوب الأمري)

4-أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى التعرف :

1- التعرف على تأثير أسلوب حل المشكلات والأسلوب الأمري في تحسين الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة.

2- التعرف على الفروقات بين أسلوب حل المشكلات والأسلوب الأمري في تحسين الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة .

5- أهمية البحث:

تستمد هذه الدراسة أهميتها انطلاقاً من مجموعة من العناصر المتعلقة بالجانبين العلمي والعملية .

لقد أصبح من الضروري على المجتمعات المتطورة أن تبحث عن الأساليب العلمية الأفضل من أجل الوصول

لتحقيق أهدافها والنهوض بأفرادها من النواحي البدنية والنفسية و الاجتماعية.

وتكتسب أساليب التعليم أهمية خاصة في هذا الجانب لما لها من أهمية وثقل كبيرين في بناء الفرد في مراحلها الأولى

و إعدادة بما يتناسب ومتطلبات التطور الحاصل في المجتمع .

وفي التربية الرياضية استخدمت العديد من الأساليب في تعليم عدد كبير من المهارات الحركية والألعاب الرياضية

المختلفة

6- مصطلحات البحث :

6-1 أساليب التدريس :

6-1-1 اصطلاحا: يقول عطاء الله نقلا عن كتاب موسكا موستن : أن مصطلح اسلوب التدريس كان قد أختير قبل عشرين سنة وذلك للتمييز بين مواصفات سلوك التدريس و بين المصطلحات المتداولة في ذلك الوقت كالسياقات والنماذج والمجالات .

ويضيف " الأساليب هي الاجراءات التي يتخذها المعلم في تنفيذ طريقة من طرق التدريس من أجل تحقيق الأهداف المحددة للمادة التعليمية مستعينا بوسيلة من الوسائل التعليمية المناسبة".¹

6-1-2 التعريف الإجرائي: وتتناول في دراستنا تركيبية بعض الأساليب من حيث التخطيط والتنفيذ والتقييم وهي الأسلوب الأمري وأسلوب حل المشكلات.

6-2 الأداء المهاري:

6-2-1 اصطلاحا: هو نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت وحركات تؤدي بالتوالي ، ويقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية والخارجية والمؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها بالكامل وبفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية وحو مستوى اللاعبين ومدى اتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة .²

6-2-2 التعريف الإجرائي : يقصد به المهارات الهجومية التي يتعلمها التلميذ خلال الفصل الدراسي وتقاس باختبارات مقننة .

6-3 كرة السلة :

6-3-1 التعريف الإصطلاحي:

هي لعبة جماعية تمارس بين فريقين كل فريق من خمسة لاعبين وغرض كل منهم أن يسجل في سلة المنافس وأن يمنع الفريق الآخر من التسجيل حيث يتم التحكم بالمباراة بالحكام إداري الطاولة، مفوض دولي.³

6-3-2 التعريف الإجرائي:

هي لعبة جماعية تعتمد على أسلوب حل المشكلات وذلك في تحسين الأداء المهاري لبعض المهارات كالمحاورة، التصويب والتمرير

¹ - عطاء الله أحمد ، أساليب وطرق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية 2006، الجزائر ، ص08

² - وجدي مصطفى فاتح ، محمد لطفي السيد : الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب ، ط2 ، القاهرة ، مصر ، 2001، ص374

³ - مختار سالم، مع كرة السلة، مؤسسة المعارف، طبعة جديدة، بيروت، لبنان، 1991م، ص65

7- الدراسات السابقة و المشابهة:

من البديهي والمعروف أن الدراسة العلمية، والبحث على وجه الخصوص يتسم بطابعه التراكمي، فما من دراسة أو بحث إلا وجاءت بعده دراسات وبحوث عديدة قد تناوله هو بالشرح والتحليل، أو تشترك معا في الموضوع أو بعض جوانبه وبذلك يشكل هذه الدراسات.

ويعرفها رابع تركي " كلما أقيمت دراسة علمية لحقتها دراسات أخرى تكملها وتعتمد عليها وتعتبر بمثابة ركيزة أو قاعدة للبحوث المستقبلية، إذ أنه من الضروري ربط المصادر الأساسية من الدراسات السابقة بعضها ببعض، حتى يتسنى لنا تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينهما وبين الموضوع الوارد والبحث فيه.¹

1-7 دراسة احمد , زكية إبراهيم (1990) ((فاعلية التدريس بأسلوب الشرح والعرض وأسلوب حل المشكلات على تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية لتلميذات المرحلة الابتدائية))

هدف الدراسة التعرف على فاعلية التدريس بأسلوب الشرح والعرض على تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية لتلميذات الصف الثاني الابتدائي. وفاعلية التدريس بأسلوب حل المشكلات على تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية لتلميذات الصف الثاني الابتدائي ,فضلا عن التعرف على أي من أسلوبي التدريس (الشرح والعرض وحل المشكلات) أكثر فاعلية على تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية لتلميذات الصف الثاني الابتدائي وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (٦٠) تلميذة من تلميذات الصف الثاني من مدرسة الإقبال الابتدائية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية واستخدمت الباحثة الاختبار الإدراكي الحركي المصمم من قبل نلسن NELSON لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة والمرحلة الابتدائية ويشتمل هذا الاختبار على سبعة عناصر تختص بقياس توافق العين والقدم والإحساس بالمكان , وتمييز الأشكال , وتوافق العين واليد , والتوازن في الحركات الانتقالية , والرشاقة , والقدرة على حل المشكلة . وأسفرت النتائج عما يأتي: أن التدريس بأسلوب حل المشكلات

ساعد في تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى أفراد عينة البحثان أسلوب حل المشكلات كان أكثر فاعلية من أسلوب الشرح والعرض على تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية لدى أفراد عينة البحث.

¹ - عبد العزيز ، منى المختار ، الشخصية وعلاقتها بالاتجاهات طالبات كلية التربية البدنية والرياضية كمهنة ،رسالة ماجستير، ص15-16.

7-2 دراسة بن دقفل رشيد

-عنوان الدراسة: دور بعض أساليب التدريس الحديثة للنشاط البدني الرياضي في التقليل من السلوك العدواني في الوسط المدرسي، دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية المسيلة

- العينة: على عينة مكونة من 213 تلميذ وتلميذة من مجموع التلاميذ السنة اولى ادبي أختيرت بطريقة قصدية

- المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المقارنة

- فرضيات الدراسة :

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية للدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني بين التطبيق القبلي والبعدي للأساليب على تلاميذ الطور الثانوي لصالح القياس البعدي.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التطبيق البعدي على الدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني لتلاميذ الطور الثانوي تعزى لأسلوب التدريس.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التطبيق البعدي على الدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني لتلاميذ الطور الثانوي لأساليب التدريس الحديثة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية للدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني لتلاميذ الطور الثانوي البعدي لأساليب التدريس الحديثة تعزى لمتغير نوع النشاط لصالح النشاط الجماعي.

أهداف الدراسة :

-الإجابة على التساؤل المطروح حول مدى إسهام أساليب التدريس الحديثة في التقليل من السلوك العدواني في الوسط المدرسي .

-معرفة درجة الاختلاف بين الأساليب في الجوانب النفسية المتعلقة أساسا بالسلوك العدواني .

-معرفة درجة الاختلاف بين الجنسين ذكور وإناث بتطبيق الأساليب الحديثة فيما يتعلق بالسلوك العدواني .

-معرفة الأثر النفسي لأساليب التدريس الحديثة من حيث إثبات الذات.

النتائج المتوصل إليها:

إن أساليب التدريس الحديثة المطبقة في الدراسة تساهم في التقليل من درجة السلوك العدواني في الوسط المدرسي

7-3 دراسة الدكتور عمر عمور:

- العنوان: إسهامات بعض أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية الحديثة في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الجامعية.
- حيث تناول الباحث إشكاليات عامة وهي:
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الحياتية على الأسلوب التدريبي في كل لعبة
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الحياتية على الأسلوب الزوجي في كل لعبة.
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الحياتية تعزى لاختلاف الأسلوب.
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الحياتية تبعا لاختلاف نوع الرياضة.
- استعمل الباحث المنهج التجريبي على عينة لطلبة سنة أولى بمعهد التربية البدنية بمستغانم وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الحياتية تعزى لاختلاف الأسلوب.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المهارات الحياتية تبعا لاختلاف نوع الرياضة.
- يوجد أثر للتفاعل عند مستوى الدلالة 0.05 بين الأسلوب التدريسي المنتهج واللعبة المختارة في تباين درجات عينة الدراسة على مقياس المهارات الحياتية.

7-4 دراسة أمال نوري بلبطرس :

- عنوان الدراسة: أثر استخدام أسلوب التضمين والأمرى ونموذجين من المجاميع الصغيرة في تحقيق بعض أهداف درس التربية الرياضية سنة 2004.
- هدفت الدراسة إلى ما يأتي:

- الكشف عن أثر استخدام أسلوب التضمن والأمري ونموذجين من المجاميع الصغيرة (المتجانسة وغير المتجانسة) في تحقيق بعض أهداف درس التربية الرياضية (البدني والمهاري والوجداني).
 - المقارنة بين أثر استخدام أسلوب التضمن والأمري ونموذجين من المجاميع الصغيرة (المتجانسة وغير المتجانسة) في تحقيق بعض أهداف درس التربية الرياضية (البدني والمهاري والوجداني) في الاختبار البعدي.
- واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من 88 طالبة من طالبات الصف الأول والمتوسط في ثانوية بعشيقه للبنات موزعين على أربعة مجاميع بواقع 22 طالبة لكل مجموعة، وتم التكافؤ بينهم في متغيرات (العمر والطول والوزن) فضلا عن عدد من عناصر اللياقة البدنية والحركية والاتجاه نحو ممارسة درس التربية الرياضية إذ استخدمت المجموعة التجريبية الأولى أسلوب التضمن في التعليم، بينما استخدمت المجموعة التجريبية الثانية نموذج المجاميع الصغيرة متجانسة التحصيل، بينما المجموعة التجريبية الثالثة نموذج المجاميع الصغيرة غير المتجانسة التحصيل، في حين استخدمت المجموعة التجريبية الرابعة الأسلوب الأمري في التدريس. واستغرق تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح (8) أسابيع بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع الواحد، وكان زمن الوحدة التعليمية (45) دقيقة ومن ثم البدا بتنفيذ البرامج التعليمية يوم الاثنين (2002/01/40) وانتهت يوم الأحد (2002/12/30).

بعد أن تم جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا بواسطة (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط، اختبار(ت) لوسطين حسابيين مرتبطين، تحليل التباين باتجاه واحد، اختبار دنكر)، استنتجت الباحثة ما يلي:

- أثبتت فاعلية استخدام أسلوب التضمن ونموذجين من المجاميع الصغيرة (المتجانسة وغير المتجانسة) في تنمية جميع عناصر اللياقة البدنية والحركية لدرس التربية الرياضية
- أثبتت فعالية استخدام أسلوب التضمن ونموذجين من المجاميع الصغيرة والأسلوب الأمري في تنمية الاتجاه النفسي نحو درس التربية الرياضية
- حقق أسلوب التضمن ونموذجين من المجاميع الصغيرة (المتجانسة وغير المتجانسة) تنمية بعض المهارات الأساسية (التمرير، الطبطبة، التهديف من الثبات)
- تفوق نموذج المجاميع الصغيرة متجانسة التحصيل في تطوير مهارة التهديف والاتجاه النفسي عند مقارنتها بالأساليب التدريسية الأخرى.

5-7 د ناهد عبدو زيد الديلمي

- عنوان الدراسة: تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي في تطوير بعض القدرات وتعلم الإعداد بكرة الطائرة.

- عينة البحث: طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية، جامعة بابل العام الدراسي 2007/2006

- المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المقارنة

- فرضيات البحث:

1 - توجد فروق معنوية دالة إحصائيا بين الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتين الأولى والثانية في تطوير

بعض القدرات وتعلم الإعداد بكرة الطائرة ولصالح الاختبارات البعدية

2 - توجد فروق معنوية دالة إحصائيا في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير

بعض القدرات وتعلم الإعداد بكرة الطائرة ولصالح المجموعة التجريبية الأولى (أسلوب الاكتشاف

الموجه)

- أهداف الدراسة:

1 - التعرف على تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي في تطوير بعض القدرات وتعلم

الإعداد بكرة الطائرة.

2 - التعرف على الفروقات بين أسلوب الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي في تطوير بعض القدرات

وتعلم الإعداد بكرة الطائرة.

- النتائج:

1 - إن أسلوب الاكتشاف الموجه والشرح التوضيحي كان لهما تأثيرا إيجابيا في تعلم مهارة الإعداد بكرة

الطائرة وتطوير بعض القدرات المرتبطة بهذه المهارة.

2 - التعلم بأسلوب الاكتشاف الموجه أكثر إيجابية من أسلوب الشرح التوضيحي في تعلم مهارة الإعداد

بالكرة الطائرة وتطوير بعض القدرات المرتبطة بهذه المهارة.

8- مناقشة الدراسات السابقة :

- نستخلص من عرض وتحليل الدراسات السابقة والبحوث المشابهة إلى تحديد النواحي النظرية والإجراءات العلمية للدراسة الحالية وذلك بتحديد وتفهم الجوانب المختلفة لمشكلة البحث الحالي و صياغة الأهداف والفروض للدراسة الحالية مع التأكيد على أهميته و مراعاة تحديد نوعية وحجم العينة وتحديد المنهج المناسب لإجراء الدراسة الحالية والتعرف على وسائل جمع البيانات لإجراء الدراسة و تحديد المرحلة العمرية لعينة البحث بالإضافة إلى اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة لتحليل بيانات الدراسة وكيفية عرضها بصورة سهلة وواضحة.

تمهيد :

تعد الأساليب إحدى المحاور الأساسية لعملية التدريس في مجال التربية البدنية والرياضية حيث أن التدريس الفعال لا يعتبر مجرد عمل أو وظيفة ، بل هو عملية تصميم مشروع ضخم متشعب الجوانب ، له مرتكزات واضحة لاتصاله بصورة مباشرة بمستقبل أولئك الذين نقوم بتعليمهم وتعتبر الأساليب التدريسية تلك العلاقات التي تنشأ بين المعلم والتلميذ والتي تؤثر إيجاباً أو سلباً في تحقيق الأهداف الموضوعية للدرس . ولهذا فان إلمام المدرس بمختلف الأساليب سيساعده علي تسيير عملية التدريس بصورة فعالة ومجدية ، ونظراً لأهمية الموضوع فقد تم التطرق إليه بشيء من التفصيل انطلاقاً من تطور هذه الأساليب وأهميتها في مجال التربية البدنية والرياضية .

I - مفهوم التدريس :

هو مجموع العمليات التربوية التي تتضمن عملية التعليم والتعلم لتنفيذ الخطة وقد شبه " شيث " عملية التدريس بعملية الصيد باعتبارها تحتاج إلى تحديد الهدف جيدا وإعطاء الخطة وما تتطلبه من وسائل ثم تنفيذ العملية وتقييمها في النهاية¹ إذا فالتدريس نشاط مقصود يجب إن يتضمن عناصر وأبعاد محددة وطرق وأساليب ونماذج ومداخل ومهارات ، يتم من خلالها إعطاء معلومات وطرح أسئلة وتقييم لنتائج تعليمية مقصودة .

1 - مفهوم أساليب التدريس :

يقصد به مجموعة الأنماط التدريسية الخاصة بالمعلم والمفضلة لديه ، ويعني ذلك أنه قد نجد أسلوب التدريس لدى معلم معين يختلف عنه لدى معلم آخر رغم أن طريقة التدريس المتبعة واحدة ، وهذا ما يدل على أن أسلوب التدريس يرتبط ارتباطا وثيقا بالخصائص الشخصية للمعلم ، وبمعنى آخر، فإذا كانت طرق التدريس تعني الإجراءات العامة التي يقوم بها المعلم فإن الأساليب يقصد بها إجراءات خاصة ضمنية تتضمنها الإجراءات العامة التي تجري في الموقف التعليمي².

فأسلوب التدريس بنسبة كبيرة ناتج وعاكس للشخصية القيادية للأستاذ ، والتي تنبع من خبراته و خصائص الظروف المحيطة

2- تطور أساليب التدريس :

لقد أثر تطور مختلف العلوم نتيجة لجهود الباحثين والعلماء في تطور أساليب التدريس ، فلقد تم الانتقال من المنظور القائم على الفكرة القائلة أن فهم الدرس يتدفق منه سيل المعرفة وأن واجب التلاميذ هو الإصغاء والتذكر، إلى منظور حديث يحقق أهداف الدرس من خلال طرائق وأساليب ووسائل تتماشى والاتجاهات الحديثة وتواكب التطورات الحاصلة في مختلف المجالات.

فلقد ظهرت منذ الستينيات مجموعة من الأساليب الحديثة أو ما يعرف بأساليب التدريس لموسكا موستن وسارة اشورث وقد أطلق عليها اسم (طيف أساليب التدريس) وقد طبقت هذه الأساليب بتوسع في مجال التربية البدنية والرياضية، ويطلب موسكا موستن رائد أساليب التدريس الحديثة من الباحثين البحث في هذا المجال، حيث

¹ - غفاف عبد الكريم : تصميم المناهج في التربية البدنية ، ط1 ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 2005، ص 16

² - عصام الدين متولي عبد الله وبدوي عبد العالي بدوي : طرق تدريس التربية البدنية ، ط1 ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية ،

إن مجموعة الأساليب تعطي إمكانية جديدة للقيام بعملية البحث في مجال التربية البدنية والرياضية، والبحث باختبار الفرضيات الموضوعية حول العلاقة الممكنة المستمرة والموجودة بين كل أسلوب من الأساليب والأهداف التربوية¹. وعملية البحث كفيلا بمسايرة التطور الحاصل في المجتمع بمختلف مكوناته والتي من بينها المدرسة التي هي أساس بناء شخصية الفرد الذي يشكل اللبنة الأولى في المجتمع .

3 - الفرق بين الأسلوب والطريقة :

هناك أشكال كبير يتمثل في وجود تشابه في الهيكل التنظيمي بين الطريقة والأسلوب حيث يختلف الكثير من التربويين والباحثين عندما يتكلمون عن التدريس بين مصطلحي الطرائق والأساليب ، باعتبار أنهما مترادفان لا يحمل أي منهما معنى خاص يميزه عن الآخر ، من خلال الكثير من الكتابات ، فان الأسلوب يأتي دائما تبعا للطريقة لأنه مرتبط بها وعلى أساس الأسلوب تأتي الطريقة ، ويقول حنا غالب " أن الفن مجموعة طرائق والطريقة مجموعة أساليب ، والأسلوب مجموعة قواعد وضوابط"² ولهذا فالطريقة أشمل من الأسلوب ، ومفاد هذا الفرق أن الأسلوب قد يختلف من معلم إلى آخر على الرغم من استخدامهم لنفس الطريقة مثال ذلك نجد أن المعلم "س" يستخدم الطريقة الكلية والمعلم "ص" يستخدم نفس الطريقة ومع ذلك فقد نجد فروق دالة في المستويات تحصيل المهارات الحركية للتلاميذ ، وهذا يعني أن تلك الفروق يمكن أن تنسب إلى أسلوب التدريس الذي يتبعه المعلم ، وليس إلى الطريقة .

4 العوامل التي تحدد اختيار نوع أساليب التدريس:

تشير دائرة المعارف للبحوث التربوية 1912م إلى أن أسلوب التدريس يرتبط بالنمط الذي يفضله الأستاذ ويرتبط كثيرا بخصائصه الشخصية، ومن العوامل المحددة لنوع أساليب التدريس نذكر منها:

- خصائص الأستاذ الشخصية.
- البنية النفسية له بكل جوانبها .
- خبراته السابقة في مجال تخصصه .
- مهاراته التدريسية ومدى تحكمه فيها .

¹ - عطاء الله أحمد : اساليب وطرق التدريس في التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 2006 ، ص 14

² - عطاء الله احمد ، نفس المرجع ، ص 39، 40 .

- معرفته بالأساس النظري لطرق وأساليب التدريس المختلفة .
- اتجاهاته نحو مهنته ، وذاته وكذا نحو مجتمعه .
- نوع المتعلمين وخصائصهم.¹

5- أهمية أساليب التدريس :

إن التدريس اليوم أصبح من ضروريات العمل التربوي، فهو يعتمد على جملة من المعطيات (الأهداف، المحتوى، وسائل التعلم، الأنشطة التعليمية، أساليب التدريس وعملية التقويم). ومختلف هذه المتغيرات يجب تفعيلها لتحقيق الأهداف المرجوة، وهذه الأساليب تأخذ أهميتها من تصورهما للعلاقة الجديدة في التدريس بين المعلم والمتعلم والمهدف، وأصبح أسلوب التدريس هو الذي يحدد نوع السلوك الذي يمكن إن يسلكه المعلم مع تلامذته، وهذا يؤثر على شخصية المتعلم ويساهم في بنائها بشكل كبير حتى يستعد لمواجهة المستقبل ليصبح إنسانا مستقلا في تحديد الأهداف وقادر على بلوغها بشكل فردي².

وتعمل التربية البدنية والرياضية على إكساب التلاميذ مهارات وكفاءات من خلال الأنشطة الرياضية تجعل التلميذ يبلور هذه المكتسبات في مختلف المواقف التي تواجهه في المستقبل.

6- أهداف أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية:

يسعى أستاذ التربية البدنية والرياضية من خلال معرفته لمجموع أساليب التدريس إلى تحقيق مجموعة من الأهداف أهمها:

- التعرف على أساليب التدريس العامة والخاصة.
- التعرف على طرق نقل المعارف إلى التلاميذ.
- الاستخدام الأنسب للوسائل التعليمية وصولا إلى الوفاء برغبات وحاجات التلاميذ.
- الاختيار الأنسب لطرائق وأساليب التدريس.
- تمكين الأستاذ من فهم خصائص المتعلم ومراحل نموه وبالتالي مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ.

¹ - مهدي محمود سالم وعبد اللطيف بن حمد الخليبي : التربية الميدانية وأساسيات التدريس ، ط2 ، دار الفكر العربي ، الرياض ، 1998 ، ص 229 ، 230

² - مهدي محمود سالم وعبد اللطيف بن حمد الخليبي: نفس المرجع، ص45، 46

- مساعدة الأستاذ على تحليل السلوك التعليمي للمتعلم أثناء حدوثه¹.

7- تنوع أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية:

لا يوجد أسلوب تدريسي يمكن أن يوصف بأنه الأمثل في التدريس، وذلك لان نجاح أي أسلوب يتوقف على عوامل متعددة، تتصل بالمنهج والتلاميذ وظروف حياتهم، ويقول موسكا موستن " إن الأسلوب الذي يستخدم بنجاح في موقف ما، أو حصة ما قد لا ينجح أو يفني بالغرض إذا استخدم في موقف أو حصة أخرى". فالمدرس الذي يستعمل أسلوبا واحدا في درسه فانه سوف يؤدي إلى الملل والجمود وعدم تحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة من سلوك متعلم، ولهذا فان التنوع في الأساليب شيء ضروري، حتى لا يحس المتعلم بالروتين والملل وخاصة أن المدرس تتعدد أهدافه وبالتالي لا بد من تعدد الأساليب المستخدمة في تحقيقها².

إذا هذا التنوع قد يكون ضروريا للتأقلم مع متطلبات النشاط الرياضي، وكذلك مع الخصائص العامة للتلاميذ والتي تميزهم الفروق الفردية كما قد تكون اختيارية لتجنب الملل والروتين الذي يصيب المتعلم والمعلم .

8- تحليل أنواع أساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية:

تنقسم سلسلة الأساليب إلى مجموعتين، هاتان المجموعتان تختلفان أساسا عن بعضهم البعض من حيث الأهداف وسلوك المتعلم والمعلم، ويعتبر عنصر الاكتشاف فاصل بين مجموعتين حيث تتميز الأولى باسترجاع ما هو معروف والثانية باكتشاف وإنتاج ما هو مجهول وغير معروف.

8-1 الأساليب المباشرة:

تعتبر هذه الأساليب أقرب إلى التطبيق مع استعمال التغذية الراجعة النهائية المباشرة والمعلمون المهارة يستخدمون أكثر من أسلوب في التدريس، بل ويستخدمون أكثر من أسلوب في الدرس الواحد، وهذه الأساليب تتفاوت في نسب تنمية كل أو أحد جوانب التعلم (المعرفي، الوجداني والنفسي الحركي) لهذا فهي تكمل بعضها في ضوء متطلبات التنمية الشاملة والمتوازنة للفرد³. ومن بين الأساليب المباشرة يوجد الأسلوب الأمري .

¹ - أحمد جميل عايش: أساليب تدريس التربية الفنية والمهنية والرياضية، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن، 2008، ص183

² - عطاء الله احمد : المرجع السابق، ص 131، 133 .

³ - محمود عبد الحليم عبد الكريم: ديناميكية تدريس التربية الرياضية، ط1 ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2006، ص247.

8-1-1 الأسلوب الأمري (أسلوب العرض التوضيحي):

يتميز هذا الأسلوب بقيام المعلم باتخاذ جميع القرارات في بنية تركيب عملية التدريس بمعنى اتخاذ جميع القرارات المتعلقة بمختلف مراحل الدرس (التخطيط، الأداء والتقييم) وبالتالي فالمعلم هو أحد المصادر الأساسية لتنظيم المعرفة ونقلها إلى التلاميذ، ويقوم بدور الملقن للمعلومات، بينما يكون التلميذ مستقبلاً لهذه المعلومات دون مناقشتها وإبداء رأيه فيها.¹ وهذا الأسلوب يستند إلى المدرسة السلوكية القائمة على أن لكل مثير استجابة، فأوامر المعلم المتكررة هي المثيرات التي تدفع التلميذ لإظهار الاستجابة، هذا من جهة ومن جهة أخرى فإن لكل حركة يقوم بها المتعلم تكون استناداً إلى النموذج الحركي الذي يقوم به المدرس.² وبالتالي فالعلاقة بين المعلم والمتعلم في الأسلوب الأمري على أساس الأدوار المحددة لكل منها، فدور المعلم هو وضع الهدف ودور التلميذ هو تطبيق ما يريد وما يخطئه المعلم، بدون أي مناقشة أو سؤال للوصول إلى الأهداف المحددة.

8-1-1-1 تطبيق الأسلوب الأمري:

خلال حصة التربية البدنية والرياضية بمراحلها الثلاثة تتباين أدوار كل من المعلم والمتعلم وفي هذا الأسلوب تكون الأدوار كما يلي:

● مرحلة التخطيط:

وهي مرحلة الإعداد للتفاعل بين المعلم والمتعلم من خلال جملة من القرارات المتخذة من طرف المدرس، اختيار الأنشطة الرياضية، اختيار المهارة، تحديد الأهداف المراد تحقيقها من الدرس وكذا الزمن المخصص لكل جزء من أجزاء الدرس

● مرحلة التنفيذ:

ويتضمن هذا الجزء من الدرس كافة القرارات المتعلقة بتنفيذ وتطبيق المهارات المقصود تدريسها ومن هذه القرارات: مكان تنفيذ المهارة، ترتيب تطبيق المهارات، الظروف الملائمة لبدا تطبيق المهارة، الوقت الفاصل بين مهارة وأخرى، وقت بدا وانتهاء تطبيق المهارة وكذا الإيقاع الحركي المناسب للأداء.³ وتسمى هذه القرارات بالقرارات الثمانية لتنفيذ الدرس والتي تتغير بتغير الأسلوب وكذا خصائص التلميذ.

¹ - عطاء الله احمد: مرجع سابق، ص74، 73.

² - احمد جميل عايش: مرجع سابق، ص184.

³ - أحمد جميل عايش: مرجع سابق، ص193-194

• مرحلة التقويم:

إن القرارات التي يتم اتخاذها في مرحلة ما بعد الدرس تتمثل في إعطاء التغذية الراجعة (العكسية) حول أداء المهارات، وكذلك حول مستوى أداء التلميذ ودوره في الالتزام بالقرارات التي يتخذها المعلم

8-1-1-2 مميزات هذا الأسلوب:

هذا الأسلوب له مجموعة من الخصائص ايجابية منها:

- مناسب لتلاميذ الصغار في السن وكذلك المبتدئين لممارسة المهارة.
- مناسب لاستخدامه في المهارات الصعبة والمعقدة لأجل السيطرة على مسار العمل.
- زرع النظام والانضباط داخل الصف.
- سرعة إيصال المعلومة للتلاميذ عندما يكون هناك إعداد كبيرة من التلاميذ.¹
- كما إن استخدامه ضروري في بعض الأنشطة الخطيرة كالرمح والجملة.
- يساعد على تحسين الأداء بسبب التكرار.² وهذا ما يفسر ميل الأساتذة نحو تطبيق هذا الأسلوب وبصفة خاصة في بعض الأنشطة الرياضية كالعاب القوى مثلا (المدامنة)

8-1-1-3 عيوب هذا الأسلوب:

من أهم عيوب هذا الأسلوب مايلي:

- اقتصار دور التلميذ على استقبال الأوامر من المعلم وتذكره لأدائه المهاري.
- تحديد وتضييق العلاقات الاجتماعية بين التلاميذ.
- لا يأخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية في القبلات بين التلاميذ.
- لا يعمل على تنمية وتطوير الجانب النفسي والانفعالي في شخصية كل تلميذ.³

¹ - عطاء الله أحمد: مرجع سابق، ص 85-86

² - زينب علي عمر وغادة جلال عبد الحكيم: طرق تدريس التربية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2008، ص 125

³ - أحمد جميل عايش، مرجع سابق، ص 194

8-1-1-4 درجة الاستقلالية في الأسلوب الأمري تبعا لعملية اتخاذ القرارات من قبل التلميذ:

- الناحية البدنية: التلميذ لا يتخذ القرار حول تطويره البدني مادام دوره في الإتياع والتنفيذ
- الناحية الاجتماعية: نفس الشيء بالنسبة للناحية الاجتماعية، فالمعلم لا يترك الفرصة للتداخل والتعاون بين التلاميذ
- الناحية السلوكية: وهنا يمكن التمييز بين حالتين: فهناك نوع من التلاميذ يحبون التطبيق عن طريق الأوامر ويشعرون بفرح كبير، وبالتالي فموقعهم في هذه القناة يتجه إلى الحد الأعلى، أما الصنف الثاني فالعكس تماما فيكون موقعهم في الاتجاه السلبي.
- الناحية الذهنية: العمل الفكري الوحيد في هذا الأسلوب هو التذكر، ولهذا فان هناك أمور كثيرة يوفرها هذا الأسلوب فيكون موقع التلميذ في الاتجاه الأدنى.¹

8-1-1-5 مثال تطبيقي حول الأسلوب الامري:

يحدد المدرس للتلاميذ مهارة التمريرة الصدرية في كرة السلة، فيقوم بعمل نموذج لمهارة، والشرح للنقاط الفنية وطريقة الأداء الصحيح المصاحبة للنموذج، ثم يطلب المدرس من التلميذ أداء الحركة ككل أو بالعد ويطلب منهم إن يكون الأداء الحركي مطابقا لما رأوه من النموذج، ويترك للتلاميذ فرصة التكرار على الأداء المهاري ومتابعته لهم مع إصلاح أخطائهم.² ففي هذا المثال يلاحظ غياب المشاركة من قبل التلميذ، فهو يطبق ما أمر به الأستاذ، فإذا كان نموذج الأستاذ خطأ فان التلاميذ سيتعلمون خطأ، ولا يمكن التلميذ من الإبداع وإبراز قدراته الكاملة.

8-1-2 الأسلوب التدريبي:

يستخدم هذا الأسلوب بعد أسلوب التعلم بالعرض التوضيحي مباشرة، أي عند الانتهاء من عملية التعلم المهاري للمهارة المحددة، بمعنى عند محاولة تحسين الأداء الفني للمهارة وإتقانها وفي هذا الأسلوب يتم تحويل قرارات التنفيذ من المدرس إلى التلميذ، بحيث يكون دور المدرس في هذا الأسلوب هو اتخاذ جميع قرارات التخطيط والتقويم، مع عدم إعطاء أي أوامر للتلميذ بحيث تترك له الفرصة ليتعلم كيف يتخذ قرارات التنفيذ³. وهذا بغرض إعطائه دورا أكثر إيجابية في عملية التعلم من الأسلوب الأمري.

¹ - عطاء الله احمد، مرجع سابق، ص 90

² - محسن محمد حصص، المرشد في تدريس التربية الرياضية، ط1، منشأة المعارف، الاسكندرية، 1997، ص 92

³ - زينب علي عمر وغادة جلال عبد الكريم، مرجع سابق، ص 128

8-1-2-1 مزايا الأسلوب التدريبي:

يتميز هذا الأسلوب بعدة محاسن منها:

- يمكن استخدامه مع مجموعة كبيرة من التلاميذ
- يساعد على إظهار المهارات الفردية والإبداع.
- يعطي الوقت الكافي للتكرار والممارسة.
- العناية بالفروق الفردية في الأداء أثناء الحصة.
- توفير تغذية راجعة لتصحيح الأداء.

8-1-2-2 عيوب الأسلوب التدريبي:

من أهم عيوب هذا الأسلوب ما يلي:

- يحتاج إلى أجهزة ووسائل كثيرة .
 - لا يمكن من السيطرة على الحركات الدقيقة للتلاميذ.
 - يأخذ وقتا طويلا من الدرس كما يحتاج إلى خلفية جيدة حول تلك المهارة.¹
- إن توفر الشروط السابقة في حصة التربية البدنية تمكن المدرس من تطبيق هذا الأسلوب بصفة جيدة خاصة إذا كان الهدف تنمية صفة بدنية أو إتقان مهارة خاصة لنشاط رياضي معين.

8-1-2-3 درجة الاستقلالية في الأسلوب التدريبي تبعا لعملية اتخاذ القرارات من قبل التلاميذ:

- من الناحية البدنية :

موقع التلاميذ يميل نحو الأعلى لأن التلميذ يتدرب بمفرده ويقوم بالتكرار.

- من الناحية الاجتماعية:

إن هذا الأسلوب يعطي التلاميذ الحرية في اختيار مكان التنفيذ وبالتالي هذا سوف يؤدي إلى التفاعل الحر بين التلاميذ

¹ - عطاء الله احمد، مرجع سابق ص 100

- من الناحية السلوكية:

تؤثر الناحية الاجتماعية بصفة ايجابية على الناحية السلوكية وذلك يخلق مشاعر طيبة، وبالتالي موقع التلميذ من هذه الناحية يميل نوعا ما إلى الأعلى

- من الناحية الذهنية:

يشارك التلاميذ في عملية التذكر، تبعا للوصف الصادر من المعلم وبالتالي فهناك تحول قليل جدا غلى الحد الأدنى¹

8-1-3 الأسلوب التبادلي:

في هذا الأسلوب يتعلم التلاميذ بقدر ما يتحملون من مسؤولية والاعتماد على النفس والعمل في مجموعات زوجية، واستيعاب المعلومات وإيضاحها لزملائهم، وهكذا بالتبادل حيث تقوم مهارات الاتصال بين التلاميذ، وهذا الأسلوب يفيد في تنمية المفاهيم البدنية والاجتماعية والعاطفية في حياة التلاميذ، وهذا يؤدي إلى تكوين علاقة ثلاثية على الشكل التالي:

المؤدي ← المراقب ↔ المعلم². فالعلاقة هنا غير مباشرة بين المعلم والتلميذ المطبق للتقنية، بحيث يقوم بتقديم التغذية الراجعة للتلميذ المراقب والذي بدوره ينقل تلك النصائح إلى التلميذ المنفذ

8-1-3-1 مميزات الأسلوب التبادلي:

- يتيح المجال أمام كل تلميذ لتولي مهام التطبيق
- إعطاء التغذية الراجعة في الوقت المناسب
- لا تحتاج إلى وقت كبير للتعلم.
- ممارسة القيادة لكل تلميذ وزيادة المهارات الاتصالية بين التلاميذ.

8-1-3-2 عيوب الأسلوب التبادلي:

- صعوبة السيطرة على ورقة الواجب الحركي.
- الحاجة إلى أجهزة كثيرة .
- كثرة المناقشات بين التلاميذ حول تنفيذ الواجب.

¹ - عطاء الله أحمد، مرجع سابق، ص 105

² - محمود عبد الخليم عبد الكريم، مرجع سابق ص 251

8-1-3-3 درجة الاستقلالية في الأسلوب التبادلي:

- من الناحية البدنية: موقع التلميذ يكون مشابها بما هو عليه في الأسلوب التدريبي .
- من الناحية الاجتماعية: خلق حالة من العلاقات الاجتماعية المتداخلة وبالتالي هذا الأسلوب يحقق درجات قصوى للأهداف الاجتماعية خلال الحصّة.
- من الناحية السلوكية: موقع التلميذ يتحرك قريبا من الأعلى لأن هناك شعور جيد تجاه الآخرين.
- من الناحية الذهنية: القيام بالمقارنة والتركيز على تنفيذ البيانات وإعطاء التغذية الراجعة تجعل موقع التلميذ يتجه نحو الأعلى.¹

8-1-4 أسلوب التطبيق الذاتي متعدد المستويات:

يعرف أيضا بأسلوب التكيف أو أسلوب التضمين والاحتواء، وهذا الأسلوب لا يعطي اهتماما كبيرا للعنصر الإدراكي، وتلك الحاجة إلى تقييم المعلم أو الأقران، ولكنه اتجاه يهتم بإتاحة الفرصة للمتعلم أن يدرك العلاقة بين طموحه وحقيقة أدائه، فهو يتناول عدة مستويات لأداء المهارة، حيث يتيح الفرصة لكل تلميذ في أي مستوى من الأداء يبدأ.² ويعني أن للمتعلم حرية كبيرة في تحديد مستوى أدائه وكذا تطويره على حسب قدرات كل تلميذ دون النظر إلى الآخرين.

8-1-4-1 مميزات هذا الأسلوب:

- يكون الأداء حسب إمكانية كل تلميذ في الصف وبالتالي يأخذ فهو يراعي الفروق الفردية بين التلاميذ.
- تشجيع التلاميذ على تقويم أدائهم بأنفسهم.
- توفير الفرصة لجميع التلاميذ للقيام بأدنى حد ممكن من الواجب الحركي.
- خلق روح التنافس مع الزميل وتشجيع للعمل أكثر وبذل جهد إضافي.³

¹ - عطاء الله أحمد، مرجع سابق، ص 114-115

² - زينب عمر وغادة جلال عبد الحكيم، مرجع سابق، ص 137

³ - عطاء الله أحمد، نفس المرجع ، ص 121

8-1-4-2 عيوب هذا الأسلوب:

- لا يسمح للمعلم بمراقبة جميع التلاميذ عند أدائهم.
- يحتاج إلى أجهزة كثيرة ومساحات واسعة¹ بالإضافة إلى أن هذا الأسلوب يمكن أن يكون غير مناسب للتلاميذ الذين ليست لديهم الرغبة في تحسين أدائهم، بالنظر إلى العمل الاختياري لكل تلميذ.

8-1-4-3 درجة الاستقلالية لهذا الأسلوب تبعاً لعملية اتخاذ من التلميذ:

- من الناحية البدنية: يتجه التلميذ في هذه القناة نحو الاتجاه الأقصى وذلك لأن التلميذ يصبح مستقلاً إلى حد كبير في اتخاذ القرارات المتعلقة بالتطور البدني لديه
- من الناحية الاجتماعية: موقع التلميذ من هذه الناحية يكون باتجاه الأدنى لأنه يعتمد أكثر على العمل بصورة منفردة
- من الناحية السلوكية: موقع التلميذ هنا يمكن أن يتجه نحو الأعلى وذلك لأن عملية اتخاذ القرار حول العمل، أو الإنجاز الناجح والمقبول سوف يخلق لديه حالة من الرضا والقبول
- من الناحية الذهنية: موقع التلميذ يكون نحو الأعلى مادام التلميذ منشغل بالتركيز والمقارنة والتذكر والإبداع². إلى أنه يمكن أن يؤثر هذا الأسلوب على التلميذ ضعفاء المستوى خاصة من الناحية الذهنية

8-2 الأساليب غير المباشرة:

يمثل الاكتشاف بأنواعه المستويات القاعدية في الهرم التعليمي، وهذا يعني أن المعلم يستفيد من أساليب التدريس غير المباشرة والتي تشجع على الكشف والاكتشاف وحل المشكلات، حيث أنها توسع مدارك التلاميذ وتعرفهم بأجسامهم وقدراتهم على التحرك في الفراغ، والاستمتاع بتعلم الحركة ويتم ذلك عن طريق المعلم الذي لا يعطي النموذج للأداء الحركي، بل يتم تعريض التلاميذ لسلسلة من الأسئلة والمشكلات الحركية، أو مجالات تفرض من المعلم ويتم إعطائهم الفرصة لحل هذه المشكلات كيفما يرونها مناسبة أو حل عقلائي للمشكلة يعتبر صحيحاً³، ومن بين الأساليب غير المباشرة يوجد لدينا أسلوب حل المشكلات.

¹ - عطاء الله أحمد، مرجع سابق، ص 121

² - عطاء الله أحمد، نفس المرجع، ص 127

³ محمود عبد الحليم عبد الكريم، مرجع سابق، ص 261.

8-2-1 أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلات):

ويدخل هذا الأسلوب ضمن أساليب التدريس الحديثة التوجه، ويتطلب البحث والتوجه والتساؤل البناء، وتضع المتعلم أمام قضايا شاملة ومعقدة وواقعه، وتشجعه على البحث وتدفعه للتفكير وتكون مواقف عقلية فكرية، وذلك بعد تنظيم العمل الجماعي وتوفير الشروط اللازمة لانجاز العمل و حل المشكلة ¹. فالمشكلة هي "موقف معين يحتوي على هدف محدد يراد تحقيقه" ² و هذا السؤال يتطلب تفسيراً أو حلاً .

8-2-1-1 تطبيق أسلوب حل المشكلات :

● **مرحلة التخطيط:** يقوم المعلم في هذا الأسلوب بتحديد القرارات الآتية:

الهدف الأساسي للدرس

تصميم المشكلة في صورة لفضية أو حركية ليترك المجال للبحث واكتشاف وإيجاد الحلول ³

● **مرحلة التنفيذ:** يتضمن هذا الأسلوب المدخلات، الانعكاسات، الاختيار والاستجابة فعندما تكون

هناك إجابة واحدة فقد تكون هذه المشكلة عبارة عن اكتشاف موجه، وتكون المشكلة أكثر تعقيداً بالنسبة لتلاميذ المرحلة الثانوية وتقل كلما قل المستوى الذهني للتلاميذ وهنا تظهر خطوات حل المشكلة كما يلي:

- عرض المشكلة (الإحساس بالمشكلة) تحديد المشكلة وصياغتها.

- التجريب والاستكشاف

- الملاحظة والتقييم والمناقشة واقتراح البدائل.

- اختيار الحل المناسب بين البدائل الممكن.

- القيام بعملية تنفيذ الحل. ⁴

وبالتالي في هذا الأسلوب يكون للتلميذ عدة بدائل بدلاً من حل واحد .

¹ - حاجي فريد، بيداغوجيا التدريس بالكفاءات، ط1، دار الخلدونية، الجزائر، 2005، ص22.

² - زينب علي عمر وغادة جلال عبد الحكيم، مرجع سابق، ص154.

³ - زينب علي عمر وغادة جلال عبد الحكيم، مرجع سابق، ص156.

⁴ - محمود عبد الحليم عبد الكريم، مرجع سابق، ص265.

- **مرحلة التقويم:** التلميذ هو المسؤول عن تقييم الحلول المكتشفة، فإذا تمكن من رؤية نتيجة حل المشكلة فلا حاجة إلى تأكيد صحة الحل من جانب المعلم، فمثلا عند التصويب على الهدف في كرة السلة يمكن للتلميذ أن يرى نتيجة الأداء بملاحظة مسار الكرة في تحقيق الهدف المطلوب، وهناك بعض الأنشطة لا يستطيع التلميذ رؤية بعض الحلول المكتشفة، وبالتالي يمكنه الاستعانة ببعض الوسائل التعليمية أو عن طريق المدرس .

8-2-1-2 مزايا أسلوب حل المشكلات:

- يساعد التلاميذ على تنشيط القدرات الفطرية على أنواع الحلول التي تساعد على حل المشكلة.
- يعرف التلاميذ العلاقة بين الإنتاج الفكري والأداء البدني.
- إتاحة الفرصة للتلاميذ على إنتاج أفكار جديدة.

8-2-1-3 عيوب أسلوب حل المشكلات:

- عدم قدرة التلاميذ على تقبل استجابات الآخرين المتشعبة .
- عدم قدرة التلاميذ على إنتاج استجابات متشعبة لسؤال واحد .
- يحتاج إلى وقت كبير وكافي لعملية اكتشاف الحل .
- يحتاج إلى مدرس جيد يدرك خصائص التلاميذ ومستوى تفكيرهم من أجل وضع مشكلات قابلة للحل في حدود القدرات الفردية للتلاميذ.¹

8-2-2-2 أسلوب التدريس بالاكشاف الموجه:

8-2-2-1 تعريف الاكشاف الموجه:

هو أسلوب يعتمد على توجيه المعلم للتلاميذ لإشراكهم في عملية التعلم من خلال إلقاء مجموعة من الأسئلة تمثل مثيرات حركية يعقبها استجابة من التلاميذ في الاتجاه الصحيح للأداء الحركي، مستخدما في ذلك بعض العمليات العقلية والخبرات الحركية، وهو أسلوب شيق في اكتساب المعلومات والقواعد والحقائق، كما أنه

¹ - زينب علي عمر وغادة جلال عبد الحكيم، مرجع سابق، ص156.

يساعد على التعلم من خلال الاحتكاك بالبيئة، وبالتالي فهو أسلوب يمنح للتلاميذ الثقة بالنفس والشجاعة في مواجهة المواقف المختلفة.¹

8-2-2-2 مميزات أسلوب الاكتشاف الموجه:

- زيادة الكفاءة الذهنية للتلاميذ.
- يساعد هذا الأسلوب على تخزين المعلومات بطريقة يسهل استرجاعها من الذاكرة.
- يساعد على التشوق وزيادة الانتباه.

8-2-2-3 عيوب أسلوب الاكتشاف الموجه:

- بطئ ويستغرق وقتا طويلا في التعلم.
- يصعب أحيانا جعل التلاميذ يكتشفون بعض الحقائق والمعلومات.
- يحتاج إلى مدرس ذو كفاءة عالية.
- لا يلاءم جميع التلاميذ.²

¹ - زينب عمر وغادة جلال عبد الحكيم، مرجع سابق، ص 147-148

² - زينب علي عمر وغادة جلال عبد الحكيم، نفس المرجع، ص 149-150

خلاصة:

من خلال هذا الفصل يمكن أن نقول أن الأساليب الحديثة التي أحدثت ثورة في مجال التربية البدنية والرياضية والتي أتى بها موسكا موستن تتمثل في الأساس في العلاقة التي تربط بين المعلم والمتعلم، هذه العلاقة تختلف باختلاف الأسلوب المتبع حسب درجة تطور قنوات النمو، وإن كان النشاط البدني الرياضي حسب الدراسات السابقة يساهم في التخفيف من القلق والضغط ويعمل على الراحة النفسية للمراهق فإن درجة هذه الفعالية تختلف حسب تركيبة كل أسلوب، ومدى إتاحة الفرصة للتلميذ من حيث إثبات ذاته وتفجير قدراته وإن كانت الأساليب الحديثة في مجملها تختلف عن التقليدية في هذا الجانب، إلى أن أثر الجانب النفسي لهذه الأساليب ومدى تقبل التلاميذ لها هو الغاية التي يسعى كل معلم لتحقيقها وهذا بطبيعة الحال حسب المنهاج والأهداف المسطرة والتي تنعكس على بعض الجوانب السلوكية للتلاميذ سواء في الحصة أو في الوسط المدرسي بشكل عام.

تمهيد:

يلعب الأداء المهاري في أي رياضة من الرياضات دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفرق حيث تلعب المهارة دورا بارزا في عمليتي إتقان و نجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق مما يؤدي إلى ارتباك الخصم و عدم قدرته في السيطرة على مجريات اللعب .

و رياضة كرة السلة واحدة من الأنشطة الرياضية التي لاقت استحسانا و اقبالا شديدين من الأطفال و الشباب من نفس الجنسين ، مما لا بد لممارس كرة السلة التحلي ببعض المهارات و المتطلبات حتى يتمكن من اللعب في مختلف المستويات .

أولا - الأداء المهاري :

1. مفهوم الأداء :

هو كفاءة العامل لعمله ومسلكه فيه ، ومدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله وتحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة ، وبناء على هذا المعنى فإن كفاءة الفرد تتركز على اثنين هما :

أولاً: مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله :أي واجبات ومسؤولياته .

ثانياً : يتمثل في صفات الفرد الشخصية ، ومدى ارتباطها وأثارها على مستوى أدائه لعمله <Thomas > 1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي ، وجدوا ارتباطات بين مفاهيم عديدة كالأقدرة ، الاستعداد ، الدافعية وأغلبها تشكل مفهوم الأداء ، مضيفاً أن الأداء هو الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة¹ . ويستخدم مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح الأداء الأقصى ويستعمل بشكل واسع لتعبير عن المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات.²

2. أنواع الأداء :

1.2-الأداء والمواجهة :

أسلوب مناسب لأداء جميع التلاميذ واللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد .

2.2-الأداء الدائري :

طريقة هادفة لتدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة .

3.2-الأداء في محطات :

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في محطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة³ .

¹ - عبد الغفار عروسي ، دحمان معمر : دور قلق المنافسة في التأثير على مردودية اللاعبين ، مذكرة ليسانس غير منشورة ، معهد التربية البدنية و الرياضية ، سيدي عبد الله ، جامعة الجزائر ، 2004 ، ص 40.

² - محمد نصر الدين رضوان : مقدمة في التقويم و التربية البدنية ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1992 ، ص 168 .

³ - قاسم حسن حسين : الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة ، ط1 ، دار الفكر للنشر و التوزيع ، الاردن ، 1998 ، ص (41-42) .

3- مفهوم الأداء المهاري :

نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت و حركات تؤدي بالتوالي ، و يقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية و الخارجية و المؤثرة في الفرد الرياضي بهدف استغلالها بالكامل و بفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية ، و هو مستوى اللاعبين و مدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة.¹ كما انه يشير إلى الصورة المثالية للأداء الفني و الطريقة الفعالة لتنفيذ مهمة حركية معينة .²

4-مراحل الأداء المهاري :

تمر عملية اكتساب الأداء المهاري بثلاث مراحل أساسية لكل منها خصائص مميزة و تدريبات مختلفة و هي :

4-1- مرحلة التوافق الأولي للمهارة :

تهدف هذه المرحلة إلى تكوين التشكيل الأساسي الأولي لتعلم المهارة الحركية و إتقانها ، و تبدأ بادراك اللاعب للمهمة الحركية ثم تأديتها بشكل مقبول من حيث مكوناتها الأساسية دون وضع اية اعتبارات بالنسبة لجودة و مستوى أداء المهارة الأساسية ، و تتميز هذه المرحلة بالزيادة المفرطة في بذل الجهد مع ارتباط بقلّة و كفاءة الأداء المهاري .

4-2- مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة :

تهدف هذه المرحلة إلى تطوير الشكل البدائي للمهارة الأساسية و التي سبق للاعب أن اكتسبها من خلال الأداء في مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الأساسية مع التخلص من أداء الزوائد الغير لازمة لأداء الحركة ، و مع البعد عن وجود فوائض أثناء سير الحركة مع تجنب التصلب العضلي و قلة حدوث الأخطاء.³

4-3 - مرحلة إتقان و تثبيت أداء المهارة :

إن الهدف الأساسي لهذه المرحلة هو الوصول للاعب إلى أداء المهارة الأساسية بصورة آلية ، و خلال هذه المرحلة يمكن تثبيت أداء الحركة و تصبح المهارة الأساسية أكثر دقة و انسيابية و استقرار من حيث شكل الأداء و ذلك من خلال تطوير التوافق الجيد لأداء المهارة الأساسية و هذا يؤدي إلى إتقان الأداء الحركي للمهارة بصورة

¹ - وجدي مصطفى الفاتح ، محمد لطفي السيد : الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب ، مرجع سابق ، ص 374.

² - قاسم حسن حسين : الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة، المرجع السابق ، ص 149.

³ - امر الله البساطي : اسس و قواعد التدريب الرياضي ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، مصر ، 1998 ، ص (26-27) .

ناجحة و ثابتة حتى لو تم أداء الحركة في ظل ظروف تتميز بالصعوبة كوجود منافس أو أكثر أثناء الأداء المهاري أو من خلال أداء المباريات التجريبية.¹

5. أهمية الأداء المهاري :

الإتقان التام للمهارات الحركية من حيث انه الهدف النهائي لعملية الأداء المهاري ، و يتأسس عليه الوصول إلى اعلى المستويات الرياضية فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي ، ومهما اتصف به من سمات خلقية إرادية فانه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الذي يتخصص فيه .

فالمهارات الأساسية هي وسائل تنفيذ الخطط و بدون مهارات أساسية لدى لاعبي المنافسات الرياضية لا تنفذ الخطط و بالتالي يصعب تحقيق نتائج ممتازة .

. إن تطوير و تحسين الصفات البدنية العامة و الخاصة يربطها مع المهارات الحركية و القدرات الخططية هو الاتجاه الحديث في التدريب الرياضي ، و ذلك بتكرار المهارة من خلال التمرينات التطبيقية و تمرينات المنافسة مما يؤدي إلى اكتساب الفرد الرياضي صفة الآلية عند الأداء المهاري في مواقف المنافسة المختلفة و لما كانت المهارات هي القاعدة الأساسية لأي نشاط رياضي سواء كانت مهارات بأداة أو بدون أداة إذا وجب الاهتمام بالمهارات الأساسية للفرد الرياضي ، فالمهارة هي وسيلة تنفيذ الخطة .²

ثانيا: كرة السلة:

هي لعبة رياضية، يلعب في مبارياتها طرفين يحاول كل منهما إحراز أكبر من النقاط، الهدف من اللعبة هو إدخال كرة في حلقة مرتفعة عن الأرض، ولكل فريق حلقة وعلى الفريق الآخر إدخال الكرة فيها، في كل فريق هناك 5 لاعبين ويكونون مقسمين على الشكل التالي :

قائد الفريق ويكون واقفا عند خط 6.15 أي (الثلاثية) ومهمته تمرير الكرة وتوزيعها.

الجناح الأيمن والأيسر ومهمتهم أما تسديد الكرة من خارج خط 6.15 وتسجيل 3 نقاط أو الهجوم بالكرة لتسديد نقطتين .

¹ - احمد امر الله البساطي : اسس و قواعد التدريب الرياضي ، مرجع سابق ، ص (28-29) .

² - حسن السيد ابو عبده : الاعداد المهاري للاعبي كرة القدم ، دار الاشعاع الفنية ، ط1 ، الاسكندرية ، مصر ، 2002 ، ص (33-37)

النقاط :

يحتسب لكل كرة تدخل الحلقة نقطتين، إلا في حالتين، الحالة الأولى أن يتم رمي الكرة من خارج منطقة الثلاث نقاط، وفي هذه الحالة يحتسب ثلاث نقاط، و الأخرى عند الرمية الحرة التي تحسب عندها نقطة واحدة.

في كل فريق هناك 5 لاعبين ويكونون مقسمين على الشكل التالي :

قائد الفريق ويكون واقفا عند خط 6.15 اي (الثلاثية) ومهمته تمرير الكرة وتوزيعها.

الجناح الأيمن و الأيسر ومهمتهم أما تسديد الكرة من خارج خط 6.15 وتسجيل 3 نقاط أو الهجوم بالكرة لتسديد نقطتين¹

1-2 أخطاء كرة السلة :

- المشي بالكرة وهو عندنا يقوم اللعب بخطوتان وهو حامل للكرة بكلتا اليدين
- الرجوع إلى المنطقة وهو ممنوع ويحتسب في حالة الهجوم وتخطي خط وسط الميدان ثم العودة إلى المنطقة الدفاعية
- خمس ثواني :وهي المدة التي تمنح للاعب لما يكون في حالة تنفيذ لرمية التماس .
- 24 ثانية : هي المدة المحددة للهجوم ،وفي حالة تجاوزها تمنح الكرة للخصم
- 8 ثواني : وهي المدة المحددة للخروج من المنطقة الدفاعية عند استرجاع الكرة .
- وفي حالة ماكان اللعب في حالة الدوبييل وبعدها مسك الكرة بكلتا اليدين لا يسمح له بإعادة الدوبييل ويسمى هذا الخطأ بدوبيلي .

- يحتسب لكل تدخل الحلقة نقطتين، إلا في حالة حالتين ، الحالة الأولى أن يتم رمي الكرة من خارج منطقة ثلاث نقاط، وفي هذه الحالة يحتسب ثلاثة نقاط ، و الأخرى عند الرمية الحرة التي تحسب عندها نقطة واحدة²

- وفي حالة تلقي اللاعب خمس أخطاء يفصل من اللعبة ويعوض بلاعب آخر .
- يمكن للمدرب إحداث تغييرات وطلب أوقات مستقطعة في كل أثناء المباراة .
- موزع الفريق و يكون واقفا عند خط 6.15 اي (الثلاثية) ومهمته تمرير الكرة وتوزيعها .

¹ - basket jeu et sportsimple 1985p281:Gérard boscole

² - basket jeu et sportsimple 1985p281 Gérard boscole:

2-2 المهارات الحركية في كرة السلة :

يتفق اغلب الأخصائيين في اللعبة على مهارات الأساسية التالي فمنهم من يقدمها إلى دفاعيه وهجومية حسب موقف اللاعب ومنهم من يصنفها على فردية وجماعية

- مسك الكرة

- تمرير الكرة

- استقبال الكرة

- المحاور بالكرة

- حركات القدمين

- التصويب نحو الهدف

وهذا ما يحدد من قول كل من مايسنر وميرز : على أن فريق كرة السلة الممتاز هو الذي يستطيع أفراده أن يؤدي التمريرات بسرعة وإحكام وتوقيت مضبوط وان يصوبوا نحو الهدف بسرعة ودقة وان يحركوا رجلهم بخفة وتحكم وخداع فهي بالنسبة لهم السلم الوحيد للارتقاء نحو الإجادة و الامتياز كما ينصح بضرورة استمرارية المرن عليها حتى يصبح أداؤها عادة إليه عند اللعب .

2-2-1 مسك الكرة¹

• الأداء الفني للمهارة :

إن مسك الكرة مبدأ من مبادئ الأساسية وبدون إتقانه لا يستطيع اللاعب أن يتجاوز أو يصوب أو يمرر أو يستلم الكرة بطريقة صحيحة وما الصورة أعلاه واجهة كتاب جيرار بوصك "كرة السلة لعبة ورياضة بسيطة " دليل قاطع على أهمية هذه المهارة ودورها في اللعبة ككل .

• الأساس التطبيقي²

1 - تمسك الكرة بأطراف الأصابع وليس براحة اليد

2 - عدم الضغط على الكرة

3 - أن تكون الكرة متزنة بين اليدين

¹ - حسن سيد معوض - كرة السلة للجميع - دار الفكر العربية - القاهرة - 2003 - ص 45.

² - مختار سالم - مع كرة السلة - ط2 - مؤسسة المعارف - 1987 - ص 54.

- 4 - إنشاء المرفقين بالقرب من الجسم
- 5 - عضلات الجسم يجب أن تكون مرتخية وخصوصا الذراعين
- 6 - الرأس و النظر للأمام
- 7- تكون القدمان على خط مستقيم أو إحداهما متقدم على الآخر مع توزيع ثقل الجسم بالتساوي على القدمين .

وبالرغم من وجود رأيين في كيفية وضع الأصابع على الكرة إما بالتساوي على جانبي الكرة أو توزيع الأصابع بالتباعد وفي اتجاهات مختلفة فالدور الأكبر يبق للاعب ذاته من حيث مقدرة واختياره التي يرتاح فيها في مسك الكرة .

• الخطوات التعليمية :

- 1- عمل نموذج لمسك الكرة باليدين ليراه جميع اللاعبين من قريب .
- 2- مسك الناشئين للكرة ويقوم المدرب بإعطاء التعليمات السابقة ذكرها في الأداء الفني حتى يصحح كل لاعب وضع يده على الكرة .
- 3- تصحيح الأوضاع الخاطئة .
- 4- يمسك اللاعب الكرة الموجودة أمامه على الأرض مع ثني الركبتين .
- 5- مسك الكرة المتدحرجة من أمام أو من الجانب .
- 6- مسك الكرة المرتدة من الأرض .

2-2-2 التمريرة :

• الأداء الفني للمهارة :

يعتبر الوسيلة للتقدم بالكرة جماعيا فهو بذلك تلك العمليات المزدوجة مابين تمرير و استلام مما يسمح للفريق نظريا بالاحتفاظ بالكرة لأطول فترة ممكنة ربحا للوقت ومحافظة على النتيجة¹ .

يعد تعلم مهارة التمرير ذا أهمية كبيرة في برنامج التعليمية و ذلك لتعدد ظروف اللعب وتنوع المواقف . ونظرا لكثرة الظروف و المواقف في المباراة واحدة فانه يمكن تقسيم التمرير إلى نوعان من حيث الاداء وهذا ما يتفق عليه أغلبية الاختصاصيين من حيث المضمون :

¹ - حسن سيد معوض -مرجع السابق -ص 48-

أ - التمرير باليد الواحدة

ب- التمرير باليدين¹

أ-1 المناولة المرتدة :

• الأداء الفني للمهارة :

هناك نوعان المباشر و الغير المباشر وهي مناولة قصيرة تستخدم بشكل أساسي عند وجود مدافع ،مباشر بين المناول و المستلم بحيث تستخدم الأرض كارتداد عملية خداع الخصم .

• الأساس التطبيقي :

1- مراعاة مكان ضرب الكرة بحيث يكون ارتداد الكرة يقارب 2على 3 المسافة من المرور و 1 على 3 من المستلم.

2- جلب الكرة إلى جهة المناولة .

3- مد المرافق أثناء المناولة مدا كاملا .

4 - اخذ خطوة بلسان المعاكسة لليد المناولة لغرض أبعاد الكرة عن إعاقه الخصم .

أ-2- التمرن من فوق الكتف

• الأداء الفني للمهارة :

تستخدم هذه المناولة في الهجمات المعاكسة السرية ويعتبرها الاختصاصيين من أصعب المناولات من ناحية السيطرة الدقيقة في الأداء تتم عن طريق رفع الكرة إلى مستوى الكتف المناول بالقرب من الإذن مع ثني الرسغ وانتشار الأصابع باتجاه الأعلى و الأمام مع انتقال اليد الثانية أمام الجسم لغرض الحماية بعد اخذ الخطوة للأمام يتم ثقل الجسم يكون على الساق الخلفية تدفع الكرة بامتداد كامل للمرافق ويثني الرسغ للأمام دوران الجذع قليلا للناحية المعاكسة لليد المنفذة من اجل نقل ثقل الجسم إلى الأمام على القدم المتقدمة².

• الأساس التطبيقي :

1-التركيز على نقل الكرة إلى مستوى الكتف وقريبا من الأذن .

2-إشراك الذراع الثانية في حماية الكرة .

¹ - كمال الطاهر عارف -المهارات الفنية في كرة السلة -جامعة بغداد -1987-ص39.

² - حسن سيد معوض -مرجع السابق -صص 43-44

3- تقديم المعاكسة ليد المناولة .

4-امتداد المرفق كاملا أثناء المناولة.

5- نقل ثقل الجسم من القدم الخلفية إلى القدم الأمامية أثناء المناولة .

6- متابعة الرسغ و الأصابع لاتجاه الكرة .

أ - 3 التمريرة الخطافية :¹

• الأداء الفني للمهارة :

تبدأ المناولة من وضع الاستعداد التالي الكتف المساندة باتجاه المستلم ومركز ثقل الجسم موزع على القدمين بالتساوي قبل البدء تدفع الكرة من انثناء الرسغ عن طريق المرجحة الجانبية وصول الكرة فوق الرأس تقريبا وفي نفس الوقت تعمل اليد مساندة على الموازنة و الحماية ومع وصول الذراع المناول إلى أقصى ارتفاع و امتداد تدفع الأصابع هذه الأخيرة الكرة بشكل سريع في اتجاه المستلم على شكل قوس مع نقل مركز ثقل الجسم على القدم المعاكسة .

• الأساس التطبيقي:

نفس التعليمات الخاصة بالمناورات باليد الواحد من فوق الكتف مع المخادعة.

أ- 4 التمرير من الطبطبة :²

يلجا اللاعب لأداء مثل هذا النوع من النوع من التمرير في الظروف التي لا تتطلب توقف الكرة حيث تقع الكرة مباشرة من عملية الطبطبة إلى المستلم إما في الهواء أو بالارتداد على الأرض.

• الأساس التطبيقي :

1- دفع الكرة في اتجاه المناسب لحركة الزميل .

2- تقدير القوة و السرعة من خلال المسافة لضمان استلام جيد للمستلم.

3- تقدير التوقيت المناسب للمحافظة على الارتفاع بين مستلم ومستلم.

¹ - حسن عبد الجواد - كرة السلة - ط6- دار العلم للملايين ،، سنة 1987 - ص93-94

² - احمد أمين فوزي - كرة السلة للناشئين - المكتبة المصرية - 2004- ص-96

أ-5 من خلف الظهر :

• الأداء الفني للمهارة :

تشبه هذه المناولة سابقتها في كل شيء وان لم تكن واحدة من أنواعها فالفرق الوحيد هو المناولة ، تأتي من خلف تبعا للجدع المتمثلة في جذب الخصم في الاتجاه المعاكس للتسليم

• الأساس التطبيقي :

- 1- عدم النظر إلى المستلم .
- 2- قتل الجذع عكس جهة المستلم .
- 3- لف الذراع بشكل كامل يكفل وصول الكرة إلى المستلم .
- 4- امتداد الذراع بشكل كامل خلال عملية المناولة .
- 5- مواجهة راحة اليد المناولة للكرة أثناء مسارها .

ب- باليدين معا:

يرى جيوردني أن التمرير القاعدية و يستخدم في حالة غياب العوائق الفاصلة بين المناولة يتم الاستفادة من خلاله من قوة الجذع و الأطراف العلوية و من أنواعه :

ب-1- الصدرية:

• الأداء الفني للمهارة:

يكون مسار الكرة مباشرة لمستوى صدر المناول عند تقديم الكرة وأدائها يتطلب أن تمسك الكرة بالأصابع أمام الصدر المرفقان مثنيان وقريبان من الجسم .

العضدان تقريباً عموديان على الأرض والأصابع منتشرة بامتداد كامل على جانبي الكرة و الإبهامين خلف الكرة¹ المناولة تتم بدفع الكرة من أمام الصدر باتجاه المستلم بواسطة استخدام قوة الأصابع المد السريع للرسغين مع امتداد كامل للذراعين ثقل الجسم يخضع إلى طبيعة المناولة الذي يشترط فيه انتقاله مع الرجل المتقدمة لزيادة في قوة المناولة .

¹ - حسن سيد معوض -مرجع السابق- صص 43-44.

• الأساس التطبيقي :

- التركيز على استخدام جميع القوى المشار عليها أعلاه لأن قوة الكتفين وحدها خاصة في تعليم المبتدئين .
- مد المرفقين بشكل كامل أثناء المناولة .
- نقل ثقل الجسم على القدم الأمامية .
- التأكيد على متابعة الأصابع و الرسغ للكرة أثناء المناولة .
- مراقبة تحركات الخصم قبل و بعد المناولة .

ب-2 التمرير من فوق الرأس :

• الأداء الفني للمهارة :

تؤدي هذه التمريرة من مسك اللعب للكرة بيديه رأسه و تدفع الكرة بالأصابع إلى الأمام بالقوة التي تضمن وصولها للمستلم كما يجب مراعاة تقدم إحدى القدمين إلى الأمام و ذلك للحفاظ على التوازن أثناء أدائها

• الأساس التطبيقي :

- 1- أخذ بعناية طول المدافع قبل تنفيذها .
- 2- رفع الكرة فوق الرأس أو خلفه .
- 3- المد الجيد المرفقين لأعلى أثناء المناولة¹ .
- 4- متابعة الأصابع والرسغ للاتجاه الكرة

ب-3 التمرير الدفاعية :

• الأداء الفني للمهارة :

الاختلاف في هذه التمريرة عن سابقتها يتجلى في وضع اليدين تحت الكرة و دفعها بقوة صغيرة مباشرة إلى يد الزميل تبعا إلى حالة التقاطع المراد تطبيقه و إلى الموقف الدفاعي المطبق .

• الأساس التطبيقي :

- 1- دفع الساق القريبة من جهة .
- 2- إمالة الجذع إلى جهة التقاطع.

¹ - محمد حسن - كرة السلة - مكتبة ابن سينا - القاهرة - ص36

3-مرجحة الذراعين للجانب .

4-ضبط التوقيت بين المناولة و التسليم مما يعزز التقاطع .

• الخطوات التعليمية :

1- يمسك اللاعب الكرة ويقوم بعمل دائرة كاملة أماما أمام الصدر مع ملاحظة (المرفقان متجهان لأسفل

والخلف باستمرار عند الآراء)

2-يواجه اللاعب الحائط ويقومون بأداء المهارة ثم الاستلام و التكرار .

3-التمرين بين زميلين مواجهين مع زيادة سرعة الأداء.

4- التدريب الساق مع إحدى القدمين أثناء الدفع على أن يكون الوضع الابتدائي للجسم هو تباعد القدمين

مع ثني الركبتين قليلا .

5- التمرين مع المشي على أن يكون التمرين بعد اخذ خطوة من الاستلام .

2-2-3 الاستقبال¹:

• الأداء الفني للمهارة :

هي عملية الاحتفاظ و السيطرة على الكرة نتيجة المناولة القادمة من الزميل .

إن استلام الكرة لا يعني فقط المسك بل يتعدى ذلك إلى الاحتفاظ بها و اختيار أنسب الأماكن للاستقبال

• الأساس التطبيقي:

1 - إمالة الجسم قليلاً باتجاه الكرة مع رفع اليدين باتجاه الأمام على مستوى الوسط .

2-إنشاء بسيط عند الركبتين مع أخذ خطوة اتجاه الكرة .

3 -يجب امتصاص قوة الكرة من خلال أخذ خطوة للخلف و سحب الكرة إلى الصدر و مد الذراعان بحيث

التلامس يتم بالأصابع لا براحة اليد .

و مما سبق يرى الباحث على أن التمرير و الاستقبال مهارة من أصل واحدة لا يمكن تجزئتهما عمليا في التدريب

و لا من الناحية النظرية فضعف الواحدة لا يدل على النجاح في الثانية أو العكس لأن الفاعلية الحقيقية تكمن في

استقبال الكرة ثم إعادة مناولتها أو استقبال الكرة ثم إعادة توزيعها .

¹ - رعد باقر الرشيد - المهارات الفنية لكرة السلة - جامعة بغداد - 1987 - ص77

• الخطوات التعليمية :

- 1- استلام الكرة من على راحة يد الزميل
- 2- التميرير بين لاعبين ببطء ثم بسرعة
- 3 - رمي الكرة للأمام ثم الجري لاستلامها عقب ارتدادها على الأرض
- 4- الخطوة السابقة إلى أن اللاعب يستلم الكرة قبل نزولها على الأرض
- 5- استلام الكرة ممررة من أعلى من زميل مواجه .

2-2-4 المحاورة¹ :

• الأداء الفني للمهارة :

تعتبر الوسيلة الثانية بعد التميريرة ويجدر بنا الإشارة هنا إلى أنها وسيلة فردية تساهم في الزيادة العددية للانتقال نحو الهجوم .

ويعرفها كل من حسين يسد معوض وعبد الجواد .

" المحاورة هي الحركة التوافقية المنسجمة بين الذراع و الرسغ و الأصابع و العينين و الرجلين و الكرة بحيث تؤدي بتناسق و انسجام دون أي تصلب عضلي عصبي "

ويمكن تقديمها إلى المالمية و المنخفضة بتغيير الاتجاه أو دونه فهي في الأخير عملية تمويه الجسم .

ويجدر بنا ذكر أن المحاورة لا تقتصر على الطبطبة فقط أو امتلاك الكرة بل تتعدى ذلك إلى التخلص من الرقابة فاللاعب لن يتخلص من الرقابة اللصيقة إلى بجدة أو إمكانيات بدنية خاصة تسهل له ذلك وحتى المدافع الذكي يحاور عقليا في محاولة اقتناص الكرة من خصمه من خلال مصيدة توقع الخصم في الخطأ.

ومما سبق يرى الباحث أن المحاورة هي عملية عصبية عضلية تنجم عنها الحركة الذكية الموافقة المنسجمة بين الوضع و التصرف في تنفيذ المهارة المطلوبة تحت الظروف المفروضة بوجود الأداء أو غيابها لغرض التغلب في النهاية على الموقف المراد يجاوزه بدكاء ودون أخطاء.

¹ - حسن سيد معوض -مرجع سابق -ص 84.

• الأساس التطبيقي :

- 1-عدم النظر إلى الخصم أو الأداة (الكرة)
- 2-التفكير الذكي ناجم عن الملاحظة العميقة و التحليل الجيد للموقف من استنباط و توقع إدراكي للحل الملائم تبعا للموقف المعين.
- أما عن المحاور كمفهوم للطبقة فالناحية التطبيقية كما يراها أغلبية الاختصاصيين :
- 1 عدم النظر إلى الكرة وتنمية الإحساس.
- 2- استخدام كلتا اليدين في الطبطة
- 3-دفع الكرة برأس الأصابع مما يسمح بارتداد جيد للكرة .
- 4-استخدام الذراع الحامية للكرة من الخصم
- 5-البحث على نقطة ارتداد محمية بعيدة عن القدم حتى لا تقع في مصيدة القانون .
- 6-دفع الكرة للأسفل ومن أمام الجسم في الطبطة مع تغيير الاتجاه .
- 7-احترام زاوية الارتداد يساعد كثير في انتظار خطوات الانتقال.
- 2-2-5 حركة القدمين :¹

• الأداء الفني للمهارة :

مما سبق تلخص إلى لاعب كرة السلة الممتاز هو الذي يعرف كيف يستخدم قدمي هأحسن استخدام فيعرف كيف يجري من وضع الاستعداد فجأة وبسرعة وكيف يخدم المنافس من المحاورة أو الارتكاز وعلى أي قدم سوف يغير السير أو يقفز عاليا ليتحصل على الكرة في اللحظة المضبوطة ولكن حتى يتمكن من ذلك كان من لا بد أن يكتسب رجلين قويتين رشيقتي الحركة و أن يتحكم في توازن جسمه

• الأساس التطبيقي :

- 1-ارتخاء الجسم لغرض التحكم في العضلات و تحفيزها على العمل .
- 2-احترام المسافة بين القدمين طبقا لنوع المهارة المراد أدائها تبعا للتعليمات و التطبيقات المشار إليها مسبقا .
- 3-احترام توزيع في وضع الجلوس تبعا للمهارة المراد أدائها وفقا للشروط التطبيقية المذكورة أنفا .

¹ - حسن سيد معوض -مرجع سابق -ص 84

• الخطوات التطبيقية :

- 1- يجلس اللاعبون في وضع الجلوس الطويل فتحا ويضع كل منهم الكرة بين الرجلين ثم يبدأ في تنطيط الكرة حتى ترتفع عن الأرض ويستمر في المحاور .
 - 2-وقوف اللاعبين مع تباعد القدمين وتقدم القدم اليسرى إلى الأمام وثني الركبة كاملا ثم وضع الكرة على الأرض و البدء وتنطيط الكرة بالأصابع حتى ترتد من الأرض.
 - 3-التدرب السابق مع فرد اليربتين و التنبيه على وضع الذراع الأخرى لحماية الكرة .
 - 4-المحاورة في المكان مع تغيير ارتفاع الكرة مع التركيز على النظر للأمام .
 - 5- اللاعبين قاطرات ثم المحاورة أماما في مجموعات بطول الملعب.
 - 6-التدريب السابق مع تغيير الكرة من جانب إلى جانب و تغيير اليد المحاور
 - 7-التدريب السابق مع تغيير اليد المحاور بالارتكاز الخلفي على القدم الخلفية .
- مما سبق نخلص إلى العملية النهائية و التي تعتبر الهدف الرئيسي من الهجوم لكن هذا لا ينقص من قيمة المهارات الأخرى من الناحية العملية بل هي في الواقع استثمار الجهود فالمناورات أساس الوصول إلى منطقة الهدف ، و خدمتا للموضوع سوف نأخذها كنقطة منفصلة وذلك للمزيد من التفاصيل .

2-2-6 التصويب :

• الأداء الفني للمهارة :

تتفق كل المصادر إلي تم الاطلاع عليها التزود بها في بحثنا هذا على المفاهيم و الأسس و مبادئ تعلم كرة السلة في كل شيء:

فهم يعتبرون مهارة التصويب آخر نقطة في العملية الهجومية بالنسبة للفريق و لتحقيق هدف الهجوم يشترط على اللاعب إيجاد أحسن الظروف الملائمة لإنهاء عملية الهجوم بتسجيل نقطة أو نقطتين أو ثلاثة في هدف الخصم ويلخص كل هذا حسن معوض في أن التصويب هو المحصلة النهائية لاتفاق مهارات لعبة كرة السلة.¹

ومن هذا وذاك نلخص إلى أن التصويت الناجح هو ذلك الأسلوب الميكانيكي لحركة الدقة من خلال التمرکز الجيد بالنسبة للهدف مع التركيز على اللياقة البدنية ودقة وثقة المصوب في نجاحه . ويتفق أغلبية الاختصاصيين على

¹ - حسن سيد معوض -مرجع سابق -ص 103

وجود نوعين من التصويب المباشر و الغير مباشر و يرجع هذا التقسيم إلى استخدام لوحة السلة في تحديد الهدف أمام التقسيم الثاني و الذي يخضع إلى طبيعة الأداء فتم تقسيمه إلى ثلاثة¹:

1-التصويب السليم 2-التصويب من القفز 3-التصويب من ثبات

-التقسيم الأول: (من ناحية استخدام اللوح):

• التصويب المباشر : دخول الكرة بدون ارتطامها باللوح.

• التصويب الغير مباشر : دخول الكرة بعد ارتدادها معا باللوح .

وفي هذا النوع من التقسيم لكل أنواع التقسيم الثاني مستخدمة و الفارق الوحيد هو دخول الكرة .

وتستخدم هذه الطريقة في تعليم المبتدئين كون السبيل الوحيد في تحديد الهدف بصريا تلك المرسومة ضمنيا من

خلال تجربته ولو الصغيرة مقارنة بالكبار أن هذه المؤشرات تُخدم بقسط أكبر للتهديف الغير مباشر عكس

التهديف المباشر و أن تصميم السلة بحد ذاته يخدم بدليل 15 سبتمبر المستخدمة في تعليق الحلق التي تجعل من

دائرة الحلق في هذه الحالة دائرة قطرها 60 سنتمتر أي KD

$60=45+15$ فالارتداد هنا يدور في 15 سنتمتر المضافة إذا ما علمنا أن نصف قطر الكرة يمثل 12.14

سنتمتر و أن المحيط الافتراضي للكرة 78 سنتمتر لكرة ممكنة جدا بعد لمسها للوح.

-التقسيم الثاني :

2-2-6-1 التصويت من ثبات :

• الأداء الفني للمهارة :

يقف اللاعب مواجهها إلى السلة مع تقدم إحدى قدميه إلى الأمام على أن تكون هذه الأخيرة هي القدم المقابلة

المماثلة لليد المصوب وان تكون المسافة بين القدمين في وضع يسمح براحة اللاعب أثناء التصويب .²

توضع الكرة على أصابع اليد المصوبة مع ثني الذراع من المرفق و العضد مواز للأرض مع ثني الرسغ للخلف تسند

الكرة على اليد الغير مصوبة من الجانب و أن لا تعيق النظر و أن تكون الزوايا بين أقسام الطرف العلوي و

الكنتف زوايا قائمة .

¹ - حسن سيد معوض -مرجع سابق -ص 104

² - حسن سيد معوض -مرجع سابق - ص 124.

بعدها يقوم المنفذ بثني الركبتين قليلا لمساعدته في قوة دفع الكرة إلى السلة و تقسيم الذراع المصوبة لماما عاليا في توقيت انسيابي و بحركة إضافية لرسغ اليد يعطي بها اللاعب السرعة اللازمة للانطلاق وكذا المدار اللازم لها تبعا للمسافة التي تقطعها الكرة إلى السلة مع ملاحظة التنشيين على مقدمة الحلقة القريبة و على أن يتم جميع ماسبق في حركة انسيابية واحدة متصلة .

ومن أمثلة هذا التصويب الرمية الحرة .

2-2-6-2 التصويت من القفز:

التصويت السلمي : يؤدي التصويب السلمي من حركة الاختراق السلة سواء من حالة استلام الكرة من المرور في حالة القطع أو عقب الانتهاء من المحاورة بالقرب من السلة¹.

ومن أمثلة التصويب السلمي :

1-التصويب السلمي من خط مستقيم من درجة زاوية 45.

2-التصويب السلمي باليد الخلفية .

3-التصويب السلمي بيد واحدة من الأسفل

4-التصويب السلمي من أعلى اليد .

يعتبر من أهم التصويبات في كرة السلة و يتطلب أداءه متطلبات خاصة كالقدرة على الوثب عموديا مع التوازن الجيد للجسم أثناء الأداء الحركي للمهارة .

• الأساس التطبيقي²:

1- يجب السيطرة على الكرة و ارتخاء الجسم.

2- التركيز من خلال الابتعاد عن الأداء العفوي .

3-وضعية الكرة بالنسبة للمتغيرات الموقف أو الموضع .

4-تقدير مسار الكرة باتجاه الهدف

5-متابعة الذراع الرامية للكرة قبل وبعد وأثناء التهديد

¹ - Gérard boscole ، basket jeu et sportsimple 1985p281

² - Gérard boscole ، basket jeu et sportsimple 1985p282

6-تقدير قوس طيران الكرة

وبصفة عامة يجب الإشارة إلى انه بالرغم من تعدد أنواع التصويت و تصنيفاته من طرف المختصين إلا أن الهدف يبقى واحد و الذي يمثل في نجاح التصويب بطريقة قانونية .

• الخطوات التعليمية :

- 1 - تقديم كل لاعب للحركة .
- 2 - يقوم كل لاعب بأخذ الوضع الابتدائي ويتم تصحيح الأوضاع الخاطئة.
- 3 - يقف اللاعبون في صفين مواجهين وبعد الاستلام من الزميل المواجهة يأخذ وضع الاستعداد للتصويب .
- 4 - عمل الخطوة السابقة مع التصويب .
- 5 - يقف اللاعبون مواجهين للسلة وعلى مسافة لا تزيد على خمسة أمتار و يقومون بالتصويب مع التأكيد على اخذ الوضع الابتدائي الصحيح .

من منتصف الملعب إلى قرب المنطقة المحرمة ويصوب ثم يستلم زميله في قطار الحد النهائي ليمررها قطار المنتصف و يجري ليقف خلف قطار المنتصف وتكرار العمل من الوضعيات و بزيادة العوائق و المواقف المشابهة للمنافسة¹ .

3-كرة السلة كنشاط أساسي في درس التربية البدنية و الرياضة :

تحتل لعبة كرة السلة المرتبة الثانية في تصنيف الرياضات الأكثر شعبية في العالم بعد كرة القدم، وهذا ليس وليد الصدفة و إنما راجع إلى فوائد ممارسة هذه الرياضة، ضف إلى ذلك الطابع الجمالي و الإثارة و التشويق الذي تتميز به هذه الرياضة .

إن برمجة نشاط كرة السلة كمقرر ممارستي في المدارس ، لاسيما مرحلة التعليم الثانوي ضمن درس التربية البدنية والرياضية أمر بات يفرض نفسه بقوة ، يأتي هذا في ظل التأثيرات الايجابية التي تعود على الفرد جراء ممارسة رياضة كرة السلة ، والذي يمس جوانب عديدة :

¹ - حسن سيد معوض -مرجع سابق ص142.

3-1 من الناحية الجسمية :

- تنمية الكفاءة البدنية
- اكتساب مهارات بدنية جديدة
- تنمية واكتساب المهارات الحركية .
- التمتع بقوام سليم
- إتاحة الفرصة للنابعين للوصول إلى مراتب البطولة .

3-2 من الناحية العقلية :

- توسيع وتطوير و تدقيق التفكير
- استخلاص الحلول
- تنمية وإثراء الثقافة .

3-3 من الناحية الخلقية :

- تنمية الصفات الخلقية الحميدة
- تنمية صفات القيادة الرشيدة .
- تنمية روح المنافسة الشريفة
- تنمية الروح الرياضية وتقبل الهزيمة .

3-4 من الناحية الاجتماعية :

- إعداد الفرد للتكيف بنجاح في المجتمع
- بناء روح الجماعة
- إتاحة الفرصة للتعبير عن النفس و الابتكار و إشباع الرغبة في المخاطر حتى ينمو الفرد نفسيا وعقليا واجتماعيا

سليما

خلاصة :

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل فان الأداء المهاري بصفة عامة يمر بعدة مراحل حتى يتمكن اللاعب من إتقانه و تثبيته سواء كان في كرة السلة أو في أي رياضة أخرى ، و لا يمكننا إغفال بعض الجوانب النفسية التي يمر بها اللاعب في كرة السلة أثناء تعلم المهارات و محاولة تثبيتها من ضغط نفسي و كذا في بعض الأحيان قد تجعله يفكر بالانسحاب من المنافسة أو التدريب ، ومن هنا و حسب وجهة نظرنا فان المسؤولية تقع على المحيط الخارجي الذي يحاط به اللاعب المتمثل في المدرب و كذا أعضاء الفريق في محاولة تشجيع هذا اللاعب و الرفع من دافعيته بغرض الاستثمار في اكتساب المهارات و تثبيتها و رفع التحديات و المعوقات سواء كانت خارجية آتية من المحيط الخارجي أو داخلية نفسية و فسيولوجية .

تمهيد:

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم المراحل التي يمر بها الإنسان في حياته، خاصة وأنها بمثابة الجسر الرابط بين الطفولة و الرشد وتختلف هذه المرحلة عن باقي المراحل العمرية الأخرى من حيث التغيرات التي تمس الجوانب الاجتماعية و الانفعالية و الفيزيولوجية للفرد مما يستوجب على المربين والأخصائيين في هذا المجال إعطاءها القدر الكافي من العناية و الاهتمام .

وقد تطرقنا في دراستنا هذه إلى المرحلة العمرية (15_17 سنة) وذلك بهدف التعرف عليها من جميع النواحي التي قد تساعدنا في إجراء هذا البحث .

- النمو :

1-1 **تعريف النمو** : " النمو هو سلسلة متتابعة من التغيرات الإنشائية التي تسير الإنسان نحو النضج " ¹ وتميز مراحل النمو بالارتباط الوطيد فيما بينها حيث كل مرحلة تعتبر بمثابة تكملة للمرحلة التي بينها . وتتضمن هذه التغيرات نواحي الفرد النفسية و الاجتماعية و الانفعالية وكذا الفيزيولوجية ، " ومن هذا المفهوم يمكن تحديد أهم خصائص النمو " ²

1. لا يحدث فجأة بل يحدث تدريجياً و بانتظام .
2. التغيرات الناتجة التي تطرأ على الإنسان تهدف إلى الإرتقاء به وتمكينه من التكيف مع بيئته المادية و الإجتماعية .
3. الإرتباط الوطيد بين مراحل النمو .
4. يسير النمو من العام الى الخاص ومن الكل الى الجزء .
5. معدل النمو لدى الفرد ليس ثابتاً خلال مراحل الحياة المختلفة .
6. الفروق الفردية بين الأفراد خلال عملية النمو .

2-1 أنواعه :

- **النمو العضوي**: ويقصد به نمو الفرد من حيث الطول والوزن والحجم والشكل والتكوين بصفة عامة ونتيجة نمو هذه الأبعاد المختلفة.
- **النمو الوظيفي (السلوكي)** : ويقصد به نمو الوظائف الجسمية والعقلية و الإجتماعية و الإنفعالية لتساير تطور حياة الفرد واتساع نطاق بيئته. ³

3-1 مراحلها :

- مرحلة ما قبل الولادة : وتبدأ من الإخصاب إلى الولادة .
- مرحلة المهد (الرضاعة) : وتشمل السنتين الأولتين من الحياة .
- مرحلة الطفولة : وتمتد من سنتين الى 12 سنة .
- مرحلة المراهقة : وتمتد من 12 سنة الى ظهور البلوغ الجنسي حتى سن 20 أو 25 (المراهقة المتأخرة).

1 - أحمد أمين فوزي : " مبادئ علم النفس الرياضي (المفاهيم و التطبيقات)" ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ط1، 2003 ، ص : 41 .

2 - أحمد أمين فوزي نفس المرجع ص : 41 .

3 - محمد حسن علاوي : "علم النفس الرياضي" ، دار المعارف ، القاهرة ، ط2، 1992، ص 17 .

- مرحلة الرشد :تمتد من 19 سنة إلى 45 سنة .

- مرحلة الشيخوخة : وتمتد من سن 60 فما فوق .¹

2- المراهقة مفهومها و تعريفها :

المعنى اللغوي للمراهقة : إن كلمة المراهقة مشتقة من فعل "راهق" معناه الاقتراب و الدنو من الحلم فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم و اكتمال النضج.²

المعنى الاصطلاحي للمراهقة : معناها سن التغيير مشتقة من كلمة "ASOLOSCERE" وتعني باللاتينية "GRANDIR" بمعنى كبروني³ وتعني الإقتراب من النضج و هي الفترة التي تقع ما بين مرحلة نهاية الطفولة المتأخرة و بداية مرحلة سن الرشد⁴

وبذلك فالمرهق لا يعتبر طفلا ولا يكون راشدا أو كما يرى " EKESTENBERG "

"يقال غالبا أن المرهق طفل و راشد في نفس الوقت " و في الواقع ليس بطفل ولا براشد⁵

1-2 معنى المراهقة : المراهقة مرحلة من مراحل النمو السريع ،وهي مرحلة قصيرة لا تتجاوز العامين، ولهذا فالمرهقة بهذا المعنى تعني إرهاب للبلوغ، والمراهقة بالمعنى العام هي المرحلة التي تصل بالطفولة المتأخرة إلى سن الرشد.

والمراهقة بمعناها العلمي الصحيح هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ و تنتهي بالرشد و إكمال النضج فهي بهذا المعنى عملية بيولوجية حيوية في بدئها ، وظاهري اجتماعي في نهايتها ، ويختلف المدى الزمني القائم بين و نهايتها حسب الاختلاف من فرد إلى فرد و من سلالة إلى أخرى .

ويخضع هذا الاختلاف للعوامل الجينية و البيئية و الوراثة و الغذائية .

يعرفها "REME ZAZZO" : المراهقة هي ذلك المجال الزمني الذي يؤدي باستعدادات نفسوبيولوجية إلى النضج الاجتماعية.⁶

¹ - السيد محمود طواب : " النمو الإنساني أسسه و تطبيقاته "، دار المعرفة ، مصر ، ط1 1995 ، ص 18 ، 19 .

² - الدكتور فؤاد بهي السيد : " الأسس النفسية للنمو من الطفولة الى الشيخوخة" ، دار الفكر العربي، 1985، ص : 257 .

³ . 1980 . paris . E. T Masson . psychologie de l'odolexent . A. brocnnier . docteur morcelli . p11.

⁴ - الدكتور سعدية محمد علي بباحو : " فسيكولوجية المراهقة " . البحوث العلمية ، 1950 الكويت ، ص 25.

⁵ . 1980 . paris . E. T Masson . psychologie de l'odolexent . A. brocnnier . docteur morcelli . p11.

⁶ - 3 p . 1980 . paris . "dictionnaire usuel de . psychologie de .bordas". Sillany .

ويرى "دوسترانس" بأن المراهقة تعاريف متعددة فهي فترة نمو جسدي وظاهري واجتماعي، كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة¹

2-2 أزمة المراهقة :

بما أن المراهقة هي المرحلة التي تجعل من الطفل إنسانا راشدا وهي تخضع خضوعا مباشرا لنظم المجتمع وتقاليده وحدوده فهي إذا مرحلة مرنة تصطبغ بشعائر الجماعة التي تنشأ في إطارها ، وتمتد في مداها الزمني أو تقتصر وفقا لمطالب هذه الجماعة ومستوياتها الحضارية التي ينشأ المراهق في إطارها .

وتنشأ الأزمة في المراهقة من طول المدى الزمني الذي يفصل النضج الجنسي عن النضج الاقتصادي.

وتبدو هذه الأزمة في المدن أكثر مما تبدو في الريف ، وذلك لتباعد النضج الجنسي عن النضج الاقتصادي في الأولى وتقاربها في الثانية ، فما يكاد الفتى الريفي يبلغ متى يتزوج ، فنجد فتيان المدينة وخاصة المتعلمين منهم يتأخر النضج الاقتصادي بهم إلى أن تنتهي جميع مراحل التعليم.

وأزمة المراهقة هي نتيجة عن الطقس أو جو نفسي اجتماعي، وتأتي مباشرة بعد مرحلة البلوغ، وتظهر أزمة المراهقة على شكل اضطرابات نفسية وتعتبر كجزء من المراحل الحساسة في حياة الشخص وهي صعبة جدا .

نلاحظ هذه الأزمة خاصة عندما تظهر بعض الرسوبات عند المراهقة في المستوى الدراسي والاجتماعي والثقافي، تعطينا سلوكيات خطيرة أو تتطور إلى عرقية عصبية أو ذهنية تؤدي إلى الانحراف.²

2-3 خصائص المراهقة :

هناك عدة خصائص للمراهقة نذكرها مع الشرح :

أ - الإثارة الجنسية : عند البلوغ يصل المراهق إلى القدرة على التناسل، و قذف الحيوانات المنوية بالنسبة للذكور و الحيض بالنسبة للبنات، و تتميز بانفجار لبيدي و اندفاع نزوي تناسلي بالإضافة إلى حركة تكون ما قبل التناسلية والصراع الداخلي للمراهق ليس فقط رد فعل بسيط للصراع الأوديبي، و إنما هو صراع تجمع لصراعات بدائية قديمة . وهذا الانفجار اللبيدي المصحوب بتغيرات سواء اقتصادية أو ديناميكية يؤدي إلى إضعاف الأنا في دوره الباقي في الإثارة فيما نلاحظه هنا هو اندفاع لبيدي و تعزيز لمتطلبات نزوية للانا .

¹ - ميخائيل إبراهيم أسعد : "مشكلات الطفولة والمراهقة"، منشورات دار الآفاق الجيدة ، بيروت، ص 255.

² - cite in beusmail : " la psychiatnie ou jourdhui" . opu . Alger . 1984 . p . 187 -

ب - إشكالية الجسم : إن ظهور العلامات الأولية للبلوغ من نمو الأعضاء التناسلية وكذلك العلامات الثانوية

لها تأثير بليغ على سيرورة المراهق، و إذ يرى بعض العلماء على رأسهم

" ANNATREUP " "DW WINECOTT" " MELANIE KLEIN"

بأن التغيرات الفيزيولوجية هي منبع الاضطرابات.....التوازن النفسي للمراهق وفي دراسة

متأخرة ل : " EDITHJAKOBSON " وضحت بإمعان دور التغيرات الفيزيولوجية في استيقاظ

وإحياء قلق الإحصاء .

أما عند البنات فإن ظهور الحيض لأول مرة عندهن يؤدي إلى تغيرات و تحولات شاملة و التي يعرفها الجسم في

اضطراب صورته في مجالات عديدة ، و يعتبر الجسم وسيلة قياس و مرجع بالنسبة للفرد مع علاقته بالمحيط .

فصورة الجسم تلعب دور مهم في مرحلة المراهقة و يظهر المراهق اهتماما كبيرا بجسمه ، و يدل هذا على البعد

النرجسي في التوظيف العقلي في هذه المرحلة ، كما أن للجسم ارتباط وثيق بالشعور بالهوية .¹

2-4 الأفكار اللاواقعية للمراهق : إن للمراهقين تكوين خاطئ في المفاهيم و الأفكار و هي غير واقعية على

مستوى طموحهم و توقعاتهم الخاصة و أهدافهم .

وهذه الطموحات و المفاهيم التي يكونها المراهقون عن أنفسهم و آبائهم و أصدقائهم تكون جزء من ظاهرة

قابليتهم الانفعالية التي تشكل بداية المراهقة .

ولكن في الواقع يصادف المراهق عكس طموحاته و تطلعاته وهذا ما يجعله يشعر بالنقص و عدم القدرة على

القيام بمختلف الأعمال .

وهذه اللاواقعية تجعل المراهق يتميز بالمثالية الرائدة حيث أنه من المعروف أن لكل مراهق مثالا أعلى و قدوة في

الحياة في نفسه ، كما يضع له والديه صورة يريدونه أن يكون عليها و لكن نادرا ما يصل إلى المستوى الذي

حدوده له .

وهذا ما يجعله يعاني توتر داخلي و خارجي .²

¹ - نصر الدين جابر : "علاقة الرفض الأبوي مع التكيف الاجتماعي للمراهق"، رسالة منشورة ، جامعة الجزائر 1992 ص : 20 .

² - د. فتواد يحي السيد : "الأسس النفسية للنمو من الطفولة الى الشيخوخة" ، مرجع سابق، ص : 331

2-5 التقمص :

يبدأ الطفل في عملية التقمص عادة مع عائلته في مرحلة الطفولة . وهذا التقمص يعطيه الشعور بالأمن والاطمئنان و يتعلم منهم كيفية القيام بدوره النفسي و الإجتماعي داخل عائلته ، فإذا لم يحدث بطريقة غير صحيحة فإن المراهق يعيش صراعات كبيرة وكذلك نفس الشيء إذا تأخر حدوثه . فالطفل لا يتقمص أشخاصا في بيئته الغربية فقط بل تأخذه الجرأة إلى تقمص شخصيات بعيدة من عالم الخيال ، ومن المشاهير السينمائيين و غيرهم ، و من النادر هنا على المراهق أن يتقمص والديه لأن ما يميزها هو التمرد على السلطة ، و طلب الاستقلالية و البحث عن تأكيد الذات .

2-6 الرغبة في الاستقلالية و البحث عن الذات :

من أهم ما يسعى إليه المراهق هو اكتساب الاستقلالية بحيث يحاول التخلص من سيطرة الأسرة و تأكيد شخصيته الجديدة التي بدأ يشعر بها و وضع مكانة له و يحاول أن يربح الأفراد المحيطين به ، و يبدأ إحساسه بالذات لأنه يجب عليه أن يؤكد لها أن العامل النفسي يجب إهتمامه على نفسه كما جذب التغير الجسمي انتباهه إلى جسمه ، فيميل إلى القيام بأعمال تلفت النظر إليه ، ويتعلق بنجاحه في ذلك على والديه اللذين يساعدهن علا اكتساب درجة الاستقلال التي تلائم سنه .

التردد و عدم الثبات :

من أهم ما يتميز به المراهق التردد و عدم الثبات المستمر في سلوكه و تصرفاته ، فأحيانا يتصرفوا كما لو كان رجلا ناضجا و راشدا و أحيانا يتصرف كما لو كان طفلا صغيرا غير ناضج عقليا ، وهذا التردد دليل المراهق و عدم ثباته هو النمو الجسمي و التغير الفيزيولوجي السريع الذي يمر به ، فبعد أن كان نموه مستقرا و بطيئا في مرحلة الطفولة المتأخرة سرعان ما يتصف نموه بالسرعة الاجتماعية و سوء تعامل الكبار معه وعدم مساعدته¹

2-7 المراهقة في المرحلة المتأخرة من(15-17سنة)

- النمو البدني و الحركي في هذه الحركة :

تتميز هذه المرحلة بالنمو البطيء للعظام مع استمرار نمو العضلات مما يؤدي إلى زيادة حجم الجسم و تناسق الطول مع الوزن و يزداد في هذه المرحلة التوافق العضلي العصبي ، و ترتفع كفاءة الجهاز الدوري التنفسي مما يساعد على التناسق الحركي بين أعضاء الجسم المختلفة ، و زيادة رشاقة الأداء الحركي بالإضافة إلى زيادة القدرة على التحمل و من هذه المظاهر المختلفة للنمو البدني و الحركي ، و أطلق على هذه المرحلة من النمو مرحلة الإعداد للبطولة في كثير من الألعاب الرياضية .

¹ - د.فؤاد يحي السيد : " الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة" مرجع سابق ، ص132 .

و يختلف البنون عن البنات في هذه المرحلة اختلاف كبيراً في التكوين البدني حيث يتميز البنون عن البنات بزيادة كثافة العظام و النسيج العضلي و قلة نسبة الدهن ، ولهذا يتفوق البنون على البنات في القوة والجهد العضلي ، بينما تتفوق البنات عن البنين في القدرة على مقاومة البرد و الحرارة مما يساعد على ممارسة سباحة المسافات الطويلة في المياه الباردة .

- النمو العقلي:

يستمر الذكاء في النمو بمعدل بطيء حتى نهاية هذه المرحلة ، و لكن القدرات العقلية تستمر في النمو بمعدل سريع و يتوقف هذا المعدل على المستوى الثقافي الذي ينتمي إليه المراهق و الجو الانفعالي المحيط به . تظهر في هذه المرحلة الفروق الفردية في الذكاء بصورة واضحة ، كما تظهر الفروق بين البنين و البنات في القدرات العقلية ، حيث تتفوق البنات في بعض القدرات و يتفوق البنون في قدرات أخرى . تزداد في هذه المرحلة القدرة على الفهم والاستيعاب والتفكير المجرد، كما تزداد ايضا القدرة على الاحتفاظ بالمعلومات والصور الحركية وإمكانية استدعائها كاملة دون أي نقص أو زيادة، ولهذا تعتبر هذه المرحلة من النمو مرحلة التثبيت والإتقان للمهارات الحركية الرياضية وخطط اللعب . يمثل المراهق في هذه المرحلة إلى نقد الذات ونقد الآخرين ، وتكوين رأي خاص عن كل الموضوعات التي يتعامل معها .

- النمو الانفعالي :

تتأثر المظاهر الانفعالية في هذه المرحلة تأثراً كبيراً بطبيعة التنشئة الاجتماعية والعادات والتقاليد والأعراف السائدة في المجتمع . فإذا اعترف المجتمع بالمراهق كعضو فعال وله الحق في التحرر والاستقلال وتكوين الأفكار الخاصة والتعبير عن ذاته فإن ذلك يساعد في اختفاء الكثير من المشكلات الانفعالية التي تظهر في هذه المرحلة والتي يمكن تلخيصها فيما يلي¹:

- تقلب الحالة المزاجية .
- التردد في تحمل المسؤولية .
- نقص الثقة في النفس و فرط الحساسية .
- نقص القدرة على التعبير عن رأي و مواجهة الآخرين .

¹ - الدكتور أحمد أمين : "مبادئ علم النفس الرياضي" مرجع سابق، ص 67,68

- فقد الأمل في المستقبل .

- كثرة الاستيقاظ في أحلام اليقظة .

- تأنيب الضمير و لوم النفس على التصرفات الخاطئة .

- التردد و الخوف من التعامل مع المجتمع .

- النمو الاجتماعي :

يسعى المراهق في هذه المرحلة أن يكون له مركز بين جماعة الرفاق من نفس العمر ، و أن تعترف به الجماعة وتقدره ، و يحاول تحقيق ذلك بالملابس الزاهية و الحديثة و الغريبة ، وكذلك بالنصح في طريقة الكلام و إقحام نفسه في مناقشات في مستواه الفكري .

و يشعر المراهق في هذه المرحلة أن عليه القيام ببعض المسؤوليات التي ترفع من شأن الجماعة و تزيد من قوتها وفعاليتها إلا أنه لا يجد تجاوبا و تقديرا من كثير من أفراد الجماعة لآرائه و مقترحاته ، مما يجعله يعتقد بأن الجماعة تريد تحطيم أفكاره ، وهذا الشعور الذي قد يزداد بزيادة مرات الفشل .¹

8-2 دور البيئة الرياضية نحو مرحلة المراهق من (15-17 سنة):

يجب على البيئة الرياضية توفير البرامج التي تنصف بالشمول و تعدد نواحي النشاط لإتاحة الفرصة للمراهق في هذه المرحلة من استغلال قدراته العقلية في النشاط المناسب ، و تكوين الميول الرياضية حيث إن هذه المرحلة من النمو هي أنسب المراحل لتكوين الميول .

(1) - إتاحة فرص التنافس بين الجماعات الرياضية ، مع العناية بالقوام وذلك من خلال الأنشطة التي يميل المراهق إلى ممارستها .

(2) - توفير برامج رياضية خاصة بالبنين و أخرى خاصة بالبنات لوجود تباين كبير في النمو الجسمي والميول في هذه المرحلة بين الجنسين ، حيث يفضل البنون النشاط الذي ينصف بالقوة و الاحتكاك البدني ، بينما يفصل البنات الأنشطة التوقيعية و معظم الأنشطة التي تتطلب الرشاقة و التوازن مثل كرة الطائرة و كرة اليد و كرة السلة .

(3) - إتاحة الفرص للتنافس الخارجي بملاعب الأندية الأخرى ، و تنظيم الرحلات و المعسكرات الرياضية التي تساعد المراهق على الفطام الاجتماعي و تأكيد الذات .

¹ - أحمد أمين: "مبادئ علم النفس الرياضي" مرجع سابق، ص 68.

(4) - العمل على ترقية التوافق العضلي و العصبي و العناية بالقوام من خلال الأنشطة التي يميل المراهق إلى ممارستها .

توفير الفرص المناسبة للتعرف على الذات وما طرأ عليها من تغيرات و تأكيد محاولات الانضمام إلى عالم الكبار، تحت توجيه و إرشاد للتعرف على الدور الحقيقي في المجتمع ، مما يؤدي إلى تحسين علاقة المراهق بالأسرة و المدرسة.¹

2-9 خصائص المراهقة

2-9-1 الخصائص النفسية و العقلية في المرحلة (15 ، 17 سنة) :

إن هذه الفترة تؤثر تأثيرا جليا على الموزع و نفسيته ، فيقول د.محمود عبد الحليم مشي (1990) : "أن نمو جسم الإنسان يؤثر في عملية تفكيره و تكيفه مع الآخرين "

وقد تؤدي حساسية المراهق الشديدة إلى الانطواء و العزلة ، كما يتعرض إلى الاضطراب النفسي بسبب الدوافع الداخلية المتضاربة التي لا يتم فيها التناسق و التكامل مما يسبب له مشاعر التناقض الوجداني أو ثنائية المشاعر التي تتخلص في التذبذب و عدم استقرار المشاعر كأن يشعر بالانجذاب و النفور ، و الحب و الكره ، و الرضا والسخط ، و ذلك من خلال الوسط المعاش.²

و يتعرض الكثير من الموزعين في هذه المرحلة لحالات الاكتئاب و البؤس و القنوط و الانطواء و الحزن و الآلام النفسية نتيجة لما يلقونه من صراع بين الدوافع و بين تقاليد المجتمع و معاييرها . و من الناحية الفكرية نجد قول "حامد عبد السلام زهران " 1938 م الذي يؤكد بأن الموزع يكسب ألوانا من الفعالية تساعده على إعداد نفسه للتكيف الصحيح مع البيئة التي يعيش فيها .

فالنمو العقلي يكمن في نمو الخبرة المكتسبة و في المقدرة على استخدام الموهبة ، و هذا يعني أن القدرات العقلية اللازمة تبدأ في مرحلة المراهقة ، و تشير معظم الدراسات إلى أن نمو الذكاء في هذه الفترة لا تظهر على هيئة فترة سريعة ، و يلاحظ عند الموزعين زيادة القدرة على اكتساب المهارات و المعلومات الفردية و على التفكير و الاستنتاج ، كما تأخذ الفروق الفردية في النواحي العقلية بالوضوح و تبدأ قدراته و استعداداته في الظهور ، كما تزداد الاقدرة على الانتباه و الملاحظة و النقد و إدراك العلاقات.³

1 - د.أحمد أمين فوزي: "مبادئ علم النفس الرياضي" مرجع سابق، ص 65 ، 66

2 - د.محمود عبد الحليم مشي : "علم النفس النمو ، دار الفكر العربي"، 1990 ص 198 .

3 - حامد عبد السلام زهران : "نظريات في علم النفس"، دار الثقافة لبنان 1938، ص 12 .

2-9-2 الخصائص المرفولوجية في المرحلة [15-17] سنة :

تعد التغيرات التي تحل بالجسم في هذه الفترة مؤشر لنمو الموزع و هذه المرحلة تمتاز بسرعة النمو الجسمي و اكتمال النضج للرياضيين و ذلك من ناحية الطول و الوزن و تنمو العضلات و الأطراف ، و تأخذ ملامح الجسم والوجه صورتها الكاملة فتصبح العضلات قوية و متينة عند الفتيان ، و في حين تتميز عضلات الفتيات بالطراوة والليونة، ويكون الفتيان أطول و أثقل وزن من الفتيات ، و هذا النمو السريع يجعل حركات المراهق غير دقيقة تميل نحو الكسل و التراخي حيث يقل التوافق العضلي العصبي و تقل الحركات و تكون غير متزنة ، كما يقل عنصر الرشاقة عند الذكور ، و تظهر عليه علامات التعب بسرعة ، زيادة على ذلك نلاحظ ظهور مميزات أخرى يطلق عليها اصطلاحا " الصفات الجينية الثانوية " ¹

2-9-3 الخصائص الحركية في المرحلة (15_17 سنة) :

أما عن الجانب الحركي فنجد أن (GERZY.WRZOS) (جيرزي ورزوس) يقول : "في هذه المرحلة يظهر الاتزان التدريجي في نواحي الارتباك و الاضطراب الحركي " . فتأخذ مختلف المهارات الحركية في التحسين والرقي كما يلاحظ ارتقاء في مستوى التوافق العضلي العصبي بدرجة كبيرة ، تعتبر هذه المرحلة ضرورية للنمو الحركي فيستطيع فيها المراهق اكتساب و تعلم مختلف الحركات بسرعة و إتقانها و تثبيتها ، بالإضافة إلى ذلك فإن عامل زيادة قوة العضلات الذي يتميز به المراهق ليساعد كثيرا على إمكانيته ممارسة أنواع متعددة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية .

من هذا نستطيع القول أن النمو الحركي في هذه المرحلة يصل إلى مستوى جيد بحيث الكثير من الصفات الحركية ، و بالتالي تكون لدى الرياضي قابلية لتعلم الحركات الصعبة . ²

2-9-4 الخصائص الفيزيولوجية في المرحلة (15 17) سنة : على غرار التغيرات التي تحدث في الجانب

المورفولوجي فهناك تغيرات فيزيولوجية يعرفها (قاسم حسن حسين) 1990 "النمو الفيزيولوجي في هذه المرحلة لتكوين له واجبات وظيفية بسبب حدوث النمو الكبير في الطول و الوزن و التحولات الكبيرة التي تطرأ على سائر أعضاء الجسم في هذه المرحلة . فيزيد حجم القلب كما تنمو الرئتين و يتسع الصدر فتستهلك العضلات كمية كبيرة من الأكسجين ، مما يؤدي إلى استهلاك الدهون و تزايد التهوية الدقيقة ، ويزداد نمو الألياف العصبية في المخ

¹ - محمد حسن علاوي : "علم النفس الرياضي" مرجع سابق، ص 12 .

² - GERZY WRZOS : " ATLAS DES ESCERCICES SPECIFIQUE DU FOOT

BALLEUR" ; PARIS 1989.p18.

من ناحية السمك و الطول ، كما تزداد السعة الحيوية مما يؤدي إلى زيادة الهيموغلوبين و عدد الكريات الحمراء في الدم ، كما يحدث في هذه المرحلة حسب

(أبو العلاء عبد الفتاح) 1993 "نمو الغدد الجنسية (sexvolglands) و تصبح قادرة على أداء وظائفها في التناسل"¹ و هي عبارة عن حيوانات منوية التي تفرزها الخصيتين بالنسبة للذكر ، و البويضات التي تقوم بإفرازها المبيضان بالنسبة للإناث ، إلى جانب نضوج الغدد الجنسية عند الذكر و الأنثى ، فإن هناك بعض التغيرات في إفرازات الغدد الصماء (bendoerime glands) و هي عبارة على مجموعة من الغدد عديمة القنوات و لا تصب إفرازاتها خارج الجسم ، إنما تصبه في الدم مباشرة ، و إفرازاتها عن مواد عضوية تسمى الهرمونات أهمها الغدد النخاعية و هي غدد المنبهة للجنس بينما يحدث خمور في الغدد الصنوبرية و التيموسية .

— ومن هنا نستطيع أن نقول أن النمو الأكبر نمو فيزيولوجي يتم على مستوى الإفرازات الداخلية في الجسم وهذا بواسطة الغدد الجنسية خاصة زيادة على الهرمونات المفروزة وبالتحديد هرمون التستوستيرون (testostirone) وهو المسؤول الأول على النمو العضلي وإحداث الفروق العضلية بين الذكور والإناث من ناحية النمو.²

1 - قاسم حسن حسين : "الفيزيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي" . جامعة بغداد ، 1990 ، ص 205.

2 - أبو العلاء عبد الفتاح : "فيزيولوجيا اللياقة البدنية" . دار الفكر العربي ، 1993 ، ص 162.

خلاصة :

ما نستطيع قوله هو أن مرحلة المراهقة تعتبر من أخطر المراحل في حياة الفرد و أهمها في نفس الوقت، حيث أنها تمتاز بتغيرات و تحولات فيزيولوجية و مرفولوجية و نفسية ، و قد تأثر سلبيا في الفرد و هذا يتوقف على عدة ظروف و شروط يعمل على تحقيقها بنفسه أو يحققها له المجتمع الذي يعيش فيه ، و هي مرحلة حساسة جدا حيث يتم فيها إعداد المراهق ليصبح متشردا و مسؤولا و يكون عضوا في المجتمع . فهي تعتبر عملية بيولوجية حيوية في بدايتها و ظاهرة اجتماعية في نهايتها .

1- منهج البحث:

يعتبر البحث العلمي الوسيلة الأساسية للوصول إلى الحقائق العلمية وهذا من خلال معالجة المشكلات التي تواجه المعاهد المختلفة، لهذا يعتبر البحث العلمي الدعامة الرئيسية لدفع عجلات التطور، فالبحث العلمي هو الكشف عن حقيقة ما والباحث هو الرجل الذي يبحث عن هذه الحقيقة في مختلف المجالات العلمية. والمنهج العلمي هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة التي تعتبر أساس موضوع الدراسة، وهذا بهدف اكتشاف ورصد الحقائق والوصول إلى النتائج، أو بمعنى آخر يعتبر المنهج العلمي مجموعة من القواعد والأسس التي يتم وصفها من أجل الوصول إلى حقائق معينة.¹ ولمعالجة موضوعنا والذي جاء لدراسة (أثر استخدام أسلوب حل المشكلات في تحسين مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة) فقد اعتمدنا على المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة الموضوع ولأنه يتماشى مع إشكالية هذه الدراسة،

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهري لبناء البحث كله، وهي الخطوة الأساسية والمهمة في البحث العلمي، إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه لتأكد من سلامتها ودقتها و وضوحها. فالدراسة الاستطلاعية إذن هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها، وصدقها لضمان دقة وموضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية، وتسبق هذه الدراسة الاستطلاعية العمل الميداني، و تهدف لقياس مستوى الصدق والثبات الذي تتمتع به الأداة المستخدمة في الدراسة الميدانية، كما تساعد الباحث على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق .

- الغرض من الدراسة:

إن الغرض من الدراسة الإستطلاعية مايلي:

- معرفة حجم المجتمع الأصلي ومميزاته و خصائصه.

- التأكد من صلاحية أداة البحث المطبقة وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية:

* وضوح البنود وملائمتها لمستوى العينة وخصائصها.

* التأكد من الخصائص السيكمترية للأداة المستخدمة.

* التأكد من وضوح التعليمات

¹ - عمار بوحوش، محمد محمود، مناهج البحث وطرق البحث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995، ص89

3 مجتمع البحث وعينته:

3-1 مجتمع البحث: - تحدد مجتمع البحث بتلاميذ المرحلة الثانوية (أولى ثانوي) ثانوية أحمد بن يحيى

الونشريسي-ولاية تيسمسيلت- والبالغ عددهم (160) تلميذا .

3-2 عينة البحث: - اختيرت عينة البحث بصورة عشوائية من مجتمع البحث الأصلي ، وبأسلوب القرعة ،

وبعدد (40) تلميذا ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين ، وبواقع (20) مبتدئين لكل مجموعة ، وبهذا

تكون النسبة المئوية لعينة البحث هي (25 %) ، وهي نسبة مناسبة لتمثيل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً

وصادقاً . وكما هو مبين في الجدول (1).

الجدول رقم 1

ت	المجموعة	عدد المبتدئين في كل مجموعة	الأسلوب التدريسي المتبع لكل مجموعة
-1	التجريبية الأولى	20	التعلم بأسلوب حل المشكلات
-2	التجريبية الثانية	20	التعلم بالأسلوب الأمري
-3	العدد الكلي للعينة	40	

4- إجراء التجربة الرئيسة

4-1 الاختبارات القبليّة:

تم إجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث بتاريخ 4 / 12 / 2016 ، بعد تنفيذ وحدة تعليمية أولية ،

تضمن فيها شرح مهارة التمرير، المحاور، التصويب، بعد الاستعانة بالنموذج الحي المثالي من قبل تلميذ متمرس في

عرض المهارة . ومن ثم قامت عينة البحث بتطبيق هذه المهارة خلال الوحدة التعليمية ، وفي نهاية (الوحدة) ، تم

إجراء الاختبارات القبليّة الخاصة باختبار الأداء الفني للمهارات قيد البحث .

4-2 مفردات المنهج التعليمي:

- استغرق المنهج التعليمي (9) أسابيع . - عدد الوحدات التعليمية (1) وحدة أسبوعياً.

- بلغ مجموع الوحدات التعليمية لمهارات (9) وحدات تعليمية. - زمن الوحدة التعليمية (60) دقيقة

- قام الباحثون بتطبيق مفردات المنهج التعليمي على وفق أسلوبي حل المشكلات والأسلوب الأمري .

3-4 الاختبارات البعدية:

بعد إكمال (9) وحدات تعليمية في مدة (9) أسابيع لتعلم المهارات قيد البحث ، وبواقع وحدة تعليمية في الأسبوع ، أجريت الاختبارات البعدية للمجموعتين الأولى والثانية، وبالظروف نفسها التي كانت عليها الاختبارات القبليّة لهذه المهارات ، وأجريت الاختبارات البعدية بتاريخ 11 / 02 / 2017 .

5- أدوات البحث:

1-5 الوسائل البحثية: استعان الباحثون بالوسائل البحثية الآتية:-

- السلة المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

- استمارة تقوم باختبارات مهارة التصويب، التمرير، المحاورة.

2-5 الأدوات والأجهزة المستخدمة:

- ملعب كرة السلة قانوني .

- كرات سلة قانونية عدد (10)

- شريط قياس معدني لقياس الطول .

- صفارة .

- جهاز كمبيوتر.

- ميزان طي لقياس الوزن

6-الأدوات الإحصائية :

1-6- برنامج ال SPSS:

2-6- حساب المتوسط الحسابي:¹

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N} = \frac{\text{مجموع س}}{ن}$$

3-6- حساب الانحراف المعياري:²

$$s = \sqrt{\frac{\text{مجموع (س - \bar{X})}^2}{ن}}$$

حيث أن

¹ - د. أحمد الشافعي، التحليل الإحصائي، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ص340.

² - د. عماد زغلول، الإحصاء التربوي، الشروق، الأردن، 2005، ص143.

س : الدرجات المعيارية

ع: الانحراف المعياري

ن: مجموع العينة

-درجة الحرية :

N-1

N-2

6-4- معامل الارتباط بيرسون :

$$r = \frac{n \times (\text{مج س ص}) - (\text{مج س} \times \text{مج ص})}{\sqrt{[n \text{ مج س}^2 - (\text{مج س})^2] \times [n \text{ مج ص}^2 - (\text{مج ص})^2]}}$$

حيث أن:

ن: عدد الأفراد العينة 1 أو 2

س: عدد قيم الأفراد العينة 1.

ص: عدد قيم الأفراد العينة 2.

6-5 اختبار T للعينات المستقلة:

$$t = \frac{\bar{س}_1 - \bar{س}_2}{\sqrt{\frac{ع^2 + ع^2}{1 - ن}}}$$

حيث أن :

$\bar{س}_1$: المتوسط الحسابي للعينة الأولى.

$\bar{س}_2$: المتوسط الحسابي للعينة الثانية.

ع1 : الانحراف المعياري للعينة الأولى.

ع2 : الانحراف المعياري للعينة الثانية.

ن : عدد الأفراد لإحدى العينتين.

1- تجانس العينة وتكافؤ مجموعتي البحث:

1-1 تجانس العينة:- لجأ الباحثون للتحقق من تجانس عينة البحث في المتغيرات الآتية (السن، الطول، الوزن) وكما مبين في الجدول (2).

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والمنوال ومعامل الالتواء لغرض تجانس أفراد عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
السن	سنة	15.77	0.65	16	0.27
الطول	سم	164	0.01	164	0.07
الوزن	كغ	63.47	2.23	64	0.35

يبين الجدول(2) أن جميع معاملات الالتواء لأفراد عينة البحث تنحصر ما بين(± 1) مما يدل على تجانس العينة .

2-1 تكافؤ مجموعتي البحث

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية بين مجموعتي البحث

نوع الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	مجموعة الأسلوب الأمري		مجموعة حل المشكلات		وحدة القياس	المعاملات الإحصائية المتغيرات
		± ع	س	± ع	س		
غير معنوي	0.31	0.3	5.78	0.27	5.84	درجة	المحاورة
غير معنوي	0.12	6.57	40.5	6.35	40.4	درجة	التمرير
غير معنوي	0.16	1.11	2.8	0.72	2.75	درجة	التصويب

يتبين من الجدول (3) إن قيم (t) المحسوبة هي اقل من قيمتها الجدولية البالغة (2.093) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (38) مما يعني عدم وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث في مهارة (التمرير ، المحاورة، التصويب، بكرة السلة مما يدل على تكافؤ المجموعتين في الاختبارات قيد البحث.

3-1 المعاملات العلمية للاختبارات:

1-3-1 صدق الاختبارات:

للتحقق من صدق الاختبارات اتجه الباحثون إلى استخدام صدق التمايز وذلك من خلال تطبيق الاختبارات على مجموعتين احدهما (10) تلاميذ غير مميزين والمجموعة الثانية (10) تلاميذ مميزين من الذين مثلوا الثانوية في الرابطة المدرسية لكرة السلة العام الدراسي 2016/2017 وتم استبعاد هؤلاء الطلاب من تجربة البحث الرئيسية وكما هو مبين في الجدول (4) .

الجدول (4)

يبين معامل صدق التمايز للاختبارات بعض القدرات والأداء المهاري لكرة السلة

نوع الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	المجموعة الغير مميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	المعاملات الإحصائية المتغيرات
		± ع	س	± ع	س		
معنوي	5.96	0.12	5.61	0.01	4.91	س	المحاورة
معنوي	8.00	7.21	40.1	14.54	51.9	درجة	التمرير
معنوي	9.22	1.33	3	1.15	7.6	درجة	التصويب

يظهر الجدول (4) إن قيم (t) المحسوبة جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.02) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية(14) مما يدل على صدق الاختبارات قيد البحث.

1-3-2 ثبات الاختبارات:- "من طرق تعيين معامل الثبات طريقة إعادة التطبيق على نفس الأفراد مرتين أو

أكثر تحت ظروف متشابهة قدر الإمكان (باهي، 1999، ص7) ، وعلى هذا الأساس قام الباحثون بتطبيق الاختبارات ومن ثم إعادة تطبيقها على أفراد عينة البحث الاستطلاعية بفارق زمني (8) أيام .وجاءت قيم معامل الثبات للاختبارات قيد البحث على التوالي (0.86 ، 0.82 ، 0.89)، مما يدل على تمتع الاختبارات قيد البحث بمعاملات ثبات عالية.

2- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

يتم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها في ضوء فروض البحث وكالاتي:

(5) الجدول

يبين الأواسط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية لمجموعة البحث التجريبية

الأولى(أسلوب احل المشكلات)

نوع الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعاملات الإحصائية المتغيرات
		± ع	س	± ع	س		
معنوي	4.93	0.27	5.84	0.21	5.34	درجة	المحاورة
معنوي	20.36	8.05	48.95	6.35	40.4	درجة	التمرير
معنوي	13.07	0.71	5.15	0.72	2.75	درجة	التصويب

يبين الجدول (5) إن قيم (t) المحسوبة جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.09) عند مستوى دلالة

(0.05) وتحت درجة حرية (19) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلي والبعدي لمجموعة

اسلوب حل المشكلات في اختبارات بعض مهارات كرة السلة ولصالح الاختبارات البعدية.

(6) الجدول

يبين الأواسط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية لمجموعة البحث التجريبية

الثانية(الأسلوب الأمري)

نوع الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعاملات الإحصائية المتغيرات
		± ع	س	± ع	س		
معنوي	2.20	0.29	5.67	0.30	5.78	درجة	المحاورة
معنوي	12.93	5.60	42.85	6.57	40.5	درجة	التمرير
معنوي	11	1.25	3.9	1.11	2.8	درجة	التصويب

يبين الجدول (6) إن قيم (t) المحسوبة جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.09) عند مستوى دلالة

(0.05) وتحت درجة حرية (19) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلي والبعدي لمجموعة

الأسلوب الأمري في اختبارات بعض مهارات كرة السلة ولصالح الاختبارات البعدية.

الجدول (7)

يبين الأواسط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية بين مجموعتي البحث في

الاختبارات البعدية

نوع الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	مجموعة الأسلوب الأمري		مجموعة حل المشكلات		وحدة القياس	المعاملات الإحصائية المتغيرات
		± ع	س	± ع	س		
معنوي	2.04	0.29	5.67	0.21	5.34	س	المحاورة
معنوي	7.38	5.6	42.85	8.05	48.95	درجة	التمرير
معنوي	3.24	1.25	3.9	1.71	5.15	درجة	التصويب

يبين الجدول (7) إن قيم (t) المحسوبة جاءت أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.02) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (38) مما يدل على وجود فروق معنوية بين مجموعتي حل المشكلات والأسلوب الأمري في اختبارات المحاورة، التمرير، التصويب) في كرة السلة ولصالح مجموعة حل المشكلات.

1-2 مناقشة النتائج :

يبين الجدول (5) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية الأولى (التي طبق عليها أسلوب الأمري) لتطوير بعض مهارات كرة السلة لصالح الاختبارات البعدية، ويعزو الباحثان سبب معنوية هذه الفروق إلى استخدام أسلوب الأمري الذي سهّل عملية فهم واستيعاب وإدراك المهارة، تتفق هذه النتيجة مع الطرح النظري الذي يعتبر الأسلوب الأمري أكثر الأساليب التدريسية السائدة في تدريس التربية البدنية والرياضية، فهناك فرص كثيرة في هذا الحقل لتدريس المهارات لعدد كبير من التلاميذ. والمدرس هنا يجب أن يعتاد على طريقة أخرى في التدريس وهي عدم إعطاء الأوامر للتلاميذ لكل حركة، يقول موسكا موستن: " فالمدرس في هذا الأسلوب يجب أن يعتاد ألا يعطي الأوامر لكل حركة، أو مهارة، أو نشاط معين، كما يجب عليه أيضا أن يعطي الفرصة للمتعلم ليتعلم كيف يتخذ هذه القرارات، ضمن الأسس التي يقررها المدرس

أما الجدول (6) فيظهر وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة و البعدية لمجموعة التجريبية الثانية (التي طبق عليها أسلوب حل المشكلات) لتطوير بعض مهارات كرة السلة لصالح الاختبارات البعدية، ويعزو الباحثان سبب معنوية هذه الفروق إلى إيجابية التعلم بأسلوب حل المشكلات إذ إن استخدام أسلوب حل المشكلات ساهم مساهمة فعالة في تعلم هذه المهارة لأنه يعد من الأساليب العلمية الحديثة التي يكون فيها المتعلم محور العلية التعليمية مما يزيد من دافعيته نحو عملية التعلم كما انه يعمل على توفير وقت كافي لتطبيق وتقديم المعلومات وتصحيح الأخطاء مما أتاح فرصة أكبر للتدريب على المهارة، و هذا يدل على إيجابية التعلم بأسلوب حل المشكلات إذ يكون موقف المتعلم في هذا الأسلوب موقفا إيجابيا ونشطا وفعالا وليس مستقبلا لكل ما يلقي إليه مسلم بصحته، فموقفه موقف الباحث المستكشف، إذ إن أهم "خطوة في أسلوب حل المشكلات هو تحديد تعاقب الخطوات أما أسئلة أو مفاتيح للحل تؤدي بالمتعلم إلى اكتشاف النتيجة النهائية، وكل خطوة تبنى على الاستجابة التي يتم تحقيقها في الخطوة السابقة و يجب أن يبنى حل المشكلات ليؤدي إلى استجابة واحدة صحيحة لمفتاح واحد.

فضلا عن إن هذا الأسلوب يتم بمصادر الاهتمام والدافع والتشويق إلى التعلم والانتباه التلقائي والعمل النشط كما يكون سلوك المتعلم في هذا الأسلوب سلوك مستقل كفرد وكعضو في مجموعته إذ يشير هذا الأسلوب إلى انه "أسلوب التعلم القائم على بعض المساعدة من جانب المدرس للمتعلم، فالمتعلم هو الذي يقوم بالدور الأساسي في عملية التعلم أما دور المدرس فيقتصر على توجيه المتعلم وتحفيزه على القيام بعملية الاكتشاف

(hampton ;1990 ;p64) كما إن أسلوب التعلم بحل المشكلات يزود المتعلم بتعليمات تكفي ضمان حصوله على خبرة قيمة وذلك يضمن اتجاهاته في استخدام قدراته لاكتشاف المفاهيم والمبادئ العلمية ويمثل أسلوب حل المشكلات أسلوبا تعليميا يسمح للمتعلم بتطوير معرفته من خلال خبرات عملية مباشرة.

فهذا البرنامج اللذين أستغرق(9) أسابيع بواقع وحدة تعليمية أسبوعياً كان لهما تأثيرها الإيجابي على مستوى تطور مستوى الأداء الفني للمهارات قيد البحث التي تم تعليمها بشكل مدروس ومتدرج في الصعوبة فضلا عن أهمية الاستمرارية بالتدريب والمواظبة على تنفيذ البرنامج وتركيز التلاميذ ورغبتهم على تعلم هذه المهارات باعتبارها من أهم المهارات التي تميز اللاعبين في لعبة كرة السلة، وتصنع الفارق بين الفرق وقد أشار (محمد حسن) بهذا الخصوص إن ((يتم تثبيت الأداء الحركي للمهارة بالشكل الدقيق لكي تصل إلى المرحلة الشبه الآلية ويمكن أن يكون ذلك عن طريق التكرار وزيادة عدد المرات لأداء الحركة بالكامل تحت ظروف ثابتة)) . (محمد حسن، 1998، 25)

أما الجدول (7) فيبين وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين مجموعتي البحث في الاختبارات البعدية في تطوير مستوى الأداء الفني (التمرير ، التصويب ، المحاورة) بكرة السلة و لصالح المجموعة التجريبية الثانية (التي طبق عليها أسلوب حل المشكلات)

إن الفروق الإحصائية كانت معنوية ولصالح المجموعة التجريبية والتي أظهرها الجدول (7) وهي نتيجة يعللها الباحث إلى فاعلية أسلوب حل المشكلات في تعليم المحاورة للتلميذ بلعبة كرة السلة بشكل أكبر من الأسلوب الأمري باعتباره من أساليب التعليم الناجحة المستخدمة في تعليم العديد من المهارات والألعاب من أجل الوصول إلى أداء أفضل وذلك لاعتماد التلميذ على نفسه في ابتكار العديد من الحركات التي توصله إلى أداء المهارة الأساسية بأفضل وجه .

ولا بد من الإشارة هنا إن تغيير الأسلوب له أهمية أيضاً في تعليم المهارات وبخاصة إذا كان هذا الأسلوب عندي مدرس كما هو الحال في أسلوب حل المشكلات الذي يتميز بطرح الأسئلة أو المشكلات من قبل الطلبة وإيجاد الحلول لها من قبل المدرس لتكون بدائل عملية للأداء النموذجي في تطبيق مفردات المهارة وهذا ما يتفق مع ما ذكره (محمد حسن) عندما أكد على انه ((التحليل والتعمق في الأداء ويرى الباحث إن إتقان المهارة بل أدائها بسرعة وآلية تحت ظروف متغيرة وبطريقة مختلفة بما يتناسب مع ظروف التنافس ليساعد اللاعب على الأداء السلس أو السهل الممتنع كما يفضل البعض أن يطلق عليه بالانسيابية في الأداء)) .(محمد حسن ، 1998 ، 26) ومن الجدير بالذكر بأن التطور الذي حدث لهاته المهارات والذي كان تعليمه بأسلوب حل المشكلات كان نتيجة انتقال أثر التعلم ، إذ إن التعلم الذي حصل في مهارة المحاورة والإعداد في البرنامج

التعليمي جاء نتيجة الإعداد والتدريب العقلي والبدني واستخدام خبرات التلميذ السابقة في مواجهة المشكلات الحركية والمعروضة في الدرس مستخدمين في ذلك ميلهم الطبيعي بالتجريب والاكتشاف للتواصل لأداء الوضع الصحيح للحركة وربط المعلومات الجديدة بالخبرات والمعلومات السابقة مما يجعلهم أن يحصلوا على نتائج جيدة وتقدم ملموس في المهارة التي يتم تعليمها ، ويؤكد (أبو جادو) بهذا الخصوص ((يتم مساعدة التلاميذ على الربط بين المعلومات الجديدة والخبرات السابقة التي تثير المعلومات التي يحتاج إليها المتعلم في فهم المهارة)) (أبو جادو ، 2000 ، 242) .

3- الاستنتاجات والتوصيات:

3-1 الاستنتاجات: بناء على عرض النتائج ومناقشتها استنتج الباحثون ما يأتي:-

1- إن أسلوب حل المشكلات والأسلوب الأمري كان له ما تأثيراً إيجابياً في تحسين الأداء الفني لبعض المهارات بالكرة السلة.

2- التعلم بأسلوب حل المشكلات أكثر إيجابية من الأسلوب الأمري في تحسين الأداء الفني لبعض المهارات بالكرة السلة .

3- إن التدريس بأسلوب حل المشكلات أسهم في تحسين تعلم المهارة الحركية لدى أفراد عينة البحث.

4- إن أسلوب حل المشكلات كان أكثر فاعلية من الأسلوب الامري على تحسين المهارة لدى أفراد عينة البحث.

3-2 التوصيات: يوصي الباحثون بما يأتي:

1- التأكيد على استخدام أسلوب حل المشكلات تحسين الأداء الفني لبعض المهارات بالكرة السلة .

2- ضرورة الاهتمام بإدخال أسلوب حل المشكلات في تعلم مهارات كرة السلة الأخرى بصورة خاصة ومهارات الألعاب الرياضية بصفة عامة وفي المراحل السنية المختلفة.

3- ضرورة إجراء المزيد من الدراسات التي تستخدم أساليب التعلم المختلفة الحديثة لغرض تعلم وتطوير مستوى الأداء المهاري بالكرة السلة.

4- التأكد من استخدام أسلوب حل المشكلات في تدريس التلاميذ .

- خاتمة:

و كخاتمة لهذا البحث و التي تمحورت دراسته حول موضوع من المواضيع الجوهرية في الحياة الدراسية للمتكون ،وفي الواقع لم يخضع هذا الجانب في العملية التكوينية بدراسة مستفيضة في الجزائر، سواء كان ذلك على صعيد المراحل الأولى من التعليم أو المراحل التي تليها .

حيث ركزنا في دراستنا على معرفة الفرق بين استخدام أسلوب حل المشكلات والأسلوب الأمري في تحسين مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة.

على المدرس أن يكون موسوعة متعددة الاختصاصات ومزودة بمختلف العلوم التي من بينها البيوميكانيك ،علم النفس ، البيداغوجيا، التي تساعد على أداء وظيفته و النجاح فيها ، و كذلك تجسيد أهداف التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات التربوية.

للدلالة على الفرضيات بالنسبة لأثر استخدام أسلوب حل المشكلات في تحسين مستوى الأداء المهاري وقد بنيت الفرضيات في هذا الإطار وكانت الدراسة تجريبية وتوصلت إلى النتائج التالية:

- قبول الفرضية الأولى التي تقول " توجد فروق معنوية دالة إحصائيا" بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين الأولى والثانية في تطوير بعض مهارات كرة السلة ولصالح الاختبارات البعدية "

-أما بالنسبة للفرضية الأساسية الثانية قبول " وجود فروق معنوية دالة إحصائيا في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث الأولى والثانية في تطوير بعض القدرات والمهارات كرة السلة ولصالح المجموعة التجريبية الأولى(أسلوب حل المشكلات)".

حدود البحث وفتوحاته

- حدود البحث و فتوحاته:

بعد التوصل إلى النتائج النهائية و التي بينت وجود فروق دالة احصائيا في تحسين مستوى الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة لصالح أسلوب حل المشكلات ،فإننا نقترح بعض الاقتراحات، تبعا لما دلت عليه نتائج البحث.

- 1-التأكيد على استخدام أسلوب حل المشكلات تحسين الأداء المهاري لبعض مهارات كرة السلة .
- 2- ضرورة الاهتمام بإدخال أسلوب حل المشكلات في تعلم مهارات كرة السلة بصورة خاصة ومهارات الألعاب الرياضية بصفة عامة وفي المراحل السنية المختلفة.
- 3- ضرورة إجراء المزيد من الدراسات التي تستخدم أساليب التعلم المختلفة الحديثة لغرض تعلم وتطوير مستوى الأداء المهاري لكرة السلة.

مكان الإنجاز ملعب المؤسسة	مدة الإنجاز ساعة واحدة	النشاط كرة السلة	المستوى السنة الأولى ثانوي
ملعب كرة السلة + 10 كرات			وسائل العمل الضرورية
أن يبرز التلميذ قدراته الشخصية			الكفاءة القاعدية
أن يؤدي التلميذ التنطيط بطريقة صحيحة وفق الأداء الفني للحركة			الهدف التعليمي رقم: 01
التوجيهات	مؤشرات النجاح	ظروف الإنجاز	فترات التعلم
الجدية في عملية التسخين لتقادي الإصابات	- تحضير سيكولوجي عام - تنشيط الدورة الدموية - تنمية روح المسؤولية - تسخين عضلات الجسم السفلية والعلوية التي تخدم النشاط	تجمع التلاميذ على شكل مربع ناقص ضلع ومراقبة اللباس والغيابات وتقديم هدف الحصاة مع الشرح الحالة التعليمية رقم: 01 جري خفيف، تمارين الإطالة، لعبة التمريرات العشر	المرحلة التمهيدية
الجدية في التمارين إيجاد حلول للمشكلات	التحكم أكثر في الكرة سرعة الأداء التفريق بين السرعة والتسرع	الحالة التعليمية رقم: 02 العمل بالورشات - تنطيط الكرة من وضعية الثبات تم التمرير إلى الزميل - تنطيط الكرة مع الجري تم التمرير إلى الزميل - تنطيط الكرة مع الجري المتعرج ثم التمرير إلى الزميل - تنطيط الكرة مع الدوران ثم التمرير إلى الزميل الحالة التعليمية رقم: 03 مقابلة موجهة بين التلاميذ في جو تنافسي	المرحلة الرئيسية
إدراك أهمية التقييم الذاتي	العودة إلى الحالة الطبيعية حرية التعبير للتلاميذ دون عقدة تقبل الانتقاد	الحالة التعليمية رقم: 04 - تمارين الإطالة - شرح مناقشة	المرحلة الختامية

مكان الإنجاز ملعب المؤسسة	مدة الإنجاز ساعة واحدة	النشاط كرة السلة	المستوى السنة الأولى ثانوي
ملعب كرة السلة + 10 كرات			وسائل العمل الضرورية
أن يبرز التلميذ قدراته الشخصية			الكفاءة القاعدية
أن يحسن التلميذ التنطيط بطريقة صحيحة وفق الأداء الفني للحركة			الهدف التعليمي رقم: 02
التوجيهات	مؤشرات النجاح	ظروف الإنجاز	فترات التعلم
الجدية في عملية التسخين لتفادي الإصابات	- تحضير سيكولوجي عام - تنشيط الدورة الدموية - تنمية روح المسؤولية - تسخين عضلات الجسم السفلية والعلوية التي تخدم النشاط	تجمع التلاميذ على شكل مربع ناقص ضلع ومراقبة اللباس والغيابات وتقديم هدف الحصّة مع الشرح الحالة التعليمية رقم: 01 جري خفيف، تمارين الإطالة، لعبة التمريرات العشر	المرحلة التمهيدية
الجدية في التمارين إيجاد حلول للمشكلات	السيطرة على الكرة سرعة الأداء التفريق بين السرعة والتسرع	الحالة التعليمية رقم: 02 العمل بالورشات - تنطيط الكرة في اتجاهات مختلفة - تنطيط الكرة مع التنوع في المسارات وحسب المسار (دوران، التعرج، خط مستقيم، سرعة..) الحالة التعليمية رقم: 03 مقابلة موجهة بين التلاميذ في جو تنافسي	المرحلة الرئيسية
إدراك أهمية التقييم الذاتي	العودة إلى الحالة الطبيعية حرية التعبير للتلاميذ دون عقدة تقبل الانتقاد	الحالة التعليمية رقم: 04 - تمارين الإطالة - شرح مناقشة	المرحلة الختامية

مكان الإنجاز ملعب المؤسسة	مدة الإنجاز ساعة واحدة	النشاط كرة السلة	المستوى السنة الأولى ثانوي
ملعب كرة السلة + 10 كرات			وسائل العمل الضرورية
أن يبرز التلميذ قدراته الشخصية			الكفاءة القاعدية
أن يطور التلميذ التنطيط بطريقة صحيحة وفق الأداء الفني للحركة			الهدف التعليمي رقم: 03
التوجيهات	مؤشرات النجاح	ظروف الإنجاز	فترات التعلم
الجدية في عملية التسخين لتقادي الإصابات	- تحضير سيكولوجي عام - تنشيط الدورة الدموية - تنمية روح المسؤولية - تسخين عضلات الجسم السفلية والعلوية التي تخدم النشاط	تجمع التلاميذ على شكل مربع ناقص ضلع ومراقبة اللباس والغيابات وتقديم هدف الحصاة مع الشرح الحالة التعليمية رقم: 01 جري خفيف، تمارين الإطالة، لعبة التمريرات العشر	المرحلة التمهيدية
الجدية في التمارين إيجاد حلول للمشكلات	التحكم أكثر في الكرة سرعة الأداء التفريق بين السرعة والتسرع فهم العلاقة بين اللاعبين	الحالة التعليمية رقم: 02 العمل بالورشات - تنطيط الكرة مع القيام بالتقاطع مع الزميل (ترك الكرة للزميل للتقل بها) - تنطيط الكرة مع المحاورة للأمام عبر المسار المحدد (الأقماع) والزيادة في السرعة في كل مرة - العمل بشكل ثنائي، المحاورة مع حماية الكرة من الخصم (دفاع هجوم) مع تبادل الأدوار بينهم الحال التعليمية رقم: 03 مقابلة موجهة بين التلاميذ في جو تنافسي	المرحلة الرئيسية
إدراك أهمية التقييم الذاتي	العودة إلى الحالة الطبيعية حرية التعبير للتلاميذ دون عقدة تقبل الانتقاد	الحالة التعليمية رقم: 04 - تمارين الإطالة - شرح مناقشة	المرحلة الختامية

مكان الإنجاز ملعب المؤسسة	مدة الإنجاز ساعة واحدة	النشاط كرة السلة	المستوى السنة الأولى ثانوي
ملعب كرة السلة + 10 كرات + طباشير			وسائل العمل الضرورية
أن ينمي روح التعاون والتضامن (نبذ الأنانية)			الكفاءة القاعدية
أن يؤدي التلميذ التمرير بطريقة صحيحة وفق الأداء الفني للحركة			الهدف التعليمي رقم: 04
التوجيهات	مؤشرات النجاح	ظروف الإنجاز	فترات التعلم
الجدية في عملية التسخين لتفادي الإصابات	- تحضير سيكولوجي عام - تنشيط الدورة الدموية - تنمية روح المسؤولية - تسخين عضلات الجسم السفلية والعلوية التي تخدم النشاط	تجمع التلاميذ على شكل مربع ناقص ضلع ومراقبة اللباس والغيابات وتقديم هدف الحصة مع الشرح الحالة التعليمية رقم: 01 جري خفيف، تمارين الإطالة، لعبة التمريرات العشر	المرحلة التمهيدية
الجدية في التمارين إيجاد حلول للمشكلات	التأقلم مع الكرة السيطرة على الكرة تفادي الأخطاء	الحالة التعليمية رقم: 02 العمل بالورشات تمرير الكرة بحرية نحو الزميل تمرير الكرة إلى الحائط وانتظار ارتدادها عمل أكثر عدد من التمريرات نحو الحائط التنوع في التمرير (المرتدة ، الصدرية، الخلفية) الحالة التعليمية رقم: 03 مقابلة موجهة بين التلاميذ في جو تنافسي	المرحلة الرئيسية
إدراك أهمية التقييم الذاتي	العودة إلى الحالة الطبيعية حرية التعبير للتلاميذ دون عقدة تقبل الانتقاد	الحالة التعليمية رقم: 04 - تمارين الإطالة - شرح مناقشة	المرحلة الختامية

مكان الإنجاز ملعب المؤسسة	مدة الإنجاز ساعة واحدة	النشاط كرة السلة	المستوى السنة الأولى ثانوي
ملعب كرة السلة + 10 كرات + طباشير			وسائل العمل الضرورية
أن ينمي روح التعاون والتضامن (نبذ الأنانية)			الكفاءة القاعدية
أن يحسن التلميذ التمرير بطريقة صحيحة وفق الأداء الفني للحركة			الهدف التعليمي رقم: 05
التوجيهات	مؤشرات النجاح	ظروف الإنجاز	فترات التعلم
الجدية في عملية التسخين لتفادي الإصابات	- تحضير سيكولوجي عام - تنشيط الدورة الدموية - تنمية روح المسؤولية - تسخين عضلات الجسم السفلية والعلوية التي تخدم النشاط	تجمع التلاميذ على شكل مربع ناقص ضلع ومراقبة اللباس والغيابات وتقديم هدف الحصّة مع الشرح الحالة التعليمية رقم: 01 جري خفيف، تمارين الإطالة، لعبة التمريرات العشر	المرحلة التمهيدية
الجدية في التمارين إيجاد حلول للمشكلات	التركيز على التقنية السيطرة على الكرة إصابة الهدف	الحالة التعليمية رقم: 02 العمل بالورشات - تمرير الكرة نحو الزميل باتجاه الصدر - تمرير الكرة إلى الحائط و هذه المرة باتجاه هدف (دائرة مرسومة) - عمل مختلف أنواع التمريرات مع التركيز على التقنية و تفادي الأخطاء الحالة التعليمية رقم: 03 مقابلة موجهة بين التلاميذ في جو تنافسي مع تنفيذ ما تعلمه التلاميذ	المرحلة الرئيسية
إدراك أهمية التقييم الذاتي	العودة إلى الحالة الطبيعية حرية التعبير للتلاميذ دون عقدة تقبل الانتقاد	الحالة التعليمية رقم: 04 - تمارين الإطالة - شرح مناقشة	المرحلة الختامية

مكان الإنجاز ملعب المؤسسة	مدة الإنجاز ساعة واحدة	النشاط كرة السلة	المستوى السنة الأولى ثانوي
ملعب كرة السلة + 10 كرات + طباشير			وسائل العمل الضرورية
أن يبرز التلميذ قدراته الشخصية			الكفاءة القاعدية
أن يطور التلميذ التمرير بطريقة صحيحة وفق الأداء الفني للحركة			الهدف التعليمي رقم: 06
التوجيهات	مؤشرات النجاح	ظروف الإنجاز	فترات التعلم
الجدية في عملية التسخين لتقادي الإصابات	- تحضير سيكولوجي عام - تنشيط الدورة الدموية - تنمية روح المسؤولية - تسخين عضلات الجسم السفلية والعلوية التي تخدم النشاط	تجمع التلاميذ على شكل مربع ناقص ضلع ومراقبة اللباس والغيابات وتقديم هدف الحصاة مع الشرح الحالة التعليمية رقم: 01 جري خفيف، تمارين الإطالة، لعبة التمريرات العشر	المرحلة التمهيدية
الجدية في التمارين إيجاد حلول للمشكلات	التركيز على عدم ضياع الكرة التصويب نحو صدر الزميل التركيز على التقنية	الحالة التعليمية رقم: 02 العمل بالورشات - تمرير الكرة بطريقة صحيحة نحو الصدر - زيادة عدد التمريرات على الحائط مع التركيز على سرعة اليدين - تطبيق أنواع التمريرات المختلفة الصدرية والمرتدة والخلفية وهذا بعد التدريب المستمر مع التركيز على إيصال الكرة نحو صدر الزميل الحال التعليمية رقم: 03 مقابلة موجهة بين التلاميذ في جو تنافسي مع تنفيذ ما تعلمه التلاميذ و في إطار قانوني	المرحلة الرئيسية
إدراك أهمية التقييم الذاتي	العودة إلى الحالة الطبيعية حرية التعبير للتلاميذ دون عقدة تقبل الانتقاد	الحالة التعليمية رقم: 04 - تمارين الإطالة - شرح مناقشة	المرحلة الختامية

مكان الإنجاز ملعب المؤسسة	مدة الإنجاز ساعة واحدة	النشاط كرة السلة	المستوى السنة الأولى ثانوي
ملعب كرة السلة + 10 كرات + شبكة كرة الطائرة			وسائل العمل الضرورية
تنمية الإحساس بطبيعة النشاط			الكفاءة القاعدية
أن يؤدي التلميذ التصويب بطريقة صحيحة وفق الأداء الفني للحركة			الهدف التعليمي رقم: 07
التوجيهات	مؤشرات النجاح	ظروف الإنجاز	فترات التعلم
الجدية في عملية التسخين لتقادي الإصابات	- تحضير سيكولوجي عام - تنشيط الدورة الدموية - تنمية روح المسؤولية - تسخين عضلات الجسم السفلية والعلوية التي تخدم النشاط	تجمع التلاميذ على شكل مربع ناقص ضلع ومراقبة اللباس والغيابات وتقديم هدف الحصّة مع الشرح الحالة التعليمية رقم: 01 جري خفيف، تمارين الإطالة، لعبة الصياد والعصافير	المرحلة التمهيدية
الجدية في التمارين إيجاد حلول للمشكلات	مراعاة الشدة والتكرار وفترات الراحة مسك الكرة بطريقة صحيحة التركيز على الهدف محاولة تنفيذ التقنية بطريقة صحيحة	الحالة التعليمية رقم: 02 العمل بالورشات - التعرف على أنواع التصويب (الرمية الحرة ، الثنائية ، الثلاثية) - تصويب نحو هدف متحرك (زميل) - التصويب فوق الحاجز (شبكة الكرة الطائرة) الحالة التعليمية رقم: 03 مقابلة موجهة بين التلاميذ في جو تنافسي	المرحلة الرئيسية
إدراك أهمية التقييم الذاتي	العودة إلى الحالة الطبيعية حرية التعبير للتلاميذ دون عقدة تقبل الانتقاد	الحالة التعليمية رقم: 04 - تمارين الإطالة - شرح مناقشة	المرحلة الختامية

مكان الإنجاز ملعب المؤسسة	مدة الإنجاز ساعة واحدة	النشاط كرة السلة	المستوى السنة الأولى ثانوي
وسائل العمل الضرورية			ملعب كرة السلة + 10 كرات
الكفاءة القاعدية			تنمية الإحساس بطبيعة النشاط
الهدف التعليمي رقم: 08			أن يحسن التلميذ التصويب بطريقة صحيحة وفق الأداء الفني للحركة
التوجيهات	مؤشرات النجاح	ظروف الإنجاز	فترات التعلم
الجديفة في عملية التسخين لتقادي الإصابات	- تحضير سيكولوجي عام - تنشيط الدورة الدموية - تنمية روح المسؤولية - تسخين عضلات الجسم السفلية والعلوية التي تخدم النشاط	تجمع التلاميذ على شكل مربع ناقص ضلع ومراقبة اللباس والغيابات وتقديم هدف الحصاة مع الشرح الحالة التعليمية رقم: 01 جري خفيف، تمارين الإطالة، لعبة التمريرات العشر	المرحلة التمهيدية
الجديفة في التمارين إيجاد حلول للمشكلات	مراعاة الشدة والتكرار مسك الكرة بطريقة صحيحة التركيز على الهدف محاولة تنفيذ التقبلة بطريقة صحيحة	الحالة التعليمية رقم: 02 العمل بالورشات - التركيز على ثني الرجلين أثناء الرمية الحرة - تجنب المشي بالكرة أثناء الرمية الثنائية - تنفيذ الإرتقاء أثناء الرمية الثلاثية وهذا للمساعدة في دفع الكرة الحالة التعليمية رقم: 03 مقابلة موجهة بين التلاميذ في جو تنافسي منظم مع تطبيق القوانين	المرحلة الرئيسية
إدراك أهمية التقييم الذاتي	العودة إلى الحالة الطبيعية حرية التعبير للتلاميذ دون عقدة تقبل الانتقاد	الحالة التعليمية رقم: 04 - تمارين الإطالة - شرح مناقشة	المرحلة الختامية

مكان الإنجاز ملعب المؤسسة	مدة الإنجاز ساعة واحدة	النشاط كرة السلة	المستوى السنة الأولى ثانوي
ملعب كرة السلة + 10 كرات			وسائل العمل الضرورية
تنمية الإحساس بطبيعة النشاط			الكفاءة القاعدية
أن يطور التلميذ التصويب بطريقة صحيحة وفق الأداء الفني للحركة			الهدف التعليمي رقم: 09
التوجيهات	مؤشرات النجاح	ظروف الإنجاز	فترات التعلم
الجدية في عملية التسخين لتقادي الإصابات	- تحضير سيكولوجي عام - تنشيط الدورة الدموية - تنمية روح المسؤولية - تسخين عضلات الجسم السفلية والعلوية التي تخدم النشاط	تجمع التلاميذ على شكل مربع ناقص ضلع ومراقبة اللباس والغيابات وتقديم هدف الحصّة مع الشرح الحالة التعليمية رقم: 01 جري خفيف، تمارين الإطالة، لعبة التمريرات العشر	المرحلة التمهيدية
الجدية في التمارين إيجاد حلول للمشكلات	مراعاة الشدة والتكرار وفترات الراحة ما بين التمارين الجدية في العمل التركيز على السلة	الحالة التعليمية رقم: 02 العمل بالورشات - التصويب في المربع الأسود للسلة في الرمية الحرّة مع التركيز على ثني الرجلين . - السرعة في تنفيذ الرمية الثنائية مع محاولة تقادي الأخطاء والتسجيل - التركيز على السلة أثناء تسديد الثلاثية مع الإرتقاء الجيد والسليم الحال التعليمية رقم: 03 مقابلة موجهة بين التلاميذ في جو تنافسي مع تنفيذ كل ما تعلمه التلاميذ في جو تنافسي مع تطبيق القوانين (مقابلة منتظمة)	المرحلة الرئيسية
إدراك أهمية التقييم الذاتي	العودة إلى الحالة الطبيعية حرية التعبير للتلاميذ دون عقده تقبل الانتقاد	الحالة التعليمية رقم: 04 - تمارين الإطالة - شرح مناقشة	المرحلة الختامية

الإطار العام للدراسة

المبادئ الأولى

المبادئ النظرية

الفصل الأول : أساليب التدريس

الفصل الثاني: الأداء المهاري

في كرة السلة

الفصل الثالث: المراجعة

الباب الثاني

الباب المبدئي

الفصل الأول : منهج البحث و إجراءاته

الميدانية

الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج

المصادر والمراجع

الملاحق

الجانبة التمهيدية

خاتمة

قائمة المراجع

- 01- أبو العلاء عبد الفتاح : " فيزيولوجيا اللياقة البدنية" . دار الفكر العربي .
- 02- احمد أمين فوزي -كرة السلة للناشئين -المكتبة المصرية.
- 03- أحمد أمين فوزي : " مبادئ علم النفس الرياضي (المفاهيم و التطبيقات)" ، دار الفكر العربي ،القاهرة ، ط1.
- 04- أحمد جميل عايش: أساليب تدريس التربية الفنية والمهنية والرياضية، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن.
- 05- أ.د عبد الله الفلاح، د عايش موسى عرايمة، الإحصاء التربوي، دار المسيرة، ط1، عمان.
- 06- أمر الله البساطي : أسس و قواعد التدريب الرياضي ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، مصر.
- 07- الدكتور سعدية محمد علي بياحو : " فسيكولوجية المراهقة " . البحوث العلمية ، 1950 الكويت.
- 08- الدكتور فؤاد بهي السيد : " الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة" ، دار الفكر العربي.
- 09- السيد محمود طواب : " النمو الإنساني أسسه و تطبيقاته " ، دار المعرفة ، مصر ، ط1.
- 10- براعي تركي : أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 1990
- 11- حاجي فريد، بيداغوجيا التدريس بالكفاءات، ط1، دار الخلدونية ، الجزائر.
- 12- حامد عبد السلام زهران : "نظريات في علم النفس" ، دار الثقافة لبنان.
- 13- حسن السيد أبو عبده : الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم ، دار الإشعاع الفنية ، ط1 ، الإسكندرية ، مصر.
- 14- حسن سيد معوض -كرة السلة للجميع- دار الفكر العربية -القاهرة.
- 15- حسن عبد الجواد -كرة السلة -ط6- دار العلم للملايين.

- 16- د. أحمد الشافعي، التحليل الإحصائي، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- 17- د عماد زغلول، الإحصاء التربوي، الشروق، الأردن.
- 18- د. محمود عبد الحليم مشتي: " علم النفس النمو ، دار الفكر العربي.
- 19- رعد باقر الرشيد – المهارات الفنية لكرة السلة – جامعة بغداد.
- 20- زينب علي عمر وغادة جلال عبد الحكيم: طرق تدريس التربية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة .
- 21- عطاء الله أحمد : أساليب وطرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ط1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر .
- 22- عبد العزيز، منى المختار، الشخصية وعلاقتها بالاتجاهات طالبات كلية التربية البدنية والرياضية كمهنة، رسالة ماجستير.
- 23- عبد الغفار عروسي، دحمان معمر : دور قلق المنافسة في التأثير على مردودية اللاعبين ، مذكرة ليسانس غير منشورة ، معهد التربية البدنية و الرياضية ، سيدي عبد الله ، جامعة الجزائر.
- 24- عصام الدين متولي عبد الله وبدوي عبد العالي بدوي : طرق تدريس التربية البدنية ، ط 1 ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية .
- 25- عفاف عبد الكريم : تصميم المناهج في التربية البدنية ، ط 1 ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .
- 26- عمار بوحوش، محمد محمود، مناهج البحث وطرق البحث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 27- قاسم حسن حسين : "الفيزيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي " . جامعة بغداد.
- 28- قاسم حسن حسين : الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة ، ط1 ، دار الفكر للنشر و التوزيع ، الأردن.
- 29- كمال الطاهر عارف –المهارات الفنية في كرة السلة –جامعة بغداد.
- 30- محسن محمد حمص، المرشد في تدريس التربية الرياضية، ط1، منشأة المعارف، الإسكندرية.

- 31- محمد حسن علاوي : "علم النفس الرياضي" ، دار المعارف ،القاهرة ، ط2.
- 32- محمد حسن -كرة السلة -مكتبة ابن سينا -القاهرة.
- 33- محمد نصر الدين رضوان : مقدمة في التقويم و التربية البدنية ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- 34- محمد محمود عبد الدائم، محمد صبحي حسنين، الحديث في كرة السلة.
- 35- محمود عبد الحليم عبد الكريم: ديناميكية تدريس التربية الرياضية، ط1 ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 36- مختار سالم، مع كرة السلة، مؤسسة المعارف، طبعة جديدة، بيروت، لبنان .
- 37- مختار سالم -مع كرة السلة -ط2- مؤسسة المعارف.
- 38- مهدي محمود سالم وعبد اللطيف بن حمد الحلبي : التربية الميدانية وأساسيات التدريس ، ط 2 ، دار الفكر العربي ، الرياض .
- 39- ميخائيل إبراهيم أسعد : "مشكلات الطفولة والمراهقة"، منشورات دار الآفاق الجيدة ، بيروت.
- 40- نصر الدين جابر : "علاقة الرفض الأبوي مع التكيف الاجتماعي للمراهق" ، رسالة منشورة ، جامعة الجزائر.
- 41- وجدي مصطفى فاتح، محمد لطفى السيد: الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب، ط2، القاهرة، مصر.

مراجع اللغة الفرنسية:

- 01 -docteur morcelli .A. brocnnier . psychologie de l'odolexent .E.
T Masson . paris.
- 02 -Gérard boscole ،basket jeu et sportsimple.
- 03 -GERZY WRZOS : " ATLAS DES ESCERCICES
SPECIFIQUE DU FOOT BALLEUR " ; PARIS .
- 04 -Sillany ." dictionnaire usuel de . psychologie de .bordas". paris.