



المركز
الجامعي
نور
البشير
البيض

ISSN: 2507-7201
EISSN: 2602-6899



العدد الثامن 2019

مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مجلة دورية متخصصة ومحكمة تصدر عن:
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



WEB SITE: <http://bib.cu-elbayadh.dz/staps/>
E-MAIL: staps.revue32@gmail.com
PHONE NUMBER: (+213) 49612739

المركز الجامعي نور البشير البيض ص ب 900 طريق آفلو 32000

University Center Nour Bachir El Bayadh



CU-STAPS

ISSN: 2507-7201

EISSN: 2602-6899

THE EXCELLENCE JOURNAL IN SCIENCES TECHNIQUES OF PHYSIOCAL ACTIVITY AND



WEB SITE: <http://bib.cu-elbayadh.dz/staps/>

E-MAIL: staps.revue32@gmail.com

PHONE NUMBER: (+213) 49612739

المركز الجامعي نور البشير البيضا ص ب 900 طريق آفلو 32000

WEB SITE: <http://bib.cu-elbayadh.dz/staps/>

E-MAIL: staps.revue32@gmail.com

PHONE NUMBER: (+213) 49612739

المركز الجامعي نور البشير البيض ص ب 900 طريق آفلو 32000

المركز الجامعي نور البشير
معهد العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مجلة تفوق في علوم
وتقنيات
النشاطات البدنية
والرياضية

*مجلة دورية متخصصة ومحكمة تصدر عن قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية

والرياضية - المركز الجامعي نور البشير - البييض *

العدد الثامن نوفمبر 2019

رقم الإيداع القانوني: 787 - 2016.

الرقم المعياري: 2507-7201

الرقم المعياري الإلكتروني: 2602-6899

العنوان: المركز الجامعي نور البشير - طريق آفلو 32000 البيض.

هاتف رقم: 049-61-27-39

فاكس رقم: 049-61-27-57

توجه جميع المراسلات للنشر إلى: البوابة الجزائرية للمجلات العلمية **ASJP**

<https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/208>

إدارة المجلة

الرئيس الشرفي للمجلة:

البروفيسور برباح مختار - مدير المركز الجامعي.

منسق اللجنة العلمية:

الدكتور أقزوح سليم جمال

مدير المجلة

الدكتور بن الدين كمال

رئيس تحرير المجلة:

الأستاذ الدكتور مسعودي خالد

سكرتير المجلة

الدكتور العربي محمد

المحررون المساعدون

الدكتور بن سعيد محمود

الأستاذ الدكتور بن قوة علي

الأستاذ الدكتور عطاء الله أحمد

شروط النشر وضوابطه: يجب أن تستوفي جميع الأبحاث والمقالات على الأسس العلمية المنهجية المتفق عليها في ميدان العلوم الإنسانية والاجتماعية ووفقاً لمنهجية الكتابة الحديثة بالخصوص في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وذلك بمراعاة ما يلي:

. يجب أن يتماشى البحث أو المقال وفقاً للحدثة في الطرح والتحليل وتجنب تكرار البحوث السابقة.
. يجب ألا يكون المقال أو البحث قد سبق نشره أو المشاركة به في التظاهرات العلمية المختلفة.
. أن يمد البحث إضافات إلى القارئ من طلبة وأساتذة وباحثين في المجال ذي الصلة.

. يجب أن يراعى في متن البحث الكتابة بنمط **Traditional Arabic** بالبند العريض **حجم 14** في العناوين وبالبند الرقيق **حجم 14** في المحتوى وبفاصل بين الفقرات **بحجم 1**.

. يجب قبل إرسال البحث التأكد من حدود الصفحات وفقاً لما يلي:

– نمط الصفحة يجب أن يكون بمقاس **24/16** وحدودها ب: **2سم** من الأعلى والأسفل و**2سم** عن اليمين واليسار.

. تخضع جميع البحوث لشرط التحكيم والخبرة من طرف لجان مختصة تمثل اللجنة العلمية لهذه مجلة ووفقاً للمعايير المعمول بها في البوابة الجزائرية للمجلات العلمية.
. يعاد توجيه المقال أو البحث إلى صاحبه إلا في حالات طلب تعديلات.
. تحتفظ المجلة بحقها في إجراء بعض التعديل اليسير بما يتوافق مع أغراض الصياغة والمنهج العلمي المتبع.
. لا يمكن أن تعبر آراء وأفكار الباحثين إلاّ عن آرائهم الشخصية المذكورة في أبحاثهم.

أمثلة:

حرف الواو يكون ملتصقاً بالكلمة "آراء وأفكار"

الفاصلة تكون ملتصقة في آخر الكلمة "الرياضيين، يجرون"

النقطة تكون ملتصقة مع الكلمة الأخيرة "في أبحاثهم."

النقطتان تكونان ملتصقتان بالكلمة بعدها مباشرة "التالي: نحو"

الأقواس يكونان ملتصقان مع الكلمة والأرقام (الفاء) (55)

الجداول والأشكال تكون **بحجم 10** وتكون بالجداول العادية دون وضعها بالنمط الخشن أو أي نوع آخر من الجداول.

علامة الاستفهام تكون ملتصقة بالكلمة مباشرة هل هناك؟

نفس الشيء عند الكتابة باللغة العربية إلا الخط يكون **بحجم 12**.



بسم الله الرحمن الرحيم والصلاة والسلام على أشرف المرسلين وبعد

يسر أسرة تحرير "مجلة تفوق" والتي تصدر عن قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمركز الجامعي نور البشير بالبيض أن تضع بين أيدي القراء الكرام العدد الثامن نوفمبر 2019 والذي تضمن مجموعة من البحوث القيمة في مجالات متنوعة نأمل أن يستفيد منها القارئ الكريم والأساتذة والطلبة الباحثين لتكون لهم زادا معرفيا يثري رصيدهم العلمي ودافعا نحو البحث والإنتاج العلمي ليعم النفع الجميع .

إننا في مجلة "تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية" والتي هي فضاء علمي لنشر بحوث الأساتذة والطلبة الباحثين نجدد الدعوة لأصحاب الفكر والعلم لنشر بحوثهم ودراساتهم.

كما نجدد لكم عزمنا على الارتقاء بالمجلة لمصاف المجالات العلمية المصنفة ذات الانتشار الواسع .
وإلى أن نلتقيكم في العدد المقبل وإلى ذلكم الحين نستودعكم الله الذي لا تضيع ودائعه
وشكرا.

مدير المجلة: الدكتور بن الدين كمال

الهيئة العلمية والاستشارية للمجلة (قائمة المراجعين):

| | |
|--|--|
| أ.د. يوسف سليمان عبد الواحد - مصر | Pr. Enric M Sebastiani O -Espagne |
| أ.د. إبراهيم حيدر عبد الحليم - مصر | أ.د. فاضل محمد الولاني بثينة - مصر |
| أ.د. لعيان كريم - جامعة الجزائر 3 | أ.د. حنان درويش - مصر |
| أ.د. حريتي حكيم - جامعة الجزائر 3 | أ.د. وسام الشبخلي - بريطانيا |
| أ.د. مقراني جمال - جامعة مستغانم | أ.د. آمال إبراهيم بابكر - السودان |
| أ.د. بن عكي محند آكلي - جامعة الجزائر 3 | أ.د. بن برنو عثمان - جامعة مستغانم |
| أ.د. عمروش مصطفى - جامعة الجزائر 3 | د. بكرتي لخضر - المركز الجامعي البيض |
| د. يوسف فتحي - جامعة الجزائر 3 | د. كوتشوك سيدي محمد - جامعة مستغانم |
| د. بن رابع خير الدين - المركز الجامعي تيسمسيلت | د. حرياش ابراهيم - جامعة مستغانم |
| د. بوراس محمد - جامعة الجزائر 3 | أ.د. حربي سليم - جامعة الجلفة |
| د. سعادية هواري - المركز الجامعي تيسمسيلت | أ.د. خوجة عادل - جامعة المسيلة |
| د. خيرى جمال - جامعة البويرة | د. بن الشيخ يوسف - جامعة عنابة |
| د. نحال حميد - المركز الجامعي تيسمسيلت | د. سعدي زروقي يوسف - جامعة الشلف |
| د. نمرود بشير - جامعة خميس مليانة | أ.د. دودو بلقاسم - جامعة ورقلة |
| د. ربوح صالح - المركز الجامعي تيسمسيلت | د. مهدي محمد - جامعة إيسطو وهران |
| د. مجادي مصطفى - جامعة الأغواط | د. بلعيد عبد القادر عقيل - جامعة خميس مليانة |
| د. عياد مصطفى - جامعة ورقلة | أ.د. عيسى الهادي - جامعة الجلفة |
| د. غوال عدة - جامعة مستغانم | د. بويكر محمد - المركز الجامعي البيض |
| د. بن ساسي سليمان - جامعة وهران | د. براهيمى قدور - جامعة ورقلة |
| أ.د. بن علي قوراري - جامعة مستغانم | أ.د. قاسمي بشير - جامعة وهران |
| د. صادق بويكر - جامعة بومرداس | د. ضيف عادل - جامعة الجلفة |
| د. رامي عزالدين - جامعة المسيلة. | د. مداني محمد - جامعة خميس مليانة |
| أ.د. بن سي قدور حبيب - جامعة مستغانم | د. عبد الدايم عدة - جامعة مستغانم |

فهرس مقالات العدد

- 01- إسهام طرق التعلم (الجزئية والكلية) في تكوين اللاعبين الناشئين أقل من 12 سنة في كرة القدم.
الدكتور: غوال عدة - الدكتور: العربي محمد - الأستاذ الدكتور: بن قوة علي الأستاذ: زياني زكرياء... 14
- 02- اتجاهات كبار السن نحو وقت الفراغ.
الأستاذ الدكتور: بن زيدان حسين -الأستاذ الدكتور: مقراني جمال -الأستاذ الدكتور: أحسن احمد..... 27
- 03- أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي المدرسي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.
الدكتور: جبوري بن عمر- الدكتور: بوعزيز محمد - الأستاذ. الدكتور: زبشي نورالدين..... 39
- 04- دور التواصل اللفظي بين الأستاذ والتلاميذ في تحسين عملية التقويم التكويني أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.
الدكتور: صدوقي معمر..... 51
- 05- دور حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من الخجل النفسي لدى تلاميذ الطور المتوسط.
الدكتور: لعياضي عصام - الدكتور: مرزوقي سمير..... 59
- 06- أثر التدريب الذهني على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.
الأستاذ: الدكتور: فيروز عزيز- الدكتور: رامي عزالدين..... 69
- 07- أثر برنامج إرشادي مقترح بواسطة تقنيات الاسترخاء والألعاب شبه الرياضية على مستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ الطور الثانوي (16-18) سنة
الأستاذ: قورين أحمد -الدكتور: مداني محمد- الدكتور: حرياش براهيم..... 86
- 08- اثر برنامج تدريبي مقترح بأسلوب التدريب الدائري في تنمية السرعة الانتقالية عند لاعبي كرة اليد أواسط (15-12) سنة.
الأستاذ: أوكليلي صلاح الدين - الأستاذ: أوحسين إبراهيم -الدكتور: صغير نورالدين..... 103
- 09- دراسة العلاقة الارتباطية لبعض المتغيرات الكينيماتيكية والتصويب بالارتقاء الجيد والدقيق في كرة اليد.
الدكتور: بن سميشة العيد - الدكتور قزقوز محمد - الدكتور الأستاذ الدكتور حرشاي يوسف..... 112

- 10- دور ممارسة التربية البدنية و الرياضية في التخفيف من القلق والاكتئاب لدى المراهقين.
الدكتور: نحال حميد - الدكتورة: بوغالية فايزة - الدكتور: سعايدية هواري.....131
- 11- كثافة المنافسة الرياضية وانعكساتها على مستوى اللياقة البدنية للاعبين كرة قدم.
الدكتور: زحاف محمد - الأستاذ: الحبول خالد.....153
- 12- أثر برنامج تدريبي بطريقة التدريب المتقطع لتطوير القوة المميزة بالسرعة والسرعة الانتقالية لدى لاعبي كرة اليد.
الأستاذة: ناصرياي كريمة - الأستاذ: طاهري رباح.....185
- 13- تأثير برنامج تدريبي مقترح لتطوير الصفات البدنية الخاصة لرياضي الكاراتي المستوى العالي.
الدكتور: عبدالعزيز الوصابي -الأستاذ الدكتور: مسعودي خالد - الأستاذ: فضلاوي حسني204
- 14- تأثير التدريب البليومتري على تطوير مهارتي الارتقاء وقوة التصويب لدى لاعبي كرة القدم "صنف أواسط".
الدكتور: بوكرايم بلقاسم -الدكتور: مسعود عمرانة - الدكتور: بن سعيد محمود.....221
- 15- فعالية برنامج تعليمي باستخدام إستراتيجية التعلم المتمازج على الحصائل المعرفية ومستوى الأداء الفني في دفع الجلة.
الأستاذ الدكتور: عصام الدين شعبان علي حسن233
- 16- تكوين الاستاذ المتربص وعلاقته بالتحصيل الدراسي لتلاميذ المرحلة الثانوية.
الدكتور: حرياش براهيم -الدكتور: سنوسي عبد الكريم -الدكتور: جفدم بن ذهيبه253

بسم الله الرحمن الرحيم