

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المركز الجامعي

احمد بن يحيى الونشريسي - تيسمسيلت-

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : النشاط البدني الرياضي التربوي

(تربية و حركة)

مذكرة تخرج

ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

:

برنامج تعليمي مقترح بالأسلوب التدريبي و اثره على تعلم

مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ

الطور الثانوي

دراسة ميدانية تجريبية أجريتها على تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية تيارت - دائرة السوثر-

أيدى:

:

-

مين

يحياوي الشيخ

:

الرئيس/.....

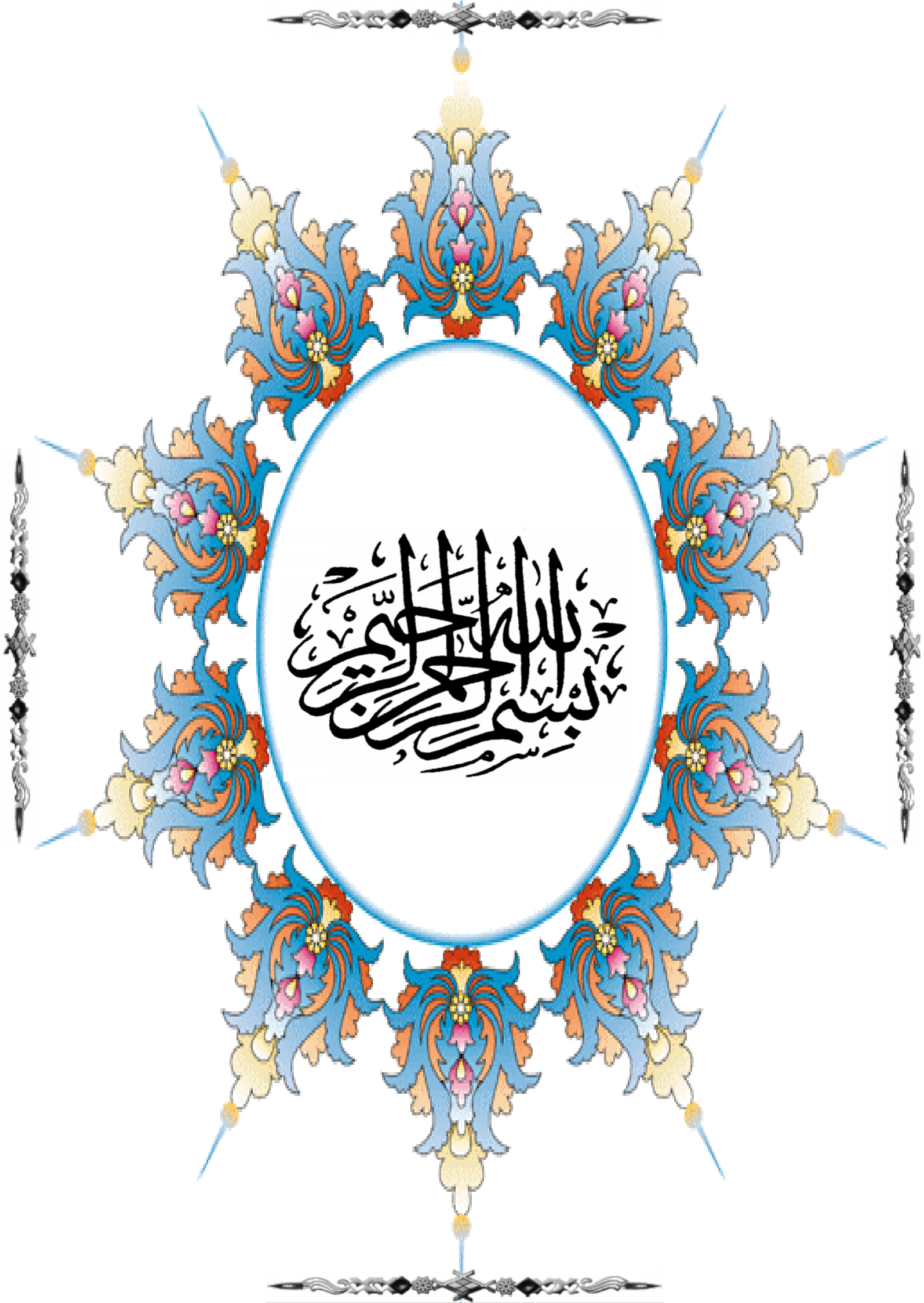
/.....

مناقشة يوم/.....

السنة الجامعية:

2017-2016

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



الإهداء

قال الله تعالى: [...ربي أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي و علي والدي و أن أعمل صالحا ترضاه و أدخلني برحمتك في عبادك الصالحين]
"النمل الاية 19"

هانحن اليوم والحمد لله بعد خلاصة مشوارنا بين دفتي هذا العمل المتواضع:
الى منارة العلم و الامام المصطفى والامي الذي علم المتعلمين الى سيد الخلق الى رسولنا الكريم سيدنا محمد صلى الله عليه و سلم.
إلى من حملتني وهنا ووضعتني وهنا ، إلى من غمرتني بحنانها ، إلى التي كانت تنتظر بفاغ الصبر هذه اللحظة ، أكتب هذا الإهداء
إلى " أمي " الطاهرة حفظها الله و وأطال عمرها .
إلى من كان يحترق كالشمعة ليضيء لي الطريق.
إلى من رباني و منحني الثقة ، إلى قائدي في
درب الحياة " أبي العزيز " حفظه الله و أطال في عمره
إلى كل أفراد العائلة و الأقارب كل باسمه
إلى من سرنا سويا و نحن نشق الطريق معا نحو النجاح والابداع
إلى من تكاتفنا يدا بيد و نحن نقطف زهرة تعلمنا الى اصدقائنا
و زملائنا من بعيد او من قريب .

إلى من أحبهم قلبي و لم يذكرهم اللسان
علمونا حروفا من ذهب وكلمات من درر و اجلى عبارات العلم
إلى كلية و أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
إلى كل من يفتح هذه المذكرة من بعدي.

شاشرة محمد أمين



قال العماد الأصفهاني:

' أي رأيت أنه لا يكتب إنسان كتابا
في يومه إلا قال في غده لو غيرت هذا لكان
حسن ولو زيد هذا لكان يستحسن ولو قدم
هذا لكان هذا أفضل ولو ترك هذا لكان
أجمل وهذا من أعظم وهو دليل على
استيلاء النقص على
ملة البشر.

مقدمة معجم الأدباء.



الحمد والتقدير والرفق

قال تعالى "إن شكرتم لأزيدنكم"

صدق الله العظيم

شكرا وحمدا لله سبحانه وتعالى الذي بتوفيقه وقدرته

تم إنجاز هذا العمل .

وجه بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المشرف الدكتور

'بومعزة محمد لمين'

لمتابعته الدائمة وتوجيهاته القيمة .

كما يسعدنا من نعبر عن تقديرنا العميق إلى أساتذة التربية البدنية

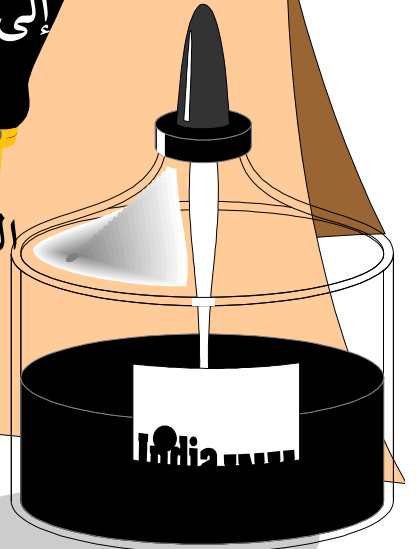
والرياضية بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

وبالمناسبة نتقدم بالعرفان التام

إلى كل من أبدوا تعاونهم ومساعدتهم لنا:

أساتذة ومسؤولي وتلاميذ ثانوية مجدوب زكرياء

التي أجريت بها اختبارات البحث.



إهداء

أهدي ثمرة عملي المتواضع هذا إلى:

من قال فيهما الله عز وجل بعد بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿وَصَاحِبُهُمَا فِي

الدنيا معروفًا وَقَالَ رَبِّي اِرْحَمَهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا﴾

إلى من سهرت الليالي وتعبت من أجلي وروتني من نبع حنانها وسقتني

عطفها أمي العزيزة أطال الله في عمرها.

أبي العزيز الله يرحمه .والى افراد عائلة

كل من أخواتي: سعد ، وزوجته ، الزهرة ، خليصة

إلى أحفاد العائلة: ندى ،

إلى الدكتور المشرف يومعة محمد لمين .

والى جميع الأصدقاء وكل من ساهم في انجاز هذا العمل .

يحيى وي الشيخ

فهرس المحتويات

بسملة

كلمة شكر

الإهداء

قائمة الجداول

قائمة الأشكال البيانية

مقدمة.....أ، ب

التعريف بالبحث:

الصفحة:	العنوان :
05.....	1 إشكالية الدراسة.....
05.....	2 فرضيات الدراسة.....
07.....	3 أهداف البحث.....
08.....	4 أهمية البحث.....
08.....	1 4 منالناحية العلمية.....
08.....	2 4 منالناحية العملية.....
09.....	5 أسباب اختيار الموضوع.....
09.....	6
12.....	7 الدراسات السابقة و المشابهة.....

الباب الأول : الجانب النظري

الفصل الأول: الأسلوب التدريبي

18.....	تمهيد
19.....	1-أساليب التدريس الحديثة في مجال التربية البدنية والرياضية.....
19.....	1.1. الأسلوب التدريبي.....
20.....	1 1 1 توضيح الأدوار والأهداف في الأسلوب التدريبي.....
22.....	2 1 1 وصف تطبيق الأسلوب التدريبي.....
23.....	2 1 وصف الوحدة التدريسية.....
27.....	3 1 مميزات الأسلوب التدريبي.....
28.....	4 1 عيوب الأسلوب التدريبي.....
28.....	5 1 قنوات التطوير في الأسلوب التدريبي.....
31.....	خلاصة.....

الفصل الثاني: كرة اليد

33.....	تمهيد
34.....	1 ميلاد وتطور كرة اليد في الجزائر.....
34.....	1 1 تعريف كرة اليد.....
34.....	2 1 خصوصيات كرة اليد.....
35.....	2- أهمية رياضة كرة اليد.....
36.....	3 قانون لعبة كرة اليد.....
36.....	1 3 الميدان.....
36.....	2 3 المرمى.....

36.....	مساحة المرمى	3	3
37.....	الكرة	4	3
37.....	اللاعبين	5	2
37.....	الحكام	6	3
37.....	7 الفرق	7	3
38.....	زمن المباراة	8	3
38.....	خصائص لاعب كرة اليد	4	
38.....	الخصائص المرفولوجية	1	4
39.....	النمط الجسماني	1	4
39.....	أولاً : الطول	1	4
39.....	ثانياً : الوزن	1	4
40.....	المرونة	2	4
40.....	الخصائص الرياضية والفيزيولوجية	3	4
40.....	الصفات الحركية	4	4
41.....	2. المتطلبات المهارية	2	4
41.....	3. المتطلبات الخطئية	3	4
42.....	الأداء المهاري في كرة اليد	5	
42.....	1. التصويب	1	5
43.....	1 التصويب البعيد	1	5
43.....	2. التصويب القريب	2	5
45.....	خلاصة		

الفصل الثالث: المراهقة

47.....	تمهيد	
48.....	1 مفهوم المراهقة	
48.....	2 تعريف المراهقة	
48.....	1 2 لغة	
48.....	2 2 اصطلاحا	
49.....	3 مراحل المراهقة	
49.....	1 3 المراهقة لمبكرة	
49.....	2 3 المراهقة الوسطى (15 إلى 18 سنة):	
50.....	3 3 المراهقة المتأخرة (18 إلى 21 سنة)	
50.....	4 خصائص المراحل العمرية (6 ± 7 ± 18 سنة) المراهقة المتوسطة	
50.....	1 4 خصائص القدرات الحركية	
51.....	2 4 الخصائص الفيزيولوجية	
52.....	3 4 الخصائص المورفولوجية	
53.....	4 4 الخصائص الاجتماعية	
54.....	5 4 الخصائص الفكرية	
54.....	6 4 الخصائص الانفعالية	
55.....	-5 حاجات المراهق	
55.....	1 5 الحاجة إلى الغذاء والصحة	

- 56..... الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية..... 2 5
- 56..... الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار..... 3 5
- 56..... الحاجة إلى تحقيق الذات وتأكيدھا..... 4 5
- 57..... الحاجة إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق..... 5 5
- 57..... أشكال المراهقة: توجد 4 أنواع من المراهقة..... 6-
- 57..... المراهقة المتوافقة..... 1 6
- 57..... العوامل المؤثرة في المراهقة المتوافقة..... 1 1 6
- 58..... المراهقة المنطوية..... 2 6
- 58..... العوامل المؤثرة فيها..... 1 2 6
- 59..... المراهقة العدوانية..... 3 6
- 59..... المراهقة المنحرفة..... 4 6
- 59..... العوامل المؤثرة فيها..... 1 4 6
- 60..... أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين..... 7
- 60..... أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين..... 8
- 61..... تطور الصفات البدنية و القدرات الحركية أثناء فترة المراهقة..... 9
- 61..... 1 القدرات الحركية..... 9
- 62..... 2 تطور الصفات البدنية..... 9

62..... القوة 1 2 09

62..... المرونة 3 4 09

63..... مشكلات المراهقة 10-

64..... 11 نصائح عامة لكل مربي لكيفية التعامل مع المراهقين

65..... خلاصة

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهج البحث وإجراءاته الميدانية

68..... تمهيد

69..... 1 منهج البحث

69..... 2 مجتمع البحث وعينته

69..... 1 2 عينة البحث

70..... 3 مجالات البحث

70..... 1 3 المجال البشري

71..... 2 3 العينة من حيث المواصفات والتجانس

71..... 3 3 المجال المكاني

72..... 4 3 المجال الزمني

72..... 4 التجربة الاستطلاعية

73..... 1 4 عينة التجربة الاستطلاعية

73.....	5	حساب المعاملات العلمية للاختبار
73.....	5	1 الصدق
74.....	5	2 ثبات الاختبار
77.....	5	3 الموضوعية
77.....	6	6 الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث
77.....	6	1 المتغيرات المستقلة
77.....	6	2 المتغيرات التابعة
78.....	7	7 أدوات البحث
78.....	8	8 الاختبار
79.....	8	1 شروط أداء الاختبارات
79.....	8	2 ضبط الإختبار
79.....	9	9 الاختبارات المستعملة في الدراسة
82.....	10	10 البرامج التعليمية (الوحدات التعليمية)
82.....	10	10 1 خطوات إعداد الوحدات التعليمية
82.....	10	10 2 دواعي إعداد الوحدات التعليمية
82.....	10	10 3 شروط و أسس بناء الوحدات التعليمية
83.....	10	10 4 قياس صدق الوحدات التعليمية

83.....	11	السلامة الداخلية للتصميم التجريبي.
83.....	12	الظروف المصاحبة لإجراء التجربة الميدانية.
83.....	13	السلامة الخارجية للتصميم.
83.....	14	المادة التعليمية.
84.....	15	شرح البرنامج.
84.....	16	الدراسة الأساسية.
85.....	17	الأساليب الإحصائية المستعملة في تحليل النتائج.
85.....	17	1 المتوسط الحسابي.
86.....	17	3 معامل الالتواء.
87.....	17	5 الصدق الذاتي.
87.....	17	6 ت (استو دنت)
88.....	18	صعوبات البحث.
89.....	18	التعديلات المقترحة.
90.....		خلاصة.

الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج

92.....		تمهيد
93.....	2	عرض وتحليل ومناقشة النتائج

93.....	2	1	عرضوتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى والتي تنص على
96.....	2	2	1 مناقشة الفرضية الجزئية الأولى.....
97.....	2	3	عرضوتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية والتي تنص على
101.....	2	3	1 مناقشة الفرضية الجزئية الثانية.....
102.....	2	4	عرضوتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة والتي تنص على
105.....	2	4	1 مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة.....
106.....	2	5	عرضوتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة والتي تنص على
110.....	2	4	1 مناقشة الفرضية الجزئية الرابعة.....
111.....	2	5	الفرض العام للدراسة.....
112.....			خلاصة.....
113.....			- استنتاجات:.....
114.....			- اقتراحات :
114.....			- الفرضية المستقبلية
116.....			- خاتمة عامة:

المصادر والمراجع

الملاحق

فهرس الجداول:

الصفحة	العناوين	الرقم
52	جدول يمثل الطول والوزن عند المراهقين (ذكور 15 ± 19سنة) - الأشخاص العاديين-	01
70	الجدول يمثل إحصاء عينة البحث.	02
71	جدول يمثل مواصفات عينتي البحث التجريبيتين	03
74	جدول يوضح النسب المئوية لآراء الخبراء حول الاختبارات(صدق الظاهري وصدق المحتوى).	04
75	الجدول يمثل نتائج حساب معامل ثبات للاختبارات	05
75	الجدول يبين الصدق الذاتي والثبات للاختبارات.	06
85	الجدول يمثل توزيع أهداف التعليمية وفق البرنامج المقترح .	07
93	الجدول يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الإختبارات القبلية.	08
98	الجدول يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة الضابطة في الإختبارات القبلية والبعدية.	09
102	الجدول يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة التجريبية في الإختبارات القبلية والبعدية.	10
107	الجدول يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الإختبارات البعدية.	11

قائمة الاشكال البيانية :

الصفحة	العناوين	الرقم
22	شكل يبين تحليل الأسلوب التدريبي .	01
28	شكل بين درجات النمو الأسلوب التدريبي.	02
94	بين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ والإنحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة في الإختبارات القبليّة.	03
94	بين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ والإنحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في الإختبارات القبليّة.	04
99	يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ والإنحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة في الإختبارات القبليّة.	05
99	بين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ والإنحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة في الإختبارات البعديّة.	06
103	يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ والإنحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في الإختبارات القبليّة.	07
103	يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ والإنحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في الإختبارات البعديّة.	08
108	يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتبدرجات تلاميذ والإنحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة في الإختبارات البعديّة.	09
108	يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ والإنحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في الإختبارات البعديّة.	10

مقدمة:

لقد اهتمت جميع الشعوب والأمم منذ فجر التاريخ بتعليم أفرادها مبادئ العلوم المختلفة، يقينا منها انه لا سبيل للرفي والازدهار الا طريق العلم والمعرفة ، فراحت تهتم بالمعلم تارة، ثم بالمادة العلمية تارة أخرى، كما امتد الاهتمام الكبير الى الوسائل و الأساليب التعليمية والأدوات المنتهجة آنذاك، إلا أن الغاية كانت واحدة.

ومع التطور الكبير الذي عرفه علم التربية البدنية و الرياضية ، الذي اكد على ضرورة الاهتمام بالمتعلم وجعله محور العملية التعليمية، حيث ادرك القائمون على شؤون التربية والتعليم، انه لم يعد كافي ان يتقن المعلم المادة العلمية ليقوم بمهمته بفاعلية ونجاح، كما انه لم يعد مجرد ملقن للمعرفة، بل هو عملية تصميم مشروع متعدد الجوانب له حدود ومرتكزات معلومة ترتبط مباشرة مع خصوصيات تلك الفئة التي تقوم بتدريبها و نقل بعض القرارات اليها ،ولهذا فان فهم هذه الخصوصيات والعوامل المؤثرة في عملية التدريس تعتبر من بين القواعد الأساسية التي يجب على المعلمين في ميدان التدريس معرفتها وتفهم مختلف الفقرات التي تتخذ من اجلها القرارات لبناء أساليب التدريس، وبات من الضروري ان يتمتع بشخصية متكاملة، معدا جيدا، علميا تربويا ، ثقافيا ومهاريا.

إن نظريات التعلم والتعليم هي مجموعة من النظريات التي تم وضعها في بدايات القرن العشرين الميلادي وبقي العمل على تطويرها حتى وقتنا الراهن وأول المدارس الفلسفية التي اهتمت بنظريات التعلم والتعليم كانت المدرسة السلوكية رغم أن بوادر نظريات مشابهة بدأ العمل بها في المرحلة ما قبل السلوكية.

كما هي النظريات التي تفسر لنا الطريقة التي يتعلم بها الإنسان - الطفل - الشاب - الكهل ... والطريقة التي يستدخل بها المعارف ويستدمجها ضمن بنيته الذهنية والوجدانية، أي نعم إن للوجدان مدخلا في التعليم والتعلم وهي الطريقة التي يعالج بها ما استدخله الطفل مثلا من معلومات ومهارات... والطريقة والأسلوب الذي يُفسر به تعلم الناس.

لذلك اصبح من الضروري على كل من سيتخذ التدريس مهنة له، ان يولي اهتمامه الكبير الى الموضوع التي يرتكز عليها فن التدريس، ذلك ان طرق و اساليب التدريس، هي في مقدمة هذه



المواضع، وهي من حيث اهميتها تعد نقطة الانطلاق في توجيه المعلم الى عملية التدريس الفعالة والمؤثرة في سلوك المتعلم، هي من حيث الاساس زبدة مختلف النظريات والنماذج والانماط والتجارب التي قام بها المختصون في ميدان علم النفس التربوي والتعليم بصفة خاصة، وعليه ظهرت مجموعة من اساليب التدريس في مجال التربية البدنية والرياضة، دعت في مجملها الى ضرورة نقل مركز الاهتمام في عملية التدريس في المدارس الى المتعلم، والتخلي عن الطريقة التعليمية الاوامر، بل يجب اتباع طرق واساليب تركز على الابداع والتفاعل و العمل بصورة استغلالية وفق منظور قواعد الدرس بين المتعلمين.

فالأسلوب الحديث، يركز على الفروق الفردية القائمة بين المتعلمين، ويوجه الاهتمام لمراعاتها بمختلف السبيل، ومنها تعددت اساليب التدريس وتنوعت، حتى تهتم بالمتعلمين الى اقصى ما تستطيعه من قدرات كل منهم، وبناء اهداف للتدريس على حاجاتهم، فيتفاعلون مع المعلم من جهة و مع زملائهم من جهة اخرى تفاعلا مستمرا و مؤثرا ومتبادلا.

فأسلوب التدريس هو الأداة الناقلة للعلم والمعرفة للمتعلم، كان التدريس المطبق ملائما للمواقف ومنسجما مع المتعلم وذكائه كانت الاهداف التربوية الموجودة اكثر عمقا و اكثر فائدة.

لكن وبالرغم من هذه الاتجاهات التي ظهرت في مجال التعليم بصفة عامة وفي ميدان التدريس مادة التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة، الا اننا مازلنا نفتقر الى تطبيقها فعليا في مدارسنا، والتي تكون منعدمة احيانا، وينبثق من هذا ضرورة استخدام الاساليب التدريسية في مادة التربية البدنية والرياضية والتي تتفق مع ميول المتعلمين للوصول الى مستوى جيد، ومرتبة عالية من الكفاءة والفاعلية.

وبغرض الالمام بموضوع الدراسة القائمة تحت عنوان: برنامج تعليمي مقترح للاسلوب التدريبي وأثره في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي .، من مختلف الجوانب، فقد قسم الباحثون هذه الدراسة على الشكل التالي:

- الفصل التمهيدي: وتم تخصيصه للتعريف بالدراسة من حيث طرح الاشكالية و صياغة الفرضيات و ابراز اسباب اختيار الموضوع، والاهمية العلمية و العملية ، الأهداف ، بالإضافة الى تحديد اهم مصطلحات الدراسة.



- الباب الاول: الذي يضم ثلاثة فصول متناسقة من حيث الموضوع ،وذات اهمية بالبحث، حيث جاءت على الشكل التالي:

أ-الفصل الأول:

وتحور حول مفهوم و وصف الأسلوب التدريبي مع توضيح ادواره و أهدافه و

مميزاته...

ب الفصل الثاني:

هذا الفصل تم التركيز فيه على مفهوم الأداء المهاري للتصويب وانواعه في كرة اليد، و انواعه و مراحلها إضافة الى أهميته .

ت الفصل الثالث:

وتطرقنا فيه الى المرحلة العمرية الخاصة لعينة الدراسة و التي تمثلت في تلاميذ الطور الثانوي بصفة عامة ، و على وجه الخصوص السنة الثانية ثانوي .

الباب الثاني ف جاء على النحو التالي:

ث الفصل الأول:

حيث عكف من خلاله الباحثون على توضيح صحيفة البحث والإجراءات الميدانية، كالمنهج العلمي المتبع، مجتمع الدراسة، عينة الدراسة، الدراسة الاستطلاعية ، وأدوات جمع البيانات ومجالات الدراسة الميدانية ،المعالجات الإحصائية ...الخ)

ب الفصل الثاني:

وفيه عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة على مستوى الفرضيات والإطار النظري العام للدراسة.

وفي الأخير انصب الاهتمام على إبراز الاستنتاجات حول النتائج المتحصل عليها من خلال الجانبين النظري و التطبيقي، خاتمة عامة، والاقتراحات ،ثم قائمة المصادر والمراجع (البرنامج التعليمي المقترح بصفته الأولى و بصفته المعدلة)



1 إشكالية الدراسة :

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الهيكل الرئيسي لتحقيق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية والرياضية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف وفق أساليب و طرق تدريس معينة.

و تعد الأساليب إحدى الركائز الأساسية لعملية التدريس الفعال في مجال التربية البدنية والرياضية حيث أن التدريس الفعال لا يعتبر مجرد وظيفة يقوم بها كل من سولت له نفسه لاختيارها بل هو عملية تصميم مشروع متعدد الجوانب له حدود ومرتكزات معلومة ترتبط مباشرة مع خصوصيات تلك الفئة التي تقوم بتدريسيها ولهذا فان فهم هذه الخصوصيات والعوامل المؤثرة في عملية التدريس تعتبر من بين القواعد الأساسية التي يجب على العاملين في ميدان التدريس معرفتها وتفهم مختلف الفقرات التي تتخذ من أجلها القرارات لبناء أساليب التدريس كما ولكل أسلوب تعليمي هدف يرمي إلى تطوير الأغراض المهارية والبدنية والمعرفية.

و يعتبر نشاط كرة اليد من بين الأنشطة التي تحتل مركزا متقدما من بين جميع الألعاب الجماعية و لما لها من أهمية بالغة في تميزها بتعدد المهارات الحركية التي يجب أن يمتلكها اللاعب و بواسطتها يمكن تنفيذ الكثير من المهارات الأساسية .

لكن بالرغم من كل هذا الاهتمام نلمس في الميدان خاصة على المستوى الطور التعلم الثانوي ضعف لدى التلاميذ، حتى أن التلميذ أصبح يتميز بالعديد من النقائص و هذا من خلال ملاحظتنا التي أوضحت بصورة أو بأخرى هذه النقائص، وخاصة التقنية منها كالتصويب نحو المرمى ، فالتصويب نحو المرمى من الوسائل الأساسية لإحراز الأهداف ، الأمر الذي يفتقد إليه التلميذ الذي صار يهدر أهدافا عديدة في وضعيات سانحة لتهديف ، و هذا الغياب الواضح لدقة التصويب جعلنا نحاول معرفة الأسباب المؤدية إلى غياب هذه الدقة و عليه من الضروري أثناء ممارسة كرة اليد لابد من تطوير أسلوب التعلم

ومن هنا تتجلى مشكلة البحث في محاولة جديدة للكشف عن تجريب بعض أساليب التدريس (الأسلوب التدريبي) باستخدام وحدات تعليمية مقترحة و تأثيرها على تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي

التساؤل العام :

هل للبرنامج التعليمي المقترح للأسلوب التدريبي اثر في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

التساؤلات الجزئية الأساسية :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينتين التجريبية و الضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي للعيينة الضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي للعيينة التجريبية في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين العينتين التجريبية و الضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

2 فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة :

للأسلوب التدريبي أثر في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي .

الفرضيات الجزئية :

- 1 لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينتين التجريبية والضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي
- 2 لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى للعينه الضابطة في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي
- 3 توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى للعينه التجريبية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي
- 4 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين العينتين التجريبية والضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

3 أهداف البحث :

هذا البحث عبارة عن دراسة نظرية وتطبيقية تتجلى أهميتها في أثر التدريس بالأسلوب التدريبي على تطوير مهارة دقة التصويب لدى لاعبي كرة اليد، ووضع وحدات تعليمية خاصة لتطوير مهارة دقة لتصويب وكذا فتح المجال لدراسات أخرى لاحقة قصد مالم تصل إليه دراستنا هذه ، وتسهيل العمل على إثراء المكتبة والزيادة في الرصيد العلمي لدى الطلبة وأساتذة التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة و بالإضافة الى:

- 1 أثر الاختبارين القبليين للأسلوب التدريبي على تطوير مهارة دقة التصويب فب كرة اليد
- 2 أثر استخدام الأسلوب التدريبي على المجموعة الضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب في كرة اليد
- 3 أثر استخدام الأسلوب التدريبي على المجموعة التجريبية في تطوير مهارة دقة التصويب في كرة اليد
- 4 أثر الاختبارين البعديين للأسلوب التدريبي على تطوير مهارة دقة التصويب فب كرة اليد.

4 أهمية البحث :

تتمثل أهمية البحث فيما يلي:

إن الهدف الرئيس لهذه الدراسة، هو التعرف على مدى تأثير إستخدام الأسلوب التدريبي على غرار الأسلوب الامري على مستوى التعلم الحركي والمهاري والتحصيل المعرفي على المتعلمين في التعليم الثانوي خلال نشاط كرة اليد، بالإضافة إلى مجموعة من الأهداف والدوافع الفرعية ذات الصلة المباشرة بموضوع البحث، والتي جاءت على الشكل التالي:

4 1 من الناحية العلمية:

- اقتراح وحدات تعليمية مقترحة باستخدام الأسلوب التدريبي في نشاط كرة اليد .
- بناء إخبار معرفي في نشاط كرة اليد للمتعلمين في مرحلة التعليم الثانوي .
- المقارنة بين نسب التحسن بين القياس القبلي والقياس البعدي لمتغيرات الدراسة باستخدام الأسلوب التدريبي قيد البحث.
- حل مشكلة دقة التصويب لدى لاعبي كرة اليد .
- التأكيد على أن الأسلوب التدريبي له دور هام في تطوير مهارة دقة التصويب لدى لاعبي كرة اليد .

4 2 من الناحية العملية :

_حث أساتذة التربية البدنية والرياضية، على ضرورة إستعمال أساليب تدريسية (الأسلوب التدريبي) مبنية على أسس علمية لها علاقة وطيدة بنظام المقاربة بالكفاءات، والتي يجب أن تتماشى وخصائص وميول وحاجات المتعلمين خلال كل مرحلة من مراحل التعليم المختلفة، وهذا من خلال تغيير النمط أو الأسلوب التدريسي السائد حالياً في مدارسنا، باستخدام أساليب أكثر نجاعة وفاعلية في تحقيق أهداف التربية البدنية و الرياضية ،وضع هذه الدراسة بين أيدي الباحثين في ميدان طرق ومناهج وأساليب تدريس التربية البدنية والرياضية، وأساتذة هذه المادة، للاستفادة منها سواء في بحوثهم أو وظيفتهم المهنية التعليمية ويمكن إعتبار هذه الدراسة بمثابة إضافة مرجعية للبنية المعرفية النظرية منها والتطبيقية في ميدان طرق وأساليب تدريس التربية

البدنية والرياضية؛ فهذه الدراسة عبارة عن تكملة للبحوث التي سبقت ولكن في معالجة متغيرات جديدة وفي بيئة مغايرة هذه الدراسة تفتح ميادين بحث جديدة للتعرف على تأثير أساليب التدريس قيد البحث في مختلف الأنشطة الرياضية المبرمجة في مراحل التعليم المختلفة، بغرض مواجهة مشكلة تدني مستوى الرياضة المدرسية في بلادنا.

5 أسباب اختيار الموضوع :

أ أسباب ذاتية :

- ✓ الرغبة في البحث لموضوع التعلم المهاري و بالخصوص تطوير مهارة دقة التصويب .
- ✓ التخصص في رياضة كرة اليد الأمر الذي دفع الطالب للبحث في هذا المجال.
- ✓ معرفة مدى تأثير الأسلوب التدريبي على شخصية التلميذ و ميوله نحو التعلم.

ب أسباب موضوعية :

- ✓ توضيح وإبراز التأثير الإيجابي لمهارة دقة التصويب في كرة اليد .
- ✓ معرفة الكيفية والطريقة التي تناسب التلاميذ في تطوير المهارة دقة التصويب .
- ✓ إبراز دور الأسلوب التدريبي في مساعدة أساتذة التربية البدنية و الرياضية لتحقيق الأهداف المراد بلوغها .

6 مصطلحات الدراسة:

- الأسلوب :
- لغة : الأسلوب مأخوذ من الفعل سلب والسلب : السير الخفيف السريع .
- اصطلاحا : الأساليب هي الطريقة التي يسلكها المربي في تربيته وتعليمه أو بمعنى آخر هي الإجراءات التي يتخذها المعلم في تنفيذ طريقة من طرق التدريس من أجل تحقيق الأهداف المحددة .
- إجرائيا :تصور مسبق عن كيفية تسير وإخراج حصة التربية البدنية والرياضية وفق ما هو متوفر ، بحيث يساعد

ذلك على تحقيق ما يريد الأستاذ الوصول إليه ، مع ترجمة هذا في الميدان .

- الأسلوب التدريبي:

- لغة : هو جهد تنظيمي مخطط يهدف لتسهيل اكتساب الفرد المهارات المرتبطة بالنشاط .

- اصطلاحا : هو بداية التحرر لتلميذ في اتخاذ ولو بعض القرارات الممنوحة له وبهذا الخصوص

تذكر 'عفاف عبد الكريم' انه بإمكان المتعلمين في هذا الأسلوب أن يمارسوا الاستقلالية في أول

درجتها¹ وبالتالي يضع الأسلوب أما مهم أدوارا مختلفة لكل من المعلم والمتعلم .

- إجرائيا : هو إعطاء الأستاذ للمتعلم بعض الدرجات من الحرية في اتخاذ القرارات

- كرة اليد:

- لغة : جمع الأيدي و اليدي ، الكف أو من أطراف الأصابع إلى الكتف².

- اصطلاحا : تعتبر كرة اليد من الألعاب الرياضية القديمة تجري بين فريقين يتألف كل منهما من

سبعة لاعبين وخمسة احتياطيين ، تتصف بسرعة الأداء والتنفيذ ويشارك فيها عدد كبير من

الرياضيين لها قواعد وقوانين ثابتة³

- إجرائيا:تعتبر من الأنشطة الرياضية الجماعية تتكون فر يقين كل فريق يتشكل من 07 لاعبين

،تلعب في شوطين 30دقيقة لكل شوط .

- التصويب:

- لغة: جمع تصويبات، مصدر للفعل صوب، بمعنى قذف الشيء أو تسديده.

- اصطلاحا: عرفه كل من cooper وسيدن توب sidéen topالتصويب انه فن أو توجيه الكرة

اتجاه الهدف بدقة وسرعة بطرق وأشكال متنوعة من الأداء باستخدام يد واحدة ، كما يعرف بأنه

عملية فنية لإطلاق أو توجيه و دفع الكرة نحو مرمى المنافس بالدقة المتناهية و القوة والسرعة

المناسبة لإحراز الهدف في الوقت المناسب

- إجرائيا : هو فن توجيه الكرة نحو مرمى المنافس من اجل تحقيق الاهداف

¹ عفاف عبد الكريم: التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية. منشأة المعارف الإسكندرية، 1994، ص 99.

² مؤنس رشاد الدين : الكلمن في الكلام والمعاني. دار الراتب الجامعي.بيروت.ص.912

³ إعداد جميل نصيف : المرجع السابق ، ص 371 .

- المراهقة :
- لغة : جاء في المعجم الوسيط مايلي: " الغلام الذي قارب اللحم والمراهقة هي الفترة الممتدة من بلوغ اللحم إلى سن الرشد"¹.
- والأصل اللاتيني لكلمة مراهقة "Adolescence" والمشتقة من الفعل "Adolescerie" ومعناه تدرج نحو النضج البدني والجنسي والانفعالي والاجتماعي²
- اصطلاحا: يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي.³
- كما يعني مصطلح المراهقة في علم النفس مرحلة الانتقال من الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج، فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا أو قبل ذلك بعام أو عامين أو بعد ذلك بعام أو عامين.⁴
- إجرائيا : هي مرحلة التدرج نحو النمو الجسمي والعقلي والمعرفي و الانفعالي .
- الوحدات التعليمية :
- اصطلاحا: عرفتھا مها بنت محمد العجمي على أنها " أنشطة تعليمية متنوعة , تحت إشراف المعلم وتوجيهه وهي دراسة مخطّط لها مسبقاً ، وتركّز على موضوع من الموضوعات التي تهتمّ التلاميذ ، أو على مشكلة من المشكلات التي تواجههم في حياتهم اليومية ، ولا يتقيد بتنظيم الحقائق التي تدرّس في الوحدة تنظيماً منطقياً ، ولا يلتزم بالحدود الفاصلة بين فروع المادة"⁵
- وقد عرفها جود Good بأنها " تنظيم للنشاطات والخبرات , وأنماط التعليم المختلفة حول هدف معين أو مشكلة معينة ، تُحدّد بالتعاون بين مجموعة من المتعلّمين ومعلّمهم "⁶.

¹ - إبراهيم أنيس وآخرون: المعجم الوسيط، 1972م، ص 278

² - مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار الطباعة، مصر، 1974م، ص 27.

³ - عبد الرحمن العيساوي: دراسات في تفسير السلوك الإنساني، دار الراتب الجامعية، بيروت، 1999م، ص 100.

⁴ - د. حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو (الطبعة 4)، عالم الكتب، القاهرة، 1977م، ص 289.

⁵ - مها بنت محمد العجمي (2005) : المناهج الدراسية , مرجع سابق , ص 303 .

⁶ Carter, Good .V (1999) : Dictionary of Education .Sixth Edition . New York : McGraw-Hill Book Company , P629 .

- إجرائيا :

بأنها عبارة عن مجموعة منظمة من الخبرات الدراسية المتقاربة التي تقدم كجزء من المقرر الدراسي، عادة ما تستمر الوحدة من أسبوع إلى ثلاثة أسابيع، وتنظم الوحدات حول مفاهيم متعددة.

7 الدراسات السابقة و المشابهة:

إن الدراسات السابقة والمشابهة لبحثنا هذا أهمية كبيرة، لأن سيرورة العمل وتطوره هو الاعتماد على الخبرات الماضية لينطلق إلى الأفق جديدة، أي كل ما توصل إليها الآخرون يعد بالنسبة إلينا خبرة ننطلق منها لكي نطور جانب من جوانب البحث العلمي.

وفي هذا السياق اعتمدنا في البحث على بعض الدراسات السابقة التي سبقنا إليها باحثون، بحيث وحدنا فيها عدة أطروحات لها علاقة مباشرة بموضوع بحثنا و من هذه الدراسات ركزنا على:

- الدراسة الأولى:

دراسة حامد مصطفى 2009: بعنوان : تأثير استخدام الأسلوب التبادلي في إكساب مهارة التصويب من الثبات ومن السقوط في كرة اليد واستثمار وقت التعلم الأكاديمي، وتم استخدام المنهج التجريبي . عينة الدراسة : تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية . هدفت الدراسة إلى : الكشف عن استخدام الأسلوب التبادلي في إكساب مهارة التصويب من الثبات و من السقوط بالكرة ، استثمار وقت التعلم الأكاديمي ، حيث تمثلت فرضيات الدراسة في وجود فروق ذات دلالة بين مجموعتي البحث لصالح المجموعة التجريبية ، اكتساب مهارة .

الأدوات المستخدمة : نظام الملاحظة ، اختبارات قياس عناصر اللياقة البدنية ، اختبارات مهارة التصويب .

أهم النتائج المتوصل إليها : إن لأسلوبي (التبادلي) تأثير واضح في إكساب الطلاب مهارة التصويب من الثبات ومن السقوط بالكرة ، استثمار التعلم الأكاديمي .

- _ إن الأسلوب التبادلي يتفوق على الأسلوب الأمري في إكساب التصويب من السقوط .
- _ ارتفاع نسبة ممارسة النشاط بالأسلوب التبادلي مقارنة بالأسلوب الأمري .

- الدراسة الثانية:

دراسة فيصل الملا عبد الله، البحرين (2003)¹: " فعالية استخدام أسلوب تدريس الأقران على مستوى أداء مهارات التصويب في كرة اليد ". الهدف هو التعرف على فعالية استخدام أسلوب تدريس الأقران على مستوى أداء مهارات التصويب في كرة اليد لدى طلبة قسم التربية الرياضية بجامعة البحرين و تحديد أنسب أسلوب تدريسي؛ لاكتساب التصويب في كرة اليد لدى طلبة قسم التربية الرياضية بجامعة البحرين. العينة اشتمل مجتمع الدراسة على طلبة قسم التربية الرياضية بجامعة البحرين المسجلين في مقرر أداء وتدريب كرة اليد للموسم الجامعي: 2001 2002م، والذين تتراوح أعمارهم ما بين (19 + 22) سنة، تمت الدراسة على (22) طالبا يمثلون جميع مجتمع الدراسة، قسموا بالتساوي بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية، (11) طالبا لكل مجموعة. أهم النتائج المتوصل إليها :

- إن لأسلوب تدريس الأقران فعالية على مستوى أداء مهارات التصويب في كرة اليد .
- ارتفاع نسبة ممارسة النشاط بالأسلوب تدريس الأقران مقارنة بالأساليب التدريس الأخرى .

- الدراسة الثالثة :

دراسة فوزية محمد عمر منذرة , الأردن (2007)²: "تأثير أسلوب التدريس التدريبي والتبادلي على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي" المرحلة

¹ فيصل الملا عبد الله(2003): " فعالية استخدام أسلوب تدريس الأقران على مستوى أداء مهارات التصويب في كرة اليد "، مجلة العلوم التربوية والنفسية، 04 03، سبتمبر 2003، كلية التربية، جامعة البحرين، ص: 08 42.

² فوزية محمد عمر منذر (2007): " تأثير أسلوب التدريس التدريبي والتبادلي على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي " المؤتمر العلمي الدولي الثاني " المستحدثات العلمية في التربية البدنية والرياضية أيام: 9 10 2007، مجلد الجوى اليرموك، كلية التربية الرياضية، الأردن، ص: 777 800.

الإعدادية". هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير أسلوب التدريس (التدريبي، والتبادلي) على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز، ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي "المرحلة الإعدادية". معرفة أفضل الأساليب تأثيرا على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي "المرحلة الإعدادية".

اختبرت الباحثة الطالبات في مهارتي: الشقبة الجانبية، والدرجة الأمامية، كما استعملت مقياس مفهوم الذات بأبعاده التالية: (السلوك، المنزلة العقلية، المظهر الجسمي، القلق، الشعبية، السعادة، الرضا)، وذلك بعد أن تأكدت من تكافؤ المجموعات المختارة (مجموعة الأسلوب التدريبي، مجموعة الأسلوب التبادلي، والمجموعة الضابطة)، هذا ونفذت الباحثة وحدات تعليمية عددها (24) وحدة بمقدار زمني قوامه (45) دقيقة للوحدة، وبواقع ثلاث وحدات تعليمية في الأسبوع، ولمدة ثمانية أسابيع.

أهم النتائج المتوصل إليها :

- ارتفاع نسبة التعلم باستخدام الأسلوب التدريبي مقارنة بالأسلوب التبادلي على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي "المرحلة الإعدادية".
- لأسلوبي التدريس (التدريبي، والتبادلي) أثر على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز، ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي "المرحلة الإعدادية"
- الدراسة الرابعة:

_ دراسة محسن، العراق (2006) "تأثير التدريس بالأسلوب التدريبي و الأسلوب التبادلي على بعض مهارات كرة السلة" هدفت الدراسة التعرف إلى تأثير التدريس بالأسلوب التدريبي والأسلوب التبادلي على بعض مهارات كرة السلة والمفاضلة بين الأسلوبين في تدريس هذه المهارات بمدرسة قتيبية الإعدادية في العراق، اشتملت العينة على شعبتين بواقع (40) طالب لكل شعبة من طلاب الصف الرابع الإعدادي بعمر (16) سنة، استخدم الباحث عدة اختبارات لمهارات كرة السلة وتضمنت طريقة التدريس عشرة أسابيع بواقع حصة واحدة أسبوعيا ومدتها (45) دقيقة، واستخدم الباحث معامل الارتباط بيرسون والنسبة المئوية واختبار (ت).

أهم النتائج المتوصل إليها :

- يوجد تأثير ايجابي للأسلوبين التدريبي والتبادلي على تعلم مهارات كرة السلة .
- يوجد فروق دالة إحصائيا بين القياسات القبليّة والبعديّة للأسلوبين التدريبي والتبادلي لصالح القياسات البعديّة وتظهر النتائج الخاصة بالفروق بين القياسات البعديّة للأسلوبين التدريبي والتبادلي إلى وجود فروق دالة إحصائيا لصالح الأسلوب التدريبي.

8 التعليق على الدراسات:

يتضح من خلال عرض الدراسات السابقة بينها و بين الدراسة الحالية، حيث تتمحور معظم الدراسات حول البرنامج التعليمي المقترح للأسلوب التدريبي لمهارة التصويب في كرة اليد من حيث المجال الزمني : أجريت هذه الدراسات في الفترة الزمنية : 2003 2008

- 1 من حيث الموضوع : بالرغم من أن صياغة الموضوع تختلف إلا أنه هناك اتفاق كبير في المتغيرات حيث اشتركت الدراسات في المتغيرات التالية : الأهمية ، الاقتراحات، النتائج .
- 2 من حيث الهدف : الملاحظة أن هناك اشتراك في هدف إبراز أهمية الأسلوب التدريبي ضمن البرامج التعليمية ، و هذا ما يتفق مع الدراسة الحالية إلا ان هناك أهداف جانبية أخرى.
- 3 من حيث المنهج: استخدمت جل الدراسات المنهج التجريبي
- 4 من حيث العينة: اشتملت العينة في معظم الدراسات على فئة معينة من المراهقين .
- 5 من حيث الأدوات : استخدمت الدراسات الاختبارات و المقاييس و الملاحظة .
- 6 من حيث النتائج: اتفقت معظم الدراسات على أن لأساليب التدريس تأثير لتطوير المهارات الحركية .

- 7 ومن خلال الدراسات سابقة الذكر و التي شملت الأساليب التدريسية، المهارات الحركية ، البرامج التعليمية و التي اتفقت بالإجماع على أهم النقاط المشتركة. حاولنا من خلالها تسليط الضوء على النقاط التي تخدم و تدعمها للوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية و عملية.

تمهيد:

يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الهيكل الرئيسي لتحقيق البناء المتكامل لمنهاج التربية البدنية والرياضية الموزع خلال العام الدراسي إلى وحدات صغيرة تنتهي بتحقيق أهداف المنهاج ككل. وتنفيذ دروس التربية البدنية والرياضية يعتبر من أهم واجبات المدرس، كما ولكل درس أغراضه التربوية إلى جانب الأغراض المهارية والبدنية والمعرفية، إذ يتميز عن غيره من الدروس في الوحدة التعليمية. إن توفر القيادة الرئيسية للأستاذ يساعد على تحقيق أهداف درس التربية البدنية والرياضية، حيث إن القيادة لها خاصية تؤثر على استجابة التلاميذ لشخصية الأستاذ وتوجيهاته ومن وظائفها الأساسية الوصول بقدرات الفرد إلى أقصى طاقة من النواحي الجسمية، العصبية، العقلية والاجتماعية، فقد لا تؤثر هذه القيادة مالم يحصل المدرس على التكوين المهني الكافي، كي يصبح قادرا على فهم المشكلات التي يتضمنها ميدان التربية البدنية والرياضية ويجب أن يدرك المدرس أن مسؤوليته تمتد خارج المدرسة التي يعمل بها إلى المجتمع والمحيط فهو موجود في وسط يؤثر فيه ويتأثر به. وفي هذا الفصل سنتناول كل ما له علاقة الدرس وأساليب الدرس.

الدرس هو العامل الأساسي في العملية التربوية بالمدرسة، وهذا ينطبق أيضا على درس التربية البدنية والرياضية ومن مميزات درس التربية البدنية مايلي:

- إن مدة درس التربية البدنية تستغرق 45 دقيقة
- الدرس جزء من وحدة دراسية متكاملة، ويقوم بإتمام وظيفة هامة فيها ويشكل الدرس كل متكامل في حد ذاته له أهدافه الخاصة به.

فلكل درس وظيفة محددة بداخل وحدة دراسية ويمكن لإدارة التربية والتعليم مساعدة المدرس بتقديم نماذج عامة للدروس المختلفة على أن يقوم المدرس بتشكيل هذه النماذج حسب متطلبات الموقف في الفصل "بقاء وتشكيلي الدرس بين قدرات ومهارات المدرس الابتكارية" والتي تتمثل في زاده العلمي في تخصصه.

1- أساليب التدريس الحديثة في مجال التربية البدنية والرياضية:

تعد الأساليب إحدى الركائز الأساسية لعملية التدريس الفعال في مجال التربية البدنية والرياضية حيث أن التدريس الفعال لا يعتبر مجرد وظيفة يقوم بها كل من سولت له نفسه لاختيارها بل هو عملية تصميم مشروع متعدد الجوانب له حدود ومرتكزات معلومة ترتبط مباشرة مع خصوصيات تلك الفئة التي تقوم بتدريبها ولهذا فإن فهم هذه الخصوصيات والعوامل المؤثرة في عملية التدريس تعتبر من بين القواعد الأساسية التي يجب على العاملين في ميدان التدريس معرفتها وتفهم مختلف الفقرات التي تتخذ من أجلها القرارات لبناء أساليب التدريس ونظرا لأهمية هذا الموضوع وما ماله من علاقة في تطوير عملية التدريس فإن الرجوع إليه والتفصيل فيه يعد ضرورة من ضروريات البحث حتى نعطي للمطلع عموما ومدرس التربية البدنية وطلاب كليات التربية البدنية والرياضية خصوصا القاعدة في بناء أساليب التدريس والمعرفة في اختيارها والتدرج في تطبيقها.

1.1. الأسلوب التدريبي:

الطريقة التدريبية هي الأكثر الطرائق السائدة والملائمة لدروس التربية الرياضية، إن انتقال عدد معين من القرارات من المدرس إلى التلميذ يؤدي إلى خلق علاقات جديدة بين المدرس والتلميذ والواجبات الحركية أو المهارات وبين التلميذ وأنفسهم.

"إن الأسلوب التدريسي يؤدي إلى واقع جديد فهو يوفر صروفا جديدة في عملية التعلم، ويتوصل إلى مجموعة من الأهداف حيث إن قسما من هذه الأهداف له علاقة بأداء المهارات بينما القسم الآخر له علاقة باتساع نطاق دور الفرد في هذا الأسلوب، ويقول 'ناهد محمود السعد' إن تحويل بعض القرارات من المعلم إلى التلميذ تنتج عنها مواقف وعلاقات جديدة بين التلميذ أنفسهم أو بين التلميذ والأعمال التي يؤديها أو بين المدرس والتلميذ نفسه إن هذا الأسلوب في التدريس يكون البداية في العملية الانفرادية في تنفيذ القرار،

فالمدرس يجب أن يعتاد تدريجياً على ترك (الأوامر) لكل نشاط داخل الدرس " ، ويذكر محسن 'محمد حمص'، الأسلوب التدريسي "يسمح للتلاميذ بالاستقلالية في عملهم في بعض الممارسات داخل الدرس، وخاصة في الجزء التطبيقي والممارسة للمهارات الحركية وبذلك تتاح فرص الاعتماد على النفس ومحاولة اكتساب الأداء الفني للمهارة وإتقانها"¹ ولكن نستطيع تصميم هذا الأسلوب في العملية التدريسية وترك بعض الاستقلالية لممارسة لذي التلميذ علينا أن نقوم ببعض التغييرات وذلك بتحويل المواقف الدرس وخاصة في القسم الرئيسي ومنحها إلى التلاميذ في مرحلة أثناء سير الدرس.

وما يلاحظه الباحث هناك انتقالاً تدريجياً للقرار من المدرس إلى التلميذ وهذا الإعطاء المتعلم فرصة في اشتراك القرار أحسن من الأسلوب الأمرى الذي هو بيد المدرس كله.

1 1 1 توضيح الأدوار والأهداف في الأسلوب التدريبي:

كما ذكرنا سابقاً أن في هذا الأسلوب هو بداية التحرر لتلميذ في اتخاذ ولو بعض القرارات الممنوحة له

وبهذا الخصوص تذكر 'عفاف عبد الكريم' "انه بإمكان المتعلمين في هذا الأسلوب أن يمارسوا الاستقلالية في أول درجتها"² وبالتالي يضع الأسلوب أما مهم أدواراً مختلفة لكل من المعلم والمتعلم بشرحها موسكا موشن وسارة أ. كما يلي:

- اتخاذ القرارات التسعة التي انتقلت إلى التلميذ في مرحلة الدرس (الأداء).
- من خلال التجربة يتم التوصل إلى إدراك إن عملية اتخاذ القرار يجب إن تتلاءم وعملية تعلم المهارة.

¹ محسن محمد حمص: المرشد في تدريس التربية الرياضية. منشأة المعارف، الإسكندرية، 1998، ص 93.

² عفاف عبد الكريم: التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية. منشأة المعارف الإسكندرية، 1994، ص 99.

- اكتساب الخبرة بخصوص البداية التي تتميز بالصفة الفردية عن طريق العمل بشكل فردي لفترة من الوقت.
 - لمعرفة واكتساب الخبرة بالوحدات التدريسية في أسلوب التدربي التي يأتي أما بعد أو قبل الوحدات التدريسية في الأسلوب الأمرى ولتعلم عملية انتقال القرارات والانتقال بين هذين الأسلوبين.
 - للتعرف على نوع جديد من العلاقة بين المعلم والتلميذ فرد لفرد والتي من مظاهرها الانتظار لاستسلام التغذية العكسية بشكل فردي أو خاص.
 - القدرة على تقبل أداء شخص ما للواجب الحركي وبدون مقارنة ذلك مع الآخرين وقبول مسالة إعطاء القرارات بشكل فردي ضمن الفقرات التسع.
 - احترام دور وادوار التلاميذ الآخرين والقرارات التي يتخذونها ضمن الفقرات التسع.
 - يكون الفرد هو المسؤول عن نتائج اتخاذ القرارات التسعة.
- مثما يحقق الأسلوب الأمرى من جملة الأهداف فان الأسلوب التدريبي هو كذلك يحقق جملة أهداف أيضا ومادمت الصفة المميزة للأسلوب الأمرى هي ربط علاقة قوية بين أوامر المدرس واستجابة التلميذ فان الصفة المميزة بهذا الأسلوب هي بداية الاستقلال والتحرر في بعض الأعمال حيث أن التلميذ يقوم باتخاذ القرارات الممنوحة له بنفسه وعليه فان هذا الأسلوب يحقق الأهداف التالية:
- إن التلميذ يتعلم اتخاذ القرارات الممنوحة له.
 - التلميذ يستطيع العمل بمفرده لفترة من الوقت.
 - يتعلم التلميذ اتخاذ القرارات المتتابعة.

وفى هذا الأسلوب يتغير محور سلسلة الأحداث وتنشأ علاقة جديدة بين المدرس والتلميذ" حيث يقون المدرس بممارسة عملية الثقة بالتلميذ من حيث اتخاذ القرارات المناسبة أثناء أداء الواجب الحركي، بين يتعلم التلميذ الاستقلالية وبشكل ينسجم مع أداء الواجب الحركي .

1 2 وصف الوحدة التدريسية:

يجب أن تعكس الوحدة التدريسية في أسلوب تدريبي جوهر العلاقة الجديدة بين كل من المدرس والتلميذ ومن خلالها يقوم المدرس بشرح الأسلوب (بدءا بتوضيح كيفية انتقال القرارات التسعة) ثم يقوم المدرس بعرض المهارة أو المهارات بما بلائم وما حضره وهيئته من إجراءات تنظيمية وكذلك يتدخل لإعطاء التغذية العكسية لجميع التلاميذ أن دور التلميذ هو الإصغاء والانتباه إلى توقعات الوحدة الرئيسية واستلام المعلومات الخاصة بالواجب الحركي، واتخاذ القرارات التسعة أثناء أداء المهارات ومن أوجه الاختلاف بين الأسلوب الأمرى والأسلوب التدريسي هو استخدام عامل الوقت، وما لاحظناه في الأسلوب السابق هو أن أي إشارة لا تكون إلا بادن من المدرس ولكن بالنسبة للأسلوب الثاني فهناك متسع من الوقت للتلميذ من اجل التدريب على المهارة وبعد تحديد وقف البداية لكل المهارة والإيقاع والوزن الحركي للأداء، إن عامل الوقت مهم بالنسبة لعمليتي تعلم المهارة أو اتخاذ القرارات التسعة خلال التدريب على المهارة وفى هذه الحالة يكون المدرس بانتقال هنا وهناك لمراقبة المحاولات الفردية التي يقوم بها كل تلميذ وهنا يتدخل عند كل حالة تتطلب التغذية الراجعة وبشكل فردي.

وما يستنتجه الباحث في هذا الأسلوب هو عملية تكرار العلاقة التي تحدث بين المدرس والتلميذ يقوم المدرس بعرض وشرح المهارة ثم يقوم التلميذ بأدائها لفترة من الوقتي بعد ذلك يقوم المدرس بمراقبة الأداء وإعطاء التغذية العكسية.

إن هذه العملية تتضمن اتخاذ القرارات في كل من مرحلة ما قبل الدرس ومرحلة الدرس ومرحلة ما بعد الدرس

١- مرحلة ما قبل الدرس:

مثلاً رأينا في الأسلوب الأمرى فان دروس المدرس يكمن في اتخاذ جميع القرارات في هذه الفترة، لكن الاختلافين الرئيسيين هما:

1 الإلمام التام بعملية انتقال القرارات التي سوف تتم خلال فترة الدرس الأداء .

2 استخدام المهارات التي تقتضى إلى استخدام هذا الأسلوب أو تساعده على استخدامه.

ب فترة الدرس (الأداء): بما أن بنية أو تركيب هذا الأسلوب تضع أدواراً مختلفة أو جديدة بالنسبة للمدرس أو التلميذ فإنه يجب توضيح روح أو جوهر الأسلوب التدريبي وكذلك عملية انتقال القرارات التسعة إلى التلاميذ وحسب 'موسكا موستن' يجب أن نلتزم بالنقاط التالية بالنسبة للوحدة التدريسية. يهيئ المدرس المشهد عن طريق دعوة التلاميذ للوقوف أو الجلوس حوله.

- يحدد المدرس أهداف الأسلوب.

- إعطاء الوقت اللازم لكل تلميذ بالعمل بصورة فردية.

- توفير الوقت اللازم للمدرس لإعطاء تغذية الراجعة الفردية والجماعية.

- يوضح المدرس دور التلميذ وكذلك عملية اتخاذ القرار من قبله وفي البداية يقوم المدرس بتسمية القرارات التسعة.

- يوضح المدرس الدور الذي يقوم به هو:

١- ١ مراقبة الأداء وإعطاء التغذية العكسية بشكل خاص أو فردى.

ب- يكون متواجد للإجابة على أسئلة التلاميذ.

¹ عباس احمد صالح السامرائي: طرق التدريس في التربية الرياضية . مصدر سبق ذكره ص 96.

- يقوم المدرس بتقديم المهارة أو المهارات كما يجب أن يكون ملما بالمحتويات التالية:
- أ المضمون: لكل واجب حركي مضمونا معيناً لما هو المطلوب القيام به.
- ب الطريقة: يمكن عرض كل مهارة من المهارات بالصيغ المختلفة السمعية البصرية المرئية.
- ج التنفيذ : يمتلك المدرس الخيار حول الطريقة التي يتحدث بها عن المهارة وان طريقة عرضها أو
- كلاهما إن خيار المدرس يعتمد على نوع المهارة وطبيعة الحالة المطلوبة.
- د الوسيلة أو الأدوات: هناك وسائل عديدة يمكن بواسطتها إيصال المهارة، المدرس نفسه، أو ورقة المعلومات... الخ لذا يجب اتخاذ القرار المناسب.
- إضافة إلى ذلك يجدد المدرس عدد مرات أداء كل مهارة من المهارات وفترة الأداء المهارة وتسلسلها.
- إلى هذه النقطة يصبح التلميذ على اطلاع ومعرفة بطبيعة الأدوار ونوع المهارات التي سوف تستخدم أثناء الدرس وبعد ذلك يقوم المدرس بتجديد الاسس أو المعايير والإجراءات التنظيمية والإدارية للوحدة التدريسية
- وبعدها تتم تهيئة كل ما هو مطلوب يطرح المدرس السؤال التالي: هل هناك أي سؤال ؟ بإمكانك البدء عندما تكون مستعداً.
- يبدأ التلاميذ في اتخاذ القرارات التي انتقلت إليهم وذلك خلال فترة الدرس " حيث يتفرق التلاميذ، ويقوم كل منهم باتخاذ القرار المناسب حول المكان الذي يقف فيه ويواصل التدريب على الواجب الحركي واتخاذ باقية القرارات" .

- يقوم المدرس بمراقبة بدايات الوحدة التدريسية ثم ينتقل هنا وهناك ليبدأ عملية الاتصال مع التلاميذ.

ج فترة ما بعد الدرس:

إن الغرض من فترة ما بعد الدرس هو إعطاء التغذية العكسية لجميع التلاميذ ومن أجل القيام بذلك يقوم المدرس بانتقال من تلميذ لآخر مراقبا مستوى أداء التلميذ وكيفية في اتخاذ القرار وبعدها عطائه التغذية العكسية يمر لتلميذ آخر وعند القيام بهذه المهمة يجب على المدرس الأخذ بعين الاعتبار الأمور التالية:¹

أ تحديد التلاميذ الذين ارتكبوا الأخطاء عند أداء المهارة وفي عملية اتخاذ القرار بشكل سريع.

ب إعطاء التغذية العكسية التصحيحية للتلميذ بشكل فردي.

ج التقاء مع التلميذ للتأكد من الأداء وبعد ذلك الانتقال إلى التلميذ الذي يليه.

د الانتقال كذلك أولئك التلاميذ الذين يكون أدائهم صحيح وإعطائهم التغذية العكسية واتخاذ القرارات

التسعة بالمستوى المطلوب.

هـ هناك بعض المهارات تحتاج إلى وحدتين تدريسيين أو ثلاثا من أجل ملاحظة كل تلاميذ الصف.

ز إمام المدرس بالخيارات التغذية العكسية تصحيحية، دقيقة، محايدة أو غامضة.

¹ عفاف عبد الكريم: نفس المصدر السابق، ص 95.

ط إن أهمية عملية الاتصال بين المدرس والتلميذ فردا لفرد والتغذية العكسية الفردية تنتسب
تأييد التربويين

لفترة من الوقت والأسلوب التدريبي ضمن حدوث مثل هذه العملية حيث يتوفر الوقت الكافي
للاتصال بالتلميذ وفي البعض من الوقت تبرز ضرورة التغذية العكسية الجماعية للتلاميذ.

وفي نهاية الدرس يتم جمع التلاميذ لأداء الجزء الختامي وهو عبارة عن (احتفال) يستمر لبضعة
دقائق حيث يتخذ أشكالا عديدة فمثلا يمكن مرتجعة الأشياء التي تعلمها بصورة سريعة أو معينة
الدرس القادم إن لحصة الختام تمنح

1. 3 مميزات الأسلوب التدريبي:

يعتبر الأسلوب التدريبي أكثر استقلالية من الأسلوب الأمرى فانه يمنح نوع من الحركة المحدودة
(خلال مرحلة الأداء) للتلاميذ ومن مميزات ما يلي:¹

- يمكن استخدام الأسلوب التدريبي مع مجموعة كبيرة من التلاميذ
- يساعد على إظهارها المهارات الفردية والإبداع
- يعطي الفرصة الكافية للتلاميذ لممارسة الفعالية
- يعلم التلاميذ من مشاهدة المدرس في الوضع الذي يختارونه
- يمكن التلاميذ من مشاهدة المدرس في الوضع الذي يختارونه
- العمل بصورة استغلالية وفق منظور قواعد الدرس.

¹ عباس أحمد صالح السامرائي, وعبد الكريم السامرائي: كفايات التدريسية في طرائق التدريس في التربية الرياضية. بغداد، 1991، ص 36.

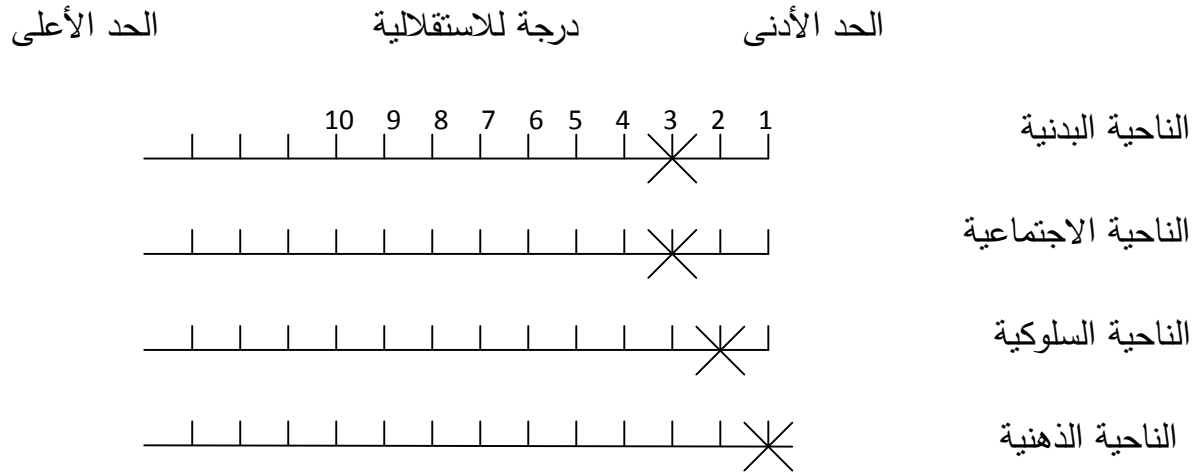
1 4 عيوب الأسلوب التدريبي:

من سلبيات هذا الأسلوب ما يلي:

- لا تكون السيطرة على الحركات الفعالية دقيقة
- لا يمكن قيام الأعمار بهذا الأسلوب إذ يحتاج التلاميذ إلى خلفية جيدة في تلك اللعبة
- يأخذ وقتا طويلا من الدرس
- يحتاج إلى أدوات وأجهزة كثيرة

1 5 قنوات التطوير في الأسلوب التدريبي:

إذ ما استعملنا الاستقلالية مقياسا في تلك القنوات فيمكننا أن نستنتج ما يأتي:



شكل رقم 2 : بين درجات النمو الأسلوب التدريبي

القناة البدنية :

في هذا الأسلوب يكون التلميذ أكثر استقلالية في اتخاذ القرارات أخذاً بنظر الاعتبار انجازه البدني ولذلك فموقع التلميذ في هذه القناة يميل قليلاً باتجاه الأعلى ويمكن تفسير ذلك بان التلميذ يتمرن ويتدرب بمفرده ولا حاجة لانتظار أوامر من المدرس لكل حركة فهناك احتمال تطور الجسمي في المستقبل.

القناة الاجتماعية:

إن عملية اتخاذ القرار الوقوف في مكان ما يخلق حالات جديدة من العلاقات الاجتماعية في الدرس فالتلميذ يمكنه اختيار مكان قريب من احد التلاميذ أو اختيار مكان قريب من زملائه فموقع التلميذ نحو الأعلى في هذه القناة.

القناة السلوكية:

عندما يحصل التطور البدني والاجتماعي فالاستنتاج الذي يمكن أن نلمسه هو أن التلاميذ سوف يحملون مشاعر طيبة باتجاه بعضهم البعض ولذلك فموقع التلميذ في هذه القناة سوف يكون نوعاً ما قليلاً باتجاه الأعلى

القناة الذهنية:

هناك تغيير بسيط في موقع القناة الذهنية حيث أن التلميذ سوف يشارك بعملية التذكر وسوف يكون موصفاً للوصف الصادر من المدرس ولا يحيد عنه ف الحقيقة هناك تحول قليلاً جداً عن الحد الأدنى بناءً على اتخاذ بعض القرارات.

يستنتج الباحث في هذا الأسلوب أن المدرس يتعلم كيف يشجع اتخاذ القرارات من قبل التلميذ ويجعلها من مسؤوليته كما انه يتق بالتلميذ الذي يستخدم هذه القرارات بصورة مستقلة خلال تدريبه وفي الحقيقة أن هناك ظاهرة جديدة بين المدرس والتلميذ في العلاقة وهذه الظاهرة هي الاستقلالية

لذي التلميذ بعض الشيء, ولذلك لأنهم يعملون بقرارات مستقلة في ستة محطات آخذين على عاتقهم انجاز العمل وفق منظور ما يفيدهم وما يبدعون به حسب مسارات الشرح والغرض والتغذية الراجعة التي يقدمها المدرس.

خلاصة :

إن درس التربية البدنية والرياضية هو عبارة عن وحدة التدريس اليومية للبرنامج العام للتربية البدنية والرياضية في المدرسة وكذا إعداد التلاميذ تربويا، نفسيا، خلقيا واجتماعيا حيث يعمل على اكتساب التلميذ للقيم والاتجاهات التي تفرضها البيئة عليه كاحترام حقوق الآخرين، الإحساس بالمسؤولية والتبعية اتجاه الجماعة والابتكار والثقة بالنفس وكذلك يرمي إلى فهم أشمل وتقدير أعمق للبيئة المحلية، ودرس التربية البدنية والرياضية يعتبر حقلأ أساسيا للتعليم وتربية النشء، له واجبات تتمثل في التنمية الشاملة عن طريق اكتساب التلميذ المعارف والمعلومات في الدرس المبنية على أسس علمية وكذلك أغراض متعددة تنعكس على العملية التربوية في المجال المدرسي أولا ثم على المجتمع ثانيا وعليه تم بناء الدرس بتقسيمه إلى أجزاء لكل منها غرض معين .

وبسبب العلاقة الحميمة بين المدرس والتلميذ خلال درس التربية البدنية والرياضية فإن المدرس يعتبر من أبرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي، وله تأثير في تشكيل الأخلاق والقيم الرفيعة لدى التلميذ، وفي ظل هذه المعطيات لا يتوقف دور المدرس على تقديم ألوان النشاط البدني والرياضي المختلفة بل يتعدى ذلك بكثير فهو يعمل على الملائمة بين ميول التلاميذ وإمكانات المدرسة وقدراته الشخصية القيادية وذلك عن طريق الجهد المبذول والعمل الناجح في تقديم واجبات تربوية في إطار بدني رياضي يستهدف النمو والتكيف .

تمهيد :

تعتبر رياضة كرة اليد واحدة من الأنشطة الرياضية التي لاقت استحسانا وإقبالا شديدين من الأطفال والشباب من كلا الجنسين فرغم عمرها القصير نسبيا إذا ما قورنت بعمر بعض الألعاب الأخرى فقد استطاعت هذه الرياضة أن تقفز إلى مكان الصدارة في عدد ليس بقليل من الدول في بعض السنين ، هذا بالإضافة إلى انتشارها كنشاط رياضي وتروبيحي في معظم دول العالم .

كما أن كرة اليد بما تتضمنه من مهارات حركية متنوعة تتطلب من ممارستها امتلاك العديد من القدرات الحركية العامة والخاصة وبشكل خاص التوافق العضلي العصبي والرشاقة والقوة المميزة بالسرعة كما أنها تتطلب امتلاك قدرات عقلية ونفسية مضافة إلى مهارات وفنون اللعبة الفردية والجماعية .

1 ميلاد وتطور كرة اليد في الجزائر :

لقد كانت البداية الأولى لكرة اليد الجزائرية سنة 1942 وذلك بمراكز المنشطين أما اللعب بصفة رسمية فكان سنة 1946 وذلك بإحدى عشر لاعب أما نسبة اللعب بسبعة لاعبين فكان ضمن الدورات الأولى سنة 1953 وما إن حلت سنة 1956 حتى تم تنظيم أول بطولة جزائرية .

1-1 تعريف كرة اليد :

تعتبر كرة اليد من الألعاب الرياضية القديمة تجري بين فريقين يتألف كل منهما من سبعة لاعبين وخمسة احتياطيين ، تتصف بسرعة الأداء والتنفيذ وبشارك فيها عدد كبير من الرياضيين لها قواعد وقوانين ثابتة .¹

1 2 خصوصيات كرة اليد :

لم تتوقف كرة اليد عن التطور من حيث اللعب وكفرع معترف به دوليا بل عرف هذا التخصص قفزة كبيرة إلى الأمام بالنظر إلى عدد ممارسيه المرتفع بنسبة قليلة الشيء الذي عزز مكانتها كرياضة مدرسية أو كتخصص رياضي على المستوى الوطني .

هذا اللعب الرياضي يمارس فوق ميدان كبير أضحى بتقاليد عريقة في السنوات الأخيرة إلى أن كرة اليد الممارسة على ميدان صغير أو داخل القاعة فرضت نفسها تدريجيا ، فقد أصبحت بسرعة كبيرة إحدى الألعاب الرياضية الأكثر ممارسة من بين الرياضات الأخرى .

فالتنقل الذي عرفته كرة اليد بمرورها من الميادين الكبيرة إلى الميادين الصغيرة كان له أثر

إيجابي في الأوساط المدرسية باحتلالها مكانة أكثر أهمية من التربية البدنية .

إن لعبة كرة اليد هي لعبة أنيقة وتقنية مع التناوب في الهجوم والدفاع هذا التخصص المرتكز على حركات فورية ومتعددة . تتطلب تركيزا جيدا ودقيقا .

حسن التحكم التقني والتكتيكي يعد أيضا ضرورة لتحقيق أحسن النتائج ويسمح للشباب باللهو

جماعيا وتغيرات عديدة في الرتم .²

كذلك من خصوصيات كرة اليد :

¹ إعداد جميل نصيف : المرجع السابق ، ص 371 .

² Herst Kailer : Le Hand Ball De L'apprentissage A La Composition , Ed Vigot .Paris . 1989 . P 25

- السرعة في الهجمات المضادة
- التحمل العام الضروري للحفاظ على ارتفاع مستوى القدرات لمدة 60 دقيقة من زمن المقابلة .
- القوة والسرعة للرمي والقذف .
- الانتباه العام والخاص لحسن دقة الرميات و التمريرات .
- تعد كرة اليد رياضة متكاملة تتطلب جهدا طاقوي كبير .¹

2- أهمية رياضة كرة اليد :

تعتبر رياضة كرة اليد من الرياضات الجماعية والتي لها أهمية كبيرة في تكوين الفرد من جوانب عديدة كتكوينه بدنيا وتحسين الصفات البدنية كالمداومة والسرعة والقوة والمرونة الخ ، كما أنها تسعى إلى تربية الممارس الرياضي لها سلوكيات وذلك ببث روح التعاون داخل المجموعة الواحدة وكذلك المثابرة والكفاح واحترام القانون وتقبل الفوز أو الهزيمة . كما أن رياضة كرة اليد لها دور كبير في تكوين الشخصية حيث تنمي في لاعبيها قوة الإرادة والشجاعة والعزيمة والتصميم والأمانة بوجه خاص .

وتعد رياضة كرة اليد وسيلة مفضلة كرياضة تعويضية لأنواع الرياضات الأخرى ، فإن الكثير من لاعبي ألعاب القوى ، فمثلا يحرزون نجاحا مرموقا في كرة اليد .

كما أن لاعبي كرة اليد يصلون إلى مستويات عالية بشكل ملحوظ في ألعاب القوى .²

وتعتبر رياضة كرة اليد مجالا خصبا لتنمية القدرات العقلية وذلك لما تتطلبه في ممارستها من قدرة على الإلمام بقواعد اللعبة وخططها وطرق اللعب وهذه الأبعاد تتطلب قدرات عقلية متعددة مثل الانتباه الإدراك والفهم والتركيز والذكاء والتحصيل .³

كل هذه الإيجابيات تجعل من هذه الرياضة ذات أهمية كبيرة كغيرها من الرياضات الأخرى وعليه لا بد أن تحضي باهتمام المدربين .¹

¹ . P 8 . Clavs Bayer : Formation Des Joueurs , Ed Vigot , Paris . 1995 .

² د.جيرد لانجويوف ، د. تيواندرت : كرة اليد للناشئين وتلاميذة المدارس ، ط 2 ، دار الفكر العربي ، 1978 ، ص 20 – 22 .

³ د. كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسنين : القياس في كرة اليد ، دار الفكر العربي ، 1980 ، ص 21 .

3 قانون لعبة كرة اليد :

3 ± الميدان :

شكله مستطيل يضم مساحة تقدر ب 40 م طول و 20 م عرض الخطوط الكبرى على الجانب تسمى بخطوط التماس والخطوط الصغرى هي خطوط المرمى .

3 2 المرمى :

يوضع وسط خط التهديف طوله 3 أمتار وارتفاعه 2 متر العارضة والقائمين يجب أن يوضعا من نيفس المادة الخشبية ويكون التلوين بلونين مختلفين يبدوان بوضوح كما يكون المرمى مزود بشباك معلقة بطريقة تحد من سرعة ارتداد الكرة المقذوفة .

3 3 مساحة المرمى :

تكون محدودة بخط مستقيم 3 متر مسطر لمسافة 6 أمتار أمام المرمى بالتوازن مع خط المرمى ومستمر مع كل طرف ربع دائرة بقياس 6 متر ، الخط الذي يحدد مساحة المرمى يسمى خط (مساحة المرمى) علامة من 15 سم طول توضع أمام مركز كل مرمى موازية مع هذه الأخيرة وعلى بعد 4 متر من الجانب الخارجي بخط المرمى الخط المتقطع للرمية الحرة معلم بمسافة تبعد ب 3 متر و 9 متر أمام المرمى والمستمرة مع كل طرف ربع دائرة صاعدة بمرمى خطوط ، الخط تقاس ب 15 سم ، ونفس الشيء بالنسبة للفراغات الفاصلة ب 20 سم .

- علامة 7 أمتار تشكل من خط واحد مسطر أمام المرمى موازي مع خط المرمى على بعد 7 أمتار ، خط الوسط يربط بين الخطوط التماس في منتصف الطول من كل ناحية ب 3 متر .
- علامة 15 تحدد منطقة التبادل كل الخطوط تنتمي للمساحة التي تحددها ، ويبلغ قياسها 5 سم عرضا ويجب أن يتم وضعها بطريقة جد واضحة .
- بين الأعمدة خط المرمى يوضع بنفس طول الصواعد 8 سم .

3 4 الكرة :

تصنع بغلاف من الجلد أو من مادة بلاستيكية أحادية اللون وتحتوي بطبيعة الحال على هوائية من المطاط ويجب أن تكون مستديرة ولا يجب نفخها كثيرا كما لا يجب أن يكون سطحها أملس ولامع .

لللكبار الشباب يجب أن يبلغ قياس محيطها بـ " 58 إلى 60 سم " ووزنها " 425 إلى 475 غ " ، لللكبار الشابات يجب أن يبلغ قياس محيطها بـ " 54 إلى 56 سم " ووزنها " 325 - 400 غ " .

3- 5 اللاعبين :

الفريق يتكون من اثني عشر لاعب منهم ايطاريين (سبعة لاعبين على الأكثر منهم الحارس يمكنهم التواجد دفعة واحدة على أرضية الملعب) ، أما البقية فيكونون احتياطيين على كرسي الاحتياط لا يقبل سوى الاحتياطيين وأربعة مندوبين رسميين في كرسي الاحتياط .

3 6 الحكام :

يكون هناك حكامان : حكم الملعب و حكم خط المرمى و كل له سلطة متساوية ، و يكون الحكمان مسؤولان معا عن تسجيل النقاط ، الانذارات ، الايقافات ، الاستبعاد .و يكون هناك ميقاتي واحد و مسجل واحد يساعدان الحكمين .

3 7 الفرق :

تحتوي قائمة الفريق على 12 لاعب ، على الفريق ان يبدأ اللعب بسبعة لاعبين (ستة لاعبين و حارس مرمى) يمكن اجراء التبديلات اثناء المباراة في أي وقت و دون قيود تقرض على عدد التبديلات المسموح بها ،على اللاعب المستبدل مغادرة الملعب قبل ان يدخل بديله الى الملعب ،يجب ان تتم عملية التبديل في منطقة التبديل المحددة لكل فريق .

- يجب ان يكون هناك 4 لاعبين و حارس مرمى واحد جاهزين للعب منذ البداية .

3 8 زمن المباراة :

فترة المباراة شوطان مدة كل شوط 30 دقيقة ، تتخللها راحة مدتها 10 دقائق يستمر اللعب و يتوقف فقط حينما يشير الحكم الى انتهاء الوقت .تجرى عملية القرعة بعملة معدنية قبل بداية المباراة ، ويحق للفائز بالقرعة ان يختار اما امتلاك الكرة في بداية اللعب ، او المرمى الذي يرغب الدفاع عنه .

عقب فترة الراحة يقوم الفريقين بتبادل المرميين و المقاعد ، و يقوم بتنفيذ ضربة البداية الفريق الاخر غير الذي بدا اللعب في الشوط الاول ، و يمن لعب وقت اضافي لحسم التعادل في نهاية الوقت الاصلي في المسابقات التي تتطلب تحديد فريق فائز . و لكل فريق الحق في وقت مستقطع مدته 60 ثانية¹ .

4 خصائص لاعب كرة اليد :

ككل نوع من أنواع الرياضة يتميز لاعب كرة اليد بالعديد من الخصائص التي تتناسب مع طبيعة اللاعب وتساهم في إعطاء فعالية اكبر لأداء حركي مميز ومن هذه الخصائص:

4 1 الخصائص المرفولوجية :

إن أي لعبة سواء كانت لعبة فردية أو جماعية تلعب فيها الخصائص المرفولوجية دورا هاما في تحقيق النتائج أو العكس وتتوقف عليها الكثير من النتائج أو العكس وتتوقف عليها الكثير من النتائج الفرق خاصة إذا تعلق الأمر بالمستوى العالي بحيث أصبح التركيز أكثر فأكثر على الرياضيين ذوي القامات الطويلة وكرة اليد مثلها مثل أي لعبة أخرى تخضع لنفس التوجه فالطول والوزن وطول الذراعين وحتى بعض المؤشرات الأخرى لها من الاهتمام والأهمية فلاعب كرة اليد يتميز ببنية قوية وطول قامة معتبرة ، كما يتميز كذلك بطول الأطراف وخاصة الذراعين وكذا كتف يد واسعة وسلاميات أصابع طويلة نسبيا والتي تتناسب وطبيعة لعبة كرة اليد .

¹ www.badnia.net

4 1 1 النمط الجسماني :

إن النمط الجسمي أو الجسماني للاعب كرة اليد وهو النمط العضلي الذي يتميز بطول الأطراف خاصة الذراعين مع كبر كف اليد وطول سلاميات الأصابع مما يساعد على السيطرة على الكرة وقوة العضلات تساهم في إنتاج قوة التصويب وسرعة التوير ولأن كرة اليد تعتمد على نسبة معتبرة من القوة التي توفرها العضلات فإن النمط العضلي هو أنسب لمثل هذا النوع من الرياضة¹.

4 1 1 أولاً : الطول :

يعتبر عامل أساسي ومهم وخاصة في الهجوم وتسجيل الأهداف له أثر كبير على الارتقاء وفي الدفاع كذلك (الصد واسترجاع الكرات) ونقصد هنا نماذج للاعبين الفرق المستوى العالي " النخبة " التي يتضح

فيها هذه المميزات بصفة كبيرة وبما أن اللاعب يمتاز بالقامة العالية بلا شك أنه يملك ذراعين طويلتين تساعده على تنفيذ تمريرات سريعة ومحكمة والدقة في الأماكن المناسبة .

4 1 1 ثانياً : الوزن :

إن الوزن عامل مهم جدا في كرة اليد ويظهر ذلك في العلاقة بين وزن الجسم والطول من خلال هذا المؤشر (INDIC) .

وزن الجسم $\times 1000 \div$ الطول = INDICE DE ROBUSTESSE وكلما كان هذا المؤشر مرتفع كلما كان مستوى اللاعبين كذلك .

ولكي تحسب الوزن المناسب للاعب عادة أن نطرح 100 من طول اللاعب ونحصل على الوزن وبالتالي نجد أن متوسط الوزن للاعب بالدول الإحدى عشر مناسب بل تميل نوعا ما إلى خفة اللاعب لصالح سرعة الانطلاق والانتقال خلال التحرك الهجومي والدفاعي .

¹ كمال عبد الحميد ، زينب فهدى : كرة اليد للناشئين وتلامذة المدارس ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1978 ، ص 25

بمقارنة فترة السبعينات والثمنينات مع التسعينيات نجد التوجه نحو الاهتمام بعامل الطول حيث نلاحظ تصاعده وتتبعه مناسبة الوزن تساعد في الالتحام والقوة وسرعة الإنجاز.¹

4 2 المرونة :

إن سعة ومدى الحركة لدى لاعبي كرة اليد تكون كبيرة ، وخاصة على مستوى الكتف والتي تلعب أهمية كبيرة في جميع أشكال وأنواع التمرير ، حيث يكون ارتفاع في إمكانية الأداء الحركي وكذا قوة وسرعة التمرير .

4 3 الخصائص الرياضية والفيزيولوجية :

اللاعب ذو المستوى العالي (رياضة النخبة) من الجانب الرياضي والفيزيولوجي يتميز بأنه :

- سريع : سرعة تنفيذ كبيرة جدا .
- قدرة امتلاك لاعب كرة اليد لسرعة وقوة تمكنه من أداء تقنية التمرير بفاعلية كبيرة
- قادر على إيجاد مصادر الطاقة تسمح له بالمحافظة على قدرته خلال المقابلة وذلك بتأخر ظهور أعراض التعب .
- ممارسة كرة اليد تتطلب من اللاعب قدرات هوائية جيدة .
- بما أن مراحل اللعب في كرة اليد تتميز بالتناوب بين التمرين والراحة (تمارين لا تتعدى عشرثواني) هذا ما يتطلب قدرة لا هوائية لا حمضية للاعب .
- لعبة كرة اليد تتطلب قدرات لا هوائية بوجود حمض اللبن ويظهر هذا جليا في بعض مراحل اللعب في مقابلة ما (حيث تكون التمارين بشدة عالية في وقت زمني طويل نسبيا ووقت الراحة قصير جدا) .

4 4 الصفات الحركية :

إن الصفات الحركية الضرورية لأي لاعب بما فيها كرة اليد حيث تلعب دورا فعالا في الأداء الحركي السليم والصحيح .

✓ **التوازن** : ضروري للاعب في كل التحركات والقفزات التي يقوم بها .

¹ منير جرجس إبراهيم : كرة اليد للجميع ، المرجع السابق ، ص 25 .

- ✓ الرشاقة : هي ضرورية في التحكم والتعامل الجيد في الكرة .
- ✓ التنسيق : مهم لكل الحركات المركبة والمعقدة .
- ✓ التفريق والتميز بين مختلف الأعضاء : تسمح بأداء حركات دقيقة ومحكمة ومعنى أن يفرق ويميز لاعب كرة اليد بين ما سيفعله بذراعيه .

4 2. المتطلبات المهارية :

المتطلبات المهارية في كرة اليد تتضمن جميع المهارات الأساسية للعبة سواء كانت بالكرة أو بدونها و تعني كل التحركات الضرورية و الهادفة التي يقوم بها اللاعب و تؤدي في إطار قانون لعبة كرة اليد بهدف الوصول إلى أفضل النتائج أثناء التدريب أو المباراة , و يمكن تنمية و تطوير هذه المتطلبات المهارية من خلال التخطيط الجيد لبرامج الإعداد المهاري الذي يهدف إلى وصول اللاعب إلى الدقة و الإتقان و التكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة كرة اليد بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة آلية متقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة .

فكرة اليد تحتل مركزا متقدما بين جميع الألعاب الرياضية بما يميزها بتعدد المهارات الحركية التي يجب أن يمتلكها اللاعب و بواسطتها يمكن تنفيذ الكثير من المهارات الحركية التي يجب أن يمتلكها اللاعب و بواسطتها يمكن تنفيذ الكثير من المهارات الفنية عند توفر الحد المطلوب من اللياقة البدنية , و على ذلك فإن جميع اللاعبين لا بد لهم من امتلاك عدد كبير من الخبرات الحركية المتنوعة و هي خاصية تتميز بها لعبة كرة اليد.

4 3. المتطلبات الخطئية :

عندما نتكلم عن خطط اللعب في كرة اليد , فإننا نعني التحركات و المناورات الهادفة و الاقتصادية التي يقوم بها لاعبي الفريق أثناء الهجوم أو الدفاع بغرض تحقيق التفوق و الفوز على الفريق المنافس و يمكن حصرها في :

- . متطلبات خطئية هجومية .
- . متطلبات خطئية دفاعية .

. المتطلبات الخطئية الهجومية لحارس المرمى - المتطلبات الخطئية الدفاعية ولحارس المرمى¹.

5 الأداء المهاري في كرة اليد :

الأداء المهاري في كرة اليد يشمل المهارات الحركية الهجومية و الدفاعية , و تعتبر هذه المهارات بتدريباتها التطبيقية بمثابة العمود الفقري للعبة , و يلتحم بها الجانب البدني و الخطئي بجانب الناحية النفسية و الإعداد الذهني ركن المهارات الحركية يعتبر أهم هذه الأركان و أكثرها حساسية فهو عادة يأخذ الوقت الأطول على مدار فترات التدريب , كما ينال المدرب الكثير من الجهد و التفكير و لا غنى عنه للاعب سواء المبتدئ , فالمهارات أساسية بالنسبة له , و كذا اللاعب المتقدم فهو يطمح أن يتمكن منها بدرجة اعلى في الإتقان تسهل له أو فريقه إحراز الهدف .

5.1 التصويب :

إن غرض مباراة كرة اليد هو إصابة الهدف و الفريق الفائز هو الذي ينجح في إصابة مرمى الفريق الخصم بعدد اكبر من الأهداف , و لذا تعتبر مهارة التصويب الحد الفاصل بين النصر و الهزيمة بل ان المهارات الأساسية و الخطط الهجومية بألوانها المختلفة تصبح عديمة الجدوى , اذ لم تتوج في النهاية بالتصويب الناجح على الهدف . هذا بالإضافة إلى أن هذه المهارة يعشقها كل من اللاعب و المتفرج و تجذبهم أكثر من المهارات الأخرى .

و يتأثر التصويب بعدة عوامل :

. المسافة : فكلما قصرت ساعد ذلك على دقة التصويب .

. التوجيه : يسهم رسغ اليد كثيرا في توجيه التصويب , و لذا وجب على اللاعب إجادة استخدامه .

. السرعة : من حيث سرعة الإعداد المناسب لنوع التصويب حتى يمكن استغلال ثغرات الفريق

المناسب في الوقت المناسب .

و في كرة اليد يمكن التمييز بين التصويبات : بعيدة المدى . التصويبات القريبة . رمية الجزاء .

الرمية الحرة المباشرة .

¹ المرجع نفسه ، ص 38.

5 1 1 التصويب البعيد :

و يقصد به التصويب أمام مدافع أو في حدود خط ال 9متر أو خارجه في حالة وجود ثغرة في دفاع المنافس . و يجب أن يتميز هذا النوع بالقوة مع دقة التوجيه لإمكان التغلب على المدافع و حارس المرمى , كما يجب مراعاة عامل التغيير بالنسبة لاختيار مكان توجيه التصويبة مما يسهم في مفاجأة حارس المرمى , و تعتبر التصويبات العالية و خاصة في الزوايا العليا للمرمى من أفضل أماكن التوجيه بالنسبة لهذا النوع من التصويب .

5 2 2. التصويب القريب :

وهو الذي يؤدي بالقرب من دائرة الهدف , كما في حالة حيازة مهاجم الدائرة على الكرة , أو في حالة الهجوم الخاطف أو قطع مهاجم في اتجاه الدائرة و تحرير الكرة إليه للتصويب , و من المستحسن في هذه الحالة قيامه بالوثب أو السقوط لإمكان التخلص من المدافع . و أهم ما يتميز به هذا النوع هو حسن التوجيه و ليس قوة التصويب , و لذا وجب مراعاة موقف حارس المرمى عند توجيه التصويبة .

رمية الجزاء :

و هي عبارة عن كفاح بين الرامي و حارس المرمى و التي يلعب فيها عامل القدرة على التركيز و قوة الأعصاب بالنسبة للرامي دورا هاما , و يتحدد اختيار الزاوية التي يجب التصويب اليها , و كذا ارتفاع التصويبة طبقا لخبرة الرامي و سلوك حارس المرمى .

الرمية الحرة المباشرة :

نادرا ما تتجح هذه الرمية في إصابة الهدف و خاصة في حالة حسن قيام المدافعين بعمل حائظ دفاعي إلا عقب بعض حركات الخداع أو بعض الحالات المفاجئة , و على سبيل المثال قبل انتظام حارس المرمى أو حائط الصد , و مما يساعد على ذلك إن الرمية الحرة يسمح بأدائها حاليا دون إشارة من الحكم .و يمكن تلخيص أهم أنواع التصويبات المستخدمة فيما يلي :

. التصويبة الكراجية (تصويبة الكتف)

. التصويبة بالوثب

. التصويب بالسقوط

. التصويب بالطيران

. التصويب الخلفي

. التصويبة الحرة المباشرة.¹

¹ - منير جرجي ابراهيم : كرة اليد للجميع ، مرجع سابق ، ص 108 109 .

خلاصة :

إن تطرقنا لهذا الفصل من البحث النظري ما هو إلا إشارة للتعريف بتاريخ كرة اليد على الصعيد العالمي والوطني حيث تعد من الألعاب الجماعية التي يغلب عليها طابع الاحتكاك والاندفاع البدني ، كما أنها تتطلب تركيز جيدا في الهجوم والدفاع .

وكرة اليد هي رياضة متكاملة تتطلب جهدا طاقوي كبيرا ، حيث تعتمد في هجماتها على السرعة في التنفيذ والقوة في القذف والتسديد نحو المرمى لبلوغ الهدف وهذا لا يكون إلا بالتحضير الجيد على المستوى البدني والتقني والتكتيكي .

تمهيد :

يعتبر موضوع المراهقة من أكثر المواضيع التي شغلت بال الفلاسفة وعلماء علم النفس الحديث والقديم.

فقد اعتبر الكثير من العلماء أن فترة المراهقة مرحلة مستقلة بذاتها تمتاز بالتمرد والثورة والتشرد. وهناك آخرون يعتبرونها مرحلة مكملة من مراحل النمو الأخرى ومرحلة انتقالية من الطفولة إلى النضج والتي تتضمن تدرجا في نمو النضج البدني والعقلي والجسمي والانفعالي،ولو تمكن الفرد من اجتياز هذه المرحلة بنجاح سهل عليه مشوار حياته.

و تعتبر من أهم مراحل النمو التي تظهر فيها السمات الأولية لشخصية الفرد،ويكتمل فيها النضج البدني و الجنسي والعقلي والنفسي.

1 مفهوم المراهقة:

إن المراهقة مصطلح ، وصفي لفترة أو مرحلة من العمر ، والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة ، ويكون قد اقترب من النضج العقلي، والجسدي، والبدني وهي الفترة التي تقع بين مرحلة الطفولة، وبداية الرشد .

وبذلك المراهق لاطفلا، ولا راشدا إنما يقع في تداخل هاتين المرحلتين، حيث يصفها (عبد الله

الجسماني)¹ بأنها المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات¹

2 - تعريف المراهقة:**2 1 لغة:**

جاء على لسان لعرب لابن منظور، راهق الغلام أي بلغ الرجال فهو مراهق ،وراهق الغلام إذ قارب الاحتلام، والمراهق الغلام الذي قارب الحلم ،ويقال جارية راهقت وغلام راهق وذلك ابن العشر إلى إحدى عشر.²

إن المراهقة تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم، وبذلك يؤكد علماء الفقه هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غشي أو لحق أو دنى من الحلم، فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم، واكتمال النضج.³

2 2 اصطلاحا:

هي لفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعاليا ل وجسمانيا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة.⁴

إن كلمة المراهقة **ADOLESCENCE** مشتقة من فعل لاتيني **ADOLESCERE** معناها التدرج نحو

النضج البدني الجنسي، والانفعالي، والعقلي، وهنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة ، وكلمة بلوغ وهذه

¹ عبد العالي الجسماني: سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، دار البيضاء، لبنان، 1994، ص195.

² أبو الفصل جمال الدين ابن منظور: لسان العرب، دار الطباعة والنشر، ط، ج، 1997، 3، لبنان، ص430.

³ فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، مصر، 1956، ص254.

⁴ مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار المعارف الجديدة، 1986، ص189.

الأخيرة تقتصر على ناحية واحدة من نواحي النمو، وهي الناحية الجنسية فنستطيع أن نعرف البلوغ بأنه نضج الغدد التناسلية، واكتساب معالم جنسية جديدة تنتقل بالطفل من مرحلة الطفولة إلى بدء النضج.¹

3 مراحل المراهقة:

هناك العديد من تقسيمات المراهقة ، وبذلك فإن كثير من الدراسات التي أجريت مع المراهقين تدل على أن تقسيم المراهقة يكون إلى مراحل هذا لا يعني الفصل التام بين هذه المراحل وإنما يبقى الأمر على المستوى النظري فقط، ومن خلال التقسيمات والتي حدد فيها العمر الزمني للمراهق ، والذي كان الاختلاف فيه متفاوتا بين العلماء إلا أننا نعتبر هذا التقسيم الذي وضعه أكرم رضا² والذي قسم فيه المراهقة إلى ثلاث مراحل:

3 1 المراهقة المبكرة:

يعيش الطفل الذي يتراوح عمره ما بين (12 ± 15 سنة) تغيرات واضحة على المستوى الجسمي، والفيزيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي.²

فنجده من يتقبلها بالحيرة والقلق وآخرون يلقمونها وهناك من يتقبلها بفخر واعتزاز وإعجاب فنجد المراهق في هذه المرحلة يسعى إلى التحرر من سلطة أبويه عليه بتحكم في أموره ووضع القرارات بنفسه والتحرر أيضا من السلطة المدرسية (المعلمين والمدرسين والأعضاء الإداريين) ، فهو يرغب دائما من التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لديه إحساسه بذاته وكيانه.

3 2 المراهقة الوسطى (15 إلى 18 سنة):

تعتبر المرحلة الوسطى من أهم مراحل المراهقة، حيث ينتقل فيها المراهق من المرحلة الأساسية إلى المرحلة الثانوية، بحيث يكتسب فيها الشعور بالنضج والاستقلال والميل إلى تكوين عاطفة مع حنين آخر وفي هذه المرحلة يتم النضج المتمثل في النمو الجنسي، العقلي، الاجتماعي، الانفعالي والفيزيولوجي والنفسي لهذا فهي تسمى قلب المراهقة وفيها تتضح كل المظاهر المميزة لها بصفة عامة.

¹ - مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار المعارف الجديدة، 1986، ص 189.

² منى فياض: " الطفل والتربية المدرسية في الفضاء الأسري والثقافي "، المركز الثقافي العربي، ط1، لبنان، 2004، ص 216.

فالمراهقون والمراهقات في هذه المرحلة يعلقون أهمية كبيرة على النمو الجنسي والاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي وكذا الصحة الجسمية وهذا ما نجده واضحا عند تلاميذ الثانوية باختلاف سنهم، كما تتميز بسرعة نمو الذكاء لتصبح حركات المراهق أكثر توافقا وانسجاما وملائمة.¹

3 3 المراهقة المتأخرة (18 إلى 21 سنة):

هذه المرحلة هي مرحلة التعليم العالي ، حيث يصل المراهق في هذه المرحلة إلى النضج الجنسي في نهايته ويزداد الطول زيادة طفيفة عند كل من الجنسين فسيحاول المراهق أن يكيف نفسه مع المجتمع وقيمه التي يعيش في كنفها لكي يوفق بين المشاعر الجديدة التي اكتسبها، وظروف البيئة الاجتماعية والعمل الذي يسعى إليه.

كما يكتسب المراهق المهارات العقلية والمفاهيم الخاصة بالمواظبة ويزداد إدراكه ، للمفاهيم والقيم الأخلاقية

والمثل العليا فتزداد القدرة على التحصيل والسرعة في القراءة على جميع المعلومات والاتجاه نحو الاستقرار في المهنة المناسبة له.²

4 خصائص المراحل العمرية (16 ± 17 ± 18 سنة) المراهقة المتوسطة:

4 1 خصائص القدرات الحركية:

في هذه المرحلة نجد تطورا في كل من القوة العظمى والقوة المميزة بالسرعة حيث يظهر ذلك بوضوح في كثير من المهارات الأساسية كالعدو والوثب، بينما يلزم ذلك تباطؤ نسبي في حمل تحمل القوة بالنسبة للمراهقين.

إن تطور عنصر القوة بالنسبة للذراعين في هذه المرحلة لا يحظى بتقدم يذكر وبالرغم من ذلك كله تعتبر تلك المرحلة وخصوصا نهايتها أحسن مرحلة تشهد تطورا في مجال القوة العضلية، وهذا ما نلاحظه على مستويات لاعبين فئة الأواسط (المراهقين).³

¹ - حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، عالم الكتب، ب ط، بدون بلد، 1982، ص 252 253 262 289 263.

² - حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، عالم الكتب، ب ط، بدون بلد، 1982، ص 252 253 262 289 263.

³ - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، ط1، دار الفكر العربي، 1996، ص 482 183.

أما بالنسبة لعنصر السرعة فسيتم تطوره والذي يبلغ أوجه في المرحلة السابقة (مرحلة المراهقة المبكرة) حيث يرى "فنتر 1979" أن الفروق ليست جوهرية بين الأولاد والبنات بالنسبة لهذا العنصر في هذه المرحلة، وإن كان لصالح الأولاد قليل حيث يرجع السبب في ذلك على تساوي طول الخطوة للجنسين وليس في زيادة ترددها.

بالنسبة للتحمل فيرى "إيفانوف 1965" أن تطورا كبيرا يحدث لهذا العنصر ويعود ذلك إلى تحسن كبير في الجهاز الدوري التنفسي.

أما بالنسبة لعنصر الرشاقة، فتتميز هذه المرحلة بتحسن نسبي في المستوى، حيث يظهر ذلك من خلال أداء اللاعبين في هذه المرحلة لحركات دقيقة ومنتقنة والتي تتطلب قدرا كبيرا من الرشاقة، وبالنسبة للقدرات التوافقية الخاصة بلاعبين هذه المرحلة نرى تحسنا ملحوظا في كل من ديناميكية وثبات ومرونة وتوقع الحركة.¹

4 2 الخصائص الفيزيولوجية:

تتأثر الأجهزة الدموية والعصبية والهضمية بالمظاهر الأساسية للنمو في هذه المرحلة وتفسر بمعالن الظاهرة لنمو هذه الأجهزة عن التباين الشديد الذي يؤدي إلى اختلاف حياة الفرد في بعض نواحيها. وتنمو كذلك المعدة وتزداد سعتها خلال هذه المرحلة زيادة كبيرة، وتتعاكس آثار هذه الزيادة على رغبة الفرد الملحة في الطعام لحاجته إلى كمية كبيرة من الغذاء، وهذا يختلف نمو الجهاز العصبي عن نمو الأجهزة الأخرى في بعض النواحي وذلك لأن الخلايا العصبية التي تكون هذا الجهاز تولد مع الطفل مكتملة في عددها، ولا تؤثر في النمو بمراحله المختلفة، هذا بالإضافة إلى توازن غدي مميز الذي يلعب دورا كبيرا في التكامل بين الوظائف الفيزيولوجية الحركية الحسية والانفعالية للفرد .

أما بالنسبة لكل من النبض وضغط الدم فنلاحظ هبوطا نسبيا ملحوظا في النبض الطبيعي مع زيادته بعد مجهودات قصوى، دليل على تحسن ملحوظ في التحمل الدوري التنفسي، مع ارتفاع قليل جدا في ضغط الدم، مما يؤكد تحسن التحمل في هذه المرحلة وهو انخفاض نسبة استهلاك الأوكسجين عند الجنسين مع وجود فارق كبير لصالح الأولاد.²

¹ حامد عبد السلام زهران: علم نفس النمو الطفولة والمراهقة، ط5، عالم الكتب، 1999، ص370 371.

² بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص182.

3 4 الخصائص المورفولوجية:

من الخصائص المورفولوجية للمراهقين ازدياد الطول والوزن وكذلك ازدياد الحواس دقة وإرهافا كاللمس والذوق، والسمع، كما تتميز هذه المرحلة بتحسّن الحالة الصحية للفرد .
إن الطول يزداد بدرجة واضحة جدا عند الذكر وحتى سن 19 سنة تقريبا، كما يزداد الوزن بدرجة أوضح كذلك، كما تتحدد الملامح النهائية والأنماط الجسمية المميزة للفرد في هذه المرحلة التي تتعدد حيث يأخذ الجسم بصفة عامة والوجه بصفة خاصة تشكيلها المميز¹

العمر: 15 ± 19 سنة	
الوزن (كغ)	الطول (م)
51.300	1.525
52.200	1.55
53.300	1.575
54.900	1.60
56.200	1.625
58.100	1.65
61.700	1.70
65.000	1.75
67.100	1.775
69.400	1.80
71.700	1.825
73.900	1.85
78.500	1.90

جدول رقم (01) يمثل الطول والوزن عند المراهقين (ذكور 15 ± 19 سنة)⁽¹⁾

- الأشخاص العاديين -

¹ AMBRE DEMONT, JAQUES BOUSNENF, PETIT LAROUSSE DE MEDCINE, EDITION IMPEMERIE NEW INTLLITHE, 1989, P614.

أما بالنسبة لكل من النبض وضغط الدم فنلاحظ هبوط نسبيا ملحوظا في النبض الطبيعي مع زيادته بعد مجهودات قصوى، دليل على تحسن ملحوظ في التحمل الدوري التنفسي، مع ارتفاع قليل جدا في ضغط الدم، مما يؤكد تحسن التحمل في هذه المرحلة وهو انخفاض نسبة استهلاك الأوكسجين عند الجنسين مع وجود فارق كبير لصالح الأولاد¹

4 5 الخصائص الاجتماعية:

بالنسبة للجو السائد في الأسرة فالفرد يتأثر بنموه الاجتماعي بالجو النفسي المهيمن على أسرته، والعلاقات القائمة بين أهله، ويكتسب اتجاهاته النفسية بتقليده لأبيه وأهله وذويه، بتكرار خبراته العائلية الأولى وتعميمها، وبانفعالاته الحادة التي تسيطر على الجو الذي يحيى في إطاره، أما بالنسبة للبيئة الاجتماعية والمدرسية فهي أكثر تباينا وأتساعا من البيئة المنزلية، وأشد خضوعا لتطورات المجتمع الخارجي من البيت وأسرع تأثيرا واستجابة لهذه التطورات، فهي لا تترك آثارها القوية على اتجاهات الأجيال المقبلة وعاداتهم وأرائهم، ذلك لأنها الجسر الذي يعبر الأجيال من المنزل إلى المجتمع الواسع، وتكفل المدرسة للمراهق ألوان مختلفة من النشاط الاجتماعي الذي يساعد على سرعة النمو واكتمال النضج، فهي تجمع بينه وبين أقرانه وأترابه.

كما يتأثر المراهق في نموه الاجتماعي بعلاقته بمدرسته، وبمدى نفوره منهم أو حبه لهم، وتصطبب هذه العلاقات بألوان مختلفة وترجع في جوهرها إلى شخصية المدرس ونلاحظ على المراهق اهتمامه باختيار الأصدقاء والميل إلى الانضمام على جماعات مختلطة من الجنسين، ويحدث تغيير كبير للأصدقاء بقصد الوصول إلى أفضل وسط اجتماعي، ويميل الفرد إلى اختيار أصدقائه من بين هؤلاء الذين يشبعون حاجاتهم الشخصية والاجتماعية ويشبهونه في السمات والميول، ويكملون نواحي القوة والضعف لديه، ويزداد ولاء الفرد لجماعة الأصدقاء ويتمسك بالصحة بدرجة ملحوظة، ولا يرضى المراهق أن توجه إليه الأوامر والنواهي والنصائح أمام رفاقه.

¹ - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص 182.

5 5 الخصائص الفكرية:

تهبط سرعة الذكاء في المراهقة حتى تقف نهايتها، ويزداد التباين والتمايز القائم بين القدرات العقلية المختلفة، ويسرع النمو ببعض العمليات العقلية في نواحيها وآفاقها المعنوية ويتغير بذلك إدراك الفرد للعالم المحيط به نتيجة لها النمو العقلي في أبعاده المتباينة، وتتأثر استجاباته فهو قادر في مراهقته على أن يفهم استجابات الأفراد الآخرين فهو مختلف في مستواه ومداريه عن فهم طفولته، وهو قادر على أن يخفي بعض استجاباته لأمر في نفسه يسعى لتحقيقه، وهكذا ينعطف في مسالك ودروب تحول بينه وبين إعلان خيبة نفس¹

كما إن الفرد يميل إلى الجدل ومحاولة الفهم والإقناع كذلك ينظر إلى نفسه على أنه دخل عالم الكبار، كما يمكنه التخطيط فيما يرتبط بتنفيذ الأهداف الطويلة المدى والتواريخ والوقت يصبح عموماً لديه، كما يكتسب الفكر الاستقلالي والإبتكاري.

يرى "جيلفورد 1959م" أن الابتكار يتضمن الوصول إلى النتائج عن طريق مختلف الطرق المطروحة ويتضمن الابتكار الإبداع، والتنوع، والغنى في الأفكار والنظرة الجديدة للأشياء والاستجابات الجديدة.²

5 6 الخصائص الانفعالية:

الخصائص الانفعالية التي تؤثر في سائر مظاهر النمو في كل جانب من الجوانب التي تتعلق بالشخصية، مشاعر الحب تتطور ويظهر الميل نحو الجنس الآخر، ويفهم المراهق الفرح والسعادة عندما يكون مقبولاً، والتوافق الاجتماعي يهمله كثيراً، ويسعده أيضاً إشباع حاجاته إلى الحب، وكذلك النجاح الدراسي والتوافق الانفعالي، ويصب تركيزه الابتعاد عن الملل والروتين، وغالباً ما يستطيع المراهق التحكم في مظاهره الخارجية الانفعالية، وهذا راجع لعدم التوافق مع البيئة الحيطية (الأسرة، المدرسة، المجتمع) وهذا ناتج عن إدراكه أن معاملة الآخرين لا تتناسب التغيرات والنضج الذي طرأ عليه فيفسر مساعدة الآخرين على أنها تدخل في شؤونه وتقلل من شأنه وهذا ما يعرف بالحساسية الانفعالية، وهذه الأخيرة ترجع أيضاً إلى العجز المالي للمراهق الذي يحول دون تحقيق رغباته.

¹ : للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة 283 285.

² أمين فواز الخولي وجمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، ط1، دار الفكر العربي، 2000 220.

ثنائية المشاعر أو التناقض الوجداني قد يصل بالمراهق أن يشعر بالتمزق بين الكراهية وبين الانجذاب والنفور لنفس الأشياء والمواقف.

كما تظهر حالات الاكتئاب، اليأس، القنوط، الانطواء، الحزن، الآلام النفسية نتيجة الإحباط والصراع بين تقاليد المجتمع والدوافع، وكذلك خضوعه للمجتمع الخارجي واستقلاله بنفسه.

أيضا نلاحظ على المراهق القلق والسلوك العصبي بصفة عامة وتفكك الشخصية واضطراب عقلي . ونلاحظ على المراهق مشاعر الغضب والثورة والتمرد وكذلك الخوف، وهذا تبعا لعدة عوامل تحدد درجة هذه الانفعالية كمصادر السلطة في الأسرة والمجتمع والشعور بالظلم، قوة تضغط عليه أو مراقبة سلوكه وعدم قدرته على الاستقلال بنفسه.¹

6 حاجات المراهق:

الحاجة أمر فطري في الفرد أودعها الله عز وجل فيه ليحقق مطالبه ورغباته، ومن أجل أن يحقق توازنه النفسي والاجتماعي، ويحقق لنفسه مكانة وسط جماعته، وفي الوقت نفسه تعتبر الحاجة قوة دافعة تدفع الفرد للعمل والجد والنشاط وبذل الجهد وعدم إشباعها يوقع الفرد في عديد من المشاكل وعليه فالحاجة تولد مع الفرد وتستمر معه إلى وفاته، وتتنوع وتختلف من فرد لآخر ومن مرحلة زمنية لأخرى، وعلى الرغم من تنوع الحاجات إلا أنها تتداخل فيما بينها فلا يمكن الفصل بين الحسية، النفسية، الاجتماعية والعقلية، ولما كانت الحاجة تختلف باختلاف المراحل العمرية فإن لمرحلة المراهقة حاجات يمكن أن نوضح بعضها فيما يلي:

6 1 الحاجة إلى الغذاء والصحة:

الحاجة إلى الغذاء ذات تأثير مباشر على جميع الحاجات النفسية والاجتماعية والعقلية، ولا سيما في فترة المراهقة، حيث ترتبط حياة المراهق وصحته بالغذاء الذي يتناوله، ولذا يجب على الأسرة أن تحاول إشباع حاجته إلى الطعام والشراب وإتباع القواعد الصحية السليمة لأنها السبيل الوحيد لضمان الصحة الجيدة، وعلم الصحة يحدد كميات المواد الغذائية التي يحتاج إليها الإنسان من ذلك، مثلا أن الغذاء

الكامل للشخص البالغ يجب أن يشمل على (450 غ) مواد كربوهيدراتية، (70 غ) مواد دهنية حيوانية ونباتية، و (100 غ) مواد بروتينية.

ولما كانت مرحلة المراهقة مرحلة النمائية السريعة فإن هذا النمو يحتاج إلى كميات كبيرة ومتنوعة من الطعام لضمان الصحة الجيدة¹.

6 2 الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية:

إن شعور المراهق وإحساسه وبالتقدير من طرف جماعته ، وأسرتة ، ومجتمعه يبوئه مكانة اجتماعية مناسبة للنمو ذات تأثير كبير على شخصيته وعلى سلوكه .

فالمراهق يرد أن يكون شخصا هاما في جماعته، وأن يعترف به كشخص ذا قيمة، إنه يتوق إلى أن تكون له مكانة بين الراشدين، وأن يتخلى على موضوعه كطفل، فليس غريبا أن نرى أن المراهق يقوم بها الراشدين متبعا طرائقهم وأساليبهم².

إن مرحلة المراهقة مرحلة زاخرة بالطاقات التي تحتاج إلى توجيه جيد، لذا فالأسرة الحكيمة والمجتمع السليم هو الذي يعرف كيف يوجه هذه الطاقات لصالحه ويستثمرها أحسن استثمار.

6 3 الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار:

وتتضمن الحاجة إلى الابتكار وتوسيع القاعدة الفكر السلوك، وكذا تحصيل الحقائق وتحليلها وتفسيرها.

وبهذا يصبح المراهق بحاجة كبيرة إلى الخبرات الجديدة والمتنوعة، فيصبح بحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل والنجاح والتقدم الدراسي، ويتم هذا عن طريق إشباع حاجاته إلى التعبير عن النفس والحاجة إلى المعلومات والتركيز ونمو القدرات.

6 4 الحاجة إلى تحقيق الذات وتأكيدها:

إن المراهق كائن حي اجتماعي وثقافي ، وهو بذلك ذات تفرض وجودها في الحياة حينما وجدت خاصة في حياة الراشدين ، فلكي يحقق المراهق ذاته فهو بحاجة إلى النمو السليم ، يساعد في تحقيق ذاته وتوجيهها صحيحا، ومن أجل بناء شخصية متكاملة وسليمة للمراهقين يجب علينا إشباع

¹ : " " 1982 38.

² :علم النفس التربوي، دار الملايين للطباعة والنشر والتوزيع، ط3 38.

حاجياتهم المختلفة ، والمتنوعة فقدان هذا الإشباع معناه اكتساب المراهقين لشخصية ضعيفة عاجزة عن تحقيق التوافق مع المحيط الذي يعيش فيه.

5 7 الحاجة إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق:

من مميزات مرحلة المراهقة النمو العقلي كما ذكرنا، حيث تفتح القدرات العقلية من ذكاء والانتباه والتخيل وتفكير وغيرها وبهذا تزداد حاجة المراهق إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق. فيميل المراهق إلى التأمل والنظر في الكائنات من حوله وجميع الظواهر الاجتماعية المحيطة به، التي تستدعي اهتمامه فتكثر تساؤلاته واستفساراته عن بعض القضايا التي يستعصى عليه فهمها، حينما يطيل التفكير فيها،

وفي نفس الوقت يريد إجابات عن أسئلته، لذا من واجب الأسرة أن تلبى هذه الحاجة ، وذلك من أجل أن تنمي تفكيره بطريقة سليمة ، وتجييب عن أسئلته دونما تردد .¹

8 - أشكال المراهقة: توجد 4 أنواع من المراهقة:

8 1 المراهقة المتوافقة:

ومن سماتها:

- الاعتدال والهدوء النسبي والميل إلى الاستقرار .
- الإشباع المتزن وتكامل الاتجاهات والاتزان العاطفي
- الخلو من العنف والتوترات الانفعالية الحادة.
- لتوافق مع الوالدين والأسرة، فالعلاقات الأسرية القائمة على أساس التفاهم والوحدة لها أهمية كبيرة في حياة الأطفال ، فالأسرة تنمي الذات وتحافظ على توازنها في المواقف المتنوعة في الحياة.²

8 1 1 العوامل المؤثرة في المراهقة المتوافقة :

- معاملة الأسرة السمحة التي تتسم بالحرية والفهم واحترام رغبات المراهق وعدم تدخل الأسرة في شؤونه الخاصة، وعدم تقييده بالقيود التي تحد من حريته ، فهي تساعد في تعلم السلوك الصحيح والاجتماعي

1 436 435 .

2 1981 24 .

1 محمود حسن:

السليم ولغة مجتمعه وثقافته وتشبع حاجاته الأساسية.¹

- توفير جو من الصراحة بين الوالدين والمراهق.
- شعور المراهق بتقدير الوالدين واعتزازهم به والشعور بالتقدير أقرانه وأصدقائه ومدرسيه وأهله، وسير حال الأسرة وارتفاع مستوى الثقافي والاقتصادي والاجتماعي للأسرة.
- الشغل وقت الفراغ من النشاط الاجتماعي والرياضي وسلامة الصحة العامة، زد على ذلك الراحة النفسية والرضا عن النفس.

8 2 المراهقة المنطوية:

ومن سماتها ما يلي:

- الانطواء وهو تعبير عن النقص في التكيف للموقف أو إحساس من جانب الشخص أنه غير جدير لمواجهة الواقع، لكن الخجل والانطواء يحدثان بسبب عدم الألفة بموقف جديد أو بسبب مجابهة أشخاص غرباء، أو بسبب خبرات سابقة مؤلمة مشابهة للموقف الحالي الذي يحدث للشخص خجلاً وانطواء.
- التفكير المتمركز حول الذات ومشكلات الحياة ونقد النظام الاجتماعي.
- الاستغراق في أحلام اليقظة التي تدور حول موضوعات الحرمان والحاجات الغير مشبعة والاعتراف بالجنسية الذاتية.
- محاولة النجاح المدرسي على شرعية الوالدين .

8 2 1 العوامل المؤثرة فيها:

- اضطراب الجو الأسري: الأخطاء الأسرية التي فيها، تسلط وسيطرة الوالدين، الحماية الزائدة، التدليل، العقاب القاسي. الخ.
- تركيز الأسرة حول النجاح مما يثير قلق الأسرة والمراهق .
- عدم الإشباع الحاجة إلى التقدير وتحمل المسؤولية والجدب العاطفي.²

¹ أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2 1990 137.

² :

160.

3 8 المراهقة العدوانية:

(المتردة) من سماتها:

- التمرد و الثورة ضد المدرسة، الأسرة والمجتمع.
- العداوة المتواصلة والانحرافات الجنسية: ممارستها باعتبارها تحقق له الراحة واللذة الذاتية.¹
- العناد: هو الإصرار على مواقف والتمسك بفكرة أو اتجاه غير مصوغ والعناد حالة مصحوبة بشحنة انفعالية مضادة للآخرين الذين يرغبون في شيء ، والمراهق يقوم بالعناد بغية الانتقام من الوالدين وغيرها من الأفراد، ويظهر ذلك في شكل إصرار على تكرار تصرف بالذات.

4 8 المراهقة المنحرفة:

من سماتها ما يلي:

- الانحلال الخلقي التام والجنوح والسلوك المضاد للمجتمع.
- الاعتماد على النفس الشامل والانحرافات الجنسية والإدمان على المخدرات .
- بلوغ الذروة في سوء التوافق .
- البعد عن المعايير الاجتماعية في السلوك .

1 4 8 العوامل المؤثرة فيها :

- المرور بخبرات حادة ومريرة وصدمات عاطفية عنيفة وقصور في الرقابة الأسرية .
 - القسوة الشديدة في المعاملة وتجاهل الأسرة لحاجات هذا المراهق الجسمية والنفسية والاجتماعية الخ.
 - الصحبة المنحرفة أو رفاق السوء وهذا من أهم العوامل المؤثرة.
 - الفشل الدراسي الدائم والمتراكم وسوء الحالة الاقتصادية للأسرة .
- هذا أن أشكال المراهقة تتغير بتغير ظروفها والعوامل المؤثرة فيها، وإن هذه تكاد تكون هي القاعدة، وكذلك تؤكد هذه الدراسة أن السلوك الإنساني من مرونة تسمح بتعديله.

وأخيرا فإنها تؤكد قيمة التوجيه والإرشاد والعلاج النفسي في تعديل شكل المراهقة المنحرف نحو التوافق والسواء.²

160

¹ عبد الغني الإيدي:

. 440

- :

²

9 أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين:

- تتضح أهمية المراهقة كمرحلة كمال النضج والنمو الحركي حيث يبدأ مجالها بالدراسة في الجامعة، الندي الرياض بالمنتهجات القومية ن وتكتسي المراهقة أهمية كونها:
- أعلى مرحلة تتضح فيها الفروق الفردية في المستويات، ليس فقط بين الجنسين بل بين الجنس الواحد أيضا وبدرجة كبيرة.
- مرحلة انفراج سريعة للوصول بالمستوى إلى البطولة "رياضة المستويات العالية".
- مرحلة أداء متميز خالي من الحركات الشاذة والتي تتميز بالدقة والإيقاع الجيد.
- لا تعتبر مرحلة تعلم بقدر اعتبارها مرحلة تطور وتثبيت في المستوى للقدرات والمهارات الحركية.
- مرحلة لإثبات الذات عن طريق إظهار ما لدى المراهق من قدرات فنية ومهارات حركية.
- مرحلة تعتمد تمرينات المنافسة كصفة مميزة لها، والتي تساعد على إظهار مواهب وقدرات المراهقين بالإضافة إلى انتقاء الموهوبين.¹

10 أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهقين:

إن الرياضة عملية تسلية، و ترويح لكلا الجنسين: هذا حيث أنها تحضر المراهق فكريا، و بدنيا كما تزوده من المهارات، و الخبرات الحركية من أجل التعبير عن الأحاسيس، و المشاعر النفسية المكتظة التي تؤدي إلى اضطرابات نفسية، و عصبية عند انفجاره فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القيم المقيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل مواهب الرياضي، و قدراته من أجل شغل وقت الفراغ الذي تحس فيه الرياضي بالقلق، و الملل، و بعد الرياضة يتعب المراهق عضليا ، وفكريا فيستسلم حتما للراحة، و النمو بدلا من أن يستسلم للكسل، و الخمول. و يضيع وقته فيما لا يرضي الله، و لا النفس، و لا المجتمع، و عند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية، و النوادي الثقافية من أجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية، فإن هذا يتوقف على ما يحس به عن طريق التغيرات الجسمية، و النفسية، و العقلية التي يمر بها .

*إعطاء المراهق نوعا من الحرية، و تحميله بعض المسؤولية التي تتناسب مع قدراته، و استعداداته كحرية اختيار أماكن اللعب مثلا.

*التقليل من الأوامر و النواهي.

*مساعدة المراهق على اكتساب المهارات، و الخبرات المختلفة في الميادين الثقافية، و الرياضية لتوفير الوسائل، و الإمكانيات والحو الذي يلائم ميول المراهق فهو دائما في حاجة ماسة إلى النصح، والإرشاد والثقة والتشجيع، فعلى المدرب أداء دوره في إرشاد، وتوجيه، و بث الثقة في حياة المراهقين طوال مشوارهم الرياضي.¹

11 تطور الصفات البدنية و القدرات الحركية أثناء فترة المراهقة:

11-1 القدرات الحركية:

بالنسبة للنمو الحركي يظهر لاتزان التدريجي في مجال الأداء الحركي، و يستطيع الفرد أن يصل في مرحلة أداء العديد من المهارات الحركية الرياضية إلى الإتقان ، كما يلاحظ ارتفاع مستوى التوافق العضلي العصبي بدرجة كبيرة و يشير العديد من الباحثين إلى أن هذه المرحلة يمكن اعتبارها دورة جديدة للنمو الحركي، و منها يستطيع الفتى، و الفتاة اكتساب، و تعلم مختلف المهارات الحركية بسرعة ، هذا بالإضافة إلى زيادة عامل مرونة العضلات للفتيات يعد من النواحي الهامة التي تساعد على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية المعينة التي تحتاج لهااته الصفة أما بالنسبة للفتيان فإن عامل زيادة القوة العضلية في هذه المرحلة يعد من النواحي الهامة التي تساعد على إمكانية ممارسة أنواع متعدد من الأنشطة الرياضية التي تتطلب المزيد من القوة العضلية و في هذه المرحلة يستطيع الفرد أن يصل إلى أعلى المستويات الرياضية العالية في بعض الأنشطة الرياضية مثل السباحة، الجمباز التمرينات الفنية.² و بذلك نرى تحسن في المستوي في بداية مرحلة المراهقة، و ثباتا، و استقرارا تآزرا حركيا في نهايتها بين الخصائص التقويمية المختلفة للحركة، وعلية فالحركات بشكل عام تتميز بالإنسانية، و الدقة، و الإيقاع الجميل المتقن، و الموزون، حيث تخلو المهارات من الحركات الزائدة، و الزوايا الحادة.

¹ : 15 2 1986

² عنايات محمد أحمد فرج:مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، 1998، 74.

و يعزي "شانيل 1978، و فنتر 1979" تقدم هذا المستوى إلى القدرة الفائقة في التحصيل، و الاكتساب المميز للمهارات العقلية، و التي تميز هذه المرحلة، و يضيف "حامد زهران 1982" أن قدرة المراهق في تلك المرحلة تزداد في أخذ القرار، و التفكير السليم، و الاختياري، و الثقة بالنفس، و الاستقلالية في التفكير، و الحرية في الاكتشاف، حيث يؤثر ذلك كله ليس فقط على شخصية اللاعب الحركية فحسب بل على شخصيته المتكاملة.¹

بالإضافة إلى هذا فإن قدرات التنسيق العضلي يزيد بصورة ملحوظة في هذه المرحلة، كما أن تطوير في القيادة الحركة يكون في حالة ثبات بشكل عام، و نلاحظ كذلك تحسن في قدرات المراقبة الحركية و قدرات لتأقلم و إعادة التأقلم، و الجمع بينهما، و بشكل عام فإن هذه المرحلة يكون فيها المعلم الحركي جيد، و يكون بشكل أكثر فعالية لدى الذكور منه لدى الإناث.²

11 2 تطور الصفات البدنية:

11 2 1 القوة:

خلال مرحلة المراهقة توجد أحسن الفرص، و انسب الأوقات للتدريب على القوة لأنه، و بشكل عام فإن النمو يكون موجه في هذه المرحلة أساساً من الناحية العرضية، وعلية نلاحظ زيادة في حجم العضلات مع العلم بوجود اختلافات بين مختلف المجموعات العضلية، و في الحين بين مستوي التطور، فالبنات يصلون إلى القوة العضلية القصوى، و عموماً في سن 15 إلى 17 سنة بينما الذكور ففي سن 18 إلى 22 سنة خلال هذه المرحلة الحملات، و طرق التدريب المستعملة يمكن أن تكون على قاعدة الكبار مع الأخذ بعين الاعتبار الرفع التدريجي للحمولة، و هو مبدأ هام لتدريب القوة، و خاصة هذه المرحلة الحساسة.³

11 2 2 السرعة: بالنسبة لهاته الصفة فيستمر تطورها، و يبلغ أوجها في مرحلة المراهقة، حيث يستمر هذا التطور بنفس النسبة حتى سن 14 إلى 15 سنة حيث يرى " فنتر 1979" أن الفروق

184.

¹ بسطويسي أحمد:

² GUNJEN WEINC BIOLOGIE DU SPORT, EDITION VIGOT, PARIS, 1992, P341-353.

185 484.

³ بسطويسي أحمد:

ليست جوهرية بين الأولاد و البنات لهذا العنصر، و أن كان لصالح الأولاد قليلاً حيث يرجع السبب في ذلك ليس في زيادة الخطوة بل تساوي طولها للجنسين.¹

يذكر "يفانوف1965" أن تطور كبير لهذه الصفة البدنية، ويعزو ذلك إلى تحسن كبير في الجهاز الدوري التنفسي، و تطوراً واضحاً بهذا الأخير حيث نرى فروقاً جوهرية بين مستوى التحمل بين الجنسين ابتداء من سن 12 إلى 14 سنة، ويزداد بشكل واضح حتى نهاية المرحلة.

11 4 3 المرونة:

تتميز هذه المرحلة بتحسن نسبي في المستوى حيث يظهر ذلك واضحاً من خلال أداء تلاميذ تلك المرحلة لحركات الجمباز، و الحركات الدقيقة الأخرى، و التي تتطلب قدراً كبيراً من الرشاقة حيث نرى تحسناً ملحوظاً في كل من ديناميكية، و ثبات، و مرونة الحركات مع مستوى متميز من التكيف، و يلاحظ كذلك العود الفقري يكون تقريباً قد اكتمل، والنمو، و الزيادة في الطول هي الأخرى قد اكتملت في حوالي 18 إلى 22 سنة.³

12- مشكلات المراهقة:

لاشك أن مشكلة المراهقة ظاهرة طبيعية، و أساسية في حياة الفرد، و الشباب هي فترة المشكلات و الهموم، و المراهق يحتاج إلى كثير من المساعدات حتى يصبح راشداً متوافقاً في حياته، لأن المراهقة حالة نفسية، و جسدية كامنّة في كل منا تدفع الإنسان إلى التصرف الخاطئ، و يحتاج إلى رقابة مستمرة من الأهل تدعوا إلى إتباع الأوامر الإلهية التي تنص على عدم الاختلاط، و المراهقة أيضاً تحتاج إلى قيم دينية يفترض تزويد الإنسان بها لتحصن من الوقوع في الرذيلة.

و من أهم المشكلات التي يتعرض لها المراهق:

* النضج المبكر أو المتأخر (البلوغ).

* الكافية الاجتماعية.

* مشكلة الفراغ.

* القلق، و الحيرة الخ.²

¹ GUNJEN WEINC BIOLOGIE DU SPORT, EDITION VIGOT, PARIS, 1992, P341-353.

² - عصام نور: سيكولوجية المراهقة، الإسكندرية، 2004، ص 26-29.

13 نصائح عامة لكل مربي لكيفية التعامل مع المراهقين:

لكي يكون هناك توافق بين هذه المرحلة الحساسة، و مراحل النمو فيها، و الوحدات التعليمية يجب أن يراعي ما يلي:

* يجب دراسة ميول، ورغبات المراهقين قبل وضع أي برنامج.

* الإكثار من الأنشطة التي تنمي شخصية المراهق، و تربي استقلاله، و تكسبه ذاته.

* يجب تنمية وعي الأفراد لخلق قاعدة عريضة متعددة الجوانب للانطلاق نحو رياضة المستوى العالي.

* يجب إعطاء المراهق جانب من الحرية، و تحميله بعض المسؤوليات مع إشعاره بأنه موضع ثقة .

* يجب منح المراهق فرصة الإفصاح عن آرائه، و عدم فرض النصائح عليه .

* إعطاء الحرية تصحيح أخطائه بنفسه بقدر الإمكان لأن لجوء المربي إلي استعمال أساليب مناسبة

خلال الممارسة الرياضة يساهم بشكل كبير في قدرة السيطرة على المراهق، و جعله يتبع المسار

الصحيح للنمو المتكامل، وتجنبه الأزمات النفسية، و الاجتماعية، والتي قد تعرقل هذا النمو.¹

¹ - بسطويسي أحمد: أسس ونظريات الحركة، مرجع سابق، ص184.

خلاصة:

من خلال ما سبق نستنتج أن فترة المراهقة أزمة نفسية ومرحلة انفرادية حرة ولا يمكن حصرها في طبقة اجتماعية معينة أو مجتمع خاص فهي مرحلة تنشط من مرحلة البلوغ إلى مرحلة الرشد. ولهذا من الضروري متابعة ومراقبة المراهق حتى يتم نموه ويكتمل نضجه اكتمالا سليما وصحيحا ومن هنا يجب على الأسرة تفهم حالته ومحاولة الأخذ بيده ليتجاوز هذه المرحلة، كما يأتي دور المدرسة باعتبارها الأسرة الثانية لتبرز أهمية الأنشطة الرياضية وما يحتويه من أهداف اجتماعية ونفسية وصحية، كمتنفس للمراهقين .

تمهيد :

يمكن وصف البحث العلمي، علناً همغامر تشاققة مليئة بالنشاط والمجازفات، التي تجرب وقائعها بيناً حضناً العلم، هذا المغامر تستدعي الصبر، الموضوعية، الجهد المتواصل، التنظيم الدقيق، التخيل الخصب، الفطنة الحادة، قابلية التحكم الجيد في الظروف الجديدة... إلى غير ذلك من هذه العناصر الضرورية للنجاح.

في هذا الفصل سنحاول أن نوضحاً هما لإجراء أتا الميدانية التي نتبعنا ها في هذا الدراسة من أجل الحصول على نتائج علمية يمكن

الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة

أخرى، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى، فكما هو معروف فإننا الذي يميز أبحاث علمي، هو مدى موضوعيتها العلمية، وهذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا اتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

1 منهج البحث :

في مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها لتختلف المناهج تبعا لاختلاف الهدف الذي يود الباحث الوصول اليه.¹

و في بحثنا هذا استوجبت مشكلة البحث لدينا إتباع المنهج التجريبي الذي يعتبر من أكثر المناهج العلمية التي تتمثل فيها معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة، فهو يبدأ بملاحظة الواقع و فرض الفرض و إجراء التجارب للتحقق من صحة الفروض، ثم الوصول إلى القوانين التي تكشف عن العلاقات القائمة بين الظواهر.

2 مجتمع البحث وعينته :

مجتمع البحث: من الناحية الإصلاحية هو " تلك المجموعة الأصلية التي تؤخذ منه العينة، و قد تكون هذه المجموعة عبارة عن مدارس ، فرق، تلاميذ، سكان، أو وحدات أخرى" ، و لذا فقد اعتمدنا في بحثنا و ارتأينا أن يكون مجتمع البحث خاص بتلاميذ المرحلة الثانوية وبالخصوص مستوى السنة الثانية ثانوي بدائرة السوقر و يبلغ العدد الكلي لهذه الفئة حوالي (1548 مصدر موثوق) (تلميذ موزعة على 6 ثانويات بدائرة السوقر ، اما فيما يخص المجتمع الإحصائي فقد بلغ حوالي 187 تلميذ مقسمة على 06 اقسام التابعة لثانوية مجدوب زكرياء بدائرة السوقر

2 1 عينة البحث:

العينة هي مجتمع الدراسة الذي نجمع منه البيانات الميدانية ، و تعتبر جزء من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من المجتمع الكلي للبحث على أن تكون ممثلة له لتجرى عليها الدراسة ، و وحدات العينة قد تكون أشخاصا كما تكون أحياء، أو شوارع أو مدن أو غير ذلك. و بالنسبة لعلم النفس و علوم التربية البدنية تكون أشخاص.²

¹ محمد أزهر السماكو أخرون: الأصول في البحث العلمي، دار الحكمة للطباعة و النشر الموصل، 1989 ص 42.

² محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الاستدلالي في علوم ت ب ر ، دار الفكر العربي، 2003، ص 14.

ونظرا لطبيعة بحثنا وتطلعنا للموضوعية في النتائج ، تم اختيار عينة بحثنا بشكل قصدي والتي شملت قسم السنة الثانية ثانوي التابع لثانوية مجدوب زكرياء بدائرة السوقر ، حيث يحتوي على 24 تلميذ .

3 مجالات البحث:

3 1 المجال البشري :

يتمثل في تلاميذ ثانوية مجدوب زكرياء التابعة لدائرة السوقر السنة الثانية ثانوي وبالتحديد قسم الثانية علمي 2 ، تتراوح أعمارهم من 17 إلى 19 سنة (كور وإناث) ونظرا لطبيعة دراستنا تم عزل العنصر (الاناث) والاحتفاظ و الدراسة على عنصر الذكور و المقرب ب (24 تلميذ) ، ووفقا لمراعاة عامل (السن ، الوزن ، الطول) تم تعيين 12 ذكور كمجموعة تجريبية ، و 12 ذكور كمجموعة ضابطة، وكان العدد الإجمالي للتلاميذ حوالي 24 تلميذ مقسمين بالتساوي على المجموعتين التجريبية و الضابطة . وفق الجدول التالي:

المجموع	(المجموعة تجريبية)	(المجموعة ضابطة)	القسم
24	12 تلميذ	12 تلميذ	الثانية ثانوي (علمي 2)

-الجدول رقم (02) يمثل إحصاء عينة البحث.

3 2 تكافؤ وتجانس العينتين :

وقد عمل الطالبان الباحثان على دراسة مواصفات العينة وتجانسها لكل من العينة الضابطة والعينة التجريبية من حيث متغيرات السن، الطول، الوزن، وهو ما تعرضه في الجدول رقم (الموالي):

المعاملات الإحصائية للمتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية
السن	العينة الضابطة	17.06	0.57	0.31	0,74	0,80
	العينة التجريبية	17.2	0.65	0.92		
الطول	العينة الضابطة	1.75	0.02	0.09	0,32	0,37
	العينة التجريبية	1.74	0.03	0.2		
الوزن	العينة الضابطة	64	3.38	0.88	0,39	0,44
	العينة التجريبية	66.93	4.72	0.59		

-جدول رقم (03): مواصفات عيني البحث

يتضح من خلال الجدول رقم(03) أن المتوسطات الحسابية لمتغيرات السن، الطول، الوزن للعينة الضابطة بلغت على التوالي:(17.06، 17.06، 64) بانحرافات معيارية قدرت ب : (0.57 ، 0.02 ، 3.38) في حين جاءت المتوسطات الحسابية بالنسبة للعينة التجريبية(17.2 ، 1.74 ، 66.93) بانحرافات معيارية مقدرة ب:(0.65 ، 0.03 ، 4.72)، في حين بلغت "ت" المحسوبة للمتغيرات : السن ("ت" المحسوبة 0,74 اصغر من "ت" الجدولية 0,8)، الطول ("ت" المحسوبة 0,32 اصغر من "ت" الجدولية 0,37)، الوزن ("ت" المحسوبة 0,39 اصغر من "ت" الجدولية 0,44) و بالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بقيم متقاربة ، بينما جاءت قيم معامل الالتواء بالنسبة لمتغيرات السن والطول والوزن بالنسبة للعينة التجريبية والضابطة محصورة بين +3 و 3 ما يدل على تجانس العينتين من حيث هذه المتغيرات.

3 3 المجال المكاني :

تمت أعمال بحثنا ودراستنا بالقاعة الرياضية لثانوية مجدوب زكرياء التابعة لدائرة السوق وولاية تيارت حيث أجريت فيها الحصص التعليمية للبرنامج التعليمي المقترح والاختبارات القبلية و البعدية للمجموعتين التجريبية و الضابطة.

3 4 المجال الزمني:

لقد تم ابتداء البحث منذ أوائل شهر ديسمبر عن طريق البحث وجمع المصادر في الجانب النظري أما فيما يخص الجانب التطبيقي حيث بدءنا بإجراء التجربة الاستطلاعية في الفترة الممتدة بين 2016/12/15 إلى 2016/12/22.

تم إجراء الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية و الضابطة في يوم:

الخميس 2017/01/12 مساء ، أما الاختبار البعدي لنفس المجموعتين تم إجراؤه يوم

الخميس 2017/04/06 مساء .

حيث دامت مدة كل اختبار 60 دقيقة .

4 التجربة الاستطلاعية :

تعتبر التجربة الاستطلاعية بمثابة القاعدة الأساسية والممهدة للتجربة المراد القيام بها ، وذلك حتى تكون للباحث فكرة ونظرة حول كيفية إعداد أرضية جيدة للعمل من أجل الوصول لأفضل طريق لإجراء الاختبار الذي يؤدي بدوره إلى الحصول على نتائج صحيحة ومضبوطة وكذلك تطبيقا للطرق العلمية المتبعة كان لابد على الباحث من تنفيذ الاختبار لغرض:

1 التوصل إلى أفضل طريق لإجراء البحث .

2 معرفة مدى فهم طريقة الأداء واستيعابها من العينة المختبرة .

3 صدق وثبات وموضوعية الاختبارات.

4 معرفة الوقت الكافي لإجراء الاختبار.

5 تشخيص المعوقات والسلبيات التي قد تصادف التلميذ عند تنفيذ التجربة.

6 التأكد من سلامة الأدوات والأجهزة المستخدمة في الدراسة.

4 1 عينة التجربة الاستطلاعية:

قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية يوم 2016/12/15 ، وفي يوم: 2017/01/05 تم إعادة إجراء الاختبارات فيالقاعة الرياضية لثانوية مجدوب زكرياء بدائرة السوق على مجموعة من التلاميذ عددهم (10) بالطريقة العشوائية من عينة البحث البالغ عددهم (34) تلميذ والذين تم استبعادهم من التجربة الرئيسية للبحث وبهذا أصبحوا خارج عينة البحث وتم تطبيق الاختبارات المقترحة عليهم .

5 حساب المعاملات العلمية للاختبار :

5 1 الصدق : يقصد بصدق الاختبار مدى صلاحية الاختبار لقياس ما وضع لقياسه و يعتبر

صدق الاختبار شرطا ضروريا ينبغي توفره في الاختبار .

صدق الظاهري ،صدق المحتوى:

يبدو الاختبار صادقا ظاهريا إذا كان يقيس القدرة الموضوع لقياسها ،ويقصد بصدق المحتوى مدى توافر جوانب السمة في محتوى الاختبار ،وهذا النوع من الصدق يتطلب تحليلا منطقيا لفقرات ومواد الاختبار لتحديد نسبة كل منها للاختبار ككل¹ .

لهذا قام الباحث بعرض الاختبارات على لجنة ترشيح مكونة من أساتذة خبراء في التدريب

الرياضي والتعلم الحركي و عددهم (5) ستة مشهود لهم بمستواهم العلمي ، و تجربتهم الميدانية

في المجالات الدراسية و مناهج البحث العلمي بهدف التعرف على :

- مدى صحة الاختبارات و ملاءمتها لكل مهارة ، إضافة أو حذف أو تعديل فيها.

تم عرض الاختبارات على الأساتذة الخبراء ، و الجدول التالي يوضح النسب المئوية لآراء الخبراء في

الاختبارات المقترحة : ن = 5 .

¹ - عباس محمود عوض ،القياس النفسي بين النظرية والتطبيق ،دار المعرفة الجامعية ،1998ص60.

الاختبار	مناسب	غير مناسب	أرى التعديل	النسبة المئوية للموافقة
7 التصويب على الحائط (داخل المربعات)	5	-	-	100%
8 التصويب من الحركة	5	-	-	100%
9 التصويب على جسم متحرك	4	-	1	80%

- جدول رقم (04) يوضح النسب المئوية لآراء الخبراء حول الاختبارات (صدق الظاهري وصدق المحتوى).

وتوصل الباحث من خلال الاستطلاع على رأي الأساتذة الخبراء إلى ما يلي :

- تعديل طريقة التقويم لبعض الاختبارات .

وبناء على ملاحظاتهم العلمية تم التعديل في الاختبارات إلى أن أصبحت في صورتها النهائية التي تتصف بالوضوح و لا تحتاج إلى تفسير أو شرح .

وسيتم أخذ الاختبارات التي تساوت وتجاوزت 80% من نسبة اتفاق المرشحين ، علما أن الاختبارات المقبولة هي التي حصلت على نسبة اتفاق 80 % و تم حذف العبارات التي قلت عن هذه النسبة المئوية .

- وبالتالي تم التأكد من صدق الظاهري ، وصدق المحتوى ، وسيتم بعد ذلك حساب الصدق الذاتي بعد حساب معامل الثبات.

5 2 ثبات الاختبار :

- يعرف ثبات الاختبار على أنه مدى الدقة أو الانسياق أو استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين¹

و لحساب ثبات الاختبار استخدمنا طريقة " تطبيق الاختبار و إعادة تطبيقه " للتأكد من مدى دقة و استقرار نتائج الاختبار ، و لهذا قمنا بإجراء الاختبار على مرحلتين بفاصل زمني قدره أسبوع مع الحفاظ على المتغيرات (نفس العينة ، نفس التوقيت ، نفس المكان)

¹-مقدم عبد الحفيظ ، الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ، ديوان المطبوعات الجامعية ، 1997 ص ، 56.

حيث يدل الارتباط بين درجات الاختبار الأول و الاختبار الثاني على معامل استقرار الاختبار ، حيث كلما اقترب هذا المعامل من الواحد المجال (1, 0) زاد هذا الاختبار استقرارا و ثباتا . و استعملنا لحساب معامل الثبات الطريقة العامة لحساب الارتباط لبيرسون كما هو موضح في الجدول رقم التالي :

الاختبار (اختبار التصويب)	حجم العينة	درجة الحرية (ت 1)	مستوى الدلالة	معامل ثبات الاختبار	القيمة الجدولية
7 التصويب على الحائط (داخل المربعات)	10	09	0.01	0,916	0,6
8 التصويب من الحركة				0,93	
9 التصويب على جسم متحرك				0,702	

-الجدول رقم(05) يمثل نتائج حساب معامل ثبات للاختبارات

بعد حساب معامل الارتباط " بيرسون " وجد :

- بالنسبة لمهارة التصويب :. 0,916 للاختبار(1). 0,93 للاختبار (2) ، و0,602 للاختبار (3)

و بعدما قمنا بالكشف في جدول دلالات الارتباط لمعرفة ثبات الاختبار عند درجة حرية(ن-1) و بمستوى دلالة 0,01 تبين لنا أن الاختبارات تتميز بدرجة ثبات عالية لأن الدرجة المحسوبة لمعامل الثبات كانت أكبر من القيمة الجدولية ، و التي تساوي 0.6 وقريبة من الواحد صحيح.

- كما تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة لمحكمات جودة صلاحية الاختبارات وصدق الاختبار يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع لأجله، فالاختبار السابق هو الذي يقيس بدقة الظاهرة التي صمم لقياسها¹
- ومن أجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار، والنتائج التي تحصلنا عليه موضحة في الجدول التالي :

عنوان الاختبار	رقم الاختبار	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	معامل ثبات الاختبار	معامل الصدق الذاتي للاختبار
اختبار التصويب	01	10	09	0.01	0,916	0,957
	02				0,93	0,964
	03				0,602	0,775

-الجدول رقم (06)يبين الصدق الذاتي والثبات للاختبارات.

- من خلال هذا الجدول نستنتج أن الاختبار يتميز بدرجة عالية من الصدق، وهذا لكون القيم المحسوبة لمعامل الصدق الذاتي(الجذر التربيعي لمعامل الثبات) للاختبار جاءت كالتالي:
- بالنسبة لمهارة التصويب: 0,957. للاختبار (1) و0,964 للاختبار (2) ، و0,775 للاختبار (3) وهي أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط المقدر ب 0.6 عند درجة حرية (ح 1) وبالتالي فالاختبار يتميز بدرجة عالية من الصدق والثبات .

¹-البهي فؤاد السيد، علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، القاهرة 1978، ص86.

5 3 الموضوعية :

يقصد بالموضوعية التحرر من التحيز أو التعصب ، وعدم إدخال العوامل الشخصية فيم يصدر الباحث من أحكام¹

كما يقصد بها وضوح التعليمات الخاصة بالاختبار وحساب النتائج الخاصة به²، حيث ركز الباحث على ووضوحها بعيدا عن الصعوبة أو الغموض .

كما تم القيام بإجراء التعديلات اللازمة حسب توجيهات الأساتذة المرشحين في ضوء نتائج التجربة الاستطلاعية حتى يتحقق للاختبارات شرط الموضوعية .

واستنادا على كل الإجراءات الميدانية والاعتبارات السابقة الذكر يستخلص الباحث أن الاختبارات المستعملة في صورته المقترحة يتمتع بموضوعية عالية ،بالإضافة إلى الصدق والثبات

6 الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:

6 1 المتغيرات المستقلة: و هي المنبهات المفروضة عمدا على الكائن أثناء التجربة، و تتضمن تلك الجوانب من التجربة التي يغيرها المجرب بصورة منتظمة.

و المتغير المستقل في بحثنا هو : الأسلوب التدريبي لاستاذ حصة التربية البدنية و الرياضية

6 2 المتغيرات التابعة: هي النتائج الناجمة عن تأثير المتغير المستقل، أي هي النتائج الناجمة عن المنبهات المفروضة على الكائن موضوع التجريب بعبارة أخرى هي مقاييس لاستجابة الكائن الحي، و المتغير التابع في بحثنا هو: مهارة دقة التصويب في كرة اليد .

¹عبد الرحمان محمد عيسوي ،الاختبارات والمقاييس النفسية ،منشأة المعارف بالإسكندرية ،2003،ص332.

²إخلاص محمد عبد الحفيظ ،مصطفى حسين باهي ، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية ،مركز الكتاب للنشر لقااهرة 2000،ص179.

7 أدواتالبحث: ويقصد بها "جمع الوسائل والأدوات التي سوف يستخدمها الباحث في كل مرحلة من مراحل بحثه " ¹

" إن نجاح البحث في تحقيق أهدافه يتوقف على عوامل عديدة من أهمها الاختبار السليم والمناسب للوسائل في الحصول على البيانات ،ولهذا فإن اختيار الأدوات المناسبة يعد عاملاً أساسياً في البحوث " ²

وقد استخدم الباحثون لتحقيق أهداف بحثهم الآتي :

- المصادر العلمية :حيث تم الاعتماد على الكتب والمراجع والدراسات السابقة والمثابفة للاستفادة منها في البحث الحالي كمعلومات نظرية ولدعم نتائج البحث .
- الاختبارات والقياسات.
- وسائل معالجة البيانات : حاسوب ،برمجيات (word-Excel) لمعالجة البيانات علمياً وإحصائياً.
- الوسائل المستخدمة في إجراء الاختبارات: شريط قياس ،معالم، حلقات صافرات ،طباشير. ساعة توقيت ، كرات يد قانونية عدد (10) ، مربعات لتحديد منطقة التصويب عدد (2) .

8 الاختبار:

يطلق اسم الاختبار أو "Test" المقاييس الشخصية كما يصير استخدام تعبير الاختبار في اختبار القدرات بأنواعها المختلفة.

يرى فؤاد أبو خاطر:

الاختبار هو طريقة منظمة للمقارنة بين الأفراد أو داخل الفرد الواحد في السلوك أو عينة منه في ضوء معيار أو مستوى أو محك.

¹ سامي محمد ملحم: القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط1، عمان ، دارالميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2005، ص147 .

² يوسف العنيزي (وآخرون): مناهج البحث الفديوي بين النظرية والتطبيق ، ط1، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، 1998، ص13 .

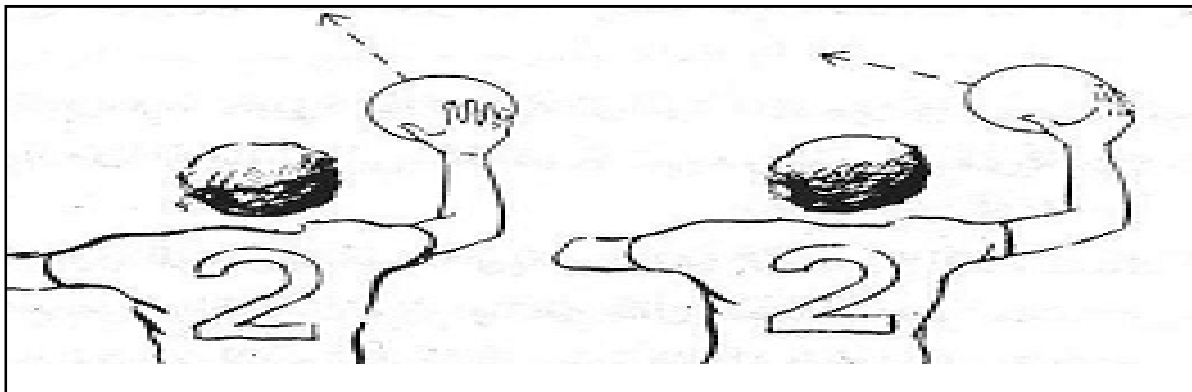
8 1 شروط أداء الاختبارات:

إذا أردنا نعطي موضوعية كبيرة للاختبارات التي ننجزها يجب الأخذ بعين الاعتبار بعض الشروط: يجب أن يكون الأفراد في راحة تامة ، الإحماء الجيد قبل أداء الاختبار 15 دقيقة. القيام بشرح الاختبار و التأكد من فهمه من طرف التلاميذ و معرفة ما الذي سيقومون به قبل بداية الاختبار.

كل الوسائل اللازمة لأداء الاختبار يجب أن تكون حاضرة قبل إنجاز الاختبار و يجب على التلاميذ معرفة هدف الاختبار.

8 2 ضبط الإختبار:

للقيام بالاختبار قمنا بالإطلاع على مختلف الكتب و الدراسات التي تطرقت إلى تقييم و تقويم مهارة دقة التصويب في كرة اليد فوق الاختيار على 03 اختبارات ذات موضوعية و صدق كبيرين حيث أن سبب اختيارنا لها لغيره إعطاء نتائج دقيقة لنجاح هذا الاختبار.

9 الاختبارات المستعملة في الدراسة:**(ج) اختبارات التصويب :**

الاختبار الأول : اختبار التصويب على الحائط داخل المربعات :

الغرض من التمرين : اختبار دقة التصويب .

الأدوات : كرة يد- طباشير لرسم المربعات .

مواصفات الأداء :يوضع خط للرمي يبعد عن الحائط بـ(05)م ، يرسم على الحائط ثلاثة مستطيلات متداخلة أبعادها (60×80)سم و (20×40)سم ، تمنح 10 محاولات لكل تلميذ .

التقويم :

- (03) نقاط عند إصابة المربع الأوسط.
- (02) نقاط عند إصابة المربع الثانية .
- (01) نقطة عند إصابة المربع الثالث.
- (0) نقطة عندما تكون الكرة خارج المربعات .
- جمع النقاط المحصلة خلال المحاولات العشر الممنوحة¹.

الاختبار الثاني : اختبار التصويب من الحركة

الغرض من التمرين : اختبار الدقة في التصويب .

الأدوات : كرة يد - معالـم- حلقات تعلق في زوايا المرمى.

مواصفات الأداء : التصويب من الحركة على بعد (07)م نحو المربعين المحددين على زوايا المرمى ,لكل مختبر 9محاولات.

¹ دليل الألعاب التمهيدية، مرجع سابق،ص102.

التقويم : تعطى درجة لكل تصويبة صحيحة داخل المربع المحدد- تلغى الدرجة في حالة أي مخالفة قانونية¹.

اختبار التصويب على جسم متحرك

قذف الكرة نحو هدف متحرك لإتقان مهارة التصويب.

الأدوات :

.كرة يد.

كرة سلة.

مواصفات الأداء :

يقسم التلاميذ حسب عدد الكرات، يحاول كل لاعب على حدة التصويب نحو هدف متحرك على بعد معين (كرة كبيرة مدرجة من طرف الأستاذ من النقطة "أ" إلى النقطة "ب") ثلاث مرات، تدون المحاولات الناجحة للتقويم، ويتم تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج...إلخ)

الغرض من التمرين :

- إصابة الكرة المتحركة بالكرة المقذوفة .

التقويم:

- تحتسب نقطة على كل محاولة ناجحة.²

¹ سامر يوسف متعب الشمخي: الانتقاء في كرة اليد، القاهرة، دار المعرفة، 1999، ص79.

² دليل الألعاب التمهيدية، مرجع سابق، ص53.

10 البرامج التعليمية (الوحدات التعليمية) :**10 1 خطوات إعداد الوحدات التعليمية :**

يشير السيد عبيد ماجدة وآخرون¹، إلى "أن للتصميم التعليمي مجالاً من التأثيرات الانفعالية والوجدانية، تشتمل على أهدافاً المتعلقة بالعواطف والانفعالات والرغبات والميول والاتجاهات والتكيفيات".

10 2 دواعي إعداد الوحدات التعليمية:

إن الهدف الأساسي من هذا البرنامج التعليمي، هو التعرف على تأثير هذا الأخير باستخدام الأسلوب التدريبي قيد الدراسة علم مستوياً بالتعلم المهاري لدقة التصويب نحو المرمى لكرة اليد علماً بتعلمين في مرحلة التعليم الثانوي بالعموم و السنة الثانية بالخصوص

10 3 شروط و أسس بناء الوحدات التعليمية:

لقد اعتمد الباحث عند وضعه لمحتوى هذا البرنامج التعليمي على مجموعة من الأسس العلمية والشروط المنهجية التالية:

- أ - ملائمة هذا البرنامج لمستوى قدرات أفراد العينة.
- ب - مرونة البرنامج التعليمي لقبولها للتطبيق ميدانياً.
- ج - مراعاة أن يتناسب محتوى البرنامج والكفاءات المنتظر تحقيقها بالمتعلمين في تلك المرحلة من التعليم الثانوي .
- د - مراعاة أن يتوفر هذا البرنامج التعليمي على عوامل لتعلم المعرفي (التحصيل)

¹ السيد عبيد ماجدة وآخرون : أساسيات تصميم التدريس، الطبعة الأولى، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2001 .

-

مراعاة المبادئ الأساسية لتدريس مادة التربية البدنية والرياضية من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد ومن المعلوم إلى المجهول....

و مراعاة إختيار المواقف التعليمية حسباً هذا الدراسة.

10 4 قياس صدق الوحدات التعليمية:

تم بناء هذه الوحدات التعليمية حسب نموذج علمي اكايمي ، بحيث عرضت لعدد من الدكاترة على مختلف المكانة العلمية ، وقد أسفرت

النتائج ل بعض التعديلات خاصة من ناحية التمارين الرياضية (المواقف) والوقت المخصص لكل تمرين على حدى ، وكذلك بعض الأمور المتعلقة بالشكل العام للوحدة التعليمية.

11 السلامة الداخلية للتصميم التجريبي :

تتحقق السلامة الداخلية عندما يتأكد الباحث من ان العوامل الدخيلة قد أمكن السيطرة عليها في التجربة بحيث لم تحدث أثراً في المتغير التابع وهذه العوامل هي :

12 الظروف المصاحبة لإجراء التجربة الميدانية:

لم يتعرض البحث طوال مدة التجربة لأي حادث مؤثر سلبياً في التجربة .

13 السلامة الخارجية للتصميم :

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

14 المادة التعليمية :

اختيار مهارات كرة اليد وذلك لكونها ضمن مفردات منهاج تدريس مادة التربية الرياضية للصف الثاني ثانوي ، وهو مقرر ضمن النشاط الرياضي المدرسي .

15 شرح البرنامج:

لانجاز البرنامج من خلال البحث و الاستعانة بالأساتذة المحكمين توصلنا إلى الشكل النهائي للبرنامج وكان بمثابة مجموعة حصص تعليمية تحتوي جملة من تمارين في التصويب في كرة اليد لتطوير مهارات دقة التصويب نحو المرمى في ظل الأسلوب التدريبي .

- استغرقت المدة الزمنية لتنفيذ البرنامج (08) أسابيع وبواقع وحدة تعليمية كل أسبوع ،حيث تم إدخال التمارين الخاصة في مهارة التصويب في القسم الرئيسي فقط من الوحدة التعليمية للعينة و يبلغ وقت الوحدة التعليمية (55) دقيقة, لتعليم مهارة التصويب
- 1** طبق البرنامج على المجموعة التجريبية فقط للعينة .

زمن كل وحدة تعليمية (55) دقيقة.

- تتكون كل وحدة تعليمية من ثلاثة أقسام هي:

أ القسم التحضيري (10) دقائق (الإحماء شرح هدف الحصة..الخ).

ب القسم الرئيسي (40) دقيقة ،يحتوي على (مراحل التعلم الحركي لمهارة التصويب بالإضافة الى التمارين الخاصة للمهارة) .

ج القسم الختامي (5) دقائق.

2 بينما المجموعة الضابطة قامت بتطبيق مفردات المنهج والأسلوب المتبع من قبل الأستاذ(الأسلوب الامري) .

16. الدراسة الأساسية:

بعد الانتهاء من الدراسة النظرية والتجربة الاستطلاعية وكذا اختيار الاختبارات و التأكد من صلاحيتها، بدأت الدراسة الأساسية من 2017/01/12 إلى غاية 2017/04/06، بحيث أجريت الاختبارات القبلية بتاريخ 2017/01/12 ودامت مدتها 90 د لكل عينة ، بعدها قمنا بتطبيق البرنامج المقترح على العينة التجريبية من 2017/01/19 إلى غاية 2017/03/09 وبحجم ساعي قدره 55د في الأسبوع في الفترة المسائية، و تم توزيع الأهداف التعليمية وفق الجدول التالي:

التاريخ	الأهداف التعليمية	الوحدات التعليمية	الشهر	
2017/01/19	التصويب باليد المكسورة 90°	01	01	↓
2017/01/26	التصويب في حالة الجري .	02		
2017/02/02	التصويب بالارتقاء .	03		
2017/02/09	التصويب الغير مباشر	04	02	
2017/02/16	التصويب المتخفي	05		
2017/02/23	التصويب على شكل رمح	06		
2017/03/02	التصويب من وضعية الميلان	07	03	
2017/03/09	التصويب بالارتكاز من نقطة ال 7 امتار	08		

الجدول رقم (07): يمثل توزيع أهداف التعليمية وفق البرنامج المقترح .

ثم أجرينا الاختبارات البعدية بتاريخ 2017/04/06 ودامت مدتها هي الأخرى 90 د و لكل عينة كذلك.

17 الأساليب الإحصائية المستعملة في تحليل النتائج :

تعتبر من أهم الطرق المؤدية إلى فهم العوامل الأساسية التي تؤثر على الظاهرة المدروسة من خلال الوصول إلى نتائج يتم تحليلها ومناقشتها بعد ذلك علما وأن لكل باحث وسائل إحصائية خاصة والتي تتناسب مع نوع المشكلة وخصائصها ،وقد اعتمدنا في هذه الدراسة على الأدوات الإحصائية التالية :

17 1 المتوسط الحسابي :

هو أحد مراكز النزعة المركزية والذي يحسب بجمع قيم عناصر المجموعة ثم قسمت النتيجة على عدد العينة وذلك من خلال المعادلة التالية:

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

س = المتوسط الحسابي .

مج س = مجموع الدرجات .

ن = عدد العينة¹.

17 2 الانحراف المعياري : الانحراف المعياري أهم مقاييس التشتت ، و هو يقوم في جوهره

على حساب انحرافات الدرجات عن متوسطها²

$$\sigma = \sqrt{\frac{\text{مج } (س - \bar{س})^2}{ن}}$$

بحيث:

ع: الانحراف المعياري س: مجموع القيم.

س: المتوسط الحسابي. ن : عدد العينة³

17 3 معامل الالتواء:

تتراوح قيمة معامل الالتواء ما بين 3 و +3 وهكذا نقول أن هنالك تجانس

17 4 حساب الارتباط بالطريقة العامة :

تعتمد هذه الطريقة العامة مباشرة في حسابها لمعامل الارتباط على الدرجات الخام و مربعات هذه الدرجات .

¹ عباس محمود عوض نعلم النفس الإحصائي ، دار المعرفة الجامعية ، 1999، ص29.

² عبد القادر حلبي ، مدخل إلى الإحصاء ، ط2 ، مطبعة بيروت ، 1984 ، ص 88 .

³ عاطف عدلي العيد ، زكي أحمد عزمي ، الأسلوب الإحصائي واستخداماته في بحوث الرأي العام والإعلام ، ط1، دار الفكر العربي القاهرة 1993 ص68.

مج (س = س) (ص - ص)

بحيث:

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

ر : معامل الارتباط بيرسون.

س : قيم الاختبار الأول

س: المتوسط الحسابي للاختبار الأول

ص : قيم الاختبار الثاني

ص: المتوسط الحسابي للاختبار الثاني¹.

17 5 الصدق الذاتي :

و يطلق عليه أيضا مؤشر الثبات ، فالصلة وثيقة بين الثبات و الصدق من حيث أن الثبات الاختبار يؤسس على ارتباط الدرجات الحقيقية للاختبار بنفسها إذا أعيد الاختبار على نفس المجموعة من الأفراد ، و يحسب الصدق الذاتي للاختبار وفق المعادلة التالية²:

معامل الصدق الذاتي = معامل الثبات.

17 6 ت (استو دنت) لمتجانسين مستقلين حيث ن₁ = ن₂ : هو اختبار لقياس مدى دلالة

الفرق بين متوسطي عينتين، وفي هذه الحالة تحسب دلالة لفرق متوسطي مستقلين و متساويين في عدد الأفراد بالمعادلة التالية :

¹فؤاد البهي السيد ، علم النفس الإحصائي و قياس العقل البشري ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1978 ، ص 244 .

²محمد خير الإحصاء النفسي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997ص222

$$t = \frac{|\bar{S}_2 - \bar{S}_1|}{\sqrt{\frac{E_1^2 + E_2^2}{n-1}}}$$

حيث : ت =

- درجة الحرية ل ت (استو دنت) = 2 ن - 2¹.

1 9 7 ت (استو دنت) لدلالة الفرق لعينة واحدة :

$$t = \frac{\bar{S}_F - \bar{S}_F}{\sqrt{\frac{\text{مج حف}^2}{n-1}}}$$

س ف
ت =
مج حف²
ن (ث 1)

حيث: \bar{S}_F : متوسط الفروق.

ح ف: الفرق بين الفروق ومتوسط الفروق.

ن: عدد أفراد العينة²

18 صعوبات البحث :

- تمثلت صعوبات البحث في :
- نقص الوسائل و الإمكانيات اللازمة لتطبيق الاختبارات.
- تعارض بعض مواعيد الاختبارات الشهرية للمواد مع حصص التطبيق.
- صعوبة فهم التمارين من طرف التلاميذ.
- نقص في المراجع و المصادر و البحوث المتشابهة في مجال

¹محمد خير الإحصاء النفسي، مرجع سابق، ص 222.

²عزاد البهي السيد ، علم النفس الإحصائي و قياس العقل البشري ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1978 ، ص 336 .

18 التعديلات المقترحة:

- تكيف الاختبارات وفق مستوى التلاميذ.
- الاستعانة بالمؤسسات و النوادي لتوفير مختلف الوسائل المطلوبة
- تعويض الحصص الضائعة.

خلاصة :

نظرا لطبيعة مشكلة بحثنا الحالي استدعى منا التعريف بالبحث و منهجه وإجراءاته في هذا

الفصل .

فطرحنا من خلال مشكلتنا معتمدين في ذلك على المعاينة الميدانية، لأجل تثمينها بدراسة استطلاعية للتأكد من أن المشكلة موجودة فعلا ، ويعتبر هذا الفصل بمثابة الدليل والمرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة في هذا البحث ، كما تناولنا فيه أهم العناصر التي تفيد الدراسة بشكل مباشر منها (المنهج المتبع، متغيرات البحث، الدراسة الاستطلاعية، مجتمع الدراسة ، أدوات البحث، العمليات الإحصائية).

تمهيد:

ونظر الطبيعة البحث ومنهج

وتوجب علينا تخصيص هذا الفصل للذبيتنا ولعرض مناقشة النتائج المتحصلة عليها وعليه هذا الأساس قمنا بتحليل النتائج
تحليل موضوعيا يعتمد على الطرق العلمية والمنطقية وهذا حسب الدراسة التجريبية التي نتناولها لبرنامج التعليم
مقترح ومعرفة أثره في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لتلاميذ المرحلة الثانوية
18 45 (سنة ثانية ثانوي) لثانوية الرائد زكريا مجدوب بمدينة السوقر.
فبعد عرض هذه النتائج جفيا الجداول وتم التطرق للمناقشتها وتوضيح كل نتيجة مستعينا بمجموعة من الوسائل والطرق
الإحصائية بالإضافة إلى ذلك تم تمثيلها هذه النتائج جفيا بيانيا.

2 عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

2 1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى والتي تنص على:

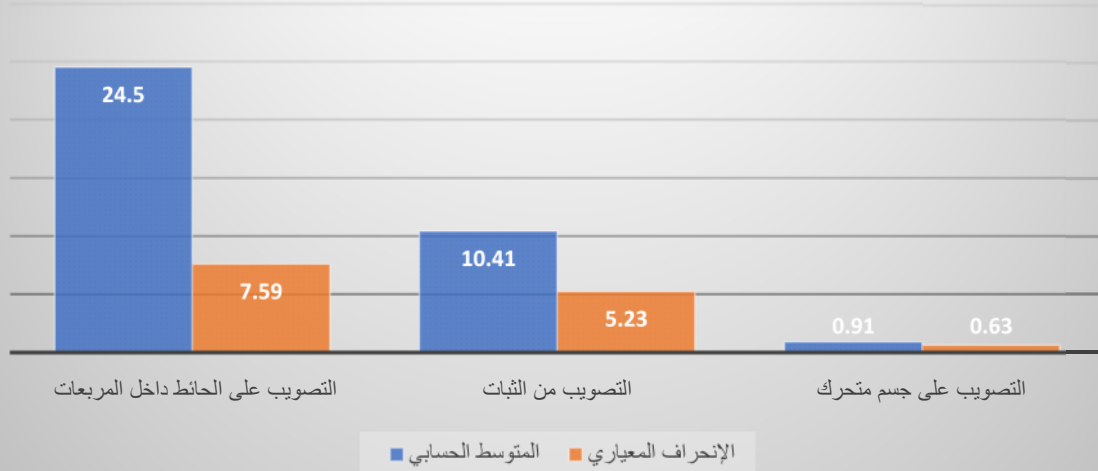
* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينتين التجريبية و الضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

-الجدول رقم (08) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة

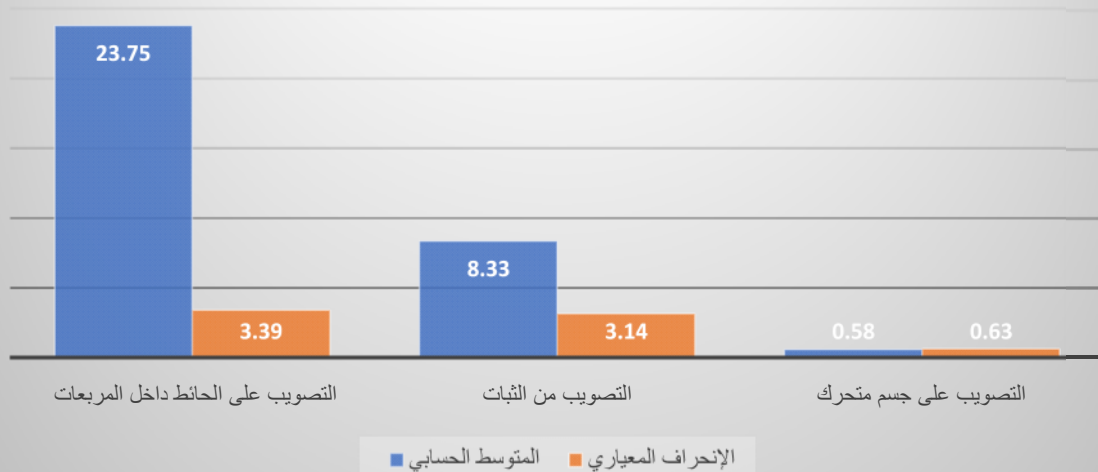
الضابطة والمجموعة التجريبية في الإختبارات القبلية.

		العيينة الضابطة		العيينة التجريبية				
المتغيرات	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	درجة الحرية (2)	مستوى الدلالة الاحصائية
التصويب على الحائط داخل المربعات	24,5	7,59	23,75	3,39	0,4	3,11	22	0.01
التصويب من الثبات	10,41	5,23	8,33	3,14	1,13			غير دال
التصويب على جسم متحرك	0,91	0,63	0,58	0,63	1,22			غير دال

الشكل البياني رقم(03) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ
والإنحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة في الإختبارات القبليّة



الشكل البياني رقم(04) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ
والإنحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في الإختبارات القبليّة



المتغير الأول: اختبار التصويب على الحائط داخل المربعات

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في اختبار التصويب على الحائط داخل المربعات القياس القبلي.

فقد وجدنا المتوسط الحسابي للعينه الضابطة 24,5 وانحرافها المعياري 7,59 أما العينه التجريبية فمتوسطها الحسابي 23,75 وانحرافها المعياري 3,39 وكانت النتائج جد مقاربة وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق بين المتوسطات للعينتين، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (0,4) أصغر من قيمة "ت" الجدولية (3,11) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين، وبذلك تؤكد لنا نتائج الجدول مدى تكافؤ العينتين وتجانسهما

بالنسبة للمتغير الثاني اختبار التصويب من الثبات

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في اختبار التصويب من الثبات

فقد وجدنا المتوسط الحسابي للعينه الضابطة 10,41 وانحرافها المعياري 5,23 أما العينه التجريبية فمتوسطها الحسابي 8,33 وانحرافها المعياري 3,14 وكانت النتائج جد مقاربة وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق بين المتوسطات للعينتين، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (1,13) أصغر من قيمة "ت" الجدولية (3,11) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين.

بالنسبة للمتغير الثالث اختبار التصويب على جسم متحرك.

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في اختبار التصويب على جسم متحرك.

فقد وجدنا المتوسط الحسابي للعينة الضابطة **0,91** وانحرافها المعياري **0,63** أما العينة التجريبية فمتوسطها الحسابي **0,58** وانحرافها المعياري **0,63** وكانت النتائج جد متقاربة وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق بين المتوسطات للعينتين، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (**1,22**) أصغر من قيمة "ت" الجدولية (**3,11**) عند مستوى الدلالة **0.01**، وبالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين.

- 2 2 1 مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

من هنا يمكننا القول أنه بعد تطبيق الإختبارات القبلية على العينتين الضابطة والتجريبية توصلنا إلى:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الإختبارات المهارية لدقة التصويب لدى تلاميذ المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، فمن خلال الجدول رقم (08) نلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة للاختبار القبلي قبلي للعينة الضابطة والتجريبية قد بلغت في اختبار التصويب (التصويب على الحائط داخل المربعات، التصويب من الثبات، التصويب على جسم متحرك) على التوالي: (0,4)، (1,13)، (1,22)، وهي كلها أصغر من قيمة "ت" الجدولية و البالغة (3,11) (عند مستوى الدلالة (0.01) وأمام درجة الحرية (22) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى تلاميذ المجموعتين الضابطة والتجريبية في الإختبارات القبلية.

ويرى الطلبة الباحثون أن التلاميذ لديهم نفس المستوى في الأداء المهاري حيث لم يظهر لنا من خلال استعمال الوسائل الاحصائية المناسبة أية فروق، وبالتالي هم يمتلكون نفس المستوى في مهارة دقة التصويب في كرة اليد، وهذا راجع للعمل المقدم من قبل الأستاذ المشرف حيث يكون هناك العمل بأسلوب أمري في أغلب الأحيان وهذا الأسلوب لا يؤدي إلى زيادة دافعية التعلم لدى التلاميذ، فالتميز يكون فيه بشكل آلة يطبق الأوامر الصادرة من قبل الأستاذ فقط دون المشاركة الفعلية في التعلم، وهذا ما أصبحت تنادي به أغلب التيارات الحديثة حاليا .

وذلك نتيجة عدم خضوع العينة للوحدات التعليمية المقترحة، فالعينة لم تتلقى التدريب اللازم على الأنشطة الرياضية التربوية المقترحة والتي تتضمنها الوحدات التعليمية لتنمية مهارة دقة التصويب

،وممارسة المهام المختلفة التي تتضمنها الوحدات التعليمية ولذلك فلم يتحسن مستوى هؤلاء التلاميذ في الاداء المهاري المراد تطويره في دراستنا.

حيثيربالدكتور عصامعبدالخالق " أنالتدريب

هوالتمرينالمنظمللحركاتالرياضيةالبدنيةعلناأساسالعلميةفيإطارخطةموضوعةمعمرعاةالنواحيالتربويةوكذلكالرعايةالصحيةبهدفالوصولبالفردإلىأعلمستويافالنشاطالرياضيالممارس ويتمذلكمنخلالالتخطيطالجيدوالدقيقلتنميةالصفاتالبدنيةوالمهاراتالحركيةوالقدراتالخطوية"¹

وهذا ما أكدته دراسة غازي محمد خير إبراهيم الكيلاني (2003) بعنوان " أثر استخدام ثلاثة أساليب تدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد ورياضة السباحة ". كما لم يجد فروقا ذات دلالة إحصائية ما بين مجموعات التدريس الثلاثة، وعلى جميع المتغيرات الوصفية لعينة الدراسة مما يشير إلى تجانسهم في تلك المتغيرات. ومن خلال نتائج الجدول الإحصائي نجد أن الفرض الصفري (H0) المتمثل في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينتين التجريبية و الضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي، قد تحقق نتيجة عدم خضوع العينتين لأي إجراءات تجريبية.

2 3 عرضوتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية والتي تنص على:

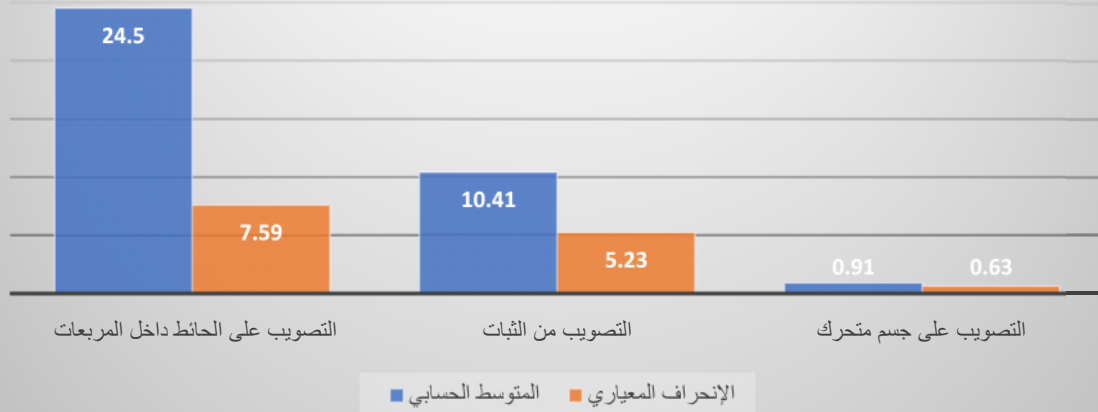
* توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي للعينة الضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1992، ص119.1

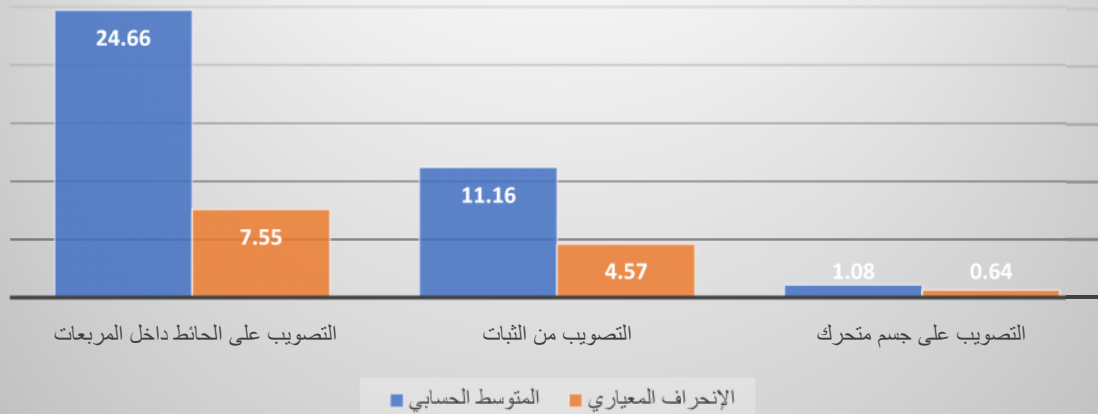
-الجدول رقم (09) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة الضابطة في الإختبارات القبليّة والبعدية.

المتغيرات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')	"ت" المحسوبة	"ت" الجدولية	درجة الحرية (ض)	مستوى الدلالة الاحصائية	الدلالة
	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)									
التصويب على الحائط داخل المربعات	24,5	7,59	24,66	7,55	1,259	2,82	11	0,01	غير دال				
التصويب من الثبات	10,41	5,23	11,16	4,57	1,623	غير دال							
التصويب على جسم متحرك	0,91	0,63	1,08	0,64	0,963	غير دال							

الشكل البياني رقم(05) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ
والإنحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة في الإختبارات القبليّة



الشكل البياني رقم(06) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ
والإنحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة في الإختبارات البعدية



بالنسبة للمتغير الأول إختبار التصويب على الحائط داخل المربعات

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ لدى المجموعة الضابطة في الإختبارات القبليّة والبعدية، في إختبار التصويب على الحائط داخل المربعات

فقد وجدنا المتوسط الحسابي للعينة الضابطة 24,5 وانحرافها المعياري 7,59 وهذا في الإختبار القبلي، أما في الإختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي 24,66 والانحراف المعياري 7,55 وكانت النتائج جد متقاربة ، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (1,259) أصغر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب (2,82) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات بين الإختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في إختبار التصويب على الحائط داخل المربعات بالنسبة للمتغير الثاني إختبار التصويب من الثبات

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة الضابطة في الإختبارات القبليّة والبعدية، في إختبار التصويب من الثبات

فقد وجدنا المتوسط الحسابي للعينة الضابطة 10,41 وانحرافها المعياري 5,23 وهذا في الإختبار القبلي، أما في الإختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي 11,16 والانحراف المعياري 4,57 وكانت النتائج جد متقاربة، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (1,623) أصغر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب (2,82) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات بين الإختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في إختبار التصويب من الثبات

بالنسبة للمتغير الثالث: إختبار التصويب على جسم متحرك

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة الضابطة في الإختبارات القبلية والبعديّة، فيإختبار التصويب على جسم متحرك

فقد وجدنا المتوسط الحسابي للعينّة الضابطة 0,91 وانحرافها المعياري 0,63 وهذا في الإختبار القبلي، أما في الإختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي 1,08 والآنحراف المعياري 0,64 وكانت النتائج جد متقاربة، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (0,963) أصغر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب (2,82) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات بين الإختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مهارة التصويب على جسم متحرك.

2 3 1 مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

يمكننا القول أنه بعد تطبيق الإختبارات البعديّة على العينّة الضابطة توصلنا إلى:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات إختبار التصويب لدى تلاميذ المجموعة الضابطة فمن خلال الجدول رقم (09) نلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة للاختبار القبلي بعدي للعينّة الضابطة قد بلغت في إختبار التصويب (التصويب على الحائط داخل المربعات، التصويب من الثبات، التصويب على جسم متحرك) على التوالي: (1,259)، (1,623)، (0,963)، وهي كلها أصغر من قيمة "ت" الجدولية و البالغة (2.82) عند مستوى الدلالة (0.01) وأمام درجة الحرية (11) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى تلاميذ المجموعة الضابطة في الإختبار القبلي بعدي.

فيرى الطلبة الباحثون انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينّة الضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب ، ما يوضح أن هناك ثبات واستقرار العينّة ولقد ارجع الباحثان ذلك الى عدم نجاعة البرنامج للطريقة المتبعة في تدريس هذه العينّة خلال درس التربية البدنية و الرياضية ، و التي لاتدفع التلاميذ الى بذل مجهود من خلال التمارين ، و بذلك لايحقق الاستثمار في تطوير المهارة

ومنه نجد أن الفرض البديل (H1) المتمثل في وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي للعينه الضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي ،لم يتحقق.

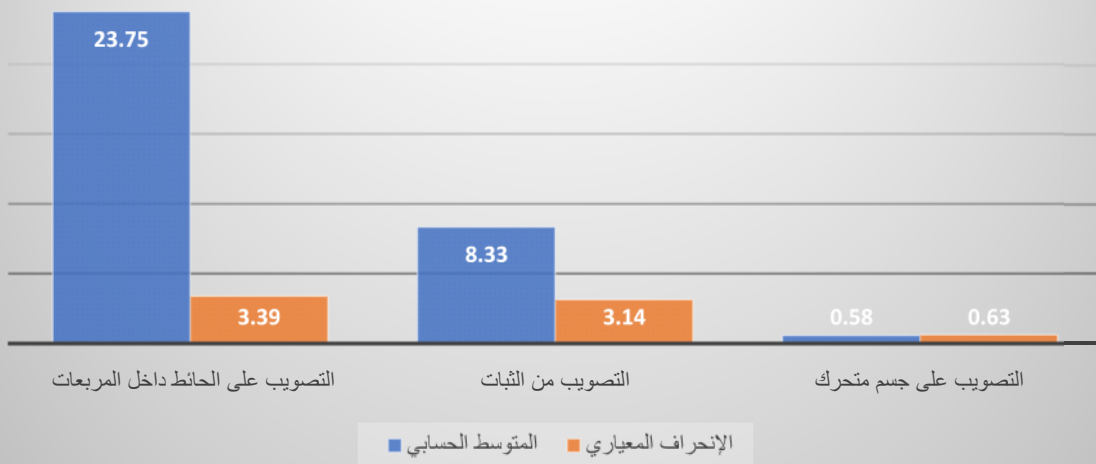
2 4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة والتي تنص على:

* توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي للعينه التجريبية في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

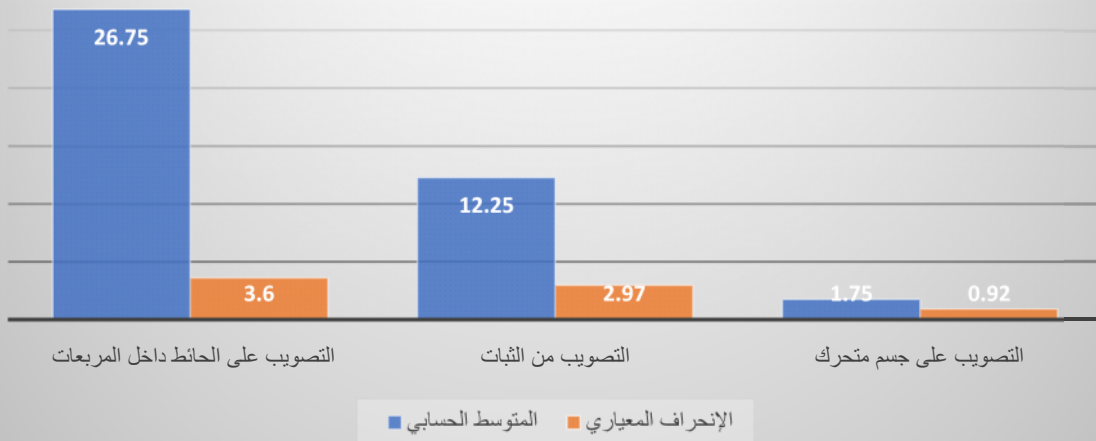
-الجدول رقم (10) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة التجريبية في الإختبارات القبلية والبعدي.

المتغيرات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')
	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')						
التصويب على الحائط داخل المربعات	3,39	23,75	8,13	2,82	3,6	26,75	3,39	23,75	3,6	26,75
التصويب من الثبات	3,14	8,33	5,499	2,82	2,97	12,25	3,14	8,33	2,97	12,25
التصويب على جسم متحرك	0,63	0,58	4,296	2,82	0,92	1,75	0,63	0,58	0,92	1,75

الشكل البياني رقم(07) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ
والإنحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في الإختبارات القبالية



الشكل البياني رقم(08) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ
والإنحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في الإختبارات البعدية



بالنسبة للمتغير الأول: إختبار التصويب على الحائط داخل المربعات

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ لدى المجموعة التجريبية في الإختبارات القبليّة والبعدية، في إختبار التصويب على الحائط داخل المربعات ،وذلك بعد تطبيق الوحدات التعليمية المقترحة .

فقد وجدنا المتوسط الحسابي 23,75 والانحراف المعياري 3,39 وهذا في الإختبار القبلي، أما في الإختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي 26,75 والانحراف المعياري 3,60 وهذا ما يؤكد وجود فروق بين المتوسطات، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (8,13) أكبر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب (2,82) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات بين الإختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، وبذلك تؤكد لنا نتائج الجدول أن للوحدات التعليمية المقترحة أثر في تطوير مهارة دقة التصويب لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

بالنسبة للمتغير الثاني إختبار التصويب من الثبات

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة التجريبية في الإختبارات القبليّة والبعدية، في إختبار التصويب من الثبات ، فقد وجدنا المتوسط الحسابي 8,33 والانحراف المعياري 3,14 وهذا في الإختبار القبلي، أما في الإختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي 12,25 والانحراف المعياري 2,97 وكانت النتائج جد متقاربة وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق بين المتوسطات للعينتين، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (5,499) أكبر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب (2,82) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات بين الإختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التصويب من الثبات

- بالنسبة للمتغير الثالث :إختبار التصويب على جسم متحرك

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة الضابطة في الإختبارات القبلية والبعديّة، في إختبار التصويب على جسم متحرك ، فقد وجدنا المتوسط الحسابي للعينة 0,58 والإنحراف المعياري 0,63 وهذا في الإختبار القبلي، أما في الإختبار البعدي فقد بلغ المتوسط الحسابي 1,75 والإنحراف المعياري 0,92 كانت النتائج جد متقاربة وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق بين المتوسطات للعينتين، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (4,296) أكبر من قيمة "ت" الجدولية والمقدرة ب (2,82) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات بين الإختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مهارة التصويب على جسم متحرك

2 4 1 مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

يمكننا القول أنه بعد تطبيق الإختبارات البعدية على العينة التجريبية توصلنا إلى:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات إختبار التصويب لدى تلاميذ المجموعة التجريبية فمن خلال الجدول رقم (10) نلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة للاختبار القبلي بعدي للعينة التجريبية قد بلغت في اختبار التصويب (التصويب على الحائط داخل المربعات، التصويب من الثبات، التصويب على جسم متحرك) على التوالي: (8,13)، (5,499)، (4,296)، وهي كلها أكبر من قيمة "ت" الجدولية و البالغة (2.82) عند مستوى الدلالة (0.01) وأمام درجة الحرية (11) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية في الإختبار القبلي بعدي.

ويرى الطلبة الباحثون أن الأسلوب التدريبي إذا تم تطبيقه بشكل جيد وتوفير كل الظروف المساعدة على ذلك أدى إلى تطوير في مستوى الاداء المهاري في التصويب لكرة اليد، كما نشير أن الأسلوب التدريبي يتم تحويل وانتقال القرارات المعينة أو المحددة المتمثلة في القرارات التسعة، من المعلم إلى المتعلم الذي يخلق هذا الأسلوب نوعا جديدا من المعرفة من المعلم إلى

المتعلم وكذلك بين المتعلمين أنفسهم ومن هذا يمكننا تحقيق بعض الأهداف التي تتعلق بتحسين الانجاز لدى المتعلم، ويوفر هذا الأسلوب الوقت الكافي للعمل الانفرادي و وقت لإعطاء التغذية الراجعة الفردية والجماعية (1) وأن الطالب هو المقصود في العملية التعليمية والمدرس هو المربي لذلك استخدام أساليب واستراتيجيات حديثة تعمل على تطوير الطلبة وتجعلهم قادرين على اتخاذ قراراتهم بأنفسهم ويتم تحقيق ذلك وبشكل مباشر من قبل المدرس باعتبارها لمشجع والمرشد والدافع لهم.

وهذا ما أكدته دراسة فوزية محمد عمر منذرة بعنوان تأثير أسلوب التدريس التدريبي والتبادلي على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي " المرحلة الإعدادية" حيث أظهرت النتائج تأثير أسلوب التدريس (التدريبي، والتبادلي) على تعلم بعض الحركات الأرضية في الجمباز، ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي "المرحلة الإعدادية". ومن خلال كل هذا نستطيع القول أن فرضية البحث الثالثة (H1) والتي تنص على أن "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي للعينة التجريبية في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي" قد تحققت .

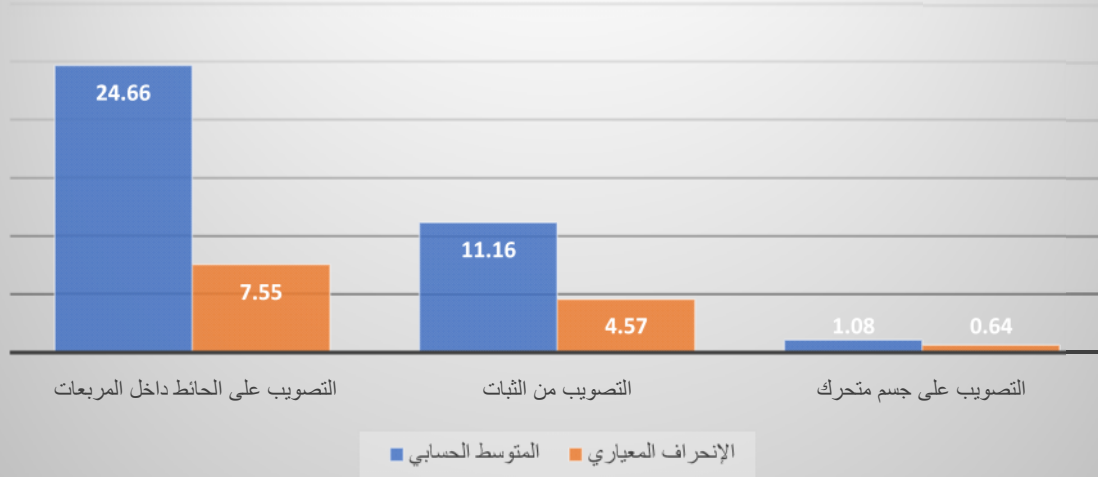
2 5 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة والتي تنص على:

* توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين العينتين التجريبية والضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

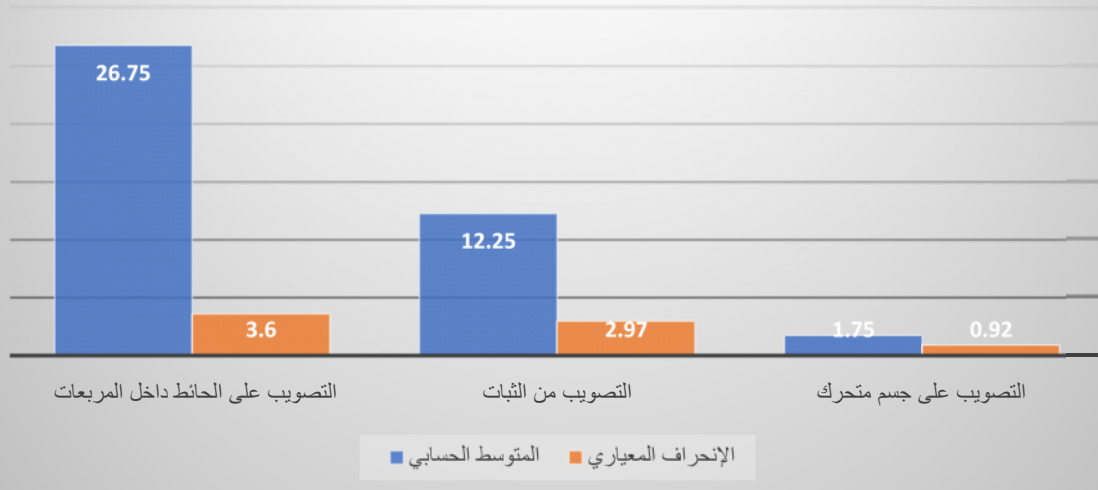
-الجدول رقم (11) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات التلاميذ لدى المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الإختبارات البعدية.

المتغيرات	العينة الضابطة		العينة التجريبية		الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية (2)	"ت" الجدولية	"ت" المحسوبة	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')
	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط الحسابي (س')	الانحراف المعياري (ع)									
التصويب على الحائط داخل المربعات	24,66	7,55	26,75	3,6	0,828	0.01	22	3,11					
التصويب من الثبات	11,16	4,57	12,25	2,97	0,662								
التصويب على جسم متحرك	1,08	0,64	1,75	0,92	1,988								

الشكل البياني رقم(09) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ
والإنحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة في الإختبارات البعدية



الشكل البياني رقم(10) يبين دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ
والإنحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في الإختبارات البعدية



المتغير الأول: اختبار التصويب على الحائط داخل المربعات

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في اختبار التصويب على الحائط داخل المربعات القياس البعدي .

فقد وجدنا المتوسط الحسابي للعينه الضابطة 24,66 وانحرافها المعياري 7,55 أما العينه التجريبية فمتوسطها الحسابي 26,75 وانحرافها المعياري 3,6 وكانت النتائج جد متقاربة وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق بين المتوسطات للعينتين، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (0,828) أصغر من قيمة "ت" الجدولية (3,11) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين، وبذلك تؤكد لنا نتائج الجدول مدى تكافؤ العينتين وتجانسهما

بالنسبة للمتغير الثاني: إختبار التصويب من الثبات

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في إختبار التصويب من الثبات

فقد وجدنا المتوسط الحسابي للعينه الضابطة 11,16 وانحرافها المعياري 4,57 أما العينه التجريبية فمتوسطها الحسابي 12,25 وانحرافها المعياري 2,97 وكانت النتائج جد متقاربة وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق بين المتوسطات للعينتين، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (0,662) أصغر من قيمة "ت" الجدولية المقدره (3,11) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين. بالنسبة للمتغير الثالث: إختبار التصويب على جسم متحرك.

نلاحظ من خلال نتائج الجدول التالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في إختبار التصويب على جسم متحرك.

فقد وجدنا المتوسط الحسابي للعينه الضابطة 1,08 وانحرافها المعياري 0,64 أما العينه التجريبية فمتوسطها الحسابي 1,75 وانحرافها المعياري 0,92 وكانت النتائج جد متقاربة وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق بين المتوسطات للعينتين، أما دلالة الفروق بين العينتين فكانت قيمة "ت" المحسوبة (1,988) أصغر من قيمة "ت" الجدولية (3,11) عند مستوى الدلالة 0.01، وبالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين.

2 4 1 مناقشة الفرضية الجزئية الرابعة :

من هنا يمكننا القول أنه بعد تطبيق الإختبارات البعدية على العينتين الضابطة والتجريبية توصلنا إلى:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الإختباراتالمهارية لدقة التصويب لدى تلاميذ المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، فمن خلال الجدول رقم(11) نلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة للاختبار البعدي للعينه الضابطة والتجريبية قد بلغت في اختبار التصويب (التصويب على الحائط داخل المربعات، التصويب من الثبات، التصويب على جسم متحرك) على التوالي: (0,828)،(0,662)،(1,988)، وهي كلها أصغر من قيمة "ت" الجدولية و البالغة (3,11) عند مستوى الدلالة (0.01) وأمام درجة الحرية (22) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى تلاميذ المجموعتين الضابطة والتجريبية في الإختبارات البعدية.

لكن إذا قارنا بين المتوسطات الحسابية للعينتين فنجد أفضلية لصالح المجموعة التجريبية أي تحسن أفضل في اختبار التصويب، وذلك بمقارنة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للعينه التجريبية والبالغ (التصويب على الحائط داخل المربعات 26,75)، (التصويب من الثبات 12,25)، (التصويب على جسم متحرك 1,75) مع المتوسط الحسابي لنفس الإختبار للعينه الضابطة والبالغ (التصويب على الحائط داخل المربعات 24,66)، (التصويب من الثبات 11,16)، (التصويب على جسم متحرك 1,08)، مما يدل على أن هناك أفضلية لصالح المجموعة التجريبية في مهارة التصويب.

وبما أننا قد تحققنا من تكافؤ وتجانس تلاميذ العينتين قبل البدء بتنفيذ البرنامج التعليمي

المقترح فإننا نغير بظراً على النتائج سواء كان هذا التغيير إيجابياً أم سلبياً هو نتيجة للعمل

الذي خضعته كل عينة مع اختلاف في البرنامج. ومن هنا يتضح لنا فاعلية البرنامج وظهور

التفوق الواضح لدى تلاميذ

العينة التجريبية والذي يعود إلى المنهجية التي اتبعناها في صياغة الوحدة التعليمية وفقاً لسلوب علمي تدريبي

والتدرج الصحيح في عادة التمارين وتكرارها مما أدى إلى إتقان التلاميذ للتمارين.

و من هذا المنطلق نستخلص أن المجموعة التجريبية في تطور مستمر نتيجة تطبيق البرنامج

التعليمي المقترح للأسلوب التدريبي بينما تبقى المجموعة الضابطة في ركود أو تطور ببطء فيما

يخص المهارة المدروسة ، ويعزز الباحثون ذلك إلى أن الأسلوب التدريبي قد حقق الأغراض التي

وضع لأجلها في تطوير مهارة التصويب في كرة اليد ، ومن خلال كل هذا نستطيع القول أن

فرضية البحث الرابعة (H1) والتي تنص على أن.، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار

البعدي بين العينتين التجريبية والضابطة في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد

لدى تلاميذ الطور الثانوي، لم تتحقق

2 5 الفرض العام للدراسة:

ومن خلال صحة الفرضية الجزئية الرابعة ، وبدلالة إحصائية نستطيع القول أن الفرضية الرئيسية

القائلة " للأسلوب التدريبي اثر في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ

الطور الثانوي " قد تحققت وأثبتت ايجابية البرنامج التعليمي المقترح للأسلوب التدريبي المتبع في

حصص التعليم ، فهو أيضا يساعد على اقتصاد الوقت والجهد الفكري و البدني في العملية

التدريسية في الأنشطة الرياضية بصفة عامة و في نشاط كرة اليد بصفة خاصة.

خلاصة :

احتوى هذا الفصل على عرض و تحليل النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية و معالجتها إحصائياً ، وقد تبين نتائج الاختبارات الخاصة بالتلاميذ والذي أردنا من خلاله إظهار اثر الأسلوب التدريبي في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى لدى تلاميذ الطور الثانوي وهذا ما أظهرته النتائج بعد معالجتها إحصائياً .

- الاستنتاجات:

من خلال إشكالية البحث التي قمنا بمعالجتها بوسائل إحصائية مناسبة توصلنا إلى النتائج التالية:

- تجانس العينتين بالضابطة والتجريبية في متغيرات السن والطول والوزن.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات البحث بين العينة الضابطة والتجريبية في الإختبارات القبلية.
- استقرار وثبات في المستوى المهارة الحركية الأساسية المستهدفة في بحثنا لدى العينة الضابطة أثناء الإختبارات القبلية و البعدية ولم تحقق تطور ملحوظ خلال هذه الفترة .
- حققت العينة التجريبية تقدما ملحوظا في مستوى المهارة الحركية الأساسية المستهدفة خلال الإختبارات البعدية على غرار العينة الضابطة .
- يؤثر الأسلوب التدريبي من خلال وحدات المجموعة التجريبية إيجابيا على تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى التلاميذ في المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة ، مما أدى إلى فروق معنوية بين الإختبارات البعدية لصالح العينة التجريبية .
- يساهم الأسلوب التدريبي في تحقيق أهداف تعليمية كتطوير المهارة التي يسعى الأستاذ للوصول بالتلميذ إليها عن طرق تقديم درس وفق قدرات التلميذ .
- ضرورة الإهتمام بإجراء أبحاث علمية يتمن خلالها عمل برامج تعليمية متعلقة بتحسين وتطوير مختلف القدرات والمهارات الأساسية في كرة اليد لمرحلة التعليم الثانوي و الإرتقاء بها.
- إجراء دراسات مشابهة لمعرفة أثر تطوير بعض الأساليب التدريسية لمستوى الأداء المهاري في كرة اليد لمختلف الفئات العمرية.
- إن استخدام الأسلوب التدريبي كان له تأثير إيجابي مقارنة بالأسلوب الامري على تعلم المهارة الحركية

وفي الأخير ومن خلال ما لاحظنا في بحثنا يمكننا القول أن للأسلوب التدريبي تأثير ايجابي في تطوير مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد أدى تلاميذ الطور الثانوي أن أحسن وعرفنا كيفية استعماله بوجه صحيح خلال حصة التربية البدنية و الرياضية .

- الاقتراحات:

هناك جملة من الاقتراحات نود أن نقدمها إلى الطلبة وأساتذة المهتمين بالتربية البدنية والرياضية نذكرها في النقاط التالية :

- ❖ _ يجب على أساتذة التربية البدنية والرياضية اختيار الأسلوب التدريسي المناسب لتحقيق الأهداف المرجوة وهذا الاختيار يكون على أساس الوسائل البيداغوجية المتوفرة ومستوى التلميذ.
- ❖ _ ضرورة استخدام الأسلوب التدريبي في تعليم جميع المهارات الحركية لما له تأثير إيجابي على ذلك .
- ❖ _ تجهيز المؤسسات التعليمية بمتطلبات العمل الرياضي من أدوات وأجهزة ومنشآت خاصة .
- ❖ _ التأكيد على توفير الأجهزة البيداغوجية التي تؤدي إلى تحسين الممارسة الرياضية في المدارس .
- ❖- يجب تحسين عملية التدريس باستخدام التمارين النوعية المبنية على أسس علمي صحيحة وذلك بدراستها علميا وميدانيا من طرف المختصين ذوي الكفاءة في أنماط التدريس من أجل تعلم مختلف المهارات الحركية.
- ❖- مشاركة وإدخال أساتذة الرياضة والمدربين في تریصات وطنية ودولية للاستفادة من طرق التدريب العصرية ومواكبة التطور الرياضي العلمي.

-الفرضية المستقبلية :

🚩 برنامج تعليمي مقترح لأسلوبيي التدريس (التدريبي و التبادلي) واثرها على تطوير

مهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي .

خاتمة عامة:

لقد أصبحت جل المنظمات التربوية في جميع دول العالم تخضع إلى المراجعة والنقد بين الفترة والأخرى بقصد تثمين أو إصلاح أو التغيير ما يمكن تثمينه أو إصلاحه أو تغييره من الجوانب التي لا تتناسب الحياة المعاصرة ، وذلك بسبب التطورات أو التحولات في شتى مجالات الحياة (السياسية والاقتصادية والاجتماعية وحتى الفكرية...) والعملية التعليمية كما هو المعلوم متأثر بكل هذه المتغيرات ، بحيث لم تعد كما كانت عليه قبل عشرين سنة أو ثلاثين سنة الماضية، خاصة في ظل الثورة المعلوماتية الكبيرة

لذلك نرى أن أكثر الشعوب تقدما في مجالات الحياة هي تلك التي تولي اهتمامها الكبير بالعملية التعليمية التعليمية حيث يرى المختصون والمهتمون في الميدان التربوي ، أن التطور في هذا المجال يجب أن يهدف الى تسطير الأهداف ووضع البرامج والمحتويات وضبط منهجية وعملية التقييم والتقويم المناسبة لكل مستوى ومجال من مجالات التربية والتعليم ، فضلا عن التحديد السليم والدقيق لطرق والأساليب التدريس والاستراتيجيات البيداغوجية والتعليمية التي يجب أن يتبعها المربون للوصول إلى تحقيق الأهداف والكفاءات المختلفة.

وبما أن مادة التربية البدنية والرياضية أحد الشروط والعوامل الرئيسية لتحقيق تلك الأهداف التربوية في كل الأطوار التعليمية، فإن العناية بهذه المادة يشكل الخطوة الأولى والمهمة التي بواسطتها يتم تحقيق كل الكفاءات مسطرة في منهاج التربية البدنية والرياضية، وهذا الاهتمام لا بد أن يطال كل الجوانب ، نظرا لتركيبية البشرية الموجودة في تلك المؤسسات التربوية المنتجة للعلم والمعرفة، فعلماء النفس يبينون لنا مدى تأثير الفروق الفردية بين المتعلمين في عملية التعليم والتعلم أثناء تنفيذ درس التربية البدنية والرياضية، وتهدف زيادة روح المنافسة بين المتعلمين وتسريع عملية التعلم بأقل وقت وجهد ممكن، لهذا تم إيكار أساليب التدريس في إشباع رغباتهم وقدراتهم وحجاتهم وأدوارهم المتميزة وتقييمهم بذاتهم ، وهو الشيء الذي كانت تفنقر اليه الممارسات البيداغوجية التقليدية .

وعليه فإن التدريس الذي يتأسس على مدخل الكفاءات لا بد أن يبلغ مقاصده ولأنه لا يتناول شخصية المتعلم تناولا تجزيئيا كما أشارت إليه جميع المقاربات الحديثة في التدريس، وهذا الأمر لم يكن ليكتمل ويتم لولا تطور الأبحاث السيكولوجية والبيداغوجية، النظرية والتطبيقية التي حاولت أن تكشف الشروط والقوانين الأساسية التي تتحكم في عملية التعلم، لذلك فإن هذه الدراسة جاءت لتبين مدى أهمية وضرورة هذه النزعة الفكرية العلمية والتوجه العملي الجديد، الذي انتهجته المنظومة التربوية الجزائرية والتي ينبغي أن يعتمد في جانبه التطبيقي حسب الدراسات السابقة و نتائج البحث الحال على أهم أساليب التدريس الحديثة التي أثبتت التجارب الميدانية كامل نجا عنها في تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية وكما رأينا فإن نماذج الأساليب التدريسية لي "موسكا موسطن" تعتبر اليوم أفضل البدائل المقترحة للوصول للمتعلم إلى إكساب مختلف المهارات والكفاءات التي تساعده في مسايرة هذا التطور وذلك حتى نتمكن من صنع ذلك التلميذ الصالح و مؤثر في مجتمعه.

فمن خلال هذه الدراسة يرمي الباحثان إلى إيضاح الدور الهام والفعال لاستخدام الأساليب التدريسية (الاسلوب التدريبي) في حصة التربية البدنية والرياضة وفي العملية التعليمية عامة وخاصة في مرحلة التعليم الثانوي وأهميتها في المسار الدراسي وبالتالي ترمي إلى تحقيق بعض الأهداف (المعرفية، والحسية الحركية والانفعالية) المسطرة من طرف الأستاذ بطريقة مباشرة وغير مباشرة.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

احمد بن يحيى الونشريسي – تيسمسيلت-

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

:

:النشاط البدني الرياضي التربوي

: النشاط البدني الرياضي التربوي

استمارة تحكيم

لانجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر في النشاط البدني الرياضي
التربوي : تعليمي تدريبي تعلم مهارة دقة
التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي

(دراسة ميدانية تجريبية أجريت على تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية تياره - دائرة السوق-)

نتوجه إليكم راجين مساعدتكم في انجاز هذا البحث من . لال تحكيمكم لاختبار
المقدم إليكم بكل صدق وقناعة تحكيمكم أساس بحثنا و منطلق استنتاجاتنا

:

:

امين

- شاشوة محمد امين -

- يحيى والشيخ

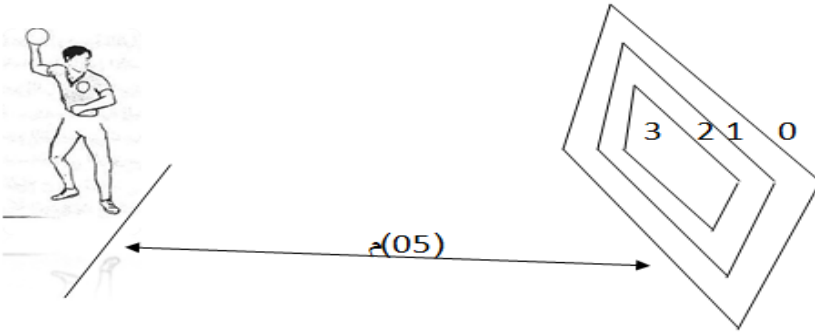
السنة الجامعية: 2016 2017

اختبارات كرة اليد :

اختبارات التصويب :



اختبار التصويب على الحائط داخل المربعات :



الأدوات :

- . كرة يد .
- . طباشير لرسم المربعات .

مواصفات الأداء :

يوضع خط للرمي يبعد عن الحائط ب(05)م ، يرسم على الحائط ثلاثة مستطيلات متداخلة أبعادها (60×80)سم و (20×40)سم . .

الغرض من التمرين :

- . اختبار دقة التصويب .

التقويم :

- . (03) نقاط عند إصابة المربع الأوسط .
- . (02) نقاط عند إصابة المربع الثانية .
- . (01) نقطة عند إصابة المربع الثالث .

. (0) نقطة عندما تكون الكرة خارج المربعات .

. احتساب عدد الدرجات في (30) ثانية¹ .

اختبار التصويب من الثبات:

الأدوات :

كرة يد.

مواصفات الأداء :

التصويب على بعد (07)م من الثبات نحو المربعين المحددين على زوايا المرمى ,لكل مختبر

16مرة تصويب .

الغرض من التمرين :

اختبار الدقة فيالتصويب .

التقويم :

تعطى درجة لكل تصويبة صحيحة داخل المربع المحدد .

تُلغى الدرجة في حالة أي مخالفة قانونية² .



¹ دليل الألعاب التمهيدية الخاصة بالتعليم الابتدائي، مديرية الانتقاء بالرياضة المدرسية، المغرب، 2011، ص:72

² سامر يوسف متعب الشمخي: مصدر سبق ذكره، 1999، ص79

قذف الكرة نحو هدف متحرك لإتقان مهارة التصويب.

الأدوات :

.كرة يد.

كرة سلة.

مواصفات الأداء :

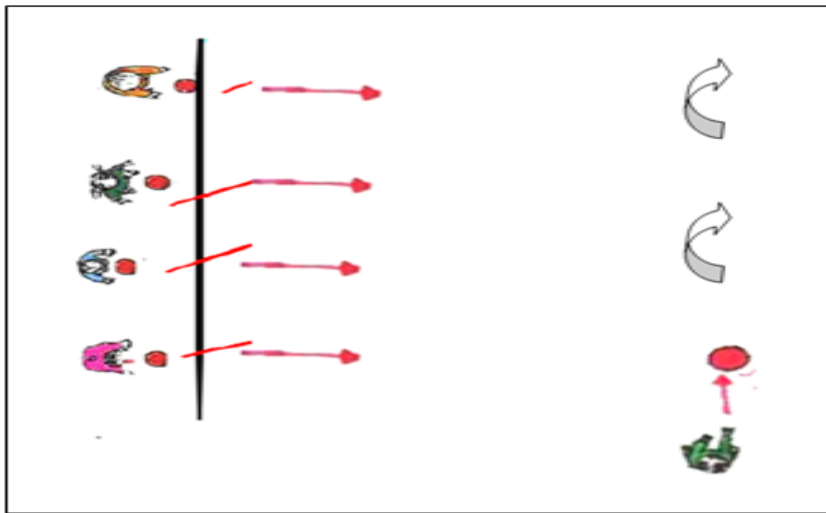
يقسم التلاميذ حسب عدد الكرات، يحاول كل لاعب على حدة التصويب نحو هدف متحرك على بعد معين (كرة كبيرة مدرجة من طرف الأستاذ من النقطة "أ" إلى النقطة "ب") ثلاث مرات، تدون المحاولات الناجحة للتقويم، ويتم تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج...إلخ)

الغرض من التمرين :

- إصابة الكرة المتحركة بالكرة المقذوفة .

التقويم:

- تحتسب نقطة على كل محاولة ناجحة.



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

احمد بن يحيى الونشريسي – تيسمسيلت-

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

:

:النشاط البدني الرياضي التربوي

: النشاط البدني الرياضي التربوي

استمارة تحكيم البرنامج التعليمي

التربوي : تعليمي التدريبي تعلم مهارة دقة
لانجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر في النشاط البدني الرياضي
التصويب نحو المرمى في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي

(دراسة ميدانية تجريبية أجريتها على تلاميذ المرحلة الثانوية بولاية تياره - دائرة السوتر -)

نتوجه إليكم راجين مساعدتكم في انجاز هذا البحث من . لال تحكيمكم لبرنامجنا
التعليمي المترج المقدم إليكم بكل صدق وقناعة اتحكيمكم أساس بحثنا و منطلق

:

:

امين

- شاشوة محمد امين -

- يحيى اويالشيخ

السنة الجامعية: 2016 2017

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

احمد بن يحيى الونشريسي - تيسمسيلت-

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

:

:النشاط البدني الرياضي التربوي

: النشاط البدني الرياضي التربوي

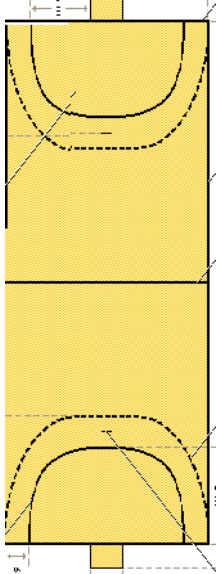
استمارة الاساتذة المحكمين

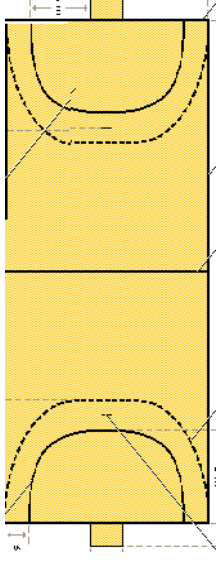
للبرنامج التعليمي المقترح :

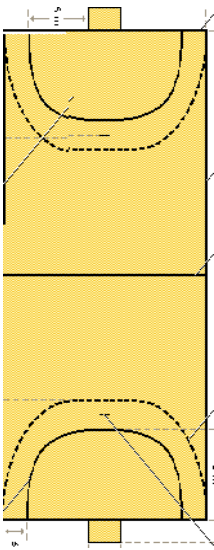
الاسم واللقب:	الملاحظة:	الامضاء:

المستوى:	النشاط:	مدة الانجاز:	مكان الإنجاز:
السنة الثانية ثانوي	كرة اليد	ساعة واحدة	قاعة المؤسسة
وسائل العمل الضرورية		ميقاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + اقبال	
الكفاءة القاعدية		تبنى وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف	
الهدف التعليمي رقم : 01		التصويب باليد المكسورة 90°	
فترات التعلم	ظروف الانجاز	صور توضيحية تكتيكية	مؤشرات النجاح
المرحلة التحضيرية	الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). تحضير بدني عام: جري خفيف، 15د تسخينات، تمارين تمديد وتلين.		الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لتفادي الإصابة.
المرحلة الانجازية	1: يتم تشكيل مجموعتين () () ممرات من أجل التصويب في وجود - وعند سماع الصافرة يتم التصويب إعطاء الاعب الحرية في تحديد الهدف 30 2: يصطف التلاميذ على شكل مجموعتين مذكورتين سابقا ، حيث نقوم بترقيم زوايا المرمى ، وعند سماع الصافرة يتم التصويب نحو الهدف الموجه من التصويب خارج منطقة 9 3: منافسة تطبيقية بين المجموعتين ()		التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف. وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة. الرغبة في التحدي والفوز
المرحلة التقييمية	تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سليات وإيجابيات الحصّة. التحية الرياضية. 10د		إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها. الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.

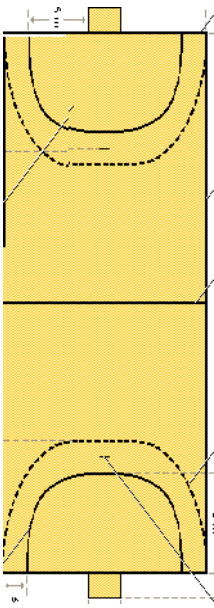
المستوى:	النشاط:	مدة الانجاز:	مكان الإنجاز:
السنة الثانية ثانوي	كرة اليد	ساعة واحدة	قاعة المؤسسة
وسائل العمل الضرورية			
ميكاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			
الكفاءة القاعدية			
تبني وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			
الهدف التعليمي رقم : 02			
التصويب في حالة الجري .			
فترات التعلم	ظروف الانجاز	صور توضيحية تكتيكية	مؤشرات النجاح
المرحلة التحضيرية	الأخذ باليد - تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). 15د تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتليين.		التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.
المرحلة الانجازية	1: يتم تشكيل مجموعتين () () رواقين لتصويب نحو المرمى عند التصويب خارج منطقة 9 2: ينظم التلاميذ على شكل قاطرتين () () يحاول كل تلميذ بالتوالي تصويب الكرة باختيار الحلقات الموضوعة في شكل مستقيم التي 9 3: منافسة تطبيقية بين المجموعتين 30		التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف. وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة. الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.
المرحلة التقييمية	تمديد العضلات وتليين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية. 10د		إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.

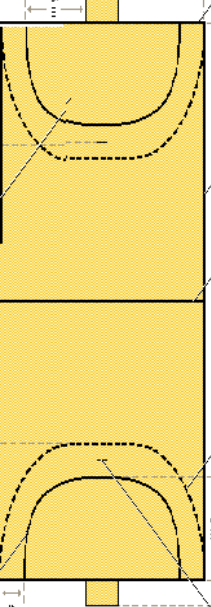
مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط	المستوى
قاعة المؤسسة	ساعة واحدة	كرة اليد	السنة الثانية ثانوي
ميكاني + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			وسائل العمل الضرورية
تبنى وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			الكفاءة القاعدية
التصويب بالارتقاء .			الهدف التعليمي رقم : 03
التوصيات	مؤشرات النجاح	صور توضيحية تكتيكية	ظروف الانجاز
الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لنفاذي الإصابة.	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.		الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). 15د تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتلين.
التركيز على التنظيم الجيد وتسجيل الملاحظات مع تصحيح الأخطاء فردي وجماعي. تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج... إلخ) التركيز على إتقان كل مهارة.	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف. وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة - الرغبة في التحدي والفوز .		الموقف 1: يتم تشكيل التلاميذ على شكل قاطرة ، وعند سماع الإشارة يقوم بالجري و التصويب اثناء الارتفاع عند الحاجز بواسطة رجل الارتكاز . 30د الموقف 2: ينقسم التلاميذ الى مجموعتين جانبيتين ي(يمنى) و (يسرى) . عند سماع الإشارة يقوم التلاميذ بالجري باستخدام الخطوات الثلاث و التصويب بالارتقاء بالتناوب بين المجموعتين (: التصويب خارج) 9
إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.		تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية. 10د

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط	المستوى	
قاعة المؤسسة	ساعة واحدة	كرة اليد	السنة الثانية ثانوي	
ميكاني + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			وسائل العمل الضرورية	
تبنى وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			الكفاءة القاعدية	
التصويب الغير مباشر			الهدف التعليمي رقم: 04	
التوصيات	مؤشرات النجاح	صور توضيحية تكتيكية	ظروف الانجاز	فترات التعلم
الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لنفاذي الإصابة.	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.		الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). 15د تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتليين.	المرحلة التحضيرية
التركيز على التنظيم الجيد وتسجيل الملاحظات مع تصحيح الأخطاء فردي وجماعي. تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج... إلخ) التركيز على إتقان كل مهارة.	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف. وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة - الرغبة في التحدي والفوز .		الموقف 1 : يتم وضع التلاميذ على شكل قاطرتين (أ) و (ب) ، مع وضع حلقة بالقرب من خط المرمى، و يقوم التلاميذ بالتصويب نحو الحلقة بالتناوب من اجل تحديد ايطار المرمى (ملاحظة : التصويب خارج منطقة 9امتار) 30د الموقف 2: نفس التمرين السابق مع إضافة حارس مرمى و ذلك بغية دقة التصويب الموقف 3: مباراة مصغرة تطبيقية بين المجموعتين منافسة تطبيقية	المرحلة الانجازية
إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.		تمديد العضلات وتليين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية. 10د	المرحلة التقييمية

المستوى	النشاط	مدة الانجاز	مكان الانجاز
السنة الثانية ثانوي	كرة اليد	ساعة واحدة	قاعة المؤسسة
وسائل العمل الضرورية	ميفاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال		
الكفاءة القاعدية	تبنى وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف		
الهدف التعليمي رقم : 05	التصويب المتخفي		
فترات التعلم	ظروف الانجاز	صور توضيحية تكتيكية	مؤشرات النجاح
المرحلة التحضيرية:	الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). 15د - تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتلين.		التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.
المرحلة الانجازية:	الموقف 1: يتم تشكيل التلاميذ في مجموعة واحدة ، بالإضافة الى وضع لاعب سلمي كحاجز بشري امام التلاميذ ، وعند إعطاء الإشارة يتم جري التلميذ في المجال المحجوب عن الرؤية للمرمى ، و التصويب نحو المرمى الموقف 2 : 30د يتم تشكيل التلاميذ في مجموعة واحدة بالإضافة الى وضع لاعب سلمي مع وجود حارس مرمى . (: التصويب خارج) (9) الموقف 3 : اجراء مباراة مصغرة تطبيقية		التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف. وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة . الرغبة في التحدي والفوز .
المرحلة التقييمية:	تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية. 10د		الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.
			إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.

المستوى	النشاط	مدة الانجاز	مكان الانجاز
السنة الثانية ثانوي	كرة اليد	ساعة واحدة	قاعة المؤسسة
وسائل العمل الضرورية	مقياتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال		
الكفاءة القاعدية	تبني وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف		
الهدف التعليمي رقم : 06	التصويب على شكل رمح		
فترات التعلم	ظروف الانجاز	صور توضيحية تكتيكية	مؤشرات النجاح
المرحلة التحضيرية	الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). 15د تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتليين.		التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.
المرحلة الانجازية	الموقف 1 : يتم وضع التلاميذ على الشكل الافقي في وسط الملعب بحيث يقوم كل تلميذ بالتصويب نحو المرمى مع التكرار لكل محاولة . 30د الموقف 2 : يتم تقريب المسافة نحو المرمى بالإضافة وضع حلقات في زوايا المرمى لتحديد دقة التصويب من مسافات بعيدة .		التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف. وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة - الرغبة في التحدي والفوز .
المرحلة التقييمية	تمديد العضلات وتليين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية. 10د	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.	إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط	المستوى
قاعة المؤسسة	ساعة واحدة	كرة اليد	السنة الثانية ثانوي
ميكاني + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			وسائل العمل الضرورية
تبنى وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			الكفاءة القاعدية
التصويب من وضعية الميلان			الهدف التعليمي رقم : 07
التوصيات	مؤشرات النجاح	صور توضيحية تكتيكية	ظروف الانجاز
الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لنفاذي الإصابة.	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.		الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). 15د تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتلين.
التركيز على التنظيم الجيد وتسجيل الملاحظات مع تصحيح الأخطاء فردي وجماعي. تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج... إلخ) التركيز على إتقان كل مهارة.	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف. وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة - الرغبة في التحدي والفوز .		الموقف 1: يتم وضع التلاميذ في زاويتي الملعب مع وضع ثلاث اقمعة على بعد متر واحد عن كل قمع في خط التسع امتار . عند سماع الإشارة يقوم التلميذ بالجري و التصويب من الزاوية المفتوحة الى الزاوية المغلقة الموقف 2: 30د يتم نفس متطلبات التمرين المذكور سابقا مع وضع لاعب سلمي على خط تسعة امتار ، بحيث يقوم التلميذ بالتصويب من وضعية الميلان نحو المرمى (التصويب خارج) . 9 الموقف 3 : منافسة تطبيقية بين المجموعتين .
إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.		تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية. 10د

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط	المستوى
قاعة المؤسسة	ساعة واحدة	كرة اليد	السنة الثانية ثانوي
ميكاني + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			وسائل العمل الضرورية
تبنى وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			الكفاءة القاعدية
التصويب بالارتكاز من نقطة ال 7 امتار			الهدف التعليمي رقم : 08
التوصيات	مؤشرات النجاح	صور توضيحية تكتيكية	ظروف الانجاز
الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لنفاذي الإصابة.	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.		الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). 15د تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتلين.
التركيز على التنظيم الجيد وتسجيل الملاحظات مع تصحيح الأخطاء فردي وجماعي. تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج... إلخ) التركيز على إتقان كل مهارة.	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف. وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة الرغبة في التحدي والفوز .		الموقف 1: نقوم بوضع الحلقات في الزوايا العليا للمرمى، بالإضافة الى اقمعة في الزوايا الأرضية للمرمى ، و يقوم التلاميذ بالتصويب نحو المرمى بالتوالي مع التكرار الموقف 2: نفس متطلبات التمرين السابق بالإضافة الى وجود حارس مرمى الموقف 3: منافسة تطبيقية بين المجموعتين 30د
إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.		تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية. 10د

المستوى:	النشاط:	مدة الانجاز:	مكان الإنجاز:
السنة الأولى ثانوي	كرة اليد	ساعة واحدة	ساحة المؤسسة
وسائل العمل الضرورية			
ميكاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			
الكفاءة القاعدية			
تبني وتيرات قاعدية و تكيف المحهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			
الهدف التعليمي رقم : 01			
التصويب باليد المكسورة 90°			
فترات التعلم	ظروف الانجاز	المدة	مؤشرات النجاح
المرحلة التحضيرية	الأخذ باليد - تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتليين.	15 د	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.
المرحلة الانجازية	1: يتم تشكيل مجموعتين () () ممرات من اجل التصويب في وجود - وعند سماع الصافرة يتم التصويب () إعطاء الاعب الحرية في تحديد الهدف . 2: يصطف التلاميذ على شكل مجموعتين مذكورتين سابقا ، حيث نقوم بترقيم زوايا المرمى ، وعند سماع الصافرة يتم التصويب نحو الهدف الموجه من 3: منافسة تطبيقية بين المجموعتين () ()	30 د	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف. وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة . الرجبة في التحدي والفوز .
المرحلة التقييمية	تمديد العضلات وتليين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سليات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية.	10 د	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.
إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.			

المستوى:	النشاط:	مدة الانجاز:	مكان الإنجاز:
السنة الأولى ثانوي	كرة اليد	ساعة واحدة	ساحة المؤسسة
وسائل العمل الضرورية	ميقاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال		
الكفاءة القاعدية	تبني وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف		
الهدف التعليمي رقم : 02	التصويب في حالة الجري .		
فترات التعلم	ظروف الانجاز	المدة	مؤشرات النجاح
المرحلة التمهيدية	الأخذ باليد - تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتليين.	15 د	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.
المرحلة الانجازية	1: يتم تشكيل مجموعتين () () رواقين لتصويب نحو المرمى عند . 2: ينظم التلاميذ على شكل قاطرتين () () يحاول كل تلميذ بالتوالي تصويب الكرة بختيار الحلقات الموضوعة في شكل مستقيم التي 9 3: منافسة تطبيقية بين المجموعتين .	30 د	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف. وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة . الرغبة في التحدي والفوز .
المرحلة التقييمية	تمديد العضلات وتليين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية.	10 د	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.
			إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط	المستوى
ساحة المؤسسة	ساعة واحدة	كرة اليد	السنة الأولى ثانوي
ميكاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احوال			وسائل العمل الضرورية
تبني وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			الكفاءة القاعدية
التصويب بالارتقاء .			الهدف التعليمي رقم : 03
التوصيات	مؤشرات النجاح	المدة	ظروف الانجاز
الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لتفادي الإصابة.	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.	15د	الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتلين.
التركيز على التنظيم الجيد وتسجيل الملاحظات مع تصحيح الأخطاء فردي وجماعي.	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف.	30 د	الموقف 1: يتم تشكيل التلاميذ على شكل قاطرة ، وعند سماع الإشارة يقوم بالجري و التصويب اثناء الارتقاء عند الحاجز بواسطة رجل الارتكاز . الموقف 2: ينقسم التلاميذ الى مجموعتين جانبيتين ي(يمنى) و (يسرى) . عند سماع الإشارة يقوم التلاميذ بالجري باستخدام الخطوات الثلاث و التصويب بالارتقاء بالتناوب بين المجموعتين
تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج... إلخ)	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.	10 د	تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سليات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية.
التركيز على إتقان كل مهارة.	إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.		المرحلة التقييمية

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط	المستوى
ساحة المؤسسة	ساعة واحدة	كرة اليد	السنة الأولى ثانوي
ميكاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			وسائل العمل الضرورية
تبني وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			الكفاءة القاعدية
التصويب الغير مباشر			الهدف التعليمي رقم: 04
التوصيات	مؤشرات النجاح	المدة	ظروف الانجاز
الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لتفادي الإصابة.	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.	15د	الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة) وتحضير القسم للعمل). تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتلين.
التركيز على التنظيم الجيد وتسجيل الملاحظات مع تصحيح الأخطاء فردي وجماعي.	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف.	30د	الموقف 1 : يتم وضع التلاميذ على شكل قاطرتين (أ) و (ب) ، مع وضع حلقة بالقرب من خط المرمى، و يقوم التلاميذ بالتصويب نحو الحلقة بالتناوب من اجل تحديد ابطار المرمى الموقف 2: نفس التمرين السابق مع إضافة حارس مرمى و ذلك بغية دقة التصويب الموقف 3: مباراة مصغرة تطبيقية بين المجموعتين
تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج... إلخ)	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.	10 د	تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية.
التركيز على إتقان كل مهارة.			

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط	المستوى
ساحة المؤسسة	ساعة واحدة	كرة اليد	السنة الأولى ثانوي
ميكاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			وسائل العمل الضرورية
تبني وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			الكفاءة القاعدية
التصويب المتخفي			الهدف التعليمي رقم : 05
التوصيات	مؤشرات النجاح	المدة	ظروف الانجاز
الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لتفادي الإصابة.	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.	15د	الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة) وتحضير القسم للعمل). تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتلين.
التركيز على التنظيم الجيد وتسجيل الملاحظات مع تصحيح الأخطاء فردي وجماعي.	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف.	30 د	الموقف 1: يتم تشكيل التلاميذ في مجموعة واحدة ، بالإضافة الى وضع لاعب سلمي كحاجز بشري امام التلاميذ ، وعند إعطاء الإشارة يتم جري التلميذ في المجال المحجوب عن الرؤية للمرمى الموقف 2 : يتم تشكيل التلاميذ في مجموعة واحدة بالإضافة الى وضع لاعب سلمي مع وجود حارس مرمى . الموقف 3 : اجراء مباراة مصغرة تطبيقية لتدارك الأخطاء المسجلة .
تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج... إلخ)	وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة . الرغبة في التحدي والفوز .		المرحلة الإيجازية
التركيز على إتقان كل مهارة.	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.	10 د	تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سليات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية.
إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.			المرحلة التقييمية

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط	المستوى
ساحة المؤسسة	ساعة واحدة	كرة اليد	السنة الأولى ثانوي
ميكاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			وسائل العمل الضرورية
تبنى وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			الكفاءة القاعدية
التصويب على شكل رمح			الهدف التعليمي رقم : 06
التوصيات	مؤشرات النجاح	المدة	ظروف الانجاز
الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لتفادي الإصابة.	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.	15 د	الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتلين.
التركيز على التنظيم الجيد وتسجيل الملاحظات مع تصحيح الأخطاء فردي وجماعي.	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف.	30د	الموقف 1 : يتم وضع التلاميذ على الشكل الافقي في وسط الملعب بحيث يقوم كل تلميذ بالتصويب نحو المرمى مع التكرار لكل محاولة . الموقف 2 : يتم تقريب المسافة نحو المرمى بالإضافة وضع حلقات في زوايا المرمى لتحديد دقة التصويب من مسافات بعيدة .
تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج... إلخ) التركيز على إتقان كل مهارة.	وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة . الرغبة في التحدي والفوز .	10 د	تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سليات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية.
إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.		المرحلة التقييمية

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط	المستوى
ساحة المؤسسة	ساعة واحدة	كرة اليد	السنة الأولى ثانوي
ميكاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			وسائل العمل الضرورية
تبني وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			الكفاءة القاعدية
التصويب من وضعية الميلان			الهدف التعليمي رقم : 07
التوصيات	مؤشرات النجاح	المدة	ظروف الانجاز
الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لتفادي الإصابة.	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.	15د	الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتلين.
التركيز على التنظيم الجيد وتسجيل الملاحظات مع تصحيح الأخطاء فردي وجماعي.	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب. البحث عن ثغرات لإصابة الهدف.	30 د	الموقف 1: يتم وضع التلاميذ في زاويتي الملعب مع وضع ثلاث اقمعة على بعد متر واحد عن كل قمع في خط التسع امتار . _ عند سماع الإشارة يقوم التلميذ بالجري و التصويب من الزاوية المفتوحة الى الزاوية المغلقة الموقف 2: يتم نفس متطلبات التمرين المذكور سابقا مع وضع لاعب سلمي على خط تسعة امتار ، بحيث يقوم التلميذ بالتصويب من وضعية الميلان نحو المرمى . الموقف 3 : مناقسة تطبيقية بين المجموعتين .
تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج... إلخ)	وضع التلاميذ في الموقف الحقيقي ليتمكنوا من معرفة أهمية التحكم في تصويب الكرة . الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.	10 د	تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سليات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية.
التركيز على إتقان كل مهارة.	إدراك أهمية المناقشة والملاحظة والاستفادة منها.		المرحلة الانجازية
			المرحلة التقييمية

مكان الانجاز	مدة الانجاز	النشاط	المستوى
ساحة المؤسسة	ساعة واحدة	كرة اليد	السنة الأولى ثانوي
ميقاتي + صافرة + أقماع + كرات + حلقات + احبال			وسائل العمل الضرورية
تبني وتيرات قاعدية و تكييف المجهودات حسب وضعيات التصويب التي يفرضها الموقف			الكفاءة القاعدية
التصويب بالارتكاز من نقطة ال 7 امتار			الهدف التعليمي رقم : 08
التوصيات	مؤشرات النجاح	المدة	ظروف الانجاز
الإحماء عن طريق الأفواج والحفاظ على المسافات. الإحماء الجيد لتفادي الإصابة.	التنظيم والمواظبة. الانضباط. ارتفاع درجة حرارة الجسم والزيادة في معدل نبضات القلب والتنفس.	15 د	الأخذ باليد- تحضير نفسي (مراقبة وتحضير القسم للعمل). تحضير بدني عام: جري خفيف، تسخينات، تمارين تمديد وتلين.
التركيز على التنظيم الجيد وتسجيل الملاحظات مع تصحيح الأخطاء فردي وجماعي.	التموضع الجيد لإصابة الهدف. التسديد من الحركة و الثبات. دقة التصويب.	30د	الموقف 1: نقوم بوضع الحلقات في الزوايا العليا للمرمى، بالإضافة الى اقمعة في الزوايا الأرضية للمرمى ، و يقوم التلاميذ بالتصويب نحو المرمى بالتوالي مع التكرار الموقف 2: نفس متطلبات التمرين السابق بالإضافة الى وجود حارس مرمى الموقف 3: منافسة تطبيقية بين المجموعتين
تبادل الأدوار (جمع الكرات وتدوين النتائج...إلخ)	الرجوع إلى الحالة الطبيعية للجسم. مشاركة تلقائية منظمة من طرف أغلبية التلاميذ دون ارتباك وتردد.	10 د	تمديد العضلات وتلين المفاصل. جمع التلاميذ ومناقشة سلبيات وإيجابيات الحصة. التحية الرياضية.
التركيز على إتقان كل مهارة.			

القيم الإحصائية لعينة الدراسة:

القسم : 2 علمي

- العينة التجريبية:

- العينة الضابطة :

الطول	الوزن	السن	رقم التلميذ
1.72	60	17	1
1.74	60	17	2
1.75	64	19	3
1.69	59	17	4
1.8	62	17	5
1.78	68	17	6
1.79	70	19	7
1.77	63	18	8
1.76	61	17	9
1.75	65	17	10
1.75	69	18	11
1.74	67	17	12

الطول	الوزن	السن	رقم التلميذ
1.67	61	18	1
1.7	74	17	2
1.72	76	17	3
1.74	63	17	4
1.75	64	17	5
1.81	72	19	6
1.78	68	18	7
1.77	69	16	8
1.76	66	18	9
1.71	65	18	10
1.79	63	16	11
1.74	62	17	12

نتائج الإختبارات القبلية و البعدية للعينه الضابطة:

اختبار التصويب						الإختبارات رقم التلميذ
اختبار التصويب على جسم متحرك		اختبار التصويب من الثبات		اختبار التصويب على الحائط داخل المربعات		
بعديّة:	قبليّة:	بعديّة:	قبليّة:	بعديّة:	قبليّة:	
1	1	12	11	21	20	1
1	0	12	12	18	17	2
1	1	17	16	10	11	3
0	0	8	6	21	21	4
2	2	4	5	37	36	5
1	1	5	2	22	21	6
1	1	9	6	23	23	7
1	1	8	8	23	26	8
2	1	15	14	33	34	9
0	0	14	12	30	31	10
2	1	20	12	22	19	11
1	2	10	11	36	35	12

نتائج الإختبارات القبليّة و البعدية للعينّة التجريبية :

اختبار التصويب						الإختبارات رقم التلميذ
اختبار التصويب على جسم متحرك		اختبار التصويب من الثبات		اختبار التصويب على الحائط داخل المربعات		
بعديّة:	قبليّة:	بعديّة:	قبليّة:	بعديّة:	قبليّة:	
1	0	13	9	28	25	1
2	0	15	7	21	18	2
2	1	9	3	28	22	3
3	0	8	6	30	26	4
2	2	11	7	33	31	5
1	0	12	9	28	25	6
1	1	8	9	25	23	7
3	1	13	7	19	18	8
1	0	19	17	27	25	9
2	1	14	8	27	23	10
0	0	12	10	26	23	11
3	1	13	8	29	26	12

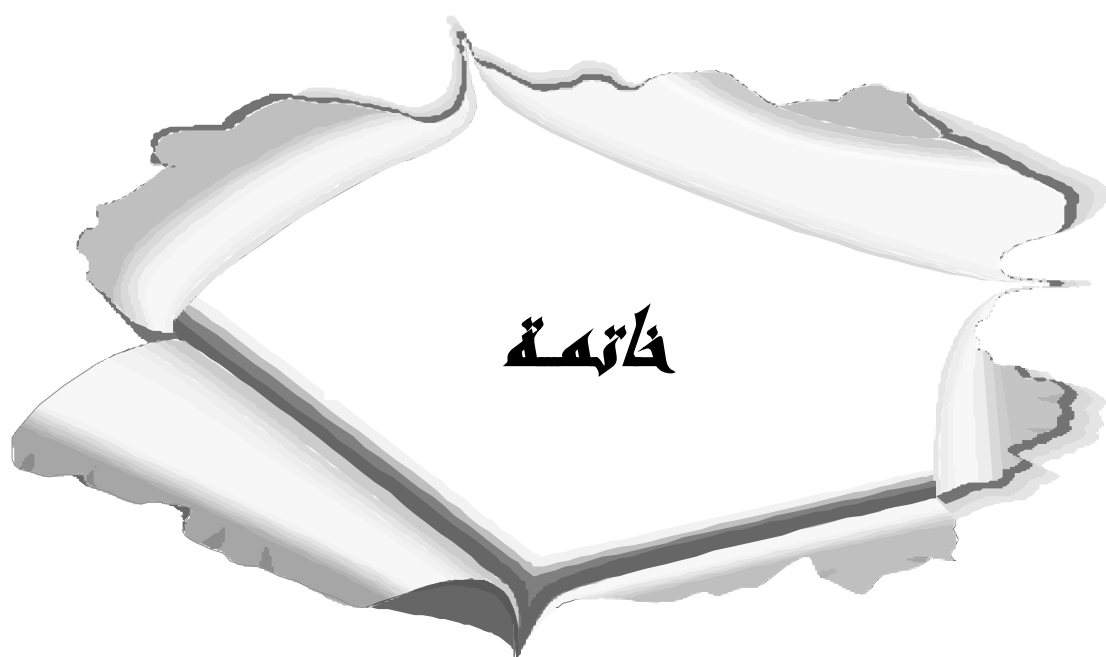
نتائج الإختبارات القبليّة و البعدية للعينة الاستطلاعية :

القسم 2: تسيير واقتصاد 1

اخبار التصويب						الإختبارات رقم التلميذ
اخبار التصويب على جسم متحرك		اخبار التصويب من الثبات		اخبار التصويب على الحائط داخل المربعات		
بعديّة:	قبليّة:	بعديّة:	قبليّة:	بعديّة:	قبليّة:	
1	1	12	10	21	19	1
0	0	12	12	18	15	2
1	1	17	16	10	7	3
0	0	8	7	21	21	4
1	2	4	6	37	36	5
1	1	5	3	22	18	6
1	2	9	6	23	23	7
0	1	8	8	23	26	8
2	1	13	14	33	34	9
0	0	12	12	31	31	10




مقدمة





قائمة المصادر والمراجع


الملاحق




الفصل الأول :
الأسلوب التدريبي

الفصل الثاني:

كرة اليد



الفصل الثالث:
الفئة العمرية (المراهقة)




المادة الثاني :
الجانب التطبيقي

الفصل الأول :

منهج البحث و اجراءاته الميدانية

الباب الأول :
الجانب النظري



الفصل الثاني :
عرض وتطيل و مناقشة النتائج



قائمة الأشكال والجدول



قائمة المحتويات

قائمة المصادر و المراجع :

القران الكريم.

المراجع العربية:

- ✚ أمين فواز الخولي وجمال الدين الشافعي:مناهج التربية البدنية المعاصرة،ط1،دار الفكر العربي،2000،ص220.
- ✚ إبراهيم أنيس وآخرون: المعجم الوسيط، 1972م، ص 278.
- ✚ أبو الفصل جمال الدين ابن منظور:لسان العرب،دار الطباعة والنشر،ب ، ط،ج1997،3،لبنان،ص430.
- ✚ البهي فؤاد السيد ،علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري ،دار الفكر العربي ،القاهرة 1978،ص86.
- ✚ إخلاص محمد عبد الحفيظ ،مصطفى حسين باهي ،طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية ،مركز الكتاب للنشر ،القاهرة 2000،ص179.
- ✚ بسطوي سياًحمد:أسس ونظريات الحركة،ط1،دار الفكر العربي،1996،ص182 + 183.
- ✚ جيرد لانجربوف ، د. تيواندريت : كرة اليد للناشئين وتلاميذة المدارس ، ط 2 ، دار الفكر العربي ، 1978 ، ص 20 - 22 .
- ✚ حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو (الطبعة4)، عالم الكتب، القاهرة، 1977م، ص289.
- ✚ دعاء محي الدين: أثر استخدام بعض أساليب التدريس على تعلم مسابقة قذف القرص. رسالة ماجستير غير منشورة، 2000، ص 42.
- ✚ رابح تركي:أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 1990، ص137.
- ✚ سعاد محمد جبر:أثر استراتيجيات التدريس بأساليب مختلفة على التذكر الحركي. كلية التربية الرياضية للبناء، رسالة كتورة منشورة ، 1992،ص56
- ✚ سامي محمد ملحم :القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط 1، عمان ، دارالميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2005 ،ص147 .
- ✚ سامر يوسف متعب الشمخي: الانتقاء في كرة اليد،القاهرة ،دار المعرفة ،1999، ص79.
- ✚ عاطف عدلي العيد ،زكي أحمد عزمي ،الأسلوب الإحصائي واستخداماته في بحوث الرأي العام والإعلام ،ط1،دار الفكر العربي القاهرة 1993ص68.

عبد الرحمن العيساوي: دراسات في تفسير السلوك الإنساني، دار الراتب الجامعية، بيروت، 1999م، ص 100.

عباس أحمد صالح السامرائي، وعبد الكريم السامرائي: كفايات التدريسية في طرائق التدريس في التربية الرياضية. بغداد، 1991، ص 36.

عبد العالي الجسماني: سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها الأساسية، دار البيضاء، لبنان، 1994، ص 195.

- عبد الغني الإيدي: رعاية المراهقين، دار غريب للطباعة والنشر، ب ط، ب بلد، ب س، ص 160.

عباس محمود عوض، القياس النفسي بين النظرية والتطبيق، دار المعرفة الجامعية، 1998، ص 60.

عبد القادر حلبي، مدخل إلى الإحصاء، ط 2، مطبعة بيروت، 1984، ص 88.

عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1992، ص 119.

عفاف عبد الكريم: التدريس للتعلم في التربية البدنية والرياضية. منشأة المعارف الإسكندرية، 1994، ص 99.

عصام نور: سيكولوجية المراهقة، الإسكندرية، 2004، ص 26 29.

عنايات محمد أحمد فرج: مناهج وطرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، 1998، ص 74.

فؤاد البهي السيد، علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، القاهرة، 1978، ص 336.

فاخر عقلة: علم النفس التربوي، دار الملايين للطباعة والنشر والتوزيع، ط 3، لبنان، ب س، ص 38.

فؤاد بهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، مرجع سابق، ص 283. 285.

فوزية محمد عمر منذرة (2007): "تأثير أسلوب التدريس التدريبي والتبادلي على تعلم بعض

الحركات الأرضية في الجمباز ومفهوم الذات لتلميذات التعليم الأساسي" المرحلة الإعدادية،

المؤتمر العلمي الدولي الثاني "المستجدات العلمية في التربية البدنية والرياضية

أيام: 9 و 10 أيار 2007، مجلد البحوث، جامعة اليرموك، كلية التربية الرياضية، الأردن، ص

ص: 777 800.

- ✚ فيصل الملا عبد الله (2003): " فعالية استخدام أسلوب تدريس الأقران على مستوى أداء مهارات التصويب في كرة اليد "، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 04، العدد 03، سبتمبر 2003، كلية التربية، جامعة البحرين، ص: 08 42.
- ✚ كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسنين : القياس في كرة اليد ، دار الفكر العربي ، 1980 ، ص 21 .
- ✚ كمال عبد الحميد ، زينب فهي : كرة اليد للناشئين وتلامذة المدارس ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1978 ، ص 25.
- ✚ محمد الحمامي و أمين الخولي:أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية،دار الفكر العربي،ط2،القاهرة،1998،ص:24.
- ✚ مؤنس رشاد الدين :الكلمن في الكلام والمعاني. دار الراتب الجامعي.بيروت.ص912.
- ✚ مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة، دار الطباعة، مصر، 1974م، ص 27.
- ✚ محسن محمد حمص: المرشد في تدريس التربية الرياضية. منشأة المعارف، الإسكندرية، 1998 ، ص 93.
- ✚ منير جرسى إبراهيم : كرة اليد للجميع ، ط 4 ، دار الفكر العربي ، 1994 ، ص 103 .
- ✚ منى فياض: " الطفل والتربية المدرسية في الفضاء الأسري والثقافي "، المركز الثقافي العربي، ط1، لبنان، 2004، ص 216.
- ✚ محمود حسن:الأسرة ومشكلاتها، دار النهضة العربية، ب ط، لبنان، 1981، ص24.
- ✚ معروف رزيق:خطايا المراهقة،دار الفكر،دمشق،ط1986،ص2،ص15.
- ✚ محمد أزهر السماكو آخرون: الأصول في البحث العلمي، دار الحكمة للطباعة و النشر الموصل، 1989 ص 42.
- ✚ محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الاستدلالي في علوم ت ب ر ، دار الفكر العربي، 2003، ص 14.
- ✚ مقدم عبد الحفيظ ، الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ، ديوان المطبوعات الجامعية ، 1997 ص ، 56.
- ✚ محمد خير الإحصاء النفسي ،دار الفكر العربي ،القاهرة ،1997ص222.
- ✚ ناهد محمود السعد والنيلي زهري: طرق التدريس في التربية الرياضية. الطبعة 1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998 ، ص77.

- ✚ نبيل عبد الهادي ، القياس و التقويم التربوي و استخدامه في مجال التدريس الصفي ، دار وائل للنشر ، 1999 ، ص 141 .
- ✚ يوسف العنيزي (وآخرون): مناهج البحث الفديوي بين النظرية والتطبيق ، ط1، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ،1998،ص13 .
- ✚ يوسف ميخائيل أسعد:رعاية المراهقين،دار غريب للطباعة والنشر،ب ط،ب بلد،ب س،ص160.
- ✚ موسوعة:"التغذية وعناصرها" الشركة الشرقية للمطبوعات، ب ط، لبنان، 1982، ص38.

المراجع الاجنبية:

- ✚ AMBRE DEMONT,JAQUES BOUSNENF,PETIT LAROUSSE DE MEDCINE,EDITION IMPEMERIE NEW INTLLITHE,1989,P614.
- ✚ BIOLOQIE DU SPORT,EDITION VIGOT,PARIS,1992,P341–353.GUNJEN WEINC
- ✚ Carter, Good .V (1999) : Dictionary of Education .Sixth Edition . New York : McGraw–Hill Book Company , P629 .
- ✚ Clavs Bayer : Formation Des Joueurs , Ed Vigot , Paris . 1995 .P 8 .
- ✚ HerstKailer : Le Hand Ball De L'apprentissage A La Composition , Ed Vigot .Paris . 1989 . P 25.
- ✚ Logsdon. B.J: Physical Education for children .Philadelphia; Lea and Febiger.1977, P59.
- ✚ Stéphane champely , Statistique appliquée au sport , cours exercices, Editions de bœckuniversité , bru scelles , 2004,p64