

جامعة الجزائر 3  
مخبر علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والإيقاعية



جامعة الجزائر 3

# مجلة

علوم وممارسات الأنشطة  
البدنية الرياضية والفنية

محكمة بلجنتي إدارة وقراءة

ISSN 2253-0541



2018/2

رقم الإيداع القانوني: 2012-2459

مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية

14

Revue Sciences et Pratiques des Activités Physiques Sportives et Artistiques

Université Alger 3  
Laboratoire Sciences et Pratiques des Activités Physiques  
Sportives et Artistiques SPAPSA



جامعة الجزائر 3

# REVUE

Sciences et Pratiques des Activités  
Physiques Sportives et Artistiques

Sous direction et à comité de lecture  
Pluridisciplinaire dans le domaine STAPS

2018/2

Dépôt légal: 2459-2012

مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية  
مجلة تصدر عن مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والإيقاعية  
SPAPSA معهد التربية البدنية والرياضية - جامعة الجزائر 3  
رقم 14 (2/2018) (أكتوبر 2018)

أ. د. رابح شريط  
أ. د. حكيم حريتي

المدير الشرفي:  
رئيس التحرير:

لجنة القراءة والتحرير:

أ. د. حكيم حريتي  
أ. د. عبد الحميد بن شرنين  
أ. د. رضوان بوخراز  
أ. د. كمال بن عقيلة

علوم التربية وعلوم الحركة:  
العلوم الإنسانية والاجتماعية:  
علوم الحياة والصحة:  
النشاط البدني الرياضي والمحيط:

اللجنة العلمية:

جامعة الجزائر 3  
جامعة الجزائر 3  
جامعة كلود برنار ليون 1  
جامعة الجزائر 3  
جامعة لورونسين، كندا  
جامعة لورونسين، كندا  
جامعة جيلالي بوعامة - خميس مليانة  
جامعة الجزائر 3  
جامعة منتور - قسنطينة 3  
جامعة محمد الأول، المغرب  
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم  
جامعة الجزائر 3  
جامعة الجزائر 3  
جامعة الجزائر 3  
جامعة منوبة، تونس  
جامعة مريم نقوابي، جمهورية الكونغو  
جامعة الجزائر 3  
جامعة الجزائر 3  
جامعة الجزائر 3  
جامعة الجزائر 3  
جامعة الجزائر 3  
جامعة الجزائر 3  
جامعة الجزائر 3  
جامعة الجزائر 3

أ. د. حكيم حريتي  
أ. د. رضوان بوخراز  
أ. د. ريفال مصرلي (Massarelli Raphaël)  
أ. د. كمال بن عقيلة  
أ. د. جاود عالم  
أ. د. جورج كيزاي Georges Kpazai  
أ. د. كمال بوعنقا  
أ. د. نافع سفيان  
أ. د. هانمي لوكيا  
أ. د. عبد العالي كعواشي  
أ. د. عطا الله أحمد  
أ. د. عبد الحميد بن شربين  
أ. د. محمد رياض فحصي  
د. رشيد بلونيس  
د. بن جمعة هاجر  
د. بولن مندومو  
أ. د. كريم لعبان  
أ. د. يوسف بن صايبي  
أ. د. رشيد علوان  
د. عبد الهادي بن زيادة  
د. مصطفى بوجمية  
د. عمر صحراوي  
د. منيب حفيطي  
د. هواورة مولود

الأمانة: د. منيب حفيطي و د. قرومي عبد الحق

ISSN 2253-0541

EISSN: 2600-6758

رقم الابداع القانوني: 2459-2012

مطبوعة: بن سليمان منير

العنوان: مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والإيقاعية  
معهد التربية البدنية والرياضية؛ جامعة الجزائر 3؛ الجزائر

<http://spapsa-univ-alger3.dz>

## الأهداف وشروط التقدم بعرض النشر

### الأهداف:

تعد مجلة مخبر علوم وممارسات الأنشطة البدنية والرياضية والإيقاعية مجلة كل الأساتذة والباحثين في المعاهد وأقسام التربية البدنية والرياضية في الجزائر أو الخارج. إنها مجلة علمية بإدارة ولجنة قراءة وتنتشر الأبحاث المتعلقة ب: علوم التربية والحركة، النشاط البدني والرياضة، الرياضة والمحيط، علوم الحياة والصحة، والعلوم الإنسانية والاجتماعية وهذا بمنظور متعدد الاختصاصات. وكل الاختصاصات هي ممثلة فيها. كما تضم ضمن اهتماماتها، الأبحاث الأساسية مثل تلك المتعلقة بالتكنولوجيات الحديثة.

### عروض النشر:

يجب أن ترسل المقالات إلى أحد المدراء العلميين الأساسيين بحسب الحقل المستهدف. وسيسلم وصل إيداع بمجرد استلام المقال. المحررون العلميون سيخضعون المقال إلى منظومة تقييم من دون التعرف على هوية صاحب المقال. كل المحتوى الموجه للنشر إضافة إلى المساهمات الواردة من لجنة القراءة سيتم تقييمه ويمكن أن يخضع للمراجعة. لا يجب أن يكون هذا المحتوى موجه للنشر في مجلة أخرى مهما كانت اللغة المستعملة. ولن يقبل سوى المحتوى الذي لم يسبق وأن نشر من قبل ماعدا الملخصات المقدمة في لقاءات علمية. في هذه الحالة، يتوجب على المؤلف الإعلام بذلك على صفحة عرض المقال. كل مقال مقبول سيصبح ملكا للمجلة ولا يمكن أن يعاد نسخه أو نشره بدون إذن مكتوب من مدير النشرية. ويشار إلى أن مؤلف المقال هو المسؤول الوحيد عن المحتوى.

### طريقة التقدم بالعروض:

#### إيداع الملف:

يمكن للملف أن يودع إلكترونيا ملف وورد word لبرنامج ويندوز windows ، وهذا في صفحة عرض تضم:

- . العنوان: 170 حرفا على الأكثر ولا تحوي سوى ألفاظ ذات دلالة.
- . قائمة المؤلفين: مرتبين ترتيبا خاضعا لمستوى مساهمة كل واحد في العمل، بالاسم واللقب كاملين.
- . العنوان المؤسستي كاملا لكل مؤلف.
- . اسم وعنوان المراسلة مع تدوين البريد الإلكتروني.
- . عرض المقال، في سطرين اثنتين (على الأكثر)، موجه إلى قائمة محتويات (فهرس) المجلة.
- . إذا سبق وأن عُرض محتوى المقال في لقاء علمي، تحديد الأماكن، التواريخ وموضوع اللقاء.
- . التصريح التالي: "أنا، الممضي أسفله، -المؤلف الرئيسي-، أصرح بأن محتوى المقال المعنون: "عنوان المقال" ليس معروضا للنشر في نشرية أخرى". مع وضع التاريخ وتوقيع المؤلف الرئيسي.

#### إيداع المقال:

- يجب أن يودع المقال على هيئة ملف وورد لويندوز (windows word) حصريا بشكل مباشر أو على البريد الإلكتروني: [hhariti@yahoo.fr](mailto:hhariti@yahoo.fr)، في ثلاثة نسخ مع احترام ما يلي:
- أن يرقن (خط تايمس Times 10 للفرنسية وللغربية) وفاصل خطوط (1.0) للغربية و للفرنسية، و Times 9 للملاحظات والإحالات البيبليوغرافية. وهامش مقداره 2.5 سم حول كل النص.
- تضم الصفحة الأولى للمنشور: العنوان واسم ولقب المؤلف أو المؤلفين، ملخصا أولا (بلغه المقال والإنجليزية) وخمس كلمات مفتاحية على الأكثر.
- المقالات الأصلية يجب أن تقسم بحسب أنماط التحرير العلمي: مقدمة (إشكالية)، المناهج والأدوات (استخراج النتائج...)، النتائج، المناقشة والمراجع. ويتم إدماج الجداول والأشكال في النص المرقم مرفوقة بالعناوين.
- الألفاظ النادرة الاستخدام يجب أن تشرح بين مزدوجين في المرة الأولى للظهور بالنص.
- بالنسبة للملاحظات والإحالات البيبليوغرافية تطبق المجلة معايير الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA) الطبعة السادسة للمراجع البيبليوغرافية.
- النشر مجاني بالنسبة لكل المؤلفين.

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع/ الباحث
01	العربي محمد؛ حريتي حكيم ..... الوعي الصحي و علاقته باللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.
11	أيوب حساني ..... تأثير التصور العقلي في اتخاذ القرار عند رياضيي الجودو النخبة الجزائريين .
22	براهيمي قدور؛ عباد مصطفى؛ بن سي قدور حبيب ..... الاحترق النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية.
29	بعيو مالحة ..... أثر استعمال الألعاب الحركية في تنمية القدرات الإدراكية الحسية الحركية لأطفال ما قبل المدرسي للمرحلة العمرية (4-5) سنوات.
33	بن خالد حمزه ..... طبيعة العلاقات الإنسانية السائدة في المؤسسات الرياضية وانعكاساتها على كفاءة الأداء الوظيفي.
44	بن زيدان حسين؛ مقراني جمال؛ حجار خرفان محمد؛ بن برنو عثمان ..... اثر استخدام الأسلوب التدريبي على تعلم بعض مهارات كرة القدم لذوي الإعاقة الفكرية البسيطة (15-16) سنة.
53	بورنان شريف مصطفى؛ بنبوستة رحيمة؛ أولمان رياض ..... تحسين أداء تقنية القذف من الارتقاء بالنسبة للظهير الأيسر في كرة اليد بإستعمال برنامج التحليل الحركي (كينوفيا) وبعض الأدوات الخاصة.
64	بن يوب عبد العلي ..... أثر برنامج تدريبي في تطوير صفتي القوة والسرعة الانتقالية لدى لاعبي كرة القدم (U19).
75	عقون حمزة؛ سامي عبد القادر ..... فاعلية استخدام البيداغوجيا الفارقية في تحقيق التفاعل الاجتماعي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور الثانوي.
83	عوينتي هواري ..... أثر برنامج الالعاب الحركية على تنمية صفتي السرعة و التوازن لدى تلاميذ الطور الابتدائي(9-11) سنة – دراسة تجريبية بمقاطعة مسرعين وهران –.
93	غباش عادل ..... إصابات الطرف السفلي و علاقتها بالمتغيرات البدنية لدى لاعبي كرة القدم المستوى الأول.
100	ماكني محمد العيد؛ بوخراز رضوان ..... أثر التغذية المرتدة البصرية واللفظية على تطوير بعض المتغيرات الكينماتيكية لمهارة البدء في السباحة الحرة.
112	محمد صغير دهبازي ..... تأثير الألعاب المصغرة بأسلوب التدريب الفترتي على بعض الخصائص الفسيولوجية لدى لاعبي كرة القدم.

الموضوع/ الباحث	الصفحة
مرزوقي أسامة؛ حريتي حكيم	108
أثر استخدام الوسائل التعليمية المساعدة في تطوير القدرة على الربط الحركي أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية(16-17) سنة.	
حجاب عصام؛ كمال بن مصباح	129
تأثير استخدام تدريبات الألعاب المصغرة خلال برنامج تدريبي في تطوير الصفات البدنية لدي لاعبي كرة القدم صنف أواسط (17-19) سنة..	
خباز كمال	144
تدريبات الأثقال لل قوة المميزة بالسرعة وتأثيرها على الأداء المهاري للاعبي كرة السلة.	
رشام جمال الدين؛ بوحاج مزيان	151
تحديد نسبة مساهمة صفة القوة الانفجارية في مهارة التصويب لدى أصاغر كرة القدم U16.	
رعاش كمال؛ حوداشي حرزالله	158
التحليل الرياضي في الصحافة الرياضية المتخصصة "دراسة تحليلية للهدف والخبر الرياضي والشباك".	
زراولة علي؛ محمد عدنان خلفوني	165
تأثير برنامج تدريبي-غذائي مقترح لخفض نسبة الشحوم في الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات الفيزيولوجية للتلاميذ المصابين بالسمنة في الطور الثانوي.	
زواويد إسماعيل؛ بن حامد نور الدين؛ داسة بدرالدين	176
علاقة الذكاء بالتطور الحركي لأطفال الروضة (4-5) سنوات بولاية ورقلة.	
زيرم بوجمعة؛ بن عكي محند ألكي؛ عبد السلام مقبل الريمي	184
علاقة الثقة بالنفس بأداء الفريق الوطني لكرة اليد لأقل من 21 سنة في البطولة العالمية.	
شعلال مصطفى إسماعيل	193
أثر برنامج تأهيلي مقترح لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة للمرضى المصابين بالشلل النصفي الناتج عن الجلطة الدماغية.	
شنوف خالد	201
دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط (14-15) سنة.	
عبد اللطيف شنيبي و رضوان بوخراز	211
الكفايات التدريسية لأساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالذكاء الحركي للتلاميذ في الطور الثانوي.	
لراشي محمد	220
أثر استخدام المثبرات البصرية في تحسين التوافق الحركي لدى أطفال 6-12 سنة.	
سمية بولعباس	226
ما مدى تأثير أسلوب التسيير للموارد البشرية على أداء الاتحادية الرياضية ومردودها.	
العنتري محمد علي؛ بن ساسي رضوان	232
إسهام الدرس النظري في مادة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية.	

## مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والإيقاعية SPAPSA

### تصحيح

المقال الخاص بـ سمية بولعباس المنشور في النسخة الورقية للمجلة، العدد (12) 2/2017 (أكتوبر 2017) لم يظهر على الموقع الخاص بـ ASJP، وذلك لخلل تقني صدر من محرر المجلة للمخبر « SPAPSA » .

المقال الخاص بـ بن زيدان حسين؛ مقراني جمال؛ حجار خرفان محمد؛ بن برنو عثمان المنشور في النسخة الورقية للمجلة، العدد (14) 2/2018 (أكتوبر 2018) لم يظهر على الموقع الخاص بـ ASJP، وذلك لخلل تقني صدر من محرر المجلة للمخبر « SPAPSA »

Revue Sciences et Pratiques des Activités Physiques Sportives et Artistiques : revue éditée par le laboratoire SPAPSA, Institut de l'Éducation Physique et Sportive, Université Alger 3  
N° 14 (2018/2) (Octobre 2018)

**Directeur d'honneur : Pr. Cheriet Rabah directeur de l'université d'Alger 3**

**Rédacteur chef :**

Pr. Hariti Hakim

**Comité de lecture et de rédaction :**

**Sciences de l'éducation et motricité :** Pr. Hariti Hakim  
**Sciences humaines et sociales :** Pr. Benchernine Abdelhamid  
**Sciences de la vie et de la santé :** Pr. Boukherraz Redouane  
**L'activité physique, sport et environnement:** Pr. Benakila Kamel

**Comité scientifique**

Pr. Hariti Hakim, université d'Alger 3  
Pr. Boukherraz Redouane, université d'Alger 3  
Pr. Massarelli Raphaël, université Claude Bernad Lyon1  
Pr. Benakila Kamel, université d'Alger 3  
Pr. Jaouad Alem, université Laurentienne, Sudbury (ON), Canada  
Pr. Georges Kpazaï, université Laurentienne, Sudbury (ON), Canada  
Pr. Bouadjenek Kamal, université El Djilali Bounâama, Khmis-Miliana.  
Pr. Nafa Sofiane, université d'Alger 3  
Pr. Loukia Hachemi, université Mentouri, Constantine3  
Pr. Kaaouachi Abdelali, université Mohamed Premier, Maroc  
Pr. Atalah Ahmed, université Abdelhamid Benbadis, Mostaganem  
Pr. Benchernine Abdelhamid, université d'Alger 3  
Pr. Fahssi Mohamed Riadh, université d'Alger 3  
Dr. Belounis Rachid, université d'Alger 3  
Dr. Hejer Ben Jomaa, ISEFC, Tunis, Tunisie  
Dr. Paulin Mandoumou, université Marien Ngouabi, Congo  
Pr. Labane Karim, université d'Alger 3  
Pr. Bensaïbi Youcef, université d'Alger 3  
Pr. Alouane Rachid  
Dr. Benziada Abdelhadi, université d'Alger 3  
Dr. Boudjemia Mustapha, université d'Alger 3  
Dr. Sahraoui Omar, université d'Alger 3  
Dr. Hafidi Mounib, université d'Alger 3  
Dr. Houaoura Mouloud, université d'Alger 3

**Secrétariat:**

Dr. Hafidi Mounib et Dr. Gueroumi Abdelhak

**ISSN : 2253-0541**

**EISSN: 2600-6758**

**DEPOT LEGAL : 2459-2012**

**Imprimeur : IMPRIMERIE BENSLIMANE**

**Adresse : laboratoire Sciences et Pratiques des Activités Physiques Sportives et Artistiques, institut de l'éducation physique et sportive, université d'Alger 3.**

**<http://spaps-univ-alger3.dz>**

# **Sciences et Pratiques des Activités Physiques Sportives et Artistiques**

## **Objectifs et conditions de soumission**

### **❖ Objectif.**

*Sciences et Pratiques des Activités Physiques Sportives et Artistiques* est la revue de l'ensemble des enseignants et chercheurs évoluant dans des instituts ou départements de l'éducation physique et sportive en Algérie ou à l'étranger.

C'est une revue scientifique à sous direction et à comité de lecture. Elle publie des recherches relatives aux : sciences de l'éducation et motricité, l'activité physique et au sport, le sport et l'environnement, les sciences de la vie et de la santé, et aux sciences humaines et sociales et ce dans une perspective pluridisciplinaire. Toutes les disciplines scientifiques sont représentées. Les recherches fondamentales, comme celles plus appliquées ou technologiques, sont également inscrits.

### **❖ Soumission de l'article.**

Les articles doivent être envoyés à un des quatre directeurs scientifiques principaux, en fonction du champ concerné. Un accusé de réception est remis dès réception de l'article. Les rédacteurs scientifiques mettent en place une procédure d'expertise dans des conditions d'anonymat. Tout le contenu soumis pour publication, y compris les contributions sollicitées par le comité de lecture, est évalué et peut faire l'objet de révisions éventuelles. Ce contenu ne doit pas être soumis pour publication dans une autre revue, quelle que soit la langue utilisée. Seul le contenu qui n'a jamais fait l'objet d'autre publication sera accepté, sauf en cas de résumé présenté à une réunion scientifique. Dans ce cas, les auteurs doivent le préciser sur la page de présentation de l'article. Tout article accepté devient propriété de la revue et ne peut être reproduit ou publié sans la permission écrite du directeur de la publication. A noter que l'auteur de l'article est le seul responsable du contenu.

### **Format de soumission.**

#### **❖ Soumission du dossier**

Le dossier peut être soumis par voie électronique (fichier Word pour Windows exclusivement, en une seule page de présentation qui comprend :

- Le titre: 170 caractères maximum et renfermant uniquement des termes significatifs.
- La liste des auteurs : classés par ordre d'implication dans le travail réalisé, avec les noms et prénoms en entier.
- L'adresse institutionnelle complète de chacun des auteurs.
- Le nom et l'adresse de la correspondance. Indiquer l'adresse électronique.
- La présentation de l'article, en 2 lignes (maximum), pour le sommaire de la revue.
- Si le contenu de l'article a fait l'objet d'une présentation dans une réunion scientifique, indiquer les lieux, date et intitulé de cette réunion.
- L'attestation suivante : « Je, soussigné, « auteur principal », atteste que le contenu de l'article intitulé « titre de l'article » n'a pas été publié, qu'il



n'est pas soumis pour publication par ailleurs ». Date et signature de l'auteur principal.

### ❖ **Dépôt de l'article**

Le manuscrit de l'article doit être déposé par voie électronique à l'adresse suivante:

<http://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/261> (fichier Word pour Windows exclusivement), en trois exemplaires toute en respectant les éléments suivants :

- Il sera dactylographié, Times New 11 pour les titres et Times New 10 pour le corps de texte et en interligne (1.0) pour le latin et pour l'arabe, y compris les notes bibliographiques, pour les références bibliographiques Times New 9. Une marge de 2,5 cm sera laissée tout autour du texte.
- La première page du manuscrit comprendra, le titre, le nom et prénom de ou des auteurs, le résumé (avec la langue de l'article et l'anglais) et 5 mots-clés au maximum.
- Les articles originaux doivent être divisés selon les standards de la rédaction scientifique: Introduction (problématique), Cadre théorique, Matériel et Méthodes (prélèvement des résultats...), Résultats, Discussion et Références. Les tableaux et figures sont insérés dans le texte numéroté, accompagnés de leurs légendes en noir et blanc en format jpg.
- Les termes peu courants ou sigles utilisés seront expliqués entre parenthèses la première fois qu'ils apparaîtront dans le texte.
- pour les notes et les références bibliographiques la revue applique les normes de l'APA version 6 (*American Psychological Association*) aux références bibliographiques.
- La publication est gratuite pour l'ensemble des auteurs.

## SOMMAIRE

Titre/auteur .....	page
<b>Rachid Belounis ; Toufik Ait Amar ; Radhouane Nouiga</b> .....	241
Méthodes d'estimation de la masse grasse en sport.	
<b>Hadji Abderrahmen; Benmesbah Kamel; Benboustia Rahima</b> .....	249
L'effet de la domiciliation du match sur l'activité technico-tactique en football « Cas de l'équipe nationale algérienne A ».	
<b>Idir Abdennour; Ait Abbas Katia</b> .....	257
La place de l'éducation psychomotrice dans les programmes de l'éducation nationale : Cas du préscolaire.	
<b>Yahiaoui-Benfares Latifa</b> .....	272
Détermination de la dynamique de l'effort dans le processus de compétitions des volleyeurs algériens seniors de la Division Nationale 1 A (2014-2015).	
<b>Boukerdenna-Hafidi Souhila</b> .....	285
Evolution des performances des sauts horizontaux en athlétisme des meilleurs sauteurs masculins Algériens.	
<b>Dali Moussa</b> .....	296
Étude comparative de quelques paramètres morphologique entre les triples sauteuses et les sauteuses en longueur Algériennes confirmées	

### Correction :

Une erreur s'est produite lors du téléchargement de l'article « Suivi Biologique de footballeurs algériens de haut niveau » du Dr. Ghebache Adel sur la plate forme ASJP, dans le numéro 13 mars 2018. De ce fait nous attestons que le dit auteur est le seul auteur de l'article