



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

تخصص: النشاط البدني المدرسي

الموضوع :

اقتراح وحدات تعليمية باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في تعلم
مهارة الإرسال المنخفض لدى تلاميذ الطور المتوسط (13-14 سنة)

دراسة تجريبية أجريت على تلاميذ السنة الثالثة بمتوسطة الإخوة علي باي أبو بكر

بلدية أولاد بسام-تيسمسيلت-

تحت إشراف :

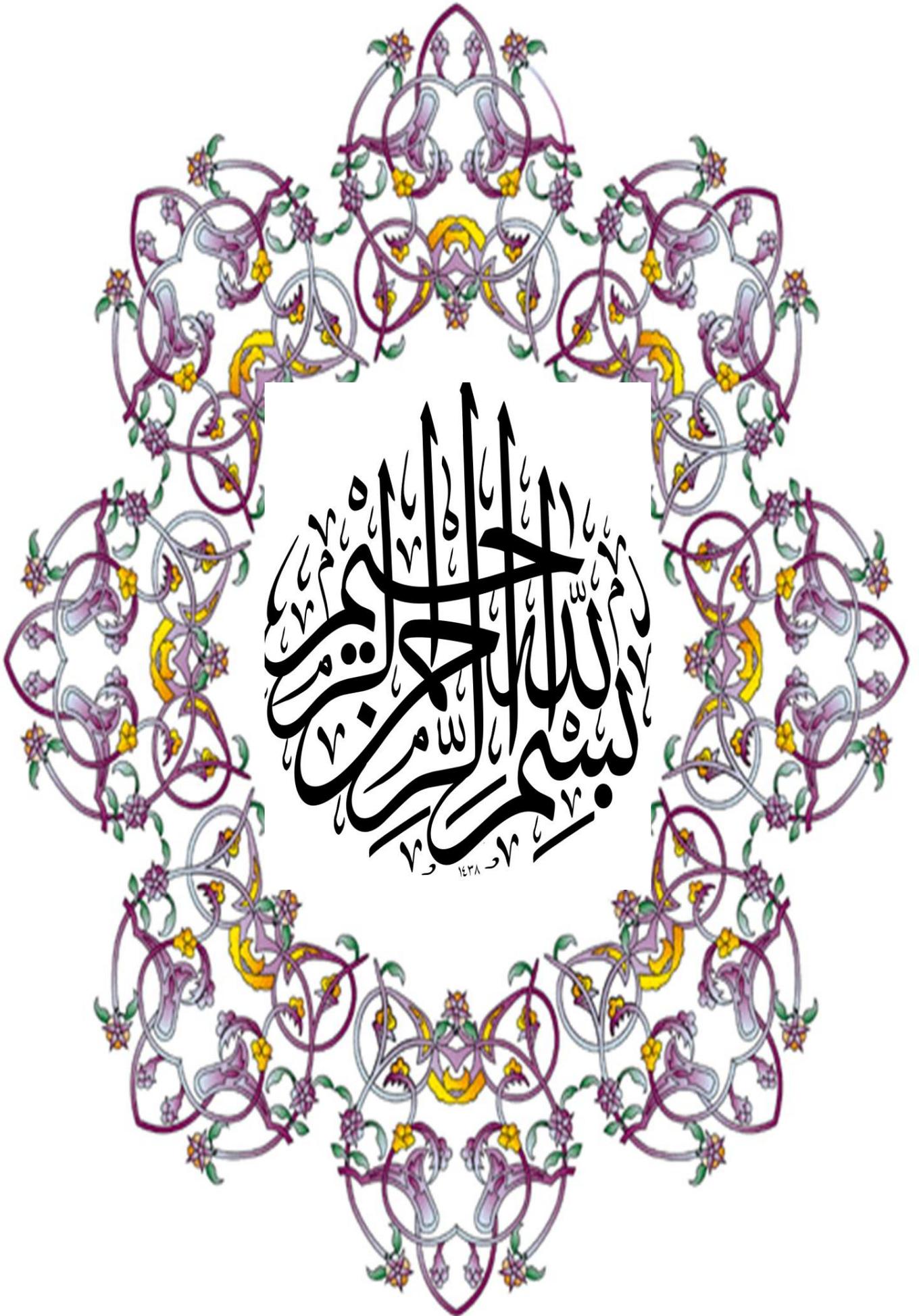
- د: بومعزة محمد الأمين

من اعداد الطلبة :

- مدرس مصطفى

-زدك هواري

السنة الجامعية: 2017-2018



الإهداء:

إلى أبي و أمي الغاليين
أهديكم عملي هذا غايتي في ذلك رضاكم
إلى جميع الأهل و الأقارب و أخص بالذكر
أجد، إسحاق، إلياس، أيوب، إلهام.
إلى أصدقائي الأعزاء جميعا
راجيا من الله تحقيق أمانهم
فنعم صحبتكم و أهلا بجواركم.
إلى المعلمين الكرام
يا من سرت في العلم مقتبسا خطاكم.

إلى جميع طلبة و إدارات معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية -دفعة 2018

وشكرا

مصطفى

الإهداء

قال تعالى: بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ «وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا

رَبَّيَانِي صَغِيرًا»

سورة الإسراء الآية (24)

إلى الوالدة و الوالد الكريمين، إلى الإخوة والأخوات حفظهم الله.

إلى كل الأصدقاء وإلى كل من لا يسعني المقام لذكرهم جميعا.

إلى كل أساتذة وعمال متوسطة شتوي امهني تيسمسيلت ومكتبة الفجر

إلى كل أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمركز الجامعي

- تيسمسيلت -

هوارى

كلمة شكر

قال تعالى: بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ: {يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ}

سورة المجادلة، الآية 11

عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، يَقُولُ: " مَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَبْتَغِي فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ " رواه أبو داود والترمذي.

وقال الشافعي رحمه الله: رأيت العلم صاحبه كريم... ولو ولدته أباء لثام

وليس يزال يرفعه إلى أن يعظم أمره القوم الكرام

-ديوان الإمام الشافعي، ص18-

نشكر الله عز وجل وعلا ونحمده على توفيقه لنا في إتمام هذا البحث المتواضع

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى الدكتور " بومعزة محمد الأمين " على جميع النصائح و التوجيهات.

كما لا ننسى الأستاذ بن شبلي نور الدين و نذير عبد القادر على مساعدتهما لنا في إنجاز هذا

البحث.

مصطفى-هواري

قائمة المحتويات

محتوى البحث

إهداء

الشكر

محتويات البحث

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

قائمة الرسومات

مقدمة..... أ-ب

التعريف بالبحث

- 05 1- مشكلة البحث
- 06 2- الفرضيات
- 06 3- أهداف البحث
- 07 4- أهمية البحث
- 07 5- أسباب اختيار الموضوع
- 07 6- تحديد المفاهيم والمصطلحات
- 11 7- الدراسات السابقة و المشاهدة
- 16 8- التعليق على الدراسات
- 17 9- نقد الدراسات

الباب الأول: الجانب النظري

الفصل الأول: التغذية الراجعة

- 20 تمهيد
- 21 1-1- مفهوم التغذية الراجعة

21 1-2-أهمية التغذية الراجعة
22 1-3-عناصر عملية التغذية الراجعة
22 1-3-1- المرسل
22 1-3-2- المستقبل
22 1-3-3- الرسالة
23 1-3-4- الوسيلة
24 1-4-استخدام التغذية الراجعة
25 1-5-التغذية الراجعة الخارجية
25 1-5-1- مفهوم التغذية الراجعة الخارجية
25 1-6-خطوات التغذية الراجعة الخارجية
25 1-6-1- تغذية راجعة خارجية قبلية
25 1-6-2- تغذية راجعة خارجية آنية
26 1-6-3- تغذية راجعة خارجية نهائية
27 خلاصة

الفصل الثاني: كرة الطائرة

29 تمهيد
30 2-1- تعريف لعبة كرة الطائرة
30 2-2- مميزات كرة الطائرة
31 2-3- خصائص كرة الطائرة
31 2-4- أهم القوانين الخاصة بالكرة الطائرة
31 2-4-1- الملعب
31 2-4-2- الكرة
32 2-4-3- دوران اللاعبين في الميدان
32 2-4-4- التمريرات الثلاثة
32 2-4-5- نقاط التنقيط المستمر
32 2-5-6- تغيير اللاعبين

32المهارات الأساسية في كرة الطائرة. 2-6-
32وقفه الاستعداد. 2-6-1-
32تعريف وقفه الاستعداد. 2-6-2-
32الوقفه المنخفضة. 2-6-1-2-
32الوقفه المتوسطة. 2-6-2-2-
32الوقفه المرتفعة. 2-6-3-2-
33طريقة أداء وقفه الاستعداد. 2-6-4-2-
33الأخطاء الشائعة في وقفه الاستعداد. 2-6-3-
34مهارة الإرسال. 2-7-7-
34تعريف مهارة الإرسال. 2-7-1-
34أهمية ومميزات الإرسال. 2-7-2-
34أنواع الإرسال. 2-7-3-
34الإرسال من أسفل. 2-7-3-1-
34*الأخطاء الشائعة في الإرسال من أسفل.
35الإرسال من أعلى. 2-7-3-2-
35*الأخطاء الشائعة في الإرسال من أعلى.
35مهارة الاستقبال. 2-8-8-
35تعريف مهارة الاستقبال. 2-8-1-1-
35أهمية مهارة الاستقبال. 2-8-2-
36أنواع مهارة الاستقبال. 2-8-3-
36الاستقبال من الأعلى. 2-8-3-1-
36الاستقبال من الأسفل. 2-8-3-2-
36الاستقبال الجانبي. 2-8-3-3-
36الاستقبال مع الانبطاح. 2-8-3-4-
36طريقة استقبال الإرسال. 2-9-9-
36الاستعداد. 2-9-1-

36الأخطاء الشائعة في استقبال الإرسال 2-9-2
37التمرير 10-2
37تعريف مهارة التمرير 1-10-2
37أهمية التمرير 2-10-2
37أنواع التمرير 3-10-2
38التمرير من الأعلى 1-3-10-2
38التمرير من الأسفل 2-3-10-2
38مهارة الإعداد 11-2
38تعريف مهارة الإعداد 1-11-2
38أهمية ومميزات الإعداد 2-11-2
39مواصفات الإعداد 3-11-2
39أنواع الإعداد 4-11-2
40خلاصة

الفصل الثالث: المرحلة العمرية (13-14 سنة)

42تمهيد
431 مفهوم المراهقة 3-1
432-3 مراحل المراهقة
431-2-3 مرحلة المراهقة المبكرة (12-14 سنة)
442-2-3 مرحلة المراهقة الوسطى (15-17 سنة)
443-2-3 مرحلة المراهقة المتأخرة (18-21 سنة)
443-3 أنماط المراهقة
451-3-3 المراهقة التكيفية "السوية"
452-3-3 المراهقة الانسحابية "المنطوية"
453-3-3 المراهقة العدوانية "المتمردة"
454-3-3 المراهقة "المنحرفة"
454-3 حاجات المراهقة

45 الحاجة إلى الأمن. 3-4-1
45 الحاجة إلى الحب و القبول. 3-4-2
45 الحاجة إلى مكانة الذات. 3-4-3
46 الحاجة إلى النمو العقلي و الابتكار. 3-4-4
46 الحاجة إلى تحقيق وتأكيد و تحسين الذات. 3-4-5
46 الحاجة إلى الإشباع الجنسي. 3-4-6
46 الحاجة إلى تهذيب الذات. 3-5-1
46 الحاجة إلى الاستقلال. 3-5-2
46 الحاجة إلى الانتماء. 3-5-3
47 خصائص المراهقة. 3-6
47 النمو الجنسي. 3-6-1
47 النمو العقلي. 3-6-2
47 النمو الجسمي. 3-6-3
48 النمو النفسي الانفعالي. 3-6-4
48 النمو الاجتماعي للمراهق. 3-6-5
49 أهمية التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للمراهق. 3-7
49 أهداف التربية البدنية والرياضية في مرحلة المراهقة (13-14 سنة). 3-8
49 الأغراض الجسمية. 3-8-1
50 الأغراض العقلية. 3-8-2
50 الأغراض الخلقية. 3-8-3
50 الأغراض الاجتماعية. 3-8-4
50 النظريات المفسرة للمراهقة. 3-09
50 نظرية "ستانلي هول". 3-09-1
51 نظرية "سيجموند فرويد". 3-09-2
51 نظرية إريكسون "مرحلة اكتساب الإحساس بالذات". 3-09-3
52 خلاصة

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهج البحث وإجراءاته الميدانية

55	تمهيد.....
56	1- الدراسة الاستطلاعية.....
56	2- الأسس العلمية لاختبار مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة.....
57	1-2- ثبات الاختبار المهاري.....
57	2-2- صدق الاختبار.....
58	2-3- موضوعية الاختبار.....
58	3- مواصفات الاختبارات.....
59	1-3- اختبار لتقويم درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض للكرة الطائرة.....
60	2-3- اختبار لتقويم درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض للكرة.....
61	3-3- اختبار مهارة الإرسال من الأسفل إلى الأعلى.....
62	4- الدراسة الأساسية.....
62	1-4- منهج البحث.....
62	2-4- مجتمع البحث.....
62	3-4- عينة البحث.....
63	4-4- العينة من حيث المواصفات والتجانس.....
64	5- ضبط متغيرات الدراسة.....
64	1-5- المتغير المستقل.....
64	2-5- المتغير التابع.....
64	6- مجالات البحث.....
64	1-6- المجال الزمني.....
65	2-1-6- الاختبارات القبلية.....
65	1-2-1-6- العينة التجريبية.....
65	2-2-1-6- العينة الضابطة.....

653-1-6الاختبارات البعدية.....
651-3-1-6العينة التجريبية.....
652-3-1-6العينة الضابطة.....
652-6المجال المكاني.....
653-6المجال البشري.....
667-أدوات البحث.....
661-7-الوحدات التعليمية.....
662-7-الوسائل التعليمية.....
668-البرامج التعليمية (الوحدات التعليمية).....
661-8-خطوات إعداد الوحدات التعليمية.....
672-8-دواعي إعداد الوحدات التعليمية.....
673-8-شروط وأسس بناء الوحدات التعليمية.....
674-8-قياس صدق الوحدات التعليمية.....
675-8-محتوى الوحدات التعليمية.....
689-السلامة الداخلية للتصميم التجريبي.....
68أ-المادة التعليمية.....
68ب-المدة الزمنية للتجربة وتوزيع الحصص الدراسية.....
6910-الوسائل الإحصائية.....
691-10المتوسط الحسابي.....
692-10-الانحراف المعياري.....
693-10-معامل الارتباط بيرسون.....
704-10-الصدق الذاتي.....
701-4-10-معامل الصدق الذاتي.....
705-10-اختبار T ستيودنت.....
701-5-10-اختبار t ستيودنت لعينين متساويتين و متجانستين.....
702-5-10-اختبار t ستيودنت لعينة واحدة.....

7110-6- معامل الالتواء.....
7211- صعوبات البحث.....
73خلاصة.....

الفصل الثاني: عرض تحليل ومناقشه النتائج

75تمهيد.....
761- عرض نتائج الفرضية الأولى.....
761-2- التعليق على الجدول.....
771-3- تفسير نتائج الفرضية الأولى.....
772- عرض نتائج الفرضية الثانية.....
772-2- التعليق على الجدول.....
782-3- تفسير نتائج الفرضية الثانية.....
793- عرض نتائج الفرضية الثالثة.....
793-1- التعليق على الجدول.....
803-2- تفسير نتائج الفرضية الثالثة.....
804- عرض نتائج الفرضية الرابعة.....
814-1- التعليق على الجدول.....
814-2- تفسير نتائج الفرضية الرابعة.....
835- مناقشة فرضيات البحث.....
835-1- مناقشة الفرضية الأولى.....
835-2- مناقشة الفرضية الثانية.....
845-3- مناقشة الفرضية الثالثة.....
855-4- مناقشة الفرضية الرابعة.....
865-5- مناقشة فرضيات البحث العامة.....
876- الاستنتاج العام.....

887- خلاصة عامة
898- الاقتراحات

المصادر و المراجع

الملاحق

ملخص البحث

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
57	يبيّن معامل الثبات في اختبار مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة.	01
58	يبيّن معامل الصدق الذاتي للاختبار المهاري لمهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة:	02
63	يوضح عينة البحث والعينة الاستطلاعية.	03
63	يوضح مواصفات عينة البحث للعينة الضابطة و العينة التجريبية.	04
68	يوضح دروس التربية البدنية و الرياضية كمجموعة البحث.	05
76	يبيّن نتائج الاختبار القبلي للعينتين الضابطة و التجريبية في متغيرات الدراسة .	06
77	يبيّن نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في متغيرات الدراسة.	07
79	يبيّن نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية في متغيرات الدراسة.	08
80	يبيّن نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في متغيرات	09

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
23	مخطط بوستيك.	01
76	يوضح نتائج الاختبار القبلي للعينتين الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة للفرضية الأولى.	02
78	يوضح نتائج الاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة في متغيرات الدراسة للفرضية الثانية.	03
79	يوضح نتائج الاختبار القبلي للعينتين الضابطة والتجريبية للفرضية الثالثة.	04
81	يوضح نتائج الاختبار القبلي للعينتين الضابطة والتجريبية للفرضية الرابعة.	05

قائمة الرسومات

الرقم	عنوان الرسم	الصفحة
01	يوضح اختبار لتقويم درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض للكرة الطائرة بالإرسال في مناطق مختلفة من ملعب كرة الطائرة.	59
02	يوضح اختبار لتقويم درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض لكرة الطائرة باستخدام مناطق مرسومة على حائط.	60
03	يوضح اختبار مهارة الإرسال من الأسفل إلى الأعلى.	61

مقدمة

إن عملية التدريس هي مجموعة العلاقات المستمرة التي تنشأ بين المعلم و المتعلم بحيث تساعد هذه العلاقات المتعلم على النمو و اكتساب المهارات و الخبرات، ويعرف "صالح ذياب هندي وهشام عامر" عمليات التدريس على أنه مجموعة الأنشطة البدنية التي يقوم بها المعلم في موقف تعليمي لمساعدة التلاميذ للوصول إلى أهداف تربوية محددة¹، وذلك من خلال كافة الأطراف التي تهم العملية التربوية من إداريين و عاملين وتلاميذ لغرض نمو المتعلمين و الاستجابة لرغباتهم وخصائصهم حتى يكون التدريس أحد أبرز و أهم المحاور في العملية التربوية.

وتعد الأنشطة الرياضية أحد أنواع النشاطات المدرسية لما لها دور كبير و فعال في تكوين التلاميذ من عدة جوانب حتى تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه كما استخدم بعض العلماء من بينهم "لارسون" هذه التعابير على أنها أنشطة شاملة الأشكال و الألوان ولازالت تستخدم لحد الآن.

وتنقسم هذه الأنشطة إلى أنشطة فردية و جماعية ومن بين هذه الأنشطة كرة الطائرة التي تعد من الرياضات المقررة في منهج التربية البدنية و الرياضية للتعليم المتوسط وذلك لفوائدها و أبعادها الاجتماعية و الانفعالية و المهارية وكذا لاحتوائها على مجموعة المهارات الأساسية ومن بينها الإرسال المنخفض الذي ينبغي على جميع التلاميذ أن يؤدوا هذه المهارة على مستوى متكافئ ليتمكن كل تلميذ أو لاعب من تنفيذ المهام الموكلة له في الملعب، ومن هنا تعد القدرة على الأداء الفني للحركة شرطاً أساسياً للأداء المهاري، حيث أن هذا الأداء هو نوع وطريقة تنفيذ الحركة وخطوات سيرها مع مراعاة مطابقتها لقوانين اللعبة التي تعد عنصراً من عناصر فن الحركة².

وتعتبر التغذية الراجعة الخارجية أحد الأدوات الأساسية التي تؤثر في المتعلم وتجعله يقوم بتصحيح مساره الحركي أثناء الأداء، ويرى "رجحي مصطفى عليان" أن التغذية الراجعة، تبين مدى تأثير المستقبل بالرسالة التي يتلقاها من المرسل بالطرق و الوسائل المختلفة³.

حيث تتيح التغذية الراجعة الخارجية للمتعلم فرصة التعرف على أخطائه على نواحي الضعف في أدائه من خلال، البرنامج التعليمي الذي طبق عليه و لا بد أن تكون الممارسة مصحوبة بعمليات

¹-صالح ذياب هندي، هشام عامر، عمليات دراسات في المناهج و الأساليب العامة، دار الفكر العربي، ط7، 1992، ص177.

²-محمد صبحي حسنين حمدي عبد المنعم، الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس و التقويم-بدني- مهاري- معربي-نفسى تحليلي، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر، 1997، ص115.

³- رجحي مصطفى عليان، محمد عبد الدبس، وسائل الاتصال تكنولوجيا التعليم، ط1، دار الصفاء عمان الأردن، 1999، ص58.

التصحيح لضمان الأداء الأمثل خاصة لمهارة الإرسال المنخفض من خلال المعلومات المتوفرة للمتعلم عن طريق المعلم أو المدرب أو الزميل من أجل تحسين هذه المهارة و عملية التدريس.

ولتحقيق الغرض من هذه الدراسة، اعتمدنا في بحثنا على بابين الأول خصصناه للجانب النظري و الباب الثاني خصصناه للجانب التطبيقي.

الفصل التمهيدي : خصصه الباحثان للتعريف بالدراسة من حيث الإشكالية وصياغة الفرضيات وأهداف البحث، أهمية البحث أسباب اختيار الموضوع و التعريف بمصطلحات البحث و تحليل و مناقشة الدراسات السابقة و المشاهدة.

الباب الأول: يخص الجانب النظري و الذي ضم ثلاثة فصول حيث جاءت على النحو التالي:

الفصل الأول: تطرقنا فيه للتغذية الراجعة.

الفصل الثاني: وقد خصصناه للكرة الطائرة ومهاراتها بتعريفها ،تاريخها وبعض قوانينها...إلخ.

الفصل الثالث: وقد خصصناه للمرحلة المتوسطة و التي تمثلت في المرحلة العمرية من 13-14 سنة.

الباب الثاني: يخص الجانب التطبيقي و الذي ضم فصلين حيث جاءت على النحو التالي:

الفصل الأول: تناول المنهج المتبع في البحث و الإجراءات الميدانية.

الفصل الثاني: يتم فيه عرض و تحليل و مناقشة و تفسير نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات و الإطار النظري العام.

وفي الأخير انصب الاهتمام على تقديم أهم و أبرز الاستنتاجات ثم خلاصة عامة حول النتائج

المتحصل عليها من خلال الجانبين النظري و التطبيقي بالإضافة إلى التوصيات و الاقتراحات ثم قائمة المصادر والمراجع.

التعريف بالبحث

1- مشكلة البحث:

التربية البدنية هي جزء لا يتجزأ من التربية العامة حيث تعمل على تنمية الجسم والعقل معا وذلك عن طريق النشاطات التي يتم ممارستها من خلالها فهي تعمل على تكوين الفرد تكويناً متكاملًا من الناحية الحسية والحركية والمعرفية و الوجدانية حيث يرى "شارلز بيونشر" أن: التربية البدنية والرياضية هي جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والانفعالية والاجتماعية ، وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني الرياضي¹، ويضيف أن فهم التربية البدنية والرياضية على أنها جسم قوي أو مهارة رياضية أو ما شابه ذلك هو الاتجاه الخاطئ في فهم والممارسة الرياضية في الطور المتوسط هي مصدر للترفيه واستثمار الطاقات لدى التلاميذ حيث تعمل على تنمية وتطوير شخصياتهم من جميع النواحي ، فهي تساهم في منحهم ومعايشتهم للتجارب الحركية المختلفة سواء كانت فردية تستدعي تجنيد طاقات التلميذ واستثمارها أو جماعية تتطلب الاندماج في الفوج والتمسك بقواعده ومن بين هذه الرياضات كرة الطائرة التي تعتمد على التحكم الجيد في الأداء الحركي خاصة في مهارة الإرسال المنخفض كهدف نهائي لعملية التدريس في العملية التعليمية وتعمل التغذية الراجعة الخارجية المعطاة للمتعلم على تزويده بالخطوات الفنية والمهارية مما يؤدي إلى رفع مستوى أدائه وتغيير سلوكه بعد خضوعه لهذا البرنامج وذلك بهدف تحسين مستوى الأداء الفني وتقويمه، ومن هنا نطرح الإشكالية التالية:

1-1-التساؤل العام:

ما مدى أثر التغذية الراجعة الخارجية في تعلم مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط (13-14) سنة ؟

1-2-الأسئلة الجزئية:

- 1- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينة الضابطة التجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية - الإرسال المنخفض)؟
- 2- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية - الإرسال المنخفض)؟

¹ - أحمد بوسكرة، مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي والتقني، جامعة المسيلة، 2005، ص 07.

3- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختيار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في متغيرات

الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية - الإرسال المنخفض)؟

4- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في

متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية - الإرسال المنخفض)؟

2-الفرضيات:

2-1-الفرضية العامة:

-لاستخدام التغذية الراجعة الخارجية أثر في تعلم مهارة الإرسال المنخفض لدى تلاميذ الطور المتوسط.

2-2-الفرضيات الجزئية:

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في متغيرات

الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية - الإرسال المنخفض).

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في متغيرات الدراسة

(التغذية الراجعة الخارجية - الإرسال المنخفض).

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في متغيرات الدراسة

(التغذية الراجعة الخارجية - الإرسال المنخفض).

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في متغيرات

الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية - الإرسال المنخفض).

3-أهداف البحث:

- إبراز مفهوم التغذية الراجعة الخارجية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

- إبراز فعالية التغذية الراجعة الخارجية في العملية التعليمية.

- معرفة الطريقة الصحيحة لاستخدام التغذية الراجعة الخارجية في حصص ت ب ر.

- محاولة التوصل لبعض الاقتراحات حول أهمية التغذية الراجعة الخارجية في العملية التعليمية وتزويد

الأساتذة بها.

4- أهمية البحث: تكمن أهمية البحث فيما يلي:

- تحديد العلاقة بين التغذية الراجعة الخارجية وسلوك التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية.
- تحديد مدى تأثير التغذية الراجعة الخارجية على حصة التربية البدنية والرياضية.
- تحديد كيفية استعمال التغذية الراجعة الخارجية في حصة التربية البدنية والرياضية.
- التعرف على أهم أنواع التغذية الراجعة الخارجية وتوقيت استخدامها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

5- أسباب اختيار الموضوع:

- لأجل إبراز دور التغذية الراجعة في تحسين دور المتعلم.
- من أجل إظهار أهمية التغذية في تنمية الأداء المهاري.
- لتحسين سلوكيات المتعلمين.
- إثراء المكتبات بمثل هذه المواضيع المهمة.

6- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

6-1- مفهوم التغذية الراجعة:

لغة: FEED BACK، التغذية المرتدة، التغذية الانعكاسية.¹

اصطلاحا:

تعريف "ظافر هاشم الكاظمي" وآخرون "المعلومات التي تعطى للمتعلم عند الانجاز في محاولة لتعلم المهارة والتي توضح دقة الحركة خلال أو بعد الاستجابة أو كليهما وتعد باعث مهم جدا في السيطرة على حركة الإنسان وسلوكه لتصحيح الأداء المستقبلي"².

تعريف "رحي مصطفى عليان" حول التغذية الراجعة "هي تبين مدى تأثير المستقبل بالرسائل التي يتلقاها المرسل بالطرق والوسائل المختلفة"³.

¹ - علي مصطفى طه، كرة الطائرة تاريخ، تعلم، تدريب، تحليل فنون، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1999، ص 41.

² - ظافر هاشم الكاظمي و آخرون، معرفة استخدام الطلبة المدرسين (المطبقين) لحالات التغذية الراجعة باعتماد النظام الملاحظة، مقترح مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد، العدد الأول 6991، ص 631.

³ - رحى مصطفى عليان، محمد عبد الدبس، مرجع سابق، ص 58.

التعريف الإجرائي:

هي مجموعة من الملاحظات والتعليقات والإشارات الشفوية التي يستخدمها المعلم أثناء استجابات التلاميذ على الأنشطة الموكلة لهم بقصد تعديل الاستجابات الحركية الخاطئة وتثبيت الاستجابة الصحيحة وتعزيزها.

6-2- التغذية الراجعة الخارجية:

اصطلاحاً:

تعريف "عطاء الله" بأنها: "هي خارجية عن الجسم ولا تأتي من ذات الفرد أو الأعضاء الأخرى وإنما من مصادر خارجية كتعليمات المعلم"¹.

هي نقيض التغذية الراجعة الداخلية، حيث تتعلق التغذية الراجعة الخارجية بالمعلومات التي ترتبط بالمهمة المراد تنفيذها، ويتم التزويد بالمعلومات من خلال مصدر خارجي كالمدرّب أو المعلم أو المرأة أو جهاز فيديو وتتم بشكل لفظي أو بشكل غير لفظي.

التعريف الإجرائي:

هي إعلام المتعلم بأدائه وسلوكه بطريقة مرئية وذلك لغرض ضبط السلوك أو تصحيح الأخطاء والغرض من توظيفها هو إجراء تحسينات على العملية التعليمية لمساعدة المتعلم في الحصول على الحد الأقصى من الاستفادة من برامج المتعلم.

6-3- المهارة: لغة

المهارة في اللغة: الحذق والأداء الجيد للشيء من قبل المتعلم، كما تقتضي المهارة في اللغة أيضاً: الشمول، فكل ما يتصل بالأداء لا بد أن يكون المتعلم متمكناً منه؛ كما تستوجب الإتقان التام للعمل.

¹ - عطاء الله أحمد، أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر 2006

اصطلاحاً:

يعرفها وجيد محبوب "هي الحركة التي تعطي المشاهد الانطباع عن نوعية اللعبة وعلى نوعية الأداء وكذلك تعطي للمشاهد على أن أداء الحركة بسيط"¹.

التعريف الإجرائي:

وهي مستوى كفاءة الفرد في أداء واجبات معينة أو على أداء واجب حركي خاص أو مجموعة واجبات حركية بأقصى مدى من الاتفاق بأقل جهد وزمن ممكن.

6-4-مهارة الإرسال:

تعريفه: هو وضع الكرة في حالة لعب، بعد صفارة الحكم الأول من خلف خط نهاية الملعب، بواسطة لاعب الصف الخلفي في مركز اللعب رقم (1) لتعبر الشبكة إلى ملعب المنافس، أي هو الضربة التي يبدأ بها اللعب وبدونها لا يمكن أن يبدأ اللعب .

6-6-المراهقة:

لغة: تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج.

اصطلاحاً:

هي مشتقة من المصطلح اللاتيني "Adolece" ومعناه التدرج نحو النضج البدني والجنسي والانفعالي والعقلي أي "النمو" أو "النمو إلى النضج" ويستخدم علماء النفس هذا المصطلح للإشارة إلى النمو النفسي والتغيرات التي تحدث أثناء فترة الانتقال من الطفولة إلى الرشد.

التعريف الإجرائي:

هي المرحلة التي تنقل الفرد من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والبلوغ وتحدث في هذه المرحلة مجموعة من التغيرات الجسدية والنفسية ويمكن جعل هذه التغيرات بتغيرات جسمانية ونفسية عقلية واجتماعية بحيث تغير الطفل إلى رجل والطفلة إلى امرأة.²

¹ - فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1994، ص 5.

² - هدى محمد قناوي، سيكولوجية المراهقة، دار المعارف، القاهرة، 1992، ص3.

6-7- التربية البدنية والرياضية:

لغة: ربا، يربي ، بمعنى أصلحه وتولى أمره وساسه وقام عليه ورعاه.

اصطلاحا:

يعرفها تشارلز أن: " التربية البدنية والرياضية هي جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية ، وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني الرياضي " ¹.

التعريف الإجرائي:

هي وسيلة تربوية غايتها إعداد الفرد لمواجهة ما يجول به من متغيرات في الحياة.

¹-أحمد بوسكرة، مرجع سابق، ص 7.

7- الدراسات السابقة و المشابهة

7-1- الدراسات العربية:

7-1-1-دراسة آية 1995:

قامت بدراسة هدفت إلى تأثير التغذية الراجعة في تعلم بعض مهارات كرة الطائرة، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة تكونت من 40 طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، قسموا إلى مجموعتين ، المجموعة التجريبية الأولى استخدم معها أسلوب التغذية الراجعة بواسطة الشرح اللفظي وأداء النموذج . أسفرت نتائج الدراسة: وجود فروق معنوية لصالح المجموعة الأولى التي استخدمت التغذية الراجعة المرئية بواسطة الفيديو.

7-1-2-دراسة عطا الله احمد 1996:

قام الباحث بدراسة تأثير بعض أنواع التغذية الراجعة في تعلم مهارة الإرسال في كرة الطائرة في الطور الأول والثاني (09-12) سنة، بحث ميداني بمدرسة مولاي احمد بولاية سعيدة وقد هدفت الدراسة إلى ما يلي:

- إبراز أهمية التغذية الراجعة في حدوث عملية التعلم.
- إظهار ضعف في توظيف التغذية الراجعة في العملية التعليمية، حيث تعتبر اساس في حدوث عملية التعلم عند التلاميذ يكون لعدم وجود اثر سلبي في حدوث التعلم.
- ولقد استخدم الباحث المنهج التجريبي حيث قام بأخذ عينة تتكون من 108 تلميذ (ذكور) ثم اختارهم بالطريقة العشوائية موزعين على النحو التالي:
- العينة التجريبية عدد أفرادها 96 تلميذ يدرسون في الطور الثاني من التعليم الأساسي تتوزع هذه العينة إلى 08 مجموعات تجريبية تتكون كل مجموعة من 12 تلميذ.
- العينة الضابطة تتكون من 12 تلميذ.
- وقد أشارت النتائج إلى وجود أثر لبعض الأنواع من التغذية الراجعة في تعلم مهارة الإرسال في كرة الطائرة وتتمثل في النقاط التالية:
- التغذية الراجعة لها تأثير ايجابي في تعلم الإرسال في كرة الطائرة.

-هناك بعض من أنواع التغذية الراجعة كان تأثيرها أكبر من الأخرى.

7-1-3-دراسة عبد الإله الجميلي وعبد الكريم السامرائي 1998:

قام الباحث بإجراء دراسته هدفت إلى معرفة أثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام التغذية الراجعة اللفظية على تعلم بعض مهارات الجمباز لطلبة ت. ب وقد تكون عينة الدراسة من 18 طالبا من طلبة كلية التربية من جامعة اليوموك والمسجلين بتخصص الجمباز المستوى الأول والذي يعتبر سباق إجباري لطلبة الكلية وعددهم 09 طلاب وطلاب الشعبة الثانية وعددهم 09 للفصل الأول (2003-2004) وقد تم اختيار الشعبة الأولى لمجموعة التغذية الفورية الشعبة الثانية لمجموعة التغذية الراجعة المؤجلة بالطريقة العمدية بنظام المجموعتين التجريبيتين عشوائيا وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التغذية الراجعة الفورية له تأثير إيجابي على تعلم بعض المهارات في الجمباز.

البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التغذية الراجعة الفورية كان تأثيره أكبر من استخدام التغذية الراجعة المؤجلة.

كان ترتيب الطور للبرنامج التعليمي المقترح باستخدام التغذية الراجعة الفورية على المهارات بالتسلسل.

7-1-4-دراسة خيري محمود الصالحة: (2004):

قام الباحث بإجراء دراسة هدفت إلى معرفة أثر برنامج تعليمي مقترح باستخدام التغذية الراجعة اللفظية على تعلم بعض مهارات الجمباز لطلبة ت. ب وقد تكونت عينة الدراسة من 18 طالبا من طلبة كلية التربية من جامعة اليوموك والمسجلين بتخصص الجمباز المستوى الأول، والذي يعتبر سباق إجباري لطلبة الكلية وعددهم 9 طلاب، وطلاب الشعبة الثانية عددهم 9 للفصل الأول (2003-2004) وقد تم اختيار الشعبة الأولى لمجموعة التغذية الفورية والشعبة الثانية لمجموعة التغذية الراجعة المؤجلة بالطريقة العمدية بنظام المجموعتين التجريبيتين عشوائيا، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التغذية الراجعة الفورية كان تأثيره أكبر من استخدام التغذية الراجعة المؤجلة.

- كان ترتيب الطور للبرنامج التعليمي المقترح باستخدام التغذية الراجعة الفورية على المهارات بالتسلسل.

7-1-5-دراسة أسماء حكمت 2005:

عنوان الدراسة: "تأثير استخدام التغذية الراجعة الشفوية والمرئية على مستوى أداء مهارتي الإرسال والاستقبال في كرة الطائرة".

هدف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام التغذية الراجعة الشفوية والمرئية على مستوى أداء مهارتي الإرسال والاستقبال في كرة الطائرة لدى طلاب المرحلة الثانية.

المنهج المتبع في الدراسة:

استخدام الباحث المنهج التجريبي نظرا لملائمته مع طبيعة البحث.

عينة الدراسة:

عينة مكونة من 60 طالب من طلاب كلية التربية الرياضية من طلبة المرحلة الثانية في جامعة بغداد ثم تقسيمهم إلى مجموعتين ، ضابطة وأخرى تجريبية.

نتائج الدراسة:

ومن خلال الدراسة استطاع الباحث التوصل إلى النتائج التالية:

- أن التغذية الراجعة الشفوية المرئية هي أفضل تأثير في مستوى أداء مهارتي الإرسال والاستقبال.
- هناك تباين في تأثير الأنواع الثلاثة من التغذية الراجعة في مستوى أداء مهارتي الإرسال والاستقبال.

7-1-6-دراسة الطالبان قرواني عبد المالك وكشمير محمد ياسين 2015/2014:

-قام الباحثان بدراسة أثر التغذية الراجعة على تطوير كل من تركيز الانتباه و التصويب لدى لاعبي كرة القدم للناشئين (12-15 سنة).

-هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير التغذية الراجعة في تطوير كل من دقة التمرير و التصويب وتركيز الانتباه في كرة القدم.

المنهج المتبع:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لموضوع الدراسة.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية وتمثلت في لاعبي كرة القدم للناشئين (12-15 سنة) حيث تكونت من 22 لاعب تم تقسيمهم إلى مجموعتين 11 لاعب تمثل العينة الضابطة و 11 لاعب تمثل العينة التجريبية.

أظهرت النتائج التي توصل إليها الباحثان:

- وجود تكافؤ وتقارب لكن بشكل غير دال احصائيا بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في الاختبار القبلي للمهارات (التمرير، التصويب، التركيز و الانتباه).

- التغذية الراجعة لها أثر على تطوير كل من تركيز الانتباه ودقة التمرير والتصويب لدى لاعبي كرة القدم.

7-2-2- الدراسات الأجنبية:

7-2-1- دراسة غرانيت 1990:

هدفت هذه الدراسة للكشف عن اثر التغذية الراجعة للمعلم عن السلوك الحركي للمهارة ونجاحها لدى الطالب، حيث تم استخدام تصميم خطة تحديد المستوى لتقييم أثر التغذية الراجعة للمعلمين على متغيرات السلوك المدروسة.

اشتملت عينة الدراسة على 03 معلمين اختيروا بطريقة عشوائية ومعدل خبرة 07 سنوات في تدريس المرحلة الإعدادية من مدارس مختلفة في نيوزيلندا ، بينما تم اختيار 18 طالبا بشكل عشوائي أيضا من 09 صفوف للمرحلة الابتدائية ثم تحديد مستوياتهم بضعف ، متوسط، عالي على متغيرات السلوك المدروسة بناء على توقع مدرسيهم كيف سيكون تحصيلهم في أداء مهارات جديدة و ثم تبادل مجموعة الطلاب بين المدرسين حتى لا يكون تحيز إذ تم تدريسهم 03 حصص على مهارات جديدة في كرة الطائرة، استخدام 02 من المعلمين استراتيجية التغذية الراجعة التوجيهية أثناء تقييم الدروس بينما الأخر لا يستخدمها.

وقد أظهرت النتائج ما يلي:

- المعلمان اللذان استخدام التغذية الراجعة التوجيهية قد زاد في كمية الوقت التي يقضيها الطلبة من السلوك الحركي للمهارات بنسبة 15% ولم تحدث زيادة حسب أي سلوك آخر.

لم تظهر أي فروق أساسية في سلوكيات الطلاب بين الحصص الثلاثة التي درسها المعلم الذي لم يستخدم أسلوب التغذية الراجعة التوجيهية.

7-2-2-دراسة: Barzouka, Bengeled, Hatzihourito 2006:

قام بدراسة هدفت للتعرف إلى تأثير التغذية الراجعة باستخدام نماذج تعليمية مختلفة على تعلم امتلاك مهارة الإرسال في كرة الطائرة استخدام الباحثين المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (53) طالبة من الفئة العمرية (12-15 سنة) قسموا عشوائيا إلى ثلاث مجموعات، خضعت المجموعات إلى 12 وحدة تعليمية لمهارة الإرسال بحيث أن كل المجموعات الثلاث تلقت تغذية راجعة شفوية بالكرة الطائرة، المجموعة الأولى والثانية تلقت تغذية راجعة بواسطة نماذج تعليمية مختلفة والمجموعة الثالثة تلقت تغذية راجعة شفوية فقط.

أظهرت نتائج الدراسة أن كل النماذج التعليمية المستخدمة كان لها تأثير ايجابي على اكتساب المهارات الحركية المتمثلة في تعلم مهارة الإرسال في كرة الطائرة.

8-التعليق على الدراسات:

بعد اطلاعنا على مختلف هذه الدراسات حيث استفدنا منها في تنظيم بحثنا فاشتمل على ستة دراسات عربية ودراستين أجنبيتين، فتنوعت الاتجاهات في دراسة التغذية الراجعة وأنواعها من عدة جوانب سواء من ناحية النشاطات أو من ناحية المعرفية ومن بين أهم النقاط التي ارتكزت عليها هذه الدراسات ما يلي:

- الاستعانة بنتائج هذه الدراسات كونها تعالج أفكار متعلقة بدراستنا ومقارنتها بالنتائج المتوصل إليها من خلال هذا البحث.

-مساعدة الباحث في تحديد ماهية وأهمية المشكلة التي هي قيد الدراسة.

-الاستفادة من هذه الدراسات في طريقة اختيار عينة البحث والوسائل الإحصائية المستعملة.

- استخدمت جل الدراسات المنهج التجريبي.

-تراوحت عينات الدراسات ما بين (03-96) طالبا.

- كل الدراسات توصلت نتائجها على أن التغذية الراجعة لها دور في تحسين الأداء الحركي لدى المتعلمين.

9-نقد الدراسات:

في الدراسات التي استخدمت النشاطات الفردية في الدراية الأولى استعمل الباحث أنواع مختلفة من التغذية الراجعة في فعالية رمي القرص، بينما كان بإمكانه التطرق لنوع واحد، أما الدراسة الثانية ركز على معرفة التغذية الراجعة بشكل معرفة الإنجاز على تعلم المهارة الحركية المغلقة، وكان بإمكانه التطرق إلى معرفة التغذية الراجعة بشكل معرفة الإنجاز على تعلم المهارة الحركية المفتوحة، أما الدراسة الرابعة والثانية استخدم الباحثان التغذية الراجعة اللفظية والمرئية لتعلم بعض مهارات الجمباز وسباحة الصدر، وكان بإمكانهم استعمال أنواع أخرى من التغذية الراجعة مثل الخارجة والفورية والمؤجلة والبعديّة حتى تكون التغذية الراجعة لها أهمية وأثر كبير في العملية التعليمية.

في الدراسات التي استخدمت النشاطات الجماعية إذ استعمل الباحثون في الدراسة الثانية والسابعة بعض أنواع التغذية الراجعة مثل الشفوية والمرئية والخارجية في تعلم مهارتي الإرسال والاستقبال وكان بإمكانهم استعمال نوع واحد مع مهارات أخرى في نفس النشاط، أما في الدراسة السادسة والسابعة ركز الباحثان على التغذية الراجعة الفورية والمؤجلة والسمعية والبصرية وكان بإمكانهم استخدام أنواع أخرى من التغذية الراجعة مثل القبليّة والبعديّة في بعض المهارات الأخرى حتى يستطيع أن يحكم على أن التغذية الراجعة لها أثر إيجابي في تحسين الأداء الحركي لدى التلاميذ.

الباب الأول:
الجانب النظري

الفصل الأول:

التغذية الراجعة

تمهيد:

هناك الكثير من التغيرات التي تؤثر في المتعلم، منها المعلومات التي تعطى له خلال استجابته للشيء المراد تعلمه وتطبيقه لأجل إنجاز جيد أو تحسين وضع أو تصحيح مسار حركي وغيرها ، وهذا ما يصطلح عليه: "التغذية الراجعة".

1-1- مفهوم التغذية الراجعة:

يستخدم على مفهوم التغذية الراجعة في ذخيرة علم النفس بأنها: «تقرير الإدراك المباشر عن نتيجة سلوك الفرد على غيره من الأشخاص»¹، وهي كذلك رجوع الإشارات إلى مركز الضبط، حيث تلعب دورا في إنتاج مزيد من الضبط، كما يحدث في حالة الإثارة الناتجة عن الفاعلية العضلية الراجعة إلى الدماغ معلمة إياه عن وضع العضلات المساهمة، بهذا في زيادة ضبط هذه العضلات، مما يشبه عمل الضابط في الماكينة البخارية²، كما ذكرت زمزية الغريب أن: «التغذية الراجعة من أهم المفاهيم التي ظهرت لكنه لم ينتشر، ولم يرتبط بالسلوك الإنساني ارتباطا وثيقا، إلا بعد ربط فينر vinner بينها وبين الضبط الذاتي للسلوك»³، وينظر لمفهوم التغذية الراجعة في التعلم في قول "رجي مصطفى عليان": «هي تبين مدى تأثير المستقبل بالرسائل التي يتلقاها المرسل إليه بالطرق والوسائل المختلفة»⁴، وتقول "عفاف عبد الكريم" حول التغذية الراجعة: «هي إخطار حسي يستقبله الفرد نتيجة استجابة»⁵.

ومن خلال التعاريف السابقة نستنتج أن التغذية الراجعة هي جميع المعلومات التي يمكن أن يحصل عليها المتعلم من مصادر مختلفة (داخلية أو خارجية أو كليهما معا)، قبل أو أثناء أو بعد الأداء لتعديل الأخطاء أو الوصول إلى الأداء المراد، وبذلك فإن التغذية الراجعة مهمة في تعلم المهارات الرياضية فهي لا تتوقف عند حد معين، أو عند الوصول للأداء المرغوب فيه، بل تتعدى ذلك، فهي تتبع المتعلم في جميع مراحل الإنجاز وهذه المعلومات تتغير تبعا للهدف ونوع الإنجاز (الاستجابة) حين تكون هذه المعلومات ملائمة لمستوى المتعلم ومراحل التعلم.

1-2- أهمية التغذية الراجعة:

إن الحديث عن أهمية التغذية الراجعة يعود بنا إلى الهدف من هذا البحث والذي نبرز من خلاله ليس فقط تأثير التغذية الراجعة على التعلم فحسب ولكن كذلك دور التغذية الراجعة في العملية

¹ - كمال الدسوقي، ذخيرة علم النفس، مج1، دار المعارف، القاهرة، 1988، ص544.

² - عطاء الله أحمد، مرجع سابق، ص16.

³ - زمزية الغريب، التعلم دراسة نفسية توجيهية تفسيرية، المكتبة الأنجلو مصرية، 1977، ص451.

⁴ - رجي مصطفى عليان، محمد عبد الدبس، مرجع سابق، ص58.

⁵ - عفاف عبد الكريم، طرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، دار المعارف، الإسكندرية، 1998، ص173.

التعليمية، وذلك من أجل البحث عن التعلم الأسرع بأقل جهد ورجحاً للوقت، يقول "دريل سايد نتوب": «التغذية الراجعة حالة ضرورية في التعلم»¹.

وهو ما يؤكده "عباس أحمد صالح السامرائي"، حيث يذكر: «أن من أهم أسباب ضعف العملية التعليمية هو غياب التغذية الراجعة أو قلتها»².

وهناك صعوبة كبيرة في تعلم بعض المهارات، ويلزم الشخص أن يستخدم التغذية الراجعة في هذه العملية وهذا ما يؤكده "فؤاد أبو حطب" حيث يقول: «إن بعض أنواع التعلم لا يمكن اكتسابها وخاصة المهارات الحركية إلا بمعرفة النتائج أو ما يسمى التغذية الراجعة الإخبارية»³.

1-3- عناصر عملية التغذية الراجعة:

مهما تنوعت عملية التغذية الراجعة فلن تتم إلا إذا توفرت فيها أربعة عناصر أساسية مترابطة فيما بينها بحيث يؤثر كل عنصر منها على العناصر الأخرى، إذ يجب أن يفهم على أن العملية التعليمية التي تتم بين المعلم والمتعلم وهذه العناصر الأساسية تتمثل في:

1-3-1- المرسل: وهو المصدر الذي تنطلق منه الرسالة أي المصدر الذي تبدأ عنده التغذية الراجعة ويجول هذا المصدر إلى الرسالة التي يريد أن تصل إلى المستقبل إلى رموز تأخذ طريقها من خلال قنوات مختلفة.

1-3-2- المستقبل: هو الجهة أو الشخص الذي توجه إليه الرسالة ويقوم بدور حل الرموز للوصول إلى فهم معانيها واستيعاب ما تحمله الرسالة من أفكار ومعلومات والسلوك الذي يديه المستقبل نحو الرسالة (أي مدى تأثيره على السلوك المستقبلي)، وهو الدليل على نجاح الرسالة وتحقيق الهدف، وهناك عوامل عديدة تؤثر في سلوك المستقبل مثل: المجال الذي سئلت فيه الرسالة، وحاجاته وظروفه النفسية والصحية والاجتماعية والاقتصادية ومستواه التعليمي والثقافي.

1-3-3- الرسالة: هي الموضوع أو الفكرة التي يريد المرسل نقلها إلى المستقبل أو هي الهدف الذي تهدف عملية الإيصال إلى تحقيقه ويعرفها الكثيرون بكونها مجموعة من الرموز التي لا يتضح معناها إلى

1- دريل سايد نتوب، "تطور مهارات التربية البدنية والرياضية"، ترجمة عباس السامرائي عبد الكريم السامرائي، ط1، جامعة بغداد 1992، ص333.

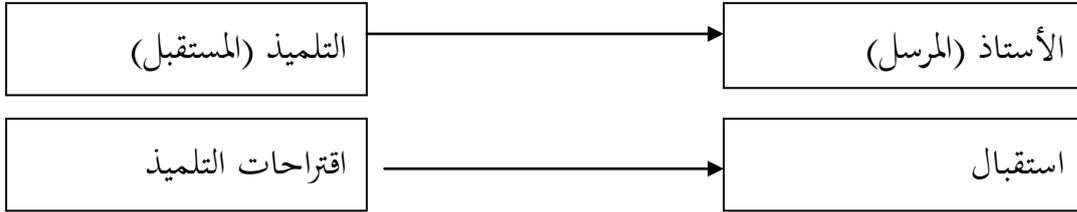
2- عباس أحمد صالح السامرائي، محاضرات حول التغذية الراجعة، المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية، 1996.

3- زمزية الغريب، مرجع سابق، ص452.

نوع السلوك الذي يمارسه المستقبل وبالتالي فإن موضوع الرسالة قد أدى معناه إذا طابق السلوك الهدف المنشود المراد تحقيقه من خلال الرسالة.

1-3-4- الوسيلة: هي القناة التي تمر من خلالها الرسالة من المرسل أو الأستاذ أي المرسل إلى التلميذ أو الطالب أي المستقبل (وهي قناة مهمة جدا في عملية التغذية الراجعة لأنه لا يمكن أن تتم التغذية الراجعة بين الأفراد دون أن تكون هناك لغة تفاهم)، ويتوقف اختيار الوسيلة التعليمية على عوامل كثيرة منها موضوع الدرس والهدف الذي يسعى إليه الدرس، ولكل وسيلة من وسائل التعليم مزايا وعلى المعلم التمييز بينها على أساس مقدار مساهمتها في تحصيل المعرفة ومعرفة كيفية استخدامها والقواعد الخاصة لهذا الاستخدام.

إن الأستاذ من خلال العلاقات التربوية التي تربطه مع تلاميذه يقوم بإرسال معلومات إلى المستقبل (التلميذ) ثم يشرح هذا الأخير بدوره في تحليل مضمونها لكي يتمكن من فهمها واستيعابها. فلقد وضع لنا "Pastic" بوستيك مخطط عن كيفية تبادل التغذية الراجعة بين المدرس والتلميذ في الشكل التالي:



الشكل (01) مخطط بوستيك¹.

نتيجة طبيعية حركات الفرد تحدث التغذية الراجعة، فعند تحرك أي جزء من الجسم هناك معلومات خاصة بهذه الحركة آنية إما من عضلات الجسم أو من مفاصله، وهذا يحدث استجابة طبيعية في نفس الوقت تأتي معلومات أخرى عن طريق العين أو السمع أو البصر أو من مصدرين أو أكثر من ذلك، وعليه يمكن للتغذية الراجعة أن تأتي من المصادر التالية²:

✓ تغذية راجعة داخلية (ذاتية حيوية).

1- رحال وهيبة وآخرون، فعالية التغذية الراجعة أثناء التعلم الحركي للسنة الأولى متوسط، مذكرة ليسانس غير منشورة، دالي إبراهيم جامعة الجزائر، 2004، ص 62-63.

2- مصطفى السايح محمد، اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية. ط1، مطبعة الإشعاع الفنية الاسكندرية، 2001، ص 198.

✓ تغذية راجعة خارجية (بصر، سمع).

✓ تغذية راجعة من مصادر (داخلية، خارجية).

حيث ترمي هذه المصادر إلى غاية واحدة وهي تقييم السلوك التعليمي والتعلم لدى التلاميذ قصد الوقوف الدائم على أعمالها البيداغوجية لكي يتسنى للمعلم أو الأستاذ معرفة نتائج العملية ويمكن على ضوء هذه المصادر أن تكون تغذية راجعة، فالمصادر الخارجية يمكن أن تكون سمعية أو بصرية فيتولد لنا تغذية راجعة بصرية وتغذية راجعة سمعية (باستعمال مصادر التغذية الراجعة الإشارات باستعمال أشياء ما)، وهناك مصادر من جهة أنها تتعدى الأخرى، فتكون متداخلة، حيث يرى "أمين أنور الخولي" أن التلميذ يستقبل معلومات من جراء إحساسه بعد القيام بما يطلبه المعلم أو الأستاذ وكذلك يتلقى معلومات المعلم في آن واحد كالشعور بالخطأ من جراء أدائه الحركي مع عدم رضا المعلم أو الأستاذ.

1-4- استخدام التغذية الراجعة:

إن من أهم أسباب ضعف العملية التعليمية هو غياب التغذية الراجعة و قلتها، فهي تعكس مدى التفاعل القائم بين المدرس أو المدرب أو اللاعب أو التلميذ والتي تؤدي إلى حدوث التغييرات المرغوب فيها في سلوك التلميذ أو اللاعب.

فهناك الكثير من المعلومات الحسية التي يمكن أن يتلقاها الفرد وبالطبع ليس كل هذه المعلومات تعود على المهارة الحركية بالفائدة أو تساعد على الإنجاز الجيد، وهنا يؤكد "عباس صالح السامرائي" بقوله أن: «الاستخدام الصحيح للتغذية الراجعة المصاحبة بالمقارنة مع مصادر ونماذج صحيحة تعني العملية التعليمية بشكل جيد ومؤثر ويصل إلى الهدف المطلوب بأسهل الطرق وبأقصر وقت»¹، وبهذا يتضح لنا أن التغذية الراجعة أو الاستخدام الأمثل لها يؤثر بكيفية إيجابية على التعلم الحركي عند الشخص ولهذا سيجب أن يكون المدرب أو الأستاذ على دراية بكيفية استخدام هذه الأنواع من التغذية الراجعة المفيدة في إنجاز الهدف المرغوب فيه أو المرجو إنجازه.

1- عباس أحمد صالح السامرائي، كفاءات تدريبيه في طريق التربية البدنية والرياضية، 1988، ص120.

1-5-التغذية الراجعة الخارجية:

تعتبر التغذية الراجعة الخارجية أحد أنواع التغذية الراجعة كما لها دور كبير في الحصول على المعلومات و الإشارات من مصادر خارجية كالمعلم أو المدرب... إلخ للمتعلم حول مدى نجاحه في أداء مهمة ما ومستوى إنجاز هذه المهمة، وقد تأتي التغذية الراجعة الخارجية على شكل كلام شفوي أو مكتوب أو على هيئة إجراء أو عمل أو على شكل انفعالات حتى يستطيع المتعلم تعديل سلوكياته.

1-5-1- مفهوم التغذية الراجعة الخارجية:

هي المعلومات والتلميحات والإيماءات التي تتصل بأداء معين، والتي تصدر عن أحد أطراف عملية التواصل كردة فعل على مستوى الكفاءة في الأداء¹.

1-6-خطوات التغذية الراجعة الخارجية:

هناك ثلاثة خطوات للتغذية الراجعة الخارجية²:

1-6-1-تغذية راجعة خارجية قبلية: وهي التغذية الراجعة التي تتم قبل أداء الفعل الحركي حيث كان تقدم شكل الحركة كلما كانت نسبة الخطأ قليلة بفعل التكرار لأن التغذية الراجعة القبلية لها دور كبير في الرفع من الأداء الحركي و الحصول على نتائج جيدة بالنسبة للمهارة أو الحركة.

1-6-2-تغذية راجعة خارجية آنية:

هي التي تعطى أثناء تعلم المهارة مع مراعاة أنه لا بد من التصحيح عند ورود الأداء الخاطئ يتم إعطاء تغذية راجعة خارجية آنية عن طريق التأشير على أعضاء الجسم التي لا تكون في الوضع الصحيح أو عن طريق الكلام، إذ يختبر المعلم المتعلم عن أخطاءه في وقت يجري فيه المتعلم تطبيقات المهارة و الحركة ويستخدم هذا النوع من التغذية الراجعة الخارجية في الفعاليات الرياضية التي تستغرق وقتاً طويلاً وكذلك في الفعاليات التي لا تتميز بالسرعة الكبيرة.

¹ - محمد صوالحة، أثر استراتيجيات التغذية الراجعة في تعليم مفاهيم علمية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي في الأردن، المجلة التربوية العدد، 18، 1988، ص5.

² -مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الأول المجلد الخامس 2012، تأثير برمجة التغذية الراجعة الأنية و المتأخرة وفق بناء البرنامج الحركي في تعلم بعض المهارات الأساسية للطالبات بالريشة الطائرة، العراق 2012، ص9-10.

1-6-3- تغذية راجعة خارجية نهائية:

هي التغذية الراجعة التي تتم عقب الانتهاء من الحركة وهذا النوع من التغذية يحدث مباشرة بعد الانتهاء من أداء الحركة أو الفعالية وذلك لأنه كلما كانت التغذية الراجعة الخارجية آنية و سريعة كلما كانت أفضل وعادة ما تأخذ شكل المعلومات حول النتيجة ويمكن إعطاء المعلومة حول النتيجة بعد الأداء مباشرة ويمكن أيضا تأخير إعطائها.

خلاصة:

إن التغذية الراجعة تعتبر من أهم المواضيع التي يجب على مدرس مادة التربية البدنية والرياضية أن يتقن استعمالها والتحكم فيها حسب نوعية إنجاز هذه المعلومات عن التعلم أو الإنجاز تكون دائما تحت سيطرة المعلم وهي من الأمور المهمة التي يحملها التمرين وفهم المبادئ الأساسية مهم جدا لإعطاء التغذية الراجعة حسب نوعها للمتعلم ومعرفة كيفية سير الحركة وسير التمرين يزيد من احتمال نجاح هذه العملية وتحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية، وبهذا يجب أن يكون المعلم حريصا على التوجيه الدقيق للتغذية الراجعة وبصورة إيجابية، أي دقيقة نحو الهدف الموضوع من أجل خدمة الإنجاز وزيادته لتحقيق أهداف المنشودة لحصة التربية البدنية والرياضية.

الفصل الثاني:

كرة الطائرة

تمهيد:

تعتبر رياضة كرة الطائرة من بين أبرز الرياضات الجماعية ذات الشعبية الكبيرة في جميع أنحاء العالم، وهي ليست حكراً على أحد إذ يلعبها الجميع على اختلاف جنسياتهم وعاداتهم وأجناسهم ويلعبها الرجال والنساء وحتى الصبيان لما لها من تشويق مميز.

و كرة الطائرة بصورتها الحالية إحدى الألعاب الراقية التي تمارس في اللقاءات الدولية والأولمبية، فهي لعبة بسيطة للغاية ملعبها عبارة عن مربعين متلاصقين ضلع كل منهما 9 أمتار تفصل بينهما شبكة ارتفاعها 243 سم لفرق الذكور و 224 سم لفرق الإناث، ويتكون كل فريق من ستة لاعبين يتبادل الفريقان تمرير الكرة من فوق الشبكة، ويحاول كل منهما إرسالها إلى أرض الفريق المضاد بطريقة لا تمكنه من إعادتها ويكسب الفريق نقطة عندما يفشل الفريق المضاد في إعادة الكرة، بحيث كل خطأ يحسب نقطة والمباراة عبارة عن ثلاثة أشواط من خمسة ويتألف الشوط من 25 نقطة، أما في حالة تعادل الفريقين بـ 24 نقطة لكل منهما فيكسب الفريق الذي يتجاوز منافسة بنقطتين متتاليتين¹.

وتعتبر كرة الطائرة من الأنشطة الرياضية المقررة في منهاج التربية البدنية والرياضية وذلك لفوائدها وأبعادها الاجتماعية والانفعالية والمهارية.

وهذا ما دفعنا إلى التطرق في هذا الفصل إلى الحديث عن كرة الطائرة ونشأتها ومميزاتها ومختلف مهاراتها الأساسية التي هي قيد موضوع دراستنا.

¹ -Gummet-p- initiation au volley – ball- èdution bochèmann 1975 p 06 .

2-1- تعريف لعبة كرة الطائرة:

كرة الطائرة رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان المخصص للعبة ينقسم إلى نصفين متساويين تفصل بينهما شبكة، الهدف من هذا هو محاولة إسقاط الكرة في جهة الخصم وتفادي سقوطها في الجزء الخاص به، وتتحرك الكرة فوق الشبكة، يبدأ اللعب عن طريق اللاعب الخلفي الأيمن حيث يبدأ بضرب الكرة وذلك بإرسالها فوق الشبكة إلى منطقة الفريق الخصم، وهذا ما يسمى بالإرسال، ولكل فريق الحق في لمس الكرة ثلاث مرات دون حساب لمسة الصد إن وجدت، ولا يمكن للاعب الواحد لمس الكرة مرتين متتاليتين ويستمر اللعب حتى تلامس الكرة الأرض أو عدم تحقيق إرسال صحيح¹.

2-2- مميزات كرة الطائرة:

- تعتبر هذه اللعبة من الألعاب الجماعية التي تناسب جميع الأعمار وتصلح مزاولتها لكلا الجنسين.
- يمكن ممارستها في كل فصول السنة في الملاعب المكشوفة والمغطاة أو على رمال الشاطئ، ويمكن ممارستها ليلاً أو نهاراً.
- قليلة التكاليف من الناحية المادية ولا تحتاج إلى تجهيزات كثيرة.
- لا تحتاج إلى عدد كبير من اللاعبين (06 لاعبين).
- يمكن تعلمها بسهولة وممارستها بأفضل المهارات.
- قليلة الاحتكاك الجسماني مع الفريق المنافس، مما يبعد اللاعبين عن الإصابات.
- قانون اللعبة يسمح للاعب بلمسة واحدة مما يعطي الفرصة لعدد كبير من اللاعبين في الاشتراك في لعب الكرة.
- قانون تبادل مراكز اللاعبين يعطي الفرصة لكل لاعب لإظهار قدرته في الدفاع والهجوم على الشبكة.
- سرعة الحركة وقوة الضربات الساحقة والرشاقة للدفاع على الملعب والإرسال.

¹ - أحمد عيسى البوريني، صبحي أحمد قبلان، الكرة الطائرة، مكتبة المجتمع العربي، الأردن، ط1، 2012، ص15.

- تعتبر هذه اللعبة من الألعاب العلاجية التي تعمل على علاج الانحناء الظهرى الناتج عن الجلوس غير السليم أثناء الدراسة أو العمل، ولذلك تتم المعالجة من خلال الأوضاع التي يتخذها اللاعب أثناء أداء المهارات الأساسية¹.

-تضمن انسجام أو استرخاء كامل بدون أي خطر من الإصابات².

2 - 3- خصائص كرة الطائرة:

لعبة كرة الطائرة من ألعاب الكرة، وشكل آخر من أشكال النشاط البدني ذات طبيعة خاصة يتم التنافس فيها بين فريقين يتكون كل فريق من 06 لاعبين داخل ملعب محدد للغاية (18×9م) حيث يعتبر أصغر ملاعب ألعاب الكرة كذلك عدم ارتباطها بزمن وكذا طريقة التعامل مع الكرة، فتارة تضرب بأطراف الأصابع وتارة مضروبة باليد وتارة أخرى مضروبة بالرجل، الأمر الذي جعل لهذه الكرة خصائص معينة تميزها عن باقي الألعاب ويحاول فيها كل فريق تحقيق الفوز على منافسه³.

2 - 4- أهم القوانين الخاصة بكرة الطائرة:

2 - 4 - 1- الملعب: تجرى مباريات كرة الطائرة في ملعب طوله 18 م وعرضه 9م، مقسم إلى قسمين متساويين بواسطة شبكة طولها 10م وعرضها 1م ، وارتفاعها 2.43م للرجال و2.24م للنساء، يحدد الملعب في الهواء بواسطة عمودين كل عمود يعلو على الشريط العلوي للشبكة بـ 80 سم أما مساحة اللعب فهي واسعة حيث تمتد بـ 8م وراء الخط الخلفي، و5م وراء كل خط جانبي أما علو السقف فيكون بين 7 إلى 12 م.

2 - 4 - 2- الكرة: الكرة مصنوعة من الجلد الخفيف وأصبحت حديثاً تصنع من الجلد الملون بثلاثة ألوان وهي تعتبر من الكرات الخفيفة⁴.

- وزنها بين 260 . 280 غ.

-محيطها بين 65 و 67 سم.

-ضغط الهواء بين 0.3 . 0.325 كغ/سم.

¹ - أكرم زكي خطابية، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 1996، ص 61-62.

² - عصام الوشاحي، المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1991، ص 37.

³ -حسن زكي محمد، الكرة الطائرة منهجية حديثة في التدريب والتدريس، ملتقى الفكر، الإسكندرية مصر، 2000، ص 66-69.

⁴ - [http://www.fivb.org/EN/Refereeing-](http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/FIVB_Volleyball_Rules_2015-2016_EN_V3_20150205.pdf)

Rules/documents/FIVB_Volleyball_Rules_2015-2016_EN_V3_20150205.pdf

2 - 4 - 3- دوران اللاعبين في الميدان: عندما يفوز الفريق المستقبل بالتداول يقوم بالدوران من أجل التداول على الإرسال، أما في حالة فوز فريق المرسل بالتداول فلا يحدث الدوران بل يبقى نفس اللاعب في الإرسال.

2 - 4 - 4- التمريبات الثلاثة: يسمح للفريق الذي بحوزته الكرة القيام بثلاث تمريرات على الأكثر بالإضافة إلى تمريرة الصد قبل تمريرها إلى الفريق المنافس، ويحتسب خطأ عند القيام بأربعة تمريرات.

2 - 4 - 5- نقاط التنقيط المستمر: أو ما يسمى نقطة تتابع نقطة أي كل فوز بالتبادل هو فوز بنقطة، بغض النظر عن الفريق الذي يملك الإرسال وللغوز شرط يجب تسجيل 25 نقطة ما عدا الشوط الخامس الذي يلعب من 15 نقطة حيث الفارق بين الفريقين يكون نقطتين على الأقل، وللغوز بالمباراة يجب الفوز ب 03 أشواط.

2 - 5 - 6- تغيير اللاعبين: في كرة الطائرة هناك ستة 06 لاعبين أساسيين فوق الميدان، و06 لاعبين احتياطيين على الأكثر، ويسمح لكل فريق بـ 06 تغييرات في كل شوط، لكن لا يسمح للاعب الخارج من الملعب بالدخول إلا في مكان اللاعب الذي دخل مكانه، أما عن اللاعب الحر فدخوله وخروجه فهو لا يحتسب كتغيير رسمي¹.

2-6- المهارات الأساسية في كرة الطائرة:

2-6-1- وقفة الاستعداد:

2-6-2- تعريف وقفة الاستعداد :

هو الوضع الذي يتخذه اللاعب ومنه يستطيع التحرك بسهولة ويسير إلى جميع الاتجاهات في الملعب، فيستطيع اللاعب أن يتخذ أوضاعا معينة تناسب مع ظروف وصول الكرة إليه ومن هذه الأوضاع ما يلي :

2-6-2-1- الوقفة المنخفضة: والتي تناسب التغطية للهجوم.

2-6-2-2- الوقفة المتوسطة: وهي الأكثر استعمالا وتناسب التمير والإعداد.

2-6-2-3- الوقفة المرتفعة: وهي تناسب التمير والإعداد للخلف .

¹ - القوانين الرسمية للاتحادية الدولية للكرة الطائرة، 2001 . 2004 ، ص 5-38.

2-6-2-4- طريقة أداء وقفة الاستعداد :

في وضع الاستعداد المناسب يجب مراعاة الآتي:

- يقف اللاعب على كلتا قدميه وإحدى قدميه متقدمة على الأخرى، والقدمان متباعدتان والمسافة بينهما باتساع الحوض، وهذا يعتمد على طول اللاعب واتساع الحوض عنده .

- ثني الركبتين قليلا والظهر مفرودا بارتياح.

- ثني الذراعين من مفصل المرفق ووضعهما بجانب الجسم استعدادا للتمرير أو الإعداد سواء من أسفل أو من أعلى.

- اليدان تكونان مقعرتين وأوسع قليلا من حجم الكرة، والأصابع منتشرة وممتدة بارتخاء وتلمس الكرة على بعد 31 حتى 03 سم أمام الوجه، والساعدان متعامدان على العضدين في حالة التمرير أو الإعداد من أعلى.

- النظر في اتجاه سير الكرة.

- التحرك للأمام يكون بتقدم القدم الأمامية ثم الخلفية.

- التحرك للخلف يكون بتأخير القدم الخلفية ثم تتبعها الأمامية .

- التحرك للجانبين إذا كان التحرك لليمين يكون بنقل القدم اليمين ثم تتبعها القدم اليسرى والعكس بالنسبة لجهة اليسار.

2-6-3- الأخطاء الشائعة في وقفة الاستعداد :

- عدم وضع الذراعين في وضعهما الصحيح كوضع الذراعين بعيدتين عن الجسم.

- عدم ثني الركبتين أو ثنيهما للدخل.

- عدم توزيع الجسم على القدمين بالتساوي.

- عدم متابعة النظر لحظ سير الكرة .

- الوقوف والمسافة بين الساقين غير مناسبة¹.

¹ - علي مصطفى طه ، مرجع سابق ، ص55.

2-7-مهارة الإرسال

2-7-1-تعريف مهارة الإرسال :

الإرسال هو الضربة التي يبدأ بها اللعب في المباراة، ويستأنف عقب انتهاء الشوط، وبعد كل خطأ، وهو عبارة عن جعل الكرة في حالة لعب بواسطة اللاعب الذي يشغل المركز الخلفي الأيمن في الفريق والذي يضرب الكرة باليد مفتوحة أو مقفلة بهدف إرسالها من فوق الشبكة إلى ملعب الفريق المنافس.

2-7-2-أهمية ومميزات الإرسال:

ترجع أهمية الإرسال إلى أنه أحد المهارات الأساسية ذات الطابع الهجومي حيث أن الفريق لا يستطيع تحقيق النقاط بدون الاحتفاظ به، فيجب على لاعبي الكرة الطائرة أن يدركوا أن الإرسال ليس مجرد عبور الكرة فوق الشبكة، ولكن يجب على لاعبي الفريق أن يجيدوا أداء الإرسال بطريقة جيدة ودقيقة، ويستطيع الفريق إحراز النقاط من خلال الإرسال و لاعب الإرسال يكون مستقل في أدائه وبدون تأثير من زملائه أو الفريق المنافس¹.

2-7-3-أنواع الإرسال:

نستطيع من خلال التكنيك الصحيح أداء ضربات الإرسال وتصنيفها إلى نوعين رئيسين:

2-7-3-1-الإرسال من أسفل :

-الإرسال من أسفل المواجه الأمامي.

- الإرسال من أسفل الجانبي.

-الإرسال من أسفل الجانبي المعكوس (الروسي).

*الأخطاء الشائعة في الإرسال من أسفل:

-ضرب الكرة بأصابع اليد.

-عدم ضرب الكرة بالقوة اللازمة مما يؤدي إلى عدم عبورها الشبكة.

- قذف الكرة بعيدا للأمام حيث لا يستطيع اللاعب من ضربها باليد كاملة.

-عدم نقل الجسم أثناء الأرجحة للخلف على القدم الخلفية، وأثناء الضرب على القدم الأمامية.

¹ -أحمد عبد الدائم الوزير، علي مصطفى طه، دليل المدرب في كرة الطائرة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1995، ص35.

2-7-3-2- الإرسال من أعلى:

- الإرسال من أعلى برؤوس الأصابع.
- الإرسال من أعلى المواجه (التنس) الإرسال الجانبي الخطائي والجانبي المواجه الخطائي.
- الإرسال المتموج الأمريكي¹.
- قذف الكرة مبكرا قبل أرجحة الذراع خلفا.

*الأخطاء الشائعة في الإرسال من أعلى:

- قذف الكرة بعيدا عن الجسم خلفا أو جانبا مما يؤدي بالمرسل إلى تغيير وضع الامتداد وعدم السيطرة عليها.
- عدم امتداد الجسم والذراع أثناء الضرب.
- عدم الأرجحة الكافية للذراع وعدم الاستفادة من الجذع لزيادة قوة الضرب.
- عدم القدرة على التوقيت بين سرعة الكرة وحركة الضرب .
- مرحة الذراع بقوة كبيرة لضرب الكرة مما يؤدي إلى خروجها خارج حدود الملعب .
- عدم الدخول إلى الملعب بعد القيام بالإرسال مباشرة ، وعدم متابعة الجسم لاستمرارية الحركة.

2-8-مهارة الاستقبال

2-8-1-1-تعريف مهارة الاستقبال:

هو استقبال الكرة المرسل من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو الزميل في الملعب وذلك بامتصاص سرعتها وقوتها وتمريرها من أسفل إلى أعلى بالساعدين أو بالتمرير أعلى حسب قوة الكرة وسرعتها ووضع اللاعب المستقبل².

2-8-2-أهمية مهارة الاستقبال :

منذ نشأت لعبة كرة الطائرة وحتى وقتنا الحاضر تنوعت وتتابع طرق استقبال الكرة سواء بالكفين أو الذراعيين وبعد أن كانت تؤدي من أعلى أصبحت الطريقة المتبعة حاليا بالذراعيين من أسفل يطلق

¹ - علي مصطفى طه، مرجع سابق، ص57.

² - عصام الوشاحي، الكرة الطائرة الحديثة - مفتاح الوصول إلى المستوى العالمي- ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص 27.

عليها Begger وتؤدي باستخدام السطح الداخلي للساعدين وذلك لضمان استلام الكرة بطريقة جيدة وتوصيلها للزميل وبدون حدوث أخطاء.

2-8-3- أنواع مهارة الاستقبال:

2-8-3-1- الاستقبال من الأعلى: وهو الأكثر استعمالاً وتكون مساحة الاستعمال أو الإجماع في مقدمة اليدين ويكون اللاعب مقابل للكرة من توجيهها مع ضرورة استقامة اليدين.

2-8-3-2- الاستقبال من الأسفل: هو استقبال الكرة القادمة من الخصم بمقدمة اليدين، وهذا من وضعية عالية فوق الرأس.

2-8-3-3- الاستقبال الجانبي: يكون بيد واحدة أو بكلتا اليدين، وهذا عندما يكون اتجاه الكرة على جانب الجسم¹.

2-8-3-4- الاستقبال مع الانبطاح: يكون بيد واحدة أو بكلتا اليدين عند محاولة إنقاذ الكرة من زاوية ممتدة ويكون استقبال الكرة بعد القيام بالانبطاح أو ارتقاء نحو الأرض.

2-9- طريقة استقبال الإرسال:

2-9-1- الاستعداد:

يتحرك اللاعب إلى المكان الصحيح بطريقة سريعة، حيث يقف اللاعب والقدمان متباعدتان أوسع من الحوض قليلاً والركبتان مشنيتان قليلاً، وتشكلان زاوية قائمة تقريباً مع الحوض، ميل الجذع قليلاً للأمام، الرأس عمودي على مستوى الكتفين وتوجيه النظر إلى المنافس والذراعان متباعدتان عن بعضهما مسافة حوالي اتساع الكتفين، وممدودتان للأمام ومائلتان للأسفل.

2-9-2- الأخطاء الشائعة في استقبال الإرسال:

-المرححة الزائدة للذراعين أماماً ولأعلى للعب الكرة مما يؤدي إلى زيادة قوة وسرعة طيران الكرة خارج حدود اللعب.

-عدم تساوي السطح الداخلي للساعدين عند ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها جانباً .

-وضع الذراعين بمستوى عالي جداً مما يجعل طيران الكرة عمودياً وقصير المسافة.

¹ -Dominique Dottax .(1987) .le volley-ball du smash au match .France: Vignot 2008,p.(84).

- ثني اللاعب للمرفقين أثناء ضرب الكرة مما يؤدي إلى طيرانها خلفا.
- ضرب الكرة باليدين وليس على سطح الساعدين مما يؤدي إلى طيرانها إلى أحد الجانبين.
- عملية امتصاص قوة الكرة على الساعدين كبيرة جدا مما يؤدي إلى طيران الكرة لمسافة قصيرة¹.

2-10- التمرير

2-10-1- تعريف مهارة التمرير :

هو استلام الكرة باليدين أو بيد واحدة من أعلى أو من أسفل بتوجيهها لأعلى مع تغيير اتجاهها بدون استقرارها على اليدين.

2-10-2- أهمية التمرير:

التمرير هو الأساس في لعبة كرة الطائرة، حيث يتوقف نجاح الفريق على مدى قدرة لاعبيه في السيطرة والتحكم بتوجيه الكرة في كل الاتجاهات وبطريقة صحيحة وقانونية وهو المهارة الأهم بالنسبة لخطط الدفاع والهجوم التي يستخدمها الفريق في اللعب، ويستخدم في مهارة التمرير أطراف الأصابع والأيدي والأذرع على الأغلب أكثر من أي جزء من الجسم، ويمكن أن نعتبر الإعداد تمريرا، ولكن أكثر دقة نظرا لضرورة سير الكرة على طريق محدود في الهواء ومرتبطة بالضربة الهجومية.

2-10-3- أنواع التمرير:

يعتبر التمرير عنصرا من العناصر الأساسية والرئيسية لتكتيك رياضة الكرة الطائرة، فبدون إتقان هذا العنصر لا يستطيع اللاعب أن يوجه الكرة إلى زميله بطريقة صحيحة، كما لا يستطيع الإعداد للهجوم بالسحق، حيث يتطلب التمرير سرعة التنقل و التمرکز الجيد بدون كرة، والتحرك المتواصل للذراعين والأصابع . كما تنوع وتعدد التمرير في الكرة الطائرة ويمكن أن نقسم التمرير من حيث طريقة أدائه إلى تمرير من الثبات وتمرير من الحركة، ونقسمه من حيث المستوى الذي تصل فيه الكرة إلى تمرير من أعلى والتمرير من أسفل ، كما يمكن تقسيمه من حيث استخدام اليد أو اليدين إلى تمرير باليدين وتمرير بيد واحدة وعموما يمكننا أن نقسم التمرير إلى نوعين هما²:

¹-زكي محمد الحسن، الكرة الطائرة (بناء المهارات الفنية)، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1998، ص14.

²-علي مصطفى طه، مرجع سابق، ص78.

2-10-3-1- التمير من الأعلى :

- التمير من أعلى إلى الأمام.
- التمير من أعلى للخلف .
- التمير من أعلى للجانب.
- التمير من أعلى مع الوثب.
- التمير من أعلى مع الدحرجة.
- التمير من أعلى بعد الدوران.
- التمير من أعلى من وضع الطعن أماما.
- التمير من أعلى مع السقوط.

2-10-3-2- التمير من الأسفل:

- التمير من أسفل باليدين .
- التمير من أسفل بيد واحدة.
- التمير من أسفل مع السقوط والطيران.

2-11- مهارة الإعداد :

2-11-1- تعريف مهارة الإعداد :

الإعداد هو عملية تمرير الكرة للأعلى وإلى مكان مناسب بعد استقبالها من إرسال المنافس أو ضربة ساحقة أو تمريره وتغيير اتجاهها لتصل إلى اللاعب المهاجم، ليقوم بدوره بوضعها بضربة ساحقة داخل ملعب المنافس ويكون الإعداد من اللمسة الأولى وغالبا ما يكون من اللمسة الثانية¹.

2-11-2- أهمية ومميزات الإعداد :

مهارة الإعداد من المهارات الضرورية الهامة في كرة الطائرة، وهي الخطوة التي يركز عليها المهاجم للحصول على نقاط في المباراة ويعتمد الإعداد كليا على التمير من أعلى فإجادة التميرات العلوية

¹ - زكي محمد الحسن، مرجع سابق، ص 35 .

يساعد على أداء الإعداد الجيد ويعتبر الإعداد من أهم مواقف اللعب، حيث يتوقف عليه هجوم الفريق وطريقة أدائه.

2-11-3- مواصفات الإعداد :

لقد استطاع المختصون في لعبة الكرة الطائرة من تحديد مواصفات الإعداد من حيث :

- الإعداد من حيث البعد.

- الإعداد من حيث الارتفاع.

-الإعداد من حيث الاتجاه.

2-11-4- أنواع الإعداد:

يشمل الإعداد الأنواع التالية:

-الإعداد الأمامي

-الإعداد الخلفي من فوق الرأس .

- الإعداد بالدحرجة خلفا.

- الإعداد الجانبي.

- الإعداد بالوثب.

خلاصة :

لعبة كرة الطائرة إحدى الألعاب الجماعية التي تتكون من مهارات هجومية وأخرى دفاعية، وتحدد نتيجة الفريق نسبة امتلاك و إجادة لاعبيه تلك المهارات، إذ يسعى المدرب في منهجه التدريبي إلى إكساب اللاعبين المهارات وإتقانها فالمهارة "تعد القاعدة الأساسية التي يمكن من خلالها بناء الألعاب الرياضية، إذ يتوقف على إتقانها نجاح اللاعب والفريق معا.

الفصل الثالث:

المرحلة العمرية: 13-14 سنة

تمهيد :

يمر الفرد منذ ولادته وحتى ينتهي به الأجل بمراحل مختلفة من النمو تتفاعل خلالها استعداداته البيولوجية مع معطيات محيطه الاجتماعي، وبفضل هذه الحالة الدائمة من التطور يصبح الشخص اجتماعيا مدركا، وفاعلا فعملية النمو تعد من أهم عناصر استمرارية الحياة والحفاظ على العنصر البشري ، والمراهقة هي حلقة من حلقات سلسلة الارتقاء الإنساني التي تمثل فترة ميلاد حقيقية لما لها من خصوصيات، ففيها ينفرد النمو بوتيرة سريعة تؤدي إلى حدوث تحولات فيزيولوجية عميقة تنعكس بدورها على النواحي المختلفة للشخصية، كاضطراب العلاقات الاجتماعية بين المراهقين والآباء من جهة و المراهقين الراشدين عامة من جهة أخرى، وعدم الاستقرار الانفعالي والتقلب المزاجي، وتعدد الطموحات والرغبة في التحرر من الوصايا الأسرية، فهي مرحلة انتقالية من عالم الطفولة إلى بداية سن الرشد والتدرج نحو اكتساب الهوية ومن هذا المنطلق ارتأينا في هذا الفصل التطرق إلى مختلف جوانب المراهقة من خصائص و مراحل و نظريات المراهقة و قبل ذلك نبدأ بتعريف المراهقة.

3-1 مفهوم المراهقة :

إن كلمة المراهقة لغة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم و بذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في الفرد الذي يدنو من الحلم و الاكتمال النضج¹.

أما اصطلاحاً فهي مشتقة من المصطلح اللاتيني "ADOLECE" و معناه التدرج نحو النضج البدني و الجنسي والانفعالي و العقلي أي "النمو" أو "النمو إلى النضج" و يستخدم علماء النفس هذا المصطلح للإشارة إلى النمو النفسي و التغيرات التي تحدث أثناء فترة الانتقال من الطفولة إلى الرشد.

ويتفق علماء النفس على أن المراهقة تبدأ بتغيرات جسمية يتبعها البلوغ و تنتهي بإتمام حالة الرشد الكامل التي تقاس بالنضج الاجتماعي و البدني و إن كانت هذه الجوانب للنمو لا تتم في وقت واحد².

وعلى العموم فإن معالم مرحلة المراهقة هي الفترة ما بين الثالثة عشر و الواحد والعشرون سنة وحسب قاموس "روبار" "ROBERT" فإن المراهقة هي السن الذي يلي البلوغ و يتقدم حتى سن الرشد أما معنى المؤلف فهو يرمز للفترة الأولى من الشباب أي المرحلة التي تقع بين الطفولة ومرحلة النضج³.

وقد عرفها "مالك سليمان مخول" بأنها مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الشباب وتتسم بأنها فترة معقدة من التحول و النمو ، و تحدث فيها تغيرات عضوية ، نفسية ، و ذهنية واضحة تجعل الطفل الصغير عضواً في المجتمع الراشد⁴.

3-2- مراحل المراهقة :

3-2-1- مرحلة المراهقة المبكرة (12-14 سنة) :

تمتد من بدء النمو السريع الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي السنة الأولى إلى السنة الثانية بعد البلوغ عند استقرار التغيرات البيولوجية الجديدة ، عند الفرد في هذه الحالة المبكرة يسعى المراهق إلى التخلص من القيود و السلطات التي تحيط به و يستيقظ لديه إحساس بذاته و كيانه و يصاحبها التفتن الجنسي الناتج عن الاستشارة الجنسية التي تعد جراً التحولات البيولوجية و نمو الجهاز التناسلي عند المراهق⁵ ، و مجال بحثنا يقتصر على هذه المرحلة وبالتحديد (13-14 سنة).

¹ - فؤاد البهي السيد، مرجع سابق، ص5.

² - هدى محمد قناوي، مرجع سابق، ص3.

³ - Gerard.l , suprimier l'adolescence , les editions ouvriers , Paris , 1982 , p13.

⁴ - مالك سليمان المخول، علم النفس المراهقة ، المطبعة الجديدة ، دمشق ، ط1 ، 1985 ، ص52.

⁵ - حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو والمراهقة، علم الكتب، ط1، القاهرة، 1986، ص263.

3-2-2- مرحلة المراهقة الوسطى (15-17 سنة) :

يملك المراهق في هذه المرحلة طاقة هائلة، و القدرة على العمل و إقامة علاقات متبادلة مع الآخرين وإيجاد نوع من التوازن مع العالم الخارجي دون الاعتماد كثيراً على الغير حيث يزداد الشعور بالاستقلالية.¹

تقابل هذه المرحلة الثانوية و هنا تتباطأ سرعة النمو الجسمي نسبياً، و تزداد الحواس دقة و يقترب الذكاء إلى الاكتمال و تضل الانفعالات قوية و تتسم بالحماسة.²

يصبح المراهق أكثر تصادماً مع العائلة و يصير على كل ما يحلو له، و يجرب الكثير من المراهقين الأمور الممنوعة كمصادقة رفقاء السوء، المخدرات و الكحول كنوع من التحدي لفرض رأيهم الخاص .

3-2-3- مرحلة المراهقة المتأخرة (18-21 سنة) :

يسعى المراهق في هذه المرحلة إلى توحيد جهوده من أجل إقامة وحدة متألّفة من مجموعة أجزائه و مكوناته كما يتميز المراهق في هذه المرحلة بالقوة و الشعور بالاستقلالية .

حيث يشير العلماء إلى أن هذه المرحلة تعتبر مرحلة تفاعل و توحيد أجزاء الشخصية و التنسيق فيما بينها بعد أن أصبحت الأهداف واضحة و القرارات مستقلة.³

في نهاية هذه المرحلة يتم النضج الجسمي و يصل الذكاء إلى قممه و يبدأ الاستعداد للحصول على العمل الدائم و تكوين الأسرة.

وفي هذه المرحلة يعود الكثير من المراهقين لطلب النصيحة و الإرشاد من الأهل و هذا التصرف يكون مفاجئ لهم إذ يعتقد أن الصراع أمر محتم قد لا ينتهي أبداً و تبقى قيم و تربية الأهل واضحة و ظاهرة في الشخصيات الجديدة إذ أحسن الأهل التصرف في هذه المرحلة.⁴

3-3- أنماط المراهقة :

المراهقة تتخذ أشكالاً مختلفة حسب الظروف الاجتماعية والثقافية التي يعيش فيها الفرد، و هناك عدة أشكال للمراهقة.

¹ - رمضان محمد القذافي، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة ، دار الفكر العربي، ط1 ، الاسكندرية ، 1997 ، ص353-354.

² - عبد الحميد محمد الشاذلي، الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية ، ط2 ، الاسكندرية، 2001، ص245.

³ - عبد الحميد محمد الشاذلي، المرجع نفسه ، ص245.

⁴ - عبد الحميد محمد الشاذلي، المرجع نفسه، ص245.

3-3-1 المراهقة التكوينية "السوية":

هي المراهقة التي تنمو نحو الاعتدال في كل شيء ، ونحو الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات المختلفة.

3-3-2 المراهقة الانسحابية "المنطوية":

تتسم بالانطواء و العزلة الشديدة و السلبية و التردد و شعور المراهق بالنقص وعدم الملائمة.

3-3-3 المراهقة العدوانية "المتمردة":

هي مراهقة متمردة ثائرة، تتسم بأنواع السلوك العدواني الموجب ضد الأسرة.

3-3-4 المراهقة "المنحرفة":

وهي صورة مبالغ و متطرفة للمراهقة الانسحابية المنطوية، و المراهقة العدوانية المتمردة.¹

3-4-4 حاجات المراهقة :

يجمعها "حامد عبد السلام زهران" في ستة حاجات أساسية :

3-4-1- الحاجة إلى الأمن :

وتنص الحاجة إلى الأمن الجسمي و الصحة الجسمية و الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، و الحاجة إلى البقاء حيا، الحاجة إلى تجنب الخطر و الألم، الحاجة إلى الحماية عند حرمان من إشباع الدوافع، و الحاجة إلى المساعدة و حل المشكلات الشخصية.

3-4-2- الحاجة إلى الحب و القبول :

تتضمن الحاجة إلى التقبل الاجتماعي و الحاجة إلى الأصدقاء و الحاجة إلى الشعبية ، الحاجة إلى الانتماء إلى الجماعات، و الحاجة إلى إسعاد الآخرين و هذا من شأنه أن يجعل المراهق أكثر فاعلية و إنتاجية لصالح جماعته.

3-4-3- الحاجة إلى مكانة الذات :

وتتضمن الحاجة إلى الانتماء إلى جماعة الرفاق، الحاجة إلى المركز و القيمة الاجتماعية ، الحاجة إلى الشعور بالعدالة ، الحاجة إلى الاعتراف من الآخرين، الحاجة إلى تقبل من الآخرين، الحاجة إلى النجاح الاجتماعي الحاجة إلى الامتلاك و القيادة، الحاجة إلى إتباع قائد، الحاجة إلى المساواة من الأفراد و الزملاء في المظهر و الملبس و المكانة الاجتماعية إضافة إلى الحاجة إلى تجنب اللوم.²

¹ خليل ميخائيل معوض، سيكولوجيا النمو الطفولة و المراهقة، دار الفكر الجامعي، مصر، ط3، 1994، ص449.

² حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص401-402.

3-4-4- الحاجة إلى النمو العقلي و الابتكار:

تتضمن الحاجة إلى التفكير و توسيع قاعدة الفكر و السلوك، الحاجة إلى تحصيل الحقائق و تفسيرها الحاجة إلى التنظيم، الحاجة إلى الخبرات الجديدة لإشباع الذات عن طريق العمل، الحاجة إلى النجاح و التقدم المدرسي و التعبير عن النفس، الحاجة إلى السعي وراء الإثارة.

3-4-5- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد و تحسين الذات:

تتضمن الحاجة إلى النمو، الحاجة إلى الولاء، الحاجة إلى التغلب على العوائق، الحاجة إلى العمل الهادف و معارضة الآخرين، الحاجة إلى معرفة الذات و توجيهها.

3-4-6- الحاجة إلى الإشباع الجنسي:

تتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية، الحاجة إلى الاهتمام بالجنس الآخر و حبه، الحاجة إلى التخلص من التوتر ، الحاجة إلى التوافق الجنسي، و يضيف "صموئيل مغاريوس" "1974" الحاجة الأساسية تتمثل في:

3-5-1- الحاجة إلى تهذيب الذات:

تتمثل في ضبط الانفعالات و التحكم في الذات و القدرة على التحكم في سلوكه و تصرفاته لأن المراهقة هي مرحلة النضج الجنسي و الحساسية المفرطة و الارتباط و الاضطراب. أما عباس محمود عوض "1980" يضيف حاجتين هما :

3-5-2- الحاجة إلى الاستقلال :

إن النضج الجسمي لدى المراهق هو من أسباب محاولته للاعتماد على نفسه و الاستقلال في اتخاذ القرارات الخاصة بحياته و نتيجة لتعدد العلاقات الاجتماعية "الأقران ، الأصدقاء" يعمل المراهق من أجل الاستقلال الانفعالي لكن تبعيته الاقتصادية من جهة و معارضة أوليائه بفرض السلطة قد تجعله يفقد التوازن في سلوكياته و ردود أفعاله.

3-5-3- الحاجة إلى الانتماء :

إن رغبة المراهق في الاستقلال المادي و العاطفي عن الأسرة مرتبط برغبته في الانتماء إلى جماعات خرج إطار الأسرة و التي تتمثل في جماعة الأصدقاء (منظمة أو غير منظمة) و هذا نتيجة لفتح ميول المراهق و اتساع دائرة اهتمامه¹.

¹ - مصطفى محمد زيدان، مرجع سابق، ص162.

3-6-6- خصائص المراهقة:**3-6-6-1- النمو الجنسي:**

في هذه المرحلة يصاحب النضج الجنسي ظهور مميزات يطلق عليها "الصفات الجنسية الثانوية" مثلا عند البنات تنمو عظام الحوض ، بحيث تتخذ شكل حوض الأنتى و اختزان الدهن في الأرداف ونموها و كذلك أعضاء أخرى كالرحم و المهبل و الثديين.

ويحدث في هذه المرحلة النمو الجنسي في تتابع منتظم أي عملية بعد الأخرى بنوع من الترتيب الثابت لا يتغير من حالة إلى أخرى إلا نادرا ، إلا أن السن الذي تبدأ عنده عملية النمو الجنسي يختلف اختلافا بينا¹ .
ومما سبق يتضح لنا أن مرحلة المراهقة تتميز بظهور الفروق المميزة في تركيب جسم الفتى و الفتاة بصورة واضحة، و يصل الفتيان إلى نضجهم البدني و الجنسي الكامل تقريبا في حين تتميز عضلات الفتيات بالطراوة و الليونة، و يكون الفتيان أطول و أثقل وزنا عن الفتيات.

3-6-6-2- النمو العقلي:

تتميز هذه المرحلة بنمو الذكاء العام و يسمى بالقدرة العقلية العامة كما تتضح القدرات الفكرية و الميول إلى النشاط معين دون غيره و تزداد قدرة المراهق على القيام بالعمليات العقلية العليا، و لقد استطاع علماء النفس بعد دراسات طويلة أن يحددوا بعض من القدرات الهامة و قد أطلقوا على هذه القدرات "القدرات العقلية" وهي الفهم اللغوي القدرة المكانية، التفكير، القدرة العددية، الطلاقة اللفظية، التذكر، سهولة الإدراك الذكاء².

3-6-6-3- النمو الجسمي :

أما هذه الفترة فتميز المراهقة بالنسبة للنمو الجسمي بتباطؤ سرعة النمو الجسمي نسبيا عن المرحلة الأولى للمراهقة و تزداد الحواس دقة و إرهافا كاللمس و الذوق و السمع و تتحسن الحالة الصحية للمراهق³ .
ويصل الفتيان والفتيات إلى نضجهم البدني الكامل تقريبا إذ تتخذ ملامح الوجه والجسم صورتها الكاملة تقريبا.⁴

² - فؤاد البهي السيد، مرجع سابق ، ص39-55.

² - حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق ، ص335.

³ - محمد حسن علاوي، سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998، ص132.

⁴ - عبد الرحمان العيساوي، مرجع سابق ، ص42.

ويستطيع المراهق بواسطة الأنشطة الرياضية أن يخفف من هذا الاختلال في الاتزان بواسطة ممارسة رياضة كهواية يمارسها أسبوعياً أو يومياً حسب هوايته و بمجمل القول أن الرياضة تعتبر أكثر من وسيلة ترفيه للمراهق حيث تعينه على تخطي المرحلة بنجاح¹.

3-6-4- النمو النفسي الانفعالي :

حسب ما ذكرناه في تعريف المراهقة أنها مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد و هذا ما ذهب إليه "فؤاد البهي" بأن المراهقة من أهم مراحل النمو الحساسة التي يفاجئ فيها المراهق بتغيرات عضوية و كذا نفسية سريعة تجعله شديد الميل إلى التمرد و الطغيان و العنف و الاندفاع لذا تسمى هذه المرحلة أحيانا بالمرحلة السلبية خاصة من الناحية النفسية².

3-6-5- النمو الاجتماعي للمراهق :

مما يميز النمو الاجتماعي للمراهق أن المراهق يشعر في هذه المرحلة بالبلوغ مما يرغمه على إتباع سلوكيات معينة كمحاولة التحرر من القيود التي يفرضها عليه الوالدين أو الأستاذ في البيت أو المدرسة ويعتبرها جاهلاً لكفاءته و مقدرته كما يحاول دائماً تقليد الكبار و خاصة النجوم³. و يبدأ المراهق بإظهار الرغبة الاجتماعية من حيث الانضمام إلى النوادي أو الأحزاب أو الجمعيات على اختلاف ألوانها مما يؤمن له شعوراً بالانتماء إلى المجتمع كإنسان ذا قيمة فعالة، أما الشيء الملفت للنظر في هذه المرحلة فهو ميل للجنس الآخر نحو عكسه، مما يترتب عليه ميل اجتماعي جديد لمشاركة فيما بعد لأن يكون إنساناً قادراً على بناء مستقبله⁴.

المشاكل التي يواجهها المراهق هي المسؤولة على الاضطرابات في حياة المراهقين كالقلق و الخوف و الخجل و قد أسفرت الأبحاث في المجتمعات المتحضرة على أن المراهقة قد تتخذ أشكالاً مختلفة حسب الظروف الاجتماعية و الثقافية التي يعيشها المراهق.

¹ - أحمد عزت، مرجع سابق ، ص215.

² - فؤاد البهي السيد، مرجع سابق ص250 .

³ - عبد القادر بن محمد، دروس في التربية و علم النفس ، دار الطباعة و البحث الوطني الشعبي ، الجزائر ، 1973 ، ص228 .

⁴ - توما جورج خوري، علم النفس التربوي ، المؤسسة الجامعية للدراسات و النشر، بيروت ، 1986 ، ص123 .

3-7- أهمية التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للمراهق :

" تعتبر التربية البدنية و الرياضية مادة مساعدة و منشطة و مكيفة لشخصية و نفسية المراهق لكي يحقق فرصة اكتساب الخبرات و المهارات الحركية التي تزيد رغبة و تفاعلا في الحياة فتجعله يتحصل على القيم التي يعجز المنزل على توفيرها له، لهذا يجب على مناهج التربية البدنية أن تفسح المجال من أجل إنماء و تطوير الطاقات البدنية و النفسية له.

وهذا بتكثيف ساعات الرياضة داخل الثانوية من أجل استعادة نشاطه الفكري و البدني و تجعل المراهقين يعبرون عن مشاعرهم و أحاسيسهم التي تتصف بالاضطراب و العنف و هذا عن طريق الحركات الرياضية المتوازنة المنسجمة و المتناسقة التي تخدم و تنمي أجهزتهم الوظيفية و العضوية و النفسية ... "

" وتسود هذه المرحلة ألعاب الرمز و الألعاب الرياضية الحركية ، فهي مرحلة تسيطر عليها نزعة التعلق بالأبطال واعتزازهم بذاتهم، وتبرز القوة والشجاعة والاستقلال لدى المراهق فهو يهتم بألعاب الرياضة و الرحلات مع أفراد جماعته ففي هذه المرحلة يكون الدور و المسؤولية ملقاة على عاتق الأساتذة و المرين ... فنكون شخصية كاملة و ناضجة " ¹.

3-8- أهداف التربية البدنية والرياضية في مرحلة المراهقة (13-14 سنة):

تهدف مناهج التربية بصفة عامة إلى إعداد الفرد الصالح في ضوء الشريعة الإسلامية التي تدعو إلى القوة بكافة جوانبها الروحية والعقلية والبدنية، فدرس التربية البدنية والرياضية لا ينحصر في تعليم المهارات و الخبرات الحركية فحسب بل يمدهم بالكثير من المعارف و المعلومات التي تغطي الجوانب الصحية و النفسية والاجتماعية و منه تنقسم أغراض التربية البدنية والرياضية الى ما يلي:

3-8-1- الأغراض الجسمية :

- تنمية الكفاءة والمهارات البدنية النافعة في الحياة.
- تنمية القوام السليم والعمل على الرقابة الصحية للتلاميذ.
- تنمية الروح الرياضية و السلوك الرياضي السليم.
- إتاحة الفرصة للمتفوقين الرياضيين من التلاميذ للوصول إلى أعلى مستوى.

¹ - نبيل عبد الهادي، سيكولوجية اللعب و أثرها في تعليم الأطفال، ط1، دار وائل للنشر، الأردن، 1986، ص154-155.

3-8-2- الأغراض العقلية :

- تنمية الحواس.
- تنمية القدرة و الدقة في التفكير.
- تنمية الثقافة.

3-8-3- الأغراض الخلقية :

- تنمية القيم الخلقية و الاجتماعية المنشودة .
- تنمية صفات القائد الرشيد و التبعية الصالحة .

3-8-4- الأغراض الاجتماعية:

- تنمية الجو الملائم الذي يمكن التلاميذ من إظهار روح التعاون وإنكار الذات والأخوة الصادقة.
- إعداد و تكوين التلاميذ للتكيف والاندماج بنجاح في المجتمع.
- إتاحة الفرصة للتعبير عن النفس و الابتكار و إشباع الرغبات لينمو التلميذ نموا نفسيا و اجتماعيا¹.

3-09- النظريات المفسرة للمراهقة:

3-09-1- نظرية "ستانلي هول":

مما يأخذ على نظرية "ستانلي هول" أن المراهقة هي عبارة عن مرحلة تغيير الشديدا أو ميلاد جديد مصحوب بالضرورة بنوع من الشدائد و المحن و التوترات و صعوبة التكيف في كل موقف يواجهه المراهق. ويؤخذ عن "هول" مصطلح العواطف و التوتر حيث استعمله لما تتميز به فترة المراهقة من تعارض و تصارع لدى المراهق بين الأنانية والمثالية ، والقسوة والرفقة، العصيان والحب، وتشير نظريته إلى أن الفرد يرث خصائص البيولوجية الخاصة بالجنس البشري إذ أنها تدخل في تركيب المورثات. وفي آخر الدراسات التي قام بها "هول" لعمل الأجناس البشرية اتضح له أن المراهقة ظاهرة حضارية وثقافية و هذا يعني أنه تراجع في الأخير عن نظريته في المراهقة على أنها حتمية يمر بها كل فرد مهما كانت وضعيته ومهما كانت بيئته.

¹ - أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان إدريس، التربية الرياضية المدرسية، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص29.

3-09-2- نظرية "سيجموند فرويد":

ويشير "فرويد" في نظريته إلى أن الغريزة الجنسية تظهر و تنكشف لأول مرة عندما يصل الطفل سن البلوغ و يضيف "فرويد" قائلاً: " لقد علمتنا التجارب بأن عملية قبولية الإرادة الجنسية للجيل سوف تتم فقط عندما يسعى الراشدون الكبار إلى فرض سيطرتهم و تعميق نفوذهم في نفوس أطفالنا بصورة مبكرة و بالتداخل في حياتهم الجنسية قبل وصولهم إلى سن البلوغ، بدلا من الانتظار و التريث حتى تنتهي العاصفة المدمرة"، وهذا ما ذهب إليه الدكتور "عبد الغني الديدي" على أن المراهقة مرحلة انفعالية و تناقضات سلوكية فيها النهوض إلى الطفولة و يظهر الصعاب بشكل لا بأس به¹.

3-09-3- نظرية إريكسون "مرحلة اكتساب الإحساس بالذات":

يرى "إريكسون" أن بعض المراهقين يشعرون بإحباطات متتالية من الراشدين اللذين يتعاملون معهم و غالبا ما يمتحن المراهق في هذه المرحلة ذاته والتي تتألف من صورة و أدوار اجتماعية اللتان تتصفان بالتعريف و عدم التقبل من الجانب الوسط الذي يعيش فيه و في هذه الفترة يتمرد المراهق على سيطرة المراهقين، و يتجه نحو الجماعة و يصبح نشاطه فيها إجراء دفاعي يحمي نفسه اتجاه مخاطر تشتت الذات و بسبب التغيرات الجسمية السريعة غير المتناسقة يعيش حياة مضطربة قلقة، و مع نضج الوظيفة الجنسية يتحول المراهق إلى كائن جنسي قادر على أن يحافظ على نوعه و استمرار سلالته لكن المراهق لا يستطيع إشباع الدافع الجنسي إلا بالطريقة التي يحددها عرف المجتمع و تقاليد.

¹ - عبد الغني الديدي، التحليل النفسي للمراهق، ط1، بيروت، لبنان، 1992، ص18.

خلاصة :

خلال ما جاء في هذا الفصل يمكن أن نستخلص مدى صعوبة فترة المراهقة بسبب التغيرات التي يتعرض لها المراهق من كل جوانب النمو، لكنها مرحلة انتقالية سرعان ما تزول ، ينتقل بعدها المراهق إلى مرحلة أخرى أي سن تحمل المسؤولية ، ولهذا فإن المراهق عند قطعه لهذه الأشواط والمراحل من التطور في مظاهر النمو المختلفة و لكي يتخلص من هذه المرحلة فهو بحاجة إلى متطلبات منها ما تحققه الأسرة له و منها ما يحققه له المجتمع و التي لا يمكن الاستغناء عنها لأنها تؤدي إلى التوازن و الأمن و الطمأنينة و الشعور بقيمة الذات و قوتها و إمكانية ولعل التربية البدنية إحدى الوسائل التي تحقق حاجات المراهق وتخفف من حدة صراعاته وبالتالي تحقيق ذاته، وإذا لم تتحقق هذه الحاجات و المتطلبات تسبب له عواقب مختلفة تكون نتائجها سلبية كاضطرابات نفسية كالانحرافات و سوء التكيف وهذا كله يؤثر على المراهق و على ممارسته الرياضية.

الباب الثاني:

الجانب التطبيقي

الفصل الأول:

منهج البحث وإجراءاته

الميدانية

تمهيد:

تعتمد الدراسات العلمية في تناول الظواهر والتشكيلات البحثية بتناول الظواهر بصورة كبيرة على الجانب التطبيقي وهذا قصد الإجابة على التساؤلات المطروحة حول الموضوع المدروس وهذا بتوظيف التقنيات الإحصائية في التحليل والتفسير للتأكد من صحة الفرضيات المصاغة أو نفيها، وهنا تتجلى أهمية اختيار الوسائل الصحيحة والمناسبة لجمع المعلومات والتقنيات الملائمة لترجمة المتعلقة بالبيانات، ولذلك سنحاول في هذا الفصل توضيح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعتها في هذه الدراسة من أجل الحصول على نتائج علمية و كما هو معروف أن أي بحث علمي يميزه موضوعيته العلمية، وهذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا اتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

1- الدراسة الاستطلاعية:

الاعتماد على الدراسة الاستطلاعية الأولية هي عنصر أساسي في السير الحسن لحل مشكلة البحث وكذلك تساعد الباحث في إلقاء نظرة والوقوف على الصعوبات التي تواجهه وكذلك الإلمام بجوانب الدراسة الميدانية بإجراء الاختبار على عينة تتكون من 12 تلميذ من متوسطة الإخوة علي باي أبو بكر- أولاد بسام ولاية تيسمسيلت وهذه العينة تم اختيارها بطريقة عشوائية بحيث لا تنتمي إلى عينة الدراسة الأساسية، وكانت الفترة الزمنية الممتدة ما بين 2018-01-03 إلى 2018-01-10 وذلك يهدف إلى:

- التعرف على المكان ومدى إمكانية إجراء هذه الدراسات.
- التعرف على مختلف الصعوبات المحتملة مواجهتها.
- تحديد العينة ومعرفة الأجواء المحيطة بها ومختلف ظروفها.
- تجريب أو تطبيق أدوات البحث.
- التوصل إلى أفضل طريقة لإجرائها.

ومن هنا قام الباحثان بعرض مختلف الاختبارات على لجنة التحكيم المكونة من أساتذة وخبراء في التربية البدنية والرياضية، ذوو كفاءة علمية وخبرة في التعليم ولهم تجربة ومستوى علمي في مجال البحث العلمي وقد تم مراعاة المواصفات التالية في اختيار الأساتذة والخبراء:

- أن يكون حاصلا على شهادة الدكتوراه في التربية البدنية والرياضية.
- أن يكون له خبرة تدريس لا تقل عن 05 سنوات في الجامعة.

حيث كان الهدف من التحكيم التعرف على مدى ملائمة الاختبارات وأدوات البحث المقترحة حتى يتسنى لنا إضافة أو حذف أو القيام بالتعديلات المطلوبة التي من خلالها يتم إثراء الموضوع ثم التحكيم على الاختبارات من طرف الأساتذة الخبراء، وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية عن:

- صلاحية أدوات وأجهزة القياس.
- عدم وجود صعوبات أثناء التنفيذ.

2- الأسس العلمية لاختبار مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة:

بعدما تم الحصول على الاختبار الذي سيتم استعماله في مقياس مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة من خلال آراء المحكمين سيتم التأكد من الثبات والصدق والموضوعية لهذا الاختبار.

2-1- ثبات الاختبار المهاري:

يعرف ثبات الاختبار على أنه: «مدى الدقة أو الانسياق أو استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين»¹.

استخدم الباحثان لحساب ثبات الاختبار طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه للتأكد من مدى دقة واستقرار نتائج الاختبار، ولهذا قام الباحثان بإجراء الاختبار على مرحلتين بفواصل زمني قدره أسبوع مع الحفاظ على المتغيرات (نفس العينة، نفس التوقيت، نفس المكان) حيث يدل الارتباط بين درجات الاختبار الأول ودرجات الاختبار الثاني على معامل الاستقرار أو الثبات واستعملنا لحساب معامل الثبات الطريقة العامة لحساب الارتباط لبيرسون (طريقة الانحرافات):

الاختبار	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	معامل ثبات الاختبار
الإرسال المنخفض من الأسفل إلى الأعلى	12	10	0.05	0.33

الجدول رقم (01) يبين معامل الثبات في اختبار مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة.

بعد حساب معامل الارتباط بيرسون وجدنا أنه يساوي (0.33) وبعدها قمنا بالكشف عن جدول دلالات الارتباط لمعرفة ثبات الاختبار عند درجة الحرية (ن-1) ومستوى الدلالة (0.05) تبين لنا أن الاختبار الخاص بمهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة يتميز بدرجة ثبات متوسطة لأن الدرجة المحسوبة لمعامل الثبات أقل من قيمة ت الجدولية والتي تساوي (ت=1.79)

2-2- صدق الاختبار:

من أجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا عامل الصدق الذاتي باعتباره أصدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية التي منها أخطاء القياس والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار وقد أثبتنا أن الاختبار يتمتع بدرجة صدق كما هو موضح في الجدول:

1- مقدم عبد الحفيظ، الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1997، ص 563.

الاختبار	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	معادل الصدق
مهارة الإرسال المنخفض من الأسفل إلى الأعلى	12	10	0.05	0.57

الجدول رقم (02) يبين معامل الصدق الذاتي للاختبار المهاري لمهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة:

من خلال الجدول نستنتج أن اختبار مهارة الإرسال المنخفض يتميز بدرجة عالية من الصدق وهذا لكون القيم المحسوبة لمعامل الصدق الذاتي للاختبار يساوي 0.57 وهي أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط الذي تقدر بـ: عند درجة الحرية (ن-2) وبالتالي فإن اختبار مهارة الإرسال المنخفض يتميز بدرجة عالية من الصدق.

3-2- موضوعية الاختبار:

يقصد بها وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار وحساب الدرجات، والنتائج الخاصة، بما أن الاختبار يعطي نفس النتائج رغم إعادته بعد مدة زمنية محددة "أسبوع" فهذا يدل على موضوعيته بالإضافة إلى الدرجة العالية من الدقة والثبات والصدق.

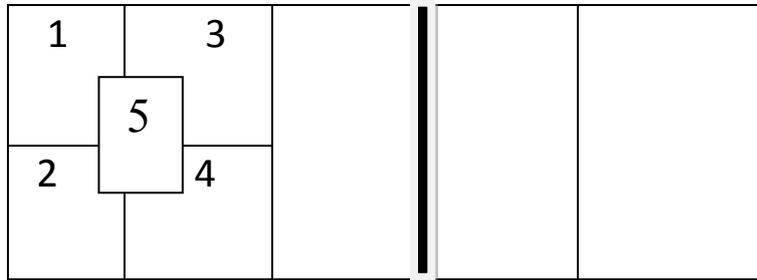
كما وافق الأساتذة والمختصون في مجال التدريب والتعليم في اختصاص كرة الطائرة على كفاءة الاختبار ولاءمته لعينة البحث لكونه سهل وبسيط وواضح الفهم والتفسير، وخلوه من الصعوبات والعراقيل التي تحول دون أداء هذا الاختبار في ظروف سهلة وغير معقدة.

3- مواصفات الاختبارات:

تم استخلاص مجموعة من اختبارات المهارات الأساسية التي تم تحديدها وعرضها في صورة استبيان على مجموعة من المختصين في مجال طرائق التدريس والتعليم الحركي والاختبارات والمقاييس في الكرة الطائرة بهدف تحديد أهم الاختبارات للمهارات الأساسية قيد الدراسة، واقتصرت على الاختبارات المهارية التالية:

3-1- اختبار لتقويم درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض للكرة الطائرة:

- مهارة الإرسال المنخفض: وتم قياسها باختبار درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض.
- الغرض من الاختبار: قياس درجة التحكم في الإرسال المنخفض.
- الأدوات المستخدمة: ملعب كرة الطائرة قانوني، كرات الطائرة قانونية، شريط ملون لاصق لتقسي الملعب.
- مواصفات الأداء: يقف التلاميذ في منتصف الخط النهائي للملعب وجاهزين لأداء الإرسال لتعبر الكرة إلى النصف الآخر المخصص لها، أي داخل المربعات.
- شروط الأداء: يؤدي الإرسال المنخفض ضمن حدود القانون بأكمله.
- التسجيل: تمنح للطالب المختبر 5 كرات ويؤخذ كل محاولة درجة المنطقة التي وقعت فيها الكرة أي المربعات.
- الدرجة العظمى: (15) درجة مع مراعاة سقوط الكرة على أو داخل المربعات¹.

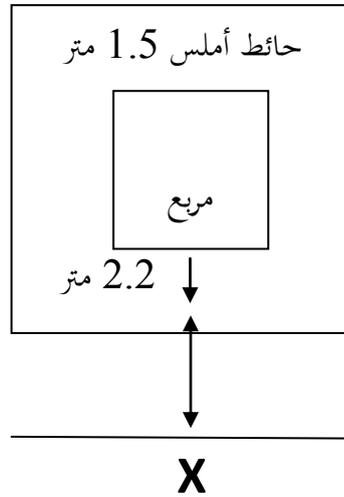


الرسم رقم (01): اختبار لتقويم درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض للكرة الطائرة بالإرسال في مناطق مختلفة من ملعب كرة الطائرة.

¹ محمد حسن علاوي، نصر الدين رضوان، الاختبارات المهارية النفسية في المجال الرياضي، 1987، ص343.

3-2- اختبار لتقويم درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض للكرة:

- مهارة الإرسال المنخفض: وتم قياسها باختبار درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض.
- الغرض من الاختبار: قياس درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض.
- الأدوات المستخدمة: حائط يرسم عليه مربعات 1.5/1.5 متر من الأرض على أن تكون حافته السفلية على بعد 2.2 متر من الأرض، يرسم خط للبداية على بعد 2 متر من الحائط، وكرة الطائرة.
- مواصفات الأداء: يقف التلميذ المؤدي مواجهاً للحائط ومعه الكرة، يقوم بإرسال الكرة من أسفل إلى أعلى بضم الإصبع بجانب السبابة نحو المربع المرسوم وعندما ترتد الكرة إليه يقوم بإرجاعها إلى المربع من خلال تمريرها من الأعلى بطريقة قانونية للكرة الطائرة وذلك قبل أن تسقط على الأرض، يقوم التلميذ بتمرير الكرة على المربع أكبر عدد ممكن من التمريرات خلال 30 ثانية، إذا فقد الكرة أثناء التمريرة فإنه يستعيدها ثم يستأنف التمرير.
- التسجيل: أربع نقاط لكل إرسال صحيح داخل المربع.
- نقطة لكل إرسال صحيح خارج الملعب¹.



خط البداية على بعد 2 متر من الحائط

الرسم رقم (02): اختبار لتقويم درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض لكرة الطائرة باستخدام مناطق مرسومة على حائط.

1- نسيمه محمود والي، الاكتشاف الموجه وتدريب مهارات الكرة الطائرة وأثرها على التحصيل المهاري، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية 2002.

3-3- اختبار مهارة الإرسال من الأسفل إلى الأعلى:

- مهارة الإرسال من الأسفل: وتم قياسه باختبار دقة الإرسال من الأسفل.
- الغرض من الاختبار: قياس دقة الإرسال من الأسفل.
- الأدوات: ملعب مقسم إلى مساحات لكل منها رقما يعتبر مؤثرا على قيمة النقاط الخاصة بالمنطقة التابعة لذلك الرقم عدد الكرات 3.
- وصف الاختبار: يقف التلميذ المختبر في المنطقة المحددة لأداء الإرسال، يقوم بأداء الإرسال بطريقة قانونية لتعبر الكرة الشبكة.
- القواعد: يقوم التلميذ المختبر بأداء ثلاث محاولات إرسال تجريبية قبل البدء في الاختبار الفعلي.
- يؤدي التلميذ 10 محاولات إرسال.
- أخطاء القدم وأخطاء الشبكة تحسب لها الدرجة 0.
- التسجيل: تحسب مجموع النقاط التي سقطت الكرة في منطقتها.
- عند ملامسة الكرة لأحد الخطوط في الملعب فإنه يحتسب الرقم الأعلى للمنطقة التي يتبعها هذا الخط¹.

X

		الرقم 03		الرقم 04
		الرقم 02	الرقم 01	
		الرقم 03		

ملاحظة: المرسل يكون خلف منطقتيه.

الرسم رقم (03): يوضح اختبار مهارة الإرسال من الأسفل إلى الأعلى.

¹ - نسيمه محمود والي، مرجع سابق، ص 44.

4-الدراسة الأساسية:

4-1-منهج البحث:

المنهج في المجال الرياضي هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشيد به الباحث من البداية إلى النهاية قصد الوصول إلى نتائج معينة¹.

ويرى "عمار بخوش" و"محمد دنيبات" أن المنهج في البحث العلمي هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة واكتشاف الحقيقة².

انطلاقاً من هذين التعريفين يمكننا القول أن اختيار المنهج السليم والصحيح في مجال البحث العلمي يعتمد في الأساس على طبيعة المشكلة نفسها، والمتفق عليه أن منهج البحث يختلف باختلاف الموضوع والمشكلة المطروحة، لهذا اختار الباحثان المنهج التحريبي وهذا لملاءمته لطبيعة مشكلة بحثنا.

4-2-مجتمع البحث:

يتكون المجتمع الأصلي للدراسة من تلاميذ مرحلة المتوسط، بمتوسطة الإخوة علي باي أبو بكر- أولاد بسام- تيسمسيلت- للسنة الدراسية 2018/2017 والبالغ عددهم 260 تلميذ، كما بلغ عدد تلاميذ السنة الثانية متوسط 60 تلميذ.

4-3-عينة البحث:

اعتمد الباحثان على عينتين وتم اختيارهم بطريقة مقصودة من المتعلمين في المرحلة المتوسطة للسنة الثالثة متوسط للموسم الدراسي 2018/2017 وقد بلغ عدد أفرادها 28 تلميذاً كلهم ذكور، حيث تمثل 10.76% من المجتمع الأصلي.

1- محمد لزهر الإسهال، الأصول في البحث العلمي، دار الحكمة للطباعة والنشر، العراق، 1990، ص89.
2- عمار بخوش، محمد بنيات، علم الاجتماع والمنهج العلمي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995، ص89.

الرقم	مجموعات البحث	عينة البحث
01	عينة الدراسة الاستطلاعية	12
02	العينة التجريبية	14
03	العينة الضابطة	14
المجموع		40

جدول رقم (03) يوضح عينة البحث والعينة الاستطلاعية.

4-4- العينة من حيث المواصفات والتجانس:

وقد اعتمد الطالبان الباحثان على دراسة مواصفات العينة وتجانسها لكل من العينة الضابطة والعينة

التجريبية من حيث متغيرات (السن، الطول، الوزن) وهو ما نقوم بعرضه في الجدول رقم 01 الموالي:

المعاملات الإحصائية للمتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	العينة الضابطة	13.64	0.46	-0.78
	العينة التجريبية	13.35	0.47	0.74
الطول	العينة الضابطة	1.66	0.068	-0.44
	العينة التجريبية	1.59	0.074	-0.27
الوزن	العينة الضابطة	53.71	9.06	0.07
	العينة التجريبية	45.65	6.35	0.007

جدول رقم (04) يوضح مواصفات عينة البحث للعينة الضابطة والعينة التجريبية

4-5- التعليق على الجدول أعلاه:

يتضح من خلال الجدول رقم (04) أن المتوسطات الحسابية لمتغيرات السن، الطول، الوزن بالنسبة

لتلاميذ العينة الضابطة بلغت على التوالي 13.64، 1.66، 53.71 بانحراف معياري مقدر على التوالي

0.64، 0.068، 9.06، في حين جاءت المتوسطات الحسابية بالنسبة لتلاميذ العينة التجريبية 13.35

1.59، 45.65 بانحرافات معيارية قدرت بـ 0.47، 0.074، 6.35، كما عمدنا على حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للعينة ككل.

فيما جاءت قيم معامل الالتواء بالنسبة لمتغيرات السن، الطول، الوزن بالنسبة للعينة الضابطة والتجريبية محصورة بين +3 و-3 وهذا ما يسير إلى تجانس العينة من حيث هذه المتغيرات.

5- ضبط متغيرات الدراسة:

تعتبر الدراسة الحالية دراسة تجريبية، واشتملت على المتغيرات النابعة والمستقلة التالية

5-1- المتغير المستقل:

هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة ودراسة قد تؤدي به إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

تحديد المتغير المستقل: هو التغذية الراجعة الخارجية.

5-2- المتغير التابع:

هو «متغير يؤثر في المتغير المستقل، وهو الذي لا تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع»¹.
تحديد المتغير التابع، الأداء المهاري للإرسال المنخفض من الأسفل إلى الأعلى.

6- مجالات البحث:

6-1- المجال الزمني: أجريت التجربة وفق التسلسل الزمني التالي:

تم تنفيذ التجربة الاستطلاعية يوم الاثنين 03-01-2018 من الساعة 10 إلى 12 سا، لتعاد بعد أسبوع يوم 10-01-2018 من الساعة 10 سا إلى 12 سا مع القيام بتسجيل النتائج الخاصة بالاختبار القبلي والبعدي لمهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة.

1- محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية وعلم النفس، دار الفكر العربي، بدون طبعة، القاهرة، مصر 1999، ص 219.

6-1-2- الاختبارات القبلية:

6-1-2-1- العينه التجريبية: تم إجراء الاختبار القبلي على العينة التجريبية في الفترة الصباحية من يوم الأربعاء 17-01-2018 من الساعة 09 إلى 10 صباحا والتي تمثلت في اختبار مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة مع القيام بتسجيل نتائج التلاميذ الخاصة بالاختبار.

6-1-2-2- العينه الضابطة: تم إجراء الاختبار القبلي على العينة الضابطة في الفترة المسائية من يوم الأربعاء في 17-01-2018 من الساعة 15:00 إلى 16:00 مساءً والذي تمثل في اختبار مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة مع القيام بتسجيل نتائج التلاميذ الخاصة بالاختبار.

- قام الباحثان بتطبيق البرنامج التعليمي (الوحدات التعليمية) الخاصة بمهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة وكان عددها 9 حصص وتم تطبيقها حسب الرزنامة الخاصة بالتوقيت الأسبوعي للوحدة الخاصة بالتربية البدنية والرياضية، وذلك يوم كل أربعاء الموافق لكل أسبوع في الفترة الصباحية والمسائية بحيث دام تطبيق هذه الوحدات 9 أسابيع من 17-01-2018 إلى غاية 14-03-2018.

6-1-3- الاختبارات البعدية:

6-1-3-1- العينه التجريبية: قام الباحثان بإجراء القياسات البعدية للعينة التجريبية وذلك يوم 14-03-2018 من الساعة 09 صباحا في الفترة الصباحية، لاختبار مهارة الإرسال المنخفض في الكرة الطائرة مع تسجيل نتائج التلاميذ في هذا الاختبار.

6-1-3-2- العينه الضابطة: تم إجراء القياسات البعدية للعينة الضابطة وذلك يوم 14-03-2018 من الساعة 15:00 إلى 16:00 مساءً في اختبار مهارة الإرسال المنخفض في الكرة الطائرة مع تسجيل نتائج الاختبار.

6-2- المجال المكاني: تم تطبيق الحصة الخاصة بالبرنامج التعليمي (الوحدات التعليمية) لبحثنا في متوسطة الإخوة علي باي أبو بكر أولاد بسام -تيسمسيلت-.

6-3- المجال البشري: أجريت الدراسة على تلاميذ المرحلة المتوسطة وبالتحديد السنة الثالثة من التعليم المتوسط والمقدر عددهم بـ 60 تلميذا، وزعوا على مجموعتين بالتساوي 14 تلميذ لكل مجموعة، و12 تلميذ خاص بمجموعة الدراسة الاستطلاعية.

7- أدوات البحث:

حتى يتسنى للباحثان الوصول إلى هدفهما المنشود والمتمثل في أثر التغذية الراجعة الخارجية في تعلم مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة لدى تلاميذ التعليم المتوسط السن (13-14 سنة).
اعتمد الباحثان على الاختبارات كوسيلة مساعدة لجمع البيانات من خلال الدراسات النظرية والتدريب الرياضي في كرة الطائرة والدراسات السابقة التي تناولت بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة، وكذلك الدراسات المتعلقة بالقياس والتقويم ليصل الباحثان في النهاية إلى مختلف الاختبارات التي تقيس المهارة المستهدفة في الدراسة والتي تخص الإرسال المنخفض من الأسفل إلى الأعلى.

7-1- الوحدات التعليمية:

حيث تم اقتراح 9 وحدات تعليمية بمعدل حصة واحدة في الأسبوع خاصة بالتحكم في مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة.

7-2- الوسائل التعليمية:

- شواخص.
- ميقاتية وصافرة.
- كرات الطائرة.
- ملعب خاص بكرة الطائرة.
- شريط لاصق.

8- البرامج التعليمية (الوحدات التعليمية):

8-1- خطوات إعداد الوحدات التعليمية:

يشير "السيد عبيد ماجدة وآخرون" إلى أن "للتصميم العلمي مجالاً من التأثيرات الانفعالية والوجدانية تشتمل على الأهداف المتعلقة بالعواطف والانفعالات والرغبات والميول والاتجاهات والتثقيف وطرائق التكييف"¹.

8-2- دواعي إعداد الوحدات التعليمية:

إن الهدف الأساسي من هذا البرنامج التعليمي وهو التعرف على تأثير هذه التغذية الراجعة الخارجية على تعلم مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة على المتعلمين في مرحلة التعليم المتوسط.

1- أحمد بوسكرة، مرجع سابق، ص70.

3-8- شروط وأسس بناء الوحدات التعليمية:

لقد اعتمد الباحثان عند وضعهما هذا البرنامج التعليمي على مجموعة من الأسس العلمية الشروط المنهجية التالية:

- تحقيق مدرة زمنية كافية لتحضير الدرس.
- أن تشتق الأهداف الدرس الإجرائية من الأهداف التربوية الدورية.
- تحديد الأهداف المراد قياسها بدقة وبصورة مباشرة.
- مراعاة احتياجات التلاميذ واهتمامهم وقدرتهم.
- يضمن تحضير الوسيلة المناسبة للدرس.
- يراعي المبادئ العامة للتدريب (شدة الحمولة، عدد التكرارات، السلاسل، زمن الاسترجاع).
- يستعين بمنهاج أو دليل الأستاذ أثناء تحضير الدرس.
- يستعين بالمراجع العلمية المتخصصة في نظريات وطرق التدريس في التربية البدنية والرياضية.
- يراعي الظروف المنافسة.

4-8- قياس صدق الوحدات التعليمية:

تم بناء هذه الوحدات التعليمية حسب نموذج المقاربة بالكفاءات الجيل الثاني، بحيث عرض للتحكيم على عدد من الأساتذة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، وقد أسفرت النتائج على بعض التعديلات خاصة من ناحية توقيت استخدام التغذية الراجعة الخارجية وكذلك بعض الأمور المتعلقة بالمواقف التعليمية.

5-8- محتوى الوحدات التعليمية:

تضمن هذا البرنامج التعليمي مجموعة من الوحدات التعليمية وعددها 9 حصص أو وحدات تعليمية خاصة بكرة الطائرة، استمد الباحثان مضمونها من عدد من المراجع والكتب المتخصصة والدراسات السابقة وبالأخص مناهج التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة ومن الوثيقة المرافقة لهذا المنهاج وذلك لما تحويه من توجيهات تساعد المعلم في وضع محتويات البرنامج التعليمية المختلفة.

تم تطبيق هذه الوحدات الـ 9 على المجموعة التجريبية كما تحتوي على مواقف مختلفة حول مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة، وكذلك كيفية أداء هذه المهارة من طرف المعلم أو الزميل أو أحد التلاميذ

المميزين والتركيز على الوضعية الصحيحة بالنسبة للرجلين ولليد الحاملة للكرة أو الضاربة للكرة مع إعطاء الأولوية للتكرار حتى يتسنى للتلميذ تصحيح الأخطاء والتحكم في المهارة بشكل صحيح وسليم.

9- السلامة الداخلية للتصميم التجريبي:

يتم التحقق من السلامة الداخلية عندما يتأكد الباحثان من أن العوامل الداخلية قد أمكن السيطرة عليها في التجربة بحيث لم تحدث أثرا في المتغير التابع وهذه العوامل هي:

1- الظروف المصاحبة لإجراء التجربة الميدانية حيث لم يتعرض البحث طوال مدة التجربة لأي حادث يؤثر سلبا في التجربة.

2- السلامة الخارجية للتصميم.

- من بين العوامل التي يمكن أن تؤثر في السلامة الخارجية لتصميم التجربة الميدانية نذكر العوامل والمتغيرات التالية:

أ- **المادة التعليمية:** اختيار نفس المهارة المستخدمة في الدراسة لكونها ضمن المقرر لمنهاج تدريس مادة التربية البدنية والرياضية للصف الرابع المتوسط وهي مقررة ضمن النشاط الرياضي المدرسي.

ب- **المدة الزمنية للتجربة وتوزيع الحصص الدراسية:**

كانت المدرة الزمنية كافية لمجموعة البحث إذ بدأت التجربة الرئيسية بتاريخ 17-01-2018 وانتهت في 14-03-2018 بواقع 09 حصص أو وحدات تعليمية، حيث تم تطبيق هذه الوحدات في التوقيت الرسمي للحصص لمجموعة البحث وكانت كل يوم أربعاء على الساعة 10 صباحا إلى 11 سا كما هو موضح في الجدول:

اليوم	المجموعة	التوقيت
الأربعاء	التجريبية	10-11 صباحا

جدول رقم (05) يوضح دروس التربية البدنية والرياضية كمجموعة البحث.

10- الوسائل الإحصائية:

لكل باحث وسائل إحصائية خاصة والتي تتناسب مع نوع المشكلة وخصائصها حيث قمنا بحساب :

10-1- المتوسط الحسابي: هو أحد مراكز النزعة المركزية والتي لا يحسب بجمع قيم عناصر المجموعة ثم

قسمت النتيجة على العينة، وذلك من خلال المعادلة التالية¹:

$$\bar{س} = \frac{\text{مجم س}}{ن}$$

حيث $\bar{س}$: المتوسط الحسابي. مجم س : مجموع الدرجات.
 $ن$: عدد الأفراد.

الهدف منه هو الحصول على متوسط نتائج المختبرين بالإضافة إلى ذلك فإنه ضروري لاستخراج الانحراف المعياري.

10-2- الانحراف المعياري:

الانحراف المعياري من أهم مقاييس التشتت و هو يقوم في جوهره على حساب انحراف الدرجات عن متوسطها².

$$ع = \sqrt{\frac{\text{مجم (س-س̄)}^2}{ن}}$$

حيث $ع$: الانحراف المعياري.
 $\bar{س}$: المتوسط الحسابي.

$ن$: عدد الأفراد.

10-3- معامل الارتباط بيرسون:

يكتب على الشكل التالي:

$$ر = \frac{\text{مجم (س-س̄) (ص-ص̄)}}{\sqrt{\text{مجم (س-س̄)}^2 \times \text{مجم (ص-ص̄)}^2}}$$

حيث: $ر$: معامل الارتباط.
 $س$: المتغير الأول.
 $ص$: المتغير الثاني.

الهدف منه: معرفة مدة العلاقة الارتباطية بين الاختبارين بالرجوع إلى جدول الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط

بيرسون.

1- عيسى ناجي عبد الجبار، شامل كامل محمد، مبادئ الإحصاء في التربية البدنية، دار المعارف، القاهرة، 1991، ص92.

2- عبد القادر حلبي، مدخل إلى الإحصاء ط2، مطبعة بيروت، 1984، ص88.

10-4- الصدق الذاتي: ويطلق عليه أيضا مؤشر الثبات، فالصلة وثيقة بين الثبات والصدق من حيث أن الثبات في الاختبار يؤسس على ارتباط الدرجات الحقيقية للاختبار بنفسها إذ أعيد الاختبار على نفس المجموعة من الأفراد ويحسب الصدق الذاتي للاختبار وفق المعادلة التالية:

$$10-4-1 \text{ معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل الثبات}}$$

10-5- اختبار T ستودنت:

استعملناه لمعرفة الفرق بين الاختبارات القبليّة والبعدية بين العيّنتين:

$$T = \frac{\bar{S}_1 - \bar{S}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{2}}}$$

حيث: \bar{S}_1 : المتوسط الحسابي للعينة الأولى (التجريبية).
 \bar{S}_2 : المتوسط الحسابي للعينة الثانية (الضابطة).
 S_1 : الانحراف المعياري للعينة الأولى.
 S_2 : الانحراف المعياري للعينة الثانية.

- اختبار T ستودنت :

يستعمل في المنهج التجريبي في دلالة المقارنة بين الاختبار القبلي و البعدي لحساب الفرق بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة الواحدة.

$$T = \frac{\bar{S}_1 - \bar{S}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{2}}}$$

درجة الحرية = ن-1

\bar{S}_1 ف: متوسط الفروق أو الفرق بين المتوسطين.

$$\bar{S}_1 = \frac{\sum_{i=1}^n (S_i - \bar{S})^2}{n-1}$$

ف: الفرق بين الاختبار القبلي و البعدي.

ح ف: انحراف الفروق عن المتوسط (ف- \bar{S}).

10-6- معامل الالتواء:

استعمل لمعرفة مدى تجانس العينات

حيث يحسب معامل الالتواء وفق المعادلة التالية:

مع(المتوسط - الوسيط)

الالتواء =

الانحراف المعياري

مع(س - و)

=

ع

حيث:

س: المتوسط الحسابي.

و: الوسيط.

ع: الانحراف المعياري.

11- صعوبات البحث:

من بين أهم الصعوبات التي واجهت الباحثان أثناء قيامهما بالدراسة تمثلت فيما يلي:

- نقص الوسائل التعليمية.
- صعوبة إدراك الاختبار أثناء التطبيق لكلتا العينتين وفي الاختبار القبلي والبعدي.
- صعوبة التحكم في هذه الفئة التي تمر بمرحلة المراهقة عند تطبيق الوحدات التنظيمية.
- صعوبات الأداء في طقس ماطر مع رياح وإعادة الاختبار.

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل من خطوات علمية ومنهجية وحتى يتسنى للباحثان حل مشكلة البحث بدءاً من الدراسة الاستطلاعية نوع المنهج العلمي المستخدم الكمي (التجريبي) عينة الدراسة مروراً بالاختبارات وأدوات البحث المستعملة باستخدام الأدوات الإحصائية. وهذا ما جعلنا نثق في النتائج المتحصل عليها رغم الصعوبات التي واجهتنا أثناء الدراسة.

الفصل الثاني:

عرض تحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

نتطرق في هذا الفصل إلى عرض وتحليل النتائج التي كشفت عنها الدراسة وفقا لخطة بحث مناسبة لطبيعتها، بحيث أن أجزاء البحث في تكامل وتناغم للوصول إلى الحقيقة العلمية، فبعد عرض الإطار المنهجي يأتي هذا الفصل ليستعرض النتائج المتوصل إليها من خلال المعالجة الإحصائية وتفسير النتائج والتحقق من فرضيات البحث والاستنتاجات والاقتراحات، وذلك انطلاقا من الخلفية النظرية التي بنيت عليها هذه الدراسة.

1- عرض نتائج الفرضية الأولى:

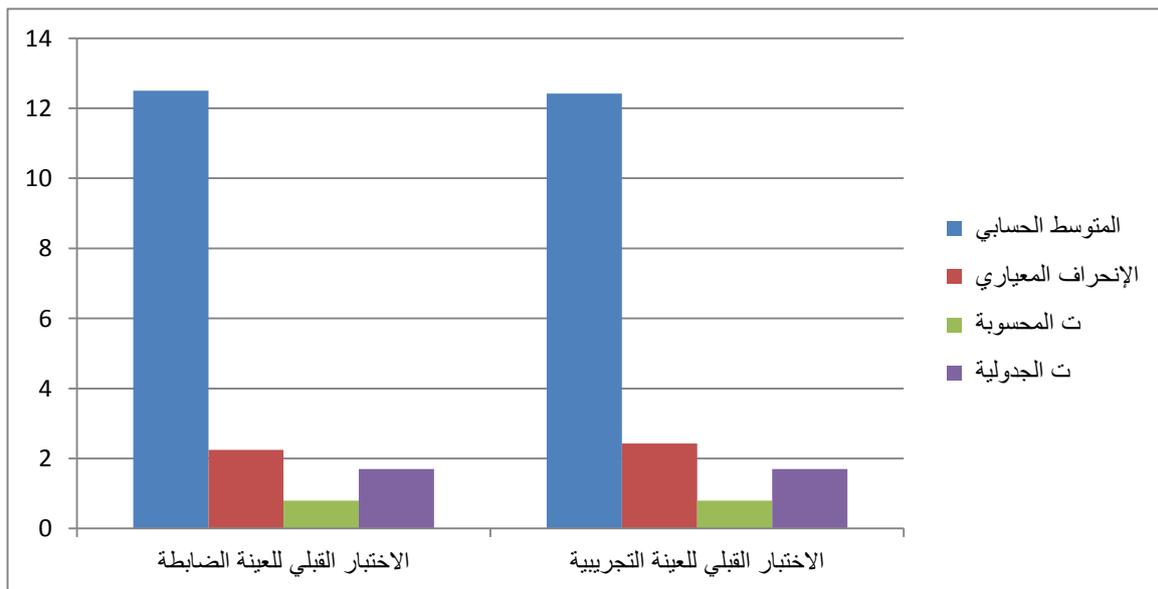
لا توجد ظروف ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينة الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة.

نوع الدلالة	ت ج	ت م	مستوى الدلالة	درجة الحرية	ع	س	العينة	الاختبارات	العينة الضابطة والتجريبية
غير دال إحصائياً	1.70	0.80	0.05	2-2	2.25	12.50	14	الاختبار القبلي للعينة الضابطة	
					2.43	12.42	14	الاختبار القبلي للعينة التجريبية	

جدول رقم (06) يبين نتائج الاختبار القبلي للعينتين الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة.

1-2- التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم (06) نلاحظ أن المتوسط الحسابي بالنسبة للعينة الضابطة يقدر بـ (12.50) والمتوسط الحسابي للعينة التجريبية يقدر بـ (12.42)، وتب المحسوبة المقدرة بـ (0.80) أصغر من ت الجدولية المقدرة بـ (1.70) عند درجة حرية (2-2) المقدرة بـ (26)، ومستوى دلالة قدر بـ (0.05)، فإنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبليين للعينتين الضابطة والتجريبية.



الشكل (02) يوضح نتائج الاختبار القبلي للعينتين الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة للفرضية الأولى.

1-3- تفسير نتائج الفرضية الأولى:

يتضح من خلال الجدول رقم (06) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية للعينتين الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة الإرسال المنخفض مما يدل على التقارب في المستوى بين عينات البحث الضابطة والتجريبية في العنصر المهاري (إرسال منخفض)، وهذا يدل على تجانس العينتين في هذه المهارة بالرغم من أن الناشئ تميز في هذه المرحلة بالرغبة والحماس الكبيرين في التعلم الحركي، ووصوله إلى أعلى المستويات نظرا لنضجه وتطوير فكرة إضافة إلى سرعته في التعلم عن طريق العرض والشرح البسيطين باستخدام التغذية الراجعة الخارجية، حيث يقول مفتي إبراهيم حماد: «إن الناشئين لديهم الرغبة في تعلم مهارات جديدة بالرغم من المواقف التنافسية العصبية التي قد تواجههم عند القيام بنشاط التعلم»¹.

2- عرض نتائج الفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للعيينة الضابطة في متغيرات الدراسة.

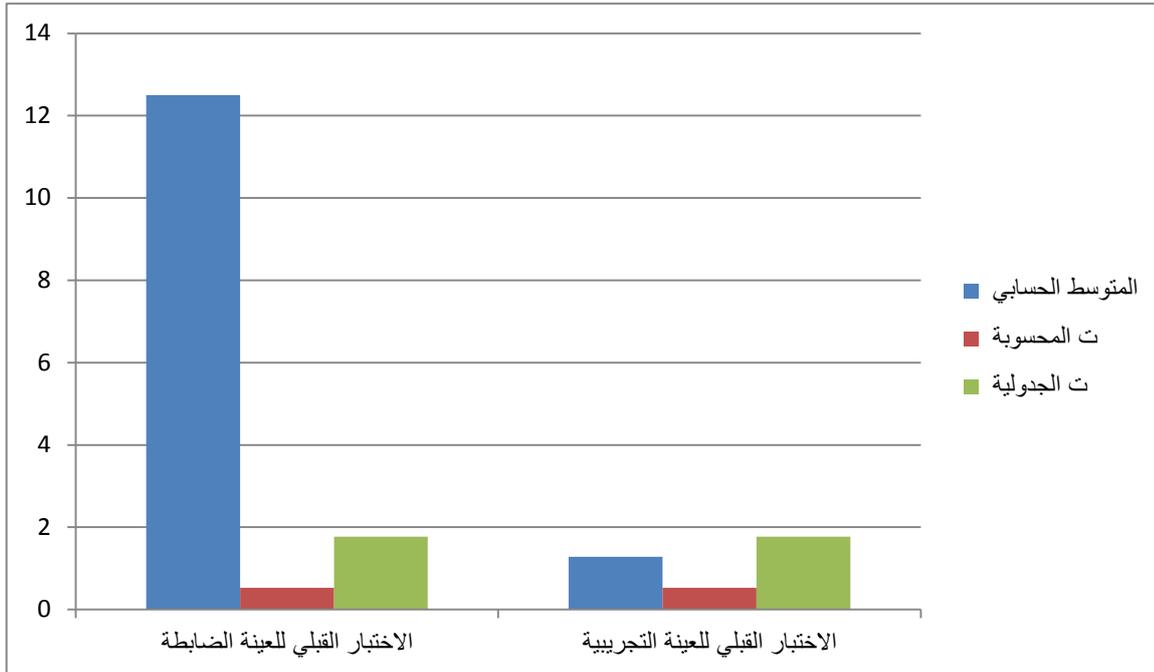
نوع الدلالة	ت ج	ت م	مستوى الدلالة	درجة الحرية	س	العيينة	الاختبارات	العيينة
غير دالة إحصائية	1.77	0.53	0.05	ن-1	12.50	14	الاختبار القبلي للعيينة الضابطة	الضابطة والتجريبية
					12.28	14	الاختبار البعدي للعيينة التجريبية	

جدول رقم (07) يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعيينة الضابطة في متغيرات الدراسة.

2-2- التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم (07) نلاحظ أن المتوسط الحسابي بالنسبة للاختبار القبلي للعيينة الضابطة يقدر بـ (12.50) والمتوسط الحسابي للاختبار البعدي لنفس العينة يقدر بـ (12.28)، وت المحسوبة المقدرة بـ (0.53) أصغر من ت الجدولية المقدرة بـ (1.77) فإنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعيينة الضابطة.

¹ - مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي للجنسين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996، ص185.



الشكل (03) يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعيينة الضابطة في متغيرات الدراسة

للفرضية الثانية

2-3- تفسير نتائج الفرضية الثانية:

يتضح من خلال الجدول رقم (07) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعيينة الضابطة في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية ومهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة)، وهذا يدل على عدم ثبات واستقرار مستوى العينة الضابطة، وذلك بسبب عدم ملائمة البرنامج التعليمي وكذا الطريقة المتبعة في تعلم هذه العينة، حيث يرى مفتي إبراهيم حمادة أن: «بعض المدربين يكتفون بإصدار الأوامر للاعبين هلال وحدة التدريب اليومية متناسين الجوانب الأهم الأخرى والتي تعتبر صلب واجباتهم مثل: تقديم وشرح الجوانب التعليمية التي تحقق أهداف التدريب الرياضي وكذلك إهمال تقديم التغذية الراجعة المناسبة والضرورية للنهوض بمستوى الأداء»¹.

يرى الباحثان أن تعامل المعلم مع هذه الفئة ليس بالأمر السهل نظرا لسلوكياتهم المختلفة وغير المنتظمة وذلك لتزامنهم مع مرحلة المراهقة، وتحقيق الأهداف يرجع إلى نوع الطريقة المستخدمة من طرف المعلم في استعمال التغذية الراجعة الخارجية ومدى فعاليتها في توصيل المعلومات والمعارف التي تساعد المعلم في شرح وتعلم

¹ - مفتي إبراهيم حماد، مرجع سابق، ص 83.

المهارة وتجسيد التغذية الراجعة الخارجية في الزمان والمكان المناسب لها، وذلك من أجل تحسين وتطوير أي أداء مهاري معين والوصول إلى الأهداف المنشودة.

3- عرض نتائج الفرضية الثالثة:

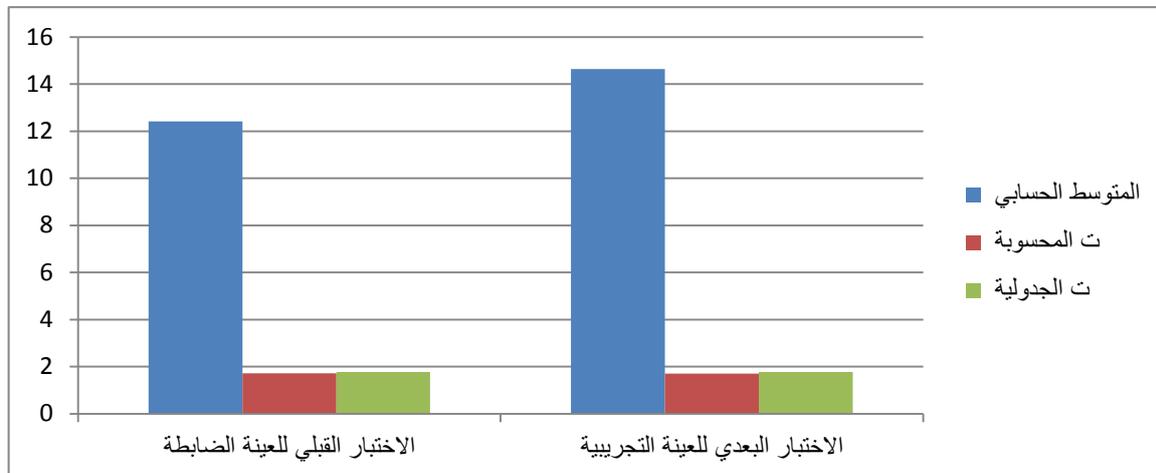
توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في متغيرات الدراسة:

نوع الدلالة	ت ج	ت م	مستوى الدلالة	درجة الحرية	س	العينة	الاختبارات	العينة
دالة إحصائية	1.77	1.71	0.05	ن-1	12.42	14	الاختبار القبلي للعينة الضابطة	الضابطة والتجريبية
					14.64	14	الاختبار البعدي للعينة التجريبية	

جدول رقم (08) يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في متغيرات الدراسة.

3-1- التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم (08) نلاحظ أن المتوسط الحسابي بالنسبة للاختبار القبلي للعينة الضابطة يقدر بـ (12.42) والمتوسط الحسابي للاختبار البعدي لنفس العينة يقدر بـ (14.64) وت المحسوبة المقدرة بـ (1.81) أكبر من ت الجدولية المقدرة بـ (1.77) عند درجة الحرية (ن-1) المقدرة بـ (13)، ومستوى الدلالة (0.05) فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي لأن متوسطه الحسابي أكبر من المتوسط الحسابي للاختبار القبلي.



الشكل (04) يوضح نتائج الاختبار القبلي للعينتين الضابطة والتجريبية للفرضية الثالثة.

3-2- تفسير نتائج الفرضية الثالثة:

يتضح من خلال الجدول رقم (08) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، ومهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة)، مما يشير إلى تحسن مستوى الأداء المهاري لدى المتعلمين، ويعود هذا التحسن إلى البرنامج التعليمي المقترح وما يتمنه من تدريبات وإجراءات وتصحيح الأخطاء عن طريق التغذية الراجعة، فهي مهمة في عملة التعليم، حيث يعتبر "عطاء الله أحمد": «أنها إحدى العمليات المهمة لتسهيل التعلم»¹، ويؤكد "وجهه محبوب" ذلك حيث يرى أن: «فوائد التغذية الراجعة من حيث صقل وتطوير الأداء وتزويد المتعلم بالمعلومات الخاصة بالحركة وتوجيهه استجابة نحو الهدف الحركي من خلال المواقف التعليمية»².

وبالتالي كان البرنامج التعليمي المتبع عبارة عن تجسيد جيد لطرق عرض التغذية الراجعة الخارجية من قبل الباحثان في استعمال الخصائص الحركية وتطويرها، وتأکید المهارات واكتسابها لتوصيل المعارف إلى المتعلمين، مما أدى إلى تحقيق الأهداف المسطرة الخاصة بالأداء الحركي وكذلك إتباع المبادئ الرئيسية في عملية التعلم كالاختبار الصحيح للتمرينات والمواقف التعليمية التي ترفع من مستوى المهارة الحركية لدى المتعلمين مع الاستخدام الأمثل للإمكانات.

4- عرض نتائج الفرضية الرابعة:

نوع الدلالة	ت ج	ت م	مستوى الدلالة	درجة الحرية	ع	س	العينة	الاختبارات	
دالة إحصائية	1.70	2.65	0.05	2-2	1.74	12.28	14	الاختبار البعدي للعينة الضابطة	العينة الضابطة
					2.34	14.64	14	الاختبار البعدي للعينة التجريبية	والعينة التجريبية

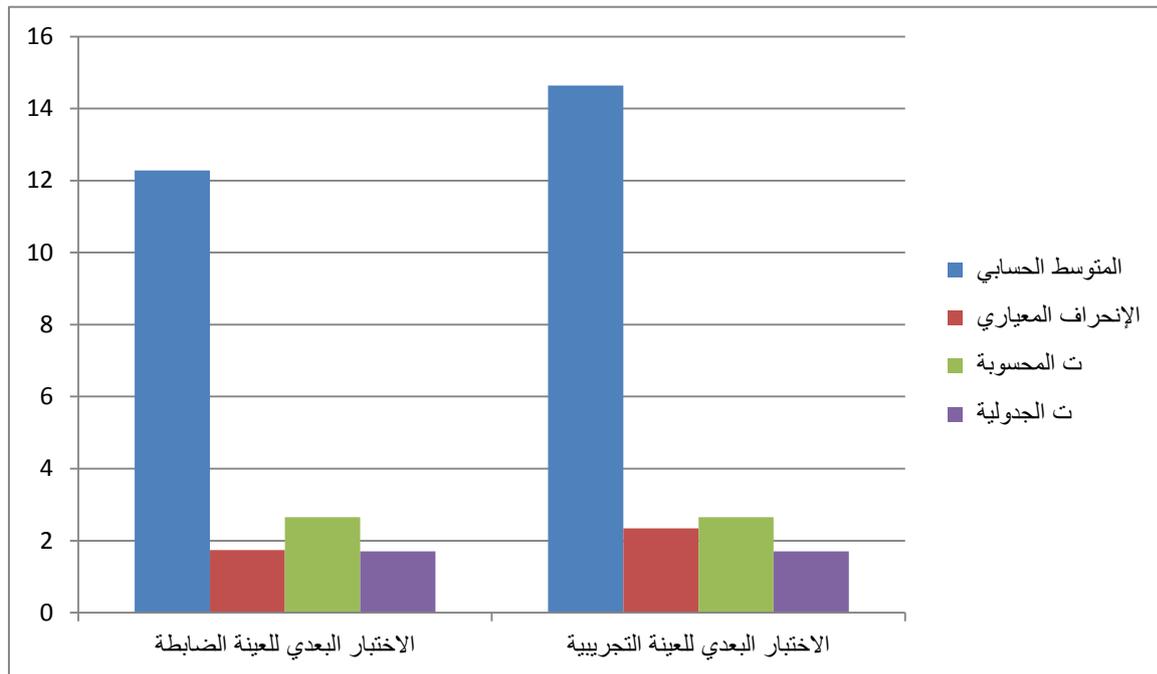
جدول رقم (09) يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة.

1- عطاء الله أحمد، مرجع سابق، ص 19.

2- وجهه محبوب، التعلم وجدولية التدريب، دار وائل، عمان، 2001، ص 32.

4-1- التعليق على الجدول:

من خلال الجدول رقم (09) نلاحظ أن المتوسط الحسابي بالنسبة للعينة الضابطة يقدر بـ (12.28) والمتوسط الحسابي للعينة التجريبية يقدر بـ (14.64)، وت المحسوبة المقدرة بـ (2.65) أكبر من ت الجدولية المقدرة بـ (1.70) عند درجة حرية 2-ن2 المقدرة بـ (26)، ومستوى الدلالة (0.05)، فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية لصالح الهيئة التجريبية، لأن متوسطها الحسابي أكبر من متوسط الحسابي للعينة الضابطة.



الشكل (05) يوضح نتائج الاختبار القبلي للعينتين الضابطة والتجريبية للفرضية الرابعة.

4-2- تفسير نتائج الفرضية الرابعة:

يتضح من خلال الجدول رقم (09) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي بين العينة الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، ومهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة)، مما يشير إلى التفوق الواضح في مستوى الأداء المهاري للعينة التجريبية على العينة الضابطة، ويعود هذا التفوق إلى نوعية البرامج التعليمية المقترح وما يتضمنه من تدريبات وإجراءات وتصحيح الأخطاء، أي التغذية الراجعة الخارجية، بالرغم من أن المراقبة في هذه المرحلة تتميز بالإتقان السريع للمهارات الحركية، حيث يقول كل من علي نصيف وحسن حسين: «فضلا عن ارتفاع نمو القوى العقلية كالتحكم والتعليم والفهم والذاكرة والانتباه والإدراك

والاستقلال الذاتي وقدرة الإتقان السريع للتمرينات لمدة أطول كما تزداد الحواس دقة كاللمس والسمع¹، وبالتالي يرجع الباحثان هذا الاختلاف إلى التأثير الإيجابي للتغذية الراجعة الخارجية على الأداء المهاري والحركي والاختبار الأمثل للتمرين والاستغلال الجيد للإمكانيات المتاحة.

1- علي نصيف، قاسم حسن حسين، مبادئ علم التدريب الرياضي، ط1، دار المعارف، بغداد، 1980، ص91.

5- مناقشة فرضيات البحث:

5-1- مناقشة الفرضية الأولى:

من خلال فرضية البحث التي تشير إلى انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة بين العينة الضابطة و التجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض).

- من خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا رقم (06) حيث كان هناك تقارب في المستوى بين عيني البحث الضابطة و التجريبية في مهارة الإرسال المنخفض وهذا ما يدل على تجانس العينتين في هذه المهارة و بالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات القبليّة بين العينة الضابطة و التجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض بالرغم من الرغبة التي يتمتع بها الناشئ في التعلم حيث يقول "مفتي إبراهيم حماد": "إن الناشئين لديهم الرغبة في تعلم مهارات جديدة بالرغم من المواقف التنافسية العصبية التي قد تواجههم عند القيام بنشاط التعلم"¹.

ويرجع الطالبان الباحثان ذلك إلى تجانس العينتين ومدى تكافئها في المؤشرات المذكورة سابقا، وهذا ما تتفق عليه دراستنا مع كل من قيواني عبد الملك وكشمير محمد ياسين 2015 التي توصلت إلى وجود تكافؤ و تقارب ولكن بشكل غير دال إحصائيا في الاختبارات القبليّة للمهارات (التمرير التصويّب، تركيز الانتباه)، ومن خلال هذا نقول أن فرضية البحث الأولى قد تحققت.

5-2- مناقشة الفرضية الثانية :

من خلال فرضية البحث التي تشير إلى انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة و البعديّة للعينة الضابطة في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض)، من خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا في الجدول رقم (07) أن هناك فروق غير دالة احصائيا بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض) وهذا ما يدل على استقرار و ثبات في المستوى للعينة الضابطة، لكن هذا الفرق غير دال احصائيا وذلك لعدم نجاعة البرنامج التعليمي مع الطريقة المتبعة في تعليم هذه العينة، حيث يرى مفتي إبراهيم حماد أن "بعض المدرسين يكتفون بإصدار الأوامر للاعبين خلال وحدة التدريب اليومية متناسين الجوانب الأهم الأخرى والتي تعتبر صلب واجباتهم

¹ - مفتي إبراهيم حماد، مرجع سابق، ص28.

مثل تقديم وشرح الجوانب التعليمية التي تحقق أهداف التدريب وكذلك إهمال تقديم التغذية الراجعة المناسبة و الضرورية للنهوض بمستوى الأداء"¹.

ويرى الباحثان ان تعامل المعلم مع هذه الفئة ليس بالأمر السهل نظرا لتصرفاتهم وسلوكياتهم غير المنتظمة ولهذا فإن تحقيق الأهداف يرجع إلى نوع التغذية الراجعة التي يتبعها المعلم ومدى فعاليتها في توصيل المعلومات و المعارف التي تساعد على توضيح وشرح وتعلم المهارة الحركية وعليه يجب اختيار الطريقة الصحيحة أثناء التعلم وتجسيد التغذية الراجعة الخارجية في الزمن و المكان المناسب لها من أجل تحسين وتطوير وتثبيت الأداء المهاري للإرسال المنخفض وذلك بطرق ووسائل فعالة للوصول إلى المبتغى.

وهذا ما توافقت عليه دراستنا مع دراسة أسماء حكمت 2015 والتي توصلت إلى أن هناك تباين في تأثير الأنواع الثلاثة من التغذية الراجعة بشكل غير دال إحصائيا في مستوى أداء مهاري الإرسال و الاستقبال، ومن خلال هذا نقول أن فرضية البحث الثانية لم تتحقق.

5-3- مناقشة الفرضية الثالثة:

من خلال فرضية البحث التي تشير إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبليّة و البعدية للعينة التجريبية في متغيرات الدراسة(التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض) ، من خلال النتائج التي توصلنا إليها في دراستنا في الجدول رقم (08) ، وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدى للعينة التجريبية في متغيرات الدراسة(التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض) مما يشير إلى تطور و تحسن في مستوى المهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة، وذلك راجع إلى نوعية التمارين المستخدمة في الوحدات التعليمية مع استخدام أساليب وطرائق تتناسب مع نوع المهارة المتعلمة، إن تطبيق البرنامج التعليمي المعد من طرف الباحثين ساعد على تنفيذ الاستجابة بصورة صحيحة أثناء الأداء لدى المتعلم مما سهل في تطوير سريع خاصة إذا كان الأفراد المتعلمين لا يملكون خبرات كبيرة خصوصا أن العينة قد تلقت تكرارات لتعلم المهارة باستخدام التغذية الراجعة الخارجية ويرى Richrd schidt: "أن التغذية الراجعة تزيد من تحسين الأداء في مراحل التعلم الأولى حيث أن التعلم يأخذ الصورة الاولية للحركة ويضع برنامجا حركيا مناسباً للاستجابة وينفذه وبعد ذلك يقارن النتيجة مع الهدف المبين أو البرنامج المقرر"².

¹ - مفتي إبراهيم حماد، المرجع نفسه، ص28.

² - Richrd schidt, Graig A. WEISBERG. Motor learning and performance fourth edition, human kinetics ;2008, p99.

وذكر Richrd schidt " أن التعلم الحاصل لدى المتعلمين الذين يمارسون عدة تنويعات في التمرين للأشكال المهارية سوف تصبح لديهم القدرة على إدراك المثيرات التي تواجههم وبالتالي تفعيل عملية التعلم لهذه المهارات". كما أن تصحيح إجابة المتعلم الخطأ من شأنها أن تضعف الارتباطات الخطأ التي حدثت في ذاكرته واحلال ارتباطات صحيحة محلها، كما أن استخدام التغذية الراجعة من شأنها أن تنشط عملية التعلم وتزيد من مستوى الدافعية للتعلم"¹.

وهذا ما تنفق دراستنا مع دراسة كل من عطاء الله أحمد 1996 التي توصلت إلى أن التغذية الراجعة لها تأثير إيجابي في تعلم مهارة الإرسال في كرة الطائرة، ودراسة آية 1996 التي توصلت إلى أنها توجد فروق معنوية لصالح المجموعة الأولى التي استخدمت التغذية الراجعة المرئية بواسطة جهاز الفيديو، ومن خلال هذا كله نقول أن فرضية البحث الثالثة قد تحققت.

5-4- مناقشة الفرضية الرابعة:

من خلال فرضية البحث التي تشير إلى أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي بين العينة الضابطة و التجريبية في متغيرات الدراسة(التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض). من خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا في الجدول رقم(09) إلى انه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين العينة الضابطة و التجريبية في متغيرات الدراسة(التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض) مما يشير إلى التفوق الواضح في مستوى الأداء المهاري و الحركي للعينة التجريبية على غرار العينة الضابطة ويعود هذا التفوق إلى نجاعة البرنامج التعليمي المقترح وما يتضمنه من تدريبات وإجراءات وتصحيح للأخطاء (التغذية الراجعة الخارجية) حيث ان لها أهمية كبيرة في عملية التعلم، حيث أنها ضرورية وهامة في عملية الرقابة و الضبط و التحكم و التعديل في السلوك وتطويره نحو الأفضل، إضافة إلى دورها الهام في استثارة دافعية المتعلم من خلال مساعدته على اكتشاف الاستجابات الصحيحة فيثبتها وحذف الاستجابات الخاطئة"².

-وكما أن التطور في نتائج المجموعة التجريبية جاء نتيجة إخضاعهم لبرنامج عن طريق إعطاء التغذية الراجعة الخارجية التي تتناسب ومراحل تكوين هذا البرنامج التعليمي، بحيث كان هدف التغذية الراجعة تسهيل و تحسين وتكوين كل مرحلة من مراحل البرنامج التعليمي و الوصول به إلى الإتقان و الدقة في الأداء الحركي لمهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة.

¹ -محمد محمود الحيلة، التصميم التعليمي نظرية وممارسة، دار المسيرة للطباعة و النشر، كلية العلوم التربوية، عمان، 1999، ص261-262.

² - منال طه، دراسة مقارنة لأثر التغذية الراجعة الفورية و المؤجلة على تحسين أداء مهارات كرة الطائرة، كلية التربية الرياضية رسالة ماجستير غير منشورة الجامعة الأردنية، عمان، الأردن، 2004.

- وهذا ما جاء في دراسة (غرنيت 1990) التي توصلت إلى أنه توجد فروق بالنسبة للمعلمان اللذان استخدمتا التغذية الراجعة التوجيهية حيث زاد في كمية الوقت التي يقضيها الطلبة من السلوك الحركي للمهارات بنسبة 15 ولم تحدث الزيادة حسب أي سلوك آخر.

لم تظهر أي فروق في سلوكيات الطلاب بين الحصص الثلاثة التي درسها المعلم الذي لم يستخدم أسلوب التغذية الراجعة التوجيهية ومنه فإن الفرضية الرابعة قد تحققت.

5-5- مناقشة فرضيات البحث العامة:

من خلال النتائج المتحصل عليها وبعد الدراسة الإحصائية و تحليل ومناقشة النتائج توصل الباحثان إلى النتائج التالية:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي للعينه الضابطة و التجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض).

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينه الضابطة في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض).

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينه التجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض).

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينه الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض).

و يمكن القول بأن هذا البرنامج التعليمي ناجح نظرا لاستخدام التغذية الراجعة الخارجية وذلك من خلال النتائج المتحصل عليها ولكن هذا لا يعني أن هناك نجاح مطلق لهذا البرنامج مما دفعنا إلى طرح بعض الإشكاليات وبحوث مستقبلية من اجل تحسين العملية التعليمية و الإحاطة بكل جوانبها و التعمق فيها أكثر من أجل الوصول إلى برامج فعالة في هذا الميدان و الاهتمام بهذه الفئة حتى يستطيعوا إبراز قدراتهم و تحسين وتطوير أدائهم.

6- الاستنتاج العام:

من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج الاختبارات للدراسة وفقا لأهداف البحث و فرضياته، توصل الباحثان الطالبان إلى الاستنتاجات التالية:

-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي للعينه الضابطة و التجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض).

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينه الضابطة في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض).

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينه التجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض).

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينه الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة (التغذية الراجعة الخارجية، مهارة الإرسال المنخفض).

7- خلاصة عامة:

إن التعلم الحركي في كرة الطائرة عملية تستدعي علما وممارسة ميدانية وليس إحداها فقط بل الاطلاع الواسع لمختلف الجوانب و العوامل المتعددة للأداء الرياضي، فعند تعلم حركة جديدة لا بد من تعلم شكلها الخام وتلقينها وتثبيتها مع تطبيقها و بعدها تتطور وتحسن بعد تكرارها و إعادتها حتى نحصل من خلالها على الشكل الجميل للحركة ، وبعد هذا يحسن التعليم ويثبت إلى أن يتم اداء الحركات بأشكال مختلفة وفي ظروف مختلفة فتعتبر كرة الطائرة رياضة تستدعي طرق ووسائل مختلفة للوصول إلى الهدف المنشود ومن أهم هذه الطرق التغذية الراجعة و التي تعني جميع المعلومات التي يمكن للمتعلم أن يتحصل عليها من مصادر مختلفة سواء داخلية أو خارجية أو كليهما معا، قبل و أثناء و بعد الأداء لتعديل الأخطاء أو الوصول للأداء المرغوب فيه، بل تتعدى ذلك فهي تتبع المتعلم في جميع مراحل الإنجاز و هذه المعلومات تتغير تبعا للهدف و نوع الإنجاز أي الاستجابة حيث تكون هذه المعلومات ملائمة لمستوى المتعلم و مراحل التعلم.

ومن هذا المنطلق جاء موضوع بحثنا لمعرفة أثر التغذية الراجعة الخارجية في تعلم مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط 13-14 سنة ارتكزنا على بعض المبادئ العلمية و العملية في اختيار الأدوات و الأساليب التي يتم تحقيق الهدف المتعلق بالدراسة، حيث قسمت إلى بابين أساسيين الباب الأول فيه الجانب النظري للدراسة وبه ثلاثة فصول حيث تطرقنا في الفصل الأول للتغذية الراجعة أما الثاني فتناولنا فيه نشاط كرة الطائرة أما الفصل الثالث تحدثنا فيه عن الفئة العمرية المحددة في دراستنا. أما الباب الثاني فقد خصص للدراسة التطبيقية حيث قسم لفصلين الفصل الأول شمل منهج البحث إجراءاته الميدانية أما الفصل الثاني فقد تناولنا فيه عرض تحليل و مناقشة النتائج.

وعلى ضوء هذه النتائج المتحصل عليها توصلنا إلى تحقيق فرضيات البحث الأولى و الثالثة و الرابعة أما بالنسبة للفرضية الثانية لم تتحقق حيث لم يبد مستوى العينة الضابطة تحسن وتطور ملحوظ وذلك لعدم استخدام البرنامج التعليمي الخاص بالتغذية الراجعة الخارجية وبالتالي فإن أثر استخدام التغذية الراجعة الخارجية لها أثر إيجابي في تحسين مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة لدى تلاميذ الطور المتوسط (13-14 سنة) وذلك لتماشيا مع متطلبات هذه الفئة العمرية.

8-الاقتراحات:

بعد عرض هذه الدراسة و تحليل نتائج الاختبارات تبين لنا أن التعلم باستخدام التغذية الراجعة الخارجية لها أثر ايجابي في تحسين مهارة الإرسال المنخفض لدى المتعلمين، ومن خلال هذا البحث سوف نقوم بطرح ما يلي:

- 1-ضرورة استخدام التغذية الراجعة الخارجية في عملية التعليم و التدريس وهذا نظرا لفعاليتها في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة .
- 2-الاهتمام بالفئات الصغيرة و اعطائهم كل الوسائل الحديثة من أجل تعلم المهارات الأساسية في كرة الطائرة بصورة جيدة لبناء قواعد صحيحة وذلك من أجل رفع مستوى الأداء المهاري و الحركي.
- 3-يجب توجيه انتباه المتعلمين و أهل الاختصاص إلى مفهوم التغذية الراجعة الخارجية و الطريقة الحديثة للتعلم باستخدامها من حيث المنهجية العلمية و التدرج أثناء عملية التعلم.
- 4-استخدام التغذية الراجعة من طرف الأساتذة أثناء عملية التعلم لمختلف المهارات الحركية الأساسية.
- 5-تنظيم دورات تكوينية وتأهيلية للمدرسين و المهتمين في مجال التربية البدنية و الرياضية على استخدام الأنواع المختلفة للتغذية الراجعة في هذه الدراسة.
- 6- توفير الوسائل و الإمكانيات الحديثة التي تتطلبها التغذية الراجعة الخارجية في عملية التدريس.
- 7-الإلمام بأنواع التغذية الراجعة و طرق عرضها.
- 8-حث الباحثين على ضرورة القيام بدراسات تتعلق بالتغذية الراجعة لما لها من أهمية بالغة في عملية التعلم المهاري.

قائمة المصادر

و المراجع

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر:

القرآن الكريم

قائمة المراجع باللغة العربية:

- 1- أحمد بوسكرة، مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي والتقني، جامعة المسيلة، 2005.
- 2- أحمد عبد الدائم الوزير، علي مصطفى طه، دليل المدرب في كرة الطائرة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر 1995.
- 3- أحمد عزت، أصول علم النفس، دار الطالب، 1989.
- 4- أحمد عيسى البوريني، صبحي أحمد قبلان، الكرة الطائرة، مكتبة المجتمع العربي، الأردن، ط1، ط، 2012.
- 5- أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة، النمو و الدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل ، دار الفكر العربي القاهرة مصر 1999.
- 6- أكرم زكي خطايبية، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 1996.
- 7- أميرة عبد الواحد، التغذية الراجعة، الأكاديمية العراقية و الرياضية، سنة 2002.
- 8- أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان ، عدنان إدريس ، التربية الرياضية المدرسية، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة 1998.
- 9- توما جورج خوري، علم النفس التربوي، المؤسسة الجامعية للدراسات و النشر، بيروت، 1986.
- 10- حامد عبد السلام زهران، علم النفس النمو والمراهقة ، علم الكتب، ط1، القاهرة، 1986.
- 11- حسن زكي محمد، الكرة الطائرة منهجية حديثة في التدريب والتدريس، ملتقى الفكر، الإسكندرية مصر 2000.
- 12- خليل ميخائيل معوض، سيكولوجيا النمو الطفولة و المراهقة ، دار الفكر الجامعي، مصر، ط3، 1994 .
- 13- دريل سايد نتوب، "تطور مهارات التربية البدنية والرياضية"، ترجمة عباس السامرائي عبد الكريم السامرائي ط1، جامعة بغداد 1992.
- 14- ربحي مصطفى عليان، محمد عبد الدبس، وسائل الاتصال تكنولوجيا التعلم، ط1، دار الصفاء، عمان، الأردن 1999.
- 15- رمضان محمد القذافي، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة، دار الفكر العربي، ط1، الاسكندرية، 1997.
- 16- زكي محمد الحسن، الكرة الطائرة (بناء المهارات الفنية)، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1998.
- 17- زمزية الغريب، التعلم دراسة نفسية توجيهية تفسيرية، مكتبة الأنجلو المصرية، 1977.

- 10- صالح ذياب هندي هشام عامر عمليات ،دراسات في المناهج و الأساليب العامة، دار الفكر العربي ،ط1992،7.
- 11- صالح محمد علي أبو جادو، علم النفس التطوري طفولة و مراهقة، ط2 ، دار المسيرة للنشر و التوزيع، عمان 2007.
- 12- ظافر هاشم الكاظمي و آخرون، معرفة استخدام الطلبة المدرسين (المطبقين) لحالات التغذية الراجعة باعتماد النظام الملاحظة مقترح مجلة التربية الرياضية ، جامعة بغداد العدد الأول، 6991.
- 13- عباس أحمد صالح السامرائي، كفاءات تدريبية في طريق التربية البدنية والرياضية، 1988.
- 14- عباس أحمد صالح السامرائي، محاضرات حول التغذية الراجعة، المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية، 1996.
- 15- عباس محمود عوض، التربية البدنية و الرياضية، عالم الكتب، القاهرة، 1987.
- 16- عبد الحميد محمد الشاذلي، الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، ط2، الاسكندرية 2001.
- 17- عبد الرحمان العيساوي، علم النفس النمو، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، 1995.
- 18- عبد الغني الديدي، التحليل النفسي للمراهق، ط1، بيروت، لبنان ، 1992.
- 19- عبد القادر بن محمد، دروس في التربية و علم النفس، دار الطباعة و البحث الوطني الشعبي، الجزائر، 1973.
- 20- عبد القادر حليمي، مدخل إلى الإحصاء ط2، مطبعة بيروت، 1984.
- 21- عصام الوشاحي، المبادئ التعليمية في الكرة الطائرة، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1991.
- 22- عصام الوشاحي، الكرة الطائرة الحديثة - مفتاح الوصول إلى المستوى العالمي - ، دار الفكر العربي القاهرة1994.
- 23- عطاء الله أحمد، أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر 2006.
- 24- عفاف عبد الكريم، طرائق التدريس في التربية البدنية والرياضية، دار المعارف، الإسكندرية، 1998.
- 25- علي مصطفى طه، الكرة الطائرة، تاريخ، تعليم، تدريب، تحليل، قانون، دار الفكر العربي، ط1 القاهرة، 1999.
- 26- عماد بخوش، محمد بنيات، علم الاجتماع والمنهج العلمي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.
- 27- عيسى ناجي عبد الجبار وشامل كامل محمد، مبادئ الإحصاء في التربية البدنية، دار المعارف، القاهرة 1991.

- 28- فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربي ، القاهرة، ط1
1994.
- 29- القوانين الرسمية للاتحادية الدولية للكرة الطائرة، 2001 . 2004.
- 30- كمال الدسوني، ذخيرة علم النفس، مج1، دار المعارف، القاهرة، 1988.
- 31- مالك سليمان المخول، علم النفس المراهقة ، المطبعة الجديدة ، دمشق ، ط1، 1985.
- 32- محمد حسن العلاوي، سيكولوجية النمو للمربي الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998.
- 33- محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية وعلم النفس، دار الفكر العربي، بدون طبعة، القاهرة، مصر 1999.
- 34- محمد حسن علاوي، نصر الدين رضوان، الاختبارات المهارية النفسية في المجال الرياضي، 1987.
- 35- محمد صبحي حسنين، محمد عبد المنعم، الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم بدني مهاري معرفي نفسي تحليلي، ط1 دار الكتاب للنشر ، القاهرة مصر، 1997.
- 36- محمد زهر الإسهال، الأصول في البحث العلمي، دار الحكمة للطباعة والنشر، العراق، 1990.
- 37- محمد محمود الحيلة، التصميم التعليمي نظرية وممارسة ، دار المسيرة للطباعة و النشر، كلية العلوم التربوية، عمان، 1993.
- 38- مروان عبد المجيد إبراهيم، النمو البدني و التعلم الحركي، الدار العلمية الدولية للنشر و التوزيع، الأردن ط2002، 1.
- 39- مصطفى السايح محمد، اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية و الرياضية. ط1، مطبعة الإشعاع الفنية الاسكندرية، 2001.
- 40- مصطفى محمد زيدان، النمو النفسي للطفل و المراهق، دار الشروق، ط2، القاهرة، 1986.
- 41- معروف رزيق، خفايا المراهقة، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، دمشق ، 1986.
- 42- مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي للجنسين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996.
- 43- مقدم عبد الحفيظ، الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1997.
- 44- ميخائيل إبراهيم سعد، مشكلات الطفولة و المراهقة ، ط2، دار الأفاق الجديدة، بيروت، لبنان، 1991.
- 45- نبيل عبد الهادي، سيكولوجية اللعب و أثرها في تعليم الأطفال، ط1، دار وائل للنشر، الأردن، 1986.
- 46- نسيمة محمود والي، الاكتشاف الموجه وتدريب مهارات الكرة الطائرة وأثرها على التحصيل المهاري، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية 2002 .

- 47- نوي الحافظ، المراهقة ، المؤسسة العربية للدراسات و النشر، ط2 ، بيروت، 1990.
- 48- هدى محمد قناوي، سيكولوجية المراهقة ، دار المعارف، القاهرة، 1992.
- 49- وجيه محبوب، التعلم وجدولية التدريب، دار وائل، عمان، 2001.

المراجع باللغة الفرنسية:

- 1-Dominique Dottax .(1987) .le volley-ball du smash au match .France: Vignot 2008.
- 2-Gerard.l , supprimer l'adolescence , les editions ouvriers , Paris , 1982
- 3-Gummet-p- initiation au volley – ball- èdution bochèmann 1975 p 06
- 4-Richrd schidt,Graig A.WEISBERG.Motor learning and performance fourth edition,human kineetics ;2008.

مواقع إلكترونية:

http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/FIVB_Volleyball_Rules_2015-2016_EN_V3_20150205.pdf

الرسائل و المذكرات:

- 1-جوادي خالد، مذكرة الماجستير، العلاقات الاجتماعية داخل حصة ت.ب.ر للمرحلة ما بين 17-20 سنة، تحت إشراف: لزعر سامية، 2000-2001.
- 2-رجال وهيبية وآخرون، فعالية التغذية الراجعة أثناء التعلم الحركي للسنة الأولى متوسط، مذكرة ليسانس غير منشورة، دالي إبراهيم جامعة الجزائر، 2004.
- 3-منال طه، دراسة مقارنة لأثر التغذية الراجعة الفورية و المؤجلة على تحسين أداء مهارات كرة الطائرة، كلية التربية الرياضية رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن 2004.

الملاحق

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

استمارة ترشيح الاختبارات

أساتذتي الكرام يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الاختبارات لنتمس من سيادتكم فضلا لتحكيمها من أجل الوقوف على مدى صدقها لتمثيل و قياس الظاهرة المزمع دراستها في بحثنا، علما أن الدراسة تندرج في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية تخصص نشاط بدني مدرسي تحت عنوان:

" اقتراح وحدات تعليمية باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في تعلم مهارة الإرسال المنخفض لدى تلاميذ الطور المتوسط(13-14 سنة)"

تحت إشراف الدكتور:

- محمد الأمين بومعزة

من إعداد الطلبة:

- مدرس مصطفى

-زدك هواري

قائمة الأساتذة للمحكّمين للاختبار

الإمضاء	الملاحظة	رقم الاختبار	مؤسسة العمل	الدرجة العلمية	اللقب والاسم	الرقم
	مقبول	02	المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت	دكتوراه	مجاهد مصطفى	01
	مقبول	02	المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت	دكتوراه	قرقور محمد	02
	مقبول	02	المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت	دكتوراه	العنتري محمد الأمين	03

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

استمارة تحكيم الوحدات التعليمية

أساتذتي الكرام يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الاختبارات لنلتمس من سيادتكم فضلا لتحكيمها من أجل الوقوف على مدى صدقها لتمثيل و قياس الظاهرة المزعم دراستها في بحثنا، علما أن الدراسة تندرج في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية تخصص نشاط بدني مدرسي تحت عنوان:

" اقتراح وحدات تعليمية باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في تعلم مهارة الإرسال المنخفض لدى تلاميذ الطور

المتوسط (13-14 سنة)"

تحت إشراف الدكتور:

- محمد الأمين بومعزة

من إعداد الطلبة:

- مدرس مصطفى

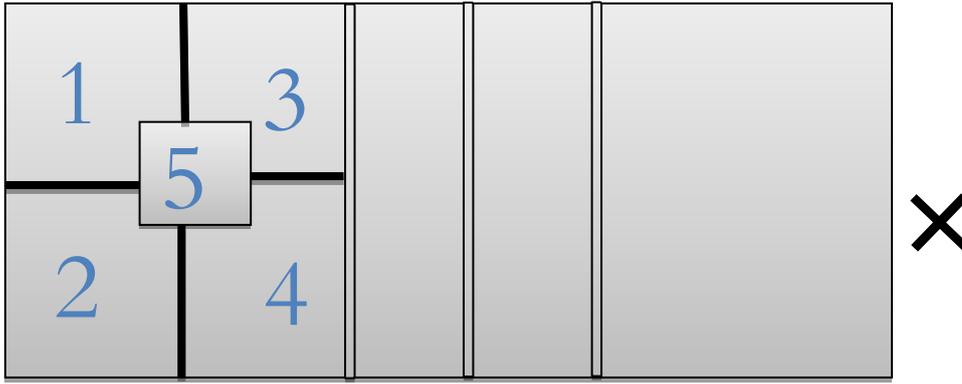
- زدك هواري

قائمة الأساتذة المحكمين للوحدات التعليمية

الرقم	اللقب و الاسم	الدرجة العلمية	مؤسسة العمل	الملاحظة	الإمضاء
01	مجاهد مصطفى	دكتوراه	المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت	مقبول	
02	قرقور محمد	دكتوراه	المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت	مقبول	
03	العنتري محمد الأمين	دكتوراه	المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت	مقبول	
04	شارف سي العربي	دكتوراه	المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت	مقبول	
05	لخضاري عبد القادر	دكتوراه	المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت	مقبول	
06	بن ساسي رضوان	دكتوراه	المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت	مقبول	

اختبار لتقويم درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض للكرة الطائرة

- مهارة الإرسال المنخفض: وتم قياسها باختبار درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض.
- وصف اختبار: درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض.
- الغرض من الاختبار: قياس درجة التحكم في الإرسال المنخفض.
- الأدوات المستخدمة: ملعب كرة الطائرة قانوني، كرات طائرة قانونية، شريط ملون لاصق لتقسيم الملعب.
- مواصفات الأداء: يقف التلاميذ في منتصف الخط النهائي للملعب و جاهزين لأداء الإرسال لتعبر الكرة إلى النصف الأخر المخصص لها، أي داخل المربعات.
- شروط الأداء: يؤدي الإرسال المنخفض ضمن حدود القانون بأكمله.
- التسجيل: تمنح للطالب المختبر 5 كرات ويؤخذ في كل محاولة درجة المنطقة التي وقعت فيها الكرة أي المربعات.
- الدرجة العظمى: لا 25 درجة مع مراعاة سقوط الكرة على أو داخل المربعات.¹



¹ - محمد حسن علاوي، نصر الدين رضوان، الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي، 1987، ص343.

اختبار لتقويم درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض للكرة الطائرة

-مهارة الإرسال المنخفض: وتم قياسها باختبار درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض.

-وصف اختبار: درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض.

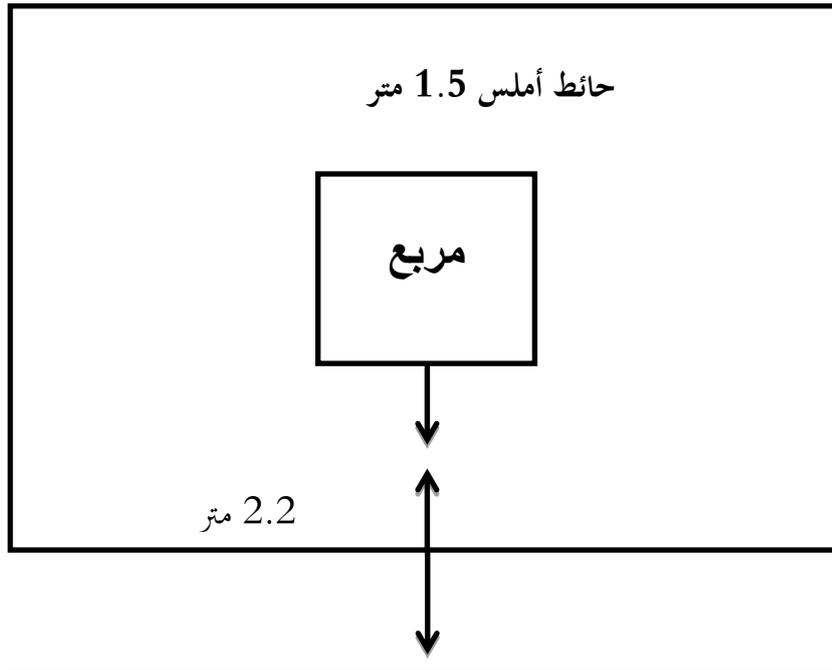
الغرض من الإختبار: قياس درجة التحكم في مهارة الإرسال المنخفض.

الأدوات المستخدمة: حائط يرسم عليه مربع 1.5/1.5 متر من الأرض على أن تكون حافته السفلية على بعد 202 م من الأرض ، يرسم خط للبداية على بعد 2 متر من الحائط، وكرة الطائرة.

-مواصفات الأداء: يقف التلميذ المؤدي مواجهاً للحائط و معه الكرة، يقوم بإرسال الكرة من أسفل إلى أعلى بضم الأصبع بجانب السبابة نحو المربع المرسوم وعندما ترتد الكرة إليه يقوم بإرجاعها إلى المربع من خلال تمريرها من أعلى بطريقة قانونية للكرة الطائرة وذلك قبل أن تسقط على الأرض، يقوم التلميذ بتمرير الكرة على المربع أكبر عدد ممكن من التمريرات خلال 30 ثانية، إذا فقد الكرة أثناء التمرير فإنه يستعيدها، ثم يستأنف التمرير.

-التسجيل: أربع نقاط لكل إرسال صحيح داخل المربع .

نقطة لكل إرسال صحيح خارج الملعب.¹



خط البداية: على بعد 02 متر من الحائط

¹ - نسيمه محمود والي، الاكتشاف الموجه وتدريب مهارات الكرة الطائرة وأثرها على التحصيل المهاري، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية 2002

اختبار مهارة الإرسال من الأسفل إلى الأعلى

- مهارة الإرسال من الأسفل: وتم قياسه باختبار دقة الإرسال من الأسفل.
- الغرض من الاختبار: قياس دقة الإرسال من الأسفل.
- الأدوات: ملعب مقسم إلى مساحات لكل منها رقما يعتبر مؤثرا على قيمة النقاط الخاصة بالمنطقة التابعة لذلك الرقم، عدد الكرات 03.
- وصف الاختبار: يقف التلميذ المختبر في المنطقة المحددة لأداء الإرسال ، يقوم بأداء الإرسال بطريقة قانونية لتعبر الكرة الشبكة.
- القواعد: يقوم التلميذ المختبر بأداء ثلاث محاولات إرسال تجريبية قبل البدء في الاختبار الفعلي.
- يؤدي التلميذ 10 محاولات إرسال.
- أخطاء القدم وأخطاء الشبكة تحسب لها الدرجة 0
- التسجيل: . تحسب مجموع النقاط التي سقطت الكرة في منطقتها
- . عند ملامسة الكرة لأحد الخطوط في الملعب، فإنه يحتسب الرقم الأعلى للمنطقة التي يتبعها هذا الخط.

×

	الرقم 03		الرقم 04
	الرقم 01	الرقم 02	
	الرقم 03		

ملاحظة: المرسل يكون خلف منطقته.¹

¹ - نسمة محمود والي، مرجع سابق، ص 44.

نتائج قياسات تلاميذ العينة الضابطة " عمر ، طول ، وزن "

الرقم	اللقب و الاسم	العمر الزمني	الطول	الوزن
01		14	1.70 م	55 كلغ
02		14	1.82 م	78 كلغ
03		14	1.72 م	55 كلغ
04		14	1.71 م	54 كلغ
05		14	1.62 م	52 كلغ
06		13	1.69 م	51 كلغ
07		14	1.69 م	56 كلغ
08		14	1.62 م	62 كلغ
09		14	1.70 م	46 كلغ
10		13	1.48 م	36 كلغ
11		13	1.65 م	58 كلغ
12		13	1.63 م	45 كلغ
13		14	1.64 م	52 كلغ
14		13	1.70 م	52 كلغ

نتائج قياسات تلاميذ العينة التجريبية " عمر ، طول ، وزن "

الوزن	الطول	العمر الزمني	اللقب و الاسم	الرقم
42 كلغ	1.65 م	14		01
44.5 كلغ	1.64 م	14		02
51 كلغ	1.58 م	13		03
49 كلغ	1.67 م	14		04
58 كلغ	1.70 م	13		05
55 كلغ	1.66 م	13		06
42 كلغ	1.51 م	13		07
50 كلغ	1.61 م	13		08
43 كلغ	1.61 م	14		09
35 كلغ	1.52 م	14		10
38 كلغ	1.52 م	13		11
46.9 كلغ	1.65 م	13		12
38.1 كلغ	1.44 م	13		13
46.7 كلغ	1.52 م	13		14

الاختبار القبلي للعينة التجريبية

الدرجات	عدد المحاولات					اللقب والاسم	الرقم
	مع05	مع04	مع03	مع02	مع01		
15	03	04	04	03	01		01
12	01	04	02	00	05		02
16	05	05	03	00	03		03
13	03	03	03	00	04		04
16	05	04	03	02	02		05
12	03	03	03	03	00		06
11	04	00	04	03	00		07
15	02	05	03	05	00		08
11	04	02	02	03	00		09
09	03	00	00	03	03		10
10	03	02	02	03	00		11
08	04	00	00	04	00		12
14	00	02	04	04	04		13
12	03	02	04	02	01		14

ملاحظة:

- المربع 1 ← 1 درجة
- المربع 2 ← 2 درجة
- المربع 3 ← 3 درجات
- المربع 4 ← 4 درجات
- المربع 5 ← 5 درجات

الاختبار البعدي للعينه التجريبية

الدرجات	عدد المحاولات					اللقب والاسم	الرقم
	مح05	مح04	مح03	مح02	مح01		
17	01	04	04	04	04		01
15	03	03	03	05	01		02
18	04	00	05	04	05		03
15	03	04	04	00	04		04
18	04	04	05	03	02		05
14	03	05	00	04	02		06
13	00	01	04	04	04		07
17	04	04	04	00	04		08
13	02	04	03	02	02		09
12	03	02	02	03	02		10
12	00	03	03	03	03		11
10	02	01	03	02	02		12
16	04	04	02	03	03		13
15	01	03	04	03	04		14

ملاحظة:

- المربع 1 ← 1 درجة
- المربع 2 ← 2 درجة
- المربع 3 ← 3 درجات
- المربع 4 ← 4 درجات
- المربع 5 ← 5 درجات

الاختبار البعدي للعيبة الضابطة

الدرجات	عدد المحاولات					اللقب والاسم	الرقم
	مح05	مح04	مح03	مح02	مح01		
15	04	01	03	03	04		01
12	02	03	02	01	04		02
14	01	04	05	00	04		03
11	05	00	04	00	02		04
13	00	04	04	01	04		05
14	05	02	03	04	00		06
12	00	04	04	03	01		07
14	02	04	04	02	02		08
10	01	02	03	04	00		09
12	00	03	03	03	03		10
09	03	03	03	00	00		11
10	02	00	05	00	03		12
14	04	01	03	02	04		13
12	05	03	02	00	02		14

ملاحظة:

- | | | |
|---------|---|----------|
| 1 درجة | ← | 1 المربع |
| 2 درجة | ← | 2 المربع |
| 3 درجات | ← | 3 المربع |
| 4 درجات | ← | 4 المربع |
| 5 درجات | ← | 5 المربع |

الاختبار البعدي للعينه الضابطة

الدرجات	عدد المحاولات					اللقب والاسم	الرقم
	مح05	مح04	مح03	مح02	مح01		
15	03	01	03	03	04		01
12	02	03	02	01	04		02
16	01	04	05	00	04		03
13	05	00	04	00	02		04
16	00	04	04	01	04		05
12	05	02	03	04	00		06
11	00	04	04	03	01		07
15	02	04	04	02	02		08
11	01	02	03	04	00		09
09	00	03	03	03	03		10
10	03	03	03	00	00		11
08	02	00	05	00	03		12
14	04	01	03	02	04		13
12	05	03	02	00	02		14

ملاحظة:

- المربع 1 ← 1 درجة
- المربع 2 ← 2 درجة
- المربع 3 ← 3 درجات
- المربع 4 ← 4 درجات
- المربع 5 ← 5 درجات

الاختبار القبلي لعينة الدراسة الاستطلاعية

الدرجات	عدد المحاولات					اللقب والاسم	الرقم
	مح05	مح04	مح03	مح02	مح01		
09	00	05	03	01	00		01
21	05	05	04	02	05		02
14	03	01	00	05	05		03
13	00	04	04	00	05		04
17	05	03	05	04	00		05
16	01	03	05	02	05		06
06	01	05	00	00	00		07
16	04	04	05	03	00		08
10	02	00	03	00	05		09
17	03	00	05	05	04		10
06	00	00	05	00	01		11
17	02	05	05	04	01		12

ملاحظة:

- 1 درجة ← المربع 1
 2 درجة ← المربع 2
 3 درجات ← المربع 3
 4 درجات ← المربع 4
 5 درجات ← المربع 5

الاختبار البعدي لعينة الدراسة الاستطلاعية

الدرجات	عدد المحاولات					اللقب والاسم	الرقم
	مح05	مح04	مح03	مح02	مح01		
18	03	04	04	03	04		01
19	04	04	05	01	05		02
10	02	04	00	03	01		03
19	04	02	03	05	05		04
09	00	03	03	03	00		05
09	03	01	01	03	01		06
06	01	01	04	00	00		07
10	01	00	04	00	05		08
15	03	05	04	03	00		09
09	04	01	00	04	00		10
08	04	00	00	04	00		11
06	00	00	05	00	01		12

ملاحظة:

- 1 درجة ← المربع 1
 2 درجة ← المربع 2
 3 درجات ← المربع 3
 4 درجات ← المربع 4
 5 درجات ← المربع 5

رقم المذكرة: 01

متوسطة علي أبو بكر أولاد بسام تيسمسيلت

التوقيت من 10 إلى 11 سا

الموسم الدراسي: 2017/2018

التاريخ: 31-01-2018

المستوى الدراسي	النشاط البدني والرياضي	مدة الانجاز	مكان الانجاز
السنة الثالثة متوسط	كرة الطائرة	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
الكفاءة القاعدية	بناء سلوكات جديدة وترتيبها في إطارها المحدد		
الهدف التعليمي	تقوم تشخيصي لمهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة		
سائل الانجاز	كرات . ملعب كرة الطائرة . شواخص		

فترات التعلم	وضعيات التعلم	معايير التحقيق وظروف انجاز المهام	التوصيات والتوجيهات
مرحلة التحضير	. تهيئة التلاميذ نفسيا وتربوي . التسخين البدني العام والخاص.	الحالة التعليمية رقم 01: . الاصطفاف - المناداة . مراقبة البذلة . شرح هدف الحصة - بطاقة الملاحظات الخاصة بالأستاذ. . القيام بتمرينات خاصة بالنشاط لجميع العضلات والمفاصل.	08-12 دقيقة عمل. . التنظيم الجيد. . الإحماء الجيد لتفادي الإصابات.
مرحلة الانجاز الرئيسية	. القيام بمنافسة أولية بين التلاميذ لمهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة داخل المربعات.	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف رقم 01: من 20 إلى 40 د عمل . قيام التلاميذ بأداء الإرسال المنخفض في حدود قانون اللعبة. . إعطاء 05 محاولات لكل تلميذ لإرسال الكرة داخل المربعات . تسجيل الدرجات المتحصل عليها في بطاقة الملاحظات. ملاحظة: . الدرجات تختلف من مربع إلى آخر. . في حالة عدم سقوط الكرة في المربعات تعطى الدرجة 00. - تعليم التلاميذ وقفة الاستعداد الصحيحة عند أداء الإرسال المنخفض	. الفهم الجيد للتمرين . التحكم الجيد في الكرة أثناء عملية الإرسال . تسجيل النقاط المتحصل عليها.
مرحلة التقييم	الرجوع بالجسم إلى الحالة العادية نسبيا.	الحالة التعليمية رقم 03: . جري خفيف حول الملعب. . القيام بتمرينات الاسترخاء . . مناقشة الحصة. . التحية الرياضية.	من 02 إلى 08 د عمل . تقييم العمل. . تقديم النتائج.

تحت إشراف الدكتور:

من إعداد الطلبة :

بومعزة محمد الأمين

- مدرس مصطفى

- زدك هوري

رقم المذكرة: 02

متوسطة علي بابو بكر أولاد بسام تيسمسيلت

التوقيت من 10 إلى 11 سا

الموسم الدراسي: 2017/2018

التاريخ: 31-01-2018

المستوى الدراسي	النشاط البدني والرياضي	مدة الانجاز	مكان الانجاز
السنة الثالثة متوسط	كرة الطائرة	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
الكفاءة القاعدية	بناء سلوكات جديدة وترتيبها في إطارها المحدد		
الهدف التعليمي	أن يتحكم التلميذ في أداء الإرسال المنخفض نحو أبعاد مختلفة.		
وسائل الانجاز	كرات . صافرة . شريط لاصق . ملعب كرة الطائرة . شواخص .		

فترات التعلم	وضعيات التعلم	معايير التحقيق وظروف انجاز المهام	التوصيات والتوجيهات
مرحلة التحضير	. تهيئة التلاميذ نفسيا وبدنيا لتلقي بعض الواجبات الحركية.	الحالة التعليمية رقم 01: . الاصطاف - المناذاة . مراقبة البذلة الرياضية . التحية الرياضية . القيام بجري خفيف حول الملعب ينتهي بتمرينات المرونة المفصلية والعضلية	08-12 دقيقة عمل . . التنظيم مع التركيز والانتباه . التأكيد على الإحماء الجيد.
مرحلة الانجاز الرئيسية	. التحكم في الإرسال المنخفض من أبعاد مختلفة.	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف رقم 01: من 10 -15د/ عمل . قيام التلاميذ بأداء الإرسال المنخفض إلى مسافة 05 أمتار الموقف رقم 02: من 10 إلى 15 د / عمل قيام تلاميذ بأداء الإرسال المنخفض إلى مسافة 7 أمتار الموقف رقم 03: من 08 إلى 10 د / عمل القيام بمنافسة بين تلاميذ مع التركيز على الإرسال المنخفض. إعطاء تغذية راجعة خارجية المواصفات القانونية لأداء مهارة الإرسال.	التركيز والانتباه أثناء أداء التمرين . التحكم في أداء الوضعية بشكل صحيح . . التركيز على أداء الإرسال المنخفض أثناء المنافسة
مرحلة التقييم	. الرجوع بالأجهزة الوظيفية إلى حالتها الطبيعية نسبيا.	الحالة التعليمية رقم 03: القيام بتمرينات استرخاء المفاصل والعضلات/ حوصلة عامة عن الحصاة . التحية الرياضية ثم الانصراف	من 04 إلى 08 د عمل . استدراك النقائص . إدراك أهمية التقييم.

تحت إشراف الدكتور:

من إعداد الطلبة :

بومعزة محمد الأمين

- مدرس مصطفى

-زدك هواري

رقم المذكرة: 03

متوسطة علي باي أبو بكر أولاد بسام تيسمسيلت

التوقيت من 10 إلى 11 سا

الموسم الدراسي: 2017/2018

التاريخ: 31-01-2018

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط البدني والرياضي	المستوى الدراسي
ملعب المؤسسة	ساعة واحدة	كرة الطائرة	السنة الثالثة متوسط
بناء سلوكات جديدة وترتيبها في إطارها المحدد			الكفاءة القاعدية
أن يتحكم التلميذ في أداء الإرسال المنخفض نحو الجهة المقابلة فوق الشبكة.			الهدف التعليمي
كرات . صافرة . ملعب كرة الطائرة . شواخص.			وسائل الانجاز

فترات التعلم	وضعيات التعلم (المهام)	معايير التحقيق وظروف انجاز المهام	التوصيات والتوجيهات
مرحلة التحضير	. التحضير النفسي التربوي للتلاميذ . الإحماء العام والخاص.	الحالة التعليمية رقم 01: . الاصطاف - المناذاة . التحية الرياضية . شرح مضمون الحصة . بطاقة الملاحظات. . جري خفيف حول الملعب مع القيام بحركات الإحماء العام والخاص من جميع العضلات و المفاصل.	08-12 دقيقة عمل. . الحفاظ على النظام . التسخين الجيد للجسم لتجنب حدوث الإصابة.
مرحلة الانجاز الرئيسية	. التحكم في الإرسال المنخفض نحو الزميل	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف رقم 01: من 10 -15د/ عمل . قيام التلاميذ بأداء الإرسال المنخفض إلى الزميل . الموقف رقم 02: من 10 إلى 15 د / عمل. . القيام بأداء الإرسال المنخفض إلى الزميل من فوق الشبكة. الموقف رقم 03: من 05 إلى 10 د / عمل . إجراء منافسة مع التركيز على العمل السابق. اعطاء تغذية راجعة خارجية بتعليم التلاميذ مسك الكرة بطريقة مناسبة وضم الأصابع للقيام بالإرسال.	. أداء الوضعية بشكل صحيح مع التحكم في أداء المهارة. . التركيز على أداء المهارة أثناء المنافسة.
مرحلة التقييم	العودة بالجسم إلى الحالة الطبيعية نسبيا.	الحالة التعليمية رقم 03: . القيام بحركات الاسترخاء . تقييم العمل . التحية الرياضية.	من 02 إلى 08 د عمل . تقلص الملاحظات . أهمية التقييم.

تحت إشراف الدكتور:

بومعزة محمد الأمين

من إعداد الطلبة :

- مدرس مصطفى

-زدك هواري

رقم المذكرة: 04

التوقيت من 10 إلى 11 سا

متوسطة علي باي أبو بكر أولاد بسام تيسمسيلت

التاريخ: 2018-02-07

الموسم الدراسي: 2018/2017

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط البدني والرياضي	المستوى الدراسي
ملعب المؤسسة	ساعة واحدة	كرة الطائرة	السنة الثالثة متوسط
بناء سلوكات جديدة وترتيبها في إطارها المحدد			الكفاءة القاعدية
أن يتحكم التلميذ في أداء الإرسال المنخفض داخل حلقات من مناطق مختلفة			الهدف التعليمي
كرات . صافرة . حلقات بلاستيكية . ملعب كرة الطائرة.			وسائل الانجاز

فترات التعلم	معايير التحقيق وظروف انجاز المهام	وضعيات التعلم (المهام)	التوصيات والتوجيهات
مرحلة التحضير	الحالة التعليمية رقم 01: الاصطفاف . اخذ الغيابات . مراقبة البذلة . شرح هدف الحصه . التحية الرياضية . القيام بحركات خاصة بالنشاط المبرمج.	. التحضير النفسي والبدني للتلاميذ.	08-12 دقيقة عمل. . الانضباط مع الحفاظ على الهدوء . الإحماء الجيد.
مرحلة الانجاز الرئيسية	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف رقم 01: من 10 إلى 15 د / عمل . القيام بأداء الإرسال المنخفض داخل الحلقات في المنطقة الخلفية باستخدام التغذية الراجعة الخارجية. الموقف رقم 02: من 10 إلى 15 د / عمل . القيام بالإرسال المنخفض داخل الحلقات في المنطقة الأساسية باستخدام التغذية الراجعة .. الموقف رقم 03: من 08 إلى 10 د / عمل . إجراء منافسة بين التلاميذ في كرة الطائرة مع التركيز على الأداء السليم للإرسال المنخفض .. إعطاء تغذية راجعه خارجية وتصحيح الأخطاء فيما يخص وضعية الوقوف لأداء الإرسال.	. التحكم في الإرسال المنخفض داخل الحلقات .	. التركيز على أداء الوضعية الصحيحة . الأداء الصحيح للمهارة . ترسيخ مهارة الإرسال المنخفض على المنافسة.
مرحلة التقييم	الحالة التعليمية رقم 03: . جري بشدة منخفضة حول الملعب . . القيام بتمارين المرونة . مناقشة هدف الحصه . التحية والانصراف .	الرجوع إلى الحالة العادية نسبيا .	من 04 إلى 08 د عمل . تقلص ملاحظات موضوعية . معرفة الأخطاء لتفاديها مستقبلا وتقييمها

تحت إشراف الدكتور:

بومعزة محمد الأمين

من إعداد الطلبة :

- مدرس مصطفى

- زدك هوارى

رقم المذكرة: 05

متوسطة علي باي أبو بكر أولاد بسام تيسمسيلت

التوقيت من 10 إلى 11 سا

الموسم الدراسي: 2018/2017

التاريخ: 14-02-2018

المستوى الدراسي	النشاط البدني والرياضي	مدة الانجاز	مكان الانجاز
السنة الثالثة متوسط	كرة الطائرة	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
الكفاءة القاعدية	بناء سلوكات جديدة وترتيبها في إطارها المحدد		
الهدف التعليمي	أن يتحكم التلميذ في أداء الإرسال المنخفض نحو منطقتي الخصم		
وسائل الانجاز	كرات . صافرة . شواخص . ملعب كرة الطائرة.		

فترات التعلم	معايير التحقيق وظروف انجاز المهام	مهام	التوصيات والتوجيهات
مرحلة التحضير	الحالة التعليمية رقم 01: الاصطفاف . اخذ الغيابات شرح هدف الحصّة مع تحفيز التلاميذ على انجازه التحية الرياضية أداء تمارينات عامة وخاصة لجميع المفاصل والعضلات	تهيئة التلاميذ نفسيا وفيزيولوجيا وبدنيا لتلقي مختلف الواجبات الحركية.	08-12 دقيقة عمل. التزام الصمت مع الانتباه. العمل بمجدية أثناء أداء التمرين.
مرحلة الانجاز الرئيسية	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف رقم 01: من 10-15د / عمل قيام التلاميذ بأداء الإرسال المنخفض من الخط الخلفي فوق الشبكة إلى المنطقة الخلفية للخصم نحو الشاخص. الموقف رقم 02: من 10 إلى 15 د / عمل . القيام بنفس العمل السابق مع الإرسال إلى المنطقة الأمامية نحو الشاخص في منطقة الخصم. الموقف رقم 03: من 08 إلى 10 د / عمل . إجراء منافسة مع تطبيق للإرسال المنخفض .. إعطاء تغذية راجعة عن مراحل أداء مهارة الإرسال المنخفض والتصحيح المستمر للأخطاء الفنية .	. التحكم في الإرسال المنخفض نحو مناطق الخصم.	. تكرار المهارة حتى يتم التحكم فيها. العمل الجاد أثناء أداء التمرين . تطبيق مهارة الإرسال المنخفض في المنافسة.
مرحلة التقييم	الحالة التعليمية رقم 03: جري بشدة منخفضة لينتهي بالمشي . القيام بتمارين المرونة مناقشة عامة ثم التحية والانصراف .	العودة لمختلف الأجهزة إلى مستواها الوظيفي والاعتيادي.	من 04 إلى 08 د عمل أهمية التقييم. تقديم الملاحظات.

تحت إشراف الدكتور:

بومعزة محمد الأمين

من إعداد الطلبة :

-مدرس مصطفى

-زدك هواري

رقم المذكرة: 06

متوسطة علي بابو بكر أولاد بسام تيسمسيلت

التوقيت من 10 إلى 11 سا

الموسم الدراسي: 2018/2017

التاريخ: 21-02-2018

المستوى الدراسي	النشاط البدني والرياضي	مدة الانجاز	مكان الانجاز
السنة الثالثة متوسط	كرة الطائرة	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
الكفاءة القاعدية	بناء سلوكات جديدة وترتيبها في إطارها المحدد		
الهدف التعليمي	أن يتحكم التلميذ في أداء الإرسال المنخفض داخل حلقات في منطقة الخصم.		
وسائل الانجاز	كرات . صافرة . حلقات . ملعب كرة الطائرة.		

فترات التعلم	معايير التحقيق وظروف انجاز المهام	وضعيات التعلم (المهام)	التوصيات والتوجيهات
مرحلة التحضير	الحالة التعليمية رقم 01: الاصطفاف مراقبة البذلة . اخذ الغيابات شرح مضمون الحصص . التحية الرياضية مرونة ايجابية للعضلات و المفاصل.	. تهيئة التلاميذ نفسيا لتحقيق بعض الجوانب التربوية. . تهيئة جميع مفاصل الجسم.	08-12 دقيقة عمل. التزام الصمت والانتباه. . التسخين الجيد.
مرحلة الانجاز الرئيسية	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف رقم 01: من 10-15د / عمل . قيام التلاميذ بالإرسال المنخفض للكرة داخل الحلقات في المنطقة الخلفية للخصم. الموقف رقم 02: من 10 إلى 15 د / عمل . قيام التلاميذ بالإرسال المنخفض للكرة داخل الحلقات في المنطقة الأمامية للخصم الموقف رقم 03: من 08 إلى 10 د / عمل . القيام بمناقشة بين التلاميذ في كرة الطائرة مع التركيز على الإرسال المنخفض للكرة. إعطاء تغذية راجعة خارجية حول المرجحة لذراع الإرسال.	. التحكم في الإرسال المنخفض داخل الحلقات في منطقتي الخصم.	. التركيز على أداء الوضعية أثناء الأداء . التحكم في الوضعية أثناء الأداء. . التركيز على الإرسال المنخفض أثناء المنافسة.
مرحلة التقييم	الحالة التعليمية رقم 03: . جري بشدة منخفضة لينتهي بالمشي. . القيام بتمرينات المرونة . مناقشة عامة ثم التحية والانصراف.	العودة لمختلف الأجهزة إلى مستواها الوظيفي والاعتيادي.	من 04 إلى 08 د عمل . أهمية التقييم. . تقديم الملاحظات.

من إعداد الطلبة:

- مدرس مصطفى

- زدك هواري

تحت إشراف الدكتور:

بومعزة محمد الأمين

رقم المذكرة: 07

متوسطة علي بابو بكر أولاد بسام تيسمسيلت

التوقيت من 10 إلى 11 سا

الموسم الدراسي: 2017/2018

التاريخ: 28-02-2018

المستوى الدراسي	النشاط البدني والرياضي	مدة الانجاز	مكان الانجاز
السنة الثالثة متوسط	كرة الطائرة	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
الكفاءة القاعدية	بناء سلوكات جديدة وترتيبها في إطارها المحدد		
الهدف التعليمي	أن يتحكم التلميذ في أداء الإرسال المنخفض نح مواضع مختلفة.		
وسائل الانجاز	كرات . صافرة . شواخص . ملعب كرة الطائرة.		

فترات التعلم	وضعيات التعلم (المهام)	معايير التحقيق وظروف انجاز المهام	التوصيات والتوجيهات
مرحلة التحضير	. تهيئة للدخول في الحصّة. . الإحماء الخاص والعام.	الحالة التعليمية رقم 01: . مساعدة التلاميذ للإقبال على الدرس بشغف وإثارة ومرح. . إكساب التلاميذ صفة الالتزام والطاعة. . شرح هدف الحصّة مع تحفيزهم على الأداء. . القيام بتمارين خاصة بالنشاط.	08-12 دقيقة عمل. -التزام الصمت والانتباه. -التسخين الجيد.
مرحلة الانجاز الرئيسية	. التحكم في الإرسال المنخفض في مواضع مختلفة.	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف رقم 01: من 10-15د/ عمل . قيام التلاميذ بالإرسال المنخفض نحو ثلاث مواضع مختلفة (الأمامية الأمامية والخلفية للخصم) باستخدام التغذية الراجعة. الموقف رقم 02: من 10 إلى 15د / عمل . قيام التلاميذ بالإرسال المنخفض من الخط الخلفي فوق الشبكة إلى ثلاث مواضع مختلفة في منطقة الخصم باستخدام التغذية الراجعة. الموقف رقم 03: من 08 إلى 10د / عمل . القيام بمناقشة مع تطبيق الإرسال المنخفض. إعطاء تغذية راجعة حول حركة القدمين وتقديم الرجل القائدة للأمام عند الإرسال.	. التأكيد على أداء تطبيق الإرسال المتخذ بشكل صحيح . تصحيح الأخطاء على الأداء. . التأكيد على الم أثناء المنافسة
مرحلة التقييم	. العودة بمختلف الأجهزة إلى المستوى الوظيفي والاعتيادي.	الحالة التعليمية رقم 03: . الجري بشدة منخفضة حول الملعب. . القيام بتمارين المرونة. . مناقشة عامة. . التحية والانصراف.	من 02 إلى 08 د عمل - تقييم العمل مع تقديم بعض الملاحظات.

تحت إشراف الدكتور:

بومعزة محمد الأمين

من إعداد الطلبة :

- مدرس مصطفى

- زدك هوارى

رقم المذكرة: 08

التوقيت من 10 الى 11 سا

متوسطة علي أبو بكر أولاد بسام تيسمسيلت

التاريخ: 2018-03-7

الموسم الدراسي: 2018/2017

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط البدني والرياضي	المستوى الدراسي
ملعب المؤسسة	ساعة واحدة	كرة الطائرة	السنة الثالثة متوسط
بناء سلوكات جديدة وترتيبها في إطارها المحدد			الكفاءة القاعدية
أن يتحكم التلميذ في أداء الإرسال المنخفض فوق الخط الأمامي والخلفي للخصم.			الهدف التعليمي
كرات . صافرة . ملعب كرة الطائرة.			وسائل الانجاز

فترات التعلم	وضعيات التعلم (المهام)	معايير التحقيق وظروف انجاز المهام	التوصيات والتوجيهات
مرحلة التحضير	. تهيئة التلاميذ نفسيا لتحقيق بعض الجوانب التربوية. . الإحماء البدني العام والخاص.	الحالة التعليمية رقم 01: . اصطفاغف التلاميذ . مراقبة البذلة . اخذ الغيابات . شرح هدف الحصة . تمرينات تسخينية للعضلات والمفاصل.	08-12 دقيقة عمل. . التركيز والانتباه. . أداء تمرينات التسخين بطريقة صحيحة.
مرحلة الانجاز الرئيسية	. التحكم في أداء الإرسال المنخفض على خطي منطقة الخصم.	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف رقم 01: من 10-15د / عمل . قيام التلاميذ بأداء بالإرسال المنخفض من الخط الخلفي إلى الخط الأمامي لمنطقة الخصم مع التركيز على التغذية الراجعة الخارجية. . الموقف رقم 02: من 10 إلى 15 د / عمل . قيام التلاميذ بأداء بالإرسال المنخفض من الخط الخلفي إلى الخط الخلفي لمنطقة الخصم مع التأكيد على التغذية الراجعة الخارجية. الموقف رقم 03: من 08 إلى 10د / عمل . القيام بمناقشة بين التلاميذ مع تطبيق العمل السابق والحرص على الأداء السليم للإرسال المنخفض. إعطاء التغذية الراجعة الخارجية فيما يخص القوة و الموازنة بين ما هو مطلوب للانجاز.	. التركيز والانتباه أثناء أداء الإرسال المنخفض. . التحكم في اتجاه الإرسال. . إعطاء الأهمية للإرسال خلال المنافسة.
مرحلة التقييم	. الرجوع بالأجهزة إلى الحياة الطبيعية نسبيا.	الحالة التعليمية رقم 03: . انجاز تمرينات استرخائية. . مناقشة عامة حول الحصة. . التحية والانصراف.	من 02 إلى 08 د عمل . التأكيد على النقائص وتصحيحها ثم تقييمها.

تحت إشراف الدكتور:

بومعزة محمد الأمين

من إعداد الطلبة :

-مدرس مصطفى

- زدك هوارى

رقم المذكرة: 09

متوسطة علي باي أبو بكر أولاد بسام تيسمسيلت

التوقيت من 10 إلى 11 سا

الموسم الدراسي: 2017 / 2018

التاريخ: 14-03-2018

المستوى الدراسي	النشاط البدني والرياضي	مدة الانجاز	مكان الانجاز
السنة الثالثة متوسط	كرة الطائرة	ساعة واحدة	ملعب المؤسسة
الكفاءة القاعدية	بناء سلوكات جديدة وترتيبها في إطارها المحدد		
الهدف التعليمي	تقدم تحصيلي في أداء مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة.		
وسائل الانجاز	كرات . شواخص . ملعب كرة الطائرة.		

فترات التعلم	معايير التحقيق وظروف انجاز المهام	معايير التحقيق وظروف انجاز المهام	التوصيات والتوجيهات
مرحلة التحضير	الحالة التعليمية رقم 01: الاصطفاف . مراقبة البذلة . التحية الرياضية . تحفيز التلاميذ للإقبال على الدرس. القيام بحركات خاصة بالنشاط المبرمج.	08-12 دقيقة عمل. الحفاظ على الهدوء والانضباط. التركيز على الإحماء الجيد.	
مرحلة الانجاز الرئيسية	الحالة التعليمية رقم 02: الموقف رقم 01: من 10-15 د/ عمل قيام التلاميذ بأداء الإرسال المنخفض في حدود قانون اللعبة. إعطاء 05 محاولات لكل تلميذ لإرسال الكرة داخل المربعات. تسجيل الدرجات المتحصل عليها في بطاقة الملاحظات. ملاحظة: الدرجات تختلف من مربع إلى آخر. في حالة عدم سقوط الكرة في المربعات تعطى الدرجة 00. إعطاء التغذية الراجعة الخارجية فيما يخص النظر و التحكم في الأداء لإنجاز ما هو مطلوب	التأكيد على التحكم في أداء مهارة الإرسال المنخفض نحو مناطق محددة . تدوين الدرجة المتحصل عليها.	
مرحلة التقييم	الحالة التعليمية رقم 03: القيام بتمرنات الاسترخاء. حوصلة عامة حول الحصة. التحية الرياضية ثم الانصراف.	من 02 إلى 08 د عمل تقدم النشاط. تقييم العمل	

تحت إشراف الدكتور:

بومعزة محمد الأمين

من إعداد الطلبة :

- مدرس مصطفى

- زدك هوري

ملخص البحث

اقتراح وحدات تعليمية باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في تعلم مهارة الإرسال المنخفض لدى تلاميذ الطور المتوسط (13-14 سنة) .

دراسة تجريبية أجريت على بعض تلاميذ متوسطة الإخوة علي باي بلدية أولاد بسام- ولاية تيسمسيلت-

هدفت هذه الدراسة إلى اقتراح وحدات تعليمية باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في تعلم مهارة الإرسال المنخفض لدى تلاميذ الطور المتوسط (13-14 سنة).

وقد اشتملت عينة الدراسة على 28 تلميذ اختيروا بطريقة مقصودة من المجتمع الأصلي الذي 60 تلميذا من تلاميذ السنة الثالثة متوسط بمتوسطة الإخوة علي باي أولاد بسام ولاية تيسمسيلت.

انتهج الطالبان الباحثان المنهج التجريبي وقد تم تقسيم عينة الدراسة إلى مجموعتين ضابطة وأخرى تجريبية بمعدل 12 تلميذ في كل مجموعة وقد دامت فكرة تطبيق البرنامج التعليمي على عينة الدراسة من 2018/01/17 إلى 2018/03/14.

وكأداة لجمع البيانات استخدم الطالبان الباحثان برنامج تعليمي بالتغذية الراجعة الخارجية في لعبة كرة الطائرة، بالإضافة إلى استخدام الاختبارات المهارية التي هي قيد الدراسة (الإرسال المنخفض).

ولحساب المعاملات الاحصائية تم استخدام المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط معامل الالتواء، حساب الارتباط بالطريقة العامة لبيرسون، الصدق الذاتي، (و/ت) لدلالة الفروق لعينة واحدة، و(ت) لدلالة الفروق لعينتين و قد أظهرت نتائج الدراسة تأثير التغذية الراجعة الخارجية بشكل ايجابي في تعلم مهارة الإرسال المنخفض في كرة الطائرة، حيث كانت النتائج لصالح القياسات البعدية.

كما بينت النتائج وجود تباين بين المجموعتين، حيث كان التفوق لصالح المجموعة التجريبية في تعلم مهارة الإرسال المنخفض وعليه يوصي الطالبان الباحثان كل المختصين و الفاعلين في القطاع التربوي بضرورة الاهتمام باستخدام التغذية الراجعة الخارجية في عملية التدريس.

وعدم الاكتفاء بنوع واحد لما لها من تأثير ايجابي على المتعلمين.

استخدام التغذية الراجعة في عملية التدريس وهذا نظرا لفاعليتها في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة الطائرة.

التأكيد على الطرق العلمية و المناهج السليمة في التدريس من حيث اختيار المواقف التعليمية ومدى ملائمتها.

-تنظيم دورات تكوينية للمعلمين المهتمين بالرياضة في المؤسسات التربوية على الاستخدام الأمثل للتغذية الراجعة في هذه الدراسة.

-توفير الوسائل و الامكانيات الحديثة التي تتماشى مع مختلف أنواع التغذية الراجعة.

-القيام بدراسات مشاهدة عن أنواع التغذية الراجعة العملية التدريس الحديث و لفئات عمرية مختلفة.

Résumé de la recherche

Proposition de modules pédagogiques utilisant la rétroaction externe pour apprendre les compétences de faible transmission des étudiants du cycle moyen (13-14 ans)

Etude expérimentale menée sur certains élèves de moyen Ali bey Abou bakr ouled bessem willaya de tissemsilt.

Le but de cette étude était de déterminer Proposition de modules pédagogiques utilisant la rétroaction externe pour apprendre les compétences de faible transmission des étudiants du cycle moyen (13-14 ans).

L'échantillon comprenait 28 élèves sélectionnés de manière appropriée.

Ont été choisis de manière délibérée dans la communauté originale de 60 élèves de troisième année moyenne.

L'échantillon de l'étude a été divisé en deux groupes de contrôle et un groupe expérimentale de 12 élèves dans chaque groupe sa période d'application programme étudié sur l'échantillon a duré de 17-01-2018 à 14-03-2013.

En tant qu'outil de collecte externe en volleyball, ainsi que l'utilisation des tests techniques (faible transmission).

Pour calculer les coefficients statistiques, la moyenne, l'écart type, les coefficients de corrélation, la corrélation générale de Pearson, la confiance en soi et (v) ont été utilisés pour désigner les différences d'un échantillon et (v) les différences pour deux échantillons. Apprentissage positif en volleyball bas les résultats ont été favorables aux mesures de dimension.

Les résultats ont montré une différence entre les deux groupes, où l'expérience était favorable au groupe expérimental dans l'apprentissage de la faible transmission, les chercheurs recommandent donc tous les spécialistes et acteurs du secteur de l'éducation.

Et ne pas se satisfaire d'un type en raison de son impact positif sur les apprenants.

L'utilisation de la rétroaction dans le processus d'enseignement en raison de son efficacité à apprendre certaines compétences de base en volleyball.

L'accent est mis sur les méthodes scientifiques et les programmes d'études solides en matière de choix des attitudes éducatives et de leur adéquation.

Organiser des cours de formation pour les enseignants les personnes intéressées par le sport dans les établissements d'enseignement sur la meilleure utilisation.

Fournir des moyens et des capacités modernes compatibles avec différents types de commentaires.

Mener des études similaires sur d'autres types de rétroaction dans le processus d'enseignement moderne et pour différents groupes d'âge.